令和５年12月１日発行（毎月１回１日発行）　第35巻第９号　通巻398号

いきいきライフ

ラジオ講座テキスト

毎週日曜日　6:30～ 7:00　放送
毎週土曜日　17:15～17:45　再放送
FBCラジオ　嶺北 864kHz ／ＦＭ 94.6MHz
嶺南 1557kHz／ＦＭ 93.6MHz
パソコン、スマートフォンから radiko や FBC-i で聴くこともできます。

グリフィス記念館

令和五年十二月　もくじ

●十二月三日放送（第三十六回）
若手起業家の育成支援……２
株式会社ギビンググッド　代表取締役　浅井俊則

●十二月十日放送（第三十七回）
子育てママの可能性
～どんな時でも好きな自分で生きていく～……５
さとやま子育てコミュニティいけだのそら　運営メンバー　笠原理紗

●十二月十七日放送（第三十八回）
エンターテイメント×地域貢献
～ローカルを楽しむ～……７
ノクタイ・エンターテイメント　代表　三河央明

●十二月二十四日放送（第三十九回）
みんなを笑顔にするミニチュアの世界。
自分の楽しみが他人を幸せにする喜び。……10
立体間取り作家　タカマ　ノブオ

●感想文のコーナー……13

●文芸欄……16

■十二月三日放送（第三十六回）

若手起業家の育成支援

株式会社ギビンググッド
代表取締役　浅井俊則

★持続可能な社会を作る

現在鯖江市は県内でも数少ない人口増加都市であり、福井県内において、最も注目されている地域の一つでもあります。地元産業は、国内生産の約９割のトップシェアを誇るメガネをはじめ、越前漆器など伝統産業も多く、モノづくりの街としての文化が根付いています。また、地理的に鯖江市は、隣接する越前市や福井市への幹線道路が整備され、非常に往来が行いやすい立地面からベッドタウンとして若い世代を始め人口が増えています。しかしながら、起業を考えテナントを選択する際には立地の良い場所は大手企業に抑えられている結果、魅力ある店舗は分散しており、相乗効果が生まれないのが現状でもあります。地域の若手起業家の新しいチャレンジの支援と、市外からの出店を後押しし、魅力ある店舗を多く集めることで、サバエ横丁であることの意味や魅力が明確になり、その強みも増幅されると考えています。サバエ横丁の整備により、相乗効果による賑わいがさらに活性化することが見込まれます。サバエ横丁ではスタートアップ支援とともに、持続可能な魅力あるエリア形成を目指し、鯖江市の新たなランドマークとなる場所として、賑わい創出による持続可能な地域の活性化に寄与したいと考えています。

★次世代を育てていく

福井県内に近年多く作られているチャレンジショップには、いくつかの形があります。内装費用等の経費も必要がなく安価で始められるレンタルスペースとして週に数回間借りできる場所や、数か月程度の短期で賃貸契約を結び本格的な事業のスタートに向けて検証を行える形態のテナントもあります。そのほとんどのテナントは、第三セクターのように行政が関わり、道の駅などの人が多く集まる場所に設置されており、出店されているお店が主体となって進められているものが少ないのも特徴です。私の行っている事業の主体は出店されている各店舗です。短期での出店はリスクが軽減されるメリットがある半面、お店の認知度は上がりにくく短期であるために思い切った投資ができません。サバエ横丁は鯖江市のランドマークとなるような賑わいづくりの拠点として、イベント等を企画する人たちを支援し、新しい鯖江を発見するエリアとなるよう企画を行っ

たり、出店に関わる内装からメニュー構成、お店を経営していくのに必要な経験を多く得られるような、自立支援を行ったりしています。

★経営支援とは？

私の考える経営支援とはお店を作り、広告をし、必要なものを揃え何不自由なく営業をしていただくことではありません。それは新しく何かを始めるとき、そしてこれから先経営をしていくことで出てくる様々な課題や問題を解決していくための考え方やその手法、そして人のつながりだと考えます。関わっていただける人たちがこれから先少しでも豊かだと思える人生を過ごしていただけるよう自分で切り開ける力や能力を学ぶ手伝いをさせていただきたいと思っています。

