

な
る
う



令和4年 第105号 チ-ムなう

目次

2月

COM だより	・・・宝くじが当たったら・・・	2
h a n a	・・・棒ほど願って針ほどかなう	3
タナカミセ	・・・「やっぱり、人ですね」ですね。	4-5
そのべ整体院	・・・関節がポキポキ鳴るのって大丈夫なの?	6-7
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る (50) ~間(ま)~	8
べっぴんかしー花 (いつか)	・・・花ひらくということは	9
登喜和	・・・ラジオについて・・・	10-11
ながさわまさみ	・・・沖縄「なう」	12-13
丹波音頭を踊る会	・・・練習会のご案内	14
COMミニだより	・・・おいしいお弁当屋さんのご紹介	15
COMの会	・・・「COMの会」セミナーご案内	16-17
三宝裕のひとりごと	・・・残された日々を充実して生きるために、	18
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	19-20

宝くじが当たったら…

COMアドより

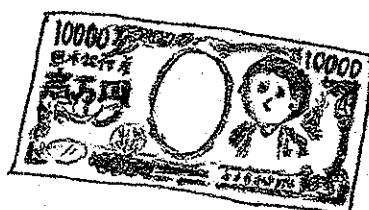
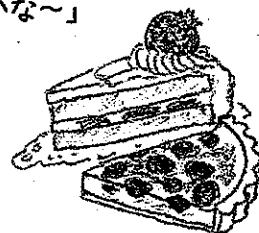
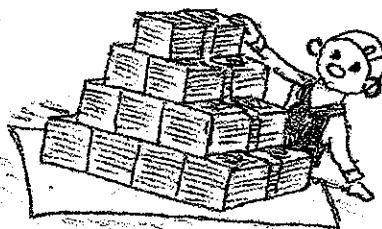
ある日の2人の会話

- （）「宝くじ、いくら（当たって）欲しい？」
- （）「5千万くらいかな？」
- （）「5千万？」
- （）「でも税金引かれるし、手元に8千万くらいは欲しいな」
- （）「当たったら何に使う？」
- （）「車買おうか？」
- （）「軽トラ（ック）が欲しい。中古のAT車買ってな、私AT限定やし」
- （）「8千万もあるんやし、新車買ったらええやん」
- （）「あっ、そうか」
- （）「俺は通勤用の車買うわ」
- （）「（宝くじ）当たっても働くの？」
- （）「離れの台所も小さいし、もっと大きくして使いやすくしたいな～」
- （）「オープン置けるようにしたら、料理もっとしてくれる？」
- （）「そうやな」
- （）「このスペースで台所広げたら、場所が足らんで」
- （）「隣の小屋を改装して、小屋の中に大きな台所作ろうか」
- （）「離れと隣の小屋を繋げたら、玄関の場所を変えんとあかんわ」
- （）「玄関を道路側に移動させて…」
- （）「8千万では足らんなあ」

……

- （）「それで、いつ宝くじ買うの？」
- （）「お金が溜まったらそのうちにな…」

『買わへんのかーい!!』



夢を見るのは自由です。(買わなくとも夢が見れる)

(米津)

棒ほど願って

針ほどかなう



「偉人という響きは、どうも祖父には似合いません」

大河ドラマの中で、渋沢栄一の孫の敬三が栄一氏の追悼式で言った言葉です。励んでも叶わないこともたくさんあった渋沢氏。

関東大震災では、80歳を過ぎてそれまで築き上げてきたものをたくさん失います。アメリカの日本人移民排斥問題では、解決に向けて励んだにもかかわらず「排日移民法」が成立してしまう。がんばっても思うようにいかず、しんどい人生だったようですね。

渋沢栄一の91年の生涯について孫の敬三は「全力を尽くしても、その成果は、『棒ほど願って針ほどかなう』ことばかりで」と振り返っていました。

私自身、がんばっても思うような結果が伴わないことも多く、むなしさを感じこともあります、「まだまだぜんぜんだ！ 励まねば！」って思いましたし、渋沢栄一の「みんながうれしいのが一番」という信条にも心を打たれました。

大河ドラマの最終回冒頭で、家康役の北大路欣也さんが、「渋沢栄一の物語を閉じるに当たって、ぜひ皆さんに感じていただきたいことがあります。真心を込めて切り開いた彼らの道の先を歩んでいるのは、あなた方だということを……ぜひに」と語っていました。深い……。私が生きている「今」もまさに、未来へと続く道なのだなあ、歴史とはどこかで切れるものではなく、ずっと繋がっているものなのだとしみじみ思ったのでした。

