

# 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。



三國湊帯まち流し

令和五年九月 **もくじ**

学び強化月間 シリーズ②  
**ボランティアで  
 新たな生きがいを発見しよう**

- 九月三日放送（第二十三回）  
 シニア世代とボランティア活動 …… 2  
 福井県小ボランティアセンター  
 主任 武藤 功士
- 九月十日放送（第二十四回）  
 いくつなつてもチャレンジ  
 できることからやってみよう …… 5  
 高浜町おやジニーの会  
 事務局長 山 中 義 和
- 九月十七日放送（第二十五回）  
 音訳ボランティア、感情は込めてはいけないけれど、  
 心を込めて取り組みたい …… 7  
 福井県音訳こだまの会  
 会員 東 野 香 里
- 九月二十四日放送（第二十六回）  
 防災と被災地支援のためのボランティア …… 9  
 福井県防災士会 理事（元事務局長）  
 立 平 政 勝
- 感想文のコーナー …… 11
- 文芸欄 …… 16

## ■九月三日放送（第二十三回）

### シニア世代とボランティア活動

福井県ボランティアセンター

主任

武藤 功 士

一、9月は「ボランティア月間」

1991年（平成3年）、福井県の福祉意識の醸成とボランティア活動に対する理解を促すとともに、ボランティア活動への積極的な参加を呼びかけるため、重点的な啓発期間として、9月を「ボランティア月間」と制定しました。

そして、1993年（平成5年）

には、前年の兵庫県に次いで全国で2番目の開催となる「全国ボランティアフェスティバル」を福井県に招致し、ボランティア月間である9月25日・26日に約1万人が参加して盛大に開催されました。



第2回全国ボランティアフェスティバル福井大会の様子



今月は、まさに33回目の「ボランティア月間」ということで、9月最初のラジオ講座は「シニア世代とボランティア活動」をテーマにお話しさせていただきます。

## 二、ボランティア活動の原則

### ①「自発性」の原則

「ボランティア（volunteer）」の語源は、ラテン語の「volō（ウオロ）」や「voluntas（ウォルタース）」で、「進んでやる」「自由意志」という意味。「する」「しない」も自分が決める。「させられてやるもの」ではない。

### ②「社会性・公益性」の原則

社会にはさまざまな課題が存在し、支えを必要とする人もたくさんいる。その解決や改善を人任せではなく「放っておけない」、「何とかしたい」と、一人ひとりができることを考えたり、誰かと協力したりしながらする市民レベルの活動がボランティア活動である。

### ③「無償性」の原則

金銭的な報酬を得ることを目的に行う活動ではない。お金では得られない、それ以上に価値がある仲間や役割、楽しみや喜びが得られることにやりがいを感じることでできる活動である。

### ④「創造性」の原則

従来の考え方にとらわれることなく、自由な発想やアイデアを大切にしながら、方法やしぐみを考え、創り出していくことができる活動である。

## 三、シニアのボランティア活動が盛んな福井県

本県は、シニアのボランティア活動がさかんであるという統計結果があります。

2016年（平成28年）の総務省「社会生活基本調査」によると、福井県全体のボランティア行動者率（年間で1日

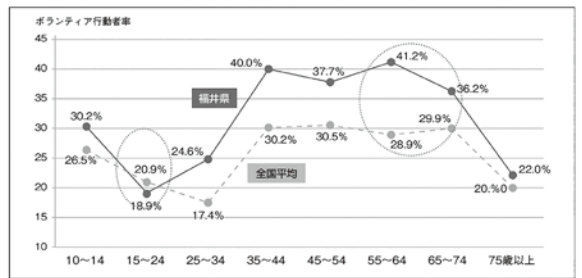
でもボランティア活動をしたことのある人の割合は、55～64歳の層では41.2%と、他の年代よりも高く、全国平均の28.9%と比較しても、約12ポイントも高くなっています。

そして、活動の分野別では、55歳以上では、道路や公園等の清掃などの「まちづくりのための活動」や交通安全活動などの「安全な生活のための活動」が割合として多くなっています。

本県の特徴としては、55～64歳の層と65～74歳の層とでは、行動者率が下がる傾向があることです。全国平均では逆に、55～64歳の層と65～74歳の層とでは、行動者率が上がる傾向があります。当時の県の分析では、これには、三世帯同居率の高さが関係しているのでは、と推測しています。シニアのボランティア活動に多い「まちづくりのための活動」や「安全な生活のための活動」は、地縁組織である自治会、婦人会などで行われることが多いことから、65～74歳の層では、このような役割を世帯内で親世代から子世代に引き継ぐ世代交代がなされるためではないかと考えられます。（出典：福井県県民社会貢献活動推進計画（改定版）平成30年3月発行）

