

県老連の新しい役員体制がスタート!

～理事会・評議員会を開催～

役員名簿

役職名	氏名	所属老人クラブ連合会
会長	三宅 武夫	美馬市老人クラブ連合会
副会長	藤村 松男	鳴門市老人クラブ連合会
	岩朝 晃男	徳島市シニアクラブ連合会
	谷 年子	海陽町老人クラブ連合会
常務理事	河田 憲吾	徳島県老人クラブ連合会
	吉尾さだえ	小松島市老人クラブ連合会
	山本 健	阿南市セニヤクラブ連合会
	石川 恵	阿波市老人クラブ連合会
	大石 剛久	吉野川市老人クラブ連合会
	山下 利幸	三好市老人クラブ連合会
	針木 勇吉	上勝町老人クラブ連合会
	小谷 洋二	佐那河内村老人クラブ連合会
	鎌田 尚之	石井町老人クラブ連合会
	片山天四郎	美波町老人クラブ連合会
	野村 晴美	海陽町老人クラブ連合会
	首澤 興夫	北島町老人クラブ連合会
	高原 義人	板野町老人クラブ連合会
	福下 憲八	東みよし町老人クラブ連合会
	志津 君子	松茂町長寿会
	野口 穂	那賀町老人クラブ連合会
	高山 宏行	徳島市シニアクラブ連合会
監事	井原 勝	徳島市シニアクラブ連合会
	伊丹 準	三好市老人クラブ連合会
	田中 祐治	藍住町福寿連合会

評議員名簿

氏名	所属老人クラブ連合会
井関 正則	徳島市シニアクラブ連合会
長野 正直	鳴門市老人クラブ連合会
川崎美津子	小松島市老人クラブ連合会
日下 旭	阿南市セニヤクラブ連合会
森本 武志	吉野川市老人クラブ連合会
正長 正則	阿波市老人クラブ連合会
藤原 潔	美馬市老人クラブ連合会
北川征四郎	三好市老人クラブ連合会
稲井 稔	勝浦町老人クラブ連合会
河野 誠敬	神山町老人クラブ連合会
和田 豊一	那賀町老人クラブ連合会
宮本 弘貞	牟岐町老人クラブ連合会
三居 久夫	松茂町長寿会
野田 稔	藍住町福寿連合会
坂野 廣美	上板町老人クラブ連合会
佐古 正幸	つるぎ町老人クラブ連合会

理事会

6月4日(水)にあわぎんホールで開催した第37回理事会では、令和6年度の事業報告及び決算、県老連会長表彰の被表彰者等について審議され、原案どおり承認されました。

評議員会

6月24日、臨時理事会に先立ち、第15回評議員会として開催し、令和6年度決算や、任期満了に伴う役員及び補欠評議員の選任について審議され、原案どおり承認されました。

その他、交通安全対策及び友愛訪問活動に関する事業、会員加入促進顕彰制度、他組織との連携強化等について、意見・提案がありました。

て、意見・提案がありました。

会員加入促進顕彰

6月24日の理事会・評議員会終了後、令和6年度における会員加入促進の取組で顕著な実績(①1年間で新規加入者10名以上かつ総会員数の減少無、②新設もしくは再開のあった単位クラブ(①30クラブ、②3クラブ)に対して報奨金が贈呈されました。

三宅会長就任挨拶



再任いただき、感謝を申し上げます。御承知のとおり、本県は、全国を上回る速度で高齢化の進んでいる「超高齢社会」です。県老連では、希薄化した地域社会の繋がりを取

あの日の記憶、今に語り継ぐ

本年は「戦後80年」かつ「昭和100年」の年となります。そこで、この節目の年を迎えるの所感や戦争当時の体験談を募集したところ、多くの皆様から御寄稿いただきましたので、御紹介させていただきます。

なお、紙面の都合上、今月号に掲載できなかった原稿につきましては、翌月号以降に順次掲載させていただきます。大変好評につき、今後も引き続き、皆様からの御寄稿をお待ちしております。(※詳しくは県老連まで)

佐那河内村の終戦



酒井 盛栄

昭和20年2月4日、徳島の町が焼夷弾で6割が焼け野原になりました。その夜、町の夜空が真っ赤に染まっていた。戦中、中辺のお菓師の庭に婦人達が、防空頭巾ハチマキモンペ姿で庭の桜の木に稲わらを巻き、敵機人間に見立て、それに向かって竹槍を持って突進している姿を思い浮かべます。負け戦の知らせを国民に、天皇陛下がラジオで伝えられました。

