



発行 公益社団法人
武蔵野市シルバー人材センター
編集 広報編集委員会
武蔵野市中町 3-5-16
電話 0422-55-1231 (代)
URL <http://www.musashino-sc.or.jp/>

219(新年)号 もくじ

- 加藤会長より新年のご挨拶…………… 1
- 松下市長・干支会員よりご挨拶、
駐輪場管理班の表彰、新編集委員自己紹介…… 2～4
- 「突撃レポート現場へGO」…………… 5
- わたしのふるさと…………… 6
- リレーエッセイ、私のチャレンジ教室…………… 7
- 「SC NOW」、新入会員、編集後記…………… 8

新たな生活様式を 新しい事務所でスタート

— 新年を迎えるにあたって —

会長 加藤之義



新年あけましておめでとうございます。昨年は、年初に想像もしなかった「新型コロナウイルス」の発生とその対応に追われる年でしたが、会員の皆様の冷静な対応とご協力により新年を迎えることができました。衷心より感謝申し上げます。

事業実績は、コロナの影響もあり、昨年度上期(4月から9月)の4月から7月までの間は前年割れで大幅に落ち込みましたが、8月以降回復傾向を示しています。会員数は、毎月の入会説明会への参加者数の減少とコロナ禍での会員活動の不活発化から、退会者も増加し、こちらも大幅減少です。下期には、会員拡大への積極的な予算投下を試み、東部地区での臨時入会説明会実施と「会員募集」「仕事紹介」の市内全域での全戸配布チラシを2度にわたり実施するなど、懸命な展開を実施しました。

さてコロナです。国内では、一旦は収束に向かった感染状況も昨年10月から、第2波に見舞われ、地域的な偏りはあるものの、予断を許さない状況下にあります。世界的には感染者は6千万人を超え、死者も150万人に近づいています。2波・3波に襲われ、アメリカでは毎日10万人を超える感染が報告され、フランス、ドイツ、イギリス、イタリア、スペインなど欧州各国での感染拡大が続いています。他では、インド、ブラジルなどアメリカに迫る感染拡大が続いています。

武蔵野市の感染者数も毎日増加し500人に迫っています。昨年10月「絆」にもウイズコロナの心得をお伝えしましたが、再度ご確認いただき、「かからない・うつさない」の徹底をお願いいたします。

次に事務所移転問題です。私の知る限りでもここ12、3年来の会員の願いの事務所移転が今年実施できる見通しです。既に、昨年11月6日の「臨時事務局だより」でご案内のとおり、移転準備委員会を設置し着々と準備を進めております。現在の事務所が、老朽化と1、2階のエレベーターがなく、高齢化が進み会員の皆様に不自由をおかけしました。武蔵野市財政援助団体経営懇談会を通じ、会員全員のアクセスの利便性を第一に移転先候補地を協議してまいりました。幸いにして三鷹駅から徒歩可能な候補地が市側から提示され、具体化に向け調整しています。

1100名会員の皆様の一人ひとりで考えますと、アクセスの悪くなる方もいらっしゃるかもしれません。仕事の仕方が変わる方もいらっしゃるかもしれません。長年の会員の夢実現に、全会員のご理解とご協力をお願いいたします。個々の不満は、全体の満足優先でご対応ください。

(コロナ患者数は2020年11月末現在)



▲干支(丑年)の手芸品

今年は丑年（うしどし）

今年は丑年（うしどし）、子年（ねどし）に蒔いた種が芽を出して成長する時期。丑年には、先を急がず目の前を確実に進めることが将来の成功につながっていくと言われています。丑年の年男・年女の皆さんに寄稿をお願いしました。

