関口博教授から頂く（参考）

福岡プロバス倶楽部

かわら誌

創刊号版

2005年6月

情報委員会

会 長 挨 拶

横濱プロバス倶楽部

5代目会長となりました、乙幡でございます。
早いもので当クラブも発足5年目を迎えることができ、それなりに体制も整い、組織も充実し、クラブ運営もほぼ順調に行われるようになりました。
これも偏に発足時の親クラブである、山手ロータリークラブ、MM ロータリークラブの役員の方々による物心両面に渉る適切なお助言、指導等の賜と、あわせて当クラブの歴代の会長、副会長さんを始め役員皆様方のお努力によるものであり、改めて関係の皆様方に感謝申し上げる次第でございます。

私も発足初年度には会計担当ということで、会の運営に携わって、参りました、今度で2度目の役員ということでございます。

これからも当初の事業方針に則りテーマ放談、3分間スピーチ、健康Q&A、外部講師の話、懇親会、旅行会。など充実した企画を立ててまいりたいと思います、
どうぞ会員皆様方のご協力をお願い申し上げる次第でございます。

もとより会長という器ではございませんが、選ばれた7人の理事の中で、最年長ということで、このご下命があったものとおもいます。

幸い副会長の本橋　さん、幹事の関さんをはじめ3人の委員長さんに東野さん、古沢さん、関さん（幹事兼務）、会計担当永倉さん、会計監査の石井さんというメンバーで皆さん経験豊富な方々ばかりでございます。

共に力を合わせてクラブの目的でございます。

親睦と交流を通じ、快適な人生を創造できる楽しいクラブになりますようつとめてまいる所存でございます。

どうぞよろしくお願いいたします。

ありがとうございます。

（ H17,5, ）

乙 幡 重 治

2004年～2005年度

役員名簿　　横濱プロバス倶楽部

役職	氏名	電話番号	FAX
会長	乙幡重治		
副会長	本橋一喜		
幹事	關尚記		
会計	永倉六郎		
会計監査	石井保彦		
同			
例会委員長（兼）	關尚記		
会員委員長	東野操		
情報委員長	古沢守		

たいせつにしますプライバシー
B820153(02)

アドバイザー	飯泉安一		
同	佐藤博		
同	松田和		

事務局	高橋實	045-731-1704	045-731-1704

委員会の役割分担及び委員構成

例会委員会(8)　(年間例会運営計画の作成・月例会の準備、運営、など)

委員長　關　尚記　　副委員長　石川　栄太郎

委　員　飯泉　安一・石井　保彦・河崎　清二・萩原　晴二・加藤　武・佐久間　健生

会員委員会(8)　(会員増強の促進・会員入り、退会手続き、会員リストの作成・会員親睦行事、見学会などの企画運営など)

委員長　東野　操　　副委員長　岩城　孝子

委　員　加藤　義一・松田　和・渡辺　佐恵子・西山　節雄・小磯　智功
萩原　将弘

情報委員会(9)　(クラブ運営に関する各種情報の収集、提供・他クラブ運営状況の調査・会報発行、広報、例会記録の編集など)

委員長　古沢　守　　副委員長　森田　忠雄

委　員　岩間　昭彦・佐藤　博・比企　省蔵・蕪木　明雄・志村　信彦・増渕　榮一・
萩原　悦子

プロバスクラブ設立趣意書

わけへだてなく、おしゃべりし、そして聞き頷き、時に膝を打ち肩を叩き合う程の感激にあったら、涙をながし、大声で笑う、
こんな時を持ちあえたらと生まれた会がプロバスクラブです。

プロバスクラブとはロータリークラブの奉仕活動の一環として 1965 年に英国で誕生してから急速に広まり、世界各国に相次いで誕生しました。
プロバスクラブとは PROFESSIONAL（専門職業人）と BUSINESSMAN（実業人）の（PRO）と（BUS）をとってつくられた言葉で
会社や実業などを退職された方は勿論ですがいまなお現役で活躍中の方も含めて幅広く募っております。

目的は相互の親睦を保ちながら今までの貴重な体験と知識で快適な人生を創造し、その姿を伝え合い、学びあうことが出来たらと言うものです。
非政治的、非宗教的、非営利的、が原則です。

クラブは１ヶ月に1回定められた日に例会を持ちお茶を喫しながら懇談し識者の講演や会員相互の話などを聞き合うものです。
1ヶ月２千円の会費で会員の創意により運営されていくものです。

わが国は世界に類を見ない長寿国です。高齢化社会を意義深く送って頂くこの運動を横浜山手ロータリークラブがスポンサーとなり、
MM21 ロータリークラブの協力を得て国際都市横浜に第1号のプロバスクラブを誕生させることは誠に意義深い快挙だと存じます。

この趣旨にご賛同頂き是非ご参加くださるようお誘い申し上げます。

平成 12 年 9 月吉日

横浜山手ロータリークラブ
横浜プロバスクラブ準備委員会

横浜プロバスクラブ会員名簿①
創設当時の名簿

	氏　名	郵便番号	住　所	電話番号	FAX
1	飯泉安一				
2	飯島利雄				
3	石井保彦				
4	石川栄太郎				
5	稲坂勇				
6	岩城孝子				
7	乙幡重治				
8	加藤義一				
9	川村政雄				
10	忽那誠介				
11	草川正				
12	後藤啓子				
13	佐藤博				
14	萩原将弘				
15	萩原悦子				
16	比企省蔵				
17	松田和				
18	村上晋				
19	渡部恭三				
	横浜山手ロータリー社会奉仕委員会				
	蛇石真司				
	加藤浩				
	岩崎智美				
	磯田教二				
	近藤眞江				

だいせつにします プライバシー
B820153(02)

