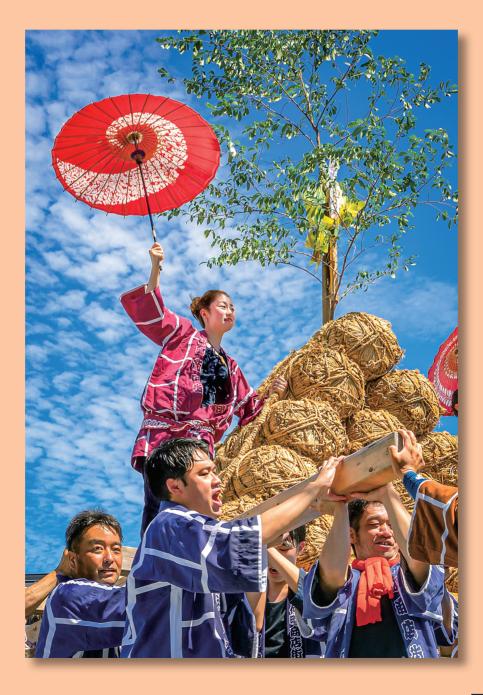
### 

# さわやかい

令和7年(2025年)夏号 vol. 102

S A W A Y A K A



ホームページ https://www.sawayaka.or.jp (本誌の内容は、発行日の1週間後からホームページでもご覧いただけます。)



輝いて生きる	1
くまもとねんりんピック2025 2 · 3 · 熊本県さわやか囲碁・将棋大会	4
知って得する健康情報	5
学びの扉	6
さわやかパティオ (お知らせ) さわやかクッキング	7

#### 表紙掲載作品

くまもと散歩路 ぶらり余暇さるき …… 10・11

小松 又男さん (84歳 八代郡氷川町)

術等々を教えてもらいながら撮り続けてきました。

た。(スミマセンでした。ご用心、ご用心)

この入賞を励みに、一層写真技術の向上に努めな



熊本県上益城郡山都町 八朔祭

f6.3 SS 1/400秒 ISO 100 露出補正 ±0 EV SONY α7 17-28 mm レンズ

# SAWAYAKA

## 頫 < 熊

# 輝 い 生きる

# 2023年、さわやか大学校熊本校31期に入学した後藤ひとみさんに、挑戦し続ける大切さについて伺いました。 1 無駄 な -

# 大きなやりがいにもなった。 参加

融機関を55歳で退職した後、 つ コ ンサルタント、心理カウ の会社を立ち上げ、講師 卸業などとして活

後藤さんは30年間務めた金

増 躍されています。

後藤さんはさわやか大学校に たい

2023年、熊本でのご縁を に仕事に励む毎日です やしたい、もっと熊本を知 現在も社長として精 そんな思いから、 力 が、

激を受けています」とニッコ持つ仲間に出会えて、いい刺情の仲間に出会えて、いい刺種のしが長かったため、仕事仲のしが長かった。県外暮通い始められました。県外暮 。卒業後は大学院に進み、

されて

、ます。

日帰り

ス

旅加わ

やかシニアくらぶ」にも参くりを目的とする「熊本さ

さんは、高齢者の生

きが きがいづ

「シャンソンを始めてか ら、人生がぐんと豊かに なりました。」

も学びを続け 一が湧いてくるという後人が喜ぶ姿を見るとエネ れ ます

熊本市在住 後藤ひとみさん(68歳)

後藤さんの愛犬

第36回 熊本県シニア美術展 写真の部 金賞受賞 「今年も豊作」

多くの応募者の中から金賞に選んでいただき、驚 きと感謝の気持ちで一杯です。70歳過ぎて、写遊ハ 代草の仲間に入れてもらい、写真撮影のマナーや技

写真は、山都町の八朔祭りの山車風景です。青空を 画面一杯に入れて、赤い傘を持った女性と、積み上げ られた米俵が天高く青空に吸い込まれるイメージ を描きたいと思い、広角レンズを使って屈み込んで ローアングルで撮りました。撮るのに夢中になり過 ぎて、担ぎ手の男衆にぶつかりそうになり慌てまし

がら、楽しく撮り続けたいと思います。



2023年9月9日

2.8-2.8

## に に -کے 笑顔 は で歩 8

# 3

と、後藤さんの交渉力が光る内容でした。「川上り」に、特別なうなぎのせいろ蒸:川のバス旅行にて。普段は運行してい

ではない

とを息子

・か」と感じるようにァは後悔しているの

ふと、「私たちを悲しませ

んが師事する堀直敏先生。シャンソンのステージ後にて。右は、

後藤



後には、参加者から感謝のはが きやメー 準備を進められました。ツア 担当するなど半年以上前から 旅行では、現地との交渉を自ら 催された福岡県柳川 行の企画に携わり、 11 を感じられたそうです ルが届き、大きなやり 、今年 市を巡る -の春に