下記のテーマで寄稿をお願いしました

① 新年の抱負 ② 私の健康法 ③ 私の趣味

江口れい子 昭和12年生 (吉祥寺北町) ② 戦前戦後の食糧難に生まれ育ち84歳、山あり谷ありの人生でしたが、欲を言うとキリがない。今、シルバーの仕事をし、社会の一員と今日一日を大切に生きられる幸せに感謝しております。	小川 蘭子 昭和12年生 (桜堤) ② ラジオ体操を始めて16年、ウォーキング会も楽しみに皆にパワーをいただき、笑顔の多い日々をと心がけ、コロナ感染を用心しつつ、7回目の干支を迎えられた事に感謝いたします。	青木如男 昭和12年生 (境) ① 新春のお慶びを申し上げます。昨年は新型コロナウイルスのため大変な1年でした。丑年の今年は、コロナに負けず邁進する所存です。一句 うまい酒うんと飲まずウーロン茶	赤澤榮一郎 昭和12年生 (吉祥寺本町) ① 医大の諸検査で嗅覚の劣化が判明。意気消沈。新年から、散歩時に綺麗な草花の薫りを嗅ぎわけ、行き交う人々の雰囲気、匂い、また自然の薫りを満喫するよう意識したい。
斎藤正樹 昭和12年生 (中町) ① 有情滑稽とは「笑いを誘う遊び心」です。楽しみと哀れみが裏腹になっている、非常に複雑な感動です。バカとハゲはどちらのほうがいいか、もちろんバカです。その様に生きたいです。	新保義夫 昭和12年生 (境南町) ① 62年間慣れ親しんで来た運転免許を、本年中に返納します。すでに6月から「車乗らない」の信念を基に、リハールを重ねてきました。家族みんなが応援しています。	小倉たい子 昭和12年生 (境南町) ① 入会して20年になります。市報配布と除草のおかげで足腰が鍛えられています。仕事の時は市内を端から端まで駆け回ります。感謝の心を忘れずにこれからも頑張ります。	小林正男 昭和12年生 (境南町) ② 7度目の干支です。コロナウイルスの影響で生活環境が変わり、外出する機会が減りました。運動不足で足腰が弱ってしまうので、ウォーキングで身体を鍛えることにします。
		中野了一 昭和12年生 (吉祥寺北町) ① 私がシルバーさんにお世話になったのが77歳の時でした。月日が経つのは早いもので、7年目に入りました。まだ元気なのでがんばりたいと思います。よろしくお願い致します。	平井雅枝 昭和12年生 (関前) ② 今まで、活躍もしてませんが、元気でこれたのも皆さんとおしゃべりしたり、簡単なスポーツをしているお蔭とします。これからも閉じこもることなく、頑張りたいです。



シルバー人材センターに期待します

武蔵野市長 松下 玲子

新年あけましておめでとうございます。皆さまにおかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より、高齢者の方々の生きがいや地域社会の活性化に貢献していただいている皆さまに厚く御礼申し上げます。

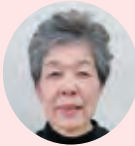
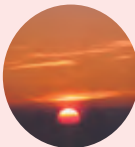
昨年は、新型コロナウイルス感染症の流行により、マスクの着用や3密を回避するなど、日本国民全体の生活様式が一変した年でもありました。高齢者の方々は感染すると重症化しやすいと言われておりますので、日常生活において、感染防止に取り組んでいただきたいと思います。

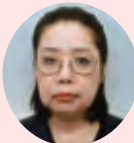
少子高齢化が急速に進展し、生産年齢人口の大幅な減少が見込まれる中で、多様な就労機会を確

保し、生きがいを持って社会参加したいと希望する高齢者の受け皿として、シルバー人材センターの果たす役割と期待はますます高まることと存じます。

市では、令和3～5年度を計画期間とする「高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画」がスタートします。本計画では、武蔵野市第六期長期計画にならい、「武蔵野市ならではの地域共生社会の推進」を基本理念として掲げ、現計画同様、団塊の世代がすべて後期高齢者（75歳）となる2025年に向けて、「まちぐるみの支え合いの仕組みづくり」の取り組みを引き続き進めてまいります。

