高針福寿会　3月28日

令和2年度事業報告

この書類(1)を総会当日ご持参又は組長さん役員にお届け下さい（No.1）
記念品をお渡し致します

高針福寿会　５２回総会

会合は中止とし、以下の提出書類で代行致します

日時　令和２年３月２９日（日）

場所　北島公会堂　（提出書類を受付け

1．議題

（1）令和元年度　事業報告　承認　・　否認

（2）令和元年度　会計報告　承認　・　否認

（3）役員改選　留任　承認　・　否認

推薦他　会長

副会長

会計

女性部長

（4）令和２年度　事業計画　承認　・　否認

（5）令和２年度　予算案及び会費　承認　・　否認

（年会費　1,500 円）

令和元年度
会　長　加藤　誓
副会長　加藤　廣志
会　計　北村　茂紀
女性部長　武田　敬子

お名前

令和元年度福寿会事業報告書

令和２年３月３１日

月	日	事業名	開催地	参加人数	主催&備考
	1(月)	お花見会	愛知カンツリー	26名	愛知カンツリー
				7名	北島町内会
				4名	区老連体育クラブ
				1名	区老連総務部・名古屋市
				3名	区老連総務部
				多数	名東区・高針・前山学区
				4名	区老連体育部
				3名	区老連総務部
				多数	北島町内会
				4名	[illegible]クラブ
				名	[illegible]
				名	[illegible]
				名	[illegible]
				名	[illegible]
				名	[illegible]
				多数	高針・前山学区連協
				15名	福寿会
				4名	区老連体育クラブ
				8名	高針学区連絡協議会
				9名	区老連文化部
				13名	高針学区連絡協議会
				名	[illegible]会部
				名	[illegible]老連総務部
				名	[illegible]福祉部
				多数	高針・前山学区連協
				15名	福寿会
				4名	区老連体育クラブ
				8名	高針学区連絡協議会
				9名	区老連文化部
				13名	高針学区連絡協議会
				名	[illegible]会部
				名	[illegible]老連総務部
				名	[illegible]福祉部
				多数	高針・前山学区連協
				中止	高針なごやかクラブ
				15名	高針学区連絡協議会
				4名	区老連体育部
				8名	区老連社会部
				7名	高針学区連絡協議会
				21名	愛知カンツリー
				9名	区老連社会部
				1名	市老連体育部
				5名	植田川Ｃサークル
				中止	区老連体育部
				30名	区老連文化部
				8名	区老連社会部
				多数	高針学区連協
				4名	区老連体育クラブ
				9名	区老連社会部
				7名	区老連健康福祉部
				20名	高針なごやかクラブ
				4名	区老連体育クラブ
				2名	市老連健康福祉部

令和２年３月２８日現在

令和元年度収支決算・令和２年度収支予定報告書

＜収入の部＞

(30年度収入実績)	適用
72,264	
87,000	H29(52)H30(58)R01(56)
100,000	助成金
44,000	助成金(古紙販売)
41,520	助成金
2,400	助成金
1	
274,921	
34[illegible]	

(30年度支出実績)	適用
14,900	市・区6,600　学区老人会 10,000
13,250	区老連(ＧＧ・料理教室)
41,500	研修旅行・教養講座[illegible]金
[illegible]	
[illegible]	
[illegible]	
[illegible]	
[illegible]	
[illegible]	
5,000	香典２名
64,800	両口屋是清 58 個
211,799	
135,386	

ご報告致します

令和　２年　３月２８日

計　北村　茂紀

査　武田　一郎

高針福寿会会員名簿　令和 2年 3月2[illegible]

会員
木 満枝
永 美恵子
藤 初枝
藤 博嗣
藤 義憲
井 みさを
藤 久子
井 雅浩
今 恵美子
千恵子
柳 のり子
豊明
千寿子
以津子
道彦
勇
菊枝
克実
貞成

令和２年度福寿会　事業計画　月別内訳（案）

	学区及び市なごやか連		福寿会	
	3(金)	市老連散策中止	12(日)	北島町内会総会
	10(金)	年度初高針学区連協		
	9(土)	高針村祭り　牧野池	1(金)	高牟神社清掃
	19(火)	市老連散策		
	3(水)	市老連総会　市民会館		
	7(日)	町内美化活動		
	13(土)	市老世代間交流Ｓ		
		市老連新任研修会		
	1—2	高針盆踊　西友駐車場		
	8(火)	市老連散策		
	13(日)	学区自主防災		
	21(月)	敬老の日		
	11(日)	高牟神社秋祭り		
	18(日)	高針学区運動会	17(土)	高針小Ｇ　清掃
	25(日)	高針学区ＧＧ大会		
	29(木)	市老 GG 大会		
	7(土)	植田川　清掃		
	13(金)	市老連ウォーキング		
	6(日)	町内美化活動	25(金)	高牟神社清掃
	2(水)	市スポーツリーダー		

何もすることがない日の散歩

令和２年５月

高牟神社清掃活動

（福寿会　5月1日）

名東区安全運転管理協議会会長賞

◆あと少し 踏み違えるな 人生も

加藤　誓

１０月８日

高針趣味の作品展　１０月２４日～２５日

高針趣味の作品展　１０月２４日～２５日

植田川クリーンサークル　11月7日

写 真 展 令和2年11月2日～13日
10 情報コーナー
マイナンバーポイント
申込窓口
写 真
花 の 舞
高原 千代子
写 真
音 の 海
新 喜 会
写 真
冬の白川郷
倉橋 雅彦
写 真
水 の 美
高原 千代子

シニアスポーツ研修会（ボッチャ）12月2日
昭和区
中 区
中村区

町内清掃
12月 6日

高牟神社清掃活動

（福寿会　　12月25日）

なごやかメイト記事活躍

おしゃべりサロンⅢ(121)

●シリーズ●
"コロナ禍に負けるな

なごやかメイトシリーズ（61）

フェルトの手提げ作り

ギッチャ

お表彰が新しく始まったキッチン教室。12月2日に、名区都連の研修ルームが、新メンバーセンターで開催・実施なども開催しました。

お礼　年末に近んだ、雑煮の手品1の年賀をご教師いただき有難うございました。お陽様で本祝も楽やかになり、会員の皆様にも楽しんで頂けたものと思います。

なごやかメイト

令和3年1月15日　第161号
発行者　名東区なごやかクラブ連合会
名東区上社二丁目50番地
電話　052-778-3049
http://hanaumen.xhu.jp/

明けまして
おめでとうございます

月 初 め 報 告

高針福寿会　4月　　報告

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

《3月報告》 コロナ禍 で毎日家に籠った生活をされておられることと存じます。
感染を広げない行動と感染しない注意が求められています。お互い気を付けましょう。
また、制約の範疇での　楽しみ、喜びや運動など　工夫をして　頑張りましょう！
下記会合も、配慮しながら行いました。結果を報告致します。

① 3月20日（金） 高針コミセンにて
「令和元年度高針なごやかクラブ役員会」4名

令和2年度連合会		
会 長	（福寿会会長）	加藤　誓
副会長	（新喜会会長）	安藤　登
副会長	（九十九会会長）	新美　修
会 計	（稲穂会会長）	難波　忠清
女性代表	（福寿会）	武田　敬子

留任

② 3月29日（日） **令和元年度高針福寿会総会**
1. 令和元年度事業報告・会計報告の承認
2. 令和2年度新役員決定（継続）
3. 令和2年度事業計画　承認
4. 令和

