

島

原工業高校の建築科での教員時代の教え子は1万人を超えます。

43歳のころ、飯塚市の市庁舎や消防署の設計に携わったことがあります。現在、建て替え中の島原市役所新庁舎では教え子が設計に携わっていますので、やはり縁があったように感じます。

定年退職後、教え子からの誘いで、設計部長としてビルなどの設計業務に携わり、13年間東京で生活していたこともあります。

また、教え子からの相談をきっかけに、86歳からは介護予防の分野にも興味・関

一期一会 顔愛語



心が深まり「認知症サポーター」の資格を取得。次なる目標は介護福祉士の資格を取得すること。そのために、教科書を購入し日々勉強に励む毎日。

若さの秘訣

若 さあふれる福原さん。その若さの秘訣を聞くと「自分の体は自分で守る」をモットーに、何事にも興味、関心をもって過ごすこと」と話します。

82歳のときに最愛の妻が他界して一人暮らしになってからは、外食はほとんど

せず自炊。月に1〜2回男性料理教室に通って料理の腕を磨くほどのこだわりぶりです。

食事は、一口30回以上出だれが出るまで噛むことを意識し、腹7分目で毎日3食きちんと取るように心がけています。



調理実習

また、お酒も毎晩日本酒1合ほどをたしなみます。

見た目も若いですが、「体力にも自信があります」と力強く話す福原さん。移動手段は徒歩か自転車と決意し、約10年前に運転免許証を返納。自転車での移動は楽しいもので、10キロメートル以上も離れた隣町にも出かけるほどです。

人生の教訓

「一期一会」、「和顔愛語」が大好きな言葉で、新しい出会いには人生を豊かにしてくれます。いつも微笑みを絶やさず、ユーモアを持って笑顔で人に接しています。

原島く軍人

SCENE Vol.01 島原に生きる

今なお 青春真っ最中

ボランティア精神

自

分自身が認知症にならず、心身ともに脳を活性化させるために始めた「いきいき元氣塾」でのボランティア。塾生には頭の体操（読み書き算数や間違い探し）などを指導し、いかに楽しく笑顔で続けられるか試行錯誤の毎日。さまざまなボランティア活動を通して、多くの人たちと交流やつながりができます。

健康のありがたさを痛感し、同世代と交流しながら日々勉強できる喜びを感じています。これからも、人の役に立つ喜びを感じながらボランティアに励んでいきます。

国際交流

火

山都市国際会議島原大会（平成19年本市開催）の際に経験したボランティアガイド。これを機会に、中国語、韓国語、英語にも挑戦し、現在も

島原半島国際交流クラブの会員として語学の勉強に励んでいます。

ボランティアを通して知り合いが増えたことも大きな財産で、オランダから来た芸術家ファミリーとは親しい間柄とな



語学の研修

り、「日本のおとうさん、日本のおじいちゃん」と呼ばれています。

そのファミリーとは今でも国際交流が続いているそうで、昨年7月には、1週間ほどオランダを訪れ、約22時間の長旅でしたがホームステイでの楽しいひと時が疲れを吹き飛ばし、素敵な思い出になったとか。

これからも海外旅行に意欲的で、3年前にパスポートを10年更新したばかりです。

若者に向けて一言

人

生の先輩として、「よく生きて、よく逝く姿」を若い人たちに见せるのが使命だと感じています。

若い人たちには、常に広い視野でアンテナを張り、チャレンジ精神であらゆることに興味や関心を持って、失敗を恐れず取り組んでほしい。また、チャンスがあれば、海外で活躍するグローバルな人



転倒予防教室

「人生の達人」

福原 義昭さん (90)

昭和2年、8人兄弟の6番目として熊本県玉名市で生まれ、父の仕事の関係で小学6年生の時に台湾へ。終戦を機に引き揚げ、大学卒業後は建築士として約15年間設計業務に携わる。昭和48年から島原工業高校の建築科教員として定年退職まで教壇に立つ。昭和63年3月退職後、教え子の1級建築士6人と一緒に島原県央設計監理協同組合を設立。山寺町在住。

間になってほしいです。

今後の抱負

「99

歳までは生きる自信があります」と人に話すと皆から間違いなく100歳を超えるかと逆に冷やかされます。「これからも老いの楽しみを追いかけていきたい。長生きをさせていただき、戦もなく平和に暮らせることに感謝し、さまざまな活動が続けていきたいです」と笑顔で話してくれました。