

2024
春
18号

かわら版

夢と笑いの

チャランポランの会

シニアのシニアによるシニアのための会報誌

特集

私が一番感謝している人

私のふるさと

チャランポランの会は何をする会？

チャランポランの会は、シニアを応援する会です。高齢者の貴重な経験と、そこから得た知識を共有し、次世代に伝えていく媒体になることです。

- ** 会報誌「かわら版」（年3~4回発行）を通して、シニアの方々を元気にしてまいります。
- ** 交流の場を提供し、楽しみや生きがいを持てるようにします。
- ** シニア向けの講演会、イベントを開催していきます。（当分は米国）

入会ご希望の方

チャランポランの会には世界中のシニアの方であれば、どなたでも会員になれます（未来のシニアの方も歓迎）

- ** 年会費：なし
- ** 手続き：下記のインフォメーションをご記入の上、郵送またはEmailにてお申し込みください。
- ** 氏名 * 住所 * 電話番号 *かわら版を何でお知りになりましたか *出身地 *Eメールアドレス（オプション）* 生年月日（オプション）をお書きの上、次の送付先にお送り下さい。

【郵送先】 CharanPoran USA
4733 Torrance Blvd., #768
Torrance, CA 90503

【Eメール】 katsm2390@gmail.com

「かわら版」創刊号から今日に至るまで多くの読者の皆さまから心温まるお言葉と共にドネーションを頂いております。ありがとうございます。心よりお礼申し上げます。この会は連邦政府からNPO (Non-Profit Organization) 非営利団体として認可(501. C. 3)を受けております。

「かわら版」への投稿方法

- 川柳・俳句・短歌：お一人一句一首
 - お便りコーナー：200字以内に限る
- 住所、氏名、年齢（オプション）、電話番号、Emailを明記の上、郵送またはEメールでお送りください。尚、都合により内容を割愛、一部変更させて頂く場合もございますのでご了承下さい。
- 投稿が多数の場合は「かわら版」編集部で選定の上、掲載または次号への持ち越しとさせていただきます。

「かわら版」へのご意見・ご感想をお気軽にお寄せください。
CharanPoran USA まで郵送、またはEメールにてお送りください。

会の名称

『チャランポラン』

私達、発起人は二十代から六十代まで長い間、一応真面目に仕事し、子供を育て、一社会人・一家庭人としてそれなりの責任を果たして来ました。ふと気が付いて見ると、もう高齢者です。昔の元気はなく、体力も落ちました。これからの人生をいかに生きるかと考える時、やはり明るく元気に過ごしたいものです。それには今までの常識の枠を離れ、自由な新しい発想や考え方で生きるのが良いのではと思います。

その理想が「チャランポラン」です。一見、「真面目や責任」とは対極にある考えのようですが、今まで以上に豊かに生きるために必要なキーワードかなと思います。認知症防止のためにも、是非皆さん、一緒に楽しく、チャランポランに生きましょう！

チャランポランの会

運営委員・かわら版

土田三郎 宮里 カツ 太田 勉
古口友紀

CharanPoran USA
4733 Torrance Blvd., #768
Torrance, CA 90503 U.S.A.

☎ (310)600-5612

(メッセージを必ずお残し下さい)

Katsm2390@gmail.com

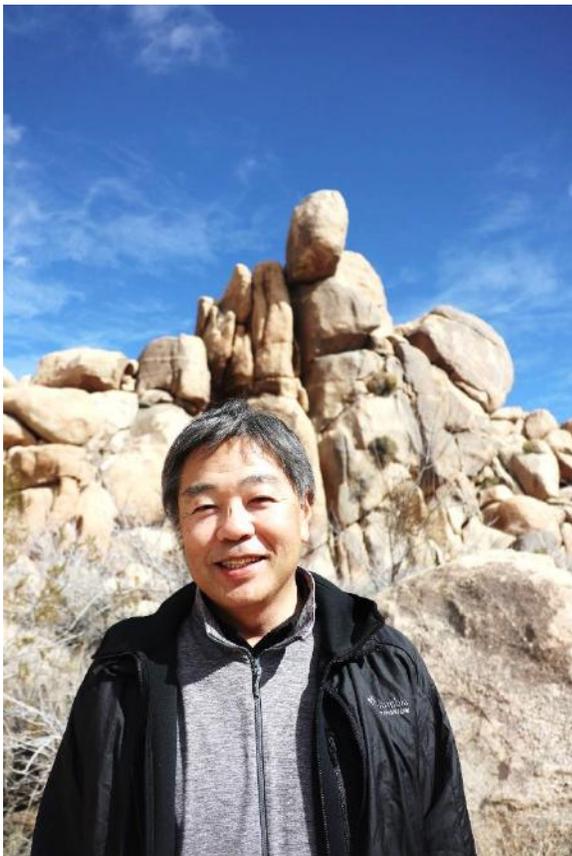
www.charanporanusa.org

ドメイン名が.comから.orgに変わりました

二年前にロサンゼルスに赴任してきた時に一番心配だったのは車の運転でした。左ハンドル車の運転が初めてだったことありますが、それよりも、他の車のスピードが速いこと、ノロノロしているとクラクションを鳴らされること、頻りに車線を変更する車がいること、走行している車線がいつの間にか右折専用になってしまうことなど…。

最初の頃は帰宅するとへとへとでした。まだアメリカでの運転は初心者ですが、少しずつ慣れてふと気づいたことがあります。それは渋滞中に車線変更しようとする時に、他のドライバーが意外とすんなりと入れてくれるということです。困った時はお互い様ということなのでしょう。日本ではこれほど譲ってもらえなかったように思います。また、横断歩道を渡ろうとしている人にもアメリカのドライバーの方が優しいように思います。弱い立場の人への配慮が自然に身についているようにも思えます。寄付やボランティアが根付いているのも、こうしたところから来ているのでしょうか。

車の運転で一番慣れないのは信号が黄色に変わった時です。日本では黄色に変わったならもうすぐ赤になるから止まる準備をしなさい、ですよ。



ジョシュア ツリー国立公園にて

だから私は減速します。でも、当地では信号が黄色に変わったら、赤になっちゃう、急げっ！という感じではありませんか？ 私が減速すると後ろから「ブー、ブー！」と怒られることがあります。

後ろの車が私の車の横をすり抜けていく時などはとてもヒヤヒヤします。なので、交差点に歩行者用信号が付いている時は、横目で歩行者信号の残り秒数をカウントダウンしなければならないですし、黄色に変わってしまったらバックミラーで後続車がないか確かめてからブレーキをかける必要があります。やることが多くて慣れません。

私は家から職場まで車で一時間ほどかけて通勤します。そんなに時間がかかって大変ですねと言われることもあります。私はロサンゼルスでの車通勤はそれほど嫌いではありません。

東京で一時間半ほど満員電車でゆられていたことを考えれば、音楽を聴きながら座ってられる車通勤は苦になりません。それに、当たり前のことですが、運転中は運転以外のことはできないということに気づきました。

