

# 友愛訪問員知事激励式を開催

## ～徳島県が全国に誇る友愛訪問活動「40周年」～

昭和59年に全国初の試みとして本県でスタートした友愛訪問活動は、今年40周年を迎えました。これまで会員の皆様の崇高なボランティア精神によって支えられ、ひとり暮らしの高齢者を見守り、情報提供を行うなど暮らしを支える重要な取組となつていきます。

特にここ数年はコロナ禍により、ひとり暮らし高齢者は、外出の自粛などで、不安や孤独感が増幅され、閉じこもりや孤立、体力の低下などが懸念されており、友愛訪問活動の重要性は益々高まっています。

こうした中、今年も「友愛訪問員知事激励式」が開催され、知事から友愛訪問員一人一人に激励メッセージが手渡されました。

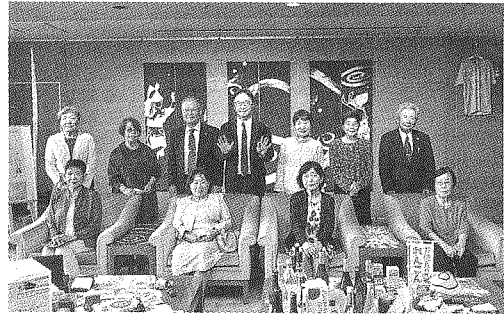
この激励式は、友愛訪問員の長年の労をねぎらうとともに、一人でも多くの方に支援の輪が広がるよう今後の取組をお願いするもので、本県独自のものです。

5月27日(月)、県庁において友愛訪問員の代表と県老連正副会長が出席し、後藤田知事による激励式が行われました。

引き続き、人と人との絆を紡ぎ、地域のつながりを深めるため、多くの会員の皆様に友愛訪問活動に参加していただきたいと考えていますので、ご理解ご協力をよろしくお願い申し上げます。

メッセージは、県内の友愛訪問員全ての方に届けられます。

この日、出席された友愛訪問員は次の皆さんです。



- 美代子 (美馬市)
- 渡邊 一子 (美馬市)
- 山本 加代 (石井町)
- 加藤 恵美子 (石井町)
- 田中 タチコ (海陽町)
- 海老名紗紀子 (海陽町)

5月22日(水)、あわぎんホールにおいて、県老連女性委員会が開催され、令和6年度の取組として、女性リーダー研修会を12月頃に開催し、講義については「高齢者の孤独・孤立対策」の学びを、実技については「ソーイング」の講習を計画することに決定しました。

- 中国・四国ブロック研修会の若手委員会を開催
- 5月24日(金)、あわぎんホールにおいて、県老連若手委員会が開催され、7月に三好市で開催される中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会における司会及び部会長を次の方々に決定しました。
- 司会(1日目) 林 勇(つるぎ町)
  - 司会(2日目) 佐藤幸三郎(鳴門市)
  - 座長(第1部) 野口 穂(那賀町)
  - 座長(第2部) 片山天四郎(美波町)
  - 座長(第3部) 高山 宏行(徳島市)
- また、令和6年度の取組として、ブロック別の

女性リーダー研修会のテーマは「孤独・孤立対策とソーイング」

女性委員会を開催

- 中国・四国ブロック研修会の若手委員会を開催
- 5月24日(金)、あわぎんホールにおいて、県老連若手委員会が開催され、7月に三好市で開催される中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会における司会及び部会長を次の方々に決定しました。
- 司会(1日目) 林 勇(つるぎ町)
  - 司会(2日目) 佐藤幸三郎(鳴門市)
  - 座長(第1部) 野口 穂(那賀町)
  - 座長(第2部) 片山天四郎(美波町)
  - 座長(第3部) 高山 宏行(徳島市)
- また、令和6年度の取組として、ブロック別の

「最近の夏は暑い?」

「夏は、夜…」平安時代の貴族は夏の夜を楽しんでいたようですが、近年はどうでしょうか。

戦後間もない1950年代の熱帯夜(夕方から朝までの最低気温が25度以上の夜)の日数(徳島)は年間10日前後でしたが、2010年代に入ると、年間30日を超える年も増え、明らかに日本の夏は暑くなっています。

