「伊豆の踊り子（下田街道）ウォーク」

第２ステージに参加して

田山　卓男

早朝５時、女房が仕掛けた目覚まし時計がけたたましく鳴って起床。リタイアしてからの自堕落な毎日に慣れた身体は、６時半までに富士宮駅に行くのにアタフタと大変である。今日は生憎の曇り空だが降りさえしなければどうということもない。今日の参加人数は会員の半数に近い１４２名ということでバス３台である。７時出発し道中恒例のゲームなどをしていれば予定通りに韮山反射炉に到着。体操後早速歩き始める。バスの車窓からも歩くコースでも、満開の桜と真黄色の菜の花があちこちに咲き誇っているのを堪能できる最高の景色で、狩野川の土手には、土筆・カラスノエンドウ・ノカンゾウなどがツクツクと芽を出しており、地元のご婦人が野蒜を摘んでいる。ウグイスやキジの鳴声が河原に響き渡る。視界をスウッと横切る姿は「アレッ燕ではないか？」富士宮ではまだ見ていないが、さすがに伊豆半島ではもうその季節なのだろう。１時間少々歩いて途中の公園で休憩すればすでに１万歩の余で、普段のゆっくりした散歩のペースよりもかなり早歩きである。右手の城山の絶壁の裾にも、斜めに１０本程の桜が咲いている。予定時間よりも１５分ほど早い１１時半過ぎに狩野川記念公園に到着して昼食。ここからは、更に８ｋｍ先の狩野ドームまで歩くグループと、「もういいや。温泉に入るよ」というゆったりコースに分かれ、私は勿論楽ちんな温泉コースである。１２時半に夫々出発したが、折悪しく雨がぱらついてきたので、「真面目なウォークコース」のグループは大丈夫だったろうか？伊豆市営の「湯の国会館」に向かったのはおよそ６０名。アルカリ泉にゆっくりと２時間余の時間を過ごす。バスに戻ればおやおや、真面目なウォークグループはもう着いていてバスで待っているのだ。こりゃあ申し訳ありませんでした。雨もほとんど問題なかったとのこと。富士宮駅にも予定より少し早く帰着。毎回の事ながら担当役員の皆さんのご苦労に感謝しつつ無事解散しました。

あの人・このひと

渡辺　祥子さん

♪げんこつやまのたぬきさん　おっぱいのんで
ねんねして　だっこして　おんぶして　またあした♪♪

「せんせいと手をつないで歩こうか」「うん！」ウォークに参加した教え子の園児と仲良く手を繋ぎ、歌いながら歩いている「しょうこちゃん」数年前のそんなほほえましい光景を覚えています。

祥子（さち子）先生は子供が大好き。通っていた保育科の学生時代の実習先は肢体不自由児の施設。そこでの生活は保育者としての道を歩む彼女にとっては強烈なものでした。「ここで働きたい！」と強く願ったけれど、跡取り娘の身。思い叶わず、市立保育園の保母さんの道を選びました。子供が大好きな祥子さん。自分の子供が生まれた時には自分の手で育てたいと願うも、周りの手助けや協力もあり、５６歳まで保母一筋で過ごしてきました。二人の娘さんも独立し、今は５人の男の子の孫のおばあちゃん。

退職した後は、歩こう会の行事にも今まで以上に参加したい、そんな事を考えていました。退職から一年後、住まいの猪之頭地区の婦人会長に推され、富士宮市全体の市女連の役員も仰せつかり、その上社会福祉協議会の委員としても活躍。活躍の場は、保育園から社会へ。いままでも、これからも、活躍場所は限りなく。「しょうこちゃん」はいつも笑顔いっぱいの「さちこせんせい」です。

“事務局よりお知らせ”

キャンセル返還金の取り扱いは原則として平日の開所時間に限ります。但し、あらかじめ平日の時間内に連絡いただければ土・日の返却も出来ます。

伊豆の踊り子（下田街道）ウォーク

佐野　和彦

悠然と尺余の鯉や春の川
頭上より鳩に見らるる余寒かな
腰までも浸かる釣師や花の雨
雨煙る風情ましたる桜かな

喜ばれている背当て

会では大分前から会員の長田仁さん手作りの背当てを会員優先に販売していましたが、会員外からも是非ほしいと云う声があり、お分けする事にしています。先般も富士山一周ビックウォークの際、大勢の参加者から要望がありお分けしました。先日は１人で４コも注文があり、お送りしたところ、大変よろこばれました。そして、こんなお便りもよせられました。

原文

富士宮歩こう会のみなさまへ

今日、背当て４つ届きました。ありがとうございました。
私は人が買っているのを遠くで見ていただけでほしくなり、頼みました。なのでどのようなものかも知らず、見てもいませんでした。今日手元に届いて驚きました。このように丁寧に作ってくださっているものとは・・・・。背当て二つをぶら下げて、風鈴のような感じで竹鈴を楽しみたいような、いい音がしました。宝物にであいました。そして毎回ご丁寧な対応をしてくださり、重ねてお礼を申し上げます。作ってくださった方、会の方、そして富士山でお世話になった方、皆さんありがとうございました。

富士山が好きで富士山一周ウォークに参加し、今度は富士五湖一周にも参加します。そして、今朝新聞広告を見て「ツキを呼ぶ　富士山の写真」という本を買って来ました。写真や本でなくても、生活の中に富士山が見える皆さんは幸せですネ。
いろいろお世話になりまして、本当に有難うございます。背当ては大事に使わせてもらいます

川崎市高津区千年 1030　柏木貴美江

くつのひもをといて　その36

メタボ

正式には、内蔵脂肪型肥満によってさまざまな病気が引き起こされやすくなった状態　（メタボリックシンドロームの略）
最近ウエストが気になり始めた。男性で８５㎝以上、女性で９０㎝以上（おへその高さで測定）はメタボの可能性が大である。恐る恐る測ってみる。　なんと９０㎝をオーバーしている。その他、血圧、中性脂肪、血糖値、等関係項目を人間ドックでの検査結果測定表から調べる。　判定は？　完全なメタボリックシンドロームであった。前々から思い当たる節があった。脂っこいものが好きでアルコールも好きで、最近ウオーキングも少し腰痛の為、控えている。いよいよ本格的に対策せねばと思案している今日この頃である。

事　務　所　の　休　業　日

５月４日（日）・７日（水）・１１（日）・１４日（水）
・　２１日（水）・２５日（日）・２８日（水）
◆都合により 11 日（日）を休み 18 日（日）を開きます◆