

じやおくらぶ 県央

十五年の歩み



じやおおクラブ 県央

十五年の歩み

表紙 写真：神奈川県山北町「丹沢湖」

撮影：丹沢湖ロッヂ

代表 三尋木 裕介



じゃお県央創立15周年記念パーティ



じゃお県央創立15周年記念パーティ

於 オークラフロンティアホテル海老名  
' 2012年11月26日

## じゃお県央15周年記念誌の発刊によせて

昨年は、じゃおクラブ発足20周年という記念すべき年でありましたが、歴史的な大震災に見舞われ、これからも忘れられない年になるでしょう。今なお不明の方々を想い、被災された人たちが、一日も早く元の生活を取り戻されることをお祈りいたします。

2012年は、地域じゃおクラブとして県央が発足して15年になります。当初のじゃおクラブ本部、ならびにじゃお湘南のご支持を得たスタートであり、当時は振り返り、改めて感謝いたします。また、一昨年からは、県央からじゃお南多摩が独立し、活動を始めておりますが、これも県央を支えてくださった皆様の暖かい支援の賜物と思います。発足当初は十数名であった県央会員は、現在36名となりいくつかの特徴のある活動をしております。

活動の端緒は、海老名市内にある民間の介護施設「折鶴の家」を拠点に、老人の送り迎え、介助でした。その活動も、昨年使命を終えました。しかし、県央が福祉活

動からスタートしたその志は受け継がれ、老健施設でのそば打ち会、出前カラオケ、菜園管理、さらにハンデを持つ人たちとの交流へと広がっています。また、海老名市社会福祉協議会、あるいは教育委員会の事業に参画し、文化会館を基点としたシニア世代のボランティア活動や、小学校サマースクールに協力しております。また、他団体との協賛として、海老名市街地を流れる永池川の清掃と生物観察をおこなっております。これらの活動をより楽しくするメンバー間の交流を深めるために、そば打ち練習会、料理教室、ボーリング大会、果樹園の管理、歴史探訪を毎年企画しております。

県央の活動のバックボーンは、まずメンバー自身が楽しむことです。

そしてじゃおクラブは、メンバーが自分の自由になる時間を持ったとき、是非やってみたい活動ができる場と、仲間を提供できることだと思えます。その発露が、社会的活動であり、様々なボランティア活動であり、メンバー各自が、会社人間として現役時代に思い描いていた、リタイア後の生活の一部が反映されているような気が

します。県央では、入会後わずか2〜3年で鬼籍に入られた方もおられます。また、残念ながら健康を害され、退会されるかたもあります。

それらの方々が、じゃおクラブで何を実現したかったか、さらに自分自身は何をしたのかに思いを致すところから、これからの新たな活動の力が生まれるのでしよう。じゃお県央の入会募集の機会に訪れる人から「何をやる会ですか？」と聞かれることがあります。こちらから「何をやってみたいですか？」と聞くと、それに明快に答える人はほとんどいません。その答えを持っている人は、活動のできる会にすでに入っているのでしょうか。

むしろ、会社時代に経験した、様々な人間関係の煩わしさから解放され、全くフリーな時間で過ごしたいと思っている人が多いのでしょうか。しかし、束縛は無いが孤独のまま、リタイア後の何十年を過ごすことに疑問を感じるからこそ、じゃおのブースに来られたのではないかとおもいます。このような方々と仲間意識を共有し、五年後、十年後も達成感の得られる活動を考えていきたいと思えます。

今までと変わらないじゃお県央へのご支援、よろしく願いいたします。

二〇二二年十二月

じゃお県央代表 今村 義宏

目次

じゃお県央15周年記念誌の発刊によせて	今村 義宏	4
写真で見る活動トピック		
一 「じゃお県央」の誕生に思う		
県央じゃお誕生の頃	須藤 宗敏	17
「じゃお県央・15年」を顧みる	倉島 大輔	18
二 「じゃお県央会員」からのメッセージ		
私とじゃお	天野 直己	20
「じゃおまあじゃんIIクラブ巳申」について	岩崎 通義	20
足柄・果樹園の管理	今村 義宏	21
入会のきっかけと「今」	大場 幸雄	22
じゃお県央15周年の活動について	大森 甫	23
「エンゼルあきちゃん」って？	鹿島 正和	23
じゃお県央の15周年おめでとうございます	春日 義男	24
「ありがとう」	川野 達夫	24
日々是好日	木村 廣二	25
「ピンポンクラブ」誕生	倉島 大輔	25
「趣味とボランティア」	小池 兼一	26
このごろしていること	小林 嘉	26
「じゃお県央」発会15周年にあたって	鈴木 千春	27

三

「じゃお県央」を応援して下さる皆さんからのメッセージ

「じゃお」に入会して思うこと	鈴木 寿一	27
じゃお県央誕生15年に寄せて	須藤 宗敏	28
私のじゃお事始め	土屋 佳一	28
じゃお県央15周年目に思う	寺西 修	29
じゃお県央誕生15年に寄せて	豊永 達司	29
「じゃお」へ入会した頃の思い出	野木 幹夫	30
じゃおクラブ県央に所属して	早川 士	30
じゃおクラブ県央15周年記念おめでとう	美濃部 重慶	31
じゃおサロン講師の見つけ方	宮松 順憲	32
街道歩きへの想い	山口 安弘	33
近況と課題	和田 大志郎	33
設立15周年によせて	白倉 博子	35
「畑で食育」	関屋 啓子	36
15周年おめでとうございます	城島 静也	36
15周年に寄せて	北村 千鶴子	37
丹沢湖より「おめでとうございます」	三尋木 祐介	37
皆様、今日は！	伊藤 栄子	38
じゃお県央クラブ設立15周年に寄せて	米木 達男	39
じゃおクラブ県央15周年おめでとう	相川 欣運	40
じゃお県央15周年に寄せて	玉木 徹	40
じゃおクラブ県央創立15周年を祝す	村尾 篤彦	41
海老名市社会福祉協議会 地域福祉課長		
国分コミュニティーセンター スタッフ 代表		
保育所 すこやかハウス 会長		
生きがい発見塾 会長		
丹沢湖ロッジ 代表		
足柄・高尾農園 園主		
じゃお湘南		
じゃお田園		
じゃお南多摩		
じゃおベイサイド		

四 十五周年記念イベント録

じゃお県央15周年記念「手打ち蕎麦」を楽しむ会	大森 甫	43
丹沢湖サイクリング&バーベキュー	早川 士	43
じゃお県央とボーリング	早川 士	44
県央15周年記念ウォーキング(1)「相模原」	寺西 修	45
県央15周年記念ウォーキング(2)「大山登山」	寺西 修	45
鶴見・総持寺座禅体験とビール工場見学	野木 幹夫	46
楽しい収穫祭でした(県央15周年記念足柄ミカン収穫祭)	野木 幹夫	47
県央15周年記ボランティア活動「福祉会館屋上に菜園を作る」	野木 幹夫	48
県央15周年記念講演「点字の仕組みと体験」	野木 幹夫	49
講師 海老名市点訳グループのり会 代表 小山 喜代子	鈴木 寿一	
県央15周年記念パーティー	野木 幹夫	50

五 じゃお県央十五年の歩み「年表」

じゃお県央のうた	鮫島 加代子	53
	宮松 順憲	53

## 自己研鑽



月1回の「蕎麦打ち練習」



会員の指導を受けて「男の料理」

## 健康増進



足柄 高尾山山頂「果樹園管理」



「みかん大豊作」



春・秋「丹沢湖サイクリング&バーベキュー」

# 施設めぐり



海上自衛隊横須賀総監部見学  
護衛艦「たかなみ」に乗船



ごみ焼却場の見学  
海老名・綾瀬・座間市のごみ焼却場

## ボランティア

毎週、特別養護老人ホームの依頼で  
「畑の維持・管理」

隣接の保育園園児が収穫を楽しみます。



「出前カラオケ」

老人ホーム等へカラオケセットを持参し入所の皆さんと。

## 「障害者団体との交流会」

蕎麦打ちを教えたり手話を習ったり



## 「出前蕎麦打ち」

皆さんと一緒に蕎麦打ち



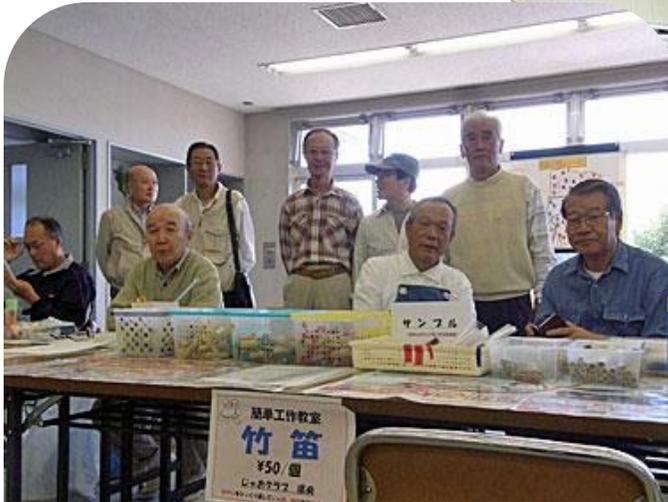
## 年2回、足柄果樹園に通じる「農道を清掃」



## 地域参加

地域との交流を目指し、公民館祭り・コミセン祭り・仲間づくり相談会等に積極的に参加

「コミセン祭り」



「公民館祭り」

「自分探し・仲間づくり相談会」



## 社会活動

「サマースクール」

工作・万華鏡作りと理科・万華鏡はなぜ見えるかを教えています。



「夏休み親子そば打ち教室」



鈴木千春さん表彰される



海老名市社会福祉協議会より、  
長年のボランティア活動対  
して「傾聴ボラ」の表彰を受け  
ました。

一 「じやお県央」の誕生に思う

## 県央じゃお誕生の頃

須藤 宗敏

じゃおクラブ設立当時、各地で同じような目的意識を持った仲間が産声を上げ、おじさんパワーを軌道に乗せつつ試行錯誤していた。交流会等も頻繁に行なわれ、新百合丘会館や横須賀労働会館等へ足を運び、それぞれの意見交換や発表内容に興味津々で、関心した思いはまだ記憶に新しい。女性パワーに押され気味（今も変わっていないかも・・・）で、家の中での居場所が窮屈になりつつある現況を踏まえ、じゃおクラブに入会した。まだ、定職が続いており、変則的な勤務体制の中、眠気と身体のだるさは残っていたが、じゃおクラブの活動の一つ藤沢市の打越にある永田農園へ見学に行った。湘南地区の会員が10人位、他地区の会員は5人程度集まっていた。着替えをして、まずは自己紹介。農業経験は無く（一応都会人のつもり・・・）、家庭菜園すら経験も無い事を素直に自供し、ご指導ご鞭撻のほどを先人達にお願ひした。周りの環境は素晴らしく、田んぼ、田んぼ・・・遠くに大山が望め、田んぼの畔には野蒜が生えていた。午前中は援農で、道具小屋から必要であろう器具類を担ぎ、先人の後に続いた。歩いて15分、牛舎に沿った更地に着いた。永田青年（当時は独身で母堂と2人、手伝いの方々5、6人と農作業していた）がトラクターを操り、更地の掘り起こしを始めた。その後を追いかけるように、ごみや木株等を取り除きながら整地して行った。何しろ始めて