提出書類で

③ 新規加入
（2 組）
（5 組）
（8 組）
但し、ご卒業の
（1 組）
（4 組）
（8 組）

④ 組長さん

⑤ 今期の行

開催

高針福寿会　　5月連絡

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

会員の皆様、永い STAY HOME でお疲れのことと存じます。
名古屋だけでなく、東京の感染者数16時30分発表を、心配しながら待つ日が続いています。
名東区なごやかクラブ連合会の行事も、6月全て中止でそれ以後も決まっているものはなく（9月長島温泉も恐らく中止）11月の趣味の作品展すら方法を考える必要があるとのことです。 いつまで辛抱するのかが、わからないのが一番の苦痛です。

子の年の　流行語賞　「チュウ止です」
コロナ禍の　線引き予定　想い寄せ

会員の皆様に、ほんの少しでも楽しんでもらえるものはないかと思い、私の主治医の井口先生のエッセイを 今回も添付致します。

《 4・5月報告 》
★ 高針連絡協議会に助成金の御礼状と、高針なごやかクラブ連合会の令和元年度活動報告・会計報告を致しました。
★ 「北島町内会総会」は委任状で行われました。 町内会へ助成金の御礼状と、福寿会の令和元年度　活動報告・会計報告を致しました。
★ 町内会より助成金を頂きました。
★ 4月15日（水）「市助成金報告書・申請書提出」名東区役所　1名
★ 5月 1日（火）「高牟神社清掃活動」　15 名
コロナ禍にも拘らず、早朝 7 時より 多数ご参加頂き有難うございました。
私も、 ひと掃き、ひと掃き、早く収束することを祈りつつ 致しましたが、
久しぶりの外出、力仕事であり、筋肉の衰えを この清掃活動で 感じました。

ゴミ出しが　今日の外出　コロナ禍で
丁寧に　髪決めたが　用事なし

高針福寿会　7月（1）　連絡

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

★「交通川柳表彰式」10月 8日（木）13 時～
名東区第8会議室にて

★「第45回教養講座」参加者8月14日（金）役員まで！
会場変更検討中（コロナ対策のため 区役所講堂が使用できないため）
演者の日程も考慮したうえで
「名東小劇場」で、今から予約できる日（空いている日）が
あれば 会場 日程 変更を検討する

★「第36回グラウンド・ゴルフ大会」10月19日（月）
1単位クラブ2名（密を避けるため、参加人数の制限と
開・閉会式の簡略化を検討）

高針福寿会　8月　連絡

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

＜今後の予定＞
★ 月20日（木）「教養講 申し込み」締 料（抽選有り）
★ 9月 3日（木）「市老連総会 」金山市民会館　1 名出席
★ 10月 8日（木）「交通川柳大会表彰式」名東区役所　入選者
★ 10月11日（日）「高牟神社秋例大祭」
★ 10月16日（金）「教養講座課外講座」名古屋市博物館
★ 10月19日（月）「第36回区グラウンド・ゴルフ大会」本郷公園　2名限
★ 10月24日（土）～25日（日）「高針学区趣味の作品展」 高針コミセン
（詳しくは、関係者で相談しながら推進する）
★ 10月26日（月）「紅葉狩り」　未定（可能性はあり）
★11月2日（月）～13日（金）「趣味の作品展　写真の部」区役所1F ロビー
（作品の写真入り目録 P50 作成予定）
★11月 7日（土）「植田川清掃活動」予定　（高針小 運動会あり）
★11 月30日（月）「第29回ペタンク大会」本郷公園　6名

＜中止決定の行事＞
★ 8月 1日（土）～2日（日）「盆踊り」
★ 9月21日（月）「敬老の日　行事」
★ 9月30日（水）「長島温泉＆お千代保稲荷」
★10月18日（日）「高針学区運動会」
★10月25日（日）「高針学区グラウンド・ゴルフ大会

高針福寿会　12月　連絡

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

＜ 10月報告 ＞
★「第１２回名東区高齢者交通安全川柳大会表彰式　１０月８日　区役所
「あと少し　踏み違えるな　人生も」　加藤　誓　入選
★「高針趣味の作品展」　１０月２４日（土）～２５日（日）高針コミセン１F 開催。
二日間で延べ１４０名もの多数の鑑賞者に来場頂きました。コロナに負けない活気がありました。

＜ 11 月報告 ＞ **衣服火災に、ご注意下さい。**
★11 月 7 日（土）「植田川清掃活動」　６名　全体は、１５０名
植田川清掃活動も１７年目、年１回の清掃であるが、何故かゴミの量大幅に減少！
高針学区の参加者町内会長ほか多数参加！「なでしこ花壇」もこの会の活動。
楽しく散策出来る川沿いを目指しています。プラスチックごみ減も目標！
★11 月２日～13 日「区なごやかクラブ写真展」１６名５０作品　区役所1F ロビー
稲穂会　高原千代子さん　新喜会　安藤　登さん　写真出品頂く。

＜ 12 月予定 ＞
★12 月　6 日（日）　町
★12 月　7 日（月）区老

12 月25日（金）7
雨天
福寿会が当
多数のご参
ユニホーム
マスク着用

高針福寿会１２月（２）　連絡

会 長　加 藤　誓　090-4198-5050
副会長　加 藤　廣 志　701-4589
会 計　北 村　茂 紀　703-8880
女性部長　武 田　敬 子　702-6484

《　１２月報告　》
★１２月６日（日）　町内清掃お疲れ様でした。　多数
★１２月７日（月）　ＧＧ本郷公園　入賞ならず。
でも久しぶりで懐かしい方にもお会い出来楽しい GG でした。4 名

≪１２月２５日（金）7 時３０分～８時３０分≫
雨天　２６日（水）　順延
「高牟神社の清掃」

福寿会が当番です。
正月前の清掃ですので、
多数のご参加をお願い致します。
マスク・ユニフォームの着用願います。
（ユニフォームお持ちでない方は、当日お渡しします。）

≪　ご挨拶　≫
今年も後、少しとなりました。コロナ禍で大変な一年でした。
これも人生の中のひとつの経験です。
それなりに対応され異なった楽しみ方の発見や、以前は普通と
思っていたことが実は幸せであったと感じたりしたこと等も、
有ったと思います。
来年は、新型コロナワクチン接種も出来、世の中も落ち着いて
くれることを祈っています。
これから正月にかけ一段と冷え込むとの天気予報です。
風邪など引かない様お気を付けください。

