「一生は一度きり、何でも挑戦しなきゃ」
ピンと伸びた背すじが健康と若さを物語る
健やかウォーキングカード３枚達成者第１号

柚本金一（きんいち）さん（桑野山）

健やかウォーキングカード

ゆずもときんいち
定年退職後、請われて宮司助勤の仕事に就く。15年勤め上げ、足を悪くしたのを機に職を辞した。毎日歩き始めたのはこのころから。交番にプランターを飾り、島田警察署長から感謝状を贈られたことも。87歳。

感謝の気持ちでウオーキング

毎朝、桑野山の土手を3往復。約40分間のウオーキングを楽しむ柚本金一さん。寒かろうと暑かろうと変わらず続けている日課だ。

「保健委員の中村晴江さんが、ウォーキングカードを勧めてくれました。歩くのはずっと続けていましたが、記録するという行為が頭の体操にもなるかなと思い、使い始めました」。

4月から記録し始めたカードは半年たった10月22日、4枚目に達した。

以前は筒沢（小長井）の方まで歩いていたという金一さん。地区横の大井川護岸工事が完了してからは、もっぱら土手の上を歩いているという。

「この土手はね、地区の方がきれいに草刈りをしてくれているんですよ。本当に歩きやすくてね。いつも感謝しながら歩いているんです」。

毎朝、朝食を食べてから無理のない範囲でウオーキングに出かける。血圧も自分で計って記録するなど健康管理にも余念がない。

歩いた後は、家の掃除をお手伝い。「奥さんに『やり直し』と言われることもしょっちゅうだけどね」と金一さんが笑った。

一度きりの人生。何でも挑戦

自宅前には、自慢の畑が広がっている。ハクサイ、ダイコン、ゴボウ。大ぶりの野菜が所狭しと並ぶ。

「ハクサイは大きくできたけれど、ダイコンは去年の方が良かったかな。毎年出来栄えが違う。まだまだ勉強が足りないなあと思いますね」。

自宅近くのグラウンドゴルフ場にも、まめに顔を出す。かなりの腕前。最低打数20打という記録は、誰にもやぶられていないんだそう。

ウオーキングにグラウンドゴルフ、それに加えて野菜作り、花作りにも精を出す。雨の日には、新聞紙上に紹介されるクイズに没頭する。

「元来、負けず嫌いの性分でね。とりあえずやってみないと気が済まないんですよ」と照れ笑い。若々しくて、とても87歳には見えない。

今でも用事のあるときは千頭、小長井まで自転車を走らせるという金一さん。妻みさおさんに聞くと「年をとるごとに、どんどん若返っていくみたい。いっこく（頑固）ですけどね」と笑っていた。

「一生は一度きり。だったら何でも挑戦してみないとね」と話す金一さん。営林署、鉄工所、宮司の助勤など、さまざまな経験を積み重ねたその言葉には、人生を語る「重み」があった。

健やかウォーキングカード
町民の健康づくりを応援するため、町保健委員と生活健康課が作成したカード。１日の目標歩数や時間を自分で設定し記録を付ける。１枚に計60日分の記録が書き込める。裏面は本町のイラストマップになっていて、歩いた日数分の線を塗りつぶしていくと60日で本町を１周する。カードは保健委員が交付。必要な人は、生活健康課か各地区の保健委員にお問い合わせください。

生活健康課【問】(56) 2222

陶芸はチームワーク。得意分野を生かしながら
世界に一つだけの作品を作り上げる
県授産製品コンクールで最高賞の県知事賞を受賞

本町社会福祉協議会就労継続支援Ｂ型事業所

みどりの丘（上岸）

県授産製品コンクール県知事賞

力を合わせて一つの作品を

11月17日に開かれた県授産製品コンクールで、本町社会福祉協議会就労継続支援Ｂ型事業所みどりの丘が出品した陶芸「茶々（ちゃちゃ）っと急須」が最高賞である県知事賞を受賞。12月2日、喜びにわく同事業所を取材した。

「現在は、来年1月に開かれる町福祉大会で記念品として配る『ふくろうの置物』の製作に取り組んでいます。利用者の皆さんが心を込めて作っています」と話してくれたのは、同事業所・サービス管理責任者の糟谷喜代美（きよみ）さんだ。

同事業所では普段、陶芸作品のほかにも、音戯の郷で使用する聴診器の消毒や土産品の包装、雛人形の袖作り、椅子や足ふきに使うマットなどを受注・製作しているという。

この日、陶芸作品（ふくろう、ペンダントなど）を作っていたのは9人。和気あいあいとした雰囲気の中で作業は進められていた。土台となる丸めた紙を包むように粘土を巻きつけていく。その横では形を整える、部品を取り付ける、表面に絵を描くなど、それぞれの人に工程が割り振られている。真剣に作業する人、楽しそうに声をかけ合う人…。年代が違う、性別が違う人たちが力を合わせて一つのものを作り上げている。流れるような作業を見ていると、粘土はみるみる形を成していった。

「みんな得意分野がありますから、それぞれ役割が違います。どの作品も手作りだから、一つとして同じものはありません。だからこそ温もりが伝わるんです」と作業を見つめる喜代美さんの目が優しい。

「受賞は励みになります。表彰式は晴れ舞台ですから。次は自分だと、みんな意気込んで作っていますよ」。

今も楽しそうな声が響くみどりの丘を後にした。

みどりのおか
本町社会福祉協議会の就労継続支援Ｂ型事業所。21年４月から本川根作業所が「みどりの丘」、枝松作業所が「みどりの丘えまつ」となった。みどりの丘には現在12人の利用者が、さまざまな作業に取り組んでいる。写真後列左から３人目が糟谷喜代美さん。【問】(59) 3810