

チェンライ日本人会 会報

N0169
2022年5月号

新型コロナ感染拡大の収束が見え始め、やっと経済活動を再開し始めた矢先に変異株が発生し、またまたトンネルに閉じ込められてしまいました。

更に、2月にロシアのウクライナ侵攻によって国際情勢は一変しました。

ガソリンの高騰、物価の上昇に加えて、景気の低迷と失業などで我々の生活は苦しくなるばかりです。また歯止めが効かない円安は海外で生活する日本人には大きな痛手となっています。

そのような中、4月23日（土）に「2022年度総会」を開催致しました。

当日は、大変暑くコロナ禍にも関わらず31名の方に出席して頂き、無事に終了することが出来ました。

また、引き続き行われた懇親会と領事館の会議にも参加して頂きまして誠にありがとうございました。出席して頂きました皆様には心より感謝いたします。

また、残念ながら今回欠席された皆様には、今後とも会の活動に積極的に参加していただくように切にお願い申し上げます。

新型コロナウイルスに関しては、昨年まではチェンライ在住日本人には一人も発生していませんでしたが、今年に入って数名発生しています。

いずれの方も軽症で済み完治されているようですが、感染予防には引き続き留意されるようお願いいたします。

チェンライ日本人会 会長 小杉 誠輝

Calendar 2022 令和4年 5月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
MEMO						

1日(日)レイバーデー(民間企業のみ休み) 2日(月)レイバーデーの振替(民間企業のみ休み) 4日(水)ワチラーロンコーン国王戴冠記念日 15日(日)ヴィサカプーチャ(仏誕節) -アルコール販売禁止- 16日(月)ヴィサカプーチャの振替休日

総会&懇親会の模様



安全対策連絡協議会



領事館の会議（安全対策連絡協議会）では、前年度の犯罪情勢、交通事故情勢、邦人死亡事案などの報告が有りました。

●特に高齢者の死亡が多いので、定期的な健康診断など疾病予防に心がけること。また、医療問題や介護問題など、日頃から知人、親族などと連絡を取って置くこと。

●遺骨を日本へ送る場合は領事館で遺骨証明証を取得し、日本の空港へ送り、空港まで親族が受け取りに来るようになっています。

●領事出張サービスについては、2022年8月に実施する予定です。

●タイから日本へ一時帰国（又は、日本からタイへ来る）される場合は、最新の情報を「在タイ日本国大使館のホームページ」をチェックすること。 https://www.th.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

餅つき



懇親会・餅つきの費用

懇親会一食事代と会場使用料

8,000バーツ

餅つき一材料費とその他費用

1,335バーツ

年会費のお願い

年会費1000バーツ 未だ収めていない方は、銀行振り込みをお願いいたします。

振込先銀行 **BANGKOK BANK**

口座番号 **629-016253-3** **KEIICHI SETO**

振り込みされた方は、お名前をご連絡ください。

携帯電話 089-9114520 (瀬戸)

メール jacr15ani@gmail.com

LINE **KEIICHI SETO**



4月10日(日曜日)「相談窓口」を開設しました。

当日は役員会も併せて行い、23日開催予定の「総会」の打ち合わせをしました。

相談には、本地会員と異谷会員が来られました。

異谷会員とは「旅館」に展示中の【神輿】を見に行きました。

あいにくオーナーが不在だったためにお話が出来ませんでした。



5月 誕生日の会員 誕生日おめでとうございます

13日 大寺 弘範さん 24日 大沼 重保さん
24日 須藤 尚夫さん

退会者のお知らせ

平岩 逸雄さん・横田 順行さんが退会されました。

4月23日現在、未だ15名の方が会費を収めていません。

5月中に納入されますよう
をお願いいたします。

老人の覚悟 (三) (最終回)

■「戒老録」[曾野綾子](#)著より (6)

「同じ年頃とつき合うことが、老後を充実させる原動力である」

老人は、どうしてか新しい友人を作りたがらない。友人ができない理由は、

- 1、他人に対する本当の関心がないこと、
- 2、多少、みえっぱりで自分をさらせ出せないこと、
- 3、不寛容などがあげられる。

若い人は若い人の生活があつて、何も年寄りと付き合う必要はない。若者同士つるんでいる方が楽しい。自分が若い時を思い起しても年寄りと一緒にいて気分が落ち着くとか楽しかったという記憶はあまりない。逆に年上の人を前にすると妙に緊張していたように思う。[サマセット・モーム](#)は「若者が老人に近づいてくるのは何か下心があるからだ」と皮肉っているが、[オレオレ詐欺](#)はこの典型か。