結びに、武蔵野市シルバー人材センターのますますのご発展と、皆さまのご健康とご多幸を心よりお祈りしまして、新年のご挨拶といたします。

 伏野 嘉高 昭和12年生 (吉祥寺東町) ① 理事を辞して1年半。その間交流会、絆編集に尽力。今年は交流会に力を注ぎ、会員同士の親睦を図る企画に挑戦。そのため足腰をきたえ健康第一を目指す。交流会への多数の参加を望みます。	 藤村 錦子 昭和12年生 (吉祥寺東町) ② シルバーで週3日仕事をしています。おかげ様で風邪もひかず元気に働ける事、ありがたいです。コミセンに「転ばぬ体操」に行っています。健康のため、どちらも続けたいです。	 松浦 謙 昭和12年生 (境) ① 私は今年84歳になりますが、桜野小学校でシルバーの仕事をしていただき大変感謝しております。今年も健康に気をつけて、一日でも長く仕事を続けられるようにがんばります。	 望月光男 昭和12年生 (緑町) ① 新年おめでとうございます。市報の配布でお世話になっております。高齢な私にとっては、体を動かすのは良いと思う。昨年はコロナ禍大変な1年でした。今年は一日も早い平穏を願います。
 青木 一 道 昭和24年生 (西久保) ② 入会し7年目を迎えます。健康のためジョギングをし、大会出場を楽しみにしていましたが、膝関節を痛め断念しました。現在はプールでの水泳を、リハビリを兼ね楽しんでいます。	 有賀 克明 昭和24年生 (桜堤) ③ 登山を始めて50年以上になる。転勤族だったので全国の山を登り、百名山では80座を超えることができました。今年も御岳山での初詣からスタートし、山を思う存分楽しみたい！！	 石井 育代 昭和24年生 (中町) ① 寄稿のご依頼に改めて6巡目の干支への思いを強くしました。来し方を思いつつ、今年も健康に留意し、旅行や美術館巡りなどを楽しく元気に過ごしたいと思っています。	 石川 八重子 昭和24年生 (境南町) ② 私の健康は、今やっていますウォーキングです。ダイエットのつもりで始めてから、もう10年たちました。毎日1時間・7000歩くらい歩いています。健康は大切です。
 伊藤 百合子 昭和24年生 (西久保) ③ 私は1昨年の12月に入会しました。たくさん行事や仕事も豊富で驚いています。私は卓球が趣味でしたが、ひざが悪くなり、今度は将棋にはまりました。テレビを見て楽しんでいます。	 内山 光男 昭和24年生 (桜堤) ① コロナの影響で、体育館でのストレッチ・筋トレが出来なくなり、秋の健康診断で、体重・腹囲が大分増えてしまいました。新年に向けて、また運動を再開したいと思っています。	 海老原 光雄 昭和24年生 (吉祥寺本町) ① 昨年は新型コロナの影響で今まで利用してきた鉄道、航空も使用できず自粛の一年でした。今年はコロナの正体が徐々に解明されてきた事も有り正しく恐れて生活を取り戻します。	 遠藤 賢三 昭和24年生 (吉祥寺東町) ② 第一に規則正しい生活は言うまでもありませんが、特に食事は重要だと思います。過食は注意しています。第二は運動で筋肉の衰えを防ぐこと、第三にストレス回避のために趣味に集中。
 遠藤 みさを 昭和24年生 (御殿山) ② 私の健康法は上向き生活。手芸が好きですがやめました。数年前、首の神経が歪み顔面神経に接触、血流悪化、時々眼瞼痙攣がおきますが薬や手術は嫌い…上向きで改善するのです。	 小川 美和子 昭和24年生 (吉祥寺南町) ① 6度目の丑年にうろたえる。顔の皺は増え脳の皺は減る。が、この対極にある老化を嘆いてばかりはいられない。衰え気味の五感も頼りに、私なりに社会と関わっていきたい。	東急駐輪場管理班が会員表彰を受けました 昨年10月22日、理事会の開始前に会員表彰が行われました。表彰を受けたのは、東急百貨店駐輪場管理班の皆さん。 今回の表彰は、東急百貨店駐輪場を利用されているお客様が、自転車のカギを無くされてしまい、自転車店へカギの交換に行く際に、台車（カギがかかっているも、楽に自転車を移動できる台車）を貸し出したことが、お客様に評価されたことによるものです。東急百貨店駐輪場管理班の表彰は、白田宣彦会員の行動が評価され「サービスマスター賞」を受賞して以来ですが、今回はすべての担当者が日常的に行っている行動でもあることから、東急百貨店駐輪場管理班として表彰されました。 表彰当日は同管理班の海老原光雄さんが出席。同管理班の代表として表彰を受け、表彰状と記念のボールペンを受け取りました。	
 小椋 正 幸 昭和24年生 (西久保) ① センターに入会して早7年、その間病気もせず、就業を続けることができました。コロナ禍で今年も大変かもしれませんが、心身共に健康を維持し、頑張りたいと思います。	 兼子 利夫 昭和24年生 (西久保) ③ 私の趣味は中学から登山、高校からスキーです。両方共現在まで続いています。南米パタゴニア氷河、欧州アルプススキーと楽しんできました。これからも自然を楽しむ人生をおくります。		

