

若林区老連会報 わかばやし

第107号

編集 若林区老人クラブ連合会 教養広報委員会
発行 仙台市若林区沖野7丁目26-3

今年もあとわずかとなりました。コロナの影響も少しずつ減少し、心配された今年の区老連の諸行事も10月6日のペタンク大会を最後に、無事終える事ができました。皆様のご協力本当に有難うございます。しかし会員の高齢化がすすみ、各行事への参加者が徐々に減少の一途をたどっております。健康で楽しく過ごすにはスポーツが重要な役割をはたしております。これからも体力に応じたスポーツを心掛けて参りたいと思います。前回も紹介しました「eスポーツ」の体験会も開催してまいりたいと思います。

今年も10月28日から愛媛県で開催されましたねりんピック（全国健康福祉祭）に引率役員として参加させていただきました。各種目の高齢選手の元気でバイタリティあふれる活躍に、私もかく有りたいと感動いたしました。今後の活動として豊齢祭り、高齢者の健康づくり、脳の健康づくり等の研修会もあり楽しく参加して行きたいと思えます。我が区老連でもスポーツ大会や趣味のサークルを活発に行い、会員増強を目指して頑張る参りましょう。



若林区老人クラブ連合会
会長 山本 明宏

元気で楽しく活動を



保健体育部の活動について報告致します。
6月5日(月)に交通公園にて、第14回ペタンク大会を実施しました。天候に恵まれ8チームの熱戦が繰り広げられ、敗者復活戦まで行い結果は、優勝沖野館イキイキクラブ、準優勝八軒げんき会、第3位沖野ひまわり会、敢闘賞に南小泉Bとなりました。

次に6月1日・7日・22日と3日間、シルバースポーツセミナーが開催されました。今年は若林区文化センターが改修工事のため、荒町市民センターでの実施となりました。又梅雨の時期にもかかわらず、たいした雨も降らず、連日真夏日となり、大型扇風機4台を動かして対応しました。又荒町市民センターは駐車場が無いため、移動の確保が難しく、参加者は申込の七割と低調な結果となりました。それでも三日間トータルで115名の参加があり、蒸し暑い中、本当に、皆さんお疲れ様でした。
次に7月24日(月)に日辺グラウンドに於いて、グラウンドゴルフ大会を開催致しました。朝7時半前からスタッフの方々にコース設定等の作業をして頂きました。

「保健体育部の報告」

区老連保健体育部 別府 靖雄



予定では、78名の申し込み済みでありましたが、実質的に71名の方々が参加されました。当日は太陽が全然雲に隠れないため、熱中症で倒れる人がでないか心配されましたが、結果的に体調をくずされた方はおられませんでしたので、安堵いたしました。

男性42名、女性29名の参加者中、成績は、男性の部優勝は佐藤義次さん、準優勝岡部敏明さん、3位渡部徹さん。女性の部優勝は柴田孝子さん、準優勝保坂章子さん、3位岡部佳子さんでした。おめでとうございます。

24ホールのストロークプレーで行われましたが、入賞者は殆どホールインワンを獲得しており一人で3つも出した方もおりました。



令和5年度区老連 G・G大会7月表彰式

以上が上期の総括です。下期は「体力測定」を従来通り、若林中央市民センター別棟にて、10月31日に実施いたしました。大勢の方々のご参加ありがとうございました。



老人会に入会して



上荒井老人睦会 堀江 公子

私は老人会に入会してまだ一年です。何もわからず友達に誘われて入会しました。月二回集まりますが、毎回楽しいです。輪投げ、サイコロ、ダーツなど毎回楽しく過ごしています。先日はグラウンドゴルフをしてみないかと誘われて、二回練習に行きました。

公園では皆さん楽しく元気に大きな声を出してとても楽しそうにゴルフの練習をしていました。私も初めてなのにみんなについてゴルフをしてみましたらとても楽しかったです。その後試合に出てみ

