

日野原重明記念「新老人の会」石川



# 会 報 (63号)

発行日 2025年4月1日(火)

## 「他者を思いやる」こと

世話人代表 山 内 ミハル

今年は暖かで穏やかな年明けとなり、1月中は小春日和のような過ごしやすい日が続きました。しかし、2月になって、真冬の寒さが戻って来たり…で驚かされましたが、どうやら何事もなく新年度を迎えることができるようです。

昨年のある日、ある会に出席のため駐車場に車を止め、通路の向こうにあった自動販売機でペットボトルのお茶を買って持って行こうと思い、小走りに道を渡りました。左右の安全を確認した時、右手の方から杖を突きながら、ゆっくりこちらに向かって歩いてこられる高齢の男性に気付いていましたが、私が自販機の前に着いた時、彼との距離はまだ数メートルあり、彼のことは気になりませんでした。まず自販機の中のボトルを選び、財布からコインを出して投入し、買いたい商品のボタンを押し、下に降りたボトルを取りあげようとしたとき、私のすぐ横に立った男性が、突然大声で杖で地面をトントンとたたきながら、「あんた!!この白杖が見えんのか!!何のため持つとるかわからんのか!!」と怒鳴られてびっくりしました。咄嗟に「あ、済みません。ごめんなさい」と謝って、その場を離れましたが、心は穏やかではありません。振り返ると、彼も自販機の前で何か買っているのです。彼が怒鳴った理由がわかりました。彼も自販機を使いたかったのです。彼は私が障害者である彼を差し置いて、先に自販機を使って、彼の邪魔をした、即ち健常者である私の、障害者である彼への思いやりが足りない事に腹を立てたのだらうと気が付きました。



彼が「白杖」と言ったけれど、真っ白ではなくうすよごれており、その杖を左右に振りながら障害物がないか確かめたり、介助者がついていたりするのではなく、普通に杖を突きながら歩いておられたので、私は彼が視覚障害者とは気づかなかったことと、彼も自販機を使いたかった事などわかるわけもなく、彼の通行の邪魔をしているという意識もない私の何が悪かったのか…。「あなただって…」と反論したい気持ちでした。お互い他者の立場を理解し、思いやりの心をもって行動したいものだと思います。

今、世界のあちこちで戦争によって多くの人々が住むところを追われ、命を奪われています。一日も早く為政者の働きによって世界に平和をもたらしてほしいものです。

また、日本では地震、洪水、山林火災など次々天災に見舞われ、避難を余儀なくされている方々が多くおられます。私自身は平和で幸せな日々を送っているのですが、困っている方々のために何ができるのか考え、行動しなければ…と考えている昨今です。

今年度も、皆さまと力を合わせ「新老人の会」石川の活動を意義あるものとすることができますよう、ご協力をお願い致します。

## 第4回会員の集い&昼食懇話会の開催

高木正二

2024年度第4回会員の集い&昼食懇話会が2月15日(土)、金沢ニューグランドホテル3階「パラッツオ」で会員18名の出席により開催されました。

昨年好評だったゲーム大会が趣向を変えて実施され、参加者はくじ引きでA、B、Cの3チームに分かれ、山内世話人代表が準備したゲームを楽しみました。

はじめに2人組になって手遊びで準備運動を行った後、ゲームが開始されました。

最初のゲームは団扇を使った風船上げゲームです。風船を団扇で扇ぎ、風船に触れずに空中に留めた時間を競うゲームですが、風だけで浮かせるのはなかなか難しく、皆さん力を合わせて懸命に団扇を振っていました。しかし、風船に触れアウトになるチームが続出しました。結果はAチームが最も長く風船を浮かせて優勝しました。



2番目のゲームは「新聞剣法」です。新聞で作った刀とヘルメットが用意され、じゃんけんで勝った人は新聞の刀で相手を叩き、負けた人はヘルメットで防御する。防御できれば引き分け、防御できなければ得点となり、3点先取で勝ちとなります。皆さん攻撃・防御をしようとするのですが、体が反応せず動けない方もおり、苦笑いをしていました。結果はCチームが2勝し優勝しました。



3番目のゲームはゴムボールをワンバンドで相手方に投げ、それをゴミ箱でキャッチするゲームです。各チームから2名が参加し、投げ手と受け手に分かれ競技しました。今年は昨年に比べボールとゴミ箱が大きかったためか好成績が続出しましたが、94歳の植松 茂さんが投げ手を務めたCチームが10回の試技をすべて成功させ優勝しました。



最後のゲームは昨年も行われた俳句作成ゲームです。各チームが上・中・下ばらばらに書かれた紙を3枚集めて俳句を作るゲームで「愛してる 老人会の いい家内」などの名(迷)作6句が出来上がりました。

