日野原重明記念
いきいきライフ千葉
会報　2021年４月　１４号

故 日野原重明先生

発行　日野原重明記念
「いきいきライフ千葉」
会長　植村　研一
事務局　〒266－0032
千葉市緑区おゆみ野中央 5-12-2
Tel＆Fax　043-292-5209
事務局長　熊谷　勝弘

鮮やかな梅の花に包まれた法華経寺の大仏様

2月20日から3月3日まで市川市と船橋市中山地区で恒例の「中山おひな祭り」が開催されました。その中の一コマ。本文をP3に掲載しています。

写真提供　大崎豊太郎さん（市川市）

千羽鶴を贈呈

事務局長　熊谷　勝弘

新型コロナウイルス感染の収束を見通せない中、三月二十九日（月）、千葉市内にある特別養護老人ホーム「セイワ若松」さんを訪問し、職員・入居者の皆さんへの応援の気持ちを込めて本会で作成した千羽鶴を贈呈させていただき、ロビーの一角に置かせてもらいました。

この新型コロナ感染禍でホームの職員の皆様や入居者の皆様の感染防止への労苦、感染の恐れは、それは大変なものだったことと思います。これを機会に少しでも気持ちが癒されれば幸いです。

本会では十二月の世話人会で、医療施設、福祉施設等での苦労されている状況に対して何かできることはないかについて検討し、千羽鶴を折って届け応援することにしました。

その最初が今回の「セイワ若松」さんへの贈呈で、コロナ禍の大変な中にもかかわらず快く贈呈を受け入れていただきました。

「セイワ若松」ホーム職員の皆様と一緒に

贈呈した千羽鶴

特別養護老人ホーム「セイワ若松」の建物　（千葉市若葉区）

※ 本会報P10「おしらせ」に今後も送る「千羽鶴」用の折り鶴提供のお願いが掲載されています。そちらもご覧ください。

［巻 頭 言］

コロナウイルスとの闘いはまだ続く

浜松医科大学名誉教授
日野原重明記念「いきいきライフ千葉」
会長　　植村　研一

毎日の新聞(読売)に世界の 32 ヶ国と日本国内県別のコロナウイルス感染者数が報道されている。それぞれ人口の違う国や地域の感染状況を比較検討するには、新聞に報道されている感染者数を比較しても始まらない。人口 10 万人中の感染者数で表現される、感染率で比較検討するのが妥当である。

私が集計を終えた 3 月 16 日の数字で見ると、日本を含めた 33 ヶ国の感染率は、
1 位イスラエル 9,320 人、
2 位米国 8,894 人、
3 位ポルトガル 7,983 人、
4 位ベルギー7,041 人、
5 位スウェーデン 6,9224 人で、**日本は 25 位 355.5 人**で、際立って少ない国は、30 位タイ 38.8 人、中国 7.0 人、台湾 4.2 人、ベトナム 2.7 人である。最多のイスラエルの感染率が最少のベトナムの 3,452 倍、日本 26.2 倍であることは大変な驚きである。これだけの大差を人種や生活習慣などで簡単に説明はできない。

そのような差のない日本国内に限って県別の感染率を比較してみると、1 位東京 829 人、2 位沖縄 583 人、3 位大阪 548 人、4 位神奈川 505 人、**5 位千葉 446 人**であり、少ない県としては 43 位宮崎 18.2 人、44 位和歌山 12.8 人、45 位山梨 11.7 人、46 位富山 8.8 人、47 位鳥取 3.7 人である。最多の東京が、最小の鳥取の２２４倍もあるのも驚きである。

やはり人の移動、３密(密閉・密集・密接)がかなり影響していると考えざるをえない。

ペニシリンやストレプトマイシンに代表される抗生剤の発見によって細菌による感染症は、抗生剤が細菌を殺すので劇的に克服された。細菌の方も変異して抗生剤が効かなくなるが、また新しい抗生剤が開発されて克服するという細菌と医学の戦いは続いてはいる。

