

練馬健康と生きがいを語

NPO法人 健生会 ニュース

<http://www.npo-kenseikai.com/>

No. 479号

2024・12・1

発行：NPO 法人健生会

03-3577-2787

編集：役員会



令和六年の師走

山崎 隆司

早いもので令和六年も師走を迎えます。

今年は、元日に起こった能登半島地震が始まり、更に同じ能登地方で起こった豪雨災害やその他各地での豪雨災害が多く発生した年でもあり、被災した各地の一日も早い復旧・復興が渴望されます。

猛暑が続いた今年の夏は我慢の限界であり、これも地球温暖化(沸騰化)が原因であり、対策が待ったなしの現実があります。

又、ウクライナやガザ地区での戦争も全く解決する気配さえ見られず、連日、子供達が犠牲になっている映像から、耐えられない現実を突きつけられています。

・地震や豪雨災害に見られる自然災害の多発
・地球温暖化(沸騰化)による異常気象
・全く終わりの見えない戦争の激化

こうした不都合な真実が浮き彫にされ表面化した一年でありました。かかる状況に対し、打開策を具体的に考え実践して行くことが次世代に対する我々の急務と自覚しますが、何もできない自分に虚しさを感じています。

さて、今年も残り一ヶ月となりました。

直線的な時間は過去から未来に向かって流れており、この時間は二度と戻って来ませんが、有難いことに、時間にはもう一つ円環的な時間があります。中島みゆきが歌う「まわるまわるよ、時代は回る」と言う巡り来る時間です。

来年も春になれば桜が咲き、秋には紅葉に出会う四季折々の循環周期と言う時間が存在します。この円環的な時間がきちんと回ってくれると私達は安心します。

今年が終わっても必ず新しい年が始まる、こう考えるだけで幸せになります。

私達は、この円環の時間の規則正しさにしがみついて生きている気がします。

特に日本は災害大国で天災は忘れた頃にやってくるという事情もあり、物事の規則正しさは無事の何よりの証拠であり、安心の拠り所であります。

処で、年末年始の過ごし方ですが、私は「寺はお礼に、神社はお願いに行く処」と教わりました。年末に寺に行き、過ぎ行く一年の無事に感謝し、年始に神社に立ち寄り、これから始まる一年の無事

をお願いに行くのだと言うのです。さて、皆さんに今年の締め、永六輔が作った詩を紹介します。生きているということは、誰かに借りをつくること。生きていくということは、その借りを返してゆくこと。誰かに借りたら誰かに返そう、誰かにそうして貰ったように誰かにそうしてあげよう。

確かに人間は一人では生きられない。支えられ、借りながら生きていくのです。

師走に入り、過ぎ行く令和六年を振り返り、新たに迎える令和七年が皆さんにとって良き年になります様に、心より祈念申し上げます。

お蔭さまで

けんせいかい

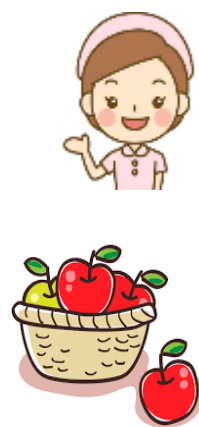
「NPO法人 健生会」
創立40周年を迎えます
記念式典 / 祝賀会
12月5日(木)

皆様！是非ご出席の連絡
下さい。お待ちしております

●健康だより

練馬区立はつらつセンター豊玉

看護師 尾崎幹子



『かかりつけ医』

「かかりつけ医」はありますか？
現在受診をしている方もいない方も「かかりつけ医」をもつことは健康生活において大切だと考えます。加齢と共に心身の不調により医療機関を訪れる機会は多くなると思います。日頃の健康相談において医師との関係、診療内容に納得できていない等の悩みをお持ちの方が多く感じます。

「かかりつけ医」の選び方、関わり方など、困り事を減らして安心できる受診のために「かかりつけ医」について考えたいと思います。

1. 主な相談内容(健康相談より)

