

# 栃木言友会会報

交流会報告 No. 208

2020年6月1日

発行責任者：古川 元一

編集責任者：古川 元一

TEL:090-3138-1507

## 【目次】

表紙	.....	「K駅」(K川県K市)	KMP1
巻頭言	.....	古川 元一	P2
近況報告	.....	栃木言友会の皆さん	P3~7
次回交流会案内	.....		NSP8



この栃木言友会会報は、赤い羽根共同募金会の助成金により発行しています。

栃木言友会は皆さんが自主的に主体的、

楽しく活動できるセルフ・ヘルプ・グループです

# 巻頭言

## クレジットカード

古川 元一

昨年、消費税が8%から10%に改正されたとき支援策として、電子マネーカードで支払いと2%から5%との還元が受けられると話がありました。

電子マネーカードはSuicaなどで交通機関の支払いをしたことはあるが、店頭での使用は皆無でありました。この機会にコンビニでSuicaによる支払いが出来るか聞いた所、使用可能との事。さらに数パーセントの還元が受けられ、事前にチャージしておくともとても便利に使用出来る事を実感しております。

しかし電子マネーカードが使用できないところはクレジットカードを使用できることも聞いているが、どうも抵抗がありました。若い頃、クレジットカードが出た頃計画性の無いまま使用して、カード破産という言葉聞いたことがある。支払いが出来なくなると、裁判所に行って自己破産の手続きをする。

その後はどうなるのかよく聞かないが、制限がくわえられるのと思います。小心者の私にはその様な度胸はないと使用しない方が良いと決めておりました。しかし、同僚からの情報では還元手続きをしていないお店でもクレジットカードで支払いをすればカード会社からのポイントが貯まり、景品と交換できると話を聞き、恐る恐るテレビや洗濯機の高額支払いやホームセンターでの支払いをカードで行なうと後日詳細書が届き金額とポイント数が記載されている。

3月頃の通知にはポイント交換のカタログと申込書が同封され、たくさんの品物が掲載されている。さらに商品券とも交換が出来る事もわかり、凄く得した気分になりました。

今までは口座から月数万円の金額を引き出し支払いや商品を買っていたが、クレジットカードを使用することで毎月の明細書も届き、計画的に通帳から使用できるようになっております。

今までクレジットカードは恐ろしいと食わず嫌いな感覚で使用を嫌っておりましたが、使用目的をしっかりとる事で大切な資金を有効に使用できるようになり感謝しております。

# 近況報告



新型コロナウイルス感染拡大防止の為、3月から交流会を中止させて頂いていますが、  
会員、購読会員の皆様より近況報告を頂きました。ありがとうございました。

(敬称略 到着順)

## T T (H町)

巣ごもり生活にしっかり浸ろうと思います。我が家は人数のわりに農業関係の建物や土地がありますので、外出が制限されているこの機会に、整理整頓、断捨離に精を出そうと思います。最近約1800坪の畑の管理、改良に動いています。雑草、雑木はトラクターや刈払機(草刈り機)、除草剤などで対応しています。そして、計画を立て野菜や果物を作り、ある畑の端には湧水地があるので何か考えようと思います。今日畑に行きましたら夏野菜一号のピーマンが間もなく収穫出来、桃も実を2ケつけていました。といっても体の事もあり1日2~3時間の労働時間ですが、そんな中でも楽しさも探していこうと思います。

間もなく制限解除になりそうですが、自己防衛を忘れずに2波、3波に備えたいです。皆さんもどうぞお大事にされて下さい。

## N S (U市)

皆さんお久しぶりです。栃木友言会のNです。  
最近緊急事態宣言も解かれ、Kウイルスも収まってきていますが、皆さんは如何お過ごしでしょうか。私は緊急事態宣言前と変わらず、家に引きこもる生活を続けております。そのため、近況報告といってもあまり報告することもない・・・となるころなのですが、一つだけ変わったことがあります。それは、新しいパソコンを買ったことです。これまでは、7・8年前に購入したパソコンを使い続けていたのですが、さすがに動作が遅くなったので新しく買い替えました。パソコンを買い替えた結果ですが・・・まさに「快適」でした。パソコンを新しくしたことにより、「HDD」が「SSD」になり、パソコンの動作がとて速くなりました。特に電源を入れてから完全に起動するまでの時間が30秒くらいになり衝撃を受けました。少し高い買い物でしたが、買い替えて良かったと思っています。今後は給付金なども来るはずなので、何か古いものがあったら買い替えたいと思います。

## K M (K県)

K県K市在住のKです。

4月から父が老人ホームに入りました。以前から入ることを進めていたのですが嫌がって入ってくれませんでした。施設に入る前は1人で暮らしていてベッドから落ちて骨折したり、家に戻らず警察に探してもらったりで心配していました。施設はコロナウイルスの影響で大変な時に受け入れてもらってありがたかったです。