しかしウイルスを殺す抗生剤は未だ発見されていない。コロナウイルスで使われている薬はウイルスの増殖は抑えるが殺すわけではないので克服できないのが最大の問題である。ウイルスが体内に入るとそれを殺す抗体が産生されるので感染した人が助かるのである。そこで無毒化・弱毒化したウイルスをワクチンとして接種して予め抗体を作っておいて感染を予防したり、例え感染しても軽症ですむようにするのが今行われているワクチン療法である。70%以上の人が免疫を獲得しないとウイルスはなくならないと言われている。ワクチンを怖がって 30%以上の人がワクチン接種を拒否すれば、このウイルスとの闘いは終わらない。ワクチン接種をして自分だけは感染しない努力をするしかない。

ぶらり散策

市川市・船橋市の中山地区

中山のおひなまつり

投稿　大崎豊太郎（市川市）

2月20日から3月3日まで、市川市と船橋市の中山地区で、「中山のおひなまつり」が開催されました。

今年は、新型コロナウィルスの影響で、中山法華経寺での行事は規模が縮小されています。節分の豆まきは中止、例年4月に開催される春の骨董市も行われないそうです。冬の百日修行も一部の寺のみで行われました。

1　法華経寺参道の商店街

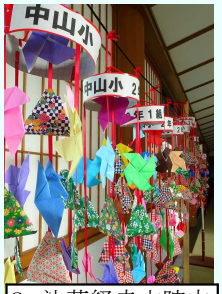
お雛（ひな）様は、JR下総中山駅から参道商店街（写真１）、法華経寺周辺、さらに若宮3丁目までの寺社やお店など、約８０カ所に飾られました。

その中の一つ、安房神社に行ってみました。本殿には紅い毛氈を敷きつめた七段飾りのお雛様が金の屏風を背にして厳かに佇んでいます。（写真２）

両親に手を引かれて見に来ていた女の子が一言「**りっぱだね～**」と感動の声を。

2　安房神社、七段飾りのお雛様

法華経寺本院入口には折り紙のつるし雛が、風を受け踊っているようです。このつるし雛は、近隣の幼稚園、小学校、商店、公民館などの皆さんの手作りです。各商店、社寺等に貸し出され、見学者の目を楽しませています。（写真３）



3　法華経寺本院内のつるし雛

「この催しは、今年で11回目になります。『中山まちづくり協議会』のおひなさま部会が中心になって実行しています」と参道脇の生花店「花吾商店」の奥様が話して下さいました。

また、「駅や銀行、社寺などに飾る七段のお雛様は、千葉県のいろいろな方々から提供していただきました。お雛様を出すことは、お嫁に出すような気持ちでご提供いただいたものです。ですから、提供された方が見に来られ、その関係者も来られます」とも。↗

↗可愛いお雛様を見つけました。お寺の本堂入口に飾られた兎のお内裏様とお雛様。（写真４）見学者がいない時は、きっと二人でお話をしていることでしょう。

4　兎のお内裏様とお雛様

昨年は、関連イベントとして、ソプラノ歌手のコンサート、お茶席、お汁粉の振る舞いなども体験しました。それらは来年以降のお楽しみに。

この時季、法華経寺境内の大仏様は、鮮やかな紅梅の花に包まれます。（写真５）

なお、参道や境内を桜が彩るのは、例年3月２０日前後です。

5　法華経寺境内の大仏様

お土産情報！この期間限定で販売される「おひなさま煎餅」。ふだんは「中山大仏煎餅」（瓦せんべい）。（写真６）　パリッと割れ、ほのかな甘さでお茶うけにぴったり。

6　法華経寺　おひな様煎餅（ふだんは中山大仏煎餅）

「法華経寺には、鬼子母神様が祀ってありますので、中山は『子育てのまち』ということで、子どもたちが健やかに育っていくよう願いを込めて行っています」という生花店の奥様の言葉が心に残りました。

日野原先生のメルマガより

変えられないと英知が教えるものには忍耐を、変えられると天が告げるものには勇気を。

日野原重明

故日野原重明先生

☆ より良い人生を手に入れる ☆

生まれ持った体質や病など、変えることができないことには耐えましょう。しかし、日ごろの生活習慣やものの考え方など、より良く変えられるものに対しては勇気をもってすぐに変えてみましょう。

