



“助っ人グループ”って何？

シリーズ <<2>>

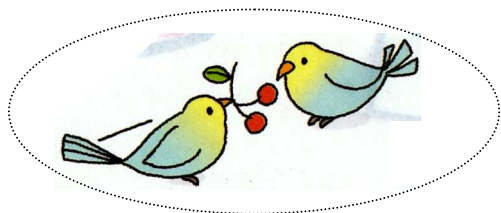
助っ人グループ (福祉・助け合いの部) の歩みと現況

前回のシリーズ<<1>>で、「助っ人」が誕生した経緯が紹介されましたが、今回はどのようなことを実際に進めて来たのかを、少し詳しく書きたいと思います。

2002年4月より、月一回の定例会議を持ってきました。出席者は、藤原会長と助っ人のメンバー(約10名・発足当時より続けている方もあれば、入れ替わった方もおられます)、途中から副会長や、時には自治会役員の福祉部の方なども参加していただきました。当初は、自治会員の退会と高齢化への対策として、自治会員同志の結びつき、つまり「絆(きずな)」を深めるために何をすべきかを話し合いながら、暗中模索していました。

そんな中で、2003年4月12日に緑ヶ丘の話題を記事にした『緑ヶ丘のよこがお』を創刊し、年4回のペースで現在23号に至っています。記事には事欠かず、また定番のコーナーもあり、読みごたえタップリと自負していますが…。たくさんのサークルやボランティアの活躍を知っていただいたり、お料理のレシピやサンキューコーナー等は、生活に生かしてもらっているのではと思っています。

2003年6月には、ネットで結ぶ緑ヶ丘を夢見て(?)、「パソコン教室」を立ち上げることになりました。昼、夜の二つの教室ができ、現在、昼約20名、夜約7名の方がコツコツとワードやエクセルの勉強に励んでいます。挨拶運動のポスターもパソコン教室の方の作品です。会員の方からノートパソコンの寄贈も受けました。



同年7月には、助っ人男性2名が「リタイア間

近い、または既にリタイアされた男性は地域に戻って何かしては？」と呼びかけて、「男の井戸端会議」という集いが誕生しました。現在は「緑友クラブ」と名前を変更し、会員は約30名、月1回の集いの他に『よこがお』でも度々報告しているハイキングや遠足にも出かけられています。また、街づくりや桜祭りなどにも、力を貸して下さっています。

また同年9月には、しばらく途絶えていた「敬老御祝御食事会」の復活に伴い、会場設定や出し物出演者の交渉、指体操の出演などに助っ人として協力し、毎年食事会が催される契機となりました。

このような中で、翌2004年1月には「命の貯蓄体操」という名称で、講師を招いて健康教室を実施し、現在は毎週水曜日、会員約10名が2時間の体操に汗を流し、どんどん命の貯蓄に励んでおられます。

同年4月には、助っ人主催の「桜祭り・お茶会」を立ち上げることができました。音羽池の見事な桜もさることながら、助っ人街づくり部の汗と涙(?)の結晶の花壇がまさに花を添えてくれました。老人会の茶道部からの応援や、子ども会の出店、福祉事業ポケットさんの出店も加わり、年々参加者も増えています。今年は、快晴、桜も満開という好条件の下、昨年迄の約2倍の400人以上の参加があり、行事として定着してきたと喜んでます。

以上のような活動をしてきましたが、現在は少し行き詰まっています。すべき事は多いのですが、助っ人の力(人数)だけでは実現するのが難しいです。必要とされる事は、多くのボランティアと共にこそ実現できるのです。助っ人を助っ人するボランティアさん、是非登録して下さい。暇な時、関心のあることだけ参加でOKです。(Chie女)

※ 次号は、シリーズ <<3>> 「街づくり部」の活動について掲載します。(4回シリーズ)

暑い秋??

この秋の長期予報は、新聞記事の見出しは何と「暑い秋」と表現された。

昨年まで言われた「暖秋」という言葉にもいささか抵抗を感じたが、「暑い秋」には、物事を極端化するいかにも今風の言い方と感じた。こんな表現では、日本の気候を言い表わしたとはいえず、味も素っ気もない。

最近ずっと引っかかっているのが、天気予報で使われる「夜のはじめごろ」という表現。ちょっと前までは、「宵のうち」と使われていた言葉が、気象庁から「夜のはじめごろ」に変更された。私たちの日常で、はたして「夜のはじめごろ」なんて云うだろうか。

かつて「宵のうち」は、天気予報では“太陽が西の彼方に沈んでから夜の9時頃まで”としていた。したがって、夏の間の宵のうちはおよそ2時間ぐらい、冬は逆に



4時間ぐらいと長い。

なぜ天気予報から「宵のうち」が消されたのか、実際のところよく分からないし、他にもテレビやラジオの気象番組で、普段使わないような言葉が流されている。

“春はあけぼの、夏は夜、秋は夕暮れ”（枕草子）をよとした感性を、今一度思い返してみてもはどうだろうか。

(24 班 北川)

どちらが先か...



