

どすこいかわら版

発行 墨田区 編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部

「小さな博物館」訪問④

「桐の博物館」

浴衣に桐下駄で夕涼み、これからの季節にぴったりです。両国4丁目にある「桐の博物館」は墨田区の「小さな博物館」として、平成8年に登録されました。桐屋田中の4代目、田中雅一様にお話を伺いました。

☆創業は？

明治25年に神田で創業し、昭和47年に現在の場所に移りました。昔は家具屋といえ、桐タンス屋として、桐、指物、塗物に大きく分類されます。

☆桐製品の数と特徴は？

何百種類もあります。タンスだけでも数百種類あるんです。桐はとても軽く湿気に強く、立木には虫が付きませんが、乾燥させると虫が付きにくく、耐久性に優れ、断熱効果が高いです。また、桐は生育20年で材料として使用できたり、翼

(よく)のついた小さな種子は風でよく散布され、発芽率が高いという特徴があります。何度でも再生できるということもあり、資源の十分でない時代に桐製品

が普及しました。先人の知恵ですね。

☆嫁入り道具に使用された理由は？

昔は、女性には相続権がなかったため、嫁に行く時になるべく多くの着物、タンス、家具などの財産を持たせようとしていました。

西日本に行くほど派手だったそうです。そのような際に桐製品は割れや狂いが生じにくく、着物にカビがはえない、痛まなかったため、大事な物、骨董品も桐の箱に入れて保管されていました。

☆再生が可能？

世界で桐を家具として使っているのは日本だけです。高温多湿な気候が桐の持つ性質にピッタリなのです。

また、桐のタンスは、金属



の釘を使わず、木の釘を使用し、削りやすく作っています。品質にもよりますが、きれいに使用することによって、100年以上はもちろんのこと、150年は使えます。桐は本当にエコな材質なのです。この博物館にも180年前に作ったタンスがあります。

☆現在の桐製品はどの様に変化していますか？

若い方の中で浴衣がブームになり、着物に興味を持たれた方の中で小さめのチェストが人気です。住環境の変化もあり、求められる形、サイズがコンパクトになりました。

☆タンス作りの工程は？

本体は新潟、春日部などで、形になるまで作り上げ、この工場では仕上げです。色づけ、華飾、金具の取り付けといった仕上げをこの工場で行っています。

☆今後の抱負は？

桐の軽さを生かして、高齢者の方向けの家具や、身近に使えるような物を作っていきたいと思っています。桐は素晴らしい素材なので、**・取材を終えて・・・**

ショールームには桐下駄、桐サンダル、桐の米びつ、まな板、トートバッグなどの小物から江戸文化年間製造のタンスや400年以上前の一弦琴、桐で作ったギター、リフォームしたタンス、使い勝手の良さそうなテーブルと椅子、見ているだけで楽しくなる場所でした。

住所: 墨田区両国四丁目一番八号
電話: 03-3632-0341
開館日: 毎日(水曜日、ゴールデンウィーク、夏季、年末年始を除く)
開館時間: 午前10時~午後5時まで

診療所の窓口から シリーズ 30

武田 裕 未

— 口(くち) —

Kさんは、口を「あーん」と大きくあけて、鏡にうつる自分の奥歯を見ながら、歯を磨いていた。

午前中に受診した歯科で、そのように歯ブラシを使うよう、教えてもらったからである。どうやら磨き方に癖があるようで、すごくきれいになっているところと、ぜんぜん汚れが落ちていないところがあったのだ。そこで、かたよりのないように磨いている最中なのである。

歯科では他にも大事なことを習ってきた。「まずは自分で歯みがきなどのセルフケアをすることです。」
「定期的に健診を受けるといいですね。虫歯や歯周菌を早く発見・治療することができず。」
「確かにそうだと思います。」
「唾液は消化の助けとなるだけでなく、虫歯菌を洗い流す働きもしています。嘔むことで唾液が分泌されるので、全部の歯を使って噛みごたえのある食品、例えば、根菜、りんご、小魚などを食べるといいでしょう。」
「砂糖の摂り過ぎると歯ぐきの炎症がおこりやすくなります。また、刺激の強い香辛料も取り過ぎに注

意が必要です。」といったことはわかっているにもかかわらず、ことばかりだ。意外だったのは、「ストレスや睡眠不足は免疫の機能を低下させて、虫歯や歯周病などを悪化させてしまいます。過労を避けて、リラックスをこころがけましょう。ただ、眠っている間のいびきのタイプによっては睡眠時無呼吸の可能性があり、寝ている時も熟睡感がなく、昼間に眠気が続くことがあります。これについて

では、内科や耳鼻科を受診してください」ということだった。どうも口は、独立で存在しているかのようには錯覚してしまいがちだが、そうではなく、全身につながっているのだ。

