

な か ま

発行
佐倉市立中央公民館
編集
なかま編集委員会
〒285-0025
佐倉市鎗木町 198-3
電話 (043) 485-1801

西新井大師参拝-----
日本海に浮かぶ歴史とジオ---

泉館 明子
平澤 英人

親子二代の国盗り物語-----
高齢者の生き方の知恵-----

谷中 直樹
吉井 弘

高齢化社会に向かつて

井手 季雄

高齢者を取り巻く環境は課題山積の状態です。ショッキンクな情報を提供します。

医療技術の進歩は元気な高齢者の急速な増加につながりました。その反面、年代別の認知症有病率も上がっています。認知症の高齢者 462 万人超で 65 歳以上の『約 7 人に 1 人』と言う調査結果が厚生労働省研究班から発表されました。また、認知症になる可能性がある軽度認知障害の高齢者も約 400 万人いると推計、65 歳以上の『4 人に 1 人』が認知症とその「予備軍」といわれています。^(注)

介護の必要性は誰にでも到来します。多くの高齢者は孤独を感じながら、いろんな高齢者施設に入居されています。

一方介護や福祉の関係者は職場で日夜奮闘され、強い体力と相当な精神的努力が要求される環境です。介護職員初任者(旧ホームヘルパー 2 級)は慢性的不足と聞いています。外国人を対象に介護職員初任者研修が実施されていますが、介護される側の思いとして貴重な意見がありました。①宗教の違い、②年配者に対する配慮、③頭を下げる行動など、日常生活で当たり前に行われている動作や習慣が異なりま

今、佐倉市内で多くの介護

老人保健施設や介護付有料老人ホームが開設されています。そんな中で施設入居者の家族の支えだけでは対応が困難な状況にあります。施設側の声として「車椅子を 100 台保有しているが清掃点検まで手が回っていない」「避難通路や建屋の側溝に落ち葉が堆積したまま」等の意見がありました。そこで市民によるボランティアが必要な時代になってきました。私たち市民カレッジ生も地域とのつながりを最優先に自分たちで出来ることから福祉ボランティア活動を進めています。

私たちは佐倉市が高齢者に優しく、住み易いまちとなるよう「理想のまちづくり」に向け努力していきます。市民の皆さんもボランティア活動に関心を持って頂きたいです。^(注) 出典 白井・千代田地域包括支援センター

(編集委員)

西新井大師参拝

関東三大師として有名な西新井大師を訪ねようということで、いつもの仲間達と出かけた。今年厄年にあたる方は厄除けを、他は家内安全、無病息災を願うのであった。

アクセスは、京成線日暮里駅にて日暮里舎人ライナーに乗り換える。初めての乗車なのでライナーは面白い。日暮里の高層ビルディングの中を、ライナーはいとも簡単にスイスイと走る。交通渋滞はなく、日本の技術の素晴らしさを実感する。そのうちに荒川の流れや堤防が見えて、西新井大師の駅だ。

に大師御自らが彫られた十一面観音像を置き祈願すると、清らかな水が湧き病はたちまち平癒したという。このことから「西新井」の地名ができたと伝えられる。

本堂は天に上るかとも思える屋根の形など雄大である。21日は縁日の日であり、それは凄いな人の波であった。山門から露店など並びいかにも楽しい風景であった。そのうちに高僧による読経が始まって、人々は内陣の中へ入る。きらびやかな金の薬師如来様かと思う菩薩像が迎える。すっきり気分スッキリした私達は線香の煙がもうもうと立っている本堂を後にした。

帰り際に団子屋さんの前で希望者が出て、抹茶付き団子を食べることになった。東京スカイツリーを左に見て帰途についたが、気の合う仲間とは本当にうれしいものだ。

(西志津 泉館 明子)

親子二代の国盗り物語

一九六四年に始まった岐阜県史編纂の過程で『六角承禎条書写』という古文書が発見され、「美濃の蝮」の異名を持つ斎藤道三に関する新たな記述が見つかった。

①斎藤義龍の祖父新左衛門尉は、京都妙覚寺の僧侶上がりで西村といった。新左衛門尉は美濃の(名族)長井弥二郎に仕え、次第に頭角をあらわして長井の姓を名乗った。

②また(義龍の)父道三は代々の惣領を討ち殺し、諸職を奪い取って、(守護代)斎藤氏を名乗るまでに成り上がった。

③道三は娘婿の土岐頼満を毒殺し、(守護)土岐家の兄弟たちを謀殺・毒殺・暗殺によって悉く殺した。

④義龍は父道三と義絶し、弟たちを自殺させ、父と戦って親の首を取った。

『六角承禎条書』は、近江

の戦国大名六角承禎(義賢)が家臣の蒲生定秀らに宛てた書状。日付は一五六〇年(永祿三年)七月二日。斎藤道三の死から四年後、同年六月の桶狭間の戦いの直後に書かれた史料である。

その内容は「斎藤三代」の悪逆の数々を「其因果歴然之事」として、嫡子の義治と斎藤義龍の娘との縁組を阻止するよう重臣に命じたもの。承禎の妻は土岐頼芸よりなかりの妹であり、道三に追放された頼芸はこの時期、六角氏に保護されていた。以上からその信頼性は極めて高い。

司馬遼太郎の『国盗り物語』は、大河ドラマにもなった名作であるが、父新左衛門尉の「下剋上」がなければ、道三の「国盗り」もなかったことは間違いない。

(ユーカリが丘 谷中 直樹)

日本海に浮かぶ歴史と

ジオパークの島を訪ねて

昨年、縁があり歴史や絶景を有する隠岐諸島へ小旅行をした。

当諸島は約600万年前の火山活動によって日本海の底から誕生した島であり、海岸は絶景を有していた。

また、都から離れていること、海に囲まれ作物豊かで島の生活に問題がないことから遠流の地ともされていた。その代表が1221年承久の乱で敗れ配流された後鳥羽上皇（19年後島内で崩御）や1332年元弘の乱で敗れた後醍醐天皇（1333年島から脱出）であった。現在後鳥羽上皇に関わる史跡は、行在所であった源福寺址、遺骨の一部を埋葬している御火葬塚、祭神が後鳥羽天皇である隠岐神社などである。また御前で行っていた「隠岐牛突き」が民俗文化財として現在も継承されていた。

一方、当諸島の自然等は2

013年世界ジオパークに認定され、大地の生い立ち、独自の生態や古代文化などを観光資源としている。特に大地では日本海の荒波で削られた色鮮やかな火山の絶壁や奇岩など「天然の彫刻作品」が多く存在していた。昨年の市民カレッジ文化祭に出展した写真「ローソク島」もその一つである。沖合に高さ約20mの奇岩があり、夕陽が先端に重なる一瞬はまるで巨大なローソクに火を灯したように見えた。船長の鮮やかな操縦によりベストタイミングでの撮影となり安堵したところである。隠岐諸島の北西約160kmに竹島が存在する。当諸島が日本の中で一番近い地である。島内には竹島関連の看板が多く見られた。また島陰の巡視船停泊を望み、国際問題を身近に感じる旅でもあった。

（八幡台 平澤 英人）

高齢者の生き方の知恵

我々は年を重ねることで男性らしい男性、女性らしい女性になるわけではない。しかし全ての人は年をとると高齢者になる。

少子高齢化は新しい病症、窮乏化をもたらし、家族の紐帯の崩壊は、高齢者の生活を生きづらくしている。つまり、高齢者は、「孤独」になる。子が独立し、仲間や友人が減り、経済的にも精神的にも、次第にひとりになっていく。それは、個人の社会的関係の欠如に起因し、不快で精神的苦痛をとまなうものである。「孤独」には五つの種類がある。遊離、疎外、ひとりぼっち、強制孤立、転移である。(注) すなわち遊離、疎外は家族の中にあってもひとりだけ浮いていて、誰にもかまってもらえない状況を感じることに。転移は実際にそこにおいても、ひとりだけどこかほかの

所にいるように感じることである。

この孤独を回避するには、生活の中に遊び心、ユーモア、知的好奇心などの感覚を取り入れることである。エリクソンという心理学者のいう「年寄り子ども」になることである。年をとると、幼稚な子供っぽさと幼児心性が再現する。高齢者の知恵は、遊びを楽しむ子供らしさを再現することである。よく生きるためにはよく生活を工夫する。好きなものを選ぶのではない。選ばれたものがベストなのだ。

例えば、入浴の順番やペットの世話、食事のメニューの選択、新聞や郵便物の取り込みといった日常的営為は、拳（ジャンケン）の三回勝負で決定する。遊びを楽しむ知恵で、生活に取り組むのが高齢者におすすめの生き方ではないか。

(注)仙波純一『患者からみた医療』放送大学出版社

（白井台 吉井 弘）

5月の黒板

『なかま』の原稿を募集しています！

『なかま』の2ページと3ページは佐倉市民の皆さんから投稿いた

だいた記事を掲載しております。

『なかま』の原稿は、自由テーマを原則としています。「出会いと別れ」、「旅の思い出」、「祭り」、「私のふるさと」、「私の健康法」など何でも構いません。また、日常での出来事で発見したこと、気付いたこと、経験や感想などもご随意にお書きください。

原稿の字数は、650字（13字×50行）以内です。また、掲載するにあたり常用漢字への変更、句読点等の修正や語句の訂正をさせていただきます。

問い合わせ先

佐倉市立中央公民館 TEL 043-485-1801

〒285-0025 佐倉市鍋木町198-3

URL http://www.city.sakura.lg.jp/soshiki/16-1-0-0-0_1.html

わくわく道

昨年の4月に町内の自治会長に任命されてから、早くも1年が過ぎ、先月新会長にバトンタッチをし、ホッとしたところでした。

ご多分に漏れず、私もやむを得ず会長職に就いた口で、数多い会議・打ち合わせに辟易していました。しかし、各地区の代表で出席されている方々は、皆さんとてもまじめで積極的です。

特に福祉関係の委員の方は、私のような一年限りの委員ではなく、長年福祉に携わっている方が多く、その熱心さは頭が下がります。

今後ますますの高齢化社会を迎え、こういった方々のボランティア活動が、大変重要になってくるのは当然と思われれます。皆さんも是非ご参加なさっては如何でしょうか。

(島田 敏晃)

あとがき

早いもので昨年五月に佐倉市民カレッジに入学してから一年になる。カレッジは一週間に一度の通学ではあるが、通勤する必要がなくなり、なまり始めた身体に一定のリズムを与えてくれた。

五月中旬のさわやかな頃のスタートだったので、京成佐倉駅から中央公民館までゆっくり歩いて行くことにした。その路には、ゆるやかな坂や

急勾配の階段などがあり、ちよつと遠いかなと思う時もあるが季節の草花を楽しみながら歩いている。きつと体にも良いに違いないと思いつながら。

学習内容とは言えば、多岐にわたり興味深いテーマが多く、老化する脳(あたま)にほどよい刺激を与えてくれる。さらに文化祭や体育祭では、多彩な知恵や才能が発揮される。そして酒あり、歌あり、仲間との出会いがあった。

(坂田 和孝)