

# グランバ

Vol.19  
2011  
秋号

**特集**

**2011年 総まとめ！  
おおさかシニアネットでは・・・  
あんなことやこんなことが、ありました！**

シニア世代の「健康意識改革」をめざして。

**第7回「おおさかシニアネットフォーラム」を開催！**

Medical Health Column

**不眠は肥満・糖尿病などの生活習慣病の引き金となる**

INTERVIEW

**“うれし涙”をチカラに変えて。**

**桂 福團治さん**(落語家)

**連載**

**金谷忠の「ポジティブな遊びの心」**



おおさかシニアネットでは…

あんなことや  
こんなことが、  
ありました!

今年も早いもので残り2ヶ月強となりました。この2011年はおおさかシニアネットにとって、まさに“変化”の年であり、“進化”の年でありました。それぞれを振り返り、新たな活動の糧にしていきたいと思えます。

# 変化の年、進化の年。 2011年総まとめ!

春の旅行会  
実施!

新事務所 &  
教室オープン!

ホームページ  
リニューアル!

iPad 教室  
を開催!

etc…



## 生きがいの提供と社会貢献の場を創る

本年も2か月を余すところとなりました。振り返りますと、千年に一度と言われる東日本大震災それに伴う、原発事故、更に追い打ちをかけるような大型台風がもたらした大被害など、大自然の脅威を、まざまざと思い知らされた年になりました。この災害で犠牲になられた方々に哀悼の意を表しますと共に、被害にあわれた人々に心からお見舞い申し上げます。また、一日も早く復興し元気を取り戻されることを、私どもシニアネット一同、心よりお祈り申し上げます。

さて、おおさかシニアネットは昨年末に着手した新事業が着実に進み、お陰様で、3月には新事務所に移転することができました。これもひとえに、会員の皆様方をはじめ関係各位の皆様のご協力の賜物であり心から感謝申し上げます。

おおさかシニアネットが目指す理念とは「人生八十年代」のライフステージの創出。シニアが単に活動的であるだけでなく、社会において高い生産性を持ち、若者と共に生きていく社会を創造しなければ超高齢社会は成り立たないと考えます。

今後とも皆様方に生きがいを提供し、社会貢献の場を創ることが、おおさかシニアネットの役割です。これからも我々の活動を理解して頂き、多くの方々にご支援の輪が広がっていくことを願っております。



特定非営利活動法人  
おおさかシニアネット  
理事長  
中西 建策

### 目次

- 2 ごあいさつ
- 3 おおさかシニアネット2011年総まとめ
- 6 第7回おおさかシニアネットフォーラム
- 8 パソコン教室のお知らせ
- 10 メディカル・ヘルス・コラム
- 11 大阪市立大学医学部附属病院からのお知らせ
- 12 桂福團治さんインタビュー
- 13 金谷忠の「ポジティブな遊びの心」
- 14 第8回作品展の報告
- 15 パソコンなんでも相談室のお知らせ



# 変化の年、進化の年。2011年 総まとめ!

4月  
11日

## 「新事務所」を オープンしました!



本町通に本部の新事務所をニューオープン。20~30名以上のキャパシティを誇る部屋を4室構え、パソコン教室はもちろん中規模のセミナーも行えるようになりました。オープン当日の記念パーティーには100名ほどのお客様をお呼びし、盛大に祝いました。



4月  
25日

## 「春の旅行会」 で長岡京に 行きました!

春の行き先は京都長岡京。あいにくの雨に見舞われ、長岡天満宮のキリシマツツジ、八条ヶ池東堤の桜、乙訓寺のボタンなど春の花々を堪能、とまではいきませんでした。が、サントリーのビール工場の見学では、皆さん出来立てのビールを存分に味わっていらっしゃいました。



5月  
28日

## お笑いの会「本町亭」を 開催しました!

昨年2度に渡って開催された落語会を今年も本部で開きました。シニアネットスタッフ2人、紫陽花亭 遊好さんと、御堂筋 銀杏さんが会場を爆笑の渦に巻き込み、大盛況のうちに幕を閉じま



6月  
21日

## 「iPad教室」 を実施しました!

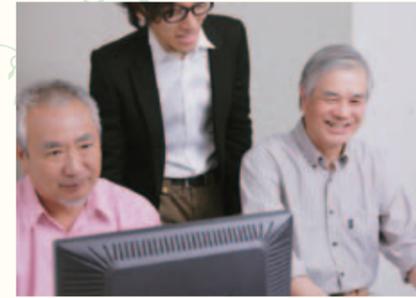
ソフトバンクのチーフアドバイザーを講師に、講習会を開きました。2010年の発売以来、またたく間に浸透したiPad。これからシニア世代の使用度も向上していくはず。受講者(5名)は慣れない機器と奮闘しながら、その多用途に驚いておられました。