小嶺千恵子 昭和24年生 (緑町) ② 健康法はウォーキングです。会社勤めのころは運動靴持参で出社し、最寄り駅から自宅まで歩いて帰宅。今は自宅近くの武蔵野中央公園をぐるりと歩き回ります。3周で約6千歩です。	菅間さと子 昭和24年生 (桜堤) ② 謹賀新年。昨年はコロナ騒ぎで自粛、自粛の大変な年。気が減入りましたが、昨年11月より市の施設が開放され、心身共に元気になりました。今年もテニス卓球で体力作りに頑張りたい。	 武井 守 昭和24年生 (吉祥寺北町) ① 年男を健康で迎えることに先ずは感謝。20年前、六甲全山縦走56kmの体験を契機に始めた山歩き。趣味のカメラ。いずれもコロナ禍で自粛の1年。今年は笑顔で平穏な日々を願う。	田中正史 昭和24年生 (中町) ② 事務仕事を卒業しシルバー植木班で働いています。仕事の成果は具体的に見え、野外で体を動かすので体調も良好です。新年、新しい仲間を募集しています。一緒に仕事しましょう。
東條 勤 昭和24年生 (吉祥寺本町) ③ 私の趣味は、テニスです。テニス歴50余年。シルバーの仕事とテニスで元気に過ごしております。地元の仲間が少ないので一緒に出来る方いらっしやればお誘い下さい。	永山 章子 昭和24年生 (吉祥寺北町) ① 趣味の読書と手芸を楽しむながら、健康のことも考え、ウォーキングを兼ねての買物、今年は更に牛歩戦術で頑張りたいと思います。	西田とみ子 昭和24年生 (御殿山) ② ウォーキング始めました。井の頭公園のコースでは、季節の空気を感じての心身共にリフレッシュ!! 続けることが大切。マイペースで歩こうと思います。	 野原 慶子 昭和24年生 (境南町) ③ シルバー人材センターの仕事で働かせていただきながら、時間を見つけては、エプロン、布に芯や裏地をつけたバッグ、マスクなどを作って、ミシンかけを楽しんでいます。
 初見 眞澄 昭和24年生 (桜堤) ① 市報配付の仕事をしています。誇れた事は一度も休まなかったです。いつも健康第一を考えて、毎日を過ごしています。これからも心くばりを大切に、若くありたいと思っています。	花立 幸雄 昭和24年生 (境南町) ② 毎日のラジオ体操と散歩、外出は徒歩で…に頑張ります。漢検挑戦・各種講座への参加などの脳活、さらにシルバーの就業をはじめ、社会との関わりを続けようと思います。	 浜 和人 昭和24年生 (境南町) ② 朝食前の早朝ウォーキングを始めて10数年。夏は良いが冬は暗くて寒くて大変。でも富士山見えたら元気増。今年も続けたい! 精神的健康法は友人との懇親会。今年こそ開催を!	 原野 清貴 昭和24年生 (境) ① 新しい年を迎えて、新たな決意に燃えましたが、何せ新型コロナウイルス感染症の流行下の中での、新しい新生活を余儀なくされました。何事も感染せず、健康の1年にしたい。
 平岡 康夫 昭和24年生 (吉祥寺南町) ③ テニス、登山、スキーに、2年前から社交ダンスが加わり、ワルツを踊る楽しみを実感し始めた矢先に、コロナ禍で非情にも当分の間延期となりました。	福谷 時子 昭和24年生 (吉祥寺南町) ① 市報配付をしています。やり始めたら早く終わらせたい性分ですが、今年も階段や段差に注意し、ケガなく健康に続けようと思います。生活にメリハリをつけてくれます。	新広報編集委員です よろしくお願い申し上げます 御殿山 遠藤 真郷  広報編集委員に就任いたしました遠藤真郷です。広告会社で営業職を中心に41年勤めてまいりました。 広告の仕事は、ある商品を的確により多くの生活者にきちんと、時には楽しく伝え購買を喚起することです。インターネットが普及してから20余年になります。コミュニケーションの方法も、SNS(ソーシャルネットワークサービス)が発達し、一人ひとりがメディアになる時代です。またその動きは、オンラインなど活発でかつ多岐にわたっています。 このシルバー人材センターの活動を、さらにいろいろな方々により良く知っていただくために、様々な工夫をしていきたいと思っています。シルバー人材センターの会員紙「絆」を通して、またそれ以外の媒体も使いながら広報活動をより多くの武蔵野市在住の皆様へ、上手にまた楽しくお伝えすることができるよう、私の職務経験を活かしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。	
 藤澤 俊郎 昭和24年生 (吉祥寺北町) ② シルバー人材に入り5年半経過しました。その間心掛けていたことは、皆さまとムダ話をすることです。それが健康法であり、また楽しみでもあります。今後ともお付き合い下さい。	 山本 哲朗 昭和24年生 (吉祥寺北町) ② 私は除草班に属しており、日々の作業時、共に毎朝行うテレビ体操が私の健康法です。お陰様でこのコロナ禍の中、毎日元気に充実した人生を送られることに感謝しています。		

