

日野原先生、 ご逝去丸3年を 迎えて



新型コロナウイルス感染症が中々終息しませんが、その後皆様如何お過ごしでしょうか。貝原益軒は「養生訓」の中で「無病長命」は我にあり、心は静かにして、身を動かすのが正しいとしています。

ク着用、そして「3密」を守り出来るだけ外出をしないようにと求められています。その中でコロナ対応を考え、自粛して行動していると私も86歳となり、精神的にも落ち込み「物忘れ」「認知症的傾向」が進行しているように思います。一日も早くコロナが終息し、日野原重明記念「新老人の会」兵庫が皆様と共に活動できることを願っております。

会員の皆様のご健勝を祈っております。
世話人代表 冨永 純男

「新老人の会」発足に想う



故日野原重明先生の誕生日は、10月4日でした。もし生きておられたら今年の10月4日には109歳になられたはずですが、書類整理をしていて、先生が朝日新聞に毎週1回掲載された「〇〇歳・私の証 あるがまま行く」を仕舞っていたのを思い出し、はじめた頃の91歳に書かれた「新老人」に込めた意味という記事を見つけた。これこそ先生が「新老人の会」を創めた精神が当時の言葉でしただためられている。持っておられる方も多いと思いますが、もう一度原点に立ち返る意味でここに

複写し掲載させて頂きました。

先生が世間の老人と「どう違って、どう生きて行くべきか」を、力を込めて書かれています。

そしてモットーである

1. 愛すること
2. 創めること
3. 耐えること

を説かれ、特に「新老人」(75歳以上)になっても勇気を持って新しいことを創めよう、挑戦しようと呼びかけられ全国に「新老人の会」を立ち上げられました。

今年で20周年になり

91歳・私の証
あるがまま
行く
日野原重明
敬老の日に寄せて

「新老人」に込めた意味

「新老人」(75歳以上)になっても勇気を持って新しいことを創めよう、挑戦しようと呼びかけられ全国に「新老人の会」を立ち上げられました。

ます。組織は変わりませんが、現在も脈々と続き活動しています。この新型コロナウイルスの中で困難を強いられると思いますが、先生の言葉を思い出し、

私たちは、このすばらしい精神の下に、次世代の子供達に「いのちと平和」の大切さを強い意志と行動力で伝えていかねばなりません。使命感を持って活動を続けていきましょう。

編集子(中永)

日野原重明記念「新老人の会」兵庫 令和2年度会員総会

新型コロナウイルスの全国的感染拡大が今春から続き、

6月以降も第2波とみられる拡大が第一波に増して全国的規模で猛威をふるい、人が集まって集会を開いたり、食事をしたりと言ったことが「自粛」要請となつて出されまし

た。当会も世話人会を開催して何度も協議を重ね一時は開催を考えましたが、世間の自粛要請の意向を汲み「書面による会員総会」という形をとらせて頂きました。そのご報告も9月になつてやっと会員の

皆さんに結果報告として送付させて頂いたところですが、新型コロナウイルスの猛威に加えて今年の猛暑は例年をはるかに超える35度を超える日が何日も続き、高齢者にとっては戦いの連続でした。会員の皆さんにはその間お元気で過ごしにいられたでしょうか、遅ればせながらお見舞い申し上げます。

既に、ご報告させて頂いた定期総会（書面）の結果、重複しますが以下のとおり掲載させて頂きました。特に、貴重なご意見を頂戴

した会員の声には世話人会として今後も取り組みを継続させて頂きたいと思っております。ご協力ありがとうございました。

書面会員総会議決結果報告

会員数：92名 発送封筒 81 枚（除・家族分）			
（発送はがき 81 枚 回収はがき 59 枚 回収率（73%））			
議案1（活動・収支報告）	賛成 55 名	反対 0 名	
議案2（規約改正①）	賛成 54 //	反対 1 //	
議案3（規約改正②）	賛成 54 //	反対 1 //	
議案4（世話人・会計監査人）	賛成 55 //	反対 0 //	
以上の結果議案1～4すべて賛成多数で承認されました。			

風の会



「風の会」は、この夏、「風15号」を発行いたしました。

掲載作品は17編、出稿者は17名です。

指導者の芝野さんを除いては、全員、「ものを書く」ことには、今までほとんど縁のなかつた人ばかりです。1年間かけて1人1～2作品を書き上げ、メンバー全員で意見を出し合い磨きあげていきます。自分の身のまわりのことや、他愛もない日常の出来事を書くだけで立派な作品に仕上がります。