「土」との出会いなので、扱い方が解らない。先人達の動作を見ながら不慣れた作業を続けた。昼時にはもう腰がパンパンになりハビリが必要な状態にまでになってしまった。持参の弁当を広げていると、永田さんの母堂が胡瓜の漬物を手伝いのお姉さんは味噌汁を作って振舞ってくれた。昼からは区画整理された場所に自分だけの聖地が分けられ、好みの野菜苗を育てていいとの説明があった。私は経験者の意見を全面受け入れ、手入れを余り必要としない、「じゃが芋」に決めた。幾星霜収穫期には、それなりの答えが返ってきた。これは手ごたえ十分であった善し。週一回の割りで永田農園に通い、雰囲気にも慣れ仲間意識も高まってきた或る日、一番先人から「収穫した野菜で何か作ってくれないか」と話しがあった。近在の神社で祭りがあり、永田農園の作物の販売の他に何かをという提案であった。私の出来る事、「調理だ。」当日、大きなアルミ鍋で豚骨や鶏ガラを煮込み、昆布やくず野菜で下味を決めて漉してから肉、野菜、魚介類を味噌風味で作りに持ち込んだ。一時間程で鍋底が見えた・・・。

永田さんの株上昇に一役できたかしらと自負している。帰り道、感謝の言葉とたくさん野菜が私に満足感を与えてくれた。時は流れ、風の噂でガラスハウス内で花苗等も育て、出荷しているという。エコが叫ばれている昨今、農作物の供給は大切な事。永田農園は、ますます「じゃお」のパワーを頼りにしている事でしょう。あの懐かしい農園にもう一度行こうかなあ。

## 「じゃお県央・15年」を顧みる

倉島 大輔

’97年 2月16日「じゃお県央」誕生

初代代表は、海老名市在住の鈴木千春さん。

当初メンバー（今村、岩崎、鈴木（寿）、神崎、豊永、倉島）は、

10数名ほどだと記憶しています。

デイケア施設・折り鶴の家（有志で活動）、永田農園（じゃお湘南と合同）、じゃおサロン、じゃおの森、等が主たる行事でありました。

じゃお県央ニュースを毎月発行。

’97年 4月 大森、須藤、両氏が入会し蕎麦打ち（大森）、料理教室（須藤）の講習が始まる。

’98年 7月永田農園の援農から須藤さんが料理担当チーフとして、芋煮会・鍋料理・バーベキュー等に自慢の腕を振るう。

’98～’06年 宮松、野木、川野、前田、土屋、早川、寺西、美濃部さんが入会会員募集活動も広範囲にわたり活発化してきました。以後、毎年新しい行事（ボーリング大会、ミカン園管理、丹沢湖バーベキュー、老人ホームの畑管理、福祉会館屋上菜園、テククウオーク、ピンポンクラブ等）が次々と提案され、誕生すると同時に、参加人数も増加し、楽しい時間を満喫しているところですので、今後、20周年に向けてますます発展されることを期待しております。



## 二 「じゃお県央会員」からのメッセーヂ

## 私とじゃお

天野 直己

じゃおクラブを始めて知ったのはまだ発足したばかりの頃でした。新聞かなにかで記事を読んで早速責任者の方に（今となつては誰だったか記憶にありません）電話をして入会案内を送ってもらった覚えがあります。

その時はまだ自分としても現役で働いていた事もあり、入会まで至りませんでした。

現役での方向も見えてきた頃、またじゃおのことが頭に浮かび入会ということになりました。それでもまだ現役だったこともあり、熱心な会員ではなく、行事等にもあまり参加したこともなく数年が経過しました。

これではいかんと思い、最近は行事等に参加するよう努力していますが、日程が合わなかつたりして、なかなか思うような活動ができないというところが正直なところです。

じゃおの活動では、いつも各イベントの幹事の方々のお世話になりっぱなしで、申し訳なく思うと同時に感謝の気持ちでいっぱいになります。

県央も15周年ということでおめでとうございます。今後も会員として参加するつもりです。また積極的に活動するよう努力するつもりです。

皆さん今後ともよろしくお願いいたします。

## 「じゃおまあじゃん」クラブ已申” について

岩崎 通義

名付け親は岩崎です。村田翁、澤村氏をご存知でしょうか！ボケ防止と体の健康維持には、麻雀がよい。手指を使い、頭を使う。

雀荘までは、横浜駅から10数分歩かなければならない。とどのつまり「歩く脚」がなければなりません。

ゲーム中は、あまり大声でしゃべくことも自重します。横浜にある健康雀荘サロン・シルバーで始めました。

メンバーが多いこともあって、最近藤沢会場がメイン会場になっています。また、年に2〜3回は熱海で宿泊大会もあります。（石崎さんに、ご面倒をお願いしています。）

県央でも雀荘が確保できればなあ・・・とっている昨今です。

## 足柄・果樹園の管理

今村 義宏

'05年9月、NHKラジオ深夜便で、当時の率川代表と早川さん（現代表）がじゃおクラブの紹介を行いました。これを聴いていた川崎市在住の伊藤栄子さんから、NHKを通じて、「足柄に所有しているミカン園の管理ができなくなったので、じゃおクラブで出来ないか」との問い合わせがありました。その何日か後、じゃおメンバーと伊藤さんとで現地を見にゆき、じゃお県央が地理的に一番近いので、管理を有志で行うことになりました。

場所は、足柄上郡中井町・高尾で、高尾山（371m）の頂上にあり、三等・三角点があります。果樹園から西南方向に富士山が仰げ、途中の農道からは鎌倉・江の島が望めます。当時の果樹園は、しばらく手入れができなかったとのことで、雑草・雑木が茂っていました。この状況でも、ミカンは沢山なっており、生命力の強さ驚いたものです。石渡さん（'11年・病気退会）と私（今村）が担当になりました。最初の1年目は、刈払い機を使って雑木の処理で終わりました。2年目からは、ほぼ月1回、草取りや、枝打ちを行い、次第にもとの果樹園の姿をとりもどしてきました。22本の柑橘類、クリ1本、柿3本、梅3本、杏子1本、桃1本、キウイ4本（雄雌）、フェイジョア1本がありました。インターネットでミカン類の手入れの仕方を勉強しながら、剪定、マシンオイル散布を行いました。どうしてもダニ類を完全

には駆除できませんでした。専業農家では、収穫までに数種類の農薬を使うらしいですが、私たちは最小限の消毒で行きたいと思っています。そのため、どうしてもミカンの肌がきれいにならないものがですが、味には変わり無しです。毎年の鶏糞、あるいは牛糞の施肥が効いてきたのか、甘みが増してきたように思います。台風で梅が1本倒れ、枯れましたが、現在までそれ以外の損害はありません。ただ、栗が熟れて落ちる時期になると、実の無いイガだけが散乱していることがあり、だれかに拾われているようです。今年はその対策をとるつもりです。

毎年、柑橘類の収穫は、11月の早生ミカンから始まり、温州ミカンを年内に終え、オレンジを1月、甘夏2月と変化に富む味を楽しめます。毎月、定例の作業日は平均8名の参加があり、1シーズンで、数回の収穫日には延べ50名のにぎやかな会となっています。

園主の伊藤さんには、収穫の2割相当をお送りする約束になっていますが、手入れや、収穫の参加者が増えると、少しずつ送る量が減ってきていたので申し訳なく思っています。昨年は、伊藤さんが懇意にされていた、地元ミカン農家の河野さんから、剪定の仕方を現場で教えてもらいました。かなり伸び放題になっているとのことで、数本のみかんは強剪定を行ったため、これらの木については、今年の収穫は少ないものと思っています。

キウイも幹が太くなっている割には実がならず、来年は、蔓を支持する棚を整備するとともに、人工授粉を積極的に行う計画で

す。柿、杏子など、これまであまり手をかけなかった果樹に対しても、施肥など、収穫をめざして手入れをしていきたいと思っています。また、この果樹園の管理を通じて、農道清掃への協力、河野さんのみかん園での援農（収穫作業）ができ、地元の方との交流も始まっています。

このような機会を作っていた、園主の伊藤さん、じゃお本部の率川さんはじめ関係者の皆様に感謝いたします。

## 入会のきっかけと「今」

大場 幸雄

私の入会動機は、'09年の2月に海老名市教育委員会主催で団塊世代の自分探しというテーマでシニア活動相談会があることを市の広報で知り、3月で定年を迎えることもありどのようなことをやっているのか覗いて見ました。その時の目的は、地方（北海道）から出て来て40数年会社人間で過ごし、地域の人の付き合いはほとんどなく地域社会の活動に少しでも関わっていききたいとの思いで参加したわけです。

数多くの趣味サークル、ボランティアサークルが紹介活動をしておりましたが、何かいまひとつ、とつきにくいなと思っていましたところ、会社人から社会人へのふれこみの「じゃおクラブ」で話を聞いてみると趣味の集いからボランティア活動をやっていくとのことなので会社人間であった私にも入って何かできる

ことがあるかなと思いつつ入会。

当初は、年間の行事に積極的に参加するようにして雰囲気がかかるようになった頃に、蕎麦うちで他サークル（障害者の方）との交流、コミセン祭りでの工作教室といったボランティアに知らず知らずに参加しているようになっていた。入会后1年が過ぎた頃、老人ホームの畑の管理をやるようになったので「社会福祉協議会」にボランティア登録をし、先輩の教えで週1回1時間程度、雑草取りなどをし、収穫は隣接の保育園児で行ってますが、先生に連れられ元気良く嬉しそうに収穫体験をしていきますが帰る時に、お礼の挨拶をされたときの何ともいえないものがあり、ボランティア活動のきっかけづくりになったのかなと思っております。

また、じゃお本部行事で長野県飯島町の青壮年部との交流会にも毎年10月に行われる恒例の「七久保秋祭り庭花火の観賞」に参加。又7年に一度の大祭、御射山御柱祭で七久保青壮年部のご厚意により、御柱の曳行を体験することができました。このように他地域のクラブとの交流もできる「じゃおクラブ」の先輩諸氏の永年の活動実績に改めて感謝いたします。このような素晴らしいクラブを益々発展するよう役に立てればと思っております。

