

OB会だより

国臨協OB会関東信越支部

平成26年1月1日

NO 58 号

発行責任者 小原 千秋

編集責任者 宮野勝秋

国臨協OB会関信支部事務局

東京都府中市小島町3-84-9

TEL: 0424-86-6710



新年のあいさつ 会長 小原 千秋

あけましておめでとうございます。

会員の皆さんにおかれましてはご家族お揃いで健やかな新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、日本沈没かと思わせるような異常気象(水害・猛暑・台風・竜巻・豪雨・渇水・地震等)による甚大な災害があちこちで起こりました。竜巻突風が発生し埼玉県越谷市や千葉県の野田市及び茨城県坂東市に沢山の負傷者や住家が被害を受け、京都史跡名勝嵐山にある大堰川(桂川)では豪雨による氾濫で渡月橋が水に浸かり通行不能、売店等も浸水した。また、気温41度を記録した高知県四万十市は国内観測史上最高でした。

東北の震災の復興は、1000日以上経ってもまだまだ進まず、仮設住居で新年を迎えられた方もたくさんおられます。

嬉しいニュースもありました。富士山の世界遺産登録・2020年に開催されるオリンピックが東京に決定。7年後のオリンピックを元気で迎えられたらいいなと思っています。会員皆さんも健康に気をつけ2020年までは健康寿命を堅持し頑張りましょう……。

さて、今年はどうな1年になるのでしょうか!!。年金は下がるし、消費税は上がるし、年金生活者にとっては住みづらい時代に突入していくのでしょうか？。

OB会の役員会は、数回開催しましたが、これといった議題はありませんでしたが、ただ、いつもながら、『OB会だより』の更なる充実を図り、親しみのあるそして会員とのパイプ役として継続していきますので、会員の近況報告、近くでこの様なことがあった、また、旅行記、エッセイ、俳句、写真など、**会員各位の投稿**をお願いいたします。

次に、高齢者になられた方々に長寿祝いとしてささやかな記念品を送ったらどうかとの声もあがっています。また、OB会独自のバッジを作ったらどうか等々意見が出ていますので今後の役員会で検討していきます。

今年も6月7日の第1土曜日に総会・懇親会が開かれます。同じ国立病院検査科で人生のとき苦楽を分かち合った仲間たちの会です。年一回の会ですので、是非万障繰り合わせの上ご出席下さいますようお願いと、皆様のご健康とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

リカレント教育(開放授業講座)を受講して

元国立療養所栗生楽泉園

大野 清

1. はじめに

埼玉県では県内・近隣にキャンパスを構える16大学が協力して、県内在住の高齢者や団塊の世代に対して、授業科目の一部を受講できるように開放しています。充実したこれからの人生に、地域・社会活動への参加のきっかけになるようにと設立されました。

私は介護施設に勤務しており、レクリエーション活動の一環として「ハーモニカの会」と称して音楽活動をしており、活動をより充実させるために、音楽大学で「音楽療法概論」を学んでいますので、概要をご紹介します。

2. 講座名・定員など

大学の授業は11科目あり複数科目の受講が可能で、受講料は半期科目が1科目10,000円、通年科目が1科目20,000円。科目は曜日によって異なり、授業時間は1時限90分で、定員は若干名から10名になっています。修了証の発行は各受講科目の授業の3分の2以上に出席し、所定のレポート課題を提出する必要があります。

修了証

大野 清 様

貴方は、平成25年度「埼玉県リカレント教育」本学協賛
開放講座「音楽療法概論(前期)」の授業に精励され当該科目
を修了したことを証します。

平成25年9月28日
東邦音楽大学
学長 三宅戸 東光

3. 音楽療法とは

「音楽の持つ生理的、心理的、社会的働き

を用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容に向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」をさすものとする。(日本音楽療法学会のカリキュラムガイドラインより)

音楽は心を落ち着かせ、ストレスを取り去り、疲れた心に明日への活力を与えます。また、身体にも反応して、脳波、心拍、血圧、脈拍、血流などに変化をもたらします。心や体の治療や病気の予防をすることも音楽療法です。

