

ローズライフ

Rose Life Vol.25 秋 2015

発行 京阪ライフサポート株式会社 〒573-1121 大阪府枚方市楠葉花園町14番10号 京阪くずは駅ビル南館3F 電話072-8680321

ローズライフ
インタビュー

藤原禮三さん

90歳
(大正14年生まれ)
平成27年6月ご入居

陶芸の極道、今はのんびり
故郷の酒を味わう。

私はね、三十代からのめり込んだ

陶芸の極道なんです(笑)。交野線・郡津の自宅にある窯を桜里窯と名付け、自身は「由庵」と名乗り、落款も自分で作ったりしていました。陶芸は形や色、肌合いなど、なかなか思うようにいかないところが魅力。長い間、化学の教師をしていたので、化学という面からも陶芸を楽しみました。陶芸に適した土を山へ取りに行ったり、黒を出すために京都の川原の石を釉薬に調合したりね。さまざまな反応をイメージし、そのイメージ通りになるよう工夫するのが楽しいんです。

といっても、陶芸は体力のいる仕事なので、今はしていません。もう十分に陶芸と遊びました(笑)。陶芸に夢中で地味



に暮らしてきた私ですが、いい師にたくさん出会い、不思議とみなさんに可愛がられました。そのおかげでこういった作品を作れるようになったことが私の宝です。

三年前に家内が亡くなり一人暮らしでしたが、娘の近くで暮らす方が何かと便利なので、こちらに入居し、毎日のんびり暮らしています。自宅にいた頃、毎朝夕一時間散歩していたので、ここでもそれは続けています。時々昔の作品を眺めて当時を思い出し、好きな手作りの器で故郷・広島のお酒、賀茂鶴をいただく。そんな暮らしがいいですね(笑)。(ローズライフくずは 六階サロンにて)

秋、庭園を愛でる

明治七年に創業した(株)曾根造園は、京都を中心に庭園の管理や造園を行う匠集団。天龍寺、東福寺など寺社との関わりも深い中、今回は特別に天台宗の名刹・真如堂に場をお借りし、若き三代目に紅葉や庭園についてのお話を伺いました。

KEIHAN 京阪ライフサポート

真如堂

京阪グループの「新しい介護付住宅」

ローズライフ 京都 Rose Life Kyoto

西大路五条すぐ、京都市立病院北隣。見学会受付中!



常に介護を必要とされる方に...

ホーム見学会 10/17(土) 11/8(日) 11/21(土) 12/6(日) 10:30~ / 14:30~

KEIHAN 京阪ライフサポート

☎0120-381-602

ローズライフ 🔍 検索

京都市中京区
壬生東高田町1番23

居室
介護ベッド・サイドテーブル・
カーテン・エアコンは備え付け

紅葉の美しさに定評がある真如堂。

年間の樹木の剪定は、主に八月と十二月に行いますが、姿は整えられても紅葉は人の手ではどうにもなりません。気温が下がりが八度ぐらいになると木が水揚げを控えるので、紅葉が始まります。その後、寒暖を繰り返すと色づきが悪くなってしまうですが、急激に気温が下がると、目を見張るような紅葉になります。

ここ真如堂は紅葉の名所として有名で、シーズン中は多くの拝観者で賑わいます。参道を覆うように枝が低く張り出したもみじのトンネルに始まり、境内いたるところで美しい



本堂裏の敷きもみじ

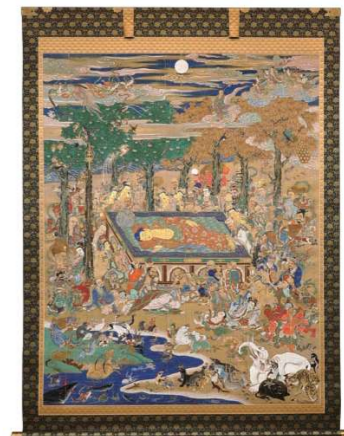
紅葉が楽しめます。本堂前ではカエデ科の希少品種「花の木」が美しく色づいた姿を見せてくれますし、紅葉越しに見える三重塔、そして晩秋には本堂裏一面を染める「敷きもみじ」も見事です。

お寺の創建は平安時代の中頃、永観二年（九八四年）、比叡山延暦寺の戒算上人が、延暦寺常行堂の本尊であった阿弥陀如来を遷座したのが始まりだそうです。国の重要文化財である本堂をはじめ、見どころは多く、庭園も心を落ち着かせてくれますので、ぜひ拝観してみてください。



