

自治会活動を通じて老人会へ！

～終の住み家で第二の青春を～

23期 みつはしえいいち
三橋永一

定年・自治会・老人会

11年前、自治会(当時 1900 世帯)の会長を引き受けました。サラリーマン時代は向こう 3軒両隣しか知らなかった私ですが、任期の1年間の自治会活動をする中で、広い地域の事が隅々まで分かるようになりました。お葬式も一年間で自治会長として 30 数軒参列しました。仲の良かった副会長と何時も二人三脚で、自治会員の様々な要望に応えてきましたので、あっと言う間の一年間でした。老人会はその時に知ったのですが、余り関心も無く、実は何をしているのか！興味も無く名前だけ貸す名簿会員で、5年間は会費(年間 2,400 円)を払うのみでしたが、年に数回、赤飯を配ってくれていたのも、会費分くらいは還元してくれていると言う印象しかありませんでした。6年前の夏頃、私の所属している地域の老人会の役員より、どうしても会長を引き受けて欲しい旨の要請がありましたが、70歳になったら考えますので・・・！お断りをしたのですが！もうその当時は解散寸前？だったそうです。



規約、記念誌を暗記する程！

会員の方から創立 10 周年、20 周年記念誌を借りて、老人会の規約を暗記する程読みました。その中で得たキーワードは、住み慣れた終の住み家で如何に個々人の居場所を作るか！老人会って何をするのか？どんな居場所を作るのか！その答えは・・・！

双葉会讃歌(20年前に会員が作詞・作曲した)の歌詞の中にありました。双葉会会則第3条(目的) 本会は会員相互の親睦を図る為、**諸クラブ活動**を積極的に行い、会員が健康に豊かな生活の維持・向上を図ることを目的とすると明確に記されています。6年前にはカラオケ部しか残っていませんでしたが、今では何と **11 クラブ**が誕生しています。それもユニークなクラブばかりです。多様化した住民のニーズに応え、開かれた会を創れば会員は増える事がわかりました。

歌う広告塔と素敵なコーラス指導者との出会い

先ず手始めに、地域の中で、私達の老人会が何をしているのか分かるように、自治会員に、オープン行事をどんどん企画しました。また、新しく加入してくれた会員の要望で、歌を歌いたい！コーラスがしたいとの要望がありましたので、コーラスを指導してくれる先生を探しました。運良く、元中学校の校長先生(女性)で、音楽担当の素晴らしい講師に出会えました。8人からスタートしたのですが、今では 35 名になり、我がクラブの歌う広告塔のようです。以前、府老連の記者が来て取材を受けましたが、たかだか老人会のコーラス部だと思っていたそうですが、本格的なコーラス隊のようだと、ビックリされていました。コーラス

を指導する先生が面白くて、会員仲間がどんどん増えました。

この1年間で、ご主人を亡くされたコーラス部員の方が3名おられます。そんな事はおくびにも出さずに、たくましく、元気に歌っている姿を見ると、涙が出て来る程嬉しくなります。因みに例会時にピアノ伴奏をしてくれている方は90歳の女性会員です。

そこにはドラマが！

南花台にはもう一つの老人会があるのですが、年に一度の懇親会時に、麻雀クラブを作ったら、男性会員が増えると言うアドバイスを頂き、回覧をまわしたところ、早速、一本の電話が入りました。ご主人が脳梗塞の後遺症で利き腕に障害が残っているとか！その上、言語にも障害が残り、当初はコミュニケーションが取れなくて、ちょっと不安でしたが、奥さんが付いておられたので、奥さんも麻雀クラブに入りませんかと声掛けをしましたが、私は入りません。ご主人の自立を促す為に、当初は入りませんでした。楽しく麻雀をしている姿を見て、私も入れてと言われて、ご夫婦で楽しんでおられます。リハビリの一貫としてコーラス部にお誘いしました。あれから6年です。楽譜は片手で持っておられますが、声は殆ど皆さんと同じように出しておられます。一つ一つがドラマを見るように甦って来ます。

70歳、私の町では青年部！

時たま、私の学生時代の恩師が聖路加国際病院の名誉院長で有った日野原重明さんと一緒に東京で新老人の会の活動をしていた関係で、新老人の会の活動や規約に興味がありました。そこからのパクリですが、一部規約を改定して会員の区分を新老人の会より、それぞれ10歳嵩上げしまして、1)85歳以上をシニア会員・2)ジュニア会員(75歳から84歳まで)・3)サポート会員(60歳から74歳迄)に区分して、社会で言う後期高齢者と言う年齢層に関係なく、思い切って若くしました。“70歳古来稀な歳なり”“1300年前に生まれた言葉ですが、その当時、70歳と言えば仙人のようだと思いますが、今ではサラリーマン川柳で歌われているように“70歳オラの村では青年部”です。

2012年「平和」を伝える天皇陛下（現上皇）の言葉

私が老人会の会長就任時に、初めて手にした大阪府老人クラブ連合会発行の機関紙ねんりんOSAKA第143号の記事で、全老連(全国老人クラブ連合会)創立50周年記念行事(平成24年10月4日)に、当時の天皇皇后両陛下がご臨席され、その時の挨拶が掲載されていたのでご紹介したいと思います。「・・・、今日の高齢者は-私もその一人であります-多くの人命が失われた悲惨な戦争によって荒廃した国土から立ち上がっていく我が国と歩みを共にして来られました。私どもは若い時に**平和の大切さ**を身にしみ育て育った世代です。皆さんが老人クラブなどの活動を通じて、それぞれ幼い時に或いは青年として経験したことを、子ども達や若い世代の人々に**直**に伝えて行く事は、我が国のために極めて大切なことと思われまます。将来に亘って元気に過ごされるよう願うと共に全国の老人クラブの活動がより一層発展することを期待する」と結んでいます。