4. 音楽療法の対象

音楽療法は対象者の「健康」に関する目的をもって行われます。対象者は①発達障害領域(知的障害、自閉性障害、学習障害、注意欠陥多動性障害など)、②精神科領域(統合失調症、気分障害、人格障害、不安障害、摂食障害など)、③心療内科領域(心身症など)、④高齢者(認知症、慢性疾患など)、⑤薬物依存、⑥神経難病、⑦ひきこもりの状態にある人、⑧歯科・口腔外科、⑨妊婦・出産時、⑩心的外傷を負った人、⑪被虐待児、⑫ホスピスの患者、⑬エイズ患者、⑭脳性まひ、⑮脳卒中後遺症、⑯頭部外傷後遺症、⑰ストレス下にある人、⑱受刑者、⑲DVの被害者、⑳不登校の子どもなど、一般に障害や病気を持つ人達です。

5. 私の実践

私はデイサービスセンターで、ケアワーカー(介護職)として勤務しております。施設で月2回のペースで「ハーモニカ」を使用して、利用者さんと楽しい一時を過ごせるように努力しています。



高齢者なので内容は①唱歌・童謡、②ナツメロ、③季節感のある曲など、親しみやすい歌を選曲しています。歌う前には曲の説明や、エピソードなどをわかりや



すく解説し、独奏で演奏したり、皆さんの歌に合わせて伴奏しています。利用者さんが好んで歌う歌唱曲は、①ふるさと、②四季の歌、③荒城の月、④瀬戸の花嫁、⑤幸せなら手をたたこう、⑥母さんの歌、⑦北国の春、⑧みかんの花咲く丘、⑨草津節、⑩ああ人生に涙ありなど様々です。また、途中には「マジック」や自分で撮った自然風景やスナップ写真

をお見せしています。

利用者さんから「楽しかった」、「ありがとう」、「子どもの頃が懐かしく思い出した」など感謝の言葉を掛けられると、嬉しくて、この様な活動が出来る喜びを感じています。

6. おわりに

リカレント教育は、我々、団塊の世代に希望と勇気を与えてくれると思います。「音楽療法概論」を受講できたことは、日頃、仕事で行っている音楽活動や、ボランティア活動に大いに役立ちます。これからは、この貴重な経験を基に、より理論的な観点から指導できたいと願っており、一層の精進を重ねていきたいと思っています。

学生と一緒に授業を受けられることは、新鮮で刺激的なことで、若いころが懐かしく思い出されます。最後にリカレント教育のテーマを紹介します。「学ぶことに意欲溢れる元気な方々を埼玉県と大学が後押しします」

新島のモヤイ像渋谷に現わる!! 小原千秋

J R 渋谷駅の西口に、新島から送られてきた大きなモヤイ像が設置されている、忠犬ハチ公と共に渋谷の街を賑わしている。渋谷に行かれたら必見。モヤイ像の云われは、東京都新島に

古くから「モヤイ像」と呼ばれる美しい習慣があった。それは島民が力を合わせる時のみ使われた。いわば、共同意識から生まれた素朴な人々のやさしい心根を表すものであった。

「モヤイ」は島の歴史とロマンを秘めた言葉なのである。“ここに集う人々よ、物言わぬモヤイ像はあなた方に何を語りかけるである

うか!願わくは私たちと共にそのかすかな祖先の「モヤイ」合う連帯の心を大きく開かれんことを。”(東京都新島村)



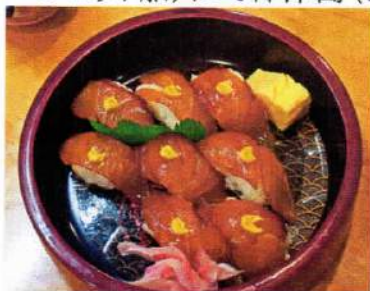
ちなみに忠犬ハチ公は!東京渋谷にあるハチ公の銅像は、東大教授だった上野英三博士が飼い主だった。主人が亡くなった後も10年間主(あるじ)の帰りを待っていたそうだ。