そうすることでより良い人生が手に入ります。

コロナウイルスと共に生活しましょう！

投稿　平山健治（千葉市）

「コロナウイルス」の言葉を聴きまして1年が過ぎました。更に蔓延し収束する時期が見えません。「ウイルスに負けるな！」「ウイルスと共に生きよう！」 分からない所に存在するコロナウイルスに対して、正しく恐れて昨年よりさらに改めて目標を持つことにしました。

A：今まで続けています　朝７時１０分から約５０分間・・・登校時の交通誘導

近隣の小・中学校の子どもたちが安心して安全に通学できるよう交通誘導をしています。一方、子どもたちからは「おはようございます」と朝から元気をもらっています。

B：歩いています・・・１日１０，０００歩を基準に歩き方を工夫しながら

千葉市保健局主催の「千葉市ウォーキングポイント」の基準「1 日 6,000 歩」より多く、「1 日 10,000 歩」をノルマに歩き方を工夫しながら歩いています。

歩き方の工夫では、姿勢は垂直に近く（多少背骨の関係でちょっぴり前傾傾向）20～30m先を見て（頭部は垂直に上になる ＝ 頭部は体重の約8％ゆえ）。足はかかとからつま先に移動して歩き、両腕は後方に強く振ります。すると80歳のじいさんですが10歳若く見ていただけます。ただし、すでに固まってしまった身体の方は無理しないようにしください。

C：歩くコースは・・・千葉市内を毎日コースを変えながら、歩行距離は月に合計で490Kmにも

千葉公園の綿打池を１周（600 m）→ （市図書館を兼ねた）市生涯学習センター → 千葉駅を経由千葉市役所 → （天気の良いときポートタワーまで）県庁 → きぼーる → 文化センター（中央公園）→ 市民会館 → 我が家に帰着

スマホの歩測計によりますと 12,000 歩は軽く、歩行距離が 9Km 近くになります（歩幅を 0,74 ～ 0,75 mとして）。その計算で１月は約 363Km、２月は約 491Km 歩きました。歩いているときは呼吸のしかたを気にしながら速度も考えています。誰もいないところでは丹田から大声を発生し、童謡・唱歌・昭和歌謡をハミングしたりします。

公園・各家庭で咲いている花や道ばたの雑草を見ることもできますし、雨の日は自然の姿があり、趣が違います。

生涯学習センター・きぼーる・文化センター・市民会館などでコンサート・講演会・研修・勉強会などが開催されているときは、コロナウイルス対策を十分とってあるので、ウォーキングを兼ねてパートナーと参加・出席します。「1日を一生」と思い、好奇心を持ち、コロナウイルス時代を正しく恐れながら生きていきたいと思っています。

← 千葉市内であれば JR 千葉駅東口広場の「千葉市観光情報センター」（左写真）にてコースを組み立てるための資料を得ることができます。　左写真は筆者

チバニアンの地層見学会

２０２１年３月１８日　市原市田渕　熊谷勝弘

満開の菜の花に迎えられて集合駅、小湊鉄道月崎駅に入る列車。

コロナ禍を忘れさせるような陽光と心地よい風を感じながら、自然豊かな山里、市原市田渕にチバニアンの崖を訪ねました。

現地への道すがら、色とりどりの春の野草の中で、あちこちに咲いているタンポポはすべて在来種のカントウタンポポ。今では市街地はほとんど帰化種のセイヨウタンポポに替わってしまいました。

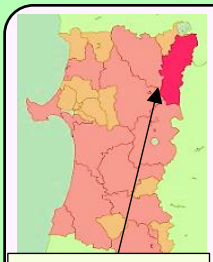
養老川に降り立つと、無言の崖があるだけ。しかし、ここが今から約77万年前に深さ600～700mの海底であったこと。それが隆起して現在陸になって目の前にあるということをどう感じ取られたでしょう。写真にある崖はほとんどはカラブリアンというチバニアンより一つ古い時代の地層。チバニアンの時代の地層はその上に乗っています。その境界には地磁気が逆転した痕跡が残っているという。しかし微弱ゆえ方位磁針では何も反応しない。見た目も区別がつかない。でもこの境界は世界で唯一この時代境界の模式地として認定され、時代名を「**チバニアン**」と命名されました。

