

ひまわり通信

SSKS

No.102



巣ごもり生活から解放か!?

代表理事 隅 一 清

一時は六千人台を突破して、一万人になるのでは?と心配されたコロナ禍も、ワクチン注射が浸透したのか、緊急事態宣言やまん延防止が功を奏したのか、十月の末には一日の感染者数が二桁にまで減ってきました。

国では再発防止にむけて、子供にもワクチン接種をする様です。高齢者にも三回目のワクチン接種をする動きも見えてきました。今日の新聞には、外国ではコロナの飲み薬が認証された、と出ていました。二年近くに渡って、私達の生活に影響を及ぼして来たコロナ禍も静かになりそうです。いや、なっってほしいですね!

観光地はどこもガラガラ。鳴物入りでスタートしたGOTOトラベルも先送り、街の飲食店はアルコール提供禁止!店も八時までと、飲んでは大声で騒ぐのが感染拡大に繋がると目の敵にされて、助成金をもらって休む店も多くなりました。アルコール提供すると、三十万円の罰金を支払うとのことですが、繁華街の店では、

罰金を払ってでも客を入れて飲ませた方が得と提供している店もあるようです。

私も会のドライバーのKさんに誘われて、ひばりヶ丘の方まで飲みに行きましたが、夕方四時というのに店は満席で、普通に飲んで食べていました。

旅行の下見などに行っても、途中で寄る処はすべて、ノンアルコールのビールしか出ないのでストレスが溜まりました。

人生八十六才にもなっって、戦時中ならいざ知らず、この令和の平和な?時代に、何で好きな酒も飲めないのか...と嘆くのは、飲んべえじゃないと解らないですね!

宣言が九月末に解除になっって、今では何事もなかつた様に平穏な生活が出来ていますが、このまま静かに年末年始を送ればいいですね...。私は先日、白内障の手術をしました。まぶすは左目からというので手術して、毎日三種類の目薬を一日四回さしています。一種類さして五分あけて、二種類目さしてまた五分あけて、三種類目とやるので、目薬と時計を置いて頑張っています。途中で電話がかかってくる、人が来たりするとすぐに忘れてしまいます。

十一月中旬に右目をやるので、年内は目薬作業に追われそうです。人によっては世界が変わる程、変化があるみたいですが、確かに、眼鏡は不要になるようです。

忘年会、新年会等の集まりが二年間でできなかったのも、今年は何んとか皆さんと顔を合わせて美味しいお酒が飲めそうで、楽しみにしています。



自然治癒力が病を治す

ヒポクラテスのことばから

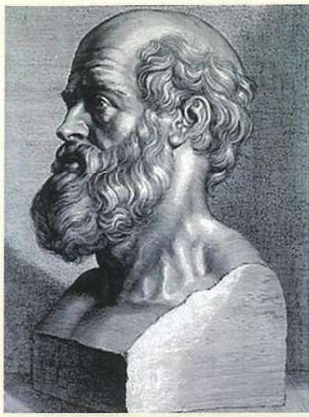
松宮 丞二

ヒポクラテスは今から二五〇〇年以上前の紀元前四六〇年頃にギリシャのコス島で生まれた実在の人物で、医学の父と呼ばれています。ヒポクラテスは生涯にわたって医学を教え、自ら実践しました。

ヒポクラテスの業績は医学を原始的な迷信や呪術から臨床と観察を重んじる経験科学へと発展させたこととされています。ヒポクラテスの施す医療は、人間に元来備わっている「自然治癒力」、つまり自然の力を引き出すことに焦点をあてたものです。そのためには「休息、安静が最も重要である」と述べています。

さらに医師の倫理性と客観性について『誓い』と題した文章が後に編纂された全集に収められています。これは患者の利益優先や守秘義務など、医師の職業倫理の原点を示したものです。一部の内容は現代に適さないものもあるものの、多くは現在でも医療倫理の根幹を成しています。

一九四八年の第二回世界医師会総会で「ジュ



ヒポクラテス 1938年 ルーベンス

ネーブ宣言」として採択された医の倫理に関する規定は、ヒポクラテスの誓いの

倫理的な精神を現代化、公式化したものです。現在でも、約五〇%の医学校でこの誓いが用いられているそうです。

ヒポクラテスは人の健康について様々なことばを残しています。その幾つかをご紹介します。

- ◎人間は誰でも体の中に百人の名医を持っている
- ◎病を治すのは医師ではなく身体である
- ◎病気は、人間が自らの力をもって自然に治すものであり、医者はいざこれを手助けするものである
- ◎人は自然から遠ざかるほど病気に近づく
- ◎病気は食事療法と運動によって治療できる
- ◎食べ物で治せない病気は、医者でも治せない
- ◎食べ物について知らない人が、どうして病気にして理解できようか
- ◎満腹が原因の病気は空腹によって治る
- ◎月に一度断食をすれば病気にならない
- ◎飽食も絶食もそのほかのものも、自然の度を過ぎればよいことはない
- ◎すべての病気は腸から始まる
- ◎歩くことは人間にとって最良の薬である
- ◎心にかかることはすべて体に影響し、体に起きることもまた心に影響する
- ◎私たちの内にある自然治癒力こそ、真に病を治すものである

一つ一つが味わい深いものであると思います。一方現代の医学は人間の自然治癒力よりも局所的な症状に合わせた薬剤の投与によって病気を治すことが主流になっており、ヒポクラテスの医学の神髄からは遠ざかってきているように思われます。