わたしの記憶



石井町上浦長寿会 北島フジ子

夏でした。山の中の学校でも空襲を考えたのでしょうか。授業中、空襲警報が出ると、生徒が校庭へ並び校舎の裏にある川の竹藪中へ隠れました。又期間は忘れましたが、私たちが低学年は近くの神社で寺子屋の様に勉強したこともありました。女学校に行っていた姉は自転車に乗って無事、峠を越え歩いて学校へ行っていました。勉強する事は無く、出征兵士の留守宅の勤務奉仕が主だったと言います。

戦後は食糧不足で神社の庭等でさつま芋を作り、食の足しに国からの乾パン等も村の者として多量預かり、倉にしまいました。その後、米兵が数名家宅捜索に来たことを覚えています。80年前の負け戦の苦しみを書かせていただきました。

新コーナーの開始について

平成26年8月号から開始した、単位クラブの活動を御紹介いただく「わがクラブのイチ押し」に次ぐコーナーとして、今月号から、個人の活動に焦点を当てる「わたしのイチ押し」を開始します。

わたち

Sさんから「SDGsに繋がってますね」というメールが届いた。私が送った再発芽させた豆苗の写真への返信である。

SDGs? ハテナ? ネットで検索すると、「国連が定めた持続可能な開発目標のこと」と出た。ますます分からん。

子供向けの解説では、「貧困や不平等、環境破壊など様々な問題を解決し、地球を笑顔にすることを目指す世界共通の目標」とあり納得。

私達も日常生活の中の節電節水、ごみの分別、食品ロスの軽減等でSDGsの達成に貢献することができるというのだ。

Mさんは、私の豆苗をリサイクル野菜と呼び、自身も葱と小松菜を育てているとのメールをくれた。

政治にも経済にも疎いバアサンだけれど、ちよつと気をつけられれば、地球を笑顔にする力(微々たる力ではあっても)になれるなんて、なんと素敵なことだろう。ヤッホーっ

と叫びたい気分である。ところで、わがリサイクル豆苗は、発芽1週間目に収穫されて胡瓜、トマト、ジャガイモと共に美味しいサラダになった。(六田 靖子)

説 苑

八十年

大谷 峯代

「あの日」の記憶は母に手を引かれて逃げ込んだ防空壕から始まっている。壕の中はジメジメして蒸し暑かった。母が小さなリュックに入れて背負わしてくれていた蒸かしジャガイモに壕の天井から落ちる土がついて、

口の中でじやりじやりと音を立てた。そして夜半、誰かの叫び声が目覚め、壕の入り口から徳島男子師範学校のすぐ裏手にあったので、目の前の

鮮やかな真っ赤な炎と巻き上がる火の粉と轟音のものがすごさは今もよみがえる。「あの日」、1945年7月4日深夜の空襲で徳島市内

の62%が焼失し、17万世帯が罹災して、千人の方が亡くなったと記録されている。私の母方の祖母も、逃げる際

して焼け尽くされた街並みが無惨である。この廃墟のような焼け跡からよく見事に復活したものだ。

戦後、祖母と子供4人を抱えた父の苦勞母の苦勞導者の勝手な欲望から生まれた戦争で苦しんでいる人々に、希望を届けるような行事であって欲しいと思う。(エッセイスト)

師範学校(今の徳島大学)が炎上するのを見た。我が家は男子師範学校のすぐ裏手にあったので、目の前の

夜の徳島大空襲の日、まだ3歳だった私に残る断片的なそして鮮明な記憶である。

この空襲で徳島市内のアクセシビリティが原因で、数日後に亡くなったと聞く。県立徳島博物館でこの時の記録写真を見ると、城山を残

は大変だったに違いはない。この空襲で我が家も焼失してしまったので、遠縁を頼って疎開生活から始まって、

戦後80年。節目としていろいろ行事の企画もあるようだ。今、指導者の勝手な欲望から生まれた戦争で苦しんでいる人々に、希望を届けるような行事であって欲しいと思う。(エッセイスト)