「自分の書いた文章が活字になって、後世に残されていくなんて素晴らしいことだと思いませんか。興味のある方は、是非、挑戦してみてください。」

マネジャー 吉田耕一

エーデルワイス

「エーデルワイス」は、1～2月のレッスンを通常どおりやりましたが、3月以降は、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、残念ながら6月までレッスンを休みました。

この間、予定していたマーガレット（大阪）、しらすぎコーラス（はりま）との交流会は延期、また、真星病院への訪問演奏も中止となりました。それに、約10年会場として使用させていただいた、賀川記念館の礼拝堂も4月から「一般貸室中止」となり、レッスン会場をコミスタ神戸に変更しました。

ただ、その間にも会員相互の交流を図るため、毎月「ニュース」を発行しました。これは、メールが通じる方にはメールで、そうでない方には郵送で届けました。受け取った方から心温まるお返事をいただいたと聞いています。

また、「Zoom」でのグループトークのほか、山川先生の指導で、「Zoom meeting」にも挑戦、5名が参加しました。6月半ば、歌えなくても一度集まろう、という話となり、「会議」の名目で、15名がコミスタ神戸に集まりました。この時、①出席者の名簿提出、②朝の検温結果を報告、③窓開放、④ソーシャルディスタンス確保の4



条件を充たせば、歌を歌ってもよいとされ、7月は2回レッスンを行いました。顔にはフェイスシールドとマスクを装着して歌うのは大変です。また、周囲との間隔をとるため、自分一人で歌っている錯覚に陥ります。それでも3か月ぶりのレッスンに皆さん大満足でした。

その後、記録的な猛暑も考慮して8月2回、9月1回のレッスンを休まざるを得ませんでした。

山川先生は、この間「その日まで」や「きつと大丈夫」という自作の曲をYou Tubeに投稿、私たちを励ましてくださいました。

交流会など発表の機会が延期や中止で、折角練習していた、寸劇。あなたは狙われている。や新しいレパートリーも今のところお預けです。

しかし、私たちは、希望をもってお互いの交流を大切にしながら

〈サークル活動〉

養生塾で「新型コロナウイルス」を学ぶ

新型コロナウイルスがまだ猛威をふるっている最中の7月度「養生塾」で富永代表（講師）から「コロナ戦争」と題して講話をして頂き、参加した皆さんで話し合いをしました。

毎回、大勢の参加者で好評の塾ですが、本日も23人の方々に大きな教室（定員50人）も

人の間の距離確保もありほぼ満席でした。また、世話役の方々の配慮で人と人との間を空席にするよう張り紙も用意され配慮が行き届いていました。内容も基礎知識を導入部

で入れてあり、コロナ（COVID-19）とは、冠（太陽

や月の光冠）に似ていることに由来して命名したとか。

100年前に大流行した「スペイン風邪」では日本でも45万人が亡くなったとの話。人と動物との間の接触が増えて感染が広がったとも言われています。

今後も毎年のインフルエンザに加えて新型コロナウイルスが拡大する可能性は考えておかねばならないと言えますね。

ただ、人の身体には外部からの侵入に対して免疫というメカニズムが働き守ってくれています。自然免疫と獲得免疫であるワクチンなどへの期待も寄せられています。

す。免疫力の向上は、新老人の生き方を貫くことで更に勢いを増すのではないのでしょうか、日野原先生がおられたらそうおっしゃるに違いありません。

マネジャー 谷ひろみ

知る新型コロナウイルス

新しい日常を生きる



どんぐりくらぶ 第21回写真展(小品展)開催

新型コロナウイルスの影響でサークル活動が困難な状況ではありますが、こんな時だからこそ元気を出していかうと励まし合って計画をいたしました。別記のとおりですので、皆さん方のご来場をお待ちしています。

場所：神戸駅西3分 アート&クラフト（地図参照）
期間：10月15日（木）～20日（火）10時～17時

この度の作品展は、コロナ下でも何とか継続しようと熱い思いで計画し、井上会員のご協力で実現したものです。課題は身近な花を選び、「花を愛でる」と致しました。初めての会員さんの経営するギャラリー会場での開催となりました。

