

長寿社会への総合情報誌

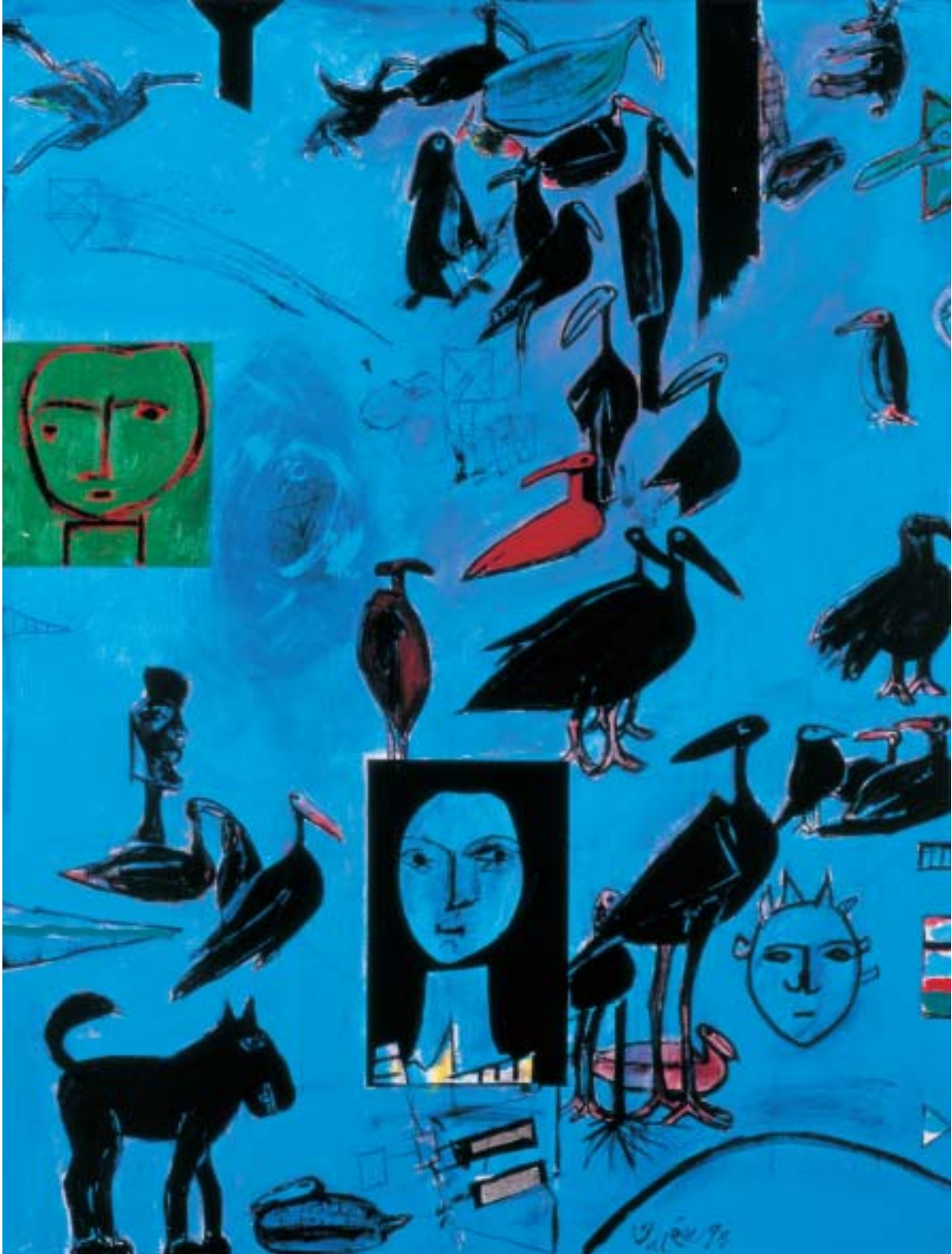
生涯青春

No.65

平成18年12月 かがわ

●青春いきいきインタビュー／みんなと共に 伝えていきたい 思いやりの心

●仲間の話／いきいき短歌の会 地域セミナー長尾校04卒業生「新生会」



みんな
おいでよ!



かがわ長寿大学

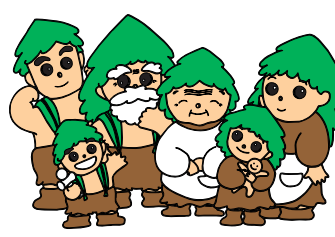


平成19年度入学 受講生募集!

- 1 開講日時**
 - 平成19年4月から平成21年3月まで(2年制)
 - 年間26日間・1時限90分・1日2時限
(第1時限…10:00~11:30、第2時限…13:00~14:30)
 - 1年生は原則として月曜日、2年生は原則として火曜日に開講します。
- 2 場 所** 香川県社会福祉総合センター7階 大会議室(高松市番町1丁目10番35号)
- 3 受講資格** 下記の条件を満たす方
 - 香川県在住で、満60歳(平成19年4月1日現在)以上の方
 - 過去にかがわ長寿大学を受講したことがない方(かがわ長寿大学地域セミナーのみを受講したことがある方については、受講資格があります。)
- 4 受講料** 一年間につき18,000円(予定)
- 5 募集人員** 170名(申し込みが多いときは、選考基準を設け、第三者による公開抽選を実施。受講者の決定は4月上旬の予定)

6 申し込み

往復はがきに、右記の記入例のとおり記入し、お申し込みください。



必ず往復はがきで
申し込んでネ

760-0017 かがわ健康福祉機構 行	記入不要！	〇〇〇-〇〇〇〇 申込者のお名前 行	ご自宅の住所 ●かがわ長寿大学受講希望 ●〒住所 ●氏名(ふりがなを記入) ●生年月日・年齢・性別 ●ご自宅の電話番号
〈往信面 あて先〉	〈返信面 裏面〉	〈返信面 あて先〉	〈往信面 裏面〉

7 募集期間

平成19年2月1日(木)~2月28日(水) 当日消印有効

8 講座科目

全科目受講必修

科目	歴史	社会・生活	文化	健康	福祉	行事	
内容	郷土史 民俗考	行政放 送情	交通安全 法律経 済	趣味美 術芸文 学	健康管 理運動 精神保 健	介護介 護予防 住宅	体験学 習特別 講座各 種行事

9 進 級

1年生から2年生への進級については、一定以上の出席日数が必要です。

10 申し込み先

〒760-0017 高松市番町一丁目10番35号 財団法人 **かがわ健康福祉機構**
☎087-863-0222

目次

2 青春いきいきインタビュー **みんなと共に 伝えていきたい 思いやりの心**

「北山老人クラブの女性部「柏隆会」のメンバー」の皆さん

6 はつらつ人間のすすめ **その11 笑う門には福来たる**

香川銀行能力開発研究所所長 倉本 英雄

8 Q&A **公的医療保険の費用負担の変更等について**

後期高齢者医療制度の概要

10 財団だより **第16回かがわ健康福祉祭**

第20回全国健康福祉祭・第16回県ねりんふれあい文化祭

12 青春おたより倶楽部 **「美術部門」厚生労働大臣賞 三木 徹**

「長寿社会私の主張」 静岡県知事賞 喜田 清

14 シルバー作品展 **日本画「奥入瀬溪流」 柚本 計悟 「さあ。元気に」 山下 博**

写真「爽やかな朝」 中塚 正春 「蓮花」 奈良 邦夫

15 ふるさと探訪 **教育学者 谷本 富 (とめり)**

フリーライター 小川 太一郎

18 仲間の話 **地域セミナー 長尾校04同窓会「新生会」**

香川いきいき短歌の会

20 **短歌・俳句・川柳**

長寿社会への総合情報誌

生涯青春



顔、鳥、犬 (1993年)

猪熊の晩年の作品では動物はもちろんのこと、人の顔さえも自分の頭の中から出てきたかたちを描いているため、私たちが見なれている姿とは若干異なり、一見、誰にでも簡単に描ける絵のように思えます。しかし猪熊は若いころから、ものの細部にいたるまでじっくりと観察し、頭の中にその形や動き、量感や質感などをしっかりと刻み込んでいましたし、また、ものの本質をいかに単純にあらわすかを生涯をかけて取り組んでいました。この作品もよく見ると無造作にひかれた線は、からだのふくらみや丸みをじゅうぶんにあらわしており、さらに一つひとつの形のバランス、構図の素晴らしさなど、どこをとってもそうそう描けるものではないことに気づきます。