入居の手続きで施設に行った時もエントランスまでしか入れず、父の生活する部屋を見たりはできませんでした。最近、消耗品などを届けるため施設に行きました。施設の脇に水路があるのですがその水路を隔てての父との会話をしました。ソーシャルディスタンスの徹底ぶりはずごかったです。すごく元気そうでしたし、施設のスタッフの方とも仲良くやっているようでしたので安心いたしました。

Kに住んでいますので、Y言友会にも入っています。Y言友会も栃木言友会と同じくKウイルスの影響で交流会を行っていません。Y言友会はLINEやZOOMで人とのやりとりをしています。5月はZOOM例会というのは行って10人くらいの参加がありました。難しい面も多少ありますが、会員同士コミュニケーションを取れるのはいいことだと思いました。栃木言友会のように会報に近況を載せるということはありません。

どこの言友会も顔を合わせられない中、工夫し対応しているのは素晴らしいことだと思います。Kウイルスだだいぶ落ち着いてきましたのでもう少しの辛抱ですね。

## 古川 元一 (栃木市)

4月から自宅にて生活をしております。昨年の7月からは非常勤務と言うのでしょうか、週3~4日の出社で勤務しておりました関係から、3月に退職しても違和感なく生活しております。

現役の時のペースを崩すことなく、朝5時前に起きて洗濯やメールのチェック。新聞にも目を通し、15分程度のストレッチ体操も身体に負担にならない程度に。妻が出社の時、お弁当を希望する時はおにぎりを作ったりもします。7時頃には朝食を取り、8時から一人になります。映画が好きで徒歩10分の所にDVDレンタルショップがあり、数本借りてきては午前中1作品、午後も1作品見ます。内容は多岐に渡り歴史作品、SF、コメディ、ヒューマンドラマ、青春物語、アニメです。一度見て内容が理解できないことが多く何回も観てしまいます。その都度違った感触が体験できることがありこれも楽しいです。

夕方になれば妻が仕事の時は夕食も作ります。前回はあのメニューだから今晚はこれにしよう決めると買物は徒歩 10 分程度の所に地域スーパーがあり車は使用せず、出来るだけ歩くように心がけています。帰って来てからは仕込みです。映画や買物の間の時間を使い、庭の手入れです。予定を決めて生活することで暇をもてあそばない事が出来ていることに感謝したいです。

庭に野菜でも作ろうかと考えております。今までしし唐、トマト、きゅうりなどを作った事がありますので、今回は大根、茄子もしくはたまねぎなど栽培してみようかと考えているところです。

## S K (T都)

外出自粛の日々が続いていますが、皆様はいかがお過ごしですか。

私は免疫力を高めようと、意識して食事をしっかり摂るようになりました。忙しい日は夕食を抜いてしまうこともあります。そんな時は次の日の朝にしっかり食べるよう心がけています。夜のうちに材料を準備しておけば朝の料理も楽ちんで、お腹も空くせいかハンバーグでも中華炒めでもカレーでもしっかり食べられます。食事の時間の分だけ自然と早起になりますし、朝をしっかり食べると仕事の効率もいいので、今後も続けていけるように頑張ります。

5月31日を待たずして緊急事態宣言が解除されましたが、Tでもまだ10人程度の新たな感染者が報告されており、気を抜くことができない状態です。ニュースなどでは識者たちが「Kウイルスの流行前のような生活はもう戻らないだろう」と言っているのを耳にします。少なくとも予防接種などで多くの人が免疫を持つまでは不自由な生活が続きます。まだまだ先の見えない状態が続きますが、まずは自分自身が健康でいて、周囲の人も健康でいられるように心を配りたいと思います。

## G F (T都)

TのGです。

新型Kで感じていることを書きます。

ようやく緊急事態が解除されましたが、町の中では「STAY HOME」の掲示が目立ちます。可能な限り自宅に居ましたが、人と話せない、移動できない辛さを痛いほど感じました。また、近々第二波が押し寄せると思いますが、感染しないためには密集、密閉、密接の「三密」をさけることだと報じられています。しかし、人間社会が進化、発展したのは、この「三密」の価値を認め促進したからであります。このウイルスは、人間の価値観を根底から否定しています。今後、このウイルスとどう戦い、どう付き合えばいいのか？

まずは徹底的に打ち負かすこと、そして、ある時期なったら、このウィルスの存在を認め、うまく利用、活用することで、新たな人間社会の価値観を創造することが大事だと思われる。

## F T (T市)

先日、外出自粛の期間を利用し、家の洗面所の清掃を行いました。洗面所の壁に黒カビが発生しており、色々な方法を試しましたがおちないのです。お風呂場の湿気で出来たものと思われます。洗面所を使うたび軽いストレスも起きていました。そこでカビホ H という商品を使ってみたところ、長年のカビが流れおち、新築の壁のようになり、張替も考えていましたが、安価で済みました。張り替えていたら数万円かかっていたでしょう。自宅は、夫の両親と夫が、昭和 56 年に建てた家ですが、修理をしながら今後も大切に住んでいきたいと思っています。

