

# 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。

治左川 梅花藻

令和五年六月

もくじ

- 六月四日放送（第十回）  
 麦ストローから考える地球のこと…… 2  
 株式会社大麦倶楽部  
 代表取締役 重久弘美
- 六月十一日放送（第十一回）  
 私と仏教  
 ～テワノ法要を通してわかったこと～ …… 4  
 浄土真宗本願寺派  
 照恩寺住職 朝倉行宣
- 六月十八日放送（第十二回）  
 インフレ下、「人生100年時代」を  
 生き抜く家計戦略 …… 6  
 暮らしのマネープラン相談センター  
 福井所長 堂 埜 聖
- 六月二十五日放送（第十三回）  
 片づけ上手は生き方上手 …… 9  
 福井お片づけ倶楽部 主宰  
 片づけアドバイザー 数下 智子
- 感想文のコーナー …… 11
- 文芸欄 …… 16

## ■六月四日放送 (第十回)

### 麦ストローから考える地球のこと

株式会社大麦倶楽部  
代表取締役 重久弘美

#### ◇福井特産六条大麦と大麦倶楽部について

福井県は「六条大麦」という大麦の産地です。五月中頃から実った金色の麦が福井平野、坂井平野に広がります。大麦の収穫期、黄金色の麦が揺れる季節を「麦秋」と言います。秋という字がつかますが、初夏の季語です。

福井は「六条大麦」の生産量、作付面積ともに日本一を誇ります。一本の莖に六列の種子が並ぶ大麦、これが「六条大麦」です。主に麦茶や麦ごはんの用途に使われます。大麦倶楽部では、精麦、製粉までを自社で行い、製粉した大麦粉を原料とした「カレールウ」や「レトルトカレー」などに商品展開しています。県内小中学校の学校給食にも採用になっています。

#### ◇麦ストローの製造に着手

創業以来六条大麦食品を販売しておりますが、ここからはこの大麦の莖を加工して商品化した話です。麦の莖＝麦藁は英語

でストロー (STRAW)、飲み物を飲むストローは本来麦わらのことを指します。

わたしが麦わらストローに最初に触れたのはこの仕事をする前に保育士をしていた時でした。麦ストローの作り方を教えてくれたのは農業をしていた義父です。我が家の麦畑まで歩いていけば、子どもたちと一緒にストローを作って遊ぶことができると思ったのが始まりでした。

黄金色に輝く麦畑に吹いた風とともに、ハサミで切った麦ストローでお茶を飲んだ思い出が忘れられませんでした。その想いを麦茶に込めてお客様にお届けするつもりで細々と麦ストローを作りプレゼントしてきました。

それが、お客様から「もっと欲しい」「今の時代に合ったものだから販売しては」と、リクエストをいただくようになり、それがきっかけで商品化に繋がっていききました。なかなかハードルの高い商品化ではありましたが、ようやく2019年に発売となりました。

#### ◇SDGs目標達成に向けてのKANTO

「おおむきママの麦ストロー®」の発売当時は「環境にやさしい」「エコロジック」そして、「持続可能な開発目標」SDGsというワードが少しずつ聞かれるようになった頃でした。そして今、世の中がこのままではいけない、個人、企業それぞれエシカルライフに努力していこうという機運が高まっています。私たちの良心と結びつき、人や社会、環境に配慮されている消費やライフスタイルを指す「エシカルライフ」。



買い物をする時の基準(何を考え、何を目安に選ぶのか)は人それぞれですが、その目安が「エシカル消費」という観点。地球の環境問題、社会問題の解決を考えた新しい消費の形です。それを踏まえた麦ストローはその動きに合致する商品だと思っています。

#### ◇一般社団法人広域連携事業推進機構

2020年にSDGs関連企業のお誘いを受け、一般社団法人広域連携事業推進機構を立ち上げるメンバーになりました。

全国の麦の生産者、SDGs関連企業、教育機関、福祉作業所、そして活動支援企業が会員となり、「心ざろいのストロープロジェクト」を展開しています。

- ・ エシカルアクションの実現
- 環境への配慮と経済還元を同時に実現
- ・ アップサイクル&CO2フリー
- 麦が生育途中で吸収するCO2より麦ストローの生産工程で排出するCO2が少ない
- ・ 農福連携
- 生産加工工程を障がい者の方々と協働

この三つの価値を生み社会貢献していく活動です。ひとつの企業だけでは広がりが見えなかった「麦ストロー」を同じ志で繋がる仲間とパートナーシップを結び歩いていきます。一人一人のアクションを積み重ねて世界を変えて

いくミッションと、福井の特産品である大麦をPRしていくミッション、どちらも私たちにとっては大切な使命だと考えます。その活動を知ってもらうために、麦ストロー作りや麦藁を使った「ヒンメリ」の体験ワークショップなどで、麦ストローの普及とSDGs目標達成への啓蒙活動も行っています。