突撃レポート

現場へ

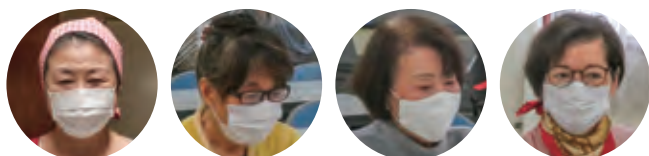


私の就業体験記

前号から始まった「私の就業体験記」、第2回の今号は「家事援助班」の皆さんに、お話をお聞きました。



「家事援助班」の巻



写真左から 吉田英子さん、根本純子さん、田中雅子さん、磯野紀枝子さん

——そもそも、家事援助のお仕事に就かれたキッカケは、何だったのでしょうか？

Aさん 私は元々、在宅介護の仕事をしていたのですが、年齢的にきつくなってきたので、シルバーに入って、過去の延長線ではじめました。

Bさん 私も、養護老人ホームなどで食事を作っていたので、やはりその関係で始めました。

Cさん 私は専業主婦だったので、家事とは違う仕事を希望していたのですが、シルバー入会時の丁寧な研修を受けて、「せっかくだからやってみよう」との気持ちで始めました。

——キッカケは色々でも、主婦業も含め、これまでの経験が活かされているということ？

全員 そうですね、結果的にはそういうことになりますね。とっつきやすかったと言えますね。

——4人1組（就業時は1人）でローテーションを組んでいるとのことですが、仕事の内容は？

Cさん 就業時間は11時から18時までの7時間です。仕事の内容は、昼食と夕食の支度、その間のオヤツの用意、そのためのお買物、お部屋やトイレの掃除、庭の落ち葉掃きまで、文字どおり、ご利用者様に関わる家事全般です。そうそう、お話し相手も大切な仕事ですね。

——お仕事をされていて、大変なこと、苦勞されるのはどんなことでしょうか。

Dさん やはり、食事の準備ですね。現在のご利用者様のご家族からは「少しずつ、色々な料理を食べさせていただきたい」とのご要望があっ



て、それに応えるのがなかなか大変ですね（笑）。

Bさん 1週間の内で、料理の内容がダブってしまっはいけないので、担当日の前の日から、頭を悩ませてしまいます（苦笑）。でも、現在のご利用者様はご高齢（94歳）なのですが、何でも良く食べていただけるので助かります。