非常に単純なゲームばかりで、景品も百円均一のものでしたが、参加者は童心に戻って真剣に取り組み、笑い合う場面も多く楽しい会だったと思います。是非多くの皆さんに参加して欲しいと感じました。

ゲーム談義をしながら昼食を摂り、「ふるさと」を斉唱して「会員の集い」は閉会しました。



## 《心に残る日野原先生の言葉》

「試練は、突然訪れます。しかし、その苦しみの中に、新しい命が芽を出します。」

水口 まり子

「心に残る日野原先生の言葉」について会報の原稿依頼を受けました。

私にとって日野原先生のお言葉は、心に残るものばかりです。一つの行為をする度に、先生のお言葉が頭に浮かんで来ます。

我が家には、以前買い求めた日野原先生のお言葉の「日めくりカレンダー」があり、毎日楽しみにめくって心に留めています。

－「試練は、突然訪れます。しかし、その苦しみの中に、新しい命が芽を出します。」－

昨年元日の夜中、隣家の火事で我が家が類焼し、啞然と致しました。寒さの中で燃えさかる炎をただただ見守るしかありませんでした。結果、お茶の指導に使っていた2階は天井が燃え尽き星空が見え、私達夫婦が暮らしていた1階の和室等は水浸しで全く使えないという状況になってしまいました。今後どう生きたらよいのやらと戸惑い、夫はその後始末の苦しさで、死んでいればよかったと事あるごとに呟く程でした。

しかし、日野原先生のお言葉のとおり、100才と90才に近い私達老夫婦は、その突然訪れた苦しみの中で、あらたな気持ちで、動き出しました。

家を修復し、さらに2階にあったお茶室を1階に移し、お庭が見えるようにいたしました。



日めくりカレンダー



修復後のお庭

昨年10月には修復が完了し、その後お茶のお稽古も再開とこれまでどおりの生活が戻っています。日野原先生のはげましのお言葉で「さあ頑張るぞ!!」と二人とも元気に生きております。

折角いただいた命、大切にして、『ありがとう』という言葉で、人生を締めくくりたいものです」(日野原先生のお言葉)

## 「老いを生きる」生活雑感

### あの日から今、今日より明日へ

北川 むつみ

昨年11月、私はお誘いいただき、金沢ニューグランドホテルで開催された「新老人の会」の講演と懇親の会に参加しました。



聴講する北川さん 日野原重明先生の業績、著作は情報程度でしか知りませんでした。話の中で先生はおちゃめな面や偉人らしからぬ側面のある方で、色々なお話を聞き感心しました。参加者の中で顔見知りの方もおられて「人の優しさ」と「若々しさ」が伝わってきて、また、会の活動内容も知らせていただき、私に新しい芽吹きを与えてくれました。入会されたらどうですか…と言われ、即「新入会よろしく願います」となりました。

最近「生きていくあなたへ」の著作を読ませてもらっています。それ以前にも国際交流サロンで開催されていた作品展を見るチャンスがあり、会員の方達の自然な力作にはびっくりしました。最近の私はマンネリ化していますが、パッと心の扉を開かされたようで、前進への一筋の道を教えてくれたようです。これからの人生、自分も少し磨かなくちゃ…と直感。無理なことはできない、でもここには人々との出逢いがある。

あの時…夫と夫の母との三人暮らし、苦勞も乗り越え、楽しく旅行したり、趣味で元気をもらったり、夫は地区のお世話役や、私は女性学級のお役目をさせていただいたりしていました。母が亡くなり、夫も一昨年9月に人生卒業となり、今は思い出だけが残っています。

「地震・雷・火事・おやじ」という言葉がありますが、何が起こるか分からないと感じる世の中。でも命があるって事です。これまでの貴重な経験も生かし、人との出逢いで教えられ、これからも未知の自分を新発見するとともに奥深い味のある人生を進む。私の心の一隅にフツと光を感じています。

心身の動きが緩くなってきている自分、悩みにエンジンをかけて、「スイッチ・オン！」それは明日があるからネ。

### 母とともに楽しく詠む

本田 裕子

昨年より母とともに「新老人の会」のサークル「花明り（俳句）」に入会いたしました。俳句は初めてですが、皆さんの言葉の使い方に感動しながら、何とか毎月二句ずつ作っています。入会以来、通勤や散歩の際に俳句のタネを探すようになりました。

私自身、子ども3人が成人し、母としての責任を果たしたつもりで、ここ数年は「楽しく生きる」を目標に過ごしています。

そんな私にとって、一番身近な人生の先輩が母です。趣味の数も行動力も私よりずっと多く、有意義に生活しているのだなと、しみじみ感じています。

そんな母ですが、コロナ禍以降、趣味の教室が再開することなく、以前ほど外出する機会が減ってしまいました。「そこまで生きていくかわからないし、(先の) 約束はできない」と、いつも言うようになりました。

