

さんさんクラブ宮崎市だより

第88号 令和4年6月30日

発行 〒880-0001 宮崎市橘通西1丁目1番2号
☎0985-61-9970

さんさんクラブ宮崎市(宮崎市老人クラブ連合会)

編集協力 〒547-0026 大阪市平野区喜連西4丁目6番69号
株式会社 博報社 ☎06-6797-0212



宮崎市民プラザ



木の花ドーム

「さんさんクラブ活動」にお取り組みいただいています各クラブ会長、女性部・若手委員をはじめ役員皆さまには、何とも歯がゆい思いの二年間であったかと思えます。そのご労苦に對し心から感謝申し上げます。

おかげさまで市老連におきましては、令和二年度は開催を見送った「総会」と「さんさんクラブ大会」を皆さま方のご理解とご協力をいただきまして開催することができました。とりわけ「さんさんクラブ」の永年の懸案事項であり、役員となり手が無い大きな理由の一つでありました、「補助金申請業務」の簡略化と新たな「新規会員の増強策」としての「広域クラブ」の結成は、宮崎市ご当局の格別なるご配慮と、「さんさんクラブ」役員をはじめとした皆さまのご努力により、七クラブの新規結成を見て、一定の成果を上げることができました。関係各位の皆さまに心からお礼を申し上げます。

さて、令和四年度は、事業開始早々から「コロナ感染高止まり」等から、「社会経済活動」により重点を置いた「医療緊急警報」が発令されました。今後は一層「感染防止対策」を厳守しながら、「高齢者同士の支え合い」活動や「会員の減少に歯止め」をかける「会員加入促進と組織強化」に取り組んで行かねばなりません。また、自治会をはじめ各団体との連携をさらに強化して「地域を支える」魅力ある「さんさんクラブ」づくりに邁進して行くことではありませんか。

さらに、この二年間開催を見合わせてきました市老連全体での「スポーツ大会」と「芸能文化発表会員の集い」は、このコロナ禍を乗り越えて、会員の皆さま共々に、早い機会にぜひとも開催に漕ぎ着けたいものでもあります。

結びに、会員皆さまのご健康とご多幸を心から祈念し、新年度のごあいさつといたします。



令和4年度総会を終えて 〜新事業年度に向かって〜

さんさんクラブ宮崎市
会長 松浦 博徳

「さんさんクラブ」を皆さま方のご理解とご協力をいただきまして開催することができました。とりわけ「さんさんクラブ」の永年の懸案事項であり、役員となり手が無い大きな理由の一つでありました、「補助金申請業務」の簡略化と新たな「新規会員の増強策」としての「広域クラブ」の結成は、宮崎市ご当局の格別なるご配慮と、「さんさんクラブ」役員をはじめとした皆さまのご努力により、七クラブの新規結成を見て、一定の成果を上げることができました。関係各位の皆さまに心からお礼を申し上げます。

さて、令和四年度は、事業開始早々から「コロナ感染高止まり」等から、「社会経済活動」により重点を置いた「医療緊急警報」が発令されました。今後は一層「感染防止対策」を厳守しながら、「高齢者同士の支え合い」活動や「会員の減少に歯止め」をかける「会員加入促進と組織強化」に取り組んで行かねばなりません。また、自治会をはじめ各団体との連携をさらに強化して「地域を支える」魅力ある「さんさんクラブ」づくりに邁進して行くことではありませんか。

さらに、この二年間開催を見合わせてきました市老連全体での「スポーツ大会」と「芸能文化発表会員の集い」は、このコロナ禍を乗り越えて、会員の皆さま共々に、早い機会にぜひとも開催に漕ぎ着けたいものでもあります。

結びに、会員皆さまのご健康とご多幸を心から祈念し、新年度のごあいさつといたします。



令和4年度 さんさんクラブ宮崎市総会開催！

4/27 水 宮崎市民プラザ ギャラリー
13:30~14:30

4月27日(水)、宮崎市民プラザギャラリーで令和4年度さんさんクラブ宮崎市総会を開催しました。出席を制限して行われる中、すべての議案について賛成多数で可決承認されましたので、次ページにてご報告申し上げます。

令和4年度 さんさんクラブ宮崎市総会



総会は松本副会長・女性部長の開会のことばで幕開け、物故会員への黙とうの後、会長あいさつに進みました。続いて、清山市長、鈴木市議会議員(島田副議長代読)からご祝辞をいただき、来賓紹介を経て、議事へと移りました。

議長団には日高会長、久木元会長の二名が選出。はじめに日高会長から、出席一〇一クラブ、委任状六十七クラブ、合計一六八クラブにより、全一七九クラブの過半数を満たすため総会が成立する旨が報告され、次の各議案の審議に入りました。

- (1) 議案第一号 令和三年度事業報告について
- (2) 議案第二号 令和三年度一般会計収支決算報告及び監査報告について
- (3) 議案第三号 令和四年度事業計画(案)について
- (4) 議案第四号 令和四年度一般会計収支予算(案)について
- (5) 議案第五号 宮崎市老人クラブ連合会会則の一部改正(案)について

すべての議案は、賛成多数により可決承認されました。

その後、役員改選の報告、令和四年度さんさんクラブ宮崎市役員紹介が行われ、岩元副会長の閉会のことばで総会は幕を閉じました。



令和4年度を迎えて

女性部長 松本 順子

新緑の若葉が映える五月。三年ぶりに行動制限のないゴールデンウィークは、各地でにぎわいをみせている一方、ロシアによるウクライナへの軍事侵攻で苦しむ人々の悲惨な映像や国内でも大きな海難事故発生。ご家族の怒りと悲しみの様子が日々伝えられ、胸が痛みます。