上野博士の銅像は、東大農学資料館にあり、忠犬ハチ公とは離ればなれになっている。この度ハチ公を上野博士のそばにいさせてやろうという計らいで、ハチ公死後80年を機に、有志により2015年に除幕式を目指すことになっている

モヤイ像加筆

宮野勝秋

新島へは:2012年5月6日竹芝桟橋(7:35発=ジェット船)にて神津島(10:40着)へ神津島見



学し宿泊。翌7日神津島発9:35東京行きフェリーにて新島着10:50。早めの昼食は新島名物島寿司(写真)を。

目的のモヤイ像の石山のコーガ石(せき)(抗火石)の採掘場の荒涼とした景観の右手眼下には、ママ下海岸とエメラルドブルーの海の沖合の地内島と伊豆半島、そして富士山の遠望、左手に式根島とその向こうに神津島が望めます。新島から伊豆半島までは約40km、式根島までは、約2.4km、神津島までは、約15kmそして富士山までは約120kmです。この石山は、総称を向山(むかいやま)といい、平安時代初期886年(仁和2年)の海底噴火による火山です。このときの噴火で、現在、テレビ塔など電波塔が建ち並ぶ北側の宮塚山とつながり、今の新島が作られました。文字通り新島は、生まれて1,100年あまりの新しい島です。



溶岩のコーガ石は、学名を浮石生黒運母流紋石(ふせきせいくろうんもりゅうもんがい)といい、イタリアのリパリ島と新島でしか採れないといわれるほど大変珍しい石です。軽い物は、比重 0.8 で水に浮きますが、現在、採掘されている物は、比重 1.2 程度です。石は、柔らかく鋸で切ることができ、耐酸、耐アルカリ、耐熱、保温性、防音、吸音性に優れ、その特性を生かして建材として利用されてきました。最近では、「新島長石タイル」や

「新島ガラス」などをはじめ、ニューセラミックスや人口土壌の原料として注目されています。

新島とイタリアのリパリ島でしか取れない流紋岩質の石(過去には式根島・神津島でも採掘されていた)。薄い灰色をした石で、軽石のように軽く水にも浮き、彫刻刀で簡単に彫ることが出来る。抗火石のオブジェとして、島内に展示されているモヤイ像や、観光客が彫刻したタイルアートなどが島内各所にある。また渋谷駅にあるモヤイ像は新島村から寄贈されたもので、新島でモヤイ像加工を行う故大後友市氏によって彫刻された。なお、「モヤイ」は島の方言で「催合」と書き、「力を合わせる」といった意味。彫刻者によれば石像の造形について、知名度の高いイースター島のモアイ像を模した部分はあるとのことだが、直接的な関係は無い。

コーガ石を原料にしたガラス製品を加工するガラスアートセンターを見学。ここでビデオを回したら禁止とのこと注意されてしまった。

島の中部以南は抗火石(コーガ石とも)というガラス質の鉱物が主体になって構成されている。そのため、新島の海岸は砂浜が真白く美しいことで有名である。そのようなガラス質の砂を原料に製造されているのが新島ガラスである。真白い砂を溶解するとオリーブグリーン色になるところが観光客に受けている。

<過酷な環境を表す色>雨の降らない厳しい環境で育つオリーブ。オリーブグリーンは苦しい状況を表す色です。この色を選ぶとき、とてもつらいときかもしれません。しかし、そうした状況

2012.5.7 14:50~湯の浜露天風呂入浴

にも耐え抜いて育つオリーブのように、負けずに生きていける人の色でもあります。



湯の浜露天風呂に浸かり連絡船<村営船>16:20にて-式根島着16:30着宿泊した。

“歌声喫茶”に流れる熟年世代への

復活歌声喫茶店“ともしび”