★なぜ今鯖江なのか

新幹線延伸を受け福井県下、特に福井市や越前市、敦賀市でインバウンドを取り込もうと多くの施策が打たれています。多くの注目を集め、新しいことをスタートさせる人たちが多い中、今鯖江に求められているのは次世代の人材育成と今後の地域の活性化です。人口が増加し若い世代が増えている今だからこそ新しいサービスを提供し、鯖江の魅力をさらに高めていくことで、鯖江市内だけでなく近郊の市町から注目を集め多くの関係人口の増加からなる機会を増幅していく必要があります。

★1人で立ち上がった想いと狙い

２０１７年カンボジアの首都プノンペンに視察に行った時にさかのぼります。カンボジアは国として暗い過去を持ち若い世代の人達で形成されている国であり、国としてはまだまだ発展途上国でありますが若者の活気と力強さを何より強く感じました。外資が大きく入り込み大きく国が変わろうとしている最中、それを支える若い力の源をナイトマーケットや地元の若者の集まる場所から強く感じたことを今でも鮮明に覚えています。高齢化社会となっていく自分たちの住み暮らす街に今一度、さらなる活気と若者の力を発揮するためには、小さくても相乗効果の生まれるコミュニティを創造し形成していくことが第一歩となっていくと想い事業の立案に至りました。

★最後に

２０２３年、世界を変えてしまった新型コロナウイルス感染症を受け入れる形で世界は変革しています。それに伴い私たちの街も例外ではなく少しずつ前に向かって進み始めました。ここ数年実現できなかった多くの人達の想いと、新しくチャレンジし次世代を担う人たちの活躍の場所として、地域の人達にとってなくてはならないランドマークとなれるよう私たちは努めて参りたいと思います。

（写真：2023年8月26日グランドオープン）

講師略歴……浅井　俊則（あざい　としのり）

1982年9月16日（41歳）福井県越前市生まれ
武生南小学校
武生第二中学校　卒
1998年　アサイ板金工業　入社
2012年　（公社）福井青年会議所入会
2015年　はるむに武生店　開業
2016年　はるむに鯖江店　開業
福井板金工業組合青年部　入会
2017年　（株）ギビンググッド　設立
2018年　（公社）日本青年会議所　次世代教育確立委員会　副委員長
2019年　（公社）福井青年会議所　室長
2020年　（公社）日本青年会議所　規則審査委会議　総括幹事
2021年　（株）アサイ板金工業　設立
福井板金工業組合青年部　部長
中部板金工業組合協議会　青年部　幹事
（公社）福井青年会議所　監事
焼肉ココグリル　開業
2022年　（公社）福井青年会議所　副理事長
（公社）福井青年会議所　卒業
守成クラブ　福井会場　入会
2023年　いこっさ!!サバエ横丁　開業
職親プロジェクト　設立
中小企業家同友会　入会

■十二月十日放送（第三十七回）

子育てママの可能性
～どんな時でも好きな自分で生きていく～

さとやま子育てコミュニティ
いけだのそら運営メンバー　笠原理紗

幸福度ランキングで日本一の福井県ですが、あるアンケートによると、約7割の方が昔より生きにくい世の中になったと答えたそうです。世界幸福度ランキングでは、日本は47位（2023年）で、主要7カ国で最下位となっています。幸福度ランキングでは、6つの項目を総合的に評価されますが、日本は特に人生の選択の自由度、他者への寛容度が低い特徴があり、私は自由と寛容度の低さが生きづらさに繋がっているのではないかと考えています。

私は大学を卒業後、東京で〝都会の会社員〟を2年しました。満員電車で片道1時間半かけての通勤。理不尽な業務や人間関係で日々消耗していく自分に「このままの状態を続けるのか？」と疑問を抱き始めました。そこから自分が本当に求めているものがなにかを考え、ひたすら自分の心と対話し、その中で、大切にしたいことが「自分の在り方」だとわかり、秘めていた想いも浮かび上がってきました。

そして、「自分らしくいられるフィールドは、都会ではなく地方にある」と地方移住を決意。町おこしに携わりたい。田舎暮らしがしたい。子育ては自然豊かな地でという想いが、私の中でどんどん強く大きくなっていきました。方向性が定まり、わくわくしながら移住先を探し、辿り着いたのが〝縁とタイミングに導かれた〟福井県池田町でした。

