



発行  
 鎌倉市老人クラブ連合会  
 発行人 高橋 清良  
 編集人 都筑 健一  
 高橋 孚斌  
 〒248-8686  
 鎌倉市御成町18-10  
 鎌倉市老人クラブ連合会  
 (愛称・ゆめクラブ鎌倉)  
 ☎(0467)23-3000

第51号

印刷 (株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎(06)6797-0212

9月15日は老人の日  
老人クラブと「老人の日」

昭和22年、兵庫県野間谷村(現八千代町)で始まった「としよりの日」の取り組みは兵庫県下へと広がり、昭和26年からは中央社会福祉協議会(現全国社会福祉協議会)の提唱により広く国民的な運動となりました。この「としよりの日」は、老人クラブの全国への波及により大きな役割を果たしました。

「としよりの日」は昭和38年に制定された老人福祉法において「老人の日」として法制化され、昭和41年に「敬老の日」と改称された国民の休日となりました。さらに平成13年の祝日法の改正により「敬老の日」は9月の第3月曜日(平成15年から実施)となり、改めて老人福祉法において「老人の日」として法制化されました。

作家 中野孝次氏 / 鎌倉市老連 高橋清良会長 (於:大佛次郎茶亭)



中野 先生にお目にかかるのは今日がはじめてですが、私たち老人クラブの会員の中には、先生の著書の「清貧の思想」を読んで、「そうだ!その通り。日本人はこうでなくちゃ」と、清々しい思いをした者が少なく

高橋 本日はご多忙の中、対談というご時間をお時間をいただき誠にありがとうございます。心より御礼申し上げます。中野 こちらこそよろしくお願ひします。

はじめに

なかつたと思います。今日は「老人の生き方」について先生にご教授いただきたいと思ひますので、よろしくお願ひ致します。

六十歳からが人生至福の時

中野 いつも言うんですが、定年後の六十歳、還暦を迎える頃が人生で一番いい時なんですよ。それまでは、学校に行くとときは勉強があるし、会社に入ったら自分の時間なんか持てない。自分のために生きる時間を持てるのは六十を過ぎてからなんです。でも、うまくいかない人もいますね。会社人間、組織人間はまずダメ。何にも縛られることがなくなったら、無力感に陥る



人が多いです。自分と向き合う時間ができる怖いかなあ。高橋 そういえば、趣味のないのが俺の趣味だなんて言ってる、懸命に働いた人が多いのが我々の世代ですね。

中野 そうですね。夢中になることがあるということは本当にいいことです。高橋 でもね先生、鎌倉には老人クラブに入っていない人も多いいんです。もったいないことに自由に使える時間を持て余して人も大勢いるんです。

対談

「閑のある生き方」  
中野先生流 老年を美しく楽しく生きるコツ

鎌倉市の人口170,907人 高齢化率(65歳以上)全市23.03%(地区別 鎌倉地区26.6%、腰越地区26.6%、深沢地区21.7%、大船地区21%、玉縄地区17.3%)平成15年7月1日現在  
 鎌倉市老連会員数 4,598人 地区別 鎌倉地区1,613人(35.08%) 腰越地区447人(9.72%) 深沢地区794人(17.27%) 大船地区1,041人(22.64%) 玉縄地区703人(15.29%) 平成15年7月1日現在  
 鎌倉市老連ホームページアドレス <http://members.tripod.co.jp/roukura> メールアドレス [yumekama@onyx.dti.ne.jp](mailto:yumekama@onyx.dti.ne.jp)

**中野** 私は四十代から五十代の人によく言っんです。四十代からは「人生の正午」だって。これまでどう生きてきたか、どう評価されてきたかを考えると、これから先のことはだいたい見当がつくでしょ。どこまで出世できるかとかも含めて。だから「人生の正午」を過ぎて午後に入ったら、少しずつ軸足を自分の方に傾けていかないとダメだよって言うの。そうでないと六十歳になったときに何もできない人間になる。自分のために生きることが簡単そうであれど、訓練しないとね。人生の正午あたりからそれをやっていた人が、会長の言われたような、時間を持って余す人になるわけです。

**高橋** 六十歳からではもう遅いということですね。  
**中野** まあそうですね。が、老人クラブの皆さんは大丈夫でしょう。危ないのは家に閉じこもってテレビばかり見てる人です。私は

絶対見ない(笑)。それともうひとつ、男も年をとつたら厨房に入ることです。かみさんを助けないとダメ。茶碗を洗ったり、庭掃除したりね。私もやってますよ、米を研いだりいる手伝つてます。奥さんに先立たれて、できあいのものばかり食べてる人がいますね。米の炊き方も知らない人が。本当に気の毒です。楽しみ方を知らないんです。できるだけ体を使うこと、何でも自分でやることが老いを楽しむコツかな。

**物を捨て 身を軽く**

**高橋** 先生が「清貧の思想」でお書きになった本阿弥光悦の母妙秀の生き方は、私たち今の高齢者が見習う点が多いかと思うのですが……。  
**中野** そうですね。妙秀は九十歳で死んだとき、残っていたのは唐島の単物一つ、かたびらの袴二つ、浴衣、紙子の夜着、木綿のふとん、布の枕

吾が生、既に蹉跎たり諸縁を放下すべき時なり

中野孝次

それだけで富める家でしたから贈り物は多かったです。すべて小者や貧しい人

つてしまいい、自分のためにつけておくことはなかったんです。人は六十年も生きると、家の中にはくだらない物が多くなる。皆さんもそうですが、私たちの世代は「もったいない」という感覚で育つた世代ですから難しいですが、とにかく身辺を整理することですね。捨てることも含めて。形見分けを今のうちにするのもいい。物があればあるだけ心がとられるから、本当にいいものだけを身の回りにおいて、くだらないものは処分する。身ひとつになることです。