「危険な暑さ」

昨年度、「危険な暑さ」を警告する「熱中症警戒アラート」が発表されたのは25回でした。現代の夏の暑さは、命に関わる暑さです。

「熱中症警戒アラート」が発表された日は、スポーツや農作業を控え、暑さを避けましょう。

「エアコンを効率的に」

暑さを避ける最も効果的な方法は外出を控え、エアコンを利用することです。「電気代が高い、エアコンが苦手」と思う方もいるかもしれませんが、そこで一工夫。エアコンの設定温度を少し高め(28度)にして、扇風機やサーキュレーターを使用することで、冷えた空気による体への影響もマイルドになり、電気代も節約できます。

また、「すだれ」や「よしず」、緑のカーテンの

「最近の夏は暑い?」

「夏は、夜…」平安時代の貴族は夏の夜を楽しんでいたようですが、近年はどうでしょうか。

戦後間もない1950年代の熱帯夜(夕方から朝までの最低気温が25度以上の夜)の日数(徳島)は年間10日前後でしたが、2010年代に入ると、年間30日を超える年も増え、明らかに日本の夏は暑くなっています。

「危険な暑さ」

昨年度、「危険な暑さ」を警告する「熱中症警戒アラート」が発表されたのは25回でした。現代の夏の暑さは、命に関わる暑さです。

「熱中症警戒アラート」が発表された日は、スポーツや農作業を控え、暑さを避けましょう。

「エアコンを効率的に」

暑さを避ける最も効果的な方法は外出を控え、エアコンを利用することです。「電気代が高い、エアコンが苦手」と思う方もいるかもしれませんが、そこで一工夫。エアコンの設定温度を少し高め(28度)にして、扇風機やサーキュレーターを使用することで、冷えた空気による体への影響もマイルドになり、電気代も節約できます。

また、「すだれ」や「よしず」、緑のカーテンの

「夏のオシャレを楽しむ」

最近、性別問わず使いやすいデザインの日傘や、吸湿冷感素材の肌着類も販売されています。浴衣や甚平も日本の夏に近づいています。

服や帽子の色も大切です。白や黄色など、明るい色は、光を反射することで涼しく感じます。

「夏を楽しむ」

熱中症は怖い病気ですが、しかし適切な行動により防ぐことができます。熱中症対策は念入りに、スイカ割りや夏祭り、涼しい部屋でオリンピック・パラリンピック、甲子園など、夏を楽しみましょう。

「夏のオシャレを楽しむ」

最近、性別問わず使いやすいデザインの日傘や、吸湿冷感素材の肌着類も販売されています。浴衣や甚平も日本の夏に近づいています。

服や帽子の色も大切です。白や黄色など、明るい色は、光を反射することで涼しく感じます。

「夏を楽しむ」

熱中症は怖い病気ですが、しかし適切な行動により防ぐことができます。熱中症対策は念入りに、スイカ割りや夏祭り、涼しい部屋でオリンピック・パラリンピック、甲子園など、夏を楽しみましょう。

「異常気象」

というコトバは、もう何年前から、よく使われてきたように思うのだが、温暖化が進んでいる最近ではもう「異常」というコトバを使うことは少なくなってきたようだ。「異常」と感じるよりも、「異常」が当たり前になつてしまった感がある。

○天気予報は、夕方から雨が降るようなときには、傘の種類まで言ってくる。予報は、ほとんど間違いなく当たる時代になつて来た。

○昔は、あまり当たらなかった。その証拠に食糧が手に入らなかった戦中戦後のころは、ご飯など残りを腐らせてはもつたいないと、ざる等に入れて、温度の低い井戸の中に吊るしていたころ、頂く時に、くんくと鼻を近づけて、ちよつとアヤシイかな?と思つても、貴重な食べ物なかなか捨てられない。そんなときのおマジナイが「天気予報天気予報」というコトバだった。

○それほど、天気予報はあてはできなかった。今は、その逆である。天気予報には、大きな狂いはない。お出かけの方は、夕方から雨になる、と聞けば、それなりの行動をなさるだろう。

(安川 久子)

「水分補給と夏野菜」

いつ、皆さんは水分補給をしていますか。実は、喉が乾いたとき、既に体の水分は不足しています。「時間を決めて、水分を補給」することで、上手に汗をかくことが出来、熱中症になりにくい体になります。

