高蔵寺 どんぐりｓ

ふれあいだより

NO 113

2019. 5. 1

ＮＰＯ法人　高蔵寺ニュータウン再生市民会議発行（☎080-4540-3553）

4月の「どんぐりｓカフェ」から

認知症、おしゃべりや趣味楽しみ予防

4月20日の「どんぐりｓカフェ」は、あさひが丘ホスピタルの柴山漠人名誉院長に「認知症の理解と予防」と題し講演をしていただいた＝**写真**。柴山さんは、「痴呆」など人格を汚す呼称をやめ、「認知症」に改めるきっかけを作った方で、認知症診療の第一人者として知られる。

講演では、全国の認知症患者は460万人余、軽度認知障害は約400万人。65歳以上の4人に一人は認知障害という深刻な実態が紹介された。認知症の原因はアルツハイマー病が68%、血管性認知症が20%、残りがレビー小体病や脳

腫瘍など多様な病気。良い状態を維持するためにも早期診療が大切と強調。日常生活の中で、記憶障害や判断力低下など家族が早期発見の主役となる。また、認知症予防の10カ条は①野菜、果物、魚を食べよう②運動を週3回やろう③新聞、雑誌、本を読もう④日記などを書こう⑤おしゃべりしよう⑥趣味を持とう⑦料理を楽しくやろう⑧酒はほどほど、タバコはやめよう⑨塩分は控えめに⑩恋をしよう（異性を意識する）という。ワクチンなどの研究が進み将来的には画期的治療法が期待できる。

認知症を過剰に恐れず、社交ダンスや旅行などを楽しみ、運動、食事など生活習慣を十分に配慮してほしいと結んだ。（**明賀　雄二**）

役員会から（4月20日）

●今期の活動の総括と、定期総会に向けての作業認定の確認と議案書案について協議した。今期（2018年度）の活動の特徴は、「どんぐりｓカフェ」の新たな企画として、古本市の開催、“この人に聞く”を取り入れたこと、また実践的な活動団体「魅力ある高森山公園をつくる会」の支援が挙げられる。しかし、その一方で役員の高齢化及び他団体・組織の役職の掛け持ちなどもあって、機動力の低下が問題として浮かび上がってきている。●「どんぐりｓ」の今後の活動基本方針については、数カ月にわたり事務局会議及び役員会で検討してきた。その結果、①活動内容(イベント・会合)をスリム化し、現在の役員が担えるものに改変すること②助成金不足への対応として、支出の見直し（ホームページ管理費用等）と事業収益の模索を行うこと、などを確認。●元号が平成から令和に代わる時期に開催される総会。「どんぐりｓ」の新たな機軸と活動の担い手が生まれ、育つことを目指す総会にしたい。（**理事長　藤城　栄一**）

どんぐりｓ総会とイベント

以下のとおり、2019年度のどんぐりｓ定期総会とイベントを開催いたします。

●日時；5月26日（日）；13：30～16：30
●開催場所；東部市民センター3階　多目的室
◇総会；13：30～14：30受付開始13：15
◇記念イベント；15：00～16：15
受付開始14：40
「うたごえサロン」；（出演）田中由美子さん
＊イベントは会員以外の方も参加できます。

活き活き楽農会が定期総会
環境保全で市と協力

第１０回活き活き楽農会定期総会が４月１４日、タウン石尾台第二集会所で１９人が出席し開催されました。玉野の環境保全と地域コミュニティによるまちづくりを目指し、一人でなく皆で相談しながら野菜・果樹作りを楽しむことを確認し合いました。特に今期は、環境政策課管轄パートナーシップ会議に加盟し、春日井市の環境まちづくりに協力していきたいとの報告があり了承されました。

当会議には、環境団体15、事業者６社が加盟しており、一斉清掃やエコクッキング等の環境保全活動を行なうことにより、年会費５千円で補助金４万円が支給されます。楽農会としては、環境保全のため防草シート購入等の費用に活用させてもらいたいとの説明がありました。その後、野菜作りのノウハウや悩み等の意見交換があり、有意義な総会となりました。（**堀内　泰**）

湖畔の桜（滋賀県・海津大崎）　**森　　健**

私の朝・昼・晩

「八戸えんぶり」を撮る

2月16日から2日間、厳冬の青森県へ「八戸えんぶり、奥入瀬渓流、八甲田山」の撮影旅行に行ってきた。八戸市は寒く道路は凍りつき、歩くのに苦労した。奥入瀬子（ね）の口では、寒さ故にできた、シブ氷の自然の造形、芸術的作品に出合えた。八甲田山は25ｍの強風でロープウェイは休止。酸ヶ湯温泉を楽しむ者、雪の中を寒さに負けず撮影を楽しむ者、両者共に満足。

十分楽しめたえんぶりを紹介する。えんぶりとは青森県の冬の三大祭りのひとつで、重要無形民俗文化財。八戸市は17日を「えんぶりの日」と定め、学校は休み、市をあげて伝統芸能を継承し、発展させ、また観光資源に活かす努力をしている。えんぶりは農作業で使用する「朴（えぶり）に由来し、神様にその年の豊作を祈願する奉納舞。小学生から大人までの男女が、各々の役割りを演じる。踊りに太鼓、笛と大変見応えがある。踊りは、大人の大夫の摺りで始まり、摺りで終わる。中間は子供達が５種類の祝福踊りを演じる。

子供達の可愛らしい表情が活き活きとして魅力的。大変印象に残る。お陰でいい作品ができました。（**坂本　秀明**）

■新 刊 書 紹 介■

★ニュータウンの計画資産と未来のまちづくり

服部敦　著

発行：ぐんBOOKS(052-589-2771)

最近、各所で高蔵寺ニュータウンの歴史や評価についてのセミナーが開かれるようになった。津端修一氏夫妻の映画「人生フルーツ」がヒットしたことも大きな要因と思われる。一方、注目されるようになったには「訳がある」。本書ではその事例をとり上げ具体的に解き明かしている。

著者は現在、春日井市市政アドバイザーの要職にあり、また中部大学工学部都市建設工学科の教授でもある。本書は3章からなっていて、第1章では今の姿、第2章では50年前に描かれた高蔵寺の姿、第3章ではこれからの姿が描かれている。特に50年前、当時の新進気鋭な都市計画家（津端氏も中心メンバー）によって描かれたニュータウンのイメージは今でも色あせていない。高蔵寺ニュータウンを立体的に理解するには最適の書籍である。（**寺島　靖夫**）

5月の高齢者・すまい無料相談

●電話又は直接面談会場にお越しください

☎080-4540-3553（どんぐりＳ事務局）

面接相談会日：5月12日(日)13：30～16：00

会　場：東部ほっとステーション

（サンマルシェ南館1階）