大河ドラマで渋沢栄一のことを少し知れた今、もう一度「論語と算盤」を読みたいと思いました！

さて、今年の大河ドラマは「鎌倉殿の13人」

三谷幸喜作、主演小栗旬、愛しの菅田将暉は義経であります。ハ重はガッキーですね。超！ たーの一しーみー

(3)

花 hana

「やっはり、人ですね」ですね。



1月のある日。

実家に寄っていて、なにげなく「園部の〇ツモト寄ってから帰るわ」と言うと、「わしも乗って行こうかな」父が小さめの声で言いました。急に父と小さなお出かけをすることになりました。

「何か買ってくるもん、ある？」

母が洗面所から出して来たのは、半分に切り取られたチューブ容器のフタ部分。きっと最後まできっちり使おうと思って、カットしてから丁寧に中身を使っていたのだろう。

「おんなじもん買うてきてくれる？　〇ツモトの中の、ドラッグストアに売ってると思うねん」

ということで、父とふたり、出発しました。私は食材を買いに〇ツモトへ、父は、母から頼まれたチューブを買いに、店内のドラッグストアへ。

終わったらマクドナルドに座って待ってて、約束して、別れました。

買い物を終えて、マクドナルドに向かうと、父がちょこんと座ってホットコーヒーを飲んでいました。(また、小さくなつたかなあ…?)

「カオルに頼まれとったやつ、なかつたんや」

チューブ容器、半分にカットした下半分だけでは、商品名がわからず、同じものはなかったようです。「いったいこれ、何するもんどうす？」と、逆に父がお店の人間に聞いたりしていたらしい。

「ほんだらな、店の人が、『もしかしたら、〇ツモトさんのはうにあるかもしれませんね』　ゆうて、〇ツモトのインフォメーションのどこに連れて行ってくれたんや。　ほんで、そ

この女の子に、聞いてくれたんや。」

「親切やねえ」

「そやろ。そしたらその子もまた親切で、あの半分の容器を持って、売り場まで走ってくれたんや。『同じパッケージのものはありませんでしたけど、似たような感じのがありました。これにされてみますか?』『もし、奥様が、これじゃない、とおっしゃったら、次ご来店のとき、レシートと一緒に、返品していただいたら大丈夫ですので』ってゆうてくれたんや」父は、お店の人々の親切な行動の数々に、感動したそうです。

「わし、『もらいます、もらいます、ちごとっても、もらいます!』ってゆうたんや」

そして、エコバッグの中から、「似た感じのチューブ容器」を出してきて見せてくれました。

「パパ、ええ話やん！」

「そやてや。 わし、これからも、ここで買うわ。」

帰り道、よかったですよかったですと話しながら、来た道ではなくて、神吉一小細谷経由という、なぞの遠回りルートで帰宅したのでした。

母にこのエピソードを話すと、大笑いしながら、

「洗顔のやつ、ってゆうたやん」（残念ながら、父も私もまったく聞いてなかった（笑））、「これ、クレンジングやけど、大丈夫、使わしてもらうわ」

よき登場人物に恵まれた日常のひととき、きっと、大事な、素敵な、思い出の時間になります。

キメ台詞は、「やっぱり、人ですね」ですね。

眞理

「関節がポキポキ鳴るのって大丈夫なの？」

そのべ整体院 院長の辻です。

今年は雪がかなり多く大変な年になりましたね。

皆様はお身体の調子崩したりしてませんか？

雪かきを頑張って腰や膝を痛めてしまったと言う
患者様からのご連絡が増えております。



お身体の冷えから寝違えや、ぎっくり腰を引き起こしてしまうこともあるので、お身体が冷えないようにしっかり着込んだり、ゆっくりお風呂へ浸かって冷えたお身体を温めながらリラックスしてくださいね。