設立総会（経過報告）

H13.1.30

松田　和

準備委員の一人であります松田でございます。
「プロバスクラブ」の内容等につきましては今まで何回かお話して参りましたので省略させて頂き
本日の発会式に至るまでの経過につきまして概略ご報告させて頂きます。
「プロバスクラブ」について当初私共山手R.C内及び他のクラブでは何回か説明、提案しておりましたが 2590 地区としてお話したのは H 9. 5. 25 の地区協議会において「高齢者対策」の一つとして発表したのが最初だったと思います。
それがきっかけでH10. 2. 7のIMにおいて（これはMM21RCがホストクラブで行なわれましたが…）「高齢社会と私たち」というテーマで堀田　力さんの総合司会によってパネルディスカッションが行われ、
そのパネリストの一人として飯泉さんが出席されました。その折、私が入院中の為、村上さんが「プロバスクラブ」について、短時間でしたが説明をして頂きました。
その様な関係から、飯泉さん、村上さん、私、三人が横浜にもプロバスクラブを何とか設立したいものと話し合いを持ちましたが、どこから、どのように手をつけようかと時間が経過してしまいましたが、とにかく準備委員を…ということで
第一回をH12. 2. 4中山P.G　青山P.G　にもお声をかけ飯泉さん、村上さん、佐藤（博）さん、後藤さん、松田のメンバーで初会合を持ちました。
その後、2回・3回と回を重ね第5回目から山手R.C　蛇石社会奉仕委員長にも出席願い、急速に実務が進展して参りました。
以後、現在までに約17回ほどの会合を重ねて今日に至っておりますが、その間　中山・青山両P.Gには、ご多忙の中を準備会にご出席頂き大所・高所からご指導、ご示唆を頂いて参りました。
オーストラリアの「プロバスC」見学、そして昨年8月には、東京八王子プロバスC・東京品川プロバスCの見学等を通じて、徐々にプロバスCについての認識も高まり、
昨年5月21日の地区協議会では青山P.Gが担当される社会奉仕部門におきましてズバリ「プロバスCについて」と題して再　度発表の機会を得ました。その後、会員を募り「横浜プロバス倶楽部」設立の趣意にご賛同頂いた適格の方々20名を以って船出することになりました。
大体この様な流れでございまして、まだ色々と今までの経緯としてお話せねばならぬことも多々ありますが、時間の関係もありますので本日はこの位にとどめますが、
この24日には飯泉さんの肝煎りで新聞各社との記者会見があり、早速新聞に掲載されたところ、即日入会希望の申込みが何件か事務局に入っているとのことで、高齢社会に向けて、これから2号・3号と益々「プロバスC」創の機運が高まるのではないかと思います。
何れにいたしましても21世紀の幕開けと共に、
本日やっとこの様に盛大に 2590 地区第一号として「横浜プロバス倶楽部」の発会式を挙行出来ますことは多くの皆様のご協力によるもので、
本日ご多忙中のところご出席頂いた本間ガバナーはじめ地区役員の方々、とりわけ中山・青山両P.Gそして山手、MM21 両R.Cの会長、社会奉仕委員長はじめ各委員、両クラブの皆様、
そして当然今まで苦労を共にして頂いた準備委員の皆様のご協力の賜で、心から皆様に御礼を申し上げる次第です。何とか第一号として恥ずかしくない、
何よりも楽しい「横浜プロバス倶楽部」を会員皆さんで育てて行きたいと念願しております。
今後とも、どうぞご支援のほどよろしくお願い申し上げます。
以上を持ちまして本日までの経過、ご報告とお礼を申し上げる次第でございます。

どうもありがとうございました。

＝ 傘 寿 ＝

平成 17 年 2 月

還暦、古希も過ぎ、気がつくと傘寿を迎える 80 歳の大台に達していた。
平均寿命も男性は 78 歳と言うから、もう人生付録の年代に入ったわけだ。
この歳になると無病息災の者はまずいない、何かしら病気を抱え医者通いをしているのが普通だと思う、よくもこれまで大過なく過ごせたものだ、改めてこれまでの人生に感謝したい。
とはゆうものの、このところ腰痛に悩まされている、専門医にみて貰ったが腰の骨も、股関節の骨も異常はないが、年のせいで筋肉が弛み神経を圧拍するので痛みを感ずるとのことだ、神経は体のすみずみまで通っているので，臀部，太腿、下肢にまで及んでいる、完全には治癒できないが、だましだまし使うものだとのこと、だがこれも一過性のもので暫くたつと痛みも取れ、平常の状態に戻るのでさほど心配はしていない。
これからは歳にふさわしい、知力、体力にあった処世を心がけていきたい。

{ 老後のモットー }

1、 自由に気侭に
2、 人に頼らない
3、 今日一日よければ
4、 死に、備えない

{ 年 祝 い }

60	還暦	(60 年で十干 12 支が一回りすることから)
70	古稀	(人生 70 年古来稀なりにちなんで)
77	喜寿	(喜の略字が七十七と書くことから)
80	傘寿	(傘の略字が八十と書くことから)
88	米寿	(米の字が八十と八に分解できることから)
99	白寿	(百の字から一を引くと白になることから)
108	茶寿	(茶の字の草冠を二十その下の部分を米という字に見立て 88. 合わせて百八となることから)
111	皇寿	(皇の字を白、一，十に分解九十九を表す白に十，一を足すと百十一になることから)
112	珍樹	(百十二才以上珍しいため毎年祝う)

(乙 幡 重 治)

この頃思うこと

渡辺　佐恵子

「瓦版」は字面も音もしみじみとしたかつての日本の響きを感じさせてくれます。
私は世間も視野も狭い生活にならないよう、
豊かな人生経験を持つ方々のお話を聴く事を目的として横浜プロバス倶楽部に入れて頂きましたが、一文提出となり手もとの九十才にして若々しい感性をお持ちだった当倶楽部初代会長川村政雄氏の四年前のお葉書を、この時期改めて読み返しました。
「桜も散りはじめましたので見頃はあと数日でしょう」でお書き始めになり、横須賀でもプロバスクラブ設立となった事をお知らせ下さり、「主旨も横浜と同じなので、同志が増えてゆくのを喜んでおります」とのこと。
一年後のお誕生月の六月に急逝なさいましたが、横浜プロバス倶楽部が活き活きとしたメンバーを得て賑わっていく現状をお喜びになっておられるでしょうと思いました。
「若くいるには気力が大切」と今朝のテレビも伝えていますし、
青年の気迫を持たれた当倶楽部のメンバーの方々は、これからはその先達のような故川村氏を彷彿とさせて戴ける日野原氏が去年の六月のテレビインタビューで仰言っておられた「人のことを配慮する事が習慣となっている」が多くなっていくように機会ある毎に周囲へ働きかけ考慮していくのが氏の願いへの協力になり役目となるのではないかと思います。
故川村氏もお人柄からの豊かな笑みを浮かべて下さるように思えます。

