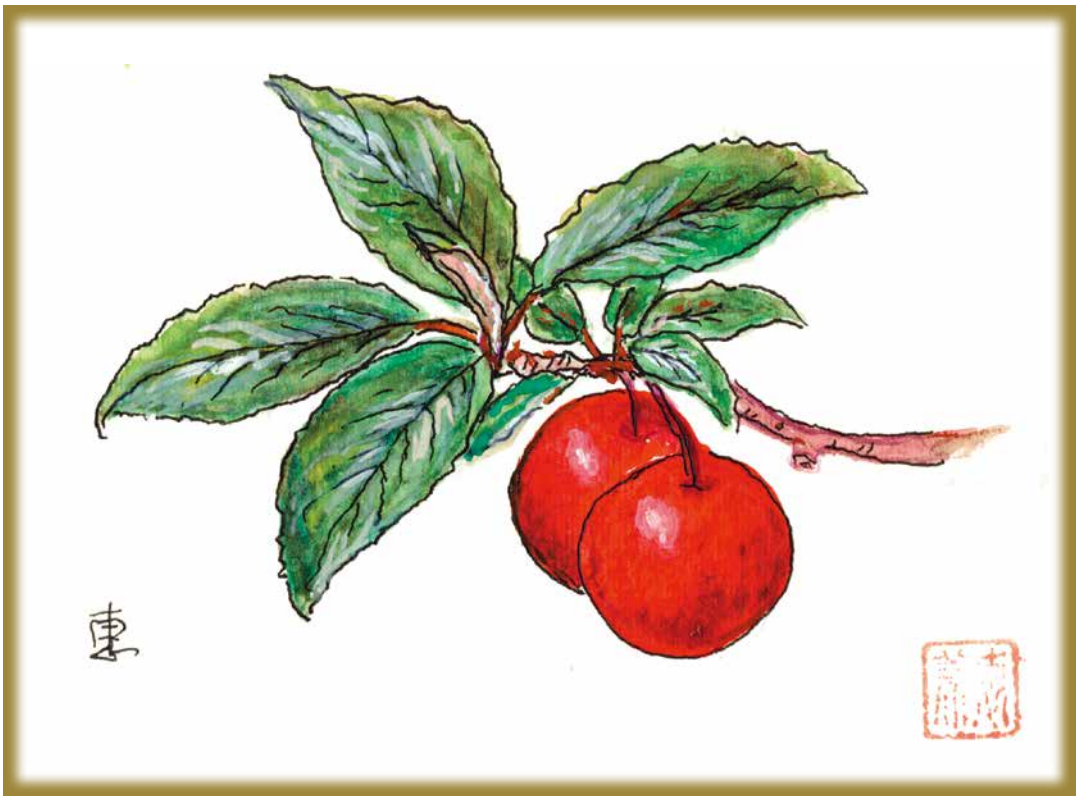
あきた
札幌秋田県人会会報

創立126年
第13号
発　行　札幌秋田県人会
発行人　齋藤　和雄
住　所　札幌市中央区大通西１丁目
桂和大通ビル50
地下１F
電　話　011－211－4431
ＦＡＸ　011－211－4432

札幌秋田県人会

さくらんぼ



日野西　恵美子（能代・山本会）

形も色も
香りも味も
こんなにも
とりどりにさまざまに
百種百様に
千も万も
アイデアされる方は
どなたなのでしょうか
草も木も花も小鳥も
果物もお野菜も
みな美しくありがたく
ふしぎふしぎを
秘めてるのですね

札幌秋田県人会広報委員会

県人会の課題

会員の掘り起こし
新しい発想で
男鹿南秋会の試み

男鹿南秋会
会長　鎌田　強

「人はいつまでも故郷を身に着けている」といったのは「すべての道はローマに通ず」という格言で有名なフランスの詩人ラ・フォンティーヌだ。幼少期や多感な青春を過ごした故郷は良くも悪くも忘れ難いものがある。人はよく「第二の故郷」という表現を使うがそれは「第一の故郷」とは苦みや甘酸っぱさや身体の奥から湧き出てくるような粘着質な感傷と程遠く、良いとこ取りの感覚に過ぎないのではないだろうか。ともあれ「第一の故郷」は特別な範疇にあるものだ。

そういったほとばしるような感情が強い方々が県人会を支えているのだと思う。

しかし、県人会の様相が変わってきた。一番の変化は会員数の減少だ。その原因はさまざまあろうけれど、これからも否応なしに会員が減少していくであろう県人会のありかたはそれにつれて変わって行かなくてはならないのではないか。そういう意味で十一月にサッポロファクトリーで行われる「きりたんぽ会」は画期的なことだと思う。

