

## 温泉で楽しいフレイル（虚弱）予防

### ぼっぼの湯では 石川多恵子さん ゆ〜Townでは 大戸真澄さん

4月から新体制で再スタートとなった温泉施設は、「健康増進施設」に目的が明確化され、地域庁舎の市民福祉課が事業を企画・担当することになりました。

### ぼっぼの湯 元気は笑いから

長沼温泉ぼっぼの湯では、フレイル（虚弱）にならないための健康づくり事業を行います。

●フレイル予防講演会  
日時：5月21日（金）  
午後2時〜3時

場所：ぼっぼの湯地域文化ホール

講話：元気な生活は笑いから

講師：庄内交通の元バスガイドの石川多恵子さん



対象：おおむね50歳以上で先着30名  
●申し込み：長沼温泉ぼっぼの湯  
電話64・4126

●フレイル予防体操教室  
日時：5月18日から、毎月第1と第3火曜日（祝日を除く）

午後2時〜3時  
場所：ぼっぼの湯地域文化ホール

内容：柔軟体操と筋力アップ運動や脳トレなど

参加費：毎回100円  
講師：藤島文化スポーツ事業団 鈴木勝義さん

対象：おおむね60歳以上、先着20名

☆ ☆ ☆

### ゆ〜Town ギター演歌楽

くしびき温泉ゆ〜Townでは、引きこもりがちな高齢者が楽しく交流し、健康を維持する「健康増進講座」を開催します。

「ゆ〜Townに行けば面白いことがある、話し相手がいる」を定着させて、交流の場とフレイル予防の場を提供します。

●健康増進講座「演歌で健康づくり」  
日時：5月12日（水）



民報HP

午後2時〜3時  
場所：くしびき温泉ゆ〜Town大広間

演題：演歌で健康づくり『ギター弾き語り演歌楽講座』

講師：大戸真澄氏（元渡前小学校校長）



対象：おおむね50歳以上で先着20名

### リズム体操

くしびきスポーツクラブ企画のスポーツ教室の活動に、2階多目的ホールを利用する

内容：明るい曲にオリジナルの振り付けで体操を行う

期日：毎週木曜日  
午前中

場所：ゆ〜Town  
2階多目的ホール

参加費：100円  
（初回無料）



## 月山とわたし 2

加藤貞雄（山王町）

小説「月山」の中の吹雪で荒れ狂う凄まじい姿とは違って穏やかに、晴れやかに泰然として座っていた。

私はしばらく目を奪われ、見惚れていた。

日頃の雑事に追われ何かに焦り、心がざわざわしていたときだけに、その姿はことさらに私に響いたのかも知れない。この姿も私の月山像の一つである。

人にはそれぞれに好きな風景があり、山がある。それは美しいなどという平凡な姿ではなく、住んできた土地での生活やさまざまな体験の想いが重なってつくりあげてきたその人ならではの風景であり、山であろう。

（2）月山と稲

敗戦から2、3年経つてのころだ。中学校の夏休みに美術の先生（かの有名は地主俣助先生）から絵の宿題を課せられたが、休み中遊びほろけて最後の日になってしまった。

仕方なく画板を担いで村はずれに出て、あの風景とこらえた。

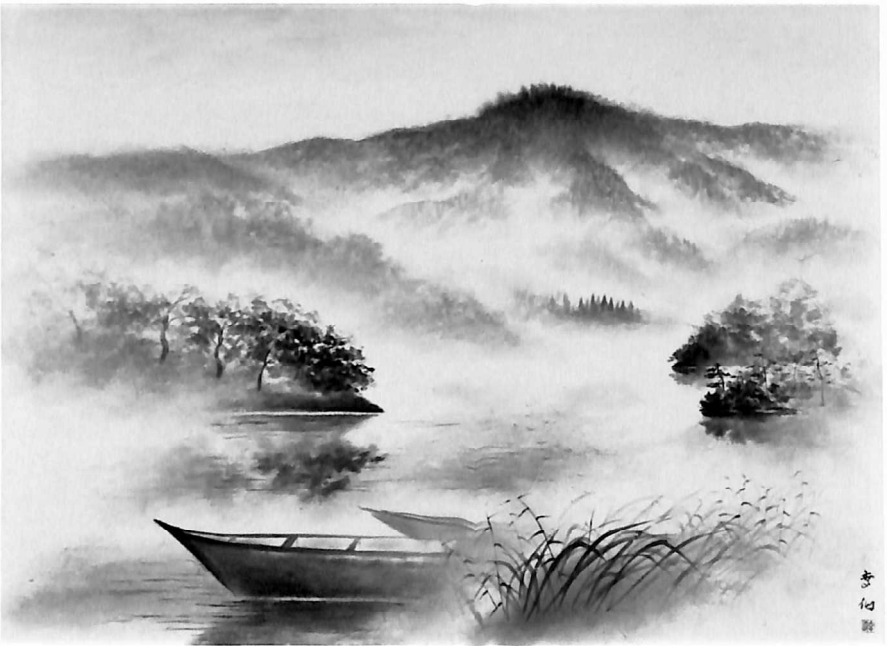
稲穂の田んぼが広がり、その向こうに藤島駅の赤い跨線橋が見え、はるか彼方に月山が横たわっていた。