それまで縁もゆかりもなかった福井県でしたが、来るべくして来たのだと丸8年経った今、強く感じています。福井県にやって来てから、次々に面白いことが起こり、その繋がりと拡がりは今も続いています。自分に合った環境下に身を置くとこんなにも変わっていくのかと驚く日々です。移住してすぐ1人目を出産し、しばらく子育てメインの生活を送りましたが、並行して空き家探しと今後のプラン構想をしていました。2人目出産の数か月後に、改装した空き家に引越し、身近な人のお困りごと解決やあったらちょっと嬉しいことをしてみようと、自宅を開放。手ぬぐいでもんぺ作りやヨガの体験レッスンなどの個人イベントを開催しました。

それとほぼ同時期に、移住の先輩からお声掛けがあり、さとやま子育てコミュニティいけだのそらの運営メンバーに。毎週土曜日の活動を続け、今年で5年になります。今の自分にできること、身近な人と一緒に楽しめることの模索と実践をしているとまたお声がけがあり、福井に住む県外女子チームZUKの設立。そこから、池田町外へと活動範囲が広がり、メンバー7名で嶺北嶺南を超えてのイベン

ト開催をするようになりました。２０２１年には県からの委嘱で移住サポーターとなり、福井県への移住を考える方や移住してきた方のサポートに携わるようになりました。特別なスキルも資格もない〝いち子育てママ〟だった私が、いつの間にか様々な活動に関われるようになり、移住前に思い描いていたことに近づいているなと嬉しく思っています。

去年はエキセントリック・カレッジふくいの受講をし、個性豊かな人たちと出会い、たくさんの刺激を受けました。また、農遊コンシェルジュの認定を得て、北陸新幹線の福井・敦賀開業後に向け、福井の魅力発信やイベント企画を考えています。よく「福井にはなにもない」と言われますが、私はひと・もの・ことをはじめとする福井にしかない資源や価値がたくさんあると感じています。ゼロスタート移住から仕事と住処を見つけ、核家族での子育てをし、様々な人と出会い関係を築いてきました。

その中で、いい意味で私を面白がり受け入れてくれた福井は、懐の広い土壌を持っており、それに活かされ今があります。都会にいた頃の私は、よくわからない生きづらさを抱え過ごしていましたが、移住から大きく変わり、能動的な生き方ができるようになりました。畑や田んぼ作業を通して自分たちでつくり上げていく暮らしがとても楽しく、子どもたちの生きる力も育めていると感じています。そんないきいきとした暮らしを与えてくれた福井県に、なにか少しでも返せないかと考える日々です。

その中で、福井をもっと知ってもらうこと。多様化していく社会の中で、自分らしい生き方や働き方の選択肢を増やし、そのフィールドは福井かもしれないと発信していくこと。福井に来たい、住みたい、戻りたいと思ってもらえる種まきとなる行動を起こすこと。そして、福井に住む人たちの笑顔や、楽しそうな雰囲気も大事にしたいと思っています。新しいこと、前例のないことは、一見無意味に思えたり、非常識と捉えられるかもしれません。しかし、多様性を含め受け止め合える空気感が広がっていき、相互に支え合い、認め合えることで、これからの福井が作られていくのではないでしょうか。私はチーム福井として、年齢、性別、職業、出身地などに関係なく、福井で出会う素敵で面白い人たちと、それぞれの持ち味を掛け合わせ、そのエネルギーを循環させ、楽しみながら活動を続けていきたいと思っています。

講師略歴……笠原　理紗（かさはら　りさ）

神奈川県出身。大学で国際協力を学び、在学中にスイスへ農業留学。帰国後、東京で就職し、不動産コンサルの企業に2年間勤務。都会での暮らしや自分の在り方に疑問を抱き、地方移住を決意。２０１５年に福井県池田町へと移住。「繋ぎ合わせて暮らす」を模索・実践中のフリーランスなパート主婦。福井に住む県外女子チームZUK代表。ふくい移住サポーター。さとやま子育てコミュニティいけだのそら運営メンバー。

■十二月十七日放送（第三十八回）

エンターテイメント×地域貢献
～ローカルを楽しむ～

ノクタイ・エンターテイメント
代表　三河央明

私は県外の大学卒業後に地元越前市の化学メーカーの商社部門での営業を経て、昨年まで越前市役所で公務員をしながら「公務外の過剰な地域サービス」と銘打って、休日には地域のイベントでの司会や漫才、また地域のケーブルテレビでリポーターなど「公務員タレント」として活動を行っていました。そして、今年、越前市役所を退職し、タレント業を中心にする個人事務所を立ち上げ、エンターテイメントの力を活用しながら地元福井の地域活性化や地域貢献につながる事業を始めました。