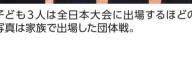
## 息子 生後 が残してくれたもの別れ

んです 人 な悲しみも経験されました。んですが、その人生には大き 3 人の子 仕事と家庭を両立しながら 人の孫に恵まれた後藤さの子どもを育て、現在で

まれてす つかってね。生後38日で亡くまれてすぐに肝臓の病気が見「実はね、最初の子どもが生 なってしまったです」

が死 後藤さんは十数年 0) 答えは出 意味を問 ませ 続 けました ・もの間、

> 4歳で剣道を始めて段取得 をで鍛錬を重ね、6歳からはまで鍛錬を重ね、6歳からはまで鍛錬を重ね、6歳からはまで鍛錬を重ね、6歳からはまで鍛錬を重ね、6歳からはまで鍛錬を重ね、6歳からは い」と気付いたのだそうです。後悔ばかりでは、何も生まれなことを悔いている。お互いに康に産んであげられなかった なったとき、自然と心が軽く切にしよう」と思えるようにめに、そして自分のために大くという時間を、家族のた か言 なったといわれます。 よう があり *י*ません。



子ども3人は全日本大会に出場するほどの腕前。 写真は家族で出場した団体戦。



います」と後藤さん。

## 学びに変えて 苦難は試練

験だったと考えるようにしてまれていたもので、必要な経と自分の人生のシナリオに含 まれていたもので、必要と自分の人生のシナリカさんは「この出来事は、よ まな苦難が起こり 人生には予期しない ます もとも さまざ 後藤

う機会も得られたそうです

迷惑を 害を受けたときには、 います」と話されます。 詐欺に遭って多額の 7 たことで「私さえ まえば…」と 金銭被 り E

「人生が豊かになる新しいお金の考え方を伝えて



は、発年のは、 います。ず、労も惜しまず、、愛〟を込めて、続けている家族総出の米作り。

合われました。 置かれた状況に正面から向 いだろう」と思い直し、自たら、天国の息子は恥ず 苦しんだとい し今、私が命を絶って わ 九 ます しま 自 分 か きの

り、詐欺被害者として講演を行のような姿勢が県警にも伝わ 味を理解できるように 金に関する裏切りや騙しを た」と振り返る後藤さん。こ して、真の豊かさや幸せの 捜査に協力する過程で、「お な 意 つ 通

そして、今この瞬間を楽しみ **意がにじみ出ていました** う。胸を張って彼に会える 「私が天国で息子に再会するそ であり続けたい」という い」と力強く語る言葉からは、 「人の笑顔を生み続けた まで、笑って生きて行こ 自 決分

なお、太極拳以外の競技種目(健康マージャン、ソフト ダンススポーツ テニス、テニス、サッカー、健康マラソン、ペタンク、 ゴルフ、ソフトボール、ソフトバレーボール、グラウンド ゴルフ、ゲートボール、バドミントン、剣道、弓道、バウ ンドテニス、ダンススポーツ、ウェルネス吹矢、ラージ ボール卓球)は、5月21日までに日程を分けて開催さ れ、参加者総数は1.585名でした。 ウェルネス吹き ソフトバレー

各会場では、日頃の練習の成果を存分に発揮し、競技に真剣に取り組む選手の熱気で溢れていました。 年齢にとらわれることなく挑戦を続け、競技を心から楽しむ皆さまの姿から、私たちスタッフも毎回たく さんの元気と感動をいただいています。

### ★★★★ <名称を新たに第37回大会スタート!/ ★★★★

#### 「くまもとねんりんピック2025」・「熊本県さわやか囲碁・将棋大会」開催

今年度、第37回を迎える「熊本県シルバースポーツ大会」「熊本県シルバー囲碁・将棋大会」は名称を 改め、「くまもとねんりんピック2025」および「熊本県さわやか囲碁・将棋大会」として開催しました。 この大会は、県内にお住まいの60歳以上の方々を対象に、スポーツや囲碁・将棋を通じて、健康の 維持・増進、生きがいづくり、そして世代を超えた交流の場を提供することを目的としています。

新たな名称とともにスタートした本大会が、今後さらに多くの方に親しまれ、シニア世代の活躍の 場となっていくことを願っています。

#### くまもとねんりんピック2025

#### 開会式および太極拳大会 (3/23)

3月23日に太極拳とくまもとねんりんピック全体の開会式を 行いました。

毎年ご協賛を賜っている 株式会社えがおホールディングス 執行役員**中村義明様**にご臨席いただき、心のこもった激励の 言葉を頂戴しました。

株式会社えがお様には、例年、すべての競技の参加賞として魅 力的な賞品をご提供いただいておりますが、今年はさらに優勝 賞品にもご協力いただきました。そのご厚意に対し、熊本県から 感謝状が贈呈されました。