①講演会

令和三年八月四日(水)
「わたしの思いをつなぐノート」の書き方と終末期医療について

人生の終末期に向かおうとしている我々高齢者が今後どのような心構えで生活し、またどのような準備が必要かを学びました。

②講習会

令和三年十一月十八日(木)

「パークゴルフ競技の実技とルールを学ぶ」講習会を開催
グラウンドゴルフにくらべるとパークゴルフは認知度が低いのですが、子供や女性でも簡単にプレーができ、楽しく交流することができると、まず役員が学び、地区の友人に広めて行こうとの趣旨です。

令和三年度はこのような状況もあり「健康」「友愛」「奉仕」の三大理念を基にした活動も縮小したため、残念ながら加入促進運動は実を結ぶことができませんでした。令和四年四月十一日(月)、清山新市長に表敬訪問の機会を頂きお話しを伺うことができました。地域に根差したさんさんクラブの地道な活動を大いに評価していただき、大変うれしく思いました。その中で「コロナ感染者がまだまだ多く油断できない環境が続いている日々ではあるが、基本の『うがい・手洗い・マスク着用・人との距離・換気』を守れば十分活動できると思います。高齢者の生きがいと健康作り活動は本当に大切です。その都度、冷静に判断して推進してください」とのお話がありました。

季節も進み、外での活動がしやすくなります。外出自粛で孤立する人が増えていきますので、感染予防に工夫をしながら声をかけあって活動しましょう。今年度も皆さまのご協力をよろしく願います。

いす。

今後も若手リーダーが地域の活性化のために率先して参加することが課題であり、重要なことだと考えます。

会員の増強と老人クラブの発展、活性化の役割を担い、今後の活動を図り、早く日常の社会生活ができることを願うばかりです。



ごあいさつ

若手委員長 原田 紀男

若手委員長に就任して二年目になります。コロナ禍の中、委員会のいろいろな行事、活動が中止や縮小になりました。目に見えないウイルスが世界に拡散して、いろいろな行動が制限されて三年です。

高齢者は「健康寿命」を維持するために、心身ともに苦勞さされていることでしょう。健康で自立した生活を心掛け、地域活動への参加を通して人間関係の孤立化を防ぎ、「支え合う」老人クラブを目指した



令和4年度 さんさんクラブ宮崎市 事業計画

1 メインテーマと 宣言事項の実践

●メインテーマ

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

(全国老人クラブメインテーマ 平成二十六年度)

〈健康寿命〉

○健康寿命を延ばし、自立した生活、生きがいある生活の実現を目指します。

○仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組みます。

〈地域づくり〉

○他世代や関係団体と連携し、安全・安心の住みよい地域づくりを目指します。

○元気高齢者の知識・経験・活力を生かす場づくり・機会づくりを広げます。

2 基本方針について

老人クラブは、高齢者の生きがいや健康づくり、介護予防・友愛訪問などの様々な活動を行うとともに、環境美化、世代間交流、ボランティア活動など地域を豊かにする活動にも積極的に取り組んできました。今日、高齢者人口が急速に増加し、高齢者同士が支え合う地域社会づくりが一層求められる中で、さんさんクラブ宮崎市は、令和四年度も「健康・友愛・奉仕」の全国三大運動を柱に、「コロナ禍」による逆風に適切に対処しながら喫緊の課題である会員の加入促進や若手リーダーの育成に取り組むとともに、地域の自治組

織との連携を深め、魅力ある老人クラブづくりを進める。

3 重点事項について

(1)健康づくりとスポーツ活動の取り組み

①第五十一回宮崎市さんさんクラブスポーツ大会の開催

②健康リーダー研修会の開催

③健康増進への取り組み(健康講話・ニュースポーツの普及)

④若手委員会主催グラウンドゴルフ大会の開催

⑤第二十一回県老連スポーツ大会への参加

(2)心身の健康、生きがいづくり事業の取り組み

①第五十八回宮崎市さんさんクラブ大会の開催

②芸能文化発表会員の集いの開催

③コーラスグループへの支援

④文化面の活動による生きがいづくり奨励

⑤県老連主催の作品展示会への出品

⑥元気な高齢者の子育て支援による生きがいづくり

(3)友愛活動の取り組み

①単位老人クラブにおける積極的な活動奨励

②高齢者同士の支え合い活動の意義と必要性に関する研修

③在宅福祉を支える活動の推進

(4)社会参加活動の取り組み

①第五十八回宮崎市さんさん

クラブ大会の開催

②交通安全関係の諸行事への積極的参加

③みやざき健康くしまつりへの参加

④関係機関・関係団体行事への参加協力

(5)奉仕活動の取り組み

①交流活動の推進

○会員同士の交流と親睦

○学校・児童館・児童センター及び地域での世代間交流活動推進

○児童館・児童センター訪問

②クラブ会員による施設訪問

③募金活動

④地域社会づくり参加

○「社会奉仕の日」の活動の充実

(6)啓発活動の取り組み

①「さんさんクラブ宮崎市だより」の発行、年二回(六月・十二月)

