

# ひろば

## 今日のテーマ 決意と目標

上手に年を重ねる

無職 五十嵐隆司 75

(大石田町大石田)

定年退職したばかりと思っ  
たら、あっという間に八十路  
が迫ってきた。「心身ともに  
年々衰え、果ては人様の厄介  
になるのでは」と思うと暗い  
気分にもなる。

だが、老いてますます意気  
盛んな人もいる。医師の日野  
原重明さんは90歳を過ぎても  
患者を励まし、若い医師を指  
導しつつ著作でも健筆を振る  
っている。85歳の瀬戸内寂庵  
さんも、作家や宗教家として  
東奔西走の活躍をしている。  
この二つは私は驚嘆してしま  
う。

2人の共通点は、私心がな  
く、よく勉強していることで

白銀の世界をさわやかに滑り降りるスキーやスノ  
ーボード。だが、油断すると、思わぬけがをするこ  
ともある。そうした事態に備え、ゲレンデの巡回や  
救助活動を行い、スキーヤーらの安全を支えるスキ  
ーパトロール隊の活動に密着した。(亀井伸太郎)

## スキーパトロール

今年もマイペース

無職 瀬尾和香子 77

(鶴岡市三和町)

結婚して53年。夫が亡くな  
って14年になる。その間、家計  
簿兼日記を書き続けている。  
収支はもちろん、3食何を  
食べ、仕事は何をし、どこへ  
行ったか。そして、体調や来  
訪者名簿など、生活のすべて  
を記入している。「書くこと  
が趣味なのだろう」と、子供  
たちは笑う。

私はこの2人同様、私心がな  
く勉強している。  
私はこの2人同様、老いても煩  
悩が絡みついて、なかなか  
「私」を捨て、世のため人の  
ために活躍するといふわけに  
はいかない。しかし、迷いな  
がらも一歩でも一歩でも踏み  
出して精進してみたいと思  
う。

そのこと自体が、私の大き  
な「決意と目標」であると思  
う。



人生の先輩が  
いるのは心強い  
ものです。私も  
皆さんの生き方を大いに参考  
にして、うまく年を重ねてい  
ければと思います。

## こだま

2月のテーマは「冬の楽しみ」です

言葉や文章にしてみるものが  
効果的だとよくいいます。そ  
う分かっていても、瀬尾さん  
のように家計簿や日記を毎日  
続けるのは大変なこと。ただ  
ただ頭の下がる思いです。

空手入門 幸運得る

看護師 大友 絹子 65

(新庄市小田島町)

「気合を入れて！ッ、い  
ち、にい、さん」。磨き抜か  
れたヒョキの板の上で足を踏  
ん張る。ヒョロヒョロしてい  
る自分を感じつつ、先生の力  
強く佳麗な姿に見とれながら  
気合を入れる。

先生は「そのうちわかる。続  
けていけば」と、私に助言して  
くれる。さすが指導者一人一  
人をよく見ていると思う。

空手道場入門して3か月  
が過ぎたころ、鍛錬の効果  
ありと思えたことがあった。  
駅までの足取りが軽いの気が  
付いたのだ。歩幅も大きくな

り、今まで15分かかっていた  
のが、12分で行けた。

新幹線の車中でも、足のだ  
るさを感じないし、出張帰り  
にも軽々と歩けるようになった。  
空手道場の練習のためも  
のだという以外には考えられ  
ない。先生の人格に触れ、新  
庄藩の藩士のものであったとい  
う家にある道場では武士道も  
学ぶことができる。

無謀にも道場の門をたたいて、幸運を拾った。



きどんとした  
運動をすれば、  
知らない間に効  
果が出るものですね。先生が  
言った「そのうちわかる。続  
けていけば」というのは名言  
だと思います。

## 編集後記

今回は、記者がスキーパト  
ロールの仕事に挑戦しまし  
た。スキーを安全に楽しめる  
のも、こうした陰の努力があ  
るからこそのですね。2月  
は「冬の楽しみ」のテーマで投  
稿を募ります。冬のスポーツ  
を始め、食べ物、イベントな  
ど、寒い時期に熱中できるこ  
とについてお書きください。

ません。明  
番号や町3  
よみうり023・  
sata@yo  
採用に分

## ニシカズ



中村さん(左)のパトロールに同行。この日の気温  
は氷点下10度を下回った(蔵王温泉スキー場)