会員だより 2503

★：初対面の人と趣味の話をする、「多趣味やなア～」とよく言われるが、当人はまだまだやりたい事はいっぱいある。それは好奇心が薄れていない証拠なのかも知れない。いや単なる飽き性なのかも知れない。若い頃はスポーツ系が好きで野球、テニス、ゴルフにはまり、歳を重ねるにつれ芸能・芸術に惹かれ絵画、陶芸、詩吟を習っている。更にスポットで料理、園芸、写真、ヨガにも顔出しする。2年前に始めた登山も漸く体力が付き楽しめる様になってきた。
ゆーじー

★：昨年12月、雪の降る温泉に入りたい！と思い立ち、すぐさまネットで青森2泊3日のツアーを予約した。しかし、年末年始には、記録的な大雪だと連日テレビで放送されており、急いでワークオンに行き、防寒着とスノーシューズを購入。登山用のレインコートも荷物に入れ、準備万端で出発した。しかし、いざ青森に着いてみるとビックリするくらい雪がなく、1月末は温かい日が続き、雨で雪は溶けてしまったのだという。結局一度も雪は降ることなく、連日快晴で旅行を終えた。いいお天気に恵まれスムーズに旅行ができ嬉しかった反面、雪降る景色がみられず残念だったのは贅沢な悩みだ(^_^;) danasu

★：昨年入会してからの1年間、地元自治会の行事が重なるのを言い訳にして、月1回の例会に顔を出すのが精いっぱいでした。今年は気を引き締めて頑張ろうと、年明けから善防山の早朝登山(2時間)を週3回と決めて自主訓練を始めました。あまりにも軽快なのに気をよくして、1月の後半からは負荷トレーニング(背中にバーベル、足に重り)に挑戦しました。その結果、、、左ふくらはぎが肉離れをおこして歩くこともままならなくなりました。現在、2月15日の山行に向けて静養しています。何事も自分の歳を考えてポチポチとですね。(反省) 喜田繁克

編集委員だより 2503

- ★：今年は2025年で区切りの良い年です。主な国内の出来事をピックアップしました。
- ①今年が昭和100年です。年齢の計算がしやすい。昭和の生まれの人は、100から生まれた昭和を引くと今年の年齢が出ます。
 - ②戦後80年です。終戦記念日は、8月15日です。玉音放送の「堪え難きを耐え、忍び難きを忍び・・・」はご存知と思いますが、終戦が8月15日は日本のみの常識で世界の常識ではない。中国やロシアは9月3日を対日戦勝記念日としている。これは東京湾上のミズリー号で降伏文書に署名した翌日で、玉音放送など眼中になく、昭和天皇を戦犯と思っている。今の政府が明治政府の亡霊(天皇を神格化した皇国史観や男系男子の皇統)を引きずっているのは気になる。
 - ③125年前は、ノーベル賞開始
 - ④120年前は、日露戦争終結・・・「坂の上の雲」で放送中。日清・日露戦争に勝利し、大国のプライドを傷つけた結果が現在の対中関係に影響しているのではないか？
 - ⑤100年前は、三島由紀夫の誕生
 - ⑥60年前は、日韓国交正常化
 - ⑦40年前は、日航ジャンボ機墜落事故
 - ⑧30年前は、阪神淡路大震災、地下鉄サリン事件、野茂英雄がドジャーズ移籍
 - ⑨20年前は、JR福知山線脱線事故でした。 もり

会員だより 2502

★：タイとラオスへの一人旅を計画中で、鉄道で国境を越えるオリジナルの旅を目指しています。初めは不安でしたが、準備を進めるうちに持ち物を吟味したり、いろいろな事態を想定する中でワクワク感が増してきました。山登りと似ていて、山に行く前に荷物をザックに入れたり、出したり悩む時間も楽しみの一部です。私にとって、旅も山登りも大冒険であり、どちらもマイペースに楽しんでいきたいと思っています。 谷江理

★：50歳からランニングを始め、コロナ禍の数年以上ほぼ毎年マラソン大会に出場してきました。そして昨年の12月、還暦を記念して念願のホノルルマラソンへ。朝5時の花火とともにスタート！クリスマスイルミネーションに彩られた美しい街並みを走り抜け、朝日が昇って美しい海岸線や高級住宅街も走ります。アップダウンや暑さにばてそうになりながらも沿道の人々とたくさんのボランティアの方々に応援されて楽しくゴールできました。

山とマラソンは私にとって大切な健康の両輪。5年後にもう一度チャレンジしようと思っています。世界で唯一時間制限のないマラソン大会。42.195キロが歩いてでもゴールできます。ぜひ皆さんもチャレンジしてみてください（笑） Y・M