どうか、ご家族の皆様共々、良きお年をお迎え下さい。

18歳　と　81歳

笑いは長寿の秘訣！

恋に溺れるのが 18 歳　　風呂で溺れるのが 81 歳

道路を暴走するのが 18 歳　　道路を逆走するのが 81 歳

心がもろいのが 18 歳　　骨がもろいのが 81 歳

偏差値が気になるのが 18 歳　　検査値が気になるのが 81 歳

家を出るのが 18 歳　　家を出されるのが 81 歳

緊張で震えるのが 18 歳　　何でもないのに震えるのが 81 歳

筋肉が張るのが 18 歳　　筋肉に貼るのが 81 歳

胸がドキドキときめくのが 18 歳　　胸がドキドキ心配なのが 81 歳

繰り返して覚えるのが１８歳　繰り返していることが分からない８１歳

箸が落ちても可笑しい 18 歳　箸が突然落ちたら危ない 81 歳

衣装も化粧も薄いのが 18 歳　　面まで厚いのが 81 歳

金も時間もない 18 歳　　金も時間も使えない 81 歳

行く先が見えないのが 18 歳　　逝く先が見えそうなのが 81 歳

法律で呑めないのが 18 歳　　何となく呑めないのが 81 歳

聞く気がないのが 18 歳　　聞こえてこないのが 81 歳

用があるのに寝坊するのが１８歳　用もないのに早起きするのが８１歳

赤字は、「加藤　誓」作

●門司港名物「バナナ売り」口上

春よ３月　春雨に　弥生のお空に　桜散る
奥州仙台　伊達公が
何でバナちゃんに　ほれなんだ　バナちゃんの因縁　聞かそうか
生まれは台湾　台中の　阿里山麓の　片田舎　台湾娘に　見染められ
ポーッと色気の　さすうちに　国定忠治じゃ　ないけれど
一房二房　もぎとられ　唐丸かごにと　詰められて　阿里山麓を　後にして
ガタゴトお汽車に　揺すられて　着いた所が　基隆港（キールンこう）
基隆港を　船出して　金波銀波の　波を越え　海原遠き　船の旅
艱難辛苦の　暁に　ようやく着いたが　門司ミナト　門司は九州の　大都会
仲仕の声も　勇ましく　エンヤラドッコイ　かけ声で　問屋の室に　入れられて
夏は氷で冷やされて　冬は電気で　うむされて　八〇何度の　高熱で
黄色くお色気　ついた頃　バナナ市場に　持ち出され　一房なんぼの
たたき売り　サアサア買った　サア買った」

●筑波山名物「ガマの油売り」の口上

サアーサアー　お立合ご用とお急ぎのない方はゆっくりと聞いておいで。
遠出山越え笠のうち、聞かざる時は物の黒白出方善悪がとんと分からない、　山寺の鐘がゴーンゴーンと鳴ると言いども、童児来って鐘にしゆもくを当てざれ ばとんとカネの音色がわからない。
サテお立合 手前ここに取りいだしたるは筑波山名物ガマの油、ガマと申してもただのガマとガマが違う、これより北、北は筑波山のふもとは、おんばこと云う露草をくろうて育った四六のガマ、四六五六はどこで見分ける。
前足の指が四本、後足の指が六本合せて四六のガマ、山中深く分け入って捕いましたるこのガマを四面鏡ばりの箱に入れるときは、ガマはおのが姿の鏡に映るを見て驚き、ターラリターラリと油汗を流す、これをすきとり柳の小枝にて三七　二十一日間、トローリトローリと煮つめましたるがこのガマの油。
このガマの油の効能は、ひびにあかぎれ、しもやけの妙薬、まだある 大の男の七転八倒する虫歯の痛みもぴたりと止る、まだある出痔いぼ痔、　はしり痔、はれもの一切、そればかりか刃物の切味を止める。
取り出したるは夏なほ寒き氷のやいば、一枚の紙が二枚　二枚の紙が 四枚　四枚の紙が八枚　八枚の紙が十六枚　十六枚が三十と二枚　三十二枚が六十四枚　六十四枚が一束と二十八枚ほれこの通り、ふっとちらせ ば比良の暮雪は雪降りのすがた
これなら名刀も一たびこのガマの油をつける時はたちまち切味が止る、おしてもひいても切れ…
と云うてもなまくらになったのではない、この様にきれいにふきとるときは元の切味となる。
サーテお立合　この様にガマの油の効能が分かったら遠慮は無用だ、どしどし買って行きやれ。

話　題　提　供

「昔話の歌」を伝えよう！

「浦島太郎」

むかし むかし 浦島は
助けた亀に 連れられて 竜宮城へ 来て
見れば 絵にもかけない 美しさ

乙姫様の ごちそうに
鯛やひらめの 舞踊り ただ珍しく 面白く
月日のたつのも 夢のうち

遊びにあきて 気がついて
おいとまごいも そこそこに 帰る途中の
楽しみは みやげにもらった 玉手箱

帰って見れば こはいかに
元居た家も村も無く みちに行きあう
人々は 顔も知らない 者ばかり

心細さに 蓋取れば あけて悔しき
玉手箱 中からぱっと 白けむり
たちまち太郎は おじいさん

「桃太郎」

桃太郎さん　桃太郎さん
お腰に付けた　黍団子　一つ私に下さいな

やりましょう　やりましょう　これから
鬼の征伐に　付いて行くなら　やりましょう

行きましょう 行きましょう　あなたについて
何処までも　家来になって　行きましょう

そりゃ進め　そりゃ進め　一度に攻めて
攻めやぶり　つぶしてしまえ　鬼が島
おもしろい おもしろい
のこらず鬼を　攻めふせて
分捕物を　えんやらや

万々歳 万々歳　お伴の犬や　猿雉子は
勇んで　車をえんやらや

「花咲じいさん」

裏の畑で　ぽちが鳴く　正直じいさん
掘ったれば　大判小判が
ザクザク　ザクザク
いじわるじいさん　ぽち借りて
裏の畑を　掘ったれば
瓦や　貝殻　ガラガラ　ガラガラ
正直じいさん　臼ほって
それで餅を　ついたれば　またぞろ
小判が　ザクザク　ザクザク
いじわるじいさん　臼借りて
それで　餅を　ついたれば　またぞろ
貝殻　ガラガラ　ガラガラ
正直じいさん　灰撒けば
花は咲いた　枯…
褒美は　たくさ…
いじわるじいさ…
殿様の目に　そ…
とうとう…

「さるかに合戦」

サルが拾った柿のタネ　カニが拾ったにぎりめし
サルはほしくて　食べたくて　カニをだまして
取り替えた

サルにもらった柿のタネ　カニは土堀り　水運び
芽を出せ　葉を出せ　柿のタネ
出さぬと　ハサミで　ちょんぎるぞ

やがて実った柿の木に　サルはするするよじ登り
見あげるカニに　渋柿を　これでも食べろと
投げつけた

カニがケガして　泣いてると
蜂(はち)栗(くり)臼(うす)が　やって来て
サルを懲(こ)らせと　怒(おこ)りだし
きりりとハチマキ　たすきがけ

クリが飛びつく　ハチ…　…からウスが
押しつけて
カニがはさ…
とうとうサルも…謝った

魚へんの漢字

鯏 あさり	鯵 あじ	鯇 あめのうお	鮎 あゆ	鮑 あわび	魦 いさざ	鯆 いるか
鰯 いわし	鰛 いわし	鮇 いわな	鰔 うぐい	鰻 うなぎ	鱗 うろこ	鰕 えび
魵 えび	鰓 えら	魞 えり	鰍 かじか	鮖 かじか	鯑 かずのこ	鰹 かつお
鰈 かれい	魪 かれい	鮍 かわはぎ	鱚 きす	鯨 くじら	鯉 こい	鯒 こち
鮗 このしろ	鰶 このしろ	鮴 ごり	鮭 さけ	鮏 さけ	鯖 さば	鮫 さめ
鱵 さより	鰆 さわら	鯢 さんしょううお	鱰 しいら	鱪 しいら	鯱 しゃち	鯳 すけとうだら
鮨 すし	鮓 すし	鱸 すずき	鯐 すばしり	鯣 するめ	鯛 たい	鮹 たこ
鱆 たこ	鱈 たら	鰌 どじょう	鯲 どじょう	鱠 なます	鯰 なまず	鰊 にしん
鯡 にしん	鰰 はたはた	鱩 はたはた	鱧 はも	鮠 はや	鰉 ひがい	鮃 ひらめ
鰭 [illegible]	鱶 [illegible]	鮐 ふぐ	鮒 ふな	鰤 ぶり	鯱 ほっけ	鯔 ぼら
鰡 [illegible]	鮪 まぐろ	鱒 ます	鯧 まながつお	鯥 むつ	鰀 むつ	鰙 わかさぎ
[illegible] わに	鯱 いか	鰞 いか	鮊 しらうお	魛 たちうお	魴 ほうぼう	鮴 めばる