また、スイカやトマトなど、汗と共に失われるミネラルなどを含む夏野菜も積極的に食べましょう。

「水まめな水分!」

「夏のオシャレを楽しむ」

最近、性別問わず使いやすいデザインの日傘や、吸湿冷感素材の肌着類も販売されています。浴衣や甚平も日本の夏に近づいています。

服や帽子の色も大切です。白や黄色など、明るい色は、光を反射することで涼しく感じます。

「夏を楽しむ」

熱中症は怖い病気ですが、しかし適切な行動により防ぐことができます。熱中症対策は念入りに、スイカ割りや夏祭り、涼しい部屋でオリンピック・パラリンピック、甲子園など、夏を楽しみましょう。

利用もおすすめてです。屋内での熱中症には充分気を付けながら、「夏らしさ」を取り入れるのはいいかがでしょうか。

「水分補給と夏野菜」

いつ、皆さんは水分補給をしていますか。実は、喉が乾いたとき、既に体の水分は不足しています。「時間を決めて、水分を補給」することで、上手に汗をかくことが出来、熱中症になりにくい体になります。

また、スイカやトマトなど、汗と共に失われるミネラルなどを含む夏野菜も積極的に食べましょう。

「水まめな水分!」

「夏のオシャレを楽しむ」

最近、性別問わず使いやすいデザインの日傘や、吸湿冷感素材の肌着類も販売されています。浴衣や甚平も日本の夏に近づいています。

服や帽子の色も大切です。白や黄色など、明るい色は、光を反射することで涼しく感じます。

「夏を楽しむ」

熱中症は怖い病気ですが、しかし適切な行動により防ぐことができます。熱中症対策は念入りに、スイカ割りや夏祭り、涼しい部屋でオリンピック・パラリンピック、甲子園など、夏を楽しみましょう。

「水分補給と夏野菜」

いつ、皆さんは水分補給をしていますか。実は、喉が乾いたとき、既に体の水分は不足しています。「時間を決めて、水分を補給」することで、上手に汗をかくことが出来、熱中症になりにくい体になります。

また、スイカやトマトなど、汗と共に失われるミネラルなどを含む夏野菜も積極的に食べましょう。

「水まめな水分!」

「夏のオシャレを楽しむ」

最近、性別問わず使いやすいデザインの日傘や、吸湿冷感素材の肌着類も販売されています。浴衣や甚平も日本の夏に近づいています。

服や帽子の色も大切です。白や黄色など、明るい色は、光を反射することで涼しく感じます。

「夏を楽しむ」

熱中症は怖い病気ですが、しかし適切な行動により防ぐことができます。熱中症対策は念入りに、スイカ割りや夏祭り、涼しい部屋でオリンピック・パラリンピック、甲子園など、夏を楽しみましょう。

「異常気象」

というコトバは、もう何年前から、よく使われてきたように思うのだが、温暖化が進んでいる最近ではもう「異常」というコトバを使うことは少なくなってきたようだ。「異常」と感じるよりも、「異常」が当たり前になつてしまった感がある。

○天気予報は、夕方から雨が降るようなときには、傘の種類まで言ってくる。予報は、ほとんど間違いなく当たる時代になつて来た。

○昔は、あまり当たらなかった。その証拠に食糧が手に入らなかった戦中戦後のころは、ご飯など残りを腐らせてはもつたいないと、ざる等に入れて、温度の低い井戸の中に吊るしていたころ、頂く時に、くんくと鼻を近づけて、ちよつとアヤシイかな?と思つても、貴重な食べ物なかなか捨てられない。そんなときのおマジナイが「天気予報天気予報」というコトバだった。

○それほど、天気予報はあてはできなかった。今は、その逆である。天気予報には、大きな狂いはない。お出かけの方は、夕方から雨になる、と聞けば、それなりの行動をなさるだろう。

(安川 久子)



発行者 徳島県老人クラブ連合会  
TEL 088-625-0021  
FAX 625-0052  
〒770-0943  
徳島市中昭和町1丁目2番地  
徳島県立総合福祉センター内  
E-mail info@awaroren.org  
URL www.awaroren.org  
振替口座番号 01690-5-654 1部20円 (送料込 90円)



今月の行事  
中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会 11~12日(三好市)  
四国4県老人クラブ連合会協議会 22日(徳島市)

春の全国交通安全運動の前日に行われた「人の波」をつくり事故防止の呼びかけに、会員全員で街頭啓発に旗をもって加わりました。高齢者の事故が増している現状を認識し、日常生活でも交通ルールを遵守し交通事故を起こさないよう努めます。