俳優で司会者のOKさんが新型コロナウイルスで亡くなり、とても残念に思っています。ドラマ「Tまでとどけ」は私が中学生の頃欠かさず見ており、当時学校の女子の間でも話題になり、大家族の母親役で出演していたので注目していました。訃報を聞いた時に信じられず、まだ生きているような気さえしています。

## S S (O市)

栃木言友会の皆様、そしてそれに協力してくださっている方々、いつも有難うございます。今回の総会資料で、栃木言友会の会員が 18 名いらっしゃることに、購読会員を含めると 30 名いらっしゃる事が分かりました。

さて新型Kウィルスが広まるにつれて、大事なこと、本当に大事なことは何か、よく分かって来たように思います。

今年の 5 月 15 日で白寿を迎えられたSN様も『Hの王子様』の作者のSD様もおっしゃっていますが、「一ばん大切なものは目に見えない」ということが再認識させられました。目に見えない一番大切なものとして「まごころ」というものがあります。心というものは目に見えませんが、それは行動に表れます。

Aの方々が送られた魔よけの意味のA模様の刺繍入りのマスク。医療従事者への感謝と応援を込めたライトアップ。医療従事者に使っていただきたいとマスクやフェイスマスクや使い捨てカップを送った方々。大幅赤字になっても障がい児の保育や療育や学童預りをする方々。医療従事者へ定刻に拍手を毎日送っておられる世界の方々。平和の願いや感謝を込めて鐘を鳴らす方々。「まごころ」は言葉でも伝わります。私は自宅の玄関のポストに次のような言葉を貼りました。「幸せを届けてくださり有難うございます」

## H (T都)

Kの影響で在宅勤務となり、5月は週1回の出勤、6月から3日に1回の出勤となりました。先月から何とか自宅で職場のパソコンを見ることができるようになり、テレワークができるようになりました。また、ズームによる飲み会も3回実施しました。

しかし、すべての仕事以外の行事が中止になり、外出も制限され楽しみが失われ、体調をやや崩しています。仕事量は減っていますが、運動不足もあり、不眠気味になったり、酒の量が増えたり、コントロールができなくなり、生活改善をしなければと頭の中では考えています。人とのつながりがほとんど失われていましたが、週末から徐々にお会いできる機会ができ、また、ズームによる話し合いも大切にしていきたいと思います。早く皆様とお会いできる日を楽しみにしています。今後ともよろしくお祈りいたします。

### ～総会承認通知書で頂いた皆様の近況報告です～

★いつも丁寧なおたよりをありがとうございます。ますますのご活躍をお祈りいたします。

★まだまだKと付き合いがなくなるとはいけませんが、心は元気に楽しみを見つけながら、周りに感謝しながら過ごしたいですね。皆様もどうかお元気で…。

★今年度もよろしくお祈りいたします。

★皆様、いかがお過ごしでしょうか。こちらは、息子たちが学校休業、幼稚園休園となり、毎日自宅で過ごしております。

集団生活をしないため、体調を崩さずに済んでおり、このご時世を考えますと大変助かっております。先日、息子たちのかかりつけ医の先生から、「今はなかなか大きい病院にかかり難いから気をつけて。」と言われました。皆様もお気をつけください。

★みなさま、お元気でしょうか？今回のKウイルスも影響で、みなさんいろいろな辛抱を強いられていることと存じます。“今”をどう乗り切るのか、それが一番大事なことと思います。それぞれに智慧を出し合い、この難局を乗り越えたいものです。

★新年度もどうぞ宜しくお祈り致します。

★古川会長、役員の皆様方には大変お世話になり、ありがとうございます。季節柄ご自愛下さい。

# 次回交流会は6月28日(日) 14時00分より交流会を開催します 会場はとちぎ福祉プラザ会議室です

マスクの着用されての交流会ご参加をお願いします。

6月交流会は古川が担当です。家電量販店のチラシにて購入体験の内容を考えておりますので、家電量販店のチラシのご持参をお願いします。

近況、交流会内容、感想も当日、またはメール（郵送）で、交流会終了後、3日以内に頂ける様ご協力よろしくをお願いします。

栃木言友会会費納入先、お近くの郵便局から

**郵便局口座番号 00190-1-760304 口座名称 栃木言**

8月30日(第5日曜日 403会議室) 9月27日(第4日曜日 201会議室)

## 次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：6月28日（日）とちぎ福祉プラザ 403会議室  
14時00分～16時30分 栃木言友会交流会  
〒320-8508 宇都宮市若草1-10-6 TEL028-621-2940  
1階の案内は栃木言友会交流会になっています

交流会内容：近況報告 「誕生日のプレゼントで頂きたいものは？」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」 担当：T

交流会Ⅱ：『家電製品のチラシで50万円の買い物をしよう』担当：古川

連絡先 〒329-4425 栃木県栃木市大平町新 1385-33 古川元一  
携帯 090-3138-1507 E-mail:genyut@mocha.ocn.ne.jp  
栃木言友会ホームページ <http://tochigi.sakkt.net/index.html>