「私は芸術家は死ぬのなら二十代までに仕事をし終えて死ぬのがいいと思う。それに死に遅れてしまえば、これは九十までも百までも努力して生き続けて、うまずたゆまず仕事をする以外にないという気がしている」(『私の履歴書猪熊弦一郎』1979年1月 日本経済新聞連載) 猪熊76歳のときの言葉です。その言葉どおり90歳まで長生きし、倒れるその日まで新しい驚きを求めて、フレッシュで楽しい作品を次々と描き続けました。

<猪熊弦一郎略歴>

1902(明治35)年、香川県高松市に生まれる。

東京美術学校(現東京芸術大学)で藤島武二氏に師事。

1955(昭和30)年渡米。晩年、ハワイにアトリエを移す。

1991(平成3)年、丸亀市猪熊弦一郎現代美術館開館。

1993(平成5)年5月17日逝去、90歳。

[丸亀市猪熊弦一郎現代美術館提供]



平成18年12月

いきいき 青春インタビュー



上段左から：根本留美子さん、中塚信子さん、片桐美智子さん、三木トメ子さん、山崎ハナ子さん、元井寿美子さん
下段左から：川井豊子さん、竹原エツ子さん、岡田由子さん、橋本秀子さん、安部小夜子さん

近くに越してきた知的障害者の施設。そこに通う利用者を見ているうちに、沸々と湧いてきた思い。自分が少しでも役に立てば…芽生えたばかりの小さな思いが、波紋を広げ大きなうねりになった。今回の「いきいきインタビュー」は、障害者のリハビリと自分達のボケ予防もかねて知的障害者と一緒にカレンダーづくりに取り組み「障害者とともにカレンダーづくり」の皆さんをお訪ねしました。

みんなと共に伝えていきたい 思いやりの心

障害者の働く姿 助け合う姿に感動

小豆郡土庄町の湖崎地区にある知的障害者通所授産施設「ひまわりの家」。その食堂から和気あいあいとした話し声や笑い声が聞こえてくる。勢ぞろいしているのは二十二人の利用者、その間どころどころに座った少々お年を召した女性がやさしい笑顔を浮かべている。みんなが注目しているのは、ホワイトボードに貼られた、もみじの絵のカレンダーだ。

「今月のカレンダーの絵は、十一月ということでもみじです。今から私達が渡す紙を使って、自分の好きなようにもみじを描いてください」。マイクを片手にそう話す司会の声が聞こえた途端、一斉に沸き起こる拍手。配られる色紙を待ちかねたように、もみじの絵柄づくりが始まる。お手伝いをしているのは、北山老人クラブの女性部のメンバーの皆さんだ。

障害者とともにカレンダーを作る活動が始まったのは四年ほど前のこと。地区内にあった老人ホームが移転し、その後に「ひまわりの

家」が引っ越してきたことが始まりだった。「初めて障害のある人達と身近にふれて、生きるために働いている姿やお互いに助け合っている姿に感動し、何かお手伝いできることはないかと考えていました」と話すのは、女性部の活動をリードする岡田由子さん（八六）。その思いは、思いがけないカタチで実現した。

平均年齢七十五歳 手弁当での活動

「ひまわりの家」の前施設長は、岡田さんが教員をしていた頃の教え子だった。その施設長から、利用者の娯楽のためカレンダーづくりをしたいが手伝ってもらえないか、と声が掛かった。話を聞いた岡田さんは、さっそく老人クラブの役員会に諮って了解を得、会員を募って活動をスタートさせた。

活動のメンバーは当初八人だったが、その後、辞めたり入ったりの出入りがあって

メンバーみんないい人ばかり。いろんな意味で元気をもらっています。



根本

留美子さん

(76歳)

現在は十一人。平均年齢は約七十五歳という。活動は月に一回、第三水曜日の午後一時半から二時半までの一時間でカレンダーを仕上げる。会費というものはなく、ほとんどをメンバーの手弁当でまかなっている。

一番新しいメンバーの根本留美子さん(七六)は、一年半ほど前に活動に参加し始めた。「それまでの私は、骨折をしたために手術する必要があつて入院。リハビリを受けながら鬱々とした日々を送っていました。そんな時に、活動に誘ってくれたのが岡田さんだったんです」と、活動に参加したきっかけを語る。

根本さんは骨折の後遺症もあつて、まだ手先が思うように動かず、紙を折るのも十分にはできないという。不十分な体調を押し活動に参加する理由を尋ねると、「カレンダーづくりを手伝うことでお役に立つのならと喜んで参加しました。メンバーの皆さんはいい方ばかり。漬物の漬け方やお惣菜の作り方などを教えてくださったりして、いろんな意味で元気をもらっています。参加し始めてからは体調もよくなってきましたね」と答えてくれた。

みんなと話し合つて 絵柄のモチーフ選び

活動の自身は、障害者とともに翌月のカレンダーを作るといふもの。こんなふうにはびと言でいってしまうと、他愛のない活動に思えるかもしれないが、その準備のために腐心するメンバーの皆さんの苦勞は並々ならないものがある。



これまでに作ってきたカレンダーのお手本

その一つが、メンバー全員で話し合ひで決める毎月の絵柄のモチーフだ。「できるだけ季節感が出るよう、その月に催される行事や旬の食材、花などを取り上げるようにしています。これまでに作ったカレンダーはすべて綴じて記録にしているのですが、何年もやっていると同じ絵柄にならないようするのは結構大変で

すね」と苦笑しながら話をするのは、岡田さんの片腕として活動を陰で支える川井豊子さん(七七)。ちぎり絵や木目込み人形づくりなど多彩な趣味を持つ川井さんは、モチーフのアイデア出しはもちろん、会合のセッティングや連絡網づくりなど、運営面では欠かせない存在としてメンバーからの信頼も厚い。

モチーフ選びについてメンバーから、「岡田さんは少しの理想が高すぎる」という声もあつたが、「それぞれの能力に適したモチーフ選びは難しく。何よりも利用者が喜



川井 豊子さん (77歳)

毎年のことですからカレンダーの図柄が、同じにならないようにするのは大変です。

んで作りたいたいという意欲が出るようなものが一番大切だから、美しくて興味の湧くようなものを選ぶようにしています」。岡田さんはそこだわりの理由を語ってくれた。

障害の程度に合わせて

一人ひとりの色紙を準備

「皆さんに渡した封筒の中には、これから色づくもみじの葉に合わせて、赤や橙色、黄色などの紙を入れています。台紙に描いている枝の上に上手に貼っていただく

い」と岡田さんが声を掛けると、ハワイトボードのお手本を参考にしながらおぼつかない手つきで色紙を貼っていく。その目は生き生きと輝いている。

この日もいつもと同様、施設のスタッフが日付を書き入れるマスメともみじの枝の絵を書き入れた台紙を、メンバーは自分で作ったお手本と、一人ひとりに手渡せるよう色紙を封筒に入れたものを人数分だけ用意した。

話によると、メンバーは普段からカレンダーづくりに使えそうな色紙はないかと気に止めているという。「大切にとっておいたきれいな包装紙や和紙のきれはしなどを、その月のモチーフに合わせて組み合わせて使ってくれると大満足です」と元井さんは話す。

「施設にはさまざまな障害のある人達がいいます。障害の程度によって、出来る作業にも限界があるので、材料を用意する時は一人ひとりの顔を思い浮かべながらの作業になります」という川井さん。

カレンダーづくり参加者一人ひとりに用意された封筒の中には、メンバーの思いやりの心とかけがえのない愛情がいっぱい詰まっている。



これまでのカレンダーづくりの記録

準備のための集まりが 何よりの楽しみ

毎月催しているカレンダーづくりのために、メンバーの皆さんは二回から三回ほど集まって話し合いをする。活動の反省会やモチーフの選択、色紙の準備など、毎月決まっている行事だけになかなか忙しい。