#### 選手ピックアップ



最高年齢の津川泉一さん(93歳) 所属チームも見事入賞しました。



情報誌「さわやか」 98号でご紹介した (写真左から)紫垣祐子さん、紫垣貴美子さん、 田中直美さん、田中浩由岐さんのご一家。



100号でご紹介した本山美代子さん。

3 SAWAYAKA Vol.102 SAWAYAKA Vol.102 2

## いきいきシニアのための + 知って得する 健康情報

#### フレイルとは?

栄養や運動の不足により、筋肉・骨・関節・内臓の機能が衰えた状態を 「フレイル」といいます。併せて、体や心の働き、社会的なつながりも弱 りがちです。フレイルは、健康と要介護の中間にある段階であり、進行 すると要介護状態に近づいてしまいます。





JA熊本厚生連 健康管理センター 管理栄養士 中尾 佳子



フレイル予防は少しでも早く始めることが望ましく、 高齢者のフレイル予防では、栄養バランスのとれた食事、 口腔ケア、運動による筋力維持、社会とのかかわりを持 つことなどが効果的です。今回は、その中でも「食事」と 「口腔ケア」についてご紹介します。

#### 食事

① 食品の種類を豊富に摂ることで栄養バランスアップ



7つ以上は毎日摂りましょう。

② 3食たんぱく質を摂り、丈夫な筋肉を保つ

【たんぱく質摂取 推奨量】 男性 60g/日 女性 50g/日

1 食分は、手のひら程の厚みがあり、 🥎 手のひらに収まるサイズを目安にしても◎



【カルシウム摂取 推奨量】 男性 750mg/日 女性 650mg/日 小魚、ヨーグルト、チーズなど と組み合わせましょう。

牛乳コップ1杯 (200mℓ) **→**カルシウム 227mg



ゆで卵・干し芋・小魚 おすすめの間食 アーモンド・大豆系のおやつ

体重減少や食欲低下がある場合は、好きなおやつで ♡゚゚エネルギー補給しても大丈夫です。

#### 5 栄養剤・栄養補助食品の有効活用

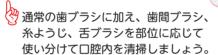
食欲が低下している場合や、消化・吸収機能が落ちてい る方におすすめで、少量でもエネルギーやたんぱく質など の栄養素を効率よく補うことができます。

保険適用の範囲で処方される場合がありますので、まず はかかりつけの医師に相談してみてください。

#### 口腔ケア

#### ① 歯磨きのポイント

#### 1日3回が基本





- ●血流アップをめざす口腔マッサージ □周りの筋肉を指の腹でほぐす
- ●口・舌の筋肉を鍛える「パタカラ体操」 「パ」「タ」「カ」「ラ」を繰り返し発声















食事の前の準備運動として10回行いましょう

#### トピック 誤嚥性肺炎

#### 高齢者に多く見られ、低栄養に陥るおそれも…

誤嚥性肺炎とは、飲み込む力、咳をする力の低下で 起こりやすくなる肺炎で、口腔内の細菌、食べかす、 逆流した胃液などが誤って気管に入り、炎症を引き 起こします。高齢者に多く見られ、低栄養に陥るきっ かけにもなりやすい疾患の一つです。

#### 熊本県さわやか囲碁・将棋大会

#### 囲碁の部 (5/31)

開会式では、株式会社山内本店総務部次長津曲正裕様から、小のこ もった激励の言葉が贈られ、会場には和やかな空気が広がりました。 株式会社山内本店様には、毎年入賞・参加賞品のご提供をいただい ています。そのご厚意に対し、熊本県から感謝状が贈呈されました。



(写真左から)板井太志審判員長、江藤剛 審判員、坂口仁寿審判員、畠中忠俊審判員













#### 将棋の部 (6/1)

会場では、参加者同士の熱いまなざしとご家族の応援の中、静か で白熱した対局が繰り広げられました。また、惜しくも敗退された 方々も親善対局を通じて交流を楽しみ、勝敗を超えた豊かな時間 が共有されていました。





日本将棋連盟熊本県支部連合会 (写真左から)上嶋隆文審判員、小泉秀和審判長、





ご家族が応援に来てくれました! • •

大会運営には、今年も「さわやかボランティアーズ」の皆 さまにご協力いただきました。受付・誘導・会場整理等、 円滑な進行に欠かせない力です。大変お世話になりました。





各競技の成績上位者は、「第37回全国 健康福祉祭ぎふ大会」の熊本県及び 熊本市代表として派遣されます。

各競技の入賞者は財団HPで ご覧いただけます▶



5 SAWAYAKA Vol.102 SAWAYAKA Vol.102 4

#### お知らせ

読者の皆さまにご参加いただける投稿コーナー「さわやかパティオ」を次号103号 春号)開設します!

テーマは自由です。あなたの心に残る思い出や最近感じたことなどをメッセージ (100文字程度)、絵手紙、写真などでご紹介ください。ご投稿いただいた内容は、誌面で ご紹介します。掲載された方には記念品をプレゼント!