ないかと言われ知らない内にメンバーに入っていました。私はかく考えて出てみる事にしました。当日はとても緊張をしていました

が皆さんの言う通りにしようと思いましたが緊張を解きながら始めました。ところが奇跡が起きたのです。ホールインワンが出たのです。初めての経験で夢のような出来事が起きてしまい、とても嬉しくて大声を出してしまいました。グループの皆さんも喜んでくれて、仲間意識が出てとても嬉しく楽しい一日でした。

これからも身体に気をつけて、元気に明るく楽しく皆様と一緒に老人会に出席しようと思えました。

「初披露」

一本杉長寿クラブ 会長 山口 隆二

皆さん、こんにちは。いかがお過ごしでしょうか？

今年も記録的な暑い夏となり、熱中症対策が必須な生活となりました。

また、新型コロナウイルス感染



症は五類に移行し行動規制もなくなり、各種行事も通常通り開催されています。しかし、感染症は拡大傾向にあり、基本的な防止策は継続する必要があります。外出の時は常にマスクをし、目的地に着けば手洗いをして、感染予防に努めています。

令和5年度、第28回若林区老人クラブ連合会の芸能祭が、10月24日(火)福祉プラザ「ふれあいホール」でありました。私は長年演歌を練習しておりますので、初参加ながら舞台上に立たせて頂きました。ナレーションで私の歌に対する心情を伝えていただいたので、自分の人生はこうありたいと「人生(みち)」を思いっきり歌いあげることができました。

出演者の皆さんは、元気ではずらつと自分の演目を頑張っており頼もしく思いました。また、実行委員の方々も朝早くから準備等大変だったと思います。新型コロナウイルス感染症の発生が続いておられますが、世代を異にする多くの方々と交流を図る場として良いと思つたので、これからもずっと続いて欲しいと思つました。

一本杉長寿クラブとしては、見守り活動等を実施しながら毎日を健康で明るく楽しく過ごして、会員が「フレイル」にならないように努力していきたいと思つています。



南材 八軒げんき会
女性委員長 岸野 美智子

今年度はコロナも五類になった事により、全ての行事が復活する様子が見えてきました。若林区老連の芸能祭も同様に開催にこぎつきました。総務委員会の方々の協力も大いにあり、感謝申し上げます。三年間のブランクは大きく、



スタッフに戸惑いを生じさせました。三度の会議と前日の準備により、何とか幕を開ける事が出来ました。

開会式は山本会長の挨拶に始まり、御来賓の若林区障害高齢課課長、服部裕貴様よりご祝辞を頂き



ました。続いて御来賓の若林区障害高齢課課長服部裕貴様・係長合力久芳様、また役員の紹介と式

は順調に進みました。

さあ楽しい演技が始まりました。めでたい祝い唄「さんさ時雨」を皮切りに歌い始まったのですが、マイクのスイッチが入っておらず初めから歌い直して頂きました。何て不手際でしょうお許し下さい。おそらく短期間の練習だったでしょうに、めげずに参加協力のおかげで、舞踊、ダンス、歌謡曲、弾き語りと盛り上がりました。最後は「楽しく陽気に行きましょう」のじゅん&ひろしのウクレレ漫談で大爆笑、拍手喝采で締めることが出来ました。

お見苦しい所や、お聞き苦しい所については、三年ぶりと云う事で、大目に見ていただきたいです。来年に向けて準備を整え、皆様に喜んでいただける舞台作りを目指したいと思います。



楽しかった 軽スポーツ大会

中荒井延命会会長

色川 シゲ子



今年の夏の暑さにもめげず、会員の皆様お元気ですか？
老人会も年々減少しつつあり、いかに会員を増やすかを考えながら令和5年度の行事計画を組み立てました。その一環として、七郷

老人クラブ軽スポーツ大会が8月27日に行われました。

最初に七郷幼稚園の子供達の踊りがありました。

「めんこいよ!」

「また見たいよ!」

「ありがとう!」

それから、私たち七郷老連「七」チームの競技に移り、ダーツ、輪投げ、玉入れ、ストラックアウトをしました。

女性部の踊りも有り、楽しいひとときでした。

閉会式では、軽スポーツ大会に参加された88歳以上の方々が多数おられ、その方々にお祝いの品を差し上げました。中荒井延命会会員で99歳の方もゲームに参加し、楽しんでおりました。高齢の方でも気軽に参加できる行事を工夫していけると盛り上がると思います。動けるといふことは喜ばしいこと、感動です。

