

笑顔を咲かせよう♪

ちゅーりっぷ通信

平成26年

11月号

暮らし、いきいきあの人に会いたい
第8回

作詞家・作家・編集者
まつ やま たけし

松山猛さん(68歳)

1946年(昭和21年)京都市生まれ。ザ・フォーク・クルセダーズの『帰ってきたヨッパライ』など数多くの作詞や『イムジン河』の訳詞を手がけ、70年代カルチャーをリード。作家・編集者としても多面的に活躍。自伝的な作品『少年Mのイムジン河』は映画『パッチギ!』の原案となった。

横浜市・関内のバー-KCにて

大ヒットした『帰ってきたヨッパライ』など多くの作詞で知られています。

ザ・フォーク・クルセダーズのメンバーだった加藤和彦がぼくの親しい友人で、夜遅くまでお互いの家を行き来しているんなことを話し込むような間柄だったんです。当時、デザイナー志望だったぼくは「コンサートのポスター」などを作っていたのですが、仲のいい加藤和彦と話し合っているうちに、詞を書くことになりました。それが『帰ってきたヨッパライ』です。

ザ・フォーク・クルセダーズは期限を区切って活動していたバンドでしたので、加藤和彦は東京に行つて音楽活動をはじめることになり、その後離ればなれになるのですが、東京に行った加藤からは作詞を手伝ってくれよという依頼がちょくちょくあって。出はじめのカセットレコーダーに加藤が曲を入れて、それにぼくが詞をつけて、東京と京都の間をカセットを持って行ったり来たりしていったんです。当時ぼくは京都でデザイナーとして働きはじめていたのですが、勤めていた会社の社長さんが、せうかくのチャンスだから東京に出てやってみたらいいじゃないかと背中を押してくださいって、それでぼくも東京に出て、加藤和彦が作った新しいバンドであるサディスティック・ミカバンドの作詞などを手がけるようになりました。

京都時代の体験を書かれた本は映画『パッチギ!』の原案になりました。

そうですね。『少年Mのイムジン河』という本を書いた後、映画プロデューサーの李鳳宇と

した。イムジン河はまだ人と人を隔てているのだなと強く感じましたね。

同世代や若い世代に向けてなにかメッセージをいただけませんか。

映画『パッチギ!』のタイトルは朝鮮語(韓国語)で「頭突き」や「乗り越える、突き破る」という意味です。青春映画でもある『パッチギ!』の中で主人公たちは恋をし、いろんな矛盾や葛藤の中で苦しみ、それを乗り越えようとしています。そこにはちよびりぼく自身の青春も投影されているんですけど、ぼくだけでなくあの時代を生きた多くの人の生き方が投影されていると思います。



時代は変わりましたが、いまも同じように人と人が隔てられていたりする状況がある。グローバリゼーションという名の下の状況はいつだって困難になっているとさえ思います。

映画にひきつけていうわけではありませんが、乗り越えようとしていくことが大事なのではないでしょうか。青臭いことをいうつもりですけど、身の回りで「生懸命やれることをやってみて、それを続けていくことが少しずつ周囲の環境をよくしていくことにつながると思います。



飼っている綿羊の横を、修行中の雲水が托鉢して歩いていた様子。先が英語で表示されている時代でした。

ですから、あたりまえのよう

という方から電話があつて映画にしたいと。彼はぼくより若い世代ですが、京都市の同じ東山区出身で、ぼくが本で書いた体験をよくわかってくれたのでしょつ。

映画自体は、ぼくが本で書いたことだけでなく、いろんな人のエピソードなどが織り交ぜられています。ケンカのエピソードなど、映画では大変激しく描かれていますが、実際はあそこまでではなかったですね(笑)。

ただ、いくつかのエピソード、たとえば主人公が朝鮮学校にサッカーの親善試合を申し込みに行って、ふと教室から聞こえてきた聞き覚えのない曲に胸を打たれるシーンなどはぼくの実体験です。美しく、どこかものがないそのメロディーに、その時ぼくの魂は射貫かれました。