崖の前、説明を聞く参加者の皆さん

こんな地味で異質な人気スポットですが、人間の歴史とは比べようもない、悠久の地球の歴史の一端を覗かせる小窓としての魅力をもった場所と言えます。

１０３歳のつれづれ

投稿　　小田玉子（秋田県鹿角市）



秋田県鹿角市

会報を楽しみに読ませていただいています。何年か前になりますが、北東北青森の「新老人の会」の総会に一人で出席をし、「新老人の会」に入会しました。秋田県からの参加者は鹿角市からの私と能代市からの医療関係理事長Ａ先生の二人だけでした。

その後 Ａ 先生は秋田支部を立ち上げるのに尽力され、私は名ばかりの副代表となりました。９５歳頃から骨折や病気で入退院を繰り返す中、あまりお役に立つこともなく一会員として協力させていただくようになりました。それでも「新老人の会」の３つの目標は私にとっては大切な生活の支えになった気がします。

「 愛 」は人や自分に対する寄り添いの気持ち、「 創 」は希望を持ち続け、一歩踏み出す勇気、「 耐える 」は私欲を控え、苦しみを超えようとする気持ち・・・と。

筆者 100 歳旅先にて

しかし､Ａ先生が大変な努力で創立された｢新老人の会｣秋田支部ですが、日野原重明先生がお亡くなりになった後は、次第に会員数も減っていき、とても残念なことですが閉じることになりました。私もあと２０年若ければもう少しは参加・活動できたのにと思ったりもしました。

ところで、私の健康についてですが、昨年の７月頃から右目の周辺が痛くなり、しばらくすると頭痛もしてきました。お医者さんに看ていただいたら危ないところだったとのこと。また９月頃からは背中の上部か痛くなり、夜中に目が覚めるほどの激痛がありましたが、皮膚科に連れていってもらったおかげで楽になりました。

最近は文字は書きにくくなりましたが、日記や手紙をよく書いたりしていますし、食事の際もゆっくりになりましたが、箸を持って普通に食べています。

娘夫婦が送ってくれる日野原重明記念「いきいきライフ千葉」の会報を隅から隅まで読ませていただいています。多方面からの情報、いろいろな方の経験談や思いを知ることができました。そのため私も入会と、今思っていることを書いてみる気になりました。

103 歳お誕生日曾孫さんと

大正・昭和・平成・令和を生きてきて､今私が一番気になることは､日本の人口減です。中でも出生率の減少の懸念です。２０年、３０年を見通した対策が今こそ必要に思えるのです。若い世代には、中学生・高校生への命や生き方への指導、女性が安心して生きられる家庭や職場づくり、出産や子育ての予算支援等々。

昔のお話ですが、千利休が自害の場面で、娘の吟が｢私も父上と共に｣と言ったという。利休はその時「吟は次の世代のために子を産み育てよ」と伝えたという。いつの時代も次の時代を担う人を残すことは大切です。過去のことになりますが、数千人の赤ちゃんを取り上げてきた私の切なる願いなのです。

私は今年の３月で１０３歳になりましたが、日野原重明記念「生き生きライフ千葉」の会員、そして会報の愛読者としてどうぞよろしくお願い致します。

防災の備えあれば憂いなし！

世話人
地域防災士　五日市誠藏

東日本大震災から10年！復興復旧は道半ば！

東日本大震災は地震･津波･原発事故による放射能汚染の複合災害でした。皆様も色々被災者に寄り添いご支援を頂いたと思いますが、被災内容や地域に格差が有り道半ばの状況です。今後も被災者に寄り添う支援をお願いします。皆さんはこの大震災から何を学び、今後の防災減災に何を活かし、そして後世の方に何を伝承されますか？　課題は山積しています。

