

最近、テレビの天気予報コーナーで、聞き慣れない面白い言葉を改めて知りました。

「一雨一度」(ひとあめいちど)

秋の季節は一雨降るごとに気温が一度下がるたえらしく、確かに10月以降にそうした日々が続く印象があります。ひと頃の残暑はいつの間にかどこかへ行ってしまいました。

こういう季節感、いい意味で大切にしたい日本の風物詩かもしれません。

ところで、世界を見渡しますと、ウクライナ戦争が長引く中、中東にも戦火が広がる気配があり、大変不気味に感じます。私達にはその原因や今後へ向けての解決策を提示できることは限られていますが、世界は有機的に繋がっており、遠い異国のことと片づけられる問題ではなく、少なくとも強い関心を持ち続ける姿勢は大事にしたいものです。

去る10月23日、岸田首相は、所信表明演説の中で、何をさておき、経済対策が一丁目一番地ということで、種々の経済政策を打ち出されましたが、どこまで功を奏するか、かなり不透明な印象を受けました。種々の課題が山積みの中で、例の「2024年問題」も喫緊の課題であることは間違いなく、物流業界、運輸業界のみならず、一般企業等の雇用確保にも暗い影を落としており、景気浮揚の大きな足枷になりはしないかと非常に危惧します。

明るい話題も必要で、10月28日からのプロ野球日本シリーズでは、奇跡的に両リーグの代表として阪神とオリックスの関西球団が選ばれ、是非とも素晴らしい試合を見せて観客を楽しませてほしいものです。昔から景気というのは、世間の人々の心の持ちようにもかかっており、難しい状況においても常に前向きに「明るいが一番」を意識したいものです。

< 11月の送付物 >

- ① 日本一明るい経済新聞 11月号
- ② ビープラッツプレス 最新号
- ③ 年会費納入のお願い(該当者のみ)

明るいシステム倶楽部

ホームページ



< 11月以降の主な活動予定 >

- |                              |                         |                    |
|------------------------------|-------------------------|--------------------|
| 11/4(土) 気楽な ZOOM サロン(35)     | 当倶楽部会員専用の交流の場です         | 20:00~21:30        |
| 11/15(水) 役員会議(40)            | 今年度事業計画の具体化(社長会等)       | 13:30~14:40        |
| 11/15(水) 明るいシステム検討会議(23)     | 「明るいこと」の意味ほか            | 15:00~16:00        |
| <b>12/11(月) 第62回 明るいセミナー</b> | <b>大阪産業創造館4階イベントホール</b> | <b>14:00~16:30</b> |

AKS 市民大学 (ZOOM 形式)

- |                      |                 |             |
|----------------------|-----------------|-------------|
| 11/8(水) 菊池教室(34)     | 「感性を育む和学講座、古事記」 | 20:00~21:30 |
| 11/25(土) 宮崎教室(38)    | 「あっ!と驚く問題解決法」   | 20:00~21:30 |
| 11/28(火) 柴原・松居教室(27) | 「みんなで考える明るい職場」  | 20:00~21:30 |

## 「100活」で明るく、元気に生きるシニアの心得

明るいシステム倶楽部会員 黒田 能弘 (くろだ・よしひろ)

しばらく、「終活」というキーワードで、投稿させていただいてきましたが、数名の方より、「終活」という言葉は、終わりとか終末期のことだろう？ 何か暗いし、死を想定するのは避けて通りたいので、ほかにいい言葉がないのかとご指摘があったのです。

わたしは、死を想定して、「今」を生きるという意味で、前向きに考えたいところなのですが・・・。  
まあ、そんなこともあって、この2・3ヶ月考えに考えたワードが、『100活』です。

人生100年時代といわれる昨今、100歳まで明るく・元気に生きるその心得・作法とは、いかなるものか？ 「生きかた」といっては大げさですが、「過ごしかた」といったらいいのでしょうか。わたしたちシニアが、これからの10年・20年をどのように過ごすべきなのか？