ひまわり句会

菅野孝夫 選

亀井 歌子

木香薔薇新芽の幹を逞しく
夕焼雲初蟬の声独り聞く
夏痩せて母の形見の指輪かな
かみしめて今が一番髪洗ふ
白桃や仏に二日預け置き

作 田 志津子

緑児の指さす空や合歡の花
虹立ちぬ六人乗りの乳母車
夕焼や話上手の自転車屋
八月の貸農園の実りかな
口開けて医者を目を見る葉月かな

宮 澤 みどり

サイダーの泡のはじくる薄みどり
空想の楽しきとりにハンモック
足の怪我りハビリ中の西日かな
桃一つ足して華やぐ竹の籠
朝冷のミルクティーのカップかな

大 谷 のり子

形代に息吹きかけて一の宮
鳩の餌の飛び散つてゐる朝曇
河鹿鳴く沢に両手を浸しみる
山の宿螢光灯の紐に蠅
草刈機草のほびを蹴散らして

行事報告

◎九月日帰りバス旅行

九月二十三日(木)祭日
山中湖花の都公園散策は中止しました。

◎第三回理事会開催

十月九日 十三時〜

コロナ禍の為に、六月に延期した、二十五周年記念行事も開かれず、理事会も文書通達になりましたので、久しぶりに顔を合わせての理事会を開催しました。

緊急事態宣言も解除され、一時は六千人近くまでいた感染者も二桁台にまで少なくなりました。

上半期の行事報告と決算報告がされました。コロナの関係で、企業もかなり影響を受けたので、例年車両整備の助成金として頂いていた、マツダの助成金は、今年はなくなりました。早く感染者0になってマスクのいらぬ生活が戻ることを願っています。



◎秋の一泊二日研修旅行

鴨川シーワールド見学

十月十六日〜十七日

今年の研修旅行は千葉鴨川にある、かんぽの宿鴨川に泊まって、翌日はシーワールドを見学して帰るといふプランです。

いつもですと、マイクロバスを借りて会のドライバーが運転して行くのですが、マイクロバスを二日間借りて、ガソリン代や諸経費を加えると、娯楽観光から小型バスを出してもらう費用と大差がないので、今回は小型バスを出してもらいました。

予定通り、野沢を九時に出発して、海ほたるでトイレ休憩、圏央道木更津東ICで高速を降りて、亀山湖畔にある宿「湖水亭嵯峨和」で、うつつらと色付いた山々を眺めながら、川魚の定食を食べました。ここから鴨川までは、一時間足らずなので、少しゆっくりしました。かんぽの宿鴨川は、障がい者には優しいバイキング料理なのですが、ヘルパーさんやボランティアさん達がワゴンを押して、取



ってくれました。昔は、別料金でお重に入れてもらったのですが、今はやっていないとの事でした。

翌日は、あいにくの雨模様天気になりました。バスでシーワールドに向かい、入口からすぐに場内の見学施設ゾーンに入るので、展示された魚やクラゲ



の水槽を見学してから、イルカのショーや、シャチのショーを見学しました。

海のギャングと呼ばれているシャチが、若い女性のインストラクターに調教されて、芸をしている姿に一同感激していました。

途中から雨も降ってきましたが、最後まで楽しんで、レストランで昼食を頂きました。

コロナ禍にもめげず、日曜日とあつてか会場はどこも家族連れでいっぱいでした。帰路は、海ほたる経由で無事終了しました。

参加者 十五名



行事予定

◎第四十一回

区民ふれあいフェスタ

今年にはコロナ禍の為に、区長表彰式と障害者週間記念作品展の開催のみになります。

①区長表彰式 十二月五日(日)

世田谷区役所第三庁舎プライトホール

②障害者週間記念作品展

十一月二十九日(月)～十二月五日(日)

世田谷区役所第二庁舎一階ロビー

◎小田原早川のみかん狩り

今年も例年通り、みかん狩りをします。

一本の木から、五〇～六〇キロのみかんが採れます。車イスでも大丈夫なので、ぜひ初挑戦してみてください。みかん狩りの後は、湯河原のホテルで美味しい昼食も用意してあります。



・日時 十二月九日(木)九時出発

・行程 野沢～東名高速～厚木IC～小田原

厚木道路～早川～みかん狩り～

湯河原ニューウエルシテイ(昼食)

～東名高速～野沢

・費用 一人 八千円(昼食、お土産みかん含む)

※参加希望者は十一月二十八日までにご連絡下さい。

◎今年には十二月に毎年行っていた、忘年旅行はありません。

◎一月新春新年会

恒例の新年会は、今年も事務所の前にある中華レストラン華空間で開催します。

令和二年、三年と、コロナ禍で皆さんとの顔合わせもあまり出来なかつたのですが、十月頃からワクチン接種が国民の七〇%くらいになり、治まりつつあります。

令和四年は、出来れば静かな幕開けになってほしいですね。

・日時 一月十六日(日)十二時～十五時

・会費 一人 六千円

・送迎 希望者は無料にて送迎します。

※参加希望者は十二月二十日までに事務所にご連絡下さい。

※会のドライバーの方には、移送をお願いすることがありますので、ご協力の程よろしくお願ひします。



編集後記

三月に二十五年間やつていた、クリーニングの取次店を閉めてから、表の看板をそのままにしていたので、今回ヒューマンハーバーの看板に直しました。

環七通りからも良く見えるので、歩道に立ち止まって見ていく人もいます。先日も、パンプレットを取りに来た人がいました。

普段、毎日のように事務所に出入りしているドライバーには、言わないと気が付かない様でした。せっかく、八万円もかけて作ったのですから、見て下さいネ!



「ひまわり通信」102号

2021年11月30日発行

編集 特定非営利活動法人

編集責任者 ヒューマンハーバー世田谷

住所 隅 一 清

〒102-0348 世田谷区野沢3-4-18

TEL 03-34487508

FAX 03-34422928

発行人 障害者団体定期刊行物協会

世田谷区砦6-26-21 (定価100円)