



近藤さんが所属する
シニア門司クラスのみなさん

門司区萩ヶ丘球場にて活動。
令和3年度の春季北九州大会
Aクラスでは見事優勝されました！



シニア門司クラス(ソフトボール)所属

近藤 毎保さん (92歳)

白球を追って32年。
週3日の練習を欠かさない努力家。

今号の
アラハン
先輩



アラハンとは…100歳前後の人のこと
「アラウンド・ハンドレッド」の略

人生のアラハン先輩に
長生きのヒント
生活の知恵など様々な
お教えを頂きます！



— シニア門司クラブの練習に参加されたのはいつからですか？
近藤 ちょうど60歳からですね。なので、32年前ですね。

— 健康の秘訣はやはりソフトボールですか？
近藤 そうですね。ソフトボールや畑をしたり、いつも体を動かしているのが良いのかなと思います。

— 畑では何を作っているんです？
近藤 夏はキュウリや茄子、トマトです。冬は葉っぱものが多いですね。白菜やかつお菜、水菜、ほうれん草などですかね。

— 他に趣味はありますか？
近藤 絵を描きます。昔の農村の絵を描くのが好きですね。

— 絵の題材になる風景を探しに行くのが楽しくて、いろんな場所に行つて描きます。下関や耶馬溪に行くと、昔の民家が残っていますよ。絵と旅行が一緒になっています(笑)

— いつもスケッチブックを持って描きに出て、それを家で油絵にしています。

— 絵はいつから？
近藤 50歳くらいから始めました。小学校の時から絵がヘタで、ヘタだから描きたかったんでしょうね。

— 苦手だった絵を描き始めたきっかけは？
近藤 「ずっと、描きたいな」と

思っただけで描いたのですが、どうやって描こうか悩んでいたところ職場の友達に「とにかく筆を持って描け！」と背中を押されたんです。たまたま良い先生が見つかったので、その先生に7年くらいついて描きました。

好きなことを楽しんでやる
それが第一

— ソフトボールや絵を長年されていますが、長続きする秘訣は何でしょうか？
近藤 好きが第一です。

シニア門司クラブは良いチームで、ヘタでもみなさんが可愛がってくれるので楽しんでやっています。絵も一緒です。「好きでいること」「楽しむこと」が大事だと思いますね。

シニア門司クラブのみなさんも、ソフトボールが本当に好きなので続いているんだと思いますね。雨が降っても雪が降っても出てくるんですよ。週に3回、私もだいたい練習に参加していますよ。

— 近藤さん、ポジションは？
近藤 足が自慢で外野守備には自信がありました。今は当然ですが「歩かんで走れ」と言われるようになりました(笑)。

できる範囲を
少し越えてやる

— 最後に、好きな言葉を教えて頂けますか？
近藤 「あきらめない」「自分を見捨てない」ですかね。

登山が好きだったので、アルプス、ヒマラヤと行きましたが、上り坂はいつも苦しいんです。「もうダメ！」と感じてから、食い縛って200歩登る。それが今でも残っていると思います。

できる範囲で乗り越えて、汗を流す。自分を甘やかさず、少し無理をする。その時の満足感が嬉しいのです。