平成10年の春休み、子供たちについて回っている柴の子犬に首輪がない。「このワンちゃん誰が飼っているの」と問えば、子供たちから「誰も飼ってない捨て犬や。おやつ遣ったらついてくるねん」そんな返事が返ってきた。

見れば案外可愛い顔をしている。もともと犬好きなのでこの犬飼ってやろうかと、子犬を呼んでパンと牛乳を与えた。すぐ食べてしまって、また子供たちについて行ってしまった。

その翌朝、どこから入って来たのか裏の小屋の中に昨日の子犬が居るではないか。ああこの子犬は飼って欲しいのだと直感して、よし家の子になるかとパンを遣れば大きく尻尾を振る。



これが我が家のランとの出会いだった。首輪とロープを買ってきて、自前でサークルを造りそこで飼い始めた。

暫らくして子供たちから「名前なんて付けたん」と聞かれる。そこで首輪に “ぼくはランです、” と名札を付けて「ラン君だよ」と宣言した。

当時私は69歳、犬の寿命の15年たてば自分は85歳になる。近所の愛犬家の奥様に、「どちらが先になるか？」と話したことを覚えている。

15kgの中型の雄犬で、力が強く喧嘩好きなのでとても家内の手には負えなく、外泊の時以外はすべて朝夕散歩に連れて行く。

お陰で散歩を通じての知り合いも増え、定期的な運動を重ねることで健康状態も保っている。

散歩を済ませてからの時間では釣りにはならず、好きな釣りも自然と遠のき、また、夜も遅くになれない。それに老夫婦の間に話題も提供してくれる。

これが我が家のランの効能書きです。

(16 班 T)

緑ヶ丘の花田さんがシニア文学賞を受賞!

「広報はんなん」(6月号) や朝日新聞(6月17日付)の記事でご覧になった方もたくさんいらっしゃると思います。最も身近な『緑ヶ丘のよこがお』としましては、このビッグニュースをもっと早く掲載したかったのですが、何せ年4回(3・6・9・12月)の発行ですから、遅ればせながら今号で紹介させていただきます。

コスモス文学 シニア文学新人賞奨励賞受賞 (長編小説部門)

「市長の極秘 葛城二十八宿 三の一番経塚」^{きょうづか}

《著者紹介》

広島県出身、就職で大阪へ。約40年銀行勤務。

定年退職後、地元の個人誌やホームページなどに紀行文やエッセーを書き続ける。

昨年1月より初めて小説に挑み、10月に書き上げたのが上記の受賞作。府南部の山々や街を舞台に、人の情の温かさを描き出した266枚の力作だ。

現在、第2作(人間の情の物語)をすでに200枚ほど書き進めている。

花田敏明さん(65歳)



★ 花田さんに次のエッセーをご寄稿いただきました。

やこうぼく 夜香木

夜半、尿意を覚えて目がさめた。階下に近づくほど植物性のサラサラとした香りがする。どうやら、玄関内に置いてある鉢植えの「夜香木」が発生源だ。筒状の白い花弁が夜だけ芳香を放つとあって、近所から戴いたものだ。家中に香りが漂い、気分が和やかになる。そのためか、常になく小水の勢いがよい。気分良く蒲団に戻ると久しぶりに夢を見た。

古から、才能のある子どものたとえに「梅檀(せんだん)は双葉より芳し」というのがある。この諺の梅檀は白檀であるが、一般にいう梅檀は公園の植木や衣類の防虫などに使われる。

その梅檀の木が生家の庭先にあった。直径50センチもある巨木だが、途中で折れていた。台風で倒れると家が壊れるから切ったのか、それとも実際に台風で折れたのか、問いそびれたままで父母は泉下の人となった。

春には新芽が吹き、祠に雀が巣を作る。夏には早朝よりクマゼミが来て「今日も暑いぞ」と鳴き騒ぐ。

夏休みの宿題をして、庭で遊ぶとき、強い日差しを遮ってくれた。

母が幹の皮を削り採り、タンスの中に防虫用として入れていた。着替えるとき、ほのかに漂う移り香がとても気持ちよかった。

生国「備後」は昭和30年代まで、「備後表(おもて)」といわれる高級な畳表の産地であった。当時、畳表の織機は足元のペダルを踏んで重い木製の櫛(くし)を引き上げ、手で藺草(いぐさ)を一本ずつ、麻の縦糸に入れてペダルを離し、締めていく人力である。その体力のいる織機を操る母の背中に、いつも私が帯でくられていた。