①検査の目的、結果が分からないまま同じ薬が出される。
②症状が改善しないことを訴えても、特に説明がなく同じ薬が出る。
今の治療を続けてよいのか？③医

師に質問・相談をしにくい。等の不安・不満・不信や先が見えない状況に困惑されていることを強く感じています。

2. 「かかりつけ医を持つ」

前項のような困り事抱くことなく診療を受けるために「患者」が主体的に「かかりつけ医」を持つことは、有効な策であると思います。

(1) かかりつけ医とは(医師会)

「健康に関することを何でも相談できる上、最新の医療情報を熟知して必要な時には、専門医・専門医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師」と定義しています。日本医師会は、平成28年4月より、「日医かかりつけ医機能研修制度」を実施し、東京医師会は、会長名で「修了証」を交付しています。

* 医師会が医師の在り方方針を出し対策に動いています。

(2) 選ぶポイント

・健康に関することを何でも相談できる人を選ぶ。
・話しやすい・説明がわかりやすいか。診断や今後の治療方針等理解し易く、専門用語はわかりやすく話してくれるか。

・自宅や職場から近いか。利便。

等により、自分で選びます。受診して自分が信頼できると思った医師であれば、「かかりつけ医」と呼んでよい。又医師は一人とは限らず(内科医と眼科医など)何科の医師でもよく、信頼できることが重要です。

(3) 見つけ方・探し方

・健診、予防接種・家族の受診など医師とかかわるので、「かかりつけ医」を見つける良い機会になると思います。

(4) かかりつけ医をもつメリット

①日頃の健康状態を知ってもらえる。②症状に応じた専門家の紹介がスムーズ。③病気の予防や早期発見、早期治療につながる。

些細な事でも相談しやすい、どうすると良いか適切な判断を知ることが出来る。家族の健康についても相談し易くなります。

(5) かかりつけ医にかかる5つのポイント(東京都医師会)

①患者から医師に伝えたいことや質問はメモにして準備しましょう
②患者と医師のより良い関係づくりは相互に責任と努力が必要です。
③かかりつけ医にこれからの見通しを率直に聞くことが大切です。

④受診後の変化について良くなっても悪くなっても、かかりつけ医に伝える努力をしましょう。

⑤治療効果を上げるためには、理解できないことは理解できない・疑問を伝え、質問しましょう。
参考資料「上手な医療のかかり方」(厚生労働省・医師会)

◎相互に責任と努力が必要

医師との信頼関係は患者と医師の双方で作ります。患者の思いを医師に伝えることはより良い治療のために必要な事でもあります。例…飲みたくない薬を自己判断でやめている事・理由を医師に伝えない場合、医師は薬を飲んでいないことを前提に検査結果を判断し、薬の増量や追加検査など必要以上の診療が行われる結果につながってしまいます。

* 医師とのコミュニケーション・信頼関係を相互に深めることが重要です。

患者の訴えを受け止める医師こそ自分にとつての「かかりつけ医」になり得るのだと思います。
積極的にコミュニケーションを!!
* 質問がない場合、医師は理解、納得してもらっていると判断してしまいます。

●「第3回家族でバンザイ・みんなのぶんかさい」開催報告

酒井 喜嗣

・日時…10月17日(木)

午後1時から4時

・場所…生涯学習センターホール

・来場者数…会員56名

一般104名

今回も前回同様に、こぶし朗読の会のメンバーと手話有志の方からなる司会チームの進行にて始まりました。今回のプログラムの特徴としては、第1部では、恒例の方達による演目、第2部では、初登場の方達による演目です。

【第1部】

・シルバー・コーラス…みんなの音楽会から出演し13回目となりました。高齢化が進み人数も減少しましたが、やさしい声とハーモニには相変わらず癒されました。「シニア頑張れ」「もつと歌って」といった感想も寄せられました。