◆学生時代に感じた福井と都会の違和感

私は地元の武生東高校を卒業後、千葉県の大学に進学しました。

そこは東京まで電車で30分程度の場所で、高校卒業したばかりの自分にとっては、毎日が楽しいイベントのような雰囲気でとても刺激を受けました。その一方で、福井での生活と首都圏での生活との大きなギャップが生じ、「都会の当たり前の楽しさに勝る、福井での楽しさを見つけたい」と、地元・福井のことを意識するようになりました。

◆「何か」したい、けど、「何か」がわからなかった

大学卒業時に、「地域のため」という思いがまだ出てこず、単純に「福井で何かしたい」、「とりあえず福井で就職」を考え、越前市にある企業に就職しましたが、何か物足りない感じがありました。

幼なじみの友人と「この辺に住んでいた同級生のほとんどが進学とか就職で県外に出て、全然戻ってきていないよね」、「昔は地区のお祭りも街自体も、すごく活気があったよね」などと話している中で、「自分も地元で何かしたい」という発想が生まれてきました。

◆初めて参加した地域活動

越前市の「蔵の辻」というエリアで毎月第一日曜日に「壱の市」というイベントを開催していました。蔵の辻は私の実家もあり、市の中心市街地活性化エリアでもあることから、商店街の店主などが蔵の辻やその周りの商店街を盛り上げようと、毎月イベントを開催していました。

地元のために何かをしたいという思いから、イベントの

企画会議から当日の運営まで携わることとなりました。

毎月、イベントを運営していく中で、イベントの司会をすることになり、これがエンターテイメントの表舞台に出るきっかけとなりました。

イベントに参画し、地域の人たちと接することで生まれた人間関係の楽しさや仕事だけでは繋がることのない新たなコミュニティが形成され、個人的な楽しみや感動が多くありましたが、それと同時にイベントを運営している人や来場する人が少なく、また若者も少ないことに気づき、地域の課題が見えてきました。そこでより地域に積極的に関われることは何かと考え市の職員を目指すことにしました。

◆転機となった「お笑いつるつるいっぱい」

越前市で開催されていた「お笑いつるつるいっぱい」というイベントに参加しました。当時は珍しくプロの芸人だけでなくアマチュアの芸人でも誰でも参加できるお笑いのコンテストで、大阪や東京などの養成所に通っている若手の芸人さんや、県内外で仕事をしながらアマチュアでお笑いをやっている方などが多く参加していましたが、越前市で開催しているイベントにもかかわらず、越前市の人の参加者がいないということで、私と幼なじみの二人で出場しました。

２０１３年の夏、地域の行事で司会をしている若者がエンターテイナーとして誕生した瞬間でした。

その後も活動を続け、お笑いライブや福祉施設への慰問などで漫才や司会などの活動をしていくうちに、また新たな地域の人と様々な出会いが生まれました。その中で、若者の流出や後継者不足、慰問先の福祉施設では労働力不足など、また新たな地域の課題に直面しました。そのときに「福井に楽しいところを創り、地域活性化につなげよう」という信念が見つかりました。

◆ローカルを楽しむ

地域に出向いて司会や漫才などをすると地域の人の声を直接聞くことが多くなり、「地域活性化」という意味を深く考えさせられました。

公務員という立場で一線を引いて地域に還元できないことがあるのであれば、それを取っ払って、より良い地域づくりをしていこうと考え、今年ノクタイ・エンターテイメントを立ち上げました。

ノクタイという名前には意味があり、福井弁の「のくてぇ」という言葉とＫｎｏｃｋＴｉｍｅ（ノック　タイム）という英語の造語で、ノックした扉を開けると楽しい時間が待っているという意味です。

「福井に楽しいところを創る」ことは、自分自身も含め地域全体で「ローカルを楽しむ」ことで創られるものだと思います。エンターテイメントを通じて、地域における様々なことが見え、地域や社会のことを考えるきっかけとなり

ました。単純に演者として舞台に立つことだけがエンターテイメントではなく、課題解決や地域活性化につながる取り組みをエンターテイメントの力を活用しながら具現化していくことで、より楽しいところを創ることができ、楽しいローカルができると私は思っています。

