

な か ま

発行
佐倉市立中央公民館
編集
なかま編集委員会
〒285-0025
佐倉市鎚木町 198-3
電話 (043) 485-1801

紫陽花の季節に ----- 井澤 悦子 やった! ----- 茂木 一典
国内旅行のすばらしさ ----- 佐野 喬 旅を楽しくするガイドって? ----- 伊藤 眞澄

佐倉草ぶえの丘と孫達の成長

櫻田 弘美

今年で佐倉市上座に引越してきて、38年程になります。当時は、緑と自然に恵まれた静かな住宅地でしたが、近くに商店は少なく、志津駅まで徒歩30分と少々不便でした。

しかし現在は、ユーカリが丘駅ができ、駅周辺の街づくりが行われ、徒歩圏内に種々の商店や大型ショッピングセンター、映画館等ができて生活がとても便利になりました。2人の息子もこの自然豊かな志津地区で育ち、現在は家庭を持ち忙しい生活を送っています。各々子供にも恵まれ、私は遂に「おばあちゃん」になってしまいました。そして孫達の健やかな成長を願う事が、私の生きがいとなりました。

5月21日、佐倉草ぶえの丘を久しぶりに夫と共に訪れました。ローズフェスティバルが開催されているのに合わせての訪問です。さわやかな五月晴れの下、バラ園は、色とりどりの美しい花が咲き、甘い香りがたちこめて、まるで夢の様な別世界でした。

このバラ園は、バラの原種やオールドローズの収集・保存を目的として、2006年4月に開園し、今年で10周年を迎えたとの事です。園内は、鈴木省三コーナーや世界の原種コーナー、日本のバラコーナー等のエリアに分かれており、バラのルーツや歴史的背景をわかり易く知る事ができました。その後、草ぶえの丘の中を散策しました。息子達が小さかった頃、度々訪れていたのになつかしさを感じました。動物と触れ合ったり、アスレチックで遊んだり、またバンガローに泊まりキャンプをした事もありました。現在、長男の娘は8歳で、ダンスや絵を描く事が好きな優しい子です。息子は5歳で仮面ライダーやゲームで遊ぶ事が好きな活発な子です。次男の娘は2歳で、アンパンマンや歌の好きな陽気な子です。各々性格も違い、個性も出てきました。将来が楽しみです。散策を続けていると、遊具で遊んでいる子供達や、バーベキューを楽しんでいるグループの姿がありました。今度は私も、孫達と一緒に遊びに来ようと思いました。最後に直売所で、採れたての野菜を買って帰途につきました。リフレッシュした楽しい一日でした。私は今年、佐倉市民カレッジを卒業しました。そして今は、新しくなった志津公民館でサークルに入り、趣味を楽しんでいます。健康で長生きして、孫たちの成長を見守りたいと思っています。

(編集委員)

紫陽花の季節に

梅雨、この頃になると無性に紫陽花を見に行きたくなる。去年の7月、雨模様の中、雨もまた楽しと、歩く仲間と麻めんばら綿原高原に出掛けた。

ここは妙法生寺境内で、2万株の大群生が見られる。駐車場に車を止め境内へ。何年か前に来た時は、歩道も荒れていて「ヒルに注意」の看板もいかにもという感じだったが、今回は下草も刈られ歩道もきれいに整備されていた。顔以外の肌はしっかり隠し虫よけスプレーも念入りに。ここは紫陽花は、白・ブルー系が多く、ピンク系の華やかさはないがしつとりと落ちていた素朴感がある。左右眺めながら階段を登り頂上へ。境内を見下ろすと一面に紫陽花が。それは見事である。紫陽花を見て、これで終わりかと思えばそこは歩く会、県民の森へ下る。下って、ま

た下る。カーブの先は、またまた下り坂ひたすら下る。暫くして思った。これだけ下ると言うことは帰りが上り?! 県民の森で一休止。帰りはそのとおり上り、カーブの先は上り坂、ひたすら上る。「あと何キロ何キロ」と言いながら上る。

こうして雨の中、全長12キ13キのコースを歩き終え、やっと駐車場が見えた。手袋を外しながら車へ。リュックをおろしカッパを脱ぐ。その時、私はギャーと叫んだ。左手親指の付け根に1キ位のヒルが!!最後にヒルのオチまで付いて、私たちは待ちに待った下山会へと向かった。皆さま、ヒルにご注意を!

