



平成18年11月20日
田次所
発行
TEL. 3700-3657

号者局
69 頁務
第 69 号

老人の冷水 無農薬野菜

現年五十五 井ノ元芳男
八十五歳の私は、十五年
程前から野菜作りを始めま
した。

初めは飯田勝五郎さんの
指導で馬鈴薯、玉葱でした。
見事な出来で、こんなにも
簡単に出来るのかと面白く
なりました。当時は用賀保
育園の野菜も一緒に作り、
トマト、ピーマン、人参等
はそれが嫌いな子供に採ら
せ、「孫」に責任があるか
ら食べなければ駄目だよ
と言ったら、食べる様にな
りました。祖母さんに感
謝されました。それなら
園児の為に無農薬野菜を作
らねばと始めた野菜作りで
す。

今では、自分の為にも、
病気に強い野菜、葉菜、明
日菜、ゴーヤ、ハヤトム、
等を作り友人や近所の人に
もおすそわけをして喜ばれ
ています。

最近近所に住むベトナム
やアジアルの人にもあげて感
謝され嬉しいです。健康な
限り頑張るつもりです。



趣味を通して多くの人の出会い

定年退職後しばらくは、
職場のこれまでの交友関係を
を大切にし、スポーツや趣
味を通して、仲間と一緒に
楽しんでまいりました。

しかし、退職すると、上
用賀地域が、生活の場とな
るのだから、近所との出
会いを大切に、地域活動
に目を向ける手だてが必要
であると感じます。

上用賀町会では、町会会
員によるクラブ活動（同好
会）を支援し、趣味、娯楽
やスポーツを楽しみながら、
友達の幅を広げ、多くの
方々との交流をはかり、地
域社会に役立つ活動ができ
ればと願っております。

上用賀町会副会長
上野 正吉

老いはいきいきと

老いても元気に過す

人生は、何よりも幸せで
健康な生涯を送り、家族に
見守られて静かに一生を終
えることが願いではないで
しょうか。

日々健康に過すには、身
体のシブナルをキャッチし、
休息はどの時点ですべきか
、オーバーワーク前に学習
を生かすこと、それ故に、
治療をしてくれて、健康生
活への助言、指導を与えて
くれるような医師を選び、
データを集積しておくこと、
サプリメントは一切NO！
しっかり、コッコッ貯筋
体操をしよう。

一日も間を抜かず、間違
いの無い様に歩みましょう。
(三子玉川鶴寿会会長)



私の生きがい

私は昭和五十八年頃から
好きな踊りの会に入会させ
て頂きました。その後は瀬
田寿会会員として、毎年、
六月玉川台コミュニティ祭
り、七月瀬田金踊り、十月
玉川神社大祭と、次々に参
加させて頂く機会に恵まれ
、幸に思います。

平成十四年、八十四歳の
春、足を骨折し、その時に
はもう踊る事は無理と半ば
諦めましたが、リハビリに
励み何とか再び皆さんとお
ぼつかない足どりながら踊
る事ができる様になり、祭
りまで参らせて頂いています。
八十八歳になった今でも
楽しみがある人生に感謝し
て毎日を過しております。

懐かしい思い出
私は用賀に昭和35年引越
して来ました。中央通りは
砂利道で車が石を蹴ねショウ
ウが割れたり大雨には泥
がはね大変でした。其の頃
店主達は皆若く体力向上と
親睦の目的で野球チームを作
り庭公園で練習した懐しい
思い出がある。夏は商店会
の金踊り。当時は会場が賑
々と変わるのが悩みの種でし
た。現在はくすの木公園で
催され役員一同ほっとして
います。今は会員のお手伝
いが少なくなり幹部は苦勞
しています。今年は区民まつ
りには残念ながら出店を
見合わせましたが、来年は
参加したいものです。
(用賀商店会副会長 笠原 幸)



木洩れ日

飯田恭次
日、一日と夕暮れ時が早
まってく十一月、秋も深
まりました。

今年を振り返ると、何と
云っても小泉政権から安倍
政権へのバトンタッチ、戦
後生まれ初の首相誕生と云
う事でしたが、シナリオ通
りの展開は小泉劇場ほどの
サプライズはありませんで
した。

さて、日本社会の高齢化
は一段と進み、今や六五歳
以上の人口比率が二〇・七%
七五歳以上は九五%と云う
数字が発見になりました。
聖路加国際病院理事長の
日野原重明さんが七五歳以
上の元気な老人に呼びかけ
て「新老人の会」を立ち上
げたとの記事もありました。

かつて、人生五十年の頃
家督相続を終えたお年寄り
は隠居、家の留守番や孫の
子守り……そして、今は
成人式を終えて社会人にな
ると論議で云う而立(三十)
不惑(四十)知命(五十)
の年を慌しく過ぎ、気がつ
けば還暦、定年となります。

私は二年前に昭和百年(二
〇二五)を元気に迎える
会を設立されました。血縁
、地縁とは別に、同じ時代
を共通体験した時の縁、
時縁を大切にしたいと思
ったからです。この趣旨に
ご賛同の方は是非お仲間入
り下さい。念の為、入会金
年会費等は一切不要です。