涅槃の庭

心にゆとりをもつて庭園と向き合う。



大涅槃図（縦6.2m 幅4.5m）

本堂から渡り廊下を越えた所にある書院の庭は、このお寺の宝物、大涅槃図をモチーフに一九八八年、先代の曾根三郎が作庭した「涅槃の庭」です。

お庭の観賞は難しいといわれますが、テーマを知ると面白いですよ。代表的なものは蓬萊山や鶴亀、龍門瀑でしょうか。龍門瀑は、鯉が滝を登って龍になる様子を造景したものです。鯉が龍になろうと努力する姿を僧が悟りを得るまで努力しなければならぬことにたとえて、禅の精神を教えています。禅宗寺院の庭を作らせていただくことが多いため、どちらかというと、私は石組で禅の心を映す空間美、造形美を表現することが得意です。

日本庭園には池を中心に庭を巡る

池泉回遊式庭園や白砂と石を組み合わせた枯山水、茶室に付随する露地庭などの様式があります。「涅槃の庭」は、大文字山が望める東山を借景にした枯山水で、北を頭にしてお釈迦様が入寂された時の様子を表現しています。周囲の石は弟子や動物たちが悲しんでいる姿、白砂はガンジス川に見立てています。誰にでもわかりやすく、ずっと心に入る先代好みの造りで、非常に完成度の高い庭です。

このほかにも作庭家・重森千青氏（ちかき）が家紋をイメージして作られた「縁の庭」や露地庭もあります。それぞれに個性のある庭ですので、じっくりと向き合う時間を作ってみられてはいかがでしょうか。



代表取締役社長 曾根将郎さん

株式会社曾根造園
京都市北区大北山原谷乾町255-6
TEL.075-462-6058

真正極楽寺（真如堂）しんしょうごくらくじ（しんにょどう）

京都市左京区浄土寺真如町82 TEL.075-771-0915 拝観受付：9時～15時45分 市バス「真如堂前」または「錦林車庫前」下車。徒歩約8分。

いきいきコラム

25

体の柔軟性を保つ

「骨盤の寝たきり」にご用心。 腰まわりの筋肉をほぐして 体の動きをスムーズに。

筋肉をやわらかくし、自由に動ける体を長く維持するための運動として、今回は肩甲骨を意識したストレッチをご紹介します。その第二弾は骨盤を動かして腰まわりの筋肉をほぐすストレッチです。

本来、骨盤はまっすぐに立って背骨をS字型に保つ役目をしていません。でも、三角形に似たその形から後ろに倒れやすく、骨盤が後ろに倒れると体重も後ろにかかって背骨が丸くなります。この状態で腰の筋肉が固くなると、体の動きが制限され、知らないうちに活動量が少ない生活に陥りがちです。骨盤を意識して立たせたり寝かせたりする運動で腰まわりの筋肉をほぐし、骨盤を本来の



京阪ライフサポート株式会社
ローズライフ事業部 真藤英恵
ケア事業部 部長
理学療法士。病院、在宅訪問で高齢者ケアと健康増進に携わり、2003年入社。現在に至る。

位置に戻りやすくすれば、姿勢が良くなり体の動きもスムーズになります。ご高齢者向けの体操教室などでは骨盤の運動を入念に行うことで、立ち上がりの動作などが楽になったとのお話もよく聞きます。

腰は体の要。骨盤を意識したストレッチで、動きやすい体を少しでも長く保ちましょう。

ローズライフ

Rose Life



①骨盤を寝かす。
手を出し頭を下げ、おへそを見るようにお腹をくぼませて背骨を丸くする。



②骨盤を立てる。
手を上にあげながらおへそを突き出し、胸を反らせるようにする。手を前に戻して①の動作に戻る。これを数回繰り返す。

京都お探店「おやつ工房雅」

猫のサインやラベルが可愛い「おやつ工房雅」は、和の素材を取り入れたスイーツが人気の店。おすすめは、ほうじ茶クリームの風味とわらびもちの食感が絶品！の「わらびもちロール」と、百三十円という価格がうれしい半熟タイプの「おやつチーズケーキ」。店内にはカフェもあり、和テイストのケーキをほうじ茶でいただくだけで、気持ちもほっこりなごみます。



京都市中京区壬生東高田町50 グレース五条1F
営業時間：10:00～19:00 カフェラストオーダー 18:30
定休日：不定休 TEL/FAX. 075-322-0850

京のお菓子歳時記「秋」

「み月」 御寺の夜空に浮かぶ満月をイメージ

栗羊羹に村雨を重ね金箔をあしらった「み月」は、総本山御寺泉涌寺、第一五四世長老 上村貞郎殿下よりご命名・ご染筆を賜った特別なお菓子です。御寺の「御月」。美しい「美月」。魅力的な「魅月」。ますます栄える「弥月」。味わう「味月」。いろいろな月を愛でていただけますように。（文 十代目女将）



秋の紅葉の期間、泉涌寺境内でのみ販売

創業享保元年 京菓子司 笹屋伊織
京都市下京区七条通大宮西入花畑町86（火曜日定休）
TEL.075-371-3333 イオリカフェも併設。