



発行  
鎌倉市老人クラブ連合会  
発行人 高橋 清良  
編集人 都筑 健一  
中田 一良  
高橋 司  
大橋 純  
〒248-8686  
鎌倉市御成町18-10  
鎌倉市老人クラブ連合会  
(愛称・ゆめクラブ鎌倉)  
☎(0467) 23-3000

## 第53号

印刷 (株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎(06)6797-0212



創立四十周年記念  
鎌倉市老人クラブ連合会  
功労者のつどい開催

昭和39年9月に産声を上げた鎌倉市老人クラブ連合会(ゆめクラブ鎌倉)は、今年創立40周年の節目の年を迎えた。これを記念して、去る10月1日(金)鎌倉生涯学習センターにおいて、40周年記念事業・功労者のつどいが盛大に開催された。第1部では、ゆめクラブの発展に尽力した会員が表彰された。また、第2部では神奈川県警音楽隊の演奏と、東京大学名誉教授・養老孟司氏の講演が行われた。

10~13面

8・9面

2面

増ページ16面  
次号は料理研究家辰巳芳子氏が登場!

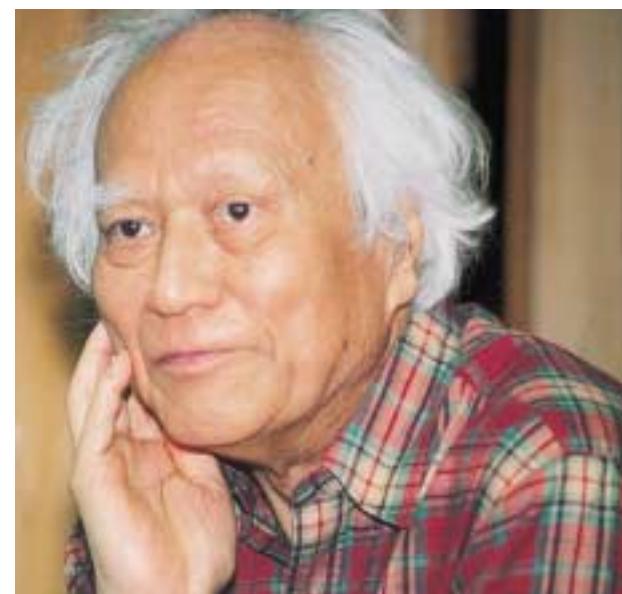
## 新企画

## かまくらびと(に聞く)

日本画家 小泉淳作氏

いかなる美術団体にも属さないことから「孤高の画家」と呼ばれ、鎌倉・建長寺法堂「雲龍図」、京都・建仁寺法堂「双龍図」など  
の天井画で知られる日本画家、小泉淳作氏。「描く対象に教わる」という姿勢を精密な  
筆致で描く小泉氏の作品は、幅広い世代の支持を集めている。

新企画「かまくらびと(に聞く)」第一回は、縁に囲まれた小泉淳作氏の自宅兼アトリエからお届けする。  
(二面に続く)



創立四十周年記念鎌倉市老人クラブ連合会功労者のつどい  
養老孟司氏の講演(要旨)  
永久保存版 ゆめクラブ鎌倉  
四十年の歩み(年表)

10~13面 8・9面 2面 増ページ16面  
次号は料理研究家辰巳芳子氏が登場!

鎌倉市的人口172,502人 高齢化率(65歳以上)全市23.5% (地区別 鎌倉地区7.4%、腰越地区4.1%、深沢地区4.5%、大船地区5.1%、玉縄地区2.5%) 平成16年9月末日現在  
鎌倉市老連会員数 4,471人 地区別 鎌倉地区1,592人(35.6%) 腰越地区384人(8.6%) 深沢地区774人(17.3%) 大船地区1,024人(23.0%) 玉縄地区697人(15.5%) 平成16年6月1日現在  
鎌倉市老連ホームページアドレス <http://members.at.infoseek.co.jp/roukura> メールアドレス [yumekama@onyx.dti.ne.jp](mailto:yumekama@onyx.dti.ne.jp) 市全人口に対する割合



お字を語去する際  
かる」と思つてゐ  
ます」。西暦三〇〇〇  
四年に小泉氏の龍  
を見上げる人々は、  
作者がこの龍を描  
きながら、千年後  
の姿を想ひ描いて  
いたことを、想像  
できるだろうか。  
悠久の時を越える、  
情熱がうかがえる。  
小泉氏の創作への  
健康法は歩くこと  
と。鎌倉駅まで出  
かける時は、わざ  
思つていたことを小泉氏に  
尋ねた。小泉先生の描くひ  
まわりの絵は、どうして中  
の種の一つ一つが、星の形  
をしているのですか、と。  
それに対する小泉氏の答え  
は、「だつて、そう見える  
じやない」。白と黒の縞模  
様が、上から見ると星に見  
えるという。小泉氏の「描  
く対象に教わる」という姿  
勢を垣間見ることのできた

今年十月で満八十歳を迎えたが、本人はいたつて平常心。「若い頃からつながってきたんだから、年を取つたという気がしない。むしろ、年を取つたのが不思議。知らないうちにになつちやつたから」。その言葉のとおり、相対する者をじつと見つめる目は少年のような光をたたえている。

話が制作に使用する墨に及んだ時、その大きな目が

さらには大きくなり開かれた  
「墨は東洋のものすごい発  
明です。楽器に例えると、  
ピアノに近い。オーケスト  
ラの中にも入れて、単独で  
も完全な表現ができるところが似ています。また、板  
に絵の具で龍を描いたもの  
は多いけれど、時間が経つ  
と剥落がひどい。その点、  
紙に墨で描くと保存が良い  
し、千年くらい経つと、ス  
スがだいぶ落ちて柔らかい  
感じになる。今描いている  
龍も、千年経てば良くなる  
と遠回りをして、急な坂の  
ある道のりを一時間かけて  
歩く。もちろん帰りも徒步。  
「足が弱ると龍の“り”的  
字も書けない。絵描きは半  
分労働者だから、立居振る  
舞いができなくなつたらだ  
めなんです」。「双龍図」制  
作のため北海道に滞在した  
時は、熊の出没する山の中  
を歩いて川釣りをした。  
「老人クラブでは釣りはや  
らないんですか? 海岸が  
近いんだからやればいいの  
に」と新企画の提案も。

（一面より続き）  
広いテーブルの上には、新聞や書籍、大きな筆立て、硯などに交じって、野の花がガラスの容器に活けられている。部屋の奥には製作途中の陶芸作品が並び、壁に飾られた絵の中には「双龍図」の小下図も。雑然と調和し、居心地の良い空間

小泉淳作氏  
プロフィール

小泉淳作 こいづみ・じゅんさく  
1924年(大正13年)鎌倉生まれ。慶應義塾大学中退後、東京美術学校に入学、日本画を学ぶ。1977年(昭和52年)「奥伊豆風景」で山種美術館賞優秀賞受賞。2000年(平成12年)鎌倉・建長寺法堂天井画「雲龍図」、2001年(平成13年)京都・建仁寺法堂「双龍図」を完成。2002年(平成14年)北海道中札内村に小泉淳作美術館が開館。今年1月、鎌倉芸術館で「小泉淳作展 ひとり行く道」を開催。



は、約二百名の会員が集会した。はじめに、高橋連会長が「二兎追つものは一兎も得ず、」と言いましたが、今日は、歩こう会と清掃奉仕という二兎を追う会です。皆さんのご協力をお願

五月十三日、曲比ヶ浜で  
創立四十年周年記念行事とし  
て海岸美化活動が行われ  
た。

# 創立40周年記念事業 鎌倉市老人クラブ連合会

# 海岸美化活動

~ 鎌倉歩く会 ~



休憩をはさみつつ、坂ノ下までの約三キロの海岸を踏破して集めたゴミは二t車一台分にもなり、海水浴シーズンを控えた由比ヶ浜は美しい景観を取り戻した。

帽子に長袖シャツ、首にはタオルと日よけ対策をした参加者たちは、ゴミ袋とベットボトルのお茶を手に、四班に分かれて清掃活動を行つた。波の高い海を背景に、参加者たちは強風にあおられながら、砂浜に

いします」と呼びかけ、続いて保健師の河野さんから「今日は湿度が高いので、水分補給をしながらマイペースで歩いて下さい。ゴリゴリを拾う時は、ケガをするところから破傷風菌などが入り込む危険があるので、必ず軍手をして下さい」など、の注意事項が述べられた。

## 坂本町喜樂会

活躍する  
我がクラブ

私たちの坂本町喜樂会は、設立三十七年目、大船観音を背に柏尾川に沿つた大船駅に近いところです。

二年前に「ちぎり絵」が話題になり杉山副会長より「ちぎり絵」はとても簡単でちぎって貼るだけで、多くの道具も必要な誰にでもでき、豊かな心してくれるとの話があり、会員の趣味の向



## 梶原山清香会

## 火曜日の部屋

梶原山清香会は発足して三十一年になる。趣味、スポーツ、旅行、海外まで出かける活気ある会であったが、現在平均年齢八十八歳、市老連の中で最高の高齢度の会である。外出もままならぬ会員が増えてきた。後期高齢者は一層人とのかかわりが必要になると考え、少なくとも週一回三時間のお喋りが必要だと「火曜日の部屋」を開いた。何もないで飲んだり食べたり、七度目の夏を迎えた。この頃十人前後の集まりで、時