一本のストローが紡ぐ人と人とのご縁を大切に、これからも麦ストローの輪を広げていきます。麦畑に吹く風を届けたいという最初の想いは、今の地球環境を守っていききたいという気持ちに微力ながら引き継がれています。



#### 講師略歴……重久 弘美(しげひさ ひろみ)

福井県出身。仁愛女子短期大学卒。15年間食品メーカー勤務後、2001年地元社会福祉法人岡保保育園(現岡保こども園)に保育士として勤務。2004年脳腫瘍を発症し退職。術後自宅療養を送る。その間、2010年1月、夫典嗣が起業した福井大麦倶楽部の立ち上げから参加する。2011年より福井大麦倶楽部代表、2020年9月に法人化し株式会社大麦倶楽部代表取締役。福井産六条大麦に特化した商品づくりに取り組んでいる。2021年より「心ざろいのストロープロジェクト」を展開する一般社団法人広域連携事業推進機構(RPA)理事。

## ■六月十一日放送(第十一回)

## 私と仏教

## 〜テクノ法要を通してわかったこと〜

浄土真宗本願寺派 照恩寺住職 朝倉行宣

浄土真宗本願寺派 照恩寺住職の朝倉行宣と申します。僕は僧侶として仏教のご縁を広げる活動として「テクノ法要」という取り組みを続けています。

テクノ法要とは、伝統的な「声明」という仏教のメロディーにシンセサイザーなどを多用したテクノサウンドと言われる現代的なアレンジを施し、寺の内陣などにプロジェクションマッピングなど、視覚的な演出を加えた法要で、主にお祝いの行事や、仏教に親しんでいただくためのイベントなどで勤めています。



長い伝統を大切にしている仏教において、テクノ？プロジェクションマッピング？と違和感を覚える方もいらっしゃると思います。僕自身、このアイデアを思い描いたとき、実施を躊躇しました。伝統的な法要の形と異なる表現は可能なのか悩みました。そこで、浄土真宗の宗祖、親鸞聖人や、仏教

の祖師、お釈迦様はどのようにお考えになるか、仏教の教えや歴史に立ち返って自分なりに考えました。

まず、仏教と音楽の関係の歴史を振り返りました。浄土真宗の「正信偈」のお勤めは、約550年前に福井県あわら市の吉崎で蓮如上人が当時の新しいメロディーを取り入れて制定されたものです。正信偈は漢詩(うた)の形式を用いて親鸞聖人が著述されたもので、共に勤められる和讃もまた、当時流行していた「今様」という和歌の形式だそうですね。親鸞聖人はメロディーこそ残しておられませんが、メロディーが付けられることを想定してこれらの文章を著したように想像してしまいます。

また、正信偈以前に浄土真宗の日常勤行として勤められていた六時礼讃というお勤めも、約800年前に法然上人のお弟子様が作曲されました。その美しいメロディーは京の都で流行し、寺にはこれを楽しみに多くの人々が集まったと伝えられています。伝統的に感じているものにも「始まり」があり、先人が試行錯誤されたものであることがわかります。

現在の仏教は伝統を守ることを大切にしていますが、平安時代の終わり頃から鎌倉時代にかけて生まれた多くの宗派は、当時の新しい仏教でした。飛鳥時代に仏教は大陸から新しい文化と共に日本に伝来しています。そもそも、仏教はインドで約2500年前に生まれた時もそれまでには無い新しい考え方でした。

仏教の基本的な考え方の一つに、「諸行無常」があります。この言葉は、「すべては変化すること」を意味しています。

寺院や仏壇などの飾り付け「荘厳」も「諸行無常」の例外ではありません。伝統的な仏教美術である仏像も、お釈迦様が亡き後約500年間は制作が禁止されていました。諸説ありますが、仏教が地域を超えて広がり、ヘレニズムの文明を交わり発生したとも考えられています。いずれにせよ最初に仏像を作った人は、500年間守られていた禁止を破る大変勇氣ある行動で、多くの批判もあったのではないかと想像してしまいます。しかし、仏教はこの変化を受け入れていきます。←全ては変化するのですから。

仏教が変化を否定するものであれば、インドや東南アジアの僧侶の衣も、日本の僧侶の衣も同じ筈です。しかし現実には大きく異なります。

仏教は「執着」が苦しみの原因だと考えます。衣を例にしても、1000年、2000年前は僧侶も「こうあるべき・こうしななければならない」といった執着に執われず、衣を環境に適応し地域の文化を受け入れることで、より広く仏教を伝えることが叶ったのでしょう。

先人から伝えられた伝統を守ることはとても大切です。しかし、それが形式に対する執着であれば、仏教の考え方に反してしまいます。伝えるべき伝統とは、先人の想いではないかと感じています。僧侶であれば仏法を伝えることであり、会社員であればお客様に喜んでいただくこと、料理人であればお客様に美味しい料理を楽しんでいただくこと