生かされていることにどう感謝すべきなのか？ ひとり一人の誕生したその使命感といったもの、そして、次世代に伝えるものとは、どんなものを少しは考えてみたいと思うのです。

その活動を『100活』と呼びたいのです。 (\*心得・こころえとは、辞書によると、あることを行なうのにあらかじめ知っておくべき、あるいは守るべき事柄、ある技芸を身につけていること。“お茶の心得がある”などといいますよね。ですから、シニアの心得は、今どきの「心がけ・覚悟」といったところでしょうか。)

つきましては、わたしが62歳より何度も読み返した人生に大切なもの、著者が読者に伝えたいメッセージを要約・引用し、皆さまに紹介したいと考えました。わたしは、そのメッセンジャーです。まずは、数字のついた良書から始めます。たとえば、『人生百年時代の歩き方』著者・

五木寛之であり、『気高く生きる100の知恵』宝島社であり、『100歳まで読書』著者・巒田隆史であり、『人生100年、長すぎるけど どうせなら健康に生きたい』著者・藤田紘一郎であり、『60歳からめきめき元気になる人』著者・榎本博明であり、『70歳が老化の分かれ道』著者：和田秀樹であり、『80歳からの最高に幸せな生き方』著者・帯津良一であり、

『80歳の超え方』著者・和田秀樹であり、『元気に下山』著者：五木寛之であり、『ジョン・レノンなぜ神道に惹かれたのか』著者・加瀬英明です。 次回から、100冊の良書を順次紹介させていただきます。たがいに学び、成熟しましょう！ 第2・第3のリスキリング(学び直し)、『100活』で悔いなき、“有終の美”をともに飾りたいと思慮します。

話しは変わりますが、BS朝日テレビ時代劇『無用庵－隠居修行』水谷豊×岸部一徳×壇れいさんほど、ハテナな活動ではないのですが、何かヒントがあるように思えて、毎回観ています(普段は、あまりテレビを観ないのですが)。このタイトル『無用庵－隠居修行』というネーミングをわたしは特に気に入っています。これも、『100活』の一環として捉えているからです。

「100活」メッセンジャー 兼 NPO法人高齢者・障がい者後見人の会 代表

◆西国三十三所札所巡り旅 (15) 番外寺院 真言宗豊山派 法起院 (奈良県桜井市)  
西国札所創始者 徳道上人と中興の祖 花山法皇

明るいシステム倶楽部会員：阿久根芳臣

行程：大阪市内から 59km (阪高、近畿道、南阪奈道、国道 165 号)

日本最古の巡礼道 西国三十三所観音霊場巡礼は、今から約 1300 年前の養老 2 (718) 年に、長谷寺を開山した徳道上人<sup>とくどう</sup>によって、尊創されたと伝わる。その後、次第にすたれていた西国札所の巡礼道は、花山法皇の巡拝を機に再興されたという。その為、花山法皇は「西国札所中興の祖」と尊崇されている。

今からおよそ一千年ほど昔、第 65 代・花山天皇がご退位になり、出家落飾して、花山法皇となられて後、熊野・那智山 (第 1 札所・青岸渡寺) から巡礼されて観音信仰ただ一筋におすがりし「南無観世音菩薩」とお称えしつつ周られたと云う。

(京都市山科の元慶寺<sup>がんけいじ</sup>は、花山法皇落飾 (ご出家) の寺、兵庫県三田の花山院<sup>かざんいん</sup>は、花山法皇が晩年を過ごされた菩提寺として有名で、2 寺院とも西国札所番外寺院として多くの巡礼さん達が訪れる処となっている)

ちなみに、今回番外寺院として挙げている奈良県桜井市の法起院<sup>ほうきいん</sup>。この豊山法起院はご本尊が徳道上人像、開基されたのが徳道上人で第 8 札所・長谷寺の門前町から徒歩五分ほどの場所にある。ご本尊の徳道上人像は、上人自作との伝承がある。本堂左奥の十三重石塔は、上人の廟所であり付近には葉の裏に願い事を書く葉書の木がある。

