

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

「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。

みやシニア
活動センター
通信 vol.49

(令和4年10月発行)

秋の訪れ

日曜日の朝、ベランダに立つと近隣から朝食の匂いがした。今日は、やけに卵焼きの匂いがする。甘い卵焼きは幸せの匂いだ。洗濯物を干しながら、食卓の様子を想像するのは楽しい。我が家のベランダからは、いろいろな音も聞こえる。近くの学校のコーラス部や演劇部の発声練習の声、楽器の音色、運動部の掛け声や歓声。

この時期になると、あちこちの学校から体育祭や文化祭の放送や歓声が聞こえ、楽しませてもらっていた。過去形になったのは、ここ数年それらの音を耳にしなくなっているからだ。「声を出してはいけません。歌を歌ってはいけません。体育祭も文化祭も中止です」といわれる。通学する生徒も皆マスクを付け、まるでマスクも制服のようだ。

夜、音にひかれてベランダに出てみた。何と花火が打ち上がっていた。後に聞いた話だが、小学校で毎年行っていた盆踊り大会の代わりに花火大会を開催したという。

お蔭で沈みがちの気分が晴れ晴れとした。この秋は「いちご一会」とちぎ国体も開催され、これからはベランダに色々な音が届くようになるだろう。



① 菊地さん



② 國井さん



③ 高山さん

- ① 剣詩舞を極める
- ② 浪漫をもって行動する人
- ③ 築瀬の肝っ玉かあさん 高山昌子さん

菊地 美子さん
國井 善夫さん
高山 昌子さん

- 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：宇都宮市旭1丁目1番5号 宇都宮市役所2階 高齢福祉課D8窓口
電話：028-632-2368 ファクス：028-639-8575
ホームページ：<https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp>

① 剣詩舞を極める

菊地 凱照さん
取材:細川みち子特派員

今年、コロナの影響で中止になっていた「中央生涯学習センター文化祭」が、観客数の制限はあるものの、三年振りで開催されます。文化祭は、センターを利用している団体が行う一年間の活動発表イベントです。



そこで、吟詠に合わせ紋付と袴で気迫の演舞を披露している「神刀無念凱山流(しんとうむねんがいざんりゅう)」代表で師範の菊地凱照(きくち がいしょう)さんにお話を伺いました。

この演舞は「吟詠剣詩舞」というもので、吟詠は詩吟とも呼ばれ、漢詩や和歌、俳句などの詩に節をつけて吟じ(歌う)る、声のみで詩の内容や背景を表現する邦楽です。

剣詩舞は、吟詠に合わせて武士道の精神、気迫、格調や詩心を表し吟と舞が一体となった舞台芸術です。

菊地さんと吟詠剣詩舞の出会いは、お母様が営んでいる教室の手伝いをしたことです。それまで、混声合唱団に入っていて、栃木県芸術祭などに参加するほどのご活躍でした。しかし、歌と詩吟の発声が全く違って、やむなく合唱を諦めました。

最初は、舞扇を広げることすら出来ませんでした。一つ一つ所作が出来るようになり、詩を聞かせ、そして舞う「吟と舞」が演じられた時は、充実感がありとても楽しく、師範の資格を取得するまでになり、現在も会の代表として研鑽を積んでいらっしゃいます。

菊地さんは、演目により詠んだ人物の心情、情景を把握するべく、ノートを常に持ち歩いているそうで、その漢詩が書かれたノートを見せて下さいました。そこには、隙間がないくらい色々な記載があり、菊地さんの努力の跡が見て取れるものでした。

今まで、県や市の芸術祭、全国各地の大会、舞台や二荒山神社、護国神社、宇都宮城址まつり、宇都宮伝統文化フェスティバルなどに参加するとともに出演されました。

また、詩吟の大会や着付けのボランティア活動、施設訪問と精力的にご活躍なさっていらっしゃいます。

菊地さんは、地域のよさこいサークルにも参加され、宮まつりや埼玉、富山、松島などで行われるお祭りにも、よさこいで参加するほか施設訪問もなさっていらっしゃいます。

剣詩舞はどちらかというと、個人個人による静の動きであり、よさこいは団体による動の動きです。

上手くバランスをとっていらっしゃると感じました。

お話を伺い、剣詩舞の奥深さを知ることが出来ました。これから菊地さんの舞を拝見するのが、更に楽しみになりました。



(左端が菊地さん)

② 浪漫をもって行動するひと

國井 善夫さん

取材：猶原特派員



ろまんちっく村を拠点に活動している、國井善夫（くにい よしお）さんの別宅に訪問して、話をお聞きしました。

國井さんは在職中に食道がんを患い、その病気に向き合いながら、免疫の療養を行い回復されました。その後、再発しましたが食事療法を取り入れて、回復されました。

現役時代は、文武に多趣味で空手、柔剣道、杖術書道、写真、アマチュア無線と幅広く活動されていましたが、病気回復後は「食の安全」が大切で「食事が薬」と考えるようになり、定年前からその準備

に取組まれました。

まず、「BB 煙りの郷」（ミツバチと燻製）と名付けた拠点場所づくりから始めました。実家近くに土地を確保して、住居やゲストハウスづくりをはじめ飲料の確保のための井戸掘り、太陽光や自家発電装置の設置、ミツバチ小屋や家畜小屋作り、その他ミツバチや鶏の飼育、水田での米、畑での野菜の栽培、果樹の植林などを友人や知人、家族や親族の協力を得ながら十数年かけて整備し、里山での自給自足に近い生活を楽しんでいます。