一　冊　の　本

石川　栄太郎

さる3月24日、旧友の集いで1年ぶりに逢った推理作家の斎藤栄氏から一冊の本を頂戴した。
「この本は、小説ではありませんが私の書いた420冊目の本です。読んでみて下さい」と言って渡された。
この本の題は、(神さまへの手紙)という書き下ろしの随想で、第一部神さまへの手紙、第二部皆さまへの手紙、そして第三部神と御柱祭と21世紀という3部構成の内容になっています。
ミステリー界の巨星となった斎藤栄氏が、宗教の枠を超えて、今まで誰ひとり唱えたことのない真理を発見し！巨大宗教画や御柱祭から思いを馳せ純粋な視点で眼にみえる神さまとは何かと考えた作品です。
この本の最終章に斎藤栄氏は、次のように書いています。(何ものかに情熱をかける)その何ものかは人によって違うだろう、むろんそれでいいのである。
しかし、その情熱が燃えなければ、人生どんなに長く生きても(生きた)という実感はえられないように思う。(生きた)と思えなければ死はない。
どんな人も幼い頃は(行きよう)と無条件で心身を動かしている。(生きながら死んだ状態は嫌だ)。
神の問題を考えてみるとその神というのはいつも自分のそばにいて、自分に影響を与えている存在なのに、ハッキリとは目に見えない、耳に聞こえない。そんなはずはないと思うようになった。
この実感から気がついたのは、見えないのではなく、巨きすぎて見えない、ありすぎて見過ごしているという事実だ、その結果が神とは地球自体の謂であるという風になってきた。
この思いで世想を見ると、老人はともかく新時代を築くべき21世紀の若者が随分と元気をなくしている。(中略)どうしてどうしてと気になってきた。
みんな年寄りの冷水かと思って、私はひたすら自分の好きなミステリーを書くのに専念して今日に至ったのである。・・・・

以上

私が一番新しく読んだ一冊の本の概要でした。

人 生 楽 し く

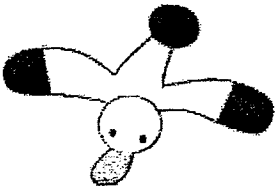
束 野　操

高齢者の方達との長いお付合いの中で、色々と驚かされたり、勉強になる事に遭遇することがあります。
他の事は出来なくても、ピアノの前に座られるとしっかりとピアノを弾かれたり、小物作りで袋を短時間に作られたり、
今までに習得された豊富な知識や経験を、実に見事に披露して下さるのです。
皆さん、どんな人生を歩んで来られたのかな・・・・と思いめぐらす中で、
私にとって生き方の参考になって下さった方は、何時の場合にも
前向きの姿勢で毎日を過ごされ、
笑顔と感謝を持って対応し下さった人達です。
最近別の人達と身近な知識を学ぶ事が出来る機会を得ました。
それが、横浜プロバス倶楽部です。
ンバーの皆様は、各分野で活躍して来られた方々ばかりで、さぞかし堅苦しい人達ばかりかと思って心配しておりましたが、「人生楽しく、生涯学習」を目標に歩んでおられる人達ばかりで私など、ハッパをかけられている現状です。
これからも大先輩と楽しく、少し勉強しながら付いて行きたいと思います。

「お酒とコミュニケーション」

加 藤　武

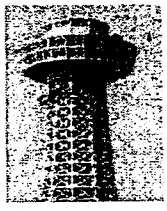
人それぞれで、お酒の大好きな人、好きな人、嫌いな人様々のようである。
私の人生の恩師である故矢野節道氏（日本のボーイスカウトの草分け的人物の一人で、小学校5年の時から50有余年ご指導、お世話になった方）が、私が学生時代に「おい、加藤君。よき社会人になるには人との付き合いが大切だ。酒を上手に呑み、ダンス、麻雀等も出来るようにならなければダメだ。」とよく言われた。
私が成人した後は、よく氏のお宅で常温の日本酒を御馳走になり、自宅に帰りつく頃はメロメロになったことを想い出す。お酒にもいろいろな飲み方があり、要は他人に迷惑をかけず、願わくは楽しいお酒にしたいものだ。
私が主率している大学の同窓会の常任役員会では、約一時間真面目に会議をやり、その後の一時は常任役員（18人）間のコミュニケーションを図るために「ドリンクタイム」を設けている。
ただ、それだけではすまず酒好きの数人が二次会へ流れるのが常態となり、これが又楽しみのようでもある。
昨年の暮の会では、創立10周年の諸行事の詰めをしたところ、会議ではあまりよいアイデアが出なかったところ、ドリンクタイムになり、ある程度酔いがまわりはじめた頃誰とはなしに会の歌をつくってはという発言があり、メンバーの関係で作詞、作曲及び歌手まで無償で協力していただくことがすんなり決まり、目下その作業をしているところです。
酒はある程度飲むことにより、
その人その人の本根が出て、
よい意味での相互理解と親睦をより一層深めてくれる
のではないかと痛感している今日この頃です。但し、私自身年齢と共に酒が段々と弱くなりつつあることも実感です。
お互いに年齢に応じたよいお酒を！