「みんな忙しい方なので、できるだけ集まる機会を少なくして効率よくやろうと思ってるんですが…」とメンバーを気遣う岡田さん。ところが、橋本さんは「みんなが集まる会合を何よりも楽しみにしている」という。「毎月、カレンダーづくりの活動が終わったその日に、公民館でその日の反省会と来月のモチーフを何にするか話し合います。その後、お茶や持ち寄りのお菓子などを配ってお楽しみ会を開く。そこで、いろんな話を聞いたり、話をしたりするのが楽しくて、ストレス解消にもなっています」という



準備が終われば持ち寄りのお菓子とお茶で四方山話

のは竹原さん(七九)。山崎さん(七七)は「この活動を続けてきたお陰か、自分が何か人の役に立っていることを自覚できます。そう思えることでやりがいを感じていますし、次への意欲が生まれてきます」と、活動の効用も語ってくれた。

毎月、活動をともにする仲間達と、会う回数が増えれば増えるほど親睦は深まる。お茶を飲み、お菓子を口にし、何気ない会話の中から笑いが生まれる。こんなひとときがあればこそ、活動はさらに楽しいものとなり、生きがいややりがいも生まれる。

手先を使う作業通じて リハビリとボケ予防

「さあ、みなさん上手にできていますか」とやさしく声を掛けながら、一人ひとりの



笑顔で話し掛けながらお手伝いするメンバー

出来映えを見て回る岡田さん。メンバーも、やさしく声を掛けながら、色紙を貼る作業に手を添えたり、貼りやすいように台紙を近くに持っていたりと、口を添え、手を添えとお手伝いに余念がない。

「施設のほうからは、なるべく自分で作業させるようにと言われるんですが、つい手を添えたくくなって」と笑う中塚信子さん(七六)。その言葉を補うように岡田さんが、「紙を折ったり、切ったり、貼ったりと手先を動かす作業は、楽しみながらできるリハビリテーション。私達のボケ予防にも効果があるんじゃないかと期待しているんですよ」と笑う。

作業風景を見ると、利用者同士が助け合って作業を進めている。「みんな仲間意識が強く、とても思いやりがあります。助け合うやさしい気持ちを持っているんですね。最近はキレル子どもということが問題になっていますが、この利用者達を見習ってほしいですね」。三木さん(七六)は、施設の利用者の素晴らしさをそう語ってくれた。



そろそろ引退を考える年になりましたが、利用者の笑顔を見ると止められませぬ。

利用者とのふれあいが 私達の元気のみなもと



出来たばかりのカレンダーをみんなに披露

食堂の席のあちこちから「出来ました」「きれいに出来ました」という声が挙がる。メンバーが「きれいに出来たね」と声を掛けると笑顔が弾ける。その顔には、一つのことを仕上げた充実感が漂っている。

みんなの前に出て仕上げたカレンダーを披露し、一人ひとり感想を発表する利用者。その都度、拍手でほめられ満足顔に早がわり。最後に童謡の「もみじ」と「森のくまさん」を合唱して約一時間のカレンダーづくりが終了となった。「ありがとうございます」と、利用者か

らのお礼の言葉が食堂に大きく響いた。

活動を続けるうちに、利用者とメンバーとのふれあひも密になってきた。朝や帰りの道、スーパリーなどで会うと、上手にあいさつができるし、「また教えてね」と言われたり。「ご家族から『お世話になりました』と声が掛かると嬉しくて涙が出ます」という安部さん（七八）。中塚さん（七六）も「利用者の活動ぶりを見てみると負けられないという気にさせられます」と話す。活動を通して交流の深まった利用者から、かえって元気をもらっているとメンバーのみんなが口をそろえる。

町の保健師さんがある利用者を家庭訪問したとき、母親が「うちの子はカレンダーづくりの日だけは休まない。楽しんで出掛けるので家族みんなで喜んでいきます」と話してくれたという。それを聞いた岡田さん、「そろそろ引退を考えてる年になりましたが、こんなに喜ばれているカレンダーづくりなら、いつまでもがんばらなくては」と、意欲はまだまだ衰えを知らない。

どのような活動をしているグループにもいえることだが、世代交代が問題となる時期がやってくる。これがうまくいかないと、活動が縮小したり、消滅してしまったりするケースが多い。この活動を長く続けていくためにも、後継者の登場に期待したい。



カレンダーづくりは、体操・音楽と並ぶ楽しみの一つ

知的障害者授産施設「ひまわりの家」主任支援員 中森 健一郎さん

利用者の皆さんは、週に25時間程度仕事をするために、毎日この施設に通っています。その仕事は休みの日に趣味やレジャーを楽しめればいいのですが、障害もあってなかなかそうはいきません。そういう意味で、カレンダーづくりは体操や音楽とともに利用者のみなさんにとっての大きな楽しみの一つになっているようです。次の月のカレンダーがどんな絵柄になるのか気になるという声もよく聞きます。

施設にとっても、カレンダーづくりを通して近隣の住民の皆さんに施設のことを理解していただけるので、とてもありがたいと思っています。今は、カレンダーの台紙を用意させていただいていますが、これからもできるだけサポートしていきたいと思っています。



健康と若さを保ちながら楽しく歳を重ねよう。

笑う門には福来たる

倉本 英雄

●くらしとひでお
(香川銀行能力開発研究所所長)



香川銀行能力開発研究所所長。香川ヨーガ道友会会長。香川大学講師。理学博士。大阪大学名誉教授の佐保田鶴治博士に師事。四国新聞文化教室やNHK文化センター、かがわ社会保険センターの講師として、また企業や官公庁などの研修や講演等でも活躍中。四国新聞に心身の健康法を10年間連載。高松市文化奨励賞、東久邇宮記念賞、高松市市政功労賞、憲法記念日知事表彰「健康づくり功労」を受賞。

「笑顔は人間の最も美しい花」「笑顔はふくよかに香る心の花」と言われます。顔をニコニコさせると心が明るく豊かになり、スマイルで心も体もリラックス。笑いは顔を美しくする最高の美容術。心の清らかな人は笑顔も美しい。

顔が微笑むと魂も微笑む
平和はこの一歩に
赤い太陽は私のところに
花とともに微笑み
その鮮やかな息吹にふれ
すずやかな風のなかで
この一歩の平和は
はてしない道を喜びに変える
(テイク・ナット・ハン)

病の原因の大半は精神的ストレスによるもの。その精神的ストレスのほとんどは、人間関係のまずさから。人間関係のまずさは、意思交流がへたなことから。コミュニケーションで最も大切なのは笑顔です。微笑みは、好意と友好のシンボルです。さらに微笑みは、親愛・好感・受容を伝える愛のメッセージでもありません。ニコリ微笑むと、温かい人間関係が築かれ、ストレスをヒラリとかわし、病もあわてて退散するのです。まさしく笑いは難病さえ癒す起死回生の妙薬。「笑いとユーモアのセンスをもった人を治療し

たことがない。」これは精神科医のことば。明朗心が健康体をつくるので当然です。明朗心をつくるには笑いがいちばん。笑いの筋肉が動く、楽しい感情を生み育ててくれるのですから。
さあ、いい笑顔をつくりましょう。では、笑いの効用を。

- ①心のゴミ箱を空っぽに。「ワッハッハッ」と大笑いをする、クヨクヨ、ジメジメの暗い気分は一気に吹き飛ばされ、心に青空が広がります。心のゴミ箱も空っぽに。
- ②感情や精神に新たな方向づけができる。笑うと、心を開く陽気に楽観的に導くハピネスホルモンがドットと分泌。
- ③顔を美しくし頭をスッキリさせる。大笑いで顔の筋肉が揺れ動くので、顔面と、その近くの頭の血行が著しくアップ。
- ④内臓をマッサージする。笑いの呼吸は息を出し切る強い腹圧の深呼吸。横隔膜と腹筋が揺れ動き腹部に停滞している古いドロドロの静脈血は絞り出され、新鮮な動脈血が流れ込みます。
- ⑤筋肉のヨロイを取り去る。精神のヨロイが筋肉のヨロ

