

書籍紹介

薬いらずで認知症は防げる、治せる!

認知症医療で後悔しない3つの方法

高齢者の危険運転、近所間のトラブル、駅内暴力……。近年、認知症がらみの事件や事故が多発している。2025年には、65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症になると言われ、もはや他人ごとではない時代が到来しつつある。



176P 価格1080円(税込) 佐藤俊彦 長谷川亨 著 イースト・プレス 発行

それは認知症の原因です。機能低下のメカニズム、「摂取すべき食品」の観点から説明している。認知症治療の最新線がわかる一冊。

福島県の今を知る

動画「ふくしまの今」

環境放射線と食の安全」公開



モニタリングポスト等の設置による空間放射線量を正確に測定している

原発事故に見舞われた福島県では、この6年間の間、住宅はもちろん道路や農地、公共施設などで除染活動を続けてきた。県内3700カ所を超すデータ測定調査の結果から、空間放射線量の値は避難指示区域を除くほとんどの地域で、海外の主

要都市と同レベルまで低減していることが確認できている。同県では、県内の環境放射線と食に対する安全性への取り組みを知ってもらうために、動画「ふくしまの今」環境放射線と食の安全」を公開した。本動画は県の公式動画を集めた「福島県の今を知る動画スペシャルサイト」から見ることができる。



福島県の今を知る動画スペシャルサイト QRコード

其の九十六

「梅の実」

能楽師 坂井 音重

梅雨というと雲も垂れ下がり、シトシトと雨が降る空模様を連想する。

梅雨は、中国の長江下流から台湾、日本の沖縄へと訪れる長い長い雨の季節だ。この時期、湿度が上がり黴(カビ)が発生する。季節の特色として「黴雨(ばいう)」と言われていた。

毎日毎日降る雨。それに梅という字を当てはめ、「梅雨(つゆ)」という言葉が使われるようになった。

めづらしき花

花を知り、

花を求め

この季節の梅の実が緑色で、いかにも初々しく、生命力を感じると。梅の実が大きくなると枝から離れ、人々はその実を大切に、季節の紫蘇の葉など共に保存食として各家でせつせと作ったものだ。人々が色々工夫し、その作り方で微妙な、尚且つ特色のある「梅干し」

が出来上がる。

長い間伝えられた梅干しは、人の体に優しく殺菌作用もある。年々歳々その味わいも変わり、和食の調味料として欠かせないものとなっている。そのさじ加減によって料理の出来栄がコロリと変わってくる。いわば、神秘をたたえた貴重な食品といえよう。

能はユネスコで世界無形文化遺産の第1号に認定された。我が国で文化が開花した「室町時代」の芸能が六百年もの間、磨きに磨かれ、その価値観が認められたのである。

長く続いただけでは何の意味もない。「人間の生命力」が吹き込まれていなければ形骸化し、その外見の様を見るだけでは、人から人へ伝えられていく芸能とはいえない。

人はどうして争い、どうして悲惨な現状を生むのだろうか。

情報社会の発信される世界各地の、いつも私の心のなせに争いが起るのか。なぜに白だろうか。自己の思いやりが、かと思われない。いま私が現代を生きる時、ある時ろしく。ある時く。またある寂一に演じられ梅雨の鬱陶しい梅の実を見える切るのがあはなく、何か白と。その大切さの中で心のゆ……。日本にはしい四季があふ世の、心に時つけられるの