さて、今回は以前予告していましたが、頂いていたご質問にお答えしていきます。

「関節がよくポキポキ鳴りますが、それは何処が鳴っているのですか？」

「肩や指などポキポキと故意に鳴らしても大丈夫なのか？知りたいです。」

なるほど、

これも患者様から良く聞くご質問ですね。

このポキポキ鳴るのって大丈夫なものと、よろしくないものと大きく分けて2種類あります。

「どこが鳴ってるの？」

と、ご質問がきてますので先にお答えしておくと、大丈夫な方は関節が鳴っている状態です。

関節というのは1つ1つ全て丁寧に袋に包まれていて、関節の袋の中に潤滑油が入っていて、関節の中にある軟骨の摩擦を軽減しています。

関節を曲げる動作をすると関節を包んでいる袋が伸ばされ、関節の中に引っ張られる力が加わると、ある一定の力に達すると潤滑油に溶け込んでいる酸素と水分が分離します。

その時に「ポキッ」と言う音ができるのです。

1回鳴るとまた分離した酸素が溶け込むまでしばらく鳴らないという特徴を持っています。

なので、何回も同じ動作でポキポキ鳴っているものは軟骨と軟骨が衝突して鳴っていたり、良い位置で動作出来ていない状態になってまっている可能性がありますので、痛みがなくても注意して動作して頂く事が必要です。

ポキッと鳴った時に痛みを伴ったり、鳴った後に引っかかり感や、ロックがかかったように動かなくなってしまうのは早急に治療が必要になります。

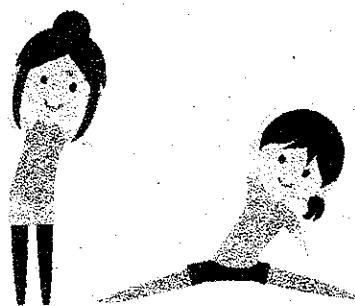
私たちの身体を支えてくれている替えのきかないパートなので、肩や指などわざと鳴らして負荷をかけてしまっていると関節を包んでいる袋がゆるゆるになってしまい、ケガにつながることもあります。

故意に関節を鳴らしてる方が、身近にいるようならぜひこの事を教えてあげてください。

今月も皆様が、元気に楽しく過ごせるように願っております。

また素朴なお身体に関する疑問や、質問があればお気軽に問い合わせ下さい。

よろしくお願い致します m(_ _)m



そのべ整体院 院長 辻 陽平

TEL 0771-60-7597

住所 南丹市園部町木崎町正尺13-2 アーク参番館104



和を以て知る 50 ~ 間(ま) ~

前回へ間へについて書いてから、私の頭の中は~間へ~がぐるぐる…

自らの行動に意識してみた

まわりの物を意識して見た

目に見えない空間や時、見てわかる空白、余白、間であつて間では無い。

これ！ユニット言い表わせばい 織細びふわっとしたもので、不思議なことに、忙しくバタバタと時間に追われていると感じた事が無い。

そして、和の文化に隠れる物事に感じることが多い気がする。

「なんで？モヤモヤのわからないものの、何ひとつ大切は事の様に思えてネットサーフィンならぬ、ブックサーフィンが始まつた。」

すると、「和は空間を生かし、洋は空間を埋める」と書いてあるを

見つけ、空間を勝手に間(ま)と置き替えて「なるほど」とスッキリ①

そしてまた、「日本人といふのは、余白や行間、その裏に情緒といったものを感じ取るのが上手である。」と見つけ、んん！

余白や行間、目に見えない間といふことを曾ミスッキリ②

さらに、「話上手な人は間合いか良いい。この時に言う間合は聞いている人が理解し、想ひをめぐらす時間。つまり、相手のための時間である。」相手、すなはち人や時には物

に対する思ひ持ちが大切とか…曾ミスッキリ③

他にも色々と書いてありました。自分でやりに辿り着いたのは

間合の心で感じることが出来るもの。そして日頃 和の文化は物や人への思いやりの文化だと考えると二つのハ。

これで《おもてなし》の基本であるか…?!とブックサーフィンを続けた。

—「心といふのは、人を思いやる気持ち」スザイ！まさに!! 和の文化。

その前後と読むとまたハに響く言葉と出会った。

「気づかいとは、「心をもって正しきことを行うこと」

心といふのは、人と思いやる気持ち。

正しきこととは、相手の意に沿っているかどうか。

つまり「心を込めて、相手が望むこととする」と。

おもてなし、サービスで迷った時、悩んだ時、～

この言葉を思い出すと、書いて手帳に…♪



68

料理旅館 すけ家

Syu's Bar
SUSHIYONE

参考：和の思想 長谷川櫻
余の本 国倉天心
日本人の忘れもの 第2部
日本人にしかできない「気づかい」の習慣 上田比呂志
いのんほおのブログ

「花ひらく」ということは

高校生だった私。

授業中は、朝練からくる睡魔と必死に闘っていた（イイワケ）ある日。

心に矢が刺さったあの衝撃は、今も忘れられない。

「咲く前の桜の木の皮で染めた色は、桜の花の色をしている」という話。（志村ふくみ 桜 で検索すると文章が出てくると思います。）

それが文化勲章を受章された染色家の志村ふくみさんの話だったとわかったのは、あれから何年もたってからのことでした。

そして、この季節、冷たい風や雪の中、静かにたたずむ桜の木のそばを通ると、ふれずにはいられない。

この幹が今、あの桜色を作っている。ふれた手から力が、桜色が伝わってくる気がするのです。（そして、いつも泣けてきたりします・・）

屋号を変えようと思った時に、花という字が使いたくて、調べていきついた言葉。

一花開五葉(いっかごよみ)