確かに、いつ人生が終わるかはわかりませんが、エリザベス女王が亡くなる直前まで公

務をこなし、笑顔を見せていらしたように、私もそんなふう生きていたい。スケジュールを埋め、毎日予定のある生活を送りたいと思っています。

そこで、母にもう一度コロナ禍前の生き生きとした生活を取り戻して欲しいと思い、ネットで母が経験のある俳句の会を探し、「花明り」に入会することになったのです。

俳句の会に入り、母と共有するスケジュールができたことを嬉しく思います。来月も母と一緒に通いたいと思っています。



これからもどうぞよろしく願いいたします。

### 2025年度定期総会開催のお知らせ

日時：2025年5月24日(土) 11:00～  
場所：金沢ニューグランドホテル  
参加費：3,500円(昼食代を含む)

同封の返信ハガキに出欠を記入し、5月14日(水)までに投函をお願いいたします。

なお、欠席の場合は必ず委任状に記名をお願いいたします。

### 2025年度季節の花見会のご案内

今年度も次のとおり花見会を開催いたします。満開のツツジを愛でながらお弁当と散策を楽しみませんか？皆様のご参加をお待ちしています。

日時：2025年5月1日(木) 11:30～  
場所：金沢市大乘寺丘陵公園  
参加費：1,000円(昼食代)

同封の返信ハガキに出欠を記入し、4月21日(月)までに投函をお願いいたします。

今年の誕生日(2025/3/18)で私は、満95歳になった。“100歳人生”を考えるとよいよ最終ラウンドに差し掛かってきた気分だ。

先日、新しく建築されて人気の石川県立図書館を訪ねた。1F受付で、“老い”に関する図書コーナーはないかと尋ねると、案内図を渡され、2Fの階段状に広がる書棚の一コーナーを教えられた。その場所には“セカンドキャリアを考える”と表示があった。数多並ぶ書籍の中に、武田邦彦著、『科学者が解く「老人」のウソ』という一冊があり、面白そうなので借りて帰った。

この著者は、「50歳」という年齢にはなにか断層のようなものがある、と指摘し、人生は2度ある、50歳までの「第一の人生」と、50歳以降の「第二の人生」の2つの人生が一人の人間にはある。その境目が50歳、一区切りがある。「第二の人生」は「老後」ではないと。この本を前にして、思わず自分自身の人生を振り返って見るようになった。

55歳になったとき、NTTの職場で定年を迎え、いよいよ第2の職場を探してウロウロしているとき、退職以前からボランティア活動として参加していた自殺防止の電話相談センターから、事務局長の役割を依頼され、それから10年間、現職では経験できなかった充実した人生活動の時を過ごした。その頃、国の制度改革の一環で、民間のボランティア活動を公益法人化する指導があり、4年間その準備活動のために、責任者として組織挙げて取り組み、発足に漕ぎ付けることができた。2012年度、82歳だった。

一方、私が所属している日本基督教団白銀教会で、「白銀教会100年史」を編纂することになり、その編集長として7年間係わることとなった。2011年秋、578ページにわたる大冊の年史が完成した。81歳だった。

これらのことを振り返って、やっぱり自分にも、第二の人生として人間らしく過ごせた時期があったと思う。もう一つ、私にとって第二の人生における大切な出会い、それは日野原重明先生主導の「新老人の会」に入会したこと。2008年10月、78歳の時。妻・晴美(75歳)も一緒だった。日野原先生は、「60歳は2度目の成人式」というご本を書かれ、〈新老人運動〉を提唱されていたことに、当時、新鮮な希望を感じた。先生の講演や、たくさんの著書を通じて100歳を超えて生きる積極的な先生の人生モデルに導かれてきた。

私が92歳の時、若き出会いの頃から72年間愛し合いながら歩みを共にしてきた家内がこの世を去った。

94歳を迎えた昨年、家族たちからの奨めもあって、私が若い頃から丁寧に整理し続けてきた30冊に及ぶアルバムの中から、家族に絞った形の50頁の《フォトブック》を作った。改めて振り返って見ると、人の一生にはなんと不思議な《出会い》…《導き》が底流していたものか！と新たな発見があった。

ここに来て、これから先も人間らしく生きる将来を、静かに思いめぐらす日々が多くなってきた。

「寿命とは本来病気によってもたらされるわけではない。社会の中で存在理由がなくなると”死のスイッチ”が入る。第二の人生の目的は「献身」。生きる意味が生じて、喜びを感じ、健康になり、長寿になる」(『「老人」のウソ』から引用)に励まされ、前向きに生きる意欲が湧いてくる。

## 川 柳

(順 序 不 同)