先日、仕事の関係で三週間ほど日本に帰りました。帰国中は宿泊先から職場まで電車通勤をしたのですが、電車が車と異なることは、電車の中では常にスマホを見てしまうということです。ついメールが気になったり、ニュースが気になったり、ちょっとした調べものをしたり。結局スマホを手に取り、画面を見ていると、一つのことをじっくり考えるということがないように思います。車の運転中はスマホを手取ることはできません。メールが気になっても、ニュースが気になってもスマホの画面を見ることができません。その結果、運転に注意をしながらも、いろいろなことに考えが及びます。家族のこと、職場の人間関係のこと、日本のこと、次の休みのこと、お世話になった人のこと、手つかずのままの仕事のこと、自分の今後のことなど。

思い返してみると、最近は自分の頭でじっくり考えることがあまりなかったように思います。ロサンゼルスでの車通勤は、そのことに気づかせてくれた貴重な時間でもあります。

当地で日系コミュニティのイベントに参加させていただくと、70代、80代の方々が澆刺とされています。経験と知識が豊富なシニアの皆様とかみ合ったお話をするためには、私自身が普段から自分の思考力を鍛えておく必要があります。そのためにも考え事の時間を大切にしたいと思います。

アルゼンチンは日本から一番遠い国ですが、日本人が初めてこの国にやってきた経緯をよく考えてみます。

アルゼンチンに初めて足を踏み入れた日本人は 1886 年の船乗りだったといわれていますが、1920 年代から大移民が好まれ始め急激に増加しました。1970 年代に JICA を通じてアンデス山脈近くのメンドーサ県とブエノスアイレス州に 2 つのグループの入植が最後となりました。それ以前は、アルゼンチンに入植者が入ってきたことはなく、最初の移民は沖縄からのほとんどが自力でやって来たようです。アルゼンチンには他のラテンアメリカ諸国のような植民地がないのが現実です。現在、アルゼンチンには約 47,000 の日系人(1 世、2 世、3 世込み) が住んでおり、60～70%が沖縄から来ているといわれています。

アルゼンチンが日本人移民 125 周年を迎えることを考えると、日系人の多さは他国とはあまり変わらないと思います。しかし、圧倒的にブラジルが 1 位、ペルーが 2 位であることを考えるとアルゼンチンは 3 位です。

アルゼンチンには日系団体連合会(FANA)があり、日本人クラブ、日本語学校、県人会、日系人会など、約 40 の団体が加盟していますが福岡県人会は提携しておりません。

日本人移民の長い歴史にも関わらず、アルゼンチンの日系社会は高齢者専用の老人ホームや住居を持っているわけではなく、2、3 箇所はあるといわれていますが、あまり普及していません。ここでは、高齢者は家庭環境の中で世話をされ、場合によっては、個人が不自由なくコミュニケーションをとることができる場合、地元の老人ホームに入居することがありますが、一世は、彼らの大多数が現地の言語をうまく習得できなかったことを心に留めておく必要があります。農村部に住んでいる彼らの多くは、主要都市に住んでいて、より個人的な接触を持つ別のタイプの活動に専念している人を除いて、スペイン語をうまく学ぶ必要はありませんでした。

国の社会的および経済的状況に関係なく、アルゼンチンはある程度の危険を伴う国になります。首都内の状況は郊外ほど深刻ではありませんが、今日では郊外で生活するために特定の予防策を講じる必要があります。

コロナ禍以前は、私たちの県人会は毎月開催されていましたが、この種の会議は 50 年以上にわたって途切れることなく開催され、会議の名目は「頼母子」でしたが、主な目的は一世の先輩たちのための会議環境を作ることでした。これらの会議は、彼らを互いに、そして福岡と結びつけ、彼らを甘やかす

方法のようなものでした。残念ながら、一世のほとんどは故人または非常に高齢であり、パンデミックを克服した後に開催されるいくつかの会議に近づくことは非常に困難です。人々の気分は、若者でさえ異なるリズムをとっているため、年長者は参加できず、若者は県人会に参加する必要もなく近所のクラブや施設に参加します。コロナ禍前は、娯楽活動があまりない地方の日系人が、週末にクラブに集まって、サッカーやバレーボールなどのアクティビティで老若男女をゲートボールで囲んで、すべてが活発だったと理解しています。



筆者 杉野 清

コロナはこれらすべての活動を保留にし、コロナの終息から 2 年後の今、若者らは従来の活動を再開しましたが、高齢者はそれほど多くなく、何らかの形で影響を受け、これらの会議の目的を失ったことが観察され、また、不安定な状況がこれらの会議の実現に影響を与えた要因です。

福岡県人会については、正確なデータはありませんが、2015 年に県人会が 50 周年を迎えたとき、福岡県民は子孫を含めて約 640 人の参加という記録があります。しかし、地域内外に散らばっていて、接触がないため調査ができないのが現実です。

私たちの県人会の連絡先は、ブエノスアイレスの街周辺に住んでいる人や、ブエノスアイレスの街から 70～80km 離れた人に限定されています。

遠くに住んでいる人たちは、私たちの集会に参加する機会がなく、連絡を取る方法もなく、尋ねることもしないので、記録もありません。私たちは常に 30～40 人の人々と積極的に会い、毎年開催されるピクニックや集会には 100 人にまで増えています。

*** 杉野さんは日系二世の為、日本語の読み書きが十分できないので翻訳機を使い寄稿していただきました点をお汲み取り頂けたら幸いです。***



ランチ ミーティング



PICNIC

わさび

お寿司やお刺身に使われている、あの辛い「わさび」には、大きく分けて「本わさび」と「西洋わさび」の2種類がある事をご存じでしょうか？

本わさびは主に日本で栽培され、古くは飛鳥時代から薬草として使われてきました。それがお寿司に使われる様になったのが、江戸時代からと言われております。

わさびには、抗菌・解毒作用がある事から、生魚を食べる際にわさびが付く様になりました。本わさびには抗菌・解毒作用の他にも、抗酸化作用、血流改善作用、認知症予防作用等、様々な効能効果があることが分かってきております。これらの効能効果は世界に広まり、注目を浴びてきております。一方で粉わさびや常温チューブわさびに使用されている西洋わさびは、残念ながらこの様な効能効果がほとんど無いのが事実です。

もし本わさびを多く使用しているわさびをスーパーで探す際には、冷凍・冷蔵コーナーで販売されている物を購入してみてください。あと皆様にわさびの食べ方として、寿司・刺身以外に是非お試しして欲しいのは、ステーキや焼き肉にわさびを付ける食べ方です。わさびがお肉の脂分を落とすしてくれて、驚くほど、さっぱりお肉が食べられますので是非試してみてください。

(資料提供：Kinjirushi Wasabi international Co.,Ltd. Mr. Yoshihito Uchida)



