

心の果がけ No.37

(2012/7～8)

p 01～01	節電と節約を意識して	p 03～03	真夏や闘志の烈日
p 01～02	人の支えを忘れてはならぬ	p 03～04	素晴らしい国に
p 02～02	個人情報の開示	p 04～04	支える人に金メダル
p 02～02	好奇心＝健康	p 04～04	人生に怨の一字
p 03～03	暑中お見舞い申し上げます		

2012.07.01

・節電と節約を意識して

「恐れ山」の疾病経過も6月25日に1週間の入院で退院しました。3月のペースメーカーを埋め込み手術を行った際には多くの方々から激励のお便りお見舞いを頂戴しありがとうございました。今回は生命に緊急を及ぼす術でなく、夫73歳・妻70歳合い労わりながら息災に感謝しつつ帰宅いたしました。ここ数日は運動は控えめにして静養致します。◆テレビや新聞の報道に、電気料金の値上げに節電案内、消費税法案可決、年金の減少、事件事故などネガティブな報道ばかりで養生には芳しくないことばかり。我が家の先・当月電気代は前年比▲25%と節電しているので、節電家庭には一律値上げは勘弁してほしいものである。◆溽暑の候、雨にうたれて一段と緑鮮やかな棚のアケビの成育を眺め、節電と節約を意識して団扇で涼をとりながら”忘憂の物”で梅雨を楽しむ、こんなささやかな事が夫婦一番の至福のときです。健康に感謝…………。

2012.07.08

・人の支えを忘れてはならない

6日から胃の鈍痛が激しく、食後に胃が張って風船の如く一晩中眠れず寝不足だ。家内の病状も2度の手術後も安定状態で家庭の家事全般は支障なくこなしているが高所及び重量物は私が補佐。安心したのか今度は私の体調が芳しくない。夫婦のどちらかが元気でないと、同居しているファミリーの愛犬・愛猫の面倒も必要である。◆地域で担当している活動には全力投球のつもりだが不備はぬぐえない。しかし支えてくれる人がいるものだ、そういう陰で助力してくれる人を忘れてはなるまい。何ごとも自分一人では成せないもの、多くの真心が人を支え励まし助ける、それが人と人との絆であり地域での組織活動の発展と和楽の条件でしょう。◆老人会の会長会議も昨日開催され、その議事録を拠点クラブで報告する会報に仕上げ、また、熱中症の多発時期であり予防の心得と8月には高齢者と子どもにアニメ映画上映の案内ポスターを情報の共有の為に100世帯に配布す

る作業を本日行った。今週は毎月行っている映画観賞会を行うので高齢者にお誘いコールも行う。ご老人に私も含めて屋外に出て多くの人と親交を深めることが健康につながり、「喜びはおおいに膨らみ、悲しみは小さく萎む」笑顔・元気・仲間の輪を広げたい◆胃痛などで家で燻ぶるわけにはいかない。サアー頑張ろう。

2012.07.15

・ 個人情報の開示

災害時要援護者に関する会議に出席した。あなたの大切な”命”を守るために！と住民が支えあう地域をつくる事は重要である。その為にも日頃からご近所とのお付き合い「向こう三軒両隣」の関係が大切である。何人も一人では生きて行けない、目に見えない又、自分の知らない内に恩恵を受けていることも多い。地域の支え無くして安穩に暮らすことは出来ないだろう。当地では災害時の要援護者名簿を作成中であるが、大災害の経験がなく楽観的観念からだろう希望者も少ないが、事が発生したのちに行政が動くのではなく「備えあれば患いなし」一人でも多くの一人住まいのご老人に登録して頂きたいものである。◆支援する人たちは近隣の住民である。自治会には参加せず援護だけを要望され、その上に名前の開示を拒否される。町内会の名簿作成で氏名・住所・電話番号の3項目すら拒否されることがある。いわゆる個人情報問題である。これでは人の絆や助け合いに支障をきたすのではなかろうか。◆災害の経験がないゆえに、当地には起こらないだろうと高を括っているのではなかろうか。災害が発生してからでは後の祭りとならぬよう。行政も弱者援護を考慮し個人情報の開示を検討して頂きたいものだ。◆九州では水害の被害に目覆うばかりなのに。民主党の内部紛争、新党設立「国民の生活が第一」当たり前のことを平然と唱え。選挙の為の自己保身は歴然で国民の為とテレビで誇らしげに語るスポーツ議員一年生。東北地方や九州の被災地に向き作業着で被災者と寝食を共にする覚悟は如何に……。◆また、ぼやいてしまった。

