



# ニュースレター あすか

2013  
10月号

通算 247号

2013年10月10日

## 認知症事例検討会

# 認知症ケアは『幸せ見つけ』

医療法人あすかでは、全事業所から認知症ケアの責任者が集まっての認知症事例検討会を、昨年11月から続けています。

ショートステイみどりいでは、高橋様(仮名)85歳の事例を出しました。この方を事例検討として挙げたのは、高橋様が入所されてから1年経過した頃より、「帰らせて下さい。帰れないなら死にます」と言われたり、「男の人が立っています」「お父さんの声が聞こえます」「食事に毒を盛られた」「私の服を〇〇さんが盗って行った」など幻聴や被害妄想のような症状がみられるようになったからです。これらの症状に対して医療的な関わりとともに、介護職として私たちができることはないか?と思いつくことは一通りやってみましたが、なかなかうまくいきませんでした。

あすかでは今年の4月から認知症ケア研修会の講師である国清浩史先生の指導のもと、生活の見直し、日常の過ごし方、身体的、精神面とあらゆる角度からの分析を始めました。同時にあすかの他の

事業所の職員からもアドバイスを得ながら、いろいろな試みを行いました。しかし、状態は思うように改善することなく、さらにエスカレートしてくる毎日でした。その後、国清先生から、「問題行動って誰にとつての問題?」「帰りたいってどこに帰りたい?」そして何よりも、「この人にとつての幸せって何?」と提言がありました。ここに入所することがなければ、どんな人生を送っていたんだろうか?この人の幸せな未来図は何?・・・などの問題提起をいただきました。私たちは、今以上にその方と関わり、高橋様の人生を深く知ろうとしました。幼少期、思春期、結婚後と当時の話を聞くうちに、問題としていた行動の原因がみえるようになりました。職員からは、「そりゃあ、しんどいよ」「帰りたいって当たり前だよね」とこの方の思いに共感するこぼが沢山出てくるようになりました。こつとして『幸せ』への道作りが開始されました。

『幸せみつけ』を計画、実行するにつれ、私たちが問題として捉えていた行動が減少し、笑顔が増え、「ありがとう」のこぼが多くなりました。ご家族からも「最近変わった。表情が優しくなった」と言われました。私たちが問題としていた行動は人生史にヒントがあり、関わりを深めることで、よりその方を知りたい、もっと幸せになつてもらいたいと思つようになりました。今回の取り組みにより、認知症の方へのケアは『幸せ見つけ』が何よりも特効薬であると気付きました。これからは高橋様の思いがけない症状に直面するかもしれないですが、「高橋様の幸せって何?」「高橋様の思いって何だろう?」と職員が思いを共感し、共有することで新しいケアの道を発見することができると信じています。

(ショートステイみどりい)  
所長 森元 智代)



“ニュースレターあすか”は当法人のホームページ上でも  
見ることができます

<http://www.asuka-net.or.jp>

発行元：医療法人あすか  
(編集：新宅 佳那子)

住所：〒731-0103  
広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL:082-879-3143 FAX:082-879-3190

### 【目次】

### 【ページ】

- 1. 認知症事例検討会のご報告 . . . . . 1
- 2. リハビリ最前線 第4回 . . . . . 2
- 3. ちょこっと豆知識 . . . . . 3
- 4. インフルエンザワクチンについて
- 5. あすかの敬老会(みどりい、まやる) . . . . . 4
- あすかの敬老会(いわや、野ばら) . . . . . 5
- 6. おもしろきかな我が人生  
～山崎 誠貫さま～ . . . . . 6
- 7. 作品紹介(まやる) . . . . . 7
- 8. 若竹句会 9月作品抄
- 9. ノルディックウォーク Now ☆その2 . . . . . 8

# 中村様の目標：11月には自宅に帰りたい

今月は、8月から利用開始された中村様（81歳）を紹介いたします。

## 経過

平成13年 脳梗塞を発症後、左に軽い麻痺が残る  
 平成15年 腰部脊柱管狭窄症を発症  
 その後、腰部脊柱管狭窄症の手術を行う  
 平成24年12月 転倒し腰椎圧迫骨折後、体調を崩し入院  
 平成25年8月 退院後、ポシブル利用開始（週3回）

## 主なリハビリプログラム



マシントレーニングでももの前側の筋肉を鍛えています  
 ⇒筋力をつける



レッドコードで立位での体重移動の練習  
 ⇒身体のバランス力をアップする

平成25年9月 入所先でトイレに行くときに転倒  
 ↓  
 1週間ポシブルを休んだ

## 日常生活アンケート

ポシブルでは利用開始時とその後定期的に、日常生活について31の項目を質問しています。「できる 何とかできる ほとんどできない できない」で答えていただきます。平成25年8月の中村様の回答の一部は下記のようなものでした。



- ・椅子から立ち上がることができる→できる
- ・寝床から起き上がることができる→できる
- ・一人で買い物に行くことができる→できる
- ・混雑した場所を歩くことができる→何とかできる

ご自分では混雑した場所を歩くことが、何とかできると答えていらっしゃいますが、実際は今の状態では危険です。屋外での歩行は見守りが必要です。混雑した場所で人ごみを避けながら歩くことは、バランスを崩す可能性があり、とても危険です。

この日常生活アンケートにあるように、ご本人の意識と実際にできていることとの間にはギャップがあり、その意識の差が今回の入所先での転倒の原因のひとつと考えられます。

中村様の『11月には自宅に帰りたい』という目標を実現するためには、まずはご自分の危険な状態は何かを知っていただきます。さらに筋力をつけ、身体のバランス力をアップさせることで、ご自宅での安全で安心な生活できると考えています。