#### 四、健康寿命や幸福感とボランティアの関係

千葉大学予防医学センター教授の近藤克則先生が、『長



年代層別ボランティア行動者率

生きできる町』というタイトルの著書の中で、健康寿命を延ばすには社会参加や人との関わり・つながりが有効であることを示しています。

近藤先生によると、そのポイントとして

- ①運動は一人よりもグループで行う方が効果的
- ②スポーツに限らず参加するグループが多いほど要介護や認知症になるリスクが減る
- ③男性は役割があると健康度が上がる
- ④笑わない人は1.5倍不健康になる
- ⑤共食の方は孤食の方より鬱になりにくい

ことが挙げられています。そして、これらのことを実践するために高齢者のボランティア活動者を増やすことに取り組み、健康意識や幸福感の向上につながった自治体の例が挙げられています。（出典：近藤克則著『長生きできる町』角川新書、2018年）

また、アメリカのハーバード公衆衛生大学院の研究に、ボランティア活動をすることで身体的活動が活発になるだけでなく、早期死亡のリスクが大幅に減るという報告があります。

この研究は「健康と退職に関する調査（Health and Retirement Study）」（2002年8月）で、50歳以上の約13,000人を4年間にわたり追跡調査したものです。ボランティア活動をしていない人に比べ、年間約100時間以上（週に2時間程度）の活動をしている人は、早期死亡のリスクが44%も低いということが明らかになったということです。

また身体機能に制限が生じるリスクは、ボランティア活動をしていなかった人と比較して、年間100時間以上し



ていた人では16%も低くなっていったことから、将来、介護を必要とする可能性も低い傾向にあるといえます。

さらにこの研究では、ボランティア活動にはストレスを軽減する効果もあり、ボランティアの参加時間が長い人ほど主観的な健康感が高く、幸福感も得やすいという報告もなされています。

## 五、ボランティア活動の種類と相談窓口

次に、ボランティア活動の種類についてお話したいと思います。ボランティア活動にはさまざまなものがあります。【福祉分野】福祉施設や在宅の高齢者や障がい者の生活を支援したり、交流を深めたりする活動

【青少年・児童分野】青少年・児童との交流や見守り、成長を支える活動

【自然・環境分野】リサイクル活動や動物保護活動、環境保護活動、美化活動

【医療・保健分野】病院でのお手伝いや献血、心と健康を支える活動

【文化・芸術・スポーツ分野】観光案内や地域文化の伝承、スポーツ指導やスポーツイベントの運営支援

【国際分野】外国人との交流や海外協力の活動

【災害分野】災害時の被災地での活動や被災地外での活動

1人でも行えるものもあれば、仲間やグループで行うもの、団体や施設に所属して行うものなど、いろいろなパターンがあります。

そして、ボランティア活動の探し方には、

①市町社会福祉協議会のボランティアセンターを利用する

②自治体のNPO・市民活動センターを利用する

③インターネットやSNSで情報収集する

という方法があります。とは言え、まだまだ始めるには一歩が踏み出せないという皆さん、現在、福井県ボランティアセンター、市町ボランティアセンターでは、7月から12月までの期間、ボランティア活動をはじめきるきっかけづくりとして、約1500のボランティア活動プログラムから興味のあるものを選んで半日から体験できる『ボランティア体験2023』を実施しています。

この講座をお聞きになり、少しでも興味をもっていただいたなら、手始めに参加してみたいかがでしょうか。

詳しくは、福井県ボランティアセンターのホームページもしくは各市町社協のボランティアセンターにお問合せください。



講師略歴……武藤 功士(ぶとう のりひと)

1974年(昭和49年)生まれ。大学時代に自閉症児のガイドヘルパーや余暇活動のボランティア活動に携わり、福祉の道を目指す。1999年(平成11年)10月、社会福祉法人福井県社会福祉協議会に入局後、地域福祉・ボランティア推進、福祉サービス利用者の権利擁護やサービスの質の向上に向けた支援、会計・経理や法人運営、生活困窮者支援等に従事。現在、地域福祉課地域共生グループリーダー、福井県ボランティアセンター主任。社会福祉士。

## ■九月十日放送（第二十四回）

うしつなつてもチャレンジ  
くびきんじやからびつてみよし〜

高浜町おやシーの会  
事務局長 山中義和

『おやじって何だろっ』 若い頃は 気が付かなかった  
仕事に 子育て 振り返ってみれば 無我夢中  
おやじって何だろっ こんなに早く 定年迎えるなんて  
もっと やってみたいこと 決めときゃよかった（続く）