②市広報の活用、市社協の広報活用

③地域活動紹介及び入会案内年二回(四月・十月)自治会回覧

④各地区老連の活動紹介

⑤報道機関への情報提供

⑥ホームページの更新

(7)組織強化の取り組み

①会員加入促進・老人クラブ活性化の取り組み

人会員増強運動」に連動して「会員加入促進・クラブ活性化運動」を取り組んできた。しかしながら、会員数の減少に歯止めがかけられないことから、令和四年度も引き続きコロナ禍という老人クラブ活動に対する逆風の中で、組織を挙げて会員加入促進・クラブ活性化推進運動を取り組むこととする。

②組織強化推進員の配置

若手リーダー育成と若手会員の活躍の場の拡大、会員拡大及び老人クラブ活性化を更に推進していくとともに関係団体との連携を図るために市老連事務局に組織強化推進員を配置。

③役員研修会の充実

④若手委員会の充実と全各地区老連に若手委員の配置(若手リーダーの育成・組織の活性化と加入促進)

⑤加入促進のためのチラシ・活動紹介の配布

⑥加入促進に対する関係機関、自治会等の各種団体への協力依頼や連携強化

⑦表彰機会の充実(加入促進・加入優秀賞の授与)

(8)女性部活動の取り組み

①学習活動(女性部全体研修会)

②友愛訪問活動(一人暮らし世帯等への訪問の実施)

③交流研修及び視察研修

④社会奉仕活動

⑤伝承活動

宮崎公証役場からのお知らせ

遺言のすすめ

「遺言するほど財産を持ってないから遺言をする必要はない。」と言われる方がよくいらっしゃいます。しかし、遺言が必要かどうかは財産の多い少ないで決まるわけではありません。お持ちになっている財産と、どなたが相続人になれるのかを考えて、遺言が必要かどうかを判断していただきたいと思います。

まず、土地や建物などの不動産をお持ちの場合は、遺言の必要性が高いと言えます。それは、土地や建物などの不動産は、単純に相続分に従っ

て分割することが困難だからです。遺言がなく遺産分割がまとまらないために、相続の登記がされないまま長年、故人名義のままになっている不動産が多数あり社会問題にもなっていますし、残された家族にご苦労をかけることとなります。

また、たとえば、お子さんがいない夫婦の場合、配偶者と兄弟姉妹が相続人になります(親御さんが亡くなっている場合)。配偶者に全財産を残すには遺言をする必要があります。

公証役場では、公正証書遺言に関するご相談を無料で受けられますので、お気軽にお越しください。

宮崎公証人合同役場 宮崎市別府町2-5 コスモ別府ビル2階 TEL. 0985-28-3038

(弁)えいらく法律事務所からのお知らせ

精神病治療(医療保護入院)の落とし穴

1 医療保護入院とは

皆さんは医療保護入院という制度があることをご存知ですか。入院を必要とする精神障害者で、自傷他害のおそれはないが、任意入院を行う状態にない者を精神保健指定医(又は特定医師)の診察及び家族等のうちいずれかの者の同意で入院させることができる制度です。

つまり、自傷他害のおそれがないので措置(強制)入院はできないが、本人の同意が得られないので任意入院もできない場合、家族等の同意をもとに本人の意思に反して入院させることができるのです。入院させられる者の人権と医療の必要性とを家族等の同意でバランスを図った制度であるといえます。

2 退院請求の依頼

私は某精神病院に入院されているAさんから退院請求の依頼を受けました。退院請求は、精神病院に入院されている患者さんが医療審査会に退院を求める制度で、Aさんは私にその代理人となることを依頼されたのです。

Aさんは大手の会社に長年勤務され、定年退職後、ご家族と一緒に暮らしておりましたが、ご家族から、体調が良くないみたいだから内科の病院で検査してもらいましょうなどと言われて病院まで連れて来られ、そのまま精神科に入院させられたのです。

3 面会

Aさんに面会してお話をお聞きしたところ、しっかり話をされ、「自分は病気ではない」と言われます。ところが、ご家族にお聞きしますと、ご家族は、Aさんが一種の認知症であるなどと言われるのです。

私は、当初、Aさんとご家族の言われることが食い違うのは、Aさんに「病識」(自分が病気であることの自覚)がないためであろうと考えていました。

4 退院請求の申立

私は、Aさんの依頼を受けて県知事を相手にしてAさんを病院から退院させるように申立てました。また、主治医の先生に面会をお願いしたのですが多忙等で面会することができず、あまり情報が入らないまま時間が過ぎていきました。

やがて、医療審査会から派遣された医師と弁護士が病院を訪れてAさんやご家族らから事情聴取をされました。

5 誤った医療保護入院がなされていたこと

私は、面会を重ねてAさんからお話を聞くうちに、Aさんは精神障害者ではなく、誤って入院させられているという確信が強くなりました。精神障害者ではない人がどうして本人の意思に反して入院させられる事態が起きたのか私なりに推測してみました。

Aさんは、年を重ねて、頑固で短気になり、柔軟性を欠いて、ご家族やご近所とうまくいかなくなってトラブルになっていったようです。それをご家族は病気のせいであると思ひ込まれ、そのご家族から事情を聴かれた医師もご家族の話をもとに誤った診断をされたというのが事実のようでした。

誤って入院させられるのは大変な人権侵害ですから、急いで退院させるように医療審査会に意見書を提出しました。結局、医療審査会では退院請求が認められ、Aさんは無事退院して家族の元に帰られました。