吉本新喜劇での漫才

道の駅越前たけふでの競り大会

講師略歴……三河　央明（みかわ　てるあき）

１９８６年９月25日（37歳）福井県越前市生まれ。

武生東高校、千葉工業大学卒業。首都圏で過ごす中で、地元越前市との生活にギャップを感じ、卒業後、地元に戻ることを決意。民間企業に就職しつつ、地域のイベントに参画する中で、地域に還元できる活動ができないかと、２０１３年７月に幼なじみとお笑いコンビ「バンライフ」を結成。地元の同世代の若者が福井から離れていく現状を目の当たりにし、地域の元気づくりを目的に活動を始める。２０１６年に越前市役所に入庁し、観光振興課、秘書広報課などでイベントの企画運営や誘客促進、情報発信など、地域の魅力を発信する事業を多く経験し、地域への誘客やまちづくりにも大きな知識と関心を習得しつつ、休日などに、「公務外の過剰な地域サービス」と位置づけ「公務員タレント」として地域行事での司会やパフォーマンスなど、さらに地域に根差した活動に取り組む。

２０２２年２月にミュージシャンの前田一平（元ザ・ルーズドッグス）と新たにユニット「ＫｎｏｃｋＴｉｍｅ（ノクタイ）」を結成し、お笑いや音楽など様々なジャンルで幅広く活動。２０２２年末に越前市役所を退職し、２０２３年１月からは個人事務所「ノクタイ・エンターテイメント」代表として独立。エンターテイメントによる地域貢献を目的に「地域に楽しい場所を創り、地域活性化」をテーマに力を入れて取り組んでいる。

■十二月二十四日放送（第三十九回）

みんなを笑顔にするミニチュアの世界。自分の楽しみが他人を幸せにする喜び。

立体間取り作家　タカマ　ノブオ

私がミニチュアを作る楽しみに出会えたのは、小学校低学年の図画工作の授業にありました。この授業で作った「箱庭」というものに、まるで身体中に電気が走るような衝撃を覚え、半世紀以上過ぎた今でもその光景が私の脳裏に鮮明に残っているのです。

そんな私が本格的にミニチュアと向き合うことになるのは、マイホームを建てることになり、その時初めて本物の設計図を見たことから始まります。この設計図からミニチュアハウスを作ってしまえば、本物より早く正確なマイホームの姿が見えるのだと閃いたのです。

それがキッカケでおよそ100棟くらいのミニチュアハウスを作ってきました。ただ、そんな趣味はまだまだ暇つぶしのオモチャ遊びでしかなかった時代だったのです。それでも私は制作を止めることはありませんでした。

そんなある日のこと、友人たちとの会話の中で「サザエさんの磯野家の間取りはどうなっているのだろう?」という話題になりました。アニメに登場する主人公たちの住まいは、誰もが知っていそうで意外と知られていないことに気づき、調べているうちにその未知の世界を形にする面白さにハマってしまったのです。

次第に珍しいミニチュアを作っていることが注目されるようになり、作品を多くの人に見ていただく機会が増えてきました。その度に自分の作品を見ていただく喜びを感じ、見ている人の笑顔がとても生き生きしていることを感じたのです。自分が楽しんで作ったものが他の誰かを笑顔にする。こんなに素敵なことはないと思い、これまで創作活動を続けてきました。

そんな時に日本中を激震させる出来事が起きました。2011年に起きた東日本大震災です。その衝撃的な映像が日本国中に流れ人々の苦しみや悲しみ、絶望の中で被災者は笑顔を忘れてしまっていました。自分に何ができるのか？　ささやかな支援金の寄付ではない、自分にしかできないことは何か？　それを考えた時に、自分にできること

は今までの作品展で感じた「人を笑顔にするミニチュア」を被災者に届けることでした。いつか東北で作品展を開催したい。そんな思いに共感していただいた多くの方々の協力で、東日本大震災から10年後の２０２１年３月、宮城県の仙台市と女川町で、被災者の方々をはじめ多くの方に私の作品を見ていただくことができました。そこにはやはり、沢山の笑顔が咲き乱れていたのです。

こんなに毎日を大変な思いをしながら暮らしている被災者の方でも、ミニチュアの前では屈託のない笑顔を見せることができるのです。物言わない小さな世界が、見る人に大きなメッセージを与えてくれるミニチュア。その前で人は素直に感動できるのです。