### 「肥後狂句」作品も同時募集!

ユーモアと機知にあふれた一句を お待ちしております。 長松好魚先生による選考のもと、



「よか正月」 「真っ白」 「すびくねェ」

#### 投稿にあたってのお願い

●住所・氏名・電話番号を必ずご記入ください。

**憂秀作品には記念品を進呈** 

- ※文字が読み取れない場合、確認のお電話を差し上げることがあります。 ※掲載時はペンネームやイニシャルでも構いません。
- ●紙面の都合で、内容を一部編集させていただく場合があります。
- ●「肥後狂句」へのご応募は、未発表の句お一人三句限りとさせていただきます。 つの笠に三句でも三つの笠に一句ずつでも構いません。
- ●メール投稿の際は、件名に【さわやかパティオ】と明記してください。
- ●写真投稿はデータ送信をおすすめします。誌面にきれいに掲載できます。

締切

令和7年 12月10日母

#### 宛先-

〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町 3-7 熊本さわやか長寿財団 「さわやかパティオ」係

※「パティオ(patio)」とはスペイン語で「中庭」を意味し、広場 空間、コミュニケーション、憩いの場などを指します。



#### ~爽やかでやさしいうま味~ トマトとみょうがのお浸し

- ① だし汁にみりんと淡口醤油(各大さじ2)を入れてひと煮立させ、 冷ましておく。
- ② トマトはヘタを取り、熱湯に約5秒入れて冷水にあげ湯むきする。
- ③ ①に②のトマトを浸して、2時間ほど冷蔵庫で冷やす。
- ④ みょうがは千切りにする。
- ⑤ ③のトマトを器に入れて、④のみょうがを添える。

#### 材料 (2人分)

·トマト 160 g (小サイズ2個
·みょうが8g(1/2本
·だし汁 300 g (1と1/2カップ
·みりん 30g(大さじ2
·淡口醤油 30g(大さじ2



#### 栄養素等量 (1人分)

・エネルギー 26kcal
·たんぱく質 0.6g
·脂質 ······· 0.1g
·ビタミンA 36 μg
・ビタミンC 12 mg
. 合作相当量 O 5a

#### コメント

- ●トマトは抗酸化作用があるリコピン やビタミン類が豊富で、うまみ成分も 多く含まれています。
- ●茹でたオクラや枝豆、ピーマンなどもトマトと 一緒に浸すと美味しいです。
- ●みょうが以外にも生姜や大葉の香りも相性が よく、そうめんや冷奴の具としても楽しめます。

------

今回は、熊本県立大学 環境共生学部 学生の佐藤幸乃さんが考えられたレシピを 指導者の中嶋名菜先生に監修していただきました。



# cooking

月に一族郎党(約二十 す。入選句が紹介されますと、久 わっています。 皆様方も、気軽に始められる肥 んでみませ



ことが基本です。そうなります

が随所に使われることも

味が加わり時間が足らなく感句を始めたところ、インドアの

肥後狂句は話し言葉でつく

ものであります。

許されず、短文芸の中では、最も 単そうですが、字余り字足らず

ルールがあります。

庭菜園が趣味のアウトドア大好

、休日は、魚釣り、山歩き、家

天候や時間の余裕があるとつい き人間でありました。そのため悪

暇を持て余

してい

を楽しんでおります ら、九千句の狂句をつく

肥後狂句は笠付の十二音で簡

会い、指導・助言をいただきな

り、

人生

から

を使わなくても、笠にあった付け

を使わなくなっています。

。熊本弁

本に転居された方はあまり熊本弁

で、肥後狂句が出来上がります。 句の場面状況を考えてつくること

さて私事、事務職として四十

デスクワー

クをしてい

たた

この間すばらしい先輩方に

ながら、自分自身もさることなが

、周囲の皆様方も楽しませる奥

人や家族と共に喜び合えます ーズナブルで長く続けられ、 は、言葉遊びをすることで

し、年間四回の大会もございま 新聞やテレビにも投句出来ま 友

いただいています。

させて

ませ

ん。近年若い世代の方々や熊

ればならないということはあり

かし熊本弁を絶

対

に使

わ

が身近に感じられ

は肥後狂句連盟の常任世話人と

んで二十五年が経ちました。現在めて投句して、すっかりのめり込平成十二年、職場の文化祭で初

とも増えている今日この頃です やメールを頂き旧交を温めるこ しく会っていない方々から電話 我が家では、十年以上、お盆、正 肥後狂句大会を行

0 0

・長音

小さい

つ

促音

じゅは一音、

ぎょ

ŧ

じゅぎょう

#### 例 句

夏が去り あつかましさ わさもんが 藤崎台はとんぼ 封切り前に渡米さす 竹の子は茹でてからくれ だ

面白おかしく 個性的発想

ル ŧ

おかあさん

(「行って」「打って」等) は

(「しゃ」「しゅ」「しょ」「きゃ」「きゅ」「きょ」等 拗音(ようおん) (基本、五七か七五)