2012.07.22

・ 好奇心＝健康

19日に老人会主催のマグダーツ大会に参加。参加者総数 133 名が和やかな場での競技に歓声が上る。参加者の最高齢者は齢93のご婦人2名 50才先の的に向かって6本を投擲。高が2.5才というが高齢になると的に当てるだけでも容易ではなくなる、増して齢93のご高齢であるが全体的中する。◆このご婦人5年間医者のお世話になったことがない。炎天下でのグラウンドゴルフにも参加され趣味の俳画はプロ級で、若かりし頃は「長刀」の師範をされていたとの事。若さの秘訣はと問うが「別に意識したことはない」とのことだが、スポーツに文芸に勤しんでおられることから、好奇心が旺盛なのは、常に創作に脳を使い、スポーツで体力を維持。自分で意識しなくとも興味が趣味になり楽しみが昇華することで健康につながるのでは。◆健康体は親から授かった要因もあるが、それを持続するには努力が必要、「輝いた立派な太刀も磨かなければ、輝きを失うが如く」日々の切磋琢磨が健康への導であり「頭に智・心に炎・身には活」は何歳になろうと忘れてはなるまい。

2012.07.29

・集中お見舞い申し上げます

プリンターが故障しプリントアウト不能、また数日前から電話がワンギリ状態の着信が続き、良からぬ先からのコールサインと判断していたのだが、それも発信には異常がないために。知人から話し中が続いて連絡できないと来訪され、自身の携帯で発信して初めて故障に気付き、緊急事態の無かったことに安堵すると共に、コールして頂いた方に”ごめんなさい”。◆便利な世の中に慣れ過ぎて異常に気付き備えることが希薄になる。これが生命を左右することであれば大変だ。親から丈夫な身体を戴いた。それ故に病院に行かず自己診断することが多いが重病に至らなかったのも幸いしている。後期高齢に近づくとつれ五臓六腑と足腰と脳が正常に活動して齢104を迎えたい気持ちがいっそう強くなってきた。◆今月初めから早朝里山へラジオ体操に出掛けて1時間に7000歩を実行中、帰宅してシャワーの爽快な気分に入る齢73にして爽快感を満喫、遅まきながら健康への自覚が湧いてきた。◆猛暑が続いている中に、友から「如何お暮らしてでしょうか」と暑さを吹き飛ばす、爽やかな暑中見舞いは一服の清涼剤。友を気遣う手書きの便りは心が温まる「わたしたちは他人の好意に触れるときにこそ、本当に生気澆刺となる」ゲーテ。あなたのことを気にかけているよ。それだけでもいい、心は見えない。しかし、心は伝わる。限りない心の力は、きっと苦難・労苦の中で輝きが昇華する。◆プリンターが故障する中で、暑中見舞いは手書きで送りたい。

2012.08.05

・真夏や闘志の烈日

きらぎらと燃え盛る真夏の太陽、オリンピックでの激しい戦い「自然と人類」。いわゆる烈日が日本列島を覆っている。感動に身が震えた日、欣喜雀躍した日、失意の日は長い歳月と共に消えてしまうが、真剣に激しく生きた時のことは、いかに小さくとも烈しく何事かに挑んだ気持ちだけは、生きた証として命に刻まれる。◆情熱が悩みを燃やし後悔を燃やし、他人の眼など焼き切ることで人生の希望を照らし出していく。限界を自分の心の中に作った瞬間に、自分の成長は止まろう。どんな状況であろうと、常に挑戦し続ける心、向上しようとする姿勢が自身を大きく育てる。成長し続けることはスポーツに限らず、自ら決めたゴールを遠くへ遠くへと追いやろうにして前へ進むもの。人に負けないことより、自身が生き勝つことこそ重要。◆「5年・10年・20年と同じ仕事に、同じく熱心に力を集注すれば、遂には他の人に出来ないことを平気でやってのけるようになるであろう」武者小路実篤の言葉も忘れまい。