一人で　カラオケ　いかがですか！

浜辺の歌

作詞：林古渓、作曲：成田為三

1　あした浜辺を　さまよえば
昔のことぞ　しのばるる
風の音よ　雲のさまよ
寄する波も　貝の色も

2　ゆうべ浜辺を　もとおれば
昔の人ぞ　しのばるる
寄する波よ　返す波よ
月の色も　星のかげも

3　疾風（はやち）たちまち　波を吹き
赤裳（あかも）のすそぞ
ぬれもせじ
病みし我はすべて　いえて
浜辺の真砂（まさご）
まなごいまは

海

作詞作曲者不詳／文部省唱歌(五年)

1　松原遠く　消ゆるところ
白帆(しらほ)の　影は浮かぶ
干網(ほしあみ)　浜に高くして
鴎(かもめ)は低く　波に飛ぶ
見よ昼の海
見よ昼の海

2　島山　闇(やみ)に著(しるし)きあたり
漁火(いさりび)　光(ひかり)　淡(あわ)し
寄る波　岸に緩(ゆる)くして
浦風(うらかぜ)軽(かろ)く沙(いさご)吹く
見よ夜の海
見よ夜の海

砂　山

（曲が2つあります）

作詞：北原白秋　①　作曲：中山晋平　②　作曲：山田耕筰

海は荒海　向こうは佐渡よ
すずめ啼け啼け　もう日は暮れた
みんな呼べ呼べ　お星さま出たぞ

暮れりゃ砂山　汐鳴りばかり
すずめちりぢり　また風荒れる
みんなちりぢり　もう誰も見えぬ

かえろ　かえろよ
茱萸原（ぐみわら）わけて
すずめさよなら　さよならあした
海よさよなら　　さよならあした

琵琶湖周航の歌

作詞：小口太郎　作曲：吉田千秋

1，われは湖（うみ）の子　さすらいの
旅にしあれば　しみじみと
昇る狭霧（さぎり）や　さざなみの
滋賀の都よ　いざさらば

2、松は緑に　砂白き
雄松（おまつ）が里のおとめごは
赤い椿の　森陰に
はかない恋に　泣くとかや

3，波のまにまに　漂えば
赤い泊り火　懐かしみ
行方定めぬ　波枕
今日は今津か　長浜か

4、瑠璃の花園　珊瑚（さんご）の宮
古い伝えの　竹生島（ちくぶじま）
仏の御手（みて）に　抱（いだ）かれて
眠れ乙女子（おとめご）やすらけく

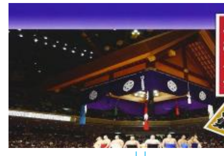
鶴 と 亀

（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）
♪ハァーエー
（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）
鶴と亀との　縁談ばなし　ヨー
（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）

ハァー　鶴さんが亀さんに　プロポーズ
亀さんすげなく　断った
そこで鶴さん　申すには
首が長いのが　嫌なのか
口の長いのが　嫌なのか
足が長いのが　嫌なのか
そこで亀さん　言う事にゃ
首の長いも　嫌じゃない
口の長いも　嫌じゃない
足の長いも　嫌じゃない

世の諺にも　ある通り
鶴は千年　亀万年
もしもそなたが　死んだなら
九千年も　わしゃ後家よ

それが　悲しゅうて　ヨーホホホイ
ハァー　添わりゃせぬ　ヨー
（ハァードスコイ　ドスコイ）



四十八手

（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）
♪ハァーエー
（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）
四十八手を　甚句にとけば　ヨー
（ハァー　ドスコイ　ドスコイ）

ハァー　投げに捻りに　反りに掛け
掛取りおアシを　足取りに
思案過ぎたる　首捻り
飲んだヤケ酒　とくり投げ
酔ってくだまきゃ　カラミ投げ
可愛いあの娘を　吊り出して
紅の振袖　引き落とし
恋の便りを　渡し込み
まこと込めたる　贈物
送り出したら　うっちゃられ
肘で鉄砲　肩透かし
押すに手なしの　駆け引きで
愛の約束　決め出しで
手に手にとったり　つまとりや

スイートホームの　ヨーホホホイ
ハァー　勝ち名乗り　ヨー
（ハァードスコイ　ドスコイ）

落語 ：　寿限無　（じゅげむ）

八五郎　　ごめんください！　和尚さん、いますかぁっ！
和尚さん　八五郎さん、こんなに早く来て、どうしたんですか。
八五郎　　ええ、実は和尚さんに お願いがあるんです。 物知りの和尚さんに、
赤ん坊の名前を付けて もらいたいんです。
和尚さん　まあ、奥へ上がって、ちょっと落ち着きなさい。そうか、 男の子が生まれたか。
それはおめでたい。それで、どのような 名前がいいのかな ？
八五郎　　妻は、おめでたくって、長生きが出来そうで、食べるのに 困らないような
名前がいいと言うんですけど、 そんな名前はありますか ？
和尚さん　はあはあ、なるほど、長生きか　…　親なればこそだね。 こんなのはどうだ ？
「鶴は千年」という言葉がある通り、鶴は大変長生きをする鳥だそうだ。
しかも誇り高く、気高く潔（いさぎよ）い鳥だそうで、
非常におめでたい。 どうだ ？ 鶴之助、鶴太郎などは…。
八五郎　　千年とはけち臭い。もっと長生きする 名前はないですか。
和尚さん　千年で不足なら、「亀は万年」というぞ。 亀之助、亀太郎でどうだ ？
八五郎　　万年で死んじまうんですか…。グスッ…　親不孝な子どもだ…　親より先に死ぬ…。
和尚さん　八五郎さん、いったい何歳まで生きるつもりなんだ ？
八五郎　　そんな期限付きの名前なんて 景気が悪いですよ。無期限の 名前はないですか。
ずっーと死なないような…。
和尚さん　それは無理というものだ。不老不死というのは 望でも叶えられるものではない。
また望むべきものでもない。いや、ああ、そうだ。思い出した。
「無量寿」という言葉がお経の中にある。
「無期限の寿命」を表す言葉だ。どうだ ？ 「寿限無（じゅげむ）」というのは ？
八五郎　　はあ、無期限の寿命 ？　それは長生きしそうだ。他にも何かありませんか。
和尚さん　同じく経文（きょうぶん）に出てくる言葉だが、「五劫（ごこう）の擦り切れ」
というのはどうだ ？
八五郎　　それは何ですか ？
和尚さん　あるところに 四十キロメートル四方もある 大岩が あって、
そこへ三千年に一度、天人が下りてくる。
その時に、 着ている羽衣が その岩に擦れる。
これを繰り返して 岩が擦り切れて なくなってしまう　までの 時間を
「一劫（いっこう）」というのだ。それが五つで「五劫」。
「五劫の擦り切れ」とは、すなわち 終りがないということだ。
八五郎　　なるほど…。これはさすがに和尚さん、学がありますねえ。他に何かありませんか。
和尚さん　「海砂利（かいじゃり）、水魚（すいぎょ）」というのがある。海の砂利、水に棲む魚。
数えても数え切れないものだ。
八五郎　　それはそうです。