ひろばご希望の方は 出張所においてありますので どうぞ

回 覧

郷土紹介

海上自衛隊

東京音楽隊

三浦市長 池田良夫
三浦市長 池田良夫

駒沢大学附属高校は上野の島台、旧陸軍衛生材料廠のあと地にあるが、正門に接して防衛庁長官直轄の東京音楽隊がある。

海上自衛隊のセントラルバンドとして、今上天皇即位の礼、皇太子殿下ご成婚パレードやオリンピック、万博等の国家的な行事に参加している。

又、全国各地のイベントでの演奏活動では、行進曲、クラシック、ジャズなど、あらゆる名曲を披露している。

もちろん、祝賀式典や外国の軍艦の入港の際の儀礼には欠かせない存在である。

私の散歩道

三浦市長 池田良夫

私はこの十年余私自身の健康維持の為に毎朝ウォーキングをしています。お蔭で糖尿病予備軍と言われているにも拘わらずその心配も無くなり、風邪もひかず日々約四キロメートルを歩いています。コースは公園一周です。

三月の終りから九月の中頃までは、明るい空のもと様々な花が目を楽しませてくれます。特に赤い花を見ることは体の為にも良いと云われています。三月の終り頃は何と申しませんが、桜の花。公園の桜はそれは見事で殊に早朝人気がない道を歩きながら観る桜、地を這う朝露の向う

楽しく歩く

昭和32年から始まった練習艦隊の遠洋練習航海には毎年隊員を派遣しているほか、アメリカ建国200年祭やロシア海軍200周年記念行事などの国家的な式典に、ゲストバンドに招かれるなど地球的な規模で活動している。

世界的名曲といわれる、「軍艦マーチ」は、海軍音楽隊の昔から演奏され続けられ、日本人なら知らぬ人がないほどであるが、ある時、外国の音楽隊から、曲ごと譲り受けたい申し出があったと伝え聞く。

地元の人でも、あまり知らない東京音楽隊の存在を郷土の誇りとして大切にしたい。



に咲き誇る桜の太木は神秘的な美しさを感じます。

早朝だからこそ味わえる醍醐味だと思っています。年に一度のその日々を何物にも代え難く大切に感じています。花が終ると青葉となり、他の緑と共に秋終るまで森林浴を楽しむことが出来ます。又、早朝の公園は、ジョギングの人、ウォーキングの人、犬の運動と様々な人との出会いもあります。それに加えて、燃えるような朝の太陽を眺められるのも早朝ならではのことで、老いてもなお元気にウォーキングで森林浴を楽しむこと、私はこれを健康を保ちながら老いる為の一つの手段と考えています。

(瀬田町会副会長)



遠い日のふるさとの味

重吉 折原落子

さくらんぼと芋煮会、これが私の故郷、山形の可いしいとを代表するものと、今でも思っています。

赤い実が鈴なりの、さくらんぼの木の下で小学生だ。た私達が遊んでいた、農園のおじさんが木の工からさくらんぼをいいで落してくるのです。私達はスカートを広げて受けては食べたものです。

さくらんぼ泥棒が横行する昨今を考えれば、長閑な時代でした。

中学生になると芋煮会がありました。学校行事として全校生が参加しました。馬見々晴川の川原で、餌がっている石を積み、かまど

スポーツ

「せたがやコールド」開設

用賀出張所より

◎土曜や日曜に住民がとれるところはあつたの？

◎このごみはどうやって出せばいいの？

◎今やっている美術館の展覧会は何？ などなど

世田谷区のお問合せセンター「せたがやコール」が11月1日から開設されました。

区に関する手続や制度、イベントや施設案内などの問い合わせにオペレーターが親切丁寧にお答えします。休日・夜間でも、いろいろな問い合わせに、すばやく丁寧に対応します。

（せんわ）5432-13333
午前8時から午後10時まで

(年中無休)



わが故郷



を作り、川の水で芋煮をするのです。里芋、牛肉、こんにゃく、葱を醤油と砂糖味で仕上げるのです。

さくらんぼでアルコールを作り、食料、鍋、薪など役割を決め持ち寄り、その日は朝から出かけ、初秋の青空のもと、一日がかりのイベントでした。

かまど作りや薪の燃やし方など、当時は誰れもが上手に出来たものです。

芋煮会はこの頃テレビでも報道されましたが、巨大鍋で煮ている光景を見ろにつけ思うのは、何という味気ないことか……と。

昭和50年頃から幾歳月が過ぎた今でも、その季節になると、あの時の味があの時の情景と共に、鮮やかに蘇って来るのです。



早いものでもうすぐ師走、今年も地震や佐呂間町を襲った竜巻など何か地球が怒っている様な気がします。

自然現象だけでなく人間社会も虐待、いじめ、暴行、自殺など何ともやりきれない世の中です。

今回登場の二年度の方々、元気で、活動的で、趣味を持ち、楽しく暮らしている人、他人の為にむなしく云うその心意気、実に頼もしい限りです。

むしろ皆さんの力と知恵を借りてこの暗い世の中、心の面から改革したい気持ちです。

何れにしても、我々皆んながいつまでも、元気で楽しく暮らせる事を願っています。

(鈴木堅一)