

リレートークの予定

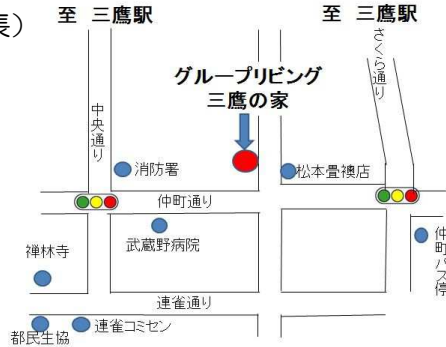
2月26日(月) 午後1時30分～3時30分
(仮) デイサービスの目指すところ
国府田祥二さん(高齢者センターけやき苑所長)

3月26日(月) 午後1時30分～3時30分
(仮) 団塊から寄り合いへ
若林 明さん(北区桐ヶ丘団地・一寸手伝亭)



ウォーキング、健康食事
ケアプラン「健康からだとかいご計画」

みたか・みんなの広場は、市民
のみなさんの集いの場です。



みたか・みんなの広場
三鷹市下連雀4-5-19 みたかの家内
連絡先 080-1362-5359 なりきよ

みたか・みんなの広場 催しのご案内

開催日時	テーマ	参加費用・場所	主催・問い合わせ
2月1日(木) 11:00～18:00	足もみ健康法(リフレクソロジー)～感じよう!あなたの身体～ 30分 2000円～(予約優先)(毎月第1木曜日)		中村 080-6507-1959
2月3日(土) 15:00～16:30	鉄ちゃん、集合! 私は乗り鉄、あなたは、撮り鉄? 中学生以下100円、大人300円(毎月第1土曜日)		みたか・みんなの広場 鈴木 ☎080-1022-2281
2月7日(水) 13:30～15:00	みたかオレンジカフェ1(昼どき) 認知症、高齢者介護なんでも相談。(毎月第1水曜日)		みたか・認知症家族支援の会 石村 ☎080-6627-3551
2月10日(土) 13:30～15:00	般若心経カフェ: インドでお釈迦さまが始められた仏教を中心に仏教 全般を考えます。(毎月第2土曜日500円)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
2月17日(土) 13:30～15:00	タロット占い: 自分自身を見つめ、あしたの自分に進むために 3,000円/30分(毎月第3土曜日、前日までに予約)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
2月24日(土) 13:30～15:00	茶話会「病氣とともに生きる」(毎月第4土曜日) 病氣となかよくなるしょうずな生活法		HumannLoop「人の輪」 竹内 ☎090-7632-7251
2月26日(月) 13:30～15:00	リレートーク「(仮) デイサービスの目指すところ」 国府田 祥二さん(けやき苑所長)		みたか・みんなの広場 なりきよ ☎080-1362-5359
2月27日(火) 19:00～21:00	みたかオレンジカフェ2(夕どき) 認知症、高齢者介護なんでも相談。(毎月 第4火曜日)	会費無料 東郷医院みんなのWa	みたか・認知症家族支援の会 石村 ☎080-6627-3551
毎週土曜日 10:00～12:00	ノルディックウォーキング(レンタルポール 有り) *毎週土曜日10時～11時30分	参加無料・三鷹市民協働セ ンターロビー集合	なりきよ(みたか・みんなの広場) ☎080-1362-5359
毎週火曜日	マッサージ教室(外反母趾対策)	主催者までお問い合わせく ださい。	篠山(しのやま) 080-9694-5884

NPO法人HumannLoop「人の輪」
http://humannloop.web.fc2.com/

みたか・認知症家族支援の会
http://mitakanfs.blog.fc2.com/

三鷹市医療と福祉をすすめる会

NPO法人グレースケア機構
http://g-care.org/

NPO法人日本シニアジョブクラブ
http://jsjc.web.fc2.com/

三鷹科学遊びの会

2018年2月
第45号

みたか 三鷹市民の集いの場
みんなの広場

みたか・みんなの広場運営協議会
三鷹市下連雀4-5-19
http://minnannohiroba.web.fc2.com/
☎080-1362-5359 なりきよ

「タロット・カードを読む」
山内 広美さん
(元日本タロットカード占術協会副会長)

