

会報 さわやか 21

第12号 令和5年 2月21日発行



熊本城復興の進行状況 その7

撮影者：炭谷 健一



二十一期会

会長 宮崎 敏夫

令和四年度も、コロナ感染者数は高止まりの状況が続いていましたが、三密回避やマスク着用を実施したうえで、人々の行動の規制も取れて日常生活に戻りつつあります。

二十一期会も、予定していた行事や任意の行事も実施することができました。参加された皆様のご協力に感謝申し上げます。

二十一期会が発足して早や十年を経過し、徐々に会員数が減少して来ていますが、今後の会の運営は、皆様と相談しながら進めて参ります。会報は各会報委員や会員の皆様のご尽力とご協力を得て、発行を継続することができています。ありがとうございます。表紙写真は炭谷様から毎回ご提供をいただき、今回で七回目となります。熊本城が熊本地震から復興していく経過記録として将来役に立つものと考えますので、これからも復興状況を見つめていきたいと思えます。

最後になりましたが、皆様方も健康に留意され、今後益々のご活躍を祈念いたします。

令和4年度の活動報告

事務局 佐藤 テルミ

*令和4年度会員42名

*会計監査 令和4年4月7日(木)

大津町森の「東屋」で、監事の濱竹氏、緒方氏、会長宮崎氏、副会長清辻氏、会計岡田氏、事務局長出席、令和3年度の監査を行い、全て承認されました。

*第1回役員会 4月14日(木)

中央公民館にて令和4年度最初の役員会を班長・副班長の出席で開催。

*筑紫野路ウォーキング 4月25日(月)
天拝山登山他へ7名参加

*第10回定期総代会 4月28日(木)

中央公民館にて25名出席(委任状1名含)で開催。賛成多数にて全て可決。

*第4回花菖蒲鑑賞会 6月11日(土)

今年も山都町の山崎邸を目指し7名で。天岩戸神社、高千穂神社、荒立神社、穂觸神社、雨の花菖蒲もステキでした。

*日帰り旅行(5班担当) 8月25日(木)

ラムサール条約登録荒尾干潟へJRと車で13名参加。テラー乗車体験も

*グラウンドゴルフ大会 10月6日(木)

華ほたるにて15名参加で開催、優勝は笠氏(5班) ホールインワンも多数!

*研修会(1班担当) 10月26日(水)

熊本市動植物園へ17名参加、童心にかえりモノレール乗車の方も。

*菊・もみじ見学へ 11月4日(金)

山都町松原邸の菊鑑賞へ10名参加
紅葉の蘇陽峡、二瀬本神社、玉目丹波守(加藤清正の義父)の墓へも。今回も山崎さんに大変お世話になりました。

*新春祝賀会 令和5年1月11日(水)

(6班担当)
神園山荘にて
32名参加

GG 17名参加
優勝吉田氏
(1班)。



*第27回各期連絡協議会 総代会

令和4年5月30日(月) 開催

会員520名、会長27期、村上義直氏
パートナーシップ講演会は中止

◎定期総会のご案内と

次年度会費納入のお願い

会員各位におかれましては、日頃よりOB会活動にご尽力、ご協力をいただき誠にありがとうございます。

『定期総会』さわやか21期会定期総会を来たる4月27日(木) 10時より中央公民館にて開催します。

尚、定期総会当日やむを得ない事情で欠席の会員は、必ず「委任状」を各班長又は会長へ期日までにご提出ください。

『会費納入』令和5年度のOB会費(年千五百円)は、納入期限3月31日(金)迄に各班長へ納入いただきますよう何卒よろしくお願い致します。

時節柄、会員各位のご健勝をご祈念いたします。

初夏の山都町と

神話の里を訪ねて

二十一期会事務局

今年は六月十一日(土)に山都町の花菖蒲見学と神話と伝説の里、高千穂町の神社巡りを計画しました。参加者は七名でしたが、花菖蒲の美しさとはまた違った視点から、神々の世界を楽しむことができたと思います。

午前十時に馬見原公民館で



山崎さんと待ち合わせをしていざ出発。生憎の曇り空の下、概ね四十分のドライブで目指すは天岩戸神社へ。高天原を治める太陽の神・皇祖神でもある天照大御神が弟神であるスサノオノ命の乱暴ぶりに怒って、天岩屋にお隠れになったという「天岩戸神話」の舞台と なっています。

そこから歩いて五分の所にある岩戸川沿いに天安河原があります。ここは天照大御神がお隠れになり、光の無くなった世界に困り果てた八百万の神々が集まって知恵を絞った場所と言われている。また、この一帯は神域となっていることから、皆で手を合わせて門前に戻りました。入口には天照大御神がお隠れになった岩戸の岩を手力男命が全力で投げ飛ばす銅像があり、世界に光が戻ったという。その岩戸はどこまで飛んだか？・・・。

なんと蕎麦で有名な信州の戸隠山であるとか。現実では考えられない。だから神話の世界は面白い。古事記、日本書紀に親しみましょう。

次に参拝したのが、

穂觸神社、荒立神社、最後に千穂郷の総鎮守、高千穂八十八社で最も格の高い高千穂神社にお参りしました。荒立神社は、正しき道を照らす「猿田彦命」と芸能の神様「天鈿女命」夫婦が主祭神です。天孫ニギノミコトが瑞穂の国に降臨されたとき、高千穂の九志布流嶽にご案内したのが、猿田彦命。ニギノミコトに同行した天鈿女命は猿





田彦に仕え、逢瀬の契りを結ばれて結婚。切り出したばかりの荒木を用い慌てて家を建てられた。そこから「荒立」となったようです。

天鈿女命は、天照大御神が天岩戸にお隠れになった時、岩戸の前で熱狂的な踊りを舞い、岩戸開きのきっかけを作ったことで知られていますが、その舞いが「神楽の原型」になったとも。近年は芸事の上達にもご利益があるとされ、芸能関係者の参拝者も数多く訪れているらしい。

私たち七人の参拝者は何を願い、何を求めて手を合わせているのか？



聞いてみると「お腹空いた！」でした。早速、近くの「道の駅」へ行きランチタイム。

お腹が落ち着いたところで、最後は高千穂神社へ。一二〇〇年以上の歴史を持つ千穂郷の総鎮守にお参りをしました。さわ大二十一期会の益々の発展と同期生の健康とご長寿をお祈りし、高千穂の街を後にして最後の花菖蒲園へ。

雨も降り出しましたが、途中、五ヶ瀬ワイナリーに寄り、赤や白のワインの品定めを。美味しく評判が良く癖に



なる人が多いようです。最後はやはり花菖蒲です。今までとは違い、今年は雨の花菖蒲を満喫しました。雨脚が強くなり白

や紫の花びらが涙を流すように咲き乱れ、傘をさしての記念撮影になりました。晴れている時よりも、また、違った菖蒲の美しさを感じた旅となりました。

参加者の皆さんありがとうございました。次は何処へ・・・。

(文責：山崎)

日帰り旅行

潮風を感じて
ゆっくりドライブ

担当…五班 (杉山)

八月二十五日第二期会の日帰り旅行を、十三名の参加を得てラムサール条約登録荒尾干潟で実施しました。

当日は、昨夜来の雨も上がり晴天に恵まれ、さわやかな潮風を受けながら干潟に集うことができました。朝十時に環境省設置ラムサール条約に基づく「荒尾干潟水鳥・湿地センター」に各自でJRや自家用車を利用して集合しました。