拠点づくりと並行して、ミツバチの蜜を使った加工に関わりました。その時に、ミツバチの飼育に興味を持ち、勉強され、養蜂家として現在活動されています。そして、ミツバチや人の健康に重要な働きをする酵素(タンパク質)の研究に取組み、思考錯誤を繰り返しながら色々な製品を開発するなど、精力的に活動されています。

知人から、ろまんちっく村の手伝いを依頼されたのがきっかけで、ミツバチを通して「食の安全」を楽しみ、「100の事をする」を目標に、「ろまん100会」を平成13年に立ち上げました。國井さんは、広い人脈を生かし多くの知人や友人に加入してもらい、裏方として会長を支えてきました。当初は約30人でスタートし、ミツバチの飼育、餌の確保のための花や果樹の栽培、里山の手入れ等を始めました。

そして、國井さんが二代目会長に就任後は「食の安全」を全面に出し、令和元年7月に「食の安全フェア in ろまんちっく村」を実施し、ミツバチの観察や蜜の採取体験、蜜を使った食品の試食等を行いました。現在は、コロナの影響で中止です。果樹ではブルーベリー、ナツハゼ、チョコベリーをはじめ薬用的な樹木を育て、果実や葉の利用、ジャムづくりを行うほか花壇には散歩する方の癒やしになるよう四季ごとに花を植えています。また、会員同士の交流として親睦旅行やDVDによる学習会等も行っています。



(左端から3番目が國井さん)

國井さんは活動を通して、ミツバチの大量死や昆虫、野鳥がめっきり減少したのを実感しています。これは、私達を取り巻く有害な化学物質を含んだ農薬（殺虫剤や除草剤）の普及や環境の変化、温暖化などが複雑に絡んでいるようです。人間でも環境ホルモンの影響が言われています。「ろまん100会」では、こういう状況を少しでも改善するために、会長を先頭に「食の安全」を目標に広く活動されています。現在、一緒に活動してくれる仲間を募集中です

③ 築瀬の肝っ玉かあさん

高山昌子さん

高山 昌子さん

取材：肥後特派員



今回は、築瀬1丁目に在住の高山昌子(たかやままさこ)さんの登場です。

高山さんは82歳。昔人気のあったテレビドラマ「肝っ玉かあさん」を彷彿させる素敵な女性です。そう言えば主演の女優さんと同じ名前です。スタイルはこちらの方が随分スマートですが。市内をバイクで飛び回ります。市内一円どこでも走り回ります。

高山さんの名前は、ひょっとしたら記憶にある方がおられるかもしれません。下野新聞の「読者登壇」に10回以上掲載されています。自分が普段考えている

事やいろいろ気がついた事を文章にして書くことが大好きです。もともとはメモ魔でした。文章を作ることが嫌いではなく「こう書けばわかりやすくなる」「こうすれば面白い表現になる」などこれらの事を考えると、多少睡眠時間が減ろうが無くなるのが厭いません。

最近、「傾聴」という言葉を聴くことが多くなったと思いませんか。高齢者の心のケアの方法です。傾聴とは、相手の方の話を否定しないで受け止めて、耳を傾けて熱心に聞くことです。高山さんは、この傾聴ボランティアに7年ほど関わってきました。いろいろな施設を訪問します。何度か訪問すると、口を閉ざしていたお年寄りが口を開いてくれます。戦時中に食糧難で苦労したこと、子供に着せる服が無く自分の着物をほどいて、一晩かけて縫って着せたこと。お年寄りの声も次第に大きくなり、笑顔も見られるようになります。時間が来て帰ろうとすると、涙を流して手を握り「また来て」と言われます。

傾聴では「聞く」とは違って「聴く」と表現します。相手の方も心の中を吐き出すことで心が軽くなると思われます。「これまで何人の方の話を聴いたでしょうか。逆に私の方も心のケアを施された感じになります。このボランティアこそが私の生きがいであり、私も元気に長生き出来そうな気がします」と高山さんは言われます。

高山さんは平成28年10月、シルバー大学校中央校に38期生として入学されました。この時75歳でした。シルバー大学校は60歳から入学出来ます。以前は、60歳の定年後から1,2年過ぎてから入学するケースが多かったのですが、最近は定年制が延びたため70歳前後で入学する方が多いと聞きます。それでも、75歳で入学される方は少ないと思われます。高山さんは、75歳になっても80歳になっても何かを学びたいと思いシルバー大学校に入学しました。人の役に立ちたい一心だったと言われます。そして、その一つが傾聴ボランティアでした。



(傾聴ボランティア)

高山さんはそのほか、最近掲載された「読者登壇」の『新しい生活の環境として畑を借りて家庭菜園をやり始めた。自分で種や苗を植え、肥料をやり、草をとり収穫する。先日もジャガイモや大根、かぼちゃなどを収穫した。間もなくサツマイモも収穫できる。これが何物にも代えられない喜びになっている』の題材になっている野菜作りを、シルバー大学校中央校同窓会の支部で岩曾町に100坪の畑を借り、中心メンバーとして頑張っています。

高山昌子さん、その大きな声で、明るいキャラクターで、いつまでもみんなを元気にして下さい。活躍を祈っています。