

# 久米 寿 号

第126号

H27. 1. 1

久米地区  
寿会連合会

文化部

会員の皆様

お健やかに新年をお迎えの事と  
お慶びを申し上げます  
皆々様のご健康とご多幸を  
お祈り申し上げます  
本年もよろしくお願い申し上げます

文化部



## 久米地区寿会連合会の活動状況

- 十月一日 「久米寿号第一二五号」発行
- 十月十六日 輝きクラブ周南徳山支部理事会
- 十月十七日 「周南市人権研修ステツプアップセミナー」に一名参加（於て山口南総合センター）
- 十月二十一日 お年寄りと久米小三年生のふれあいカローリング大会（久米小学校）
- 十月二十七日 周南市高齢者ふれあいスポーツ徳山地区大会に六十名参加（於て周南市陸上競技場）
- 東部チーム（久米・鼓南・櫛ヶ浜）は優勝
- 十一月五日 太華ブロック「人権を考える集い」に有志参加（於て太華中学校）
- 十一月十日 輝きクラブ周南徳山支部理事会
- 十一月十五日 久米小学校学習発表会に児童からのお招きを受けて多数参加
- 十一月二十七日 周南市老連第十回高齢者振興大会に有志参加（於て周南市市民館）
- 「久米寿号」編集会議
- 十二月八日 輝きクラブ周南徳山支部理事会
- 十二月九日 「平成二十六年年末年始の交通安全全県民運動」に参加
- 十二月十六日 周南警察署主催の「シニア交通安全教室」に有志参加（於て久米公民館）
- 十二月十八日 久米小五年生に「しめ縄作り」を久米コミュニティ推進協議会の皆さんと共に指導（於て久米小学校）（十七日にワラ打ちの準備作業）
- 十二月二十二日 久米地区寿連第二回会長会議

## 行事短信

### 久米小五年生の「しめ縄作り」

地域の伝統文化である「しめ縄作り」を、久米小五年生に体験させる集いが、十二月十八日、久米小学校体育館で開催されました。材料の稲ワラは、学習田で児童達が田植えから草取り、稲刈りをして作ったものです。

## 短歌・川柳

石田敬枝

咲くために光あつめて公園に

朝顔のしまいの花と思いが

また一輪と真白く咲けり

清花

爪の他伸びる全なく年明けける

老人の憩うホームも金次第

反り身から猫背に変わる選挙前

くめ・ひばり

アナ雪をうたう曾孫は愛らしい  
老体で今年も来れたみかん狩り

## 皆さんに感謝

ありがとう

中寿会 寺本千津子

久米の住人になって三十有余年になります。主人の仕事の関係で住居を五回程変わりました。子供達は大きくなったと思います。私は専業主婦（少しパートもしましたが）気楽に過していました。久米に住んで間もなくバレーボールをしませんかと声をかけていただき、厚かましくもクラブの一員となりました。いろいろ御迷惑もかけましたが、自分の健康を維持するためと思ひ、続けさせてもらいました。試合のため遠征したことなど楽しい思い出がいっぱいあります。昨年末に家庭の事情が変わりましたので、今年の三月で退部させていただきました。現在は卓球クラブに入部しています。冬はバレーボールの練習が休みなので、年をとったら体を動かさないと、と声をかけていただき入部しました。十数年になります。先輩方が一生懸命教えて下さるんですが、頭の回転もにぶく、なかなか上手にならなくて申し訳なく思っています。今年の五月位から、朝の登校時に久米小の見守り隊の一員として声かけをしています。おはよう。行ってらっしゃい。気をつけてね。の繰り返しですが……。

子供達は、最初は言葉も少なかったのですが、今では大きな声で挨拶をしてくれます。元気をもらっています。

いろんなきっかけを作って下さった方々、本当にありがとうございます。これからもよろしくお祈ります。

孫のため つけた手すり 吾が使う





# 人生ラスト十年問題

上南寿会 山田定子

人の平均寿命と健康寿命の差が人生ラスト十年問題と言われている。このラスト十年問題には「歩けなくなる」「食べられなくなる」「物事がわからなくなる」この三つの節目があり、下半身の筋力低下が関わっているといわれている。御他聞に洩れず自身もこの所活動に支障を来たしている。

久米小学校支援学級や沼城小学校支援学級との交流は十年以上続けている。主に、昔ばなし、民話、昔のあそび等である。

また、新南陽の生き甲斐デイサービスさるびあ(百名位の登録)にも八年位交流している。平均年齢八十五歳(八十六歳で介護保険受給者ではなく健康な方達で、九十歳を越えてもお手玉が三つとれるなど、生き生きと人生を楽しんで居られる方達で、主に回想法をしている。

