

8・15 筑後川流し灯籠

「久留米・流し灯籠」が久留米市瀬下町の水天宮横筑後川河川敷で行われました。流し灯籠は毎年終戦の日に行われており、京町「流し灯籠保存会」の皆さんや、久留米観光コンベンション協会の協力を得て 1977 年から続けています。

8 月 15 日は猛暑にも拘らず、在りし日の故人を偲ぶ人々が大勢訪れました。故人と自分の名前に加え、亡き家族へのメッセージがつづられた灯籠もあり、夕暮れの川面を彩りました。この行事には SNK の有志がボランティアとして参加し、今年で第 12 回目となりました。前日のテントの設営・灯籠作り・翌日早朝の後片付けにと汗を流しました。流し灯籠の受付は 16 時頃から始まり 22 時頃まで、約 3000 個の灯籠が筑後川に流されました。来場者は 7000～8000 人と推定されました。



↑、組み立てた灯籠に思いの言葉を書き込み先祖を供養。↓、筑後川の岸を離れて漂う灯籠、波に遠ざかる美しい川面。写真はHPより転載

「流し灯籠」ボランティア参加の皆さん8月11日の津福サロンから荘島プラザへのテント等の移動から始まり、15日の5時30分からの設営準備と設営、15日16～22時の灯籠の組み立てと販売作業、16日6時からの回収作業も無事終了しました。ボランティア出勤延30名でした。

世話人代表 会員小島紀夫

認知症サポーター養成講座 講師江上理事(8月26日)

オレンジカフェ関連サポーター養成

今年度の「総会」で、事業方針の1つとして、新たに、「認知症予防啓発事業」が、加わりました。具体的には、色々な活動があると思いますが、その1つとして、先ごろ、金子 理事長から、「認知症サポーター養成講座」(8月26日(金)10:00～11:30 SNKにて)(久留米市長寿支援課の支援による)開催案内がありました。

65歳台で、3～4%、75歳台で、15%、90歳台で、約50%と報告された推定値なる認知症罹病率が2013年6月に発表されました。同時に、認知症予備群が同数とも報告されています。正に加齢は、重要な危険要素です。あれから3年経過しました。最低限の認知症基礎知識を学び、それを地域で生かそうという国の施策が始まって、11年目です。それでも、認知症という病気は、確実に増えています。会員の平均年齢が74歳と言うSNKの現状から、自分自身の身は、自分で守るため、その一環として、お互い学習を繰り返し 継続予防行動致しましょう。

理事 江上憲一

会員募集中／年会費 3000 円

オレンジカフェ懇話会 →次回は9月28日
10:00～11:30 於 SNK 教室

認知症予防実践十ヶ条

- ① 生涯現役
- ② 好奇心・前向き
- ③ 笑う
- ④ 三十分以内の昼寝
- ⑤ 生活習慣病の是正
- ⑥ 塩分控えめ、よく噛む
- ⑦ 緑茶・赤ワイン
- ⑧ 肥満防止
- ⑨ 手を動かす(料理他)
- ⑩ パソコンで脳トレ

*「にこにこステップ」運動を始めよう

シニアネット久留米



サポーター養成講座は江上理事の分かりやすい話で終始、待ったなしを実感する高齢者、加齢が大きな要因とする認知症は「予防10カ条を続ける」、がポイントです、と江上理事

SNK

SENIOR NET KURUME

編集・発行
NPO シニアネット久留米
理事長 金子忠次
久留米市御井町 387
TEL 0942-65-4545

わが青春のとき・2

1・久住山は信仰の山

久住山は多くの人々が愛で登攀した山、そのルートのひとつである雨ヶ池越えをすっかり記憶している。頭の中でひとり登山を楽しむことが出来る。

今日では久住山頂に近い登山ルートが多く開発され、長者原起点の雨ヶ池越ルートは寂れていった。だがこのルートを歩けば、湿原や原生林を歩き 1 時間で峠に出る。その峠を詰めるとはるか眼下に沈む坊ヶツルを見る。「また来たぞ」と私は小さく歓声を上げて再会を喜んだ。九重山群は若い時から親しんだ山であり、季節を通してこのルートを逍遥した。

坊ヶツルには中央を流れる沢があり、この沢の源流は法華院温泉である。硫黄温泉を噴き出すこの地は、古く修験者の籠る場所であり、その名残が残る陰気にして寂寥感漂う温泉宿だった。盆地の谷あい山影は、朝日は遅く登り夕日は早く落ちる。