小原千秋

東京新宿のど真ん中に大きな声で歌が聞こえてくる喫茶店がある。

「高校三年生」「学生時代」「上を向いて歩こう」……。1950年～60年代を中心に、若者や労働者で賑わっていた“歌声喫茶”だ。現在も存続しているとは思ってもいなかった。友達に誘われるまま足を運んだ。懐かしさと期待感が心をかき立てる。

店内に入ってみると、50人だろうか100人だろうか沢山の老若男女のお客さんが大きな声と大きな口を開けて歌っていた。店の名前は“歌声喫茶ともしび”。

席に案内され飲み物とつまみを注文し、しばらくするとお店の人から歌詞と用紙が手渡され、自分の歌いたい曲を書いてスタッフに渡してくださいとのこと。会場は、司会者の進行で客が合唱を楽しむ店だが、小さな舞台があり一人で歌いたいなら舞台に立って歌うのも可。もともと歌は不得手でも、一人で歌うわけじゃないから下手もうまいもない。リーダーと一の音頭のもと、店内の客と一緒に歌を歌うことを主目的としている。

【歌声喫茶の発祥と歴史】

この歌声喫茶の発祥については諸説あり、昭和25年ごろ、新宿の料理店が店内でロシア民謡を流していたところ、自然発生的に客と一緒に歌い出して盛り上がり、それが歌声喫茶の走りになった、また、当時公開されたソ連映画「シベリア物語」に同様なシーンがあり、これに影響されたともいわれている。

昭和30年、新宿に「カチューシャ」、「灯（ともしび）」がオープン。これをきっかけに東京都内に歌声喫茶が続々と誕生する。労働運動、学生運動の高まりとともに人々の連帯感を生む歌声喫茶の人気は上昇し、店内は毎日のように人であふれ、最盛期には全国で100軒を超える店があったという。また店の看板的存在であるリーダーの中からは、さとう宗幸や上条恒彦のようにプロの歌手としてデビューした者もいた。

また、歌声喫茶は、集団就職で地方から単身上京してきた青年たちの寂しさを紛らわす心のよりどころでもあった。

昭和40年頃をピークに、歌声喫茶のブームは退潮していき急速に衰退、その後の10年ほどでほとんどの店が閉店していったとのこと。さらに、カラオケスナックやカラオケボックスの出現と、「人前で歌を歌える施設」への需要は、完全にそちらに移行した。歌声喫茶は一般の喫茶店やカラオケボックスとは異なり、客全員が合唱する形態のため、飲食物の注文が少なく客単価が低いという根源的な問題も出てきた。

【歌声喫茶のブーム再来】



一大ブームを巻き起こした歌声喫茶。ブームが去

り、その存続は風前の灯かに見えた。が、ここに来て復活の勢いを増している。みんなと一緒に歌うことで生まれる一体感。大声で歌う爽快感等その魅力を味わう為、中高年層の居場所が団塊世代を中心に“大人の居場所”として、新たな動きを見せている。「いま、東京には大人の居場所になれる喫茶店がなくなっています。そういう意味で、ここは大人の居場所的な役割も果たしているんでしょうね」と店の人は語る。こうして、ブームが再来した歌声喫茶。この動きに旅行会社も目をつけた。旅仲間のサークル活動として、中高年向けの歌声ツアー、出前歌声、そしてバスで東京観光を回りながらの歌声喫茶などを企画。歌声喫茶のある東京に直接来るのが大変な遠方のファンにも、歌声復活を広める足がかりとなっている。そして今、歌声喫茶は新たな時代を迎えた。(一部ネットより引用)

沖縄新名所のご案内

佐藤 乙一

平成25年1月16日 ANA 129便は午後1時10分静に那覇空港に滑り込んだ。空港まで迎えに来てくれた方がたの話「今日は少しコースを変えましょう」といって訪問したのが旧沖縄陸軍病院(南風原:ハエバル)近くの新築南風原文化センターだった。訪沖したことのある人なら一度は行ったであろう「南風原壕群20号」という、いわば地下壕の陸軍病院跡なのだ。この病院の構造や当時の機能のことは後回しにして、ここに建てられていた文化センター内の展示品について説明しておこう。