と。先人は様々な工夫をされて、商品やサービス、料理などを作り上げられました。現在まで受け継がれているものは、試行錯誤や淘汰を繰り返したものです。本来の目的を見失い、伝統の形に胡坐をかいては先人の想いを継ぐことはできないでしょう。

「こうあるべき・こうしななければならない」と思っているとき、「それは本来に目的に向かうためのものか?」と問い直し、視野を広く持つことで、新しい一歩を踏み出すきっかけになるかもしれません。

テクノ法要も、僧侶として「仏教をお伝えする」ことが目的で、特に仏教に関心が薄い方々への入り口を広げたいと願っています。

### 講師略歴……朝倉 行宣(あさぐら ぎょうせん)

福井県福井市1967年9月生まれ(55歳)

照恩寺の後継者として生まれ育つが、寺を継ぐことに反発し、京都でDJやライティングオペレーターの仕事を始める。2016年に照恩寺住職を継承し、翌2017年からテクノ法要を実施する。様々なメディアで取り上げられ、全国・世界に紹介される。2018年から「ニコニコ超会議」に「テクノ法要×向源」として参加し注目される。築地本願寺や名古屋東別院など国内の寺院やイベント、海外(フランス・アメリカ)でも活動する。テクノ法要の楽曲はインターネットで配信し、アメリカApple Musicのテクノチャートで1位を記録した。



堂 埜 聖  
福井所長  
暮らしのマネープラン相談センター

### ■六月十八日放送 (第十二回)

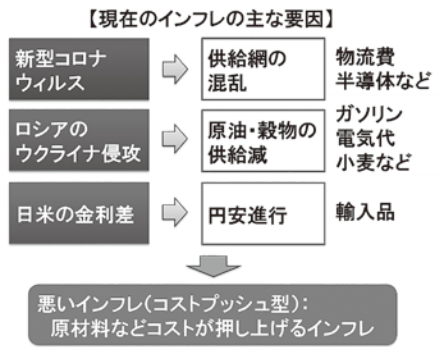
## インフレ下、「人生100年時代」を 生き抜く家計戦略

現在のインフレ(物価高)の中で、人生100年時代を安心して生きるためには、これまでの働き方、生活スタイル、人生設計、そしてお金の付き合い方を見直す必要があります。今回はインフレを生き抜くための家計管理についてお話しします。

### ●現在の「インフレ」は

現在のインフレは原材料費などコストの上昇が原因で発生する悪いインフレ(コストプッシュ型)です。昨年からはまったインフレですが、今年2月の消費者物価指数(生鮮食品を除く)は3.1%となっています。一方給与などの収入はこの20年間で上がっていません。これまで長く続いたデフレ(物価下落)下では家計を維持することができ

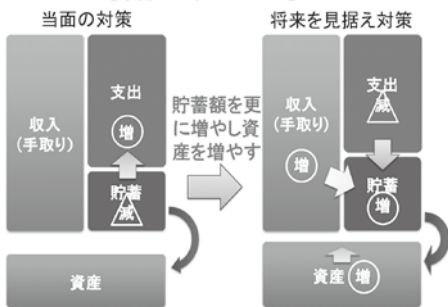
ました。しかし、収入が上がらない中でインフレは家計に大きな影響を与えています。今後賃金増や企業による価格転嫁の継続により当面このインフレは継続すると思われる。



### ●将来のインフレを想定した家計戦略

物の値段が上がると支出を抑えるために少しでも安いものを買ったり、買用量を減らしたりします。これは生活レベルを下げることになり、支出だけの対策を継続した場合将来の家計が立ち行かなくなる可能性があります。そこで将来を見据え支出だけでなく収入・資産にも着目した対策を示します。インフレが長く続くと物の値段が複利的に上がります。例えば今年300万円で買える車があり、その後1年に2%のインフレが10年続いた場合、車の価格は366万円になります。もしこの期間お金を現金や預貯金で持っていたらほとんど増えないので、10年後同じ車を買え

【家計のバランスシート】



サラリーマン平均給与

西暦	2000年	2010年	2020年
年間給与	461万円	412万円	433万円

出所: 国税庁「令和2年分 民間給与実態統計調査」

手取り(年収500万円、扶養の配偶者、高校生の子供1人の家庭)

西暦	2000年	2010年	2020年
手取り額	約435万円	約410万円	約400万円

年金平均受給額

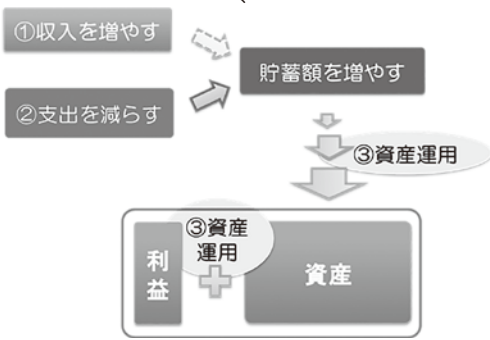
西暦	2000年	2010年	2020年
年金額	約211万円	約180万円	約173万円