（作詞 松崎慶久 作曲 松岡佑太）

高浜町のリタイアシニアの集まりである「高浜町おやシーの会」のテーマソングです。ちょうど10年前、勤めや仕事に一段落した皆さんに生きがいづくりを一緒にやりませんか、と呼びかけスタートしたのが「高浜町おやシーの会」です。



長年、家族のため自分のため、とにかく食わねばならぬ、生活のためには働かねばならぬ、と仕事人間だった我々です。家族のことは嫁任せ、朝早く家を出て帰りは夜遅く自宅へ。休みの日も仕事仲間とお付き合いですべて「仕事」「会社」の中の

人生でした。

ところが60歳の退職を前に、仕事と会社を辞めたら俺、何をするんだろっ・・・と考えだします。朝早く職場へ行かずともすむ、会いたくない上司の顔を見ずにすむ、こんな幸せなことはない。そして迎えた退職。一週間、一カ月と時間が過ぎ去っていくと、どこへも行くところがないというところが、なんとも寂しくなるものです。よくあるテレビドラマの中でのシーンと同じです。

私が住むのは田舎、退職となるとすぐに村の区長、お寺、神社などの役が回ってきます。一通り役が過ぎると、あとは何もすることがない。それに比べ女性は子供のPTAや地域でのバザー、趣味、共同作業などで長年築き上げてきた地域のつながり、コミュニケーションがあります。それぞれのネットワークがあり、お互い何かあればすぐ連絡し助け合う仕組みが出来上がっているようです。

私がリタイアしたのは10年前。都会での生活に終止符を打ち早期退職、町の社会福祉協議会から声がかかり4年ほど地域福祉活動にかかりました。福祉活動の現場を見ると、大半が女性の方がかり。リタイアされたジーさんたちはどこで何をされているのか、不思議に感じたものです。町内でお年寄り対象とした地区のサロンにもおジーさんの参加はありません。

「たまにはお連れさんにも出てきてもらおうようお願いしてよ」と婦人方に呼び掛けてもジーさんが出てくることはありません。「私はあの亭主とは絶対に一緒に出るの嫌。外に出てまで顔合わせるのはお断り」と冗談交じり

におっしゃる方も。当時、亭主元気で留守がいい、との言葉が飛び交っていました。現実はずっと厳しかったようです。

私も60歳を迎え退職。社協時代にジイーの居場所をつくるうと考え、さっそく実践することにしました。生きがいづくりと地域への恩返しを、と知った方に呼びかけました。区長会や民生委員のOB、現役時代からボランティアに参加していた会社勤めの方等に呼びかけたところ10名近くの方が参加してくれました。まあ、いっぺん集まってやってみようか、がスタートのきっかけでした。現在は16名、会社員、消防、自衛隊、銀行員、役場、建設、トラック運転手等職種もいろいろです。

月に一度の顔合わせを兼ねた定例会、ジイーさんだけのサロン「ジイー専科」、お出かけ見学会の実施、地域の方との地域交流会などを柱に活動を行っています。ボランティア活動は高浜町社協が生活支援事業として行う給食弁当の配達ボランティアに参加、週1〜2回程度、高齢者宅などへ温かい弁当を配達しています。

定例会は120回を迎えました。研修テーマも年寄りの関心ごとである健康、介護、相続、親子関係をはじめ町の課題などについて幅広く勉強をしています。コロナ下で参加者は少ないかな、とみていましたが、コロナであるがためか、ほぼ全員の参加が続いています。

ボランティア活動は弁当配達を中心に年末のおせち配達赤い羽根共同募金街頭活動も続けています。最近では高齢者のスマホ教室いきいきスマホサロンを立ち上げ、会員が

講師となり年寄り目線での使い方教室をボランティアとして取り組んでいます。

今年設立10年を迎え、7月に「感謝の集い」を開催しました。

お世話になった研修講師やサロンのサポーター、健康アドバイザーなど関係者をお招きし、10年を振り返りながら親しく交流しました。

講師には高浜町で長年活躍している井階医師をお呼びし「まだまだ現役、地域活動が長生きの秘訣」と題して講演いただきました。

最後には参加者の皆さんと「この街で」を合唱。『この街で生まれ、この町で育ち、この街で出会いました あなたと、何時までもあなたと一緒に歩いていきたい』素晴らしい歌詞とバンド演奏。涙を流される参加者もたくさん見えました。ジイーのジイーによる生きがいづくりとボランティア活動。これまでとおり、地道にそして自らの元気のためにも続けていきたいと考えています。元気な年寄りが支援を必要とするお年寄りを支える、新たな支援ネットワークづくりが急務です。皆さんの地域でも、リタイアジイーさんが中心となり、地域を盛り上げていただくことを期待します。