提出さえすればいい、さつさと描いてしまおうと道端に腰をおろして写生をはじめた。そのうち次第にその風景にのめり込んで、気がついたときは夕方になっていた。はじめて写生らしい写生をした思いだった。

休みが明けて、美術に時間に先生が宿題の絵を何枚か取り上げて講評した。その中に私の絵もあった。

「気持ちがかもつていて、それが伝わってくる」と評した。この言葉が絵に向かう私の姿勢の支えになってきた。心を打ち込むのだ、頭でつくったり、格好つけたりしない、虚心になって対象をみつめ、それに没入するのだ、と。（つづく）





数あり、整備されていないので迷う心配はほほえないと思う。

普通、私は岩倉コースを登って、頂上近くの車道に出て、頂上に向かつて湯の浜方面に下り、逆に加茂に向かつて車道を下りていくこともある。

どちらに向かうにしても、日本海や加茂の港を眺めることが出来る展望台(東屋あり)で昼飯を食べることにしているが、展望台からは南側に広がる山々を眺めることができ、若い頃蒸気の鈍行列車に揺られて山のかなたに憧れたこと等を思い出す事もある。

右の絵は、水墨画・梅本幸巳さんの作品。下池の霧中に浮かぶ船の光景はなかなか目に出来ない。

ここには元総理大臣で暗殺されてしまった原敬記念碑が建っている。どんな理由でここに建立されているのか判らないが。(続く)

市民の声は 市議会は、市民の暮らしを良くすることに知恵を出し、議論する処だ。合併して議員が減り、議員一人当たり市民の声を背負う数が増えたんだが、今度の選挙からまた4人が減るんだと。ますます市政へ市民の声が届きにくくなるのが心配だ。



98で労組結成には至らなかった。支援労組は「アマゾンが違法に投票に干渉」と声明し、全米労働関係委員会に異議申し立てを行い、再調査を要求した。



求める意見書、福島原発事故の処理水に関する意見書などが、新政クラブと公明の反対で否決されたという。

▲この3件が何故自公の反対で否決になったんだろうかの。先生は長時間・過密で早く帰れず、ブラックな職場と言われる学校。生徒の数が30人ならば、先生も生徒もゆとりが出て行き届いた教室になると思われるんだがねー。この会派には学校の現実に詳しい議員がいるとの事だが。

▲世界唯一・原爆の被害にあった日本だ。政府は恐ろしい核兵器禁止条約に調印しろと求めるのは、素直な日本人の気持ちでしょうや。併せて原発事故の水を流すな・も同じでしょ。▲反対するにはそれなりの理由があるはず。反対討論がなく否決されるものもあるとか。市民の声が伝わらない議会ですか。(石川)

## 世界の国々 アメリカ③ 貧富の格差危機ーアマゾン初の 労働組合結成か 青山崇

「富裕層はますます裕福になり、中間層や貧困層はより貧しくなっている」という「貧富の差」問題が指摘されてきた。

このような状況の下で、最近アメリカ上院予算委員会公聴会が開かれ、テーマは「米国のにおける所得と富の格差の危機」。

元労働長官は「富の集中が進み、わずか0・1%の富裕層の富は、米国の90%の人々の富

に達している。原因の一つに労組の組織率の低下、労組の交渉力の弱体化、労組の力が決定的」と。

また研究者は「1980年アメリカ大企業最高経営者の平均報酬は、労働者の平均賃金の42倍、今は350倍」とも言う。

アメリカアラバマ州にあるアマゾンで、小売業界の労働組合連合に参加するかどうかを決める郵便投票が行わ

れている。賛成が過半数となった場合、アマゾン(本社写真)で最初の労働組合が結成されることになる。

(時には鶴岡のネオンに迷わされて途中下車、何のためのトレッキングか判らないと家族に

元労働長官は「富の集中が進み、わずか0・1%の富裕層の富は、米国の90%の人々の富