オープンハウス  
かじわら

「IT革命」とやかましくいわれていた頃、「革命とは?」のレクチャーを火曜日の部屋で受けていた。石頭の脳にはオイソレとのみ込めず一年余も続いた。

上と親睦を図るために取り組むことにしました。幸い杉山副会長が講師の資格があり早速「ちぎり絵」同好会を立ち上げ、毎月第四日曜日に習うことに決め五名で発足しました。



ところが指導がよく、

昨年市老連主催の「趣味の作品展」に七名が参加

するまでに上達をしました。和紙で美しく優しく

表現ができます。和が輪に広がっています。町内祭には公会堂に作品を展

示し発表しております。

また、坂本ぶらり会(歩こう会)に参加し、毎月一回名所巡り・年二回バス旅行を実施。多くの会員が参加しています。

毎月の町内清掃・町内会とタイアップした防犯パトロールの実施などの活動をしています。

会員が参加しています。毎月の町内清掃・町内会とタイアップした防犯パトロールの実施などの活動をしています。

加藤 好雄

## 雪ノ下寿会

## 防犯講習会

六月十五日、雪ノ下公会堂で、鎌倉警察署から協力を得て、日常生活の防犯と安全を守る講習会を開催しました。

出席者約四十名、会場が満席の状態で、警察から配布された分かりやすい防犯への注意事項など、イラストを交えたパンフレットを参考に、実際に



起こった事例などをもとに、ユーモラスな進め方は早速今夜からでも実行できるようなことがありました。質疑応答の中でも懇切な説明を受け、有益な時を過ごすことができました。

都筑 健一

がえずスケジュールを果たして卒業していった。  
「石の上にも三年」。IT学習の場として、このユニーク性をどう展開するかが「オープンハウスかじわら」の今の課題と考えている。

酒井 政子

そして機器を目の前にし操作に入る。その段階で清香会のメンバーは大方脱落。が六人のみまつた。その中で記憶障害がかなり進んでいた彼女は集う度に「ここは楽しい」と言つた。家族の支えに助けられて倒れる直前まで仲間であつた彼女の、あの大好きなひと言は、「火曜日の部屋」への最高のプレゼントだったと、今思つている。

事務局から機器一台を借りた。タイミングよく市老連事務局から機器一台を借りることができる、清香会が一時調達で三台揃い、看板名まで事務局のアドバイスをうけ、ようやくIT学習の場「オープンハウスかじわら」が動きだした。平成十四年四月から、東京、朝日の新聞記事に出たためか、申し込み殺到で多忙だったが、現在受講者は五名。その中の三名は開所当初から通つているので、出席回数

梶原山清香会は発足して三十一年になる。趣味、スポーツ、旅行、海外まで出かける活気ある会であったが、現在平均年齢八十八歳、市老連の中で最高の高齢度の会である。外出もままならぬ会員が増えてきた。後期高齢者は一層人とのかかわりが必要になると考え、少なくとも週一回三時間のお喋りが必要だと「火曜日の部屋」を開いた。何もないで飲んだり食べたり、七度目の夏を迎えた。この頃十人前後の集まりで、時

には話が尽きず時刻延長もしばしばである。この七年の間に毎回共に集つた仲間が六人のみまつた。その中で記憶障害がかなり進んでいた彼女は集う度に「ここは楽しい」と言つた。家族

の支えに助けられて倒れる直前まで仲間であつた彼女の、あの大好きなひと言は、「火曜日の部屋」への最高のプレゼントだったと、今思つている。

七十九八十五回になりこちらが恐れ入っている。通常目的を聞くと異口同音に「課題を持って来る」「楽しむから」とのこと。教える側は始めから三人ともボランティア(梶原町内会員)とわが家の設計者)。三年間も善意で木曜日のIT学習の場が和気あいあい継続するパワーはどこにあるのか、と首をかしげている。また、土曜日の学習には地域活動を重ねたいと考え、「世代交流として高齢者のIT学習に中学生のご協力をいただきたい」と深沢中学校に願い出た。校長の快諾があり、平成十四・十五年の二年間、中学生にとっては貴重な土曜日を受講生の教師役として、約束をた



小林秀雄、里見弾、久米正雄が鎌倉に居を構えたのは大正末からだが、この頃から長谷川海太郎もこの地で、旺盛な執筆活動をしていた。

彼はつき合いを嫌い、ひたすら執筆マシンとなり、昭和十年三十五歳の若さで、太く短い生涯を閉じた。鎌倉を愛した鎌倉文士の一人にちがいない。

海太郎は明治三十三年、佐渡の相川で長男として生まれた。家は代々金座奉行で、祖父の代造幣局ができて失職、父は犬養毅とも親交のあった男はのち洋画家、三男は口四郎(「シベリア物語」「鶴等」)、父は過激な政治活動家でもあり、封建色の強い田舎町に居づらく、三十五年海太郎一歳の時一家は函館へ移つた。

父は子には放任主義、彼は中学の頃英語にだけは熱心で、港に入る水兵たちに呼びかけ会話を習得、異国船を見て夢をふくらませる。

彼は一面喧嘩好きの乱暴者、卒業直前ストライキ事件がおこり、その首謀者とみなされ、厳しい処分を受けたのに反撲、といわれためりけんじやつぶ、テキサス無宿など谷譲次名で、更に牧逸馬で翻訳物を同誌に載せる。「新青年」の

### 三つのペン・ネームを持つ長谷川海太郎の太く短い生涯



林不忘・谷譲次・牧逸馬  
え・志村立美・山藤章一



林不忘・谷譲次・牧逸馬

え・志村立美・山藤章一



さっぱりと自ら退校し上京するのだ。

東京での三年余あらゆる本を読み、短編・戯曲・翻訳日記が少々残っている。この間深川にいた遠縁の通人宅にも出入りして江戸趣味にも親しんだ。九年三月、もぐりこんだ明大専門部法科は無事卒業した。

大正九年彼は全くの手ぶらで渡米、オベリン大学に入るが、語学力不足と退屈さで学業は放棄、四年間ジョウヂ・タニイと名のり、三十余の職

業を体験しながら、禁酒法の始まつたアメリカの懐へ飛びこんで観察する。

十三年七月帰国後、再び渡米を志すが、排日移民法の成立でビザを手にすることができず、東京で「英語研究会」に出入りしている時、香取和子を知る。又、会の主宰者松本泰の「探偵文芸」の編集を手伝い、ミステリの換骨奪胎の捕物帖を林不忘名で、又、アメリカの放浪体験見聞記を新しい文体、一種の移民文学といわれた「めりけんじやつぶ」、「長谷川海太郎」など谷譲次名で、更に牧逸馬で翻訳物を同誌に載せる。

「新青年」の

#### 三つのペンネームを持つ作家



森下雨村が彼の才を見込み、十四年一月号にはなんと一人で七篇、この年一年間で五十篇載せる大車輪ぶりである。十五年一月、二十六歳の彼は、三つ年上で翻訳家志望の和子と結婚、鎌倉・乱橋・材木座向福寺の一室を借りる。木座向福寺の一室を借りた中央公論の嶋中雄作社長は、森下に頃彼の才筆にほれた中央特派員として一年四ヶ月二十ヶ国を駆けめぐり、その見聞録が同誌に連載される。

その時中公は雑誌発行のみだったが、この「踊る地平線」を他社にとられないためにも出版部を創設、第一号となり、ベスト・セラーとなつた。めりんじやつぶの威勢のよいエネルギッシュな声は聞かれないが、妻同伴で大変おとなしいが、当時の各国の情勢を鋭く冷静に見ていて読の価値がある。旅行中は犯罪記録や、将来のネタになりそうな本をトランクに十六個も買って帰つた。これらを媒体に「世界怪物語」もだん・でかめろん」として牧逸馬名で次々と結実していく。

旅立つ前年、東京日日の学芸部長千葉亀雄が彼の奇才に目をつけ、次の新聞小説の執筆者に二十七歳の彼を起用する。中里介山の机龍之介から連想か、ニヒルで少々無責任で倫理的でない隻眼隻腕の任で、海太郎を創造し、時勢に合つたのかこの連載は評判が高まる。

昭和元年日本時代がきて、大衆文学も全集化され、読者人口は増えた。大正末から菊池寛の「眞珠夫人」、「第二の接吻」、「久米正雄の『草』」など古地図を見違てそのまま書いたり、時代物に関しては間違いだらけだったが本人は気にならない。

この小説の出だし、町道場が根津権現の裏にあつたとか、後篇の伊賀の国柳生の里とか古地図を見違てそのまま書いたり、時代物に関しては間違いだらけだったが本人は気にならない。