チェンライ日本人会は平均年齢「53歳」というから、自分の相手に相応しい年齢の人ばかりだ。職場ではないのだから気の合わない人とは付き合わなくてもいい。気の合う人と昭和の話に打ち興じる。悪くはない。もう「50を超せば、学歴、職歴、ムシヨ歴など何も関係なくなる。要するに[見栄を張る](#)の必要がない。[タイ語](#)のできない年寄りがつるんでいる、と冷ややかに見る人もいるが、それでもないではないか、と現役の頃より寛容になっている自分に気づく。

■「戒老録」[曾野綾子](#)著より (7)

「一人で遊ぶ癖をつけること」

年を取ると、友人も一人一人減っていく。いてもどこか体が悪くなったりして、共に遊べる人は減ってしまう。

誰は居なくとも、ある日、見知らぬ町を一人で見に行くような孤独に強い人間になっていなければならぬ。(引用終り)

同年齢の人と付き合い、と言いながら一方では曾野さんは「孤独に強くなれ」と諭している。親を見送り、兄弟、学友も減っていくという年代である。まだ遊べるときはいい、足腰が痛くなればテニスにも行けなくなる。こうして人と接する機会は減っていく。気が付いてみたら周りはお同輩ばかりの老人施設にいた、ということもあるが、何時になろうと孤独であろうと楽しみはある。幸い、今はPCという道具がある。「世の中に まじらぬには あらねども ひとり遊びぞ 我は勝れる」。良寛の先例に学びたい。

■「戒老録」曾野綾子著より(8)
「墓のことなど心配しないこと」

墓は残された者の配慮すべきことで、死んで行くものの口を出すことではない。死のたった一つのよさは、何事も感じなくなることであろう。私の骨がどこにどうなっているように、もはや、何の疼痛も感じないと言うことなのである。死後のことを心配することは、生きている人への圧迫になる。(引用終り)

けちで一筋で一代で身代を築いた赤螺屋吝兵衛(あかにしや・けちべえ)さん。落ちているものは何でも拾い、くれる物は何でももらう。道で会った男がけちべえさんをからかい、屁(へ)をあげるといふ。けちべえさん両手に屁を入れ家に帰り菜畑の上で手を開け、「ただの風よりましだろう」

三人の息子の誰に跡を継がせるか、けちべえさんの葬式の出し方を聞いて了見を知ろうとする。吝兵衛さんでも死んだ後では片棒は担げない、がオチの落語「片棒」である。弔いは残された人の仕事で、死ぬ本人があれこれ心配しても始まらない。

先頃亡くなった石原慎太郎氏は「葬式不要、戒名不要。我が骨は必ず海に散らせ」と遺言状に記した。これだけでも氏が単なる保守ではないことを窺わせる。但し、葬儀・告別式は家族のみで行い、後日お別れの会を開くという。オレの言う通りにしなかつたな、と慎太郎氏は苦笑しているだろうが、死後のことは本人には何もできない。

時節柄、法事も葬式も少なく、家族葬が一般的になりつつある。お寺で大々的に葬儀を営む、はこれから少なくなっていくのだろう。自分の場合はどうなるか。エンディングノートには葬儀はさっぱりとタイ式に遺骨をメコンに撒いて欲しいと書いたが、自分で撒きに行くわけにもいかず、どうなるかわからない。

曾野さんは、70を過ぎたら、その人は人間として良い処は既に生きたのだ。70を過ぎたら、その人はもつと余分に良い処は生きたのだ。だから、その後どれだけ長く生きたかと言うことは、大した問題ではない、と言っている。自分も70を過ぎ、余分に良い処を十分に生きた、と思っている。あれこれ心配するより、いろいろと人様にお世話になって、そう悪くない人生だった、と思つてその日を迎えたいが、思い通りになるとは限らない。

