

おもしろいね！が、きっとみつかる

シニア世代の地域デビューを応援！

～アッティーヴォ～

attivo

「attivo（アッティーヴォ）」とは、イタリア語で「活動的な、行動的な」という意味です。

みやシニア
活動センター
通信 vol.57

(令和7年1月発行)

4半世紀、最後の1年

ミレニアム（西暦2000年）を迎えてから、気が付けば24年の歳月が流れており、いよいよ4半世紀最後の1年がスタートを切った。繰り返される行く年・来る年、巳年の2025年は果たしてどんな1年になるのだろうか？

以前「十二支のはじまり」という昔話を聞いたことがある。大昔、神様が動物たちを集めてこう言ったそうだ。「元日の朝、私の家へ来なさい。1番に着いたものから順に12番目までのものを、1年交代でその年の大将にしてあげよう。」足の遅いウシは、大晦日の晩から出発した。その背中にちゃっかり乗ってやって来たネズミは、神様の家の前に着いた途端にピョンと飛び降り、1番での到着となった。うっかり集まる日を忘れたネコは、「元日の次の日だよ。」とネズミに嘘を教えられ、参加出来なかった。その時の怨みから、ネコはネズミを見ると追いかけるようになったそうだ。ヘビは野原を這いながら、6番でのゴールとなった。

ヘビと言えば、真っ先に浮かぶのが金運の上昇。ヘビの抜け殻をお財布に入れておくとお金が貯まる、という有名なジンクスもある。ヘビが脱皮を繰り返す姿が、新生・成長・変化の象徴とされていて、環境のより良い変化を招くとされているらしい。何はともあれ、明るく健康にこの1年を過ごしていきたいものだ。

さて、はつらつと活躍されている3人の方々のご紹介です。



大澤さん（後列右から2番目）



② 天谷さん



③ 伊藤さん

- | | |
|---------------------|---------|
| ① 女性の頑張りを見せましょう | 大澤 ヒロさん |
| ② 物事の始まりは気配りと思いやりから | 天谷 宏さん |
| ③ 根っこを育てる | 伊藤 昭博さん |

○ 発行／編集 みやシニア活動センター（宇都宮市 保健福祉部 高齢福祉課）
住所：宇都宮市旭1丁目1番5号 宇都宮市役所2階 高齢福祉課D8窓口
電話：028-632-2368 ファクス：028-639-8575
ホームページ：<https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp>

① 女性の頑張りを見せましょう

大澤 ヒロさん

取材：高山特派員

今回登場戴くのは、大澤ヒロさんです。大澤さんは、宇都宮市在住。西大寛町生まれの今年85歳になられます。明るく朗らかで、年齢を感じさせません。女性のお手本だと思います。

女性の社会進出は、女性が活躍する機会が増えることを意味します。男女格差の解消や経済成長など、さまざまな観点から欠かせないものです。しかし、現実はなかなか進んでいきません。理由の一つは、男女別の役割の固定観念が、妨げているのではないのでしょうか。そういう中で、大澤さんは若い時から、女性の生き方について真剣に考え、前向きな生き方をされてきました。

45歳の時、栃木県女性海外研修の「とちぎつばさの会」のメンバーの一員としてドイツ、フランスなどヨーロッパに視察に行かれました。そこでは、女性の駆け込み寺や障がい者の施設を見学しました。これが後に栃木で、女性の自立を助けるボランティア団体を設立する為の基礎になりました。地域に根付き、地域に貢献することになるのです。例えば、「嫁」という字は女へんに家と書きます。「姑」という字は女へんに古いと書きます。「こういうしがらみの

様なものから脱皮しなければならない。そこから、女性の地位を高めていかなければならない。」その思いある女性の方々が県内から集まり、大澤さんはその方々と県の職員の方とさらに年に1回程度の研修を重ね、研鑽を高めていきました。発足して40年になります。これが宇都宮市のとちぎ男女共同参画センター「パーティ」です。