6月  
28日

## 「シニアクラウド 活用講座」を 開催しました!

マイクロソフト社から講師を派遣していただき「シニアクラウド活用講座」を開催。クラウドとは何か、クラウドに関するサービスなどを丁寧に教えていただきました。18名の受講者の方は皆、新しい時代の風を感じ取ってくれたはず。です。



6月  
13日

## 「地デジ受信 ガイド」を 実施しました!

今年の国民的関心事だったテレビの地デジ化講座も、もちろん開催しました。受診方法から、メリット、活用方法までを説明。来たる地デジ化に備えて多くの方が参加されました。



7月  
29日

## 「ホームページ」 をリニューアルしました!

新事務所オープンに伴い、ホームページも新しくなりました。デザインは今まで以上に見やすくなり、ブログもスタートしコミュニティとしても広がりを見せています。  
<http://www.osn.or.jp/>



7月  
5日~

## 「手作り絵本教室」を スタートしました!

オリジナル絵本をハードカバー製本で作成する教室がスタート。絵の苦手な方でも楽しく作成できるように丁寧に指導しています。お子さんやお孫さんのプレゼントにぴったり。世界にたったひとつしかない、絵本を手作りしましょう。



恒例の秋のフォーラムを今年も開催。「健やかに老いる」というのがおおさかシニアネットフォーラムの基調ですが、本年は「福祉用具」を取り上げます。文字どおり「暮らしの中の便利グッズ」に違いありませんが、スーパーマーケットで選ぶわけにはいきません。自分にピッタリのものを選びつけるには知識が必要です。また、高価なものもありますから、どうすれば自分の「モノ」になるか工夫も必要です。幸い制度でレンタルすることもできますので、ぜひこの機会に教えてもらいましょう。専門家に出演をお願いしたのはそのためです。遠慮なくご質問ください。



### 今年「健やかに老いる」をテーマに 福祉用具を取り上げます。

単なる便利グッズではなく、  
社会復帰のための助けマン

さて、フォーラムにご参加いただく前に、予習をしておきましょう。皆さん福祉用具と介護用品の違いをご存知ですか？ 例えばオムツは介護用品で、義足は福祉用具ですね。もちろん両方にまたがるものもありますし、厳密な区別は必要でないかもしれませんが。

ですが、私たちはこう思うのです。「福祉用具というのはそれを使って元気に生活するためのモノ」だと。

一方の介護用品は要介護のお年寄りが頼りにする便利グッズだという違いです。具体的な例を挙げましょう。高齢の皆さんが必要とする補聴器です。これは仲間と会話する、手を携えてもう一度社会復帰するための助けマンだと考えましょう。寝床でテレビやラジオを楽しむだけの便利グッズにしないでほしいのです。

用具は時代とともに  
進化と深化を続けている

今年の世界陸上競技大会(韓国)では、両あし(膝から下)切断のオスカー・ピストリウス選手が大活躍し、世界中が拍手を贈りました。義足はこんなにも進歩したのです。それは工業技術が後押ししたからですが、福祉用具を利用する障害者の方たちの高い目標と努力が、この結果を生んだのではありませんか！福祉用具を本場に「生活の便利グッズ」にするのは皆さんです。

昔からある杖や車いすにも変化が現れています。スキー選手の杖がお年寄りに人気を呼んだり、自分の足でこげる車いすが普及しました。福祉用具を手に入れる制度のことについてもぜひ尋ねてください。役所の福祉担当の方が分かりやすく説明してくれます。お揃いでご参加ください。お待ちしております。

### 第7回 フォーラム のご案内

## “暮らしの中の便利グッズ(福祉用具)”

■主催／おおさかシニアネット ■日時／平成23年11月2日(水)  
■開場／12:30 ■開演／13:00 ■場所／大阪産業創造館 イベントホール4F  
■お問合せ／TEL:06-6282-7991



#### 第3部

#### 「補聴器についての選定から購入まで」

川村義肢株式会社  
エイドセンター事業部  
部長 田中 智明さん

高齢者人口が増加する中、耳の聞こえが低下してくる方も自然と増加しています。その聞こえの補聴器具として、補聴器を利用する人も多くなってきています。しかしながら、本当に自分の耳の代わりになって、聞こえを取り戻しているのでしょうか。高価な商品を購入しても「たんすの肥やし」になってはいませんか。今回は、耳の聞こえのしくみから失敗しない補聴器の選び方・購入の方法・アフターフォローまでわかりやすく解説させていただきます。