西国巡礼の始まりについては、奈良・長谷寺の高僧であった、先の徳道上人が急な病気でお亡くなりになり、冥途の入り口で閻魔大王に出会うと大王曰く「地獄は今、悪人であふれ返っておる。巡礼をし終えた者は皆、極楽往生を約束する。汝は娑婆<sup>しゃば</sup> (現世) に戻り、三十三ヶ所の観音霊場を広めよ」閻魔大王はこう言うと、徳道上人に三十三ヶ所の宝印を託したと云う。

(番外寺院) 豊山 法起院 本堂

この後、西国巡礼は一千年の興隆衰退を経て、なお現在でも巡礼の総数は、年間十万人を超えて親しまれているとのことである。(合掌～)



「大阪勧業展2023」に初のブース参加！！

明るいシステム倶楽部

副理事長 兼 事務局長 高村 和義

去る10月18日(水)～19日(木)に、大阪府中央区の「マイドームおおさか」展示ホール1～3階フロアで、標記イベントが盛大に開催され、無事2日間の日程を終えました。

明るいシステム倶楽部は、所属する(一社)大阪府産業支援型NPO協議会のもと、10のNPO団体が共同で3階フロア入り口付近に展示ブースを設けました。なお、展示ブース代は協議会から賄われ、各団体は展示パネルやチラシ等の経費を個別負担する程度で済みました。以下、個人的意見をご披露致します。

●初体験もいろいろ

個人的には、過去に各種の展示会場はかなり視察にも行き、複数回にわたり展示ブースの出展者側の経験もしましたが、今回は、複数団体の展示のせいか、一味違った色々な課題を見つけることになりました。

単独ブースにはない寄り合い所帯であり、個別団体のPR効果には若干限界もあると正直感じました。逆に、団体としての統一感のあるアピールがどれだけできたかという点では、今後の課題の一つになりそうです。それと同時に、当倶楽部を含む協議会の知名度はこれからという印象を受けましたし、参加することにより露出度を上げるいい機会にはなったように思います。

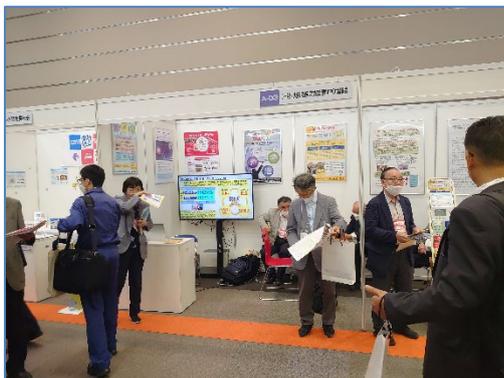
(1) 個別の課題への再認識；会場にて気の付いた点をいくつかご紹介します。

- ・チラシの配り方；大勢のスタッフがずらり並んで配るのは来場者に圧迫感を与えたため、一部修正。
- ・ブースの見せ方；アピール情報が多くなり過ぎない工夫が展示レイアウトの在り方等にも求められる。
- ・スクリーンパネルの活用；折角持ち込んだ機材だが、来場者にじっくり見て頂く処まで至っておらず、もっと有効活用できればと思う。

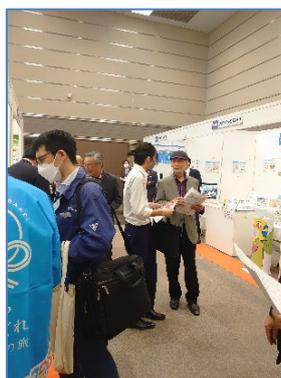
(2) 所属団体間の相互連携

・今後に向けては、本イベント或いは新たなイベント等への参加を想定し、将来にも繋がるように種々の検討ができればと思いましたし、様々な反省材料を得る、いい機会になりました。

最後になりましたが、入れ替わり応援をいただいた当倶楽部の役員一同に対しまして、また、協議会の和田理事長様をはじめとする各団体の役員の皆様には、改めて感謝の意を表したいと思います。



当ブース付近の風景（正面方向、通路方向）



当倶楽部のPRパネル