**高橋** 先生がよく言われる「諸縁を放下する」ことですね。  
**中野** その通りです。年をとつて欲が深いのは一番みっともない。身辺を整理するのは心を整理することなんです。心の中を清々しくするために、六十を過ぎたら身辺整理は必要。年をとると一個の人に帰るから、その人の真価が出る。どう真価を發揮するかですね。

**高橋** まさに修行だなあ。年をとるといっても美しく、美しく、楽しく老いる

**高橋** 六十五歳になつても私はまだ老人じゃない

**中野孝次氏プロフィール**

中野孝次 なかの・こうじ  
作家、(財)神奈川文学振興会理事長。1925(大正14)年、千葉県市川市生まれ。東京大学文学部独文科卒。國學院大学教授時代からドイツ文学の翻訳・現代文学評論・小説・エッセーなど幅広い分野で作家活動を展開。主な著書に「麦熟るる日に」(平林たい子文学賞受賞)「ブリューゲルへの旅」「ハラスのいた日々」(新田次郎文学賞受賞)「清貧の思想」など多数。最新の著書には「中野孝次の論語」「閑」のある生き方がある。

存命のまじらんや  
楽しまじらんや  
中野孝次

つて言う人が最近特に多いんですが……。  
**中野** そのようですね。老人という言葉自体を忌み嫌う人も多いらしいですね。私は先ほど話しましたが、六十を過ぎてからが至福の時、人生最良の時だとは思いもよらないです。は老い衰え、しわばんでしまつても、老人には長い人生で学んだ智慧がある。長年の読書で得た教養、洞察力、体験から得た人生智がある。老人はそれにこそ誇りを持って、とありますが、まさに兼行の言う通りではないでしょうか。そして、もうひとつ。死を憎まば生を愛すべし。存命の喜び日々を楽しむ

考えていますから、そういう考えはわかりません。自分の年齢を受け入れていかないと老いを美しく過ごすのが大切だと思います。徒然草の中に、  
——老いて、智の、若きにまされる事、若くして、かたちの、老いたるにまされるが如し。若者は肉体の美に勝っている。それは当然だ。からだのしなやかさ、肌の輝き、健康、力、速度、すべて老人は若い者に劣る。が、その代りに、肉体

まざらんやー  
死は年齢に関係なく突然訪れる。ましてや老年になれば死を考へることが大切。死を見つめることができる人は、よく生きることが、楽しく生きることが、できる人だと思えます。老年を美しく楽しく生きるコツはこれに尽きると思えますね。  
**高橋** 今日は大変いい勉強になりました。老年を生きること、勇気をいただいた感じが。本当にありがとうございました。



# クラブの動き

## 大平山丸山白扇会 世代交流ほのぼの

老人福祉法施行40年  
白扇会創立30年記念

型どおりの会の趣旨説明、鎌倉市長、市老連会長、大平山丸山町内会長の挨拶が続く。他地区からも含め、大人たち百十一名、子供たち六十名、ステージ前の床に座りこんだ子供たちは、早く遊びのコーナーに散らばって思いつき遊びほうとうずうずしている。

### 雪ノ下寿会

## 歴史研究会

### ガイドの夢も

平成十二年十二月十三日に試行し、十三年一月から順次日程を決めて開いている「鎌倉幕府と源頼朝の研究」(歴史研究会)は、平成十五年六月をもって二十三日となり、これからは続きます。

「平家物語」「源平盛衰記」「明月記」「義経記」など多くの資料があるが、「吾妻鏡」がその最たるものです。頼朝の誕生から始まり、八幡様よもやま考、源平盛衰記、若宮大路、段葛、源平池、鶴岡八幡宮の祭神、鎌倉のいわれなど、興味深い話題が講じられます。開

講に際しては前月のあらましの復習に続いて本題に入ります。若宮大路の中心街に位置する商店会としてまず鶴岡八幡宮のこと、鎌倉幕府と源頼朝のことなど素朴な知識、門前町としては常識？ではないかということ、観光客などにも伝えられるように勉強を始めました。講師は郷土史研究家の小池時一氏が無償で務めて下さっています。

午後七時から八時半頃まで。後半頃には質疑応答形式になり、座談会の様相になって和気あいあいの雰囲気です。出席は自由。無料。会場は雪ノ下公会堂。八幡宮を左折消防分団の二階、雪の下寿会の集会場でもあります。地域拠点のひとつ。駐車場はありません。連絡先 雪ノ下寿会 都筑 健一 公・函 二二二一三三一

子供会のお母様方が、皆で歌える歌として選んでおいてくれた「鎌倉」や「茶摘み」「赤い靴」「故郷」「月の砂漠」をピアノの伴奏で斉唱した。子供たちの中には「知らない」とぼやく子もいた。

遊びのコーナーは、広い中学校体育館内の周囲にぐるりと作ってある。紙飛行機、べえごま、お手玉、綾取り、囲碁、折り紙のコーナー。今まで子供たちが座っていたステージ前の広い空間は百人一首のコーナーだ。百人一首バトルゲームと称して一工夫してある。下の句を書いた大きな札を床にばらまき、詠み手が詠んでいる間、皆は札に背を向け、詠み



終わると笛が吹かれ軍手をはめて一斉に札に突進するのだ。一番多い子は九枚、白扇会の大人は六枚が最高だった。それぞれのコーナーに熱中する子、どのコーナーも教えたり教えられたり、老

