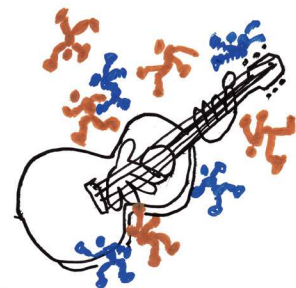


”上質なときを暮らす“SJRだより

眺めのいい部屋

2020 春夏
No.06

熊本県人吉市「球磨川くだり」



あったか〜い^{はなし} 6

「九州の風に吹かれて」

シンガー・ソングライター ◆南こうせつ

20代の『神田川』の大ヒットで、ボクは人生を1回終えた気分だった。自分の歌が、名前が、顔が、世間に知れ渡り、LPを出せば1位になる、武道館でコンサートをやれば満杯になる——。「いたい何なんだ？ この現象は……」

人生のあれこれをものすごいスピードで経験してしまった。全て見てしまっただけで、何が自分をワクワクさせてくれるのか。何が幸せなのか——。

「あ、そうだ！」

生まれ育った九州の風に吹かれて、海を眺めて、おいしいお茶でも飲んで、もう、おじいさんの心境。

30代で、故郷大分の海が見えるみかん山を買って、家族で移住した。

でも、音楽だけは捨てられない。音楽はボクの人生そのもの。ならば、九州の風に吹かれて、野外コンサートをしよう！

オールナイトの「サマーピクニック」。

本当に好きな人だけにだけ来てもらいたい。交通の便の悪い阿蘇産山村に野外ステージを組んだ。「来れるものなら来

てみる！」と。

全国から6000人が集まった。でも、途中からものすごい嵐になった。激しい雨と雷で電源も切れ、無念の中止。それでも1000人くらいが帰らない。マイクが1本だけつながった。生ギターで数曲歌った。泥んこになりながら聞いていた、みんな。

それから年に1回、九州各地で10回。そのあとは10年に1度くらい開催した。ここでもいろんなドラマが生まれた。高校生だった男の子が社会人になり、奥さんを連れてくる。子どもを連れてくる。ガンになり車で寝たまま来てくれた人。その後亡くなって、数年後、彼の子どもが大きくなってやってきた……。

コンサートの始まりに毎回必ず歌う『あの日の空よ』。イントロが響いただけで、こぶしを振り上げ、泣き出す、今は白髪の、薄毛のオヤジたち。

「サマーピクニック」で生まれたドラマの数々は、今70歳のボクの財産。明日に生きるボクの薬。

みなみ・こうせつ ● 大分県生まれ。1970年にデビュー。直後に「かぐや姫」を結成し「神田川」「赤ちょうちん」「妹」等、数々のミリオンセラーを記録。解散後もソロとして『夏の少女』『夢一夜』等のヒット作品を発表。昨年デビュー50周年を迎え、5年ぶりのオリジナルアルバム、ベストアルバムをはじめ、15年ぶりにエッセイ本も出版。5年ぶりの「サマーピクニック〜さよなら、またね〜」も昨年9月に福岡の海の中道海浜公園で開催。70歳を迎えた今もなお、精力的にコンサートを中心に活動中。

表紙／球磨川くだり。日本三大急流のひとつである球磨川は、熊本県南部の球磨郡水上村を源流とし、人吉盆地を通り八代海に注ぐ一級河川。球磨川下りは100年以上前から行われ、西郷隆盛も西南の役の際に球磨川を下ったと言われています。船上からは人吉城跡や四季折々の美しい山々の表情や、川の透明度が高いのでアユが泳ぐ姿を眺める事が出来ます。

 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

『眺めのいい部屋』No.06
2020年3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／熊本県人吉市「球磨川くだり」
3-7 写真／株式会社ジーエー・タップ
3-7 文／氏家可奈子、佐々木恵美
表4 イラスト／田中靖夫

「天声人語」こぼれ話(6) 春の鯉の素敵な香り

栗田 亘

川田さんから突然、電話がかかってきました。泣きだしそうな声です。「来月で店を閉めることになりました。長いあいだ、ありがとうございます。体調が良くなって、仕入れも辛いです」▼おかみさんと二人でやっている小料理屋の店主です。新聞社に居た頃は、よく通いました。魚介を中心に材料を吟味し四季の彩りが豊かなメニューは、どれも美味。カウンターの奥の小上がりでは、ボクの連れ合いが知っていた縁で、吉永小百合さんを招待して飲談したこともあります▼3月、この店を題材にコラムを書きました。へ春の鯉を土佐づくりで食べた。「香りがいいでしょ」と店の主人がちよっと自慢げにいう。口を含むと、ほどよい香気がひろがった。しみじみ、うまい。静岡県沼