通常なら私の場合官・公・私のいずれで訪問しても必ず一番先に立寄らなければならないところがある。それは沖縄の医療に多少でも興味のある方なら聞いたことはあるだろう。彼の有名な浦添総合病院。ここの元医療技術部門副院長宮城景正オーシャン・ヘルス・コンポレーション社長と沖縄技を背負っている人の1人、手登根稔部長。ここは後回しにしてまずは前記のセンター訪問と相成った。後でわかったこと、浦添総合病院訪問前にここを回った方が道順がよかったとのこと。

まずはその内部だ。焼け落ちた建物の写真、逃げまどう県民の姿が当時の悲惨さを想像させる。そして焼けただれた水筒や飯盒、広島原爆記念館を思い出す。天皇陛下から下賜されたという菊の御紋のついた三八(サンパチ)式銃もグニャリと曲がっており、改めて爆撃の激しかったことを想像させる。こうしたものよりもっと驚いたことは もともと沖縄は全島丸焼け、人びとは裸一貫で逃げた筈。それがなんと秘中の秘たるあの赤紙と言われた召集令状の本物があるではないか。しかもこの令状を発する根拠となった兵役名簿まで、そのまま残っているのには驚いた。丸焼けの

沖縄が爆撃を受ける前に土中深く埋めておいたのだろうか。兵役名簿なんて聞いたことはあったが見たことはない秘物だった。

赤紙を見て軍国主義大日本帝国時代を思い出した。私も昭和18年8月18日赤紙と称する召集令状を受け、今は無き元国立世田谷病院(旧陸軍東京第二病院)に8月30日集合入隊。その数約2,000人だったことを思い出す(故上条千秋氏と同年兵)。

この文化センターは南風原町立で新しいためまだ沖縄の観光地に入っていないが、陸軍病院壕をまわるコースなら将来必ず入るだろう。この文化センターをもう少し紹介しておこう。

まず、病院の再現がある。そして天皇・皇后の写真と教育勅語の入った奉安殿、忠魂碑、等の写真までここでしか見ることの出来ない物も多い。

国立でも県立でもなく町立でこれだけの建物を作り、戦時中の秘中の秘物をしかも焼け野原の中から探し出したことにも敬服する。

訪沖し、レンタ旅行を楽しむなら是非ここにも足を伸ばしてほしい。国道329号だ。

近くのトンネル陸軍病院跡をみるのも沖縄を語るには参考になるだろう。地下病院の長さ約70米、高さ1.8米、道幅も1.8米もある。

この中で手術までしたというのが検査室はなかったらしい。

南風原文化センター



故 上条千秋氏に下剋上を詫ぐ

佐 藤 乙 一

その昔現東京病院の初代検査技師長だった上条千秋氏。

元立川病院に私を呼んでくれたのは同氏だった。戦後中小学校の代用教員の経験もあり、東大病理学教室で病理組織標本作成に敏腕奮っていたとされる。その同氏から受けた教訓・助言や・助力は数うるに暇なかった。

共に山梨生まれ、もう一人事務に山梨生まれがおり“称して山梨のい一党”。上条氏は2歳年上ながら、昭和18年招集の同年兵、私が今あるのもこの上条氏のおかげ。忘れてはならない大恩人なのである。もしこの上条氏に出会えなかったら多分私の国立医療機関の専門官や日臨技会長・国臨協会長にもなれなかったであろうし、昭和58年（国立病院退職、同年60年4月の勲5等瑞宝章（現瑞宝双光章）にも巡り合わなかったかもしれないと思う。