邸宅全景  
左の蔵は現存

車と夫妻

H.11 岩

H.15

H.14

H.13

H.12

H.11

H.10

H.9

H.8

H.7

H.6

H.5

H.4

H.3

H.2

H.1

H.0

H.1

H.2

H.3

H.4

H.5

H.6

H.7

H.8

H.9

H.10

H.11

H.12

H.13

H.14

H.15

H.16

H.17

H.18

H.19

H.20

H.21

H.22

H.23

H.24

H.25

H.26

H.27

H.28

H.29

H.30

H.31

H.32

H.33

H.34

H.35

H.36

H.37

H.38

H.39

H.40

H.41

H.42

H.43

H.44

H.45

H.46

H.47

H.48

H.49

H.50

H.51

H.52

H.53

H.54

H.55

H.56

H.57

H.58

H.59

H.60

H.61

H.62

H.63

H.64

H.65

H.66

H.67

H.68

H.69

H.70

H.71

H.72

H.73

H.74

H.75

H.76

H.77

H.78

H.79

H.80

H.81

H.82

H.83

H.84

H.85

H.86

H.87

H.88

H.89

H.90

H.91

H.92

H.93

H.94

H.95

H.96

H.97

H.98

H.99

H.100

H.101

H.102

H.103

H.104

H.105

H.106

H.107

H.108

H.109

H.110

H.111

H.112

H.113

H.114

H.115

H.116

H.117

湘南信用金庫理事長  
服部 真司氏

「恋をしましよう」

講演要旨	開催日	演題	講師名
	7/6(火)	恋をしましよう	湘南信用金庫理事長 服部真司氏
	7/7(水)	60歳からが面白い	作家 佐江衆一氏
	7/8(木)	健康で長生きしよう、 ボケないために	医事評論家・ダイヤルフレンド主宰 西來武治氏
	7/9(金)	世界の調べをたずねて ~歌を歌って健康に~	歌声喫茶ともしひ司会者・音楽療法士 加藤晴夫氏

7月6日から9日にかけての四日間、レイウェル鎌倉で、恒例の第四十回老人大学寿講座が開催された。

## 第40回

## 老人大学寿講座

充実の講師陣に連日大盛況

## ゆめクラブ鎌倉の動き

市老連活動の報告と情報コーナー

「恋をしましよう」とは、

長年連れ添った夫婦は、も

つと仲良くしなさい、あら

ためて恋をしよう、とい

ことだ。七十歳になつても

八十歳になつても互いに大

切にする。

少子高齢化が進むと、第

二の人生はいつから始まる

のか分からぬ。とにかく

長生きをしなければいけな

い。良い医者、悪い医者を

見分けることが必要。良い

医者は患者の体質を知つて

いて深夜でも往診してくれ

るホームドクターだ。大病

院と密接にある医師だ。

夫婦は互いに見直してみ

よ。特に夫は自分の気持ち

を妻に注文する。男は昔

の事を忘れてしまうが、女

は覚えている。現役でなく

なつたら話し合つことで、

今、結婚した時なんと言つ

て、何を取りやめるかの決

断が必要となる。元気ある

鎌倉、日本にしたい。

寿命は決まっている。我

慢をしないで思う存分に残

りの人生を楽しむ。そういう

人は、いい死に方をする。

人生には最後がない。

もう一度申し上げる。東西の文

化に触れ、歌つて踊れば面

白い人生が開ける。



二の人生はいつから始まるのか分からぬ。とにかく長生きをしなければいけない。良い医者、悪い医者を見分けることが必要。良い医者は患者の体質を知つていて深夜でも往診してくれるホームドクターだ。大病院と密接にある医師だ。夫婦は互いに見直してみよう。特に夫は自分の気持ちを妻に注文する。男は昔の事を忘れてしまうが、女は覚えている。現役でなくなつたら話し合つことで、今、結婚した時なんと言つて、何を取りやめるかの決断が必要となる。元気ある鎌倉、日本にしたい。寿命は決まっている。我慢をしないで思う存分に残りの人生を楽しむ。そういう人は、いい死に方をする。人生には最後がない。もう一度申し上げる。東西の文化に触れ、歌つて踊れば面白い人生が開ける。

少子高齢化が進むと、第二の人生はいつから始まるのか分からぬ。とにかく長生きをしなければいけない。良い医者、悪い医者を見分けることが必要。良い医者は患者の体質を知つていて深夜でも往診してくれるホームドクターだ。大病院と密接にある医師だ。夫婦は互いに見直してみよう。特に夫は自分の気持ちを妻に注文する。男は昔の事を忘れてしまうが、女は覚えている。現役でなくなつたら話し合つことで、今、結婚した時なんと言つて、何を取りやめるかの決断が必要となる。元気ある鎌倉、日本にしたい。寿命は決まっている。我慢をしないで思う存分に残りの人生を楽しむ。そういう人は、いい死に方をする。人生には最後がない。もう一度申し上げる。東西の文化に触れ、歌つて踊れば面白い人生が開ける。

「恋をしましよう」とは、長年連れ添った夫婦は、もつと仲良くしなさい、あらためて恋をしよう、ということだ。七十歳になつても八十歳になつても互いに大切にする。

て恋を打ち明けたと振り返つて二度目の恋をしよう。クラシックでなくてもいい。音楽を一緒に聞く。踊らう。型のはまつたダンスでやる。恋の中には「文化」がなければならない。青春は年齢ではない。こうすれば寝たきりにならずに口口りと往生することがで

きる。

おしゃれをしよう。妻は夫が余暇に着る服を見立ててあげたい。安物は買わない。自分で投資する。三回に一回でもよい。おいしい物を食べる。ホテルで食事をする。これが豊かな老後をする。これが豊かな老後をする。これが豊かな老後をする。



スポーツ部 壁谷 利之

市老連では健康増進、会員間の交流の活発化等のため昨年各クラブ会長にペタンクの体験講習を行い、本年は各地区でペタンクの普及講習を計画実施していく。

ここでは鎌倉第一、第二地区の講習を紹介する。



好プレー・珍プレーにわいわいがやがやと楽しくプレーし、終わりの頃にはペタンクとはこういうものかと判り、今後も是非行いたいという声が多かった。

今後は地区内各地で練習を行い、ルールの細部及びテクニックを修得しようとする。大いに楽しみ、感動して終了した。



には拘らず、まずプレーを楽しむということで六名一組で五組に分かれ実施した。

六月二十七日午前中、御成小学校校庭で、三十三名参加で鎌倉ペタンククラブの講師の指導で行った。初めての会員も多いので細かいルールやテクニック



## 老人クラブって、実はこんなこともしているんです。 JR鎌倉駅地下道「ギャラリー50」にゆめクラブ鎌倉が出展



九月二十一日から三十日までの十日間、JR鎌倉駅地下道の「ギャラリー50」で、ゆめクラブ鎌倉の作品展示が行われた。

二つある展示窓のうち、JR鎌倉駅側には、ゆめクラブ鎌倉の活動を広くPRする目的で、会員のほぼ原寸大の写真を中心とした展示物が並んだ。また、市役所側では、毎年生涯学習センターで行われている「趣味の作品展」が開催された。期間中、ギャラリーの前では多くの市民や観光客が足を止め、興味深そうに作品を眺めていた。



泊。

古牧第一グランドホテル  
古牧温泉到着 青森  
県三沢市古牧温泉湯沢公園

(七面へ続く)

## 秋の研修旅行 初秋みちのく周遊の旅

~奥入瀬・八甲田山・宮沢賢治記念館~

二日目はバスで奥入瀬渓谷へ。茂みの中の川、大石小石が樹林を縫つてしまふきをあげる。往路はこの渓谷の散策を楽しみ、復路には

ゆめクラブ鎌倉秋の東北研修旅行は、九月一日から三日にかけて奥入瀬渓谷、八甲田山、りんごの里を経て古牧温泉へと出発した。参加者百十二名。

バス三台は東北自動車道を一路青森へ。初秋の風が窓外にそよぐ季節を北へ北へと一気に駆け抜ける。行程は非常に单调で、主として田園風景が広がる中に、やや町中へ入ると高く長いブロック塀がさえぎり、または樹木が併立して緑の遮蔽物となる。東北らしい古い民家は影をひそめ、見え隠れする住宅も近代化している。古牧温泉到着 青森

ねぶた会館を見学する。実際に青森ねぶた祭りで使われた大型ねぶた八台、弘前ねぶた一台が常時展示されている。八月二日から七日にわたり青森市、商工会議所、青森観光協会が主催され、約二十五台が参加するそうである。ねぶた運行体験ショーに参加し、勧め

(六面より続き)  
られるままに大型ねぶたを曳いてみたりしたがよい体験だったと思う。

川の瀬から湯が湧くことから「湯瀬」と名づけられた由、継体天皇の妃として都にあがり吉祥姫となつた姫が帰郷した際に病を患い、それを癒すために浸つたのが湯瀬温泉の湯といわれる。姫の湯ホテル泊。

三日目、南部鉄器工場を見学。入口に鎮座し、五右衛門風呂を思わせるような大釜に肝を奪われ、あらゆる鉄器が並べられ、それぞれ説明するのは喧騒の中にも圧巻であった。鉄器製造に対する認識を新たにしたようであった。

富沢賢治記念館見学。富沢賢治の深遠な思想と詩や童話、教育や農業などの理

解に努めた。「賢治の生きた明治二十九年～昭和八年は戦争が多く、地震や津波、凶作や不景気などで不幸に苦しむ人が多かつた。その中で賢治は科学者として貢献し、岩手をイーハトーヴといつた」(富沢賢治記念館より抄)

## ゆめクラブ鎌倉芸能大会

### 創立四十周年記念



見学コース終了。  
長時間のバス旅行は快適だったが少しく長丁場の気味だつた。大半が晴天で過ごせたのは幸運で、特にベテランのガイドの適切な車内のリードによって、短期間のみちのく旅行だったが、いつまでも印象に残る心の癒しあつた。