ひらく)

(一つの花が五枚の花びらをひらき、そして実を結ぶ。

自然の力強い繁栄をあらわしている。

心の花をひらくという意味で、

五枚の花びらにもそれぞれの意味・智慧がある)

そうありたいと願い、一花 いつかと名付けました。

ところがこのごろ、

なんだかドタバタ、騒々しい私。

花ひらくどころじゃないやん！！

いけない、いけない。

花が咲くのは、育まれた結果。

あわてず、力まず、育む。

育むって言葉は、一つずつ優しくつみ重なり、失敗や回り道も包み込んでくれる、そんなイメージ。

（頑張るじゃなくて、

成長じゃなくて、

育む。）



そう言い聞かせている、私のなうです。

でも、屋号に恥じない、

大人の女性としての所作を身につけることは（今ごろ！！）、

頑張らないといけない！と猛省する、まぶちみかでした。

ラジオについて…

僕はこの数年ラジオを聴くことが日々の習慣になっている。何か作業をしている時、部屋に一人でいる時に何かBGM代わりにしたい時、夜眠れない時のお供としてなど。毎日の生活の中の様々な場面で、ラジオが大切な存在としてそばにある。

最近はスマホアプリのラジコのおかげで、時間帯や地域を気にせずにたくさんの番組を聴けるようになった。そうしてずっとラジオを聴いているとテレビやネットなどのほかのメディアにはない魅力があると思うようになった。そこで今回は僕なりに思うラジオの魅力や、お気に入りの番組について書いていきたい。

○最近のお気に入り番組

① 「マヂカルラブリーのオールナイトニッポンZERO」(深夜ラジオ)

M-1 優勝を果たしたコンビ、マヂカルラブリーがパーソナリティーを務めている深夜芸人ラジオ。お気に入りポイントは芸人ならではのフリートーク（声を出して笑ってしまう事がよくある）と生放送ならではのリスナーから届くメール（2人のトーク内容に補足をしたり、ボケをかぶせてきたりするなど色々な反応がある）。

② 「たまむすび」(お昼のバラエティ)

平日(月～金)お昼のトークバラエティ一番組。僕は月・水曜日がお気に入りで、フリーアナウンサー赤江珠緒さんが日替わりパートナーと共に、気持ちが明るくなるようなトークをお届けする。可笑しくて笑う日もあれば、すごく共感する日もあったりするなど、心が温かくなるお昼のお供にオススメな番組。

③ 「裏方」(ネットのラジオ)

YouTube の公式チャンネルで配信されている番組。普段はあまり表舞台に出てこない、いわゆる裏方の人たちをゲストにお迎えしてお仕事の内容・魅力について、なぜその道を選んだのかなどをトークしていく。マネージャー、プロデューサー、声優、アニメーター、演出家、脚本家、編集者… 様々な世界の人たちのお話が聴けるのが魅力である。

○ラジオの魅力

まずテレビ番組とラジオ番組を比べてみて僕が考える違いの一つは、ラジオはテレビよりも出演者が本音でしゃべっていると感じることが多い、という事である。ラジオでは出演者（パーソナリティ）の人たちが番組内でのトーク中やリスナーからのメールに対して、作った感じではなく素直な感想や意見を言っているように僕は聞こえる。もちろん放送されているものである以上、100%全てが本音ではなくて、建て前や台本でしゃべっている部分もあるだろう。それは頭では分かっている。それでも同じ芸能人の人がテレビとラジオ（特に深夜ラジオ）に出演しているのを比べると、ラジオの方がじっくりと正直に自分の意見を自然な感じで伝えていると感じる所以である。

この「本音でしゃべっている」と感じることがラジオの魅力の1つだと思う。深夜ラジオでの自然な感じのフリートーク。時事問題などに対するときに厳しく、ときにユーモアのある意見。自分の仕事への情熱や作品に対する想い、裏話などなど。ラジオでじっくり語っているからこそ、テレビで見たり聴いたりするよりも印象に残るのだと思う。