わたしもグルメと酒をメインにしたイベント企画書を提出したことがあった。県人会は秋田のファンを増やす方向にシフトし、そこから会員を掘り起こすという発想からだった。「きりたんぽ会」はその起爆剤になりそうだ。

男鹿南秋会は県人会に習い、昨年から役員の多大なご協力のもと「だまこもち会」を始めた。そこから少しでも会員増を図りたい。

会員らに喜ばれただまこもち会

秋田のファン増　好評だった きりたんぽ会

おいしそうなだまこもち鍋

藤井婦人部長手づくりのだまこもちの材料

「札幌大通り」を構想
島判官の功績語り継ぐ
北海道神宮で顕彰の集い
関副会長ら3氏が参列

北海道開拓の父、札幌開府の祖といわれる島義勇判官顕彰の集いが命日に当たる四月十三日、北海道神宮で開かれた。

島判官の札幌の街づくり、北海道開拓に尽力した功績を後世に伝えようという顕彰会の主催。札幌秋田県人会にも案内があり、関副会長、菅埜幹事長、鈴木事務局長の三人が参列した。

島判官は、札幌の本府づくりに積極的に取り組み、円山のコタンベツの丘に上り「この恵まれた平野にいずれかの日、世界一の都になるだろう」と漢詩にその夢を託した。

現在の札幌大通りは、島判官の構想によるもので、創成川のほとりの南一条西一丁目の角を起点とし、道幅約百メートルの大通りを造った。その北側に官公庁街、南側に商店や一般住宅を建てるというものだった。

島義勇はこのあと、秋田県権令などを務め、北海道と秋田にゆかりのある人物としても注目される。しかし、故郷の佐賀の不穏な動きに関わり、敗れて処刑される。

集いでは、出席者は島判官の功績と遺徳を偲び、業績をたたえ、次の代に継承していく決意を新たにした。

また、日本放送作家協会の合田一道氏の記念講演に熱心に耳を傾けていた。

島義勇像＝札幌市役所ロビー（ガイドブック「開拓の群像」から）

平成27年度 札幌秋田県人会総会

イベントで親睦深めよう

県人会の活性化を 齋藤会長が意欲

昨年五月二十三日、札幌秋田県人会創立一二五周年記念総会・記念式典を実施して一年が過ぎました。私にとりましては昨年会長に就任して、記念式典を始め数々の行事を終えて、明治二十二年設立の歴史ある県人会のこれまでの歩みを考えた時、その重さに深く頭が下がる一年であり、ここに改めて、札幌ひいては北海道でこれまでご活躍されて来た皆々様に心から敬意を表する次第です。

さて、この一年間に行った行事を振り返ってみますと、一二五周年記念行事には、ご来賓を含めて一五〇名余りの参加者を得て大変盛会裏に終了することができました。これもひとえに皆様のご努力のお蔭によると、深く感謝している次第です。次にしばらくこれまで途絶えていた佐竹知事並びに秋田県庁への表敬訪問が実現したことです。急用のため知事は東京ご出張で留守でしたが、堀井副知事が、知事の代理で対応して下さり、夜の会食にまでお付き合い頂き、目的を充分果たす事が出来ました。青森、岩手、秋田の三県合同事務所が閉鎖されてから県人会の活動を支えているのは「秋田情報ぷらざ」であり、「ぷらざ」のさらなる充実発展を図るためにも県人会は、もっと力を注ぎ、県とはもっと太い絆で相互に役立つように努力する必要があると考えています。県庁訪問時、秋田県が当番となった第二十九回国民文化祭に出席して三代盆踊り大会、全国花火大会を見学できたこと等は大変有意義でありました。

現在、会員は一五〇〇人余りですが、県人会の課題として、会の活性化を図るためには①新入会員の増加に努める、②会員に喜ばれる行事の企画、③各郡市会同志のさらなる連携と情報交換、④経済基盤の充実、が挙げられています。⑤現存の役員会の在り方の検討が挙げられます。①に関しては各郡市会会員と情報ぷらざのご尽力により二一〇名の新入会員を募る事が出来ました。②については「きりたんぽ会」の宣伝により参加者が昨年より増えて、二八〇名が参加しました。また、ゴルフ同好会を発足させ、親睦を深めるきっかけを作ることが出来ました。④に関しては地道に活動資金を増やし、慶弔規定を会則に載せるなど充実を図りたいと思っています。⑤については検討の必要性の有無について論じたいと思います。

以上、会長に就任して一年経過して感じた若干の事柄について述べましたが、会員に開かれた楽しい有意義で役に立つ県人会をモットーに努めたいと思っていますので、ご意見をご遠慮なく頂けますようお願い申し上げます。