まずは、同センター



職員から有明海の状況、生物の環境問題や水鳥等の生態、あるいは海の恵みを利用した地域住民の生活など、



教えていただきました大変参考となりました。

昼食会は海岸端の松林の陰にビニールシートを敷き、各自持参した弁当を車座になって和気あたたかいの中でいただきました。

午後からはいよいよテラー乗車です。

「テラー」とは、農業用耕耘機にリヤカーを連結して人が乗れるようにしたもので、春から夏の期間のみセンターから潮の引いた沖合まで運行されています。当日は大潮に近い状況でしたので、私達を乗せて干潟を沖合一キロメートル先までゆっくり進んでくれました。到着した沖合の干潟に長靴を履いて降り立ち、まずは島原市街地を遠望して干潟の広大さを感じました。それからセンター職員や干潟ガイドさんの指導を受けながらとびはぜ、カニや貝などの干潟の生物の種類や特徴を勉強しました。帰路はまたテラーに乗車する人、歩いて干潟の感触を味わう人など、



それぞれに干潟を満喫することができました。また、磯ではミドリバトが近郊の山から飛来して海水を飲んでいる非常に珍しい光景も見ることができました。

このような日帰り旅行を初めて計画しましたが、現地集合・現地解散も今後ありかなと感じています。

熊本までの帰り道に荒尾の梨園に立ち寄ってお土産を購入する人もありました。真夏の熱い中での日帰り旅行でしたが、皆さん楽しんで頂けたでしょうか・・・。



荒尾干潟には秋から春にかけて渡りの中継地あるいは越冬地としてシギ・チドリをはじめとして十数種三千羽超す多くの水鳥が飛来します。是非この時期に再訪をお勧めします。

〇〇参考〇〇

ラムサール条約とは

正式名称は「特に水鳥の生息地として国際的に重要な湿地

に関する条約」で、一九七一年にイランのラムサールで開催された「湿地および水鳥の保全のための国際会議」において条約が採択されたことから通称「ラムサール条約」呼ばれているものです。

荒尾干潟とは

荒尾干潟は有明海の中央部東側に位置し、南北九・一キロメートル、東西最大幅三・二キロメートル、干潟面積は約一、六五六ヘクタールにも及んでおり、単一の干潟では国内有数の広さとなっています。



二か所がラムサール条約湿地として登録されています。

二〇一二年七月三日にラムサール条約湿地として世界で二、〇五四番目に登録されました。国内では荒尾干潟を含めて五

グラウンドゴルフ大会について

上田 昭徳

初秋の爽やかな風が吹く十月六日、さわ大二十一期会グラウンドゴルフ愛好者の十五名（男性八名、女性七名、一名は笠さんの奥様）が、華ほたるグラウンドゴルフ場（御船町）に集合し大会が開催された。

会場に到着すると、それぞれがプレー代、スティック貸出料等を支払い、受付嬢からスティック、ボール、マーカーをもらった。また弁当を注文する人もいた。コロナ禍で一堂に会することが少ない昨今、久しぶりに会って、皆さん楽しそうに会話が弾んでいた。

まず、担当の六班・清島さんから、大会要領の説明があった。組編成は、一組五名、三組とし（五名×三組）、プレーは、赤、青、黄、緑の四コースを使い、四ラウンド三十二ホールで行うルールです。

全員で軽い準備運動の後、各組それぞれで一ホールの試打を行い、いよいよ

よプレーの開始となった。参加者は、錆びついた（？）体を動かすことの楽しさを味わい、プレーに臨んだ。

グラウンドゴルフは、ホールを目がけて打つ方向性と、距離に応じてボールを打つ力の入れ具合が難しく、また、起伏を利用した打法の応用力が必要となる。

さて、順調にスタートし、数ホールを廻るうち、集中するあまり、旗の色を見間違い、順序が違うコースに移動したりすることもあったが、組の誰もがそれに気づかず、プレーを続行。

全員打ち終わった後、気づき、皆で笑い合った組もあった。

さすが、我等高齢者の誉れであると納得した。それやこれやで三ラウンド終了後、昼食となった。昼食時には、笠さんの奥様手作りのケーキを頂き、皆、おいしくいただいた。

昼食後は残り一ラウンドをプレーし、無事終了となった。スコアカードの打数のチェック、順位確定を行った後、

成績発表が清島さんからあり、結果は笠さんの堂々たる優勝であった。因みに、見事ホールインワンを達成した人が六名（八個）もおられた。

表彰式の後解散となり、快い疲労感を土産に次回開催を楽しみにそれぞれ家路についた。

久しぶりに体を動かし、爽やかな汗をかき、実に楽しい一日であった。

参加者の皆さん、お疲れ様でした！



動植物園で研修会

清辻弘敏

十月二十六日熊本市動植物園で「研修会」が行なわれ十七名が参加しました。

園内はコスモスや七年桜が咲き誇り、好天に恵まれたこともあって小学生や保育園児、高齢者施設からの見学者で溢れかえって、平日とは思えないほどの賑わいを見せていました。

午前中はオリエンテーリングにより動物のことに学びます。

園内三十六箇所の動物のもとを訪ね動物の習性について学習し、指定された問題に解答して制限時間内に出発にゴールするもので、

全問正解者には会長から豪華な賞品が送られます。



いよいよ競技スタート。
解答するためには、直接動物と対面する必要があるため、各人解答用紙と案内図を頼りに動物園内を巡ります。
当初、参加者の皆さんの体力と健康

状況を危惧していましたが、皆さんは年齢を感じさせないほど足取りは軽く、動物と戯れ合ったり、モノレールや観覧車等の乗り物を楽しんだりしている姿は、開放感に浸り、童心に帰ったように見受けられました。





競技終了後はランチタイム。
自然の中で秋の花に囲まれながら
昼食を摂りおしゃべりすることで日
頃のストレスを発散し、翌日から新た



オリエンテーリングは全員が制限
時間内にゴールし、全員が全問正解で
あったため、賞品は抽選となりました。
抽選の結果、
会長賞が三名に、主催者賞が四名に
贈られ未当選者には残念賞が贈られ
ました。

今回の研修で動物園への入園は「約
六十年振り」とおっしゃる方もおり非
常に喜んでいらつしやつたのが印象
的でした。
担当して頂いた
一班の皆さんご苦勞様でした。



な気持ちで過ごす事ができるように
なった方もいらつしやつたようです。
午後は「いきもの学習センター」で
研修を行い、その後は自由行動となり、
各人思い思いに園内を散策しながら
解散していきました。

秋の山都町をたずねて

事務局 佐藤テルミ

令和4年11月4日(金) 参加者10名が車4台に分乗し、山都町へ。勿論一番の目的は松原さん宅の菊です。今年が2回目。見事に整備された裏山に去年にも増して黄色、赤が鮮やかに咲いています。今年は「平和」が迎えてくれました。



