

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.42

(令和3年1月発行)

**コロナ禍が消える1年になりますように！！**

コロナ、コロナで振り回された2020年でした。クルーズ船騒動、一斉休校、オリンピック延期、医療逼迫、GOTOの一時停止・・・そして何より自粛を求められた私たちの日常でした。みやシニア活動センター関係でも、講座の中止や参加人数の制限など大きな影響がありました。本年はコロナ禍から解放される年にと強く願います。

さて、現在放送されているNHK大河ドラマ「麒麟がくる」の明智光秀ですが、その前半生は謎です。ドラマでもおおよそ前半が創作上の物語、後半が歴史上の物語という設定です。ただ、大掛かりな戦闘シーンが予想された後半生が、コロナ禍で割愛された場面が多かったようで残念です。明智光秀は日光ゆかりの天海と同一人物という説もあり、本能寺の変と合わせて、2月7日の最終回までにどう描かれるのでしょうか。

コロナとは関係ありませんが、本年はいきいき70バスカードが1月4日をもって利用終了となり、4月から、ICカード totora (トトラ) による助成方法になる予定です。totora (トトラ) は3月21日から関東バス営業所などで販売される予定です。なお、いきいき70バスカードの残額は関東バス営業所で回数乗車券に交換して利用することができます。

それでは、今月号もボランティア活動を続けられている方々を紹介します。(事務局)

①



②



③



① 踊りと琴で広がる交流

② 異国で頑張る若者のお母さん

③ シルバー大学の教務職から学生に

手塚 みさ子 さん

マレハ ニレ アリ さん

大島 晴夫 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 踊りと琴で広がる交流

手塚 みさ子 さん

取材：猶原特派員

今回は「盆踊りと大正琴」のボランティアグループ「花笠好」（はながさずき）の代表を務められている、手塚みさ子さんにお話をお聞きしました。



シルバー大学校を卒業して1年後、盆踊りクラブの仲間を中心に7人で立ち上げました。卒業後1年間は大正琴を猛練習されたようです。シルバー大学校の盆踊りクラブで介護施設等のボランティア活動を行っていた経験から、踊り+αを考えて、友達が行っていることや持ち運びに便利なことを考え大正琴に決めたそうです。そしてメンバーの中に大正琴のクラブの人がいることもあって、両方の活動を毎回の練習に取り入れて行っています。前半2時間は踊りの練習、休憩後の後半2時間は大正琴の練習と大変そうですが、気心の知れた皆さんで和気あいあいと楽しく過ごされている様子です。

発足後約4年になりますが、コロナ禍の前までは月平均2～3回程度の介護福祉施設のボランティア活動で、合奏・合唱を約40分、踊りを約20分の配分で行っていました。一緒に声を出して歌を歌い、また一緒に身体を使っての踊りと楽しい時を過ごしていただいていたようです。1グループで1時間見ていただくのは、演者も観客も（特に高齢者の多い福祉施設では）疲れてしまいます。このように出し物が変わることで、気分転換ができ、雰囲気も変わり楽しさが倍になると思います。定期的に訪問することで、お互いに元気を貰い、次回会えることを楽しみにしていました。また生涯学習センターの文化祭や行事にも参加されていました。

早くコロナ禍が収まって、皆さんがご活躍できるよう願っています。そのため現在は充電期間中で、みっちり練習されていますので、さらに1段階上のレベルになって、再び施設の皆さんの前にお披露目されるのではないかと期待しています。



中央が手塚さん

手塚さんがシルバー大学校に入学した動機は、周りの友達から「入学すれば、いっぱい友達ができるから」とすすめられたことです。説明会にも参加し、周囲の状況が整ってから入学し、2年間楽しく過ごされました。以前から「社交ダンス」の資格をお持ちなぐらい踊りが大好きなので、入学時には「よさこい踊り」を希望されましたが、よさこいのクラブが無かった（卒業1年後の28年10月によさこい同好会が発足）ので花笠の盆踊りクラブに入られました。いっぱい友達が出来、現在まで交流が続いています。最近、さらに活動範囲を広げ、ウォーキングクラブにも入り、健康目的で活動されています。

