No.４９

滝の原便り

社会福祉法人西仁会　広報誌
〒320-0851　宇都宮市鶴田町３３８１
TEL　028-632-7577

6月から続いた異常な暑さは、10月に入りようやく一段落、日増しに秋が深まってまいりました。そんな折、我が家の玄関のガラス戸に張り付いて待つ「お客」がやって参りました。その名は「ナナフシ」、10～15㎝の細長い体で枯れた小枝に擬態した昆虫です。ここ数年は今の時期に玄関前に現れては、その日のうちに立ち去っていきます。このナナフシとの最初の出会いは10年程前でしょうか、自宅庭で木々の手入れをしている時でした。その姿は木を構成している小枝と見分けがつかないほどで、その凝態ぶりには驚きでした。最近の新聞記事で「飛べないナナフシが日本各地に分布するのは、卵を持つ成虫を食べた鳥の移動と排泄物（未消化だった硬い卵）の孵化がもたらした」との記事を目にして、木々に覆われ様々な鳥が飛び交っている我が家になぜ「ナナフシが生息することになったのか」納得いたしました。

さて、2023年も残すところ2か月となりました。今年のNHK大河ドラマ「どうする家康」も、年末の17日最終回を迎えるようですが、家康の遺訓と伝えられてきた次の一文をご存知でしょうか。

人の一生は重荷を負て遠い道を行くが如し、いそぐべからず。不自由を常とおもへば不足なし。心に望みおこらば困窮したる時を思ひ出すべし。堪忍は無事長久の基。いか（怒）りは敵とおもへ。勝事ばかり知って（負）くる事を知らざれば害其の身にいたる。おのれを責て人をせ（責）むるな。及ざるは過たるより まされり。

（東照宮遺訓）

私がこの遺訓に出会ったのは五十数年前、まだ学生生活を謳歌していた頃です。当時、私が加入していた研究会の先生から誘いを受け、日光東照宮の社務所（現在の東照宮美術館）内にある多くの国宝級の作品（障壁画、襖絵など）などを見学させていただきました。その際、徳川家康の人生訓ともいうべき「東照宮御遺訓」の色紙（印刷物）をいただいたのです。早速、自分の部屋の壁に掲げ、日々目を向けるよう心がけていました。

この遺訓については、幼いころから長い人質の生活を送り、幾多の辛酸をなめながら、織田信長や豊臣秀吉などと同じ時代を生きてきた家康。その信長・秀吉の死後、天下を二分する戦い「関ケ原の合戦」で勝利。そして62歳のとき征夷大将軍の座に就き、天下泰平の基礎を築いてきた家康だからこそ出てくる考え・言葉なのだろうと思っておりました。

しかし、この家康の遺訓は後世の偽作であるとも言われています。徳川家康文書研究の第一人者で、尾張第21代当主でもある徳川義宣氏は、歴史読本（1982出版）や金鯱叢書第8輯（1993出版）などで「遺訓の真偽」について論述しています。それらによると、この遺訓は明治時代に旧幕臣・池田松之助が水戸藩第二代藩主・徳川光圀の遺訓「人のいましめ」をもとに、花押も家康63歳のものに似せて作った偽文書であり、これを幕末三舟（勝海舟・山岡鉄舟）の一人である高橋泥舟らが各地の東照宮に奉納したというのです。

私がこのことを知ったのは随分後になってからですが、私にとってこの遺訓は人生の指針として参考にしたいという考えに変わりはありません。この遺訓と出会った頃の私には意識や行動面において距離があったように記憶しております。しかしながら、年を重ねていくにつれ身近な存在となっており、これからもこの遺訓を心に留めて、日常の様々な場面で役立てていきたいと考えています。

理事長　高野　俊彦

令和５年１１月１日発行

ファミール滝の原

【山の日ランチ】8月11日
昼食に山菜を使ったそばを提供しました。デザートにはクリームソーダ風ゼリーをご用意しました。

【お盆】8月15日
昼食におはぎが提供されました。

【夏祭り】8月26日
午前中は夏祭りレクを楽しんでいただき、昼食にはお好み焼き・じゃがバターコーン、豚汁、フルーツポンチイチゴゼリーなど屋台をイメージしたメニューでした。