・カンツォーネ…初めに坂爪いちお様の門下生「サークルいっち江古田教室」の方達の歌声で始まり、次にお待ちかねの坂爪いちお様がソロ3曲を披露。相変わらずの人氣で多くの方から「皆さん楽しく歌っておられた」「素晴らしい歌声」

といった感想が多く寄せられました。

【休憩中の合間】

・太極拳健康体操…会場の皆さんも壇上の丸山先生の動きを見ながら参加していました。「やってみたくなつた」などの感想も寄せられました。

・手話コーラス…世界に一つだけの花」の手話での歌い方を、壇上の手話チームに教わりながら会場の皆さんも一緒に体験されていました。

【第2部】

・日本舞踊…春日流師範「春日鶴香」様の舞で始まりました。艶やかな舞としつとりコミカルな楽しい踊りの後は内田副会長のお嬢様「坂本成美」様が出演され「祇園小唄」を楽しく踊られていました。最後は家元の「春日鶴壽」様の登場でした。会場の皆さんもさすが家元の踊りに魅せられたのかと。「これぞ日本文化!」「所作がとても美しい」「家元の見事な舞に圧倒されました」といった感想が多く寄せられました。

・朗読劇…「こぶし朗読の会」のメンバーによる初めての舞台でした。筒井康隆作「地球はおおさわぎ」

を和田先生に見守られながら練習成果を見事に発表しました。取材に来られた練馬区共同推進交流センターの取材記事には、なんと「出演者のみなさんの練習量が感じられる声量と演技、豊かな表情で会場を引き込んでいました。」と掲載されていました。会場の皆さんからも「こんな楽しい朗読初めてでした」「朗読の楽しさを教えてくれた」といった感想が多く寄せられました。

・クラシック演奏…武蔵野音大卒の若き演奏グループ「ハルモニアプラス」の4人の女性によるコンサートでした。最初に各々ソロで2曲ずつ演奏され、最後に4人揃ったの演奏でした。会場の皆さんも良くご存じの「ウェストサイド物語」などのミュージカル曲、「太陽がいつぱい」などの映画音楽もあつて、当時の思いに懐かしく楽しまれていました。会場から「アランドロンを唄んで」「なんて掛け声もありました。皆さんからは、「とても素晴らしい演奏に参りました」「太陽がいつぱいの映像が浮かびあがった感動感動感動!」など多くの感想が寄せられました。

♪***♪...♪***♪

★今回は、演目の合間に、新たな試みとして「やすらぎ会の切手整理」「きららカレー作り」「こぶし朗読の会の福祉施設での読聞かせ」「東京探訪クラブのイベント企画」といったボランティア活動をされている方達に、司会によるインタビュー形式にて、「ボランティア活動の紹介」も行いました。

♪第3回 家族でバンザイ・みんなのぶんかさい 開催御礼

会長 山本 均

10月17日に、「第3回 家族でバンザイ・みんなのぶんかさい」を予定どおりで開催することができました。ご出演頂いた方々、観客の皆様、お手伝いいただいた皆様、助成いただきました練馬区社会福祉事業団様に厚くお礼を申し上げます。

今回はカンツォーネ、日本舞踊、クラシック音楽と幅広い分野でのゲスト3組、当会のサークル3組及び手話の会の方々に公演をお願いしました。

来年度には引続き第4回を開催する予定です。概要が決まり次第、当ニュースにてご連絡申し上げますので是非ご期待ください。

<第3回家族でバンザイみんなのぶんかさい>



カンツォーネ 坂爪いちお



会長：開会挨拶



司会チーム



カンツォーネ サークルいっち江古田教室



練馬シルバー・コーラス



日本舞踊 春日流 家元：春日鶴壽、師範：春日鶴香、坂本成美



会場の皆さんも太極拳健康体操



クラシック演奏 武蔵野音大OB ハルモニア



朗読劇 こぶし朗読の会

●第41回読書サロン報告

山崎 隆司

10月8日(金)