日本の食文化とロシア

芹沢 厚志 ロサンゼルス

2003年ロシア第二の都市サンクト・ペテルブルグ建都300年式典に創設された日本食アカデミーの講師に招かれ記念行事に参加した。

ヨーロッパ、北欧で最も美しいと言われた水の都はモスクワと共に日本食ブームがやってくるといわれ創設が進められた。

ロシアを始めヨーロッパの日本食文化は米国から伝わって行った歴史があり、そのスタイルは日本食文化発祥の地ロサンゼルスが原点になる。

式典最終日は高級クラブカジノオリンピアにおいて日本食晩餐会が開かれ記念行事を終えた。

国は今争い事が起きているが、日本の食文化に国鏡はなく、又アカデミー創設関係者と旧交を深める日が来る事と願い再び訪れたいと思ってる。

私が食文化に関わって50年、中近東ドバイ進出に現在も関わる。日本食チェーン等メキシコ、ロシアアカデミー関係者に出会い、皆さん素敵な人達だった。



ペテロバヴロフスク要塞



鎌倉生まれの鎌倉育ちの三人娘の三女の“ナミ”と結婚して、すぐ米国に彼女を連れてきたのが1973年だから半世紀になります。

ニューヨークに住み始めると、働いていた建築事務所が不景気で私は職を失った。ナミは英語も十分に話せないのに雪の降る中、地下鉄に乗って知人の紹介でパークアベニューにあるバンクの仕事を探してきて働きだした。翌年、私は望んでいたイエール大学院に入学出来た。しかし、2年間の学費も生活費も十分になかった。「大丈夫よ。私、大学のある田舎で働くから、面白そうじゃない。行きましょ！」とナオは言ってくれた。そして翌年、ナオもイエール大学のキャンパスを学生気分で闊歩していた。私は建築学科の大学院に入学してまもなく、ある日、「私仕事を見つけてきたわよ！キャンパスの中心にある、

ゴシックスタイルの大図書館で働ける！」とナミは言った。私もアルバイトで田舎の建築事務所で授業の合間に働けるような仕事を見つけた。ナミは時間があると建築学科の建物に来てよくレクチャー聞いたりしたり、ギャラリーを見に来ていた。



イエール大学の中央図書館

ナミはいつのまにか図面の描き方や模型の作り方を覚えて、私の大学院の作品、建築の図面や模型制作の手伝いをしてくれた。彼女の父は鎌倉彫の有名師であったから彼女は器用であった。それだから素晴らしい卒業設計の作品が出来、修士号を得て卒業できた。彼女は私のプロの基盤を作ってくれた。

優秀な建築家になるための条件は芸術的に優れた大学で学ぶだけでなく若い時、良い建築を沢山視察して廻ることが最も大事なことである。有名な現代建築を視察の為に、卒業後、ヨーロッパ

に行きたかった。しかし、結婚して4年過ぎたが一度も彼女の故郷、鎌倉に里帰りしてないので帰国しなければと思っていたが無理だと思った。

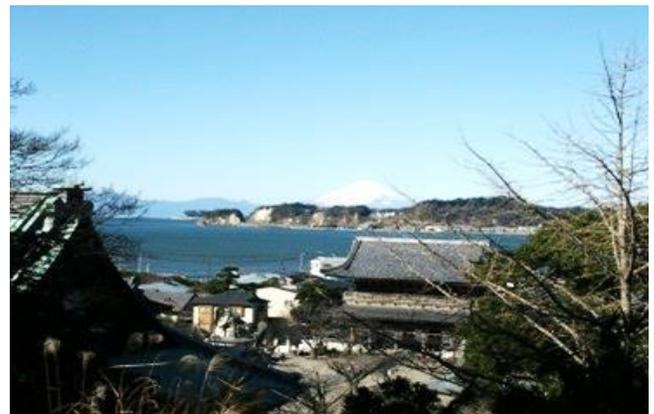
「クニ！大丈夫よ、私もう少し働き、クニも働けばヨーロッパ周して日本にも行けるお金くらい入るわよ！“鉄は熱いうちに打て”と言われてるでしょ！優秀な建築家になる為に、今、沢山の良い建築を見ておくべきよ！



旅先・ベニス、イタリア

旅は安いホテルで我慢できるから、車をリースすれば安く行けるし、見たい有名な建築を探せるし」とナオは言った。パリから出発して北欧も含めてヨーロッパ全土の旅に出かけることになった。ナミはマップ見ながら、ナビゲーターとなり、綺麗なペンションなど見つけてくれたり、私の見たい有名な建築は全て捜し当てる事が出来た。そしてロシア経由の飛行機で帰国出来た。ナミの家族のいる故郷鎌倉に無事着た。

鎌倉を出たことないナミが渡米して数年ぶりに故郷にもどった。今度は彼女の故郷鎌倉を案内してくれた。鎌倉も建築的に綺麗な街だ。



ナミの故郷 鎌倉・母校第一中学校からの眺望

鶴亀 彰 Torrance, CA

3月で83歳になりました。自分の今までの人生を振り返ると、何と多くの人々にお世話になって生きて来られたのかと思います。まずは命を与えて呉れた両親から始まり、姉妹、祖父母、伯父（叔父）伯母（叔母）、そして従兄弟（従姉妹）や近所の小父さん、小母さん、小中学校の同級生や担任の先生。思い出すと、まるで走馬灯のように懐かしい顔が浮かびます。

高校でのサッカー仲間や大学の部活の仲間とは今でもズームでミニ同窓会を行い、近況を語り、お互いを励まし合っています。それ以外にも貧乏旅行中に助けてくれた人、そして屋久島やハワイの海であわや遭難するところを助けてくれた人もいました。しかし、やはり私にとっては53年結婚生活を続けている妻が一番感謝している人です。特に彼女が脳梗塞で倒れて以降、私が専業主夫を務める日々の中で、それまでの彼女の多大な貢献をあらためて実感し、感謝の思いを深めています。

岡崎 昌彦 Monterey Park, CA

発達がほんの少しゆっくり系で四つ覚えると最初の一つを忘れると家族の皆にからかわれた。学校でも当時の先生に苛められて不登校児寸前だった。損なタイプの脳を持っていたが、しっかり覚えたと忘れないと分かって生きられた。

私が中学を出た頃覚えかけの歌あった。「ダイナマイトがヨー、ダイナマイトが百五十屯、畜生！」という歌だ。一屯トラックで百五十台分のダイナマイト、これは凄い。自信のない声が小さく、皆の前へ出ると顔が赤くなったが声を出してこの歌を歌いだして私は変わった。人は年功を積みながら成長する。いじめられっ子が悪い方に行く過渡期があるが、その時誰が説教をするよりも、自分の意思でこの難題を克服する事が大切である。過渡期を過ぎると少しいい人の側に付いた。それは母の愛

に育まれたお陰だ。より長く人生を送ることが合わせなのが決まっている。私は八十路を越える今でもあの歌を歌う感謝の歌である。



Martin 恵子 Los Angeles, CA

主人がなくなって今年の Valentine Day で5年になります。急だったのでビックリ仰天、何からどうしたらよいのか、取敢えず自分でやっていくかと思いました。友達に手伝ってもらえるかと聞いたら行ってあげますと言うことで、早速、その日に迎えに行き、来てもらい、まず本箱の本から捨てることにしました。昔の物理の本、数学の本は厚く、大変重たいです、裏のごみ箱までもっていくのも一仕事でした。以来、手伝って欲しい時はお友達にきてもらいました。ただでは具合が悪いから、その代わり、夕食をご馳走しました。大きな家なので一人では大きすぎ、維持費や、Property Tax の事を考えると、CPA に相談したら、家を売って、そのお金を Financial Advisor にあずけ、毎月の生活費を出してもらう方法が良いのではと言われ、その通りにしました。今はその Rental のことで色々やらなければならないことがあり、又手伝ってもらいやっと落ち着き始めたところです。