家族ぐるみで楽しもう

知事表彰に松井、松橋氏

札幌秋田県人会（齋藤和雄会長）の平成二十七年度総会と懇親会が五月二十九日午後五時三十分から札幌市のノボテル札幌で開かれる。（予定稿）

総会には会員をはじめ、来賓として秋田県から知事代理として金田早苗出納局長、道内の秋田県人会会長らが出席。黙祷と県民歌斉唱のあと、齋藤会長があいさつし、ボランティアによる県人会活動の輪を広げる取り組みを呼びかける。事業として好評のきりたんぽ会を、あきた情報プラザらと共催、さくらんぼ狩など家族を巻き込んだ企画に力を入れる。

引き続き懇親会に移り、県人会の発展に尽くした北秋・松井竹松、仙北・松橋敏昭の両氏に秋田県知事感謝状が、また次の3氏に札幌秋田県人会長賞が贈られる。会場ではアトラクションとして民謡、津軽三味線などが披露される。

○県人会長表彰

白旗　和朗（仙北）

堀川　輝男（横手平鹿）

佐々木久男（横手平鹿）

事業計画次の通り。

○北東北3県県人会交流会（七月二十三日午後六時、札幌パークホテル）

○開拓判宮島義勇顕彰祭への参加（四月十三日　北海道神宮）＝2ページ参照

○きりたんぽ会（十一月十一日、サッポロファクトリー、ビヤケラー札幌開拓使）

会則三条に定めた親睦事業として①ゴルフ愛好会員による競技会を年六回実施②ジンギスカンを食べ、花ショウブを見る会（6月ごろ）③会員家族を対象にしたさくらんぼ狩り（10月ごろ）

（広報委員会）

あきた情報プラザ

あきた情報プラザの27年度連合会協働事業が三月三十日、KKRホテル札幌で開かれた事業推進委員会で決まった。

プラザは、秋田県と秋田県人会北海道連合会との協働事業を通じて北海道内における秋田県のイメージアップに資するのが目的。道民への観光や物産の宣伝活動はパネル展示と観光パンフ、県産品の販売、試飲試食会、イベントなど多岐に浸る。

プラザは四年間を迎え、来所者は年々増え、今年度は五、五〇〇人を目標にしている。これは当初の　倍に当たる。

「プラザ通信（仮称）の発行を計画している。道内各県人会と連携強化を図る。

（広報委員会）

踊ってふるさと賛歌

写真で見る125周年の集い

撮影・写真提供　保坂　史郎氏（広報サポーター）

鏡 割　125周年を祝い威勢よく酒樽を開く・・・

デュエット　息もぴったり

秋田県の市町からも参加しました。

大仙市副市長
老松　博行さん
（後列右から三人目）

昭和五十二年に大学卒業後、四年間暮らした秋田北盟寮から大曲に戻って早三十八年が経ちました。

北海道はこれまで十数回しか訪れることのなかった私だったが、昨年の県人会一二五周年の式典に参加できて本当にうれしく、有意義なひとときだった。会の役員菅埜誠君、小野信君は同年齢で大学も同じ。北盟寮で同じ釜の飯を食った仲。小野君とは卒業以来の再会。三人とも還暦を迎え、それなりの風貌（？）。三人だけの三次会では、学生時代の思い出や近況など、話が止まらないほど盛り上がり、札幌での再会を約束した。

式典祝賀会開催に尽力された皆さまに感謝申し上げます。

美郷町長
松田　知己さん
（後列左端）

「土地には香りがある」

ある人から伺ったことのある言葉。確かに自分が足を運んだ各地、とりわけ海外では、飛行機から降りた直後に日本とは違った香りを感じる。しかし、ここで言う土地の香りは、物理的な香りを指したものではありません。

各々の土地は長い時間の積み重ねで形作られている。その核心には、人の営みに因らない地理的、気象条件、産業構造や歴史などが存在している。そうした事柄すべてを合わせたところから醸し出されるのが土地柄。つまり気風なのだろう。

曰く、それこそが「土地の香り」なのだそうだ。

北海道は、自然と人、人と人との関わりが濃い土地柄に感じられ「大らかさ」とともに今流行の「あったかいんだろう」と心の温かさの印象が浮ぶ。

その香りを、昨年の県人会一二五周年で充分に感じた。県人が持つ「人の好さ」を下地に、北海道の香り漂う皆様との懇談はとても楽しく、心地よいものでした。

歌って

基調講演「健康長寿」

がん予防12カ条実践を

会長　齋藤　和雄

皆様、お晩でございます。一二五周年をお祝いする基調講演を依頼され、大変光栄に存じます。

何を話したらいいか、いろいろ考えましたが、現在、高齢化とか、介護などの問題が話題になっており、私たちも関心があるので、「健康長寿」をテーマに上げることにしました。釈迦に説法ということになると思いますが、よろしくお願いいたします。