楽しみの昼食は「食彩の里ふしみ」で「ミニコースおそばセット」を。この地鶏が最高！
蘇陽峡は紅葉が始まっています。



蘇陽峡は、
駐車場からほんの少し歩いて高台の展望台へここからの眺望が素晴らしい！
遠くは阿蘇五岳まで望めましたよ。



二瀬本神社から玉目丹波守のお墓へ
女 正福院

玉目丹波守

正應院

加藤清正

忠広



いつも山都町方面の初めての所へご案内有難うございます。次回はどこかな？
といつも楽しみです。
皆さんの参加も大歓迎です



特別寄稿

緩和ケアを選んだ「友」

二班 續 フク子

『後ろ向きになって』と、友が言った。

『今までアクセサリー着けたことがこ
とがなかったでしょう。今から着けな
さいよ！』 私は心身ともに甘えて後
ろ向きになり、髪を頭の上にかきあげ
た。

『金具、はまったよ。』ネックレスを着
けてくれました。

感謝の気持が身体中に広がり、うれ
し涙が止まりませんでした。

四歳上のお姉さん。ボーイスカウト
仲間の子供達と共に、家族同様に「喜
怒哀楽」を一緒に生きてきた「友」。
愛情深く説教してくださったり、思
いが溢れ出てきました。

『私の人生は神様が決めたのよ。なに
から断捨離して楽しもうかな？』

私は抱き枕をプレゼントした。
『この抱き枕とても気持ち良いよ。あ
りがとう！高かったでしょう？私は何
もお返しできないよ！』



「(私)私の好き
な整骨院からだ
よ。この家には
赤のグッズが無
いので赤色の抱
き枕にしたの。
ヨダレ被ると言
ったので、洗い
替えに癒しのピ
ンクの抱き枕カ
バーもどうぞ使
ってね。」

『私は何もお礼ができないよ！』

「(私)大丈夫！ときどき私の愚痴話を
聞いてよね。」と言ったら、『そりゃ
大変だ！』

大丈夫、頭脳明晰！ 辛口、地獄耳、
年寄りの目？・・・

「(私)また遊びに来るね！」

『予約、時間制限、条件があります。』
「(私)ハイハイ。ビデオ通話、待つて
るね。」

ありがとう

感謝

ありがとう

ありがとうございます。



野焼きボランティアに参加して

宮崎 敏夫

平成二十八年一月、仕事が一段落したのを機会に、以前より興味があった野焼きに参加するため、(公財)グリーンストックが主催する講習会を受講しました。

参加の動機としましては、若い頃から阿蘇の雄大な自然に魅せられて、山歩きやバイクツーリングで心癒される時間を過ごすことができ、自然環境維持のために少しでも貢献できればとの想いからです。また、心が疲れた時には、阿蘇の山なみや草原を見つめて、一人「ボーッ」としていました。

阿蘇の草原は各牧野組合により管理されていますが、若手不足や高齢化により野焼きはボランティアに依頼されているのが現状です。

野焼きは毎年二月頃から各牧野毎に実施されていますが、雨や霜、風等の自然条件に左右されるため、前日や当日に中止や延期になる場合があります。

野焼きに参加される方も六十代〜七十代がメインになっていきますので、若

手の方の参加が望まれるところですが、地域としては、熊本県からの参加が一番多いですが、福岡県を始め九州各県からも参加されています。

通常は立入りが禁止されている牧野に入りますので、阿蘇の山々をいろいろな方面から見ることができません。

また、火消し棒や消火用の水を入れたシューターを背負って丸一日山を歩き、遠くの山々を眺めながらの昼食。各牧野の方から感謝されて、終了後には反省会の後、参加された皆さんでの「お疲れさんでした」の一言で解散。帰りは途中の温泉に入り、心地良い疲れと充実した一日を過ごして帰路に着きます。

同じ年の八月には、草刈り機の取り扱いについての講習を受講しました。

九月から行われる野焼きの延焼防止の防火帯作りのための「輪地切り」「輪地焼き」作業にも参加しています。

また、一班の吉田さんとは、時々現

地で会い、一緒に活動しています。私より早い時期より野焼きに参加されていると思いますので、吉田さんの行動力にはいつも頭の下がる思いです。

いつまで活動を続けることができるか分かりませんが、体力の続く限り参加していきたいと思っています。





阿蘇草原
の野焼き



特別寄稿

思い出に残る

北アルプスの山小屋

一班 吉田 建設

先日BS朝日で、北アルプスの「船窪小屋」について一時間全国放送があった。実は私も四年程前、北アルプス縦走の七日目にこの小屋に泊まったことがあり、当時のことが懐かしく思い出されて、放送を喰入るように見た。

六十五年の長きに亘り登山者の安全のために守られてきた船窪小屋の歴史が紹介された。小屋主の奥さん寿子さん(八十歳)が高校生の十八歳の時に、父親の宗介さんが建てて、これからという時に雪崩で亡くなったため、自分が小屋を守るようになったとのこと。ご主人の宗洋さん(八十歳)は登山客で来ていたが、意気が合って手伝うようになり、結婚して山小屋を守るようになったそうである。



アルプス三大クレットの一つ
ジャンダルムの頂上にて

電気がないので灯りは灯油のランプである。「アルプスの山小屋でランプ小屋はここだけですよ!と。いつとはなしに登山者が『ランプ小屋』というようになった」とご主人が言う。飲み水は湧水を約三十分かけて汲みに行き、それを背中に負って小屋にストックして使う。洗濯その他の用水は、屋根を工夫した雨水をうまく利用するようにしてある。足洗・洗濯などは勿論雨水

である。また、料理は登山仲間アルプス山小屋の名物料理の代表になるくらい有名で、縦走中に登山者仲間が口々に手作りの船窪小屋の料理は食べて帰りなさいと勧められた。わざわざこの料理を食べに小屋を訪れる登山者も多いと聞いた。煮しめも一品々炊いて味付てあり、心がこもり、登山者が言う“深い味わいのある山小屋食事”なのである。食事が終わりゆっくりしたら、ランプの下で宿泊者が集まって談話の時間である。山小屋の歴史を編集したビデオと一緒に宗洋さんが説明。長い山小屋の歴史に感動する。それから皆さん一人一人が、どういう想いで山に登っているか!、どういう人生を送ってきたか!、これからどうありたいのか!、等々それぞれ発言する。勿論山

小屋のオーナー・奥さん・お手伝いさん二人も・・・。一時間半ぐらい皆さんと楽しく談話をして満たされた気持ちになって床に就く。

朝四時に目覚め、五時から朝食、五時半に小屋を発つ。小屋の奥さんが見送りに出てきた。挨拶を済ませ山歩きに出る。小屋に着いた時にも鳴らしてくれた小屋の鐘を出発の時にも二つ鳴らしてくれる。ずーっと続けてきたことらしい。五分ぐらい歩き山小屋の方を振り返ると、小屋で三人がまだ手を振り続けている。後ろ髪を引かれる思いである。その夜のこと忘れられない！。