6 ある日、突然、精神病院に入院させられ、いくら病気ではないと言っても信じてもらえなかったとしたら、どんなに恐ろしいことでしょうか。

医療保護入院という制度は、家族等の判断に誤りが生じると大変な人権侵害になる危険性があることを教えてくれた事件でした。

宮崎県弁護士会所属

弁護士法人えいらく法律事務所 弁護士 真早流踏雄

宮崎市永楽町182-6 電話 0985-23-1355

えいらく法律事務所

検索

4/11月

清山市長表敬訪問



清山市長

令和四年四月十一日に、本年二月に就任された清山市長を表敬訪問させていただきました。市老連から松浦会長、北原副会長、岩元副会長、松本副会長、女性部部長、島本若手委員、濱砂事務局長が代表としてお伺いし、市老連に対するご支援・ご協力への御礼と市

老連活動の現状報告や今後の取り組みについての説明をさせていただきました。清山市長からは、長引くコロナ禍で日々の活動が制限される中で、さんさんクラブの一人暮らしの高齢者宅への訪問や児童の見守り活動などの地域を支える継続した取

り組みについての感謝と、感染症予防に十分留意しながらの活動の推進を願う激励のお言葉をいただきました。今回このような機会をいただきました清山市長、福祉部ご関係者の皆さま、誠にありがとうございました。



松浦会長



福祉部 藤森部長



福祉部福祉総務課 黒岩課長



松本副会長・女性部長



北原副会長



岩元副会長



島本若手委員

私たちのクラブ活動紹介



10/29 花植作業①

令和二年三月四日の午後十一時十五分県庁において、河野知事が本県で初めて「新型コロナウイルス」が確認されたことを発表された。

翌日三月五日、新聞・テレビ等で大きく報道されたことは記憶に新しい。

それから二年目を迎えたが、毎日、新規感染者数等が報道されている。

私達、「さんさんクラブ」も、コロナ禍の中、事務・事業活動等において、多大な影響を受けている現状である。

しかしながら地区老連・単老では感染予防に万全な対策をとりながら各種事業を行

田野地区

「コロナ禍の中での活動」は健康・生きがいづくり!

田野町さんさんクラブ連合会
若手委員 尾割 利秋



10/29 花植作業②

令和四年度は、新たに「一クラブ」の結成と「新規加入者」により、十六クラブ・六〇四名でスタートとなった。

千穂への宿泊研修旅行、物品販売事業など実施した。

各事業実施の際には、広報にも努め、クラブ未加入者に対して加入促進を呼びかけている。

このことは、「各クラブ会長」の努力の賜物であり、「元気な高齢者」の活動の成果である。

各会員においては、今後も元気で日々を過ごされ、各種事業への参加をお願いしたい。

なお、私たち若手委員も、その一助一員となるように努めたい。

い、特に「フレイル」防止に取り組んでいる。

田野老連では、令和三年度において県老連及び市老連主催事業への参加。

田野老連主催のグラウンドゴルフ大会二回、カローリング大会、花いっぱい推進事業で年二回・日南学園宮崎頤学館の生徒との花植え合同作業、「さざんか・つばき油製品づくり」事業、神話の里高



11/12 グラウンドゴルフ大会



11/26 カローリング大会

このことは、「各クラブ会長」の努力の賜物であり、「元気な高齢者」の活動の成果である。

各会員においては、今後も元気で日々を過ごされ、各種事業への参加をお願いしたい。

なお、私たち若手委員も、その一助一員となるように努めたい。

赤江地区

さあ歌って楽しい 手話の勉強を始めましょう

新弥生会
会長 吉尾 千里



令和3年7月16日 新弥生会 定例会

コロナのせいで声を出して歌えないので、会員の長野さんに手話で童謡の「ふるさと」を歌詞に添って教えてもらい、ハーモニカの伴奏に合わせて、勉強しながら皆で楽しく体験しました。



熱中症 に気をつけましょう!

この夏は感染症予防に加え、熱中症にも注意してください。こまめな水分補給を心掛け、室内ではエアコンを上手に使って暑さ対策をしましょう。

私たちのクラブ活動紹介

お助け隊(五人)
 ①八月二日 二丁目 独居老人
 N宅 庭木剪定、庭の草刈り

大宮地区

**神宮西さんさんクラブ便り
(令和3年11月度)**

神宮西さんさんクラブ
 会長 堀口 哲昭



前日より役員で「灰汁」を作ったり、「竹の皮」を洗ったり、もち米を「灰汁」に漬けたりし

広瀬地区

**小牧台福寿会 女性部
灰汁巻作り**

広瀬地区
 若手委員 佐末 忍



②十月二十一日 二丁目独居老人N宅 庭木剪定、庭の草刈り、家庭の廃棄物をエコクリン宮崎へ運搬処理



撮影!!
 最後は、小牧台福寿会「パンザイ」の掛け声で、笑顔の記念

て準備をした。
 当日はコロナ対策を十分に取って作り始める。
 皆さん生き生きして作業しています。もち米を竹の皮にのせて包んで巻き、竹の皮をひも状にしたもので開かないよう結び、それを大鍋に入れ二時間以上たき上げる。取り出して開いてみたら、あめ色になっておいしそうに出来上がっていた。



皆で集まることの大切さを感じた一日となりました。



さんさんクラブ宮崎市

会員のひろば

大宮地区

時代の流れに
思うこと

下北方南豊寿会
渡辺 寿夫

一年ぶりに投稿しようと思
い立ち、テーマも決めて

書き始めたのはいいが、途
中で他の作業に追われて半
分以上書いた時に一時休止
となった。その作業から解
放されて続きを始めたが、
当初構成していた文章の流
れが思い出せず、頭の中で
整理しながら書き始めた。