#### 第2部

#### 「介護保険制度について～福祉用具編～」

寝屋川市保健福祉部高齢介護室  
社会福祉士 村上 明子さん

「介護保険って今までもいろいろと説明を聞いたけど、最初はどこの窓口にいけばいいの?」「介護保険証って持っているだけでいいの?」「寝たきりになってからしか使えないの?」「そんな?」をわかりやすく解説します。また、今回は特に介護保険制度の中の「生活する環境を整えるサービス」としての福祉用具のレンタルや購入の方法について解説します。



#### 第1部

#### 「杖・歩行車・車イスの選び方のポイント」

京阪ライフサポート株式会社  
ケア事業部次長  
理学療法士 眞藤 英恵さん

年齢を重ねながら心と身体の健康を保つためには、行きたいところへ行き、会いたい人に会う...など、暮らしの範囲を狭めないことも大切です。そのために、安全で快適に「歩く(移動する)」工夫を取り入れることは有効といえます。杖や歩行車など「歩行補助用具」と呼ばれる福祉用具や、車いすの活用は「歩く・移動する」をサポートします。但し、これらの便利な用具も自分にあつたものを選ぶことが必要です。今回は、「歩行補助用具」などを上手に選ぶためのポイントについて、お話をさせていただきます。



コーディネーター  
小野 啓郎氏  
大阪大学医学部名誉教授/  
大阪厚生年金病院名誉院長/  
大阪保健医療大学学長



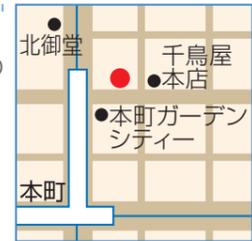
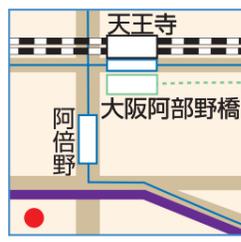
前回のフォーラムの様子

主催：NPO法人「おおさかシニアネット」

お孫さんとのメールや  
インターネットを楽しもう！

開講会場のご案内

パソコン教室は大阪市内6カ所で開講しています。

 <p><b>■大阪駅前第2ビル</b> (大阪市立生涯学習センター) 大阪市北区梅田1-2-2 大阪駅前第2ビル5・6階 JR北新地駅より 徒歩2分</p>	 <p><b>■おおさかシニアネット本部</b> 大阪市中央区本町3-5-5 カネセビル2F 地下鉄本町駅より 徒歩1分</p>
 <p><b>■阿倍野区民センター</b> 大阪市阿倍野区 阿倍野筋4-19-118 地下鉄阿倍野駅より徒歩2分</p>	 <p><b>■城東区民ホール</b> 大阪市城東区中央1-3-6 地下鉄蒲生四丁目駅より 徒歩10分</p>
 <p><b>■市民交流センター ひらの</b> 大阪市平野区平野市町3-8-22 JR平野駅より徒歩15分、大阪市 バス1・9・10・14・18系統 「平野宮町2丁目」より 徒歩5分</p>	 <p><b>■平野区民センター</b> 大阪市平野区 長吉出戸5-3-58 地下鉄出戸駅より 徒歩5分</p>

コースのご案内

〈1回2時間程度で4日間です〉

パソコン初めてコース

■はじめてのパソコン (4回)  
無料 教材費は別途

■インターネットとメール (4回)  
コース料4,200円+別途教材費

ステップアップコース

■ワード初級 (前編・後編各4回)  
コース料4,200円+別途教材費

■はじめてのデジカメ (4回)  
コース料4,200円+別途教材費

■エクセル初級  
コース料4,200円+別途教材費



人生に楽しみと希望を  
与えてくれました。

おおさかシニアネット  
本部受講生

左:本田 道子さん 中:久我 親平さん  
右:工藤 稔さん 皆さん明るく、前向き!