公民館の管理人を

終えるにあたって

阿南市辰巳セニヤクラブ 三 木 修 二



あと残り2年の期限を残し私は見能林公民館の管理人職務を終える事になりました。今思いま

と、この管理人という仕事が多かこんな楽しきものだと予想もしていませんでした。ただ退屈な時間をひたすら過ごすのだと思っていたのです。

しかし、管理人だからできる事があるのには私は仲間もでき、一方で子

「きょういく」「きょうよう」

阿波市松鶴老人クラブ 森 本 美根子

私達夫婦に老人クラブへのお誘いがあつた時には、驚きとともにまだ若く(60すぎでは無理)と思いましたが、参加したい活動で時間があれば参加する程度で軽く考え入会しました。

そして、月2回の「元氣サロン」開設時には班長をまかされ、一層忙しくなる中、次のサロンではどんなことを、おやつ

絵はがきで見るふるさと 248

小松島講演会

・大正2年撮影
・小松島町
浜田書店発行



小松島講演会とは本県の表玄関小松島町の文化向上を主目的に、地元豪商西野家の主催で、大正元年8月第1回が開催された。画面は第2回の会場内

眉東の筆名で数々の郷土文献を執筆編集してきた。氏の著作に大正2年浜田書店刊「小松しま」がある。「小松島講演会蔵版」と明記されているので、主催者の経費負担であろう。本講演会は中央で活躍する各界の碩学を毎回招聘して好評を博した。その都度夏期講演集を刊行し、少なくとも第6回まで差出人は田所市太氏。田所

あの日の記憶、今に語り継ぐ「老人クラブが語る戦争の記憶」

大東亜戦争の思い出

つるぎ町老人クラブ連合会 応能クラブ 伊原テル子



が小学生の時、戦争が始まりました。運動場では防空壕が掘られ、ブランコやシーソーなどの鉄類はすべて回収され、兵器となつて戦地に送られました。県外からは各学年に3人疎開してきていました。学校には畑をつくり、芋などを育てていました。

夜は、灯火管制といって、外に灯りが漏れないように、むしろをカーテン代わりにして食事をしていました。空襲警報は3回鳴りましたが、住んでいるところには空襲はありませんでした。徳島市で空襲があつた時に東の空がぼんやりと赤く染まり、つくづく戦争は恐ろしく嫌だと思いました。

現在も世界のあちこちで戦争が起きていますが、何も得ることはありません。戦争によつて家族や大切な人を失う悲しみや苦しみは二度と経験したくありません。

勝利だけを指すのではなく「遊び心」を大切に楽しみなが気軽にスポーツに親しみ健康・仲間として生きがいづくりに仕掛人として、総合型地域スポーツクラブの良きスタッフに恵まれ立ち上げ、軽スポーツを中心に18種類のサークル・教室を開設し楽しく笑顔で交流を深め創立20周年を迎えました。昨今は70年前の教え子たちに囲まれて、グラウンドゴルフ、カローリングなど、感謝の念で日々を

泥臭い歩みの人生、また楽し

美馬市曾江夢クラブ 佐藤 達郎



戦争と幾度の歴史的な節目に遭遇しました。朝鮮半島で生まれ国民小学校2年生の時、世界第二次戦争が勃発、輝かしい戦果がラジオから流れ軍国主義教育を信じ、海軍士官学校に憧れた幼年時代だが小学校6年の時まさかの敗戦。終戦で朝鮮に留まることが不可能、級友と別れ内地に

引き揚げ貧しい衣食住の中で、6年生で入学選抜の受験。旧制県立脇町中学校に入学、その後戦後の教育制度改正により男女共学の高校に編入と大きな改革の波にのりました。恵まれた体格を活かして高校・大学とバスケット・走り高跳びとスポーツに関心をもち教職の道に進みました。在職中の1991年に終戦時引き揚げ船で辿り着いた山口県長門市仙崎を訪ねました。その時、童謡詩人、金子みすゞの作品「私と小鳥と鈴と」に出会い「みんなちがってみんないい」の言葉が胸に刺さりました。個性の尊重、一人ひとりの良さを伸ばし、感性豊かに逞しく生きる力をつける教育の必要性を痛感し、退職後幅広い年代の誰もが楽しめるスポーツの場を提供すること、その一翼を担うのではとの思いから社会体育指導委員を求め、仲間づくりの旗振りを努めました。