(臼井 井澤 悦子)



やった!

散歩らしき真似事を始めて20年ほどになった2012年に、年間を通して1日平均2万歩の目標を宣言した。

過去では考えられない数字ではあるが、市民ハイキングで歩いたコースも含め12の独自の2万歩コースをアレンジし、目標に向かった。

1年目：1万4499歩
2年目：1万6489歩
3年目：2万150歩
と3年目で達成出来た。時折2万歩は一寸きつかったかなとも思ったが、逆に励みにもなった。

他愛のない目標ではあるが、ダラダラ歩きをしていた時とは違った達成感と、本人にしか解らない満足感に浸る事が出来、やったぞーとの喜びに家で一人祝杯を傾けた。

多少の雨の日も、出来る限り歩数を確保、他日に大きな負担を掛けないようにし、佐

倉市民ハイキング当日の御伊勢公園集合の日は、家から徒歩で往復し、歩数を確保するようにした。

夏の暑い日は早朝・夕方の2回に分けて歩数を確保し、佐倉市民カレッジへ入学後は、天候に恵まれた日は、徒歩通学を時折試みたりなどしました。後期高齢者の仲間入りをする1年前の目標達成であった。

2万歩は一回で卒業し、今後は喜寿を迎えるまでは1万7千歩、その後は1万5千歩を目標にし、健康維持のために頑張ろうと考えている。因みに昨年は1万7989歩であった。歩くことの効用のもう一つは、体重管理が容易になったことである(年間平均体重は、54.4キで絶好調)。

散歩中の同好者との挨拶や会話も清涼剤になった。まだまだ頑張るぞー。

(中志津 茂木 一典)

国内旅行のすばらしさを 発見した思い出の旅

3年ほど前、気候の良い5月に約一週間かけて九州の旅に夫婦で出かけました。

福岡空港に降り立ちすぐにレンタカーを借り、目的地まで途中の景観を楽しみながら行く旅です。前半は海沿いを回り、後半はすこし内陸部に入り大自然を楽しむ計画です。

最初の宿泊地は佐賀県唐津市呼子^{よぶこ}で昔、昭和天皇も宿泊された由緒あるホテルです。ロケーションが素晴らしく部屋からは玄界灘の海が一望でき、初日から旅行気分が盛り上がりました。翌日は隣の長崎県へ入り佐世保市を見ながらハウステンボスを見学し、西海市の宿に宿泊です。西海市は日本の西側に位置しますので美しい夕日が海に沈む光景が絵になるほど綺麗で感動です。

次の日からは内陸部に入り途中佐賀県の吉野ヶ里遺跡を

見学し、大分県日田市^{ひた}の近く

の天ヶ瀬温泉に宿泊です。この宿は山間^{やまあい}にあり、隠れ宿の

雰囲気があり二人で静かに温泉を楽しむには最高の所でし

た。翌日、更に奥の熊本県の杖立温泉^{つえだて}を目指します。日田

市から行くとそそり立った山並みが続いた奥に杖立川が流

れ、その傍に建つホテルからの景色が素晴らしく大自然の

中での温泉を堪能できました。最終日は日田市に戻り市内

の川沿いのホテルに宿泊です。町の中央には三隈川^{みくまがわ}が流れホ

テルから遊船（屋形船）が出ており船内で宴会が開催され

鶴飼いの見学もあり、まるで江戸時代さながらの風流な体

験ができて、今回の旅の貴重な思い出となりました。

次回は体調が良ければ佐倉の自宅からマイカーで東北・

北海道への旅に挑戦したいと思う今日この頃です。

見果てぬ夢になるかもしれませんが。

（王子台 佐野 喬）

旅を楽しむ

ガイドって？

先月、奄美大島へ行った時の話です。

着いた翌日オプシオンで午前中にマングローブカヌー、午後に亜熱帯の原生林散策という事で、一日ネイチャーガイドをお願いしました。

朝、ガイドのお兄さんとマングローブの生息している汽水川^{みづがわ}へ向かいました。川べりでカヌーの説明を受けて、カヌーに乗り込みました。

私は以前屋久島などで体験済みなのですぐに慣れましたが、友達は初めてでかなり緊張しており、説明もよくわからなかったみたいで慌てていました。そこへガイドさんから、説明をちゃんと聞いていなかったから出来ないんだと厳しく叱られ、なお硬くなっ