(教養部 都筑健一)



鎌倉市老人クラブ連合会創立四十周年記念協賛事業

十月十一日午前、鎌倉生涯学習センターホールで、鎌倉市老人クラブ連合会創立四十周年記念協賛事業として、第三回銭湯寄席が開催された。

この寄席は、鎌倉市公衆浴場組合が主催し、鎌倉市老連をはじめ、市内諸団体が協力して行われた。

演目は、雷門助六・桂小文治・雷門花助による落語三席、他に南京玉すだれと奇術が披露された。

演目の最後に行われた寄席踊りでは、雷門助六師匠

の十八番「あやつり人形のかっぽれ」が披露され、本物のあやつり人形のような見事な動きに、場内はどよめきと大きな拍手に包まれた。

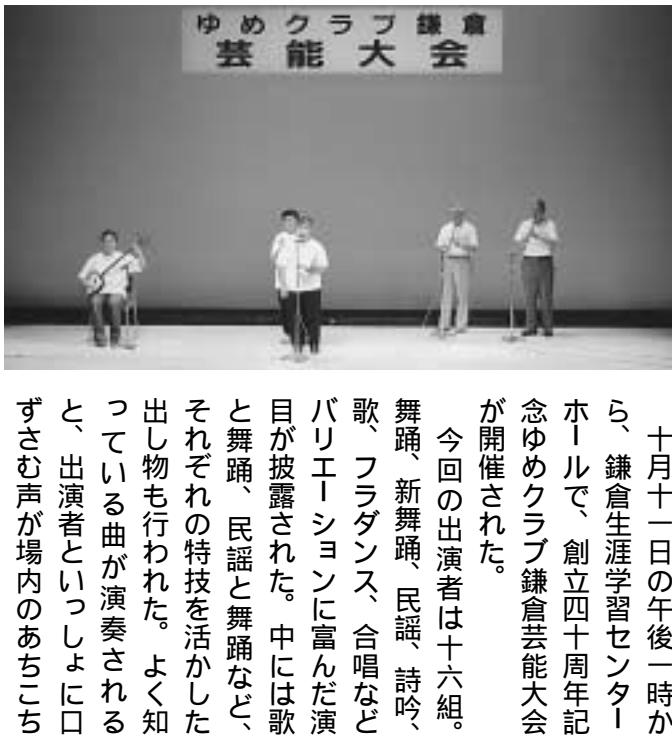


現在ではあまり目にすることのできない寄席芸や、軽妙な語り口の落語に、来場者は大きな声で笑ったり、時には手拍子で出演者に声援を送つたりと、生の寄席の雰囲気を存分に楽しんでいた。

日頃練習を積み重ねてきた成果を舞台上で存分に発揮した出演者に、会場からは暖かい拍手が送られていた。

から聞こえ、手拍子も起きた。

十日十一日の午後一時から、鎌倉生涯学習センターホールで、創立四十周年記念ゆめクラブ鎌倉芸能大会が開催された。



今回の出演者は十六組。舞踊、新舞踊、民謡、詩吟、歌、フラダンス、合唱などバリエーションに富んだ演目が披露された。中には歌と舞踊、民謡と舞踊など、それぞれの特技を活かした出し物も行われた。よく知っている曲が演奏されると、出演者といつしょに口ずさむ声が場内のあちこち

(六面より続き)  
られるままに大型ねぶたを曳いてみたりしたがよい体験だったと思う。

川の瀬から湯が湧くことから「湯瀬」と名づけられた由、継体天皇の妃として都にあがり吉祥姫となつた姫が帰郷した際に病を患い、それを癒すために浸つたのが湯瀬温泉の湯といわれる。姫の湯ホテル泊。

三日目、南部鉄器工場を見学。入口に鎮座し、五右衛門風呂を思わせるような大釜に肝を奪われ、あらゆる鉄器が並べられ、それぞれ説明するのは喧騒の中にも圧巻であった。鉄器製造に対する認識を新たにしたようであった。

富沢賢治記念館見学。富沢賢治の深遠な思想と詩や童話、教育や農業などの理

解に努めた。「賢治の生きた明治二十九年～昭和八年は戦争が多く、地震や津波、凶作や不景気などで不幸に苦しむ人が多かつた。その中で賢治は科学者として貢献し、岩手をイーハトーヴといつた」(富沢賢治記念館より抄)

見学コース終了。

長時間のバス旅行は快適だったが少しく長丁場の気味だつた。大半が晴天で過ごせたのは幸運で、特にベテランのガイドの適切な車内のリードによって、短期間のみちのく旅行だったが、いつまでも印象に残る心の癒しあつた。

(教養部 都筑健一)



鎌倉市老人クラブ連合会創立四十周年記念協賛事業

十月十一日午前、鎌倉生涯学習センターホールで、鎌倉市老人クラブ連合会創立四十周年記念協賛事業として、第三回銭湯寄席が開催された。

この寄席は、鎌倉市公衆浴場組合が主催し、鎌倉市老連をはじめ、市内諸団体が協力して行われた。

演目は、雷門助六・桂小文治・雷門花助による落語三席、他に南京玉すだれと奇術が披露された。

演目の最後に行われた寄席踊りでは、雷門助六師匠

の十八番「あやつり人形のかっぽれ」が披露され、本物のあやつり人形のような見事な動きに、場内はどよめきと大きな拍手に包まれた。

現在ではあまり目にすることのできない寄席芸や、軽妙な語り口の落語に、来場者は大きな声で笑ったり、時には手拍子で出演者に声援を送つたりと、生の寄席の雰囲気を存分に楽しんでいた。



## ゆめクラブ鎌倉芸能大会

創立四十周年記念

ゆめクラブ鎌倉芸能大会

十月十一日の午後一時から、鎌倉生涯学習センターホールで、創立四十周年記念ゆめクラブ鎌倉芸能大会が開催された。

今回の出演者は十六組。歌、フラダンス、合唱などバリエーションに富んだ演目が披露された。中には歌と舞踊、民謡と舞踊など、それぞれの特技を活かした出し物も行われた。よく知つてゐる曲が演奏されると、出演者といつしょに口ずさむ声が場内のあちこち



見学コース終了。

長時間のバス旅行は快適だったが少しく長丁場の気味だつた。大半が晴天で過ごせたのは幸運で、特にベテランのガイドの適切な車内のリードによって、短期間のみちのく旅行だったが、いつまでも印象に残る心の癒しあつた。

から聞こえ、手拍子も起きた。日頃練習を積み重ねてきた成果を舞台上で存分に発揮した出演者に、会場からは暖かい拍手が送られていた。

十日十一日の午後一時から、鎌倉生涯学習センターホールで、創立四十周年記念ゆめクラブ鎌倉芸能大会が開催された。

# 創立40周年 鎌倉市老人クラブ連合会功労者のつどい



十月一日、生涯学習センターにおいて、鎌倉市老人クラブ連合会創立四十周年記念功労者のつどいが開催された。

開会に際し、高橋連合会長から「鎌倉市老連は昭和五十年、五十周年を目指し、皆様のご協力をお願いいいたします」と挨拶がありました。これからも、四十五周年、五十年に積極的に取り組んであります。これからも、さまざまな行事や健康づくりの取り組み、友愛活動などの活動に加え、近年は高齢者の居場所づくりに取り組んであります。これからも、四十五周年、五十年を目指し、皆様のご協力をお願いいいたします」と挨拶がありました。



## 節目の年 更なる飛躍を誓う



続いて、長年市老連活動に貢献した会員と単位で表彰が行われた。今年度表彰を受けたのは、優良老人クラブ一クラブ、十年在職功労会長七名、五年在職功労会長八名、特別表彰(百歳を迎えた会員)三名、一般功労者百四十四名で、それぞれ代表者が壇上で表彰を受けた。

市長をはじめ来賓の方々よりご祝辞を賜った後、受賞者代表からお礼の言葉が述べられ、第一部の式典は終了した。

第一部のアトラクションでは、まず県警から交通安全についての話があった。昨年起きた交通事故のうち、高齢者が歩行中に事故に遭うケースが多い。多く、しかも自宅から近い所で多くの事故が起きていることをあげ、交通ルールを守ること、特に「止まれ」の道路標識は必ず守ることなど、油断が招く事故に注意するよう呼びかけられた。

た。

次に、神奈川県警音楽隊の演奏が行われた。「東京オリンピックマーチ」「演歌メドレー」「ブルーライ

トヨコハマ」などおなじみの曲を楽しんだ後、アンコールの「軍艦マーチ」では会場中から手拍子が沸き起こり、客席から「いいぞー」と声援が飛んでいた。

続いて、東京大学名誉教授・養老孟司先生の講演が行われた。マイクを手に舞台上を歩きながら、時には黒板に図を書いて説明しながらのユーモアあふれる講演に、観客は笑ったり、熱心にうなづいたりしながら聞き入っていた。



考  
えて  
み  
る  
と  
自  
分  
が  
ぼ  
け  
た  
つ  
て  
分  
か  
り  
ま  
す  
か  
？  
分  
か  
る  
と  
い  
う  
こ  
と  
は  
、  
ま  
だ  
大  
丈  
夫  
。  
脳  
は  
、  
い  
ら  
な  
い  
と  
こ  
ろ  
か  
ら  
壊  
れ