津沖の産だという。添えられたネギが、またよかった。きちんとネギ特有の臭みがあつて、鯉を引き立てる。こちらには長野県松代から取り寄せた▼そこから、最近の食べ物にはおいがなくなつたという話になり、青臭いキュウリや一種の生臭さがあつたトマトが姿を消し、無臭のハウス栽培ものが増えたね、と展開します。コラムの中身を思い出しながら、そういえばあの頃の彼は、まだ嗅覚が健在だったなあと気がつきました▼店主は実は、十数年前に病気で嗅覚をまったく失つてしまつたのです。料理人にとって、においては大切な道具の一つ。けれども彼は、数カ月の療養を経て店を再開しました。目と舌を駆使し、役に立たない鼻の代わりに、ににおいの記憶を総動員して対処したのです。

さすが練達の腕前、味はもちろん、香りも手術前と変わりませんでした▼文章を書くとき、においをどう表現するかには、いつも苦勞します。何かに例えるのが、ふつうのやり方で、バラのにおい、ジャスミンに似たにおい、といった類い。例えばがないときは、得も言われぬにおい、などごまかす。ホントに始末が悪い。文才に乏しいのを自覚する一瞬です▼10日ほどして、また川田さんから電話がありました。「悩んだんですが、店を閉めるのをやめました。お客さまが口々に、仕入れでも何でも手伝うから閉めないでくれとおっしゃって」。ボクも久しぶりに、のれんをくぐりました。香りのよい鯉の刺身が以前にもまして絶品でした。

くりたわたる●1940年(昭和15年)東京都生まれ。コラムスト。「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。勤務地は岐阜支部、北海道報道部、東京社会部、横浜支部など。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。著書は「漢文を学ぶ(一)」「(六)」「ボケッ川柳」(ともに童話屋)、「明日は、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。



おしゃべりしながら

マイペースで楽しむ

ラウンジ横の陶芸教室。

歌や踊りのサークルと違い、陶芸サークルの時間は、ゆつたりと静かに始まる。毎週決まった時間になると、SJR千早の12階ラウンジの隣にある一室に、メンバー6人がそれぞれ制作途中の作品を持って集まり、黙々と作業開始。先生の掛け声や合図はなく、自然と始まるのだ。ほぼ完成形が見えている人、ようやく器の形になりつつある人、まだ土の塊の前に迷っている人。作るものも、進み具合も各々異なり、各自のペースで穏やかに時間が流れていく。

そんな6人のメンバーのほぼ全員が陶芸初心者なのだ。聞いて少し驚いた。というのも、皆とても慣れた手つきに見えたから。中でも全員が異口同音に「抜群のセンスを持っている」と評する貞光さんは、とても器用に手先を動かしている。それもそのはず、なんと長年趣味で能面を作っていたそうだ。しかも周りの声によると、彼女の作品は趣味の域を超えているのだとか。

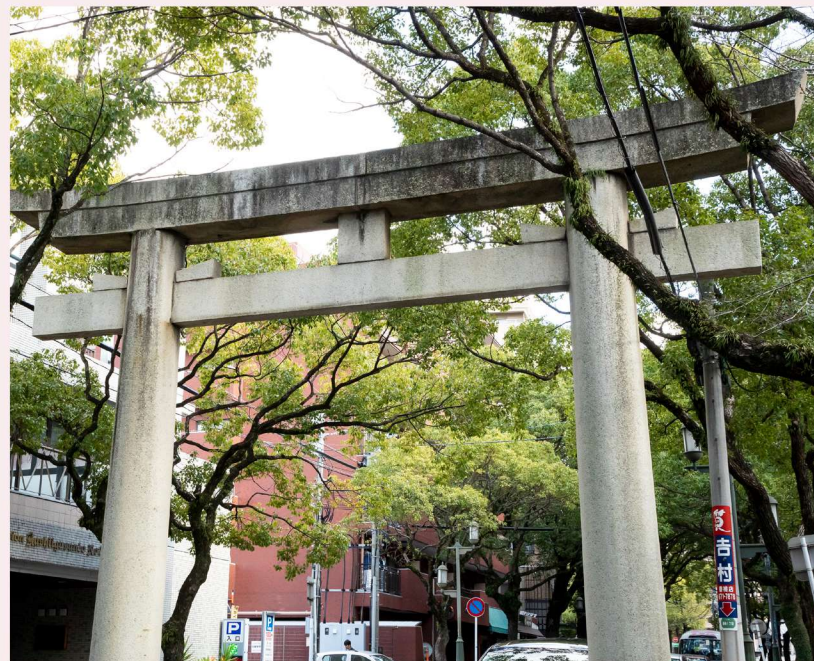
(左から) 因幡 健彦さん / 段上 香代子さん / 白川 小夜子さん / 井上 康先生 / 貞光 康子さん / 岩下 賀子さん