そのテーマとは、代々先
祖から受け継いできたいく
つかの行事が、高齢化によ
る身体的事情や後継者不足
により簡素化されたり、廃
止されたりすることであ
り、『先祖に申し訳ない気
持ち』と『時代の流れがこ
うさせてたから』という理
屈めいたことを書いてい
た。

そして、この続きを書き
始めた頃、宮崎日日新聞に、
宮崎神宮の本部雅裕宮司さ
んが自分史で『新田のかん
まつり』と題して祀り次第
を詳しく書かれており、偶
然にも私が書いていたこと
と同じようなことで驚い

た。真似して書くなんて
大変失礼と思いい別の題に
替えようと思ったが、書
き終わる頃に拝読したの
で、このまま拙筆ながら

続けて書き直しをお許し
を頂いて私たちの氏神祀
りを紹介し、将来危惧す
ることを書いてみたい。

この祀りは、明治の中
頃から祖父のいとこ同士の
三名が氏子となり順番
を決め祀り始めたよう
で、その記録が今も残って

おり社の神棚に納められて
いる。現在の氏子は五名と
なり、祀りの日は旧暦十二
月十五日前後に行うことと
して、当時より代々続く神
官さんに祭主をお願いして
いる。祀り当番は、決めら
れたおそなえ物を神前に並
べてお祓いを受け、おこわ
お神酒を氏子全員と神官さ



私の子どもの頃当番の家
ではごちそうを出して、氏
子はもちろん遠方の親戚ま
で呼んで大宴会となってい
た。このような次第で祀り
を行うが、そこで思うには
近い将来この永年続いた伝
統行事が途切れるように思
われる。

時代に流れと共にすでに

宴会は中止しているが、次
は後継者が途絶える家もあ
るので祀り自体も規模を縮
小するとか、個人負担の経
費削減を考え、氏子に配る
おこわ・お神酒を中止する
とか祀り継続の方法を模索
しなければならぬ。氏神
祀りだけでなく、墓参りに
行くたびに『この墓の将来
の管理はどうなるのか』と
思うようになった。

こんな現状について本部
宮司さんが言われるように
『時代が変わっても変えて
はならないもの』『時代と
共に変えていくべきもの』
をどう理解し判断し決定す
るのか、それが私たち氏子
にとって目前に迫っている
むつかしい命題である。



赤江地区

楽しみにしていること

月見ヶ丘おひとりさまの会
岩本 淳

いろいろなことをしてお
りますが、近々、宮崎市制

百周年になると思っています。
九十周年の折、第九の演奏
があり、初めての舞台上に
立ちました。その二年後に

は、市文化ホールの創立
二十周年があり、外国の人
の指揮のもと、第九を楽し
みました。その感動は忘れ
がたく、ぜひ、参加したい
と心待ちにしております。

次に、庭に自分が食べた
柿の種を蒔き、今年は七年
目になりますが、残念なが
ら花が咲きません。来年は
ことわざ通り、八年目で実
をつけるかもしれません。
五年前に植えたすももは初
めていくつかの実をつけて
います。どんな味がするの

か楽しみです。四十年ほど
前に植えた杏は実をつけま
せんが、三年目を迎える若
木が今年花をつけましたの
で、きつと来春は実を結ぶ
でしょう。四年目の文旦は
多くの花をつけ、秋には味
わえると思っております。二
春目のプラムは花をつけま
せんでしたが、来春にはど
んな花をつけるのか楽しみ
です。昨秋と今春に植えた

桜桃は、葉が元気よく伸び
ているので来春は花をつけ
て欲しいです。玄關の東側

に植えた木いちごは、三本
それぞれ異なる色の実をつ
ける予定です。並んで植え
たにがごり、もう三十三
センチ伸びて、ご近所の人か
ら収穫の注文を受けまし
た。その隣に蒔いた朝顔も
近く芽を出し、花を咲かせ
てくれると楽しみにしてい
ます。西瓜も五本植えてみ
ましたが、どんなふうに着
つのか。それぞれ、グリー
ンカーテンの役割も期待し
ています。

最後になりましたが、お

ひとりさまの会も二十名で
一年二カ月前に発足しまし
たが、現在三十八名となり
ました。今年度末には五十
名の会になるよう活動を広
げ、充実させたいと思っ
ています。そうならば、二年
連続で会員拡大の優秀賞を
受けることとなります。そ
のためには皆が健康でなけ
ればなりません。



清武地区

我が家で看たい!

岡老人クラブ 森田セツ子

脳梗塞で入院中の主人に面会できないのを悔やんでいる四月に、転院のカンフアレンス(話し合い)があった。

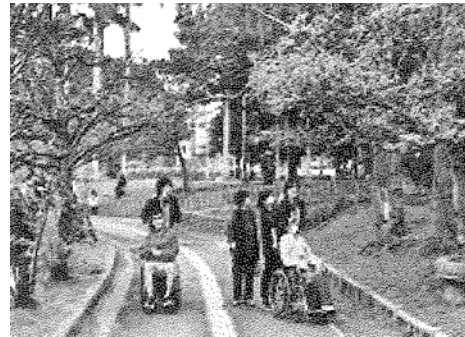
「介護老人施設入所はどこにしますか?」私は、「施設入所の前の一週間でも我が家で看たいです」