イキイキ  
教室めぐり VOL.1

パソコンやパソコン教室の魅力などを、各教室の生徒の方々に「思い思い」に語っていただきます。

●工藤稔さん  
(以下、工藤さん)

とにかく私はいろんなところ、このパソコン教室を勧めているんです。わかりやすく教えてくれるし、受講料も安い。それに先生もお綺麗だし(笑)。

●久我親平さん  
(以下、久我さん)

授業が一週間に一度、という学習ペースが私には合っている。気軽に楽しみながら学べています。

●本田道子さん  
(以下、本田さん)

先生が素晴らしいんですよ。毎回一人ひとりの名前をちゃんと呼んでくださってから授業に入ります。一見何でもないようなことかもしれませんが、私たちがにとっては嬉しいことなんです。

●工藤さん

確かにそうですね。

●久我さん

同世代の人と一緒に学べるというのがいいですね。若い人たちは習得のスピードが速いからペースが合わないと思うし。

●本田さん

私の友人も同じことを言っていました。シニア同士だから気兼ねもいらないし、遠慮なく質問もできますね。

●工藤さん

私は1年ほど前に全国紙の新聞でシニアネットさんが取り上げられていた記事を見つけて行ってみようと行ったんです。

●久我さん

工藤さんは元々パソコンに興味があったの？

●工藤さん

昔営業マンだったものだから、何にでも興味を持つ性分なんです。社会的にもパソコンの重要性が言われている時代になってきたし、やってみよ

うかと思っただんです。

●久我さん

すごいなあ。私はボケ防止のためですわ(笑)。

●本田さん

私はITなんていう言葉が世間で使われ出した頃に観たテレビ番組がきっかけ。なんと地方の小さな村の老婦人が、パソコンを使ってメールをしていたんです。私も年上の方がパソコンを使いこなしている事実を、驚くやら情けないやらで、それで一念発起して習い始めました。

●工藤さん

そろそろ年賀状に取り掛かる時季ですね。もちろんパソコンで作りますよ!

●工藤さん

こちらで勉強し始めて一年以上が経ちました。優秀な生徒とは言えませんが、

●本田さん

私は友人が詠み貯めた俳句を、ワードなどでまとめて簡単な句集を作ったあげたいと思っています。

●久我さん

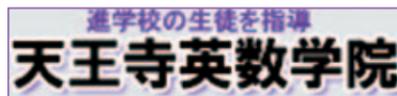
この前、息子がパソコンを譲ってくれてね。家でも始めようと思っっています。



大阪保健医療大学

どんな時代、どんな国でも役立つ、21世紀のリハビリテーション技術を育成。「理学療法学専攻」、「作業療法学専攻」の2つの専攻を置くと共に、大学卒業者を対象とした「言語聴覚専攻科」を設け、専門教育を行います。

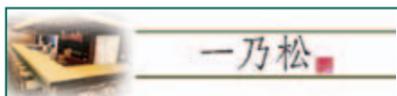
- 大阪市北区天満 1-9-27
- 06-6352-0093
- http://www.ohsu.ac.jp/



天王寺英数学院

創設1971年。関西で唯一、有名進学校志望の生徒だけを専門に教える塾。天王寺と阪急淡路で開校しており、赫々たる実績を上げています。

- 大阪市天王寺区堀越町 13-2
- 06-6771-4609
- http://www.eisuugakuin.com/



日本料理 一乃松

極めの越前料理。本場福井(武生・鯖江)で、新鮮な海の幸・山の幸と最上級のおもてなしを!福井へお出掛けの折は、是非お立ち寄りください。

- 福井県鯖江市下河端町 4-6-1
- 0778-54-8600
- http://www.ichinomatsu.jp/



東海カントリー倶楽部

大阪都心から35分ほどで行ける兵庫県川西市の美しい庭園型コース。5人乗りのリモコンカートで思う存分プレーを楽しみましょう。

- 川西市国崎字笹ヶ谷 1 番地
- 予約専用 072-733-3737
- http://www.tokaicc.jp/



アズガーデン日本橋

道頓堀のほとりに佇む長期滞在型ウィークリーホテルであり、ホテル感覚のレンタルルームでもあります。ご自分のお部屋の感覚でくつろぎのひとつときを。

- 大阪市中央区宗右衛門町 1-6
- 06-6212-1120
- http://www.azu-garden.co.jp/

ただいま  
会員募集中!

