

# 上小地区賛助会 会報第117号(夏季号)

平成27年7月23日 発行

(公財) 長野県長寿社会開発センター上小支部

## 賛助会上小支部総会開催



5月28日(木) 13時30分から15時30分まで、合同庁舎南棟会議室で開催されました。上小支部長、賛助会長、来賓挨拶に続き、議長に俳画つゆ草会の泉濃氏を選出し、4議案が審議され、いずれも満場一致で承認されました。平成27年度事業計画は2面をご覧ください。



総会に引き続き、小川康先生に『ヒマラヤと信州の薬草』と題し講演をいただきました。

小川康先生は1970年富山県生まれ。東北大学薬学部卒業。卒業後、高校で理科の講師、自然学園で小中学生の指導員、民間企業で薬草茶の研究開発等に従事した後、長野県で就農し当帰栽培に取り組む。1999年インドに渡りチベット語を学ぶ。2001年メンツィカン(チベット医学・暦法大学)に合格。2009年外国人として初めて『アムチ』(チベット医)の資格を取得し帰国。「森のくすり塾」を開塾。上田市別所在住。

講演は会場との質疑の応酬で、学習の場のような雰囲気で行われました。

### 1. 信州にある薬草



信州は薬草の宝庫である。上田地方に生息しているキハダを持参され効能等を話されました。

キハダ…真田幸村が治療薬として使用。菅平にも生息。煎じて飲む。煮詰めると百草丸になる。

トウキ…(当帰)根を乾燥したもので、血の循環を活性化する作用が有る。冷え性の女性、肩こり、婦人病に効能がある。

モグサ、カラスビシャク(別名ヘソクリソウ、ハンゲ)等植物を見せながら、効能等を話す。

### 2. ヒマラヤ(チベット)にある薬草

10年間薬草研究でヒマラヤで暮らした中で、ラサ・ガンデン寺周辺を中心に27種の薬草から代表的なものについて、写真を見ながら説明された。



### 3. ヒマラヤ(チベット)で感じること。

古き良き日本の原風景、風土、宗教感が残っており、アムチを含め人として尊厳を持って生活している。

日本の薬は、いったいいつから文化を失い「モノ」になってしまったのだろうか。たしかに、薬はより安全に、よりミスのない方向へと進化していった。

「良薬は口に苦し」のことわざは、今日の子供たちにとって実感が伴わない。薬の画一化によって安全性と利便性を獲得した見返りに、薬に自分たちとのつながりを感じることはなくなりました。「かつては、地域とともにあった医者や薬が有ったのでは？」との問いに、会衆からいくつもの経験が語られた。その中でも、八反田の黒い塗り薬が話題にのぼり、廃業しているので処方判らないのではないかと。この例こそ、文化であり、古来より家庭や地域において受け継がれてきた薬の営みを顧みるものとなる。是非復活させたいものと強く訴えられました。



# 平成27年度 上小地区賛助会事業

目標：元気で 楽しく いきいきと

(1) スポーツ・リクレーション事業 予算1.5万円

月 日	内 容	会 場
9月25日(金)	グランド・ゴルフ交流会	上堀河川敷

(2) 公開講座(会員加入促進)事業 予算1.5万円

月 日	公開講座の題目(予定)	講 師
5月28日(木)	「ヒマラヤと信州の薬草」	小川 康
3月10日(木)	未 定	今後折衝

(3) グループ活動支援事業

(年間事業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平成27年度長寿社会開発センター事業の説明について</li> <li>・シニア大学2年生へ賛助会説明会(12月16日(水))</li> </ul>
グループ活動 支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ活動費交付申請及び実績報告について</li> <li>・共済クラブ使用予約について</li> <li>・上小地区賛助会事業への協力・依頼について 等々</li> </ul>

(4) 元気で・いきいき作品展 一部補助(会員加入促進事業) 予算2万円

元気で・いきいき 作品展 1月下旬に計画	賛助会グループ活動の育成と仲間づくり促進を図るため、 グループ活動等で制作された作品の展示会。 アリオ上田店 一階フロアを会場に予定 出展グループに補助を行う。(予算の範囲内)
----------------------------	---