出所: 厚生労働省「公的年金財政状況報告 (2020年度)」

なくなりまして。これがインフレリスクです。インフレ下ではお金を現金や利息が少ない預貯金で持つことがリスクゼロではないのです。そこでインフレに対応した家計資産を確保するため以下の戦略が必要となります。

- ① 収入を増やす
  - ・ 働く、働き方を見直す
  - ・ 確定申告による税金の還付
  - ・ 公的年金等の受取方の見直し
- ② 支出を減らす（持続可能な節約）
  - ・ 固定費（保険、携帯、自動車関連など）の削減
  - ・ ストレスの溜まらない節約（予算管理）
- ③ 資産を増やす
  - ・ 投資による資産運用
  - ・ 非課税制度（イデコ、NISA）の活用

このうち①の「収入を増やす」は働くことが出来ない場合はまとまった収入増は期待できません。また②の「支出を減らす」は毎日の生活に直結するので限界があります。そこで生活に影響を与えない③の「資産を増やす」資産運用が効果的な対策となります。ただし、「資産運用」はリスクをなるべく小さくしてリターンを得るための「原則」を守らなければなりません。以下資産運用の原則について説明します。



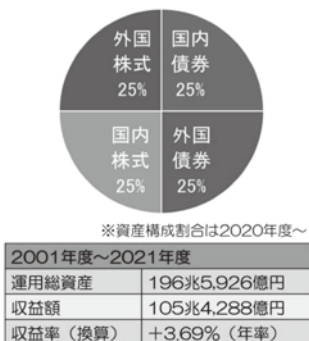
### ●資産運用の原則

金融庁も推奨している資産運用の原則は「分散」「長期」「積立」です。さらに付け加えるのであれば「複利」「低コスト」です。

#### 【分散投資】

分散投資のお手本がGPIF（年金積立金管理運用独立行政法人）の運用です。GPIFは皆さんが拠出する年金保険料を管理運用している公的機関です。公的年金の給付額は物価や賃金に連動するしくみになっています。そこで、年金の給付額が物価高などに負けないよう皆さんから預かったお金を運用して増やしているのです。その資産構成割合と運用実績は右図の通りです。

GPIFの資産構成割合と運用成績



#### 【長期投資】

投資性金融商品は短期的には上がり下がりを繰り返すため、個人で短期に利益を上げることが困難であり元本割れのリスクもあります。一方これまで長期的には上昇を遂げてきました。したがって安定した収益を目指すには長期の投資が適しており、「複利効果」が期待できる点も長期投資が有利な理由になります。

#### 【積立投資】

「積立」は、「ドルコスト平均法」を実践できるというメリットが挙げられます。ドルコスト平均法とは、金融商品を一定額で、定期的に買い続ける手法のことです。価格変

動する金融商品を一定額で買い続けることで、価格が下がった時には多くの口数を買うことができ、価格が上がった時には多く買えた口数が価格に反映します。投資商品の値動きは誰も予測できないため、「安く買って高く売る」という理想のタイミングでの売買は至難の業です。そこで売買のタイミングに悩まず、コツコツと投資を続けることでストレスなく資産形成が出来ます。

【非課税制度の活用】

「iDeCo(イデコ)」は、自分で決めた金額(掛金)を積み立て、主に投資信託で運用し受け取る年金です。掛金の拠出時・運用時・給付時の税制優遇が特徴です。より豊かな老後生活を送るための一助となります。昨年度、加入可能年齢が原則65歳になるまでに拡大され、受け取り開始時期も、60歳以降75歳になるまでの間で選ぶことが可能になりました。

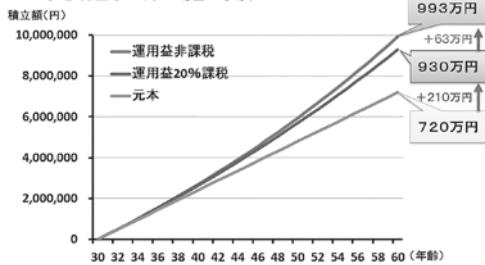
「NISA(ニーサ)」は、毎年一定の新規購入分を対象に、その配当や譲渡益を非課税とし家計の安定的な資産形成を支援するための制度です。令和5年度税制改正の大綱等で、2024年以降の「非課税保有期間の無期限化」や「年間投資枠の拡大」などの抜本的拡充・恒久化の方針が示されました。