イに。大笑いをする、コ
リ、コワバリがほぐれ、シコ
リも流れます。ヨロイを脱ぐ
と心も軽く。

⑥健康長寿の霊薬をつくる。笑
いで三億もある肺胞の壁に圧
力が加わると、プロスタグラ
ンジンI₂ができ血流に乗って
全身に。この物質は末消の血
管を広げ、血液をサラサラさ
せ、動脈硬化を防ぎ、血圧を
上昇させるホルモンの分泌を
抑制します。

⑦免疫系を調える。笑いは、
「呼主吸従」の呼吸。吐く息
で弛緩鎮静をつかさどる副交
感神経が優位になり、その神
経伝達物質であるアセチルコ
リンが分泌。そのレセプター
をもつリンパ球が増え免疫系
を強化。

⑧「腹脳」が活気づく。腹部の
内臓の働きをコントロールす
る腹腔神経節は別名太陽神
経叢とも。東大の小林教授は
腹脳と命名。ここは脳の出張
所。この腹腔部の自律神経の
センターが、笑いによる腹筋

の動きでマッサージされま
す。内臓もいきいき。

⑨若返りのホルモンが分泌。
笑うと三大唾液腺である耳
下腺、顎下腺、舌下腺が刺
激され、消化機能を高める
だけでなく、若返りホルモ
ンの王様といわれるパロチ
ンも大量に分泌。

⑩生体防御の要所を強化。口
や鼻などから進入する病原
菌やウイルスを撃退する扁
桃リンパ輪（口蓋扁桃・舌
扁桃・耳管扁桃・咽頭扁
桃・小扁桃）を強化。また、
笑いというポジティブな心
は、脳↓神経↓免疫組織と
伝わり免疫系により影響を
及ぼします。

『ほほ笑み読本』（狩野誠
編）に説かれている、ほほ笑
みの効用を紹介します。①
食事がおいしい②呼吸が調い、
心臓が楽になる③血圧が安定
し、血液が浄化される④焦り
やイライラがなくなる⑤疲れ
が早くとれ、ぐっすり安眠で

きる⑥肩の力が抜けるから、
姿勢が正しくなる⑦目がきれ
いになり、顔が美しくなる⑧
言葉がやさしくなり、声が澄
んでくる⑨他人の言葉が素直
に聞ける⑩花や風の心が分か
り、植物や動物とも語れる⑪

仕事に張りができ、人生が楽
しくなる⑫ほほ笑みは磨くほ
ど効果が大きい⑬ほほ笑みは
どんな逆境にも、不退転の勇
気を与えてくれる。

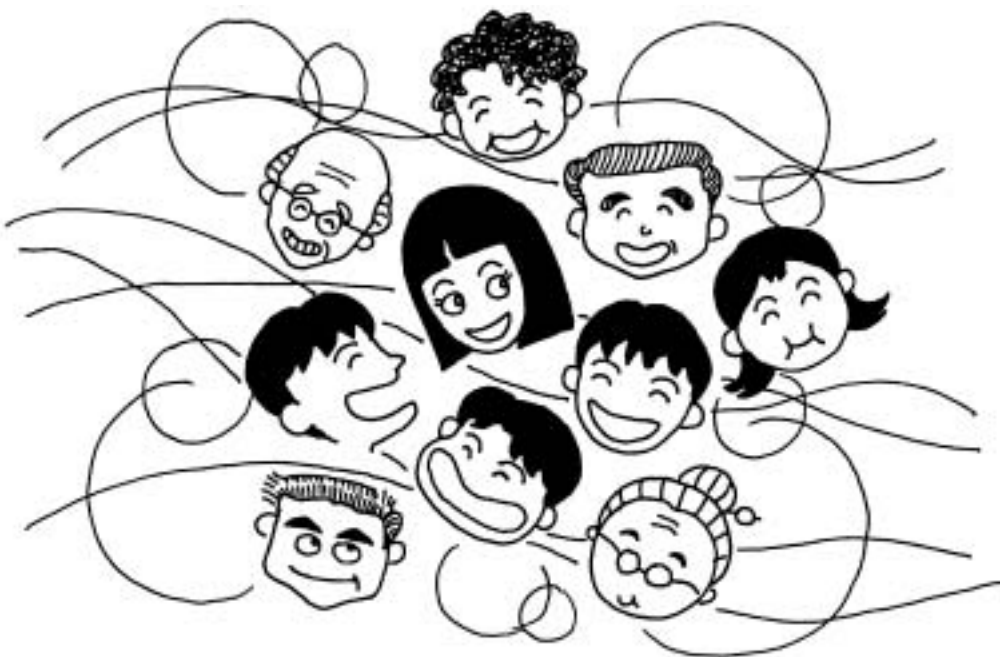


イラスト 木村真弓

Q1 国民健康保険法などが改正され、この10月から、70歳以上の者の自己負担割合が変更になったと聞きましたが、本当ですか。

A

今回の改正で、本年10月以降、70歳以上又は老人医療受給者証をお持ちの方で、一定以上の所得がある方の自己負担割合が、2割から3割になりました。その他の方の自己負担割合については、今までどおり1割で変わりありません。

70歳以上や老人医療受給者証をお持ちの国民健康保険の加入者のうち、1人でも前年の課税所得が145万円以上の方が同一世帯にいる方は、3割負担になります。しかし、それらの方の前年の収入額の合計が一定以下（注1）の方については、市

町（又は加入している国保組合）に申請をすると、自己負担割合が1割になります。

健康保険・船員保険等に御加入の方と同様（課税所得ではなく、標準報酬月額28万円及び収入額で判定）ですので、保険者（又はお勤め先の医療保険の担当者）にお問い合わせてください（注1）

年収の合計金額
 高齢者単独世帯 383万円未満
 高齢者複数世帯 520万円未満

Q2

1か月当たりの自己負担限度額も、10月から見直されたと聞きましたが、どうなったのでしょうか。

A

今回の改正で、10月以降、月ごとの自己負担限度額について、賞与を含む報酬総額に見合った水準となるよう引上げが行われています。

す。しかし、所得の低い方の限度額については据え置きとなっています。また、70歳以上又は老人医療受給者証をお持ちの方で、前年の課税所得等が一定以下（注2）の方については、平成18年8月

（健康保険・船員保険等においては平成18年9月）から最大2年間、月ごとの自己負担限度額は、「一般」の額が適用されます。なお、年収で該当する方の場合には、申請が必要です。

（注2）
 課税所得145万円以上213万円未満
 年収の合計金額
 高齢者単独世帯383万円以上484万円未満
 高齢者複数世帯520万円以上621万円未満

70歳未満（老人医療受給者を除く。）

区分	自己負担限度額（月額）
上位所得者	150,000円+（医療費500,000円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、83,400円）
	変更前 139,800円+（医療費466,000円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、77,700円）
一般	80,100円+（医療費267,000円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、44,400円）
	変更前 72,300円+（医療費241,000円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、40,200円）
低所得者 （市町村民税非課税世帯）	35,400円（直近12か月間で限度額超4回目以降は、24,600円）