甥や姪は日本、一人いる主人の姪は San Diego. しかも大学で教えているのでいつも Available とは限らず、結局、又その

お友達に頼むことになりました。近くで日本人のお友達はいますが彼女は私より年上で、お喋りは良いけれど役立たず、又そのお友達に手伝ってもらっています。今は、一番、感謝しているのは、やはり、そのお友達です、どんな時でも時間が許す限り来てくれます。これから Trust を書き換え、私の死後、すこしでもお友達に残せたら私の感謝の気持ちを示したいと思っています。



鳥海山 土田 三郎 Torrance, CA

我ふるさは、山形県の鳥海山（標高 2,236m）の麓にあります。この山の地下水脈は日本海に連なり、国内でも指折りの美味しい軟水となります。雪解け水は、円やかで口当たりの良い湧水としてこの地区を潤し、米と酒が旨いと評判の土地柄です。



美しい鳥海山

山形県が開発した有機栽培の「つや姫」は、冷めても美味しいご飯として評判ですが、この水脈を利用すると農産物が一段と美味しくなり、生物に格別の息吹を与えます。豪雪地帯では酒蔵数が多いのもこのためです。

この地区が抱える課題は、高齢化による人口減少と過疎化です。空き家が多くなり、今や平均年齢が70歳です。農作業は、機械に頼らざるを得ないために機械化貧乏が続いており、高齢化により自然の恵みを利用することが、年々困難になっています。



食料自給を大命題とする農業は。若い人材が是非とも必要です。地方創成や海外人材の募集等で新たなプランも出ていま

す。幸いに日本に移住を希望する若者が増えており、これは農業活性化の「千歳一隅のチャンス」です。現実の農業は、もう待たなしです。

人の生活が自然と同調する流れになれば、人間らしい生活が蘇ってくるかも知れません。それとも、肩の荷を下ろして、チャランポランに生き残る工夫を考えるか。ふるさは遠くにありて思うものだろうか！

知多半島 青野 佳子 California

名古屋市以南に小さく伸びる知多半島が私の故郷です。東は三河湾、西は伊勢湾に面し太平洋の荒波は渥美半島と神島、紀伊半島の伊勢志摩が守って



知多半島 ●の所

れている様な位置にあり魚介類、海藻類も美味しく気候も穏やかで一番高い所でも100mはないという地形まで穏やかな土地柄です。

歴史的には徳川家康の母於大の方の嫁ぎ先の阿久比町、源頼朝の父親源義朝が果てたと言われている南知多町があります。あとは日本で二番目に古い鉄道武豊線、日本六古窯の常滑焼がある事でしょうか。そうそう江戸前寿司ブームの火付け役になった赤酢の発祥中埜酢(ミツカン)本店もありました。

私の父母はとうに亡くなり時々の墓参で帰郷の折



幼馴染と私(右)

はホテル滞在なのですがお気に入りなのが知多半島伊勢湾側にある中部国際空港(セントレア)島のホテルです。

部屋に居ても足元を波が洗うように海が近くその向こうに故郷の知多半島が望め何ともリラックスできる環境なのです。

幼馴染の友人たちとの再会も楽しく貴重です。それにプラスのお気に入りなのがホテルの前にいつも停泊している海上保安庁の船舶で昨今の近隣国の状況もあって大きな安心感を感じます。頼もしい海猿達が海中に入りトレーニングしているのを見かけでもすると思わず“ありがとう”と応援の声をかけたくなのです。



知多半島師崎に立つ弘法大師

阿蘇の野焼き 古木 裕子 熊本県在住

ここは、熊本県の阿蘇地域。早春、草原では伝統行事「野焼き」が行われます。枯れ草を焼き払うこと



阿蘇の野焼き

ことで新しい草の芽生えを助け、森林化を防いでいるのです。

草原の価値とは何でしょうか。

その一、生物多様性の保全。

その二、炭素を地中に溜める。野焼きによって排出されるCO₂やメタンなどと比べても、草原がCO₂を吸収する効果の方が勝ります。**その三**、九州

の水源を育む。森林よりも草原の方が優れた水源涵養機能があります。また、放牧された牛馬が草を食むことで



広大な阿蘇・草千里

野焼きを容易にします。つまり、草原では全てが好循環を生み出しているのです。

しかし、草原は約100年で半以下に、直近30年で4分の1近くが減少。現在は、野焼きボランティアさん無くして草原は守れない状況です。それでも、志ある者が着実に行動を起こし太古からのパトンを受け継いでいます。

皆様も是非！人と自然が織りなす阿蘇の草原にお越しください。そして、太古の風を存分にお召し上がりくださいませ！



家族・阿蘇の自宅

最後に。宮里カツさんとは2018年にロスでお目にかかり楽しいひとときを過ごしました。お陰様でロスが大好きになりました。

私と大谷選手の故郷 菅 英美子 Vacaville, CA

私の故郷は大谷翔平と同じ水沢（現在の奥州市）である。大谷が野球を始めた水沢リトルは私の幼馴染でスポーツ店を営む及川君が立ち上げた。2017年の高校同窓会で彼から「大谷が大リーグに行くので応援を頼む」と言われ、アナハイムやオークランド球場に行き応援をしている。今年も6月に渡米して来る妹とドジャース球場で野球観戦を楽しむ予定である。

水沢は岩手県南に位置し、人口密度は県内一。偉人（高野長英、後藤新平、斎藤実など多数）、国立天文台、南部鉄器の鋳物の街であり、武家屋敷が残る仙台藩城下町で「みちのくの小京都」と称される。伊達政宗家臣の後藤寿庵はキリシタン領主で、全国から信者が移り住み外国人宣教師も訪れるキリシタン布教の東北拠点でもあった。



北上川・和賀川合流地点

300年も続く日高火防祭では、豪華絢爛な囃屋台が町中を練り歩く。祭りには小学の時に小太鼓で高校の時に三味線で参加した。中学は「北上夜曲」で有名な北上川の近くで、春に川辺のネコヤナギをとりに行ったことは懐かしい。扇状地の肥沃な土地からは美味しい米が採れる。サンフランシスコの日本街で奥州市の物産展が開かれてその晩餐会に招待されたとき、私は前沢牛のステーキや地酒の旨さに感嘆した。

茅葺き屋根日本一の正法寺や黒石寺の裸祭りは近くの世界遺産の平泉と共に有名である。行政情報化や暮らし易さの都市ランキングで上位の奥州市は、我が自慢の故郷である。



正法寺

あの町 この町 あなたの街

Guadalupita, New Mexico

ショウジ ミサエ ニューメキシコ州

皆様には、あまり馴染のない州の一つで、砂漠とサボテンだけと思われているニューメキシコ州に7年前、住み慣れたサンフランシスコから引越してきました。

サンフランシスコは私にとって、天候も良く、食べ物も美味しく、ジャパントウンもあってとても住み易い街でした。住んで居たアパートの家賃が7百ドルも値上げされ、耐震工事が至る所で騒音と共に行わなければ申し分のない素晴らしい街でした。

今、住んでいる家を見に来た時は、初夏で着いた瞬間、雨がザーと降り出し、やむと見事なダブルレインボーが現れ、多くのハミングバード達が出迎えてくれました。私は、その瞬間ご先祖様が「ここに数年間住みなさい」と囁かれたような気がしました。