一音の数え方

笠を頭に十二音を厳守

# 肥後狂句の作り方

笠に十二音の付け句

肥後狂句

## 基本十七音 風刺·愚痴等

川柳

俳句

俳句・ 川柳との違 季語を入れて

さわやかシニア学びの扉

今のラはエ

"肥後狂句"をテーマに、長松先生にご寄稿いただきまで、豊かな講義が魅力の高齢者大学、「さわやか大学校

肥後狂句を楽

で二十

五年

肥後狂句連盟

長松

好魚

先生

SAWAYAKA Vol.102

# まも

西

洋に

生まれ

日本を愛

小泉八雲

を問題行じてくださったのな

小泉八雲熊本旧居

館長

坂本 弘敏 さん

熊本での3年間、

彼の心に刻まれたもの









したのでしょうか。熊本市の小泉八雲熊本旧居の館長・坂本さんに、お話をうかがいました。 彼は、言葉も文化も異なる日本を見つめ、多くの随筆や文学作品を残しました。熊本で過ごした日々は、その人生と創作に何をもたら

### セメ 5 れカ たジャーナリスで日本文化に IJ ス

別か19地パから歳の 援だった彼の名は、パトリック・ど、家庭環境に恵まれず孤立無 ラフカディオ・ハー さらに育ての親の経済的破綻な 八雲です。 から、母親の心の病や両親の離19歳の青年がいました。幼い頃地アメリカでの生活に夢を描く地アメリカでの生活に夢を描く 自身の左目の失明、父の死、 9(明治2)年、 ン。後の小泉 3 口 w

めて

いきました。

也

ツ

と出会

Ń

渡米後は日雇い仕事で飢えをしのぎながら努力を重ね、やがるようになります。報道記事やるようになります。報道記事やうとして活躍するようになります。

込み女中として働き始めたのが、任します。そこで彼の家の住み根県尋常中学校の英語教師に就根の家で来日したハーンは、島



後に妻となるセツでした。

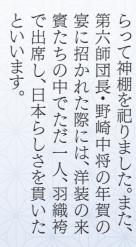
次男として生まれる。写真は

青年時代のハーン。 セツは名家の出身でしたが、

きっかけで、日本への関心を深訳の『古事記』に触れたことが工芸品に強く惹かれ、さらに英 国博覧会の日本館に並ぶ美術やニューオーリンズで開かれた万 家族を養うために高給の第五高離れたかったからとも、セツのの理由は、寒さの厳しい松江を 等学校(現・熊本大学)で働くため 性に惹かれ合っていきます。 は、言葉の壁を超えて互いの人間 重ねた彼女と、天涯孤独のハ 大政奉還後に生活が困窮。苦労を 父母らとともに熊本へ移住。そ 翌年、 ハーンはセツの実母、養

家屋敷を借り、日本の習慣にないった。 店本館の一角)にあった下級武 が完成したばかりでした。ハー 興途上で、春日駅(現・JR熊本駅) だったともいわれています。 当時の熊本は西南戦争後の復