← 津波にのみ込まれた石巻市立大川小学校の慰霊碑 訪問時筆者撮影

被災体験を活かした備えで成果をあげています。

地球温暖化による異常気象被害、地殻運動の活発化による地震や火山の噴火が多発していますが、備えの進化で被害が少なくて済んでいます。
残念ながら私達は深刻な被災体験が無く防災・減災への備えが不十分ではないかと心配です。明日は我が身と思い備えを強化しましょう。

巨大地震･火山の噴火等の発生が差し迫っています。

地震動調査研究推進本部の地震動予測では千葉市周辺は今後３０年以内に震度６以上の地震発生が８０％前後だと予測されています。　富士山の噴火も懸念され、大噴火した場合のハザードマップが先日公表されました。

大災害発生を前提に防災施設を建築中です。

地震と津波で大きな被害を受けた九十九里海岸周辺では ①飯岡漁港近くの「潮騒ホテル」の外階段利用で屋上に６００人収容出来る津波避難所。　②片貝漁港近くの「海の駅九十九里」では敷地内に１４６人収容出来る鉄骨の津波避難タワー。　③山武市の海岸近くに３００人収容出来る人口の山を津波避難所として築く等迫りくる大災害への備えを強化しています。　被災者支援は自助、共助、公助の順です。　　１週間は自助で持ち応える備えをしましょ

東日本大震災　千葉県旭市
津波被災　筆者撮影

新型コロナウイルス問題下での避難所利用

感染防止、人権、プライバシー保護等のため避難所収容人数が大幅に少なくなり、見直しをされています。何処の避難所が利用出来るか？時々確認しておきましょう。
避難所は必ずしもベストでは有りません。
自宅避難、テントの活用、自家用車の利用等自分や家族　にあった避難を検討　しておきましょう。

東日本大震災　仙台市内の仮設住宅集会所慰問時筆者撮影

東日本大震災から10年

2011年3月11日(金)14:46
マグニチュード　9.0
震　　度　　7
福島原発　1･2･3号機　核燃料溶融落下

2021年3月11日(木)現在
死　者　　19,747人(災害関連死含む)
行方不明者　　2,556人
住宅被害　　122,005戸
人口減少(岩手･宮城･福島)　38万人
福島原発　1･2･3号機　溶融落下核燃料の処理見通し立たず
処理冷却水120万トン
タンクの建設用地逼迫

食品ロスを考える・・・

本来食べられるのに捨てられてしまう

食品ロス問題はSDGs（国連の持続可能な開発目標）で指摘されています。

熊谷 勝弘

1

現在、世界で11人に1人が毎日満足に食事が得られず、飢餓に苦しんでいます。
これは世界人口の8.9%にあたる6億9,000万人もの人々が苦しんでいるということ。

ところが すべての人たちが十分に食べられるだけの食べ物は生産されている。
毎年世界では、約26億トンの穀物が生産されていて、もしこれが世界に住む77億人に平等に分配されていれば、1人当たり年間340キログラム以上食べられることになります。
日本人が実際に食べている穀物は、年間154キログラム。 世界では穀物に加えて野菜なども生産されていますし、在庫も有るので、 それらを含めると食料は毎年約40億トンになります。

2

飢餓は食べ物の生産量が足りないから起こるのではないということであれば、飢餓の原因は？

原因は いくつか挙げられます。

① 異常気象による不作での収入減や気候変動・政情不安・投機等による価格の高騰で必要な食料が買えない。
② 人間の食料が家畜の餌や燃料などに使われてしまう。
③ 経済的貧困のため管理保存技術不備で食べられなくしてしまう。
④ **食品ロス（本来食べられるのに捨てられてしまう）**

国連食糧農業機関（FAO）によると、世界で人間が食べる目的で生産された食料のうち、農場から加工場、市場、小売業者、飲食店、家庭の台所へと流通していく間に3分の1が毎年捨てられてしまうと報告されています。④の理由によるのです。