もう一つの趣味は「ゲートボール」で、こちらは14～15年の経験者で審判1級の免許をお持ちと伺いました。スケジュールの空いている時は必ずコースに出て練習されるそうです。お話を伺っていて、失礼ながら小さい身体のどこにこの集中力とパワーがあるのか不思議でなりません。そして何より家庭を大切にされていて、ご夫婦揃ってお元気で、ご主人の理解と応援を得ていらっしゃるのことがわかりました。ますます、ご活躍されますようお祈りします。

## ② 異国で頑張る若者のお母さん マレハ ニレ アリ さん

取材：肥後特派員

今回は初めての外国人女性の登場です。フィリピン出身のニコニコして笑顔の素晴らしい マレハ ニレ アリ さんです。

マレハさんはフィリピンのミンダナオ島出身で、栃木県出身のご主人との結婚を機に来日されて24年になります。日本語の読み書きは少し難しいとのことですが、大変上手に日本語をお話になります。現在は兵庫塚にお住まいです。日本は大変住みやすく、いい人が多く、ルールも守り、特に宇都宮は平和で穏やかな街で大好きだ、と言われます。お世辞ではなく本心でおっしゃっていただいたので、思わずありがとうと言ってしまうました。

さて、マレハさんは、現在多くのフィリピンから技能実習生として来日している若者の母親代わりとして大活躍中です。彼らの事を「あの子達」と言います。面倒を見始めて9年になるそうです。これまで多くの「子供達」がマレハさんのお世話になりました。彼らは技術習得のために、まず3年の契約で企業に派遣されます。その間、不慣れな日本で生活します。彼らがきちんと日本で生活できるように、不安を感じなくて済むようにマレハさんは頑張ります。

彼らは大卒の20代の優秀な若者です。音楽好きで特にゴスペルが好きなマレハさんは、そのゴスペルを彼らと一緒にやります。「The Body Of Christfull Gospel Ministry」これがグループの名前です。音楽を通して、まず若者の不安を取り除いていこうという事でしょうか。マレハさんは聖書の教えを十分理解していて、若者にその内容や意味を教えます。普段から常に聖書を読むことを勧めます。



マレハさんは料理も得意です。フィリピン料理は当然の事、創作料理もレパートリーが広いんです。若者にふるまうことはもちろん、近隣の方にもまた普段交流の多い「国際交流協会」の皆さんにもふるまいます。とても喜ばれています。「国際交流協会」の皆さんとは、料理だけでなく音楽を通して交流を深めています。いろいろな楽器とのセッション

もします。「日本人は引っ込み思案であり表に出てこないのでは？」と聞いたら、「とんでもない。どんどん積極的に参加してもらっています。」という事でした。

マレハさんは今ご主人とご主人のご両親と一緒に住んでいます。ご両親を病院へ送迎したり、いろいろ面倒を見ています。親の面倒を見るのは当たり前、日本人でも希薄になってきた風潮ですが、マレハさんは当然のことと思っています。日本人以上に日本人らしい。そんなマレハさんです。

宇都宮で好きな場所はどこかと聞くと、普段からよく散策している、2022年のいちご一会とちぎ国体の会場である「カンセキスタジアムとちぎ」周辺とのこと。そして日本の四季では、特に秋が好きだそうです。紅葉が大好きで、紅葉の色についてマレハさんは情熱の色だと表現されました。日本人はそう言う表現はしない。マレハさんの人柄がわかります。

それからお寿司が大好きで、「坂本冬美」の「夜桜お七」も大好きだそうです。

マレハさんが今一番気になっているのは、技能実習生で来日している若者たちの将来のことです。3年の研修期間が終わると職場を変えなければいけないケースがあります。マレハさんも若者も大好きな宇都宮、その周辺で仕事が出来れば良いと思っています。それが叶えられることも祈りながら取材を終わりました。