▲旧居は二度移設され、今の 場所に。写真は旧居で当時の 面影を残す神棚。



◀写真を取るときは、いつも右 側を見せるポーズを取って左目 を隠していました。また、紋付 羽織袴姿を大変気に入ってい

たといいます。

#### ●●●● 小泉八雲熊本旧居のご案内 ●●●● 熊本市中央区安政町 2-6 【入館料】 TEL 096-354-7842

人々の心をとらえてやみません。えて読み継がれ、今もなお多くの

愛し、それを大切に守っていけの中で簡易・善良・素朴なものを

も、「日本の偉大な将来は、生活の流れは避けられないとしつつ

講演「極東の将来」では、西洋化また、五高の学生を前にした

語りました。この精神は、今なお るかどうかにかかっている」と

「熊本スピリッツ」として受け継

以上は無料 開館時間  $9:30 \sim 16:30$ 

【休館日】 月曜(祝日の場合は翌日) 12月29日~1月3日

※駐車場はありませんので公共交通機関をご利用ください。

# た数々の作品は、国境や文化を越した。内助の功によって生まれ支え続けたセツの存在がありま けたハーン。その傍らには、彼をなまなざしでその姿を見つめ続日本に深い愛情を注ぎ、純粋

大人・高校生 200円 小・中学生 100円 「熊本市内の小中学生や65歳

### セツが今秋の NHK連続テレビ小説のモデルに

いせ、 言の日本語「へ を通らない。

思を通わせるようになり、の日本語「ペルンさん言葉」でハーンとセツは、ハーンの片

鼻が欠け、穏やかな表情の 石仏は墓地にひっそりと

佇み、五高を静かに見下ろ

東京帝国大学の講師と

して教鞭を

ンは神戸

や東京で生活

熊本を去っ

7

から

しています。

46歳で日本に帰化し、「小泉八雲」執り、多くの作品を発表します。

帰が紡

V

だ絆

さん言葉」で

本らしい暮らしを楽しんでツの家族や五高の書生らと

熊本で

の暮らしか

5

得

た

た各地の幽霊話や民話をまとめ

52歳で、セツから聞

と改名もしました。

ースピリ

ッ ·y

を思い出し、「見捨てることも、妻を叩く場面を目撃したハーン妻を叩く場面を目撃したハーン

力を入れ始めます。長崎

を入れ始めます。長崎へのーンは、執筆や創作活動に

虐待も非常に悪いことだ」と激 高し、坪井町へ引っ越してしま のため、日本への帰化を強く望 のため、日本への帰化を強く望

り、いずれも心に残る言葉で綴を舞台として執筆。そのほか、熊本

た作品は、後に『夏の日の夢』『石 の小峰墓地の石仏から構想を得 港(宇城市)での体験や、五高近く 旅行の帰りに立ち寄った三角西

語っています。

去りました。苦しむことなく安

た」と訴え、心臓発作でこの世を

らかな最期だったと、後にセツは

さん、先日の病気また参りまし

たが、その年の9月、セツに「ママ

作『怪談』(英語版)を出版しまし 始め、1904(明治37)年、代表

※「Hearn(ハー

ン)」を「ヘル

られています

での彼の愛称。

たことがきっ

か

け

の 日 の日本と

> ハーンと出会う前のセツは、貧乏 生活ゆえに結婚した男性に逃げら れています。外国人が珍しかった 時代に18歳も年上のハーンと人生 を歩んだセツがモデルの物語が今 秋スタート。楽しみですね。

## セツの訛りにならってローマ字表記 された『KWAIDAN』の表紙。

一女に恵まれました。長男・一雄との家族写真。ハーンとセツは三男

年間の生活を終えました。

がれています。

その年、

ーンは熊本での3

KWAIDAN

LAFCADIO HEARN

SAWAYAKA Vol.102

# 熊本の絶景に会 に行く 高森町

3月のカレンダーをめくると、脳裏に浮かぶ景色がある。根子岳の麓、2㎞以上続く桜の道

である。今回の場所は高森町の「サクラミチ」。



きれず、晴れの日が3日続くと高 るらしいが、はやる気持ちは抑え 破後の最高温度の積算で計算でき 森まですっ飛んで行く。今年は満 桜の開花予想は難し 回会いに行っ () た。自 。休眠打

> 性分だろう。 見に行くのなら、晴天の午前 目で確かめるのは昭和生まれ

と、感じる瞬間である。 腹にたなびく薄い雲も見ることが 荒々しい尾根としだれ できる。熊本に生まれて良かった の対比。運が良ければ、根子岳の中 が良い。陽の光が根子岳に当たり、 い雄姿を見せてく 桜のピンク れる。

さを表現しようと何日も文章を推 日あたりだったと思う。その美し 今年のしだれ桜の満開は4月15 陳腐な言葉の羅列ば



私の だと思う。 至った。写真を見て頂くのが りで、その美しさを伝えられない。 手に負えるものではないと 一番

森町上色見の根子岳の麓、鍋の平簡単に概略をお伝えすると、高 が、大阿蘇造園さんだ。 ある。そしてこの景色を造ったの られている。メインはしだれ桜で キャンプ場に続く道2 に、10種類以上の桜が一 -Mの両側 万本植え