### 明日への活力

鳴門市吉永長寿会 岡田 弘子



春の全国交通安全運動の前日に行われた「人の波」をつくり事故防止の呼びかけに、会員全員で街頭啓発に旗をもって加わりました。高齢者の事故が増している現状を認識し、日常生活でも交通ルールを遵守し交通事故を起こさないよう努めます。

たいと思います。毎週末曜日実施の「いきいき百歳体操」では、最初に女性部長が検温、血圧測定を行い記録し、全員で体操を2回繰り返します。健康寿命の延命を一人一人が心がけています。

### 避難、炊き出し訓練に参加して

吉野川市三山クラブ 高橋 文子



消防関係の方が参加する避難訓練に初めて参加させていただきました。年齢的

シヨンも楽しみです。年齢的には30歳位の差がありますがそれぞれ話題が共通したり違ったり、長寿会独特の雰囲気があり、有意義な楽しい時間を過ごして明日への活力となっています。

## 説苑

### 声の定期便

いつ頃からだろうか、毎月20日の午後7時近くになると、夫はいそいそと電話機の前に座り込む。お相手は、子でも孫でも恋人でもなく、大学の同期生で、共に米寿を過ぎた爺サンである。

鬼籍にまた或いは病院や施設に入っていて、連絡が取れなくなっている。たまに連絡の同期生が、或いはうということになったらしい。

着信音が鳴ると、普段は電話に出ない夫が、この時ばかりは素早く受話器を取り上げ、

「元気ですか？」と声を張り上げる。それから愉快そうな高笑いが続く。聞き耳を立てて弾む様子が窺える。また時には、「峠返りに芍薬甘草湯がよう効くなあ」などと、同病相慰め合っているよう

だ。夫によると、ドイツと交流のある彼からは、外国の話を聞くことが出来るとか。いずれにせよ、実に楽しめている。

若い頃の電話は、要件を伝える為の手段だったが、今は、私達人間にとって、安否を確かめ合い、会話を愉しむ大切な道具である。

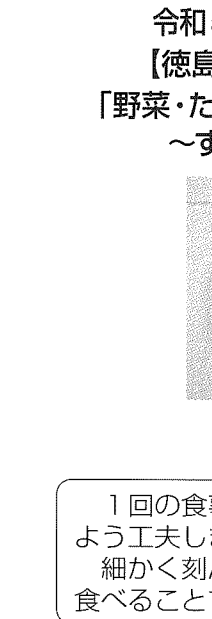
「ほな、また来月」と受話器を置く夫の、満足気な微笑を嬉しく思いながら、この「声の定期便」が少しでも長く続きますようにと祈らずにはいられない。

(エッセイスト)

### 六田 靖子

画面は市場駅(廃駅)と勝瑞駅間の旧吉野川に架設された阿波電気軌道の橋梁である。橋上を米国ポールドウイン社製蒸気機関車が客車を牽いて通過している。本軌道は大正元年に設立され、同5年7月1日、撫養-徳島富田橋間で開通した。同年8月21日、撫養局消印の実通便なので、開通当時の撮影である。電気軌道の社名とは裏腹に非電化のまま、大正15年に阿波鉄道として再出発した。昭和8年に国有化され、阿波線となった。本橋梁は強度不足のため、国有化に伴い廃止され約60m上流に新しい鉄橋が竣工した。そして吉野川本流の鉄橋架設などを経て、同10年高德線が全通した。現在旧橋梁跡・両岸の旧線路跡とも、それらしき痕跡が見られる。(篠原俊次)

令和5年度 フレイル予防部門  
【徳島県教育委員会教育長賞】  
「野菜・たんぱく質たっぷりつくね  
～すだち豆乳クリームを添えて～」



加茂名中学校2年 秋月 萌花さん

1回の食事で必要な栄養がたくさんとれるよう工夫しました。細かく刻んでいることやクリームソースと食べることで、どなたでも食べやすいです。

### レシピコンクール受賞作品④

今月のレシピコンクールの優秀作品は、「フレイル予防部門」の徳島県教育委員会教育長賞をご紹介します。

絵はがきで見るふるさと - 235  
阿波電気軌道 旧吉野川橋梁  
・大正5年撮影  
・板野郡撫養町 瀬戸龍野発行

材料 鶏ミンチ 85g ニラ 30g えのき 60g にんじん 35g 卵 1個 おから 30g  
小松菜 75g ★すだち 1/3個 ★小麦粉 10g ★豆乳 130cc ★豆乳チーズ 15g キャノーラ油 大さじ1  
塩 ひとつまみ こしょう 少々 ★オリーブオイル 10g ★塩 0.4g ★こしょう 少々 ★はソース用