シルバー川柳

（＊取扱注意：インターネットから引用：読むだけ：著作権）

川柳の由来
江戸中期の連歌の選者
柄井　川柳(からい　せんりゅう)
選んだこの分野を「川柳」とした

この動悸　三時間　景色より
骨が減り　起きたけど
やっと立ち　朝起きて
仲いいね　歩幅減り
生きがいは　付いて来い
こんにちは　徘徊も
立ち上がり　厚化粧
一日は　持て余す
旅行好き　「お若いわ」
靴下を　書き込んだ
すれ違い　時は金
あれよあれ　決めゼリフ
会社やめ　余生とは

昔は恋で　待って病名　トイレが気になる
知人も減るが　寝るまでとくに
受話器をとれば　調子いいから
いいえ夫は　歩数が増えた
何かと聞かれ　言った家内に
思い出せずに　タスキかければ
用事忘れて　笑う亭主は
長くて一年　暇を余裕と
行ってないのは　その一言で
立って履くのは　予定はすべて
笑顔で挨拶　ヒマな私は
あれが分かれば　「冥土のみやげ」で
いつのまにやら　妻に従い

今病　加齢です　観光地
口減らず　用もなし
電話切れ　医者に行く
杖代わり　万歩計
「生きること」　付いて行く
さようなら　パトロール
また座る　薄毛症
矢の如し　言い聞かせ
冥土だけ　お得意さん
E難度　診察日
どちら様　大富豪
くろうなし　また旅行
妻の部下　暮らすこと

「月の沙漠(さばく)」

作詞：加藤まさを
作曲：佐々木すぐる

月の沙漠を　はるばると
旅の駱駝(らくだ)が　ゆきました
金と銀との鞍(くら)置いて
二つならんでゆきました

金の鞍には銀の甕(かめ)
銀の鞍には金の甕(かめ)
二つの甕は　それぞれに
紐(ひも)で結んでありました
さきの鞍には王子様
あとの鞍にはお姫様
乗った二人は　おそろいの
白い上着(うわぎ)を着てました

曠(ひろ)い沙漠をひとすじに
二人はどこへゆくのでしょう
朧(おぼろ)にけぶる月の夜(よ)を
対(つい)の駱駝(らくだ)は　とぼとぼと
砂丘(さきゅう)を越(こ)えて　行きました
黙って越えて　行きました

「雨降お月さん」

作詞：野口雨情・作曲：中山晋平作曲／大正 14 年

雨降りお月さん　雲の蔭(かげ)
お嫁にゆくときゃ　誰とゆく
一人で傘(からかさ)　さしてゆく
傘(からかさ)ないときゃ
誰とゆく
シャラシャラ　シャンシャン
鈴つけた
お馬にゆられて　ぬれてゆく

「十五夜お月さん」

作詞：野口雨情、作曲：本居長世

1　十五夜お月さん　ご機嫌(ごきげん)さん
婆(ばあ)やは　お暇(いとま)とりました
2　十五夜お月さん　妹は
田舎へ　貰(も)られて　ゆきました
3　十五夜お月さん　母(かか)さんに
も一度　わたしは　逢いたいな

「里の秋」

作詞：斎藤信夫・作曲：海沼実

静かな静かな　里の秋
お背戸に木の実の　落ちる夜は
ああ　母さんとただ二人
栗の実　煮てます　いろりばた

明るい明るい　星の空
鳴き鳴き夜鴨（よがも）の渡る夜は
ああ　父さんのあの笑顔
栗の実　食べては　思い出す

さよならさよなら　椰子の島
お舟にゆられて　帰られる
ああ　父さんよご無事でと
今夜も　母さんと　祈ります

「椰子(やし)の実」

作詞：島崎藤村・作曲：大中寅二

名も知らぬ　遠き島より
流れ寄る　椰子の実一つ
故郷(ふるさと)の岸を　離れて
汝(なれ)はそも　波に幾月(いくつき)

旧(もと)の木は　生(お)いや茂れる
枝はなお　影をやなせる
われもまた　渚(なぎさ)を枕
孤身(ひとりみ)の　浮寝(うきね)の旅

実をとりて　胸にあつれば
新なり　流離(りゅうり)の憂(うれい)
海の日の　沈むを見れば
激(たぎ)り落つ　異郷(いきょう)の涙

思いやる　八重(やえ)の汐々(しおじお)
いずれの日にか　国に帰らん

エッセイ

なにか しないと

加藤誓（ちかい）

カビ防止のためキッチンハイターを薄め
風呂窒を天井から全て拭き
銀イオンの燻煙もした。
洗濯機もカビ防止を施した。
洗面台を磨き、部屋のクーラー、
網戸　窓ガラスも　ピカピカになった。

マンションは、バリアフリーで比較的快適な空間である。
しかし庭や土もなく、どこかを、改造したりする
楽しみがほとんどない空間でもある。
何かすることがないか周りを見渡し、
ベランダの観葉植物に気付き、水もやった。

さあ、困った。やることがない。
ついっ、女房の分野である炊事、洗濯、部屋掃除に
手を出す。但し、トイレ掃除は御免なさい。
手伝うわけではない。
「やれそこ、やり方が違う。順序が違う！」
自分の流儀を主張し、結果は　あら捜しとなる。

女房は、体操教室の関係で、週４日外に出ていたが、
この二時世、家に居る時間が長くなっている。
家庭会話の変化は、想像にお任せとする。

極楽浄土は、何不自由なく、
素晴らしい風景と音楽に包まれたところと聞く。
はて、天国では　何もしなくて良い状態が
いつまで続くのか。永遠なのか。
時にはイベントや大会や
いざざは　ないのだろうか。
もし逝くとしたら
地獄はいやだし、何もすることがない　天国も嫌だ。

酒を飲みながら考えていたら、寝てしまっていた。

釣　り

加藤　誓（ちかい）

海のない県で育ったので、海での釣りが大好きである。
防波堤・磯も随分やったが、今は馴染みの船頭さんの仕立て船である。
竿はなく直接　釣り糸を持って釣る手釣りであるが、
仕掛けから餌まで全て船頭さん任せの「大名釣り」である。
乗船者は釣り仲間Ｓさんと船頭さんと船の３人である。

船頭さんは篠島住人で、船は知多半島の片名港から朝５時出航した。

朝焼けの中、潮風を切って船は一路　神島沖を目指し
小１時間後、釣り場「瀬木寄瀬」に着く。
魚群探知機を見ながら、付近を何回もグルグル回り
潮の流れも考え、いかりを落とす場所を決める。
今日の釣果がかかる船頭さんの経験の見せ所である。

第一投の頭の中は、ハマチと鯛の姿で一杯である。

船頭さんが「３０メーター、底２ヒロ上げて！」
仲間のＳさんが「誰が最初に釣るか勝負！」
３０メーター先の動きが分る様　糸を持った指先に全神経を集中する。

隣の船頭さんがグイと糸を手繰り寄せた。糸が真下に潜った。
そして、船頭さんは糸を送った。私が「大きい！鯛だ。」と叫んだ。
船頭さんは静かにタモ網で６０cm台の鯛をすくった。
暫くするとＳさんがグーッと糸に引っ張られ　腰を浮かした。