★：昨年9月、ご縁があり知人から畑の一部を借り、家庭菜園を始めることになりました。想像より広い土地に慌てましたが、経験ある友人に教えてもらいながら、なんとか畑っぽくなりました。いろんな野菜がそれぞれ育っていく様子が、かわいくてたまりません。もちろん失敗？は多く、白菜やレタスは巻かないし、キャベツは見事にレース状になったし、大根はなんともいえない形に育ちました。でも、何を食べても新鮮で美味しい！野菜たっぷりのありがたい毎日です。ただ…気がつけば、畑を始めてから山に行く頻度が減っているような…あわわわ。「今年は山も畑も頑張ろう」と年はじめに決意しましたが、どうなることやと思います～。今年もよろしく願いいたします。 yufu

編集委員だより 2502

★：最近、横断歩道の標識が路面にあるところでは、人や自転車が待っていると手前で停止する車が多く見かけるようになった。又、自転車の横を追い越す際、反対車線へ大きく迂回する車も増えてきている。これは、道路の使い方が車中心でなく、人と車が対等な関係を意味しているし、狭い道路、歩道のない道路が多い現状から日本の道路事情を表しているし、道路行政の改革が求められているのではないかと感じている。 Enya

★：「物を増やさず不要物は思い切って捨てる」生活を心掛けている。だから近くに新しい雑貨屋さんオープンしても行かない。ところがお正月が過ぎ忙しさから解放されると、ふと入店してみたくなった。店内は斬新なデザインの商品が並び購買意欲を掻き立てられる！（こんなの欲しかった、買おうかな、全部見てからね。これも欲しいな。手触りのいいクッション、猫喜びそう。）人生あと少しだけど、暮らし易く豊かな生活をこれから始めようと思った。 Sen

会員だより 2501

★：夏のある日の宣言

「ママ！あと2年したら“おばあちゃん”になるよ！」話しを聞くと大親友の“彩花ちゃん”がもうすぐ第一子を出産する。その幸福感を自分も味わいたいと強く思ったとのこと。えっ！お相手は？？？と。そんなこんなで全く興味を示さなかった私の料理の味付け、作り方を聞いてくるようになった。こんな日がくるなんて。。今は嬉しい。“さ・し・す・せ・そ”の基本から伝えスイッチポンの炊き込みご飯などなど名前はないけどレパートリーは豊富です。娘のリクエストに“ママのコロッケ”がある。そういえばこれは名前をつけたな。。。ポテトサラダのコロッケ＝“ポテコロ”娘が出るまでに一緒に作ろう！近ごろ台所が賑やかになっています。

saku

編集委員だより 2501

★：新年おめでとうございます。今年もよろしく願いいたします。阪神淡路大震災から30年の今年、朝ドラの「おむすび」も震災当時の神戸が舞台のストーリーになっています。私は、神戸市西区で震災に遭いました。夜勤で地震直後、個室に入院中の年配の方が、断水するからと浴槽に水を溜めはじめました。関東大震災を経験されたそうで、その冷静な行動に感心しました。あの時の経験を思い出して、次の震災に備えないと・・・。 blackbook

★子供の頃、お花見の季節になると村の子供たちが揃って近くの山に登っていた。長く外出を閉ざされた雪がやっと溶けて、春が息吹き始めた山に登れるのは格別な喜びで、その日は、今思えば贅沢な二段重ねのお花見弁当を母が作って持たせてくれた。山に登る一番の楽しみは、頂上で下界を眺めながら美味しいお弁当を食べることだった。それが、山遊会で教室生として初めて高御位に登った時、鷹ノ巣山の鉄塔の下で10分の休憩の間に食べた事にひどくガッカリしたのを覚えている。それから、六甲東半縦走をした時は歩きながらおにぎりを食べるしかなかった。子供の頃の山登りが懐かしいこの頃である。 sigepyon

★：一昨年、糖尿病を突然発症して、三大合併症(網膜症、腎症、壊疽)や心筋梗塞や脳梗塞の兆候がないか心配したが、幸いそれらの合併症からは免れた。と安心していたら、なんと糖尿病患者が、がんになりやすいことに関しては、以前からエビデンスがあって、実際、血液検査の癌マーカー値も高かった。何の自覚症状もなかったのに、医者のお勧めもあり念のため精密検査をしてもらったら驚くことになりかなり成長した盲腸がんが発見され即入院。何とか無事切除出来、転移なし。ヤレヤレというところである。それより前に歯周病のため歯を2本無くしている。これも糖尿病が関連しているらしい。恐るべし糖尿病。 fujimoto