人は人に親切にされると涙もろくグツと来る！。「ああ来てよかった！」と山の素晴らしさと空気の新鮮さに併せて人の温かみを胸いっぱい戴いて帰ったのである。

★★★ ショート ショート ★★★

私をどこかに連れてって！

A子 「コロナ、コロナでこの二、三年

どこも行つたらんねえ。」

B子 「そうね。どこでんよかけん、誰か連れて行つてくれんかいね。」

C男 「歳を取るとボケてきて旅の準備もでけんごつなるけん、今少し

ずつ準備しよるたい。」

B子 「そんなら私達もその旅に加えてくれん。どこでん付いて行くけん。行先は何処ね。」

C男 「今準備しよつとはヨミたい。」

A子 「ヨミてにや何県にあつと？。テーマパークね？」

C男 「テーマパークていうとテーマパークだろね。」

B子 「早う計画ば進めなつせ。旅費が高かつちや付いて行くけん。」

C男 「ほんなこて付いて行くかい。ヨミてにや黄泉ぞ。仏教でいうと

極楽浄土、キリスト教なら天国

ばい。」

A子、B子 「ヒエエーッ！」

色白は顔だけではない！

A子 「毎日毎日カンカン照りで暑かねえ。」

B子 「私達は九州生まれの九州育ちで子どもの頃から陽に照らされておるけん、色も黒うなつてしま

つとるねえ。それにしてもC子さんは色白ね！」

B子 「A子さんは知らんだつたつね。C子さんは北国育ちてよ。」

D男 「あんたたちはなあーんも知らんねえ。C子さんは秋田県生まれ

たい。一目見れば分かるでしよう。肌もきめ細かで色白だけん。」

C子 「エエーッ！。D男さんはいつ見たとね。私の裸を！」

D男 「ヒエエエーッ！」

(二つとも21期のある班で拾ったち

よつといい話です。Mad Dragon)

六班

筑紫野路ウォーキング 清島隆明

筑紫野路ウォーキングの実施日を令和四年四月二十五日に決めたものの、十日間天気予報はずーと雨予報。加えて前日まで雨という中で、奇跡的に当日は晴天に回復。どうやら、参加メンバー七名の中に「晴れ女さん」が居られたようで、最高の行楽日和に恵まれることとなった。

今回は、筑紫野市にある天拝山、その麓にある武蔵寺（別名…ふじ寺）及びお隣の基山町にある大興善寺（別名…つつじ寺）をコースとしたウォーキングである。

北区植木で車2台が合流し、九州自動車道（植木IC）筑紫野IC（C）を走り、天拝山歴史自然公園に到着。休憩の後、予定通り十時四十分から天拝山登山を開始した。
【天拝山】

天拝山（てんぱいざん）は、誰でも気軽に登山を楽しむ事のできる里山で、登山の後は二日市天然温泉に入って疲れた体を癒すというのが定番となっているようである。

天拝山（標高258m）は、往復距離約3km、標高差200m、1時間〜1時間半ほどで往復できる。



登山道は「開運の道」と呼ばれ、菅原道真公が詠んだ和歌を歌碑と

して一合目から山頂まで建てられており、利用者が一番多いルートである。また、「開運の道」は九州自然歩道でもある。

登りは、天拝山歴史公園北側にある「開運の道起点」と書かれた石碑から登山スタート。出発して間もなくして鳥居に到着。鳥居を潜ると「よ

うこそ石楠花（シヤクナゲ）谷へ」の看板がある。そこから谷へ少し入ると石楠花の群生、ピークを一周間ほど過ぎたとは言え、目の保養になった。





「開運の道」を進むと六合目に荒穂神社。やがて、八合目に「四三六段」の看板がある。ここから長い階段が続くいわゆる「胸突き八丁」。階段を登っている途中に、あと「100段」の看板が立っている。その看板を励みにラストスパート、山頂は目前だ。山頂には「天拝神社」があり、右奥に展望台がある。

山頂に到着したら、まずは菅原道真公が祀られている天拝神社に参拝。この天拝神社で道真公は天

を拝して無実を訴えたという伝説がある。

展望台からは、直下に九州自動車走り、筑紫野市、その奥に太宰府市の市街地が広がる。北西方面に、福岡空港、福岡ドーム、福岡市市街地と博多湾が眺望できる。帰りは、山頂の裏側にある「天神さまの径（こみち）」の標識から下山スタート。こちらはちよつとこう配のある山道、七合目付近にある行者の滝を通り抜け、麓の「紫藤の滝（しとうのたき）」でゴール。

「紫藤の滝」は、菅原道真公が天拝山に登る際に、身を潔めた滝と言われている。紫藤とは武蔵寺の「長者の藤」に由来するとのこと。また、隣にある「御自作天満宮」には、道真公が、自ら刻んだと言われる等身大の木像座像がある。



2時間ほど里山歩きを堪能し、天拝山歴史公園に戻り、昼食をとった。

【武蔵寺】

武蔵寺（ぶぞうじ）は、天拝山の麓にある、天台宗の寺院。ご本尊は薬師如来である。ご本尊薬師さまは、椿の一本造りで心身の憂

いや病氣を取り除く仏さまとして
信仰されている。

その建立は飛鳥時代とも言われ
九州最古の仏蹟で、藤原鎌足の
子孫、長者・藤原虎麿（初代大宰
師・長官）によると言われている。
藤原時代には七堂大伽藍五十有余
坊を誇る大寺であったと伝えられ
る。

境内では、虎麿にちなんで名づ
けられた樹齢1300年と伝わる
「長者の藤」が1mを超える花房
をつけ、人々を魅了している。

武蔵寺本堂で参拝、「長者の藤」
を鑑賞した後、花房をつけた藤を
背景に記念写真を撮った。

次は、隣の基山町にある大興善
寺へ。快適な「鳥栖筑紫野道路」
を南下し、20分ほどで大興善寺
の大駐車場に着いた。

【大興禅寺】

大興善寺は、佐賀県三養基郡基
山町にあり、奈良時代の養老元年

（七一七年）行基菩薩によって開
創されたと伝える古刹である。ご
本尊は、十一面観世音菩薩である。



≪127段の石段≫明治二十七年
（一八九四年）に完成した石段は、
標高差100mで、愛称を「きぼ
うの坂」と言い、大興善寺のシンボ
ルとなっている。四月末から五月
初旬には、石段の両脇いっぱい
つつじが咲き誇り、「春の風物詩」
となっている。

≪本堂≫元和十九年（一六二四年）
に再興されたもので、茅葺き屋根
に古い寺の佇まいを残している。
横から見ると、二つの茅葺きの屋
根がある珍しい造りになっている
のが特徴で、多くの人々がお堂に
入って参拝ができるようになって
いる。令和四年三月には、本堂の



奥の方は、新しい茅葺き屋根に生まれ変わったばかりであった。《大興善寺契園（ちぎりやま）》本堂の背後、契山（ちぎりやま）の麓（高低差100m）に広がる「契園」は、自然の四季が楽しめる山林植物園で、特に春のつつじと秋の紅葉は絶景。山沿いにあるドーム球場規模の広大な敷地（七万五千㎡）には、杉・檜の木々、つつじ、もみじ、アジサイ、シヤクナゲ等が植えられている。

春は、約五万本のつつじの花々ともみじの新緑。秋は、多彩な紅葉模様が広がる観光名所になっている。

つつじの花の見頃は、例年四月中旬から五月初旬。契園内が花の山になるように咲き誇る。なかでも、「一目一万本」は絶景スポットである。つつじの花は、ヒラドツツジが中心で、久留米ツツジ等約三十種類。



天拝山200mに続き大興善寺石段100mとメンバーの疲労も蓄積していたが、この「一目一万本」のつつじの花の満開に疲労が吹っ飛び、園内回遊を楽しむことができた。秋の紅葉にまた来たいねえーとの声も。