もう一つの魅力は、ラジオを聴いていると日常に戻ることができるということだ。具体例を一つ挙げると、長時間の停電の時などの非日常だと感じるときに安心することができるのだ。

僕の実体験になるが以前24時間以上停電が続いたときの夜。その時に気晴らしになればと思いラジオを聴き始めたら、いつもと変わらない日常を感じることができた。そのおかげで気持ちが楽になりぐっすりと眠ることができた。

こんな風にラジオは大変な時、不安な時にいつもの日常を思い出させてくれるものだと思う。

以上、今回はラジオについてあれこれ考えてみた。今の世の中はネットがメインになってきているけど、ずっと昔からあるラジオもまた違った面白さや良さを持っている。この文章を読んでくれた人の中に、一人でも共感してくれる人がいたらしたら嬉しいなと思う。

前田 悠太郎

ハイタイ、チューウガナビラ！（どうもこんにちは！）ウチナー（沖縄）“なう”

「ウチナーンチュ（沖縄の人）のお祝い」

についてお届けします。

★出産～満一歳の誕生日

出産当日 火の神（ヒヌカン）と仏壇（トートーメー）に出産の報告と赤ちゃんの加護を祈願。

七日目 ・ナージキ 童名（ワラビナー＝戸籍上の名前ではない通称）を付ける。

・マンサンユーエー（お産の終りを告げる祝儀）。近頃では、ナージキやククヌカンは、30日マンサンが一般的となっている。

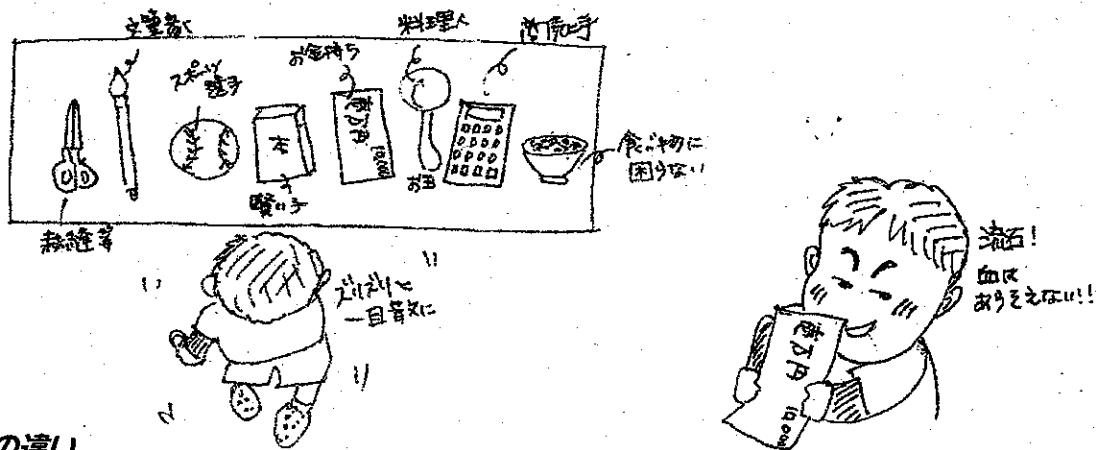
一か月ごろ ・ハチアッチー（初歩き）赤ちゃんの初外出。実家や親戚に紹介（披露）して回る。

