

”上質なときを暮らす“SJRだより

眺めの いい部屋

2018 秋冬
No.03

熊本県山鹿市『百華百彩』

「天声人語」こぼれ話(3)
コラムニストの一日

栗田 亘

朝刊一面コラムの基本資料は、毎日の新聞です。五時か六時、目覚めるとまず新聞を読みます。ボクの場合は日刊紙六紙とスポーツ紙一紙。きょうは何を題材に取り上げようかと思索しつつ、テレビニュースに目をやりながらの作業です。旅に出たときも、新聞の数は少なくなりますが、やり方は変わりません▼「どのコラムニストも神経をすり減らして仕事をしている。みんな、四六時中つぎに書くコラムを考えている」。いつか読んだイギリスのコラム集に、そんな言葉がありました。まったくその通り。午前十時ごろ新聞社に着いてからもあれこれ思索し、題材が決まり下調べを終えて書き始めるのが夕方五時ごろ。八時ごろに書き上げて細部の手入れをし、九時過ぎにようや

く職場を離れます▼しかし頭の中は仕上げたコラムのことで満杯。そこで必ず馴染みの旗亭(きてい)としやれましたが、つまり酒食を供する店に寄ります。先輩コラムニストも、きまって暖簾(のれん)をくぐったそうです。でないと精神の緊張がほぐれない、と▼これ、呑む口実でなく、体験からそう断言できます。シャーロック・ホームズの台詞ではないけれど、人間の脳味噌の容量は定まっています。書いたコラムはすみやかに忘れ、つぎのコラムを考えなければ、貧しい頭は壊れてしまう。かくて夜は更け、ボクは沈殿する。そして翌朝、目覚めるとまず新聞を読みます▼書きためておけばいいではないか。けれどもそう思うでしょう。同感です。けれどもも在任中、ストック原稿を持ったことは一

度もありません。ボクよりはるかにきちんとした先輩も「そんな余裕はなかったよ」と述懐しておりました。一日に一本書くのが精いっぱい。エネルギーはそれで尽き、余計にもう一本なんて神の業なんです。この先輩は父上が亡くなったとき、通夜の枕頭で翌日のコラムを書いたそうです▼そういえば、人の死はコラムニストにとってしばしば格好の題材となります。棺を蓋(おお)いて事定まる、と盛唐の大詩人、杜甫も詠みました。死に際しその生涯と業績を総括する文章は、コラムニストの腕の振るいどころ。毎朝の新聞チェックで、まず目をやるのは死亡記事です▼書ける!と確信したコラムニスト(「ボク」の顔は、あるいはドラキュラに似ていたかもしれません)。

くりたわたる●1940年(昭和15年)東京都生まれ。コラムニスト。朝日川柳(選者)選者名・西木空人、日本エッセイストクラブ常務理事、日本ナショナルトラスト理事。1965年から2002年まで朝日新聞で働く。勤務地は岐阜支局、北海道報道部、東京社会部、横浜支局などのち論説委員となり、2001年までの6年近く「天声人語」を担当、2000本近いコラムを書く。著書に「漢文を学ぶ(一)」「(六)」『ポケット川柳』共に童話屋、『明日ははどうしてくるの?』(15歳の寺子屋)シリーズ(講談社)、『リーダーの礼節』(小学館)、『大人のための漢文51』(河出書房新社)ほか多数。

初心者大歓迎!
身体も脳も
鍛えてくれる
社交ダンスのすすめ。

毎週木曜の15時30分。「SJR千早」2階のホールに、続々と仲間が集まる。男性4名、女性5名の9名で活動している社交ダンスサークル「ひまわり」のメンバーだ。

この日は撮影のため、女性は華やかにドレスアップしアクセサリーを、男性はベストと蝶ネクタイを身につけて、いつもより優雅な雰囲気である。

「こんな格好で踊るなんて、秋の文化祭みたいねえ」と微笑むのは野元堀綾子さん。初期メンバーのひとりで、「ひまわり」の命名者でもある。ダンス経験はなかったが、踊ることへの興味は以前から抱いていたので、八十の手習いで始めた。

「足が痛くて普段はヨタヨタ歩いているんですよ。でも、ダンスの時間になるとシャキッ!です。息子からも『そんな体でよくダンスができるね』って言われているくらい」と屈託なく笑う。