いも若きも大いに楽しそう。子供たちはまだまだ遊びたり、それぞれのコーナーから離れ難そうだったが、無理やり閉会にこぎつける始末だった。この催しのきっかけは、昨年暮れ、子供会から白扇会の一人ひとりに届いたクリスマスカードだった。受け取った老人たちはほのぼのとした気分になり、何かお返しを考えた。子供会のお母様方、地区民生委員、町内助け合いの会、囲碁同好会、「盤遊会」の方々や打ち合わせを重ね、三世代ふれあいの会をもつこととなった。折しも、老人の健康と生活の安定を目指して老人福祉法が施行されて四十年、白扇会創立三十年という節目の年に当たり、この会を催すことよって老人



の生き方なりに、改めて関心呼び起こす契機になればと願ったのです。この会の開催に携わったすべての人たちが及び深沢中学校からいただいた温かいご援助とご協力には心から感謝の他ありません。(大平山丸山白扇会 大橋 孚)



# うらたえた女五山を あつちこち



古川柳  
「柳多留」と  
東慶寺



表題の句は、江戸時代に出版された「柳多留」に載っている句です。

江戸時代に庶民の間で読まれた「黄表紙」と同時期に、川柳、狂歌が流行りましたが、川柳、狂歌は文学史上、正統派からはみ出し派生したものといわれています。

ご存じの通り川柳は前句付けの点(選)者、柄井八右エ門、号を川柳、その川柳が前句付けの前句だけを選んで、句集「柳多留」を明和三年(一七六五)に創刊。これが元禄、享保、宝暦と続き、川柳以外の選者のものも川柳と総称されるようになりました。

前句付けは関西では笠付けと呼ばれていたようで、あるお題に前句を五、七、五で付けるもので、俳句も前句付けから生まれたといわれています。俳句のように季語が入っていないこともよく、気軽に思ったままを詠むことができ、庶民の間で人気が出たと言えます。その川柳にも俳句と言ってもよいものもあります。降る雪の白きを見せぬ日本橋 (俳風柳多留から)

(にぎやかなこと にぎやかなこと)の前句で、人通りが多く雪の積もるのではない様子を詠んでいます。諺(ことわざ)になっていますが、

盗人を捕えてみれば吾が子なり (切りたくもあり 切りたくもなし)の前句ですが、自分の息子を切りたくなくとは余程大事なものでしょうか。あれこれ考えるのが古川柳の楽しみと言えます。

これで前句付けが判りのことと思えますが、その柳多留には鎌倉に係わる句が多くあります。『いざ鎌倉』の語源と言われる「謡曲」鉢の木「もありませんが、一番多いのは「東慶寺」(駆け込み寺)です。なぜ東慶寺が江戸時代庶民の間で有名になったのでしょうか。

東慶寺の開山、覚山尼は松下禅尼の姪で、八代執権北条時宗の妻。十歳で十一歳の時宗に嫁ぎ、日蓮上人が立正安国論を称え幕府を誹謗したとして捕えられ、竜の口で処刑されようとした日、懐妊が判り早馬で処刑中止になった有名な話もあり、虐げられた女性を救うため縁切りの寺法を持つ寺です。五世は後醍醐天皇の皇女用堂尼以来栄え、高い資格を誇って「松ヶ岡御所」とも呼ばれていました。東慶寺が有名になった背景には次のような事柄がありました。

徳川家康が、豊臣秀吉の子秀頼に孫の千姫を嫁がせるに当たり、目の中に入れても痛くない孫が関西に行つて、不自由のないように大阪の事情に通じた気のきくお付女中をと、泉州堺の商人納屋四郎五郎に頼む。四郎五郎は親戚の娘を自分の養女にして、千姫の付女中として大阪城に入れた。秀頼がこの娘に手を付け女の子が生まれる。千姫がこの娘に鶴姫と名付け、自分の子のように可愛がり大阪落城のときも千姫と一緒に江戸城に入った。

鶴姫の処遇は、千姫の希望で松ヶ岡東慶寺に二十世天秀尼として入山。天秀尼は家康から何か望みがあるかとの問いに、開山以来の縁切り寺法が断絶しないようにと願い、許されたと言えられる。

江戸に幕府ができ、太平の時代が続くが、徳川家譜代の大名と、外様大名との確執が開始された頃のこと、芸州六十万石の大名福島正則が居城の石垣の改修のため、以前より一尺高いため謀反の疑いありとお家断絶

し、福島公は捨て扶持一万石で津軽に封じられる。城明け渡しに、城受け取り大名の一人、会津若松三十万石の大名加藤明成は、かつての同僚の福島正則の処遇に外様大名の悲哀を感じ、藩政が疎(おろそか)になり、酒びたりの生活になる。これを案じた重役、堀主水は身をもって諫めんと妻子を東慶寺に預け諫言し、自らは切腹する。腹を立てた殿は妻・子を抱えんと家臣を東慶寺に踏み込ませるが、寺社奉行に捕えられ、寺法を盾に三十万石のお家断絶となった。

三十万石の大名のお家も取り潰す東慶寺の力の大きさが一躍有名になった。遠い松より檀にかけてみる当時江戸には、縁切り檀とい願をかける縁が切れるという「檀」があり、これに願をかけたが切れぬ



