

あおい通信 第165号

第165号 平成31年2月1日
リハビリテーション
デイサービス葵・編集委員会
練馬区東大泉3-17-5
カトウビル3F
電話 03-3978-0919

新日本三景 耶馬溪

新日本三景めぐり



耶馬溪(やばけい)は、大分県中津市にある山国川の上・中流域及びその流域を中心とした渓谷。日本三大奇勝として知られ、日本新三景に選定され、名勝に指定されている。耶馬日田英彦山国定公園に含まれる。

てできた奇岩の連なる絶景である。凝灰岩や凝灰角礫岩の山には風食作用や河川の洗掘作用によってできた洞窟も多い。1818年(文政元年)に頼山陽が擲筆峰周辺(耶馬溪町柿坂地区)を訪れ、当時の「山国谷」という地名に中国風の文字を宛て、「耶馬溪天下無」と漢詩に詠んだのが、耶馬溪という名前の起りである。頼山陽が耶馬溪と命名したのは、現在単に「耶馬溪」と呼ばれている辺りだけであるが、その後周辺の渓谷についても「耶馬溪」という名称が使われ、本耶馬溪・裏耶馬溪・深耶馬溪・奥耶馬溪などと称している。1916年(大正5年)

に日本新三景の一つに選ばれている。1923年(大正12年)には名勝に指定され、1950年(昭和25年)に一帶が耶馬日田英彦山国定公園に指定された。名勝としての指定地域は、中津市のほか、日田市、宇佐市、玖珠町、九重町を含む。また、2017年(平成29年)には「やばけい遊覧」大地に描いた山水絵巻の道をゆく」として日本遺産に認定されている。日本三大奇勝のひとつともされる。



から、耶馬台国の比定地をこの地に求める説もあるが、上述のように耶馬溪からの研究によってもそういった名前は江戸時代まではなかったものであり、他の面の可能性は低いと考えられている。

東西南北

吉田沙保里、現役引退

レスリング女子で五輪3連覇を果たし、国民栄誉賞を受賞した吉田沙保里さん(36歳)が10日、東京都内のホテルで引退会見を開いた。「全てやり尽くしたという思いが強く、引退する事を決断した」と理由を語った。3歳から始めたレスリング。「33年やってこられたのを本当に嬉しく思う。沢山の方々にご援助して頂いて感謝の気持ちを伝える事ができてほっとした」と笑顔を見せた。吉田さんは三重県出身。2004年アテネ、

08年北京、12年ロンドン、16年リオ五輪で五輪3連覇を達成した。16年リオ五輪では銀メダルに終わり、以降は試合から遠ざかっていた。吉田沙保里が10日の引退会見で語ったのは、ファンや恩師らへの感謝の言葉だった。次の夢はの質問には「レスリング以外のこともやっていきたい。やっぱり女性としての幸せというのは絶対につかみたい。来年の東京五輪は自国開催ということで、盛り上げていきたいという思いも強い。選手たちも頑張っているのでコーチとして自分も精神的な支えが出来たらいいなと思っています。」

アスリートで最も刺激を受けた人とはどの問いには「五輪に出たいと思っただけは柔道の『柔ちゃん』こと谷亮子選手に憧れて、女子レスリングが正式種目になっていないのに、五輪に出たいと言っていた。アテネ五輪で谷選手の手村の部屋に押しかけて、金メダルを見せてもらった。」

いかに偉大な選手でも、引退する時は小さな後悔や巻き戻したい瞬間があるというが、晴れ晴れとした表情で、「第二の人生を明るく笑顔で元気に頑張っていく」とこやかに挨拶をする彼女であった。

元且七草く鏡開きと云う間の一月、もう二月に入ってしまった。猛進する亥年、早進するのうらめしくさえ感じられます。マスメディアでのイノシシの悪戯や人的被害が多く報道されて、あちこちから目撃情報も寄せられています。神戸では六甲山系の住宅街付近まで迫り、餌を求め悠然と歩いている。餌付けを禁止した条例さえあり、違反をすると氏名公表する場面もあるとか。こと神戸に限らずイノシシは急増している。

談話室

今年の主役だが、山鯨との言葉が残るように、長らく家畜を食しなかった日本人にとって、しし肉こそが獣肉、肉食の代格だった。低カロリー、低脂肪質で、たんぱく質やビタミンB群が豊富であると言われている。昨今はラーメンやピザトーストといったメニューも人気らしい。

岐阜県郡上市では2年前から日本猪祭りが開かれ、肉質日本一を競うイベントで「利き猪」がグランプリが開催され、そこには全国からの参加があるそうだ。今月東京での初開催も決まりやばり亥年なのだと思心させられる。

ヨッチャン

葵友の会 広報コーナー

1月の反省
18日(金) 初詣バス旅行 21名の参加。
神奈川県寒川神社にお参りしてから、大磯プリンスホテルでの中華ランチでした。



2月の予定
15日(金) カラオケ (事務局)

◆編集委員会より
「あおい通信」は皆様からの原稿を募集しています。係員・飯島

利用者さんの 綴り「一」

別所 孝信 (月金)

子供のころの趣味は模型作り。木(朴木・柔らかい)ので作業しやすいや紙を使って作っていました。飛行機とか電車とか。プラモデルなどなかった時代です。



大石 久子 (土)

書道をずっとやっています。麻雀は最近始めた趣味です。葵でも午後にやっていますが、他の場所でも仲間が集まっています。



二瓶 彰 (火金)

