さわやか、健康とわくわくと生きがいと

― 明日に向ってハツラツ先輩たち ―

だれだってトシはとります。トシをとったとき、健康であってあたたかな周囲があり、お金も心配なくて…、それは〝幸せ〟といえるお年寄りでしょう。しかし、ままならぬのが世の中です。そのどれかが欠けがちだからです。

日本人の平均寿命は、男71歳、女76歳で、男女とも平均寿命は70歳をとおに越しています。

市内のお年寄りをみると、70歳以上がおよそ2,500人ほどおり、だんだんにその数も増えている傾向です。70歳なんてまだまだ若い――気若く、お年寄りの役割りを元気に果たしている大先輩たちは、新津市の人口の約4.5%にもなりました。

9月15日は「敬老の日」。この日にちなみ、生きがいを大きくきわめる先輩たちからお話しを伺ってみました。そして、お年寄りについて、いろいろと考えてみました。

俳句の題材、散歩して

「趣味と健康保持をかなえてくれて」

程島　池田　保平さん（七九歳）

俳句の講師として、月一回、五泉の公民館にお出かけになっているという池田保平さん（七十九歳）、高齢にも似ず若々しさがピッタシのお年寄りです。

新津駅の助役を長い間勤められていて、退職されてから俳句を始められたとか。

「国鉄をやめてから、もう二十七年にもなりますかネ。家でブラブラしていてもしようがないと思って、趣味として俳句を始めたんですヨ。」

「私の俳句の先生は、中田瑞穂先生と高野素十先生。なかなか難しいですネ。五泉に出かけているのは前の公民館長と友だちだったからで、もう始めてから七～八年にもなりますかねえ。月一回ですが、ほかにも村松の句会だとか、あちこちに顔を出しているんですヨ。」

「私の場合は、ホトトギス派といって、写生を重んじるんです。ですから、毎朝、五時半頃から一時間ほど、近くの農地を散歩して、俳句の題材を探したり、句の〝推こう〟をするんです。ほかに、句会の人と一緒に、吟行（俳句を作るために、野山などを歩くこと）したりしますから、からだにはもってこいですヨ。

おかげで、今でも体重は六十キログラムありますヨ。医者へ行くと、歯も丈夫だし、からだも丈夫だとほめられます。まあ、長生きのひけつは、からだを適当に動かして、心を広く持って生きることではないでしょうかねえ。」

池田さんは、俳句のほかにも、若いころからやっておられたという〝うたい〟とか、郷土史にも強い興味をお持ちです。

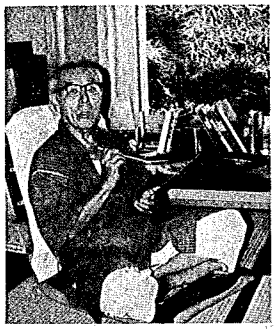
「うたいは、今はあまりやっていませんが、郷土史のほうは、ポツリポツリと史料を集めています。」

池田さんの俳号は池田芳華（ほうか）、死んだ奥さんの戒名から取ったものとか。池田さんの人柄がしのばれる、心暖まるエピソードです。

- 草取に追はれていると日焼して
- ものの芽のほつ〳〵と雨ほつ〳〵と
- 新米の一号の貨車祝はる、

（池田芳華）

話しに伺った私たちのため最近の傑作を、ひそかに披露してくれました。



書斎で俳句をひねる池田さん

お買物、ご用命は市内で

1本の電話が4台で使える
RonRon
ホームテレホン
心をつなぐ 新津電報電話局
お部屋どうしの連絡も自由
各電話のプライバシーも完全

〝石集め〟評判になって

「若い頃から草花つくりも大好きで」

飯柳　田村ナツさん（八五歳）

ひとときでもジッとしているのは大嫌い、という元気なおばあちゃん、田村ナツさん（八十五歳）をおたずねしてみました。

趣味も、花作りから石集め、まり作り、編み物と、守備範囲の広いお年寄りです。

手入れのいきとどいたお庭には、いままで集めた石と、見事な草花が、ところ狭しとならんでいます。

「ほんのいたずらでやっているんですヨ。」と謙虚にいわれるのですが、なかなかどうして、本格的なもの。

石集めも、花作りも、始めたのは年をとってから?…とか。

「初めは温泉なんかにいったさい、きれいな石を見つけては記念に持ちかえっていたのが、いつのまにかこんなに集まってしまったんですヨ。石を集めるおばあちゃんとして、近所ではすっかり評判になってしまってネ。この前も、知らない人がたずねてきて、珍しい石をわけていってくれたんですよ。」

