

# 介護者だより きずな

事務局：泉南市社会福祉協議会 Tel 482-1027 泉南市樽井1丁目8-47

## 新年会

午年の一月十日、あいびあ泉南一階大会議室で新年会が開かれました。おいしい昼食のあとは、演芸会です。最初に藤田小夜子さんが、「歌体操」を教えてくださいました。

### ♪隣組体操

とんとん とんからりと肩たたき  
両手を 上げましょう

おろしましょう

お首を クルリと 回しましょう  
胸を はりましょう 大あくび  
(アーアー)



「お口の健康といえば、虫歯予防、歯周病予防と考えがちですが、食べる事、噛むこと、話す事等、普段になげなくされている動作も大切です。食べ物を口に入れて、噛んで、食道、胃に送るまでには、歯だけでなく、お口の周りの筋肉、頬の筋肉、舌の筋肉、首の筋肉も使われています。この筋肉



を衰退させないためのお口のリラックスマッサージが『隣組体操』です。訓練することが、いつまでもおいしく食べられる秘訣です」と話される藤田さん。つづいて誰もが知ってる

### 「青い山脈」

それから「ラーメン体操」

♪ ラーメン大好き

ラーメン食べたい

ラーメン朝から晩まで  
ずるつずるつずるつ

この体操、幼稚園や小学校で人気の体操だそうです。藤田さんも、小学校の先生から教えてもらったということうです。ラーメンは子ども達が大好きですから、それが歌になり、体操になったら、喜んで踊ります。昭和生まれで、ラジオ体操しか知らずに育ちましたが、こんな楽しい体操はいいですね。

そしていよいよ、箏・和奏（わか）の会 尺八・翠笛（すいてき）会の皆さんによる合同演奏会です。総勢二十人近くの方が朝早くから、準備・

音合わせにいられていました。

尺八は、中国の唐から日本に伝わってきた楽器です。長さが一尺八寸（約五四センチ）あることから、尺八とよばれています。真竹で作られていて、前の四孔、後の一孔で音を出します。ですが、初心者はまず音が出ないそうです。簡単な作りなのに、音域や音色は広く、表現力豊かな楽器です。



神野 良重 先生

箏も、中国の唐から伝わってきました。弦が十三本あり、琴柱（ことじ）とよばれる可動式の支柱で音程を調節します。一曲一曲、琴柱を動かして演奏します。箏は畳に正座して奏でるものとばかり思っていたら、今は箏に足がついて居て、椅子に座ってでも演奏できるのですね。

始まりはロシア民謡。ロシアの

民謡を、日本の古くから伝わってきた楽器で演奏。なるほどなあ。なつかしい心持になります。

### 「菊花繚乱」

沢山の菊の花が咲き誇る様を表現しています。日本の秋の風景、菊。これはやはり箏と尺八の出番でしょう。

### 「春の海」

正月といえば「春の海」。「春の海」といえば正月。宮城道雄の名曲です。なんともものごな気分になって、つい、うとうとと〜



宮城道雄は、明治二七年神戸生まれの作曲家・作家。八才の時に失明するが、生田流の二代目中島検校に入門し、十一歳のとき免許皆伝を受ける。「春の海」は失明前に育てられた土地、福山市鞆町から見え

る、鞆の浦にインスピレーションを受けて創作したもの。



彼は、ヴァイオリン属のチェロに該当するような低音パートの箏を作ろうと、十七絃を發明した。また、随筆家としても知られている。

そのあと、スクリーンが用意されて、「つるのおんがえし」の画面が映し出されました。朗読は坂田弘子さん。箏と尺八の演奏が流れる中、坂田さんのよく通る声が昔話の世界へ誘ってくれます。

さて、ここからは望鳥会の皆さんによる、詩吟です。演目は「忠臣蔵」スクリーンには、松の廊下で刀を振るう浅野内匠頭が映っています。

### 一、風さそふ

元禄一四年三月一四日、朝廷からの勅使が、年賀の挨拶に江戸城に下向していた。その接待役が浅

野内匠頭。午前九時過ぎ、松の廊下にいた吉良上野介に、内匠頭が叫び声を上げながら背後から小刀で切りつける。その日の午後七時四〇分頃、内匠頭は座敷ではなく、白洲で切腹。

### 「風さそふ」

花よりもなお 我はまた

春の名残りを

如何にとやせん」

(浅野内匠頭 辞世の句)



### 二、赤垣源蔵

討ち入りの夜、源蔵は兄を訪ねたが、兄は留守だった。羽織を兄に見立て、源蔵は別れの酒を酌み交わす。

「独り徳利を 傾けて

涙 袂を沾(うるお)す」

### 三、赤穂義士

主君の切腹の知らせが赤穂に届いたのは三月二十日。家老・大石内蔵介は、およそ二百名の藩士全員に登城を命令する。この時点で、吉良は討ち取られたと思われていた。生死が解ったのは二十七日頃。好戦派・開城派に意見は分かれた。