他にも、「歯ぐきのはれや、出血、水がしみる、歯がぐらぐらする、口臭などの症状が出た時は受診しましょう。また、唾液が減つて、いつも口が渴きがちな人の場合はドライマウス(口腔乾燥症)の可能性があります。乾燥すると細菌が繁殖しやすくなり、むし歯や歯周病の進行が進みます。とくに歯周病は、全身の病気のリスクを高めると言われているので、早めの対応をしましょう。」など、いろいろな注意点があつた。

「よし、これでもいい磨けた」と思う。でも、完璧な出来であるという自信はない。こんなに小さな空間なのに、どうしてこんなに難しいのだろう。鏡に映る歯ブラシを片手にした自分の姿をながめながら、Kさんは途方に暮れた。



<7月のパスタ>

手軽にクッキング22

サラダパスタ

(1人分 391kcal)

<材料 2人分>

- スパゲッティ 140g
- ブロッコリー 1/2株
- 塩 小さじ1/3
- 黒コショウ 少々
- 粉チーズ 大さじ1
- オリーブ油 大さじ1
- サニーレタス 2枚
- ミニトマト 6個
- ゆで卵 1個



<作り方>

1. ブロッコリーは小房にわける。
2. 鍋にたっぷりの湯をわかし、スパゲッティを入れてゆでる。
3. ゆで上がる3分前にブロッコリーを加え、一緒にゆでる。
4. ざるにあげ、しっかり水切りをする。
5. 4のパスタを使った鍋にもどす
6. 冷めないうちに、粉チーズ・オリーブ油・塩を加え調味する。
7. 全体を混ぜ合わせて、サニーレタスを敷いた器に盛りつける。
8. 黒コショウをふりかける。
9. トマト・ゆで卵を飾る。

*パスタと野菜を一つの鍋で～、水とガスと時間の節約を。手間のかけ方を工夫して、手間かけ料理を!

(協力: 食育支援部)

龍馬をめぐる旅

西山 明夫

昨年夏に、長年の夢であった四国は高知土佐へのひとり旅を敢行した。目的は徒手空拳でニッポンの洗濯を成し遂げた幕末の志士坂本龍馬の生まれ故郷を訪れ、同じ空気を吸い、少しばかり(?)トウが立ってはいらぬものの、平成の志士として世の中の役に立てる人間へと飛躍したいという志を持ったからである。

旅の出発は江戸東京の八重洲口からの夜行バス。実はこの付近は、青年龍馬が剣の修行に励んだ北辰一刀流の道場があったところである。不思議な縁を感じつつバスに乗り込めば、これまた偶然故郷土佐へと里帰りする会社の先輩に遭遇。現地での再開を約束し、酒を交わして就寝した。翌朝高知駅に到着すると、大河ドラマの影響もあり、まさに街は龍馬一色。気持ちも自然に高ぶっていった。まずは、龍馬もよく出かけたと言われる桂浜へと向かった。当日は天気晴朗なれど浪高し。南国の照りつける太陽の下、荒ぶる太平洋を眺めつつ、龍馬も想いを馳せ

への航路を小生も飽かず眺めた。陰鬱なテロリズムの横行する、幕末の京を颯爽と駆け抜けた32年の生涯の心根には、きつとこのどこまでも広がる地平線があつたのだろう。自然と笑みがこぼれてきた。

翌日は龍馬の盟友と言われた同じ土佐の志士中岡慎太郎の生家(記念館)を訪れた。高知から列車に乗れば、昨日の先輩と友人、そしてそのお孫さんと遭遇。みんなで仲良く列車の車窓に流れ来る海風に身を任せた。高知駅から約1時間半で奈半利(なはり)駅に到着し、ここで皆と別れ、ひとり約2里(約8K)先の北川村へ徒歩で向かった。流れを落ちる汗をぬぐいつつ、慎太郎も通ったであろう山道を歩いた。2時間近く歩いて漸く到着。幼き頃から文武の道に精進し、若き庄屋として農民から信頼の篤かった誠実な人柄に触れることができたことは大きな収穫であった。

最終日には先輩たちと四万十川(四万十市)へ向かった。同

じ高知といっても100キロ以上離れた場所であり、車で2時間以上かかったが、その清流に足をつけることができたのはよい体験であった(先輩は齢60歳を超えてなお見事な泳ぎを披露されていた!)。実は若き龍馬も普請工事に駆り出され、中村(現四万十市)に長期滞在したそう。きつと四万十川で気持ちよく泳いでいたことだろう。

かくして小生の龍馬をめぐる旅は幕を閉じた。その後何が変わったというわけではないが、「志」を持つことの大切さを若い人に伝えていきたいとの念を強く抱くようになったことは確かだ。世の中は混沌としているが、だからこそ、力強く歩いて行きたいと思う。龍馬がそうであったように。

(3) 元気で100歳!! 墨田で生きよう!! 定年後の大きな生きがい発見!!