## じゃお県央15周年の活動について

大森 甫

各種活動に出来る限り参加して、生涯学習を通して、日常生活も体と脳を活性化している処です。一病息災と言う言葉がありますが、常に暮らしのある、機能を保ち、心の機能を保ち、できる事を増やし、出かける場所を増やすなど、いつまでも健康長寿でありたいと日々願って清く正しく美しく過ごす様に心かけている現状ですが、なかなかこれで良いと言う目標に到達しないこの頃と思います。しかし、じゃおの活動の中で、そば打ちは誠に良い立派なエクササイズに成ると思います。一つは、捏ねはハーフスクワット、左右交互に入れるヒザのバネを使って捏ねる。腕立て伏せの効果もあり。二つは、延ばしストレッチ、けんこう骨から腕を十分に延ばし、麵棒を使ってストレッチ行う。三つには、そば切り脳トレ、手を動かしながら細くきる動作が、脳を活性化する。四つには、皿洗い足の巻上げ左右交互に素早くヒザを折り曲げる。五つには、床掃除でアヒル歩き両ヒザを床につけずにしやがみ込み、手を遠くまで伸ばして床を拭く、左右交互の手で拭く、以上のように運動の王道は日常生活の中で取り込めれば、大変良いエクササイズとなります。又、大きな声で歌うカラオケも、脳の活性化には良い活動と思うこの頃です。カラオケ機器の操作及び準備や気買う、実施と福祉施設の出前と自分たち会員同士の楽しみもあり大変良い活動と思います。その他、みかん園の管理

や、歴史探訪ハイク、湖のサイクリングとバイキング、福祉施設の畑の手入れなど、多くの活動がありますが、良き理解者や家族や仲間と一緒に、生き生きとして活動できるのも、皆の協力がある事と仲間同士の健康が第一と考えます。

今後もしつまでの仲間が増員されて発展して行ける様に皆で努力致します。

「エンゼルあきちゃん」って？

鹿島 正和

もう9年が経ちました、妻が「くもまく下出血」で倒れてから・・・！！

妻のお蔭で、障害者の世界を知り、その多さに驚くと共にQOL向上の為に誰かが何かをしなければと考えていました。

その誰かにまさか自分なるうとは・・・！！

途方に暮れていた私の背中を押してくれた同志と共に福祉施設「エンゼルあきちゃん」を立ち上げて6年が過ぎました。

介護職場では、次の3K ①きつい ②給料が安い ③汚いと日々向き合いながら利用者の方々からの「ありがとう」と「笑顔」に支えられて日々奮闘しています。

介護職では、年収300万の収入があれば上級クラスです。したがって、失業率の上がって行く一方で、介護業界では慢性人手不足に悩んでいる状況です。低賃金で入職してくれる人は、

よほどの志の高い人か、すでに生活の係っていないリタイア組になっていきます。介護保険法が改定になりましたが、どこを見ての改定だったのか？ 私には、うがった見方しか出来ません。したがつて、法人として 職員の年収500万を実現させたい「介護職でも将来の夢を見れる」職場作りをしたいです。

県央地区の15周年おめでとうございます。

春日 義男

10年の生きがい発見塾主宰「市民の自分探し・仲間作り相談会」で入会しました。その一年半前の同じ相談会で「海老名男声合唱団「traum」」に入会し、住んで35年になる海老名で新しい仲間に出会い、楽しみが増えました。じゃおクラブには様々なサークルがあるので身近な場所です。楽しむ時間が多くなるだろう・・・というのが入会の動機でした。当会の行事では昨年12月の渋沢丘陵のみかん狩りで、ハイキングで汗を流し、竹の香の美酒を味わいつつ歓談し、背負いきれない蜜柑をお土産にいただきました。ところが、今春から2年間の任期で自治会役員を引き受けたので目下のところは大会集会所建設、コミセン祭、公民館祭などの自治会関連で忙殺されています。

当面の行事には参加出来そうもありませんが、2年後には仲間に入れてもらいたいと思っています。

「ありがとう」

川野 達夫

じゃおクラブに入会して10年余、多士済々の皆さんとの出会いを得ることが出来たことを大変有難く思っています。会社組織はどんなに大きくても所詮は籠の中の世界です

現役時代も終わりが見えるようになった頃は、早く籠から飛び出して外の世界を観てみたいと強く思うようになっていました。

とかく、退職後や老後の過ごし方が深刻な話題になりますが、じゃおの行事参加に加えて、月2回の水彩画教室、月3回の民謡教室、月に10日ほどのシルバー人材センターの仕事、月1回のゴルフ、グランドゴルフ、朝の公園の散歩等々、後期高齢者にしてはそこそこの過ごし方をしていると自負しています。

でも、これから先の生き方が難題です。と言ってもそんなに大それたに考えているわけではありません。きつと私より長生きするであろう老妻に素直に「ありがとう」と言えるようになりたいと願っているだけです。

少し長旅で中国へ行ってきたのですが、その旅疲れからの体調不良もあり、帰国後すぐの県央江戸下町散策への参加は見送りしました、翌日は南多摩へぼ碁の会で、これには出かけましたが、須藤さんには全く勝てませんでした。次の日は、町田で、コントラクトブリッジに挑み、「中国から♥の神を連れてきた」おかげで良い勝負ができました。次の日は、県央シエ・モアでささやかに営農ボランティア。次の日は、南多摩萩原さんの案内で岡上散策。昨日は、再びコントラクトブリッジでしたが、僕の未熟さからパートナーの南多摩佐竹さんに大変ご迷惑をおかけしました。

今日は朝から雨がぱらついたのでお休み日。明日は湘南の農園、というふうには、僕の日程はj a o 関連で埋まっております。最近、県央倉島さんのピンポンの会などにも参加させていただき、鈴木さんとはどっこい勝負です。

日々是好日。

まずは、j a o の紳士諸兄に感謝。場が有ることは嬉しいことです。

’12年4月の花見会場にて、たまたま卓球の話が話題になり、「じやお県央」で新しいクラブ設立を、との意見で盛り上がりました。早川代表の音頭取りで「健康づくりを目指してピンポンを楽しみましょう」と言うことから「ピンポンクラブ」と命名されました。私個人としては、酒席上の話でしたので、期待度はかなり薄く、立ち上げて継続できるかと少々不安でしたが、「善は急げ」と言うことで、早速5月から活動を開始しました。

定例として毎月2回の練習（2時間）で常時5〜6人が参加して、汗を流しています。「案ずるより生むが易し」と言われるように8月末までに述べ50人が出席しているのが現状です。当初の予想をはるかに超えて、盛会なので本当に驚いているところです。現在、練習日を会場（国分コミセン）の空いている日・時間で申し込むので、曜日固定化ができない事が唯一、悩みの種です。最近では、オリンピックで日本女子チームが、「史上初の銀メダル獲得」する大活躍を見せました。今後は、益々、卓球熱が上がり、人気が出てくるスポーツと確信しています。

この機会に「じやお県央」の皆様が、気軽に出席いただければと思っております。毎月の行事連絡をご覧の上、是非一度は参加して「ピンポン」を楽しみ、快適な汗をかこうではありませんか。多数の皆さんが参加されることを期待しております。

## 「趣味とボランティア」

小池 兼一

趣味とボランティアとはどう違うのだろうか、と疑問が時々頭をよぎります。

趣味とは、人が余暇に好んで習慣的に繰り返す行為で、道楽とも言われています。さらに物の持つ味わいやおもむき、すなわち嗜好や好みも含まれています。

具体的にあげてみるとスポーツ、健康、芸術、音楽、生活、学問、語学、自然、食など数えたら切がありません。

カッコイイ趣味は、楽しさも、ハマリ度も倍増します。一刻も早く探しましょう。一方、ボランティアとはその活動が自発、無償、先駆性に基づくものであり、最近では自己実現性も含まれるようになりました。又、大きな流れとしては無償性に対して有償ボランティアが受け入れられるようになりました。

ボランティアの具体例としては、大震災に駆け付けたり、企業の社会貢献の一環としてのボランティア休暇などが挙げられます。自分の趣味は100個も有り、その一つがボランティアであるとよく耳に入りますが判るような気が致します。

このごろしていること。

小林 嘉

人は塵から生まれたから塵に帰る。と聖書は最初の段に神は語っています。

生まれ育った頃の食生活に戻ろう、と言うか味が忘れられなくて、それに近い献立とか食べ物が多くなつて来ている気がする。決してぜいたくでなくして、素朴な日頃の仕草に於いて。何故、人生のうしろ端の時期に土いじり等に、日々の大半を費やしているかと思いつく前は、父母の背を見て、遊びの殆どを田畑の農作業の手伝い等に連れ添っていたような記憶が思い浮かばれて仕方がない。それに感謝の有無は別として。

食料や必需品の大半を自給自足で賄っていた生活の内でも育まれた故の想いだろう。そして今頃になって地は異なっても主食の米と麦根菜類殆ど栽培し、もつと心豊かな味を楽しめるよう、工夫をお天道様のご機嫌を伺いながら、塵帰るまで廻りの人々と過ごしていきたく思っています。

「じゃお県央」発会15周年にあたって

鈴木 千春

「じゃお県央」発会15周年との報に接し、心よりお祝い申し上げます。 「じゃお県央」発足に当たり創設の任に携わった者として感無量の思いでございます。 「じゃおクラブ会報」の毎号を拝見しておりますが、最近の会員の皆様方の、地域社会に尽くされている状況や、会員の皆様の懇親の様子を伺い、素晴らしい活動振りと感じています。 我が国の言語をローマ字化されました、J・C・へボン博士は綱領に、 “人にして貫いたいと思うことは、何でもあなた方も人にしなさい” と掲げています。 此の綱領と同様に「じゃお県央」の皆様が日々実践されていることに、唯々感服の念で一杯です。 我が国も近年、少子高齢化が急速に進んでおり隣人の交流、独居高齢者の交流が少なく、痛ましい事件が新聞を賑わしています。 その意味でも、皆様方の地域貢献活動は益々望まれている処です。

今後の一層のご活躍を切にお祈り致します。

「じゃお」に入会して思うこと

鈴木 寿一

私が「じゃお」に入会した動機は海老名市主催のハイキングで倉島さんと知り合い「じゃお」を紹介されました。

蕎麦が好きな私が、体験入会で国分コミセンへ行きました。そこで出来たて蕎麦と天婦羅が大変おいしかったので即入会しました。「じゃお」で凄く素敵なのは、自分の好きな行事に参加できると言う事で出席しています。私の場合農作業が嫌いなのでなるべく参加しようと思っておりますが残念なことに参加したことがありません。今までの参加して大変良かった行事は、長野の飯島町七久保の7年一度の御柱祭で柱引きに参加できたことです。それと好きな蕎麦打ちで山梨、長野、の本場で新蕎麦で蕎麦打ち体験が出来たことですとてもおいしい蕎麦が食べられました。横浜の生麦でビール作りを体験しました。一日がかりでつくりましたので自宅へ届けられたビールがとても美味しかったです。