大島 恒 治

質問の意味解らぬとAI愚痴る  
ミニスカが戻り寒波を闊歩せり

新川 光 子

能登復興に微力ながらと大吟醸酒  
備蓄米放出後の気になる価格

高木 要 子

近江町インバウンドが優先客  
ひな暖にひな人形は飾りません

中谷 茂 次

我が家にも出て来て欲しい隠し金  
世の中は何処もかしこもカベだらけ

トランプは世界中に関税だ

福 岡 恒 忠

老いの友絹さかの性もて胸に抱く  
神降ろし六十回目の年賀状

高木 正 二

AIも権力に付度はぐらかす  
少数与党野党の要求に右往左往

日々の俳句 花明り

(厚木木向)

鈴木雅夫  
卯辰山いつもの場所の櫻かな  
若き頃序々想ひ出す櫻かな

宮下美智子

枝垂雪竹やぶの音響き来る  
川底の石のきらめき春を呼ぶ

福岡恒忠

雪景色轍の跡も埋まりけり  
あと十日桜前線伏見堤

新道 和子

雪しんしん近くの山を隠しけり  
庭の松雪に隠れて葉見えず

大島 恒治

頬に触るる花びら徒に冷たかり  
ひとつ瀬にせめぎあいする花筏

新川 光子

ひと冬を耐えて芽吹く黄水仙  
啓蟄や注ぐ陽の中バラ芽吹く

本田 裕子

左義長の煙の香り街つつむ  
五十路経ても薄氷見れば傘つつく

北川 むつみ

階段を手をつなぎあい除夜の鐘  
薄氷に陽光あびて大海へ



はめ字 作品

はめ字の面白さは、作る人のアイデア次第で全く違う文章が出来るところです。風情や哀愁といった日本語の面白さを感じながら創作にチャレンジして見ませんか。多数のご応募をお待ちしています  
締め切りは5月20日 鈴木雅夫まで

次回作品募集

	あ	
	き	
に	か	ら
	き	あ
	か	
	に	

が	撮	き	格	彼
し	影	い	好	の
よ	わ	た	い	き
う	た	わ	い	流
か	し	よ	と	し

高木 要子

達	早	き	が	早
も	速	い	咲	咲
よ	わ	た	い	き
桜	た	わ	た	の
見	し	よ	と	桜

高木 正二

近	天	き	心	麗
く	使	い	に	し
よ	わ	た	い	き
り	れ	わ	き	声
て	に	よ	て	を

福岡 恒忠

も	い	き	つ	い
う	じ	い	よ	っ
よ	わ	た	い	き
し	る	わ	さ	の
て	ね	よ	け	み

大島 恒治

貰	お	き	く	歳
う	金	い	じ	末
よ	わ	た	い	き
全	た	わ	っ	の
部	し	よ	等	宝

飯田 世三

今	昔	き	よ	今
は	魅	い	と	も
よ	わ	た	い	き
う	く	わ	う	れ
艶	的	よ	噂	い

新川 光子

関	皆	き	規	ケ
心	う	い	か	ー
よ	わ	た	い	き
せ	さ	わ	業	店
る	し	よ	と	新

高木 正二

平	で	き	厳	校
気	も	い	し	則
よ	わ	た	い	き
今	た	わ	の	つ
は	し	よ	は	く

竹田 芳子

月	二	き	支	金
面	人	い	払	預
よ	わ	た	い	き
嘶	た	わ	旅	ん
を	る	よ	行	を

飯田 世三

は	能	き	魔	昨
る	登	い	物	年
よ	わ	た	い	き
こ	島	わ	た	っ
い	に	よ	と	と

新川 光子

本	心	き	優	長
を	が	い	し	生
よ	わ	た	い	き
む	か	わ	人	し
事	く	よ	に	て

福岡 恒忠

温	宿	き	祝	兄
泉	は	い	に	の
よ	わ	た	い	き
覚	風	わ	く	ん
悟	の	よ	か	婚

飯田 世三

編集後記 \*\*\*\*\*

今冬は、厳しい寒さと大雪、一方で初夏の暖かさの日と異常気象に翻弄されました。会員の皆様には体調管理に充分ご注意くださいと思います。

今号は、昨年加入された北川さん、本田さんのお二人に投稿していただきました。また、福岡さんの人生を振り返る寄稿、水口さんの「日野原先生の言葉」の寄稿もあり、皆さんの前向きな姿勢と行動力に感銘を受けました。同時に、他の会員の体験なども伺ってみたいと感じました。皆さんの日頃の体験や思いに関する投稿をお待ちしています。(高木正二記)

次号の発行は2025年7月1日、原稿締切日は2025年5月20日です。字数は原則800字程度でお願いします。

送付先：高木正二

〒920-3114 金沢市吉原町ヨ190番地

E-mail sytakagi@sea.plala.or.jp

編集責任者：世話人代表 山内ミハル

編集委員：鈴木雅夫、新川光子、福岡恒忠、高木正二

印刷：「新老人の会」石川 事務局