ぼくの育った戦後の京都・東山の泉涌寺(せんゆうじ)界隈は、さまざまな人々がいました。チャム・チョゴリを着た朝鮮人のおばさん、朝鮮戦争で傷ついた連合国軍各国の兵士たち。オーストラリア兵が

に朝鮮籍の友だちがいたし、ぼくはその時耳にしたあの美しいメロディーがイムジン河という曲と知つて、ずっと胸に残っていたのです。朝鮮人の友だちが朝日語(ちようじつご)小辞典を買ってくれて、それでぼくが訳したのが映画の中で歌われている『イムジン河』です。ザ・フォーク・クルセダーズがコンサートではじめてこの曲を歌ったとき会場が静まりかえつて、その後、嵐のような拍手がわき起こつたのは、忘れることができません。

『イムジン河』をアジア版『イマジン』と評する方もいらっしゃいますね。

ジョン・レノンの名曲『イマジン』と比べられるのは、おこがましいですけども、平和を求めるメッセージが同じという点では同じですね。

ただ映画の中でも描かれています。『イムジン河』はさまざまな理由から発売できなくなり、再発売されるようになったのは近年のことです。その時はオリコンのシングルチャートで最高14位になり、日本音楽著作権協会にも日本語詞：松山猛、編曲：加藤和彦として登録されましたが。

同じ頃、在日(こリアン)の友人から実際のイムジン河を見に行きましようかと誘われました。日本語詞を作った松山さんがイムジン河を見ていないなんて、といわれましてね。それで行くことにしました。ご存じのように、朝鮮戦争は終わりましたが、終戦ではなくいまも休戦状態です。それでもやはり緊張しながら軍事境界線近くに行くのと、案内してくれた友人が指し示したイムジン河は凍っていて、夏には機雷が浮かぶ河で



頭皮ケアでお悩み解決！

髪の毛が前より減ってきた。髪にツヤがなくなってきた。フケやかゆみがある。そんな悩みは、正しい頭皮ケアを心がけると解決できるかも。さっそくはじめてみませんか。

フケやかゆみ、髪のへたりといった悩みは、ただシャンプーで洗髪しているだけではなかなか解決しません。それは洗髪という言葉の通り、ただ髪を洗うだけで頭皮をなかがしるにしていることが多いからです。

まず頭皮のタイプに応じたシャンプー選びからはじめましょう。乾燥しやすい人は洗浄力が弱め、脂っぽい人は強めのものを。店頭で薬剤師さんに聞くとタイプに合わせたものを教えてくれます。そして髪をよく濡らし、手のひらに適量のシャンプーを

つけて、頭皮を指の腹でマッサージするように洗いましょう。

体の中でも頭皮は新陳代謝が活発。それだけに皮脂などの汚れが溜まりやすく、また血流が悪くなりやすい部分なのです。頭皮のコンディションが悪くなると、髪のツヤが失われたり、顔の皮膚までたるんできかけると顔の皮膚にもハリが生まれるといえます。たかがシャンプーと思わず、毎日丁寧な頭皮ケアを心がけましょう。

頭皮を洗うシャンプーの方法

- ① めるま湯でよく髪を濡らし、すすぎます。
- ② 指の腹で頭皮をほぐすように洗います。
- ③ 2分くらいよく洗い流します。
- ④ 地肌が乾くようドライヤーなどで乾かします。

頭皮をほぐすマッサージの方法

- ① 耳の後ろ側を軽くほぐします。
- ② 側頭部を押し上げるようにマッサージします。
- ③ 前頭部を押し上げるようにマッサージします。
- ④ 頭頂部をもむようにマッサージします。

遠い思い出、なつかしい歌



「ななの子」

都会に暮らしているとカラスは「ゴミをついばみ人間の目の敵にされる鳥ですが、本来はこの歌のように愛らしい存在なのかもしれませんね。

作詞 野口雨情

作曲 本居長世

可愛 可愛と
鳥は啼くの
可愛い七つ
の子があるからよ

可愛 可愛と
鳥は啼くの
可愛 可愛と
啼くんだよ

山の古巣へ
行って見て御覧
丸い眼をした
いい子だよ



歌のこぼれ話

七つという数字には諸説があります。カラスが七歳だとすると成鳥のため子という表現がおかしく、七匹の子を歌っているという説や、野口雨情がこの歌を作詞した頃ちょうど我が子が七歳だったので、つい自分の子を想って書いたともいわれています。

JASRAC 出1401023-401

今月のクイズ



大人なら常識!?