船頭さんが「ハマチだ！加藤さん釣り糸を片付けて！」
慌てて糸を巻き上げる横で、Ｓさんの糸は、みぎ、ひだりと大暴れ。
やっと、ハマチが見えてきた。８０cm級の丸々太った一本であった。
Ｓさんがこちらを見てニヤッと笑った。　焦った。

一刻が経ち、潮の流れが緩やかになった。日差しも強くなってきた。
釣り糸は真下に垂れ下がったままである。
船頭さんが撒き餌カゴを　何回も上げ下げするガラガラの音がむなしく響く。
こんな時でも、船頭さんは４０cmクラスの鯛をコンスタントに釣り上げる。
誘いは殆どしていないようだ。餌のウタセエビの付け方なのか、合わせのタイミングなのか、
船頭さんの動きをじーっと観察するが　自分との違いがどうも分らない。
１２時を少し過ぎた。Ｓさんが「上がろう！」
船はいかりを上げ片名港へと戻る。
「今日は素晴らしい朝焼けと、久しぶりの潮風で気持ちが良かった！」と私が悔しがる。
おすそ分けが大半の　ハマチ・鯛・クロダイで７０cmのクーラーが満杯の　お持ち帰り。
「今日はよく釣れた！」と　女房に。

男料理

加藤誓（ちかい）

「男子厨房に入らず」とは男尊女卑の言葉として有名である。
私は「妻の仕事は尊重し手を出さず　自分の仕事に集中せよ」
と解釈しているが、最近の若い家庭においてはこの言葉は死語の
ようである。

そもそも私が料理に係わったのは「釣り」が原因である。
半夜釣りと言って１８時～２３時に磯で釣りをして真夜中の
１時に帰宅するのだ。小さい子供の面倒で疲れている
妻は当然寝ている時間だ。大した釣果ではないが小魚がいる。
小魚は朝まで持たない。仕方なく自分で捌くことになる。

上手くできないのは包丁が悪いと言って大きめの出刃包丁と
小さな出刃、刺身包丁に大中の日本包丁合わせて５本購入し
てきた。現在も台所には８本もの包丁がある。
何回も小魚を捌くうち少しずつ上達してきた。

砥石を買ってきて使いもしない包丁を研ぐのも始めた。
切れ味を試すのに魚だけでなく野菜も切るようになった。
胡瓜の細切り、人参の乱切り、大根の桂剥き、キャベツの千切り、
練習とばかり大量に切り過ぎ妻を困らせるのだ。

今度はカレーライス、中学の時家庭科で作ったことがある。
小麦粉を煎ってカレーの元を加え軽くもう一度煎る。焦げ過ぎ苦い。
それ以来市販のカレールーを使用することとなったが、インスタントは嫌だと
ガラムマサラを加え、また加え、いつしか子供も食わない自分だけの好みのカレーとなった。

次は「チャーハン」。熱いご飯に生卵と少しのサラダ油と数滴の
ゴマ油を混ぜ合わせて炒める。所謂「黄金チャーハン」である。
パラパラになった。塩コショウを振る。味見する。うまい。
黒胡椒をガリガリ摺る。隠し味に醤油を少々。美味しい。
更に少々岩塩を加える。塩からい。まずい。自分だけで食べることになる。

次に釣ってきた「アイナメの煮付け」。下拵えとして酒と生姜で
臭みをとり基本の「さしすせそ」の順に砂糖、醤油、そしてみりん。
配合は良いが魚に対して汁の量が多いことに気付かず煮詰める。
女房はスプーンで少量の煮汁を掛けて仕上げるがそんなことは知らない。
ベトベトで濃い味のアイナメの煮付けをやはり自分だけで食す。

どうも味付けは　掛け算、割り算、足し算はできるが、
引き算ができない。味見の時、少し薄味ぐらいがいいようだ。

後期高齢者となりその上コロナ禍のため暇な私は、遊び半分で厨房に入ることが多くなる。
「そこ、どいて！邪魔！」と妻の声。「男子厨房に入らず」とは
「君子危うきに近寄らず」が正しい解釈のようだ。

補 聴 器

加藤　誓（ちかい）

補聴器店を訪れた。問診のあと、最新式補聴器を薦められた。
音量だけでなく、個人毎に聞き取りにくい周波数を補ってくれるとのこと。
その上、周りが静かな状態か　騒がしいかを　自動的に察知し、
音の聞こえる範囲巾まで調整してくれて、柔らかな音質で聞こえるように
なるとの説明。　これは、素晴らしきAIだ。

個別調整をしてもらい　取り敢えず　１週間試してみることとなった。
「これで、楽に聞こえる」と喜んで家に飛んで帰り
女房に補聴器の機能を得意げに説明した。
テレビの音量が３０から１８に、
以前聞き取りにくかった離れた位置からの女房の声も
ハッキリ聞こえた。
女房も「あなたの大きな声が、小さくなったよ。」
と嬉しそうに言った。そこまでは、良かった。

トイレに行った。流し水の音が、「ガガー」と頭中に響いた。
お菓子を食べながらテレビを見ていた。咀嚼の大きな「くちゃくちゃ」の音。
台所の茶碗のトライアングル音、鍋の蓋のシンバル音、食器棚のカスタネット音、
どれも女房が　目一杯叩いた打楽器の　不協和音のようだ。
蛇口から「ヒネルトジャー」の騒音まで。その度に脳が乱れる。
テレビの中は、籠った甲高い女性の早口不明言葉。
首から上がガンガンと大騒動、テレビを見る気が全く失せてしまった。
補聴器の先輩に、そのことを相談したら

「その音は通常の人には聞こえている音だから、その内に慣れるよ。
また店で再調整してもらえば改善するよ」とのこと。
次回の補聴器店訪問までの辛抱と慣れる努力が大切なようだ。
それに音量調整のリモコンもあるそうな。

今回、補聴器を付けてみて気付いた事がある。
弊害がある人は別として補聴器で改善できるような軽い難聴の人は
実は「騒音や雑音が少なく、心穏やかな静かな環境」を
今まで満喫し　楽をしてきていたのだ。
例えれば、難聴も認知症みたいなものだと。難聴も認知症も周りの人には、
迷惑な病気である。しかし、認知症本人には「死への恐怖」や「退屈」「気配り」
が要らず案外都合良いものかもしれない。難聴にも気付かなかったが利点があったのだ。

そうは言っても、自称　認知症ではない私は、
周りの方に迷惑を掛ける訳にはいかない。補聴器は、付けよう。
但し、一人の時はそっと外して
「心穏やかな静かな環境」を楽しむことにしよう。

【何もすることがない日の散歩】

加　藤　　誓（ちかい）

ゴミ出しのついでに植田川沿いを散歩する。
健康のためでもないので、ぶらりブラリ川岸や
川の中を眺めながらゆっくりの散策である。
以前見かけたカルガモの家族、１組はヒナ１１羽、
もう一組はヒナ５羽の２家族が植田川にいる。
昨日は雨で川は増水となり、まだ飛べないヒナの
２家族はどうしているのか気になりながら川を覗き込む。
いつもカルガモが戯れている場所に辿り着いたがいない。
心配になり、いつもより上流の郵便局近くまで足を延ばした。