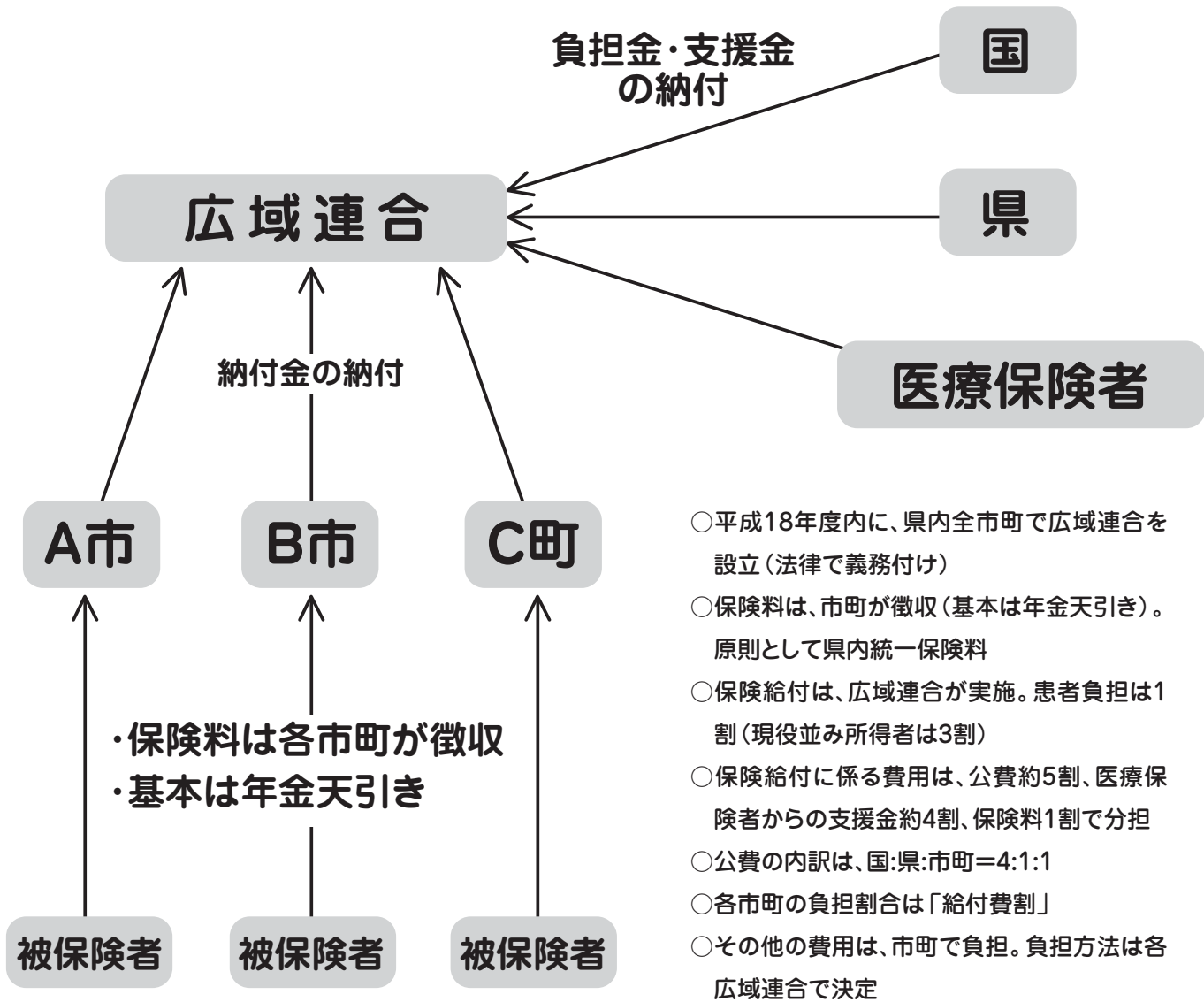
70歳以上（老人医療受給者を含む。）

区分	自己負担限度額（月額）	
	外来（個人ごと）	外来+入院（世帯ごと）
現役並み所得者	44,400円	80,100円+（医療費267,000円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、44,400円）
	変更前 40,200円	変更前 72,300円+（医療費361,500円超の場合は超過額の1%） （直近12か月間で限度額超4回目以降は、40,200円）
一般	12,000円	44,400円 変更前 40,200円
	低所得者 （市町村民税非課税世帯）	区分Ⅱ
区分Ⅰ		8,000円

A 平成20年4月から、75歳以上の後期高齢者を対象とした後期高齢者医療制度が創設されます。運営については、保険料徴収は市町が行いますが、財政運営は都道府県を単位とした全市町が加入する広域連合が行います。患者負担は1割負担（一定以上の所得の方は3割負担）であり、原則として県内で均一な基準に基づく保険料を負担いただくこととなります。なお、後期高齢者の方の保険料についても、現行の国民健康保険と同じく所得の低い方等に対する保険料軽減措置が設けられています。

Q3 75歳以上の高齢者を対象とした新たな保険制度ができると聞きましたが、どのようになるのですか。

後期高齢者医療制度の概要（平成20年4月）



香川県医務国保課国保・医療グループ
詳しくは、御加入の医療保険の保険者（老人保健はお住まいの市町）までお問い合わせください。

第16回 かがわ健康福祉祭

すがすがしい秋空のもと
さわやかな汗

10月22日(日) 県総合運動公園を主会場に、県ねりんスポーツ交流大会が開催されました。大会には三千名近くの元気な高齢者が集い、和気あいあいとしたなかにも、真剣な熱戦が繰り広げられました。この大会は平成19年に茨城県で開催される全国ねりんの予選会も兼ねています。

各競技優勝者ならびに団体名は以下のとおりです。
男子ダブルス60歳以上
ソフトテニス



泉出納長開会挨拶



選手宣誓 中條さんは86才

- 大西 保 (丸亀市)
- 真鍋 敬 (三豊市)
- 女子ダブルス60歳以上
- 高木 治子 (高松市)
- 池内 瞳 (高松市)
- 混合ダブルス男子70歳以上女子60歳以上
- 岩谷 淳 (善通寺市)
- 山下 康子 (善通寺市)
- ペタンク
- ナポレオン (観音寺市)
- グラウンドゴルフ
- 男子72歳未満
- 多田 敏明 (三豊市)
- 女子72歳未満
- 川西 カズ子 (さぬき市)
- 男子72歳以上の部
- 詫間 忠 (三豊市)
- 女子72歳以上
- 小山 美智子 (まんのう町)
- 軟式野球
- 新塩屋体協 (高松市)
- テニス
- 男子ダブルス70歳以上



まだまだ
これからも



- 卓球
- 男子シングルス60歳以上
- 山科 英数 (丸亀市)
- 男子シングルス65歳以上
- 大井 弘 (丸亀市)
- 國時 秀一 (琴平町)
- 男子ダブルス60歳以上
- 岡 清秀 (高松市)
- 高澤 清志 (高松市)
- 女子ダブルス60歳以上
- 中西 文代 (高松市)
- 梅島 邦子 (坂出市)
- 男子ダブルス65歳以上
- 古市 幹雄 (高松市)
- 鎌田 重信 (多度津町)
- ソフトボール
- 太田 シニア (高松市)
- ソフトバレーボール
- 一宮 体協 (高松市)



ゲートボール



ソフトバレー

- 戸祭 勉 (善通寺市)
- 男子シングルス70歳以上
- 中澤 猛 (坂出市)
- 女子シングルス60歳以上
- 大西 順子 (丸亀市)
- 女子シングルス65歳以上
- 野本法子 (高松市)
- 団体の部
- 丸亀 S C (丸亀市)
- 剣道
- 紅組
- 弓道
- 高島 俊三 (高松市)
- ゲートボール
- 1コート 仏生山
- 2コート ミツキーズB
- 3コート 豊浜
- 5コート 城乾
- 7コート 飯山東小川
- 9コート 円座
- 11コート 高峰
- 13コート 本山
- 15コート 古高松A
- 4コート 引田
- 6コート 高野
- 8コート 亀の子
- 10コート 庵治
- 12コート 川津クラブ
- 14コート 緑ヶ丘
- ソフトボール



ソフトボール



結団壮行式

ねんりんピック静岡2006

「奏でようふじのくから健康賛歌」をスローガンに、全国ねんりんピックが、10月28日から四日間にわたり静岡県で開催されました。香川県からは一八名の選手団が参加しました。出発にあたり



卓球

り、10月27日県社会福祉総合センターで、結団壮行式が開催され、川北副知事から、松山 馨選手団団長に県旗が授与され、「県の代表として、自信と誇りを持ってご活躍ください。」と激励の言葉がありました。これに対し、松山団長より、「全力でプレーするとともに、全国の仲間と交流を深めてまいります。」と決意表明がありました。その後、選手団はバスで静岡県にむかいました。

開会式は快晴のもと、今年の特別企画である、キッズサポーターとの交流があり、香川県選手団には、函南町立丹那小学校の生徒の皆さん50名から、熱い応援を受けました。孫のような可愛い応援に選手団は、大いに力づけられ、全国から集まった一万人の選手とともに、熱戦と交流を深めました。