あとは、県央の今村さんが、蕎麦の時は、天婦羅材料の買出しから料理まで担当していただき美味しい天婦羅がいただけました。丹沢のバーベキューでは材料の準備から下ごしらえまでもらい、又車で運んでもらい果樹園では、草刈やみなさんが快適に過ごせるように、いろいろ段取りをしてくれて助かっています。いま本部の会計をしていますが今村さんの仕事に比べたら大したこと有りませんです。

## じゃお県央誕生15年に寄せて

須藤 宗敏

15年走馬灯の如し。平成9年3月、茨城県東海村の原子炉事業所で爆発事故。4月、消費税3%から5%に引き上げ。11月、山一證券が自主廃業・・・当時の報道記録が霞の彼方でカラカラ廻っている。

▽仕事に追われていた毎日、ゆとりが欲しかった。社会福祉事務所で、ボランティア活動の情報があることを知り敷居を跨いだ。「じゃおくらぶ」を知ったのもこの頃。生活弱者がたくさん居る事、私でも何かお手伝いできるかな？自分を甘やかす事だけで得意になつていた我が身が恥ずかしかった。

▽県央の行事も多彩に成つてきている。自由時間を有意義なものにするには継続する事、物事に終わりは無いという。自分が設定した目標を窮めるまでは、努力を惜しまない。特に楽しみにしている事を続けていくと若さをも持続できる。慣れ親しみするうちに、自分に取って、なくては成らないものになつてくる。

▽同好の士という言葉がある。顔、形、物事の考え方は違つていても一つの事を共通し合える。人、一人では生きていく事も、楽しむ事も難しい。これからの人生のゴールド・メダルを目指して、ゆつくりマイペースで歩みを進めて心豊かな日々を持ち続けたい。

## 私のじゃお事始め

土屋 佳一

私が、じゃおのことを知ったのは定年1年前のことでした。定年になつたらどうしようかと考えていた時に海老名市の広報に生き甲斐作りに関する催しがあることを知ったのです。正式な行事名は忘れてしまいましたが、現在、今村さんや野木さんが力を入れて「仲間づくり相談会」の前身だと思えます。いろいろな団体の紹介がありましたが、私には鈴木千春さんが紹介してくれた永田農園の活動が強く印象に残りました。

暫くの間、思いはあれど行動しない何時ものパターンでしたが、女房に促されてカーナビ頼りに永田農園を探してみることができました。運よく永田さんのお母様にお会いすることができてお話を伺い、米木さんを紹介いただきました。早速、米木さんに連絡して参加を申込みました。やってみると農作業にしても援農にしても少しも苦になることはなく土いじりを楽しめました。それに通つてみると永田農園は我が家から以外と近いし農園は広くトラクターがあつたりしてプロなみの農作業を体験出来たので楽しくてなりませんでした。本当、私にとって定年後の寂しさを紛らわすには大層役立ちました。

途中、地方巡業に出たり病気をしたりした時期もありましたし今は少々家庭での用事が増えて参加する機会がめつきり少なくなつてしまいましたが、初心を忘れずにこれからも活動に参加し

て楽しみたいと思っております。  
皆さん今後ともよろしく願います。

じゃお県央15周年目に思う

寺西 修

県央じゃおに入会して8年が経った。それは東京佛教学院を終了した時であった。何か社会で自由に活動できる処があればいいなあと思っていた頃、ふとNHKの深夜放送を聞いていたところ、我がじゃおクラブの率川さんと早川さんが出演していた。担当のアナウンサーは榊さんでその応答の中で、「この会は神奈川県を中心に、定年退職した男性が各々やりたいことを、自由自在にこの指とまれの方法で活躍することが出来る処です。そして、このクラブでは、各人が過去は問わず、今ここに精一杯無心に、自身の体力能力に応じて、無理なく活動することが出来る男性のみのユニークな会です。」という発言を聞いて、この会は自身に合っているのではないかと思ひ入会した。

今では、みかん園・ウォーキング・蕎麦打ち・コーラス・料理教室・他に漢詩・詩吟・書道などの会で存分に活動させてもらっている。まさに「じゃお」のお陰であると、ただ感謝です。実に健康に恵まれ有難い人生を送っている。小生は色々活動しているのです、未だ十分な協力がこの会に対して出来て得ず、残念に思うことです。然しこれからは利他行（人のため）を目標にして精進してゆきたいと思っております。合掌。

じゃお県央誕生15年に寄せて

豊永 達司

会生活も先が見え始め、リタイア後の居場所も必要と考え始めた'96年の夏、海老名市の「中高年男性講座」に参加しました。その時のじゃおクラブの講師の方々のなんとなく余裕がある高尚な雰囲気と、また40才以上の大人の男だけ会と言うのが英国のジョンブルクラブの感じに入会しました。

翌年4月、受講後入会者と以前からのじゃおクラブ会員で「じゃお県央」を発足、'97年度の会計記録に発足会残金16名分とあります。当初は肩に力が入り過ぎ「地域の為になにか」、「福祉活動を本格的に」等、思いが実力より大きく、まして現役も多く一発屋的活動になりがちでした。その後メンバーの去就も多かったが、今は色々な活動が継続され、果樹園が活動基盤として湘南のじゃお農園の様な役割を果たすようになりました。地域じゃおの先輩である湘南と比べると文化的な香りは少くないけれど、好奇心と行動力は充分。子供の心を持った泥臭い田舎親父の集団として「じゃお県央」いい味出し始めていると思っております。

## じゃおへ入会した頃の思い出

野木 幹夫

平成10年に定年を迎えた私は、三か月もすると書類、アルバムその他の整理も終え体を持て余すようになりました。これではダメと考え社協のボランティアセンターへ出かけ、体だけは丈夫だからと話し、ボランティア先を幾つか紹介して貰いました。その中から選んだ老人保健センターで、現役時代とは全く異なる世界に入り慣れないベットのシート交換や昼食の配膳などのボランティアを始めました。そんな時に、偶然同じ老健で工作のボランティアに來ている大森さんと出会いました。平成12年春、大森さんからじゃおを紹介されたのが入会のきっかけでした。もし大森さんと出会わなかったら、じゃおを知る機会は無かったのではと今でも思っています。

しかし、その頃の県央は現役組が圧倒的で会合や催しも少なく、二か月に一度そば打ち会を開く程度でしたので、もっぱら湘南地域の農園作業や飲み会へ出かけておりました。おかげで湘南主催の東欧四か国巡りに参加したり、現在も続いている俳句の会にも入会する機会を得ました。特に援農で畑に関する知識を学んだ事は大きな収穫でした。私は12年ほど前から綾瀬の農家より畑を借りていますがこの時の技術がおおいに役立っています。近年県央は活動をPRする機会が増え、会員が増えると共に、定例の催しが多くなったことは大変喜ばしいかぎりです。これからは若い方に

もますます力を発揮していただき、県央がじゃおクラブ運営の大黒柱になる事を祈念している次第です。

## じゃおクラブ県央に所属して

早川 士

平成15年1月じゃおクラブに入会、今年が10年目になる。入会の動機は、当時まだ現役で医療や介護関連の仕事に携わっており、介護関連の資格取得のため勉強をしているうちに、ボランティアに関心を示すようになっていた。当時は57歳、会社を辞めた後何をしようか？ そろそろ考えなくちゃと思っていた矢先、大和市主催の「お父さんのボランティア教室」が開催されるのを知り、即応募・参加した。講師は数名いたが、その中にじゃおクラブの紹介があり、率川代表が話された。活動内容の豊富さと「この指止まれ」に共感を覚え即入会を決断。入会すると県央所属であることを知らされたが、当初一年間はほとんど活動に参加出来なかった。確か県央行事で最初に参加したのは三浦海岸のウォーキングだったと思う。この時感じたのは県央のみなさんはなんとなく温かみがあり、純朴な方が多いなと思いました。

せっかくじゃおに入ったのだからこれではいかん、もっと積極的に活動しなければと思ひ、この指止まれ方式で、入会2年目の5月に第一回ボーリング大会を開催、10月には第一回丹沢湖サイクリング&バーベキューを開催し、いずれも現在迄継続している。

また、入会3年目にはNHKラジオ深夜便に率川代表と出演、反響は大きく本放送を聞いてじゃおクラブに入会された方が確か8名、現在県央で管理している果樹園の維持・管理を依頼されたのも本放送を聞かれた方からの依頼によるものでした。

平成22年3月(64歳)に完全リタイアしたので、他地域の活動にも参加させて戴き楽しい日々を過ごしております。以下思い出に残る活動ベスト五とじゃおクラブに入って良かったと思う事ベスト五を。

〈思い出に残る活動ベスト五〉

- ① NHKラジオ深夜便出演
  - ② 飯島町七久保御柱祭参加
  - ③ 自分が提案した活動(ボーリング、丹沢湖サイクリング&バーベキュー)が現在も継続している事
  - ④ チーズ研究所、酒蔵見学
  - ⑤ 出前蕎麦打ち、出前カラオケのボランティア
- 〈じゃおクラブに入って良かったと思う事ベスト五〉
- ① 会員の皆様、明るく元気で楽しい方ばかりで楽しい
  - ② 自分の好きなことが労せずして実現できる(仲間集めが不要)
  - ③ 会員である事を自信を持って話せ勧誘できる
  - ④ じゃおサロンで著名人の話を格安で聞く事が出来る
  - ⑤ 家を空ける事が多い為、家族孝行が出来ている?