望(ぼう)を胸に、故郷・尾道をあとにして47年。私の「おふくろの香り」は、この「背中で嗅いだ青畳の藺草の香り」と「タンスの中にあった梅檀の移り香」である。

玄関の夜香木が、夢の中で逢わせてくれた優しい母は、やはり働いていた……。

(2班 花田敏明)



★ 花田さんに、ミニミニ・インタビュー！

Q. シニア文学賞の受賞、おめでとうございます。

お若いころから文学に関心が高かったのですか？

花田さん：定年前は、仕事とゴルフとお酒のみ、でした。(笑)

Q. 作品のタイトルがとてもユニークでまた長いですが、こうつけた理由は？

花田さん：インパクトのあるものにしたかったことと、一目で内容がわかるものにはしたくなかったこと。

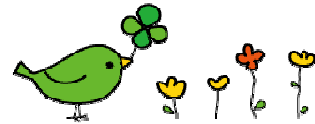
まあ、読んでもらえば分かります。(笑)

Q. 受賞作をぜひ読んでみたいという方がいらっしやると思いますが、どうすればいいですか？

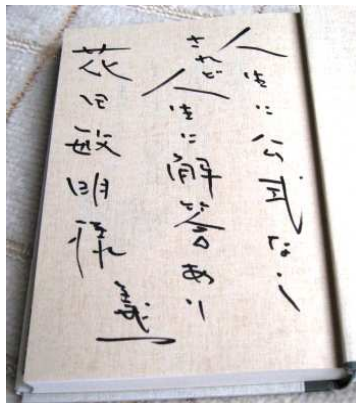
花田さん：「コスモス文学の会」の同人誌に載っています。(私のホームページにも載っています)

本は市販されていませんので、私が持っている数冊を回し読みしてもらっています。

希望の方は、連絡くださればお貸します。



★ 作家の藤本儀一さんから、今回の受賞を祝して花田さんに贈られた本とサインを、「よこがお」にも掲載させていただきました。



台にした物語。その上、現在住んでいる周りの地名や、ハイキングなどで度々行った場所が、出てくる！出てくる！一気に読みました。

主人公は私の11歳年下になりますが、当時私の祖父も塚で“伸銅所”という会社を経営し、父やその弟、妹の婿もその仕事を手伝っていたのです。工学部出身の父は、家に帰って来ても仕事の上の言葉をよく口にしていたので、その頃の生活状態や世間話の端っこが、この作品を読んで昨日のことに目に浮かんできました。

そんなに遠くないので、自分の生家の跡地、友達と歩いて通った大和川の支流、長瀬川に沿った通学路を、思い出と作品の余韻に浸りながら、ひとりでゆっくり歩いてみたいな、そんな気持ちになりました。

(2班 Y子)

★ 作品を読んだ方に、感想をいただきました。

私にとっては、車で行くと「あの数多い急カーブで酔う」とのイメージが強い高野山から始まり、そこからつながる河内の国(私が生まれ育った場所)を舞

花田さんは、阪南市文化協会文芸部に所属され、文筆活動(小説、紀行文)に精力的に取り組まれている傍ら、トレッキングや釣り、撮影紀行、寄植ミニ盆栽、園芸そしてお酒?と、実に多趣味に“定年後”を謳歌されているご様子です。ホームページも開設されていますので、気軽に花田さんの紀行文などを楽しませてもらうこともできます。(<http://www.zaq.ne.jp/hanada/>)

「我家の夏のエコ」と奥様が見せて下さった、西日を遮る見事に葉の繁ったゴーヤの棚。そこにたわわにぶら下がっているゴーヤをいただいて花田家を辞した、ちょっと厚かましい?編集部のI & Sでした。

花田さん、ありがとうございました。2作目の作品も、楽しみに待っています!!

(編集部)

《会員の自己紹介》

「さあ、描画三昧の日が来るぞ！」

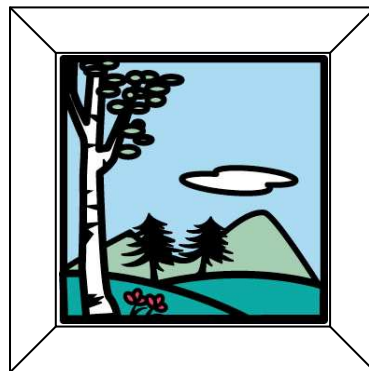
退職して5年がたちました。「退職したら、あれもしてこれもして」と思っていたのですが、準備ができていなかったもので、うろうろしている内に、5年間たっていました。ようやく、仕事の引き継ぎも終わったし、時間が自由になりました。幸いこれといった病気もなく、健康に恵まれ、これから新しい人生が始まるような気がしています。