作り方  
① ボウルに鶏ミンチ、ニラ(みじん切り)、えのき(みじん切り)、にんじん(すりおろし)、おから、卵、塩、こしょうを入れ混ぜる。  
② ①を食べやすい大きさに丸め、フライパンに油を引いて両面焼く。  
③ 小松菜は食べやすい大きさに切り、塩ゆでにする。  
④ ソースづくり。鍋にオリーブオイルと小麦粉を入れ1分ほどいためる。  
⑤ 火を止めて、豆乳を一気に入れ、もったりするまで混ぜ続ける。  
⑥ ⑤に塩・こしょう・豆乳チーズを加える。  
⑦ ⑥にすだちをしぼり、皮を少々おろし入れ、混ぜる。  
⑧ 皿につくねとゆでた小松菜を並べ、クリームソースを添えてできあがり♪

# わがクラブのイチ押し★

## 三好市菅生友愛クラブ 皆でボランティア活動を

会長 庄司 進

東祖谷の自然の恵みを求め、最近海外からの旅行客も増え、三好市が進める観光が少し歩み始めています。此の事は大変有難い反面、道路下や不法投棄禁止の看板の真下にも、沢山ゴミの散乱が見られ、菅生友愛クラブ会員でゴミ拾いをしますが、なかなか成果を



上げる事が出来ません。何処の方々も地域貢献しているのが実情でしょうが、一人一人の心構えにはかないません。幼少期に親御様が捨てれば良いと教えた為か、私らが鼻紙や吸い殻をその方に分ける様に拾っても、平気で又捨てる方が居る。お爺さんお婆さんに成っても幼少期の親の教えは大切です。その方に、私は申し上げませんが、ゴミを捨てるのは、貴方が恥ずかしいのは結構で

すが、貴方の親も恥ずかしいから、みんなでもうぞゴミ箱にと申し上げます。その後、率先してゴミを拾う方が欲しいですが、人それぞれです。年2回菅生友愛クラブ全員が旧小学校と寺の除草清掃作業をしています。有害鳥獣が日本中で大変ですが、畑を網で囲みほんの少しの野菜を食い荒らされる。仕方ない野生動物と共存できれば、楽しい日々を送ることができると思っています。

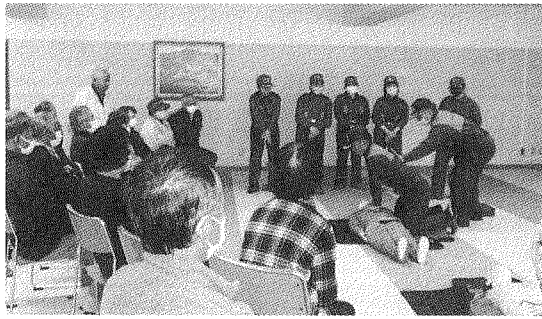
## 勝浦町山西老人クラブ 新迷会長

会長 近藤 茂芳

令和6年5月上旬に、前副会長より組織が地域別に分離するので、新しい会長になって下さいとの要請があり、全く老人クラブの活動に参加してこなかったため、右も左もわからないまま引き受けてしまいました。2〜3年前に加入はしていましたが、自分の中ではまだまだ老人ではないと一人よがりしていました。周りの人達が見れば、立派な老人でしょうけど……私自身シヨックというか、これは自覚しなければなら

ないなあと感じました。ひと昔前の老人といえれば60歳をすぎたらえらい年寄りに見えますが、今その年齢をはるかに超えてしまいました。さてこれからの我が老人クラブの活動等は何をすればいいのだろうかと思案しております。ゲートボールは過去のものになり、グラウンドゴルフ会場までは距離があり、たちまちは清掃活動などをしていこうと思っております。これから夏に向かっていくので水分