戦後80年、92歳の春

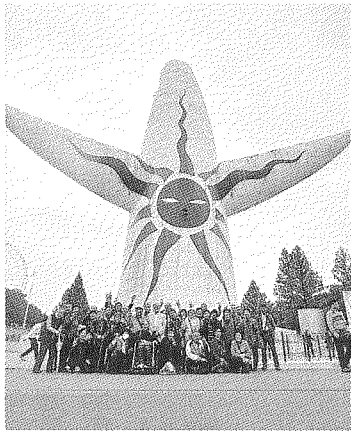
わがクラブのイチ押し☆

神山町広野長寿会 日帰り親睦旅行に参加して

楠 達也

令和6年11月15日、神山町老人クラブ連合会日帰り親睦旅行に参加しました。最初の見学地は万博記念公園。大阪万博が開催された昭和45年、私はまだ小学2年生でした。万博を訪れるチャンスには恵まれず、アメリカ館での「月の石」の展示や岡本太郎の「太陽の塔」のことくらいしか記憶に残っていません。

これまでも京都へ出かけるときなどに高速道路から「太陽の塔」を眺めたことはありましたが、今回の旅行で初めて内部に入ること



わたしのイチ押し

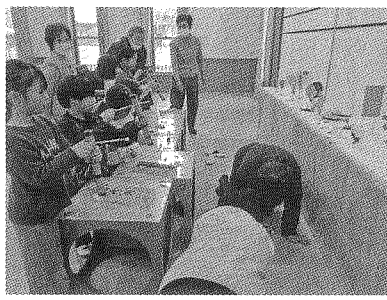
谷川沿いの山道歩き

やまみち 牟岐町山田クラブ 宮本 弘貞

40歳半ばを過ぎ、勤務地も地元に戻り子供に手が届かなくなり、趣味も、海釣り・野球・審判・山野草育て等より山歩きが、小学校時より祖父と一緒に山へ「薪(たきぎ)」取りによく着いて行った記憶がずっと頭の中に残っており、余暇に四季の移り変わりの時期を迎えると山間に足が向くようになりました。特に春先にかけての山の息吹と木々の芽吹きが好きであり、谷川を流れる水

の音も嬉しそうに響いて聞かれます。又、秋が深まり山々の木々の葉っぱが紅葉し、日々の流れの中で半年余りの頑張りも終りを告げ、風と共に散る様子が寂しい気持ちになります。都市暮らしが苦手で田舎暮らしの方が性に合っており、長年の転勤生活にも疲れが出てきたのか休日には余り他人とは話をしたくなく、無性に週末ともなれば、早朝より山の中で谷川を流れる水の「音」を

聞き、山道を一人歩く中で新鮮な空気を胸一杯吸い自然の中に身を置き自然と向かい合うと疲れが取れ気分転換が図れ「ホッ」と生き返った感じがします。四季の移り変わりが肌で感じる環境にこれからも身を置きたいと思っています。



はと頭を悩ましながらも多くの仲間の物心両面の支援もあり、私達のサロンは本当に賑やかで名前のとおり、いつも元気に開催されています。私達のクラブでは、健康、防災等に関する研修、ハンドベル、手話、公園や堤防・学校周辺の一斉清掃等の活動と別に、年1〜2回は社協のバスを借り上げ、動物園や札所などへの小旅行、帰りにどこかの道の駅でのお買物と楽しい行事も必ず取り入れています。

新居須福寿会の活動

藍住町新居須福寿会 三好 俊二

令和4年、役員の一と増員を行い、役員が各班の班長を兼務することにより、会員世帯への連絡がスムーズに行える様になりました。同時に藍住町福寿連合会等の各行事案内書を会員世帯へ配布することにより、行事への参加者増加につながりました。

令和5年には新規会員募集にあたり、対象者には役員全員で直接お願いしたところ、元々の地域のつながりも密にあった



この6月も、阿波市役所での研修会、毎年行っていることも園との七夕交流に向けての折紙やかざり作り、又笹の調達と忙しいながらも楽しい時間を過ごしています。

今年1月には、県老人クラブ連合会より、会員増員について表彰して頂きました。

人生百年時代の今、みな元気に長生きできることを願っています。前会長が築き守られてきた新居須福寿会を継続できるように、微力ながら頑張っています。

高齢者の交流 男性も参加を

東みよし町三寿会 木藤 正明



私の住む東みよし町は、ちようどええほなけん住んどる。「ずっと住みたい」をキャッチフレーズに高齢者が住み慣れた地域で生きがいを持つ

健康で楽しい生活を送られるよう、各地でサロンカフェに取り組んでいます。高齢者同士の交流を目的とした場所です。私は定期的に参加しています。お世話していただいているのは近所の高齢者介護施設です。毎回、親切丁寧な職員や地域の福祉関係者と交流ができます。