【資産運用によるお金の寿命を延ばす】

インフレ下で資産が現金や利息の少ない預貯金の場合、資産

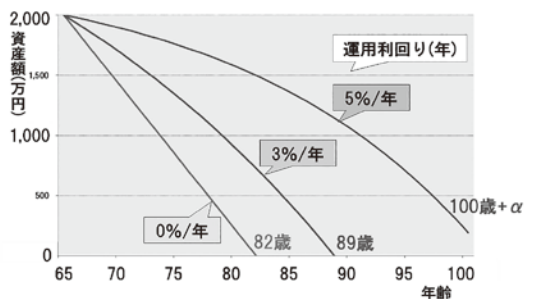
iDeCo, NISAの運用非課税のメリット (概算)

30歳から60歳まで、毎月の掛金は20,000円、予想利回り2%の場合の試算



の実質価値は下がってしまいます。(前述車購入例の通り) 例えば、老後生活資金をインフレに対応しつつ長い期間確保するために資産を運用しながら取り崩すという方法があり、資産の寿命を延ばすこととなります。(下図)また、運用を前提にした老後のライフプランを作ることにより、計画的な相続対策も可能となります。

2,000万円を65歳から毎月10万円取り崩した場合の資産寿命



●お金の知識は家計の武器になる

インフレ下での家計管理は、生活レベルを維持しながら継続可能な対策が必要です。そのためには資産運用をはじめとすると「お金の知識」が重要であり、家計管理をいくつかうえでの武器になります。

講師略歴……堂埜 聖 (むつおの けい)

暮らしのマネープラン相談センター福井所長、CFP®(ファイナンシャル・プランナー)。大手セネコンの技術者から外資系保険会社を経て独立系FP事務所を開業。様々なお金の個別相談に対して、ライフプラン(お金の生涯設計)をベースに解決方法を提案し、将来の「見えない不安」を「見える安心」に変えている。また、各種セミナー講師や小中高校への出前授業などによるファイナンシャル・プランニングの啓蒙活動を行っている。福井市在住



## ■六月二十五日放送（第十三回）

## 片づけ上手は生き方上手

福井お片づけ倶楽部 主宰  
片づけアドバイザー 数下 智子

「断捨離」「生前整理」「終活」「ミニマリスト」、「片づけブーム」なるものが到来して、こんな言葉もすっかり耳になじんできた時代になりました。「コロナ禍の自粛期間に自宅を片づけた人も多いようです。

ところで、「片づけ」はなぜ必要なのでしょう。いろいろな答えが思い浮かぶのではないのでしょうか。実は片づけの目的は二つ。その目的のためには何をすればいいのか、今回はいわゆる終活、中でも片づけに特化した生前整理についてお伝えします。

## ◆片づけの二つの目的

## ①自分が安全・安心に暮らすため

災害の多くなってきた昨今。いつ自分の身に降りかかってくるかわかりません。一番安心できるはずの自宅で安全に過ごせないのは困ります。



想像してみてください。片づいていない自宅で災害に遭ったら・・・

- ・必要な物を持って迅速に避難できますか？
  - ・床の上には物が散乱していませんか？
  - ・災害発生時が夜だったらどう地域全体が停電していたらどう逆に、災害発生時のことを考慮し、日頃から自宅が片づけられていると・・・
  - ・必要な物をサッと取り出して迅速に避難できる
  - ・物に躓いたり踏んだりしないのでケガをしない
  - ・灯りがなくても壁伝いに手探りで屋外へ出られる
- 物をきちんと片づけておくことで、自分の身を守ることが出来ます。

## ②自分の死後、家族のため

「何がどこにあるのか」「残された物はどつするべきなのか」、身内の遺品整理を経験した際に困ったことはありませんか。当たり前ですが、自分の死後は残された家族が判断することになります。貴重品、相続する物、次の世代に伝えていく物はもちろんですが、自分の物は可能な限りわかりやすく片づけておきましょう。

普段はお互いに「全部捨ててもいいよ」「全部捨てちゃうからね」と言っているにも、実際はそうはいきません。人間には感情があるのです。「どうしよう」「捨ててしまったものなのか」と思いながら、故人の片づけをするのもしんどいもの。少しでも自分の物は自分で始末をつけていきましょ。

◆片づけのステップ

- ①片づける場所の物を全部出す
- ②出した物を仕分けする 四分類の仕分け（いる／いらぬ／迷い／移動（思い出））
- ③そこに残す物は片づけやすいように戻す

◆片づけが捗るポイント

たくさんの方に囲まれて毎日を過

すごしていませんか。それらは本当に必要な物ですか。ちゃんと使っていますか。「ずっと昔から持っているから」「高かったから、いいものだし」「いつか使うかもしれないから」「そんな理由で持っているのなら、手放してしましましょう。なくなっても困ることはありません。