たスト のである す)社長にインタビュ は、大阿蘇造園後藤英保(ひでや 今回は、その絶景の裏に隠され をお伝えしたい をしたも

生。造園業にも多くの影響が出ま

2016年4月熊本地震が発

た。今までの枠に囚われない新

整備されました。

の後、水の流れを集落からそらす

で濁流が高森町を襲いました。そ

2 0 1

2年7月九州北部豪雨

ために防災道路としてこの道が



世の中、元気が無くなりました。そ

行、オリンピックの延期と人々が

2020年コロナウイルスの流

先の見えない暗い気持ちになり、

うになりました。

しい造園業を目指そうと考えるよ

大阿蘇造園

張ります。

大木になるの

を楽

みにしてい

て下さ

が、実生の桜は

しっ

かりと根

た。ほとんどの桜は接ぎ木です

1

桜は、両親のために植えまし

した。造園向かい側の夫婦

しだ

https://www.oaso-zoen.com/ 〒869-1601 阿蘇郡高森町上色見552

はしたのでしょうが、一度も怒ら

たことがなく包容力がありま



と考え

〒869-1601 阿蘇郡高森町上色見885 ブルーベリー狩りは6月中旬から

思いますよ。

拓

し、造園業を始めました。苦労

岳の麓の原野を夫婦ふたりで開

尊敬する人は、両親です。根子

そこで、「アソブル」というブ

農園とカフェを長男

成長しました。また名所になると

でしょうか?あちらの桜も随分 ます。かくれサクラミチをご存じ になりました。

サクラミチは広がりつづけてい

 $\subset$ 

います。

るそんな場所を作りたい

高森町が予算を組んでくれるよう

下車徒歩で6分。高森駅からは、徒歩で1時間半。

来年のサ

誘導員の手配など、すべてボラン

・イアで行いました。現在では

ら高森花公園の復活と、老いて

よ。第三弾のサクラミチ、それか

まだまだ先の計画もあります

いる暇はありません(現在6歳)。

人が集まり、笑顔になってくれ

駐車場の整備、安全のための交通

見に来て下さる方も多くなり、 増やし現在では一万本以上です。

気をもたらしていると思います。 生み出し、地域に新たな息吹と活 活躍で町おこしのムーブメントを えることにしました。

それ

から毎年、少しずつ桜を

笑顔にしたい」と、三千本の桜を植

円硬貨くらいの大きさのブル

\\\'\

Z

ができますよ。若っかもんの

す。シリカ水を使っており、500

予定でしたが、地震の時に考えて が大量にキャンセル。当初は廃棄

いた、「新しい造園業として人々を

んな時、出荷予定だった、しだれ

夫婦が経営しています。ソーラ

ネルを市松状に配置して、その

を栽培してい

ま

事前予約がおススメ 【問い合わせ】090-3320-3794

車でサクラミチへ行くときは新阿蘇大橋を渡り、セブンイレブン阿蘇白水店 の交差点を左折すると近い。高森駅から路線バスがでている。前原田楽前

た。後藤社長の阿蘇の未来を担う れからの展開にワクワクする。 に予定の一 お話を伺っているとあっという 思いがしっかりと伝わり、 時間が来てしまっ

多かっ ミチが楽しみだ。 生かされている事を実感した方も が物語に変わる。 同じ景色でも背景を知れば、風景 めされたけれど、そこから立ち がる力も自然からもらった。 あ の時、私たちは、自然に打ち たのではないだろうか クラ

「態本さわやかシニアくらぶ」イベント情報 概ね60歳以上の方(付き添いの方は60歳以下も可) ツアー共通

#### 秋を見つけに さぁくじゅうへ

タデ原湿原とくじゅう花公園を散策します。 開催日時 令和7年10月15日(水) 参加費 10,900円/1人

#### 紅葉の楽園、癒しの森へ

御船山楽園と環境芸術の森の二つの紅葉を楽しみます。 令和7年11月18日(火) 参加費 13,300円/1人

日帰りバス旅行

午前7時50分 午前8時00分 熊本桜町バスターミナル 43名(最少催行人員36名)

上の

下記の必要事項をご記入の上、ハガキ・封書または FAXにてお申し込みください。

①参加イベント名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦携帯番号

※ 応募者多数の場合は申込順とさせていただきます。 (お持ちの場合) 株式会社 日本内外旅行 〒860-0844 熊本市中央区水道町14-21 電話 096-352-5800 FAX **096-352-5565** (月~金9:30~17:00)