や休養を充分に取りケガの無い楽しいクラブにして行こうと思っております。又、新しい会員を募り少しでもにぎやかな組織になればいいなと願っております。



にも、少し厳しいかと思つたのですが、最近の災害を気にしている人も多く、訓練への参加も前向きで、老人会から26名ほどの方が参加しました。内容としては何班かに分かれての訓練でしたが、皆さん真剣に取り組みで、災害時のダンボールを使った緊急用品を自分で動いて自分で作る作業で

## 私とボランティア

美馬市穴吹南老人クラブ 麻坂 泰廣

私と学校支援ボランティア活動の出会いから10年が過ぎました。定年退職で地元に住居し5年目を迎えた時、旅行やシエルバール大学院での学びも一段落した頃でした。町内の元教員の方からお誘いを受けボケ防止に決めました。

現役の先生、子ども達との交流を重ねながら、地域の各種団体や市民の皆様と人的な繋がりが沢山できました。こども園、小学校、中学校の読み聞かせ活動のサポートや夏の穴吹川下り、校内の環境整備、宮内地区オリエンテーリング地域を巻き込んだ活動でした。2〜3年前からの懸案事項であった後継者のコーディネートも決定し、本年3月で引き継ぎが終了しました。今後は一人のボランティアとして、体と相談しながら皆様と活動を続けていきます。中断していたもう一つ

活動されている方も多く、自分の為に体・頭を使うなど、いざという時の為に自分自身を守って、若い人達に負けず、これからは頑張っていきたいです。スポーツ等に積極的に

のボランティア活動「西部ICTネット」の活動でスマホ、パソコンのスキルを磨き、学校支援、地域貢献活動を進めながら後期高齢者人生を楽しみ、人生100年時代を迎えて、出会った人達との交流を大切に、「介護予防リーダー養成研修」の教えを取り入れながら少しでも長く年を重ねていきたいと思っています。

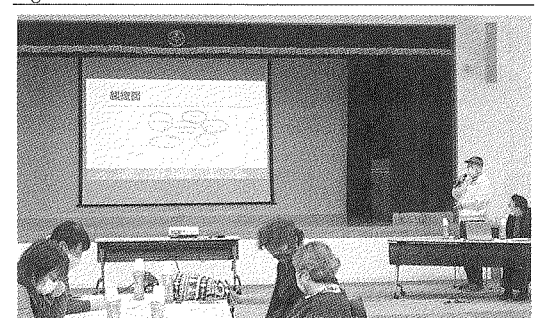
## 高齢者の安全運転

美波町桜町寿会 北村 訓実

昨年の県内での交通事故による死者数は28名で、特に歩行者には注意を払うべきだ。高齢者の死亡が75%を占めていた。私たちが高齢者は常に安全運転に心がけ運転中は常に前方は勿論、左右の状況も確認しながらの運転

に徹しなければいけない。特に歩行者には注意を払うべきだ。歩行者優先でなければならぬ。高齢者の方はご存じの事と思えますが、信号機のない横断歩道は歩行者が渡ろうと待機しておれば必ず一旦停止して、歩行者を優先す

るのが道交法でも記載されている。又、罰則もあり高齢者講習を受ける該当者は反則をすれば講習を受けるまでに自動車学校にて一定の教習を受ける事になっている。何はともあれ、交通事故の加害者、被害者には縁の無い事を祈りながら安全運転に心掛けています。又、運転免許証の返納時期は何歳の規定は無い。しかし我々田舎の交通事情の悪い地域の交通弱者は車社会に依存しているため、返納時期が悩ましいところである。



## 長寿の秘訣 交通安全

7

7月1日〜31日までの1か月間は、「交通マナーアップ推進県民運動」が行われます。この運動は、「県民一人一人が、人優先の交通安全思想を基本として、『ゆずる心』と『待つゆとり』を持ち、交通ルールの遵守と交通マナーの向上に努め、実践することにより交通事故の防止を図る」ことを目的としています。

令和6年度の推進項目は、次の3つです。

- ①横断歩行者保護等交通マナーの向上
  - ②全ての座席におけるシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
  - ③自転車安全利用の促進
- ～自転車用ヘルメットの着用促進～



車や自転車を運転する時には、人優先の意識を持って、常に安全運転を心がけましょう。飲酒運転や、運転中の携帯電話使用は絶対にやめてください。また、徒歩でお出かけする時には、できるだけ横断歩道を利用して道路を渡りましょう。その際には、左右の安全確認をお忘れなく。

警察相談専用電話

#9110 (フッシュ回線)