昭和40年代は10畳間の部屋が10室ほどあった、裸電球が中央に下がる殺風景な部屋で、風呂場は20W裸電球が湯気に隠れ硫黄の匂いがあふれていた。硫黄が沈殿した浴槽に浸かって疲れを癒した。もっとも山中にある温泉だから物見遊山の湯治客は来ない。九重山群を目指して来た山好きのハイカーたちが客のすべてである。

久住山へは翌早朝、法華院温泉の裏から北千里の砂漠を歩き久住岐れの尾根に出、九重山群の頂を見て、急傾斜を約30分間、上りつめて久住山頂となる。

九重山群は阿蘇と並ぶ火山であり、山岳宗教の信仰の山としての歴史がある。呼称は古式からのピークを久住山と呼び山群を九重と使い分ける。

- 九重(幕府天領)九重山幸水寺金山坊、九重(岡藩領)九重山項華院白水寺
- 久住(肥後藩)久住山猪鹿狼寺

九重火山で溶岩を流出したのは大船山米窪と平治岳である。他は水蒸気爆発による爆裂火口と分類される。巨大なカルデラをもつ阿蘇火山と九重火山は隣接しており、二つの中心部は僅かに25kmの距離にある、九重火山で最も新しい活動の記録は、1995年硫黄山の水蒸気爆発、多数の噴気孔から白い硫気は盛んである。 :「九重の自然と歴史: 葦書房1998年」より

2・平成時代はマイカー登山

坊ヶツルの記憶は数々あるが、星をいただいたキャンプの夏は星が降るように見えた。その澄明な夜空が山と山の間に星を敷き詰めたよう広がると、雄大な自然に時間を忘れて見つめていた。

静まり返った盆地の原を、何度も転びそうになりながら、ヘッドランプの小さな明かりを頼りに歩いた。深夜零時、長者原から歩き通し、辿り着いたキャンプ地に安堵したし、雨模様の中を避難小屋に大急ぎで仮の寓居をこしらえ、先客の眠りを妨げた山でもある。

未だ夜が明けきらない早朝の法華院温泉は、硫黄の匂いと沢に落ちる水音、そこから始まる沢は湯煙をたててはるかに広がる坊ヶツルへ流れていく。

盆地を漂う硫黄の匂い、沢水の流れる湯けむりを目で追っていた。出発前の朝湯でほてった身体を、薄暗い戸外に立ち、暫し癒す。

戸外はひんやりとして、温泉はぼんやり裸電球に照らされて粗末に見えた。そんなとき、窓硝子に接するばかりに女のシルエットを映し出していた。盆地が白みかける出発前のこの偶然に、居合わせたみんなが驚いた。若い日の唯一艶っぽい山の思い出です。

マイカーによる登山の時代である。山の中腹まで車で乗り付け、神風登山と忙しい今日。登山道や車道の研究は急速に進んでいく。また、キャンプ用品も便利を極めてお洒落な人が増えた。移動時間を車に頼れば歩く距離は急速に減っていく。山は神風がいつも吹いて余裕のない山行が近年増えたように思う。

久住山登攀ルートは東西南北に数多く、登山の目的で異なる。九重山群を縦走するコース、目的別にそれぞれのルートを組み合わせた登山計画がたてられ、人は集まり、山群へ忙しく足を向ける。

山は開発の波に洗われて周辺地域の様相を変えていく。山は自然のままにあってこそ価値がある。この自然環境を守ることが次のテーマとなるのだろうか。次第に山の荒廃していく様子を見ると心が重くなる。

長者原に腰を据えて山を仰ぎみる。堀口大学の詩篇で心を満たした佐野利彦さんの姿が見える。楓樹荘、樹木たち、風たち、自然と山を楽しむ日々がある。

編集長 一ノ瀬尚文

アクテブシニア：佐野利彦さんの場合 特集 生き甲斐の楓樹荘(山荘)

その1

私の原点は、初めて久住高原を走った時に「この地に山小屋を建てる！」と心に決めた時ですね。金もないのに、そんな夢を描いたらほんとうに実現した・・夢は実現するんだなあと思いましたよ。

そして、山小屋を建てたいと最初に考えたのは、高校の教科書(国語)で「夕暮れの時はよい時」(堀口大学)という詩を読んだ時。この詩にあるような大木に囲まれ、暖炉を備えた山小屋で夕暮れを迎えたい・・という夢を抱いたのです。