中西英樹会員ブログ「チェンライの市場より」2022.2.21 老人の覚悟より

生きてることに感謝！感謝！

中西さんの記事拝見させて頂き大変安心しました。

私は、いま75歳ですがいろいろと心配事があります。

自分自身の健康のこと、子供達のこと、可愛がっているペット（犬）のことなどです。

人間は生まれたときから人生の終焉（寿命）が決まっていると言われていました。

それは、天命と言って、短命だろうが長命だろうが、いつ頃終わりが来るのか誰にも知ることはできません。

富のある者、貧しい者に関わらず、あらゆる人に必ずその時が来るのです。

これから先、何年生きられるのだろうかと考えることが最近になってしばしばあります。

あと、数年だろうか？いや数十年だろうか？もちろん、自分ではわかりません。

神様に聞いても答えてくれません。

私の父は76歳で、母は84歳で亡くなりました。

父は、亡くなる数年前、ちょっとした事でよく涙を流していました。

久しぶりに帰郷した時、夕飯時に家族一緒に食事をしているときなど突然涙ぐんで咽び泣くのです。

最近ですが、私も父と同様に時々涙が出るがあります。例えば、日本に居る姉弟と電話をしている時、青春時代に流行った曲が流れているのを聞いた時、離れて暮らす子供たちを思い出した時など、自然と涙が出て止まらないときがあります。

長い人生の間に、一步間違えば死んでいたかもしれないという様なことも度々ありました。しかしながら、運が良かったのか、神様や死んだ親が助けてくれたのか分かりませんが、現在まで生きのびて来ました。

そして、いつかこの世とお別れの日が突然と、どんな形でくるかわかりませんが間違いなくやって来るのでしょうか。要するにこれがその人の運命というのでしょうか？これから先、何年生きられるかわかりませんが、一日一日と過ぎて一年づつ年を重ねて行くことでしょうか。

中西さんの記事を参考にして、残された人生を、そして今を生きてることに感謝！感謝！です。K.S

70代を如何に生きるか

人生100年時代と言われています。80代以降も要介護なしで元気に過ごすためには、70代の過ごし方がカギになると精神科医の和田秀樹さんがおっしゃっています。

70歳は老化の分かれ道、若さを持続出来る人、一気に衰える人の違いが現れます。

そのために、心がけなければならないこととして、

- 1、何事においても、引退してはいけない、現役の意識を維持すること。
- 2、車の免許は返納しないでなるべく外出の機会を増やし出かけること。
- 3、社会との関わりと協働し、人の役に立ったり、必要とされると感じること。

タイ生活豆知識－1

タイ料理を食べていて、間違っって唐辛子其の物を食べたことが有りませんか？

それも赤唐辛子でなくて青唐辛子を。タイ人は平気ですが私はもう大変、口の中が火傷しそうです。

慌てて水を飲みますが余計に辛くて死にそうです。タイ料理は調味料（唐辛子、生姜など）が塊で入っているのが普通です。料理でも骨が入っていたり、卵の殻が入っていたり良くあることです。タイ人は慣れているので箸で取り除いていますが、日本人はトマトか野菜なのか、まさか骨や殻が入っているとは思いませんので気づかないのでついつい食べてしまいます。明るいところならまだ良いのですが、カラオケ店みたいに薄くらいところだと良く判別出来ないのて食べてしまいます。そこで、辛い物を食べてしまった場合ですが、慌てて水を飲むのは間違いです。余計に辛さが口の中に広がってしまいます。ヨーグルトや牛乳を飲むのが良いと言われていますが、そんな物はいつも店に有りませんので私は砂糖を貰って食べます。すると少しですが軽減します。タイ料理を食べる時は用心しましょうね。

元気ですか？

私は、タイに2006年から来ました。タイでの生活は毎朝6時ころに起きて家の周りをぶらぶら歩きます。

歩きながら今日何をするか考えます。

雑草が伸びていれば草刈り、天気が良く涼しければサイクリングに出掛ける。

その日の朝の気分でその日一日の行動を決めています。

特に何かを必ずするようなことは決めていませんので、日中は日本のテレビを観たり、昼寝をしたりします。

夕方はペット（犬3匹）がいるので一緒に遊んだり、買い物にいたりします。

夜は6時ころから晩酌を始めます。

夕食はごはんを少しだけ食べるようにしています。

夕食後は、日本のテレビニュースを観て、だいたい11時頃に寝ます。

毎日そんな生活を繰り返しています。

皆さんはどのように過ごされていますか？

ゴルフ愛好会🏆より



4月24日（日）ハッピーシテェGCで第60回ゴルフコンペを行いました。

数年ぶりにタイに帰って来られました池上さんも参加されて、にぎやかなコンペでした。

次回の詳細については後日お知らせします。



左から池上さん、伊藤さん、飯沼さん、野木さん、米田さん、阿星さん、須藤さん、檜山さん、中さん、藤田さん

今回の優勝は、Superman？ Monster？ Hiyanan でした。