〈今後のじゃお県央への期待〉

- ① 会員の確保。これまで県央の会員は40名弱であるが何とか50名(とりあえず40名)にしたい。
- ② 地域の特性を生かした新しいイベントを発掘したい。

祝・県央十五周年万歳

じゃおクラブ県央15周年記念おめでとう。

美濃部 重慶

今年で15周年を迎える「じゃおクラブ県央」は誠に喜ばしく会員にとって最大の喜びです。この会を立ち上げここまで育ててこられた諸先輩のご苦勞に対しねぎらいの賛辞を送ります。県央は丹沢山、相模川、水田地帯と緑豊かで海老名駅中心に大きく成長し環境に恵まれた所でここに芽生えて来ました。会員層は幅広く一人一人が永年人生の経験を積み重ね、全ての分野で活躍された貴重な技術・技能・技量を持たれ何事につけても面白く楽しく発想力豊かにやり遂げる集団です。

地域社会に生きる「じゃお」高齢者の中に生きる「じゃお」老後の社会を気持ちよく生きるための手助け又社会福祉を取り込んだ「じゃお」明るい笑顔、明るい活動、明るい会話、生きがいのある「じゃお」私も入会して6年目になります。じゃお入会以来幸せな生活となり皆様に感謝しております。「じゃお県央」の未来は明るい。会員の皆様と共々会を盛り上げ会員を増やし20周年30周年と隆盛な発展と記念を楽しみにお互いに頑張りましょう。

## じゃおサロン講師の見つけ方

宮松 順憲

教えている中学校の夏休みを利用して、パリ郊外に住んでいる娘の家族に会いに行く。この旅で知り合いになり、講師をお願いすることが多い。その切っ掛けを記述してみよう。

帰りのシャルル・ド・ゴール空港の搭乗口で搭乗開始を待っている。ある男性が大きなカラー刷りの本を周りの人に見せながらしゃべっている。団体の乗客である。近くで聴いてみると文様の話である。アルジェリアの現地で購入した本を面白そうに話している。その時はそのまま機内に入った。成田で降りて横浜までのバスに乗ってからのことであつただろうか。その男性と同じバスになった。直接話しかけて文様のことを伺った。その男性が当時、神奈川大学の小国教授であつた。

パリに着くと普通は娘が迎えに来ているのであるが、その時はシャトルバスでパリ市街まで一人で行かなければならなかつた。バスは初めての経験であつた。バス乗り場の場所を日本人男性に尋ねた。職業を聞くと天文学者だという。パリの学会で発表するというJAXAの中川博士である。

珍しく帰りがアムステルダムで乗り継いだKLM便である。左隣が若い女性であつたが、途中までは話しかけてはいなかつた。その女性の左隣が若い日本人男性で、大きな咳をしたり、大きな声で奇声を時々上げていた。危害が加わるという訳ではなかつた

が、若い女性が不安な気持ちに駆られると感じていた。食事の時間の時、少しでも安堵感を持つてもらえるかと話しかけた。ベルギー留学を終えて帰国途上の広島市立大学の鹿児島藍さんであつた。最近は台湾出身の筑波の研究所のダラ・ウー博士。行きのエールフランス便の右に座っていた青年である。研究を終えスイスから帰国後、翌日のじゃおサロンに駆けつけてくれた。

じゃおサロン万歳。



## 街道歩きへの想い

山口 安弘

じゃおクラブに入会して1年半あまりになります。

さまざまな行事の中から、好きなものだけに参加できることが魅力で入会しましたが、まさに期待通りで、これまでに蕎麦打ち、果樹園管理、ハイキング等に参加しています。

また、オルタ館での講演会にも何度か通いましたが、いずれも含蓄あるお話で、大いに啓蒙されました。その中で、最も印象に残った講演があります。

私は10年以上街道歩きを続けていて、徳川幕府が定めた道中奉行直轄の江戸五街道（東海道、中山道、甲州街道、奥州街道、日光街道）や鎌倉街道上道を踏破しましたが、先日、志田氏の「東海道五十七次の魅力と見所」の講演を聴いて、東海道が大坂高麗橋までの五十七次である事を初めて知り、勉強不足を痛感しました。

新しい挑戦目標が出来たことで、東海道の残り区間踏破の計画を練っているところです。

## 近況と課題

和田 大志郎

数年前に四国から県央に転入じゃおに入会して2年が経過します。1年目は毎月1回の新横浜でのじゃおサロンにあげく通うことができ、講演会と懇親会等で大変楽しむことができました。世話役の方にお礼申し上げます。ところが2年目の今年は仕事の関係で思うように参加できなくなり、やきもきしているところです。

最近、前期高齢者に仲間入りしました。これからの高齢化社会にどう備えて行けば良いのか自問するものの具体策はありません。健康管理、体力維持に気を配り、なんとか元気でいられます。取らわぬ今後10年間をじゃおにお世話になりたいと思っています。取りわけ地域じゃお県央の皆さまに溶け込ませて頂きたいと願っているところです。よろしくお願いいたします。



三 「じやお県央」を応援して下さい  
皆さんからのメッセージ

じゃおクラブ 県央地区設立15周年によせて

海老名市社会福祉協議会

地域福祉課長 白倉 博子

じゃおクラブ 県央地区設立15周年おめでとうございます。心よりお祝い申し上げます。

海老名市社会福祉協議会では、「地域福祉の推進」をテーマにさまざまな事業に取り組んでおります。地域福祉の推進とは、住民の生活課題に寄り添い、あらゆる機関と協働し解決をはかり、みんなのしあわせを理解していくことと考えます。そのためには、まずは地域のひとたちとつながりをもつ大切さを伝えることではないかと思えます。

その「つながり」の気づきの支援者として、じゃおクラブの活動は大きな役割を担っていただいております。具体的には、特別養護老人ホームの畑の管理、デイサービスセンターでの出前カラオケや蕎麦打ち等の活動のほかにも、今年度は、高齢者のつながりを目的とした菜園ひろばにもご協力いただいております。苗付け、水やり等の丁寧な管理のもと、収穫にいたったときの喜びはひとしおです。

趣味があればそれに打ち込み、仲間とあえば楽しく会話するといった、自分の居場所・会話のある生活のなかで生き生きと暮らせるためのじゃおクラブの活動は、地域のつながりづくり、地域福祉の推進そのものともいえます。

今、まさに少子高齢社会となり、高齢者に関する社会問題はあらゆる生活面に及んでいます。困ったときに助けられたり助けたりできるゆりやかなつながりがあるこそ、地域で豊かに暮らし続けられるものです。これからも、じゃおクラブのみなさまと素敵なコラボをしながら、地域福祉の推進に取り組んでいければと思います。ぜひ今後もよろしくお願いいたします。

最後になりましたが、じゃおクラブ 県央の皆様のご健勝とますますのご発展を祈念いたします。



## 畑で食育

保育所 すこやかハウス 関屋 啓子

「じゃおクラブ」さんには、年間とおして、すこやかハウスの園児がお世話になり、感謝申し上げます。

保育園は駅に近く、園児達もマンションに住んでいる子が多く野菜の生長を家庭で見るとはほとんどいません。季節に合わせた野菜の苗（種）を植えてくださり、また時季をみはからつて苗床を作ってください、子供たちは、じゃおさんに教えていただきながら、さつまいもの苗を植える体験もできました。毎年秋の収穫を楽しみにしています。

春には、『イチゴが赤くなってきたのでそろそろ子供達とつんでください』声をかけていただき、嬉しそうに畑に入って1粒食べただけでも笑顔いっぱいのみんなです。玉ねぎ掘り、キャベツ、レタスの収穫では、やさしく子供たちをサポートしてください職員一同助かっています。

収穫した野菜が給食に出ると子供たちは大喜びです。畑で遊ぶながら野菜の出来る過程を見れる子供たちは、野菜が食べられるようになり、野菜の名前も覚えていきます。

1年間を通して、畑の整備をして頂き子供たちの食育につながっています。ありがとうございます。今後も「じゃおクラブ」さんのご活躍を願っています。

## 15周年おめでとうございます。

生きがい発見塾会長 城島 静也

明快なスローガンの下、地域社会に貢献する『じゃおクラブ』の活動を、私が知ったのは恐縮ですが5年前。その2年後、海老名市でサークル活動を展開している団体を一堂に会して市民との交流を計る「仲間づくりイベント」を企画したときに、参加された『じゃおクラブ』の方から、誠に適確なご提案があり大いに役立たせて頂きました。

試行錯誤していた私どもにとって、大変貴重なそれらの事案は、『じゃお』の方には当たり前の事だったでしょう。10有余年の経験と実績を身につけて折られたのですから。

今、改めて心から敬意を表す次第です。また、その折に知己を得た皆さんの後姿が実に良いことに気づきました。シャンとした背筋、更に歩を運ぶスピード。イキイキとした若さにあふれ、まさにダンディーなのです。

私たち3年目の「生きがい発見塾」も『じゃおクラブ』15周年の素晴らしい後姿を追いたいものと思いい、お祝辞にさせて頂きま

じゃおクラブ様15周年に寄せて

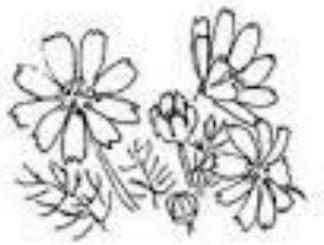
国分コミュニティセンター

スタッフ 北村 千鶴子

いつも、お料理のおすそ分け、有難く、美味しくいただいております。

全員が男性であるにも係わらず、おそばも天ぷらもなかなかの腕前(時々そばつゆが濃すぎたりすることもありました)が……(関心させられておりました)。

お料理の上手な男の方は女性から見ても、とても魅力的です。これからも益々腕を磨かれて、美味しいおそばを打ち続けてください。



丹沢湖より「おめでとうございます」

丹沢湖ロッジ代表 三尋木 裕介

この度は『じゃおクラブ県央』創立15周年、誠におめでとうございます。会員皆様の素晴らしいチームワークにはいつも感謝しております。これからも末長くかつ大いに『じゃおクラブ』様が盛り上がっていくことをご祈念いたします。

【追伸】丹沢湖周辺では今秋も、もみじ祭やマラソン、高校駅伝などの各種イベントが開催されます。多くの皆様のお越しをお待ちしております。



皆様、今日は。

足柄・高尾農園 園主 伊藤 栄子

今村様に一筆をと言われまして、書く事は大変苦痛でしたが、以前のことを少し書いてみました。昭和50年頃ですが、当時アスレチックジムがあちこちで開設されていきました。その場所の一つが高尾でした。子供を連れて遊びに行っておりました。その頃から自然に親しみを感じ、何度も訪ねておりました。そのうち知人が出来て、みかんの木を十本ほど借りて楽しむようになっていきました。何年か経て、村の人のお世話で現在の土地を所有するに至っております。

高尾の方々とは、何十年のお付き合いになっておりましたが、ある時期から、母子の管理と維持になっていました。夏の草刈や摘果と、作業は厳しくなっておりました。このまま放置してしまうと一年で草に覆われてしまうことになりました。今後どうしたら木々を枯らさずに維持できないかと思案しておりました。その結果、現在に至っております。畑には楽しい思い出や、苦しくて投げ出したい時もありました。でも、春にはみかんの白い花と、甘い香りに慰められ、小さい青い実が日々大きくなり、秋には色づき、みかんは酸味から甘酸っぱさになって、その年もこの味を楽しませてもらって、また1年が過ぎるのです。