——仕事で気を付けなければいけない点は？

Aさん あくまで「家事援助」ですので、ヘルパーさんのように身体介護はできません。また、買物では予算内に収めなければならないので、新鮮な食材が高い時など、苦勞しますね。

——お仕事をされて、うれしいこと、やりがいを感じることも、大切なことは、なんでしょう。

全員 一番うれしいのは、何と言ってもご利用者様から喜び・感謝の言葉をかけられる時ですね。疲れを一気に忘れさせてくれます。

そして、大切なのはご利用様との「信頼関係」を築くことですね。ご利用者様によっては難しい方もおられます。そのためには、お話し相手をする時も、「聞き上手」になることです。その点では、コミュニケーション力が重要になりますね。

項目	内容
仕事の内容	ご利用者様の個人宅での家事全般の援助
仕事の場所	ご利用者様の個人宅（一戸建て、マンションなど）
仕事の時間	通常7時間程度/回 例：11時～18時
就業の人数	1人勤務 4名1組のローテーション
平均的収入	4～5万円/月 1人 ※配分金1,080円/時
事務局担当	井 田

私のふるさと

—— 第25回 福島県大沼郡会津美里町 ——

中町
田中 光子 会員



★今回はシルバー人材センターに来所中の小物班・田中光子さんに、会津の農家の暮らしや春夏秋冬、自然の営みに根づいた折々の思い出をうかがいました。武蔵野市中町在住のおば様宅からタイプの職業訓練校へ通うので18歳で上京なされた。農家の営みは天候に左右されるのでご苦労も多かった？ と思いきや、雪に包まれたご実家の写真を見せてくださり「子供の頃って何でも楽しかったわ!」とおっしゃる田中さんです。

●家族は両親と5人兄弟姉妹でしたが、1回り上の姉が早くに結婚したので1つ屋根の下には4世帯計13人が暮らしていて、みんなが揃うと賑やかでした。写真手前は農器具等を入れる納屋、白い所は母家の屋根（茅葺き）、奥に蔵等があります。子供の頃は今より大雪でしたから、屋根の雪降ろしをすると階段状にして2階から出入りするほどでした。入口を入った所が土間、右側には馬小屋があり、当時ほどの家でも大事な家族の一員でした。その先をあがると囲炉裏のある団欒の場。囲炉裏の上には煙出しの屋根付き吹き抜けがあって隙間からチラチラ雪が舞い込むのも、東京暮らしの方が長くなった今思い出すと懐かしい冬場の風情だったと思います。



▲雪にうもれた会津のご実家

農家の生活は季節毎にその時期しなければならない仕事があり、農繁期に休む間を惜しんで働いている大人の姿を見ると、子供たちは言わずともそれぞれにできることを手伝っていました。私はご飯時に家の側の畑から野菜を採ってきたり、お米を研いだりしたのを覚えています。馬の世話や田植え前の代掻きの時に馬の手綱を引くこともありました。福島は空気も水も美味しいので稲作以外に果物栽培も盛んで、バナナとミカン以外何でもできます。(笑)

我が家では跡取りの姉と結婚してくれた義兄が農業学校出なので、果物以外にも葉タバコや朝鮮人参等の実験栽培を行い、農協を通して成果を周辺農家に推進する仕事をしていました。葉タバコ作りは一家総出でする大変な仕事で隣近所の助け合いも必要でした。大きな葉を一枚一枚カラカラになるまで乾すので、天日干し中に雲行きが怪しくなると、葉タバコを雨で濡らさないようにと、遊んでいても子供たちは急いで家に帰って取り込みます。体が自然に動いていたような…