現国臨協結成の糸口、現日臨技の前身日本衛生臨床検査技師会結成火を灯したうちの一人大元も同氏。私もその活動を見習っては援助していたものである。

ところが、そうした威光を放つ同氏に近ずき、やがてその偉大さを越えてやろうという悪夢に騙された。上条氏がAといえはいやBだと抵

抗するようになった。かくてあろうことか、恩を仇で返す結果になってしまったのだ。

その原因は、軍隊時代に思いを致した同氏は在北京時代の軍隊物語を1冊の本にまとめたのだが、私の軍歴を一言の断りもなく書いてしまったというわけである。内容は大したことではないのだが、東京・埼玉地区検査技師長会議の後で大喧嘩。やはり「越えてやろう」という悪夢が現実になったというわけ。

同氏が亡くなってもう10年位にはなるのであろうか。

朝食時に来電あり電話のある部屋からなかなか席に戻らないのでご家族が見に行ったら息が絶えていたという。葬儀も元東京病院時代のOBがほんの少し行った程度とか、本来なら私が葬儀委員長の任を負い、天国にお送りすべきだった。

勲章に対しても執念を燃やしていた。だがこれは天皇陛下が授与するもの、驚く程厳密に精査される。かつて車を他人に貸し、駐車違反があり多分それが原因だろうが私よの1クラス上を狙っていたのが、予定より3年遅れ私より1級下になってしまった。

上条先輩よ天国でゆっくり安んで下さい。そのうちに私も後を追います。 合 掌

健康 話のタネ

「高齢者年齢65歳」を75歳以上に？

日本老年学会・日本老年医学会

65歳は高齢者（国連・1956年）を日本版に改定か？。

「年齢ではなく、具体的な身体的な状況で決めるのがよい」ことになりました。

「健康寿命」が長くなったことが背景に、社会保障政策などへの影響を考慮するためらしい。 65歳はまだヒヨコ？

(M・T)

年 齢 別	男女合計	全人口比
65歳以上	3,186万人	25.0 %
70歳以上	2,317万人	18.2 %
75歳以上	1,560万人	12.3 %
80歳以上	930万人	7.2 %
100歳以上	54,394人	



平成25年 秋の叙勲

下杉 彰男 様 (元国立国際医療センター臨床検査技師長)が瑞宝双光章を受賞されました。

永年のご功績に敬意を表し、心からお祝い申し上げます。

健康寿命とは？

「心身ともに健康的に生活できる期間」

(平均寿命) - (健康寿命) = 要介護期間

男性 (79,64) - (70,42) = 9,22年

女性 (86,39) - (73,62) = 12,77年

国内健康期間第1位……静岡県

健康寿命35ヶ国中第1位……日本

第2位……スペイン

最下位……トルコ

米国医師会誌 (JAMA) より

「健康」話のタネ (M・T)

日本人の平均寿命 (2013年)

平均寿命とは？

(その年に生まれた0歳児が
何年生きられるかの平均値)

男性 = 79,94 女性 = 86,41

(世界第5位) (世界第1位)

*平均寿命延長の原因

「がん、心疾患、脳血管障害、肺炎などの予防
・治療法の進歩

日本人の平均余命 (2009年)

年令	男性	女性
60才	22, 87	28, 46
65才	18, 88	23, 97
70才	15, 10	19, 61
75才	11, 63	15, 46
80才	8, 66	11, 68
85才	6, 27	8, 41

訃報



杉 山 育 男 さん

(元相模原病院写真はH13年)

享年84歳 平成25年11月12日逝去されました。謹んでご冥福を祈ります。

編集後記 年賀状を書く時期になると干支(えと)のことを思い出します。

ご存じですか、干支(馬)の名前を持った花を紹介します。

「馬酔木(あせび)写真」

「馬食わず(うまかわず)

別名仙人草せんじんそう)」

「馬食わず(うまかわず)」

「別名屁糞蔓(へくそかずら)

灸花(やいとばな)」

「馬の足形(うまのあしがた)」

「馬の鈴草(うまのすずくさ)」

「駒草(こまくさ)」

「駒繫ぎ(こまつなぎ)」

「馬刀葉椎(まてばしい)」

K・M