生きでしんどい」といふことは、根本では変わることです。でも、今の世の中では「個性豊かな」「本当の私」といった言葉がもてはやされています。生まれてから死ぬまで変わらない「本当の私」がいる、というのです。現在ではこれが常識となり、親も、子も、教師もみんなそう思っています。

分しかいないのです。長年  
ホスピスで働いてきた医師  
は「ホスピスで一番上手に  
死ぬ人は、毎日毎日その日  
を十分に生きている人」と  
いいます。その時の自分に  
とつて良いと思う決断がで  
きたらよいのです。

「変わらない自分」とい  
う思想はどこからきたので  
しょうか。これは「近代的

「老人」とは、いつからを指すのでしょうか。大学で、エレベーターに「身障者専用」と書いてあるので乗つていいか聞いてみると「六十五歳以上は身障者と同じ定義なので乗つてもいいです」との答え。そんなわけで、身障者となつて二年になります。

な世こんな話をするかど  
うと、時代の変化に対し  
て、どうしたらいいか、と  
いうことなのです。若い人  
に文句を言うか、認めるか、  
そこが難しい。私はもっぱ  
ら文句を言う方で、若者に  
バカバカ言つていたら「バ  
力の壁」になってしまいま

化した時代を経験していく  
すから、変化に強い。終戦  
は、大きな教育でした。当  
時小学二年生だった私は、  
敗戦を知った時「だまされ  
た」と思いました。そして  
教科書に墨をぬる経験など  
を通して、人の言つことや  
本に書いてあることは信用

このよくなき学生が出てきたのかをずっとと考えてきました。そして出てきたのが、先程の「本当の自分」という考え方です。

今まで、日本の人生観は「諸行無常」だったはずです。それが、「変わらない自分」が当たり前になつて

す。ある年、四月の最初の授業で「いい若いもんが朝っぱらから、こんなところに白髪のジジイの話を聞くな。外へ行って働いてこい」と言ったのですが、誰も出ていかない。今の若い子は、教師が言つてることを信じちゃいけないと知つているのです。

する動物ですが、脳はそこから壊れていきます。年寄りが頑固といわれる理由です。

しかし、むしろ終戦を経験していない若い人の方が、頭が固いのではないでしょか。今のお年寄りは終戦で世の中が百八十度変わったのです。人間は社会生活を

東京大學名譽教授  
養老  
孟司氏

# 脳の老化を防ぐには ： 健康で長生きするための秘訣…

# 健康で長生きするための秘訣



普 鎌倉会員へのメッセージ  
養老孟司氏からゆめくわ  
元気で長生きして下さい。  
わってよい。将来のことは  
考えなくてもよいのです。

劉有天地非人向  
劉食危孟

ち、一年間のうちに約九割  
が入れ替わっているのをこ  
存じでしょうか。つまり、  
皆さんは鎌倉市と同じ。自  
分では気づかなくても、変  
わりつづけているのです。  
最後に、今の若い人はイ  
ソップの「アリとキリギリ  
ス」をどう言っているかを  
紹介します。「アリは夏の  
間働きすぎて、秋になると  
過労死しました。夏遊んで  
いたキリギリスは、アリが  
貯えた食糧を食べて冬を生  
き延びました」

「自我」と呼ばれ、キリスト教の「靈魂の不滅」という思想から来た考え方です。日本は明治以降、これを取り入れたから、教育がなくなりってしまった。しかし、泳げない人が泳げるようになると自分から海に入つていくように、人は変わると、やることが違つてくるのです。「私は同じで当たり前」は、実は詐欺です。

# 永久保存版 鎌倉市老人クラブ連合会40年のあゆみ

年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事	年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事
44	11/26	第5回市老連大会(中央公民館)		繩返還決定	昭和38	8月	大船地区に老人クラブ第1号として岡本高砂会誕生	6/5 7/11	黒四ダム完成 法律第133号により老人福祉法公布
45	3/4~8 4/18 6/18~20 9/15 11/9~13 11/26	第6回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 定時総会(鎌倉市信用金庫講堂)役員一部改選 副会長3人制となる 万国博見学旅行 144名参加 老人福祉手帳交付 第7回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 創立5周年記念市老連大会(中央公民館)	1/14 3/14 3/30 9/3 11/25	第3次佐藤内閣成立 万国博大阪で開幕 市議会本会議において「老人福祉センター建設」採決 正木千冬市長就任 三島由紀夫割腹自殺	39	2月 6月 7月 9月	腰越地区に腰越第1・第2・第3たのしみ会誕生 大船地区に大船樂榮会誕生 深沢地区に常盤きらく会、梶原長寿会誕生 鎌倉市老人クラブ連合会結成 7クラブ468人 初代会長・下山静三(岡本高砂会会長)初代副会長・池田友之助(腰越第1たのしみ会会長)	5/27 5/28 10/10 ~24 11/9	インド、ネール首相死去 パレスチナ解放機構創設 東京オリンピック開催 第1次佐藤内閣成立
46	4/20 6/7~11 7/19 10/7	定時総会(市役所講堂) 第8回老人大学寿講座(横浜銀行鎌倉支店) 椎茸栽培講習(市役所講堂) 以後平成9年まで原木配布実施 第7回市老連大会(中央公民館)	7/1 10/25 12/3	環境庁発足 国連総会台湾を追放、中国加盟承認 第3次印バ戦争勃発	40	9/29~10/6 10月	クラブ数25となる 第1回老人大学(協和銀行大船支店) 第1回老人クラブ連合大会	6/22 9/6 10/21	日韓基本条約締結 第2次印バ戦争勃発 朝永振一郎ノーベル物理学賞受賞
47	4/28 5/30 7/10~14 10/12 10/25~29	定時総会(市役所講堂)池上会長再選 一日大学(横浜銀行鎌倉支店)「法話を聞く会」を改称、以後平成9年まで開催 第9回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 第8回市老連大会(中央公民館) 第1回市老連趣味の作品展(市役所ロビー)以後毎年開催	2/10 5/15 5/22 7/7 9/29 12/22	連合赤軍浅間山荘にたてこもる 沖縄日本復帰 ニクソン米大統領訪ソ SALT等に調印 第1次田中内閣成立 日中共同声明調印 第2次田中内閣成立	41	5月 6/1~8 10/20	定時総会(福祉事務所) 新会長 池上敏郎(二階堂白寿会会長) 第2回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 第2回市老連大会(中央公民館)	1/24 9/3	インド、インディラ・ガンジー政権発足 山本正一市長3期目就任
48	5/16 7/10~14 7/18 10/17 11/4	定時総会(老人福祉センター) 第10回老人大学寿講座(中央公民館) 臨時総会 副会長4人制となる 第9回市老連大会(中央公民館) 第1回スポーツ大会(御成小学校校庭)以後平成11年まで25回開催	5/15 8/8 8/18 9/21 10/6 10/23	東ドイツと国交樹立 金大中事件 東西ドイツ国連に加盟 北ベトナムと国交樹立 第4次中東戦争勃発 江崎玲於奈ノーベル物理学賞受賞	42	5/12 5/15~22 6/27 10/25	定時総会(横浜銀行大船支店) 第3回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 第1回法話を聞く会 具山宣泰師(本覚寺)一龍斎貞丈氏(特別出演) 第3回市老連大会(中央公民館)	2/17 4/16 6/5 7/1 11/15	第2次佐藤内閣成立 美濃部亮吉東京都知事当選 第3次中東戦争勃発 ヨーロッパ共同体(EC)成立 小笠原諸島返還等の日米共同声明発表
49	4/26 5/7~11 10月	定時総会(老人福祉センター)スポーツ部新設 第11回老人大学寿講座(中央公民館) 第10回市老連大会(創立10周年記念大会)老人福祉センターに10周年記念として「やまもも」を定植	8/8 10/8 12/9	ニクソン米大統領ウォーターゲート事件で辞任 佐藤栄作ノーベル平和賞受賞 三木武夫内閣成立	43	2月 5/16 6/7~11 8/29 10/25 11/21	第3回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 定時総会(横浜銀行鎌倉支店)池上会長再選 第4回老人大学寿講座(協和銀行大船支店) 5周年記念県老連福祉大会(県青少年ホール)	3/27 4/4 6/26	インドネシア、スバルト大統領就任 アメリカ黒人運動指導者キング牧師暗殺 小笠原諸島日本復帰
50	4/25 5/15	定時総会 第12回老人大学寿講座	4/30	北ベトナムによるサイゴン解放、ベトナム	44	2/19 5/28 6/23~27	県知事表彰 美化運動で腰越たのしみ会表彰される 定時総会 第5回老人大学寿講座(協和銀行大船支店)	7/20 10/22	アポロ11号月面に到達、人類初の月面着陸 佐藤・ニクソン会談終了、1972年沖