この街の名前は Guadalupita (グアダルピタ) といいます。街というよりは小さな村というのが正しいかも知れません。ロッキー山脈の最南端に位置し、針葉樹と白樺の樹々に覆われた山々が連なる風光明媚な所です。



Guadalupita の街

主な産業は酪農、林業、採掘業などです。昔ながらの小さな郵便局はあるものの、レストラン、カフェ、病院などといった便利なサービスや施設等はありません。車で約20分あるMoraカリゾート地のAngel Fireという街に行けば色々なサービスが受けられます。

春はタンポポやコットンツリー、在来種の山桜が咲き誇り、この小さな村一帯がほんのり甘い香りに包まれます。夏から秋は黄色ひまわりが草原一杯に咲き乱れ、早々に黄色付いた白樺の樹々と青い空や白い雲とのコントラストが美しく、とてもハッピーな気持ちにさせてくれます。良質の水源を誇る湖での虹鱒釣り、ハイキングも楽しめます。冬はパウダー・スノーで辺は一面の銀世界。ダウンヒルスキー、クロスカントリー、スノーボードなどが堪能できます。

2022年4月中半頃から6月初めまでアメリカ史上5番目に大きな山火事に見舞われ、多くの山々や草原、住宅が焼かれました。幸いな事に私の家やご近所さん達は大丈夫でしたが、多くの土地や物件が安価で売りに出され、大勢の人々がテキサスやカリフォルニアから移住して来ています。是非一度訪れて大自然を味わってみては・・・



Guadalupita の夏



誰が考えたのか、これは凄い!!

編集部

幸せになりたいの。
嫌よ、貴方と別々に
なんて…そんなの私
じゃないから。一生
私の愛する人は貴方
だから、おねがい。

結婚前のアナタ (右の行から読み始めてください)
あれから40年..... (左の行から読み始めてください)

寄稿 思い出のクリスマス

山下恵美子 Vista, CA

何もかも豊かな今日この頃、若い人達にはとても信じられないくらい戦後の日本の生活は貧しく、慎ましいものでした。然し、クリスマスが近くなると矢張り何かお祝いをと教会でも話が出るようになり、私達、高校生のグループは聖誕劇をする事に決まりました。

舞台装置もありあわせの物で手作り、照明に使う裸電球には近所の駄菓子屋さんで買い集めたボン菓子の色セロファン紙を



はがして被せて使いました。私もどこからか手に入った戦争中パラシュートに使われた白い布でロングドレスを作り私の天使役の出番が終わると直ぐに脱いで、次は馬小屋を照らすお星様がそのドレスを着ると云う具合。そんな中でも一生懸命務め、楽しい集まりが終わると今度は真夜中のミサにあずかる時間です。ミサが終わる頃には終電車は出てしまっています。歩いて帰えられない者はそろそろと神父様のハウスキーパーだった小母さんの小さなお家に大勢で上がり込み暖房のない時代、火鉢の廻りに押し合って座りお茶や菓子パン等分けあってお喋りをして楽しんだのです。疲れて居眠りが始まる頃に始発電車が出るとの



声で目が覚め、白い息を吐きつつ駅へと走った寒い朝のことも今は懐かしい思い出となりました。

旅行記

日本 - 唐津

古口友紀 Hermosa Beach, CA

“一生行かなそうな都道府県ランキング 1 位”と言われる佐賀県に行ってきました。

午後 3 時羽田発、福岡行きの航空券をすでにとっていて、実はこの日は博多の中洲で屋台の食べ歩きを

しようと思っていました。ところが佐賀の呼子のイカは日本一美味しいという話を聞き、調べたところ唐津に素晴らしい料亭旅館を発見！おま



唐津イカ

けに、福岡というところは羨ましいくらい足の便がよく、福岡空港から唐津まで地下鉄快速電車一本で到着します。羽田を 15 時に出ても、旅館の夕食 19 時に間に合う！美味しいものに釣られて、早速唐津行きが決定しました。実は唐津焼きにも興味があったのです。今まで私の中で器は、“見るだけで素敵”な九谷、有田、伊万里などしか知らず、土物の良さはほとんど知りませんでした。ところが、唐津焼の渋さは料理と合わせて初めて実力を発揮するようです。”唐津 料理の宿 松の井”では、人間国宝の中里無庵の器もさりげなく出され、お目当てのイカはお刺身でたっぷり味わった後は残りは天麩羅で出されます。お酒とともに全てが素晴らしい料理



唐津焼・中里無庵 作

と器のコラボに心から魅了されました。静かな風情溢れる日本庭園。静かな本物の和室。岩風呂。お宿の方達の人柄と暖かさ。明治 26 年創業、これだけ長い間愛されてきた料亭旅館。超感激間違いなしです。佐賀の旅は続きます。

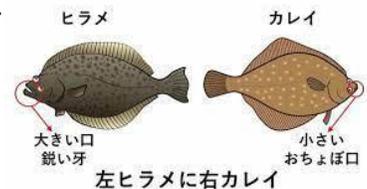
ひとくち知識

K . F Gardena, CA

皆様「ヒラメ (Fluke)」と「カレイ (Flounder)」の見分け方をご存じでしょうか。普段はヒラメのお刺身、カレイの煮つけなど、とても美味しいのですが、食べる時は姿を変えているので、海で泳いでいる姿をじっくりと見ることはあまりありません。そこで、カレイとヒラメの簡単な見分け方に「左ヒラメ、右カレイ」と言う言葉があります。これは、目を上にして置いた時に左向きになるのがヒラメ、右向きになるのがカレイと言うことです。両方合わせると

「ロンパリ」と言うことになりますかね？他に口でも見分けられます。

ヒラメは魚を食べるので口が、大きく歯が鋭いですが、カレイは小さなサイズのエビなどを食べるので、口が小さくおちょぼ口で、ふっくらと色っぽいと言うことですよ。



寄稿 一人暮らしも悪くない！

渡里啓子 Massachusetts

私は人生の半分以上をアメリカで過ごし、日本からこちらに永住している人達に会うと、どのような過程で渡米されて来たのかを知りたくなります。

NPR (National Public Radio) のポッドキャスト(Podcast)にて、ニューヨーク市の沖にあるハートアイランドに無縁仏を埋葬する公共墓地に埋葬された人達のストーリーが紹介されているのを聞きました。興味をそそったお話は、無縁仏となった日本人女性で名前はハセガワヒサコさん。

NYCにある Belvedere Hotel で約 40 年間たった一人、208 号室に暮らしたそうだ。礼儀正しく誰にでも丁寧に挨拶をするシニアと言うことでそこに務めるスタッフとは仲が良かったようで他の長期滞在者ともちょっとした会話はした様だが、誰一人として彼女の経歴や家族の事を知らない、写真さえも無い。ある日、一日中姿を見せなかった事を不審に思ったスタッフがマネージメントに報告して、部屋で冷たくなったヒサコさんを発見、警察の調べではベッドから落ちたことが原因と言われたそうです。インタビューした人は ” ニューヨークは夢を見る人達が様々な場所から集まる場所です。彼女の人生はどんなものだったのか聞いておけばよかった”。