ココネリ研修室 参加者9名

漸く秋らしい季節になり、参加者も猛暑から解放され一息入れて参集しました。

今回のサロンは、今日が誕生日と言う参加者から美味しい和菓子の差し入れがあり、参加者全員で誕生日の歌(ハッピーバースデー...)でお祝いしました。

誕生日は、人に祝って貰うだけではなく、生んで育ててくれた両親を始め祖先に感謝する日だとの発言もあり、誕生日を迎える心構えにつき意見が披露されました。

今回も参加者から多くの本の紹介があり、「永遠のゼロ」(百田尚樹)、自分をほぐすコツを説いた「しないことリスト」、「犬のいた季節」等。又、参加者から家族への想いを執筆した文章の音読があり、聞き終えた人から内容に感じ入った感想等が述べられました。

最近読書は目が疲れるので、どうしても読むスピードが遅くなり苦労しているとの実感等、日頃の悩み等を気楽に談笑し合ったサロンでした。

●「いぶし朗読の会」報告

田中 昌美

1.「家族でバンザイ・みんなの

ぶんかさい」初出演

発足してから2年が経ち月に2度の稽古が50回を迎えた頃10月に行う「家族でバンザイ・みんなの文化祭」に出場するとうお話しを受けました。始めは他人事のように捉えていた朗読の会参加の皆さんでしたが、出し物が「地球はおおさわぎ」に決まり配役やナレーション担当箇所などが決まってくると徐々に他人事ではなく稽古する意欲が上がつていきました。何回めかの稽古の時、自然発生的に田畑さんが犬の鳴き声をあげたのがきっかけとなって真剣な中にも楽しさが広まりチームワークも生まれて益々稽古に力が入りました。片山さんに効果音を入れて頂いた時には素晴らしい出来栄えに皆さん感動でした。本番当日を迎える前に2度ほど舞台稽古をしたので本番は意外と落ち着いてできたようです。

★やり終えた皆さんの感想

*始まるまではドキドキしたが皆んな落ち着いてできた。

*うまく動けず物を覚えられなくなったが楽しかった。

*練習の時より本番は素晴らしかった。

*知らないお客様から「声がよく出ていてとても楽しかった」と言われた。

*先生の細かいご指導が舞台に立ってよく分かった。

*また機会があったらやりたい。
*和田先生

誰も間違えずにできたことは素晴らしかった。

皆さんやったことのない事に挑戦して感動し、いい思い出になりました。

2.サークル定例活動

・第60回10月19日(土)

石神井区民交流センター

参加者12名

・第61回11月2日(土)

石神井区民交流センター

参加者6名

・教材：両日 斉藤洋作

「白狐魔記」

・読み聞かせボランティア

練馬デイサービスセンター

10月5日 通所者16名

朗読「ゆきひらの話し」

「竹取物語」「あらしのよるに」

●太極拳健康体操報告

土橋 昌子

10月11日(金) 指導丸山英子

ココネリ 参加者5名

10月25日(金)

学習センター 参加者4名

●「やすらぎ会報告」 橋本 光

10月25日(金) 参加者7名

場所：社会福祉協議会 会議室

●「まゆの会」12月のお知らせ

日時 12月2日(月)1時〜

会場 ココネリ研修室5

作品 「絵手紙」をかいてみよう
持ち物は特に無し、手拭き等をお持ちください。

◆ニュース発送活動報告

◆ニュース「割付・校正」6名

10月15日(火) ココネリ

山本(均) 竹内 内田 酒井

土橋 竹内(律)

◆ニュース「印刷 発送」16名

10月23日(水) 学習センター

山本(均) 保坂 内田 青木 濱

竹内(律) 土橋 高山 柳瀬

八木 荒 鷺池 坂本 樋口

内田(ま) 橋本

【健さんの試写室便り】

第145回 高田健治

『ぼくのお日さま』

6年生のタケヤは、野球もホッケーも苦手で、言葉もうまく出てこない。フィギュアー・スケートの練習に励むさくらは中学1年生。荒川の指導を受けている。荒川が桜を指導していたある日ホッケー靴のままフィギュアーのステップを真似ては転ぶ少年に目を止める。その懸命さに、閉館後のレッスンを申し出る。