「婆ちゃんには無理! 看ることはできないわ。入浴、車椅子移動、トロミ食作り、昼夜に体位変え等は到底無理だわ!」

「老々介護は共倒れになるわ」

医師も看護師も娘も反対している。長男の嫁は「お義父さんは家に帰りたいはず」と言ってくれる。

翌日に、他所住まいの元看護師だった女孫からラインが。「婆ちゃんが我が家で看たいなら、私が連休の一週間だけ看るわ。二人の子供と主人ともに家族四人で里帰りしたかったから」



「それは良いわね。よろしく頼むね」早速、ベットや車椅子のレンタル、トロミの食事の手配、吸引管の用意の話が進んだ。

また、孫からのライン、「こちらの幼稚園にコロナ

感染の疑いの園児が出たの。駿弥は大丈夫だけど、もしかしたら、宮崎にいる日取りが二、三日早まるかもしれない、介護施設入所を早めてくれないかな?」ケアマネージャーは連休中の施設入所にするため、問い合わせに一生懸命。でも、連休の間は空きが見つからない。

「そんなら、我が家で訪問介護士を頼んで私が介護しようか?」と振り出しに戻る。《我が家で看たい》は駄目と分かっているのに。入所予約もなかなか決まらずに、どうしたものかと

清武地区

犬のオナラ

第3池田台さんさんクラブ 富永 澄郎

いのキツイものや、そうでもないもの等、色々おやりなさいます。お犬様も人間様に負けないくらい大きなものから小さいものまで、おやりになります。ただ、お犬様のオナラに匂いがあるのかどうかは私には確認できていない。

話は三十〜四十年前のことである。ある日、いつものように家内が犬を連れて散歩に出たが、しばらくすると顔を真っ赤にして帰ってきた。以下は、家内の供述である。散歩の途中に、いつものように犬を連れて近所の奥様に出会った時、挨拶をしてすれ違いざまに家の犬が大きなオナラをし

て、自分でやっておきながらビックリしたように、下から家内の顔を見上げたそう。状況から、いかにも家内がぶっ放したかのような状況に何も言えず、すれ違った奥様は何ら表情を変えずに、その場を離れて行かれたそう。「きつと私がやったと思われるに違いない」とのことであった。話を聞いて私も笑ったが、お犬様は素知らぬ顔である。

現在は犬は飼っていないが、散歩中に犬連れによく出会う。連れの犬がオナラをおやりになったのに出会ったのも一度や二度ではない。「私、よく存じており

ます、「ご安心を」と申し上げたい気持ちである。それにしても、いまだに犬の糞の始末ができていないことがある。ほとんどの方が自覚をもって処理されていると思うが、時々忘れ物がある。最近、近くにある公園に残された糞に、チヨークで糞を丸円で囲み「糞を拾え」等の文字が書かれている。糞害だけに、よほど憤慨されている方でしよう。皆さま、犬の糞の始末は飼い主の責任です。公園はきれいに使いたいです。



「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう!



距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

思案中にケアマネージャーからの電話が。「連休中の介護施設は手薄状態で、入所者さんにもしものことがあったら大変だから、退院は連休明けにしてくださいませ」と、担当の医師からの連絡がありました」と、一件落着。その後、有料介護老人ホームの空きが見つかり、連休明けの十一日に介護タクシーで入所することに決まる。

田野地区

クワガタに咬まれた

向町さんさんクラブ 会長
余更庵(野崎 茂宏)

令和三年の八月になったばかりの頃だった。
「ママ。ジイジがクワガタに指を咬まれたんだったって〜」
六歳の孫に頼まれたカフト虫とクワガタ虫のオスメス、数匹ずつを持って行った時の出来

事。小さな指で、シワだらけのジイジの手を広げさせてチェックしている。
「どこを咬まれたの？血が出たの？どのくらい痛かったの？」
矢継ぎ早に畳みかけてくる。心配そうに言っているが、目は楽しそう。大げさにカットバンでもしていたら、迫力があつたかもしれない。ふと、そう思った。チョット、脅かしておくか。
「一度でいいから、クワガタに咬まれたら分かると思うよ。痛いし、なかなか放さないから」

「血が出るかな？」
「出る出る。なかなか止まらないからね。やつハサミは尖っているからブスリとくるね」
「洗濯バサミくらいだったら痛くないも〜ん。アトも付かないし」そうはいかない。
「メスのハサミは小さいけどよく切れる、咬まれたら血がピューッた。泣いちゃうぞ〜」
「ジイジは血は出てないじゃん。どうして？」
「オスだったからね。指を動かさないで、放せ、放せって言うてジイッと我慢さ」

「ふん。でもさあ…。放してくれなかったら、どうするの？」
「我慢して、何回も放せ、放せと言っただよ」
「いつまで〜？」
「ス〜と、放してくれるまで」
「せつたいに、放してくれるの」
「いつかはね」
「長く咬まれたら血が出るんですよ。ジイジはどうして出なかったの？」
なかなか納得しない。(ジイジの手はシワが多くて、皮が厚いんだよ！)

吾輩は、ドラ猫である。

向町さんさんクラブ 会長
余更庵(野崎 茂宏)

「田野と清武の大根ヤグラの景観がにゃんと、農業遺産ににゃったんだと。スゴイにゃあ〜。今年は、寅年にゃあ〜。トラかあ〜。迫力あるにゃあ〜。吾輩も大きくなったら、虎になって悠々と鱧塚山を眺めてみたいにゃあ〜。吾輩が大きな虎になったら、みんなビックリするだろうにゃあ〜。