タロット占いをしているミスティ・ローザです。
今日は「タロットカードの読み方」というテーマ
でお話しします。今に、タロットカードを読む、
と言いましたが、ほとんどの方は「読む」ってな
に?と思ったのではないのでしょうか。実はタロッ
トカードは「reading」するものなのです。

私達タロット占い師(以降「占者」)は相談者
からタロットカードに聞きたい事を伺い、内容に
応じて数枚から多い時で20枚以上のカードを規
則に従って並べます。そしてその並べたカードの
場所や出方(占者から見て正位置か逆位置か等)
を見て、相談内容に対するタロットカードからの
「啓示」を「読み」解いていきます。つまりここ
で「reading」をする訳です。

タロットカードを読む時の基本は当然一枚一枚
の表す意味を知る事です。タロットカードは大ア
ルカナと呼ばれる22枚のカード、小アルカナと
呼ばれる56枚のカード、合わせて78枚で構成
されています。カードの意味自体は解説書がたく
さん出ていますから初心者であっても辞書的な
readingはできます。遊びで楽しむならそれでも十
分ですが、残念ながらそれだけではタロットカー
ドが表している「啓示」を正しく読み解く事は難
しいんです。まあ、だからこそ私達占者の存在が
ある訳です。

タロット占いは18世紀パリで紹介され多くの
占い師によってヨーロッパに広まってきました。
そして20世紀初頭ロンドンにおいて体系的に整
理された現在のタロットカード及びタロット占い
が現れて今に至っている訳です。つまりタロット
占いそのものは占星術等の古から伝わるものに比
べると比較的近年のものなんです。しかしながら
そのエッセンスは占星術や数秘術からケルト神話、
ギリシャ神話エジプト神話、旧約聖書、等々中近
東、地中海沿岸からヨーロッパに至る広範な地域
における様々な叢智の賜物なのです。

そこで問題になるのが日本と欧米との文化的違
いです。日本では「是」とされる事柄が欧米で
は「非」と解釈される事が色々あります。日本
では自己主張をする人は、わがままな人、と否定
的に見られますが、(右上に続く)

欧米では自己主張を
しない人は自分の考
えがないダメな人、
ととられてしまいま
す。そういった文化
の違いを念頭にする
だけで正しい解釈に
正しい解釈に一步近
づくこととなります。



ミスティ・ローザさん
西新宿のタロット占い師。高校
時代から始め、40年以上占いを
やっている。

従ってタロット占いをプロとしてやっていこう
と思うと、学ばなければならない事は尽きません。
幸い現代はインターネットの普及もあり、英米の
文献も比較的簡単に参照することが出来ます。個
人的には英語が苦手なので英語を日本語に置き換
える作業には四苦八苦していますが(笑)。

ここまでの話を聞いたら、タロットカードはな
んて難しいのだろうと思われたかもしれません。
でも安心して下さい、ここまでの話はあくまで
プロとしてやっていこうとする場合の事です。
実はタロットカードは簡単に読むこともできるの
です。多くの人は少なからず新聞や雑誌、イン
ターネットで今日の運勢等でタロットカードを目
にした事があるでしょう。その時これからお話し
する簡単な見方を知っていればより有意義な1日
を過ごす助けになると思います。

そこで、タロットカードのについて、少し説明
したいと思います。

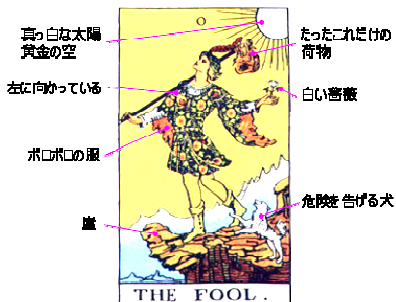
まず、基本的なことですが、タロットカードは
上下には意味があります。これはトランプとは大
きく違う点ですね。占い者のほうから見て、上下
が正しく出たければ正位置、上下が逆転して出た
ら逆位置、と言います。多くのカードは正位置と
逆位置では意味が逆転します、そうでないカード
も少しありますが。

次のページのカードは「愚者=The Fool」とい
うカードです。メアリー・K・グリーン(米)の
ワークブック(鏡リュウジ監訳、朝日新聞出版)
には、次のように書かれています。