「健康」の定義についてですが、スイスのジュネーブにあるWHO（世界保健機構）で出しているのですが、「健康とは、精神的にも肉体的にも病気がないというだけではなくて、社会的にも良好な状態にあること」といっております。社会情勢が目まぐるしく変わる中で、社会的に良好な状態をどのようにして確保したらよいか、これが、私共に与えられた大きな課題でもあります。

そこで、日本人の平均寿命は男八〇歳、女八七歳で、常に男性は女性に近づけない。七歳の差で推移しています。男性と女性の生活に温度差がある。皆さんにお伺いすると、ああ、こういうことか、とわかります。

そこで、世界で一番の長寿国と言えば、以前はスウェーデンなど北欧の国々でした。今は、日本、スイス、アイスランドです。スイスは男八〇歳、女八五歳で、アイスランドでは男八一歳、女八一歳です。ご承知のように、アイスランドは北極圏に近く、素晴らしい温泉が沢山あります。

北海道も、各地にかけ流しの温泉が沢山あります。秋田も温泉地帯で、東北六県は温泉に恵まれています。そういう地の利を得た地勢を利用した方が長生きするのではないかと思います。

アイスランドがそういうことで、男性が長寿一位です。女性は日本が第一位です。ちなみに、フランスは男七八歳、女八五歳、お隣の韓国は男七八歳、女八五歳、中国は男七二歳、女七七歳です。

非常に寿命の短いところは東南アジアにありましたが、現在、世界で一番の短命国は南アフリカで、男五四歳、女五七歳で五〇歳代です。

アメリカはどうかと言いますと、男七六歳、女八〇歳です。どこの国も、女性と男性に差があるのが実態です。

平均寿命は、その年に生まれた〇歳の子どもが将来、何歳まで生きられるかという指標です。平均余命は、ある年齢、例えば五〇歳まで生きた人はその段階で、あと何年生きられるか。という指標です。したがって、五〇歳の平均余命は三五歳で、平均寿命の八〇歳から五〇歳を引いた値ではなく、これにおまけがついて、あと三五年、すなわち八五歳まで生きられるということなのです。

女性は五〇歳だと、五〇に三八を加えて八八歳となります。参考までに、六〇歳の方は二三歳加えて八三歳、七〇歳の方は一九歳加えて八九歳。八〇歳を迎えた男性は八年、女性は一一年で、男性八八歳、女性九一歳となります。

ところで、人間の寿命はどのくらいまで生きられるんだろうか。ということになりますが、最近、一〇〇歳までは十分に生きられる

（次ページへ）

祝宴　近況や郷里のことを語り合った

静聴　医師でもある齋藤会長の講演に聴き入る

バンザイ　望郷を糧にあすからまた頑張ろう

2014・5・24

ふるさとの風景

五能線（秋田・東能代駅と青森・川部駅間）

手つかずの自然　人間の温もり

私のふるさと八峰町を走る五能線について北海道ではあまりは知らない人が多いようだ。「あの、秋田音頭の〝八森ハタハタ〟の八森を通るローカル線だよ」と説明すると、相手も初めて合点がいく。

一方、灯台下暗し。自分の出身県のことが分からず恥をかくことがある。

五能線は、近年、水森かおりの歌が全国に流れ、白神山地が世界自然遺産に指定され、全国区、いや世界中の人の目に留まるようになった。しかし、私にとっての五能線は、高校生になるまで馴染みが薄かった。それは私の住む集落が、同じ八峰町といっても、海岸線を走る五能線からほど遠いからである。私の生まれ育ったのは山の近くの村だ。隣接の能代市に通うのにバスか、自転車だった。汽車に乗る機会はほとんどなかった。

五能線は秋田・東能代駅と青森・川部駅を結び、全長一四七・二キロ。沿線市町村の通勤、通学の足となり、かつては農水産物の輸送に大きな役割が果した。

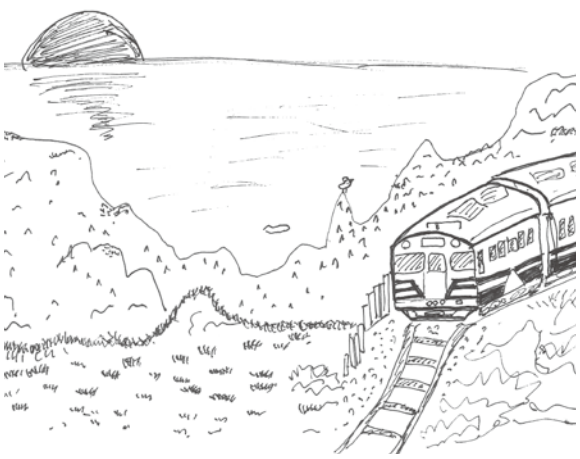
縁のなかった私が五能線を強く意識したのは高校生のとき。能代市内の高校に汽車で通う〝汽車通〟が、能代高校の場合、全校で三〇人はいただろう、と当時の級友が話す。当の級友氏は青森県の岩崎から一時間半かけて通学していた。