★豊かな自然の懷とともに学び、遊び、働きの生き生きした日々が想像できます。

●山一つ越えた先の学校へは、周っていくと遠いので時々山中の近道を通ることもありました。熊を見かけたこともありましたが、親とはぐれた子熊を保護して庭先に犬のように鎖で繋がれていたりするのを、学校の行き帰りに撫でたりもしていました。学校行事で季節感があって面白かったのは「イナゴ捕り大会」と「雪の教室掃除」。イナゴ採りは秋の授業中、数日間に及ぶ競技大会のようなもので、たくさん獲った子はノートや鉛筆等の賞品が貰えます。集めたイナゴは親と先生たちが茹でて業者に買い取ってもらい、甘辛の佃煮として物産店に並びます。稲に集っているイナゴを手拭いで作った袋に集めていると中でガサゴソ動くから虫に弱い子は大変でした。私は脚のある虫なら（ゴキブリでも!）平気でつかめるけれど、胡麻の枝に付いている緑黄色鮮やかな親指くらい太く長い芋虫や、春先の田んぼに一面ピンクのレンゲの花が咲いているのはとてもきれいだけれど、時々その下に蛇の赤ちゃんがいたりすることあって私は苦手了近寄れませんでした。



▲お姉様と一緒に

収穫が終わった秋の田んぼはどこまでも広々して、しばし子供たちの格好の遊び場でした。年齢差関係なく、みんなで一緒に遊びました。雪が積れば、真っ白い雪の上に円い渦巻の一本道を掘って中心からと終点からヨーイドンでスタート、出会ったところでジャンケン。負けた方は次が出発して早く相手の陣地に至れば勝ちという遊びもしました。もう一つ楽しかったのは冬の教室掃除で、窓から雪をどんどん放り込んで椅子（昔は木製でした!）や長靴で床をゴシゴシ擦る、たちまち雪は真っ黒になってとても面白かったけれど、後始末が大変。とにかく子供時代って昔は今よりも春夏秋冬それぞれの農作業や遊びが季節の移ろいと色濃く結びついて鮮やかな思い出となっています。

★熊が人家や学校に出没して負傷者が出たというニュースはこの秋、以前より増加しています。田中さんの子供時代は人と熊が、それぞれの生活圏からはみ出さない自然のルールが守られ、このような不幸な遭遇は避けられてきました。環境破壊、地球温暖化、人口増加、生活の変化等、様々な要因が挙げられます。ふるさととは懐かしむばかりでなく、大切に守っていききたいものです。（聞き手：高山編集委員）



リレーエッセイ

登頂後の

生ビールを楽しむに

吉祥寺本町 藤岡 和

みなさま、明けましてお目出
とございます。

皆様、さまざまな趣味をお持ちで、お楽しみかと思えます。私も若い時から、オートバイ、登山、スキー、ヘラブナ釣り、車、ゴルフ等を楽しみ今日に至っております。中でも長いのが登山、釣り、ゴルフ、今でも大いに楽しんでおります。原稿締め切り直前に行った登山をお話したいと思います。

2020年11月7日(土)奥多摩・三頭山に女房と登ってまいりました(最近、もうトシではないからと単独で行くとしかられます)。三鷹駅からホリデー快速に乗り、武蔵五日市駅より急行バスで都民の森に。ここからいよいよ登山開始です。普段は平日の人の少ない所をゆっくり

歩きたいのですが、今回は接続が良いので土曜日に決めました。

東京と山梨の県境にまたがる位置にあります。小さな峠まで30分登ると一気に勾配が増した登山道になります。ここから2時間、下山後温泉で飲む生ビールだけを楽しみに、あえぎあえぎ登ります。高校、大学、社会人と、山の会を作り、北・南・中央アルプス、ハケ岳、関東の主だった山々を楽しんだあの足が嗚呼。帰りは登り下りのタフな3時間で檜原村数馬の湯に飛び込みました。

生ビールの味は格別で、山の楽しみの半分はこれがあるからです。本日の歩数2万6千歩、14kmでした。



▲あえぎあえぎ登った
奥多摩・三頭山山頂で

私のチャレンジ教室

波瀾万丈の四国遍路旅

四国遍路旅は、四国88寺を巡拝する距離約1,200km。1日40km歩いても30日を要する。

初めての遍路旅は20数年前の2月。最も寒い時期であった。当時はインターネットなどという便利な環境がなかったので、毎日留守宅にハガキを書いた。足マメに泣いて、毎日マメつぶしに勤しんだっけ。10日目、高知県に入って、たまたま無料遍路宿に遭遇。花卉栽培農家で食事・宿泊・風呂も無料。日中は花球根の掘り起こしと整理作業をするということで、足マメ治療も兼ね、1週間ほど滞在した。