講師略歴……山中 義和(やまなか よしかず)

高浜町在住。71歳。高浜町おやジイーの会事務局長。長年、専門誌記者として東京、名古屋、愛媛、静岡などで勤務。退職後、故郷へ帰り高浜町社協で地域福祉活動にかかわる。10年ほど前、リタイアシアの活動団体「高浜町おやジイーの会」を立ち上げ、現在に至る。モットーは「いつでも青春、いつも挑戦」。

## ■九月十七日放送（第二十五回）

### 音訳ボランティア

感情は込めてはげなけれど、心を込めて取り組みたい

福井県音訳こだまの会

会員 東野香里

#### 【音訳と朗読】

皆さんは、「音訳ボランティア」をご存じでしょうか。通常の活字による読書が困難な方のために、書籍や雑誌、広報紙、新聞などの内容を「音声にして伝える」ボランティアのことです。「音訳」は、聞き手が「情報を得る」ために利用するものであり、内容が正しく伝わるように、「書いてあることを書いてある通りに読む」ことが求められます。まさに「目の代わり」となって、読み手の感情は込めずに情報を正確に声で伝える仕事です。

それに対し「朗読」は、読み手の解釈で感情を込めて読んだり内容を読み変えたりして、作品として仕上がったものを聞き手が「鑑賞」するものです。音訳と朗読は、目的

が違つことをまず知っていただきたいと思えます。

#### 【音訳こだまの会とサピエ図書館】

私は「福井県音訳こだまの会」（現会員数：50名）に所属して



活動しています。1977年発足の同会は、福井県視覚障

害者福祉協会情報提供センター主催の「音訳ボランティア養成講座」の修了者で構成し、同センターの指導・協力のもと録音図書を製作しています。具体的には、同センターの録音ブースや自宅にてマイクに向かい、専用ソフトを使って録音し、校正・編集作業を経て、完成します。

私たちは、利用者さんに情報を正確に伝える図書製作を目指して、「サピエ図書館登録音声ディジータ製作基準」を指針として、活動しています。その基準をクリアできないとサピエ図書館に登録されず、全国の利用者さんに届けることができません。そのため、センターおよび会では毎月勉強会を開催し、全会員が研鑽を積んでいます。

「サピエ図書館」とは、全国視覚障害者情報提供施設協会（全視情協）が運営する、読書が困難な方のための国内最大級のインターネット図書館です。利用は、目が見えない・見えにくい方、文字や文章の認識が困難な方、身体障害などで本を持つたり、めくったり、目で文字を追うことが困難な方などが対象となっています。

#### 【私の活動】

そんな音訳の世界に私が足を踏み入れたのは、20年ほど前。養成講座受講生募集の記事を見つけ、飛びつきました。視覚に障害がある方の方の力になればいいなとの思いと、音訳は嫌いではないし楽しそうだと感じたのです。しかし、しかし…。養成講座は楽しいばかりではありません。求め



られる技術の高さに戸惑ったり、続けていけるのかと不安になったりもしましたが、ともに頑張る仲間と一緒に修了することができ、活動を始めました。仕事と家庭の両立にボランティア活動が加わりました。

私の音訳活動は、「毎月1回センターに行き、担当する雑誌原稿を読む」という細々としたものです。蔵書を何冊も音訳している会員とは比較になりませんが、私にとってはとても大事な充実した時間となっています。

皆さん、音訳と聞いて、声を出すだけだと思ったら大間違いです。読む前には、とても大事な「調査」があります。「正しく読み、伝える」ために、漢字等の読みを調べます。自分が読めない難しい漢字を調べるのはもちろんですが、間違ったまま思い込んでいる場合もありますから、少しでも疑問に感じたら確認が必要です。さらに、固有名詞は必ず調べなくてはなりません。「〇〇町」は、「〇〇まち」なのか「〇〇ちよつ」なのか、普段の生活では流してしまいうことも音訳ではそうはいきません。大変な半面、面白い点でもあります。

調査の次は、「下読み」。正確に内容を伝えるには、文のどこで区切るかが重要です。読点ごおりが正解とも言えません。文章の意味を理解した上で、区切る場所を考えます。そしてようやく録音です。間の取り方などのたくさんルールに沿って、マイクの向こうにいる利用者さんを意識しながら読み進めます。聞き直しと必要な修正を加えて、私の役目は終わりです。心地よい疲れと達成感を味わう瞬