31年前(土地入手の前年)の夏休み、家族キャンプに来た九重町のキャンプ場の管理人に、「この辺に売ってもらえるような土地はないですかねえ？」と声を掛けたのがきっかけで、約3000坪の今の土地が見つかりました。友人に声を掛けて5人でその土地を買い、その仲間のうち私一人が、建設に突っ走ってしまったのです。

その2

山荘建設に当って、それから今日までの苦労話もあります。

建設の際の苦労・・何と言っても人手不足で進まなかったこと。

当時は建設ブームで大工が不足していた上に、遠方(小郡の工務店で飯田高原の作業)での工事だったので大変でした。一ヶ月以上経って見に行ったのに、全く進んでいなかった時には泣きくなりましたよ。実際には、5月連休に基礎工事開始、完了が12月31日でした。

その3

面白いエピソードもありました。

工務店によれば、8月中旬にはほぼ完成しているということだったので、上棟式をかねて日本フィルの弦楽カルテットによるコンサートをすることになりました。

ところが実際には、ログの壁が積み上げられただけ、屋根もない状態。この夜、台風が九州に上陸し大分市に抜けていったのです。

それでも楽員は嵐の中、ブルーシートを掛けただけの屋根の下で演奏をしてくれました。全くすごい夜でした。 会員 佐野利彦



④人が集まると夜まで賑わう



⑤カマクラで遊ぶ子どもたち

(詩集 月光とピエロ) 堀口大学
「夕暮れの時はよい時」
夕暮れの時はよい時
かぎりなくやさしいひと時
それは季節にかかわらぬ
冬なれば暖炉の傍ら
夏なれば大樹の木かげ
.....つづく



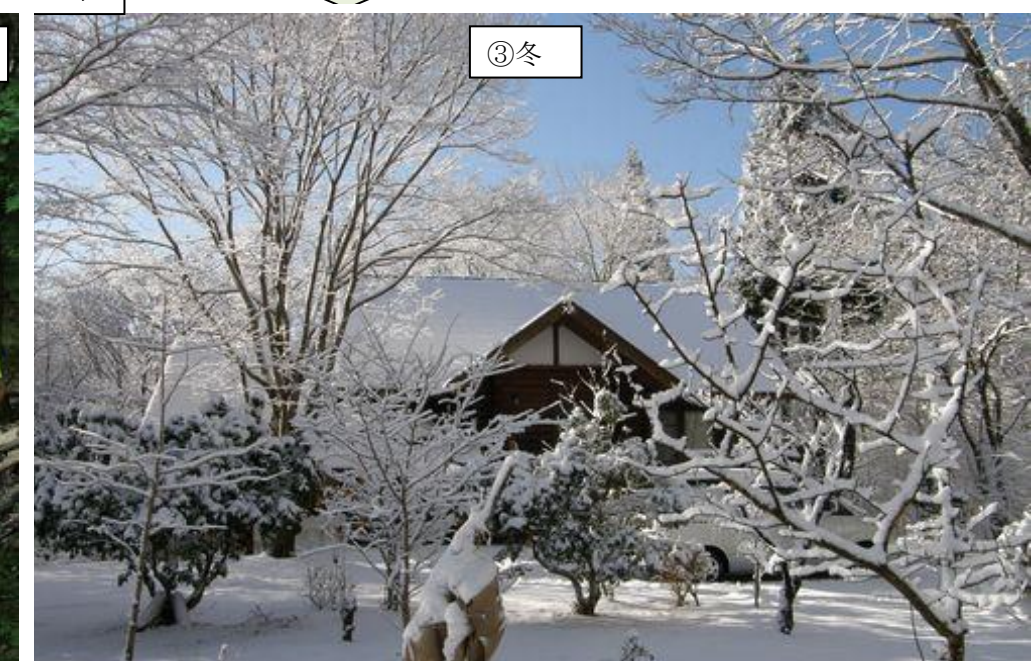
① 春・夏



②秋



⑥2016 夏・山の日の集い(中央は佐野さん)



③冬



ホテル ニュープラザ久留米

TEL 0942-38-6155

公益財団法人
久留米観光コンベンション交流協会
830-0031 久留米市六ツ門町 3-11
(クルメリア六つ門 6F)
TEL 0942-31-1717 FAX 0942-31-3210
Email Kted@kurume.ktarm.or.jp

ほとめきの街 久留米

シニアネット久留米は安心安全に暮らせる街づくりを目指します