福島県三代(みよ)村出身。現在は郡山市にいます。尋常小学校で学びました。その頃は赤ん坊をおぶって学校に来る子もいました。懐かしい思い出です。



平成最後の年 増田義雄

新元号を迎える年、今年こそ平穏無事な良い年でありませう様に心から祈念申し上げます。

昨年を顧みるに地球温暖化の影響が、極端な異常気象や自然災害が多発、大きな災害に悩まされた二年でした。六月大阪府北部で震度六の地震、六人が死亡、四百人が負傷した。七月には西日本集中豪雨で平成最悪の二百三十五人の犠牲者を出した。この夏は熊谷市で四十一・一度の最高気温となり、全国四地点で四十度以上を記録する猛暑の夏でした。九月

認知症

161号の続きです
診断で「認知症かどうか」「治療可能な認知症か」が調べられる。認知症は、かつては治らないものとされてきた。だが認知症の原因となる病気の中には、「正常圧水頭症」や「慢性硬膜下血腫」などの治療可能なものもある。早期の治療で回復することもあるため、おかしきと気付いたらすぐ診断を受けることが大切だ。診断は精神科や精神内科が行うことが多い。「もの忘れ外来」を設ける医療機関も増えている。本人や家族から話を聞き、血液検査や、記憶力などの調べる認知機能検

には激化台風二十一号で関西空港が孤立、高潮による冠水や連絡橋へのタンカー激突で八千人以上の人が空港内に足止めされました。又北海道胆振東部で震度七の地震発生、土砂崩れもあり四十一人が犠牲に、道内では大規模停電(ブラックアウト)が起きました。

海外では二月台湾東部でM六の地震、死亡行方不明者十七人。九月はインドネシア東部の島でM七・五の地震で津波も発生三千人を超す大災害となりました。又経済面も不安定で株式も乱高下、日経平均株価も二万四千円以上の二十八年ぶりの最高値を付

査も行う。必要に応じてCT、MRIを使って脳の画像を調べる。

認知症とどう向き合う
* 認知症とどう向き合う
高年齢者看護に関する施策は、1963年に老人福祉法が制定されたこと本格化した。ホームヘルパー(当時は老人家庭奉仕員)や特別養護老人ホームが制度化されたが「寝たきり老人」への介護が中心で認知症への対応は立ち遅れた。高齢化が10%を超えた86年、厚生省(当時)は「痴呆(ちほう)性老人対策推進本部」を設置。専門治療病棟の創設や特養への入所促進などに取り組んだ。 編集長

けたが年末には一万九千円台の今年最安値に急降下しました。

政治の面でも大きく揺れ動き正しく激動の一年でした。トランプ米大統領主導の米朝首脳会議、米中貿易戦争突入の他、英国のEU離脱問題、フランスの反マクロン政権の過激デモ等々、国内では出入国管理法や水道法の改正等、年末には多くの反対の中、沖縄辺野古の海に土砂が投入され始めた。十月から消費税10%等、少子高齢化が進む中、四月の統一選や夏の参議員選等、今の与党に自省と自己改革の努力がみられるか、野党に今後政権担当能力が有るか等、課題多く、森友学園

古今抄 (長期利用者様の紹介)

大久保芳子

(H23年12月11日から通所)



八年前健康に自信があった私ですが、突然夏に職場で倒れ、周りの皆さんに助けられ一命を取り留めました。本当に感謝です。今では葵さんで、お仲間さん達とリハビリに励んでいます。頂いた命、十年は私流に人生の楽しみを見つけて過ごして行ければと思います。

岸野弘子

(H24年2月2日から通所)



練馬へ越して間もない頃葵さんとの出会いがあり七年近くになります。職員の方々、利用者の方々がやさしく接して下さり、いつも楽しく過ごしています。唯、私の体調が芳しくない事が気がかりです。長生きして一日でも長くお世話になりたいと思っております。

和田輝子

(H24年8月14日から通所)



八十八で葵に御世話になる事になった。最近では歩行車頼りで独りでの外出は不能。元来多趣味で色々楽しんで来たが、三十年以上続けてきたもの一つは謡曲。他の一つは内緒。葵に句会蒲公英発足以来、俳句一本にしほり、下手なりに頑張っている。

三木美和

(H25年2月6日から通所)



葵さんには、五年お世話になっていました。熱心な健康体操、マシンですっきり体調も良くなりました。毎週の俳句で学ぶ喜びを頂いています。優しいスタッフの皆様のおかげで、葵さんは私のおアシスです。

を巡る財務省の公文書改ざんという前代未聞の不祥事が発覚したのも去年の事です。
反面スポーツ界では大活躍した方も多く、平昌冬季オリンピックではケガを乗り越えての羽生選手の手金メダルや大リーグでの二刀流で活躍する大谷選手には大いに感動しました。
今年も不透明で不安もあるが希望を持ち、足元を固めて前向きに「自分らしく」楽しい毎日を送る様心します。じくく腰を据えて「終活」に励みましょう。



川柳 関修
奴風 ドローンと
空で睨めっこ
羽根突きは
シャトルに追われ
過去のもの
除夜の鐘 ゴーンと
余韻長びいて
トランプの
言葉一つで 林上下
羽子板は
役者絵武者絵から
時の人

なのか? 柑橘類には血行促進の効果があるため、湯船に入れることで、体がほかほかと温まり、疲れもとれる。なぜミカンではなくゆずが用いられるようになったかと言ふと「ゆず」と「融通」を引っかけ、「融通が利くように」との願いを込めたと言われている。又「冬至」と「湯治」を引っかけ、寒い冬に風呂で体調を整えようという意味もあった。ちなみに5月5日の端午の節句に菖蒲湯に入る習慣は「勝負強い子供になるように」との願いから生まれた。先人のしゃれた願掛けから、こうした習慣は根づいていたのだ。 ヨッチャン

雑学館

ゆず湯の話
なぜ冬至にゆず湯に入るのか、1年で最も日の短い冬至に「ゆず湯」なのか昔からの習慣だが現在も続くのにはどんな訳