仙台市での作品展の最終日に小学生の女の子を連れた家族が会場にやってきました。その家族の女の子がふいに私のほうへ近づいてきて手を差し出したのです。女の子は私に握手を求め、「おじさん、今日は素敵なお家をたくさん見せてくれてありがとうございました。」と言ったのです。私の気持ちが被災地に届いたことを感じさせてくれた一言でした。ミニチュアって不思議に人を笑顔にして、人と人とのご縁や気持ちを繋げてくれるのです。

私はミニチュアは立派なアートだと思っていますし表現方法は無限大だとも思っています。人それぞれ、外見が違ったり性格も違ったりするように、どんな作品でも上手い下手は関係ないのです。皆さんもミニチュア作りに限らず今から何か始めてみてはいかがでしょうか。

ミニチュア作りのキッカケとなった「箱庭」は、文字通り「箱庭療法」という医学的に確立された治療方法として、ストレスの緩和や精神的疾患の治療として知られていますし、私が制作している作品においては、手先を使い空間を

映画ALWAYS三丁目の夕日「鈴木オート」のミニチュア

想像することに加えて、昔のことを思い出すという工程が加わっています。これは「回想法」という治療方法のひとつで、過去を思い出すことで薬を使わない認知症の緩和に役立ったりしているのです。手先を使うことや空間認識を持つことで脳を活性化させることができるし、昔を思い出すことで認知症の改善にも役立つミニチュア制作。高齢化社会を迎えた現在、健康的に生き生きと生活していくためには、何かしら熱中できることを持つことが必要だと思います。

ジブリ映画　千と千尋の神隠し「油屋」のミニチュア

人生はまだこれからです。しかしながら時間には限りがあるのも事実です。いかに時間を大切に使うか、どう有意義に過ごせるかを考えて、皆さんの豊かなセカンドライフについて考えてみてはいかがでしょうか。今からでも決して遅くはありません。何かに夢中になれることを見つけて、輝いた人生を過ごしたいものです。

講師略歴……タカマ　ノブオ（高間　信夫）

１９６２年　福井県春江町（現坂井市春江町）生まれ。坂井市丸岡町在住。

小学校の授業で制作した「箱庭」の世界に魅了され、身の回りにあった材料でペーパークラフトハウスを作り始める。主な作品のスケールは独自の１／40。材料は主に厚紙や木材、プラスチック板などを用いて制作している。

２００３年にテレビアニメ「サザエさん」の磯野家制作を契機として、アニメや映画作品、テレビドラマに登場する主人公たちの住まいや、その間取りの研究を開始。映像作品に登場するシーンやカットを繋ぎ合わせて間取りを推理・想像し、図面として描き上げたのち、それを元に立体模型作品を数々制作。

今では常識となった照明が点灯する仕組みも早くから取り入れ、作品によっては様々な仕掛けを施してある、動くジオラマ制作の先駆者でもある。

２０１５年、これまでの作品を常設展示する私設ミュージアム「茶蔵庵房」（さくらんぼう）を、坂井市丸岡町上安田にオープン。県内のみならず県外からも多くのファンが訪れている。

２０１６年に、人間技とは思えない卓越した技術と創造力、独自性を持つ日本人作家の合同展「神の手・ニッポン展」の第２期神の手アーティストの一人に選出され、全国巡回作品展に参加する。

その後、東日本大震災復興応援を目的に東北で作品展を開催。多くの被災者に笑顔と感動を届けた。

感想文のコーナー

このコーナーは、受講生の皆様から寄せられた感想文を紹介いたします。紙面の都合上、すべての感想文を紹介できないことをご容赦ください。

■十月一日放送（第二十七回）

持続可能な農と食への展望
～見直される小さな農業～

関根　佳恵　先生の感想文より

▼杉下　信夫（八十八番）

これまで農業は大型経営をめざしてきたため、有機肥料や無農薬の有機農業は日本全体のわずか０・６％しかないそうです。しかし、最近、有機農業の良さが見直され、環境にやさしく気候変動対策にもなり、反収が上がり、雇用を創出し、若者が戻ってくるということで、国や地方公共団体が公共調達で有機食材を優先的に購入するなど、積極的に有機農業を普及させようとする取り組みが始まっているそうで、大変心強く思いました。スーパーに並ぶ食材が、すべて有機栽培されている日がくることを望んでいます。