知っておきたい日本語クイズ

- ① 次の□に入る漢字を前後の漢字から推理してみましょう。
 - ① 練 ↓ □ ↓ 献 ↓ 背
 - ② 胃 ↓ 露 ↓ □ ↓ 荷
 - ③ 季 ↓ 紐 ↓ 演 ↓ 柳 ↓ 農 ↓ 靴 ↓ 缶 ↓ 妹 ↓ 酒 ↓ 減 ↓ 刻
- ② 次の慣用語には誤りがあります。正しい言葉に直してください。
 - ① 白羽の矢が当たる
 - ② 熱にうなされる
 - ③ 足もとをすくわれる
 - ④ 寸暇を惜しまず
 - ⑤ 取りつく暇もない
 - ⑥ 上や下への大騒ぎ
- ③ 意味を間違いやすい言葉です。正しい意味は①、②のどちらでしょうか。
 - ① 天地無用
 - ① 上下関係ない
 - ② 上下正しく
 - ② 小春日和
 - ① 春のちよつと暖かい日
 - ② 秋のちよつと暖かい日
 - ③ 思わず苦笑する
 - ① ぐらえきれず笑つ
 - ② 笑いも出ないくらいあきれる
 - ④ さわりだけ聞かせる
 - ① 導入部分だけ
 - ② 要点のこと
 - ⑤ 役不足
 - ① 役目が軽すぎる
 - ② 自分の力量が足りない
 - ⑥ やおら立ち上がる
 - ① 急に、勢いよく
 - ② ゆっくり、静かに

答えは裏表紙をご覧ください。(クイズ監修：四月朔日ユイ)

ドクター青木晃のアンチエイジング講座



「酒は百薬の長」を考える①

アルコールとアンチエイジング。とても深い関係があるようです。今号から数回にわたって、お酒がもたらす健康効果についてお話します。

実 は私、ワインエキスパートの資格も持っており、ワインスクールで講師もしています。お酒好きだからではなく(笑)、ワインのアンチエイジング効果に興味を持ったからです。

江戸時代の大ベストセラー、貝原益軒の『養生訓』にはこんな一節があります。酒は天の美禄なり。少し飲めば陽気を助け、血気をやほらげ、食気をめぐらし、愁いを去り、興を発してはなはだ人に益あり。(中略)酒は半酔にのめば、長生の薬となる。半酔。ここが重要です。血中アルコール濃度が0.02〜0.04%の爽快期が、半酔にあたります。それぞれのお酒に置き換えると、左のイラストのようになります。



ちなみに女性はアルコール代謝能力が男性よりも低いので、半分〜3分の2程度に抑えましょう。全く飲まない人より、適量アルコールを飲んでる人の方が死亡率が低いというデータもあり、お酒が体に良い効果をもたらすことが科学的に実証されています。

しかし、あくまでも適量。そしてしっかりと週2日以上以上の休肝日を作ってくださいね。



青木 晃 横浜クリニック院長
1961年東京都生まれ。1988年防衛医科大学医学部卒。防衛医大、東大医学部附属病院などで、内分泌・代謝内科、腫瘍内科の臨床研究に従事。「老化が病気を引き起こす」という観点からアンチエイジング(抗加齢)医学のフィールドにおいて早くから活躍。最新作は「『いい眠り』は体を引き締める睡眠ダイエット」(新講社)

クイズの答え
 1-1 栗苗など「西」の入る漢字(東西南北) 2 葉歯など「ハ」と読める漢字(イロハニ...) 3 神・紳など「申」の入る漢字(十二支)
 2-1 当たる↓立つ 2 うなされる↓浮かされる 3 足もとを↓足を 4 惜しまず↓惜しんで 5 暇もない↓島もない 6 上や下への↓上を下への