日本を出てそれからどんな人生を送り簡易ホテルにたった一人暮らしすることになったのか。

きっと彼女にも家族や知人がいたはず。誰かが今でも探しているかも知れない。

私自身家族とは縁が薄い環境で育ったのでそんな類いの寂しさは良くわかります。無縁仏となりハートアイランドにて眠る彼女のご冥福を祈ります。



寄稿 シニアに打撃の高騰

宮里 かつ Torrance, CA

コロナ禍の後遺症は至る所に現れている。医療現場、観光地、職場或いは家庭の生活環境等々。原料の高騰、人出不足、人件費の高騰と様々な事由にて日常商品から食料品全般に渡り徐々に価格が上がり今ではコロナ禍以前に比べると数割高、中には便乗値上げで 1.5 倍もする価格も現れ我々シニア生活に多大なる影響で死活問題に発展しかねない。写真の天ぷらそば、以前は \$12 前後で食べられたが今や \$14.00+チップだ。



天ぷらそば \$14.00

私は好物の McDonald's で Fish Burger だけマックで食べていた。\$8.50 前後位だったと思うが、今や \$10.28 (Tax, Tip 込み) と約 20% 値上がり。Edison 電力会社は 2022 年 7 月は \$69、2023 年同じ月に \$114 と何と 65% 高騰。我家のコンドの管理費が昨年より 8% Up と全てが値上がりしている。中にはスターバックスのコーヒーが 2022 年 8 月に \$2.65、が、現在は \$2.65 乃至 \$2.95 と僅か 10% Up のお店もある。それに比べ Social Security 暮らしの我々は大打撃で 2023 年は 9.5% アップ、2024 年は僅か 3.2% だけで近年の物価高には到底追いつかない現状だ・・・更に日本の年金は為替差損で 2023 年後半の入金を 2020 年の同時期に比較すると何と 27% ダウンと踏んだり蹴たりで嘆かわしい。2024 年がシニアに優しい歳に願うのは私だけでないと思うが・・・



McDonald's Fish Burger \$10.28

特集 私が一番感謝している人

松永 典子 Wilmington, CA

わが人生で一番感謝している人はセラピストのジュリア。彼女がいなかったら夫は寝たきりの生活を送っているだろう。夫が注射 Epidural を腰に打ち、バクテリアに侵食され脊椎固定術を受けたのは 2011 年 12 月 23 日。下半身麻痺を宣告された。病院から病院へ、最後は San Pedro Rehabilitation Center に入れてもらい、2 ヶ月間の入院。退院後の車椅子通院、そして、終ったのは 2013 年の 4 月。主治医は「3 度の奇跡(後 2 度手術)を起こした僕の患者」と云う。「一秒座れた」から動く脚へ、車椅子から「もう一度立ちたい」。夫の希望は時に打ち砕かれ、それでも痛み止めの薬とセラピスト、特にジュリアのアイデアと励ましで夫は立ち、Walker に頼り歩けるようになった。あの日、最初のセラピストから「希望はない」と言われた夫を引き受けてくれたのが、ジュリア。彼女の最初の一言「ゴールは?」、「あるきたい」、「では、歩きましょう」と言うと、荷造り用のラッピング・テープを持って来て、夫の脚を足の裏から膝上まで、何度も何度も巻きつけた。「さあ、立って」補助器の取っ手を握らせた。「もうだめだ」と言われたのはその 30 分前。(立てるはずがない) 誰もがそう思った。皆が見守る中、夫は必至だった。彼は立った! 「歩こう!」ジュリアが言った。器械が夫を導く。夫は歩を出す。次の一歩も出た! 歩けたのだ! その日から夫のリハビリは進んでいった。

最近、アメリカ生活数十年の友人達が、この地を引き上げて日本帰国をしている。ビジネスで成功し、結構な資産を築いた人たちである。子供にも恵まれ、はたから見るとアメリカンドリームを成し遂げた人たちである。何が彼らを祖国に引きつけているのであろうか？

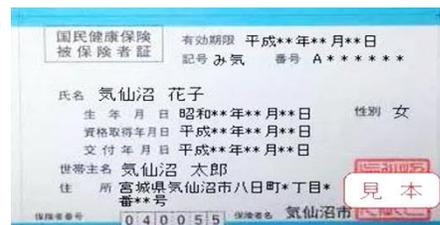
日系のタウン誌には帰国情報があふれていて、興味津々そのセミナーに出たことがあった。まず、シニアを対象とした不動産が、30年前と違って都市近郊にあふれ、購入するにしてもこちらに比べ格段に安価ということ。(30年前は日本から、こちらの敬老施設を見学に来るほどだったのに…)そして入居費は特別養護老人ホームなら、月15万円で済むほどの生活費で済むこと。こちらは最低5000ドル、完全介護付きなら9500ドルに跳ね上がる。日本で病気になっても、すべて国民健康保険が面倒見てくれてほほ心配なし。この地の高額医療と保険のネットワークに振り回されてなかなか良い医者を選べないアメリカ人からみたら、日本はなんともシニアの楽園に見える国である。これを帰国理由に挙げる方々は多い。



米国生活・孫と幸せな人生

そして次に挙げるのが、食の豊かさ。つまり、年老いてくれば来るほど、人間は祖国の味を恋しがるものだから、充実した日本食は心の安らぎになるのだろう。豊富な海産物と日本人の繊細な料理方法で、安価にして最高の食べ物を老後に楽しむことが可能なのである

しかし、決定的選択となるのが自分の直系家族の存在である。子供や孫が日本にいれば、その家族に癒され、行く末を見守りたいと思うのが人間である。私の主治医だった二世の田中ドクターはアメリカで両親を見送った後、すでに日本に戻っていた妻と孫のもと、日本へ合流したのもその理由である。反対に、子供達がすべてアメリカで生活基盤を築いてるこの地のシニア達は、その孫の学費を援助したり、休みが取れるたびに子供のファミリーを訪問するのが生きがいとなっている。



日本の生活・国民健康保険は安心！

私の場合も日本の両親と兄弟は他界してしまったから、日本に帰る意味がない。人は仲間と交流したり、自分の子供や孫達から生きるエネルギーをもらうものである。今まで築いてきた親しい友達に励ましてもらい、若い孫の生命力から自分の存在と未来への希望をもらうものである。近くに住んでいる我が息子は私と主人の健康を管理してくれるし、生活の多くを助言してくれる。私達の生活自立をうながしてくれるので、85歳になっても夫婦で生活できそうな気がする。私はやはりこの地で頑張ろう。Green HillsにProperty(墓)も買ったしなあ。

私の今の心境：「その齢で帰国する友、何ゆえに？
我選びし地、我は生き抜く」

特集： 私が一番感謝している人

それは私のハズバンドです。

性格はおとなしい方ですが芯はしっかりして、やる時はやる。
私の変な英語で相手に通じない時はいつも助けてもらっています。
毎日仕事から帰ってくるとその日はひと安心。

安らかな気持ちで一緒にいられる楽しい日々を過ごしています。
お互いを思い合って結婚してから15年、いまだに彼に恋しています。

LOVE

黒沢 洋美 Beverly Hills, CA



あれは今思ってもまったく不思議な、不思議な初めての体験でした。

私は 1977 年 31 歳の時、それまで 3 年間勤めていた会社を退社し、ロサンゼルスダウンタウンの貸しオフィスの一角に電話とタイプライターだけを持ち込んで貿易会社をスタートさせました。