でもにゃあ〜。虎はどこに居るのかにゃあ〜。どうすれば虎になれるかにゃあ〜。にゃあ〜。」

♪ 仔猫のプチ雄が、でこん棚で
大きくなったら何になる
大きくなったら、虎になる
大きくなったら、タイガーに
ニャンニャン ニャンニャン
ニャ〜ン ニャンニャン
だけど、大きくなっても
仔猫は、ね〜こ ♪



原稿募集



次号「さんさんクラブ宮崎市だより」第八十九号に、会員皆さまからの投稿をお待ちしています。市販の原稿用紙二枚(八〇〇字)以内に収め、関連写真がありましたら添えていただければ幸いです。

随想はおひとり二題まで、文芸作品(俳句・短歌・川柳)は制限いたしません。応募多数の場合は紙面の都合により割愛させていただきます。

■原稿締切：令和四年九月三十日(金)
■宛 先：さんさんクラブ宮崎市事務局

〒880-0001

宮崎市橘通西一丁目一番二号

宮崎市民プラザ内

☎0985-161-9970

※投稿の際は、地区名とクラブ名、住所、氏名、電話番号を、文芸作品の場合は種類と優先順位も明記してください。

会員文芸

俳句

◆大宮地区・下北方町平和会

岡崎 照明

〔母の日〕

薫風や仔牛の鼻はいつも濡れ
母の日や母の手縫ひの浴衣着る
掌で縦横に切る冷奴
冷奴菜味は庭の畑から
泉水に揺れて開花の水藻かな
友逝くや椎葉の里の秋の風
敬老会園児の手紙添えられて
鹿の声竿振る溪にひびきけり
秋風や仔犬の駆ける川堤
せせらぎに交じる虫の音旅の宿

◆青島地区・内海すずめ会 鳥井 菊江

〔立春〕

カタカタと絵馬を鳴らして春立ちぬ
漁港幾つ見下ろす城址寒桜
春の田へ急流となる谷の水
菜の花や畑の弁当老夫婦
黒鯛釣りの竿軋ませて春の湾
潜りたる河鵜の口に魚跳ねる
卒業式ナース誕生女孫かな
孫娘巣立つ飛行機点となり
桜花はらりと散りて畜魂碑
躑躅燃ゆ戦火の消えぬウクライナ

◆大塚地区・小松台ハイランドむつみ会

新地 セツ

百歳の道は険しき晩秋か
百億円地球は今も青だろか
他国行き何に変身百億円



短歌

◆清武地区・岡老人クラブ 森田セツ子

〔グラウンドゴルフ〕

午前九時マスク・防寒の女子チーム
グラウンドゴルフ8ボールへ発つ
ホールイン成るかクラブ振り打ちし
ボールは芽立つ草間にイン
クローバーの白花踏み打つボール
白花避けホールインの快
〔ジモ・ミヤ・タビ〕
久しぶりの青島の旅に月明かり
コロナ禍も老いも遠退いている
出会いたるサーファー二人ずぶ濡れて
潮の香残す宿の横道
内海の駅・道・家に土石流
襲ふ大雨の恐怖まざまざ

◆生目台地区・たから会 濱田 睦子

武装したビニールの黒に紅葉の色が差し込む工事現場に
塗装して新しき色に変わりたる
団地は今日も生きとして見ゆ
退院し届く子や孫のメールには
皆んな同じく頑張つてね！
人生の残り短かき昨日今日
全てに感謝し身体いたわる
シャカシャカとポトル振るなか
舞い踊る緑茶の色にいやされる朝
今日もまたラジオのニュース聴きながら
スマホを握るポカポカ陽気に

◆大塚地区・小松台ハイランドむつみ会

新地 セツ

満開の花散り土にねむりしや
春季待つ我心福成る
咲き誇り道行く人に笑みかけり
コロナよ出番後退なれと

◆大宮地区 神宮西さんクラブ

鐘ヶ江 和貴

〔父母を恋ふ〕

未だ若き父母に連れられ引揚げて
傘寿過ぎたり亡き父母想ふ
一片の雲なき四月の青空へ
昇り逝きしか父のみたまは
軍服にサーベル姿の長身の
馬上の父は誇らしかりき
内地へと山道歩む靴の鉄
つくろひくれし父の太き手
寝床まで父に抱かれゆきたきに
狸寝入りしきいろりの端に
近所の子等集めて父は寒中の
庭に竹刀の素振りさせたり
学生時現金封筒にうれしかりき
便箋一枚の文の便りは
年年に孫らに杵を持たせては
餅つきくれし父を想ふ
軍役と引揚げのこと何故か
父は語らずためらひ聞かざり
存へて父亡き後十六年
童女にかへり母は逝きたり
春浅き野にひそと咲く野薑を
避けつつ母と芹を摘みにき
母の忌に領き合へり石路は
母の炒め煮忘れがたきと
久々に指貫すれば母想ふ
夜なべに学芸会の服縫ひくれしを
背丸め小さくなりしこの母に
育てられたき同胞六人
大人びる思ひにはめし腕時計
母のお古を十五の春に
在りし日の母のおはこの柿なます
今宵作らむ二人の膳に
継ぎて接ぎ漸く仕上げしブラウスは
母の着古しし泥染大島
摘み草を好みし母を想ひつつ
落の鬘揚げ石路を煮る