会員になるには、会員登録と入会金および年会費のお支払いが必要です。

①お申込み

- お電話で・・・  
おおさかシニアネット本部  
☎06-6282-7991
- FAXで・・・  
ホームページ (http://www.osn.or.jp/member/entry.html) から「会員登録用紙」を印刷して  
FAX06-6282-7992までお送り下さい。

②年会費のお支払い

- <個人会員の方>
- 入会金 / 1,050円
  - 年会費 / 2,100円  
※初年度は計3,150円が必要です。次年度からは2,100円のみ。
- <賛助会員の方>
- 入会金+年会費 / 10,000円  
詳細はおおさかシニアネット本部までお問合せ下さい。  
☎06-6282-7991

振込先:郵便振替00910-4-244622  
加入者名 おおさかシニアネット  
※備考欄に「個人会員」、または「賛助会員」と必ずご記入の上ご入金下さい。

大阪市立大学医学部附属病院 医薬品・食品効能評価センターでは、医薬品や食品などのヒトでの試験（臨床試験）にご協力いただけるボランティアの皆さまを募集しています。

★新薬の臨床試験にご協力いただける患者の方



★特定保健用食品(トクホ)の臨床試験にご協力いただける健康な方

血圧、血糖、体脂肪、中性脂肪、コレステロール等が気になる方

★健康食品、医薬部外品、化粧品などの臨床試験にご協力いただける方

注) ボランティアの皆さまには、大阪市立大学医学部附属病院での採血などにご来院いただく場合がございます。また、試験内容によって謝金をご用意いたします。

ホームページからも必要書類をダウンロードできます！

[http://www.hosp.med.osaka-cu.ac.jp/self/hyokac/volunteernokai/vk1\\_osaka\\_volunteernokai.html](http://www.hosp.med.osaka-cu.ac.jp/self/hyokac/volunteernokai/vk1_osaka_volunteernokai.html)



《お問合せ》 大阪市立大学医学部附属病院  
医薬品・食品効能評価センター事務局  
〒545-0051 大阪市阿倍野区旭町1-2-7  
あべのメディックス6F

**0120-238-500**

受付時間 平日 9:00 ~ 17:00 (土日祝除く)

臨床試験実施場所  
ボランティア登録受付

大阪市立大学医学部附属病院  
医薬品・食品効能評価センター

〒545-0051 大阪市阿倍野区旭町1-2-7  
あべのメディックス6F

- JR・地下鉄各線「天王寺駅」下車徒歩約9分
- 大阪市営バス・赤バス「市大病院前」下車すぐ



おおさか臨床試験ボランティアの会  
登録ボランティア募集！



新規会員

## 不眠は肥満・糖尿病などの生活習慣病の引き金となる



大阪市立大学大学院医学研究科  
代謝内分秘病態内科学 教授  
稲葉 雅章

### 不眠⇔肥満、肥満⇔不眠の悪性サイクル

睡眠障害は、「日中の作業に悪影響を及ぼす程度まで増悪した睡眠障害」と定義されます。不眠は人口全体の20~30%に見られ、加齢とともに増加するため、人口の高齢化と共に増加の傾向にあります。最近、不眠と生活習慣病などの身体機能障害の両者が密接に関連することが示され、不眠によるメタボリックシンドローム構成疾患であり、高血圧症、糖尿病、肥満症が増悪すること、また逆に、血圧上昇、血糖コントロールの不良、肥満の増悪が不眠を増悪させることが明らかとなってきたために両者間で悪性サイクルの存在が明らかとなりました。したがって、最近では睡眠薬治療による不眠の改善が、メタボリックシンドローム克服のための有力な治療として捉えられるようになってきています。

### 治療法は「一次的」「二次的」で異なる

一般内科医は、患者から症状を訴えられてはじめて不眠の存在に気づき、対応を考えるのが普通です。治療法としては、薬物療法に頼ることが一般的ですが、生活習慣から生じてくる不眠も多いため、生活習慣の改善が有効な患者さんも多数います。最近、不眠が糖尿病の血糖コントロールの増悪、血圧上昇、および肥満

### 薬も含めた包括的な治療が求められる

不眠は、30日間以内の急性不眠とそれ以上の期間にわたって起こる慢性不眠との2つに分けられます。さらに①布団に入ってもなかなか寝付けない「入眠障害」、②途中で何度も目がさめる「中途覚醒」、③予定の起床時刻よりも早く目が醒めてしまう「早朝覚醒」、④熟眠した感じが得られない「熟眠障害」の4つのカテゴリーに分けられます。不眠がメタボリック症候群の諸構成要素を増悪させることが報告されているため、これら症候を示す患者では、それら諸問題の改善を目指して、

の促進などに寄与することが示され、一方では、これら生活習慣病が不眠を惹起するという双方向の関係が示されたため、積極的な不眠治療によって生活習慣病を改善させることが期待できます。