(左上から)持田先生／井ノ口 文男さん／尾林 茂さん／菅 勇さん／小森 猪熊さん／佐藤先生
菅 静枝さん／野元堀 綾子さん／安達 淑子さん／具島 順子さん／段上 香代子さん

気持ちのいい場所

「SJR千早」



お日様がいっぱい差し込む
ゆとりの空間が語る、
風通しのいい、住まいと暮らし。



【スカイラウンジから屋上庭園へと続く開放的な空間】

最上階12階の、3方向がガラスに囲まれた眺めの良い開放的な空間。「明るくて心が和みますね。心地よい音楽を聞きながらリラックスできますよ」(具島さん)
恒例のSJRコンサートもこの会場で開催しており、クラシックを中心に吹奏楽、ジャズなどを多彩に繰り広げ、景色と合わせて音でも訪れる人々の心を癒やしている。さらにスカイラウンジから続く屋外スペースが屋上庭園になっている。園芸好きなご入居者が集まり、草花の手入れや雑草取りなど、手塩にかけて頂き彩り豊かな庭園に。散歩する人々の目を楽しませている。

自分のペースで
好きな暮らしを楽しむ。

「ひまわり」のほかにも、コーラスや陶芸、麻雀、書道など、さまざまなサークル・クラブ活動のある「SJR千早」。それほど、ご入居者の方々が充実した暮らしを楽しんでいるということなのかもしれない。

そんな日頃の活動の成果を披露する場として、秋には文化祭が行われる。「ひまわり」のメンバーも、この日を二つの目標に活動に励んでいる。「文化祭用の衣装選びも楽しいの」と微笑む具島さんは、なんと上達のため個人レッスンにも通っているという。しかも、このように外部のスタジオで練習しているメンバーは多いと聞き、さらに驚いた。

ダンス講師の持田先生も「皆さん前向きなので、確実に上達していつています」と太鼓判。そんな「ひまわり」の今年の目標は、「ルンバはもつとルンバラしく、タンゴはさらにタンゴらしく！」だそう。秋の文化祭での披露が楽しみだ。自分の好きなことをマイペースに楽しめる空間と仲間——。その調和が、ご入居者を自然と笑顔にしてくれるのかもしれない。

Special interview



膝も腰も痛むのに、ダンスの時間になるとシャキッとなるから不思議です(笑)。



サークル創立メンバーは、「戦後のブーム期にはダンスホールにも通っていた」という小森猪熊さん。「SJR千早」の開業と同時に入居し、近所の公民館で数十年前ぶりのダンスを楽しんでいたが、ほどなくSJRにもサークルを作れるというところで、早速講師を手配して活動を開始。御年92歳。最年長ながら背筋はシュッと伸び、颯爽とした歩き姿。聞けば、週2回グラウンドゴルフもしているとのこと。まさに「スーパーアクティブシニア」の代表だろう。

アクティブと言えば、「3年もやっていのにステップを全然覚えられなくて」と苦笑していた具島順子さんも然り。日中友好を目的とした社会活動に参加したり、年に6回は息子さんたちの住む東京へ出かけたり……。忙しい日々を楽しむためにここへ入居したというのも納得だ。

「まったくの初心者ですが、認知症予防にいいと聞いて……」ときつかけを教えてくれた菅勇さん・静枝さんご夫妻。入居当初、静枝さんは病気で体調も思わしくなかったが、ここで生活するうちすっかり元気に。週1回のダンスは休まず続けている。

「ラジオ体操の延長くらいに思ってた入ったら、けっこう本格的で驚きました」と笑う段上香代子さんもご夫婦で

入居だが、サークルには香代子さんのみ参加。なかなか上達しなくても、こつこつマイペースでできる雰囲気が入っている。

そんな段上さんと同じ頃にダンスを始めた井ノ口文男さんも、つい最近まで入院していたとは信じられないほど、娘以上に年の離れた先生と組んではつらつと踊っている。

サークル活動は毎回1時間、男女1名ずつの先生とそれぞれペアで踊る。ブルースから、ジルバ、ワルツ、タンゴと徐々にアップテンポの曲へ。「妻が別のところで習っていて、私も他にやることもないので始めてみました」という尾林茂さんも、初心者とは思えない堂々としたステップだ。そして最も新しいメンバーが、単身で入居したばかりの安達淑子さん。「具島さんに誘っていただいて。おかげで主人を亡くした寂しさや悲しさが少し紛れました」。そんな安達さんもダンス経験があり、ワルツからルンバまで身のこなしも軽やか。楽しげな笑顔も印象的だった。

「ステップを覚え、音楽を聞き、体を動かすダンスというのは、身体にも脳にもいいですよ」とみなさん声を揃える。確かに、ダンス独特の非日常の高揚感と緊張感も、心身を一気に若返らせてくれるのである。



とってもフレンドリーなサークルです!

