

中田かわら版 7月号

～中田地区の地域活動をお知らせします～

発行：中田連合地区経営委員会
制作：中田かわら版制作編集委員会

協力：中田連合自治会 泉区役所
横浜市踊場地域ケアプラザ

■この人に会いたい<35>

中田のマルチタレント 稀代 素子さん (山神前)

平成 29 年 5 月 10 日に踊場地区センターでお会いし、取材させていただきました。

今年 10 月 31 日で 90 歳をお迎えになるとお聞きし、その風貌からは予想できない程にお若く、驚きと共に、どんなお話が聞かせてもらえるか楽しみになりました。

期待した通り午後 1 時から 3 時まで 2 時間があっという間で楽しくお話をお聞かせいただきました。

稀代さんは、生まれも育ちも東京芝とのことで、徳川家菩提寺増上寺が近くにありチャキチャキの江戸っ子よ！と張りのあるよく通る声で語られ、思わず稀代さんの今の若さの秘訣はお聞きしました。すると昔、東京のご実家が会社を経営されて居り、ご兄弟 3 人の一番下で当時は今の自分には考えられない程に病弱で自分専任の家庭医が付いていたとのことでした。

20 代のころ秋田に住んだことがあり、秋田銀行に勤務の傍ら、NHK 秋田放送局放送劇団の募集を見て応募され、東京生まれの訛りの無い標準語と積極さで採用されてラジオ朗読劇で活躍されたそうです。

今も毎日無休で元気に飛び回って居られ、色々なサークルとマルチに関わっている稀代さんの原点となったのではと話されました。

活躍されているサークルと同好会は 10 指に及び、一部を紹介しますと、「くずの葉」コーラスは月 4 回。ボランティア活動では「朗読と語りの会」を月 4 回活躍され、更には 2 か所で「朗読の勉強会」をそれぞれ月 2 回自己啓発されています。その他にも俳句の会やアプリコット、ペーパークラフト、更には中田コミュニティーハウス「子どもクリスマス会」での読み聞かせ等に参加されています。

どこにこんな元気の源があるのかと伺いました。元気の源は「毎日を楽しむ」、「好奇心旺盛でなんでも挑戦」、「人とのお話が好き」、「食べることも大好き」、「よく歩いて身体を動かし」、「くよくよしない毎日を送ること」だとのお話でした。取材している私でさえ、時の経つのも忘れるほど楽しい貴重な時間を過ごさせていただきました。

お話のはしはしからは現代用語や英単語がポンポン出て聡明で博学さが滲んでおり、しかもそれを表には出さずあくまでも謙虚なお人柄には、学ぶべきことが多くありました。

稀代さんのような生き方や、過ごし方の方が一人でも多くなることによって、高齢者が家に引きこもりがちな現代社会の問題が明るく変化していくのだろうと思うと、かわら版で今回登場していただいた意味、更には、中田住民の多くの皆さんがお読みいただくことにより、今後の生活の参考にしていただけたら幸いと思っております。

これからも、中田地域や、マルチでいたる所での元気な活躍をご祈念いたします。

(編集委員 佐々木弘美)

[訂正とお詫び]

先号 (NO,120) 1 面の例大祭は 9 月 24 日の誤りでした。

～一人ひとりが CO₂ を減らす努力をし、美しい地球を子どもたちに残そう！～



8月のイベント

このチラシの情報をより詳しく知りたい方は、踊場地域ケアプラザ 葛西（かさい）まで問い合わせください。

TEL 801-2114 FAX 801-2923

【サマーフェスティバル】

8月19日（土）中田小学校グラウンド

※予備日 26日（土）

・ **子ども部** 14:30~18:00

お楽しみゲーム大会、ブラスバンド演奏、ビンゴ、模擬店など

・ **夜の部** 16:30~21:10

盆踊り、キッズダンスなど

内容等変更の可能性がございます。詳しくは各自治会町内会へお問い合わせください。



夏祭りについては各自治会町内会にお問合せください。

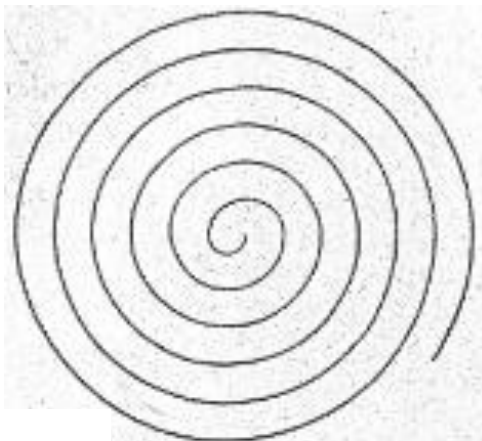
◆健康シリーズ3

脳梗塞を起こす前に――

簡単なテストで予防できる

脳の血管がふさがり酸素や栄養が送られなくなると脳の機能はダメージを受ける。脳梗塞を起こす前に「隠れ脳梗塞」を神経学的な検査法を応用し、簡単なテストで見つけることができる。

渦巻きなぞり



（上の図は原寸大）



上の渦巻きの間を、両側の線にふれないようになぞる。10秒以内で

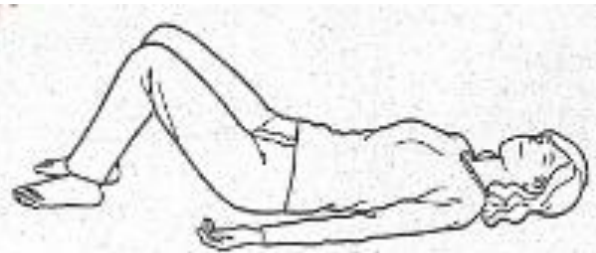
紙にペンで5mm間隔の渦巻きを5周ぐらい書く（この図は原寸大）。その内側に違う色のペンで渦巻状の線に重ならないように書く。2か所以上重なったり、はみ出したら要注意。

割り箸の袋ひっぱり

袋の両端を持って思いっきり引っばる。袋が破れたりする前に、片方の手から、すっぱり抜ければ脳から手足や顔面などへの運動の指令を伝える経路に隠れ梗塞が潜む疑いがある。

ひざ立て検査

床に背をつけ、リラックスしてあお向けになる。両足は10センチくらい開く。両足を平行に軽くひざを立て、足の裏を床につけて静止。片方のひざが外側に倒れた足と反対の脳に梗塞が疑われる。（図右）



両足を10センチくらい開いて軽くひざ立て、足の裏を床につけ、そのまま静止する

（東京・真田クリニック真田祥一医師）

「中田白百合地域情報サイト」にて地域の最新の情報や、かわら版バックナンバーなどを調べることができます。www.odoriba-cp.jpへアクセス！！