延べ37日間の旅を終えてカミさんから聞いた話。私が過ごした無料遍路宿は田舎で郵便ポストも無く、音信不通ゆえ、もしかすると行倒れor野垂れ死にを心配して、近くの遍路宿に電話して搜索を頼んだそう。関係者から、そのような人は見かけていないなどと貴重な情報をたくさん頂いたと申しておりました。その後、私からのハガキが届いて一安心。お世話になった方々へお礼とお詫びの電話をしまくったということでした。

数年して、NHKに何周も遍路旅をしているご老人が紹介さ

吉祥寺本町 安田 享祐



れ、その後、指名手配の殺人犯として逮捕されたというニュースに遭遇。実は私がお世話になった無料遍路宿で一緒に農作業をしたご老人がその人だったのです。彼にとっての遍路旅はおそらく懺悔の旅だったのでしょう。

ひろば



古今集で古典遊び

交流会
からの
お知らせ

「おしゃべり会」の一環として、昨年10月7日（水）10時から、センター2Fで柴田潔さん（境南町）を講師に迎えて「古今集で古典遊び」が開かれた。参加者は10名。

柴田講師が、有名な紀貫之、在原業平、小野小町の和歌を、当時の世情を交えながら、また百人一首と比較しての歌の一首一首を、分かりやすく説明。普段あまりなじみのない和歌の心情を醸し出し、和歌のおもしろさを再認識したひとときとなった。

また、多くの和歌の中に「詠み人知らず」の恋歌も多数あり、次回への余韻を残した会となった。

お知らせと訂正

昨年11月18日（水）計画しました「下町を歩く葛飾柴又寅さんツアー」はコロナ禍で中止いたしました。

<訂正>

絆第218号P7 ×山田洋二監督 ○山田洋次監督

バラの香りに包まれた鑑賞会

何とか天気にも恵まれた昨年10月28日（水）、13名の参加者が集まり、早朝9時15分に三鷹駅を出発。一路、横浜イングリッシュガーデンに。

園内は、秋バラの中にハロウィンの飾りつけもいっぱい。仮装した子供たちが写真を撮ったりしてにぎやか。私たちのシャッターチャンスには、少し時間がかかりましたが…。

中華街では、オーダーバイキングの昼食で、たくさん食べてお腹いっぱいになったところで解散しました。横浜駅までは、ベイサイドブルーライン（2両連結バス）を利用でき、楽しい一日でした。



▲楽しく過ごして笑顔がいっぱい

むさしのSCトピックス

- 10/1(木) ……リサイクル班が自転車無料点検を行いました。(武蔵野市シルバー人材センター)
- 10/20(火) ……5ブロック安全就業推進のつどいが開催されました。(スイングホール)
- 11/13(金) ……出張入会説明会を開催いたしました。(武蔵野公会堂)
- 12/2(水)・7日(月)・9日(水)・15日(火) ……未就業者懇談会を計4回開催いたしました。(武蔵野市シルバー人材センター)

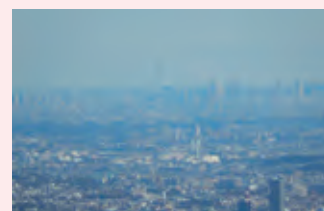


▲未就業者懇談会

編集後記

コロナ禍、久しぶりに、好天の中、山歩きに挑戦してきました。裏高尾の小仏から景信山を登り城山、高尾山を経て高尾駅まで歩きました。コロナ禍以前では高尾山頂上は中国語が氾濫していましたが、今回は関西弁が耳につき、関西からの旅行者が多いと感じました。人それぞれ、今をいかに楽しく生きているかを、その折々の雰囲気、時の流れを感じるところがありました。

H.ANDO



▲景信山東側：東京スカイツリー