患者 THE FOOL

《正位置》人生の新しい段階へ飛び込む、自由奔放な、屈託のない、新たな経験へのオープンさ、熟慮や計画なしに、衝動や勢いで行動する、自発性、思いがけない出来事、・・・

《逆位置》危険を冒さない、恐ろしい習慣やしきたり、制限された自由、旅や冒険をしない、安全策を取る、信頼の欠如、未熟さ、無責任さ、愚かさ、・・・



ワークブックにはもっとたくさん書いています。実は、カードの絵のひとつひとつにはいろいろな意味があるのです。その意味を占いたいことの内容を考慮しながら読み解く＝読む、ということになります。

でも、一枚一枚のカードについてその意味を覚えるだけでも大変です。そこで、今日はみなさんのために、今日の運勢的に簡単な解釈を紹介しておきます。

0 患者 THE FOOL

正位置 吉 結果オーライな1日
逆位置 凶 何か馬鹿な事をしそう1日

1 魔術師 THE MAGICIAN

正位置 吉 何をやっても上手くできる1日
逆位置 凶 何をやっても失敗する1日

2 女性教皇 THE HIGH PRIESTESS

正位置 吉 問題解決等の閃きがある1日
逆位置 凶 何も閃かない1日

3 女帝 THE EMPRESS

正位置 吉 リッチな気分の1日
逆位置 凶 散在に注意したい1日

4 皇帝 THE EMPEROR

正位置 吉 面目躍如な1日
逆位置 凶 面目まるつぶれな1日

5 法王 THE HIEROPHANT

正位置 吉 心穏やかに過ごせる1日
逆位置 凶 イライラする1日

6 恋人 THE LOVERS

正位置 吉 良い選択ができる1日
逆位置 凶 間違った選択をしてしまう1日

7 戦車 THE CHARIOT

正位置 吉 困難を乗り越える1日
逆位置 凶 何かにつまづきそうな1日

8 カ STRENGTH

正位置 吉 我慢強く行動できる1日
逆位置 凶 我慢出来ない1日

9 隠者 THE HERMIT

正位置 吉 自分の内面を見つめ直す1日
逆位置 凶 孤独を感じる1日

10 車輪 THE WHEEL OF FORTUNE

正位置 吉 全てが良い方向に向かう1日
逆位置 凶 何をしても悪くなる1日

11 正義 JUSTICE

正位置 吉 正直に過ごすと良い1日
逆位置 凶 意地悪な気持ちになる1日

12 吊るされた男 THE HANGED MAN

正位置 吉 逆転の発想で乗り切れる1日
逆位置 凶 解決できない壁にぶつかると1日

13 死神 DEATH

正位置 凶 何かを終わらせる1日
逆位置 吉 何か新しく始めるのに良い1日

14 節制 TEMPERANCE

正位置 吉 調子を整える1日
逆位置 凶 調子を崩す1日

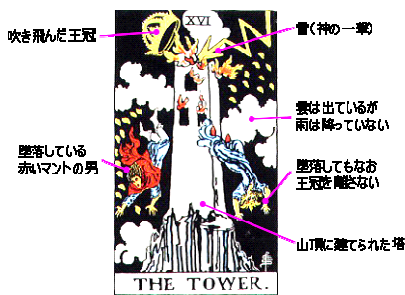
15 悪魔 THE DEVIL

正位置 凶 物欲に囚われる1日
逆位置 吉 様々な束縛から解放される1日

16 塔 THE TOWER

正位置 大凶 まさかの大逆転を喰らう1日
逆位置 凶 くない状況が1日続く日

パベルの塔で、大凶のカードですね。



17 星 THE STAR

正位置 凶 希望はあるが自重する1日
逆位置 吉 午後後に欲しい物が手に入る日

18 月 THE MOON

正位置 凶 気付かなかった危機に踏く日
逆位置 吉 危険を察知、回避できる日

19 太陽 THE SUN

正位置 吉 気持ち良く過ごせる1日
逆位置 凶 何となく不安を感じる1日

20 審判 JUDGEMENT

正位置 吉 苦勞してきた事が実る日
逆位置 凶 苦勞が報われない日

21 世界 THE WORLD

正位置 大吉 最高の1日
逆位置 大凶 最低の1日

以上、本当に簡単ですがこれだけを抑えておくだけでも新聞や雑誌、インターネットで見かけるタロットカードの結果をより良く活用できると思います。ぜひ、タロットカードを楽しんでください。