新老人の会の規約第3条(目的)第2項に、本会は、20世紀の負の遺産である戦争体験を語り継ぎ、貧しさや苦境の中から得た貴重な体験を次の世代に伝えると記されています。残念ながら、日野原重明さんは、昨年105歳で亡くなられましたが、今でも全国に支部が

有り、その精神は引き継がれているそうです。

老人クラブでの活動報告

大阪には大きな老人クラブが三つあります。私が所属している河内長野市老人クラブ連合会も加入している大阪府老人クラブ連合会(約 24 万人)・大阪市老人クラブ連合会(約 5 万人)・堺市老人クラブ連合会(4.5 万人)。平成 28 年 8 月府老連の役員研修会に活動報告する機会がありました。平成 29 年 8 月には大阪市老人クラブ連合会からの役員研修会に呼ばれました。研修会終了後、事務局長より手土産ですと渡されたのが、宮崎県老人クラブ連合会の機関紙「さんさん宮崎」と言う機関誌に何と、我が老人クラブが紹介されていました。そう言う意味では、私たちの活動が全国の老人会仲間に、勇気と励ましになっているのだと思うと嬉しくなります。

地域での受け皿作り！ そうだ！これだ！

昨年の 4 月から地元の小学校体育館で 6 台の卓球台が使えるようになりましたので、自治会を通じて卓球部員募集の回覧を回しましたところ、応募がありました。62 歳で定年退職して、さて！ 4 月から何をしようかと模索している最中に、卓球クラブ員の募集回覧が回って来たので、そうだ！これだと思い、躊躇なく飛び込んで来ました。今では、一徳防登山クラブやウォーキングクラブにも参加されています。又、専門が体操の元高校の校長先生と言う素晴らしい指導コーチの下で、11 番目の卓球クラブが軌道に乗りました。

老人会って何をするのかという原点にかえて、多様化した様々なニーズに応えられるような居場所・受け皿(諸クラブ活動や個性やそれぞれの能力を生かした生き甲斐づくり)を作るのが、地域における老人クラブの役割かと思えます。6 年間の地域での老人会活動のキーワードはそれぞれのニーズに応えた居場所作りと貴重な先人たちが遺してくれた財産を私たちがどのように使って行くのかだと思えます。終の住み家で第二の青春をと呼び掛けています。

僭越ですが私の所属する老人会の活動を紹介させて頂きました。

注)双葉会讃歌にその答えが-きっと全国の老人クラブで自前の会の讃歌を持っている老人クラブはないと思えます。これは自慢です。

双葉会讃歌（作詞：上林信英・作曲：北村益実）

1. 青春の想いで語る 憩いの輪

試練の旅路 踏み越えて

南花の丘に花開く

われらが集う われらが集う 双葉会

2. 健やかに 生き抜く力 育む輪

希望の明かり 求めれば

南花の丘に 光射す

われらが集う われらが集う 双葉会

3. 幸せを とともに 携え 学びの輪

永遠の故郷 憂いなし

南花の丘に 十字星

われらが集う われらが集う 双葉会

蛇足ですが北辰会では上記3.の十字星は北極星でしょうか！！

*事務局より

前年号に続き三橋さんの地域活動を紹介させて頂いています。三橋さんには多くの素晴らしい引き出しが有ります。人に見せびらかすのではなく登山、語学、コーラス、老人会などどれも一生懸命に取り組まれています。三橋さんのご活躍には北辰会も元気を頂いています。

2020年3月度双葉会各クラブ日程並びにオープン行事

クラブ名	部長 (副部長)	例会活動日・時間	通信欄
カラオケ月曜会		第1～第4月曜日 午後1時～4時	3/2・9・16・23日は中止 歌とおしゃべりを交えて！ 偶数月第4例会は”天“で！
コーラス部		第1・第3金曜日 午後1時～4時	3/6・3/20は中止です。 地域のニーズに応えるように 頑張っています。
料理クラブ		偶数月第4火曜日 午後1時～4時	身近な食材で簡単・ オイシイふだん料理を！
映画鑑賞部		第2・第4水曜日 午後1時～3時	3/11(水)の映画は中止 3/25(水) 嘘八百 中井貴一・佐々木蔵之介
麻雀クラブ		第1水曜日 第2・第4土曜日 午後1時～5時	3/4・3/14は中止です。 頭の体操は麻雀から！。 勝っても負けても健康麻雀！
一徳防登山クラブ ※8時日野浄水場ゲート前集合		第2・第4木曜日 雨天決行(例会)	雨にも負けず！風にも負けず！ コロナウイルスにも負けず！
ウォーキングクラブ		第1木曜日 10時・第5公園	3月は疎水路コース！ 4月は長野公園で花見！ 5月は滝畑ダムコース！
ゴルフクラブ (FGC)		3月19日(木) 聖丘CC 西⇒中コース	“協力体制確実に“ 4月10日(金)は天野山CC 春爛漫の中でのゴルフを楽し みにしています！
写真クラブ		第4金曜日 9時30分～11時	3月27(金)花の文化園にて 実写！ゲート前9:30集合
パソコンクラブ		第1・第3金曜日 9時～11時30分	3/6・3/20は中止です。 初心者対象講座 ワード・エクセルを使っ ての演習は楽しいですよ！
卓球クラブ		第1・第3土曜日 9時開場～12時	但し 3/22(日) 中止 尚、 3/29(日)は9:00～12:00 実施予定です！

双葉会主催自治会員を対象としたオープン行事

健康促進体操		毎月第2水曜日 9時30分～11時	ふれあいプラザ 元気体操で益々元氣！
--------	--	----------------------	-----------------------