「東慶寺と駆け込女」より

ので、松(松ヶ岡東慶寺)に駆け込みを考える。鎌倉の前に「三度里」に逃げその都度連れ戻される。占いに一人六郷に「三人朝早くから嫁が見えな

い。もしかして鎌倉かと六郷の渡し場に行つてみる。駆け込みとみただで東慶寺を教え

船頭の話で鎌倉行きは間違い。九里あるよ急がっしゃいと渡し守

今朝越したばかりに運の悪い嫁

神奈川あたりで追手につかまり連れ戻される嫁もいただろう。

うるたえた駆け込みもある建長寺 駆け込んだ夜は朝まで寝られず

まだいびりたくば鎌倉までおいで

松ヶ岡寝そびれた夜のぐちくらべ

大政奉還後の明治に入った頃も有髪の女人が多勢いたとか。また、門前には宿屋もあり賑わっていたようですが。

状一本取るに三年嫁かかり十三里義理で旅立つ両どなり

駆け込んで三年経てば、江戸から十三里、町名主、両隣り連れ立って東慶寺のお白洲で裁きを受け、離縁状を出すか、和解して亭主と一緒に帰る嫁もあるが、それにしても両隣は迷惑だ。六郷を静かに渡る三年目

川柳で綴った東慶寺、いかがでしたか。

参考図書

「東慶寺と駆け込女」 井上禅定・有隣新書

大船陽老会 中田 良司

# 久米正雄の恋

## 失恋をハネに流行作家に



鎌倉文士の第一人者。文豪漱石令嬢への片想い、当時「私はクメった」の流行隠語の元となった人



久米正雄は明治二十四年長野県上田で生れた。六歳の時父が校長だった小学校が失火で校舎とご真影が焼失し、その責任をとって自刃した。父の死で母方の実家郡山に移住、中学では俳句に親しみ、河東碧梧桐の新風俳句にその才覚の閃きを見せた。四十三年推薦で一高に入学、芥川龍之介・菊池寛・松岡譲・山本有三等がいた。

一高では俳句より当初勃興してきた新劇に刺激され、「牛乳屋の兄弟」(幸い有楽)など数篇の優作を残す。大学まで松岡譲とは特に親しかった。彼は新潟長岡の東本願寺派の大師の長男で、後継と寺の因襲を嫌い、彼の作品の生涯の命題ともなった。当時漱石の家に入り許されることは、文学志望者のあこがれであった。早々に出入りしている先輩にたのんで、芥川と久米は木曜日の面会日に初見参する。漱石は久



久米正雄(左)と松岡譲(1917年1月)

米を作品で知っていて、二人とも大いに励まされ漱石の門弟たることを自認する。三回目の時久米は松岡を連れていった。当時漱石山房には小宮豊隆を中心に(岩波茂雄・安部龍雄・野上彌一郎)等が入り込んでいたが、彼等は既に二十六歳以上、三十代も多く、久米、松岡の二十四歳は若かった。

久米・芥川・菊池・松岡と成瀬正一の五人で、第四次「新思潮」を創刊し、久米は「父の死」を載せた。漱石から懇切な評言をもらったが、初訪から一年後の十二月九日、漱石は急逝し、久米は大いに悲しんだ。久米と松岡は葬儀の万般に亘り神妙に懸命に尽した。鏡子夫人は先輩たちよりも、若年の二人に何かと気軽に頼み易く、葬儀が終わると家族たちと大変親しくなっていた。伸六・純一はまだ八、九歳で主人をなくした家庭への若き訪問者は歓迎され、宿直表まで作られた。



夏目鏡子(1916年頃)

しかし木曜会の先輩たちは、芥川ならよいが久米は軽薄でいかんとほんどが反対、加えて久米の過去を中傷する匿名の手紙まで舞いこむが、夫人は逆に久米を擁護し激励するのだった。

松岡はこの頃一年おくれで卒業し、郷里の両親とは義絶状態、久米の口利きもあって夏目家の家庭教師の名目で家族と同居となる。筆子は当初から松岡が好きだったよう(後々の)で、夫人も同居後は松岡への信頼が日々高まったようだ。そんな時久米は「新潮」に「挿話」を書き、「自分は平素のよつに婚約の出来かかっている下子の家を訪ねた」という文章が、実際そんな具体的な事はちつとも出来ていないのに筆子の将来にも影響すると鏡子夫人は怒

りに比べて松岡は、愛敬のある浅黒い丸顔で精悍さがあり人格的にも魅力がある。久米も筆子は松岡に惚れているらしいと感じはじめた。松岡に「先生の『それから』ならまだよいが『心』になると大変だから」と彼女への気持を聞くと、「自分は何となく思っていない」との返事で、久米は思いきって鏡子夫人に「筆子さんを下さいませんか」と話すと、(夫人は松岡は寺の跡とりであり、筆子は次男坊である)「筆子さえ承知すればあげてもいい」という予想外の返事に久米は興奮し、有頂天になった。

り糾した。結果久米はこの件で夏目家から遠ざかざるをえなくなり、これは表向きの理由で夫人の心は自分から去ったのだと思っただ。

恋を失った痛みから親しくもない友人たちまで自らの恋をさらけ出し同情を求めた。菊池はこの時既に時事新報社会部にいたが、その有様を見て上司に新聞小説を書かせることを頼みこれが通って、彼は「蛭草」という通俗小説を書く。自らの失意の心情を生々しく巧みに折り込み大好評となる。併行して書いた短篇「受験生の手記」も彼の代表作となるが、ともにこの失恋小説は久米の文筆活動を左右するものとなった。

生活に余裕を得て旧友たちから離れ、里見弴・吉井勇等と遊里の巷を彷徨することが多くなった。彼等と出した雑誌「人間」に、十篇余のやはり失意の前後を書いた短編私小説の評価は高かった。世間も文壇も久米に同情し、松岡は恋人を奪った人として脳裏に刻まれ、決定的なダメージを受け文壇からは孤立させられてしまう。久米は更に失恋