### ③シルバー大学の教務職から学生に

大島 晴夫 さん

取材：細川特派員

昨年はどうとうコロナ色の一年で、私たちは自粛生活を余儀なくされ、人と触れ合うことができない、なんとも寂しい年になってしまいました。

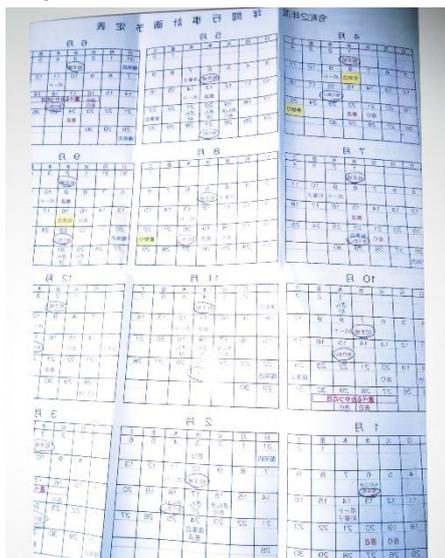
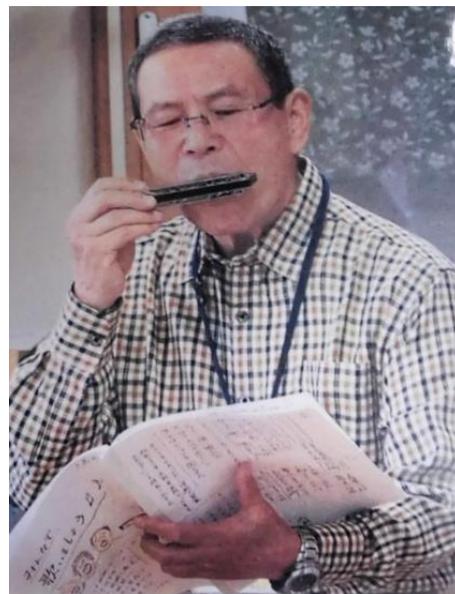
今回ご紹介させていただきます、大島晴夫（おおしまはるお）さんとはこれまでシルバー大学の先輩として、趣味の合唱祭やボランティア活動を通して、時々顔を合わせておりました。その時、大島さんが色々なボランティア活動を行っていらっしゃる事を、お聞きしていました。

コロナ禍の中で取材をお断りしているとのことでしたが、改めてお願いをしたところ、快く取材をお引き受けくださり、お話を伺うことが出来ました。

大島さんは、六年間ほどシルバー大学に教務職として勤務されていたいらっしゃいましたが、シルバー大学の学生さんが、活発に生きがいを持った社会活動をしていることに感銘を受け、『自分もシルバー大学で学びたい』と退職後2011年10月にシルバー大学に入学し、2年間学ばれました。その間、絵手紙、合唱、ソフトテニス、ステンドグラスのクラブ活動に入部され、充実した学生生活を送られました。

2013年卒業後、絵手紙クラブのOB会からの誘いを受け、『宇都宮東病院 特養ホーム シルバーホーム』に絵手紙を指導に月1回、傾聴と職員の皆様のお手伝いに月1回と、OB会の皆様とボランティア活動に参加されました。

以来、同病院のデイサービスやグループホームに、絵手紙指導や合唱に参加されて、その後も個人で、地域のデイサービスや特養老人ホームにハーモニカを携えて訪れ、童謡・唱歌・懐かしの歌謡曲を利用者の皆様と一緒に歌う、ボランティアを始められました。



コロナ禍で予定表の空白が多くなっています

広がっていらっしゃいます。

大島さんは、皆さんと歌うために歌詞カードを自作されています（表紙写真）。それは、季節や行事を取り入れ挿絵も工夫された素晴らしいもので、最初は会が終わると回収していましたが、ご利用になった方から、是非分けてほしいとお願いをされ、以来差し上げるようになったそうです。会の後もきっとその歌詞カードで、楽しく歌っていらっしゃるのでしょう。

「思いのほか長くなってしまった自粛生活ですが、昨年10月からやっと感染予防対策をしっかりとって、まずは月1回ボランティア活動を開始する事になりました。細心の注意を払って皆様と楽しく行う事が出来ましたが、ここに来てコロナ罹患者が増えて来ましたので、これからの活動がとても心配です。」と大島さん。

大島さんは、現在98歳のお母さまを目標に、人生一期一会、人とのつながり、何事にもご縁を持てることがありがたいと、更に卓球の会に入会され、ますます行動範囲を