全国健康福祉祭上位入賞者
全国優勝

- グラウンド・ゴルフ
横山 勝 (三木町)
- なぎなた (演技競技)
大浦仁美 (丸亀市)
- 香川隆子 (三豊市)
- 囲碁
(個人の部) 日ブロック優勝
福崎秀人 (善通寺市)
- 将棋
(個人戦) 日本平ブロック優勝
辻 光彦 (観音寺市)



開会式



入場行進



KIDSサポーターの応援 (丹那小の児童)



ダンス・スポーツ

第16回 県ねんりん文化祭

11月5日(日) 社会総合福祉センターにおいて、ねんりんふれあい文化祭が開催されました。

文化祭は、とみおか内科クリニックの富岡先生による講演会のほか、讃岐国分寺子ども太鼓。さらに長寿大学生による作品展、サークル発表、マッサージ体験、ヘルシーうどんの調理体験など、盛りだくさんの行事が行われました。会場には、1500人の参加者があり、思い思いに「文化の秋」を楽しんでいました。また来年のねんりんピック茨城大会の予選ともなる囲碁、将棋大会も同時開催され、熱戦がくりひろげられました。

- 囲碁大会
- Aクラス 松浦 脩 (坂出市)
- Bクラス 松浦 脩 (坂出市)
- 優勝 國時 裕 (坂出市)
- Bクラス 優勝 櫻木 卓 (高松市)
- Cクラス 優勝 前田正一 (高松市)
- Dクラス 優勝 末沢高秀 (高松市)
- 将棋大会
- Aクラス 松岡正晴 (高松市)
- Bクラス 松浦 脩 (坂出市)



長寿大学生作品展



マッサージ体験



もちつき



絵手紙体験コーナー



吟詠発表の皆さん



讃岐国分寺子ども太鼓



フラダンス

青春おたより倶楽部

ねんりんピック静岡2006において、スポーツ交流大会と同時に開催された文化交流大会で、美術（工芸）部門で三木町の三木徹さんが、厚生労働大臣賞を、また、「長寿社会、私の主張」において高松市の喜田清さんが、静岡県知事賞を受賞されました。お二人の喜びの声を紹介します。

厚生労働大臣賞

身に余る光栄

三木町

三木 徹（64才）

第19回全国健康福祉祭しずおか大会（ねんりんピック静岡2006）美術展において厚生労働大臣賞受賞にあたり一言、諸先輩方々の多い中、この度の美術展でこんなに大きい賞を頂き私にとって身に余る光栄に存じます。

顧みるに私が陶芸を始めたきっかけは、今から15年ほど前、少身体調を崩していた私に会社の友人から「気分転換に陶芸教室にでも行ってみるな」と誘われ何気なく行ったのが始まりで、それから週1回仕事帰りに陶芸に没頭致しました。3年前に無事定年を迎えたのを期に自宅工房にガス窯を設置し生涯の趣味として毎日に接しています。

今回受賞した作品は高さ45cm、横、奥行き40cmの壺で、練り込みと象嵌技法により遙か遠くの山並みより朝日が昇り始めた風景をイメージ表現しました。

いくつかの粘土を練り合わせて

その色合いで山々の遠近を表現し手前の樹木は色粘土を埋め込み象嵌した物です。

今後この技法を私の作風として、いろいろな形で挑戦して行きたいと思っています、今回の受賞に当たりご指導頂いた先生方や作品展に出展をアドバイスして下さいました知人、また地元審査員の先生方のお陰と感謝致しております。これからも健康に留意しながら皆さんに癒しと感動を与えられる様な作品が作れるよう日々努力してゆきたいと思っています。



受賞作
「東雲」



静岡県知事賞

べっとこランナー

高松市

喜田 清（73才）

私の参加しているのはユーテ・ボランティアです。十五人くらいの会員が一言から「ゆーて」見ようと、近況報告・映画や読書感想・好きな歌・思い出・旅行記など投稿して、毎月一回、粗末な手作り会報を発行しています。作文を通じて皆さんで支え合うので「作文ボランティア」と言ったりしています。義務教育を免除された重度身体障害者の会員も居て、こうした方々の日常生活の介護依頼もあり、会員以外の方からの介護・引越し手伝いの依頼もありました。そうした依頼に十分に応じられなくて、皆さんに御不便をかけたました。

このようなボランティアが全国の皆さんと比肩できると思います。私は子供の時、運動会では走るのが遅いので、いつもベッココでした。それでも一生懸命に走りまわりました。

七十四歳になった今でも同じです。

ボランティアの世界でも、べっとこランナーの私ですが、「長寿社会・私の主張」全国公募を知り、一生懸命に書きました。それなのに静岡県知事賞入賞は望外の喜びです。私より会員の皆さんが喜んでくれました。



シルバー 作品展

第16回 香川県健康福祉祭シルバー作品展

◆部門/日本画 ◆審査員/北地 孝 (香川県美術家協会副会長)



最優秀賞

作品/「奥入瀬溪流」

作者/柚本計悟 (64歳) 三豊市

【講評】樹間を流れる溪流がダイナミックで美しい。画面構成が素晴らしく、墨の濃淡、運筆が自然の生気をよく表現している。



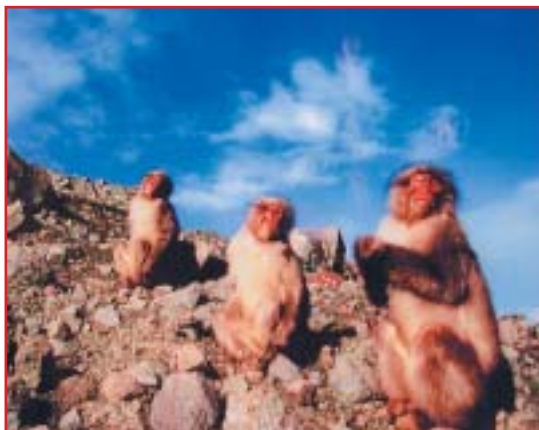
最優秀賞

作品/「さあ。元気に」

作者/山下 博 (82歳) 丸亀市

【講評】競技前の選手の表情、臨場感がさわやか。スポーツウエア、ナンバープレート、帽子など人物表現が工夫されている。

◆部門/写真 ◆審査員/川西規雄 (全日本写真連盟香川県本部委員)



最優秀賞

作品/「爽やかな朝」

作者/中塚正春 (63歳) 小豆島町

【講評】朝の太陽に向かって暖を浴びるポーズ、三匹それぞれにユーモアが有り、微笑ましい。このような光景を見かけるチャンスは少なく、それを撮らえた手腕は素晴らしい。



最優秀賞

作品/「蓮花」

作者/奈良邦夫 (78歳) 高松市

【講評】ソフトフォーカスの表現、色彩及び無駄のないフレーミングがとても良い。

雄弁家

谷本

たにもと とめり

富

大言壮語型の雄弁家。日本教育学の開拓者。教育学と思想界に極めて非凡な才能を発揮した。明治初期、啓蒙期の学者として教育学の樹立に大きな足跡を残したが日本教育史上から見ると何故か疎んじられてきた。欧米に留学ヘルバルト教育論を移入。「中等教育」の在り方を力説した。教育学で初の博士号を取得。明治天皇崩御に際し乃木將軍の殉死を批判。これがもとで京都大学の職を追われそれまでの輝かしい業績も光を失った。



祖母に育てられる

「讃岐には三人の偉人がいる。弘法大師、柴野栗山、そして谷本富だ」と胸を張っている。かつて著名な雑誌が雄弁家の投票を行った。一位花井卓蔵、二位大隅重信、三位河野広中…十二位谷本富の順番となり、雄弁家として自信を持っていた。ある時弘法大師について、大聴衆を前に水一杯飲まず四時間喋り続けたというからエネルギーシユな人物であったに違いない。そんな元氣な教育者とはどんな風に育ってきたのか振り返ってみたい。慶応二年（戸籍上は三年）十月十一日高松浜の町生れ。父耕蔵、母飯山八千。父は高松藩大老大久保飛弾の家臣。父が早逝し、母八千はさつさと離縁して藩医柏原謙益と再婚。富は両親の愛を知らずに育った心祖母の千代に訓育された。五つの戒めを守らされた。①負けて勝て②勝って兜の緒をしめよ③他人のものを当てにするな④借銭をするな借りたものは直ぐ返せ⑤王法を本としてしかも朝々暮々仏恩報謝の念仏を怠るなであった。祖母の臨終の言葉に「おまえの出世を見とるぞ」と