「脳卒中リハビリ専門家のリハビリ奮戦記」第3回 関啓子さん

言語の問題を抱えた私の気持ち



外国語会話初級者のような私

順調に回復とは言え、思うように話せないことについて悲観的な気持ちを持つことも多く、その具体例を述べます。回復期終盤になって院外での社会生活に戻った時のことです。私は依然として外国語会話初級者のような状態でした。早口で会話している複数の人と話す時に私は同じテンポで上手に話せないことを意識し、仲間に入れれないという疎外感と諦め、寂しさを感じました。また、二者択一式質問に決断できず、その理由を言葉で表現できないためモヤモヤとした気持ちになりました。これは重度失語症者への適切な質問方式として推奨されており、私もよいと考え用いてきました。しかし、実際に体験してみると即決できないという高次脳機能障害を持った当時の私のような人には必ずしもよいとは言えないことを実感したことは新しい発見でした。

さらに、母国語での会話なのに外国語会話練習のようになりがちな状態には、言葉の通じない外国に一人で放り出されたような依る辺なさを感じました。その上、当然即妙な受け答えをしようとしてこちらがもたついているうちに話が先に進んでしまうなど、小さな失敗がよくありました。そして、以前持っていた自信を失い、消極的になりました。その結果生まれた「うまく伝えられたか」という不安を発症3年後頃まで引きずり、特に会話相手が見えない電話が苦手になりました。

【苦い経験】

病院内外での苦い経験です。回復期終盤になって外泊した際に、道を尋ねようとして店員に近づいたら、まるでゾンビを見たかのように恐ろしそうな表情で後ずさりされたことに、強いショックを受けました。多くの失敗を重ねて自信喪失していた当時の私の表情と態度のせいだろうとは思いますが、いかにもゾンビにでも会ったかのような反応で深く傷つきました。また、電車内で空いた席に座ったら、私の曲がった左肘があたったのか左隣の若者は降りる時に無言で私の腕を何度も強く押し返してきたのです。私は座るとき、「すみません」と言いはしましたが、一人で歩き言葉を発した私の外見から、私の故意と勘違いしたのだらうと思います。



関啓子さんプロフィール
言語聴覚士。三鷹高次脳機能障害研究所を設立し、高次脳機能障害に対するリハビリテーションと相談にあたり、いる。医学博士。
【著書】
「まさか、この私が——脳卒中からの生還」他

さらに、病棟で患者さんが別の失語症と思われる人について「あの人は挨拶もしないで失礼だ！しゃべらない人はノータリンだ！」と怒っている場面に出会いました。その方が話せないのは失語症のせいかもしれないこと、失語症者の知的機能は基本的に保たれることなどを説明し弁護したいと思いました。しかし、当時の私には自分の話に納得してもらえる自信はなく、説得を諦めてしまいました。これらは外見から理解しづらい障害である「高次脳機能障害」の具体例とも言えるような事件です。残念ながら、本障害は未だ認知度が低い状態です。この障害を抱える人が安心して生活できる社会の早期到来を願います。最近、東京都がこのようなヘルプマークを導入し、全国的に広がってきており、7月にはJAS規格入りしたそうです。これは糖尿病や心臓病などの内部障害を持つ人に対する周囲の配慮を促すために作られたもので、私も自分のバッグにつけています。

【半側身体失認】

この後は高次脳機能障害の症状です。「半側身体失認」は一方の身体、一多くは左側ですが、一に注意が向かず無関心になる症状です。例として、私は急性期に寝返り・起き上がり練習の際、よく左手を体の下に巻き込みました。より顕著な例は、転院時東京の回復期病院に向けて神戸から新幹線で移動したとき、次の予定が迫っている駅員さんが走って押す車椅子のタイヤに左手が巻き込まれそうになったことです。気付いて慌てて右手で左手をつかんで引き上げ事なきを得ました。もし巻き込まれていたらと思うと今でも冷や汗が出ます。これに対しては、転院先の回復期病院での洗体や洗髪時に意識して左半身に注意を向けるよう行動したので、次第に目立たなくなりました。



2017.9.25
みたか・みんなの広場