【野菜の日】8月31日
昼食はちゃんぽんうどんでした。

【重陽の節句】
昼食：栗ご飯・鶏肉の焼き鳥風、冬瓜の煮物・青菜と黄菊のおひたしです。

【敬老の日】9月18日
昼食：敬老の日祝い膳
赤飯・天ぷら盛合せ・炊き合わせ等。皆さまの健康が続きますように。

【お彼岸】9月23日
昼食におはぎが出ました。

【十五夜】9月29日
十五夜の壁飾りを皆さんに作っていただきました。

【運動会】10月21日
運動会を開催しました。

通所リハビリテーション

〈自由な時間〉
午前中はお風呂以外にもたまに会える仲間との交流や塗り絵、脳トレをされたり自由に過ごされています。
廊下には作品コーナーがあり、皆さんの作品が飾られています。

〈お食事〉
敬老の日などはお食事メニューも特別なものでした。みなさん美味しそうに召し上がられていました。

〈手作業〉
今回の制作では、あさがおと金魚、菊の花とトンボ、そしてブドウを題材とし作業を進めていきました。花や葉、一つ一つ作っていったものを最後に大きな紙に合わせていき完成です。やっと完成した作品が壁に飾られたときはとても感動しました。

〈レクリエーション〉
午後にはレクリエーションがあります。輪投げやダーツなどで楽しみながら体を動かしています。得点を競うので皆さんとても真剣です。応援にも力が入ります。

滝の原苑

〈敬老祝賀会〉

9月18日（月）「敬老祝賀会」を開催致しました。職員の催し物と、祝い膳を楽しまれました。

今年の祝い膳は「お赤飯」「天ぷら盛り合わせ」「えび茶巾の含め煮」「五色なます」「茶碗蒸し」「すまし汁」「季節のフルーツ」でした。

〈十五夜お茶会・夕食会〉

9月29日（土）「十五夜昼食会・お茶会」を開催致しました。今年の十五夜メニューは「さつまいもごはん」「さんまの甘辛煮」「白和え」「漬物」「けんちん汁」でした。さつまいもごはんが、なかなかの好評でありみなさん大変喜ばれておりました。お茶会メニューはお月さまケーキでした。

〈お散歩〉

10月7日（土）秋晴れの日、午後のおやつの後に遊歩道や敷地内へ散歩に出掛けました。

〈遠足〉

10月12日（木）13日（金）中央公園へ遠足に出掛けました。晴天に恵まれ、久々のお出掛けに参加した皆さんはとても喜ばれておりました。

〈十三夜昼食会・お茶会〉

10月27日（金）「十三夜昼食会・お茶会」を開催致しました。今年の十三夜メニューは「お月見ハンバーグ」「豆腐サラダ」「お月見ヨーグルト」「具だくさんスープ」でした。大きな目玉焼きが乗ったハンバーグがなかなかの好評で、みなさんあっという間に完食されておりました。お茶会メニューはお月見豆乳プリンでした。

〈まもなく立冬〉

「中秋の名月」と感動から「収穫の感謝を伝える」を形に表した文化が生まれました。

稲穂にみたてたススキを月に献じて月見御膳をいただきました。

そして、晩秋を迎え、まもなく立冬です。

風邪予防、寒さ予防と心がけましょう。

ケアハウス滝の原苑

ご存知ですか「小山評定後、家康は宇都宮までやってきた！」

徳川家康は1600年7月24日、上杉景勝を討伐するために会津に向かっていた途上、下野国小山に本陣を置きました。そのとき石田三成挙兵の報が入り、翌25日急遽、家康は本陣に諸将を招集して軍議を開き「このまま上杉を討つべきか、反転西上して石田を討つべきか」を質したのです。これが世にいう「小山評定」です。家康に従う諸将のほとんどは豊臣家譜代の武将で、大阪に妻子を残してきており、その去就が家康にとっては興亡の境目だったのです。