大興善寺のツツジを満喫し、帰途に就いた。帰りは、九州自動車道を鳥栖ICから乗り、途中広川サービスエリアへ。ソフトクリームを味わいながら休憩の後、植木ICに向けて走り、午後五時過ぎ熊本市内に無事到着した。



また、契山の山頂で神様の婚儀が行われたという伝説から「恋人の聖地」として親しまれており、多くのカップルが足を運んでいるとのこと。

一班

「老後の一日、千金にあたるべし」

歳をとると若い時の十倍ぐらいの速さで月日が過ぎていくといえます。これからの人生、健康で過ごすための秘訣を、いつも元気な一班の皆さんに伺いました。

「一病息災」

清辻 弘敏

それは、ある日突然私を襲ってきます。足の親指から足首まで熱を帯びて腫れ上がり、激痛に見舞われるのです。歩く事も立つ事さえもままならなくなり、そよ風にも瞬時



にも瞬時に

反応し、私を苦しめます。

その名は「痛風」です。

一週間から十日間ほど激痛を繰り広げるのですが、この時ほど「健康の有難さ」と自己管理について猛省し、考えさせられる事はありません。

しかし、どうしたことでしょう。痛みが去ると同時に、苦しみも後悔の念もさっぱり総てを忘れ去り、後ろめたさなど微塵もない晴れやかな生活に戻ってしまうのです。

かれこれ、「痛風」とは三十年以上のお付き合いで、今ではお互いに「意志の疎通」ができ「発作の前兆」を知らせてくれる仲になっています。

しかし、何度経験しても「痛み」の恐怖だけは拭い去る事はできません。

そんな中で、私自身が学び、今思うこと！

それは「痛風」をよき伴侶とし、健康を維持していくためには、大地の恵みに感謝しながら、
・「産まれた土地の空気を吸って」

・「そこに出る水を飲み」

・「そこに育まれた物を食べる」

贅沢とも思える至極当たり前な生活を続けることだと思っています。

(係)ナルホド、納得！しかし持病がおありだとは意外！。いままで全然知りませんでした。何と、近頃お会いした時は、ぎっくり腰とやらでソロリソロリと歩いてましたねー。油断大敵！

「私の健康法」

井手由記子

第一に心掛けているのは規則正しい生活です。毎朝六時起床、ラジオ体操、早めの朝食、また朝早く出掛けない日は新聞を読みます。中でもローカル版の催事や祭りなどが楽しみです。

第二に、出掛ける用事を作ることで。週に三、四回は出掛けます。それも自転車と電車(ラッシュ時には殆んど座れない。)を乗り継いで行くので体力強化になります。車内では若い人は



スマホに夢中で、頭を上げることはありません。私も運よく座れた時は、若い人に倣ってゲームをしていたらうっかり一駅乗り越してしまい、汗だくで走って戻ったこともあります。

そして夢中になれる趣味があることです。囲碁や折り紙などで「頭の体操」「指先の運動」にもなっていると思います。

第三に家庭菜園です。痛む腰をさすりながら畑を耕し、暑い時期の水遣り、

草取りなど大変ですが、収穫の喜びは何とも云いがたく、子供達や友人に分けてあげて喜ばれるととてもうれしく、苦労もあるけれどまた続けようという気になります。

そうこうしていると一週間はアツという間に過ぎてしまい、コロナでじつとしていた事もあります。

この生活が私の体を保ってくれているように感じます。周りの方に感謝しつつ長く続けられるように努力したいと思っています。

「私の健康法」

松岡 和子

健康について気をつけている事は、食事と運動ぐらいです。

食事については、苦手なものはないので、ほぼ規則正しく三度の食事を美味しくいただいています。夫の血圧が高いこともあり、塩分には気をつけています。

運動については、スポーツ音痴でかつ嫌いなので、専らウォーキングを楽



しんでいます(三十分から一時間、その日の気分によって)。素敵なお家を見かけると、どんな人がどんな暮らしをしているのかと妄想を膨らませ、キョロキョロして不審者と思われるかも・・・。因みに「職質」はまだ一度も受けた事はありません。

「最後に係の健康法？」

岡部 節子

近頃特に気になるポッコリお腹！

キツイ運動は避けたい。楽して何とかならないかとテレビの健康番組は欠かさず見ていて、「よさそう♪」と思ったら、大書きして壁に貼り、それで何となく安心してしまい、それっきり。の繰り返しで現状維持（悪化）状態。ま、いつか！モデルじゃないし。

今回、皆さんの規律正しいお話を聞いて反省しきりです。

それでも、年に一度の健康診断は受けるようにしています。

（係）一班の鉄人、吉田建設さんは、別途「思い出に残る北アルプスの山小屋」の特別寄稿をいただきましたので、係から客観的にみた感想を書いてみました。

今年八月で八十三歳となられたとは信じられないような偉業の一端を並べてみると、

① 四国の歩き遍路三回

② 四年前にアルプス縦走十四日間

③ 毎朝散歩替りに金峰山登山

④ 北海道まで車で高速道路を使って一年のうちに二往復！ 等等。

快食快眠、早飯、早〇〇。現在も全て自前の歯！など、健康が服を着て歩いているような吉田さんです。

☆会報委員から参考までに

長寿の心得

人生は山坂多い旅の道

還 暦

六十歳でお迎えが来た時は、

只今留守と言え

古 稀

七十歳でお迎えが来た時は、

まだまだ早いと言え

喜 寿

七十七歳でお迎えが来た時は、

せくな！老楽これからよと言え

傘 寿

八十歳でお迎えが来た時は、

なんのまだまだ役に立つと言え

米 寿

八十八歳でお迎えが来た時は、

もう少しお米を食べてからと言え

卒 寿

九十歳でお迎えが来た時は、

そう急がずともよいと言え

白 寿

九十九歳でお迎えが来た時は、

頃を見てこちらからボチボチ行く

と言え

老楽ゆつくり行きましょう！

我が国の百歳以上の人口は？

(二〇二二年時点)

男 一〇, 三六五人

女 八〇, 一六一人

計 九〇, 五二六人

平均寿命(二〇二一年時点)

男 八一・四七歳

女 八七・五七歳

二班

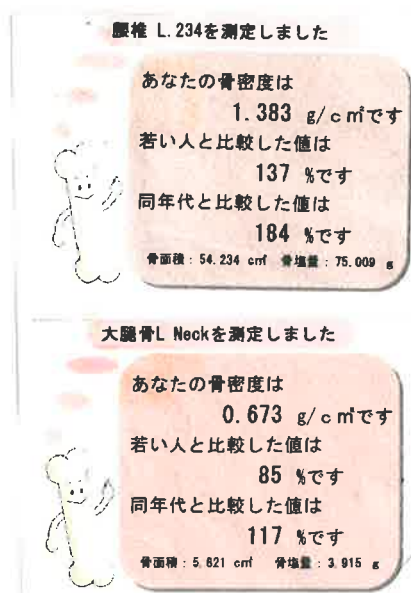
黄金の足、故障！

續 フク子

五月四日 夕刻のこと。バイクで走行中の私に駐車場から出てきた乗用車が接触。私の身体は路上に投げ出され、身体の左側面を打撲。過失割合は一対九・・・。

『されど 一対九』
「生活に支障があれば入院しますか。」と先生から言われた。即刻「はい！」。お願いいたします。」その日から私の心身はベッドの上で寝返り、トイレ使用など、四苦八苦！。食事は座してペロリ！。上げ膳、据え膳で最高のもてなしに感謝、感謝でしたが、肋骨四本の骨折。肩、骨盤、腿や脹ら脛など、足の指の先まで打撲。その結果、鈍痛との戦いに鎮痛剤のお世話になりながら、ただただ耐え難きを耐え、忍び難きを忍ぶ以外に方法はありませんでし