言い残した。その後、到来物があると富は「誰々さんから頂きました召し上がって下さい」と生きている人に言うように仏壇に向かって供えていた。そんな優しい慈愛あふれる人間に育った。激しい性格はどこからきたのだろうか。

医学部へいかず文科へ

明治九年、十一歳で亀阜小学校から高松変則中学へ入学。同十一年高松公立病院付属医学所に入る。同十四年三月高松医学所全課程を卒業。全校中最年少、最優秀の成績であった。なぜ医学校だったのかその動機は分からない。母が柏原謙益と再婚したことによりそうだ。謙益は大坂の適塾でオランダ医学を学びその後、蘭医ポードウインに付いて研修した。讃岐初の人体解剖の実施や明七義塾（医学の私塾）の経営、杏

香会（医師会の前身）の設立、高松藩医事行政の仕事もしていた。当時としては新しい文化と進んだ知識を持った人物だった。富少年の燃えるような向学心を充ててくれるのは、洋学の一端を学ぶことができる医学において仙に無いと考えた。そこには母に対する反発心のようなものがあったのかもしれない。明治十五年には東京大学医科に合格したが結局入学はしなかった。

「中等教育論」で博士となる

その後、中村敬宇の同人社で英語を学び同十八年に改めて同大学文学部選科に入学した。

在学中ハウスクネヒトの講義でヘルバルト学の影響を受ける。さらに文科特約生として教育学科倫理学を専修した。医学からなぜ文科へ移ったのか、興味の対象が哲学、倫理にあったのだとも言われている。卒業後、同二十三年七月山口高等中学校に赴任。三年後、天長節の夜、騒動があり倫理科教授として責任を取り辞職。やがて東京高等師範学校教鞭となり付属音楽学校でも教鞭をとる。同二十八年訓育を受けた祖母千代が地界。同三十一年文部省視学官となる。



富がこよなく愛した書（セイロンから黒木安雄氏宛）

富がこよなく愛した書（セイロンから黒木安雄氏宛）



Panorama del Foro Romano visto dal Campidoglio

ROMA

「羅馬の遺蹟を再考する」と題した論文を著した。

ローマから黒木安雄氏宛

翌年教育学研究のため英、独、仏へ三年間留学した。帰国後、京都帝国大学理工科大学講師。同三十八年「中等教育の根本的革新」という論文で文学博士号を取得。教育学による博士号は初めてとなる。特殊講義として「中等教育改良論」、普通講義で「教育学概論」を講じた。いづれも学部を越えた全校生への公開講義とした。人気を博した。古い道徳、旧思想を一掃する魅力的、斬新な啓蒙の講義であった。その後再び欧米を視察学問の幅と深みを増していた。仏教大学（現龍谷大）や大谷大学でも講師として教鞭を採り「宗教と教育との関係」について話をしてきた。また「日本文明史上における弘法大師」「栗山先生の面影」（栗山は江戸時代の大儒学者で学問、思想界の指導者だった）などの著書も発表。二人は讃岐の大先輩である。真言宗連合京都大学（空海創設の綜芸種智院の流れを汲む現種智院大学）の名誉教授にも迎えられる。東の東京大学に対抗して京都大学に文

科大学を創設のときには、中心人物として活躍したのが谷本であった。

乃木將軍殉死を批判

明治四十五年七月、明治天皇崩御。大正元年九月葬儀の夜、乃木將軍殉死。これについて毎日新聞からの要請により一文を発表。大きく天下の物議を醸すことになる。「殉死は今日の科学観によりして無意味なるは言うに及ばず。勿論、人情としてはなほだ立派なように見えるが、古くは既に垂仁天皇の時、殉死を廃して土偶をもってこれにかえられる。伝説があり近くは武家の世に置いてもしばしばこれを禁止せられたるもの即ち国法の上より見れば、復讐と殉死は最も賞賛すべきことではないと思わねばならない」と言う。一般国民からは尊崇の念を集めた明治天皇の御威光強き時だけにこの一文はおおいに批判を浴びた。谷本教授がいた京都大学では折悪しく学部長のイス争いが背後にあったことも手伝い反対派の攻撃材料とされ谷本始め一派は大学を追放された。俗に柳沢事件と呼ばれ七人の教授が辞めた。谷本は教育学の開拓者として、海外事情にも精通した人物だったが一片の文章がすべてを水泡と帰した。教育学における権威ある見識と卓抜な風格とはどこか消え去ったのである。

- 谷本は自分流の新教育風を「デモクラシム式」と名付けた。
- 1 実験的教育学
 - 2 人格的教育学
 - 3 道徳的教育学
 - 4 美的教育学
 - 5 性的教育学



いまもある谷本がよく通った大学近くの喫茶店（京都市）

6 社会的教育学
7 労働的教育学
と名付けて児童本位、個人本位、人類本位の徹底が教育には求められていると強調した。素晴らしい教育論を持ちながら疎外されてしまった。
わが国教育界の開拓者でありその業績は学会全般から高く評価され尊敬されているが、社会的な評価は何故か低いと言わざるを得ない。

小川太一郎（フリーライター）

仲

かがわ長寿大学地域セミナー長尾校04年度卒業生同窓会「新生会」

会長 佐藤 初男

私

たち長尾校での受講生は最後の卒業生となりました。受講期間は（9月～3月）わずか半年間でしたが、地域校のよさで旧知の方達も多く、参加人数は29名と少なかつたので、受講期間中に互いに交流が深められ、卒業を機に全員参加による同窓会を結成、自らの生きがいと健康づくりのため、会員相互の親睦と情報交換を図り、お互いに「喜び合える長寿社会香川の実現」を目指した会の規約も作成し、現在、年4回の事業を実施しています。今の会員数は、男性11名、女性17名の合計28名です。最高齢者85歳を筆頭に楽しい人生を送りながら、元氣印丸出しの健康集団として地域社会への貢献が出来るようにと頑張っております。



「新生会」のメンバー

こ

の1年間の活動状況を振り返って見ますと、1月には

親陸と歳忘れの新年会を草深い田舎で開催。4月にはバスの中で総

会と兵庫県淡路市北淡町にある野鳥断層保存館で地震関係の研修、

その後明石海峡公園視察、淡路七福神参拝等。

7月には「ツインパルなお」で、一般の人

も招いて地震対応について体験談を聞く講演会を開催。10月には高知県へバス

ツアーの実施。伊野町紙の博物館、牧野植物園と一部の

者は五台山竹林寺へ参拝、土佐二十四万石博等を見学。

マイクロボスはガイド抜きで、往路は会員の中より人生

経験豊富な方の体験談を拝聴、帰路はカラオケ教室の開催と情報の交換、一同終始和気藹々のうちに全員無事到着、次回の再会を楽しみに散会しました。今後出来る限り有益な活動を展開してまいりたいと考えてあります。



野鳥断層保存館にて

問

香川いきいき短歌の会

会長 三野 一三

長

寿大学二年になって間もなく、「いきいき短歌会」サークルの呼びかけがあり、二年生十四人一年生三人が集まり、平成十七年六月スタートしました。先輩サークルの御指導に続けて、玉井清弘先生がご多忙のなか、ボランティアでご指導頂くことになりました。

みんな初心者とあって、五七五七七の定型詩であること。文語が主流であること。出来るだけ単純な内容を表現すること。抽象的でなく具体的に。(これがなかなかむづかしい) 内容はあれもこれも盛り込まないようによく推敲すること

等々、又題詠にも挑戦しましたが四苦八苦の有様、それでも回を重ねるごとに何とか体裁が整ってきました。平成十八年の明治神宮春の大祭献詠歌及び秋の大祭献詠歌には応募して、それぞれ一名ずつ入選されるほどの上達ぶりです。これからも短歌を通して仲間の輪が広がればと思っております。以下私共の作品を紹介しま