迎える家では、マースデー（塩代＝魔除けの意味。昔は、本物の塩を贈っていた）として、出産祝いのご祝儀としている。

九ヶ月九日目 ・ククヌカン（離乳食を食べる儀礼）一生食べる事に恵まれる様に願う儀式。

満一歳 ・タンカーユーエー（一歳の誕生日のお祝い）誕生日のお祝いと将来占い。

将来占い（様々な道具を準備し、赤ちゃんが手に取ったもので将来や性格を占う）



本土との違い

・帯祝い・お七夜・初宮参り・お食い初め・初節句の習慣はない。

★生年（トウシビー）祝い（いずれも数え年表記）

自分の生まれ年（12年毎）と同じ十二支の年の、十二支の日（寅年＝旧暦1月6日

新暦2月6日）に無病息災をヒヌカンとトートーメーに願いお祝いする。

元々は「厄年」現在61歳以後の生年祝いは、お祝いとされている。

十三歳 ・ジューサンユーエー（十三祝い）男女ともに祝うが、特に女の子の場合は盛大。

二十五歳・ニジューグユーワー 三十七歳・サンジューシチヌユーワー 特別の祝いはしない。

四十九歳・ククヌトウグンジュー 大厄とされ親戚等を招いて厄除け祈願する。

六十歳・ルクジューイチヌユーワー 元の干支に戻る意味で長寿の祝いであったが、
現在では通過儀礼的な意味合いが強くなった。

七十三歳・ナナジューサンヌユーワー 八十五歳・ハチジューグヌユーワー

祈願後、親戚縁者を招待して宴会を催す。

一以上は、旧暦1月2日以降の最初の生まれ年の干支に当たる日に祈願・お祝い等行う。
八十八歳・トーカチ(斗搔きの祝い) 旧暦八月八日に盛大にお祝いする。

沖縄本来の「トゥシビー」ではないが、長寿祝いとして定着している。

九十七歳・カジマヤー(風車) 旧暦九月七日に盛大にお祝いする。

童心に返り、カジマヤーで遊ぶようになるとことで、

車から導入され
徒歩にて参りる。

本人にカジマヤーを持たせ、オープンカーなどに

乗って集落内をパレードする。

※明治時代頃、死装束をまとめて、

七つのカジマヤー(四つ辻)等を通って

お墓まで行き自宅に戻るという模擬葬式の

儀式からつけられたとする説もある。



本土との違い

七五三お祝い・厄年(女性十九歳・三十三歳 男性二十五歳・四十二歳)・還暦・古希・喜寿・

傘寿・米寿・卒寿・白寿…の習慣はない。

他に婚礼・家づくり・墓づくりのお祝いがある。

○ 2月1日(火)～ プロ野球キャンプイン

2月(ニシグツ)

平均気温(那覇市) 17.1℃

沖縄季節暦 真冬(1/2～2/23)

早春(2/24～3/14)

日出 7:14 日没 18:12

♡12月末にカンヒザクラの開花が発表されました。例年より早かったようです。

♡1月11日 石垣市では、例年より一週間早く田植えが始まりました。

5月中旬頃収穫の予定です。

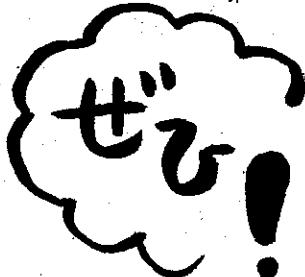
♡宮古島市では、サトウキビの収穫が最盛期を迎えています。



ニーフエーデービル(ありがとうございます) マタヤーサイ(またね)
ながさわまさみヤイビータン(ながさわまさみでした)

丹波音頭を踊りませんか？

～練習会のご案内～



新年
初踊り

水を流しませんか？

皆で踊つたあなたたかへなりおしゃれ

二〇十対策、きつたり行ひます

場所 弓削自治会館

実験時間になりましたので、開始時間を早めました！

- ・どなたでも、事前連絡なしでご参加いただけます
 - ・練習会への参加は無料です
 - ・コロナ、また悪天候等により、延期・中止になる場合がございます
 - ・延期・中止の場合は、「丹波音頭を踊る会」のフェイスブック、ホームページ、インスタグラムでお知らせいたします
 - ・または、下記までお問い合わせください

丹波音頭を踊る会

090-7106-5538 (クロカワ/喜北園山(駒))

090-8944-3207 (オカモト/富北下宇津町)



卷之三



音波音頭を説く全
3-13 ブック



丹波音楽を踊る会



comミニエイ

おいしい弁当屋さんのご紹介

おや、おや、おや
うまいからまた
来りでください!!

美味しいので
何度も
食べたくなります。

弁当屋

☆秋にお弁当屋をオープンしました☆

～営業日～

土曜日、日曜日、月曜日、火曜日

～営業時間～

11:00～14:00

～電話番号～

075-708-7262(FAX: 075-708-7265)