た。看護師が「どこが痛いですか？」と毎日聞いてきますが、「肩から足の先まで鈍痛で移動するのが大変です。」としか言いようがありませんでした。しかし、このような中で疑問が湧いてきました。「鎮痛剤」を飲むと具体的にどこが痛いのか分からなくなるのです。よし！鎮痛剤を飲むことを止めてみよう。すると、どこが一番痛いのが分かったのです。いつものように看護師が「どこが痛いですか？。鎮痛剤を上げましょうか。」と聞いてきましたので、「はい、お願いします。」と一応返事・・・。
友人は「医師が処方した薬は飲まないといかんよ！」「今実験してみよう。」と私。「あんただろう・・・。もう！」友人は呆れ顔。私は基本、五大疾病等医師の指示に従うべきであると思うのですが・・・。
入院した記念に？！骨密度検査をした。結果は次のとおり。



同年代の人に比べて標準値以上という最良の数値が出ました。私はこの日から心から「さわやか」にルンルンの入院生活を送りました。
経過も順調に進み、退院するときにはハビリ報告書に「軽快」と書かれました。

今日この頃は、『教育！』『教養！』
今日行く。場所を求めて

東に西に！ 更に南に北に！

黄金の足 復活！

お地蔵様祀りについて

二班 小園とも子

居住地域の公園の一角に一对の親子のお地蔵様が鎮座しています。親のお地蔵様は約四十年前、宅地造成工事中に出土したものだそうです。

元々山林だった土地に埋っていたものが再び地上に顔れたということ、公園の近所に住んでいる人たちの間で、「随分昔に作られたもののようにだ」、「戦国時代作かも?」などと話題になり、歴史ロマンへの憧れと信仰心をおおいに刺激され、参拝者が徐々に増えました。

そして、毎年五月に有志二十名前後が、茶菓と飲み物を持ち寄ってお地蔵様祀りを催すようになりました。我が家も一、二回参加しましたが、当時は子供達が遊んでいる姿を眺めながら大人は世間話に興じるといった風で、新興住宅地住民にとって良いコミュニケーション

ーションの機会でもありました。それから祀りは年々賑やかになり、やがてお寺さんに読経して貰い、参会者は酒食で祝うまでに発展しました。また、いつしか子地蔵様が追加されました。



それから幾星霜。有志のリーダー格だった人たちはあの世に旅立たれていききました。残された人達も高齢になりお地蔵様祀りを主催することが難しくなったため、地区の世話役(区長、副区長、会計他)が主催するようになりました。

現在では、参拝者は少数になり、遊んでいる子供の姿は滅多に見られなくなりました。お地蔵様もどこか寂しげです。

今年から夫が地区の世話役の一員になり、頭を痛めていることがあります。新型コロナウイルスの蔓延防止対策として、最近二年間はお地蔵様祀りを中止してしまいましたところ、「この機会に、同祀りを廃止してはどうか」という意見が出てきました。そのため、住民全員を対象にアンケート調査を実施した結果、「廃止すべき」という回答が「継続すべき」という意見を上回りましたが、その差は僅かでした。最も多かったのは「どちらでも良いが、自分は関わりたくない」という回答でした。多数決で決定できるほどの差異はなく、取り敢えず祀りは継続することになりましたが、ここで思わぬ難問が提起されたのです。それは、廃止すべき理由として「地区の世話役が音頭を取って、かつ地区の費用を使って宗教行事を行うのは問

題である」という意見が複数人から寄せられたことです。「宗教行事？」と言われるれば否定できない、正論であります。それだけに取扱いに苦慮します。五月をとうに過ぎましたが、実施日未定のままで暑い夏を、そしてとうとう秋を迎えてしまいました。

その間に、新型コロナウイルスの第七波が襲ってきたため、「お地蔵様祀りは今年も中止せざるを得ないだろう」という雰囲気になり、世話役一同安堵した様子です。そして感染が落ち着いてきて、お地蔵様祀りのことは話題にしない決意のようです。

当初そうであったように、お寺さんによる読経をなくすれば、悩まなくて良いように思うのですが、それではお地蔵様が喜ばれないのかしら・・・？

ウクレレ同好会

毎月一回練習を続けてきたウクレレも、コロナ禍の影響で令和二年、三年とステージ発表の機会がありませんでしたが、今回三年ぶりに「第一三回あいぼーとフェスティバル」のステージに立つことができました。

オーブニング
 アクトにはスマイリー健&アロハスターハワイアンズやコニコニアロハスターズの皆さんと一緒に、「あいぼーとの歌」を演奏し、本番では「振り向かないで」「浜辺の歌」「漕げよマイケル」の三曲を歌いながら演奏し



ました。久しぶりのステージで緊張しましたが、観衆の皆さんから温かい拍手もいただき、楽しく演奏を終わることができました。

また、会場にはシテイFM 79.1の特設スタジオが開設されていて、坂本加代子さんが会を代表してウクレレを始めた経緯等のインタビューを受け、放送されました。これからも次のあいぼーとフェスティバル出演や老健施設慰問などのために益々練習に励みたいと思っています。

(文責：笠)

三班

神社の思い出

田中 かずみ

六月十一日(土)小雨の降る中、七名の方で天岩戸神社、荒立神社、櫛觸神社、高千穂神社そしてワイナリーと盛り沢山に、山崎さんの丁寧な案内で見学しました。私も山都出身ですが、初めての神社もあり再発見で、山崎さんの方がすっかり山都町の人で神話の難しい名前もスラスラで素晴らしい！感心しました。

私も年と共にとても神社の雰囲気が好きで、大木に囲まれて暑い夏の日でもその場所はひんやりで、周りも暗く落ち着く場所です。

話はそれますが、村に二か所小さい神社があり、先祖の人々は子供の誕生、お正月、お祭りなどとても大切にしてきました。もう一つの神社は小学生の頃、九州の各地を巡る旅役者さんの芝

居が行われてきました。その日が来るのがとても楽しみで、当番で役者さんを各家で泊めなければならず、我が家は小学生の子どもでした。もう当時は



スターが泊りに来ると、嬉しくてワクワクでした。仲良くなると一緒に遊んだり、食事もしました。母は一日中次の日の弁当の用意です。芝居の当日は家族中が集まり、それはとても賑やかで、一大イベントでした。懐

かしいニッケ水や米あめ、ヨーヨー等・・・。泊まった子供の出番の間違えないかドキドキ。ちゃんと花道も作ってありました。芝居あり、唄あり、踊りありで今の野外コンサートで

す。楽しみが少ない時代で、とても思い出のある行事でした。終わった後はまたひんやりと静かな場所です。神社巡りで思い出を書きました。

今回もまた山崎さんにお世話になり、奥様から美味しいブルーベリージャムをいただき、本当にありがとうございます。花菖蒲畑もいつも手入れされて、雨に濡れてきれいでした。楽しい一日をありがとうございました。