年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事	年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事
5 6	5 / 6 5/19~ 23	定時総会(やすらぎセンター) 第18回老人大学寿講座 (中央公民館)	5 / 10 6 / 27	フランス、ミッテラン大統領当選 中国6全大会、胡耀邦党首席、鄧小平中央軍事委首席就任	5 0	~19 7 / 26 9 / 15 10月 11 / 20	(大船行政センター) 美化活動(由比ヶ浜海岸)当 日報道関係による取材報道 機関紙「やまもも」創刊号発行 柏崎市との交流(柏崎市より 15名来鎌、光明寺に宿泊)	7 / 19 11 / 11	ム戦争終結 沖縄海洋博開幕 アンゴラ独立宣言、 内戦激化
	7月	市老連クリーン活動開始 (8月23日材木座支部の 空き缶回収作業状況鎌倉朝 日に掲載さる)	9 / 10	渡辺隆鎌倉市長死亡 により辞任	5 1	4 / 27 5 / 11 ~15 9 / 15 11 / 18	定時総会(老人福祉センタ ー)池上会長再任 第13回老人大学寿講座 (大船勤労福祉会館) 「やまもも」第2号発行 第12回市老連大会(中央 公民館)	4 / 13 7 / 27 9 / 9 10 / 6	カンボジア、ポルポ ト政権樹立 ロッキード事件、田 中前首相逮捕 中国、毛沢東首席死去 中国、4人組逮捕
	9月	一円玉募金(一円玉持ちよ り運動)開始	10 / 6	エジプト、サダト大 統領暗殺	5 2	5 / 17~ 21 9 / 1 11 / 3 11 / 17	第14回老人大学寿講座 (中央公民館) 「やまもも」第3号発行 源氏山クリーン作戦(青年 会議所主催)市老連参加 第13回老人クラブ連合会 大会(中央公民館)	8 / 12 9 / 28	中国8全大会、文化 大革命終了宣言 日本赤軍日航機ハイ ジャック
	9 / 22	全国老人クラブ連合会創立 30周年記念大会(日比谷 公会堂)天皇陛下ご臨席、 柏木会長出席	10 / 19	福井謙一ノーベル科 学賞受賞	5 3	1 / 1 3 / 24 5 / 16~ 20 9 / 1 11 / 16	「やまもも」第4号発行 定時総会 正副会長再任 第15回老人大学寿講座 (中央公民館) 「やまもも」第5号発行 第14回市老連大会(中央 公民館)	4 / 30 5 / 20 8 / 10 9 / 3 12 / 7	植村直己、犬ぞり単 独行で北極点到達 新東京国際空港開港 日中平和条約調印 渡辺隆鎌倉市長就任 第1次大平正芳内閣 成立
	9 / 30	県老連創立20周年記念大 会(県立音楽堂)柏木会長 ほか役員出席	11 / 1	小島寅男鎌倉市長就任	5 4	1 / 15 4 / 26 5 / 22~ 26 6月 7 / 1 10 / 15 11 / 27	「やまもも」第6号発行 定時総会 第16回老人大学寿講座 (中央公民館) 臨時総会 柏木宝太郎会長就任 老人農園開設(腰越に農園 第1号) 「やまもも」第7号発行 市老連創立15周年記念大 会(中央公民館)	2 / 11 5 / 3 6 / 29	イラン、イスラム革 命 新政権樹立 イギリス、保守党大 勝 サッチャー政権 発足 東京サミット
	11 / 19	第16回市老連大会(中央 公民館)			5 5	1 / 25 4 / 24 5 / 13 5 / 20~ 24 7月	「やまもも」第8号発行 定時総会(老人福祉センタ ー) 支部長会議(老人福祉セン ター) 第17回老人大学寿講座 (中央公民館) 市老連15周年記念植樹祭 (定例理事会の後行う)	5 / 21 7 / 7 7 / 19	韓国、光州事件 鈴木善幸内閣成立 モスクワオリンピッ ク開催、日本不参加 イラン・イラク戦争 勃発
5 7	1 / 20	新年研修会(ホテル好養会 議室)			5 6	1 / 20 3 / 30	「やまもも」第9号発行 教養センター落成式 老人 福祉センターを「やすらぎ センター」と改称	3 / 2	中国残留日本人孤児 初来日
	2 / 17	海岸清掃(早朝由比ヶ浜海 岸にて空き缶収拾状況をN HKにて生放送。材木座、 由比ヶ浜、長谷の会員参加)							
	4 / 28	定例総会(やすらぎセンター) 役員改選、正副会長留任	4 / 1	高齢者事業団発足 500円硬貨発行					
	5 / 18~ 22	第19回老人大学寿講座 (中央公民館分館)							
	11 / 3	市のクリーンキャンペーン 参加(若宮大路の美化作業)	10 / 1	西ドイツ、コール首 相連立政権成立					
	11 / 17	第18回市老連大会(中央 公民館分館)	11 / 27	第1次中曾根康弘内 閣成立					
	11 / 20	「やまもも」第10号発行							
5 8	2 / 20	「やまもも」第11号発行							
	4月	テレビ撮影(TVKより県 のともしひ運動の一環とし て市老連の空き缶収拾状況 撮影に来鎌)							
	4 / 25	定時総会(やすらぎセンター)							
	5 / 17~ 21	第20回老人大学寿講座 (中央公民館分館)	7 / 15	「免田事件」再審判決 免田栄死刑囚無罪					
	6 / 19	鎌倉海水浴100年祭(由 比ヶ浜海岸)	9 / 1	大韓航空機サハリン上 空でソ連軍機に撃墜					
	8 / 1	「やまもも」第12号発行							
	11 / 18	第19回市老連大会(中央 公民館)	10 / 3	三宅島噴火					
			12 / 27	第2次中曾根内閣成立					
5 9	1 / 20	「やまもも」第13号発行							
	4 / 25	定期総会(やすらぎセンター) 役員改選、副会長一部交代	2 / 12	植村直己マッキンリ ー冬期単独登頂後消 息を絶つ					
	5 / 15~ 19	第21回老人大学寿講座 (中央公民館)	4 / 26	レーガン米大統領訪 中					
	8 / 1	「やまもも」第14号発行							
	11 / 3	鎌倉市長より市老連表彰さる	10 / 31	インド、インディ ラ・ガンジー首相暗 殺、ラジーブ・ガン					
	11 / 6	市老連20周年記念植樹祭 (すこやかセンター前庭に)							

年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事	年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事
2	9/20 11/21	「社会奉仕の日」統一活動 第26回鎌倉市老連大会 (中央公民館分館)演芸3 2団体	10/3 11/22	ドイツ統一実現 サッチャー英首相辞任表明、後任メージャー	59	11/22	記念のため藤を植樹) 第20回市老連大会 20 周年記念大会(中央公民館) 20周年記念式典、功労者 表彰、20周年記念誌発行	11/1	ジー首相就任 日本、新紙幣発行
3	2/1 4/24 5/14~ 18 7/29 8/1 9/20 10/3 11/1 11/6 11/27	「やまもも」第26号発行 定期総会 第27回老人大学寿講座 (中央公民館分館) 市老連会長柏木宝太郎死去 「やまもも」第27号発行 「社会奉仕の日」統一活動 「女性25人会」第1回会 合(市役所全員協議会室) 第5回ふれあい広報紙コン クールで「やまもも」奨励 賞受賞 市老連会長に金子カツ就任 第27回市老連大会(中央 公民館分館)第1部式典表 彰式、第2部演芸37団体	1/17 1/25 6/3 6/12 10/22 11/5 12/8	イラクに対する「砂 漠の嵐」作戦開始 湾岸戦争への自衛隊派 遣を決定(時限特例) 雲仙普賢岳火碎流発生 エリツィン、ソ連で 初の民選大統領 平壌で南北朝鮮首脳 会談 宮沢喜一内閣成立 ロシア、ベラルーシ、 ウクライナが独立国 家共同体(CIS)を創設	60 61 62 63 64	8/1 12/8 2/1 8/1 9/20 9月 10/1 11/20	「やまもも」第15号発行 お年寄りと女学生との「ふ れあいの広場」(神奈川県 婦人総合センター)市老連 と京浜女子大中・高生38 0人によるふれあいの広場 「やまもも」第16号発行 「やまもも」第17号発行 市老連「社会奉仕の日」統 一活動 第22回老人大学寿講座 神奈川県老連創立25周年 記念大会(海老名市文化会 館ホール)代表参加 第22回市老連大会	3/16~ 9/16 8/12 11/1 4/1 4/26 7/22 10/11 11/15 11/29	科学万博「つくば8 5」開催 日航ジャンボ機、御 巣鷹山に墜落 中西功鎌倉市長就任 男女雇用機会均等法 施行 ソ連、 Chernobyl 原発事故 第3次中曾根内閣成立 米ソ首脳会談(レイ キャピク) 三原山209年ぶり に大噴火
	4/22 5/12~ 16 8/1 9/20 11/19	定期総会 金子会長選出 第28回老人大学寿講座 (中央公民館分館) 「やまもも」第29号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第28回市老連大会(中央 公民館分館)第1部式典表 彰、第2部演芸42団体	3/14 6/15 9/12	新幹線に「のぞみ」登場 PKO協力法、国際緊 急援助隊派遣法成立 毛利衛さん搭乗のス ペースシャトル・エンデバー号打ち上げ		2/1 7月 8/1 9/20 10/30 11/17	「やまもも」第18号発行 第23回老人大学寿講座 「やまもも」第19号発行 「社会奉仕の日」統一活動 全老連大会(水上観光会館) 柏木会長表彰を受く 第23回市老連大会		
	2/1 4/23 5/18~ 21 8/1 9/11~ 24 9/20 10/18 11/7 11/26	「やまもも」第30号発行 定期総会 第29回老人大学寿講座 (中央公民館分館) 「やまもも」第31号発行 ギャラリー50展示(鎌倉 駅地下道) 「社会奉仕の日」統一活動 二宮町老連との交流研修会 第20回市老連スポーツ大会 市老連大会(中央公民館分 館)第1部式典表彰、第2 部演芸39団体	2/26 5/15 6/9 7/18	ニューヨーク世界貿 易センタービル爆破 日本プロサッカーリー グ(Jリーグ)開幕 皇太子「結婚の儀」 衆院選挙で自民過半 数割れ、社会党大敗、 新進党躍進で「55 年体制」崩壊 細川護熙連立内閣成立 世界遺産に屋久島、 白神山地、法隆寺、 姫路城が決定		1月 2/1 4/27 5/17~ 21 5/18~ 19 8/1 9/20 11/18	新年賀詞交歓会 「やまもも」第20号発行 定期総会 第24回老人大学寿講座 松本市福祉総合センター見 学会 「やまもも」第21号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第24回市老連大会(中央 公民館分館)演芸37曲目	3/13 4/10 8/20 10/12 11/6 11/29	青函トンネル開業 瀬戸大橋開通 イラン・イラク戦争 停戦協定成立 ソウルオリンピック 開幕 天皇容体悪化 アメリカ大統領選 挙、ブッシュ共和党 候補当選
	2/1 4/27 5/17~ 20 8/1 9/20 10/7~ 10 11/30	「やまもも」第32号発行 定期総会 金子会長再選 第30回老人大学寿講座 (中央公民館分館) 「やまもも」第33号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第6回かながわ高齢者文化 祭(金子会長が実行委員長) 創立30周年記念鎌倉市老 連大会(鎌倉芸術館大ホール) 第1部式典表彰、第2 部演芸30団体出演	4/28 6/27 7/3 11/8 7/8 9/4 10/13 11/2	羽田攻内閣成立 松本サリン事件 日本女性初の宇宙飛 行士・向井千秋さん スペースシャトルで 宇宙へ 7/23帰還 金日成北朝鮮国家主 席急死 関西国際空港開港 大江健三郎、ノーベ ル文学賞受賞 年金改革法成立		2/1 4/26 5/16~ 20 6/4 8/1 9/20 11/21	「やまもも」第22号発行 定期総会 第25回老人大学寿講座 (勤労福祉会館) 「かながわゴミゼロキャンペー ン」鎌倉集会に参加 (由比ヶ浜を中心に) 「やまもも」第23号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第25回市老連大会(中央 公民館分館)	1/7 1/9 1/9 2/24 6/2 6/4 8/9 11/1 11/8	天皇逝去(1月31 日昭和天皇と追号) 皇太子明仁即位、平 成と改元 昭和天皇大喪の礼 宇野宗佑内閣成立 第2次天安門事件 第1次海部俊樹内閣 成立 中西功鎌倉市長再任 ベルリンの壁開放
	2/1	「やまもも」創立30周年 記念第34号発行	1/17	阪神淡路大震災(震度 7、死者6,425人、家		2/1 4/25 5/15~ 19 8/1	「やまもも」第24号発行 定期総会 役員改選、柏木 会長重任 第26回老人大学寿講座 「やまもも」第25号発行	2/28 3/15 8/2	第2次海部内閣成立 ソ連、大統領にゴル バチョフ選出 イラク軍クウェート 侵攻