活動事例 二十六年十一月十五日土曜日(三十分間)

テーマ おばあちゃん的小学唱歌

(歌詞をみないで歌う。題を漢字で書く)

一年(明治四十四年) おきあがりこぼし

二年(明治四十四年) 雲雀

三年(明治四十五年) 広瀬中佐

四年(明治四十二年) 桜井の訣別

五年(大正元年) 村の鍛冶屋

六年(明治四十三年) 水師營の会見

その他、四穴の小さいハーモニカ伴奏で、故郷、隣り組(歌詞あり)を合唱する。

おわりに、昭和三十年高校を卒業して福祉の仕事に就き六十年近くなる。今から二十年前ごろから、高校卒業生の同窓会(菜々の会)を一年に十回実施している。会う度にお互いの健康を喜び、愚痴三昧、ストレスの捌け口である。この菜々の会は悠久の世界に誘ってくれる。これは私達の文化遺産と想っている。

私のスローガン

○声を懸ける

○気に懸ける

○自分の使命(氏名)に命を懸ける

## 芸能のはじまり

天鈿女命(アメノウズメノミコト)の話

中寿会 井上好男

クラス会では一万歩など健康談義が盛ん。よく動くのがいいらしい。

私は二十代からいるんな仕事を少し体調が悪くても動きをとめたことはない。何事もない休日なら何処かへドライブする。津和野稲荷へはよく行く。稲荷様は商売繁盛の神様、信じようと信じまいと丁度よいコース。祈禱をお願いすると、祝詞や巫女の舞。巫女

## パソコンライフで 老いを寒くなく！

上南寿会 SA

私がパソコンを習い始めたのはいまから十二年(?)前でした。

世の中パソコンブームで妹たちがメールで情報交換して、私はあきらかに取り残されてしまいました。ところへ久米公民館で無料講習会があると知らせて飛びついて入りました。

夜間しか残っていませんでしたので、夕方勤めを終えて家族の夕飯を作ってから駆けつけました。生徒は新しいものを習いたいと向学心に燃えた同年輩の人ばかり……。

早く教えてもらいたい一念で頑張りました。でもまず最初に自分の名前がローマ字で書けなくて冷や汗をかき、こんなことでメールが打てるだろうかと思ひ込みました。

インターネットは、先生から「自分のポストに手紙が入ったかどうか見に行くようなものだ」と言われ不思議な感覚でした。だからメールを打ったものの、ほんとに届いたかどうか心配で電話で確かめていました。メル友がたくさんできたのは収穫でした。

なんにも知らない機械音痴のわたしでしたが、何回かの学習で卒業させて頂きました。その後は、習ったワードとエクセルとメールで遊んでいましたが、ついにそのパソコンがダメになり去年の春買い換えました。買い換えたものの今までのとは様式が違って使いこなせません。基本的なことが全然出来ないのです。それで思い切って去年の秋から福祉館の講座に入れていただきました。

新しい機種を教わりながら、また少しずつ昔の機能を思い出しています。もはや十二年も前の情熱は失せて習ってもすぐ忘れてしまっています。

「朝起きりゃ昨日の記録初期化され」(朝日川柳より) トホホ……。

頼もしい先生とお仲間が見つかりましたのでまた頑張るつもりです。パソコンは継続は力なり 習うよりなれる……。

月二回の教室は今、一番楽しみな講座です。

の舞は古代からの歴史がある。

天照大神岩戸隠れで、暗闇になり神々が大いに困り会議をする。

いくら思案しても会議は行きつまった時、巫女(天鈿女命)が樽の上で笹を手に胸開き、下あらわに裸踊りを始めた。神々をゲラゲラ大笑いさせた。この様子を不審に思い岩戸を少し開けるとすかさず天手力雄神が天照大神を引き出す。再び世界に光が戻る。

以来神事は巫女の舞から始まる。

大王家などの神事には激しい巫女の舞を奉納する。やがて舞は民の中に芸人としての世界が生まれる。笑いから泣きの芸まで、今日では芸域は広まり日常文化の中心(?)みたくに思える。テレビなども大半は娯楽芸能である。

さて芸能の始祖である天鈿女命を祭神とする神社は四社ある。一説には猿田彦命(サルタヒコノカミ)の妻となる。古代巫女の地位は高く世の中を動かしていた。威厳のある舞は、苦難を除き幸運を招きそうだ。