金なし、コネなし。あるのは何とも無謀ともいえる「やる気」だけでした。とにかく歩き出してみよう、そして歩きながら模索して行けば何かに当たり、そこから別の何かを掴んでいけると思っていました。まさに犬も歩けば何とやら、でした。

案の定、数か月が過ぎても大したものにあらず、幼い二人の娘たちのミルク代にも事欠く日々が続きました。もう明日からは会社を休眠状態にして昼夜を問わずパートタイムの仕事を探し、とにかく家賃と食費だけでも確保しようと考えつつ、その日は疲れ切って入浴もそこそこに寝入ってしまったのです。多分、午前 2 時か 3 時頃だったと思いますが、耳元で「つとむちゃん、つとむちゃん」とささやくような声が聞こえました。それは聞き覚えのあるおヒデばあさんの声でした。おヒデばあさんというのは母方の祖母であり、幼少の頃から 18 歳で京都に出るまでの間、何かと可愛がってもらったおばあさんです。

しばらくするとまたその声が聞こえ始めました。夢の中のことと初めは思っていたのですが、どうも感じが違う。目を開けてみると天井におヒデばあさんの顔が見えるではありませんか。「あっ、おばあちゃん」と心の中で叫んだかと思った瞬間、背中に感じていた自分の体重がすうっと抜け出して、何と天井のおばあさんの所まで浮き上がり、寝ている自分、そして隣で寝ている妻を見下ろしているのです。この間、ほんの数秒であったと思います。今でもはっきりと思えている、あの背中に感じる体の重みが抜けていく感覚。

その不思議な体験から数日後に小さいながらも商談が舞い込んできたのです。数年後に日本にディズニーランドが出来るとのことで、ミッキーマウスなどのライセンス商品の日本への輸出という引き合いでした。何と私はそれまでにディズニーのライセンス商品を扱うメーカー各社との間で日本への輸出を打診しており、その道筋をつけ始めていた段階だったのです。このアイデアは、自分自身がミッキーの大ファンで、当地のディズニーランドに買い付けに来たという、大阪で小さな小売店をやっている女性から授かったものでした。

今になって考えてみると、あの時の不思議な幽体離脱の体験はこの商機の前触れではなかったかと思っています。それからというもの日本で空前のディズニーブームが巻き起こり、私の会社（社員は私と妻の二人だけ）は息を吹き返すが如く、ブームの波に乗り、ディズニーのみならず、スヌーピー、セサミストリート、ハリウッド映画のキャラクターなど、ライセンスの絡んでいる広範囲の商品にまで取り扱いが広がり、お陰様でリタイヤするまでの 30 年間、仕事を楽しまさせていただきました。

この幽体離脱はあれっきりで、その後は一度も起こっておりません。もう一度おヒデばあさんに会いたいと思っています。でも、きっと出て来ないでしょう。私は今とても幸せですから。



ちょうどこのような具合です

桜島 大川敏子 California

福岡から新幹線で1時間半。終点鹿児島中央駅の正面に立つと「おやっとさあ」と、両手を広げて待っていてくれたように雄大な桜島が迎えてくれて安堵します。



雄大な桜島

真正面に走るナポリ通りには、幕末の薩摩藩英

国使節団の記念碑「若き薩摩

の群像」の

19名の像

が桜島に見

守られているか

のように建

っています。

密出

国というポ

天文館通り



天文館通り



若き薩摩の群像

ックモン達の英国留学後、日本の近代化に貢献した偉人、後の初代文部大臣の森有礼、サッポロビール創始者の村橋久成、大阪商工会議所初代会頭の五代友厚、外交官になった寺島宗則らの銅像です。銅像を仰ぎながら観光バスで磯庭園へ。ここはNHK大河ドラマ「篤姫」に登場した大名庭園、薩摩藩島津家別邸があるところです。ここの庭園に立つと、更に迫りくるような桜島の迫力を感じて足を伸ばします。夜は天文館にある郷土料理「吾愛人・わかな」で豚しゃぶ、味噌おでんをいただくのが帰省者の一番の楽しみです。

吾愛人の名付け親は児童文学者の椋鳩十(むく・はとじゅう)さんです。要予約。



薩摩藩島津家別邸

長野県佐久 平林ケンポウ California

長野県佐久市臼田には有名な観光スポットがあります。

皆さんが驚くのは日本に二つしかない五稜郭です。札幌が有名ですが、なぜここにできたか？

こんど愛子さまが行かれる日赤の初代総裁が考えました？

戦前米国で活躍した彫刻家、川村吾蔵の記念館があります。米国最高裁の門柱やプリンストンのワシントンの凱旋など。

終戦後は米国で「牛の吾蔵」と呼ばれた彼はGHQのマッカーサーの胸像も作っていました。

農村医療に貢献した若槻さんの佐久病院もあります。また佐久には近代医療の佐久医療センターも。

ピンコロ地蔵も有名です。鯉料理もか？

東京から佐久平まで新幹線で1時間10分、そこから日本一標高の高い駅をも走る小海線でいきます。あとはネットでご覧ください www.city.saku.nagano.jp



日本のほぼ真ん中 佐久市



川村吾蔵の銅像



JR 佐久平駅



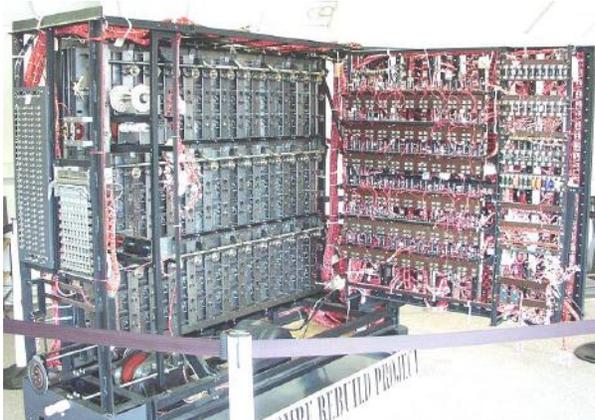
佐久市・平尾山公園

ゲノム解読で先祖を知る

小笠原 Shinya San Pedro, CA

最近 NHK 海外放送の”サイエンスゼロ”によると、小さくて手のひらサイズのゲノム解読機 (nano pore sequencer-極最小空白順列機) が開発され、使われるようになりました。特に最近 10 年間で進歩し、初めの頃は冷蔵庫サイズで値段が数千万円以上で解読するのに数ヶ月もかかったゲノム解読機が、今や 10 万円、其の上 30 分で細胞サイズのゲノムを読むことが出来る様になりました。

この DNA 研究発展により、人類史の歴史以前の物語が色々分かってきました。まず全世界のアフリカ大陸以外の人類は推定 6-7 万年前アフリカ大陸の現在エチオピア/エリトリアあたりから脱出した、わずか数百人から千人くらいの集団の人々の子孫で有る事が既にわかっています。現在どんなに人種が違って見えるように見えても真実は 6-7 万年前同じ DNA からスタートした子孫達です。遺伝変化による人種の違いはその後も続きました。環境の違いによって、人々の体質も根本的に変わっていったようです。



初期のゲノム解析機はこんなに大きかった

青い眼は遺伝的に劣性であり、学者エイバークとその研究者達は論文をヒューマン・ジェネティクスに発表しました。さらにエイバークは、6,000 年から 10,000 年前に黒海周辺で一つの個体の突然変異によりブルーの目が誕生したと示しています。