しかし、不眠症は、うつ病などの精神疾患や身体疾患に伴う二次的な不眠症、また最近不眠と関連して注目されている疾患としてレストレスレグ症候群、睡眠時無呼吸症候群や、睡眠時の周期的な四肢不随意運動の出現により夜間覚醒が起こる睡眠時周期性四肢運動異常 (Periodic limb movements during sleep: PLMS) など、無意識に除外する必要があります。すなわちこれら疾患による二次的な不眠症では、それぞれに有効な治療法が、一般的な不眠症とは大きく異なるためです。

より積極的な不眠の薬物も含めた包括的な治療が望ましいと考えられます。睡眠薬としては、ベンゾジアゼピン系薬物とそれ以外の非ベンゾジアゼピン系薬物とに分けられ、さらに消失半減期から分類された超短時間、短時間、中間、長時間作用型の4種類に分類される。さらに最近、メラトニン受容体作用薬であるラメルテオンが使用可能となりました。これは睡眠前にメラトニン分泌が上昇することで入眠が誘発されることが知られており、メラトニン受容体を刺激することで睡眠-覚醒リズムに働きかけ、生理的な睡眠をもたらしとされる薬剤で、既存の睡眠薬のように鎮静作用や抗不安作用によらないことが特徴です。

このように不眠症が肥満症、高血圧症、脂質異常症、さらには糖尿病などのメタボリックシンドロームを増悪することが明らかとなりました。不眠症は適切・規則的な生活習慣を保つだけで睡眠時間やその質が改善することが明らかとなりました。したがってそれらをまず守った上で、必要な患者さんには最近開発された安全な不眠症治療薬をきちんと服用することが重要となります。食事制限をしても痩せないなどの場合には、不眠症や睡眠時無呼吸症候群ではないかなど朝の目覚めの爽快さなどから自身で考えられて、もしそのような傾向があるようなら一度かかりつけ医に相談されてはいかがでしょうか？

# ポジティブな 遊びの心

vol.5

日本ビデオ映像作家協会所属  
フリーカメラマン・映像作家

かなや ただし  
**金谷 忠**

● Profile ●

1936年9月26日生まれ。1958年、読売テレビ放送株式会社入社。報道局撮影編集部、制作技術局制作技術部を経て、編成局でコンピューターによる映像ライブラリー構築に参加。1996年60歳で退職後、フリーカメラマンとして現在に至る。

## 童謡詩人・金子みすずの故郷を旅して。

3.11東北大震災から7ヶ月が経過しました。この間に、なでしこジャパンが、ワールドカップ、そしてオリンピックアジア予選で日本国中の仲間に強い勇気を与えてくれました。考えてみれば、3.11から、なでしこの間、「そうだ優しくならないと」、「そうだ助け合わないと」と、啓発したのがACジャパン(ADVERTISING COUNCIL JAPAN・旧公共広告機構)のテレビコマーシャルでした。中でも心に響いたのが、金子みすずの「こだまでしょうか」です。

「遊ぼう」っていうと 「遊ぼう」っていう。  
「ばか」っていうと 「ばか」っていう  
「もう遊ばない」っていうと 「遊ばない」っていう  
そうして、あとでさみしくなって、  
「ごめんね」っていうと 「ごめんね」っていう  
こだまでしょうか、いいえ、だれでも。



金子みすずの鋭い感性と豊かな心に惹かれていた小生は、金子みすずの故郷、山口県長門市仙崎の街を訪ねました。山口県西部の日本海に面した漁港の町です。駅前から海岸に伸びるメインロードが、地元では「みすず通り」と呼び、昔からこの町のヒーローだった事がよく判ります。

金子みすずは20歳で文壇デビューして、その才能を絶賛されたが、彼女の夫が創作活動を禁じ、離婚調停では親権を主張する夫と折り合いがつかず、26歳の若さで自らの命を絶ってしまったのです。

夫婦間の問題に他人が口出しできないが、昭和初期と言う時代背景がこんな結果を生んだのでしょうか。非常に残念です、願いが叶うなら、平成の今日、もう一度自由に伸び伸びと創作活動をしてもらいたいものです。

## 青春とは人生の一時期ではない。

朝食は何時もハードトーストの食パン、我家から車で30分、大阪芸術大学の近くに美味しいベーカリーレストランがあります。スイスの農家をイメージさせるお店です。何時もの様にハードトーストを買って帰宅、袋の中に1枚のポストカードが入っていた、ゴールドエイジ感謝セールとあり、アメリカ人の詩人サムエル・ウルマンの一節があった。タイトルは「青春」です。