また偶然故郷土佐へと里帰りする会社の先輩に遭遇。現地での再開を約束し、酒を交わして就寝した。翌朝高知駅に到着すると、大河ドラマの影響もあり、まさに街は龍馬一色。気持ちも自然に高ぶっていった。まずは、龍馬もよく出かけたと言われる桂浜へと向かった。当日は天気晴朗なれど浪高し。南国の照りつける太陽の下、荒ぶる太平洋を眺めつつ、龍馬も想いを馳せ

☆ 墨田区では毎月1日、15日に地域のイベント情報等をパソコンメールで希望者にお送りしています。ご希望の方はお名前をメールでお知らせください。件名にメルマガ希望と記入してください。

tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp

「シニア人材バンク登録者募集」

ボランティア活動をしたい方の登録と依頼に応じた派遣を行っています。

パソコン、麻雀、将棋、子育て支援、日本語支援、家事援助、生活支援、健康教室のお手伝い、各種講座、講演会の企画から会場の準備作業など、どなたでも気軽に参加できる、さまざまな活動をしています。

皆様の知識、経験、特技、趣味等を地域で活かしてみませんか?

今月の東京スカイツリー報告

7月11日より、予約なしでスカイツリーに上れるようになりました。初日も大勢の人が並んだようです。



平成24年度 第2回 生きがい講座

簡単キレイなメイクアップ講座

明日から「あなたもできる!」スキンケアとお肌の手入れ

いつまでも若々しくありたい。そして、魅力的でありたい。

齢を重ねても持ち続けたい気持ちです。日常のちょっとした心がけでできるのです。

日々のお手入れ方法、紫外線対策、チークの実習、お化粧品方法等 実習を兼ねてお話いただきます。

講師：石沢 ゆかり氏 (シニアメイクアップアーティスト)

日時：平成24年8月1日 (水) 午後1時30分から3時30分

場所：すみだ女性センター 会議室(墨田区押上2-12-7-111)

定員：30名 費用：無料 対象者：おおむね55歳以上の方

持ち物：特になし

申込み・問合せ：NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部

電話：5631-2577 (平日午前10時から午後4時)

主催：墨田区 企画・運営：NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部

24年度

いきいき健康教室

すこやかに生きがいのある高齢期を過ごす知恵を一緒に学んでみませんか?

“からだ・こころ・あたま”の「いきいき度」をアップしましょう!

[日時・会場] A・Bコース (各5回で1コース)

	内 容	Aコース	Bコース
		向島保健センター 東向島5-16-2 電話(3611)6135	本所保健センター 東駒形1-6-4 電話(3622)9137
1	すこやかな毎日を過ごすために あなたのいきいき度チェック 毎日続ける運動のヒント	9月14日 (金)	9月19日 (水)
2	おいしく食べるお口のケア 楽しく学ぶ毎日の食事	9月28日 (金)	10月3日 (水)
3	認知症を防ぐ生活のポイント 歌って元気、すみだ花体操 骨密度の測定	10月11日 (木)	墨田区役所2階 リバーサイドホール・イベントホール
4	お口の養生法 ストレッチ体操	11月8日 (木)	墨田区役所2階 リバーサイドホール・イベントホール
5	血管年齢の測定 すこやかに過ごすための食事 これからの体力づくり 私のあゆみ&振り返り 教室のまとめ	11月30日 (金)	11月21日 (水)

※時間はいずれも
午後1時30分～3時30分

定員：各コース定員30人

対象：区内在住の65歳以上
の方

費用：無料

申し込み：8月13日 (月)

午前8時30分から電話で申
し込みください。

◆Aコース 向島保健センター
電話(3611)6135

◆Bコース 本所保健センター
電話(3622)9137



※ 10月11日 (木)・11月8日 (木) はA・Bコース合同で実施します。

※ 全5回で1つのプログラムとなります。ご希望の日程だけの参加はできません。



発行 墨田区福祉保健部高齢者福祉課
〒130-8640 東京都墨田区吾妻橋1-23-20

編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部
〒131-0032 東京都墨田区東向島1-17-8(2階)
電話 03-5631-2577 ・FAX 03-5631-2578
(平日午前10時から午後4時)

メール tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp
<http://members2.jcom.home.ne.jp/tehnendosukoiclub/>

梅雨が明ける前ですが、
日差しは真夏のように
す。
最近、夕涼みにス
カイツリーの周辺に出
かけています。そこも
大勢の人で賑わって
ます。

編集後記