特に、昭和生まれの方は「もったいない」「遺伝子がいっしょに組み込まれています。」物を手放す「こと」に抵抗のある方も多くいらっしゃいます。

では、「もったいない」と思って、物を手放さずにいるとどうなりますか。簡単ですね。物はどんどん増えていきます。私たちは毎日いろいろな物を家の中に持ち込みます。意識している、していないに関わらず、です。家の大きさは決まっているのに、物が増えていくと、どんどん散らかるのは予想外でびっくりです。

50代になつたり、たくさんの方から卒業する「こと」を考えま

いる	いらぬ
移動（思い出）	迷い

しょう。それが自分のため、家族のためになります。まずは小さい場所から始めてください。継続は力なりです。また、「片づけること」は「優先順位をつけること」に通じます。残された人生の中でも優先順位をつけることにより、充実した毎日を送ることが可能！

片づけ上手になって、これからの人生楽しんでいきましょう。

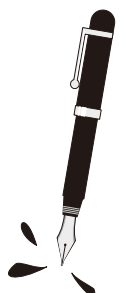


講師略歴……数下 智子（やぶした ともこ）

福井県福井市出身。2014年より「片づけアドバイザー」として活動。個人宅へ訪問し、片づけ作業サポートを実施。行政、企業、団体より片づけ講座の依頼も多数。2018年、社会的に広がってきた考え方「生前整理」関連資格を取得。近年はシニア向け片づけ講座、生前整理講座の依頼が増加。2023年現在、セミナー参加者は2500人を超える。

# 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。



## ■四月二日放送（第一回）

人の心を動かす  
言葉の影響力と伝え方

杉山 修 先生の感想文より

### ▼寺本 明乎（二百四十八番）

その人の言葉はその人が歩んできた人生の中から出てくるものであるから、理解できないことも多くある。しかし、それぞれの価値観は違つのだと、心に深く刻んでおかなければならない。謙虚な姿勢で相手の言葉と向き合い、相手の心に寄り添つた理解ある関係を作るよう努力していきたいと思った。

### ▼齊藤 智恵子（二十五番）

本日のお話は私にとって得心のいく、とても有意義な内容でした。考えてみれば確かに、話す人の気持ちと聞く人のとらえ方は人それぞれで、必ずしも一致する保証はないですね。

聞き手に誤解されないように自分の言葉を吟味する。つまり「具体的に、事実を、シンプルに、丁寧に伝えること」を心がけることと教えていただきました。大切なことですね。

誠実に一貫性をもって、相手の気持ちを受容しながら、

否定的な言葉をなるべく使用しないで、会話が出来るようにする。わかつている気でしたが、今日改めてお聞きし、心を新たにいたしました。

### ▼木谷 直子（百八十四番）

言葉が感情に影響を与えるとは……。私は忙しさに追われ、わかつたつもりで、その場しのぎに「わかりました」と返事して、コミュニケーションエラーを繰り返してきました。恥ずかしく、また、申し訳ない。今後自分の態度、行動、発言の一貫性を意識したいと思います。

高齢者の私は耳も目も頼りなく、心と心で、特に身近な家族と心と心で関わることを考えて生きていこうと思います。先生のお話何度も何度もお聞きしたいです。ありがとうございました。

### ▼堀川 英美子（百三番）

本日の講義で「人の心を動かす伝え方」に共感しました。私自身、相手の話は最後まで聞くということを信条にしています。

以前友人から「聞いてー」と話を持ち掛けられた時、私は友人の言葉を遮って自分の経験話をしてしまい、友人を落胆させてしまったことがあります。相手の気持ちを受け止める気遣いが出来なかつたのです。それ以来、相手の

話は最後まで聞く事に終始しています。

今日の先生の講義を糧にして、一人の人として相手の発言を尊重し、より良い人間関係を作ってください。

#### ■四月九日放送(第二回)

#### ビリヤードで生涯いきいき

道川 浩 先生の感想文より

#### ▼中山 慶子(二百六番)

「ビリヤード」と聞くと、「お金持ちの男の人たちが、お酒を飲みながら楽しむもの」というイメージでした。日本ではあまりメジャーなスポーツではありませんが、江戸時代に伝わっていたとは驚きです。

お話をお聞きしていると、男女差も年齢差も体力差も関係無いスポーツとのこと。親子三世代で楽しめるなんて素敵ですね。それと同時に「生涯スポーツ」ですから「体力が落ちたのでやめる」という必要も無く、長く楽しめるのは、これからの高齢化社会にピッタリのスポーツだと思います。また、同じ競技をする仲間が全国にいて、交流できるのも羨ましい限りです。運動が苦手な私でも挑戦できるのではっと思えました。