いた！いた！１１羽の家族である。
セメントでできた用岸の高台に５羽、
既に下の川に親カモと６羽のヒナがいる。
高台のヒナが次々用へ飛び込む。最後の１羽が怖い
のか飛び込めない。ウロウロと飛び込む場所を探し
ている。
下では、親カモが心配そうに見ている。
１０羽のヒナも同じ場所で待っている。
５分いやもっと長い気がしたが、

決心したのかやっと飛び込んだ。
何事もなかったかのように、１１羽のヒナと親カモは、揃って川を下りはじめた。
私もＵターンし、カモの家族についていった。
どうも、餌は、水草のようである。
ヒナは、それぞれ水草を啄ばみながら下ってゆく。
親カモは餌も食べずにヒナの動きと廻りの安全を
見ているようだ。
いつも戯れている場所にたどり着いた。
そこでカルガモの家族に別れをつげた。
帰路の途中、川を上がってくるヒナ５羽の家族を見つけた。
どちらの家族も増水に流されず、ヒナ１１羽と５羽を確認し、
幸せな気持ちで散歩を終えた暇な朝であった。

睡　眠

加藤　誓（ちかい）

主治医の先生の講演が始まった。
「これから、居眠りする人は早く死ぬとのデーターがあります。」
会場は、きょとんとし、その後ジョークに気付いた数人が
「ハッハッハ！」と笑い　なごやかに講演会が進む。
実は「日中居眠りする人は脳血管障害や高血圧の人に多い」
とのデーターが本当にあり、あながちも間違いではない。

これからの話は、医学的、科学的根拠は全くなく、ただ私の感じたことであり
「お笑の提供」なので　くれぐれも信用しないでほしい。

コロナ禍で、昼間　興味もないテレビ番組をソファに
横たわりボーと眺めている内に、知らぬ間に小一時間程、
居眠りすること少多くなった。そのためなのか、運動不足の
ためなのか、夜、寝床に入ってもなかなか寝付かれなく、
寝ようとすればすほど逆に頭が冴えってくるのだ。

「これはいかん！うーん、楽しいことでも考えるか」
「そうだ、宝くじ６億円当たったらどうしようか。
豪邸でも建てるか」
「いや人生は、もう少しだけだし　引っ越しも面倒だ。
今の住まいや環境も気に入っている」

「じゃ、世界一周豪華の旅！いや、コロナ禍でこれもだめだ。
豪華な食事やお酒も身体に悪い。
自動車も買い換えたばかりだし　もったいない。
孫やそ供にやろうか。贈与税はいくらかかるのかな。」
情けないが６億円が使えされない。ますます、頭が冴える。

だめだ、物語を変えよう！スイスの景色。
空は青く雪のアルプスの麓には、碧い湖、
緑の牧場には羊が群れている。定番だが柵を
飛び越える羊を数えるか。１ッ匹、２匹、３匹・・・
だめだ。時々　柵で転ぶのがいる。　それと、睡眠はSleep、羊はSheep だ。　LとH。
寝るのには気持ちがL（Low）の方いいがＨ（High）羊はだめなのだ。ますます、Highになる。

そうだ！頭と身体を一緒に寝なくてもいいんだ！　頭と身体を別々に寝ればいいのだ。
身体を横にすると、肝臓の血流量が３０％増え疲れが取れやすくなるそうだ。
１日５時間以上は横になる必要があるが、頭はほっとけばいつか寝るのだ。

居眠り運転、軍隊の夜間行軍時など身体は起きているが頭は熟睡。
授業や会議で大事な時に　いびきをかき慌てたこともあった。
眠くなり車を止めて熟睡した時　１５分だけなのに眠気が完全に
取れ気分が爽快　爽快！
そう言えば、レム睡眠（夢）ノンレム睡眠（熟睡）というのもあったな。
頭の睡眠は時間には関係ないのだ。
少し気が楽になってきた。

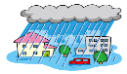
じーっと目を閉じていたが　しかし時間がなかなか経たない。　座禅の方法を思い出した。
自分の呼吸をじーっと意識し　それに集中し無我の境地に入っていくのだ。やってみよう。

凡人なので、無我の境地には至らず、ぐっすりと眠りの境地に入っていった。

私はアプラゼミである

加藤　誓　（ちかい）

今年は大変だ。外に出ようとするが、
毎日の大雨でなかなか出られない。
聞くところによると、人間もコロナ禍で家に
何か月も籠っているそうな。



籠ることなら私は負けない。もう６年も土の中で籠ってきたのだから。
ただ、私には、この２週間でどうしてもやらなければならないことがある。
雨に負けるわけにはいかない。

意を決ってこの朝早く起き外に出ることにした。
外は、朝でも　ムシ暑く　以前とは変わっていた。
廻りの環境も変化し　私たちの町にも　敵対視していた
「クマゼミ」がいつしか進出してきたのだ。
早朝にも拘わらずお互い相手を威嚇するように
大声を張り上げ自己を主張しはじめた
私も精一杯の声を張り上げた。

道端に大雨で濡れた新聞が落ちていた。大きな目で読んでみた。
「トランプ　対　バイデン」「中国　対　米国」
「香港　対　中共」「日本　対　？　」など　人間も勢力争いが
激しさを増してきたと一面に載っていた。私も頑張らなくては・・・。
私の目的は、デモで騒ぐことでも　勢力争いをすることでもない。
土の中での長い辛抱から解放され　大いに羽を伸ばし　空を自由に飛び回り
喜びを爆発させ、　そしていい嫁さんを早く見つけて
子孫繁栄のために働くことである。

どうしょうかと　迷ったり、ジーーと考えている暇はない。
私の寿命は後　２週間しかないのだ。
目的のためにあちらの邸宅から、こちらの邸宅、あちらの公園から、
こちらの公園　そしてゴルフ場と　生命為る限り
木々の間を飛び回る。
私の名は、通称「アゼミちゃん」。アプラゼミである。

秋が近くなったのか、今日は、静かな　静かな　朝であった。
頑張ったね「アゼミちゃん」

おやじの教え

加藤　誓（ちかい）

おふくろの包丁の心地よい音で目が覚めた。
そうだ、今日は中津川市制記念運動会の日だ。
既に外は明るくなっていた。天気だ。
昭和２７年５月　私が８歳で、６歳と４歳の弟も気合が入っていた。
我が家は南小学校学区の応援団を
引き受けて２回目である。
衣装は　おふくろが縫った羽織と袴
おやじが作った大学角帽とメガネと髭、
日の丸の扇子、そして大きな高下駄である。

おやじを先頭に３人兄弟のチャチャチャ、
チャチャチャの「三三七拍子」に併せ、
南小学校学区チームの笑いの応援が
運動会の会場に響きわたる。
少し恥ずかしい子供心も　次第に快感になってゆく。
時折夢に出て来る場面である。
幼い時のおやじとの一番の思い出であり、おやじの一番の教育でもあった。

今日は、名東区なごやかクラブの
「長島温泉芸能大会の日」である。
演題は、「東京の花売り娘」で　余興衣装は古着を加工し
フラダンス風に　女房に作ってもらった。
舞台裏で出番を待つ時は、恥ずかしさと　興奮の入り混じった
心地良い状態である。歌が始まった。さあ、出番だ。