年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事	年	月日	市老連関係事項	月日	世界・日本・鎌倉の出来事
11	~22 11/19	(レイウェル鎌倉)国際高齢者年記念事業 第35回市老連大会(中央公民館)	4/10	船、日本海で国籍不明船に威嚇射撃 石原慎太郎、東京都知事に当選	7	2月 4/26 5/16~ 19 8/1 9/10 9/20 11/24	阪神大震災義援金 133クラブ合計362万5664円の協力 定期総会 第31回老人大学寿講座(中央公民館分館) 「やまもも」第35号発行 第15回鎌倉福祉まつり(女性部がバザーに初参加) 「社会奉仕の日」統一活動 第31回市老連大会(中央公民館分館)第1部式典表彰、第2部演芸34団体	3/20 4/9 5/7 5/16	屋全壊117,499棟) 地下鉄サリン事件発生(死傷者5000人) 統一地方選挙、東京で青島幸男、大阪で横山ノックが知事に当選 フランス大統領選挙でド・ゴール派のシラクが勝利 オウム真理教の麻原彰晃逮捕
12	3/1 6/26~ 29 9/1 9/20 11/17	「やまもも」第44号発行 第36回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 「やまもも」第45号発行 「社会奉仕の日」統一活動 ゆめクラブ鎌倉功労者のつどい(中央公民館)市老連大会から名称変更	2/1 8/15 9/15 10/23	ロシア大統領選挙、プーチンが圧勝 韓国・北朝鮮、南北離散家族対面 シドニーオリンピック開幕 米朝会談	8	2/1 4/24 5/14~ 17 8/1 9/20 11/20 11/26	「やまもも」第36号発行 定期総会 会長に高橋清良を選出 第32回老人大学寿講座(中央公民館分館) 「やまもも」第37号発行 「社会奉仕の日」統一活動 県老連創立35周年記念大会(横須賀市文化会館) 第32回市老連大会(中央公民館分館)第1部式典表彰、第2部演芸32団体	1/11 7/12 7/20 11/7 12/17	第1次橋本龍太郎内閣成立 イギリス、チャールズ皇太子とダイアナ妃、離婚合意 大阪・堺市の小学校で発生したO157集団食中毒感染者6031人に 第2次橋本内閣成立 ペルー日本大使公邸をゲリラが襲撃
13	1/29 3/1 6/25~ 28 9/1 9/20 10/30 ~31 11/22	第1回横三プロック・スポーツ大会(横須賀市神明公園)グラウンドゴルフの部優勝、ペタンクの部準優勝 「やまもも」第46号発行 第37回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 「やまもも」第47号発行 「社会奉仕の日」統一活動 全老連大会(愛媛県松山市) 育成功労者として高橋会長表彰される ゆめクラブ鎌倉功労者のつどい	3/12 9/11 10/7 11/1 12/7	ユネスコがバーミヤンの大仏破壊を確認 米で同時多発テロ事件発生 米英、タリバン政権への攻撃開始 石渡徳一鎌倉市長に就任 タリバン政権、カンダハルを明け渡し、政権消滅	9	2/1 4/23 5/20~ 23 6/26 9/1 9/20 11/19	「やまもも」第38号発行 定期総会 愛称「ゆめクラブ鎌倉」に決定 第33回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 新スポーツ(グラウンドゴルフ)研修会(笛田公園) 「やまもも」第39号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第33回市老連大会(レイウェル鎌倉)第1部式典表彰、第2部演芸14団体	4/1 5月 6/17 7/1 7/23 12/4	消費税5%に 神戸で児童連続殺傷事件 臓器移植法成立 イギリス、中国に香港を返還 ミャンマーとラオス、ASEANに加盟 対人地雷全面禁止条約調印
14	3/1 5/1 5/23 6/24~ 27 7/19 8/6~7 9/1 9/20 10/19 ~ 11/22	「やまもも」第48号発行 定期総会(福祉センター) 高橋会長重任 生き生きシルバートレーニング講習会(市体育館) 第38回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 自主映画「川の流れのように」(市老連推薦)上映(鎌倉芸術館小ホール) やさしいパソコン講座(教養センター) 「やまもも」第49号発行 「社会奉仕の日」統一活動 インターネットフォーラム 鎌倉開設(パソコンサポートセンター) ゆめクラブ鎌倉功労者のつどい(生涯学習センター)	1/29 6/22 7/6 9/17	アメリカ・ブッシュ大統領、イラン・イラク・北朝鮮を「悪の枢軸」と発言 アフガニスタンに移行政権が樹立 アフガニスタン、アフガニスタン、アフガニスタン副大統領暗殺 日朝首脳会談で金正日総書記が日本人拉致を認める 日朝平壤宣言 北朝鮮拉致の日本人のうち5人が帰国 北朝鮮、核拡散防止条約(NPT)脱退を宣言	10	3/1 4/22 5/26~ 29 6/26 9/1 9/20 10/2 11/20	「やまもも」第40号発行 定期総会 高橋会長再任 第34回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 第1回グラウンドゴルフ大会(笛田公園)参加者159名 「やまもも」第41号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第1回芸能大会(レイウェル鎌倉)29団体出演 以後毎年開催 第34回市老連大会(レイウェル鎌倉)第1部式典表彰、第2部アトラクション	4/3 4/27 7/25 7/31 9/27	明石海峡大橋開通 新民主党結成 和歌山でカレー毒物混入事件 小渕恵三内閣成立 ドイツ、総選挙でコール政権敗北、社会民主党のシュレーダー首相に就任
15	1/20 4/30 7/8~ 11 9/1 9/11 9/20 11/22	「やまもも」第50号変形タブロイド版創刊 定期総会(生涯学習センター) 第39回老人大学寿講座(レイウェル鎌倉) 「やまもも」第51号発行 銭湯寄席(生涯学習センター) 「社会奉仕の日」統一活動 ゆめクラブ鎌倉功労者のつどい(生涯学習センター)	1/10 11/23	北朝鮮、核拡散防止条約(NPT)脱退を宣言 衆議院総選挙、民主党躍進	11	3/1 4/28 9/1 9/20 10/19	「やまもも」第42号発行 定期総会 「やまもも」第43号発行 「社会奉仕の日」統一活動 第35回老人大学寿講座	1/1 2/28 3/23	EU統合通貨ユーロ誕生 日本初の脳死確定後の臓器移植 海上自衛隊の巡視