間です。

### 【楽しいから続けられる】

活動を通して、新たな情報・気づきを得るばかりか、誰かの役に立つ存在でありたいと願う心が満たされています。うまくいかなくて落ち込むこともあるけれど、続けられています。仲間もいます。活動を始めた頃、先輩の落ち着いた安定した読みに感動したことは、今も忘れられません。最近では、「音訳ボランティアを続けていることは、私の人生でのプチ自慢」と思い始めています。仕事を辞めたら蔵書にも挑戦できるといいな、というのが今の私のひそかな目標です。

興味や関心の向かう先は、人それぞれ違って当たり前です。私には音訳がハマったよう。皆さんにも、「自身が心を込めて取り組みたい何かが見つかることを願って、終わりにします。

### 講師略歴……東野 香里（ひがしの かおり）

何か新しいことを始めたいと思っていた頃に「音訳」と出会う。平成15年度に「福井県音訳こたまの会」に入会して活動を始め、20年が経過。平成30年に全国盲人福祉施設大会にてボランティア表彰を受ける。令和3年度、同会会長。三重県出身。夫&息子2人と暮らす。



## ■九月二十四日放送（第二十六回）

### 防災と被災地支援のためのボランティア

福井県防災士会 理事  
（元事務局長） 立平 政 勝

2022年8月4日に我が地区でも記録的短時間大雨情報（8時から9時の間に2回、隣接する市を含めると3回も発信され、局所的でしたが水害が発生しボランティアが必要な災害が発生しました。多くの皆さんは被害が大きかった「南越前町」が大きく報道されたことを「ご存じだ」と思います。

皆さんはボランティア活動に参加していますか？自分は「何の特技もないし、協力出来る事はない」と考えている方は多いのではないかと思います。ですが是非参加してみてください。ボランティアというと災害ボランティアというイメージが大きいですが、皆さんの周りをチョット見回して下さい。

色々のボランティア活動があることがお判りかと思えます。

ボランティア活動は参加する皆さんにとっても非常に有益だと思います。

例えば、被災していないとボ

ランティアさんにとどのようなことを依頼すればよいのか分からないし、折角来て頂いたボランティアさんに活躍して頂くことも出来ないと思えます。

また、平時のボランティア活動には自分が当事者（ボランティアを受ける側）になる可能性が災害時より多いと考えられます。そして平時の延長線上に災害時の繋がりがあれることも分かります。自分の経験がいずれは自分に戻ってくる可能性もあると考えて始めてみると良いと思います。

災害時のボランティア活動で考えてみましょう。

災害の種類によっては被災地に持ち込む道具は異なることは分かりますよね。水害の泥かき出しでは直ぐに思いつゝのは「スコップ」なのですが、このような例があります「アルミ製のスコップ」。確かに軽量で取扱いがしやすいですが、直ぐに折れてしまいます。出来れば「鉄製の剣先スコップ」。さらに「穴あきの剣先スコップ」が良いことが分かります。また、最近の住宅はフローリングが多いので「水切りワイパー」等も便利ですが、自家用車で現地に向かうのであればよいのですがボラバスなどで集団移動する場合はどうでしょう？といった具合に状況によって異なることがお分かりになると思えます。

活動してみても分かることは大きく、このような道具は平時でも役に立つことは多いと思えますし、意外なものが役に立つことも分かります。

少子・高齢化が進み行政の支援も行き届かない時代が来

るかもしれませんが。その意味でもボランティア活動は今後もっと重要になってくると思います。災害時に特に支援が必要な方(災害弱者)については発災時に突然に見知らぬボランティアが来ててもなかなか理解していただけないことも多いですが、平時からの繋がりがあれば理解して頂きやすいと言われています。

仕事を持っている方の活動は企業等の理解も必要ですが難しいと思います。個人的には企業は地域に認められて生業が成立していると考えると、是非CSRの観点からも社員がボランティア活動する機会を増やして頂ければと考えています。

防災・減災という観点からもボランティア活動を実践してきた場合と未実践の場合では「備え」や「対応」に差が出ると思います。

個人でも企業でも備蓄品に何が必要になるのかは不明瞭なままであると思います。実際の被災地を見て、活動して考えさせられることは多いです。

確かに全てを備蓄・準備することは時間もコストも必要なので大変であると思います。でも、優先度は分かってくるのではないかと思います。

また一般的に言われている万人に共通な備蓄品ではなく自分たちに合った備蓄をすることも分かってくると思います。

但しここで注意しなければいけないのは購入するという

行為で目標が完結したと勘違いしてしまうことです。是非アップデートを忘れないで頂きたい。例えば、以前は電池式懐中電を準備推奨していた時もありましたが経年すれば電池も劣化して使用できないこともあります。最近では蓄電式のバッテリー式になっていきますし、そしてソーラー充電対応なものに切り替えるという様に。