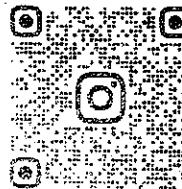
～住所～

京都市右京区京北上弓削町米津4番地

事前にご予約を頂けますと

スムーズにお受渡しができます。

弁当屋インスタ

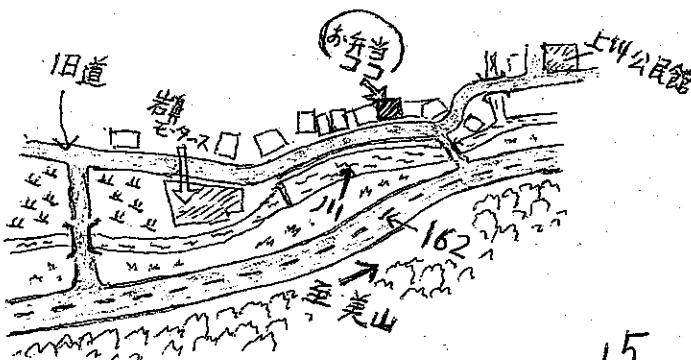


BENTO.YA2167



電話応対

○営業日の9:00～15:00 只今
FAXでのご予約は受け付けておりません。



場所は
京北上弓削上川区
黄色いランプとのぼりが目印

第18回「COMの会」セミナーご案内

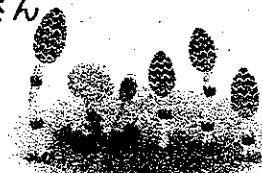
主催 COMの会（松尾純子・山本満佐子・米津由実子）

やっぱり顔を合わせてコミュニケーションを図ることが大切で楽しい！
コロナ禍を乗り越え、皆さんと楽しく学びのある一日を過ごしませんか？
今回は「体験学習」で、とっても楽しい一日を約束します。

日 時 令和4年3月20日（日）10:00～17:00
会 場 京都市吳竹文化センター2階 第1会議室

ファシリテーター：ヒューマン・リレーション・センター代表 三宝 裕さん

- 学習のねらい
- ・今の自分の姿をみつめてみる
 - ・効果的な対人関係のあり方を学ぶ



スケジュール

9:45～10:00	受付開始
10:00～12:00	オリエンテーション 実習「私」～今の自分の姿を様々にみつめてみてみる
12:00～13:00	昼食・休憩
13:00～17:00	実習「介護センター」 ～チームで課題を達成するときのコミュニケーションや リーダーシップのあり方について学ぶ～ 実習「車椅子」 ～組織で課題を達成する時のあり方について学ぶ～
17:00	終了

※「介護センター」や「車椅子」とありますが、介護に関する研修ではなく、どなたでもご参加いただける内容です。

対象者 体験学習を学びたい方・体験学習に興味のある方

参加費 7,000円（会場費・資料代）

定員 12名（先着順）※キャンセル料は開催3日前から参加費の全額を頂きます

持ち物 筆記用具
※屋外は各自ご用意ください
会場近くには、コンビニやお店があります。

■問合せ・申込みは、「COMの会」まで 締め切り 3月10日（木）
※やむを得ず開催を中止する場合は、3月10日にお知らせします。

Eメール：oda-diamantes@ezweb.ne.jp（米津）090（8233）9712

セミナー会場のご案内

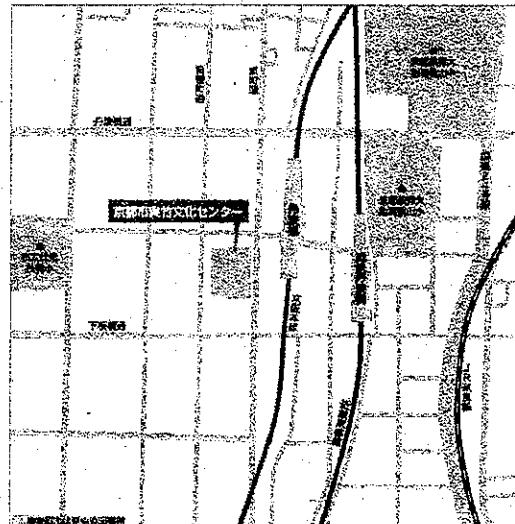
住所 京都市伏見区京町南7丁目35番地の1

電話 075-603-2463

京阪：京阪本線「丹波橋」西口前

近鉄：近鉄京都線「丹波橋駅」西口前

※会館には駐車スペースがありません。ご注意ください。



～お願い～

★新型コロナウイルス感染再拡大のリスクが高い状況が続いています。

セミナーの開催につきましては、状況に応じてやむを得ず中止する可能性があります。

なお、以下の項目に当てはまる方は、セミナーの参加をご遠慮願います

- ・不織布マスクを着用されない方
- ・2週間以内に海外から帰省された方
- ・2週間以内にコロナ感染者との濃厚接触があった方
- ・風邪の症状がある方
- ・37.5度以上の発熱がある方

(いずれもセミナー当日時点で)

セミナー当日は、お茶・お菓子等の設置は致しません。(差し入れも申し訳ありませんがご遠慮ください) 各自でお茶・昼食のご用意をお願いいたします。

残された日々を充実して生きるために

私は、終末期患者の死に至るまでの残された日々の充実を考えると、「その人自身の死生観（死ぬことと 生きることの考え方）」と「医療や看護や介護する人の死生観」が決め手となる気がします。