## ●高齢者向け乗車証等の購入費を助成します●

鎌倉市では、平成15年度から「鎌倉市高齢者バス割引乗車証購入費助成事業」を実施していますが、16年度からは江ノ電電車を含め助成します。

**対象となる方** 平成16年5月1日現在、75歳以上で鎌倉市内に住所を有する方。

**購入できる期間** 平成16年6月1日から12月31日まで。

**助成額** 1人1年1回2,000円

### 《助成対象となる高齢者向け乗車証等の概要》

会社名	乗車証名称	利用運賃等	券種と助成前販売額	購入時に必要なもの
江ノ電バス	オレンジワンコインバス	運賃(1乗車毎に) 現金100円 *空港バス・定期遊覧・貸切バスを除く	3ヶ月(3,000円) 6ヶ月(5,000円)	助成券・本人確認書類(免許証・保険証等)
神奈中バス	かなちゃん手形	運賃(1乗車毎に) 現金100円 *空港バス・高速バス・深夜急行バス等を除く	3ヶ月(3,000円) 6ヶ月(5,000円) 1年(9,000円) (販売日・有効期限日が決まっています)	助成券・本人確認書類(免許証・保険証等) 顔写真(脱帽・1年以内・25mm×25mm) 本人のみ購入可能
京急バス	ふれあいバス	運賃(1乗車毎に) 支払いなし *空港バス・高速バス・深夜急行バス等を除く	3ヶ月(12,000円) 6ヶ月(20,000円) (6ヶ月券は販売日・有効期限日が決まっています)	助成券・本人確認書類(免許証・保険証等) 顔写真(24mm×30mm)
江ノ電車	おでかけ電車回数乗車券	回数券による支払	5,000円 (回数券の有効期限は購入日から平成17年5月31日まで)	助成券・本人確認書類(免許証・保険証等)

### 《高齢者向け乗車証等販売場所及び問合せ先》

会社名	乗車証等販売場所	問合せ先
江ノ電バス	鎌倉市内各営業所 鎌倉市内各販売所	0466(24)2714(本社)
神奈中バス	大船駅西口サービスセンター 大船駅東口サービスセンター	0467(43)5698(代表) 045(891)3843(代表)
京急バス	鎌倉営業所 鎌倉駅前販売所(乗車証は、翌日渡しとなります)	0467(23)2553 (鎌倉営業所)
江ノ電車	江ノ島電鉄の次の駅 鎌倉・長谷・極楽寺・稻村ガ崎・七里ガ浜・腰越	0466(24)2713(本社)

- 購入した乗車証および回数券は、払戻し・返品できませんので、利用する路線等をよく確認して購入してください。
- 市から送られた助成券は、他人に貸与又は譲渡することはできません。
- 助成券は再発行しませんので、お取り扱いには十分ご注意ください。
- 一部乗車証については、販売日の指定がありますので、ご注意下さい。

## 行政からのお知らせ

鎌倉市では、誰もが住み慣れた地域での支え合いにより、安心して豊かな生活が送れる地域づくりをめざして、平成十六年五月に「鎌倉市地域福祉計画」を策定しました。この計画は、「共に生き、支え合う地域づくり」を基本理念として、四つの目標を掲げています。

②「地域で集い、憩い、学ぶ。目標①「地域での支え合いの環境づくり」、地域の福利力、教育力、市民の自立力の活用と向上」、目標

③「地域の特性に合った取り組みを、市民、社会福祉の協議会などの支援のもと協働してできることから取り組んでいくことをめざして



る仕組みづくり」。さらに、「地域福祉活動への支援と参加の仕組みづくり」、目標④「地域でいつでも必要な福祉サービスが受けられる」との目標を達成するため

に、二十の行動計画を掲げました。今後の地域福祉の推進については、それぞれの地域の特性に合った取り組みを、市民、社会福祉の役となり、市・市社会福祉協議会などの支援のもと協働してできることから取り組んでいくことをめざして



## 健康ひとくちコラム

### 生活習慣改善と長寿の秘訣

鎌倉市医師会会員 しおのいり内科 塩之入 洋

生活習慣病の中心をなす高血圧・糖尿病・高脂血症・痛風などと上手に付き合い、上手に治療すること

が長寿をもたらします。それら生活習慣病の共通な注意として、過食をしない・食塩摂取を制限する・野菜や果物を適切に摂取する・適切な運動を継続する・節酒に努め・禁煙することなどが挙げられます。病状によつてはそれの治療薬も必要です。

高血圧・糖尿病・高脂血症これら疾患は自覚症状は軽微ですが、治療が不十分ですと脳卒中・心筋梗塞・尿毒症・眼底出血・動脈硬化など危険な合併症を発症します。そのため「静かな殺人者」とも呼ばれています。治療の基本は暴飲暴食をしない、適切な運動を行うことです。治療を選択していったくとも大切です。

痛風・高尿酸血症 痛風の骨や関節の痛みは堪え難いが、恐ろしいのは自覚症状もなく内臓や血管の障害が進行し、前述の危険な合併症を発症することです。節酒に努め、尿をア

#### 生活習慣改善対策と長寿の秘訣

有色野菜・海草・豆類・茸類・果物・魚類・肉類・乳製品・穀類など

多種類の食べ物を腹八分目に摂取しましょう。転倒による骨折は寝込む原因になるので、生活空間の整備(滑らない床、足の元の座ぶとんなどの整

理、明るい照明など)をしましよう。取り越し苦労や些細な事柄に一杞一憂しない

スなど適度な運動を行

い、十分な睡眠をとり規則正しい生活をしましょ

う。取り越し苦労や些細な事柄に一杞一憂しない

で、いい友達を持ち、おしゃれをして笑顔で明るく生活することです。

参考書「塩之入洋・高血圧の医学」中公新書

### お楽しみプレゼント

「やまもも」のご感想、ご意見をお寄せください。ご応募の中から宿泊券(1泊1万円)2枚をプレゼントします。締切は11月30日。鎌倉市老連事務局まで。

☎248-8686 鎌倉市御成町18-10  
メールアドレス yumekama@onyx.dti.ne.jp



## 今号の やまももさん

西御門桃源会  
ばん  
坂 文子さん(100歳)

ととなり、自宅の空部屋を貸して生計を立てた。そして、子育てが一段落してから社会活動

切。仲間割れしては何もできませんから」。この二つを信念とし、地域社会の取り組みから政府への働きかけまで、幅広い活動を行ってきた。西御門桃源会では、昨年四月まで約十年間、会長を務めた。

趣味は俳句。鉛筆一本あれば一人でできるから、と

薄化粧をし、身だしなみにも気を使う。周囲への細かな気配りを忘れないが、自分の意見はしつかり口にする坂さん。激動の時代を感じさせる。

### スポンサー各位へ御礼

「やまもも」発行に際しご協賛いたしました各位に厚くお礼申し上げます。本紙は会員相互の交流と生きがい向上に、さらに内容の充実に励んでまいります。今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。 ゆめクラブ鎌倉

老人クラブへ参加しませんか

鎌倉市老連は昭和39年9月に創設、今年で創立40周年を迎えました。現在市内には100クラブ・会員4,471人の方々が、生きがいと健康づくりのために、老人クラブの仲間づくりを基礎に相互に支え合い、楽しいクラブづくりに励んでいます。あなたも参加してみませんか。市内在住60歳以上の方であれば、どなたでも参加できます。

「知らない間に百歳になつて驚いています。百まで生きるとは思ってませんでした」と語る坂文子さんは、明治三十六年六月十日生まれの満百歳。長年、市や県の母子会会長、市遺族会会長

この道は国指定の史跡で  
小泉先生のお宅の下を流れ  
る滑川に沿つて上流にゆく  
と鑪（たたら）ケ谷で民家  
が点在し、山奥にはいる感  
じで市教委での史跡指定  
みた。

訪問記事取材のため、私たちは日本画家小泉淳作先生を朝比奈峠入口に近い十二所のご自宅を訪れた。取材の成果は掲載のとおりだが、日をあらためてさらに足を伸ばし、七つの切通しのひとつ朝比奈峠探索を試

# 鎌倉散步



「朝比奈峠」の標柱が  
たち、細い流れを行  
くと北側に太刀洗水  
の標識がある。岩壁  
を削り取つたところ  
に小さい祠があり滝  
がしぶきをあげ涼し  
さを招いていた。小

止されたので今は草深い小路や湿地になつて通行は難しきようだつた。

お願いいたします  
原稿用紙は「やまもも」専  
用用紙(12字×13行)使用。  
用紙は編集部宛て請求下さい。  
「単位クラブ活動紹介」六  
百三十字まで。活動の様子を  
写した写真一枚添付。

## 原稿募集・投稿規定

採用、内容の一部修正等についてご一任願います。原稿等は返却いたしません。

編集後記

昭和三十九年九月に鎌倉市  
老人クラブ連合会が創立され、十月一日には創立四十周年記念式典も挙行されました。生きがいと健康づくりと共に楽しい人生を送るためのお手伝いができればと、「やまもも」編集委員一同努力してあります。会員皆様からのごご希望、ご意見お聞かせ下さい。されば幸いです。