徳島県警察本部 交通安全課

# 読者文芸

7月号

短歌投稿数 63首  
俳句投稿数 102句  
川柳投稿数 72句

9月号  
×切日  
7月31日  
(必着)

短歌と川柳は自由題、  
俳句は当季雑詠とします。

## 老友歌壇

自由題 日向 海砂選

泥んこを付けた田植機点々と落としながらも帰り道急ぐ  
(吉野川) 阿部 光子  
〔評〕今年も無事に田植を終えてすがすがしい気持ちで通りすぎる田植機。それをながめながら「おつかれさん」と心の声をかけているようすが下の句の具体性によく表出されてよい。

古里のあのなつかしい我が母校運動会の赤い鉢巻  
(藍 住) 中山清一郎  
今日の日の心躍りし事数ふまどろむ夕べ夜具ぬくぬくと  
(鳴 門) 山口 節子  
アルトからソプラノとなる雨の音が家の屋根は合唱団よ  
(東みよし) 手塚都樹子  
殺伐の世に光りありいやさるるホタル銀河の優雅に溶けて  
(上 勝) 森本 米子  
あさぎりにまだ覚めやらぬ合歓の花そのままも良し眠り姫なれ  
(板 野) 坂東 泰子  
山際の小雨降りおる植田では敷かれた和紙に田の面が見える  
(阿 南) 井坂 稔  
リハビリの先生の手のあたたかさ少しの時間幸せかんじ  
(松 茂) 齋藤 和子  
連休に孫子つどいて夢語る我が家に吹ける暖かき風  
(藍 住) 板東 睦子  
安らかに海山川を眺めては我がゆく末を考える日々  
(鳴 門) 高田 治美  
やまもの濃紫なる光採り甘きものより競いて食べる  
(板 野) 和田 寿子  
浜に出て眺む一時思い出のあまりに多く波見て話す  
(海 陽) 森口 豊子  
ことさらに大声上げて歌うなりかつての合唱思い浮かべて  
(三 好) 大泉 順子  
ひるがえる燕の如く我が前をはや遠ざかるアイアンマンは  
(美 馬) 三宅マサエ  
山里を離れ都会へ行く友に帰ってこいよと山彦が呼ぶ  
(阿 南) 吉本 文男

「うみ」の字を大きく書きし子らの紙あふれんばかり絵のようになる  
(海砂)

## 老友俳壇

当季雑詠 西本 潤選

夢二展出でて立夏の森の風  
(北 島) 松浦 勝江  
〔評〕立夏は5月6日頃に当たる。相生森林美術館で竹久夢二展を鑑賞された作者。繊細で哀愁に溢れた美人画に心満たされて館外へ。立夏の森の風は、気持ちよかつたことだろう。  
ポット苗さげてレジ待つ日永かな  
(東みよし) 井関久美子  
鉄塔の等間隔や薄霞  
(三 好) 山下 明俊  
蛙塗るや鳥の足跡付けて行く  
(阿 南) 吉本 文男  
一番茶年に一度のこの香り  
(鳴 門) 辻 加米一  
鶯に散歩の足をびたり止め  
(美 馬) 藤村 昌子  
花のした幼抱く爺笑みうかべ  
(那 賀) 岡内 貞夫  
外人の歩き遍路や雲の峰  
(海 陽) 森口 豊子  
麦飯を口に昭和を偲びおり  
(石 井) 近藤 安子  
母の日や欲しかりし品娘より  
(阿 南) 中西 純枝  
吉野川を眼下に揺らぐ鯉職  
(三 好) 女鹿 英子  
深閑の森を揺るがす河鹿笛  
(北 島) 高橋 孝夫  
ぱたぱたと羽に夢のせ巣立鳥  
(吉野川) 久保 義文  
老鷺の次の声待つ朝の庭  
(上 勝) 平井 弘子  
鯉船海鳥の舞う港へと  
(阿 南) 繁木 良子  
新緑の目にしむ裾野ペダル踏む  
(上 板) 牧野マサミ  
蚕豆は天に向かつて息づきぬ  
(海 陽) 中張 瑛子  
手をかばい腰をかばいて辣薙握る  
(松 茂) 齋藤 和子  
新緑を渡す二本の丸田橋  
(阿 南) 東條 明宏  
新樹光浴びてひとりの散歩道  
(上 勝) 森本 米子  
土付けし筒届く雨の中  
(吉野川) 阿部 光子  
朝まだき夢破らるる蟬時雨  
(佐那河内) 丸野ユキエ  
初咲きの向日葵見つけ出る元気  
(東みよし) 手塚都樹子  
風よ来いダム湖に千の鯉職  
(潤)