青春とは人生の一時期ではない、青春とは心のあり方である、志の高さであり、思いの質であり、生き生きとした感情である、人は年を重ねるだけで老いはしない、ただ理想を失う事によって老いるのである。(S・ウルマン)

志は何時までも高く、生涯青春で力強く前に進みましょう。

## グラビア INTERVIEW

# “うれし涙”をチカラに、 手話落語を真の娯楽へ。



落語家  
**桂 福團治さん**

1940年、三重県生。60年3代目桂春團治に入門。66年5代目桂小春と改名。「ベケベン落語」で売り出す。73年4代目福團治を襲名。78年手話落語を考案し、81年には手話落語教室を開校。現在、関西演芸協会会長、上方落語協会理事、日本手話落語会会長。  
<受賞>  
1968年 三洋文化新人賞「大人になった寿限無」  
1981年 上方お笑い大賞功労賞  
1998年 文化庁芸術祭「演芸部門」優秀賞

### 桂福團治の会 落語講習会開講

- 講師/桂福團治
- 開講日/10月22日(土)午後2時
- 場所/おおさかシニアネット 本部
- 受講費/無料
- 【お申込み】おおさかシニアネットまで

上方落語界の重鎮・桂福團治さんが、手話のみによる落語「手話落語」を始めたのは1978年のこと。先駆者となったきっかけ、続けてこられた原動力、そしてこれからの展望をお話いただきました。

## 話すという行為、 聴くという行為への再考

手話を始めるようになったのは、声帯ポリープを患って入院した時分のこと。多忙がたたったんでっしやるな、声が出なくなってもたんです。これは、落語という演者が話して、それをお客さんの耳でとらえてもらう「聴覚芸を



生業にする人間としては致命的ですわな。話せる、話せないということ、聴こえる、聴こえないとはどういうことなのかについて深く考えさせられたんです。そんなとき、聴覚障害者の方の「話す」ための手段としての手話を知った。まだまだ手話自体、世間の認知度は低くて、手話を「てわ」「てばなし」と読んでいたりする人もいた時代ですわ。とにもかくにも私は手話というものに関心を持ちまして、習い始めたんです。すると自然と聴覚障害者の友人ができる。そうなるとう達が早くて、自慢やけど(笑)3ヶ月目には覚えてもたんです。

## ジレンマと葛藤。

### でも続けていこうと決めた

多くの聴覚障害者の友人ができる中で、ある先天性の聴覚障害の青年と

知り合った。彼は落語に興味を持ってくれたんですが、聴こえない彼を落語で笑わすことができない。このジレンマに発起して、よっしゃ、手話で落語をやって彼を笑わしたると思っただんです。でもやっぱり難しい。古典落語なら師匠や先輩方などが教えてくれますが、手話落語は私以外だれもやったことがないから手本がない。自分で作り上げていくしかない。試行錯誤が続く、ようやく見せられるものができて彼の前で演じたんです。そしたらゲラゲラ笑ってくれた。嬉しかったですな。何より嬉しかったのが、彼のお母さんから「久しぶりにこの子が笑うのを見た」と涙を流して喜んでもらえたこと。私自身、手話落語を始めて以来、周囲から批判めいたことも言われてましたから、間違いはなかったと思うと同時に、ずっと続けていこうと心に決めました。

## 笑う側から笑わせる側へ。

### この快感はヤミツキになる

手話落語のおかげで、いろんな体験をさせてもらってます。例えば視覚障

害者である桂福点が私のところに弟子入りしてくれたこともそう。「手話落語をやっている人なら、自分の落語への想いをわかってくれる」と思っただけですわ。今ではレギュラー番組まで持って私より忙しいんでっせ(笑)。また本芸の方でも、人の情への造詣が深まって、「人情噺の福團治」と呼んでもらえるようにもなりました。手話落語をやる人間も増えてきましたな。プロでは東京の林家正蔵くんもその一人。私が主催している手話落語教室の中からも、手話落語家が誕生しています。嬉しいことに、私ら健常者ではなく、聴覚障害者の方が受身であつた人たちが、笑わす側、楽しませる側になつている。これはすごいと思います。障害者の方、皆さんおっしゃいます。「一回笑わしたら、ヤミツキになるで」と(笑)。将来的には聴覚障害者の方が手話落語をテレビで演じる機会を作つて、それを茶の間で健常者が見て楽しむ時代が来たら、と考えてます。これが私の夢、手話落語の最高到達点というやつでしょうな。