3

国際社会と食品ロス ・・・食品ロスが生じる背景

開発途上国では、消費者段階で食品ロスは極めて少ない。 貧困と限られた世帯所得は食料を捨てることは許されない なぜなら、開発途上国の消費者はその時々で必要な食料品を少量買うのが一般的で、たいていの場合、その日の食事にちょうど足る量しか買わない・買えないからと考えられています。

先進工業国では、豊かさと消費者の態度が大量の食品ロスにつながっている。 利益追求のための大量生産・大量流通と消費段階における食料を捨ててもただちに困らない裕福さによる余裕があるためと考えられています。

4

日本の食品ロスの現状 ・・・食品ロス大国日本

日本における「食品ロス」は612万トン。 （農林水産省及び環境省「平成29年度推計」）

- 事業系（製造業・小売業・外食産業）328万トン（54%）
- 家庭系 284万トン（46%） ←

家庭からまだ食べられる食品の捨てられる量が、捨てられる量全体の半分近くもあります。

家庭でまだ食べられるのに捨てられる食品は、

- 国民一人当たりに換算すると茶腕約1杯分（約132g）のごはんが毎日捨てられていること。
- 国連が世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた食糧援助量（平成30年で年間約390万トン）をはるかに超え、約1.6倍に相当します。また、日本の平均年間米生産量約800万トン弱の76%です。

日本は食糧自給率が先進工業国中では非常に低く、カロリーベースで38%（令和元年）です。 そのため世界中から大量に輸入しています。 しかしその多くを食べずに捨てています。 その分が毎日満足に食事が得られず、飢餓に苦しんでいる人々に援助として直接回されたらどんなに助けられることでしょう。 あるいは、食品ロスを減らした分、世界からの輸入が減れば国際価格の低下にもつながり、苦しんでいる人も今よりは買いやすくなるはずです。 私たちは飢餓に苦しむ多くの人々の存在や食品ロスの実態を知り、それがどんな結果をもたらしているのかにもっと想像力をはたらかせることが必要なようです。 P 7

短　歌

投稿　林田富子（千葉市）

早春の
枯野に生(あ)れし蕗(ふき)の薹(とう)
淡きみどりの衣装まといて

梅香る
野辺に春呼ぶ蕗の薹
〝もういいかい〟
〝まあだだよ〟

フキノトウ

いち早く
出づれば摘まる蕗の薹
黒き涙の指先に落つ

茹で晒し
絞り刻みて味噌和への
蕗の香満つる夜明けの厨

五十年目の
蕗味噌仕上げふと思ふ
夫(つま)と娘等(ら)との昭和の朝餉(あさげ)

令和三年　如月詠

令和2年度「第4回歩こう会」を終えて

世話人　有村　長

令和3年3月25日「第4回歩こう会」を実施しました。

緊急事態宣言の解除後すぐでしたので、「花見」部分は中止しての一年ぶりの歩こう会でした。

定刻参加者12名が「千葉駅東口ふくろう交番前」を出発、途中「きぼーる」でトイレタイムをとり、休みなしで「県立中央博物館正面入口前」に向かい約1時間で到着しました。休憩後、県立中央博物館から隣の「青葉の森公園」に移動し満開の桜の木の下で記念撮影後、現地解散しました。

好天、桜も満開で楽しい一日でした。

新型コロナウイルスの終息を願いつつ
満開の桜の下で記念撮影

最近出会った人生の指南書紹介

世話人　五日市誠藏

私はお陰様で元気で満75歳の誕生日を迎えました。自分の今があるのは社会のお陰です。これから、後期高齢者でも出来る社会貢献で世間に恩返しをしたいと思っていた矢先に出会ったのが、竹内均（東京大学名誉教授）編・解説「渋沢栄一　君は、何のために働くのか」です。渋沢栄一の教えを仕事や実生活に活かせるよう解説した良書です。

渋沢栄一は大河ドラマ「青天を衝け」の主人公で、2024年から1万円札の顔になります。時代に翻弄されながら論語に基づく利他の信念で経済と道徳の両立を実践した尊敬する大先輩です。500社以上の会社設立と経営に関わり、70歳で実業界を引退後92歳で没するまで、社会、教育、文化等600以上の公的事業に尽くし、正に生涯現役を貫いた生き方に感銘を受け見習いたいと思います。