(5) 上小支部活動発表会事業 予算1.3万円

月 日	内 容	会 場
12月11日(金)	文化講演会・作品展示・舞台発表	上田市文化会館

(6) 上小地区賛助会会報「いちょう」発行事業 予算0.5万円

月 日	内 容
年4回発行(季刊)	会報「いちょう」の原稿募集・編集・発行

# シニア大学上小学部入学式挙 行 (向学心に燃える！ 92名)

5月20日(水)午前10時より、来賓16名が見守る中、合同庁舎6階講堂において平成27年度(39期生)入学式が、92名の新入生を迎えて挙行されました。

新入生の内訳は、男性39名、女性53名。地区別は上田市76名、東御市5名、長和町1名、青木村2名、坂城町4名、小諸市2名、佐久地区2名。

4月1日現在の平均年齢70.0歳。最高齢88歳です。

長棟美幸学部長から、「仲間と交流を深め、大学での活動を通じて健康で長生きを心がけて」と式辞をいただきました。

新入生を代表して、戸泉嘉治さんが「学習して磨きをかけ、社会貢献し、人生の総決算にしたい」と抱負を述べられました。

今年度から新たに「地域課題に取り組む」講座を5講座設け、できることをできる範囲で行う試みで、卒業後地域貢献行う下地を養います。



学部長挨拶

38期卒業生代表祝辞

新入生代表挨拶



高村京子県議会議員の来賓祝辞を聞く学生



信濃の国を斉唱する学生

グループ

活動紹介

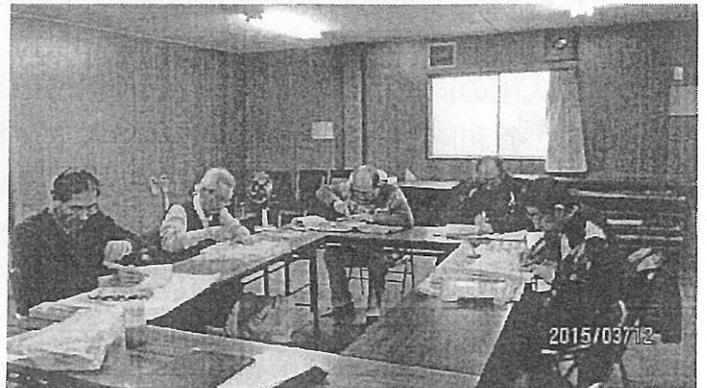
皆が先生で

のびのびと和やかに

33期

木彫クラブ

グループメンバーは第33期のシニア大学でクラブ活動として木彫を学んだ仲間と卒業後に始めた人の12名で構成されており、技術の向上と親睦を図り、生きがい作りを目的に活動しています。平成23年2月のシニア大学卒業に際して、今後の取り組みについて話し合った結果、折角道具を購入したのもう少し続けたいとの意見でまとめ本グループが発足しました。



現在は、シニア大学で未完成だった上田獅子を彫る人や新たにバラの花やバラの花籠、少女像などに挑戦し、彫刻刀の使い方を習得している初心者グループです。

講師の先生はいませんので技術向上は緩やかですが、展示会や美術館等で観て感じたものを糧に各自が講師役をやり、のびのびと和やかに談笑しながら創作活動を楽しんでいます。



グループの当面の目標は、11月の発表会に展示できる作品を作ることですが、あと3ヶ月余 充分なのか 不足なのか？……………

毎月 第二木曜日の午後 職員共済クラブで活動をしています。どうぞ宜しくお願い致します。  
グループ長 川上義雄

### 編集後記

季節外れの台風、火山の異常、梅雨も明けぬ内から避けられぬほどの暑さ列島に試練が押し寄せて来て居るかのようです。賛助会各グループの皆様充分留意して活動される様希望致します。