お客様の声

- 加藤タキさんは70歳近くでもバリバリ活躍されててかっこいい方です！血筋だけでなく自分で道を切り開かれてきた自信がお顔にも表れていると思いませんか？紙面から元気をもらいました。(南区M様)
- 加藤シズエさんは日本初の女性議員として活躍の歴史があり、長女のタキさんも国際的な活躍をされているのは、「母」としての視野の広い愛情深い育て方の賜物だったと納得しました。(神奈川区I様)
- お盆休みに来た次女家族にポット簡単調理を作りとても喜ばれました。少し贅沢してシャケ缶を使いポン酢醤油をかけ大葉をのせました。(鶴見区S様)
- 「今月の協会ニュース」の料理に挑戦しようと思っています。以前テレビでポリ袋の料理を見て、面白いなと見てるうちに書き留める時間もなく忘れかけていましたが、今度はぜひやってみます。(金沢区E様)
- いただいた拡大鏡はとても便利です。外出の手提げ袋に入れて重宝しています。薬屋さんで外箱の説明書きを読むのに手放せません。(西区K様)

平成26年9月号の感想

お客様相談室

平成25年度
「お客様アンケート」の報告

「訪問看護」編

平成25年12月、訪問看護ステーション(にし・金沢ろるみ)をご利用のお客様全員にスタッフの「仕事をするうえでの基本的なこと」と「接遇」についてお聞きしました。多くのお客様に「利用手続きや処置について十分に説明してもらった」「質問に対する答えがわかりやすかった」「状況や要望についてよく話を聴いてくれた」などお答えをいただき、「接遇面」も併せて大変よい評価をいただきました。

〈看護師さんや作業療法士さんと一緒に頑張っています〉(緊急時、迷っているときのアドバイスが心強い)〈看護師さんを信頼しています。良好な関係が看護や介護によいものとなつている〉など、温かい「ひとこと」もいただきました。これからもお客様とのコミュニケーションを大切に、サービスの向上に努めてまいります。

皆さまからのお便りをお待ちしています。

編集部では、ご意見、ご感想、とりあげて欲しいテーマなど皆さまからのお便りをお待ちしています。お便りくださった方の中から、**抽選で5名様に薄型ルーペをプレゼント**いたします。ふるってご応募ください。



〒221-0055

横浜市神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階
横浜市福祉サービス協会「ちゅーりっぷ通信」編集部

今月の協会ニュース

「介護の日&よこはま健康スタイル」フォーラムに出展

11月1日(土)10時~17時 パシフィコ横浜 会議センター1・2階で開催される「平成26年度 横浜市「介護の日&よこはま健康スタイル」フォーラム」(入場無料)に協賛し、出展します。協会は介護についての相談コーナー・測定器を使ったヘルスチェック・マスコミでも取り上げられ、大好評いただいているチューリップ体操のデモンストレーションを行います。

また、フォーラムの基調講演として講師にプロスキーヤーの三浦雄一郎氏をお招きし「世界最高峰の健康法」80歳エベレスト登頂〜(講演時間13時~14時30分開場は12時30分)と題してお話しいただきます。この講演には当日会場の2階で9時から配布する先着1,000名1人1枚までの入場券が必要です。

介護や健康に関するコーナー、パネル展示や体験コーナーなど盛りだくさんな催しとなりますので、ぜひお運びください。お待ちしております。

介護者のための相談電話

介護に疲れたとき…ほっとライン

介護に疲れて行き詰まったり、不安になったりしたとき、ひとりで悩まないで、ほっとひと息ついてみませんか？

📞045-450-3194

「お客様相談室」をご利用ください

「お客様相談室」では、事業やサービスについてのご意見やご要望をお受けしています。まずはお気軽にお電話ください。

📞0120-701-782 FAX 045-450-3158

※受付は年末年始および祝祭日を除く月曜~金曜の8:45~12:00 / 13:00~17:15まで。ご相談の秘密は厳守いたします。

協会の理念

- お客様の満足
- 人を大切にし共に育ちあう企業風土
- 公正で透明感のある企業倫理

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会

〒221-0055 神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階

📞045-450-3110 FAX 045-450-3115

🏠ホームページ <http://www.hama-wel.or.jp/>