玉井先生を囲んで



裏庭の桃色の花霧島は葉の一つなし
真盛りとなる
占部 陽子

ポトマック河畔に咲ける花見たし一
度は行きたし桜前線
織田 洋子

山に逝きし夫のピッケル託しおり明
日チヨモランマへ発ちゆく人に
柏 敏子

雨上がり緑の中にひなげしは今日一
日のかがやきを見す
河西 艶子

ベッドより見んと桜を待ちていし弟
は逝き花の咲き満つ
佐藤 知子

朝の日の光に満つるガラス窓手術せ
し手をかざして祈る
高杉 千瑞子

朝顔の紙より薄き花びらも小さくな
りぬ白露を過ぎて
富岡 千枝子

石鎚で出会った人に励まされ苦しき
背負い頂上に立つ
富野 繁子

百ヶ日終りて兄は黄泉の国母待つも
とにたどりつきけん
長尾 ミヨ子

(五十音順)

公園の蓮の花びら持ち帰り皿にて使
う今朝の食卓
中村 喜代江

大串の芝生踏みしめ立つ岬ひろがる
海に心放てり
中村 キヨコ

大正琴友に誘われ観賞す音色に引か
れ我也習わん
野口 和代

台風の天気図見れば高潮の去年の爪
あと未だに癒えず
野澤 美恵子

うまい兎の拳はみだすベビーカー櫂
並木の木洩れ日浴びて
三野 一三

雨あがり水車の音に目をさますあで
やかに咲くガクワリの花
三好 科子

八十路夫頼っていたのに頼られぬ心
優しくいついつまでも
宮脇 静子

梅雨ぐもり車窓に見える合歓の花長
崎の旅続けておりぬ
山本 千恵子

短歌・俳句・川柳

短歌

高松市 花房 公子
我が思い 散らさないでよ花あらし
明日は行かむや 吉野の里
真白なるダリアの花の楚々として
夕光ゆうかの中我が庭に立つ

三豊市 小山 きよ子
ミサイルも テロのばく弾消え失せて
世界人類 平和が欲しい
金かけて 作りし着物(和服)今は誰唯
たんすの底で出番待ちおる

宮川に田落し水に川蟹が
食通の口煮て味乙に
病床に養老の滝夢浅く
団体旅路トイレ休みに

坂出市 西山 和孝
トンボ捕り「ようけ おった」な銀ヤンマ
網持ち追った 遠い日をゆめ
網戸ごし夜更けの冷えを知らされて
そつと閉めいる 秋の気配よ

俳句

高松市 大広 仁
雨曇り芍薬切るか残そうか
露刈れば皮むきし妻偲ぼるる
鬼怒川や水煙り立つ船遊び

綾川町 大西輝明
溪川に影を映して水芭蕉
オリブの花南欧の風を恋ふ
向日葵の迷路巡りの子等の声

三豊市 小山 きよ子
池の鯉暑さ知らずの水中花
紫に輝く茄子の頼母たのぼしさや
明るくてのうぜんかずらの美しき

三木町 伊藤 千代江
好試合テレビに見入る夏の陣
みどり児の思い出つまる夏帽子
変りなき老舗の門に夏のれん

坂出市 西山和孝
時季知るか畔に群生萬珠沙華
減反が無きし田んぼの稲穂波

川柳

東かがわ市 木村 晃
紅引かぬ老母の素顔美しい
裸婦像に陽傘の欲しい夏早り

高松市 花房 公子
賛成と手をあげ視線泳いでる
未練捨て頭が少し軽くなる

木田郡 鴨井 房子
晩学へまだまだ響き合う脳波
おしゃべりの輪の真ん中にある新茶

東かがわ市 角尾 いさむ
急ぐなよ無理をするなど我が人生
老いて尚丸くならない石頭

高松市 佐野 哲哉
大きじもカップも要らぬ我が家味
病院で近頃コーヒー出ると言う

丸亀市 鮎川 陸雄
酒をのみテレビつけたわいびきかく
いつ休む電照菊は夜がない

丸亀市 平山 トシ子
公園は思い出つまるお重箱
カラオケの声も写真に写した

編集後記

◇読者の皆様、お元気ですか。長寿社会への総合情報誌「生涯青春」六十五号をお届けします。
◇第19回全国健康福祉祭しずおか大会が「奏でよう ふじのくに」から健康賛歌”をテーマに静岡県下17市1町で開催されました。香川県選手団は掲載の通り非常に優秀な成績を収めました。

また、テーマ「チャレンジ！充実ライフへの道」も勇気と意欲で第一歩のシンポジウムにおいて、作家の森村誠一先生の基調講演があり、先生は「余生を養生(よせい)にするための新たな発見」と題して講演され、そのなかで、「人生は三期に分かれると言います。第一期は学生時代、二期は現役時代、三期はリタイア後の余生の時代。その余生を“余る生”ではなく、“養生・誉れある生”にすることこそが大事である。それまでの時代と違って、三期こそが、自分のために生きられる時代である。…様々なしほりから解放され、何をしても良い自由が与えられるが、逆に何もしない自由もある。そのために、何をすべきか見つければ何もしない自由に陥ってしまう人が多いのも事実です。そこで、輝かしい人生の第三期に、心や体を閉じ込めてしまわないように、余生(養生)に思い切って何かに挑戦をしてはいかがでしょうか。あなたも勇気を持って第一歩を踏み出しいきいきと生活するシニアのライフスタイルを手に入れましょう。」とのお話がありました。

第3回

「介護予防サポーター養成講座」の受講生を募集します

高齢者の介護が大きな社会的課題となっている中、高齢者自らが積極的に健康づくりや介護予防に取り組むことが大切であり、地域において普及啓発を行う支援者の養成が急務です。

このため、香川県では、「介護予防の意義や知識の普及に対する協力」、「一人暮らしの高齢者への声かけ・見守り」、「認知症高齢者の見守りや家族への声かけ・見守り」を地域で行うボランティアを養成するための講座を開催します。

講座の修了者には、自ら介護予防を実践していただくとともに、介護予防サポーターとして、市町地域包括支援センターと連携して地域の支援活動に取り組むことが期待されています。

主催 香川県・(財)かがわ健康福祉機構

会場と日程

会場	住所	1日目	2日目	定員
サンサン館みき	木田郡三木町氷上2940-1	12月6日(水)	12月13日(水)	50
ユープラザうたづ	綾歌郡宇多津町浜六番丁88	12月10日(日)	12月17日(日)	50
マリノウエーブたくま	三豊市詫間町詫間宮の下1338-127	1月10日(水)	1月17日(水)	50
ツインパルながお	さぬき市長尾名1494-1	1月14日(日)	1月21日(日)	50
サン・オリーブ	小豆郡小豆島町西村乙1879-5	2月8日(木)	2月15日(木)	30

受講資格 県内在住者
講座内容 介護に関する基本的な知識
受講料 無料
申し込み期限 各会場の開催月の前月15日まで
申し込み方法 住所(郵便番号)、氏名(ふりがな)、
年齢(生年月日)



講座風景

連絡先電話を記入し、ハガキまたはFAXで申し込みください。

詳しい申し込み・問い合わせ

(財)かがわ健康福祉機構長寿社会部

〒760-0017 高松市番町1-10-35

TEL 087-863-0222 FAX 087-863-0090

香川の伝統的工芸品



【古式畳】こしきだたみ

畳は古代には座具として用いられ、薄手で、重ねたり折りたたむものをいいました。その後、次第に厚みのあるものとなり、平安時代にはほぼ現在の形を整えるに至りました。こうしたなかで、公家や武家、寺社などにおいて格式空間を形づくるために一定の定法にもとづく固有の畳が生み出されてきました。このような古式畳の造作技法は、京・大坂から讃岐の地にも伝えられ、現在も寺社や茶席などにおいて用いられています。

財団法人 **かがわ健康福祉機構**

〒760-0017 香川県高松市番町一丁目10番35号

香川県社会福祉総合センター 5階（長寿社会部）

電話 087-863-0222 FAX 087-863-0090

ホームページアドレス <http://www.kagawa-swc.or.jp/home/>

回覧

R100

古紙配合率100%再生紙を使用しています

印刷/株式会社 成光社

お早めにご覧いただきありがとうございます。