気持ちのいい場所

香椎参道

06

多くの車が行き交う通りが
なぜか安心感を与えてくれる。
楠の生命力に満ちた歴史参道。



およそ1300年前につくられた香椎宮へと続く香椎参道は、勅使道とも言われる。JR線の踏切の直後に、車道を見下ろす大鳥居が立ち、その下を多くの車や路線バスが往来する様子は、この街ならではの景色だ。参道の両脇で大きく成長し、見事に葉を茂らせている楠は、大正11年(1922年)、当時の皇后、貞明皇后が香椎宮を参拝された記念に植えられたもの。福岡県内165の市町村から献木された楠が使われ、今では緑のトンネルとなって街を潤している。ちなみに香椎宮前には、貞明皇后行啓記念碑も。通り沿いには、老舗の菓子店やこだわりのコーヒー店などが並び、寄り道しながらふらりと散策するのも楽しい。

このサークルができた4年前から講師を務めているのは、福岡市東区に「奈古窯」を開いている井上康さん。メンバーの息子が孫のような年齢だが、すでに20年以上のキャリアで創作活動が続けている。

井上先生は、細かく指示したりあれこれ口出ししたりすることはしない。基本技術を教えた後は、自由なやり方で好きなように作ってもらい、「こういう取っ手を付けたい」「こんな器を作りたい」といった一人ひとりの要望に応じて、コツをわかりやすく伝授してくれるのだ。

活動場所となっている部屋には電気窯が備わり、普段はそこで焼くのだが、年に一度はサークルの作品を奈古窯の登り窯で焼き上げてみる。「先生の窯で焼いてもらうと、やっぱり色の出方などが違う」と、メンバーもこの機会が楽しみだという。

「のびのび自由に、好きなものを作って楽しんでいる姿を見ると嬉しくなります」と話す先生のほのぼのとした人柄も、このサークルが居心地よい理由の一つかもしれない。

年に一度、本格的な登り窯で作品を焼き上げる。

Special interview



先生は穏やかで優しいし、毎週この時間が楽しみで仕方がないんです。

確かに制作途中のマグカップを見て、形や表面の仕上げが美しく、とても始めて3〜4年の素人ものとは思えない。「能面の材料は木で、陶芸は土だから作り方は違うのですが、昔の道具を持ってきて我流で楽しんでいます」と微笑むその顔は、経験を重ねた熟達クリエイターの表情そのものだった。

その隣でグラタン皿作りに挑戦している岩下さんは、このサークルのムードメーカー的存在だ。いつも明るく、面白いおしゃべりで場を和ませている。これまでに作ってきた作品も、彼女の個性を反映したようなかわいいうるキャラクターの人形が多い。「わたし一人だからね、器もそんなにいらないでしょう。だからくまモンやピカチュウを一生懸命に作っている方が楽しいの。もう人形だけで20個は作ったかしら」。

そんな岩下さんが「楽しいわよ」と誘って、昨年仲間に加わった白川さんも、まったくの初心者。今日も貞光さんの作品をお手本に、湯呑み茶碗と格闘している。「なかなか思い通りのものは作れないけれど、岩下さんやみんなとおしゃべりが楽しくて、一度も休んでないの」と本当に楽しそうだ。

同じく、和気あいあいとした雰囲気が入っているという段上さんも、陶芸歴は、ここに入ってから約4年。だ

が、もともとものを作るのが好きとあって、創作意欲と好奇心は旺盛である。「陶芸って、焼き上がると思いがけない色や景色が現れるのが面白いなあと、思います」と、この日も真剣に土と向き合っていた。

そして1ヵ月ほど前に入会したばかりの因幡さんは、唯一の男性メンバー。昨年こちらに引っ越してきて館内を案内してもらった際、この部屋で活動している陶芸サークルのことを知り興味を持ったのだとか。「陶芸経験はありませんが、昔から器を見るのは好きで、窯びらきなどにはよく行っていました」と因幡さん。今は作品を作るといいうり、土の感触そのものを楽しんでいる段階なのだろうか。



上手に作れなくてもいい。
手のひらに伝わる土の感触に癒やされるんです。





福岡山王病院
福岡市早良区百道浜3-6-45
第2・第4土曜日17:30～18:30
1回1000円
参加を希望する方は事前に問い合わせを。
092-832-1215(リハビリテーション室)



