

日野原重明記念「新老人の会」石川



# 会 報 (51号)

発行日 2022年4月1日(金)

## 希望の春

世話人代表 鈴木雅夫

新年になっても新型コロナウイルス・オミクロン株の猛威止まず、「第六波」の減退に皆で気をつけて努力してまいりました。例年をはるかに上回る大雪にも見舞われ、除雪においても皆様お疲れのことであつたと存じます。けれど待望の四月がやって来ました。春発つ、春来い、立春だ（落合 勲氏）。まさに春立つ、待望の春です。学校入学、新学期、まさに希望の春です。



中学校に入学した頃だったかと思いますが、山本有三氏（「路傍の石」の作家、政治家、人道劇作家）が言われた言葉「心に太陽を 唇に唄を」に非常に強い印象を受けて、ずっと口ずさみ現在に至っております。童謡唱歌が主になりますが、季節の中では春の歌が一番多く楽しみです。春を愛する人は、心清き人（「四季の歌」）、春が来た、山に、里に、野に（「春が来た」）、桜の花の咲く頃は、うらら、うららと日はうらら（「春の歌」）等春の歌は多くあり、歌っていると明るい気持ちになり、春の景色が浮かんで心が清々しく希望が湧いて来ます。

皆様はワクチン三回接種を済まされたことと思いますが、若し未だの方がおられましたら、大至急三回目を受けられる事をお薦めします。二回接種でも六ヶ月を過ぎると抗体価がかなり低くなり安全性がなくなります。日本は海外の諸国より二回目が遅れているようですから御注意下さい。国民の多数にワクチン接種が終われば、もう心配な感染は落ち着いてくれるでしょう。そこで本当の春が来たといえるのではないのでしょうか。



## コラム「心に残る日野原先生の言葉」の連載について

日野原重明先生が逝かれてから早や5年になろうとしています。「新老人の会」の精神的支柱を失ったことは「新老人の会」の活動にも大きな影響を与えました。

かつて折に触れて先生の言葉を耳にすることができた頃が懐かしく思い出されます。会員の皆様も、日野原先生の言葉に励まされ、時には生き方を変えるきっかけとなった経験をお持ちのことと思います。

そこで、皆様の心に残る日野原先生の言葉をエピソードと共に投稿していただき、日野原先生の教えを思い起こし、共有することで、「新老人の会」の活動が活発になればと考え、「心に残る日野原先生の言葉」というコラムの連載を開始することといたしました。

いわゆる名言・金言といわれるものでなくてもかまいません。皆様が感銘を受けた、心に残った、日野原先生の言葉を、奮ってご投稿下さい。お待ちしております。（編集委員会）

## 《心に残る日野原先生の言葉》

### 百歳は次のスタートライン

福岡 恒 忠

今から10年前、日野原先生が100歳を迎えられた年、東北地方が大震災と大津波に見舞われ、日本中がその悲惨な災害に打ちひしがれる思いに閉ざされていました。先生は、その試練からの立ち直りを期して、「朝は必ず来る」と言われて、ご自身の百歳からのスタートと時を同じくして標記のご本を出版されました。

私がこの本を手にした頃は82歳。ちょうど年末に近く、新年の日記帳を求めて書店に立ち、思い切って「5年日記」を購入しました。90歳を目途に生きる人生の記録を残すには良いスパンのように思えたからです。このタイミングにあったとき、日野原先生が『もうトシだから』なんて、言いつこなし。いくつになっても、新しいことを『創める』気概を持ってください。私も“百の手習い”で、まだまだ新しいことに挑戦しますよ！」と語りかける言葉に出会いました。

さて〈新しいことを創める〉ことをと探し求めていたちょうどその頃、会員サークル活動の一つとして〈オカリナグループ〉が鈴木代表のお宅を会場に立ち上がりました。私もその時、老いの手習いのつもりで始めたオカリナでしたが、10年たった今も継続して仲間たちと演奏を楽しんでいます。

必然的にグループの仲間と老健施設などを訪問するようになり、集まるお年寄りの皆さんとオカリナの優しい音に触れていただき、ささやかな癒やしの時を共にできればと、慰問活動を継続し、今日に至っています。