#### ▼藤沢 静子(二百六十四番)

ビリヤードを実際に見たことはありませんが、昔テレビや映画で見たような気がします。お洒落な紳士のお遊びぐらいの知識しか持っていないかもしれません。最近は何にも入っ

てこないような気がしていました。

今日のお話から全国大会もあり、年齢、男女関係無くプレーヤーとして、たくさんの方が楽しんでいらっしゃる事がわかりました。

ビリヤードは激しい動きが無いので、老人には向いているかもしれないと思います。益々普及されて身近になれば良いなと思いました。

#### ▼高石 まゆみ(二百六十五番)

今まで、ビリヤードはスポーツと言うよりもゲーム感覚の遊戯の一種とと思っていました。ビリヤードに似たような遊びが紀元前400年のギリシャまで遡るとは、歴史のあることに驚きです。

また、地面にあつた丸い球を転がす遊び、ゴルフやゲートボールに近い遊びから、ビリヤードに繋がったかもしれないことに大変ロマンを感じました。中世になって屋外から室内にかわり、貴族などに普及したのかもしれないね。何となく、ビリヤードというと高級な感じがしていました。身近にビリヤードのゲームをする施設をあまり見ることがないからかもしれない。また、気が付かないだけかもしれません。

県内に30店舗の施設があるとは驚きです。ゲームのルールも知りませんが、お話を聴き「9ボール」の1番から順番に狙っていったら最後に9番を落とすゲーム、何となく初めてでも出来そうな気がしてきました。

ビリヤードも「生涯スポーツ」の一つになっているとの

こと、年齢を越えて楽しめる競技スポーツとお聞きし、機会があったら是非、挑戦したいと思いました。

#### ■四月十六日放送(第三回)

##### 学びのビッグバン

##### 高校生と鯖缶開発物語

小坂 康之 先生の感想文より

#### ▼山田 寿美(七十二番)

「鯖缶を宇宙に飛ばした高校生」のテレビを見て、とても感動し、あの熱血教師の小坂先生のお話が聞けてワクワクした。

鯖缶は、元は明治28年浜水の前身校の時代から地域の特産物として作られ、現在は生徒の探求学習のうちの実習授業で作られている。

NASAが開発したハサップ導入により「宇宙へ飛ばすことができる」という生徒の言葉がきっかけとなり、その研究が先輩後輩とバトンリレーのように14年間も続けられた。

小坂先生は、生徒の楽しみながら主体的に学ぶ態度を大切に温かく見守り、また、地域の願いや協力(ステークホルダー)を得て実現させたのだ。

今『さばの缶づめ、宇宙へいく』を読んでいる。宇宙へ飛んだ鯖缶を作った高校生と小坂先生、地域とのかかわりなど目に見えるように書かれている。とても30分では話さきれない内容だ。学びがどのようにしてビッグバンになったのか楽しみながら読んでいます。

テレビの中、野口飛行士が宇宙ステーションで実際に鯖缶を一口一口おいしそうに食べている映像は感動的だった。

#### ▼竹内 多美子(四十番)

若狭高等学校海洋学科の生徒さんが宇宙食としてのサバ缶製造に挑戦し、実際宇宙飛行士の野口さんに味わってもらえたというニュースは聞いていました。若者らしい夢の実現話だと感心した次第です。

目標を高くかけ、多くの試行錯誤を繰り返し、製品化していく過程が学びだったのだろうと思っています。

今日は担当された小坂先生の並々ならぬご指導の一端をお聞きし、さらに感服いたしました。

14年もの間、先輩から後輩へ研究は引き継がれ、宇宙食としての基本をおさえ、喜んでもらえる製品づくりをと、生徒を支えてこられた先生のご苦労は大変なものだったと思います。具体的なお話で専門的な内容もありましたが、先生の生徒さんへの支援(楽しみながら主体的に学ばせる)が素晴らしく、それでこそ「宇宙食サバ缶」の誕生につながったのだと思います。これからの益々のご成功をお祈り致します。

#### ▼杉下 信夫(八十八番)

本当の学びとはどういうものか、というのを教えていただいた気がします。詰め込み教育がはびこっている中で、生徒の主体性と興味・関心を大事にして、これを支援する姿勢はなんともすばらしい。生徒が研究していく中で、地

域との「コミュニティがいつの間にかできていた」というのもすごいことです。

この事例が「ビッグバン」となって、すべての学校で生徒が「楽しかった」と言えるような学びができるようになってほしいと願っています。

■四月二十三日放送（第四回）

新説 金ヶ崎の退き口

大野 康弘 先生の感想文より

▼白崎 豊司（六十一番）

私はかつて仕事の関係で、福井と小浜の間を車で往復しておりました。いつも国吉城のあった山を眺めながら通行していた覚えがあります。

先生は「金ヶ崎の退き口」について、通説とは異なる説を幾つか挙げておられ、大変興味深く聞かせていただきました。信長の朝倉攻めについては、勝者の記録であることから、必ずしも全てが事実とは言えず不明だと思えます。