「突発性難聴」について」

加 藤 義 一

皆さんは「突発性難聴」と言う耳の障害をご存知でしょうか。
“突発性”というのは医師の用語（？）で原因不明と同義語と解している。
この障害は或る日突然、私の場合で言えば平成13年8月9日朝、左耳が聞こえなくなるのである。
耳の機能は音が外耳、鼓膜、中耳を伝わり神経系の内耳を経て脳中枢に入ります。
突発性難聴はこの機能が全く壊れてしまうので困ったものである。（所謂耳の遠いのはこの機能が衰えるのであってこれとは違います）治療は1週間以内が鍵で、入院してステロイド・血流促進剤・ビタミンを入れた点滴により行うもので安静が必要とされている。
私の場合は10日入院し、効果が無かったので退院しました。治る方もいるそうです。
この疾患により困ったことには内耳にある身体の平衡器も壊れてしまうのでバランス感覚に支障が生じ軽いめまい更に耳鳴りと日常生活に支障が出ることです。
以上の様な始末で集会での会話には半分位解からない時があるが、静かになれば支障ありません。
従って賑やかな所へは自然足が遠くなり反面足が弱くなるので日常の散歩と月数回の会合には体調の許す限り無理をしてでも出席することにしている。
のプロバスクラブはその会合の一つでまさに出席することに意義があります。
先日科学技術庁の方のお話を聞く機会があったが
人間は60兆個の細胞により成り立っているとのことで近年遺伝子の操作による再生医療が発達し壊れた細胞を復活可能でこれにより長生きが更に可能とのことで、といっても
無限に生きられるということではなく、いまのところ
120才位ということであるが
私にはとっては左耳の組織の復活が最大の望みである。



何故　歌われぬ「仰げば尊し」

河崎 清二

会員の皆様　今日は。河崎清二です。
頃は大変お世話になり感謝しております。本会に入会し、6月で4年になります。すでに退会された方も何人かいますが、多くの方々と面識ができたこと、そして異業種の方々との話の中から、自分なりに参考になることを吸収しようと努めています。
さて、本日は標題について「私の思い」を書かせていただきます。
現在、多くの小中高校での卒業式では「蛍の光」と共に「仰げば尊し」も歌われていないことを皆様はご存知でしょうか。いつの時代から歌われなくなったのか、何故なのか。私は非常に残念な思いがします。毎年2～3校の卒業式に町内会役員として出席していますが、何かスッキリしない気持で校門を後にしています。
「仰げば尊しわが師の恩」で始まる荘重な響きのある曲は、我々の時代には卒業式の定番唱歌でした。
師への謝恩友との惜別学窓への誠意等歌いながら、万感こみ上げて涙した人は多いはずです。
仄聞するところでは、同曲二番の第三小節「身を立て名をあげやよ励めよ」の歌詞が立身出世主義につながり、今日の教育方針に反しているとの意見ですが、私はそのようには解釈しません。
前出の第三小節は利己主義的出世欲を駆り立てるものではなく、人間のもつ真の意欲を意味していると考えます。世の中から意欲と競争を否定すれば自然と国力は低下し、社会もやがて衰退します。
問題は「適正な競争心」を如何に醸成していくのかが「教育」です。他にも、本例会で歌われているような素晴らしい唱歌が沢山ありますが、殆ど指導していないことも、今日の情操面の欠如につながっている思いです。
国創りは人創りから、教育は国家百年の大計です。

「ありがとう」…いい言葉です！！

岩城　孝子

『心の癒し』 最近やっと春めいた暖かさになってきましたね。
冬物のコートから薄手の春物コートに変わってきたのをちょっと町にでて感じます。
このところ東京や横浜に電車にでかける機会が多いのですがその時とても気になることがあります。
下を向いて歩いている人が多く、そしてひとり言をいいながら歩いてるそんな人をみかけるのです。
都会は人が多く、人と必要以上に親しくなることをさけ、自分の空間を大切にしようとする都会の空気のせいかもしれませんが・・・。
日本の景気は上を向き始め、春がきたというのに人々の心に潜んでいる不安や苛立ち疲労は失くなっておらず、むしろ表面化している気がします。今日もテレビでいやな悲しいニュースがながれています。
だからこそ今、「リラクゼーション」や「アロマテラピー」といった『心の癒し』が必要とされているように感じます。
『言葉が持つ癒しの力』
プロバスクラブのみなさん、みなさんは落ちこんでいる時や弱っている時、まだ疲れている時などどのような「癒し」を求めますか。
私が最近注目していることは、肉体的な癒しはもちろんですが、精神的な癒しです。
その方法はいくつかあると思いますが、その中でも私は「言葉」というものに注目しています。人が発する言葉とは不思議なものです。ちょっとした言葉ですごく元気付けられることもありますし、逆に傷付くこともあります。
ここである言葉を例にとってみましょう。
それは「ありがとう」という言葉です。
これは「有ること難い」という意味で、外国の方にしてみたら、なぜこの言葉が感謝の意となるのか不思議でならないと言われています。
英語の「THANK YOU」と「カムサハムニダ（韓国語）」は目に見えるこの世界で目に見える「私」が目に見える「あなた」に感謝していること。それにくわえ
しかし、日本語の「ありがとう」は、
深層意識の部分で無意識的に神を介在しているために、
日本語には奥ゆかしさというものがあり「ありがとう」という言葉には不思議な力が宿っていると思います。
「ありがとう」「ありがとうございます」感謝の心をいっぱいの「ありがとう」を言う人も、言われる人も幸せな気持になります。
これこそ「癒し」です。
一日にたくさんの「ありがとう」で元気で上を向いてあるきましょう。

日本の元気は「ありがとう」から・・・・・・。

時よ戻れ

石井　保彦

横浜では、この四月からごみの分別収集なるものが全市的に始まっている。
つまり燃せるものは焼却工場で、再利用出来るものはリサイクル施設で処理するというもので、趣旨は誠に結構なことではある。だがこの分別することは御変に厄介なもので、一時電車やバスの中で御婦人方が「アラこれとこれは、はがして別々にするよ」「いやそうじゃないワ、一緒でかまわないのよ」と結構面白い話が聞けたものである。
我家でも何個かの分別箱を用意して、手引書と首っ引きで毎度乍らマゴマゴしているが、これもやがて馴れてくることであろう。
こうして G30 なる計画が進んで、何百億もする新たな焼却工場も建てなくて済む、残灰を捨てる場所探しに苦労する、果ては貴重な海岸を埋める事も無くなれば、これはこれで結構なことである。