私の場合は普段から利用している農機具はガソリン仕様になっています。草刈り機や送風機です。当然、自動車やバイク、除雪機もガソリンです。この延長線上に発電機があります。やはりガソリン仕様です。冬が始まる前に除雪機用としてガソリンを備蓄し除雪で使用しなかつた分は農機具などで使用することで無駄な備蓄をせずに済んでいます。また、備蓄を忘れることもありません。別の意味でローリングストックです。

このように普段から機械物などを購入する場合にちょっと考えてみると防災・減災につながることは多いと思いますのでチャレンジしてみてください。

キャンプが趣味の方は利用できる機材やスキルが多いと思います。

近年、気象情報においても想定外という報道が多く発せられています。そして多くの災害が発生していると思います。行政による対策も必要ですが、対策の完了を災害は待ってくれません。

福井県にゆかりのある寺田寅彦氏も「天災は忘れられた

る頃来る」などの言葉を残しているように、いつ来てもよいように平時から準備・対策し経験しブラシユアップして家族・隣近所・地域の人びとと「空振り」は許されても見逃しが無い様に「一緒に考えましよう」。

### 講師略歴……立平 政勝（たつひら まさかつ）

昭和49年 福井県立勝山高等学校卒業

昭和49年 富士通株式会社入社

昭和51年 松文産業株式会社入社し管理業務を中心にかわり平成9年のナホトカ号重油流出回収、また平成16年の福井豪雨では社員が被災したことから現地ボランティア活動に参加。

平成28年 福井国体業務の為に派遣で県庁勤務。ここでも平成28年の熊本地震や令和元年の東日本台風（台風19号）による氾濫後に現地にて活動。

平成25年から福井県防災士会理事に就任し学校防災担当や事務局次長・事務局長を経て現在は理事。防災士として地区の防災や減災の一役になればと講師や総合防災訓練などにも参加している。

## 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。

### ■七月二日放送（第十四回）

#### 能楽の世界

（750年以上続く世界最高の舞台演劇）

福岡 聡子 先生の感想文より

#### ▼山田 寿美（七十二番）

「高砂」の結婚式バージョンは地声で謡えたのでなかなか楽しかった。私達の年代の結婚式では必ず親戚のおじさんが謡ってくださっていたが、本来の言葉を祝いの言葉に替えていたとは知らなかった。

能、狂言のように伝統ある芸能は、先祖からその家に代々継がれていると思っていたが、先生は幼少の頃お父さんに勧められて始めたとか。特殊な世界の習い事をよく続けられ、東京芸大を卒業され、プロとして三十年も活躍されている事に感心している。

また、能楽の奥深さに圧倒され、未熟さを思い知らされているとか、まさにプロである。

能、狂言を観賞することは今までなかったが、教科書で「やるまいぞ、やるまいぞ」のせりふで終わる狂言を習った事はある。これを機会にテレビでは非観てみたいと思っ

ている。

▼森忠 陽子 (二百三十一番)

伝統芸能である能を、ハピリン能舞台の「新春能始め」で何度か、敵かな気持ちで観させていただきました。

今日のお話で、能舞台の背景は松の絵、柱を目当てに舞うこと、囃方は笛、小鼓、大鼓、太鼓の順に座っていることを知りました。笛の音を出すのは難しく、小鼓は湿度を保ち、大鼓は曲を始める前に乾燥させておき、太鼓は体の正面で打つ等、詳しくお話いただき、また、指揮者がいない能では演者の掛け声で進行することも知りました。

高砂の曲は結婚式で聞いてはいましたが、本来の謡を一部変えていることも分かりました。体験して良かったです。また観に行きたいと思います。

■七月九日放送 (第十五回)

天気予報を使いこなす

河波 貴大 先生の感想文より

▼村寄 百合子 (二十八番)

毎日、今日と明日の天気予報が知りたくて夕方にテレビをみるのを楽しみにしています。そして日記に記入しています。近年は県内でも大規模な大雨災害が発生し、予報を上回る大雨を降らせているので本当に怖いです。

気象庁ホームページ「キキクル」は、土砂災害や浸水害、洪水の危険度の分布を地図上でスマートフォンから確認す

ることが出来るとのこと。そしてレベル4までに避難することが大切であることを教えていただきました。

また、降水確率と雨の強さは関係なく気象予報士の解説を聞くことが大切と初めて知りました。一週間先の予報はお昼の週間予報をチェックするのがよい。今日教えていただいたことをよく守っていきたいと思います。ありがとうございました。