てしま大変でした！しかし何とかマングローブの生息している入江にたどり着きました。友達が言うには、

ガイドさんの声が小さくてよく聞こえなかったし、早口だったので話についていけないかったそうです。

マニユアル通り正しくガイドされていたのでしょうか。午後の原生林の説明も無駄話ばかり、すぐに注意されてしまいます。まるで授業を受けている気分でした。

生物の名前とか詳しく教えてもらいましたが、すぐ忘れました。楽しい旅の思い出とはかけ離れていました？

豊富な知識をお客様に伝えるのも大事なガイドの仕事だけれど、相手がどこまで望んでいるか？何を望んでいるか？を見極めることはとても大事だと、身に沁みて感じました。

私もガイドをしています、先輩からは知識の押し売りではなく、思い出に残るガイドをすることが大事と言われましたが、本当に実感した旅でした。

（新臼井田 伊藤 眞澄）

8月の黒板

『なかま』の原稿を募集しています！

『なかま』の2ページと3ページは佐倉市民の皆さんから投稿いただいた記事を掲載しております。

『なかま』の原稿は、自由テーマを原則としています。「出会いと別れ」、「旅の思い出」、「祭り」、「私のふるさと」、「私の健康法」など何でも構いません。また、日常での出来事で発見したこと、気付いたこと、経験や感想などもご随意にお書きください。

原稿の字数は、650字（13字×50行）以内です。また、掲載するにあたり常用漢字への変更や、句読点等修正させていただくことがあります。

問い合わせ先

佐倉市立中央公民館 TEL: 043-485-1801 FAX: 043-485-1803

〒285-0025 佐倉市鐺木町 198-3

E-mail: chuo-public@city.sakura.lg.jp

URL: http://www.city.sakura.lg.jp/soshiki/16-1-0-0-0_1.html

『なかま』は佐倉市民カレッジの学生と卒業生で構成される編集委員が編集し、市民カレッジ情報コースの卒業生が文字入力を行っています。

さくら道

津田塾大学に行ってきた。東京都小平市にあるこの大学は、佐倉藩出身の農学者津田仙の二女津田梅子によって創設されました。1900年に津田塾大学の前身である女子英学塾として開校した時、学生数は10名、校舎は民家で教室は教師の部屋と兼用であったそうです。駅から通学する学生たちに混じって学校まで行き、津田梅子資料室、津田梅子の墓、

学生たちが集うキャンパスを見学し、戦前、戦中、戦後とこの学校にも多くの困難があったことを知りました。武蔵野の面影を残す森林の中にあるこの大学は、女子大として華やかですが、個性と自由と自立を尊重する創立以来の学風は今も受け継がれているように思われました。帰りは玉川上水に平行した林の中の涼しい遊歩道を歩いて駅に向かいました。
(金親 邦行)

あとがき

先日、運転免許証更新にあたり、講習予備検査（認知機能）高齢者講習を受講した。認知機能検査では、動物や花など16種類のイラストを見た後、「何が描いてありましたか」の問に対し、ウサギやユリなど8種類しか答えられなかった。もともと、記憶力はあまり良い方ではないが、これ程悪いとは思わなかった。同じ問題で、「動物は何です

か」などとヒントが書いてある問に対しては、全問解答することができた。

他の検査項目も含め、総合点は80点であった。総合点の判定基準は三段階あり、76点以上は、「記憶力・判断力に心配ありません」とある。

また、高齢者マークは「高齢運転者の安全運転を支援するためのもの」。早速購入し車につけたところ、すっかりお年寄りの気分になってしまった。
(若岡 照秋)