



大阪活性化推進総研 ニュース

2012年12月1日
創刊号

発刊に当たって

理事長 神田三嗣

この号の内容

- 1 発刊に当たって
- 2 医療講演と癒しのコンサートを開催
- 3 価値ある医療講演とコンサート
- 4 激痛椎間板ヘルニア体感随想
- 5 秋のウォーキング終る
- 6 ゴルフを楽しむ会
- 7 編集後記

ODIは2002年9月から活動を始めて、まる10年が経ちました。これも一重に会員の皆様の絶大なるご支援の賜物と深く感謝しております。今年新たな10年を目指して、更なる発展的展開を図るためのスタートの年となりますので、この機にODI会報を発行することにいたしました。

会報は以下を目的としています。

第1にODIの活動をご報告し、また皆様のお役に立つ情報をお届けすること。

第2に会員の皆様の声や日頃のご活動ご体験をご紹介すること。

第3に会員の皆様方相互に情報を交換して頂く場とすること。

この会報がODIと皆様方、更には皆様方相互の絆となりますことを願っています。

医療講演と癒しのコンサートを開催しました

加齢に伴う病気の予防や身心の健康づくりを目的にした講演とコンサートを下記の通り開催しました。日頃関心の高いテーマであるためか参加者が200名を超え大盛況のうちに終えることができました。

日時 2012年10月13日（土曜日） 14:00～16:30

場所 中央電気倶楽部大ホール

第1部 講演

『人はなぜ年をとるのか？～老化のメカニズム』

宮坂昌之 医学博士 大阪大学 特任教授

第2部 癒しのコンサート

ピアニスト 瀬田敦子



価値ある医療講演とコンサート

安次富美江子

ある友人から「医療講演と癒しのコンサート」のことを教えてもらい、参加して5年。医療に携わっている先生方の講演を聴いて、いつも先生方の熱意に圧倒されます。とても勉強になり、力づけられます。

私は、あと1、2年で70歳になりますが、「健康寿命」をモットーに、頑張っていきたいと思っています。大きな病気もせずに、これまで元気に生きてこられたのは、幸運なのでしょう。それと、元気なからだに産んでくれた両親に感謝です。

現在死亡原因のトップは、ガンだそうです。2年前の柏木先生の「ホスピスについて」の講演は本当に参考になり、理解できました。医療現場の壮絶な闘いを思い知らされました。

さる10月13日、宮坂先生の「人はなぜ年をとるのか？老化のメカニズム」と題した医療講演は、とてもわかりやすく、説明していただきました。テレビや雑誌で宣伝している「サプリメント」で、老化を防げるという医学的データはないとのこと。これこそ、私が以前から思っていた通りのことなので、胸がスカットしました。生活習慣病にならないよう、食生活と運動に気をつけるつもりです。

第二部の「癒しのコンサート」は瀬田敦子さんのトークを交えてのピアノ演奏でしたが、これも素晴らしかった！！今年3月、お父様を亡くされたそうですが、天国のお父様に届けるような、心のこもった演奏だったと思います。演奏した曲目は、私の大好きな曲ばかりでした。特にベートーベンの「月光」は、目の前で聞いた初めての生演奏だけに、とても感動しました。また、来年の医療講演を楽しみにしています。



激痛椎間板ヘルニア体感随想

ODI 参与 安藤 弘

生来、大病を患わず公的健康保険のご厄介にはほとんどなっていない専ら社会奉仕の側だと、自負していた筆者に、「傲るなヨ！！」との神罰降臨でしょうか。

”平成22年1月肝臓動脈血栓症、23年3月右足首骨折、24年3月椎間板ヘルニアと3年連続、お医者のお世話になりました。就中、椎間板ヘルニアの症状は背中左腰から右足首にかけての「間断なき激痛」でもう人生一巻の終わりかと思うほど物凄く痛み、どんな体位をとっても如何ともし難く身体に悪いこととは承知のうえ、各種痛み止めの薬で凌ぐこと約3週間で3箇所ほどの病院医院をハシゴした後、知人友人のご紹介を受けて下記ドクターの診察治療を受け、それまでの激痛が嘘のように消え去りました。素晴らしい専門医に出会え、心底感謝感激でした。

拙宅では私事恐縮ですが、毎日の全面介護を必要とする妻を特別養護老人ホーム「明星」にご無理をお願いし、預かって頂いてから約一ヶ月有余後に、久しぶりの妻の顔を観たときのその嬉しそうななんとも表現し難い笑顔に恥ずかしながら涙が出そうになりました。



沢山の方々のお世話に相成り、改めて、東北震災後の流行り言葉ではありませんが、人の絆の大切さ、そして医学の力を思い知らされました。

PR過度にならぬようにとの山上院長先生のご意向でしたが、敢えて、筆者所属のNPO大阪活性化推進総研ニュース創刊号発刊に当たりご縁のお仲間への情報伝達一筆啓上お許し頂き、紙上ひとコマを穢させて戴いた次第です。

～同病お困りの方へ～

ヤマトペインクリニック

(院長) 山上裕章 医学博士

大阪市中央区谷町9-1-18 アクセス谷町ビル1F

Tel 06-6764-0873

秋のウォーキング(4回)が好評のうちに終わる

理事(ウォーキング担当) 東井清彦

ウォーキングは皆様方の健康の維持・増進を目的に春と秋にそれぞれ4回実施しました。全回とも予想より参加申し込みが多く、どのコースも人気を博しアンケート調査の結果、ほとんどの方にご満足いただけました。現在、このウォーキングに参加および関心のあった方が100名を超えるまでになりました。来年度も同様の企画を行う予定にしていますので、積極的なご参加をお待ちしています。

(秋の実施ウォーキング)

○第1回 叡福寺・近つ飛鳥博物館コース(約5km)

10月9日(火) 参加者 21名

コース 阪南ネオポリス—風土記の丘—近つ飛鳥博物館—
葉室公園—推古陵古墳—二子塚古墳—用明陵古墳—西方院—
叡福寺・太子御廟

案内者 太子街人(ガイド)の会



○第2回 桃山御陵コース(約6km)

10月25日(木) 参加者 23名

コース 桓武天皇陵—伏見桃山城運動公園—伏見桃山陵—伏見桃山
山
東陵—乃木神社—光明寺陵—御香宮神社—宇治川畔—長
建寺
—寺田屋

案内者 森内賢一氏



○第3回 堺・与謝野晶子・千利休ゆかりの地コース(約7km)

11月8日(木) 参加者 26名

コース 鉄砲鍛冶屋敷—山口家住宅—覚応寺—本願寺—伝統産業
会館
—ザビエル公園(昼食)—菅原神社—山の口商店街—
晶子生跡—利休屋敷跡—南宗寺

案内者 堺市観光ボランティア





○第4回 長岡京市の紅葉を楽しむコース（約5km）

11月21日（水）参加者 37名

コース 長岡天満宮—長岡京市埋蔵文化財センター—寂照院—
走田神社—じゃぶじゃぶ池—光明寺—乙訓寺

案内者 長岡京市ふるさとガイドの会

O d i ゴルフを楽しむ会

会員の懇親と健康作りの一助にと考えゴルフを楽しむ会を発足いたしました。O d i 及び健康クラブの会員の中でゴルフに関心のある方はどなたでも参加できます。参加ご希望の方は「会員登録」して頂きますと自動的にこの会のメンバーになります。

会の概要は

- ① 近畿エリアのコースで定例会を春・秋各1回開催します。
- ② 会員登録料・年会費は無料です。
- ③ プレイ費、その他経費は実費とします。
- ④ 会員の希望やその他の事情により特別の会を開催したり、プロの試合観戦など適宜行います。

別途、O d i 会員・健康クラブ会員の皆様には入会申込用紙をお送りしますので、ご希望の方は必要事項ご記入の上事務局あてにご返送下されれば手続きは終了です。楽しい会にしたいと思っています。是非ご参加下さるようお願いします。

O d i ゴルフを楽しむ会事務局



編集後記

設立10周年を記念して「大阪活性化推進総研ニュース」を季刊毎に発行することになりました。昨今の情報過多のデジタル社会において、NPO-Odi ならではの特色ある情報を発信して会員の皆様にお役に立てればと願っています。日頃のご活動やご体験、珍しい情報、ご意見、ご要望等何でも結構です。会員の皆様の積極的なご寄稿をお待ちしています。（送付先：下記事務局）

今年も早や師走、日本丸はこの1年も多難な年でしたが、早く元気を取り戻せる新年となるように祈念します。



NPO 大阪活性化推進総研 (ODI)

〒530-0043

大阪市北区天満2丁目10-17 6F

TEL 06-6351-0047

FAX 06-6351-0099

E-mail npo-odi@nifty.com

URL <http://homepage2.nifty.com/Npo-Odi/>