石談義に花が咲くと、とてもうれしそう。八十五歳とはとてもトテモ…。何しろ体を動かしていないと、気持ちが悪いという性分のおばあちゃん、隠居様になってジッとしているのはいやだ、ということで草花つくりのほうも始めたんだそうです。

「もう、田んぼや畑仕事はやらなくてもいいのでネ、ひまもあったし。それに若い時から花が好きだったんですヨ。土作りから全部自分でネ。さし木して、大きく育てて、人にあげて喜んでもらえることがとっても楽しみ。いま、つつじが百本くらいから、松、さつき、もみじ、けいとう、やしょう、つげなんかもあり、あと名前の知らないものもいっぱいあるみたいですテ。」

子、孫、ひこと、全部合わせて二十人以上の子どものめんどうをみてきたというおばあちゃんです。目や耳や歯は、若い人に負けないくらい健康で、針に糸を通すのさえ、老眼鏡の世話にならなくてもできるといいきります。

「たべものも家族と一緒ですヨ。嫌いなものはなく、つけものが大好き。つけものがないと、どんなごちそうでも、たべた気がしないですテ。」

健康には、ウンと余裕を感じた田村さんでした。

手入れに余念がない田村さん

鮭取りが道楽でなあ

「上がった時の気持、口にいえんなあ」

長割　鷲津藤松さん（七六歳）

長割の鷲津藤松さん（七十六歳）。今でも時々、大通川へ、自分の作った網で魚を取りにいくという元気なお年寄り。

「昔は、大通川に網を仕かけると、フナやコイなど、面白いほど獲れたもんだがネ。今はからきしダメだネ。せいぜい雷魚ぐらいしか獲れなくなってしもうたテ。」

あけっぴろげなおじいちゃん。生まれは鳥屋野潟の近く、なべ潟というところ。十五の時に、長長、長割へ越してこられたといわれました。

「本家の年寄りが漁師だったもんでネ、小さい頃から、見よう見まねで魚をとっていましたテ。あの頃は、一回網を引くと、米五俵分に相当するくらいの魚がとれたもんですワ。十九の時だったかナ、自分で作ったさし網で漁をしたらよく獲れてネ、それから網作りを始めているんでのう」

「本格的に鮭漁を始めたのは七年前だナ。もっとも今年からは、年も年だし、家族に心配をかけても悪いので、漁には出ないつもりだが…。まあ、鮭漁を始めたきっかけは、大郷（白根市）にいる鉄砲うち仲間にさそわれてノウ。ワシも漁は嫌いじゃなかったし、それで漁協に入って、鑑札を買うて、始めたワケだテ。去年は五尾しかあげられなかったが、おととしは、八キロあまりのヤツをあげて。そりゃもう、鮭をあげた時の気持ちってえのは、口にはいえんなあ。鉄砲うちもやったことがあるが、かもをうち落した時とは比較にならんくらい、気持ちがいいもんだテ。網にかかった鮭が、跳ね回ってノウ。」

「去年は、わりと鮭がよくのぼってきたナ。関屋分水が出来たためだと思うが、新しく作ったところには、よく魚がくるものでねえ。」

「まあ、ワシなんかがやるのは、ほんの道楽でナ、道具に金ばかりかかって、元もとれないが、それでも漁は面白くてやめられないてバ。」

今でも依頼されれば、網を作っているという鷲津さん。一つの網を作り上げるのに、三か月くらいかかるといいます。この日も、ちょうど、イトヨ漁のための投網を作っている最中。お忙しい中、心よくお話しを聞かせてくれました。

辛苦な網つくりに励む鷲津さん

お買物、ご用命は市内で

ボリュームある肉料理専門店
とんかつ すき焼 箱岩
新津市本町3 TEL 24516

メガネのことならご相談下さい
Nikon ニコンメガネレンズ
―にいつメガネセンター
野本時計店 眼鏡部
本町3丁目 TEL 2―0070