



内堀 隆久さん  
(塩野)

俳句の効用

最近、皆さんに「俳句を始めてみませんか」とお誘いする機会がありますが、興味を示される方しり込みをされる方とさまざまです。さて、話は変わりますが、いまでは広く知られている高齢者介護予防のメニューにある音楽療法と言うのはよく知られている言葉で、町の一次介護予防でも講座に取り入れられており、戦後に活発になった医療法の一つですが、大きく括れば芸術療法の一つとされています。

絵を描く、俳句や短歌など個別にいろいろとあり、その活動を通して、内

にこもりがちな心を開放し想像力や生命力を高め、生きる勇気や望み・楽しみを回復する効用ありとされています。特に高齢者や災害の被災者のケアと社会復帰に有効な治療法として阪神淡路大震災以降話題となりました。

さて昨年の秋でしたか、俳句月刊誌にこのような対談記事が掲載されておりました。記者のインタビューに応えているのはマスコミにてよくお顔を知られている東京聖路加病院の名誉院長「日野原重明」先生でした。

お話しを要約すると音楽療法の医療従事者とはとより一般にも知られているが、詩歌を詠む・吟ずと言うように俳句・短歌にも精神的療法としての効用は知られている。特に俳句は短歌と比べた場合に十四文字少ないので、人の心を持って自然を表現する場合、客観的表現に留まる。また主観的情緒を入れるにはあまりにも文字数が少ない。

この客観的表現が精神的療法に良いと九十五歳から俳句を始め、平成二十年の十一月に俳句療学会を設立し、名誉会長に就任したとの内容でした。

その後、御殿場にある俳句療学会の本部に発行している俳句誌「富嶽」や俳句療法の第一巻なども参考に読ませて頂き、難しい話はさておき俳句の効用をあらためて知るとともに、俳句を皆さんに知って頂きたいとこの五月より、ハートピアにては毎週木曜日の午前中利用の方々と六人ほどで和氣藹々と楽しく句会をしております。

先日参加者のお一人がこんな話をされました。今までなら踏んで歩いてきた道端の「あやめ」も俳句を始めて遠回りして踏まないようになったと。少しでも利用者の方々が安寧にてお暮し頂ければ「始めて良かったな」と思っております。

山百合の香に比する  
花なかりけり 隆久



東日本大震災と東京電力福島第一原発事故から、もうすぐ一年半が経過します。震災復興はいつ？ 5年・10年先になるのでしょうか。

原発事故で故郷を離れた人々はいつ故郷に帰ることが出来るのでしょうか。考えただけで心が痛みます。一日も早い復興と放射能が除染され、生れ育った我家での生活を願わずにはいられません。

今年6月には、台風4号が日本列島へ上陸、大きな龍巻の発生、7月に入り九州・四国・近畿地方を中心に西日本各地が局地的な豪

雨となり、生命・財産・道路などすべてに甚大な被害が発生しています。

7月10日に長野県北部(中野市・木島平村)で震度5弱の地震が発生しました。このように日本列島に地震や天災が続く中、政府は大飯原発を再稼働したが、安全の保障などないかと思

います。 私たちの自然豊かな美しい国土を、放射能汚染から守るために、ドイツ・スイスのように政策転換し、これ以上人の住めない日本にしないしてほしいものです。

茂木 勲



ふるさと大橋からの風景 (面替方面)