

おもしろいね！が、きっとみつかる。

シニア世代の地域デビューを応援！  
～アッティーヴォ～

# attivo

みやシニア  
活動センター  
通信 vol.16

(平成26年1月発行)

はばたく

新たな年に、新たな活動の  
「一歩」を踏み出してみませんか？

2014

新年  
企画

ちょっと先輩からのアドバイス！  
「新たな一歩」地域デビューを考よう。



毎朝元気で街を綺麗に！  
菊水町在住 遠藤 玉久美 さん



人生後半、卓球一筋熱血指導！  
峰町 在住 福田 仁 さん

「attivo (アッティーヴォ)」とは、イタリア語で「活動的な、行動的な」という意味です。



# ～ 今年こそ、地域での活躍を目指す「シニア世代」のみなさんへ ～ 一足先に「地域デビュー」された先輩のお話しを、シニア特派員がインタビューしてきました！

## ① 毎朝元気で街を綺麗に！

取材：古谷野特派員



晩秋の文化会館まえ、イチョウ並木の黄葉もほぼ葉を落としたその一角、図書館入口付近の道路沿いを既に4年間ほぼ毎朝欠かさず黙々と掃除をされている方がおられる。

その方は、菊水町在住の遠藤玉久美さん。始めたきっかけは散歩の途中に、この辺りを10年以上清掃している方と出会ったことから始まる。

単に街路の清掃だけでなく桜が枯れて草が伸び放題、通りがかりの人のごみ捨て場状態の所を整え、花を植え、今では綺麗な花壇として通行の人々の目を楽しませ、汚くて座る人の居なかった近くのベンチにも人が憩うようになるなど、この辺り文化ゾーンの美化にも大いに寄与している。



始めた頃は「何をやっている」という目で見られたが、今では通りかかる人達が挨拶をしてくれるようになり、また夏には花壇への水を積極的に汲んでくれる人も現れ確実に人の輪が広がってきているようだ。



ちなみに遠藤さんは「お琴」の師匠さんで、素晴らしい和の音色を奏でる一方、活動を通して多くの方たちとの輪を広げている。

思っている以上に遠藤さんのように行動に移す事はなかなか難しいことですが、小さなことからまた出来るようなことからあなたも行動してみませんか。

## ② 人生後半、卓球一筋熱血指導

取材：清水特派員



栃木県で二人という国際卓球審判員の資格を有する福田仁氏が、峰小学校児童に、毎夕5時から卓球の指導をしているというので取材に訪れた。長らく宇都宮を離れていたが、行政書士の資格を得て、自宅で開業するかたわら、毎日5時から2時間程、地元峰小学校児童卓球部員の指導に当たっているという。

峰小学校児童の卓球クラブ名は「峰クラブ」・F（ジュニア・ファイターズ）。

今年8月、長野市で開催された「第27回全国ホープス・東日本ブロック卓球大会」に峰クラブの3チームを含めて6チームが県代表として出場し、峰クラブの1チームが見事3位の成績を収めたとのこと。事前の打ち合わせの際、「動ける恰好で来てください」とのことので、私自身も中学・高校と卓球部に入っていたこともあり、ラケットを携え準備万端でお伺いした。取材当日、峰小学校体育館の分厚い戸を開けると、熱気が一気に伝わってきた。児童の練習



相手をしている福田氏をしばらく待ってお話しを聞いた。まず「国際審判員」の資格を得ようとした動機については、世界的な選手の動作・目配り・間合いなど、試合を通じて直接間近に見て学ぶことで、児童を指導するにあたり、大いに役立つのではと考え、実際に行動し、今では、国際審判員として外国に招待されることもあるという。

国際審判員としての一番の思い出は、全米選手権の審判を務めたことだそうで、印象に残っているのは、米国でも著名なラスベガスヒルトンホテルに滞在したこと。嬉しかったことは、帰国後、審判を務めたペアからメールが届き、写真が添付されていたこと等々。

お話の最後は、昨年10月に開催された「ねんりんピック高知」に及び、栃木県選抜チームが堂々の準優勝に輝いたとのこと、この結果は、今年、本県で開催される「ねんりんピック栃木」に向け大きな弾みになったと嬉しそうに話された福田さん。栃木県卓球の普及と活躍、そして氏のますますの活躍に期待しながら、熱気溢れる体育館を後にした。



# ◇平成25年度 第2回 シニア講演会・交流会を開催しました。



みやシニア活動センターでは、開設 5 周年記念事業として 2 部構成のシニア講演会・交流会を、11月15日(金)に宇都宮市総合福祉センターで開催しました。まず、第 1 部として、自分を変える出会いの法則～笑いと感動で豊かな人生！～と題して、楽話絆の会会長である角本陽一さんによる講演会を行いました。その後、第 2 部として市内で活躍中のシニアの皆さんによる地域デビューのヒントや活動内容の紹介と交流会を開催しました。

講演会・交流会とも、多くの受講生から好評を博しました。その内容について、特派員による取材報告をいたします。

## シニア特派員取材報告

### 【肥後特派員】

楽話絆の会の角本陽一会長の講演では、同年代の方々が多数来場されていた。仕事を終えてからの行き方に「これまでの自分を変えなくてはいけない」という同じ思いなんだと思った。

講師の話の中で、「出会い(キッカケ)5つの法則」という題目については、目を覚まされた内容が多くあった。特に2番目の人目につかないところでの善行。仕事をしているときは、人の目につくように行動していた自分がある。これからの自分が考えなければならないことだと思った。たいへん参考になる話を沢山聞いた。

### 【石井特派員】

第二の人生の入り口に立った者は、「今度こそ自分のやりたいことに存分に打ち込める」と勇み絶つ思いが強いであろう。そのような人にとって、今回の角本氏の講演は格好の内容であった。

特に、何事にも好奇心をもって向かい合い、あらゆる方面に高いアンテナを広げ、見聞き届ける意欲や積極性、そして情報収集等の確かさ、角本氏の人生の誠実さに感心させられた。更に、自分の進む道に行き詰ったり、出口が見えなくなったりした時には、身近な人の真実の声をしっかり聞き届け、謙虚にやれるところからやってみる。が必要であると、角本氏の講話から強く考えさせられた。

## シニア特派員編集後記

みやシニア活動センターでは、昨年 11 月より、新たに3人の方に「シニア特派員」として協力いただくことになりました。

**肥後特派員:** 今回初参加です。熱い気持で取り組んでいきます。よろしくお願いします。

**高橋特派員:** 今年の目標は、色々な歴史を訪ねて視野を広げて行きたいです。勉強になります。

**石井特派員:** 地域デビューの私。多くの先輩方の地域活動から多くの事を学ばせて頂きたい。

**清水特派員:** 新しい仲間も加わり、皆様の意見等も取り入れ記事を充実していきたいと思えます。

**古谷野特派員:** 毎日、今回が人生で一番若い日と思っております。皆様にいい事がありますように。

センター通信の感想などはこちらまで!

## ○ 発行／編集 みやシニア活動センター (宇都宮市 保健福祉部 高齢福祉課)

住所：宇都宮市中央1丁目1-15 宇都宮市総合福祉センター8階

電話：028-639-8585 ファクス：028-639-8575

ホームページ：http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp