

小学校の時「あ」と言う間に光は地球を7回り半する」と聞いて、とても驚いた記憶があります。光は早い物の代表として新幹線にも名付けられています。時が経ち、今では光と言えば通信網の代名詞ともなりました。インターネットで瞬時に世界中と繋がり、便利になりました。そんな光が1年間に進む距離はあまりに遠くピンときませんが、月の光は2秒ほどで地球に届くと聞くと、とても身近に感じられます。

宇宙には何百光年、何万光年も離れた星が多く存在す



私は仕事柄多くの種類の認知症の方に出会い、今まで対応してきましたが、この3A方式は耳にするのも初めてでした。誰でもたまには誉めて欲しい、たまには会話の中心になり、優しい笑顔でいっぱい話しかけてほしい。これが人間の原点だと思えます。この事を凝縮されているのが無駄のない良く考えられた3Aです。テレビのように受身でなく、自分の心の底から湧き出てくる楽しい笑い、心が癒され脳が活性化され、良いホルモン「ドーパミン」が出る、これも目に見えない立派な薬だと思います。この素晴らしい3Aに出会え参加できたことに感謝し、今後多くの方が3Aの幸せのシャワーを浴びられる事を願っております。

### 認知症予防指導者講座に

参加して



### しなやかなつばやき

お年寄りが今の子供に昔の遊びを教えながら一緒に遊ぶというのを耳にするが 困ったことに私はあやとりも、手遊びも伝えられるものは何もないのだ。

日本には脈々と受け継がれて続いてきた伝統文化がある。先日のシニアの楽しむ集い「狂言あれこれ」でも 狂言方茂山氏が「受け継ぐ、引き継ぐ」ことが次の世代にその技能や文化を残していく大事なことと話されていた。後継者が少なくなって素晴らしい技能が途絶えるのは大変もったいないことだ。若かりし頃、私には受け入れられない感じがして投げ出したお茶のお稽古を今 リュエルで楽しむようになり、それと共に佗び茶の精神や伝統文化に少し触れてみたいと考えるようになった。

パソコンや携帯の扱いを思う反面、物質的なものから離れ日本の四季や自然と共存して生きている感性も豊かだいたいとしみじみと感じている。(K.S)

### ポットラック(potluck)とは

料理を参加者が一品持ち寄る意。一品持ち寄りパーティ

るとのことですから、地球は宇宙に浮かぶ小さな米粒のようなものです。そこに70億もの人間がひしめいているのですから、譲り合わなければ生きて行けませんが、現実には争いばかりです。

8月に亡くなられた平野喜三さんは、いつも「僕には明日が無い」と言いつつ、常に平和と大津の未来を思い行動されていました。今にして思えば「明日が無い」つもりで毎日全力疾走されていたに違いありません。私たちに多くの伝言を遺して逝かれた気がしています。



茂山良暢さんのお若く、楽しい、そして誇りを持ってお話される雰囲気好印象で、私のようなずぶの素人向けの分かりやすいお話だった。

### “狂言あれこれ” ~ 参加してあれこれ

タイトルにあった年齢については、どんなお話だったか、実はあまり憶えていないのだが、能や狂言の概要や、能舞台の松が描かれている鏡板がある理由、歩き方に始まり、笑ってみよう、泣いてみよう、観客を自然に巻き込みつつ話は進んでいった。衣装の肩衣を披露するだけでなく、触れさせてもいただいたことも印象に残った。さらに肩衣の色のお話、墨色のような深いグレーを、茂山家では、カチンと呼んでおられるという裏話、またお爺さまの代であったか、年越しのためのお金を、衣装につき込んでしまった拘りのお話など、いかに伝統を重んじ継続していくことの大変さを伺わせるお話もあった。

締めには海道下りの中山道にあたる部分、つまり京都の加茂川や、粟田口に始まり、勢多の長橋や守山を經由して不破まで、聞き慣れた地名がたくさん含まれている滋賀にゆかりの深い演目のご披露があり、あっと言う間の一時だった。会場の盧花浅水荘の雰囲気も大変良く、小雨の降るしっとり落ち着いた庭園を横目に、機会があれば本物の舞台にも足を運びたいとも思わせてくれる好機だったと思う。 You.K

### ポットラックランチご案

2012年1月25日(水) 12時から

会費 500円 場所 リュエルしなやか

料理があって、会話がはずんで・・

申し込みは1/17日まで ご参加お待ちしております



持って来られない方は参加費 1,000円どうぞ!