田舎町のスケートリンクで、3つの心が一つに淡くて切ない小さな恋の物語。

監督 奥山大史

9月13日 公開 星 5つ

『クラウド』

吉井良介は、町工場に努める傍ら、「ラーテル」と言うハンドルネームを使い転売で日銭を稼いでいる。安く仕入れ、高く売れば何でもいい。でかい儲け話にも耳を傾けず真面目にコツコツと悪事を重ねていく。増えていく預金残高だけが信じられる存在だった。会社から昇進を提案されても固辞、辞職して郊外の湖畔に事務所兼自宅を借り、恋人・秋子との新しい生活

をスタート。軌道に乗ってきた矢先、吉井の周りで不審な出来事が重なり始める。徘徊する怪しげな車、付きまとう影、インターネット上の悪意……。負のスパイラルは増幅され、狂気を宿して不特定多数の集団へと変貌。

現代社会に巣くう集団見えない悪意が自分に迫ってくる……！

監督 黒澤清

9月27日 公開 星5つ

『BISHU 世界で一番優しい服』

毎朝、軽快な機織りの音で目覚める高校生、史織は明るく優しい性格だが、拘りが強く苦手なことも多い。詩織が描いたデザイン画を親友、真理子が校内のコンクールに、さらに一宮市のファッションショウに出品。姉の布美は挫折の体験から、応援をためらい、父親は猛反対。挑戦することで様々な人と関わり、思いが強まる。異なる才能と個性が紡がれる。

挑戦は成功するのか……？

尾州は愛知県一宮市を中心に、岐阜県羽島市など一帯の毛織物産地。高品質で世界的デザイナーに使用されている。

監督 西川達郎

10月18日公開 星5つ

私の好きな俳句④⑤（うどんの巻） 渡邊一雄（三遊亭 大王）

今回は蕎麦の句でしたが、今回はうどんの名句を鑑賞してください。グルマンの私はそばも好きですが、うどんもあちこちと食べ歩きます。飲み友達に稲庭うどんの店（七蔵 新橋駅地下）を四十年近く経営しているオーナーがいるのも影響していると思いますが、寒い冬はなんといつてもうどん、特になべやきうどんが絶品です。

うどんの起源は中国で、遣唐使の空海が日本に持ち帰ったと言われています。日本で有名な五大うどんは「稲庭うどん」「讃岐うどん」「五島うどん」「氷見うどん」「水沢うどん」があげられます（名古屋きしめん 伊勢うどんも有名）。

この中で氷見うどんは食べたことがなかったのですが、最近講演に招かれて氷見市（富山県）に行き、食べた氷見うどんの旨いこと。特長はツヤがあり、讃岐のコシ、稲庭の細さ、そして氷見独特の塩味が私をとりこにしました。氷見はもともと鰯（ブリ）が有名ですが、うどんが名物とは知りませんでした。そばに比べてうどんの句は少ないですが、次の名句を味わって下さい。



- ① 個性ある顔で 鍋焼きうどん食う（保坂 聖史）
- ② 音立ててうどん食う この妻を見捨てず（細谷 源二）
- ③ 深川や 熱き浅蜷の 味噌うどん（岡部 孝）
- ④ 訝反るとて うどん屋と 決まりけり（稲畑 汀子）
- ⑤ うどん買う 小銭出すさえ 寒さ哉（小沢 碧童）
- ⑥ おぼろ夜の うどんに きつねたぬきかな（木田 千女）
- ⑦ けふも又 二八うどんの 月見かな（中川 乙由）
- ⑧ うどん供えて 母よ私も いただきます（種田 山頭火）
- ⑨ 花冷えの うまいうどん屋 見つけたり（高橋 利治）
- ⑩ 鍋焼きうどん 七味が威張りすぎにけり（藤田 湘子）