四班

OB会十周年に寄せて

新生四班 水島輝夫

さわやか大学校二十一期生OB会は、令和三年に創立十周年を迎えました。これを祝し、世界的に名を馳せている「七転八起くまモン」を記念品に戴いています。この記念すべき節目に、OB生としてこれまでの懐かしき思い出を回想すると共に、心境を語っていくこととしましょう。



まずは、さわやか大学校各期連絡協議会の資料によれば、令和四年現在、当会員は四十二名となっております。この数は、十期生から二十七期生の期間長きに至り、各会員数を上回っているではありませんか。当会が十年過ぎてても、今尚かつ自慢すべき会員を保持している所以はなんだろうと思うところ、以下検索してみましよう。

それでは、会報誌について記すれば、年一回発刊され、今年既に十一刊となっております。その内容は、各班の催事を豊かにして会員同士の抛り所となつて心の触れ合いに強い絆を与えています。よって、この会報誌は必ずやいつの日か過ぎ去った人生を振り返る時、懐かしき佳き想い出として脳裏に蘇ることでしょう。そのような観点から捉えてみれば、とても意義深い感がありますね。さらに、コロナ禍の昨今、会員同士の触れ合いが疎くなっているのに鑑み、会報誌の果たす役割はより一



層重要性が増すのではと思われまはす。是非これからも刊行され続けられることを願う次第です。

次に、ウクレレ同好会にあつては日々練習に励み、その結果、習得の証となる準プロと思わせる素晴らしき力量を身に付け、私達会員に機会ある毎に披露して楽しませてくれています。その上、ボランティアで随時演奏会に出向いて地域の方々に喜ばれているのです。

それから葦ペン画クラブにあつては、会報誌に毎回作品を投稿すると共に葦ペン画展を定期的に水前寺界限で開催する等、精力的に活動しているのです。これらは、いずれも当会に卓越した人材に恵まれ、その方々が培ってきた趣向を十二分に発揮し貢献してくれているからなのです。おそらく他のOB会にはない独自のなせる技ではないでしょうか。その存在感は誰しもが認め、感嘆しているに違いありません。

そんなことからでしょうか、時が過ぎ行く中にも、先に述べて会員数の多さを維持できている要因かもしれないですね。こんなチャンスに遭遇した私達はとてもラッキーでした。

さらに、それにかえて加えて他のOB会でも実施しているであろう山歩き会・ボウリング・カラオケ・パークゴルフ・小旅行等といった諸行事が多く参加者を得て行われています。まだまだありますよ。各班持ち回りで担当する新(忘)年会やグラウンドゴルフ

大会と自主研修等、その他いろいろ随時に行われているのです。

これまた、それらをこなすエキスパートの方の存在が大きかったです。お蔭でさわやか大学の「高齢者の健康と生きがい」の意に副って親しむことができるなんて、素晴らしいですね。



そんな中、数ある同好会で特に「山歩き会」について述べてみることにしましょう。私はあらゆる同好会に概ね

参加していたのですが、特に熱中したのは「山歩き会」でした。この会は現会長が優れた登山歴を有し、その体験を大いに活かして多くの「熊本の低山」を立案計画されて参加者をとっても楽しませてくれました。それは山登りの達成感の魅力に加えて、登山を終えてのお膳立てが温泉行きと飲み会がセットされていたからでした。このあたりがこの会のミソなんです。故に、この会は私にとつて一段と喜びと楽しさを享受できたのです。このことは会長自ら会報誌にその都度「山歩き会」との題で投稿されていますよ。

それに、こんな素敵な出来事を目にしたのです。それは、低山のひとつ金峰山に登った折、下山時に上熊本近辺の温泉で疲れを癒した後、新市街に繰出して打上げ飲み会をした時のことでした。小さな居酒屋で私達の後にしばらくして四人連れの外国人が来店してきたのです。その店の人は外国人客の言葉が分からずに困惑していました。



ところが、いつも参加している同僚の女性の方がサラリと通訳するではありませんか。それで店の人は大助かりでした。そのお礼に私達グループに料理の一品をサービスしてくれました。このグループに英語を話せる人が居るなんてとても感心したのです。

そのみならず、こんなこともあったのです。それは、この同好会で天草の大矢野島にあるオルレコースに一泊の旅をした時のことでした。翌日朝食を済ませた後は、グラウンドゴルフの競技が設定されていたので皆さんと楽しんでいたのでありますが、先に述べた彼女の姿は見かけませんでした。ところが、私達は遊んでいたにもかかわらず、その彼女はごみ袋を手にして公園のごみを拾って清掃されているではありませんか。自分の地域の公園ならいざ知らず、そう簡単に来るものではありませんね。その方の心温まる爽やかな行動が、私にとつてとても「すてきび」と映った光景でした。

この寄稿、徒然なるままに記してみましたのですが、如何でしたか？。職を辞してボケッとしていた時にさわやか大学校OB会で「学んで、遊んで」過ごしたこの会の良さについて、私が感じた気持の一端を書いてみたに過ぎません。



終わりに・・・

私はさわやか大学校にこの一〇年二十一期OB生として籍を置き、今、傘寿を迎えています。役員の方々の総意によって多くの皆さんと交流でき、貴重な体験を得て新たな交友が生じたことに喜びを感じつつ、これからもより強くこの関係を大切にしながら凛々しく過ごしていきたいと感じています。

四班

花は心の栄養？

くまもと花博&くじゅう

花公園を訪ねて

山崎 典義

令和四年三月に開幕した全国都市緑化フェア（くまもと花博）も五月二十日、会期六十五日間の幕を閉じた。コロナ禍での毎日の生活は、三密・マスク・手指消毒等基本的な感染防止対策が求められ、外に出るのも厳しいものがあります。そんな時、新聞やテレビの報道でくまもと花博が熊本市内三会場で開催されることを知り、「それではちよつと行ってみるか」と思いましたが、ここ中山間地域に住んでいる者



としては
そう簡単
には行け
ません。
ある日、
花好きの



知人が「次はいつ熊本であるか分からないから行って見たほうがいいよ」と。行って見てビックリ。約七万株が咲き誇った花畑広場の大花壇。色とりどりの花々が知っている花より

知らない花の多いこと。遠くの熊本城天守閣から加藤清正も花の美しさと民の笑顔に「余は満足じゃ」と……。次に少し足を延ばして動植物園会場へ。ここも約九万株の大花壇が。色とりどりのマスクをした若いカップルから親子連れに保育園児たちで大賑わい。



重ねてビックリ。ランチも摂らずに花から栄養をいっぱい頂きました。

咲き、癒しと潤いを体感してきました。

花博より一回りも二回りも広大な自然の花公園で、目の前には扇ヶ鼻、久住山、大船山等の九重連山、後方には阿蘇五岳の涅槃像が……。



やまなみハイウェイ瀬の本交差点を右折、約十分です。心に栄養不足の方にお勧めのスポットです。

◎ ◎ 一口メモ ◎ ◎

大師号とは？

中国で優れた僧に朝廷が敬意を表して贈る風習を真似たもので、日本では清和天皇が、八六六年（貞観八年）に天台宗・最澄に「伝教大師」を贈ったのが始まりです。聞いたことのある大師としては、真言宗・空海は「弘法大師」、浄土宗・法然は「円光大師」他七つの大師を、浄土真宗・親鸞は明治天皇が「見真大師」を、曹洞宗・道元は明治天皇が「承陽大師」を、日蓮宗・日蓮は大正天皇が「立正大師」を贈っています。歴史上大師二十五人中、二人は複数の大師号を。浄土宗・法然は八つ、黄檗宗・隠元は三つ。法然が多いの徳川幕府が浄土宗であったので、朝廷は幕府に敬意を表し五十年に一度

