

<第190号>

事務局だより

平成31年3月11日発行

現在の会員数

合計 202名

(男性 138名)

(女性 64名)

□新年度会費の納入と就業希望調査書提出のお願い

3月12日以降に、地域班長が31年度会費の徴収と就業希望調査書の回収に伺いますので、ご協力をお願いいたします。就業希望調査書は、毎年提出していただく調査書となっていますので、就業を希望する方は必ず提出してください。

【会費の額】

- ・ 一般会員（就業を希望する会員）・・・ 3,500円
- ・ ゴールド会員・・・ 2,000円

（ゴールド会員とは、就業はしないがボランティア活動等の行事だけを希望する会員）

【会費徴収期間】

3月12日(火) から 3月26日(火) まで

あなたのお宅へは、

3月 日の、午前・午後 時頃に伺う予定です。

おつりのないようご協力ください。また、就業希望調査書の提出も合わせてお願いいたします。

なお、都合が悪い時や、すでに事務局へ直接支払った場合はお知らせください。

（班長 ）（☎ - ）へ

お知らせください。

□「出前講座くろいし」開催について

家事・介護班の知識と技術向上に取り組むため、黒石市役所の「出前講座くろいし」へ依頼し、「認知症を予防しよう」についての講座を開催します。自分には関係ないと思っている方でも、知識としてお話しを聞いても損はないと思いますので、是非ご参加ください。

日 時 平成31年3月27日(水) 午後2時から3時30分まで

場 所 黒石市シルバーワークプラザ 2階 研修室

※申込：平成31年3月20日までに事務局へ申し込んでください。

□理事長のつぶやき ～涙は寿命が延びる？～

立春が過ぎても寒さが残り、身に染みる事を“余寒”と言うようだが、3月に入って1m以上もあつた雪が日毎に消える様子を見ると、確実に春の息吹を感じるようになりました。

さて、外山^{とやましげひこ}滋比古氏（お茶の水女子大学名誉教授）は、自身の著書“老いの整理学”の中で、赤ん坊や女性は泣く事で長生きすると記している。泣く事が長生きに繋がるという面白い発想は今まで聞いた事もないので、皆さんにもその一部を紹介します。

それによると、『子供も女性も男の大人より強いとすれば、涙を流し泣く事によって、自ら相手の心の中のわだかまりを解消できるためかもしれない。泣く事を封じられた男は誠に厳しい立場にあると考えるべきだ』。さらに『殊に、おじいさんは泣く事を抑えられているので、どれ位寿命が縮む思いをしているかよく考えてみたい』と。また、『老人は赤ん坊に似ていて、還暦になると赤いチャンチャンコを着て、まるで生まれ変わったかのように祝う。赤ん坊にはなりきれないが、なるべく赤子のまっさらな心を取り戻したい』とも。

その最たるものが涙であり、泣く事であるという。『いい年をして、しかも男たるもの涙なんか見せられるものか、泣くなんてとんでもないと思っている男性は多い。大切にし、長生きしたいなら心を鬼にして泣く事であり、それが普通であり決して恥ずべき事ではない』というのだ。

最後に、外山氏は『気の毒な人の話を聞き、涙を流すとその後が何故か清々しく、不思議と元気になれる。しかし、相手の自慢や手柄話を聞かされても純水な気持ちにはなれない、だから涙は浄化作用だ』と言うのである。

よく考えると思い当たる事がある。それは家内の事だが、テレビを観てはよく涙を流しているが、その後はケロッとしている。年を取って涙腺が緩くなったのかもしれないが…。もし、これが長生きの秘訣だとすれば、男だから涙を流し泣いてはいけない、みっともないなどと思う事は今年から止めようと思う。

もうすぐ春の風物詩、第91回選抜高校野球（3月23日から）も始まり、若人の血と汗が弾けるその試合に感動し、熱い涙を流しながらテレビにかじりつきたいと思うこの頃です。

発行 公益社団法人黒石市シルバー人材センター
〒036-0306 青森県黒石市大字内町61番地1
TEL 0172-52-5131
緊急連絡先 080-6011-5131