詩

◆大宮地区・下北方町平和会

富永 政美

〔景清廟〕
平家の武将 景清は
九州宮崎 下北に
居をかまえて 幾く年ぞ
心に浮かぶは 都人
残月映す みず鏡
盲しいの景清 目に涙

尋ね尋ねた 人丸に
涙を流す 景清は
心静かに 琵琶の音か
頼朝憎しの 音きえて
時は流れて 幾く星霜
歴史のひとつま 物語

風はさわやか 吹き渡る
もみじ一葉 舞い落ちた
景清廟に 雨が降る

〔霧島山讃歌〕

一 えびの高原 雪の中
六観池の大杉に
湖面は静かに たたずみて
韓国岳を 映すなり

二 韓国岳に 立ち見れば
お浪が池の 風寒く
樹木の姿 おごそかに
こしき岳とて 雲の中

三 新燃岳は 霧の中
コバルトブルーに魅せられて
遠くにカッコーの 声聞けば
霧は静かに 流れ行く

四 中岳山頂 花の中
ミヤマキリシマ咲き誇り
君と語りし 青春の
紅きくらびる 今いずこ

五 お鉢高千穂 風の中
地球の鼓動を 聞きながら
赤き岩肌 何想う
霧島山に 風渡る





赤江地区

令和3年度活動報告

さんさんクラブ緑ヶ丘
会長 日高 栄子



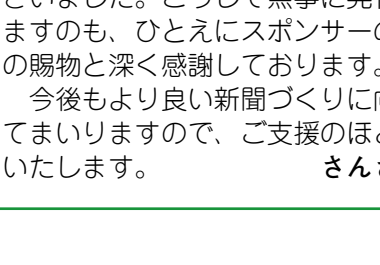
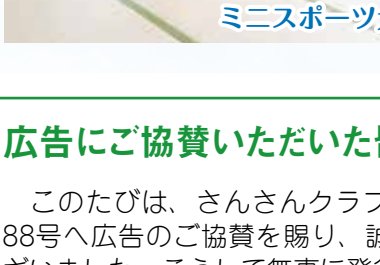
品もたくさん準備
しました。ペット
ボトル倒し、ポー
ル運び、グラウン
ドゴルフ入れ、全
員参加でフワワー、
キャーキャー。弁当にソ
ーメンを添えておいしく
楽しく過ごしました。
忘年会は初の昼間開催
でしたが、モグラたたき
ゲームや、あめをスプ
ーンですくいといった分だけ
もうらう等。料理理での忘
年会は嫌なことを忘れる
良い会になりました。四
回のふれあい会食会では、
腹話術やマジック、
製菓会社から健康の話、

また、終活についてなど
意義ある食事会でした。
健康では、出前授業の
毎月の健康体操、グラウ
ンドゴルフ、パークゴル
フ、ストレッチ体操等、
年齢に合った動きでフレ
イル予防に役立っていま
す。月二回の廃品回収は
自治会の皆さまに快く協
力してもらい大切な財源
です。月二回の公園清掃
も夏季は草刈りが大変で
すが、児童の遊び場確保
のため、汗を流していま
す。年二回の花植えは、
きれいに咲いた花に心が
なごみます。登校時の見
童生徒見守りも毎朝欠か
さず、子どもたち・保護
者とのふれあいの場とな
っています。

コロナ禍ではありまし
たが、当初計画したほと
んどの活動を実施したこ
とを喜んでいきます。
まず、楽しかった行事
からお知らせします。日
帰り温泉旅行では温泉
カラオケに踊り、おしゃ
べりもつきません。一泊
温泉旅行もバスでの送迎
つきで、夜の宴会はかな
り盛り上がりしました。焼
肉会では初参加の方もい

また、終活についてなど
意義ある食事会でした。
健康では、出前授業の
毎月の健康体操、グラウ
ンドゴルフ、パークゴル
フ、ストレッチ体操等、
年齢に合った動きでフレ
イル予防に役立っていま
す。月二回の廃品回収は
自治会の皆さまに快く協
力してもらい大切な財源
です。月二回の公園清掃
も夏季は草刈りが大変で
すが、児童の遊び場確保
のため、汗を流していま
す。年二回の花植えは、
きれいに咲いた花に心が
なごみます。登校時の見
童生徒見守りも毎朝欠か
さず、子どもたち・保護
者とのふれあいの場とな
っています。

三年度から始まった子
ども食堂での戦力。女性
部は調理と配膳、食器洗
いと大活躍でした。男性



広告にご協賛いただいた皆様への御礼

このたびは、さんさんクラブ宮崎市だより第88号へ広告のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。こうして無事に発行することができますのも、ひとえにスポンサーの皆様方のご厚情の賜物と深く感謝しております。

今後もより良い新聞づくりに向け、努力精進してまいりますので、ご支援のほどよろしく願いいたします。
さんさんクラブ宮崎市

『さんさんクラブ宮崎市だより』八十八号を発行するにあたり、大変お忙しい中、また、新型コロナウイルス感染症の影響で行動が制約される中、玉稿をお寄せいただきました会員さまには心より御礼申し上げます。誠にありがとうございました。毎日が新型コロナウイルスの話題ばかりで、いささか食傷気味かもしれませんが、外出を控える方が増加した結果、運動不足やストレスから心身に悪影響をきたすフレイルの問題が生じていると聞きます。今後も、感染予防対策をしっかりした上で、さんさんクラブ活動などの人との交流をご継続いただければと思います。
すっきりしない空模様が続
き、気温も徐々に高くなってき
ています。季節の変わり目は体
調を崩しやすくなりますので会
員の皆さまも体調には十分ご注
意ください。
(事務局)



編集後記