

# 寿楽つうしん

平成25年11月号

平成25年11月発行

発行 老人福祉センター菊名寿楽荘  
発行責任者 富田 公道  
横浜市港北区菊名3-10-20  
TEL 045(433)1255

霜月に霜の降るこそだうりなれ  
など拾月に十のふらぬぞ 藤原家隆

## 秋深し隣は何をする人ぞ

これは、松尾芭蕉が元禄7年(1694年)の9月28日、大阪に滞在したときに弟子の芝柏が主催した興業(俳句会)へ病気の為欠席することとなったため、発句(最初に出す俳句)として遣わしたもので、笈日記などに掲載されております。

正確には

○秋深き隣は何をするひとぞ

ですが、「秋深し」で覚えられている人が多いようです。

一般的には、秋が深くなり(新暦だと11月末~11月上旬)床に伏せて静かにしていると自然と隣の人の生活の音が聞こえ、隣の人は何をしている人だろうなどと色々想像してしまいます。ということになっていますが、大阪の蕉門(芭蕉一門)の興業に出席した人々(隣)に対して、こんな秋深くなった良い季節に何をしているの?俳句会でも開いているのですか?そんな良い会に出席できなくてすみません。といった挨拶を含めた俳諧味(滑稽さ)も表しているとの解釈があります。

芭蕉の晩年は、俳句の中に庶民の生活臭が漂う風流さの『かるみ』を説いていました。この興業は結局芭蕉の為に開こうとしたことから流会となって、その約二週間後の10月12日に大阪の久太郎町3丁目の花屋仁佐衛門宅で逝去しました。(芭蕉終焉の地の碑は御堂筋の道路の中にあります)



## 今月の和歌の解説

【通釈】霜月に霜が降りるのは物の道理ではあるが、では、なぜ十月に十(読みじう=時雨(しぐれ))は降らないのだろうか

【補記】ふじわらのいえたか。保元3年(1158年) - 嘉禎3年4月9日(1237年5月5日))は、鎌倉時代初期の公卿、歌人。有職読みで「かりゅう」とも呼ばれる。二十前後でまだ侍従という遅い出世だが、和歌の才能は卓越、幼いころ「霜月に霜の降るこそ道理なれなど十月に十の降らぬぞ」と詠んだのを、後白河院が大笑いして神童だと褒めたエピソードがあります。そして、その後、「新撰狂歌集」で、藤原定家、俊成父子が、「霜月にしものふるこそだうりなれなど十月はじうはふらぬぞ」(藤原定家)「十月に十のふらぬとたれかいふ時雨はしうとよまぬものかは」(藤原俊成)との句につながっていきます。日本人の、「言葉」に対する思い入れを感じますね。

家隆は和歌を藤原俊成に学びました。寂蓮の婿だったという説もあります。歌人としては晩成型でしたが、『六百番歌合』『正治百首』などに参加して、やがて同時代の藤原定家と並び称される歌人として、御子左家と双壁と評価されるに至りました。

## インフルエンザの予防の基本

◆毎年、流行シーズンの前に、インフルエンザワクチンを接種しておきましょう！  
インフルエンザの予防には、インフルエンザワクチンの接種が有効です。ワクチンの接種により、インフルエンザの重症化や死亡を予防し、健康被害を最小限にすることが期待されています。

◆手洗いうがい、マスク

外出後の手洗いうがいは、予防の基本！ 流行シーズン中は、外出時のマスク着用も忘れずに。手洗いは手や指などに付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、うがいは口の中を洗浄にします。外出後の手洗いうがいは、感染症の予防の基本です。





# 11月のスケジュール



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					英会話 水彩画	歴史講座
3	4	5	6	7	8	9
卓球開放	太極拳	つるし雛	椅子に座って エクササイズ	横浜郷土史	英会話 健康麻雀	初めての書道
10	11	12	13	14	15	16
卓球開放	茶道入門		ウクレレ教室 健康相談	歌声教室	英会話 水彩画	
17	18	19	20	21	22	23
卓球開放	太極拳	つるし雛	椅子に座って エクササイズ 栄養相談	横浜郷土史	健康麻雀	歴史講座 初めての書道
24	25	26	27	28	29	30
卓球開放	茶道入門	休館日	ウクレレ教室 健康相談	歌声教室		

## 短期講座「粘土で作るクリスマス・ツリー」

もうすぐ楽しいクリスマスがやってきます!  
あなたも手作りのクリスマス・ツリーを作ってみませんか?

2回コース:材料費800円

1回目(下拵え):11月28日(木)13:00~15:00

2回目(仕上げ):12月5日(木)13:00~15:00

場 所:菊名寿楽荘さくらの教室

募集人数:15名(先着順)

募集開始:11月5日~

(定員になり次第締め切り)



## チャリティ演芸大会・チャリティ・バザー

開催日時:11月25日(月) 9:45~ チャリティ演芸大会

12:00~ チャリティ・バザー

開催場所:チャリティ演芸大会 菊名寿楽荘大広間

チャリティ・バザー 菊名寿楽荘2階ロビー

\*チャリティ演芸大会には、大勢の  
芸達者な出演者を募集しています。  
皆さん、奮ってのご参加をお待ち  
しています。



詳しくは館内の案内をご覧ください。

## 禁煙について

「百害あって一利なし」といわれるたばこは、多くの有害物質を含み、健康にさまざまな悪影響をおよぼします。喫煙は、がんにかかりやすくするだけでなく、動脈硬化を進行させ、脳卒中や虚血性心疾患のリスクも高めます。たばこの害は、肺がんをはじめとして、咽頭がん、食道がん、胃がんなど多くのがんや、脳卒中、虚血性心疾患、歯周病、さらには生まれてくる子供への影響など、数え上げればきりがありません。たばこの害は、吸う人はもちろん、吸わない人にもおよびます。特に、メタボリックシンドロームの予防には、しっかり禁煙を実行しましょう。

たばこが健康に悪いと思っていながらもやめられないのは、たばこはニコチン依存と心理的依存の2種類の依存を生むからです。ニコチン依存は、たばこ煙に含まれているニコチンという依存性薬物への依存です。心理的依存は、たばこを吸うことが日常生活の中に組み込まれ、習慣化した状態の依存です。あなたも思い切って禁煙を。それで、どうしてもダメなら禁煙外来へ相談しましょう。

そこで、小嘶。ある患者さんが、禁煙について先生と話していました。 医者「ずいぶん顔色が悪いですね。タバコは1日に3~4本と言ったのに、さては守っていませんね。」 患者「そんなことはありませんよ。先生のおっしゃるとおりしっかり守っています。僕はもともとタバコを吸わないので、吸うことに慣れるまでは大変でしたけど。」

[編集後記]