田中俊江さん
福岡山王病院
循環器内科

たなか・としえ●総合内科専門医、循環器専門医。CVIT専門医、心臓リハビリテーション指導士。メディックスクラブ福岡支部のスタッフとして、理学療法士や健康運動指導士などと共に活動している。

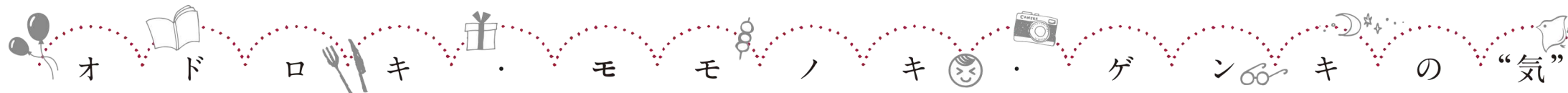
心臓リハビリテーションで 心臓病を予防し再発を防ぐ。



「心臓リハビリテーション」(以下、心リハ)という言葉聞いたことがありますか。「心リハは、心臓病の患者を対象に行う包括的なリハビリテーションのプログラムです。医師の診察と運動療法をはじめ、食事や服薬の指導などを、医師や理学療法士、看護師、管理栄養士、薬剤師などの多職種チームで行っています」と福岡山王病

院の田中医師は説明する。対象となる疾患は、心筋梗塞や狭心症、心不全、大動脈瘤、心臓手術後などさまざま。病気の再発予防はもちろん、より快適に生活することを目指す。「心臓病は自分には関係ない」と思われるかもしれないが、日本人の死因として、ガンに次いで2番目に多いのが心疾患。超高齢社会になり、患者は大幅に増えると予測されている。身近な生活習慣病が進行して心臓病につながることもあり、心リハは病気の予防にも役立つ。

メディックスクラブ福岡支部(支部長・横井宏佳医師)は、心臓病と運動の専門家である心リハ指導士による運動指導を月2回、福岡山王病院で開催している。一般の人参加可能で、1時間のプログラムは有酸素運動と筋肉トレーニングがメインだ。「一人ひとりに応じた内容ですが、みんなやれることで楽しく続けられます。心リハの存在を知り、心血管疾患の再発防止や病気の予防に役立ててほしい」と田中医師は語る。



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 大分—



(右)
吉野珠世
SJR大分 看護職員
よしの・たまよ●リハビリ助手、看護師歴18年。

(左)
高橋都美子
SJR大分 看護職員
たかはし・とみこ●看護師。デイサービス歴9年。

「生活意欲の向上」を目指した 取り組みで素敵なお循環が生まれた。

平成28年、大分駅の近くに誕生した「SJR大分」。1階にあるデイサービスセンターを訪れると、広々とした空間に明るい陽光があふれ、あたたかい雰囲気包まれていた。入居者さんをはじめ、地域の方々も受け入れているこのセンターで働くのは、10人のプロフェッショナルたち。令和元年には3ヵ月かけて新しいことに取り組み、大きな手応えを感じたという。看護師の2人に詳しい話を聞いた。

SJR大分デイサービスセンターでは令和元年7月から3ヵ月間、「目指せ！生活意欲の向上」というテーマを掲

と。もうひとつは下肢の訓練のため、椅子に座った状態から何も持たずに30回立ち上がることを目標とした。

毎日やり始めたが、当初はなかなか気乗りしない利用者もいたという。どうすればいいかスタッフで話し合う中で、「一斉にやってみたらどうか」という案が出た。そこで利用者みんなが一斉にタイムを計ったり

声を掛け合ったりしてやってみると、「明らかに皆さんの意欲が高まりました。他の方を意識して、競争心が芽生え、自分も頑張ろうと励みにもなりました」と看護師の吉野さんは振り返る。まさに利用者の意欲が向上し、日々の記録がのびて、笑顔も増えるという好循環が生まれたのだ。

以前、大規模なデイサービスで働いていた看護師の高橋さんは、一人ひとりに丁寧に接する余裕がないことにストレスを感じていたという。「初めてこちらへ見学に来た時、お部屋には外から光が差し込



み、利用者もスタッフもキラキラと笑顔が輝いていて、すごく穏やかであたたかい場所だなと感動し、ぜひ働きたいと思いました。今は利用者一人ひとりの気持ちに寄り添うことができ、毎日が充実しています」と目を細める。

「利用者は自分の親や身内という気持ちで接している」という同センターは、これからも利用者のことを第一に考え、スタッフ一同真心を込めて、さらなる高みを目指していく。