「早朝五時には起きて七時半の列車に乗る。帰りは七時過ぎに自宅に着く。汽車が平常通り走るなら問題ないが、雪や風で遅れたら遅刻。授業は三時限から」苦労話は尽きない。

大学を卒業し、北海道に就職すると、懐かしいふるさとを思わない日はない。五能線の沿線は、大きくグレードアップした。秋田と青森にまたがる白神山地が、「手つかずのブナ林」が評価され、それにつれ〝世界の五能線〟になった。観光産業学術などでクローズアップされている。

海岸線から望む夕日は日本一。俗化しない自然の美しさ。温泉はたくさんあり、美味な魚介類など人気を集める。リゾート列車が走り車内で三味線による津軽民謡の生演奏が披露される。四季折々の自然の魅力に加え、土地の人の温もりが私たちに元気をくれる。

（広報サポーター・北川）



海岸線を走る列車と水平線に沈む夕日。反対側に白神山地を眺望できる

秋田辯を文化遺産に

いつかの秋田県人会で、秋田の方言のクイズがあり私に「ネマレ」の言葉が当った。「座る」と翻訳したが、後で若い方が家で「ネマレ」なんて聞いた事もない。テレビのお蔭で標準語で育ったというからたまげた。秋田辯がいつか地球から失せる日があるのだ。

同じ頃だ。小学生の孫たちが、秋田辯を教えてほしいという。質問に応えて「額はナズギ、ゲホともいう。頬はホペダ。眼はマナグ。お臍はヘッチョ。お尻はケッツ」きりがなかった。イントネーションが違うとてゲラゲラ大笑い。学校でも大うけだったという。

若い日を東京に住んでた私が秋田の兄に電話するや「わがったでば、待ってれえ。今助げてやるど、ヂェンコすぐ送るがら、待ってれえ」となつかしい秋田辯は春風のようだった。又、先日は大舘の甥の嫁さんと電話で話をしたが、何て優雅なやまとことばか。「あえー。札幌の叔母さんだすか、うちの父さんだば、もう出かけだすもの」

おっとり香るような語り口に酔いしびれてしまった。

秋田辯は美しくやさしい。

（能代・山本会　日野西恵美子）

基調講演

（前ページから）

ということがわかりました。

有名な「オールドパー」というウィスキーがあります。あの有名なトーマスパーは一三七歳まで生きましたので、その意味を標榜したものですが、一般の人は、酒はほどほどにした方が寿命にはいいと思います。

大事なことは、高齢化しても生きる目的を持って、さらに希望を持ちながら生きていくという気構えが大変大事だと思います。元気がなくなり、仕事もなくなり、自分は年だと思う人はたくさんいますが、そうは思わないで、もっと自分は頑張るぞという意思が大事です。

私は予防医学を専門としていますが、なにより、人間は機械と同じで、限界があり、故障し動かなくなります。ただし、毎年、保守点検、すなわち健康診断をすることが大切です。体調不良を感じたら、すぐ点検をした上で、その経過を監視して早期治療で解決する。これが健康維持する秘訣であります。

予防医学とは健康に影響するものを早期に点検し、病気を阻止するために、発見に努め、早期の対策を講じることです。第一次予防は、食生活を含めて、生活環境を整えることであり、毎年健康診断や人間ドックを受けて、異常を早く見つけて病気は発病しないうちに手を打つこと、これが第二次予防です。

医学、医療が進歩し、心筋梗塞とか狭心症が少なくなってきています。心臓を動かす原動力となる血液を心臓に送る冠状動脈が動脈硬化で細くなり血の流れが悪くなると、これらの病気が起こります。今ではそれを早く発見できるようになりました。

生活習慣病とは、生活に関連して発症する病気で、特定健診はそれらを早期に見つけるための健診で、予防に重点を置いている施策です。

最近の疾病統計では癌が死亡率の第一位を占めています。二番目は心臓疾患、三番目は脳血管疾患、次いで糖尿病、高血圧性疾患の順です。癌の死亡率は人口十万人当たり二八六・四人、心臓疾患は一五七・七人、脳血管疾患は九六・五人です。昔は、結核が死亡率の第一位でしたが、戦後二五年頃から減って癌が第一位になり、癌の予防が欠かせない時代に入っています。

