

# めじろむつみクラブ(MMC)会報

【第30号】 2014年(平成26年)9月4日発行

特定非営利活動法人(NPO)  
めじろむつみクラブ(MMC)事務局  
住所: 八王子市めじろ台2-37-12  
tel: 080-1038-6875  
<http://www.hachioji-mmc.com/>

## 【理事長のあいさつ】

皆様、例年にない記録的猛暑の中、熱中症もやっと下火になってきましたが、まだ油断が出来ません。如何お過ごしですか？

このたびは異常気象に追い打ちをかけるように広島の土砂災害が発生、たくさんの方の生命と財産を一瞬にして奪う大災害、皆さまと共に心からの弔意とお見舞いを申し上げます。

さて、このたびNPO法人めじろむつみクラブ(MMC)の宮川一雄理事より植木作業用の長梯子他機材の無償提供を受けました。

この機材は理事が日頃地域貢献のために愛用されていたものです。

このたび突如として襲われた脳出血のため、作業困難となりMMCに寄贈されたものです。この理事の気持ちをありがたく受け止め、大切に末永く愛用させていただきます。

ありがとうございました。



理事長 高橋 光男

## 【26年度のMMC総会 無事終了】

5月24日、14時~15時30分までライオンズマンション集会室で正会員参加のもと、MMCの総会が開催され、25年度事業報告、26年度事業計画、予算が全員一致で承認されました。

今年度は2年に一度の法人再登記の年、代表理事として高橋理事長が、また新任理事として加藤幸子さん、監事として池田えり子さんが選出され、法務局への届けが完了しました。

## 【26年度作業状況】

### (1) 生活支援事業

4月1日から8月23日までの作業件数は66件(前年度は55件)金額面で年初計画の47.1%を達成しています。

作業内容としては、植木剪定、除草の他に障子の張り替え、雨どい修理、電球交換、不用材の片づけ処分、水道の補修、汚水桝の漏水補修、郵便ポスト補修他



C 邸植木剪定後の清掃状況



w 邸雨どい交換作業

## (2) 地域交流事業（有償分）

作業件数は 17 件（前年度は 6 件）金額面では年初計画の 78.9%を達成しています。

作業内容としては昨年から継続しています駅前喫煙所の清掃、やはり駅前の店舗横の植木ポットへの植栽と、水遣り他管理、各町会を通しての空地の草刈、処分、めじろ台祭りでの資材運搬等があります。

また今年、万葉公園内の子供文庫玄関に棲みついた浮浪者を排除するための扉を取付ける仕事を、一丁目町会の紹介により公園管理者である「ゆめおりパーク」より頂きました。



万葉公園子供文庫入り口に扉設置



子供文庫入り口扉完成

## (3) 広報活動事業

- 1) 7月21日、八王子高齢者活動コーディネーター会主催の「八王子シニアカレッジ」（17人参加）において、東 理事が「NPO 法人めじろむつみクラブの歴史と私のいきいき人生」のタイトルのもと、1時間30分講演を行ないました。

内容は、有償ボランティアであるめじろむつみクラブがどのような経過で設立されたか、地域の方々との相互の有償による助け合い、文化活動他事務局長としての役割、生きがいや問題点等を述べたものです。

（事務局）



八王子シニアカレッジ



- 2) 10月24日（金）午前10時～12時までめじろ台第1会館でめじろむつみクラブの活動状況を説明する会合があります。

これは八王子市市民活動支援センターの主催、八王子のまちづくり先進事例を学ぶ「NPOめぐりバスツアー」で午後からは他の2箇所を回るそうです。

地域のニーズに合った方法でまちづくりを行うためのヒントが得られるようにとのことです。先着20名で、弁当込1,000円だそうです。

詳しくは市民活動支援センター電話042-646-1577にお問い合わせください。

（事務局）

#### (4) 高齢者に関わる事業

##### 「法話を聴きませんか？」を開催しました

日時：6月23日（月） 10:30～12:00 （開場：10:00）

場所：めじろ台第一会館

会費：今回は無料

講師：高楽寺（狭間町）佐藤秀仁住職（高尾山薬王院有喜寺・法務課長）

約40席用意した会場は満席でした。法話が終わって散会時に皆さん異口同音に「よかった！」との声。中には「もう一度聴きたい」「もっと多くの人に聴いてもらうといい」などの声もありました。通常のお仕事のほかに、テレビ、雑誌の取材対応、登山者への説明役など多忙な中、お出で頂いたのですが、ご住職の法話の内容、話術の上手さに感動したというところでしょうか。

講演内容は、先ずミシュラン3つ星の指定を受けてから、年間3百万人が訪れる高尾山の歴史から。聖武天皇の御世に、関東全体を鎮護する寺として創設。その後、荒廃時期もあったが、南北朝の後期に、醍醐寺からお山に来られた僧・俊源により興隆。もともとは不動明王である飯縄権現が御本尊。真言宗・智山派に属し、総本山は京都・智積院。末寺は3,000に及び。