★

私はここで昔のゴミ処理を思い出してみた。
町のハズレではゴミは自家処理する、町中では戸毎にゴミ箱を道路に置いて、ゴミ集めの小父さんが一軒一軒廻って、バタンバタンと蓋を開け閉めしてパイスケにゴミを集め、大八車にのせた大きなカゴに投げ入れて引いて行く。
落葉などは道で焼く、童謡にあるように
「かきねのかきねのまがりかどたきびだたきびだおちばたきあーたろうかあたろうよしもやけおててがもうかゆい」なる声や登下校の子供の元気な声が聞けなくなってから久しい。

★

世の中が進んで暮らしが機械的になることは便利なようであっても誠に淋しいものだ。
少しぐらい不便でもよい、情緒ある昔がなつかしい。
時よ戻れ。

「元気で齢を重ねる事」

岩間 昭彦

一人立ちで旅をしたり、ドライブを楽しむ事が何時まで可能か、それは日野原重明先生の「残された時を充足させよう」と言う一文に教えられる事が大きかつたので紹介したい。
先生は或る英国の医師から、日本人の長寿は生甲斐も無く生き延びている人が多いと日本の遅れた老人福祉を批判された。今の日本の男女の平均寿命をほぼ 80 歳とし、65 歳の男性は 17 年、70 歳で 13 年、80 歳で 9 年、90 歳で 5 年(平均余命)の第二の人生がある。
この余命は許される大切な時であり、その時の中にどう自分を請け容れるかで、その人の人生が意味付けられる。
日々残されためいめいの「時」の中に自分を大胆に投入する機会を見失ってはならぬ、生涯の最後には生きて来た事の意味があつたかどうか誰もが問われる。
自分以外の人の事を配慮して生きて来たその人の「時」こそが、その人の寿命の長さで無く深さであることを、若くして散ったが良く生きた友から学ぶ事が出来る。
自分中心に生きて来た時間へ足すべき「時」をこれからでもよい、めいめいで満たして行こう。とある。
所で日野原重明先生が主催する「新老人の会」とは会員が何時までも元気で生き生きと他人の助けを掛けず行動出来る様に日頃から目的を持ち良き友人趣味、前向きの態度を維持して万事他人のせいにしない事を申し合わせている。
以上いかにも他人(聖路加国際病院名誉院長、日野原重明ドクター)の「褌を借りて投稿の責を免れるようで忸怩たるものがあるが、私と同じ世代のプロバスの会員の皆様に是非知っていただきかったからで了承して頂きたい。

四月に思う

増 渕 榮 一

四月は私の誕生月である。
学窓時代では四月生まれは同一年次で最先輩であり、私も何時の間にか同期会や級会の代表や幹事に祭り上げられてきた。
四月の季節は森羅万象が永かった冬眠から夢醒めて息を吹き返し、新たに活動を始める時である。
文字通り百花乱れ咲く自然界だが何といっても桜はその象徴であり、特に我々日本人は昔から桜には深い生活心情の縁を通じて、独特の伝統文化を育んできた。
桜の花が日本国花である所以であろう。
長い人生航路でも幾度かの四月が、その後の明暗を決める節目になってきたことか。これは誰もが経験している。
入学・進学・就職・転籍・離職等々その何れのドラマも何年か毎の四月に、人の歴史に刻まれるからである。
顧みて私はその典型である。四月生まれの私に加え、長女も四月に誕生している。
私は太平洋戦時下、旧制工業学校に入学しながら戦災で校舎も焼失し転々とする中で、技術の習得もまゝならず、戦後の進学は文科系に、就職も事務系にと何れも転機は四月であった。
社員時代の四月は、昇進・異動・歓迎・離別に関係した思い出は筆舌に盡し得ない。
定年の数年前に任地の地方議員として立候補するに至り、以後二十年、五回の厳しい統一地方選の洗礼を受けてきたのも四月である。
一切合切から開放され、育った故郷の地に転居して二年。
それでもこの四月には孫二人の入学・進学で、私ども夫婦も何かと落着かなかった。やっと幼少の頃の思い出から、三ツ沢の豊顕寺に家内とお花見を楽しんだ。四月のお釈迦様の花まつりには父母に連れられて、満開の桜の樹の下で飛び廻ったことが、昨日のことの様に思い起された。
正月とは別に自然も目を吹く新年度が四月である。
齢七十を半ばを迎えながら、相応に気持ちも新たに気力の充実を図りたいなどと考えている。

年寄りの戯言

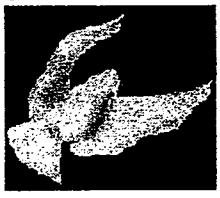
蕪木 明雄

「立派に死ぬことは立派に生きることだ」その昔、召集を受けて海軍に入隊する時に恩師から言われた言葉です。
以来、立派か否かは別として、死ぬこともなく八十路を越えて来ました。
戦後の混乱期には前言など忘れ「人生なんて躊躇するほど価値あるものにあらず」と前後の見境もなく自暴自棄の時代を過して来ましたがその後は数々の体験と思い出を残し、名実共に無職となった今になって、ようやく恩師の言葉を思い出した次第です。
過日、日野原重明氏の「人生百年私の工夫」を読む機会があり「自分で自分を育てていく」との一節に出会って恩師の言葉に改めて意を強くしました。
「就職した当時は、上司や先輩から酒を注がれても断る術を知らず「酒呑み」のらく印を押された揚げ句に帰りの階段が平らに見えた」といった失敗も数々ありました。やっと自分なりの判断で仕事ができるようになると、仕事、家庭の両面でも年齢的にも忙しい時期になっていましたが「自分を育てていく時代」は実は退職後の今ではなくその年代ではなかったか、と思考しています。
こんな生活の中で、ふと自分は若い人に育ててもらっているのではないか、と思いました。
私の場合は孫に育てられている、とさえ思っています。と云うわけで喜寿を境に孫に教えを受けながらパソコンに挑戦し、デジタルカメラにも手を出しましたが所詮これらは若い人や多忙な人のための道具であって有効利用する術もない私にとっては'玩具'として楽しんでいるありさまです。
老人か老人でないかは自分で決めるものです。
私は月 1 回河原でするゴルフがいつまで続けられるか自分に賭けていますが、体力の限界を知って素直に歳を取ることにしました。