（次ページへ）

すべての人に感謝、感謝

昭和六十年に退職して以来、三十年の歳月が流れました。

顧みますと、その間在職中と変わらない程忙しく過ごしてきましたが、これも健康であることと、何かする事を与えて下さる方々のお陰と感謝しております。

その中で最も心に残るのは、昨年札幌秋田県人会の記念誌の表紙を、水引花火絵で飾らせて頂いたことです。そのお陰で大曲の花火の宣伝は勿論のこと、私の水引花火の宣伝も大なるものがあり、有り難く感謝しております。

昨年の記念誌には有り難いことに、私の尊敬する日野西恵美子先生が、水引花火の説明欄に、水引の由来と私の経歴を、自ら書き加えて下さったことで、一段と絵が輝きを増したと思われます。本当に畏れ多くまた光栄なことと感謝に堪えません。

その発展として、昨年夏、大仙市の友好都市韓国唐津市に、水引花火額が海を越えて届けられ、微力ながら国際交流に一役買うことになりました。またこの度、小冊子「いのちの環」の美のステージに掲載されることになり先日取材が終わったばかりです。そして今札幌秋田県人会から原稿依頼があり、私の頭は回転し通しです。ボケ防止ともなり、本当に有り難いことです。

秋田県人会の皆様を始め、私をとり巻くすべての方々に感謝し、喜びを満喫している今日この頃です。

終わりに、札幌秋田県人会の益々のご繁栄を心より祈念申しあげる次第です。

（大仙・仙北会　嵯峨　トシ）

九〇歳へGO 同期「三人会」

私たち、柴田・庄司・山田の三人は北秋田郡阿仁合町、現在の北秋田市阿仁銀山で同じ小学校、中学校、そして高校は鷹農と同じ道を歩んだ同級生である。

一九五八年、即ち昭和三十四年四月偶然にもそれぞれ北海道に職を得て来道し、五十有余年の道民生活を送っている今年御年七十五歳の高齢者トリオである。柴田は国家公務員、庄司は会社員、山田は道職員と職場はバラバラで、庄司はずっと札幌で勤め挙げたが、柴田、山田は道内各地に勤務する転勤族でした。柴田・山田が六十歳前後に転勤族を脱し、それぞれ札幌、小樽、石狩に居住している。

私たちは三人会と称して毎月一回同級会を行っている。単なる居酒屋での飲み会であるがかれこれ十年近く続いている。「元気で居たかい」「すこし痩せたようだね」など、健康度のチェックが開会のあいさつであるが、政治、経済、スポーツ、文化芸能、郷里の情報など話題は豊富である。三人会を始めるきっかけは六五歳のときの中学校の同期会であった。席上六十八歳の同期会を札幌で開くことが決定され、三人が幹事役を担うことになったからである。二〇〇六年九月第一回準備委員会と言って集まったのが始まりで二〇〇八年十月の同期会までは準備委員会として、以後は同級会として続いている。

私たち三人の目標は、六十五歳の同期会において皆で誓った九十歳生涯です。健康と長寿への願望は際限ありません。「毎日適度の運動をし、適量の酒を飲み、良く眠る」ことを健康の秘訣と信じて頑張りたいと思っている。

柴田は今でも介護士として重宝され社会貢献に尽力しているし、庄司は朝夕二時間の散歩と川柳や絵画の創作、山田は週二回のトレセン通いと猫の額程の畑での家庭菜園と、各人それぞれに日々の健康管理に留意している。月一回の飲食対話もストレス解消には重要であり、歳をとるほど仲良し度合いが深まるものだと実感している。

三人会が目標まで続けられる様に願っているところです。

（大館・北秋会　山田　満一）

「三度目の正直」を目指して

鈴木芙由子（北秋田市出身）

昨年（一四年）ソチ冬季五輪入賞を目指して頑張った鈴木芙由子選手が、次の平昌五輪（ピョンチャン）に向けて新たなスタートを切りました。

これまでの経験や反省点を踏まえて世界のトップアスリートに一秒でも近づくべく、昨年夏はこれまでに経験したことの無いハードなトレーニンを続けました。この間「走力」「持久力」「一発も無駄にしない「射撃力」に磨きをかけて昨年十一月から四ヶ月もの長期海外遠征に臨みました。その努力が少しずつ実りつつあります。

ワールドカップでは「十位」、「十二位」、世界選手権では世界のトップ三十人のみが出場できる種目（マス・スタート、パシュート競技）に出場し、これまで最高の成績を収めました。このことは彼女の競技生活に大きな自信を植え付けたものと思います。