大阿蘇造園 後藤英保社長





#### やりたいことが見つかるところ!!

シルバー人材センターは、お仕事を提供することにより、生きがい・働きがい・

社会参加を応援します。あなたの知識・経験・資格を活かしてみませんか。 お住まいの市町村のシルバー人材センターにお問い合わせください。

#### まずはお電話を







熊本県の会員は 約1万人

#### ◆お問い合わせは、あなたのまちのシルバー人材センターへ◆

		センター名	電話		+	センター名	電話			+	センター名	電話
1	1	(公社)熊本市シルバー人材センター	096-322-3300	15	(公社)合 志	市 シルバー人材センター	096-248-2394	29	益	城	町 シルバー人材センター	096-289-6092
2	2	(公社)八代市シルバー人材センター	0965-33-2711	16	(公社)菊 陽	町 シルバー人材センター	096-232-6276	30	甲	佐	町 シルバー人材センター	096-234-0423
3	3	(公社)人 吉 市 シルバー人材センター	0966-24-4681	17	(一社)山 都	『町 シルバー人材センター	0967-72-4740	31	あ	さぎり	町 シルバー人材センター	0966-47-0081
4	4	(公社)荒尾市 シルバー人材センター	0968-65-5200	18	(一社)西原	村 シルバー人材センター	096-279-3890	32	嘉	島	町 シルバー人材センター	096-237-2981
	5	(公社)水俣・津奈木 シルバー人材センター	0966-62-1122	19	(一社)阿蘇	市 シルバー人材センター	080-3370-4776	33	球	磨	村 シルバー人材センター	0966-32-1150
6	ŝ	(公社)玉 名 市 シルバー人材センター	0968-73-3610	20	(一社)御船	町 シルバー人材センター	096-281-4355	34	湯	前	町 シルバー人材センター	0966-43-4111
7	7	(公社)天 草 市 シルバー人材センター	0969-24-4445	21	和 水	町 シルバー人材センター	0968-34-3232	35	水	上	村 シルバー人材センター	0966-44-0782
8	3	(公社)山 鹿 市 シルバー人材センター	0968-44-1850	22	芦北	町 シルバー人材センター	0966-86-0294	36	南	関	町 シルバー人材センター	0968-66-9288
(	9	(公社)菊 池 市 シルバー人材センター	0968-25-3633	23	錦	町 シルバー人材センター	0966-38-4351	37	南	阿蘇	村 シルバー人材センター	0967-67-3607
1	0	(公社)宇 土 市 シルバー人材センター	0964-22-3780	24	氷 川	町 シルバー人材センター	0965-62-1010	38	産	山	村 シルバー人材センター	0967-23-9300
1	1	(公社)宇城市 シルバー人材センター	0964-33-7886	25	山江	村 シルバー人材センター	0966-28-3557	39	五	木	村 シルバー人材センター	0966-37-2037
1	2	(公社)大津町 シルバー人材センター	096-293-4780	26	多良木	町 シルバー人材センター	0966-42-3211	40	小	国	町 シルバー人材センター	0967-46-5575
1	3	(公社)長 洲 町 シルバー人材センター	0968-78-4642	27	美 里	町 シルバー人材センター	0964-46-3409	41	南	小 国	町 シルバー人材センター	0967-42-1616
1	4	(公社)上天草市 シルバー人材センター	0964-59-2228	28	相良	村 シルバー人材センター	0966-35-1101	42	苓	北	町 シルバー人材センター	0969-35-1270

TEL 096-312-3310 FAX 096-312-3312

〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町3番7号 熊本県総合福祉センター3階 https://kumaren.jp

公益社団法人熊本県シルバー人材センター連合会

#### ●・・・ スタッフの つ ぶ ぞ き

- ●「くまもとねんりんピック」及び囲碁·将棋大会には沢山の御参 加頂き、無事開催できました。参加者皆様の熱い戦いから元気 を頂きました。有難うございます。まだまだ暑さが続きますので、 くれぐれも熱中症に御注意ください。TY
- ●残暑厳しい中での発行になりますが、やがて芸術の秋、スポー ツの秋がやってきます♪シニア美術展、ねんりんピック岐阜 2025…涼しい季節に、皆様が集う賑やかな光景に思いを馳 せながら準備を進めます。MD
- ●この前、健康診断を受けました。少し体重が増え、お腹回りも 少し…(残念)。「貯筋(肉)」をすれば病気にもかからず、少し は「貯金」につながるのではと思い、毎日、腕立て伏せとスク ワットをやってます。SY
- ●夏の楽しみは、自宅で育てているアラビアンジャスミンの花 が毎日咲くこと。冬はしょんぼりしていますが、暑くなってく ると、太陽に向かって元気いっぱい、可愛らしい白い花を次々 に咲かせて甘い香りを楽しませてくれます。MN
- ●関東に住む幼なじみと久しぶりに再会しました。見せてくれ たバッグには大きく[GYAN itte GYAN]のロゴが。 郷土のデパートで買ったお土産に大喜びし、熊本に帰りたい と里心がついたようです。EM
- ●平年よりかなり早い梅雨明けで、連日猛暑が続いていますが、涼し い季節が必ずやってきます…(多分)。それまでの辛抱辛抱! AK
- ●今年も実家の庭で、やぶ蚊と格闘しながら梅の実を収穫。ジャ ムや梅干し作りに精を出す妻に手伝いをさせられながら、私と しては梅酒の完成が待ち遠しい今日この頃です。YS
- ●この時期、我が家はお猫様のためにエアコンを24時間つけっ ぱなしです。電気代よりもお猫様の健康が大事ですもの。頑張っ てお仕事するのもお猫様のご飯代のため。全てがお猫様ファー ストです。WK

#### KINKEI FIRM

税理土法人近代経営 (株)近代経営etc.

相続税のお悩みありませんか?

相続税申告 · 生前対策 · 納税資金準備など… まずはご相談ください。 〔初回無料〕





#### 【本社】

〒861-8006 熊本市北区龍田三丁目32番18号 TEL (096) 227-6000 FAX (096) 337-3355 URL http://www.kinkei-net.jp

13 SAWAYAKA Vol.102 SAWAYAKA Vol.102 12

3階)



ルティが選ばれる理由

101







仲介

運営の客付け力

取金額

※上記数値はグループ企業全体合算となります。

#### お気軽にお問い合わせください。私たち専門スタッフがお応えいたします。



中尾 由香



























牛島 良太



岩本 慎作

丸山 玲志 MMM



コスギ不動産リアルティ

〒862-0976 熊本県熊本市中央区九品寺3丁目15-10



【営業時間】10:00~18:00(日・祝10:00~17:00)【店休日】毎週水曜·年末年始·GW·お盆 宅地建物取引業/熊本県知事免許(1)第5550号