南材地区老

ウォーキングに

参加して



南材地区 八軒げんき会

岸野 美智子

私達「八軒げんき会」は11月1

日に第2回南材地区老ウォーキングで七北田公園に行きました。地下鉄河原町駅集合、泉中央駅下車、晴れ女が多数参加されたお陰で青空のもと広い公園をウォーキング、なんとさわやかなのでしよう。下見をしていたので、トイレやベンチ等は何の心配も有りませんでした。池のほとりでは、カモが昼寝をしていましたが、私は「クワックワツ」と言っておこしてしま、昼寝をさまたげられたカモさん達に睨まれてしまいました。(ハ、ハ、ハ)

思い思いのベンチでおにぎりを食べ、ゆっくりくつろぎました。チビッコ広場や芝生広場では子供達がドングリを拾って遊んだり、ワンコも気持ちよさそうに散歩していました。私も子供に返って大きなドングリを拾いました。ドングリにもいろんな種類があると聞いてビックリです。小さいけど滝もあり、一汗かいて歩きました。入口の緑化ホールではバナナもあり、係の方が親切に説明してくれました。大きなポインセチアも間もなく真っ赤になるとの事、楽しみです。

お日様をいっぱい浴びて楽しい一日でした。



5月から始まり11月中旬頃までの。皐月もだす「黙取」。田植え真つ盛りころ雨がしとしとと夜に降り、朝目が覚めてちよつと降ったかなの感じの時に「網の目」が松林の内に砂地枯れ草の間に出ます。農家の方は忙しいので取りに来ません。芳野地のあたりに「緑鐘初茸」と言うきのこが出ます。一つ見つければ沢山出ています。食べる時は味噌汁の出汁には最高です。さて、なぜ「もだす」なのかと言うと、きのこの出る所は親にも兄弟にも教えるなど言う位ですから、取りに行ったら、黙って取るだけです。昔は「きのこ」とは言わずに「もだす」と言ったので6月中旬まで出ます。7月8月は暑いので食べられるきのこは出ません。

鮮やかな色の毒きのこはいっぱい出ます。この場所が大事なのです、確認しておきます。秋9月に

備えるのです。その毒きのこの出るところに食べられるきのこが沢山出るので。それでも7月8月、夏の真つ盛りの暑い時期に出るきのこがあります。腐った松の木の切り株に出るきのこがあります。「松丹」と言うきのこです。「似たり松茸」とも言います。

煮ても焼いても炒めてもとにかく美味しいのです。このきのこは出たすぐには取らないのです。小さいのが出たら木の葉や草で覆い隠し、3日後に取りに行きます。そうすると写真のようなきのこになるのです。このきのこはいっ



はい出ないのです。
出る場所が定まっているかのよ
うに、陽があたり午後日陰になる
切り株にでます。

見つけるのは大変です。9月に
なりきのこが出始めます。どこに
でも出るわけはありません。ち
よっと草が生えている所とか、や
ぶになっているような所に出るの
です。その後は砂地や堀の両岸、
池の回りとかそんな所に沢山出る
のです。

「網の目」「にゅらんこ」「紫し
めじ」等々が出るのです。十月初
旬ごろに出るのがあります。十月初
旬「金茸」^{きんたけ}「松露」^{しょうろ}です。前日に雨が
降り朝からりと晴れた日に砂地の
松の枝の陰になっている所、見つ
ければ沢山出るので。ご飯に炊
くのが最高です。金茸ご飯と言
います。十月末頃になり霜が降り
ころになりますと、「寒茸」^{かんたけ}と言
うきのこですが、なぜか霜が降り
ないと出ないのです。出る所も下
草があり、松の木の陰に出ている
のです。傘径が5ミリくらいと小
さいのです。