私 の 健 康 法

永 倉　六 郎

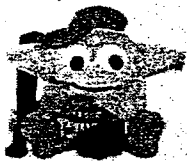
「長い人生経験を通して得た知識を共有し、より快適で意義ある人生を創造すること、を目標とする人々が横浜プロバス倶楽部を設立した」との新聞記事が目に止まり、設立年の4月に入会させていただいた。65 才で会社を退職した年である。メンバーは私より歳が一回り上の方々が多く、今なお矍鑠として社会活動や趣味などに勤んでいる姿を拝見し驚かされた。まさに老人パワー全開といったところだが、そのパワーの源泉、健康の秘訣をご披露をいただきたいと希望している。ちなみに、現役のころ暴飲暴食と不規則な睡眠時間で不摂生を続けてきた私が、健康のために最近実行していることは、朝の「テレビ体操」と夜の「アロエ酒」である。
テレビ体操は、わずか 10 分間の軽い運動であるが毎朝6時 30 分には起きるということが良いようである。
2年前から始めている。
アロエ酒は、木立アロエを 35 度の焼酎に漬けたものを毎晩"ぐいのみ"で一杯やっている。
「薬草・漢方薬」書によると、アロエは薬効成分としてアロエエモジン、ムチン、アロエマンナン、多糖体など 30 種類以上を含み、健胃作用、皮膚の老化防止、腸内細菌を活発にし免疫力を高める効果があるという。果たして効能書き通り身体に良いかは不確かであるが、お酒の好きな私としてはそれを信じて 10 年ほど前から続けている。
信じることは強いと言うところか。
さて、皆さんのそれぞれの健康法をお聞きしたいと思っている。



旅

西山　節雄

先日、郷里で墓参りをかねて従兄弟会があり、久しぶりに新潟県上越市に行って来ました。
上越市は高田市、直江津市とその周辺の市町村が合併し新しい市となったまちですが、今年の１月１日更に、13 近隣市町村が合併し大きな市になりました。
全国的に市町村合併が進められ、新しい市が多く誕生していますが、それにつれて古い由緒あるまちの名前が消えていくのは寂しい思いがしますが、時代の変化のなかで仕方がないことなのでしょう。
今年は終戦 60 年に当たるようですが、われわれの世代は疎開世代と云われておりますが、私も学童疎開から中学へ進むため個人疎開で直江津市に居り、終戦をこの地で迎えました。ここは日本海に面し昔から交通の要衝の地として栄えてきましたが、国鉄から JR, 蒸気機関車から電車へと時代が変り、更に自動車時代への流れのなかで、当時勇ましい姿で行き交いしていた汽車は姿を消し、駅周辺はそれなりに整備されたとはいえ、なにか活力があまり感じられず寂しい思いがしました。鉄道から自動車へと、交通がシフトされ、ローカルな路線は運行本数も少く、一層の鉄道離れが進んでいるようです。蒸気機関車の力強く黒い煙を吐きながら走る姿が目に浮かび、いまなお多くのファンがいるのが解るような気がします。季節的に桜の頃でしたので、最近全国に名所の一つに数えられる高田公園の桜を見物して来ました。城跡を公園とした所で、城の内濠の周辺に植えられた多数の木が丁度満開で、水に映えて、とても見事でした。
帰り道、其のまちの風情の一つである雁木(がんぎ)の連なる家並の一部が取り除かれ、昔からの家居が消えつつありました。
出来ることなら保存して貰いたいと思いますが、そこで生活する人々にとっては難しい問題なのでしょう。
なんとも複雑な気持にさせられます。
中学時代を過した一時が甦り、昔を懐かしく偲ぶ旅となりました



港横浜故郷へ

お前と暮らした本牧は
三年前と変っちゃいない
戻っておいで再う一度
倖あげる少しはあげる
港横浜故郷へ

櫻が散って葉桜に
霞ただよう外人墓地を
独人さまよう思い出づくり
戻っておいで再う一度
倖あげる少しはあげる
港横浜故郷へ

潮の流れが変っても
俺の心は変っちゃいない
泪を分け合う明日もあるさ
戻っておいで再う一度
倖あげる少しはあげる
港横浜故郷へ

甲斐路の女(ひと)