### 「老いを生きる」生活雑感

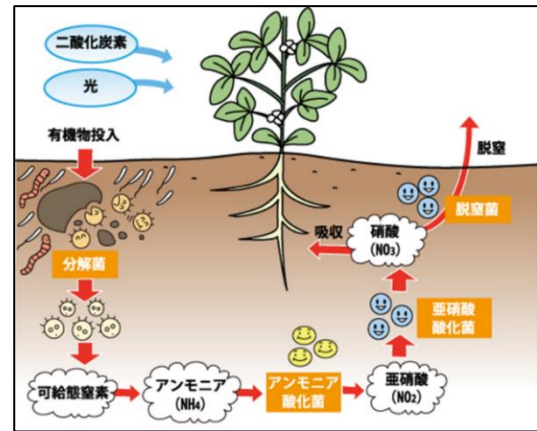
### 「EM（有用微生物群）と暮らす」

高山 繁 樹

4月発行の原稿を頼まれたのは1月で、この会報を読まれる頃には社会状況が変わり、

コロナ問題は解決しているかもしれませんが、私の暮らしの今を報告します。

自然の中で家庭菜園と花壇の管理をしながら、EM(有用微生物群)農法を広めています。



ITの発達により田舎の生活も便利になりました。ZOOMミーティングにも参加しています。旅行は、近場で知らないところも沢山あり、出会い、お付き合いも増え、嬉しいことです。

皆さんは、コロナ以前の生活に早く戻れることを願っておられるかもしれませんが、今を生きるということは、環境の変化の中でいかに対応して〈生きる〉ではないでしょうか？

時代は一気に変化、激流のごとし！この流れを受け入れ、生きることが大事と考えています。昨年末に、スマホに変え、楽しく交流しています。

私達高齢者は若い人に経験や、今までの知識を伝えることで、役に立てると思っています。若い人からはエネルギー、感動を頂き、いろんな知識も頂いています。

世の中にはいろいろな人が居り、時間を持って余している人もいますが、それでは人生がもったいないと思っています。今世は2度とない人生です。大事に、大切にしましょう！

袖すりあうも他生の縁、今世の出会いで縁を作り、お互いの成長に役に立てれば最高ですね。日野原先生がおっしゃった、“何歳になっても新しいことにチャレンジ”しながらやっています。今年近くの人を集めた、EM(有用微生物群)のワークショップを計画しています。EM(有用微生物群)を使ったプリ

ン石鹸作りや、ジュース作り、手作り酵素他を予定しています。

このEM(有用微生物群)入りジュースや、手作り酵素は免疫力を高めることが分かっています。

コロナウイルスは免疫力の少ない人が罹りやすいと言われていますが、免疫力を高め“しなやかに、したたかに、たくましく”今を生きて参りましょう！ 有難うございました。

## 日野原先生逝去5年に思うこと

梶 睦子

会報の鈴木先生の新年のご挨拶で、日野原先生がご逝去なされて今年5年目になりますと読んで、いろいろな事を思い出しました。

先生が亡くなられた直後、テレビで聖路加国際大学聖ルカ礼拝堂で献花をさせて頂ける事を知り、是非献花したいと思いましたが、東京は遠くて参加は難しいので横浜に居る弟の家族で誰か行く事が出来たらと思ひ連絡をしました。

甥と姪が二人で一緒に行つて献花をしてくれたと聞いて大変嬉しく思いました。

その当時は学生だった二人が今は学校と病院でそれぞれ教育と医療の仕事



をしていますので、日野原先生の献花に行つて何かを感じ良い学びになったのだと思つております(その日は、日野原先生のビデオ映像が流れていたそうです)。

日野原先生が逝去なされて一ヶ月後、家の近くの図書館で検索すると80冊を超える先生の著書の中でどうしても購入したかったご本が、宅急便で届きました。書店で買えなかった本を初めてネットで調べて入手する事が出来ました。朝日新聞土曜日連載「あるがまま行く」を単行本化した「95歳からの勇気ある生き方」です。若い世代にも分かるように平易に語り、綴られたエッセイで、日野原先生は日頃から「命ある限り、このエッセイを続けます」と公言されていたそうです。先生の飾らないお人柄と美しい素晴らしい言葉に惹かれました。4年前、整形外科の病気を患い、金沢大学附属病院で2回入院して3回手術を受けた時も私の心の支えとなりました。

私は今も普通に仕事をして居ます。ストレスの多い社会生活には心の癒しは必要です。コロナ禍が落ち着いたら、私にとって最高の癒し、図書館や書店で本に囲まれて、ゆっくりとした時間を過ごしたり、また私の宝物、甥と姪と一緒に日野原先生の聖路加国際病院を訪ねてみたいです。

## 2022年度定期総会のお知らせ

日時 2022年5月28日(土)  
総会 11:00~11:50  
昼食懇話会 12:00~13:30  
場所 金沢ニューグランドホテル  
会費 3,500円(昼食代を含む)

※同封のハガキに必要事項を記入し、5月20日までに投函して下さい。

川柳

(順不同)