皆様には、目的を同じくしての耕し、その作業等をたのしむ協力、そして収穫と、四季を通しての交流や、仲間作りの場として利用していただきたいと思えます。

今後、末永く継続していただけますようお願いいたします。また、地元の方々との協力も是非お願いいたします。



「じゃお県央クラブ」設立15周年に寄せて

じゃお湘南 米木 達男

じゃお県央クラブ設立15周年、心よりお祝い申し上げます。じゃお湘南が'95年4月設立ですから、2年遅れと云う事になりますか、お互いに時の経つのは早いものだと思感する次第です。地理的に隣と云う事もあり、開園したての湘南のじゃお農園に参加願ひ、楽しい交流の場を持ちました。当時のじゃお県央の皆さんは、現役の人が多く、非常に若々しさに溢れ頼もしく思いましたが、土、日以外の参加が難しく、大体2〜3名の参加でした。時折行われる収穫祭などには、代表の鈴木千春さんを始め10名ほどの参加があり、一緒に飲み且つ歌い、楽しい一時を過ごした事が記憶にあります。

じゃお県央の立ち上げは、鈴木千春さんの福祉活動を軸として有志が集まり発足したものだと思ひますが、以前よりの大森甫さんの蕎麦打ちが加わり、近年には老人ホームや障害者団体に向き、出前蕎麦打ちにまで発展して非常に喜んで戴くなど、他の地域じゃおには到底真似の出来ない活動をして居ります。私も蕎麦打ち教室に参加して大森さんのご指導に預かり、打ち立ての蕎麦に舌鼓を打ったり、忘年会にも参加して、皆さんと楽しい一時を過ごした事があります。

私は数あるじゃお県央の活動の中で特異なのは、果樹園管理だと思ひます。川崎市の方がNHKを通じてじゃお県央の存在を知

り、荒れた果樹園の管理を依頼され、数々の障害を克服して、多くの果樹（蜜柑以外9種）の育成管理を立派に果たして居るとの事、県央ニュースでは、現場は不便な山中で山道は狭く、小型トラックしか通れず、徒歩30分以上かかるとか、雑草刈り、施肥、枝の剪定など自主的に勉強し育成に努めたとの事、勿論収穫の喜びはあるでしょうが、既に5年以上に亘り熱心に活動して居られますが、じゃお県央のあまたの活動（丹沢湖サイクリング&パーベキュー、健康ボーリング、歴史探訪ハイク、出前カラオケ外）ある中で、特筆すべきものとして紹介させていただきます。かつては15年前、若さ溢れるメンバーがじゃお農園で耕作の傍ら鍋料理を作りカンビールで乾杯、多いに氣勢を上げた事などが現在の発展に繋がって居るものだと思います。

最後になりましたが、一層の発展と会員皆様の健康を祈念申し上げます。

## じゃおクラブ 県央15周年おめでとう

じゃお田園 相川 欣運

じゃおクラブ 県央、15周年おめでとうございます。

私は、小学校の同期生であった大野さん（湘南）に紹介され、妻にも背中をおされて、'00年に入会しました。'01年にはじゃお田園が生まれ、現在に至っております。

県央、宮松さんのお世話で漢詩の会に参加したのが第一歩でした。それから蕎麦打ちにも顔出したり（初めての体験なので食べるだけでしたが）、野木さんのお家で俳句の勉強会でも二面倒をおかけしました。そんな訳で、県央の皆様には大変お世話になり、ご指導もいただきました。

最近の県央は「すげーな」と驚いています。ミカン山の整備、出前カラオケ、ボーリング大会、ピンポン、テニス大会、サイクリング等、催しが多すぎて書ききれません。家庭という幸せな居場所があるのに、尚且つ、ほかに良い仲間をもとめて、元気で、活動しているなんて「すげーな」と思うわけです。

15周年はひとつの区切り、これから20周年、30周年と続くはずです。どうか、これからも、ぶれずに地域貢献に励んでいただき、さらなる皆様のご活躍を祈ってやみません。

## じゃお県央15周年に寄せて

じゃお南多摩 玉木 徹

15周年を迎えおめでとうございます。

早いもので私もじゃおクラブに2000年に入会して以来、12年が過ぎようとしております。現在はじゃお南多摩に席をおきますが、12年の大半は県央に所属して楽しませてもらいました。今の県央は、地域じゃおの中でも最も活発な1つですが、私が入会した当時は、まだほとんど行事らしきものが無かった時代でした。

当時私はまだバリバリの現役で、県央に入会したものの月に一回の定例会と散策位しか行事は無かったように思います。定例会に出たものの、参加者は少ない、具体的な実のある話も無く散会してしまう内容に疑問を持ったものです。当時県央は確か26名の会員でしたが、実際の参加者は半数にも満たない状況でした。そんなわけで当時は県央よりむしろ他の地域じゃおや「じゃおの森」に参加をしておりました。じゃおの森は、当時は結構活気があり、NPO「土に還る木」と協賛して、山から倒木を切りだしたり、植木鉢に削ったりで、県央の仲間も幾人か参加していました。

その後、何と言つても県央が飛躍的に伸びた要因の一つは、「蕎麦打ち」だと言っても過言ではありません。ちょうどじゃお湘南の農園のようにこれがコアになり会員への引力となったのだと思っております。コアの構築は地域の活動を“定着”させる意味で

重要なしかし容易ではない事の一つですし、その意味で、すっかり定着した「蕎麦打ち」の活動に改めて敬意を表したいと思いません。

また南多摩立ち上げの初年度に行事協力していただいた事にもこの場を借りてお礼を言いたいと思います。じゃおの基本理念である「魅力的な地域交流と連帯の形成」はとても素敵は言葉ですが、今後それをベースに楽しく肩肘張らず、県央がますます発展される事を大いに期待してやみません。

### じゃおクラブ県央創立15周年を祝す

ベイサイド 村尾 篤彦

創立15周年、おめでとうございます。この文を書くに当たり、小生の机の上にはじゃおクラブ10周年誌と20周年誌が開かれています。10年誌に記載されているじゃお県央は設立5年目、会員数26人、活動も手探りが続いていることが伝わってきます。会員の半分が現役という若いじゃおの地域集団でもあったのとこのことです。それから10年、会員も35人と増大し立派な集団に成長しました。特に注目すべきは5つある地域じゃおクラブでも特に地域に密着した活動を行っている団体に成長したことではないでしょうか？これは稀な事ですね。数十年にわたるサラリーマンを経験してきた我々にとっては定年後、地域に溶け込む、あるいは地域に密着した人生を過ごすことは容易ではありません。家に引

きこもるか、気心が知れた昔の会社の仲間、関係業界仲間と付き合いがちです。じゃおクラブ自体がこのような定年後の狭い付き合いの範囲を打破すべく、設立された人々の集まりであります、更に進めると我々の目的は地域に住む人々との交流、あるいは地域に何らかの貢献をしたいという願望があるのではないのでしょうか？じゃお県央はこの難しい課題に会員の不断の熱意と、そば打ち、カラオケというツールを使いながら、福祉施設、擁護施設や身体障害者の方々、小学校や発達障害を持つ子供達などの地道な交流を通じて、活動の巾を広げ、その浸透を図ったのでしょうか。とは言え、他の地域じゃおとの交流も盛んですね。又、じゃおクラブの運営にも積極的参加し、代表、事務局長、運営委員を送りこんでじゃおクラブの運営に寄与しています。

15周年記念行事に参加させて頂きました。記念講演会が「点字に関する講習・実習」がこの地域じゃおの特性を物語っています。講師の女性が良くパンチが効いて、我々を飽きさせませんでした。懇親会も良かった。この日のじゃお県央会員の顔は喜びにあふれていました。益々の発展をお祈りします。

# 四 十五周年記念イベント録

## 県央15周年記念・「手打ち蕎麦」を楽しむ会

大森 甫

9月9日(日)重陽の節句の良き日に、国分コミセンに各地から19人が参加戴きありがとうございました。

9:30 開館されて二階に上がり、実習室に入り、そば道具を三か所に配置して準備を整えてから、その他一か所は、春巻の皮つくりの4か所で準備が終わり、グループを分けて、1グループ5人、2グループ4人、3グループ4人、4グループ6人計19人で、それぞれのグループで一斉に始めました。また、早川さんが「じゃお県央の歌」を、持参されたラジカセで聴き、各持場で楽しみながら、一生懸命に、捏ね、延ばし、切る、茹でるなど、美味しい蕎麦と、春巻を仕上げました。

毎回コミセンの管理員さんにも提供し、賞味していただき美味しいと好評でした。皆で蕎麦を食べる前に、じゃお県央の歌の練習をしました。それから集合写真の撮影を行ってから、美味しい春巻と一緒に蕎麦を完食しました。いつもは天ぷらですが、今回は、そば粉を使った春巻の皮を作り、揚げて戴きました。

## 丹沢湖サイクリング&バーベキュー

早川 士

'03年1月じゃおクラブに入会すると、自分の所属地域は「じゃお県央」である事を知らされた。当時県央の活動はそば打ちを筆頭に、施設見学やウォーキングなどが主流で、皆さん和気藹々と楽しんでいた。このような中、何か県央にしか出来ないイベントがないだろうかと模索していた。自分はじゃおクラブ入会前から丹沢山や大山には随分登った。また、丹沢湖の上流では良くバーベキューを行ったり(現在は指定された場所では出来なくなりました)、丹沢湖一周のサイクリングを楽しんでいた。このようになことから、そうだ丹沢か大山登山にしようと思いましたが、じゃおのメンバーは、比較的高齢の方が多く、今後間違いなく一年に一つは歳を重ねるので長続きしないのでは?と思い、登山はあきらめ丹沢湖でのサイクリング&バーベキューにしよう、県央のメンバーに提案したところ、皆さん賛同して下さい、現在に至っている。本行事は毎年新緑の5月と紅葉の綺麗な11月に開催している。バーベキューは毎回県央代表今村さんが趣向を凝らし、単なるバーベキューでなく新メニューがいつも出てきます。今村さんに感謝!感謝!です(今後も宜しく願います)。

参加人数は概ね15名〜20名程度で和気藹々と素晴らしい景色と美味しい空気を一杯吸い込んで、元気をもらって帰ります。また、本行事に欠かせないのが丹沢湖ロッジの御夫婦、いつも笑顔

で迎えてくれて気分もなごみます。旦那さんはいつもニコニコ（きつと素敵な環境で生活しているので悩みが無いのでしょうかね、あやかりたいものです）、奥様はプロ級のカメラマン？で良く写して戴いております。既に16回開催、その都度いろんなエピソードはありますが、事故もなく楽しんでおります。

今年の秋には記念大会と称し、温泉を加えた記念大会にし大いに盛り上げます。この記念誌が発行される頃には記念大会も終わっていることでしょう。

じゃお県央とボーリング



早川 士

じゃお県央が活動計画の中にボーリングを取り入れたのは、今から8年前の平成16年5月であった。

他地域の活動計画にもボーリングはなかった為、生意気にもじゃおクラブに入会して間もないころでしたが、この指止まれ方式で提案したところ、皆さんの賛同を得る事が出来ました。ボーリングを取り上げたきっかけは、じゃお県央のメンバーの大半はボーリング全盛時代に、サラリーマン生活を送ってきた面々。みなさん早朝ボーリングやレーン予約に何時間も前から順番取りに行かされた経験がありました。筆者も入社間もない頃、土曜日（当時は半ドン）は出勤早々ボーリング場へ予約取りに行かされたものです。このようにメンバーの大半は懐かしい思い出がよみがえ