「11月 役員会」報告

11月7日(木) 司会 竹内
出席者 山本・保坂・青木・内田
土橋・横田・山本(稔) 竹内(律)
酒井・田中

●10月行事実施報告

*17日(木)「第二回家族でバン
ザイ・みんなのぶんかさい」開催
生涯学習センターホール
① 振り返りとアンケート分析
参加者160名 アンケート
回収98名(回収率61%)
総合評価 良かった以上99%

② 次回開催の為の情報等

会場運営人数を増やし細部に
手を入れスムーズな進行図る
*詳細は実施報告参照

●11月行事実施案内

*25日(月)「例会・まゆの会」
ビューティー講座」

ココネリホールにて開催

*28日(木)「例会・東京探訪ク
ラブ」防災学習体験」

区立防災センターにて開催

●12月ニュース関係

1、ニュース内容と分担の確認
ニュース割付段取り表で検討
「巻頭言」・山崎様・「健康だより」
尾崎幹子看護師より寄稿
2、12月行事案内

*5日(木)「健生会40周年記念
式典&祝賀会」ココネリホール

① 記念誌は300部作製完了

② 記念式典&祝賀会

基本的内容は別添分担当表資料
通りにて実行

*詳細は実行委員会及び会長に
一任とした。

3、「第四回家族でバンザイ・みん
なのぶんかさい」助成金申請

期限は12月下旬まで

*7年度は6月ごろ(上期中)
6年度申請・7年度実行分

●次回「役員会」11月30日(土)

10時〜 生涯学習センター

視聴覚室

(報告) 竹内

40周年記念祝賀会での

上園賢一様のピアノ演奏と

トークが楽しみですよ!ぜひ

ごさんか申し込みを!



◆「はなしの広場」

NHK100分で名著⑩ 保坂武雄

『良寛詩歌集』

『どん底目線』で生きる

解説 中野東輝

良寛さんと言えば「子供たちと遊
ぶ温厚な老僧」を思い浮かべるが、
「思想や生きざま」について問わ
れると答えに窮す。

「ありのままの自己を見つめて」

良寛は1758年(一茶より5年
前)新潟県出雲崎の名主・橘屋の
長男として生まれた。橘屋は神職、
本陣を営む家柄。幼名栄蔵は知的
好奇心旺盛で勉学に熱心、祭の
夜にも「論語」を読み耽った。

13歳で儒者による「三峰館」に
通い18歳で文孝と名乗り、生家
で名主見習いとなるが利権や人間
関係が複雑な仕事には向かず、

役人への気遣いなどにほとほと嫌
気がさし、出家と言う思い切った
行動に出る。子供の頃に通った、
光照寺で4年間修業。22歳にし
て備中玉島(今の倉敷)円通寺の
国仙和尚の下で得度を受け「大愚
良寛」の名を授かり、32歳まで
厳しい修行生活を送る。仏教はも
とより和歌、漢詩、書を学び才能
を発揮して、故郷に戻る。

「清貧に生きる」

寺を持たず、弟子を取らず、良寛
は「清貧」こそが欲望を超える道
と知り、世俗と付かず離れず、誰
とも比べず生きる。

「人」や「自然」と心を交わす

良寛は、決して超俗の人ではなく、
常に人間や自然への温かいまなざ
しにあふれ、子供たちと遊んだり、
気のおけない友人達と酒を酌み交
わす、質素な暮らしの中にこそ見
えてくる自然の美しさに感動。
鉢の子に葦たんぼぼこき混ぜて