したがって歴史考証は、勝ち組のみならず、負け組、また第三者が見た説も参考にすることが大切だと思えます。

▼福岡 隆夫（二百二十八番）

今回のラジオ講座を聴いて直ぐに佐柿国吉城資料館へ車を走らせた。ラジオ講座の内容を目で見て感じて、文字と写真や絵で、また録画を視て、体感することが出来た。

時には、講座から實際を、現地を見ることも良いことと

思った。そのことが出来て良かった。しかし残念ながら術後5か月の身体では山城まで登ることは諦めざるを得なかった。

面白いチラシを見つけた。「発見！『越後の龍』上杉謙信と国吉城の意外な関係」と見出しされたものである。福井県内では、朝倉太郎左衛門の歌と云われているものが、富山県魚津城跡や、長野県では戦国武士の歌として碑が作られていることに、2009年（平成21年）に国吉城の職員さんが気付いたとのことである。これこそ、歴史資料館で仕事をする醍醐味であったことと思う。ラジオ講座の中で「歴史は勝者が紡ぐ」と話されていた通りだとも思った。

▼村寄 百谷子（二十八番）

国吉城はどこにあったのだろうと早速地図を開いて探してみたら、美浜町東部に佐柿という所があり、「ここが山城、国吉城があった所だ」とわかりました。戦国時代に活躍した信長、秀吉、家康に思いを馳せながら、453年も前のお話を聞かせていただきました。

少数の供廻りで京都に撤退した織田勢の通説「金ヶ崎の退き口」は、調査研究で敦賀から国吉城までのわずか10km程を逃げてくれればよかったことが解明されたこと、また、国吉城は相当の難攻不落の城だということがよくわかりました。

また、勝ったほうの記録が残されているため、切り口や見方によって解釈が大きく変わってきます。今後も様々な史資料の研究や調査が必要だと思います。古き時代を想い

国吉城に一度は行ってみたいと思いました。ありがとうございました。

■四月三十日放送（第五回）

福井のまちに居場所と舞台を

土田 佳奈 先生の感想文より

▼中野 利子（百三十一番）

ふくいまちなか大学とは、福井駅前を中心とした「まち」を舞台に広がってゆく学びの場。2040年頃を目標とする長期構想「県都ブランドデザイン」の具体的な行動の一環として、2022年に取り組みがスタートし、開かれた学びの場を作ってくれたとのこと。

自分の花を咲かせるために、一人ひとりの内側にある大切なことを「引き出す」ことを目指し、「ひらく」「つながる」「でかめる」をキーワードに居場所と舞台を作り出してくださいました。

ある方が人生の幸せ度を測る物差しは、人との出会いだと話されていました。たくさんの人との出会いに恵まれた人はそれだけで幸せを手に行っていると思います。ふくまちなか大学ではその出会いがあり、本当に嬉しいことです。ご活躍を願っております。

▼森忠 陽子（二百三十一番）

ふくまちなか大学を初めて知りました。いくつになっても学

びは大事です。福井のまちを舞台に広がってゆく学びの場があること、どなたでも気軽に学ぶことができること、すごいことです。若い人のUターンも増えてくると思います。私をはじめまだまだ知らない人達が多いと思うので、その都度大いに発信していただきたい。いろんな企画で学びの場を作ってください。

▼上屋敷 洋子（百八十番）

ふくまちなか大学は聞きなれない言葉でしたが、駅前を中心とした「まち」を舞台に、広がってゆく学びの場所であると知りました。

ふくまちなか大学は、福井商工会議所で構成される県都にぎわい創生協議会において、2040年を目標とする長期構想「県都ブランドデザイン」の具体的な行動の一環としてスタートしました。まちなか全体をキャンパスとして様々な場所を活用しながら講座を展開されています。

何年後か先にできる、まちなか全体が、どう変化するのか今から楽しみにしています。

学びの理念は「引き出す」。一人ひとりの内側にある大切なことを引き出すきっかけを、共有できる学びの場を目指しておられ、完成を期待しています。

文芸欄

俳句

梅雨晴れ間今日は自分を干してみる  
雨あがる最後の雲濃紫陽花

江守 和子(二百二十三番)

春の空両手ひろげて深呼吸  
香る風句碑参る者慈しみ

小山 美令(二百四十二番)

どくだみ草匂いと共に花生けに  
引き真綿の雲の行方や梅雨晴れ間

増田 寛子(二百四十六番)



短歌

満開の桜めでつつ人ごみのなかにダンスや太鼓も見れた  
次々となすべきことの生じ来て楽しからずや暇ある身には

杉下 信夫(八十八番)

川柳

絵手紙に智慧授かる展示会

この歳で眺めるだけよかがやきは  
今更にかがやき、リニヤ無縁なり

大下 敏雄(二百二十九番)

新米のママよ隠れて胸開く

独り身や「ただいま…」交わす地に感謝

谷川 好枝(四番)

●発行所 (福)福井県社会福祉協議会

●〒910-1852 福井市光陽 丁三十一番二

●電話 (0776) 241-4331  
FAX (0776) 241-0041