久米正雄(昭和26年2月)

小説の総決算として、大正十一年長編「破船」を書き版を重ねた。翌震災の年、再び苦しい失恋の残滓をなめねばならぬと思われた望みなき一目ぼれの苦しき恋の末、半生の迷夢に終止符をうつて、奥野

子と結婚する(松岡は恋の勝利者の節が、昭和二年六月、憂鬱な愛人を書き「破船」の事件を松岡側から書いた)。大正十四年大好きな鎌倉に居を移し、市内を転々としながら昭和五年二階堂の大塔宮脇に終生の家を建てる。大正末から鎌倉は文士の里ともなっていて、久米はその人柄からいつも中心にいた。野球チームの結成、鎌倉ペンクラブの設立、終身その会長、更に町会議員にも立候補二期つとめる。

終戦前の五月、収入のない文士たちは、蔵書を持ちよって若宮大路で鎌倉文庫という貸本屋を始める。これにも久米は最も多く提供し、恐らく芥川、菊池等からのサイン本も提供したことだろう。今一つ、鎌倉の海の行事、鎌倉カーニバルも彼が推進委員長となり、ある年はパレードで神主姿になり、美女たちと共に愛敬をふりまき市民たちに親しまれた。

昭和二十一年、鎌倉文庫は後に出版まで手掛けたが、その宣伝で長岡に講演に行った時、故郷に疎開していた松岡が訪ねて来た。この時同じ部屋で寝たが、久米も書き過ぎを反省し、戦争を挟んだ長い歳月は二人の確執を溶いた。漱石没後三十年記念で、二人は京都で講演会を行なった。

その五年後二十七年久米は逝去、松岡は四十四年に、筆子夫人は平成元年まで九十一歳と長寿であった。

久米の墓は瑞泉寺に、胸像が長谷観音の境内から海を眺めている。二階堂の家は平成十二年郡山に移築され文士たちの集った家は今はない。

二階堂白寿会 門田京藏

鎌倉市老人クラブ連合会(9月以降)の動き

日程	行事名	開催場所	開始時間
9月26日(金)	芸能大会	レイウエル鎌倉	10:00~
10月16日(木)	グラウンドゴルフ大会	笛田公園広場	10:00~
11月21日(金)	功労者のつどい 講演:樋口恵子氏	生涯学習センター	13:30~
11月18日(火)~23日(日)	第32回高齢者の趣味の作品展	生涯学習センター	10:00~16:30

地域出前講座(平成15年度より)

日程	行事名	開催場所	開催時間
8月29日(金)~9月26日(金)	いきいき健康体操講座	大船生涯学習センター	13:30~ 毎週(金)5回
10月15日(水)~11月19日(水)	いきいき健康体操講座	老人いこいの家「こゆるぎ荘」	13:00~ 水曜日11/12は休み 5回13:00~
10月23日(木)~10月24日(金)	やさしいパソコン講習会	商工会議所	10:00~
12月5日(金)~12月6日(土)	やさしいパソコン講習会	手広地域拠点(一休)(東レ入口)	13:00~
12月11日(木)~12月12日(金)	やさしいパソコン講習会	玉縄すこやかセンター	10:00~

春の研修旅行

善光寺から 高遠の桜

—花も満開 旅の醍醐味満喫—

市老連活動の報告と情報コーナー

ゆめクラブ鎌倉の動き

四月十五日(泊三日)の旅は参加者一六名、三台のバスは大黒埠頭に集合して出発。  
 行春やバスに揺られて 善光寺  
 昼食は走りながらの車中弁当、長野市の善光寺へ急ぐ。善光寺は七年振りの前立本尊の御開帳を参詣するのが目的。バスは十二時頃

善光寺に到着、忠霊殿で一休み、寺の人から善光寺は檀家を持たないお寺であるなど、この大きな古刹の運営のお話しをきく。「お戒壇巡り」は長い人の列を見て時間を考えて諦める。この地下道を巡って心正しからざる者は犬になるとか。  
 本堂に御開帳された金色の阿弥陀三尊を参詣する。



堂内は金色に輝いて荘厳さは心を浄める。平常でも年間六百万人がお参りすると言われるけれど本年は何人が訪れるのだろう。広さ百五十畳敷と言われる内陣を見る。堂外にでて正面に立てられた白木の回向柱に掌を触れてホツとする。この柱から延びている白い綱は「善の綱」と言われ、本堂の前立御本尊と結ばれてこの柱に触れることで本尊との結縁が出来るとのことである。

善光寺は天台宗大勧進貫主と、浄土宗大本願上人とその寺院により共同運営されているそうです。御本尊は本多善光と言つ人が難波の堀江から見つけ信州座光

寺村に安置して以来時の武將達によって甲府、岐阜、京都へと移されたが、幕府の命により松代藩主真田信房によつて善光寺が建立されここに安置された。各地で行われた出開帳と浄土思想の普及によつてその信仰は発展したという。  
 二時半バスは新平湯温泉へ出発する。途中満開の桜



と霧にとざされて外は見えないでホテル「本陣」に着く。  
 翌朝は晴天で窓から銀色に輝く乗鞍岳の頂上が見える。八時出発、飛騨古川町へ行く。テレビ小説「さくら」に出たローソク屋のある町。お祭りの盛んな古い