長寿の秘訣 交通安全 8

今年も
徳島スマートドライバースーパースイティラリー
が開催されます。

このセーフティラリーは一般部門とシルバー部門に分かれ、9月21日から11月30日までの間、無事故・無違反に挑戦することにより、交通ルールとマナーの高揚を図り、交通事故を防止することを目的としています。

当紙をお読みの皆さんにはシルバー部門をご紹介します。7月1日から募集を開始していますので、奮ってご参加ください。

○参加資格：65歳以上の県民ドライバー
(年齢は9月21日時点)

○参加方法：65歳以上のドライバー2〜3人のチームを組み、参加申込書に必要事項を記載のうえ、警察署交通課窓口へ申込んでください。

○参加料：無料
(受付は土日祝を除く)

○募集期間：7月1日(火)〜9月20日(土)

○賞品：無事故・無違反達成チームには抽選で達成賞を贈呈します！

○参加賞：参加者全員にもれなくプレゼント

皆様のご参加をお待ちしています！

徳島スマートドライバースーパースイティラリー実行委員会
088-622-3510
徳島県警察本部 交通安全課
警察相談専用電話 #9110 (プッシュ回線)

読者文芸

8月号

短歌投稿数
俳句投稿数
川柳投稿数

45 71 34
句 句 首

10月号
マ切日
8月29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

父出征母は田植で弟とじつと待つた梅雨のおもいで
(海陽) 森口 豊子
〔評〕出征されたお父様の無事に帰られるように日々、過ごされている様が伝わってくる。平和の大切さを強く思う。

あぢさいの花鞠日ごと華やぎて蝶を休ませ没日の中
(北島) 松浦 勝江
備蓄米コンビニ買うも一キロで毎日並びいつまで続く
(鳴門) 辻 加米一

田廻りで畦道行けば人の影吹く風靡く早苗が一面
(阿南) 吉本 文男
花しようぶ肥料効いたか咲き揃いやさし紫艶増して咲く
(勝浦) 溝内喜美代

戯れに父の軍靴履き広東の大地駆けたか土の臭いか
(那賀) 岡内 貞夫
八幡の太々神楽巫女の舞「振鈴」もありてご祈祷受くる
(鳴門) 中川百合子

梅雨どきや晴れ間忙しき花作り花殻摘みに剪定さし芽
(那賀) 上野ユリコ
亡き友とめぐりし四葩咲く庭にあなたの気配風のいたずら
(北島) 山本 節子

家族連れ汗をかきかき頂上へ涼しき風に子等はしやぎおり
(松茂) 田中 耕二
炎天下 お茶にアクリリひつ提げてうきうき弾む
(三好) 谷口 宮子

グランドゴルフ
(三好) 谷口 宮子
梅桃 孫娘の生れし時植えたるを孫娘は喜ばず鳥が喜び
(板野) 坂東 泰子

日曜はクロスワードを二人して脳トレ励むたそがれ長し
(東みよし) 井関久美子
過疎波に負けず寄り添い面々のボッチャの競技に一喜一憂
(三好) 小西 楽恵

杖つきて後姿の似てる人思ひ出します亡夫の顔を
(鳴門) 高田 治美
によきによきとジャックの豆は育ちゆき子らも
(海砂)

いっしょに雲までのぼる

老友俳壇

当季雑詠

戎谷 利公選

夏場所終え新横綱の雄姿かな
(上板) 牧野マサミ
〔評〕先の夏場所において二連覇を成し、力士としての雄姿は出身地である能登の住民を大いに元気づけ、今後さらなる活躍を期待するものである。打水を手伝う曾孫服濡らし
(阿南) 吉本 文男