2012.08.12

・素晴らしい国に

連日の茹だるような暑さに閉口気味だが、オリンピックのメダルが37個、スポーツの祭典を目指

して頑張ってきたアスリートが語る試合後のコメントは猛暑を吹き飛ばす爽やかな一服の清涼剤。その爽やかさを味わっている中で、歯がゆいことが次々と、竹島・尖閣諸島問題、近いうちに発言、原発、我が保身だけを考える政治。

折角の清涼感が消えうせ苛立ちが増すばかりだ。◆日曜日くらいは節電も考えず「恐山と愛犬&愛猫」とのんびり過ごすこととする。運動不足の解消に毎朝5時に起床し剃刀で頭髪を剃り、鏡に向かって悪相顔面をほぐす百面相でマッサージ「今日も元気に行こうぜ」と自分に語りかけ、いざ標高143mにある石清水八幡宮へ往復1時間歩数にして8000歩弱の散歩に出発。緑溢れる木々の中を汗を感じながら登る爽快さはたまらない。毎朝、約60~70名がつどい、笑顔と挨拶そしてラジオ体操で一日が始まる。◆クマ蟬に代わってミンミン蟬の鳴く声が増し秋の足音が聞こえてきた。人は勝手なもので「喉元すげれば熱さ忘れる」ごとく夏には冬を、秋には春を恋しがる。これは国土に四季の移ろいがあるからだが、他国では味わえない気候の変化や緑あふれ水が富み、それに言葉の表現が繊細で情緒豊か、こんな素晴らしい自然と人が調和した国はない。◆それを維持し発展につなげる一因に政治があるのだが。これが全く要をたしていないのが現状だ。国民全体が政治に関心を持ち、選挙も「近いうち・・・」に行われるだろう。「投票は弾丸より強い」とリンカー

ンの語録にあるとともに、「^{まつりごと}政は民を養うに在り」を信念に持つ人を選びたいものである

2012.08.19

・支える人に金メダル

熱いまなざしと声援で日本中が烈日で湧いた、スポーツの祭典オリンピックが閉会した。受賞メダルも38個と記録を更新し、女性のレスリングにおいては3連覇、またボクシングにおいても重量級で初の金字塔に輝いた。◆頂点に立つには並々ならぬ選手の努力は勿論のことだが、サポートする方々は選手以上の努力を要したことだろう。選手はメダルを授与され多くの人々から称賛を浴びるが、その陰には表舞台には立つことのない「縁の下の力持ち」の存在を忘れてはならない。◆「金字塔」という言葉は、ピラミッドのことで、金色や材質の金とは無関係である。形が「金」の字に似ていることに由来するが、頂点が高いほどに、それを支える底辺は盤石でなくてはならない。たゆみない努力で堅固な土台を築いてこそ、頂点は気高くそびえる。◆人は一人では何事も成し得ない、多くの支えがあって輝きを得ることを肝に銘じたい。

2012.08.26

・人生に恕の一字

6月から続いていた地域のパソコン教室も昨日で終了した。集会所で各自がノートパソコンを持参して開催している。ソフトも2000~2010と講師も使い慣れていない旧ソフトの操作に悪戦苦闘。機種を入れ替え最新ソフトに重点を置いて日常業務をする関係から、操作のアイコンを忘れ探すのに苦労する。◆技術の進歩も結構だが高齢者が日常生活で使用するには、ソフトも長期間変更なしであれば助かる。特に家族のお古で数年遅れのマシーン「もったいない」精神で我慢し頑張っている齢88の後期高齢者のいることも忘れないで。

◆時代を経て、物事の思考や技法は変化する。京に住み和服を愛する私は履物の鼻緒一つにせよ、製作者は「より履きやすく、より丈夫に、より美しく」と「使う人に喜んで貰いたい」と願って制作される。孔子は「人生でもっとも大切な事を一字で表すと、恕=即ち「思いやり」と。「相手の事を思う」ためには「相手の立場に立ってみる」ことでしょう。◆この「心」を持って受講者のことを最大に思いやり、常に相手の事を考えてお手伝いを心掛けているのが我々メンバーである。物事は上から見ると三割だが、下からだと七割見えると云われる。パソコン講師は先生でなく、少々操作を知っているに過ぎない。◆教室に参加された皆様へ、我々も教室開講のたびに新たな知識が得られ”感謝・かんしゃ”致します。

2012.07.～2012.08

END