大島恒治

山笑う登らんとすれば膝笑う

けもの道迷うお前もまたけもの

新川光子

脱炭素布団重ねて初夢や

高木要子

誘い文句ただより高いものはなし

新老人老人会と敬遠され

美辞麗句増やしていくほど文乱れ

## 第2回会員の集い再延期のお知らせ

2月19日(土)に予定しておりました第2回会員の集いは、新型コロナが本年1月以降に再拡大し深刻な状況にあるため、再延期することといたしました。

今後、新型コロナの感染状況を見極め、新年度の事業として実施する予定です。日程等が決まりましたらご連絡をいたしますので、ぜひご参加くださるようお願いいたします。

# 日々の俳句 花明り

(厚木木向)

鈴木雅夫

屋根雪の眩しく跳ねて春近し

山茶花の紅を散らして小雪舞う

福岡恒忠

久々の雪の狭庭にカメラ向け

節分の日までで玄關飾る豆

宮下美智子

春シヨール似合う少年初々しい

春日向庭椅子にふと亡夫を見し

長丸良子

男川雪解けの水の音高し

春野菜夫の好みの鍋料理

大島恒治

春泥をまとうて重し蓮根舟

いきいきと鮎がのたうつ上りやな

新川光子

ほこほこと木々の芽吹きや春動く

雪のこる庭に芽をふく沈丁花

北山八重子

老いの坂のぼれば梅の花盛り

水仙のふるさと遠く老いにけり

雪吊りを外す名園空宏し

## 次回作品募集

	や		
	つ		
ね	り	ぱ	つや
	り		
	ね		

## はめ字作品

多数のご応募有難うございます。  
はめ字の極意は、「粹」や「洒落」という遊び心が肝心です(元祖・梅法師様)との事です。この様な調子で面白い作品をお待ちしています。

締め切りは5月20日 鈴木雅夫まで

は	結	ほ	み	雅
ま	婚	れ	晴	な
た	しま	れ	ほ	
格	き	し	姿	ほ
別	で	た	に	笑

飯田 世三

が	熱	ほ	み	黒
ま	い	れ	だ	髪
た	しま	れ	ほ	
魅	ぐ	し	髪	ど
力	さ	た	に	く

新川 光子

果	練	ほ	ラ	満
出	習	れ	ン	墨
た	しま	れ	ほ	
ん	た	し	ん	一
だ	成	た	発	ム

高木 正二

の	い	ほ	う	風
わ	と	れ	乱	に
た	しま	れ	ほ	
し	恋	し	が	の
舟	し	た	み	匂

大島 恒治

食	お	ほ	加	今
べ	い	れ	賀	年
た	しま	れ	ほ	
い	い	し	ん	う
な	よ	た	根	作

高木 要子

見	今	ほ	姿	茶
て	は	れ	端	髪
た	しま	れ	ほ	
め	ゃ	し	い	か
息	真	た	に	容

新川 光子

で	可	ほ	塗	薄
鼓	愛	れ	ら	く
た	しま	れ	ほ	
た	ぐ	し	た	ほ
く	さ	た	童	紅

飯田 世三

あ	私	ほ	こ	身
な	が	れ	が	も
た	しま	れ	ほ	
で	た	し	る	そ
す	う	た	程	り

大島 恒治

と	鑑	ほ	ン	こ
た	定	れ	優	こ
た	しま	れ	ほ	
え	忠	し	物	れ
る	犬	た	が	ワ

竹田 芳子

な	料	ほ	朝	山
で	理	れ	取	の
た	しま	れ	ほ	
べ	み	し	筍	う
よ	ん	た	が	で

高木 正二

目	奥	ほ	大	野
標	床	れ	谷	球
た	しま	れ	ほ	
か	く	し	ん	う
して	た	投	送	

高木 要子

秀	味	ほ	頭	ほ
で	よ	れ	垂	ほ
た	しま	れ	ほ	
お	ご	し	穂	の
米	飯	た	に	ほ

飯田 世三

## 編集後記

\*\*\*\*\*

新型コロナが再び猛威をふるいはじめ、第2回会員の集いはまたも延期となってしまいました。安心して活動ができるように早くなって欲しいものです。

鈴木代表の『健康メモ』の連載が50号で終了しましたので、今号から新しい企画として「心に残る日野原先生の言葉」というコラムを連載することになりました。日野原先生が残された言葉で皆様の心に残るものを、エピソードと共に投稿していただくという企画です。多くの皆様の投稿を期待しております。(高木正二 記)

次号の発行は2022年7月1日、原稿締切日は2022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：山内ミハル

〒921-8163 金沢市横川2-268-2

E-mail huukowanwan@pf6.so-net.ne.jp

編集責任者：世話人代表 鈴木雅夫

編集委員：山内ミハル、数澤輝夫、新川光子、

福岡恒忠、高木正二

印刷：「新老人の会」石川 事務局