50歳の時にボランティアグループ「野紺菊^{のこんぎく}」を設立されました。「野紺菊」では、月に1度、宇都宮市平出町の特別養護老人ホーム高砂荘でホーム喫茶を開設され、ここで、コーヒーやパンを売った収益金で電動車いすを寄贈されました。しかし、人手不足で20年続いた活動もやむなく終了しました。

令和4年ミニFMミヤラジの人気番組「すごいトシヨリ RADIO」に出演されました。DJの中村長司さんから、番組の中でいろいろな質問が出ました。それに対して、全てに前向きな大澤さんの受け答えに番組も大いに盛り上がったそうです。

大澤さんは、趣味にも多才なところを発揮されています。歌がお好きで、小学校4年生の時から合唱部にはいられ、現在でも合唱を続けられています。さすが宇都宮人です。こよなくジャズを愛します。そして歌います。45歳の時から川柳を始められました。荒井宗明先生の指導を受けられました。川柳とは人間の喜怒哀楽を五・七・五で詠んでいきます。日記を1ページ書くなら1日で一番良かったことを心に思い、五・七・五にする。これが川柳の基本であると教わりました。75歳からは、この川柳を栃木県シルバー大学の川柳クラブで講師として学生に指導されています。

大澤さんからは、今回の取材で、私も元気とパワーを戴き、暖かいお人柄がどんどん伝わってきました。今後も、宇都宮のために力を貸してください。ご活躍をお祈りしています。



② 物事の始まりは気配りと思いやりから 天谷 宏さん

取材：肥後特派員



今回、アッティーヴォ57号は雀宮にお住いの天谷宏さんに登場して戴きます。
あまが

天谷さんは今年80歳になりました。傘寿を迎えられたとは思えない、若々しい姿です。話を伺うとその誠実な人柄だけでなく、相手のことを思いやって話をされるのがよくわかります。それは、今活動されているいろいろな事に反映されており、運営がスムーズに行くように配慮と段取りと準備をされていることがよくわかります。

雀宮地区は宇都宮でも有数の老人クラブの活動が盛んな所です。雀宮地区老人クラブ連絡協議会（以下雀老連と記します）。天谷さんは、ここで副会長と事務局長を兼務されています。雀老連は雀宮地区17町の老人会から成り、約1千人の会員数を誇ります。そしてご自身の町内の雀宮^{しやうちやう}下町寿会では、7年の長きに渡って会長を務めておられます。こちらも91名の会員がおられます。9月と10月の下町寿会の予定表を拝見しました。下町寿会の行事だけでなく、雀老連の行事もあり、一ヶ月が密度の濃い状態です。天谷さんは2ヶ月に1度予定表を更新されます。それを91名の会員の皆さんに配布しています。それは自分のためだけでなく、会の運営が円滑に行く様に、そして会員の方々が予定を立てやすくという事で作成されています。

具体的な活動を紹介します。取材をした10月はスポーツの秋です。一年で雀老連最大の行事が重なります。最大のイベントである雀宮地区老人クラブスポーツ大会が今年は11月6日に開催されました。今年は、43回目。歴史を感じます。雀宮全地区から、400名が参加されました。「健康と融和で築く雀老連 健康 友愛 奉仕」のタイトルのもと、既に要領書や案内の冊子も作成されています。これにも天谷さんが大きく関わられています。案内には66社の協賛企業、団体の名前が入っています。このとりまとめも大変でしょう。当日は全部で9種目、ほぼ1日かけて実施されます。樽転がしリレー、玉入れ競争などネーミングも楽しい。光景が目には浮かびます。天谷さんの趣味でもあり、雀の宮でも人気のある競技、それはグラウンドゴルフです。130名参加する雀老連やスポーツ協会のグラウンドゴルフ大会が象徴されます。また、会員数95名の宇都宮市最大の雀友グラウンドゴルフクラブでは会長を務めます。雀の宮の大会では、ご自分でプレーするだけでなく、企画や参加の招請、賞品の購入などなんでもやります。ここに10、11月のグラウンドゴルフの予定表があります。下町寿会の予定表と同じくクラブの皆さんの為に天谷さんが作られた日程、練習場所、内容を入れた予定表です。午前中は練習も含めて毎日ほとんど出ずっぱりです。今年は熱中症対策にも苦労されました。