手のひらいっぱいにするために
30分くらいかかります。この頃は
誰も取りに来ません。
出るところを見つけると小さい
のがいっぱい出ています。腰をお

ろして取ることができません。味噌
汁や煮しめに添えて食べたら最高
です。

この記は東日本大震災前の話で
す。今は松林の土を入れ替えたの
でまだ出ていないのです。
自然は元の姿に戻るのでしょうか、
もどって欲しいです。

私の趣味

パートII



沖野館いきいきクラブ

宮原 徹司

私は若い頃から作詞作曲して、
自分自身で楽しんでます。
芸能祭でも「いのち」と云う曲
を披露しましたが、カメラの持ち
すぎで指が動かなくなり、唄だけ
披露する様な事になり格好悪かつ
たです。

まあ何とかギターも弾いて歌い
終わって、ホットしてまたカメラ
を持って、あっちこっち動き廻り、
心底疲れたけれど楽しかったです。
私は沖野老人クラブ連合会の会
長をしています。それで、この会
の愛唱歌をと思い、以前の曲を少
し変えて作りまし

OKINO 沖野老人クラブ

よりあち ちしき比ゆ きみにつける たぬい つぶ
ひんたち ぬふよつかめ のともをゆす たぬい
うこのはよ おきのみー じん クラ ブ
う このはよ おきのみー じん クラ ブ

えんひろがるおき の ごが つ のあさみや のなかにせい
じーひろがるまち じよ よぞ をこがす とんよさいきぬ

りょうじのかねのね が さよ の はじまり を つげ
んがはじめにつけ んが こ と の 一ゆめ を ちか

る たげ をつづける じん せいの 日ん のすこしの
う にっ きのやがえ る よよに とし をかむた

田園広がる沖野 五月の朝もやの中に
清涼寺の鐘の音が 今日始まりを 告げる
旅を続ける人生の ほんの少しの寄り道
知識と趣味を身につける為に
集うこの場所 沖野老人クラブ
西に広がる街に 夜空を焦がすどんと祭
去年のけじめをつけて今年の夢を誓う
日記のページが増えるように
年を重ねた人たちが教養高め友を増やす為に
集うこの場所 沖野老人クラブ



次回パートIIIをお楽しみに。



ポエム「白の情景」

遠見塚福寿会 青木 久美子



大きな硝子窓の向こう
音もなく雪が降っている
白い花の蕾のような雪が
列をなして落ちてゆく
長く、長く、ずっと続いている
風が少し吹いて蕾のような雪は
ゆらりと流れた
透き間から遠くの家並みが
ぼうつと霞んで見える
突然黒い影がバサーッと
下から上へ斜めに横切った
アアッ息をのんだ
なんだったのか
ゆれながらも降っていた蕾のような雪は
左右上下に乱れ飛び交った
しばらくゆれにゆれていた蕾のような雪は
ときの流れを待ち
また静かに降り積もっていった

短歌・俳句・川柳

遠見塚福寿会 山本 明宏

柿二つ 肥料不足の うえき鉢

徒競走 いつもビリケツ 孫二人

人走り 旗はしりの ネンリンピック

館いきいきクラブ 宮原 徹司

猛暑日は 命おしくて パーク止め

猛暑日に パーク行けばと いやみ云う

だまされる 孫から電話 気をつけて

館いきいきクラブ 別府 靖雄

暖冬と マスコミ全て 言うけれど

母と見た トルク地震の 募金箱

百過ぎて 名前も年も 分からぬが

化粧忘れぬ 女のこころ

【編集後記】

5月の106号からこの11月の107号までの間に、ひさしぶりに芸能祭が開催され、女性委員会の方々の苦勞が投稿文にも寄せられ本当にご苦勞様でした。

笑いあり、失敗(ご愛敬)ありで、楽しい芸能祭来年もぜひ開催を、宜しくお願ひします。

尚、この会報に投稿された皆様有難うございます。心から感謝します。次回の会報にもご協力お願いします。

編集委員長 宮原 徹司

原稿募集

会員の皆様の旅行記・エッセー・俳句・短歌・川柳・建設的なご提案など、遠慮なくどんどんご投稿願ひます。ただし、批判や誹謗中傷は掲載出来ません。お待ちいたしております。

教養広報委員会