作詞　上　田　久　雄

初雪かかるアルプスの
葡萄の雫目に沁みる
咲いてみせるか恋の花
　ああ
慕情の人よ甲斐路の女よ

湯の香さみしい霧雨が
湯村の宿にふりそそぐ
はじめて恋し白樺に
未練がつのり朝の露
　ああ
はてない人よ甲斐路の女よ

差し出の磯の夢の通
山の都に咲く花は
笛吹川の月見草
倖薄い花が散る
　ああ
恋しい人よ甲斐路の女よ

あ の 人 と 私 、３ ４ 番

關　尚記

再就職も二ヶ月目に入り、日頃のご無沙汰と報告に“やぁそれは良かった、目出度い”とワインと舌平目で乾杯してくれ。
夏の暑い日、君何歳に？先月で満華齢です。よ！
“そ～、資格有るな！。数日後‘01,8.24、進交会館で面接、これが横濱プロバス倶楽部との始まり。
市・OBで五洋建設の顧問に、依来顧問室、で本日のスケジュールと～お互い調整して～の日日。業務の凄さ、能見ならずアフター5が誠に上手で調停時代の裏・表スピーチは尽きる事無く、又瞬時即興の楽しみにはプロ級の手品。
街を、お供しても、明るい時刻から‘あら～’と手を挙げ乍ら、お茶しよう！ここは僕の立ち寄処と一美容院へ。
顔が広い事、知人が多いこと。世の中、人生を楽しく面白く過ごす事を教えてくれた人物。
私、五輪の年に不思議に人生の節目が在ります。
世界中の秋晴れを集め今日の東京の青空・・NHKアナ・・‘64東京オリンピクは社会人への旅立ち、
幻の東京五輪‘40（皇紀二千六百年に誕生、定年満了がミレーネ2千年。
裸足の男アベベから女子マラソン高橋選手まで。
苦しい、面白くない（奴）と想わ無いで、前を向いて真っすぐ、楽しみ乍進みなさい！
と指の動き、白球の指渡しを手ほどきしてくれた人。
在職、38年、この間単身赴任は札幌の1年間のみです。
赴任地12処、転居12箇所、‘79室蘭→横浜転勤以来、ミレーネ7月満了退職まで、22年余は戸塚区転居3回。
このYPB倶楽部はいろんな人物が居て楽しく、素晴らしい体験・経験を話し、ずーと御付き合いをと願っている。
縦から横へと我が人生模様を愉しくしてくれたあの人“草川顧問”は勧誘の半年後逝かれ残念ですが、
お蔭様で現在そして未来への愉しみ方を教授して頂いた“恩師”で在ります。

春のランチミーテイング・夏のサンセットミーティング

古澤　守

関内の事務所兼自宅から、おにぎり持って、山下公園まで歩いて往復1時間、
花水木の道、八重桜の道、ケヤキの道、最後に銀杏の山下公園、
都会でありながら、こんなにいい環境、羽田の発着の飛行機を見て、おにぎりを食べる。至福の時・・・
横浜に来て40年、夫婦で良くここまで生きてきたなとコーヒーでカンパイ。
良き友人と先輩に恵まれている現在の幸せをかみしめる。
夏は夕方から、港の船を見ながらサンセットミーティング、夫婦の会話を楽しもうと決めてます。
海の風は心地よく、氷川丸・マリンタワー・MM21。
都城物産展を、5年間横浜で開催された岩橋市長は77歳で現役！！
鳥集先生がいないのが寂しい・・・
都城の友人のみなさん始め、霧島連山を思い浮かべます。
北海道の、エア・ドゥ創立者濱田さんがいないのも寂しい。
横浜をシニアにとって、
住みよい町に一歩でも近づけよう、
それが夫婦のミーティングです。

半世紀以上の会社勤務を卒業することに成りました。
長年に渉る関係諸氏のお蔭様と心から感謝いたして居ります。
『生涯学習』『趣味は仕事』の考えで年齢と健康に関して自問自答しながら社会に役立つ『張り合い』を考え下記のような事をきめました。
ご縁がございました折は、是非お力添え、ご指導、ご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

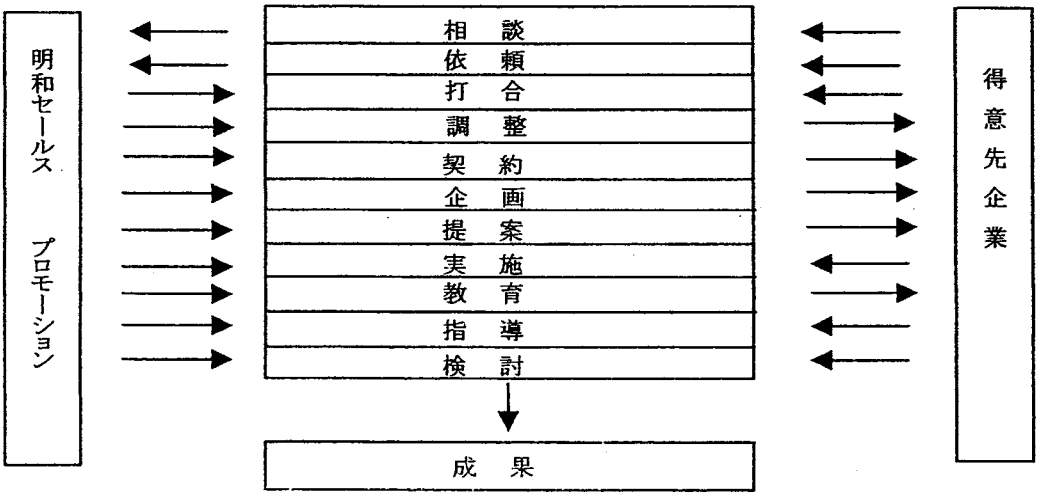
創業のご挨拶

永年、六興電気㈱で営業活動に従事し、知識と経験を得ることが出来ました。今後は、これを生かし『張り合い』として電気工事の営業支援のエイジェシーのようなものを考えて、新しい受注強化の機能を創り出したいと考えて居ります。
今後のご指導、ご鞭撻を心からお願い申し上げます。

事業案内

名　　称
代　　表　　比企省蔵
所 在 地
創　　業
電　　話
ＦＡＸ
事業内容　　電気工事受注支援
営業相談・教育・人材紹介

仕事の流れ



※　依頼物件の状況により変更あり

特　色

電気工事の営業に興味と関心のある人を会員制のスタッフとし、成功報酬制度を採用する。
登録料は無料とする。
クライアントの要望により、建築・計画・建設・建物・管理等々の対応に関する業務を行う。

瓦版投稿について

H.17.4.20
松田 和

当初はいわゆるチャーターメンバーも最近では少くなったので横濱プロバス倶楽部を立ちあげるまでの経緯などについて書いて見ようと思ったり、すべて中途半端ながら自分の趣味について書いてみようかと思ったりしましたが、これはまたの機会にし、
最近或る会で配布されたもの(別紙)が、大変面白おかしく、それでいて的を射ているので、既に読まれた方もいるかも知れませんが、ご披露してみようと思います。ご笑覧下さい。