最後に天谷さんの人となりを紹介します。天谷さんは、茨城県土浦市のご出身です。雀宮住居を構えられて54年。第二のふるさと以上の思いがあります。それなので、いろいろ雀宮での活動につながるのでしょう。天谷さんは、上三川の日産自動車栃木工場に勤務されていました。ニッサン一筋。栃木工場には二六歳から定年まで勤務されました。自動車の製造販売でも品質が良好でなくてはなりません。この大変な仕事に長年従事されていました。この誠実な仕事ぶりが今の天谷さんの活動につながっているのではと思います。

天谷さんの今後もお元気でおられ、そして更なるご活躍をお祈りします。

③ 根っこを育てる 伊藤 昭博さん

取材：駒田特派員



今回ご紹介する方は、河内生涯学習センターで“河内論語に親しむ会”の講師をされている伊藤昭博(いとう あきひろ)さんです。15年ほど前から始めたその会は、現在子育て中の若いお母さん方を対象に、月1回講座を開いています。心への栄養補給をすることで、様々な困難を乗り越える力を身に付けていくことを目的としています。

満州で産声を上げ、4歳の時に、ご両親の実家のある北海道に帰って来られました。その年頃で無事日本に戻れることは、当時では稀なケースだったそうです。「自分には、生きてやるべきことがある。だから命が繋がったんだ。」そう解釈するに、至りました。

特に趣味もなく、企業戦士としての日々をひたすらに送った前職時代。65歳で定年を迎えた後は、統計調査や管理の仕事なども経験されました。その傍ら、宇都宮市の“生涯学習コーディネーター養成講座”を受講して、市民大学の企画・運営の活動にも長く携わって来られました。「自分のなすべきことは何か？」を考え、行動に移す前向きな伊藤さんは、現在82歳です。

在職時に、リーダーとして人をまとめる立場を任されるようになると、今までとは違う悩みやストレスを抱えるようになりまして。定期購読していた月刊誌から心の糧となるものを得てはいたのですが、その流れから『論語』にいき着いたそうです。人から信頼されて善い生き方をしたいと思っているのに、得てして自分の心と行動が、自分を不幸に招いている現実。「心の在り方を論語から学び、大元の根っこを育てながら生きていきたい。自分が良いと思うものを人にも伝えていきたい。」と考えるようになりまして。



田植えを済ませた稲の根っこを育てる期間は、僅か1週間～10日が決め手。その間にしっかりと肥料をあげて、太く強い根っこを育むことが、良い米の収穫に繋がるそうなのです。その点、人間は恵まれています。過ちに気づいたら、いつでも改めることが出来るし、いつからでも学びのスタートは切れます。「自分と向き合うことが、とても大事。相手を見て、自分を見る。(＝知る。)」自分ならどうするかを考えてみる。そして、善いと思った事を日々の行動に生かす。」2,500年前の社会での生き方を説いたものであるにも関わらず、現代にも通用する孔子の教え。人が生きていく上での真理の教えであるから、幾時代を経ても心を正してくれるのだと話してくださいました。

さて、そんな伊藤さんは、お料理が得意です。以前単身赴任をした際には、自炊をされていたそうです。退職後は、多趣味な奥様を気遣って、夕食当番を買って出られたとのこと。益々腕に磨きがかかりました。スーパーや農産物直売所で鮮度の良いものを仕入れて、材料からメニューを考える。アイディアも豊富にお持ちです。また、時にはお寺で過ごす、座禅や写経での静寂な時間。

これからもお元気に、丈夫な根っこを育てながら、生涯現役を目指し続けて行かれることを切に願っています。