町で起し太鼓、カラクリ人形の仕掛けや祭りの立体映画を見る。  
 高山市へ出て「飛騨の里」で昼食、遙か北方に見える白銀の日本アルプスの山脈が美しかった。途中ラーメンの試食などして宿へ帰る。  
 翌朝は安房峠のトンネルを下つて辰野へ出る。右へ曲つて高遠城址公園へ行く。旧内藤藩主の居城址、今は全山桜の木、「コヒガンザクラ」である。歴史資料館や、江戸城の江島、生島の物語で流刑になった江島が過ごした家を見る。  
 杖突峠から諏訪へ出て昼食をすませて帰路につく。善光寺の参詣で心を安らぎ、各地で花見をして楽しんで旅行だった。  
 (教養部 高橋 斌)

地域活動促進後期事業計画

鎌倉第一地区

二階堂、十二所、浄明寺、雪ノ下、西御門、小町、扇ガ谷  
 スポーツを広めるために器具を用意し、健康と親睦と交遊が広がることを期待する。

歴史教室・社寺めぐり等  
 歴史教室は第二支部のクラブで定期的に継続。地区会員に周知募集。社寺めぐり

鎌倉第二地区

は健康と趣味を兼ねて生活  
 社会活動、世代間交流:  
 公共場所の定期清掃と座談会、最近では他のボランティア団体も共鳴して参加し世代間交流の道を開いている。

極楽寺、七里ヶ浜東、稲村ヶ崎、由比ヶ浜、大町、材木座、長谷、坂ノ下

腰越地区

腰越第一、第二、各支部  
 笛、太鼓など祭礼にかかわる年少者への教育活動  
 西鎌倉自治会館で福寿会同好会が主催する小学生対象の囲碁研修会支援  
 秋季に三浦半島バス旅行の研修活動

腰越中学校でグラウンドゴルフ支部対抗のコンペ。

深沢地区

深沢第一、第二、各支部  
 ラドン研修会、教養講座  
 健康活動、花木散策、遠足研修会

大船地区

大船東部、中部、南部第一、第二、各支部  
 地域懇談会他。カラオケ納涼大会

玉縄地区

玉縄第一、第二、各支部

関谷小学校において城廻地区スポーツ振興会の大運動会に協力と、グラウンドゴルフ大会に参加協力。玉縄台納涼大会を主催、地域児童と交流。玉縄首塚まつり、諏訪神社祭礼協賛。地区社協、大船西口自治連主催の玉縄まつり協賛。





# 歴史の町・鎌倉の魅力歩く

## 体験版として第一回の鎌倉歩こう会を開催

五月二十二日、第一回鎌倉歩こう会が開催された。

この行事はスポーツ部の発案で、本格的に実施する前にまず役員が体験し、その後検討の上で軌道に乗せようというもの。今回はその体験版として、役員十三名が参加した。

朝十時三十分、江ノ島駅に集合した一行は、鎌倉シ



⇒元の使者を申うお墓ルバーボランティアガイド協会の藤岡登美さんの案内で、片瀬・腰越周辺の史跡



拝殿と本殿が続く権現造りの小動神社



太宰治が心中を図ったという岬



日蓮ゆかりの龍ノ口法難の碑がある龍口寺

道中、道端に点在する江ノ島弁財天の道標を眺めながら進む。真夏のような陽気の中、汗をかきながら次に到着したのは龍口寺。日蓮上人法難の寺として有名

なだけに、これまでほとんど出会わなかった観光客の数も多い。参拝者の間を縫って五重塔まで到達。老人いこいの家・こゆる



ぎ荘での昼食時に、今回歩いてみた感想や、今後の実施方法などについて話し合いが持たれた。「史跡めぐりか、純粹に歩くことが中

心か、どちらかにしぼるべき」「歩きたいと思ってい

午後からは、太宰治が心中を図った岬が望める小動神社、弘法大師ゆかりの浄泉寺を巡った後、最終目的地の満福寺に向かう。義経が弁慶に「腰越状」を書かせた場所として有名なこの寺では、ガイドの藤岡さん

### 健康長寿へ身体動かそう

## グラウンドゴルフのサークル化とペタンク研修

6月から月2回実施

今年グラウンドゴルフのサークル化を進めるとい

う計画があり、六月より毎月第一、第三水曜日の午前中約二時間、笛田公園の運動広場にて自由参加で練習を行うことに決まり、六月四日第一水曜日に第一回を行った。

梅雨期で雨を心配したが幸いに曇りで、二十七名参加して順調に終わった。準備はスポーツ部員を中心に参加者が協力し八ホールの標準コースを作り、五名一組の五組で二ラウンド回って休憩し、続いて二ラウンド、合計四ラウンド練習し

十一時三十分を終了、全員で後片付けをして解散した。六月十八日第三水曜日は途中小雨が降ってきたので後半のラウンドを打ち切り、早めに終了した。

各クラブの仲間同士の練習は楽しいものですが、市老連全体のこのようなサークル活動は、他クラブ会員



ペタンクの特長は狭い場所(ゲートボールコート)

との交流・練習状況等の情報交換などまた別の楽しみがあり、得難いものです。笛田公園は不便な所で、参加するのは大変ですが、本年の市老連の大会も同じ場所で行われますので、グラウンドに慣れる為にも大勢の方の参加を期待しています。なお駐車場はありませんので、仲間で誘いあつて車で来場し、半日楽しくプレーすることは何よりも健康増進に役立つことと思います。

今後のサークル活動は皆様と一緒に改善していきたいと考えています。これはおもしろいぞ「ペタンク」とはどんなことですかという会員が多いが、フランスで始まり、現在世界中で行われており、オリンピックの種目になるといふ話もある。