高尾山薬王院、成田山・新勝寺、川崎大師・平間寺の3つが本山、別格本山として高幡不動がある。

お話は、続いて修験道について。高尾山は、火の行、水の行、山の行とある。

歴史的には修験の山である高尾山は、悟りの導きとなる炎、それは不動明王そのもので、火渡りをはじめ、御護摩焚きがある。

水の行は、滝に打たれる修業。山の行は、高尾山から富士山頂までの山伏修行。

昔と歩く道は多少違うが修業の一つである。これに関連して、ご自分の山伏修業時代の紀伊山地・大峯山の絶壁「鐘掛岩」のお話も。

続いて山伏の身に着けるモノについて種々解説がありました。例えば頭頂に着ける

「頭襟」（ときん）。なぜ黒い色なのか、内側に12の筋が通っているがその理由。

修業中、コップの代わりにもなるなど。

最後は、3.11のお話。その年の4月に福島に。その後宮城（石巻）へ。ガレキといった言葉はむしろ不謹慎で、生活用品そのもの、特にランドセルなどをみると、心が痛む。夜になり、周りは真っ暗、夜空の星がほんとうに美しい。人間の小ささを感じる。

被害に遭われた皆さんから「いつまでも忘れないで」と。

1時間30分、立ったままで一気に話をされ、最後に法螺貝を。

結びの言葉は「きょうお集まりの皆さんは、与えられた人生を全うに暮らして頂きたい。思いやりの気持ちを持って助け合うことが大切」……。



山伏姿での法話熱演

#### (5) 今後のイベント（計画）

（講座開催事業担当 坂元芳彦）



### 1) 趣味の作品展

今年で 10 回目を迎える「趣味の作品展」は、多くの方に出展して頂きたく、めじろ台地区は町会回覧で、また会員の方には出展のお願い文書をお送りしますのでお問い合わせ、出展をお願いします。

開催日：11月22日（土）～23日（日） 会場：めじろ台会館

### 2) クリスマスコンサート

今年のコンサートはめじろ台会館で、12月4日（木）13時30分から行います。演奏者については検討中です。

### 3) 落語公演会

恒例の大学落研による「めじろ寄席」は来年2月または3月に開催予定です。

## 【新会員の紹介】

5月1日以降8月31日まで、宮崎敏子、大嶋武彦、渡辺茂夫、西巻昌美、山川正泰、松本展子、近葉恵美子、牧田洋一、柗澤ひろみ、柳瀬 満、中西春美、佐藤美佐子さんが入会されました。退会者を除くと総会員数は173人になりました。

## 【宮川一雄理事の7ヶ月にわたる闘病記】

平成26年1月16日 早朝5時我が家において脳出血で倒れました。救急車で運ばれてから7ヶ月の長い入院生活を送り、8月12日に退院しました。まだ補助者つきで杖をついてやっと30分程度ゆっくりと歩き、言葉もこもりながらも話すことができ、日常生活がどうにか出来る程度に回復してきました。

入院時の後遺症は右半身はほとんど動かない、言語・記憶の一部が不自由などでした。

初めの1ヶ月は東海大学八王子病院に入院、その後リハビリに優れている永生病院に転院し、入院期間は最大6ヶ月間と宣告された中でのリハビリに専念しました。毎日理学療法士による下半身、作業療法士による上半身、言語聴覚士による言語など各1時間ずつ。入浴週3回、それに後半は自主トレーニングがいろいろ加わり、結構多忙な日々でした。

また脂質面（コレステロール）で若干問題（原因の一つ）があったので、食事面で少し制約を受けましたが退院前に改善され、血液検査では全て正常になりました。詳細に触れますとLDL（悪玉）、HDL（善玉）の個々の数値が基準値内になり、双方の数値が次の計算式  $LDL/HDL \leq 2.0$  に収まるのが条件です。

長い入院期間中、病院では4月の桜祭り、7月の夏祭り、その他小グループでの料理教室などが催されました。それに7月はめじろ台祭りの御輿、山車などの盛大な訪問を受け、しばし入院生活を忘れ大いに楽しみました。めじろ台の皆さんありがとうございました。

「何で俺が？」、仲間のほとんどが「宮川さんがどうして？」と思うように、全く原因が分かりません。植木屋の仕事は多忙でしたが体はスリムで元気、毎年人間ドックにかかり異常がないし、今年も前日もかかりました。ただ血圧が150となり作年の130よりチョット上がり「3ヶ月後再検査」と診断されました。ただ今思うと昨年末は肩こりがありました。

だから健康に過信・油断は禁物です。気になるところは専門家の診察を早めに受け、日常の生活から十分注意することがベターと思います。（今健康だから安心？ 明日は??）

本当のリハビリはこれからです。実生活に合わせた体に近づけるように、毎日妻の協力を得てトレーニングをしております。それに加えて訪問介護などで週3日ほどリハビリを行い、徐々にではありますが回復に向かってきています。

（宮川一雄 記）