り、昔取った杵柄を發揮しようとの思いから取り上げました。皆さん最初は昔の思い出がある為、張り切って投げてはみるものの、こんなはずじゃなかったと更に力が入り、ますます深みに嵌っています。やはり間違いない年齢を重ね体力が落ちているのですね。今迄に沢山の方に参加戴き現在も継続しております。

年2〜3回行い今年の7月は第24回目で「じゃお県央創立15周年記念大会」と銘打っていつもとは一味事なる趣向で行いました。今迄に参加された方は36名で県央以外の方が16名、県央が20名です。また今迄のハイスコア（2ゲームトータル）は、348ローゲームは150でした。ボーリングの楽しさはストライクが出た時の爽快感、ストライクが出ないときのチャレンジ精神、またピンを誰かに見立てて思い切りピンを跳ね返すあの音などではないでしょうか？幹事としては怪我が一番心配でしたが、今のところ怪我もなく順調に継続しておりますが、やはり年齢には勝てないか足元がもつれることも（用心、用心）あります。ボーリングの後は近くの居酒屋で表彰式（商品は図書券及び県央会員の宮松、大場両名の陶器の名作を提供戴いております）&反省会&懇親会。これが最高で反省などする様子は全くなし（じゃおですからその必要もないですよ）ひたすら飲みまくり、明日からの鋭気を養うと共に次回のリベンジを誓いお開きです。



## 県央15周年記念ウォーキング(1) 『相模原』

寺西 修

6月17日JR橋本駅南口に集合。16名の参加者は、梅雨空の紫陽花を眺めながら元気に相模原公園展望台(38メートル)を目指してスタートした。特に気象については、前日より集中豪雨になるかと心配されたが運よく雨も降らず曇り空で28度の中、ウォークを楽しむことができた。

コースは次の通りである。

橋本駅(10時スタート) ↓ 紫陽花の道(南橋本) ↓ 榎神社(照姫) ↓ 横山公園(川野夫人から大学芋の差し入れを受けた) ↓ 道保川公園・四阿(あづまや)にて昼食 ↓ 横浜水道局浄水脇緑道 ↓ 相模原公園展望台 ↓ 菖蒲園 ↓ JR原当麻(最終)

の全工程14キロ(約2万6千歩)を3時間50分で全員無事歩き終えた。

実に心地よい達成感を得ることができた。このコースは川野さんご夫妻が二度に亘って散策され調べていただいた。そのお陰でとてもスムーズな案内を受け感謝。ことに道保川公園は、沢のところから湧水が流出し、四季を通じて野鳥・山野草等水生動植物が観察され、まさに自然の宝園である。丁度今は源氏螢がとんでいるとか。

展望台では丹沢・横浜・新宿・八王子の四方を遠望した。最後

は花菖蒲(水無月園)見て120種類2万6千株の「しよぶまつり」は素晴らしかった。又、今回は山岡さん(湘南)谷口さん(南多摩)参加を得、大変楽しいウォーキングのひとつであった。

さらに10月28日(日)には同様の15周年記念行事を計画されています。全員参加をお願いします。

## 『大山登山』 !! 県央15周年記念ウォーキング(2)

寺西 修

11月25日、最高の晴天に恵まれて、秦野駅から臨時バスでヤビツ峠に向かう、この日は他に大勢の登山者と共に、じゃおクラブ11名は準備体操の後元気に登山を開始した。

急な坂道をスローペースで山頂を目指した。11:30に頂上1253mに到着。ここから見る県央・湘南・相模湾の絶景は大変素晴らしかった。

休息した後山頂より急坂を転げ落ちるように見晴台へ下山。途中危険な場所が数箇所あり、注意を要した。見晴台では多くの登山者の中にあっても、丁度陽光の当たる処で、全員が楽しく昼食をとることができた。

13:20 次の阿夫利神社より2名はケーブルカーで他の9名は女坂を下山した。途中大山寺の境内で錦秋の主役紅葉の美しさ

に出会い感動した。何人かはこの紅葉をカメラに収めていた。まさにこの大山登山のクライマックスであろう。途中で全員合流した。14：30 そして大場さんが開拓した店にて、大山名物豆腐を蒟蒻・ビール・酒で乾杯した。全体として1万7千歩、約9km、約4時間の行程であった。

本当に参加者全員が無事踏破出来得たことに、感激し様々にご協力をいただいて感謝するものである。最後に小生の拙い短歌を認めてその記しとしたい。(伊勢原駅にて解散 16：40)

「きんしゅう 錦秋の光耀かがやく大山おおやまに

寺てらの紅葉もみじは 我れを迎えん」 正真

鶴見・総持寺座禅体験とビール工場見学

野木 幹夫

総持寺 9月27日(木)鶴見にある大本山総持寺の拝観と座禅体験、帰りにビール工場の見学を行いました。10時、参加者8名が香積台という大きな切妻様式の建屋の待合所へ修行僧が迎えに来たところからスタートしました。初めに総持寺についての説明があり、概略は次の通りでした。大本山総持寺は石川県能登で曹洞宗の寺として開かれ、770年ほど栄えておりましたが、100年ほど前に大火災に遭ったのを機にこの地鶴見へ移ったそうです。

曹洞宗では、金沢の永平寺と総持寺の二つを大本山としており、永平寺は主に修行、総持寺は布教の役割を持っているのだそうです。拝観をして感じた事は、広大な敷地(約15万坪)の中に仏殿、大祖堂その他大きな建物が建立し、その全てが100間廊下や地下の廊下でぐるりと口の字につながっていた事です。その長い廊下や石の床は修行僧の作務により、毎日磨かれているようでピカピカに輝いておりました。

座禅は一般の人が参禅する衆寮という部屋で行われました。部屋は仕切つてありますが、最大100名位は入れると思われませんでした。各自畳敷きに裸足になって壁に向かい、指示に従って足を組み、鐘の合図で瞑想の世界に入りました。初めはなかなか思考が入り乱れ、無というものを掴みませんでした。不思議なもの

で終了の鐘が鳴る頃には落ち着いた様な気になりました。今回の参禅は20分間でしたが、長時間コースもあり機会があれば又挑戦したくなりました。

キリンビール 総持寺から徒歩で約40分の所にキリンビールの横浜工場が有り、見学に寄りました。見学は、「仕込釜」(麦芽と湯、その他を入れて煮込む) ↓「発酵タンク」(麦汁に酵母を加えてアルコールと炭酸ガスに分解)、等の順でビールの出来る過程を見学し、その後出来たビールの缶詰め、印刷、箱詰めコースを見て回りました。今日は缶詰めのラインはフル生産しておりましたが、ビン詰め、樽詰めのラインは動いておりませんでした。ガイドさんの話によると消費者の趣向が変わり現在は、350ml缶が圧倒的で、その次が樽、ビン詰め順だそうです。試飲コーナーでは、始めに10月から新発売される「一番しぼりフローズン(生)」が皆に配られた後、規則にしたがい好きな銘柄を20分間3杯?(多い人は5杯飲んだ)を楽しんで見学を終了しました。

### 楽しい収穫祭でした(県央15周年記念)

木村 廣二

日時、場所：11月21日 じゃおクラブ足柄果樹園

参加者：16名

11月17日の予定が雨天で21日に延期になった足柄ミカン収穫祭です。当日は快晴無風の最高の日和で、果樹園からは冠雪した富

士山が間近に望め絶景でした。

今年初めてのミカンの収穫。今年の早生は、夏の暑さのせいかわが濃く、摘果しなかつたせいもあり小粒なのが枝にびっしりと成っていました。味が濃いいことは、甘味、酸味ともに強いということ。じゃお果樹園のミカンは、市場に出回るものより個性が強い。僕たちが、ガキの頃食べたミカンと言えればお分かりいただけるかもしれません。

収穫作業1時間ほどで150kg摘み取りました。これが、早生ミカンの木、3本弱の収穫量ですから少し驚きです。

軽く収穫作業を楽しんだ後は、今村さん用意のバーベキューとあいなり、日の光が燦々の緑に囲まれた広場で、美味しい料理と美味しい飲み物を味わい、和気あいまいの雰囲気の中で楽しい時間を過ごさせていただきました。時節柄、ボジョレヌーボの差し入れもあり、恒例の竹筒でお燗した日本酒とか、なにしろ左利きにはうれしい限りでした。秀逸は、今村さんが山小屋のおやじから教わってきたというニンニク味噌で、これが焼き肉にバッチシでした。僕は大変美味しく頂きましたが、食べる量を考慮しないと周囲から顰蹙ものの可能性大というリスク付きです。帰りは、皆さん1人当り10kgのみかんを背負ってヨロヨロと渋沢駅の階段へ、となりました。

余談ですが、偶然、駅のプラットホームで4〜5人組みのハイキング帰りの妙齢のご婦人方と一緒に、ミカンを進呈するなぞして、海老名駅まで結構話が盛り上がったというおまけまで

ついた1日でした。

余談の2、大量のミカンをかついで帰ってはいいいのですが、翌朝素面で見れば我が家で食べきれぬ量で無いことは明らかでした。結論から言えば、カミサンがこの2、3をミカンジャムに加工しましたので一気に過剰在庫問題は解決しました。生食には若干難有りの酸味の強い小粒ミカンもジャムの原料としては抜群の素材です。元々甘みは強いので、砂糖は少量加えるだけで、適度な酸味にほんの少しの苦みが利いた抜群のジャムが出来上がりました。次回の果樹園日には、大きめのバッグを持参して行くかと思っております。貴兄もおいでになりませんか。

### 県央設立15周年記念ボランティア活動

#### 福祉会館屋上に菜園を作る

野木 幹夫

今年には県央が設立されて15周年を迎えました。記念となるボランティアを探しておりましたところ、海老名市社会福祉協議会より3月に改修工事を終えた福祉会館屋上に菜園を作る計画があるので、じゃおで企画、運営を担当しないかとの話が舞込んできました。菜園作りを通して市内の方々に「集い」「出会い」「交流する」事などを目的とした市の委託事業との事でした。既に県央では市内の老人ホームの畑の運営ボラをしているため、世話人会で検討した結果新たに別部隊を構成して引受ける事に決まりま

した。福祉会館は市内の高齢者達の集いの場として、社協が海老名市から委託運営しております。この屋上は改修前はゲートボール場として使われていたので、広さは約400㎡有りかなりの広さです。

