

# 読者ふれあいページ

「こちら虹」は楽しかったこと、  
ことをつづつてください。「お助け  
るアイデアやお知恵をお寄せくだ  
電話番号を明記ください。」

## ほけ防止と健康のために

出雲市斐川町・仁照寺住職

江角 弘道

近い将来、65歳以上の高  
齢になると5人に1人が、  
認知症を発症するらしい。

が、それよりも怖いとひそ  
かに思っているのが認知症

です。  
最近、103歳で亡くな  
られた檀家さん(女性)の  
葬式をしました。喪主(長

男)様は、あいさつの中で、  
「母は、つれあいを40年前  
に亡くした後、生け花を楽

しみ、絵を描き、書道を楽し  
しみ、友達と茶会を楽しみ、  
また自分史を出版したりし

て、死ぬまでほけないで暮  
らしました」と話されました。

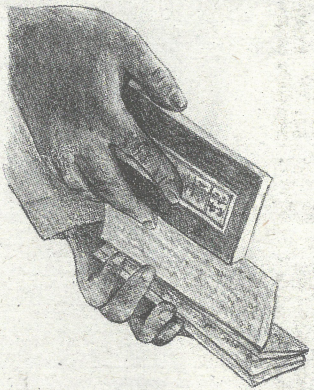
四十九日忌送要の時に  
さらに詳しく聴くと、書と  
生け花は作品が高い評価を  
得ていたとのことでした。

# 凝迷・生きる

教えの庭から

た、82歳から画家の娘さん  
ら息子さんの勧めで詩を書  
き始め、2010年に98歳  
の絵画展を開き、それを記  
念して母娘画集を出版され  
ていきました。100歳を過  
ぎても、自筆で年賀状を1  
50枚程度出し、亡くなる  
詩集は口コミで広がり、1  
上風は、えこひいきしない  
夢は平等に見られるのよ  
うに、私には「教養」と「教育」  
が必要で、私には「ほけ防止と健康の  
ために」

た。彼女が90歳を過ぎてか  
月に老衰のため101歳で  
田上さんがおられますし集『百感』を発表。13年1  
月、よく読むと「キヨウヨ  
うに「経読」を加えてもら  
いたいと思います。



挿絵 MASAKI

「今日、用があること  
、今日、行くところがあ  
ること」とあり、ほけない  
ねえ不幸だなんて溜息  
をつかないで、陽射しやそ  
ろろと表現してあります。  
私には「ほけ防止と健康の  
ために」

「今日、用があること  
、今日、行くところがあ  
ること」とあり、ほけない  
ねえ不幸だなんて溜息  
をつかないで、陽射しやそ  
ろろと表現してあります。  
私には「ほけ防止と健康の  
ために」

いし 安らぎ ころ