の大遠忌のたびに大師号を贈ることが慣例になったようです。隠元は「真空」、「華光」、「嚴統」の大師号をそれぞれ大正、昭和、今上天皇から贈られています。今上天皇の「嚴統大師」号は令和四年二月二十五日です。

髪の毛は小さく巻かれ、頭頂が盛り上がっている

1枚の布を体に巻いている

手でさまざまな印を結ぶ

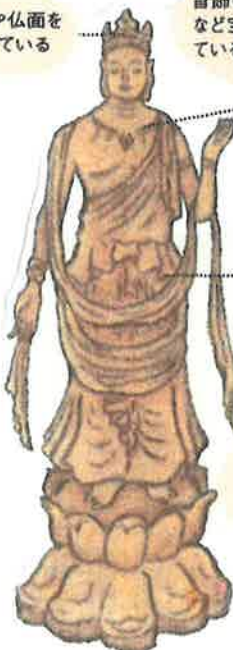


仏像とは？

仏像で一番尊いのは「如来」さま。お釈迦様を象ったもので、既に悟りを開いてるお姿です。「如来」さまには「釈迦如来」、「阿弥陀如来」、「大日如来」、「薬師如来」があり、それぞれが

宝冠や仏面をつけている

首飾りやイヤリングなど宝飾品をつけていることが多い



スカートのような衣服を着ている

「浄土」という国を持っておられます。そのジャンルや方法はさまざまですが、人々を苦しみから救うためにいらっしやるのです。次は「菩薩」さま。如来になるために修行をしているお姿で、現世の人々を救うために尽力しておられます。たくさんのお姿だったり、頭の上にとくさんの顔があったり、手が千本もあつたりと如来様の意志に従って様々なお姿に変身してあらゆる方法で人々を救ってくださいます。中でも「地藏菩薩」さまは子供を守って下さる大変身近な仏様です。

五班

第三回 葦ペン画展を開催

今年も「カフェみなみのかげ」の支配人からお声掛けがありましたので、令和四年七月一日〜二十九日に葦ペン画展を開催することができました。班活動として葦ペン画を描き始めてから七年目に入りましたので、今回は本格的な絵画展のように壁面に余裕を持たせてそれぞれの自信作を二〜三点程度展示することにしました。

これまで班の月例会で作品を見せ合っつて構図、彩色など批評し合いながら作画に努力してきましたので、今ではひとり一人の個性的な作風がその作品



第三回 葦ペン画展

さわやか大学校第21期5班
 2022年 7月 1日(金)〜29日(金)
 10時〜17時 休日は休み 最終日は13時まで
 会場：〒600-0001 大阪府中央区南船場1丁目7-69
 カフェ「みなみのかげ」



に見られるようになってきたのではないかと思います。今回も多くの方に観覧いただき、誠にありがとうございました。都合によりご覧いただけなかった方に誌面で自信作を紹介することにします。





また、九月三日～十一日に大牟田市
石炭産業科学館で開催された第二二回
大牟田・荒尾地区葦ペン画展にも出品
することができま
した。
最終日の九月十一
日には藤彩会の孫
田先生から構図、
陰影や彩色など作
品ごとに批評して
いただきました。
さらには、今後の
作画にあたっての
注意点として、
①余白の大切さ、
②細かいことに捉



われず、大胆に自由に楽しく線を引く
こと、③サインも構図の一部として考
えることなどの助言をいただきました。

大牟田・荒尾地区の出品者の皆
さんとも親しくお話をし、また来
年もこの会場で会いましょうと声
を掛けていただきました。班活動が
また一つ前進したように感じまし
た。
(文責：笠)



パークゴルフ同好会

清辻 弘敏

コロナ禍でゴルフ場は閉鎖され、今年には再開できるかと思いきや、集中豪雨や台風に見まわれ、再開することができたのは五月十六日で二年六ヵ月ぶりのことでした。

参加者は五名でしたが、澄み切った夏空のもと流れる汗も気にせず思い切りストレスを発散し、久しぶりに爽快感を感じる事ができました

当同好会は立ち上げから約十年が経過しました。当初には約二十名程度の参加がありましたが、高齢化とコロナ禍の波にのまれ、現在の参加者は五名程度となっています。

パークゴルフは、誰にでもできる簡単なスポーツであり、楽しみながら健康を維持できるとともに、仲間と楽しい一時を過ごす事ができます。

当同好会は、奇数月の第三月曜日午

前十時から「戸島ふれあい広場パークゴルフ場」で開催しています。
初めての方にも楽しんで頂けるように「ルールブック」や「優しく親切な指導者」を準備して、皆様の参加をお待ちしています。



「西部戦線異状なし！」

Mad Dragon

今日このごろテレビのニュースを見たり新聞を読んだりするたびに戦争文学の「西部戦線異状なし」を思い出します。

私は元来本を読むのが好きで、小中高時代にはほとんど毎日本を読んできました。貧しい子だくさんの家庭だったため本を買ってもらうことができず、ジャンルを問わず身近にある本を読み漁っていました。ある時、学校の図書館で戦争を題材にした小説に巡り合いました。「西部戦線異状なし」、「愛するときと死するとき」、「裸者と死者」や「08/15」など次々と読みました。「西部戦線異状なし」はレマルクが、主人公ポイメルが戦場での死と痛み、不安、恐怖、理不尽、怒り、むなしさを味わい、そして戦死するまでを描いた小説です。

戦闘がこう着状態の中で戦友と共に

「何のために戦争をするのだろうか？」と考えます。そして、それは「国のトップの私利私欲のためであって、我々国民にとっては無意味で無益なものだ。」との結論に達します。

また、この小説の衝撃は、最後のページの数行にあります。小康状態の最前線は静寂に包まれています。その中に一匹の蝶が舞ってきます。主人公ポイメルは無意識に塹壕から身を乗り出してその蝶に手を伸ばした瞬間、敵が撃った一発の銃弾に当たって戦死してしまいます。そしてその日、司令部が発した報告「**西部戦線異状なし。報告すべき件なし。**」で、この小説は終わります。

大きな渦の中での国民の一人の死は取るに足りないものでしょうか。最近理不尽なことが多いように感じます。テレビのニュースや新聞を見るたびに戦争文学の「西部戦線異状なし！」を思い出します。

●●●鳥の目・虫の目●●●

※編集後記に代えて会報委員に書いてもらいました。

好きな川柳

- 久々の化粧に孫も立ちすくむ
- 立ち上がり用事忘れてまた座る
- アーンして昔ラブラブいま介護

(山崎)

コロナ禍の日々

コロナ禍では旅行も行く勇気がない。断捨離実行！今は写真の整理。この歳になるとあるある。一枚一枚見ていると捗らない。会報が発行される頃終わっているかな？。(井芹)

「喜ばれる喜」

昔、四国霊場の一つである石手寺で短冊に書いていただいた言葉です。ボランティアの真髓を表していると思ひ、今でも壁に掲げています。(笠)