

第一回 街歩き

淀屋橋界隈 (適塾&なにわ商人の街)

5月31日、御堂筋線淀屋橋駅で待ち合わせ、初めての大阪まち歩きを体験しました。北浜駅まで約2時間半の短い旅です。今回ご案内くださったのは長谷川先生。いつもは作文教室でコスモス会ではおなじみです。ディパック背中にウォーキングシューズで、颯爽と現れてくださいました。

普段はおとなり堺市の案内ばかりしている私ですが、たまには大阪に出るのもいいものです。飲み歩く以外の楽しみ方を見つけることができました。でも次回は堺でぜひ! (笑)

田中 幸恵

先生ご用意の資料図と大阪の有名まち歩き団体「大阪あそび」のマップ片手に、いざ出発です。先物取引の祖である豪商淀屋の屋敷跡から懐徳堂や適塾跡地を経由して、終点の北浜の大阪俵物会所跡まで「商都大阪」のルーツを訪ねました。



適塾



淀屋



第56回ジャグラー文化典新潟大会

「ぎなせや新潟」

2014年6月6日(金)〜9日(月)
ANAクラウンプラザホテル新潟

第56回ジャグラー文化典新潟大会は6月7日ANAクラウンプラザホテル新潟で開催され、全国から約350人が参加した。公益法人改革により4月1日から一般社団法人となったジャグラーは、新たなスタートを切った。

文化典典では、佐藤運営委員長(ジャグラー北陸地方協議会会長)の開会宣言のあと、水野大会実行委員長が、観光親善大使の女性とともに地元の魅力をたっぷり紹介した。

功労表彰、優良従業員表彰、ジャグラー作品展表彰が行われ、受賞者には吉岡会長から賞状と記念品が贈られた。

午後6時からの懇親会は、古町芸妓の艶やかな舞で始まり、吉岡会長が「2年がかりで準備されてきた地元のみなさんには心から御苦労さまと言いたい。」とあいさつした。



トキめき 佐渡ツアー

第56回ジャグラー文化典新潟大会も無事終了し、8日、9日と二泊二日の「トキめき佐渡ツアー」に参加したコスモス会一行は佐渡汽船乗り場よりカーフェリーに乗船し、約2時間半の船旅で佐渡の両津港に向かった。

昼食後、佐渡歴史伝説館でロボットでできた人形で佐渡の伝説に触れました。一体が50万円から最高二百万円とのこと、最高のお値段の世阿弥の動きはまるで能舞台を鑑賞しているような感じでした。

午後からは尖閣湾揚島遊船のグラスボートで波で浸食された岩や海底の海藻を約1時間かけて見学。岸壁には佐

渡原産の岩ユリのオレンジ色があちらこちらに見えました。次に向かった佐渡金山は慶長6年に相川金銀山を開山し、平成元年3月末日に鉱石が枯渇し操業停止になるまで四百年あまりの採掘の歴史があります。当時を再現した坑道の中で働く人たちの作業の様子を見るにつけ、身につきまされるものを感じました。

相川で一年に一度の行事である『宵の舞』が行われているとのこと。宴会の後、ホテルのシャトルバスで会場まで行ったものの終了間際で少ししか見物できずちよつと残念...

翌日は「無名異焼」の玉堂窯元へ、続いて酒蔵「尾畑酒造」では清酒の試飲。美味しそうに頂いていました。

最後は「トキの森公園」。トキは顔と脚は赤く、頭に細長い冠毛の束をもち、体は淡いピンクを帯びた白色の羽毛で覆われているそうですが、とってもデリケートな鳥なので間近で観ることは出来ませんでした。

二日間の旅行は梅雨の合間でしたが、コスモス会の皆さんの常日頃の精進の良さか、雨にもあわず有意義で見どころの沢山ある旅行ができました。皆様お疲れさまでした。

宮浦 蘭子

物忘れを予防する6つの日常ケア

- ・頭を使いながらウォーキング
- ・青魚、緑黄色野菜を積極的に食べる
- ・6時間以上の睡眠、30分以内の昼寝
- ・人と直接会話する
- ・脳トレをする
- ・生活習慣病を予防する、治療する。

2014年(平成26年)6月18日 水曜日 14版 2

薬に頼らない認知症治療を提唱する精神科医

上田 諭 さん

認知症の人の悩みは、物忘れ、周囲から問題視されたり叱責されたりすること。だから、周囲とのぎくしゃくを減らす手助けこそ医者の仕事と訴える。家族から話を聞いて薬を出して終わり。そんな現実への異議申し立てだ。

昨年、学会で認知症への精神療法(面接)の効用を発表した。うつ病などでは大切と言われるが、

「認知症患者に、とは誰も言っていないかった」。やってみると「暴言などがなくなった」という。「本人に注目して真剣に話を聞くのが精神療法の第一歩。実はそこまでは誰でもできることです」。

医師としての出発は遅かった。朝日新聞で9年働いた。望んでいた部署に配属されず「うつうつとして働いて18年、今は日本医科大学で講師を務める。「9年の経験がなければ、人の痛みがわからない人間のままだったと思う」。

今年出した初の著書は「治さなくてよい認知症」。治る、改善、予防といった言葉が並ぶ書籍の中で異彩を放つ。「長生きすれば2人に1人は認知症になる。それを問題視する世の中を変えたい。治そうとしないでいい。治らなくていい。病を持ちつつ生き生きと生活できることこそ大事と、専門医の意識改革を狙う。「医師は薬の販売機ではないはず。生活を診ることが治療の本丸です」。

文・高橋真理子、写真・仙波理

朝日新聞より



作文教室からのお知らせ

作文教室は毎月第一火曜日に決まっています。次回から募集案内は同封致しませんが、どの回からでも参加は大丈夫です。参加ご希望の方は坂本もしくは岡会長までご連絡下さい。

尚、次回(8月5日)のお題は「祭り」です。

*** 予 告 ***

OGSビアパーティー
7月30日

6月は役員会はお休みでした。従って、役員会報告はありません。

一筆箋

最近新聞をひらいてもテレビを見ていても必ず認知症と云う言葉に出会います。後期高齢者(私のこと)にとっては、つくづく身につまされるものがあります。

ところが、先日心が安らぐような記事を目にしたので参考までに読んでみて下さい。(右頁をご覧ください)

「今が一番若い」

その気持を忘れぬように、次に巡り来る一筆箋の時まで!!

菊田 章子

次回は北村 光延さんです。