Shall we go for a walk?

—手仕事が見える旅 SJR別院—

やわらかい笑顔と互いの心を
結ぶ、四季折々のドライブ。



森田 陽一郎
SJR別院
生活相談員

梅雨を目前に雲ひとつない青空が広がったある日、「SJR別院」のご入居者とスタッフは季節の「花見」のため、北九州市戸畑区の夜宮公園へ。敷地内の夜宮池と日本庭園に合わせて約7000株(約2万本)ある花菖蒲が、見頃を迎えようとしていた。空気の澄んだ午前中、凜とした花菖蒲を眺めながら「気持ちが良い日ね」とほえみ合う皆さ



ん。同行した生活相談員の森田さんは、「外出をすると、ふだんと違う笑顔や、解放感に包まれる様子が見られます」と語る。

今回のような「花見」では車1台にスタッフが2名同行し、車いすと歩行の方、またお話が合う方同士で4人のグループを組む。安全を第一に考え、初めて訪れる場所は、車いすが通れるかなど事前に下見。現地では転倒を防ぐために手をつなぎ、リードはせず、歩行のリズムに合わせて誘導するのだそう。

季節の花見のほか、市立美術館や門司港レトロ地区へもドライブ。距離を考えると、毎年どこへ行くかが悩みのタネだ。時に要望を受けることもあり、できる限り応えられるよう調整している。外出時の笑顔は、何ものにも代えがたい。



夜宮公園
北九州市戸畑区夜宮1-1
駐車場29台(とばた菖蒲まつり時は利用不可)
明治44年建造の国の重要文化財・旧松本家住宅に隣接。

News_Topics

SJRレポート

Today my new life begins.

—スタッフのハートをひとつに SJR高取—

「ありがとうカード」で
スタッフもご入居者も笑顔に。



岩本 麻紀
SJR高取
サービス提供責任者



小川 恵美
SJR高取
介護リーダー
(介護支援専門員)

白を基調としたエントランスホール、自然光が差し込むリビングルーム、広々と快適な完全個室——平成27年、福岡市早良区で誕生した「SJR高取」は、介護が必要な方のための介護居室65室を備えた住まいです。建物内にデイサービスセンターとヘルパーステーション、ケアプランセンター、訪問看護ステーションを併設しており、24時間安心の介護体制。スタッフの雰囲気の高さも高く評価されています。そこにはある秘密がありました。

SJRシリーズの5つの事業所では、平成29年度から「ありがとうプロジェクト」がスタートし

た。事業所で働くスタッフが「ありがとう」と感謝したい人に対して、「ありがとうカード」を書

いて渡すという企画だ。ありがとうの言葉で笑顔になろうという目的で始まった。

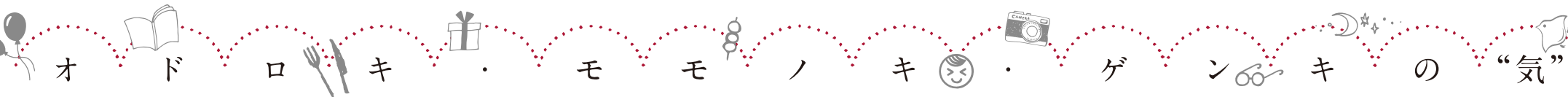
平成29年度、5事業所の全スタッフ161人の中で、年間最優秀賞を受賞した2人が「SJR高取」にいる。サービス提供責任者の岩本麻紀さんは、最も多くのカードを贈った人として表彰された。「普段からありがとうと言葉をかけていましたが、カードがあると、こんなところが助かったと具体的に伝えられるのがいいですね」と岩本さん。新しいスタッフには「入社してくれてありがとう」というカードを贈っているそう。

もうひとりの受賞者は、生活サポート部で介護リーダーを務



める小川恵美さん。1年間で最も多い60枚ものカードをもらった。カードには「いつもわかりやすく説明して下さい、ありがとうございます」「職場を超えてスタッフに寄り添って下さり、本当の意味でリーダーだと思います」などの言葉が並び、リーダーとして頼られ感謝されていることが伝わってくる。「カードを受け取る素直にうれしくて、こちらこそありがとうという気持ちになります」と明るい笑顔で話す。ふたりとももらったカードを大切にしており、折にふれ、見返すことで仕事のやる気が高まると言う。