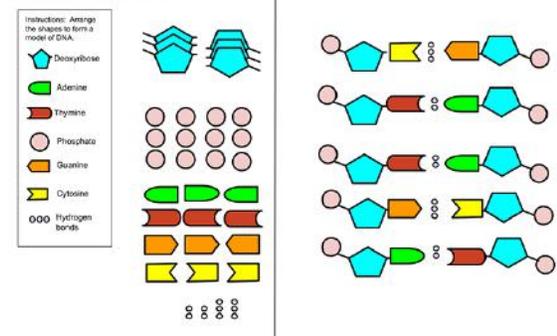
北部ヨーロッパなど、日照量の少ない地域に多く、特にフィンランドやリトアニアでは 80%以上がこの色です。アイルランド、イギリスでも多く、その他、中東や中央アジアの高地でも見られます。

DNA を読み解析する事で、なぜ歴史に残る文明の最初が中近東近辺なのか理解しやすくなりました。又、医学では遺伝子を sequencer で簡単に解析し個人に適した治療を出来るようになるかもしれません。遺伝子を調べれば数千年前のミイラの間でも、どんな髪の毛あるいは眼の色をしていたのか分かります。AI と遺伝子で世界中、いかなる生物でも、生死に関わらず、確認あるいは写真に再生することが可能になりつつあります。

今やプライバシーのない恐ろしい世界になる前ぶれかもしれません。今後、医療だけでなく農業、水産業、地球環境など色んな分野で遺伝子変化の影響を受けるでしょう。

(資料：NHK サイエンスゼロ、Web サイト参照)

DNA Molecule

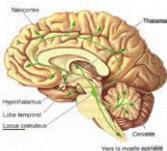


川 柳

Kiriko Sorich ケンタッキー州

脳チップ スマホ稼働 煙草消す
飛び込んだ 維新に一世 和を残す
裏金も 名誉も無いが 愛がある

ケンタッキーからシカゴのミツワマーケットまで 6 時間ドライブして買い物に行かれるそうです



俳 句

岩佐くにひこ
Alhambra, CA



趣味の写真

山間の
ブランコに揺れ
はじめ

絵手紙 川柳



空也 作



紫女 作



遍ペン草 作



文字 作



紀恵 作



のりえ 作



楽浜とんぼ 作



洋子 作



弘美 作



笑子 作



きり子 作



美代子 作



あけみ 作

読者の声

読者の皆さんから頂いたお便りです

Yoshie Kienke, San Diego, CA

鶴亀 彰

カリフォルニア州

San Diego の Nijiya Market にてかわら版を入手しました。東京都出身。私も今年で 90 歳、去年に主人が亡くなり自由の身となり、チャランポランと元気に生き様とと思いました。“かわら版” 楽しみにして居ます。



イメージ画像

中川陽子・イリノイ州

先日はかわら版 17 号の会報誌を送りいただきありがとうございました。とてもユニークな、ユーモアあふれるシニア向けの小冊子、これからも楽しみにしています。

田戸ひろ子 Orange, CA

入会させていただきたく申込書を同封いたしました。コロナ禍で仕事をやめてから思いつくまま書き始め、老々の若き文字離れの現代「かわら版」素晴らしいですね。多くの人に読んでいただきたいですね。

山下恵美子 Vista, CA

先日は 17 号をお送り頂きありがとうございます。1 ページずつ楽しんで読ませて頂いています。いつもお世話になりありがとうございます。皆様どうぞ良いクリスマスと新年をお迎えくださいませ。来年は良い年でありますよう戦争が早く終わり平和になりますように祈っています。



今年一年もちゃらんぽらんの会の活動、ご苦労様でした。「かわら版」もですが、前回の秋の集いなども多くの皆さんが喜びでしたね。今後もシニアの皆さんに楽しみ、生き甲斐を感じられるような活動が続けられると良いですね。時間もエネルギーも使い大変ですが、苦労の中にも手ごたえのある活動になればと願います。



秋の集い・講習風景

編集委員より

我々編集委員は老兵ではありますが、精神年齢は衰えていません。皆様からの励ましの声、激励を頂き喜んで頂ける、愛される「かわら版」の製作に邁進して参ります。ご不満の点多々あるかと存じますが“夢と笑い”でご容赦下さい。皆様のご健勝と笑顔を祈念します。



秋の集い・かわら版 0 号から 16 号まで展示

「かわら版」 19号のお知らせ

1. 発行予定日： 2024年8月15日
2. 特集： 認知症
私の青春時代
“おむすび”
夏の思い出（個人、家族、仕事、お友達）
あの町、この町、あなたの街 / 旅日記
みんなの広場（お便りコーナー）
3. 原稿締切： 2024年6月下旬
4. 原稿を送付する場合：必ず「氏名」「City/State」「電話番号」「Email アドレス」をご記入ください。

訂正とお詫び

17号、特集「秋の集い」の7頁。
コール・すみ子様のご挨拶に
「長崎は佐世保出身」と記してありま
すが、正しくは「諫早（いさはや）」
のご出身です。
ここに訂正し、
お詫び申し上げます。



「かわら版」の継続とお願い・ドネーション

会員の皆様にはご承知の通り「かわら版」は全てが私たちの無償報酬にて運営されており、その財源は皆様からの「ドネーション」にて賄っております。
この会は連邦政府からのNPO非営利団体として認可（501.C.3 FEIN-2811563）を受けております。

ボランティア忘年会

かわら版の製作や発送作業にお手伝いをして頂きありがとうございます。
昨年12月、有志の皆様とかわら版17号の発送作業を行いました。手は動かして、会話はシニアの持つ“心配”、“健康管理”の話題やかわら版の改善策と話は尽きることなくお喋りを楽しみながら郵送用500部が完成し無事に投函して終わりました。次回は皆様も自由に参加して下さい。



発送作業・ボランティアの皆様笑顔！

写真左から：森田、小笠原、宇野、
白井、鶴亀、太田、竹内、青野
前列左から：大川、小倉
敬称略
カメラマンは宮里

編集後記

ロサンゼルス地域の住宅事情は良く成るところか悪化する一方である。2020年から比較すると2023年には住宅購入額は37%の値上がり、賃貸家屋は21%値上がりしているようだ。以下の表はロサンゼルス対加州のハウジングの数字と%である。宝くじでも当たれば素敵なお家を買えるかな・・・Kats

	ロサンゼルス	カリフォルニア州
ホームレス数	71,320	181,399
持家率	50.9%	56.8%
中間家屋売価	\$785,000	\$822,200
中間家賃	\$2,081	\$1,917

資料：HUD, California Association of Realtors

チャランポランの会は、シニアの方々が生きがいを持って人生を楽しみ、健康で長生きすることを目的としています。シニアだからこそ言える苦言、提言、さらに社会奉仕まで 参加される皆様と一緒に考え、創り上げていく会です。

風に揺らんでいるチャランポランな葉っぱであっても、その木の根っこは長い人生を歩んできた分、どっしりと深く広がっているシニアの木。その「シニアのシニアによるシニアのための会報誌」がこの「かわら版」です。今後のチャランポランの会と「かわら版」をどうぞよろしくお願い申し上げます。

www.charanporanusa.org