4月初めからじゃおの今村(義)さん指導の下に菜園用の木枠作りを始め、組みあがった物から神崎リーダー達により野菜苗の植付けを行なってきました。また花植え用には市販のプランターを購入しました。

第一期分として現在出来上がった配置は次の通りです。

手作り木枠 1000D×1800W×300H 3 set

300D×1800W×300H 3 set

市販木枠 600D×900W×200H 2 set

プランター 300D×600W×300H 14 set

5月22日に社協の広報で募集した賛同者へのオリエンティングを行い、いよいよ屋上菜園開園の日を迎える事になりました。



## 15周年記念講演 点字の仕組みと体験

講師 海老名市点訳グループみのり会 小山喜代子代表

県央は「ボランテアの県央」と銘打って活動をしてまいりましたが、このたびの15周年記念講演を視覚障害で困っていらっしやる方の為、点字訳をされている「みのり会」の皆様にお願ひしまして、快くお受け頂きました。講演には他地域じゃおからも沢山参加頂き大盛況でした、実習の仕上げは点字で自分の名前を書いてたしおり作って無事終了。以下、講演の概要を紹介致します。

### 「視覚障害者の状況」

#### 1、視覚障害者とは

##### (1) ことばについて

① 視覚障害者 — 晴眼者

② 全盲 ③ 弱視

##### (2) 見え方の程度

身体障害者程度等級表 視覚障害 1級から6級までである。

#### 2、視覚障害者の原因と視覚障害になった時期

##### (1) 障害を負う時期

先天性、後天性

##### (2) 障害の原因

イ、先天性視覚障害者

未熟児の網膜症、網膜芽細胞腫等

ロ、中途視覚障害者・後天性視覚障害者

## 網膜色素変性症、糖尿病性網膜症、緑内障等

### 3、視覚障害者の人数

(1) 全国の視覚障害者数(平成18年現在)

約31万人その内約3万人が点字読書

(2) 神奈川県内の視覚障害者数(平成21年現在)

17216人その内65歳以上61%等級は1、2級の人60%

### 「点字体験用資料」

#### 1、点字の誕生

現在、世界中で使われている6点点字はフランスのルイ・ブライユが1825年に軍隊文字暗号から考案しました。

#### 2、点字とは

(1) 目の不自由な人が使う文字

(2) 点字はタテ3点ヨコ2点の6つの点の組合わせからなる

(3) 横書き、カナ文字、用紙はB5サイズ(が手の大きさに合う)。

(4) 紙の表面から裏へ突き出して書き、右から左への横書。

(5) 視覚障害者はその凸面を触読するその時は左から右へ読む

(6) 分かりやすく、読みやすくする為、区切って発音通りに書く。

### 「点字体験」

点字は読むのも一覧表とにらめっこで、また書く場合は右から左へと点の位置が違うため皆さん苦勞していました、器用な人は早くすすんでいました大変なためになる体験でした。

鈴木 寿一(記)

## 県央創立15周年記念パーティーの開催

野木 幹夫

11月26日(月)県央創立15周年を祝うパーティーを、海老名市内のオークラホテルで開催いたしました。

当日はあいにくの雨模様でしたが、第一部の記念講演会々場から徒歩20分の道のりを移動していただきました。パーティーには県央21名、湘南8名、ベイサイド6名、南多摩6名、田園3名、合計44名の皆さんのご出席いただきました。午後3時より今村県央代表の開宴挨拶、早川じやおクラブ代表の祝辞をいただき、県央の長老大森甫さんの乾杯で祝宴にはいりました。祝宴は立食パーティー式でしたが、ホテル自慢の料理が並ぶ中、海老名の地酒「泉橋」、その他各種飲み物、飲み放題などで賑やかに歓談いたしました。

県央はボランティア活動に重点をおいているせいか、海老名市社会福祉協議会さんや市内の特別老人ホーム理事長、保育園長さんから祝電を頂戴し、会場で披露いたしました。また湘南の大野さん、島田さんやベイサイドの郡司さんからいただいたお祝いのメッセージは会場に掲示させて頂きました。宴たけなわのなかで賑やかに数々のアトラクションも行われましたのでその一部をご紹介します。

先ずは、県央・川野さんが得意の喉で、沖縄民謡「芭蕉布」「ていんさぐぬ花」を哀愁こめて披露された後、湘南から駆けつけた

新藤さんから手品を披露して貰いました。県央で新藤さんの手品を見るのは初めての人が殆どでしたが、その手さばきに感心し、どうしても仕掛けの分からない手品に頭を悩ましておりました。引き続き県央の前田さんによる、津軽三味線の披露がありました。テンポの速い撥さばきで、皆さんにお馴染みの「ソーラン節」「花笠音頭」ほか、を披露されました。アトラクションの締めはビンゴとなりました。

会場に備えられたビンゴのソフトを使う方法は初めての体験で、時代は変わったなと思いました。暫し歓談が続いた後、宮松さん指導による「じゃお県央のうた」を皆さんに紹介し、中締めとなりました。

県央・美濃部さんの発声で、三本締めを行い、次は20周年記念パーティーには皆さん元気で会いましょうとの思いで散会となりました。



## 「じゃお県央」15年の歩み

年	月	主な出来事
1991年	7月	「じゃおクラブ」設立総会（全労災神奈川会館）
1997年	2月	「じゃお県央」発足式 (海老名公民館27名参加)
		通所介護NPO法人「折り鶴の家」でミニデイサービスを 1996年6月から2011年3月まで実施する
	6月 12月	海老名ミニデイサービス1周年記念フォーラム開催 じゃおサロンで「じゃお県央の活動」発表
1998年	11月	神奈川ともしび財団主催の「県央ともしびまつり」に参加
1999年	11月	じゃお県央ニュースホームページにUP
	5月	「そば打ち会」開始
2000年	1月	第一回県央トーク「推理小説の魅力」講師 豊永達司氏
	2月	「県央プラザ」（世話人会）で「県央トーク」（発表）を決める
	4月	「県央ハイク」開始
2001年	3月	JAO県央のうた(作詞 鈴木 千春、作曲 鮫島 加代子)CD化
2004年	5月	「県央ボウリング大会」開始
	10月	「丹沢湖サイクリング&バーベキュー」開始
2005年	9月	「足柄・果樹園」管理開始
	11月	「県央歴史探訪」開始
	12月	第1回「地域じゃお対抗ボウリング大会」開催
2006年	7月	防災研修実施（県総合防災センター、海老名市消防署）
	7月	第1回「手話サークル・さつき会交流そば打ち」開催
2007年	7月	「県央男の料理教室」開始
2009年	3月	海老名市主催「自分探し・仲間づくり」相談会に参加開始
	5月	特別養護老人ホーム「シエ・モア」で畑のボランティア開始
	10月	「足柄・果樹園」が大豊作
2010年	1月	海老名市社協主催「シニアボランティア入門講座」で講師を務める
	3月	神奈川県社協主催「シニアパワー向け地域活動応援フェア」に参加
	4月	長野県飯島町七久保「御柱祭」で県央から4名が里曳きに参加
	5月	果樹園農道清掃ボランティアに参加開始
	7月	海老名市教育委員会主催「海老名っ子サマースクール」で指導を開始

2010年	10月 11月	信州須玉「北甲斐亭」で蕎麦打ち体験と「雪印チーズ研究所」見学会 海上自衛隊横須賀基地「護衛艦たかなみ」見学会
2011年	2月 3月 11月 12月	海老名市市民協働課共済「サポセンフェスタ」に初参加 「県央年次総会」で揮毫の表彰式 ・鈴木 千春さん(米寿) ・大森 甫さん(傘寿) 佐久市「磊庵」で蕎麦打ち体験と「六甲バターチーズ工場」見学会 みかん畑に援農ボランティア(河野果樹園)開始
2012年	3月 4月 11月	海老名市福祉会館の屋上菜園ボランティア立上げ 「県央ピンポンクラブ」発足 県央15周年記念パーティー開催

## 2012年度 県央会員 36名

(五十音順)

天野 直己	新井 譲	伊藤 誠一	今村 義宏
岩崎 通義	宇野 弘二	大場 幸雄	大森 甫
小川 和正	鹿島 正和	春日 義男	川野 達夫
神崎 健治	木村 廣二	倉島 大輔	栗原 郁男
小池 兼一	小林 嘉	小宮 進	清水 慎司
鈴木 千春	鈴木 寿一	須藤 宗敏	土屋 佳一
寺西 修	豊永 達司	野木 幹夫	早川 士
別所 洋一	前田 康行	美濃部 重慶	宮松 順憲
山口 安弘	吉永 敏郎	米澤 茂春	和田 大志郎

## J A O 県央のうた

後にも先にも曲作りなど初めてのことでした。どういう経緯で曲を作ることになったのかは十何年も経ってしまい忘れましたが、鈴木千春先生の詩が素晴らしく、四季を通してじゃお県央の活動と豊かな自然を織り込まれていて、素直な気持ちでメロディが生まれたことを思い出します。折々のイベントで愛唱されることを嬉しく思います。

鮫島 加代子

二〇〇一年じゃお湘南の歌に対抗してじゃお県央の歌を作ろうという機運が持ち上がった。鈴木千春さんが早速歌詞を作ってくれた。その詩に合わせて当時の「じゃお町田」の鮫島さんの奥様の加代子さんが曲をつけてくれた。CDを制作できる知人もいてとんとんと話が進んだ。久し振りにCDを聞いてみた。なかなかいい曲である。

宮松 順憲

おやまのみね かすむ すその  
 きよきながれの さがみがわ  
 はるの だいちに われら たつ Let us  
 live to day for bright to mo row  
 けん おー けんおー じゃおけん おー

## JA0 県央のうた

作詞 鈴木 千春  
作曲 鮫島 加代子

- 1 大山の峰 霞む裾野  
清き流れの 相模川  
春の大地に 我等立つ  
Let us live today  
for bright tomorrow  
県央 県央 JA0 県央
  
- 2 炎暑の山路 踏み入りて  
下草刈りに 枝払い  
森よ! 大地よ! 蘇れ!  
Let us live today  
for bright tomorrow  
県央 県央 JA0 県央
  
- 3 菡の空の 赤とんぼ  
畑仕事も つつがなく  
地域の友の 顔の汗  
Let us live today  
for bright tomorrow  
県央 県央 JA0 県央
  
- 4 外は木枯らし 蕎麦を打つ  
腕の力も 逞しく  
額の汗に 光る顔  
Let us live today  
for bright tomorrow  
県央 県央 JA0 県央

じゃおクラブ県央15年の歩み

2013年 1月29日 発行

編 者 大場幸雄

発行者 じゃおクラブ県央

代表 今村義宏

印 刷 かまくらコピーセンター

**Jao**