

お客様訪問

〜蜂っ子が繋ぐ健康の輪〜

「まずは何でも良く食べること。

もうひとつは大儀がらずに良く動く事。

そして妻や家族といつも仲良くする事。」

1940年に東京で生まれた中島さんは5歳の時に戦争の為、疎開で函館市にご家族と移ってこられたそうです。

現在も函館地区体操連盟副会長や函館ハンドボール協会の顧問として活躍されていますが、幼少時代から運動が得意で、中学生時代に始めた体操は、高校、大学と続けられ、友人や先輩の中にもオリンピックなど活躍した方が多くいらつしやるそうです。

「うちは父親が居なかったんでね。母が苦勞して、東京の大学に進ませてくださいました。ですから卒業後は母や家族のいる北海道へ戻って、教師として働く事に決めました。」

こうして中島さんは、日本大学を卒業後、1964年、東京オリンピックが開かれた年に、初めて教師として木古内高校に赴任しました。

木古内高校では体操部を創り、北海道大会などで優勝者を輩出しました。また旧函館東高校ではハンドボール部の監督としても活躍、37年間体育教諭として務めた後、2001年に退職。そんな公私共に充実した日々を過ごされていた中島さんでしたが、この頃から少しずつ体調に変化があったそうです。

「現役の時はずごく元気だったんですよ。ですから健康食品などにはまったく興味もなかったんです。ところ

ご夫婦で2003年より「蜂っ子」をご愛飲頂いている中島元さんは、37年間体育教諭を務められ、現在も地域活動や趣味など多方面で活躍されています。中島さんに、その若さと元気の秘訣をお伺いしてきました。

北海道函館市・中島 元さん



が退職をして3年目ぐらいの時だったと思いますが、それまでの疲れが出てしまったのでしょかね。急に体調を崩してしまっただけです。」

それを期に健康には人一倍気遣うようになったという中島さん。

「その頃ですね、ナルミさんの蜂っ子を知ったのは。他にもいろいろな健康

食品を試していましたが、北桧山町に親戚が居て、よく乙部町を通っていたんです。ですから同じ北海道で函館から近い事もあり、とても親近感をもりました。大学時代に東京に居た頃の話しですが、当時は甘い食べ物がとても貴重でね。運動をした後はどうしても甘いものが食べたくなる時がありました。そんな時は喫茶店に行つてホットケーキを注文



ただこウォーク2007に、ご夫婦で参加しました

するんです。そしてそこにあるハチミツを全部かけて食べていました。今思うと良くあんなに食べられたなと思うのですが(笑)。そんな思いもあり、へ蜂には栄養がある」という思いが強く、何の抵抗もなく蜂つ子を飲み始めました。とても飲みやすく体の中から元気を実感出来ますね。どこへ行く時も必ず蜂つ子は持っていきますよ。まわりの方たちにも飲んでもらいたくて、自分の分を差し上げたりしています。」

とても元気な中島さん。日常生活の中でも何か健康の秘訣などはあるのでしょうか？

「そうですね。まずは何でも良く食べる。もうひとつは大儀がらずに良く動く事。そして妻や家族とも仲良くする事。わたしは未だに妻からあまされた(邪魔にされた)事なんてないですから(笑)。いつもおたがい楽しく過ごすこと。これが一番の健康の秘訣ですね。」

そう言って笑う中島さんのお話から、とても仲の良いご夫婦関係が伝わってきます。奥様の公美さんは元体操選手として数々の大会で活躍されたそうです。

「体操連盟の役員として、年に1度タイやマレーシアなどで行われる交流会へ出席したり、以前3カ月間滞在していた沖縄などへも夫婦で行ったりしています。」

趣味のひとつでもある写真からも、ご夫婦の仲睦まじい様子が伝わってきます。

「沖縄では友人の持っているマンションで暮らしながら、妻は沖縄料理を習ったり、2人でいろいろな所に行き沢山の経験をしてきました。ただこウォークというウォーキングの大会にも参加しましたよ。どこでも誰とでもすぐに打ち解けられる性格なんで、

沖縄でも多くの友人ができました。沖縄は人や文化、芸能も本当に素晴らしいところ。琴、三線、踊り、太鼓など、年中お祭りのような催し物があり、毎日がとても楽しいですね。沖縄から戻ったら体調もすっきり元気になっていました！」

滞在中に習われたという沖縄三線(しゃみせん)を私どもにも披露してください、芭蕉布や琉歌、安里屋ゆんたなどを演奏していただき、素敵な音色と歌声にとっても感動しました。

「沖縄から三線の先生や仲間の皆さんが函館に来る事もあるんですよ。近郊の観光地を案内して歩くことも楽しみですね。その他にも小学校・中学校のクラス会があり、幹事も引き受けています。」

交遊関係の広い中島さんのお宅のカレンダーは、予定でびつりと埋まっています。

「昨年から付属函館幼稚園に出向き、夏は水泳、冬はスキーのボランティア講師もしています。また毎朝1時間、通学路に交通安全の旗を持ち、立ち続けて、今年で5年目になります。最初は当時小学校に通ってい

た孫が心配だったのと、家でじっとしているよりは少しでも体を動かそうという思いからでした。何がおこるかかわからない時代ですから、子供も親も本当に不安なんです。気を遣う事に、遣いすぎということは無いと思っています。それで防げる事があると思いますし、大人達が子供を守ってあげないとね。」

こうした活動は地域でも評判になり、北海道の新聞にも掲載されました。多忙な毎日を活き活きと生活され、気さくで明るく若々しい中島さん。その優しい眼差しの中には、社会全体を大切に思う大人としてのとても力強い意志が感じられました。

今回のお話しの中で聞かせていただいた、ご家族や沢山の友人、教師時代からの教え子さんたちのお話しなどからも、その実直な姿勢や人柄で慕われ続けている中島さんをうかがい知る事ができました。

「体調管理をしっかりしてまた妻とゆつくり旅行でも行きたいですね。」

これからもご夫婦仲良く健康で、益々多方面での活躍をされますことを、スタッフ一同からお祈りします。