現在、企業は65歳まで雇用義務が有り、更に今年の4月以降は70歳までの働ける機会を確保することが努力義務となります。

体に良い食事、適度な運動、前向きな考え、ストレスの少ない労働が健康長寿の秘訣と言われます。この本は私達の人生の指南書として一読の価値があると思いましたので皆様にご紹介します。

出版社　三笠書房
価　格　一五四〇円（税込）

サークル・同好会の活動

2021. 4 ～ 2021.6

	火曜日		木曜日	
	午 前	午 後	午 前	午 後
第1週		カラオケ		
第2週	歌 声	吹矢		
第3週		カラオケ		
第4週	歌 声	吹矢		学ぶ会

①「コロナ」感染予防の関係で、楽しい歌声サークルは前半と後半の2つのグループに分けます。
★ 前半グループ　同日午後にある、吹き矢サークルに加入していない人.。
★ 後半グループ　午後の吹き矢にも加入している人。

②「コロナ」感染予防の関係で予定が変更になる場合があります。　確認は表中の担当世話人または幹事へ。

活 動 名	開 催 日 時	場　　所	世話人・(幹事)連絡先 TEL＆FAX	参加費
楽しい歌声サークル	第2・4火曜日 コロナのため２部制	千葉市文化センター6F 第2リハーサル室	福澤典子(世話人) 047-377-1057 国吉美津子(幹事) 043-241-9594	１回 500円
	★ 前半グループ　9:30～10:30　4 月 13 日より再開 ★ 後半グループ　10:45～11:45　状況により変更あり		状況により変更あり	
スポーツ吹矢サークル	第2・4火曜日 13:30～15:30	千葉市文化センター6F 第2リハーサル室	有村　長(世話人) 043-246-2981	月額 2,000円 (2回分)
	緊急事態宣言中は休止　解除後再開 4 月 13 日より再開　状況により変更あり		窪田重子(幹事)　高橋澄江(幹事) 043-256-5784　043-263-5198	
カラオケ同好会	第1・3火曜日 13:00～15:00	「カラオケ館」 千葉駅前店 千葉市中央区富士見 2－4－6 TEL 043-223-6717	阿部克行(世話人) 043-279-4707 二宮菊江(幹事) 090-3574-8211	2時間 280円 ＋ワンドリンク380円～ 消費税別途
	緊急事態宣言中は休止　解除後再開 4 月 20 日より再開　状況により変更あり 5 月 4 日祝日で休み、18 日は実施			
観劇同好会	月会費2,300円で年間5回本格的演劇を千葉で観ます。毎回の公演は千葉市民会館で３回、四街道文化センターで１回、計４回行います(下の案内参照)。都合のつく日・会場で観ることができます。		熊谷勝弘(世話人) 043-292-5209 ※ 観劇日は下記日程から各自で自由に選びます。	月額会費 2,300円 入会金 1,000円

2021 年 5 月例会　劇団 秋田雨雀・土方与志記念青年劇場

『キネマの神様』作 原田マハ　脚本 高橋正圀　演出 藤井ごう

都心の片隅で、細々と灯をともし続ける名画座。そこに集う人々が夢を越えた奇跡を巻き起こす人間ドラマ。原田マハ氏の人気小説、待望の舞台化。

出演

吉村　直	5 月 27 日(木)13:30 千葉市民会館
藤井美恵子	5 月 27 日(木)18:30　〃
藤木久美子	5 月 28 日(金)14:00　〃
高安美子	
他	5 月 30 日(日)17:00 四街道文化セ

上演時間 2 時間 45 分(休憩 15 分)

2021 年 7 月例会　劇団 民芸

『夏・南方のローマンス』作 木下順二　演出 丹野

ある上等兵が南方の島で絞首刑を宣告され　「郁弓た。なぜ彼は絞首刑を宣告され、戦友達は助かったのだろう。木下戯曲を貫く「未精算の過去」。戦争責任の問題を追及し、民芸に書き下ろされた「神と人とのあいだ」二部作の第二部。