菖蒲園をそびらに撮す三姉妹
(つるぎ) 加藤フサ子
更衣派手なアロハのお役人
(北島) 松浦 勝江

沢蟹や古里の川細りおり
(鳴門) 中川百合子
梅雨空を眺め老婆の独り言
(三好) 谷口 宮子

独り居に元気をもらう目高かな
(上勝) 平井 弘子
経塚の天蓋いつか花は葉に
(北島) 山本 節子

亡き父の形見の出番釣忍
(佐那河内) 丸野ユキエ
水清きわが古里の蜚かな
(鳴門) 辻 加米一

青梅や愛しき君の頬のごと
(吉野川) 久保 義文
必勝の王手飛車取り蟬時雨
(北島) 高橋 孝夫

朝焼に平和を祈る老い一人
(鳴門) 野口 絹代
旧道に隠れていたり七変化
(那賀) 岡内 貞夫

鳴き尽くす老鷹の影確かめり
(三好) 山下 明俊
向日葵やファンサービスありがとう
(石井) 近藤 安子

新聞を被りしまに三尺寝
(阿南) 中西 純枝
傘杖に見渡す緑梅雨時間
(海陽) 森口 豊子

田植機の年に一度のさあ出番
(勝浦) 溝内喜美代
一枚にさざ波立ちて田植待つ
(東みよし) 井関久美子

はらはらと音もなく散る竹落葉
(那賀) 上野ユリコ
長梅雨や家にこもりて絵筆とる
(板野) 和田 寿子

香りよき白き風蘭今日も愛づ
(三好) 女鹿 英子
海の日や供養地蔵の建つ波止場
(利公)

老友柳壇

自由題

和田 健史選

ひとり居に自由不自由同居する
(上勝) 平井 弘子
〔評〕深い人生観が感じられる。孤独と静けさの中、「自由不自由」という対義表現で矛盾や両面性を言い当てている。独居と同居、自由不自由など言葉の選択が軽妙で、リズム感もある。百均の海で心を遊ばせる
(阿南) 野村 敏子

アバウトな返事で集い溶けていく
(徳島) 吉田 聖子
みな忘れたとよく笑う姉になる
(北島) 山本 節子

まぼろしか秋に旅する地図の数
(鳴門) 野口 絹代
米高騰仏壇のめし盛り浅く
(東みよし) 井関久美子

ばあちゃんもビール一口ならキョツとわがままが通る孤独の卒寿かな
(海陽) 森口 豊子
早起きをして仕事は限られる
(徳島) 平井カネミ

米買えず今夜はうどん楽しもう
(美馬) 藤村 昌子
ニワトリも抗議しているココロ米
(鳴門) 辻 加米一

待合所話し上手な子供達
(藍住) 中山清一郎
平坦な道など知らず生きている
(阿南) 吉本 文男

リセットのきかぬ命を抱きしめる
(北島) 松浦 勝江
時代です野菜作りも檻の中
(鳴門) 高田 治美

恋猫の声がとどろき目が冴える
(那賀) 西 英子
備蓄米声高らかに値を下げる
(三好) 谷口 宮子

手間かかるでも脳トレに辞書をひく
(松茂) 田中 耕二
ぢいさんがおへぎ焼いてた大火鉢
(鳴門) 笠井 千恵

浮気など無縁結んだ赤い糸
(勝浦) 溝内喜美代
猛暑続きアナゴの如く家に居る
(那賀) 岡内 貞夫

(健史)

もつと野菜を食べよう！

8月31日は「野菜の日」

「1日の野菜摂取の目標量」

皆さんは1日にどれくらい野菜を食べていますか？

1日に食べていただきたい野菜の量は「350g」です。きゅうりの酢の物や、きんぴらごぼうなどの野菜料理(小鉢)1皿分に入っている野菜量が約70gです。1日に5皿程度の野菜料理を食べるよう心がけてみてください。



〈野菜350gの例〉

「バランスが大切！」

健康な身体づくりのためには、ごはんや麺類などの「主食」、肉や魚などの「主菜」、野菜料理などの「副菜」を揃え、バランスよく食べることが大切です。また、旬の食材を取り入れ、食事を楽しみましょう。



「スマホアプリ「テクとく」で楽しく！お得に！野菜摂取量アップ」

とくしま健康ポイントアプリ「テクとく」では、食べた野菜料理の皿数を入力したり、歩いた歩数によって、健康ポイントがゲットでき、県内店舗の特典や賞品への応募ができます。「野菜レシピコース」では、歩いた歩数によって、色々な野菜料理のレシピを見ることが出来ます。ぜひ、日々の健康づくりに「テクとく」をご活用ください。
*「テクとく」の詳細は、次の二次元バーコードをお読みください。

