

元気で長生き応援団

よこせ

第 121号 2014年 4月 9日 (水)

発行

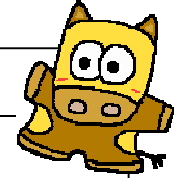
NPOライフケア浜松 ☎ 053-426-0691

浜松市南区恩地町 263

(株)LCウェルネス

デイホーム・ここ倶楽部 ☎ 053-427-3244

浜松市南区恩地町 263



鼓腹撃壤(こぶくげ)

きじょう)

中国の伝説上の聖天子・堯(ぎょう)の故事から生れた言葉です。

さて、鼓腹撃壤の意味は、腹鼓(はらつづみ)を打ち、地面をたたくということ。

もとの文章はこう。

「老人有り、哺を含み腹を鼓(う)ち、壤を撃ちて歌ひて曰く」

「老人が食べものを頬張り、腹鼓をうち、足で地面を叩いて歌っている。」これは、平和で満ち足りた、まさに泰平の世を謳歌している様をあらわしています。

さて、老人の歌の内容は、次のよう。

「日が昇ったら仕事をし、日が沈んだら休む。井戸を掘っては水を飲み、畑を耕しては食事をする。帝の力なぞ、私たちに何

の関係があるうか、いやない」

これを聞いた皇帝・堯(ぎょう)は、国民が自分を意識することなく、豊かな生活をしていることを知った、という。

政治の理想は、国民が為政者の存在に気づかないほどに、さりげなく行い、当たり前前の生活が自然に展開されること、ということです。



春ののどかな陽光のもと、満開の桜を眺め、ウグイスの鳴き声に耳を傾けながら散歩していると、この鼓腹撃壤の四字熟

ここ倶楽部 朝市

4月 9日(水) 9:30~

- ・採れたて新鮮野菜
- ・花・野菜の苗
- ・ぬか漬
- ・各種のおいしいお総菜もあり

お誘い合わせて、ぜひお出で下さい

語がびつたりのように思
います。しばし消費税増
税の怒りを鎮めます。

そして、ある程度歳を
とれば、生きてることを
愉しむくらいのゆとりが
欲しい、と思うのです。

そこで二月、三月号の「よ
つこらせ」で紹介した齋
藤孝さんに学んでみます。
(彼は最近、みのもんた
氏に代わって、朝の報道
番組の総合司会をやつて
るので、顔をご覧の人も
多いでしょう。)

晩年になれば「ガンコ
でワガママなゆえに嫌わ
れる年寄りにならないよ



うにしよう。上機嫌で、
柔軟に人の話を聞くよう
にしよう。自由にふるま
ってなお、愛される人物
になるう」と斉藤氏はい
います。

また彼はゲーテの言葉
を引用します。「人は青春
のあやまちを老年に持ち
こんではならない。老年

には老年自身の欠点があ
るのだから」と。

ちよつとイヤミな感じ
がしないでもないですね。
ともかく上機嫌で、愉
快に余生を過ごしたいも
のです。そのためには年
金が減らされたり、医療
費の自己負担が増えたり、
税金が上がったりはとい
うのは辛い。

割烹着 着る？



ガリレオ・ガリレイ

地動説を唱えたガリレ
イは、宗教裁判にかけら
れ、自説を撤回して刑を
免れます。「それでも地球
は回ってる」とつぶやい
た、ことになってますが、
一方で、ソクラテスは、
弟子の脱獄のススメを拒
否し、懲憑(しょうよう)
として刑に処せられまし
た。

ガリレイは説を曲げて
もよかったのです。なぜ

なら、地球が回ってるこ
とは、誰が何を言おうが
変わらないのですから。

ソクラテスは屈するわけ
にはいかないのです。そ
うしたら、彼の今までの
言ってきた思想全体が否
定されてしまうからです。

割烹着の小保方さんの
スタッフ細胞は小生には
理解の範囲をこえた問題
ですが、何やら一人彼女
が槍玉に上がっているよ
うで、気の毒に思えます。

さつそうと登場し、拍
手喝采を浴びたときは、
割烹着を着ようとは思
いませんでした。その報道
の仕方にも何か違和感を
持ちましたが、今では割
烹着をこしらえてもいい
のかな、と考えます。