通説では、尾張国青洲城主福島正則が口火を切りました。家康への支持を表明し、掛川城主の山内一豊が徳川軍への居城明け渡しを申し出たことなどによって諸将は家康のもとに団結し、石田光成を討伐するため西上することに決したとされています。この小山評定については、後世に創作された神話ではないかという説や実際に起きた出来事を後世に人々がドラマティックに語り伝えた伝承といった様々な見解が研究者の間にあり、決着はついていません。

そうした中で、家康が小山評定の後、上杉攻めの本営である宇都宮城に移動し、軍勢が西上した後の上杉対策について協議していたという説があります。この宇都宮在陣説（7月26日～江戸に戻る8月4日）では、家康は宇都宮二荒山神社に戦勝を祈願したとされ、その礼として5年後に社殿を再建し、擬宝珠（ぎぼし・家康の官職名と名入り）を奉納したとしています。

あくまで仮説の域をでないのです。当神社の史料などで確認できるといいのですが、残念ながらできません。現在の社殿は明治10年（1877年）に明治新政府により仮社殿として再建されたものです。市街地の大半を焼失した宇都宮空襲（1945.7.12）では奇跡的に焼失を免れましたが、後北条氏の宇都宮侵攻（1589・天正17）や、戊辰戦争宇都宮城の攻防（1868・慶応4）などで数度焼失しており、古い史料などは殆どが失われてしまっているのです。今後、当神社以外でこれらを裏付ける史料が出てくることを期待したいですね。

新入職員のお知らせ

管理栄養士

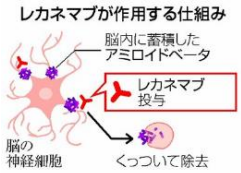
ファミール滝の原

介護職

滝の原苑

介護職

擬宝珠



編集雑記

虫の音や色づく木々、秋の深まりを感じますね。紅葉の見ごろは秋（9～10月）の気温が低いと早まり、高いと遅れますが、9月が記録的な残暑でしたので、色づきが遅れているところが多いようです。標高の関係で比較的長い期間（9月下旬～11月）、場所を変えて楽しめる日光の紅葉は全体的に7～10日程色づきが遅れる予想です。新型コロナも落ち着いているようですし、シーズン中はどこも賑わうのでしょうね。でも行きたいですね。

10月2日から今年のノーベル賞（6分野）の受賞者が発表になりました。最近では毎年のように日本人受賞者がいましたが、2023年は残念ながら2年連続日本人の受賞はありませんでした。ノーベル賞とは全く無関係ですが、ユニークな科学研究などに贈られる「イグ・ノーベル賞」に、電気を通した箸やストローで飲食物の味を変える方法を提案した東京大学の中村特任准教授と明治大学の宮下教授が受賞、日本人受賞は17年連続となります。「イグ」のない本家本物のノーベル賞、来年に期待しましょう。

製薬大手エーザイと米バイオジェンが開発したアルツハイマー病新薬「レカネマブ」の日本での製造使用が9月25日厚生労働省の承認が下りました。臨床試験では1年後の認知機能の低下が約27％抑えられたといいます。有効な治療薬がなかったアルツハイマー病、病気の進行スピードを抑えられる薬が出たことはとても喜ばしいことです。しかし、効果が期待できるのは初期の段階で、コストの高さや副作用の問題などの重い課題もあります。認知症患者は2025年には730万人、そのうちの6～7割はアルツハイマー病が占めるといわれています。この新薬開発が契機となって、より効果の高い新薬が開発され、また、症状が出ていない人に対しての「予防」を目指す新薬が早く開発されるといいですね。

春先から始まった第9波も夏をピークに着実に減少しつつありますが、季節性インフルエンザが増加傾向にあり、この冬には新型とインフルの同時流行も懸念されています。これからもマスク着用や手洗いの徹底など基本対策は欠かせませんね。

朝晩冷え込んでまいります。ご自愛ください

次号は新年2月1日発行です。