丁寧・適切・安価！  
パソコンなんでも相談室開設！

## お家のパソコン、 こんなことで お困りでは ありませんか？



## 「パソコン なんでも相談室」 にご相談ください!

故障、ウィルス、データ消失! 楽しいパソコンライフには、残念ながらトラブルがつきもの。でも、一般の業者に修理を頼むのは気がひける…。そんなお悩みをお持ちの方は、ぜひ一度おおさかシニアネット「IT技術本部」が運営する「パソコンなんでも相談室」にご相談ください。持ち込みはもちろん、出張修理も行います。会員様には特別割引もあります。



※ウィンドウズ  
PC限定

サービス価格  
メニュー 診断料・作業料を含め6,000円  
(税込)以上はいただきません。

技術診断料	技術作業料	部品購入費
最高額 3,000円まで ※作業料が発生しない 場合のみ適用	最高額 6,000円まで ※技術診断料は いただきません	部品実費 + 最高額400円 ※部品(win7・オフィス 2010・メモリー・ハード等) は最安値商品を準備

■お問い合わせは  
おおさかシニアネット「IT技術本部」までお気軽に!  
TEL 06-6282-7991 FAX 06-6282-7992  
メール soudan@osaka-senior.net

# 生きがいを“カタチ”に!

第8回 シニア作品展を開催しました。



### 〈来場者の声〉

どれも見事な作品ばかりで驚きました。とてもアマチュアの方とは思えないようなものもあって感動しました。次回は私も何かに挑戦して出展したいと思います。

### 〈出展者の声〉

最初は自分の作品が展示されることに恥ずかしさから抵抗があったんですけど、立派な会場に飾ってもらったことで見てほしいという願望が強くなりました(笑)。

### ■出展教室・クラブ

- 写真教室(カメラ・ビデオ映像撮影教室)
- 本部パソコンクラブ
- 城東パソコンクラブ
- 書道クラブ
- おおさかシニアネットパソコン各教室受講生の皆さん

教室・クラブ活動の日頃の成果を発表する場として、9月5日(月)から10日間に渡り、第8回シニア作品展を開催しました。  
写真、絵画、書など集まった力作は約150点。期間中は約300人以上の方が来場し、目を細めていらっしやいました。

「第16回おおさかシニアネット旅行会」のお知らせ

## 秋の日帰りバスツアー 天橋立と伊根町の舟屋



毎年恒例、秋の日帰りバスツアー。今年は一っしりとした紅葉が楽しめる11月28日(月)。

行先は京都府・丹後半島の名所、天橋立と伊根町です。ご参加の皆さん、一緒に楽しみましょう!

- 日時：平成23年11月28日(月)
- 集合：天王寺または梅田

※定員につきお申し込みは終了しております。

参加  
無料

「健やかに老いる」をテーマに

# 暮らしの中の便利グッズ

福祉機器のお話。



ご不満では  
ありませんか？

昔の仲間との  
おしゃべりが  
できなくなった！

耳が遠く  
なった  
から…

この頃外出  
しなくなった！

足もとが  
頼りなく  
なった。

まかせてください。

あなたに合った良いものが、  
きっと見つかるはず。

信頼できる専門家が解説してくれます。  
まず、知ってください。  
ピッタリのモノを選びましょう。

平成23年

11月2日(水)

大阪産業創造館 イベントホール4階

大阪府中央区本町1-4-5 TEL.06-6264-9800

<http://www.sansokan.jp>

参加無料ですができるだけ事前予約おねがいします。

■開場 / 12:30

■開演 / 13:00

**お問い合わせ** お電話 06-6282-7991 <http://www.osn.or.jp>

おおさかシニアネットフォーラム講師 (敬称略)

第1部 13:15~13:55

「杖・歩行車・車イスの選び方のポイント」

京阪ライフサポート株式会社 ケア事業部次長

理学療法士 眞藤 英恵

第2部 14:05~14:45

「介護保険制度について」～福祉用具編～

寝屋川市保健福祉部 高齢介護室

社会福祉士 村上 明子

第3部 14:55~15:35

「補聴器についての選定から購入まで」

川村義肢株式会社 エイドセンター事業部

部長 田中 智明

コーディネーター 大阪大学 名誉教授/厚生年金病院 名誉院長

小野 啓郎

後援 大阪市/大阪市立大学附属病院 医薬品・食品効能評価センター

主催 NPO法人 おおさかシニアネット

大阪府中央区本町3-5-5 カネセビル2階 TEL.06-6282-7991/FAX.06-6282-7992