▼中山　慶子（二百六番）

私たちを取り巻く環境はずいぶん変わりました。地球温暖化、食生活の変化に伴う食物アレルギーに苦しむ子どもの増加、それに伴う有機農法で育てられた農作物の需要がありますが、人口が減少して、農業の担い手も高齢化して後継者もいないのが現状です。

有機農法は生産性が低く効率が悪いとされ、化学肥料や農薬などを使い病気の無い作物が作られてきました。しかし、自分の家の畑では農薬はほとんどつかいません。穴だらけのほうれん草やキャベツ、レタス、白菜を食べていますから安心です。

お話のアグロエコロジーはずっと前に日本がしていた農業に戻るようで驚きました。それが地球にも生物多様性にも地域コミュニティにも環境にもいいのですから、農業を変える時期がきているのでしょうね。

地産地消は、新鮮で、安くて美味しいのですから、もっと広がっていくといいと思います。

■十月八日放送（第二十八回）

お年寄りの心と体の健康を支える

谷口　修也　先生の感想文より

▼松村　政子（六十三番）

高齢者になり特に筋力の低下、体力の衰えを自覚します。不安感も時々感じます。先生の心と体の健康で出来る「４つのポイント」１、規則正しい生活をする。２、日頃の食生活に気を配る。３、軽い運動習慣を取り入れる（朝のテレビ体操、30分程度歩く、転倒などを防ぐため短時間体を動かす）。４、心や体の不調に早く気付く（出来る限り料理、

家事を行い、家ではくつろげる服装に外出時には身を整えるように心掛けています）。

心身の負担である病院通いも医師、看護師、受付事務の方達との、わずかな心通わせる触れ合いに安らぎを覚えます。

また、食品店で安くて良い品を選ぶのも気分転換になっています。「４つのポイント」を実践して充実した前向きな人生を過ごしていきたいと思います。

▼森忠　陽子（二百三十一番）

若い時は考えもしなかった老化の事で今日は大変参考になりました。

私は睡眠が浅く夜中に目が覚めます。疲れた時は昼寝をしてしまいます。食生活については、食べる量が少なかったため低栄養になり、タンパク質、カルシウム、ビタミンDの食品や野菜を多く摂るようにしています。骨粗しょう症や高脂血症の薬も飲んでいます。

運動については、体操教室で1時間の運動、買い物は歩いて行っていますが、まだ足りないのでラジオ体操もしようと思います。

また、肩こりや腰痛もあり、視力も落ちたため長編小説が読めなくなりました。趣味は仲間がいるため継続しています。今はこの「ラジオ講座」を楽しみにしています。

出来なくなった事を悩まず、出来る事を楽しんでいきたいと思います。

■十月十五日放送（第二十九回）

ご存じですか？　福井県の外来生物

五十川　祥代　先生の感想文より

▼寺本　明乎（二百四十八番）

外来生物がこんなにたくさんあることが分かり勉強になった。外来生物は悪者のように思うが、そうではなく私達人間がそうさせたんだと反省させられると共に、これから考えていかなければならないと思った。

▼前川　康子（二十四番）

私の知っている外来種といえば、セイタカアワダチソウ。北アメリカから入国し野生化したとの事。国道158号線の道沿いに昔はなかった背の高い黄色いあわだち草が群れゆらいでいる。

毒と聞いているので気味悪い存在だ。日本での確認外来生物は二千種とは驚きだ。アライグマ、ウシガエル、オオクチバシ、菊や蜘蛛にも生息環境を奪われている現実があると知った。対策は何か？「入れない、放さない、拡げない」この三原則を守ること。

そして、商品を購入する時は地元産や国産のものをなるべく取り入れたいものである。不幸な生き物を増やさないようにしたい。

■十月二十二日放送（第三十回）

安全運転のススメ
～安全に長く運転を続けるために～

藤﨑　ゆう子　先生の感想文より

▼藤沢　静子（百六十四番）

私も20代に免許証を頂きました。その頃はマニュアル車で今ほど女性の運転手は少なかったように思います。初めのころの車はクラッチ操作でペダルの踏み変えが多くエンストもありました。今の車はオートマチックで運転操作が女性や老人でもとても楽になりました。