やり方に問題や弱点が
あったとしても、もしス
トップ細胞が現実化され
るならば、いつか彼女は
名誉を回復できるでしょ
う。客観的事実は厳然と
して否定できないのです
から。

耳の聴こえるベートー
ベンとは問題の質が異な
るでしょう。



◆3月3日 本日はひな祭りですね(^^) 午後の遊びりテーションでは、お雛様役にK様、お内裏様役にK様が仮装をし、お披露目。皆様から拍手と笑い声が飛び交いました。



◆3月5日 楽しいリハビリ 北海道出身のOさんは漬物名人。若いころは、大樽にどっさり鮭や大根で麴漬けをしたそう。魚と野菜をミックスして漬けたって。聞いただけでよだれが…。「食べたいな」と言う「よっしゃ!手伝ってくれたら今年の暮れにつけるよ」。今から楽しみ～。この方、昨年の暮れに骨折して入院。退院後はここへ来るのが生きがいと…。この方の回復ぶりに皆びっくりしています。やっぱり、好きなことするのはいいリハビリですね。

◆3月6日 今の楽しみは… ちょっと遠くから週2回通ってきてくれているAさん。若いころは相当奥さんを泣かしたみたい(本人談)。今日は30人のお客様が見え、一緒にゲームを楽しんだ時の事。



隣に若い子が座るとニヤニヤ。若い子に話しかけられると自然と笑顔になるAさん。奥さんには内緒にしときますね。

◆3月19日 お彼岸 今日朝からぽかぽか日和、送迎の車で「暑さ寒さも彼岸までってよく言ったよ」「明日はまた天気が変わるだってよ」「桜もじき咲くら」などと春のお話しに花が咲きました。「明日はおっさまが来るよ」お彼岸ですね。

◆3月24日 東京だよおっかさん♪ 島倉千代子の「東京だよおっかさん」を今日も歌いました。昭和32年の歌、東京タワー **ここが、ここが浅草よ♪** 一モスカイツリーもなかったけれど、その頃の東京見物のコースがよくわかって、皆さんいつもしみじみと歌われます。「主人と行ったよ」「うちにも戦死した人がいたので靖国神社へは行ったよ」とお話もはずみます。



◆3月27日 脳の活性化にいいこと 昨日のこと…「小さいころは、OOちゃんと呼ばれてたの?」「そうそう。いつもOOちゃんと呼ばれてただよ」と、とてもかわいい名前の人さん。「OOちゃんって、うちにもOO

ちゃんいるよ～、犬だけだ…」と言うと「そう。近所にも同じ名前の犬がいただよ」と…。そして今日…。また、利用者さんの間でその名前で盛り上がっています。つかさず、わたし「うちにもOOちゃんがいる～」と言うと「犬だら」。いつもは、物忘れがあるTさん。ちゃんと昨日のこと覚えてて、会話が弾みます。人と関わることは脳の活性化にとっていいんですよ。

◆3月29日 菜の花を見に♪ 本日は、ご近所まで菜の花を見に行きましたよ(^^)。お花を見に行く時は、ご利用者様とのコミュニケーションも楽しむことができます。日常に変化をつけることは、ご利用者様にとっても心を穏やかにしてくれるものだと思います



◆3月31日 お好み焼き 今日のお昼はお好み焼き。キャベツ4玉、山芋4本、ご利用者さんが刻んでくれました。大変だったでしょう!お好み焼きは好きな方が多いんです。今日もSさんは4枚、食べました。食べきれなかったIさんは、おやつに食べました。「おいしかったね～」とツクリ。