▼松澤 甚三郎 (三十八番)

近年、急激に雨雲が発達し、局地的に大雨を降らせ、洪水やがけ崩れなど大きな災害を起こしている。実際、1時間に50mm以上の激しい雨の発生回数も約40年前の1980年ごろと比べると、約1.5倍に増えている。

県内でも昨年8月、南越前町や奥越で災害が発生、予測を超える大雨が降った。現在でもピンポイントの予測は非常に難しいのが現状である。そこで大切なのが、一人一人が情報を積極的に取りに行くこと。それには、土砂災害や洪水の危険度などを地図上で確認できる気象庁ホームページの「キキクル」を活用すること。「キキクル」では、今自分の住んでいるところの危険度がリアルタイム且つ、レベルごとに色分けされている。

レベルは、下からレベル1相当は白色、2は黄色、3は赤、4は紫、5は黒色。大切なのは危険が迫っているレベル5相当の黒を待たずに、レベル4相当の紫までに非難を完了させること。



また、台風や大雨の前にお風呂を水で、スマートフォン  
の電池を、車のガソリンを満タンにしておくこと。情報も  
正しくとらえることが必要で、午前中の降水確率30%（午  
前中に1mm以上の雨が降る確率）と1時間に50mm降るとい  
った雨の量は関係なく、降水確率30%でも1時間に50mmと  
いったすごい雨が降る。

新しい天気予報の発表時刻は5時、11時、17時の3回、  
週間予報は11時と17時の2回発表されるので、知りたいこ  
とに合わせて新しい情報を得るよう心掛けたい。農作業、  
登山、運動教室をしているので、12時のニュース前、午後  
9時のニュース前の天気予報は殆ど毎日見ている。

■七月十六日放送（第十六回）

福井県内の祇園祭

川波 久志 先生の感想文より

▼杉下 信夫（八十八番）

祇園祭の本家本元は京都のはずで、私の近所にも祇園祭  
の神輿（木田神社）が巡回しているのを見かけることがあ  
って、不思議に思っていました。今回のお話で事情がよく  
わかりました。

江戸時代、福井藩主の手厚い保護のもとに始まったよう  
です。なかには、神輿がお寺から出てお寺に帰るとい  
う、神仏習合の面白い事例もあるようで、県内あちこちにさま

ざまな形態で行われているのを初めて知りました。

▼前川 嘉津子（二百十八番）

木田神社、簸川神社は、裏鬼門と表鬼門で無病息災が込  
められていると以前聞いたことがあります。

今回のお話の中で、福井にも祇園祭と呼ばれるたくさん  
の祭りがあること、神社ばかりが祭りと思っていました  
が、芦原には神仏が一緒になったところもある等、いろいろ知  
ることができました。

私の住む町でも神社の祭りがあり、子供が法被を着て神  
輿とともに町内を巡回して周ります。祭りの日、一日中子  
供たちは喜んで神社で過ごします。くじ引きや綿菓子など  
の模擬店もです。近年は子供の数が年々減ってきていま  
すが、わが子と一緒にいた神社は今も健在です。太  
鼓の音が聞こえると、高齢者になってもなぜか心が弾み神  
社へ行きたくくなります。

■七月二十三日放送（第十七回）

文房具で暮らしにワクワクを

堀田 敏史 先生の感想文より

▼齋藤 優（二十二番）

福井市田原町に店のあった懐かしい堀田文具店の三代目  
社長さんのお話を直接拝聴でき、とても感動し、幸せな心

境です。

今から丁度六十年前になりますが、私は三年間、当時の勤務地近くの初代「堀田文具店」のご主人と懇意にさせていただいていました。小柄な方で誠実、頭の低い丁寧な物腰で何時も私達の職場の注文品をいち早く届けて下さいました。その折、時々世間話をされて帰られたことを覚えています。元国鉄マンだったそうですが、定年後現在の文具店ホリタの前身「堀田文具店」を立ち上げられたと伺っています。

二代目の父上様も存じ上げ、すでに定年退職されていますが、現在も要職で頑張っておられます。そして、三代目の現在の社長さんが若々しく、アツギとしてホリタ文具を新鮮な感覚と実践とで、今の時代にマッチした経営をされています。

「日本一の文具店にしたい」という信念で、独自性を十分に発揮しながら挑戦し続けておられる姿に脱帽です。

今後一層のご精進、ご発展とご繁盛をお祈りします。私も心から応援したいと思っています。

▼高石 まゆみ(百六十五番)