スタッフ間の交流を活発にするだけでなく、職場の雰囲気づくりや、ご入居者へのサービス向上にもつながっている「ありがとうプロジェクト」。小川さんは「カードをたくさんもらえるようなスタッフを育てて、感謝の輪を広げていきたい」と意気込んでいます。



あったか〜い噺^{はなし} ③
「檀ふみの父」

作家 ◆ 嵐山 光三郎

博多湾に浮かぶ能古島^{のこのしま}は、菜の花やコスモスが咲く「花の島」として多くの観光客に人気があるが、島の中腹に檀一雄さんの草庵・月壺洞^{げうこどう}がある。檀さんが没する一年半前(昭和49年)に、ひとりで移り住んだ庵である。いまは長男の檀太郎さんが新庵を建てて住んでいる。

私は二十七歳のとき、檀一雄さんの担当編集者となり、檀さんと一緒に全国各地を取材旅行した。博多へ行つたときの檀さんは、顔見知りの大衆居酒屋を借り切り、昼から料理を作りはじめる。朝、市場へ出かけて竹の手さげ籠四つほどの大量の素材を仕入れ、それで二十種ぐらいの料理を作った。夜は町の旦那衆だの画家だの旧友を集めて大宴会がはじまる。こういうことばかり三年間つづいたから、私も檀流クッキングの一端は覚えた。檀さんが人並みはずれた快男児であることは、太宰治や坂口安吾といった友人が語っている。

檀さんは人と人を友人にする達人であつて、檀さんにつきあう人はみな

仲良くなつてしまふ。娘のふみちゃん(檀ふみ)が十一歳のとき、プロ野球の巨人・ヤクルト戦に連れていき、長嶋監督と記念写真を撮った。その後、ふみさんが女優になつてからも「ふみちゃん」と呼ぶ仲になつた。東京の石神井にあつた檀邸へ出入りして二年めに「見どころのある男がブラジルから帰つてくる。図体は私に似てゴツイが、心根のやさしい男だ」と紹介されたのが太郎さんだ。檀さんは快活で、アツハツハと大声で笑い、南国人特有の豪放さのなかに、流れ星のような孤独を秘めている人であつた。檀さんと最後の取材旅行をしたのは北海道の函館で、ホテルのフロントで署名するとき、職業の欄に「檀ふみの父」と書きこんだが、フロント係は、「嘘でしょ」と言つて信用しなかつた。



あらしやま・こうざぶろう●1942年(昭和17年)東京生まれ。平凡社の月刊『太陽』編集長を経て独立、作家活動に入る。日々、食と旅、文芸耽溺、温泉行で暮らす。とくに食と旅に関する身を挺しての取材専心と文献探索は余人の追隨を許さぬ鬼気迫るものがある。1988年『素人庖丁記』により講談社エッセイ賞受賞。2000年『芭蕉の誘惑』によりJTB紀行文学大賞受賞。『悪党芭蕉』で泉鏡花文学賞、読売文学賞を受賞。近著に『漂流怪人・きだみのる』『芭蕉という修羅』などがある。

表紙/熊本県山鹿市の「山鹿灯籠浪漫・百華百彩(ひゃっかひやくさい)」。昔から和傘の一大産地で、山鹿温泉の往時の風景を想つての、地元の人による手作りの祭りです。同時開催の芝居「山鹿風情物語」を見た後は、夜風で冷えた身体をとろみのある山鹿温泉の湯で温める、そんな優雅な時間が過ごせます。

『眺めのいい部屋』 No.03
2018年9月1日発行

発行・編集 JR九州シニアライフサポート株式会社
発行人 福岡和彦
編集・校正協力 株式会社オフィスノベンタ(表2、表4)
デザイン 荒嶽耕平
校正 氏家可奈子

写真、イラストデータ協力(敬称略)
表紙 写真/熊本県山鹿市「百華百彩」
3-7 写真/株式会社ジーエー・タップ
3-5 文/氏家可奈子
6-7 文/永田知子、佐々木恵美
表4 イラスト/田中靖夫

 JR九州シニアライフサポート株式会社

〒813-0041 福岡市東区水谷2-50-1
TEL.092-410-1255 FAX.092-674-3782

SJR 検索