観衆の大きな笑いと声援に後押しされ　というと
格好いいが、　私自身の喜びの爆発である。
即興の踊りを演じ切れた。

おやじの教えを　また　実行したことを
天に向かって報告した。

「　三つ子の魂　百までも　」

生活習慣の病（やまい）

加藤　誓　（ちかい）

「今日は、貴方の推定通り７.３だった。次の診察の時は、いくつかね？」
「うーん、６.９いや、自信ないから７.１にします。」
「分かった、書いておいたから。」
糖尿病の指標のＨｂＡ１ｃ（ヘモグロビンＡワンＣ）の値だ。

私は、生活態度や食事状況で６週間毎の検査値が予測できるのだ。
数値が良さそうな時は「今日は６.８！」と自慢げに予測値を言う。
数値が悪そうな時は「酒を飲む機会が増えて」と
前置きし７.５と予測値を言う。

これがピッタリ当たると「やはり、酒の所為か。仕方がない。」と
主治医に言われる前に納得気に頷く。
「日本酒ビールは糖分があって悪く
焼酎やウイスキーは良いというが、先生、酒の量ですよ。量！」
これでは生活指導もできず「困った患者だ！」と思うのが普通だが、
１０年の長期間で培われた人間関係で主治医は
「また言い訳をして！」とニコニコ聞いてくれるのだ。

親父は、８０歳の時に脳梗塞で亡くなった。
お腹がでっぷりと出て日本酒をいつも飲んでいた。
恐らく糖尿病であったと思うが、昔なので健康診断もせず
痛くもない病だけに本人は健康と油断していたと思う。

現在は、糖尿病の診断技術は勿論、治療法や治療薬も随分進歩してきた。
しかし、基本は、生活習慣の病である。
良くなって治ってしまう訳ではなく、良い状態をどれだけ続けられるかである。

家では、なるべく糖分の摂取を控えるのだが、
料理を作る女房からすると、これがなかなか大変なのだ。
朝食の「卵かけごはん」夏の「ソーメンやそば、うどん」
女房も好きな「カレーライスやスパゲッティ」これらは
美味しくって手間の掛からないものであるが　ダメなのである。
面倒な　所謂「おかず」を数多く作らなければならないのだ。

コロナ禍で、家で食する機会が多くなった。
「今日の料理は美味い！」と女房に胡麻をすり、テレビをみながら
お酒を少しずつ嗜む。　暇なので量がだんだんとすすむのだ。
今度もＨｂＡ１ｃの値は悪く、また言い訳をすることになりそうだ。

Zoom

加藤　誓（ちかい）

孫がいる神戸の娘とは３年前から Skype を使ってテレビ電話をしていた。
今年のお盆は今はやりの Zoom を使ってのオンライン里帰りであった。
格好いいみたいであるが、どちらも娘の「こうせよ、ああせよ。」との
指示で孫見たさにパソコン操作をし、やっとのこと出来る様になったのだ。

最近、コロナ禍のため名東区なごやかクラブも、名古屋市連絡協議会も
Zoom の導入を検討しはじめた。
そんな矢先、「来年１月の大学同期会の中止」を連絡したところ一人の
同級生からメールで「オンライン同期会」を開催したらどうかとの提案
があった。彼は「Zoom の使用権利を持っているので皆には無料で参加
できる」とのことであった。その準備として Zoom を使用した二人での
会議を３日後の１２時からすることを約束した。

今まで娘に「おんぶにだっこ」だったテレビ電話を自分で一部操作しなければならなくなった。
不安である。娘にこのことを話し相談や教えを乞うことにした。早速いつものように指示を受け
Zoom が始まった。画面はどちらも正常。相手の娘の音声は聞こえるが私の声が伝わらない。
どうも私のパソコン内蔵のマイクの調子が悪い様だ。娘の声は Zoom から、
私の声はスマホの無料電話 LINE でやり取りが始まった。Zoom 画面を
共有出来るようで、娘は私のパソコン画面を見ながら指導をする。１時間近く
したころ気付いた。９月にパソコンの音声が異常となり自分で苦労して直し
た時、誤って内蔵マイクの機能を司るドライバーをアンインストール（削除）
したことに。慌ててパソコンにつないで使用する外付け用イヤホンマイクを購入
して来て　再度娘と交信した。今度はマイク音声も正常に戻った。

やっと Zoom について分からないことを教えてもらえる様になった。こちらから Zoom を立ち上
げる方法も教えてもらった。招待者となる娘に Zoom アプリから得た「ミーティング ID とパスコ
ード」をメールで知らせ　私主催のミーティングに参加してもらった。招待者許可のボタンを押し
た。神戸の画面が出た！
休日で孫の姿が映る。中学２年の長男が手を振ってすぐ画面から
消えた。小学６年の妹は暫くの間お愛想をしてくれた。
孫の話になると夢中になるが　今回は Zoom のはなしである。
Zoom の操作を少しマスター出来た！

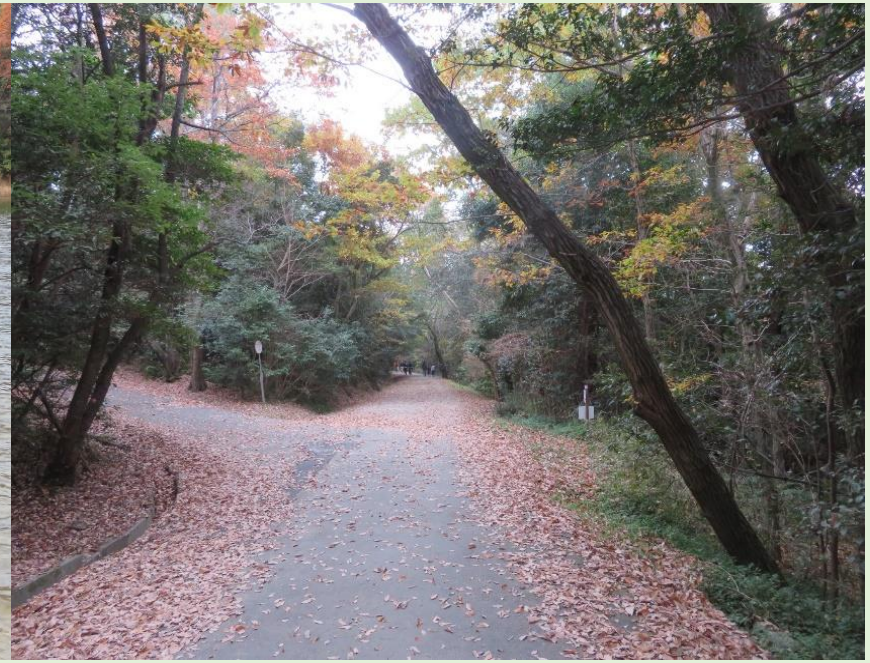
同級生との約束の時間に　事前に連絡があった「ミーティング ID とパスコード」から
彼の主催のミーティングに参加した。文字で伝えるチャットも使用し画面共有も使用してみた。
２０分間の会談が無事できた。
私が大慌てで準備したことを知らない彼は、私の操作に満足気だった。大成功であった！

「オンライン同期会」を開催するにはまだまだ知らないことが多くある。
孫見たさもあり「忙しい！」と言っている娘に１２月は頻繁に教えを乞うことにする。

藤が丘愛花会の活動

松寿会牧野が池周辺清掃活動

明徳公園

猪高の森

牧野が池緑地