人は、死に直面するなどの危機的状況にであった時、まずパニックになるのが普通です。

そして、「これは間違いに違いない」「悪い冗談に決まっている」と目の前の事実を否定することが始まります。

さらに、「私が何か悪いことをしたのか」「何故私だけが」等々と、苦しい心の葛藤を経て、時間経過とともにやがて受け容れ、心が安定していく過程があります。

しかし、すべての人がその過程をたどるのかというと、そうではなく、その人の生き方・自立度・死生観などによって違います。

最後まで、「何故私だけが」と悲観したまま死ぬ人や、ひとりで見えない相手に怒りを持ちつづけて死んでいく人もいます。

早い時期に自分の死を受容し、残された日々をその人らしく生きていかれる人もいます。

医療や看護や介護をする人は、その人がどのような心の状況であるかを、しっかりと見てわかることです。その人が今どのような心の状況にいるかで、その人への医療や看護や介護が変わるからです。患者がどのような心の状況がわからないまま、自分の考えだけで医療や看護や介護をすると、医療や看護や介護をする人の自己満足の行動となり、患者にとっては凶器となる場合もあります。

医療や看護や介護をする人が、死生観を自分の中に持っていない場合は、死に向かう患者の心に正面から向かいあうことができず、ごまかしたり、怖くなってしまって逃げてしまいます。医療や看護や介護をする人は、日常から自分の死について正面から向かいあっていなければ、死に向かう患者への医療や看護や介護はできにくいようです。

創業62年
黒毛和牛牛専門店

登喜和



京都府右京区京北下ノ子町田一五
TEL (075) 852-0010
URL <http://kyoto-daiji.com>
大蔵支店



鮓料理 すし 一 米

ご宿泊・お食事・ご宴会
慶事時のお食事等
ご予算に応じて賜ります

◆ご予約・お問合せ
京北周山町 075-852-0032
<http://www.sushiyone.net>

山の家具工房

WOOD FURNITURE WORKS YAMAGIWA



1F SHOP 人気本
2F Book Room ほんのひととき
TEL 075-853-7029
<http://www.yamagiwa.com>



木質ベレット

森の力京都株式会社

〒601-0251 京都市右京区京北周山町小柳5番地1
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

周山町「料理旅館すし米」内

Syu's Bar

SUSHIYONE

Tel. 090-7106-5538
Cream-9696-river@docomo.ne.jp
<http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434>
open 21:00 close 24:00 週通る

自然と暮らす、
自然に暮らす

SOUK(スーク)

0120-19-4848

スーク 不動産 検索

代表
大島剛司
ドックアドバイザー

Dog village
green tail
山遊び／ホテル／しつけ相談

〒601-0275
右京区京北宇野町広野5番地 TEL. 075-852-1535
090-6732-4167 greentail@docomo.ne.jp

<仲井電気工事商会>

075-852-0493
jinazuma929929@gmail.com

〒601-0271
京都市右京区
京北熊田町松ヶ下 17-2

電気屋さんの木工
照明器具・家具などの受注製作
ディ...マイ...グラウンド

DMY
GND



杉鮮 日本唯一、杉で包む練乳

京都西の鈴街道 銀寿司専門店 京北すえひら

〒601-0531 京都市右京区京北上弓削町段上ノ下16

TEL 075-854-0113 FAX 075-854-0151

<http://k-senta.com/>



工房

仙太

江口 喜代志

〒601-0313 京都市右京区京北井戸町甘ヶ谷131
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240
H.P 090-5168-1418
e-mail:senta@stlk.pia.or.jp



タナカミセ
田中店

Gate

CREATIVE SPACE



SATOYAMA
DESIGN

そのべ整体院

お問い合わせご連絡は、お電話かLINEにて
お願い致します。

TEL 0771-60-7597



腰痛のことなら

京丹波町の
たにやま鍼灸整骨院
0771-82-2202

【お米つかいのパン菓子工房えむえむ】から再出発！

グルテンフリー ミックス粉で/
いきいきキレイを応援



毎月朔日発行

発行者

米津由実子・花倉祥代・田中真理

連絡先

タナカミセ 090-5014-3002

表紙詩画

ヒューマン・リレーション・センター 三宝 裕氏

編集後記

降りすき！

どうか皆さん、安全に、あたたかくして、お過ごしくださいませ。8)

と叫んでしまった今年の冬。

(眞理)