また「世界バイアスロン連盟」が毎月発行しているバイアスロンの月刊誌に写真入のインタビュー記事が掲載され、彼女の実力は確実に世界のトップアスリートとして注目されつつあります。同じ秋田県人としては多いに誇りを感じています。

これは本人のたゆまぬ努力が勿論ですが、もう一つの要因があります。と！いうのは、昨年四月から日本バイアスロン連盟の強化部長にイタリアの指導者（ウバルド、プラッカー氏）を迎えたことです。常勤のコーチではありませんが、ヨーロッパ遠征中ほとんど同行して頂いて各国のコーチンスタッフとのコミュニケーションやコンデショニングに多大な成果を果たして頂いております。又二～三ヶ月に一～二週間位ずつ来日して直接指導も頂いております。この成果は確実に選手強化に繋がるものと楽しみにしております。

またこの夏には「韓国」「ニュージーランド」「オーストリア」等への海外合宿も計画されており、三年後がいよいよ楽しみになってきました。

札幌秋田県人会はもとより秋田県在住の方々、札幌市民もこれまでと同様応援いただければ彼女の力になりますのでよろしくお願いいたします。

！鈴木芙由子！
がんばれ！

（横手・平鹿会　粕加屋　實）

基調講演

（前ページから）

そして、病気の中で、いちばんかかりたくないのは癌で、私はそうですが、皆さんも同じだと思います。

癌になったら、治療した後、何年生きられるかに関連して、五年生存率があります。癌になって五年以上問題なければ治っているとみなします。肺がんを例にとって五年生存率をみますと、重症度が第一期から四期までありますが、第一期で見つかったら五年生存率は八〇％ですが、四期だと四％と少なくなります。早期発見がいかに大切かということです。

日本の人口構成をみると、六五歳以上はこれからも増えていきます。団塊の世代が、六五歳を超え、だんだん高齢化していきます。次は四〇歳代以上の人口構成ですが、少子化で子供が少なく、ますます少子高齢化が進みます。生産年齢人口は一六歳から六四歳ですが、これを確保しなければなりません。健康で長生きしていく年寄りたちと、中間年齢層を増やすことが、日本の将来を考える策でありましょう。

また、現在、男性の健康寿命は七〇歳、女性は七四歳と言われています。重い病気がなく、介護を必要としない「健康寿命」をできるだけ伸ばすことが必要です。

これから式典があって宴会に入りますが、食べ物や、お酒が出ますが、日常生活で心がけたい「がん予防一二か条」についてお話したいと思います。

① 偏食をしない
② 同じ食品を繰り返し食べない
③ 大食いを避ける
④ 深酒をしない
⑤ 濃い酒を飲まない
⑥ 煙草を少なくする（酒と一緒はしない）
⑦ ビタミン、繊維質のものを食べる
⑧ 塩辛いものを大量に食べない
⑨ ひどく焦げたものを食べない
⑩ 過度の日光浴はしない
⑪ 過労をさける
⑫ 適度な運動を体力に応じて行う

秋田県人は精神力があり粘り強い、そういう県民性を活かし病気を予防し健康で長生きをし、ボランティア精神のもと、県人会の輪を広げて下さいますようお願い申し上げます。

秋田ゆかりの地を訪ねて

膨大な海岸線の警備を担当した秋田藩の拠点

元陣屋（増毛町）

秋田藩などが北方の守り

私が「元陣屋」を最初に訪ねたのは、二十年ぐらい前に地酒で有名な「国稀酒造」に寄ったのが、縁になった。

それから、先人たちによる文化年間からの西蝦夷地の北方警備に興味を抱き再度訪ねた。「元陣屋」について大曲に帰省した折には自慢げに聞かせました。

十八世紀頃から、蝦夷周辺において北方から南下して来るロシアの話に対し、関心が向けられるようになり、一七七九年に松前藩がロシアからの通商の申し入れを拒否する事になり、急速に両国の関係が悪化していきます。この結果東北の諸藩による蝦夷地警備が急務になりました。

増毛においては、文化年間に津軽藩勤番越年陣屋、安政年間に秋田藩の「元陣屋」が置かれ、北方警備の要地としてその役割を果して来ました。当時の「元陣屋」が江戸末期の動乱の中で西蝦夷地の要として機能したように、これからの増毛町の文化の創造や、交流の発信基地としてその役割を増毛町も大いに期待しております。「元陣屋」の事を展示してある施設名は増毛町の総合交流促進施設です。安政年間に建てられた、元陣屋の模型が展示されています。広さは建坪一一六〇坪に及び、十八棟の兵舎の地、武芸所、火薬庫、医療所など具体的に展示しています。秋田県人として、三吉神社の梵天が鎮座しているのには、本当にびっくりしました。秋田の深い香りが館内に漂いを感じます。北海道にこれ程秋田の歴史を刻んだ増毛町の「元陣屋」それを手厚く保護している。本当に感謝です。秋田県人として誇らしく思いました。また今回のエッセイでは増毛町の文化振興係の協力を戴きました。もし道北の方にお出かけの節は是非お立ち寄り下さい。付近には、旧商家丸一本間家、国稀酒造、また陣屋天望台も近くにあります。