三世の仏にたてまつりてな

花は無心にして蝶を招き、

蝶は無心にして花を尋ね

晩年には不安や淋しさも吐露。

老いが身のあわれを誰に語らまし

杖を忘れて帰る夕暮れ

手を折りて昔の友を数ふれば

なきは多くぞなりにけるかな

弟子を取らない良寛に30歳の美
しい尼僧、貞心尼が弟子になりた

いと和歌と手毬を送り、世にも稀
なる美しい友愛関係が生まれる。

良寛は衰えて逢えない想いを、

秋萩の花の盛りも過ぎにけり

契しこともまだ遂げなくに

と手紙を送る。74歳の最期は

貞心尼と弟に看取られた。

2024年(令和6年)12月 行事案内

話のひろば投稿先メールアドレス

kenseikai-news

@kuniyokota.sakura.ne.jp



- ▼ 11月30日(土) 10:00 「役員会」生涯学習センター視聴覚室
- ▼ 2日(月) 13:30 「まゆの会」ココネリ研修室5
- ▼ 3日(火) 13:00 「スマホ倶楽部」ココネリ研修室2東
- ▼ 4日(水) 13:30 「シルバー・コーラス」生涯学習センター
- ▼ 5日(木) 10:00 「40周年記念行事」ココネリホール
- ▼ 7日(土) 10:00 「こぶし朗読の会」生涯学習センター教室2
- ▼ 10日(火) 10:00 「読書サロン」ココネリ研修室5
- ▼ 13日(金) 10:00 「きららカレーづくりボランティア」豊玉すこやかセンター6階
- ▼ 13日(金) 10:00 「太極拳健康体操」生涯学習センター視聴覚室
- ▼ 18日(水) 13:30 「シルバー・コーラス」生涯学習センター
- ▼ 19日(木) 10:00 「校正」生涯学習センター教室3
- ▼ 21日(土) 10:00 「こぶし朗読の会」ココネリ研修室1
- ▼ 25日(水) 10:00 「印刷・発送」生涯学習センター会議室1
- ▼ 27日(金) 10:00 「太極拳健康体操」ココネリ研修室1西
- ▼ 27日(金) 13:00 「やすらぎ会」社会福祉協議会 会議室



『40周年記念誌完成』

記念式典&祝賀典にて配布

開催日時…12月5日(木)

受付開始…9時30分

式典開始…会長10時〜15時

場所…ココネリホール全面

会費…2000円 要予約

(昼食・記念誌・別冊・お土産)

第一部 記念式典

一、会長挨拶

二、来賓挨拶

三、相談役講話

青木玲子相談役

保坂武雄相談役

四、健全会活動報告(サークル共)

昼食

第一部

一、記念講演 顧問 渡邊一雄様

二、記念講演 介護福祉士 志寒浩二様

三、記念公演 ピアニスト 上園賢二様

閉会の辞 以上

★要予約先

竹内 090-9647-0710

土橋 03-3970-3451

編集後記

猛暑での生活もやっと終わり、凌ぎ易い日々を送っていますが、一方で毎日テレビで放映されるのは能登半島地震、豪雨災害の復興が大変で、中々進まない。世界ではウクライナやガザ地区での戦争被害、子供まで犠牲になっている映像を毎日見て思うことは、全世界の国の首脳宣言として戦争休止、全世界国、核兵器所持無し、欲を持たず、後世に全世界平和に過ごせる！が実現出来ることを切に願うが、これは私の夢の国なのか？とてもはがゆい思いです。

そんな中で山崎さんの巻頭言に書かれています永六輔さんの詩の中で、

「誰かにそうしてもらったように誰かにそうしてあげよう」とあるが

私はまさに「お母さん」を思う！

「子育てで大変な時に沢山助けてもらったお母さん」「母が高齢になって病気になる時に私は最後まで介護、付き添ってあげられた」です。皆さんもそれぞれに

お考えになったのでは！又保坂さんの良寛詩歌集の中で目に止まったのが、

「花は無心にして花を招き

蝶は無心にして花を尋ね」まさに

我が家の庭で毎日展開しています。又

良寛さんの一生の素朴さを感じ取れました。渡邊顧問のうどんの俳句も季節的に

これからはまさにうどんですね！特に鍋

焼きうどんは、人気第一位でしょうか？