出展者は、井上謙吉、柿谷方美、芝野昭男、芝野慶子、中永晋一郎、船越啓子、森田智津子です。



ら、この難しい局面を乗り越えて行く覚悟です。

レッスンは、原則毎月第1、第3水曜日午前、

会費は、ひとり2000円（その月のレッスンや行事に一度も参加されなかった方を除く）です。興味をお持ちの方はご遠慮なく、ぜひ見学にお越しください。

レッスン前の体操（リード：平野智重子さん、撮影：山川先生）
マネジャー 牛尾 宏

ギャラリー アート&クラフト

アクセス JR神戸駅より徒歩3分
高速神戸駅9番出口より徒歩1分



日野原重明記念「新老人の会」兵庫 サークル活動予定表

本年春から、新型コロナの感染拡大でサークル活動も中止や延期せざるを得ない状況が出てきて、現在もその状態が継続しています。従って、参加希望される場合は事前にマネジャーにご確認のほどお願いします。

サークル名	曜日・時間	場 所	マネジャー名	電話番号	その他
エーデルワイス (コーラスサークル)	1, 3水曜日 10:00…12:00	賀川記念館	牛尾 宏	078-583-1489	例会、発表会、交流会 慰問演奏等
風の会 (エッセイサークル)	3火曜日 13:30…16:00	勤労会館	吉田 耕一	078-242-5174	例会、「風」発行(13号)
戦争体験を 語り継ぐ会	4水曜日 13:30…16:00	勤労会館	宮本喜久子	078-861-6135	例会、小・中学校での語り部活動
めだかの学校 (パソコンサークル)	3木曜日 10:00…12:00	神戸生活創造センター	谷 ひろみ	078-531-8752	パソコン基礎、ワード、 エクセル等
気功サークル	1月曜日 13:30…15:00	勤労会館	中永晋一郎	078-441-4200	中国空勁気功初級編 (自己免疫力向上)
どんぐりくらぶ (写真サークル)	4月曜日 10:00…12:00	勤労会館	中永晋一郎	078-441-4200	例会、写真展開催 撮影旅行(近郊)
養生塾の会	3水曜日 13:30…16:00	勤労会館	谷 ひろみ	078-531-8752	講師：富永代表 心身の健康と養生
散策の会	年2回(春・秋)		船越 啓子	078-221-9220	休止中(別途ご案内)

- 各サークルの活動の照会は、マネジャーにお問い合わせください。(日程・内容・入会方法等)
- 体験希望者大歓迎！「創める」精神で積極的に参加してください。
- 新サークル募集中です。名乗りを上げてください。

日野原先生の教えを中心に、皆さんと共に話し合う茶話会のような会を持ちたいと思います。場所は神戸市勤労会館会議室で、月1回、第2、又は第3金曜日で、約90分(1時間半)程度。会費は、300円と500円程度を考えています。

このサークルの発起人は、綱哲男・千代子ご夫妻と茶畑健二様(いずれも会員)です。この度世話人会に提案が出されました。とても良い提案だと思えます。

趣意書(綱さん)には、「私は75歳でこの会に入会し、現在18年目。日野原重明先生を師と仰ぎ、現在まで夫婦共々健康に恵まれ生きています。高齢化、そして新型コロナ禍の昨今、会員の皆様の健康・交流に関心のあるところです。」

皆さん、特にサークル未加入の方々にも参加頂きお互いに交流を深めていきたいと思っております。

ご賛同頂ける方々は是非とも私たちと気楽に話し合いませんか、お待ちいたしています。

連絡先：綱哲男 ☎(078) 303-6522

新しいサークル立ち上げのご提案がありました。

**仮称
「懇話会」**

～日野原重明先生と共に～

編集後記

新型コロナウイルスの影響がいつまで続くのだろうと心配してもしょうがないと、人間はウイルスとうまく共存していくしかないと言われています。しかし、高齢者や持病のある人は重篤な状況になりやすいとも言われて、とても安心してはいられません。新生活様式の基本であるマスク着用、不用な外出自粛、手洗い消毒の徹底などにつとめるしかありません。

また、自分自身では免疫力を高めるように心身ともに健康な状態を出来るだけ継続するようにこれ努めることだと思っています。気象変動の激しい中で「耐える」生き方を大事にしていくことだと思えます。

こうした時期だからこそ、日野原先生の教えを思い出して実践に努めるようにしましょう。

(編集子)

発行・お問い合わせ

日野原重明記念「新老人の会」兵庫 事務局 真星病院 〒651-1242 神戸市北区山田町上字古古谷 12-3 TEL 078-582-0111 FAX 078-581-8464