しかし、高齢になると、操作ミスや焦りでの事故が多いようです。これは操作が簡単になったからともいえるのではないかと思ってしまいます。

上司の警察官から教わった3つの事、とても良いお話でした。私も信号待ちでつい車間距離が短くなっていることがあります。自分が焦っている、慌てていると感じたら「自分を客観視する、声に出して自分に戻る」との教えはとても参考になりました。

田舎暮らしでは車がなくては生活しにくいところもありますが、免許返納も考えていかなければならないと思っています。

▼大下　敏雄（二百二十九番）

私は20歳の時に取得してから54年になります。私も福井県のシニア運転免許人口、15万1千人のひとりです。私は1㌔以内の行動に車を使わないと決めています。自転車か徒歩をするようにしています。

暗くなった時、体調の悪い時、自転車で用が済む時にはハンドルを握りません。妻以外の人を同乗させず、藤﨑さんのように、声を出して確認しています。

現役時代、労災講座で学んだ「ヒヤリハット原則」を思い出しました。常に危険が潜んでいることを自覚し、慎重に事に当たるようにし、今日のお話を聞いて、以下の3点に気をつけて運転したいと思います。

①横断歩道の標識を見たらアクセルから足をはなす。
②車間距離は前車の姿が見える位置まで間隔を開ける。
③自転車に乗って気付いたヒヤリ体験を運転時に思い出す。

■十月二十九日放送（第三十一回）

大工工事を世界に動画で発信する親子

船井　啓太　先生の感想文より

▼福岡　隆夫（二百二十八番）

ＹｏｕＴｕｂｅ「大工の正やん」を早速見た。すごい！の一言。大工本職でなくても日曜大工に大いに利用出来る。参考になることがいっぱい出てくる。板にくぎを打つと板が木目に沿って割れてしまうが、その防止方法が流れてくる。

親子コンビの痒い所に手が届くような説明と、画像、図面の分かり易さが素晴らしい。本職さんが画像を見ていて、社員教育や学校教育の中にまで浸透してゆくことに感服する。

東京大学で講義をされたということは、技術も方法も知

識情報など大工の神髄が語りつくされた内容になっているからだと感じる。

小生の母方の祖父が棟梁であったから、無口ながらも子ども時代にアレコレ教えてくれたことを思い出し、戦争で引き継ぐことが出来なかった無念な祖父の大工仕事の話には大いに興味があった。

親子二代のこれまで以上の活躍を祈ります。益々発展してほしいです。

▼高石　まゆみ（百六十五番）

早速、ユーチューブの「大工の正やん」のチャンネルを覗いてみました。大工仕事の手際の良さや、今は懐かしい墨壺はないが、紐を張って水平間隔を丁寧に観察する目は、やはり厳しい職人気質と思いました。見ているうちに引き込まれるチャンネルです。最後は、いつも礼儀正しくお辞儀をして終るのもユーチューブの「大工の正やん」の人気のひとつではないでしょうか。

きっかけが、コロナ感染時期ということですが、世の中が止まってしまったような時期に、前向きな姿勢にての考えは素晴らしいことです。また、お父様の理解があり一緒にユーチューブへの挑戦をしたことは、親子関係の仲の良さが垣間見えました。

ユーチューブを開いたら時々「大工の正やん」を覗いてみたいと思います。今後、「大工の正やん」チャンネルの登録者が１００万人を突破できることを願っています。

文芸欄

俳句

カレンダーあと一枚の冬景色
懐手している義父の胸の内　江守　和子（二百一十三番）

月明り静かに照らす秋の庭
丹前を着てからの形おとなしく　小山　美令（二百四十二番）

まかせとけ爺こだわりの松手入れ
風呂吹きを今年はひと手間プロの真似　増田　寛子（二百四十六番）

ススキ揺れ我が家の星も世界一
新米のまつりおにぎり最高だ　前川嘉津子（二百十八番）

川柳

自転車で今日も上げてる骨密度
隣りの児爆弾みたいに飛びかかり　谷川　好枝（四番）

暑いので孫墓そうじじいじなく　森忠　陽子（二百三十一番）

●発行所　㈶福井県社会福祉協議会　●〒九一〇―八五一六　福井市光陽二―三―二十二　●電話（〇七七六）二四―二四三三　FAX（〇七七六）二四―〇〇四一