まず、小さいころ大好きだった絵を描こうと思っています。中学生の頃までは、ずいぶん描いていたのですが、いつの間にか描くことをやめてしまいました。働かだしてから忙しくて絵を描くような時間がなかったので、「退職したら」と思っていたのですが、なかなか自分で始めることができませんでした。

4月から絵を習い始めました。同じ教室で、友だちも出来、近々一緒にスケッチに行くことになっています。

部屋も『ガラクタ』を整理して『アトリエ』(?)にしようとして準備を始めました。何だかわくわくするような毎日を過ごしています。

(12 班 IH)



みどり旬会 8月

川せに浴こい児この声こゑ続つく皆みな狩り
千秋

二ふたの腕うでのすくちの白しろむすめも夏なつ衣ころも
喜き代だい子こ

雨あめ傘かさや陽ひ傘がさにかかえかて玉たま川がわ峡きょう
すすむ

生なまきてるるの不ふ思し議ぎなほほのメめダだカかの子こ敏み子こ

梅つ雨ゆ空そらににふふと振めり返かえる夫おとこ婦めかけ愛あい
昭あき子こ

どどくだだみの白しろき花はな見みて母おと想もう
清きよ子こ



Thank you!!

★『いただきます』コーナー

「リサイクル文庫」のために本棚を！

昨年末より住民センターの1階、階段横に小さな「リサイクル文庫」を設置して、皆さんに自由に利用していただいています。読み終えて、処分するには惜しい本を寄付していただき、再活用するこの活動を、さらに充実して長く続けるために、本棚があれば整理しやすいなと思っています。

ご家庭で不要になった本棚はありませんか？
置き場所の関係で、幅90cm、高さ150cm前後のものを譲っていただけませんか？

★『さしあげます』コーナー

「まだ十分使えるけれど、自分の家ではもう使わない」そんな品物を必要とする方に活用してもらおう、という“橋渡し役”のコーナーです。ゴミの減量やエコにもつながるこのコーナーを、ぜひ利用して下さい。

ただ「よこがお」の紙上だけでは、扱える件数が限られます。そこで、市役所の入口にあるような常設のボードに、必要事項を記入したカードを貼って、欲しい人が直接提供者に連絡を取る方法などを検討中です。

ヘルシー&お手軽 レシピ

薬膳寿司



《材 料》 4人分

| | | |
|---------|-------|------------|
| 米 | | 3カップ |
| 水 | | 3カップ |
| (合わせ酢) | | |
| } | 酢 | 大さじ4 |
| | さとう | 大さじ5 |
| | 塩 | 小さじ2 |
| しょうが | ... | 40g |
| 青じそ | | 10枚 |
| 乾燥ひじき | | 15g |
| 煎りゴマ(白) | .. | 大さじ4 |

《作り方》

- ①米は洗い、ザルに30分ほどあげておき、水を加え普通に炊く。
- ②酢にさとうと塩を加え、よく溶かして合わせ酢を作っておく。
- ③ひじきは水で戻した後、熱湯で湯通しして水気を切っておく。
- ④しょうがと青じそは千切りにする。(1/2はすし飯に混ぜ、残りは上に飾る。)
- ⑤炊きたてのご飯に合わせ酢をまんべんなくかけ、切るように混ぜる。
- ⑥しょうが・青じその1/2量、ひじき、煎りゴマをすし飯に切るように混ぜ、残りのしょうが・青じそを上に乗せる。

《1人分の 栄養価》

| エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 炭水化物 | カルシウム | 塩分 |
|----------|-------|------|-------|-------|------|
| 220 kcal | 4.0g | 2.5g | 43.8g | 72mg | 1.3g |

いつでも、だれでも大歓迎！！

- ・音羽池公園草刈り(助っ人街づくり)・・・毎月第2土曜日9時から
- ・パソコン教室(初級および個人指導)・・・毎月第1・第3火曜日13時30分からと
第3土曜日19時30分から(どちらも2時間程度)
- ・緑友クラブ定例会・・・・・・・・・・毎月第2火曜日午後
- ・助っ人グループ(福祉・助け合い)定例会議・・・・・・・・毎月1回
- ・命の貯蓄体操・・・・・・・・・・毎週水曜日 10時～12時(要会費)
- ・「助っ人」ならびに「よこがお」編集部のメンバーも募集中です。

.....編集後記.....

「退職したらあれもこれも・・・とってから、アツという間に20年が経ってしまった」と笑うT氏は、わが編集部の支柱、かつ「緑友クラブ」を立ち上げ育てた、助っ人グループの重鎮です。定年後パワーを見事に地域に生かした、私たちのお手本的存在です。続かなければ・・・。