筆記具が紀元前千年頃からエジプトで使われていて、古い歴史があることを知りました。文具とは文化を支える道具。中国の時代ドラマを観ていて、皇帝に謁見する時に官人が持っているものは、唯のお飾りかと思っていました。が、備忘録として書き込むための板と知り、これからドラマを

観るのが楽しみになりました。

「文具は、学ぶこと、働くことが辛い時に、応援するこゝとができる道具」とは、頷けます。お気に入りのペンや筆箱、ファイル、ノートなどを見ているだけでも癒される気がします。

ホリタ文具店さんは、時々利用させて頂いています。文具の種類も豊富で綺麗に並んでいて選ぶのが楽しみです。ノートやファイル一冊を購入するにも色々悩みながら楽しみながら時間をかけて選んでいます。水性の色鉛筆やガラスのペン、MDノートなど、お話を聴き、色鮮やかな文具が目の前に浮かんできました。

アツギ甲子園にて最優秀賞を受賞されたとのこと、おめでとうございます。ホリタ文具店の独自性に惹かれました。

■七月三十日放送(第十八回)

幸せは目の前にある

貴志 英生 先生の感想文より

▼前川 康子(二十四番)

今朝の講師は私の主治医でとてもすばらしい先生です。待合室には海外ボランティアでの活躍写真がいつも貼られ、お忙しい先生なのにと感動している私です。『幸福になるのではなく、幸福である』好きな言葉です。

また、「人生にはアップダウンがつきものである。幸せな人生を送るためには健康の維持だけでなく、メンタルヘルス⇨精神衛生が必要だ」と力説されました。

自然に触れ、趣味やボランティアを通じて仲間づくり、人生が幸せであると感じられるように生きていこうと思っています。ありのままに生き他者を想う気持ちを忘れないで楽しい人生を歩みたいのです。「幸せは自分の前にある」その通りです。

#### ▼谷川 好枝（四番）

コロナウイルスのように、目の前にあっても見えないことは多いが、幸せは目の前にある。私はこの世で一番幸せ者と思っている。いつも誰かに助けられて行きたい所へも行け、自分のやりたいことを自由にやれ、身体も人並み以上に健康であり、独り身を心配し民生委員さんが訪ねてくださる。

大きなことは望まないし、人は人、自分は自分と思う。年だからと思わず、年相応に身体をいたわり、そうした生活をしていると、身体も応じてくれる。無理をしないことと今は思う。

### 事務局通信

#### ☆修了認定について

今年度内、感想文の提出が所定回数（毎月1回以上）に達した方に、修了式（3月）において修了証書を授与します。

修了証書発行の対象となる、感想文の提出期限は令和6年2月29日【当日消印有効】とします。

#### ☆表彰について

継続して修了認定を受けている方は、以下の表彰対象になります。

#### 【連続皆勤表彰】

皆勤賞を5回受賞するごとに、連続皆勤表彰を授与します。  
（5年連続皆勤・10年連続皆勤・15年連続皆勤…）

#### 【優良修了者表彰】

修了証書を5回交付するごとに、優良修了者表彰を授与します。  
（5回・10回・15回…）

#### ☆感想文の提出について

感想文のはじめに、放送日・テーマ・講師名を明記のうえ、200～400字程度にまとめ、毎週、講座放送後10日以内に提出（FAX、電子メール、往復ハガキ、封書）してください。誤字、脱字がないよう確認をお願いします。また、手書きの方は楷書をお願いします。



文芸欄

俳句

少年の笑顔に未来青みかん  
分身の眼鏡探すや水の秋

前川 康子 (二百四番)

秋暑し積み木のように足場組む  
真実の少し崩れて新豆腐

高石まゆみ (百六十五番)

日除けつるゴーヤチャンプル待つ膳  
雷雨よりキックバイクで帰る孫

前川嘉津子 (二百十八番)

来るものを拒まず生きる大花野  
言葉より微笑み一つ秋桜

中山 慶子 (二百六番)



短歌

いつの間にか蛙鳴きやみあちこちにコオロギ鳴き出す蒸し  
暑い夜  
昼下がりに桜並木の緑陰に蝉時雨降る夏まつ盛り

杉下 信夫 (八十八番)

川柳

ハフビシンキツネ出廻る狭き畑  
今日も又上手に炊けた手に感謝

谷川 好枝 (四番)

威圧感土俵の上の伯桜鵬  
火花だよ夜空に上がる翔平弾

大下 敏雄 (二百二十九番)

●発行所 (福) 福井県社会福祉協議会

●〒910-1852 福井市光陽 1-3-22

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