幸い天候に恵まれ、事故も無く順調に終了した。親切な指導に対し謝意を伝えて終った。市老連としてペタンクの導入については今回参加した皆様の意見を尊重して決めた。

今後引き続き練習したい方は、鎌倉ペタンククラブが毎月第四日曜日に御成小学校校庭にて練習会を行っており、一日実施しておりますので自由に参加ください。スポーツ部長 壁谷 利之

# 第39回 鎌倉市老人大学 寿講座を開講

## 多岐に亘る講演が魅力 延べ1500人が受講

七月八日、十一日の四日間、ゆめクラブ鎌倉・鎌倉市教養センターの共催による平成十五年度・第三十九回鎌倉市老人大学寿講座が、レイウェル鎌倉で開かれた。

毎年、世情に合わせた講演内容で人気を呼んでいる寿講座であるが、今回の講師陣も実に多彩であったことから、四日間に参加者は延べ千五百人にも及んだ。

初日の八日は、テレビでもお馴染みの東海大学名誉教授・師岡孝次氏による「健康の危機管理」と題した講演だった。

師岡氏は、健康への関心が高まる昨今、危機管理の観点から考察するといろいろな問題点があるとし、日常生活に密接な薬、飲料水、タバコ、お酒などを例に危機管理の考え方を紹介。「薬による危機」としては、日本の一般病院で患者に渡される薬の量が平均五種

類、最高で二十八種類にも及び、それを一度に飲むことは生命の危機につながる。複数の病院で受診する際は各病院の薬局に遠慮せず知らせることが危機を避けるためには必要である。と述べ、健康のためには「ほどほど」方式を採用するなど、各人が自分の体の状態を観察して決定し、危機への対策を立てることが必要であると結んだ。

翌九日は「乱世の鎌倉(鎌倉幕府の興亡)」の演題で元青山学院大学講師・田辺久子氏の講演、そして十日は、鎌倉文学館館長であり、芥川賞作家で俳人でもある清水基吉氏を迎え、

10日、清水基吉氏の講演風景



「老いを迎える(俳句のわびということ)」を演題にした講演があった。清水氏は、大勢の家族の中で子供や孫に囲まれて老いを迎えた昔に比べ、今は「ひとり」で老いを迎える時代になったと述べ、仲間や友達との会話など外部との心のつながりを持つことが非常に大切であると指摘。また、松尾芭蕉、良寛、

小林一茶などの老い方を例に挙げ、日本古来の「わび」「さび」の精神が老いの心境に重なることと述べ、気品とゆとりを持つ「ひとり」で老いを迎えることを楽しんでいこうと結んだ。最終日十一日には、音楽療法士・加藤晴夫氏による「なつかしの調べをたずねて」の演題で音楽会がありました。

## 文芸

山ノ内梅鶯会 松岡まど花  
木洩日を乗せつ零しつ夏薊  
一面の花菖蒲田に風の道  
穏やかな川喧騒の瀧となり  
雅びな名もつ花菖蒲濃紫  
片裾を見せ隠れをり梅雨の富士  
山ノ内梅鶯会 坂井ちか子  
姫沙羅の落花惜しみてガラス皿  
縮目見てボンとたたいて西瓜買ふ  
川床の飛沫にはしやくをなご旅  
万緑や利休千家の門提灯  
朝顔市「団十郎」てふ名のありて  
山ノ内梅鶯会 山下カヨ子  
秋茄子の夕べの膳に酒用意  
遠ざかる亡き人想ふ盆の風  
コスモスに心安らぐ昼下り  
虫の声湯に浸り聞き今日終えぬ  
裏道の桑の実日課の如く摘み  
山ノ内梅鶯会 高橋 斌  
箱根路甘酒茶屋と石畳  
紫陽花の連なる谷間登山道  
むくろぎの堅き実拾う寺の庭  
大理石国の肋骨や卵浪寄す  
(陸前唐桑の折石)  
九輪草遠野の木陰赤く染め  
浄明寺寿会 酒井富美雄  
オルガンの流るるチャペル梅雨晴間

老鶯の競ひし谷戸の明け初めし  
園児らの傘の彩り梅雨深し  
薫風や庭師袂の音軽く  
巡礼の白衣まぶしき日の盛り  
浄明寺寿会 遠野 雪  
水邊ゆく人馬一つに風青し  
佛法僧かへし秩父の峰曙光  
隧道へ潮の遠鳴り夜の秋  
盆の月ゆるるお吉の淵の面  
消え際のわずかためらひ線香花火  
浄明寺寿会 山本 照子  
ほととぎす思ひのほかの月明り  
霧飛ぶやきすげ明りも束の間  
残照の富士の雲ゆき露けしや  
眞つ先に子供神輿が被はるる  
田蛙のまだ心地よき声残し  
日焼して海監視員背を正し  
棧橋に花火明りの潮満ち来  
\*お詫びと訂正  
前号の文芸欄に掲載した俳句とお名前  
に誤りがありました。慎んでお詫びし訂  
正いたします。  
腰越第二笹りんどう会 八原マサ子様  
馬蹄坂秋の夕日の影長く  
腰越第二笹りんどう会 宇佐美京子様

## 会員の皆様へ お知らせ

ゆめクラブ神奈川 秋の研修旅行【予告】  
-----  
天の橋立 宮津羽衣温泉で2泊  
若狭路と秋の京都・嵯峨野トロッコ列車の旅  
-----  
会費 ¥33,800~  
11月に実施予定  
取扱/日之出観光(株)横須賀営業所  
☎046-827-2900 担当/大橋



お楽しみプレゼント

「やまもも」のご感想、ご意見をお寄せください。ご応募の中から宿泊券(1泊1万円)2枚をプレゼントします。締切は9月30日。鎌倉市老連事務局まで。

☎248 8686 鎌倉市御成町18 10
メールアドレス yumekama@onyx.dti.ne.jp

平成十五年五月一日現在、七十五歳以上で鎌倉市内に住所を有する方。購入できる期間 平成十五年六月一日から十二月三十一日まで。助成額 一人年一回二千元

《助成対象となる高齢者向けバス乗車証の概要》

Table with 5 columns: 会社名, 乗車証名称, 利用運賃等, 券種と助成販売額, 購入時に必要なもの. Rows include 江ノ電バス, 神奈中バス, 京急バス.