出演

桜井明美	7 月 13 日(火)18:30 千葉市民会館
中地美佐子	7 月 14 日(水)13:30　〃
伊藤孝雄	7 月 15 日(木)12:30　〃
齋藤尊史	
他	7 月 16 日(金)14:00 四街道文化セ

上演時間 2 時間 40 分(予定)

時刻は開演時刻

自彊術同好会 (じきょうじゅつ)	規定の人数が集まらず、設立中止になりました			
同好会 「学ぶ会」	毎月第4木曜日 13:30～15:30　日野原先生に学び、健康長寿、充実人生をめざして語り合う。	千葉市文化センター9F 千葉市民活動支援センター談話室	西村保則(幹事) 0436-41-9419 4月22日より開始 状況により変更あり	無料

申し込み方法　新たに参加を希望される方は、各サークル・同好会の世話人または幹事にお問い合わせ下さい。
参加に先立つ見学・お試し(1回)は、観劇同好会を除いて可。カラオケ同好会以外は無料です。
見学・お試しの際には事前に担当世話人または幹事に日時等をお問い合わせ下さい。

お知らせ

第1回歩こう会

皇居東御苑内の庭園並びに旧江戸城散策
苑内の菊葉文化協会所属の専門ガイド付

江戸幕府の歴史と生活内容を知り、気軽に歩いて健康づくりに散策しませんか

日　時　２０２１年 ６月１２日（土）１０：００～１２：３０(解散)
場　所　皇居東御苑
集　合　１０：００ 東京駅丸の内中央出口広場（いきいきライフ千葉の旗が目印）
参加費　無料　会員以外の方も歓迎（お友達をお誘い下さい）
携行品　マスク、雨具、歩くのでそれに合った履き物・服装・装備で
コース　東京駅 → 大手門 → 庭園・旧江戸城散策 → 東京駅
歩行距離　約４～５Km
その他　当日雨天が予想される場合は前日１１日午後７時までに担当者から連絡
参加申込　下記へ
　担当世話人　渡邊　好之　　電話 ０４３６－４１－８２５２
　　携帯 ０９０－９３７９－６３４７

新入会員のご紹介

小田玉子さん（秋田県鹿角市）

入会を心から歓迎致します。
よろしくお願い致します。

Ｐ５に小田さんが投稿されました記事を掲載してあります。

会員募集中

年会費（月額４００円）
個人･夫婦会員　４，８００円
夫婦二人でも会費は１人分
賛助会員　１口１０，０００円

医療機関、福祉施設へ千羽鶴を贈るため
千羽鶴用の鶴を折ってみませんか？

コロナ禍は収まる見通しが見えません。 医療・福祉関係施設の職員並びに入院･入所の皆さんの多忙と感染リスクの重圧は大変なものです。
日野原重明先生がご存命であったならと思ったとき、今こそできることをやるときと捉え、世話人会で応援と連帯の気持ちを伝える千羽鶴贈呈の**ボランティア活動**を取り組むことにしました。
そして、まずは世話人会で**千羽鶴第1号**(右写真)を先日完成させ、贈呈にこぎ着け、スタートさせました(本会報の表紙に掲載)。
今後もこのボランティア活動を継続するため会員の皆様とともに進めたいと思っております。 なにとぞご協力よろしくお願い致します。

世話人会

千羽鶴
第１号

具体的手順

1　会員の皆様に鶴を折っていただき、事務局に送っていただきます。
　折り紙のサイズは１５×１５cmに統一させていただきます。
　色や模様は自由、期限はとりあえず５月末です、６月以降も継続予定です、早めに次々と鶴が届くと継続して贈呈が進みます。
　数は一応基本１００としますが、皆さんの都合で結構です。
　膨らませずに、たたんだ状態のままでお送り下さい。
　頭の部分が分かるよう首の部分を折り曲げるようお願いします。
　折った鶴をつなげなくてもよいです、世話人会でつなげます。
2　申し訳ありませんが折り紙代、送料は自己負担でお願い致します。