## 老友柳壇

自由題 和田健史選

退化する脳音読と云う追肥  
(阿 南) 野村 敏子  
〔評〕心身に効能がある句。人は話すことが減ると一気に老け込む。声を出さない暮らしては脳はもろろん、喉の筋肉が衰えて誤嚥性肺炎のリスクも高まる。この防止には音読の習慣が良いらしい。  
雨だれの音がいつしか曲となる  
(徳 島) 吉田 聖子  
村まつりお遍路さんもひと休み  
(松 茂) 田中 耕二  
空気だけ運ぶ日もある過疎のバス  
(吉野川) 大平由己子  
寝転べばそこには妻の膝がある  
(阿 南) 東條 明宏  
黄砂降るなぜか洗車の後に降る  
(鳴 門) 辻 加米一  
注射より主治医の庭のバラの花  
(吉野川) 阿部 光子  
赤信号散歩の犬も待って居る  
(阿 南) 吉本 文男  
ヘルメット忘れて乗ると落ちつかず  
(東みよし) 井関久美子  
路線バス無料バスにもありがとう  
(板 野) 和田 寿子  
雨風に負けずグランドゴルフする  
(鳴 門) 笠井 千恵  
思い込み狐と住んでいるような  
(海 陽) 森口 豊子  
リハビリと思つて庭の草を抜く  
(松 茂) 齋藤 和子  
旅チラシため息が出てふて寝する  
(北 島) 松浦 勝江  
新時代ラインで笑顔交わす祖母  
(三 好) 谷口 宮子  
母の日は品物よりも声でいい  
(海 陽) 中張 瑛子  
母の日は宅配便が待ち遠し  
(那 賀) 西 英子  
古里は昔のままで心地よい  
(勝 浦) 溝内喜美代  
新庁舎テンションあがる新年度  
(鳴 門) 中川百合子  
ツツジ咲く蝶はまだかと枝のぼし  
(鳴 門) 高田 治美  
鳴くだけは鳴いてウグイス夏迎え  
(健史)



### 中村和子の身近な法律エッセイ

## 「あなたな労働者」

### ② パート従業員等の「年次有給休暇」に関して

知人の長女さんは、昨年の春から有る会社のパート従業員として頑張っています。今までは「年次有給休暇」を付与されたことがなく、近頃は疲労気味で体調がすぐれず、家族が心配しています。

まず一般的にいう休暇とは、本来は労働日であるが、労働義務を免除された期間のことをいいます。それは日頃の心身の疲労を回復するための休暇であり、年次有給休暇もその中の一つです。

会社は、一定期間継続して勤務し、全労働日の8割以上出勤した労働者に対して、使用者が付与の義務を負う休暇を与えなければなりません。その休暇日数は入社後、継続勤務6か月で10日、その後は継続勤務年数に応じて休暇日数が加算されます。なお、この休暇中の賃金は有給であり、会社側は労働者が請求するタイミングで年次有給休暇を与えなければなりません。しかし、複数の従業員の希望日が重なって、会社の正常な運営を妨げる場合にはその希望日を変更することは可能です。これは一般の労働者もパート従業員も同じですが、パート従業員等の所定労働日数は1週間につき4日以下であり、1年間の所定労働日数も労働基準法で定められています。

かつては、この年次有給休暇は職場への遠慮などで申し込みをためらう人も多く、その取得率は低かったようですが、2019年の4月に施行された改正後は、すべての事業者は労働者に対して年次有給休暇を付与することが義務づけられました。当然、パート従業員等も勤務する年数や所定労働日数の条件を満たせば対象です。

また、当年の有給休暇の残り日数を翌年度に繰り越すことも法的には認められていて問題はありませんが、年次有給休暇の効力は2年で時効消滅しますから、注意が必要です。なお労使間でも、繰り越し分を先に使用する旨の合意は大切です。もし使用者がこの指定をしない場合には、労働者が指定しましょう。そして常に最新情報を確認し、年次計画のもと、共に健やかに働ける職場環境に努めましょう。

(元非常勤国家公務員)