《高齢者向けバス乗車証販売場所及び問合せ先》

Table with 3 columns: 会社名, バス乗車証販売場所, 問合せ先. Rows include 江ノ電バス, 神奈中バス, 京急バス.

- 購入した乗車証は、払戻し・返品できませんので、利用するバス路線等をよく確認して購入してください。
●市から送られた助成券は、他人に貸与又は譲渡することはできません。
●助成券は再発行しませんので、お取り扱いには十分ご注意ください。
●一部乗車証については、販売日の指定がありますので、ご注意下さい。

注意事項

鎌倉市ファミリーサポートセンターとは...

「育児や介護の手助けがほしい人」と「育児や介護のお手伝いをしたい人」とがお互いに助け合う会員組織です。鎌倉市内にお住まいの方なら、どなたでも会員になれます。会員登録料は無料。ただし、援助活動は有償です。問い合わせ先 0467-43-5401

高齢者サービスの案内

高齢者向けバス乗車証の購入費を助成します

鎌倉市では、平成十五年度から「鎌倉市高齢者バス割引乗車証購入費助成事業」を実施しています。事業の概要は、次のとおりとなっております。

「音楽サポーター」が地域で活躍中!

高齢者福祉課保健師

この四月から、高齢者の集いの場などでの、音楽を取り入れた包括的な健康づくりを目的に、十六名のサポーターがボランティア活動を開始しています。現在はいり八びり教室や地域の老人会からの依頼により、童謡・唱歌、民謡やナツメロなどご希望を伺いながら、歌や合奏などのサポートを行っています。五月のある会合では、「夏は来ぬ」「花(滝廉太郎と沖

繩のと二曲)、「鎌倉」「静かな湖畔(輪唱で)」「森の小道(灰田勝彦の)」「アロハ・オエ」などの曲を楽しみました。一年間かけて合奏にチャレンジしたり、トインチャイムを用いて「涙そうそう」の歌を練習しはじめたグループもあります。何曲か歌うと、沢山の酸素が身体に入り、循環も良くなって気分も晴れ晴れしますし、音楽には心を潤し人と人を繋ぐ力があるようです。ゆめクラブのお集まりでもぜひお声かけ下さい。

敬老祝金・祝品を贈呈

【問い合わせ先】 敬老祝金については、高齢者福祉課高齢者活動担当 ☎23-3000(内線2467) 敬老祝品(フラワーアレンジメント)の配送については、鎌倉生花商組合 ☎43-0213

該当年齢表(9月15日現在)

Table with 3 columns: 年齢, 生年月日, 贈呈祝金品. Rows include 101歳以上, 100歳(上寿), 90歳(卒寿), 80歳(傘寿), 99歳(白寿), 88歳(米寿).



今号の やまももさん

大町鶴寿会 一本モトさん(100歳)

息子の... 孝行... 孫... 曾孫... 孫... 曾孫... 孫... 曾孫...

きつぷのいい、はきはきとした明るい声が部屋中に響く。声の主は一本モトさん。明治三十六年二月二十二日生まれ

表彰者を代表して表彰状を受けた。東京に代々続く商家の五代目。昭和十八年に鎌倉へ移り

本覚寺斜め前の夷堂橋を渡ると、奥に妙本寺がしずまる比企が谷に入る。建仁三年(一一〇三年)比企一族は、ここに將軍頼家の嫡子

正面講堂左からも登れるが、急坂なので引き返しが、急坂なので引き返しが、急坂なので引き返しが、急坂なので引き返しが



蛇苦止明神

鎌倉散歩

比企が谷一祇園山一東勝寺跡

めたという袖塚、その奥に比企一族の墓と伝えられる墓所がある。また総門近く

る。十分弱で尾根道に出る。右へ少し行くと展望台があり案内板もあるが、展望はさつきの方が広い。今の道を引き返し直進する。小刻みなアップダウンはあるが平坦な所が多い。木の根には

原稿募集 | 投稿規定 |

会員の皆様からのご投稿をお願いいたします。原稿用紙は「やまもも」専用紙(12字x13行)使用。用紙は編集部宛に請求下さい。

編集後記

装いを新たに歩み始めた「やまもも」。継続は力なりと申します。各クラブの活動は、それぞれの地域の特性を發揮して、独自の動きがあります。これら

老人クラブへ参加しませんか

鎌倉市老連は昭和39年9月に創設しました。来年で40周年を迎えます。現在市内には103クラブ・会員4,598人の方々が、生きがいと健康づくりのために、老人クラブの仲間づくりを基礎に相互に支え合い、楽しいクラブづくりに励んでいます。あなたも参加してみませんか。市内在住60歳以上の方であれば、どなたでも参加できます。問い合わせ先 鎌倉市老人クラブ連合会事務局 ☎23-3000(内線2467)

スポンサー各位へ御礼

「やまもも」発行に際しご協賛いただきました各位に厚くお礼申し上げます。本紙は会員相互の交流と生きがい向上に、さらに内容の充実に励んでまいります。今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。 ゆめクラブ鎌倉