「生を捨て 義を取る

古(いにしえ)も

尚更(なおさら)少なし」

### 四、四十七士

連判状に名を連ねた浪士は、当初百三十人くらいいた。大石内蔵介は、お家再興を三度嘆願するが聞き入れられず、元禄一五年一二月一四日、



討ち入りを決行。その時残った同志は、四十七人。「山・川」

の合言葉で味方を判別せねばならぬ深夜。吉良邸には百人近い侍がいる。

その中で吉良上野介を探し、首を取るのには容易なことではない。夜が明ければ幕府の軍勢がやってくる。時間がない。

「臥薪嘗胆（まきの上に寝て、苦いきもをなめる）」

幾辛酸

一夜 剣光

雪に映じて 寒し

四十七士

猶 主を護る」

（作 大塩平八郎）

本懐を遂げ、主君の眠る泉岳寺へ向う四十七士に、江戸の町民は喝采をあげさせた。

「あら楽し

思いは晴るる身は捨つる

浮世の月に

かかる雲なし」

（大石内蔵助 辞世の句）

その後、四十七士の子弟は、

諸藩から召し抱えられる者が多かったという。一方、討ち入り

に加わらなかつた浪士の中には、親類から責められ、切腹した者もいた。

仇討という古めかしい話に、今も胸を打たれるのはなぜだろう。それは、「人が人を想う」心

意気に、共感できるからではないだろうか。人は、「自分を大切に生きる」のはいうまでもない

が、それと共に、自分以外の誰かのためにも（親の、子供の、夫の、妻の、隣人のためにも）生きているものなんだろう。それが「人」なのだと思う。

重厚な詩吟からガラリと変わって、今度は林好子さんのオカリナ演奏です。

曲は「北の国から」



心に溶け込んでくるような、やさしい音色です。

続いて福島県民謡

「新相馬節」

唄うは小西米治さんです。

この唄は、相馬地方から出稼ぎや集団就職などで東京へ行った人たちが、故郷を思っ唄った民謡だそうです。

最後は尺八の伴奏でみんな

で歌いました。

軍歌「戦友」

「同期の桜」

「異国の丘」

年配の方々には忘れられない歌でしょう。

そしてお別れは「北国の春」あつという間の二時間でした。

藤田さん

和奏（わかかな）の会

翠笛（すいてき）会

望鳥（ぼうちょう）会

の皆さんありがとうございました。お餅に「大吉」も入っていたし、今年は何かいことがありそうですね・・・



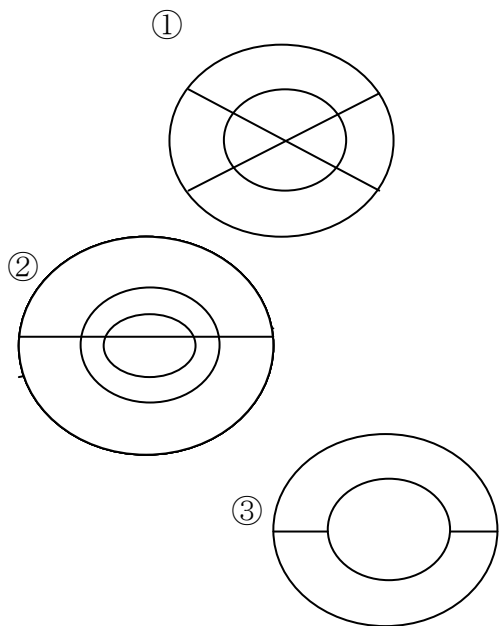
## お知らせ

平成17年度から、古谷義信先生の指導で開いていた絵手紙教室が、平成25年度で終了しました。つきましては、顔彩・筆をご希望の方に譲ります。ご希望の方は、古谷 義信（483-6247）または、宇野景子（483-7002）に、ご連絡ください。 \* 締切 4月10日  
なお、応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。



2月14日の写真撮影会は大雪のため、中止になりました。撮影会は後日、日を改めてお知らせします。

一筆書きができるものはどれ？



答えは 4ページ下

### 第19回

## 総会

4月11日(金) 13時30分～

あいびあ泉南 1階大会議室

✿ 第2部 14時10分～15時40分

講演 認知症の向こう側にある心

～おじいちゃんから孫に見せてくれたもの～

講師：岩崎 順子 先生

公益財団法人 和歌山県人権啓発センター登録講師

愛知医科大学看護学部 非常勤講師

### つどい

5月9日(金)

午後1時30分～

あいびあ泉南2階会議室2

### チョコボラ会

4月25日(金)

午後1時30分～

おいでや!泉南

### お花見(雨天中止)

3月28日(金)12時～

あいびあ 前の広場

会費 500円

申込 24日迄に宇野(483-7002)

### 男の介護「味彩の会」

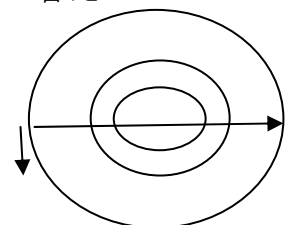
4月4日(金)

午前11時～

平野台の湯

### 一筆書きの答え

②



### 川柳

飛びつかれ 共に転んだ

孫いとし

ランドセル 初霜ふんで

揃い行く

卒業に 胸ふくらます

春日和

入学の 孫も卒業

社会人

(横田 松野)



### 編集後記

真央ちゃん、何がおきたんだらう？やっぱり、オリンピックには、魔物がいたんだね。バンクーバーで銀メダルを取った時から、ソチのオリンピック目指して、猛特訓を始めていたのに。たった数分間のために、すべての時間を費やしていたのに。悔しかっただらうな。宗教学者の山折哲夫先生は「風のように舞い、水の流れるように氷上を滑り、ときには小鳥のさえずりのような美しい音の世界に私たちを誘い込んでくれる」と真央ちゃんのスケートを絶賛しています。「審査結果が何位だらうと、私にとっては常に世界一位だ」とも。こんな状況でフリーの演技をしなくてはならず、辛いだらうなあ、と心配していたけど、完璧に滑れた。演技のあとの涙を見て、ああ、納得のいくスケートができたんだと思った。笑顔も見られた。おめでとう、おめでとう、おめでとう。真央ちゃん。(け)