（佐々木　育　雄）

参加型で会員増やそう

歌志内なまはげ祭り

シービーツアーで初登場の「歌志内なまはげツアー」は今年、二十九回を迎え、県人会の呼びかけに、佐々木広報委員長、秋田市ふるさと会の永井会長、小野寺雄勝会長、それに私保坂ふるさと会幹事長の四人が参加。昨年までは私だけだったが、今回はツアーでまとまり、バスの中で、酒が飲めるとあって嬉しかった。

バスは満席の四十人。集合は中央バスターミナル。吹雪の札幌から高速道路に入ると、この時期にしては雪が少なく、予定通り一時間三十分で「道の駅うたしない」に着く。この時期は漬物が主体だが、お目当ての「ナンコ」がなく、残念。

市長の歓迎の言葉があり、歌志内の歴史をひとしきり。大根のガッコを手に持ち、郷土館「ゆめつむぎ」を見学。炭鉱の展示物が多く、秋田との関係も、鉱山が取り持っていることを印象づけられる。炭鉱関係のジオラマは、青春時代、鉱山の仕事をしていた私にはとても懐かしかった。

日も暮れてきて、いよいよ、なまはげ会場に向かう。急傾斜の長い階段を上り、神社に着く。なまはげのお清めの最中だった。暗くなったころを見計らい、なまはげが松明を持って下りだした。

階段下の広場には、待かちねていた大勢の親子が歓声を上げていた。

「泣く子はイネガー」
「オーオー」
なまはげが吠える。
「キャーキャー」
「ワー、ワー」

逃げ惑う子どもたち。男鹿のなまはげに比べると「演出っぽい」が、近年、地域の状況の中でかわってきた。人口三千人を切った歌志内の将来を探る。子ども連れが大いに盛り上がった。

なまはげの大暴れが一旦終わり、今度はなまはげ踊り。歌志内独自のものだが、十匹（？）ほどだが、なぜか可愛い。最後は、なまはげをバックに記念撮影。チロルの湯で、冷たくなったからだを暖めて、ビールで乾杯。

子どもたちが大喜びだったなまはげ祭り

秋田の伝統行事が、北海道の地域振興に役立っていることはうれしいが、ふるさと秋田県の人口減が気になる。減少が日本一で、百万人を切るのが時間の問題となっている。

私は、土崎生まれで、港祭りが大好きだったので、祭りは参加型でないと楽しくない。ねぶた祭りは、近年、参加型にしてから、観光客が増えている。土崎も、伝統を守るか、変化するか、シノギを削りながら進化していく。

そんなことを考えているうちに、札幌に着く。「来年はもっと、参加者を増やしたい」そう、呟いた。

（秋田ふるさと会・保坂）

編集後記

私は保険会社を定年退職し締め切り作業は身体に染みついていたけれど、今回は本当に大変でした。三月にインフルエンザに罹患し十日間入院しその前後約二週間具合がすぐれず、立ち上がりが、大幅に遅れ寄稿者の方は勿論、編集者や広報サポーターら多くの皆様方にご苦労をおかけ致しました。

会報の発行は親睦団体としての県人会がさかんになり会員の加入促進に役立ちたい、その思いだけで頑張ってきました。これからは総会の度に年一回の発行を心がけたい。北海道はもちろん、故郷のこぼれ話や自慢話、いろんな話題を掲載して、豊富な紙面作りに邁進して行きます。何分広報委員は好きで想像力が少し必要。締切りが近くなると忙しく、その為二年前からサポーターの制度を採用しています。

委員長　佐々木　育　雄（仙北）
副委員長　柏加谷　實（平鹿）
委　員　湯　瀬　司（鹿角）
委　員　山　田　満　一（北秋）
委　員　工　藤　明　博（山本）
委　員　佐　藤　祐三郎（南秋）
委　員　加　賀　雄　喜（秋田）
委　員　桜　山　幸　夫（由利）
委　員　小野寺　善　直（雄勝）
広報サポーター　北　川　保　雄（山本）
広報サポーター　秋　元　敏　見（男鹿）
広報サポーター　保　坂　史　郎（山本）