戒 老 録(目 次 抄)

曽野綾子著

◎ してもらうのは当然と思わぬこと
年寄りだからといってしてもらう権利があると思うのは錯覚。
◎ 老人であることは、肩書きでも、資格でもない。
孤独・貧困・病苦など、自分の苦しみがこの世で一番大きいと思うのをやめること。
苦しみは誰とも、較べられない。それゆえに自分が一番不幸ということもない誰も同じ。
◎ 明るくすること。心の中はそうでなくても、外見だけでも明るくすること。
◎ 何事も自分でやろうとすること。自分を鍛えつづけること。できない、と諦めないこと。
◎ 生活の淋しさは、誰にも救えない。自分で解決しようとする時に手助けしてくれる人はあるだろうが、根本は、あくまで自分で自分を救済する他はない。
◎ 嘘をつかぬこと。
◎ ひとりで遊ぶ癖をつけること。
◎ 年寄りは何事にも感謝をあらわさねばならない。感謝の表現があるところには、どんなみじめな境遇でも、不思議と陽がさしてくる。
◎ 自分が世話できなかったら、動物を飼ったり、植物の栽培をしたりすることは原則として諦めること。
◎ 老人であるから、ということを、失敗の言い訳に使わないこと。
◎ もの忘れ、足腰の不自由などについて、いちいち言い訳しないこと。
◎ 一生涯、身だしなみに気をつけること。
◎ よく捨てること。古紙、古箱など、年を取るに従って溜めこむ傾向にあり。
◎ 草木の世話ばかりしていると早くボケる。読書、勉強、人間の心を掴むことの方が、ずっと激しい精神の操作を必要とする。
◎ 運動の必要性は信じられないくらいである。老人は大体においてヒマなのだから、毎日適当な運動を日課とすること。
◎ 風雨を恐れぬこと。雨が降ったら、予定をとりやめるという気分にならぬこと。
◎ 老いと死を、日常生活の中で、ちょくちょく考えること。

(祥伝社刊)

「ボケ」ない小唄」

一、何もしないで「ボンヤリ」と
「テレビ」ばかり見ていると
呑気なようで年をとりますよ
十年早く「ボケ」ますよ

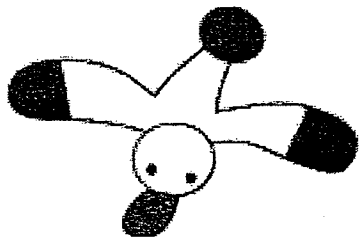
二、仲間はずれでただ一人
何もやること無い人は
夢も希望も逃げて行き
年もとらずに「ボケ」ますよ

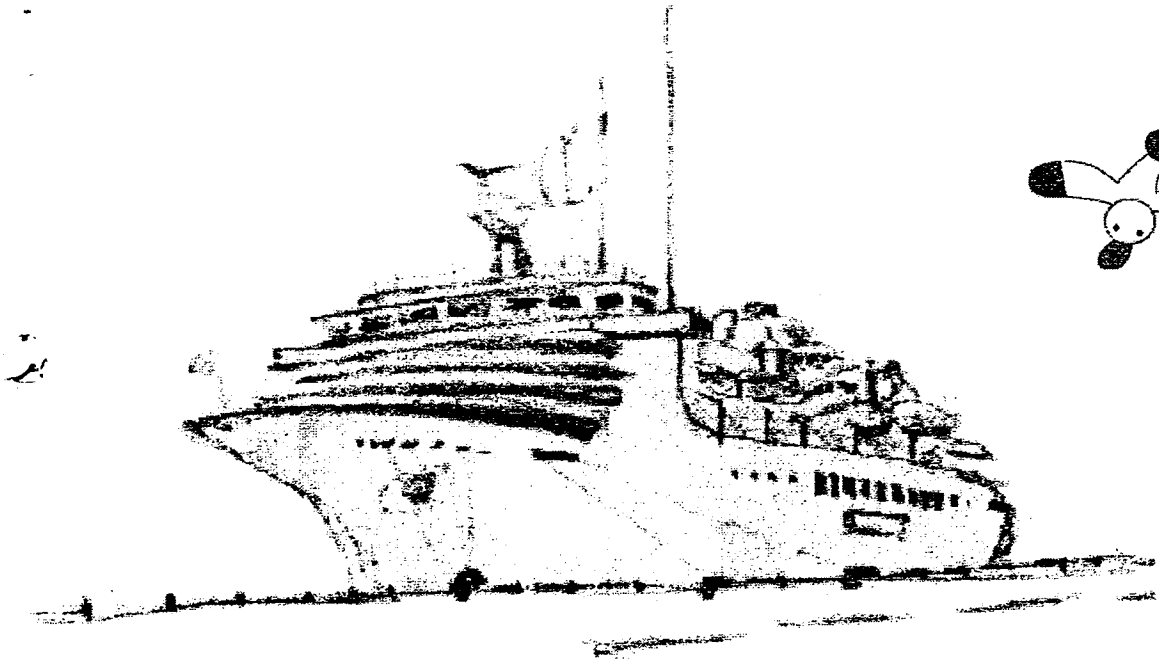
三、酒も煙草ものまないで
歌も踊りもやらないで
ひとの「アラ」など探す人
他人の三倍「ボケ」ますよ

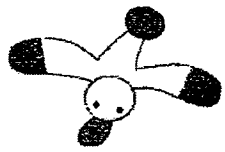
四、詩吟・カラオケ・釣り・将棋
趣味の無い人味もない
異性に関心持たぬ人
友達無い人「ボケ」ますよ

五、風も引かずに良く食べて
足腰鍛えて早寝して
頭使っておしゃれして
根性もたなきゃ「ボケ」ますよ

六、年はとっても白髪でも
頭禿げても若い気で
恋を忘れた「ヤボ」な人
色気も出さなきゃ「ボケ」ますよ







製本元
富士ソフト企画株式会社