リハビリ最前線

第4回

リハビリデイ  
 ポシブルみどり

見学・体験などは左記に  
 お問い合わせください  
 0822-83301-53233  
 介護福祉士・健康運動指導士 横本 まきもと

ちよひつと



まめ

知識

テーマ「広島東洋カープ」



カープ坊や

プロ野球セントラル・リーグの球団で、現在は広島市南区にある『MAZDA Zoom Zoomスタジアム広島』を本拠地としています。親会社を持たない市民球団として結成され、他の球団と比較して特異の歴史を有します。1949年、太田川が鯉の産地ということや、広島城が「鯉城」とも呼ばれていたことで『広島カープ』の名称で設立されました。後に1968年、東洋工業(現・マツダ)社長が筆頭株主となりオーナーに就任し、球団名が『広島東洋カープ』に改称されました。

1975年、球団創立25年目を迎え、燃える闘志を表す意味をこめて帽子・ヘルメットの色が紺色から赤色になったの年に、リーグ初優勝を果たします。この頃活躍したのが、山本浩司、衣笠祥雄らでした。

そこから赤ヘル黄金時代の幕開けです。1979年には、悲願の日本一を達成。日本シリーズ第7戦で、江夏豊がノーアウト満塁の絶体絶命を無失点で切り抜けたエピソードは『江夏の21球』と呼ばれるほどになりました。翌1980年には2位以下に大差をつけ、日本シリーズ2連覇を成し遂げます。1984年には球団シーズン最多勝記録を残し、3度目の日本一を果たします。1986年には北別府学が投手部門

のタイトルを総なめし、リーグ優勝。そして1991年にも、野村謙二郎、佐々岡真司らの活躍でリーグ優勝をします。しかし、この年を最後にカープは優勝から遠ざかることになりました。90年代、個人の活躍はあったものの優勝は遠く、2000年代はAクラス入りも遠いほどの低迷期が続きます。

2009年には本拠地を旧・広島市民球場から『MAZDA Zoom Zoomスタジアム広島』に移転しました。

そして2013年、前田健太が惜しくも最多勝投手を逃しましたが、チームは遂に16年ぶりのAクラス入りを果たし、**球団史上初のクライマックスシリーズ進出**が決定しました。先日引退を発表した『孤高の天才・前田智徳』の生涯成績は2188試合出場・7008打数2119安打・打率3割2厘・295本塁打でした。前田選手の引退は残念ですが、12日から始まるクライマックスシリーズに期待がかかります。



1995年デビューのマスコット・スライラー

インフルエンザワクチンの接種を開始します

10月15日(火)よりインフルエンザワクチンの接種を開始いたします。あすかの介護施設をご利用の方は申込用紙に必要事項をご記入のうえ、スタッフまでお渡しください。申込用紙は後日お渡しいたします。

なお、広島市に住民票をお持ちの65歳以上の方は、市より接種費用の助成がありますので自己負担1000円で接種できます。

\* 接種開始日

平成25年10月15日(火)

\* 接種料金

65歳以上 1000円 (広島市に住民票をお持ちの方対象です)



インフルエンザワクチンは発病の予防、肺炎などの重症化に効果があります。  
できるだけ早めに受けましょう。

お問い合わせ先：高橋内科小児科医院 TEL：082(879)3143

# あすかの敬老会

## ショートみどりい

### 【みんなが主役の敬老会】

9月13日(金)はショートステイみどりいの敬老会でした。お祝いと感謝の気持ちを込めて計画し、ご家族の方にもたくさん参加してくださいました。

リ化粧をし女装、女性スタッフは浴衣を着て登場。音楽に合わせて踊り始めると、利用者様も思わず一緒に踊ったよ、歌ったり、「きれいだね、かわいいよ」という掛け声で会場は大いに盛り上がりました。炭坑節のあとは、スタッフと利用者様との撮影会をしました。楽しんだ後は、敬老御膳という豪華なお弁当！「豪華な弁当じゃね。おいしー」とも喜んでくださいました。

「今日は楽しかったよ！踊りもとてもよかったよ」の感想をいただき、また私たちも皆様に感謝の気持ちを伝えることができ、とても嬉しかったです。これからも一緒に楽しい日々を過ごしていきたいと思います。

(熊巳 侑希)



職員の出し物にみなさん大笑い♪



- 古希(こき) … 70歳
- 喜寿(きじゆ) … 77歳
- 傘寿(さんじゆ) … 80歳
- 米寿(まいじゆ) … 88歳
- 卒寿(そつじゆ) … 90歳
- 白寿(はくじゆ) … 99歳

## まやるちよーく

### 【ちびっ子たちとの楽しい敬老会】

9月13日(金)に緑井幼稚園の年長組の元気一杯な園児さんが40名、まやるちよーくに敬老の日のお祝いに来てくださいました。最初は少し緊張気味でしたが『虹』『ももたろう』を元気な声で歌ってくれました。

職員による劇『大きなかぶ』では、大きなかぶが抜けず悪戦苦闘。そこで、利用者様と子どもたちが力を合わせて「うんとこしょ、どっこいしょ」と何度も掛け声をかけてくれました。おかげで見事にかぶを抜くことができました。笑顔いっぱい、あつという間の楽しい時間でした。



出版・福音館書店



力を合わせて「うんとこしょ！どっこいしょ！」

利用者様の園児さんを見つめられる優しいお顔、園児さんの小さなかわいらしい手と、利用者様の頼もしい大きな手と手が触れ合い、ほほえましく心暖まる光景がたくさんありました。園児さんたちから『元氣』と『エネルギー』をいっぱいいただいた敬老会でした。

緑井幼稚園のみなさん、ありがとうございました。(加藤 小百合)



# ショートいわや

## 【ごぶたたちと敬老会】

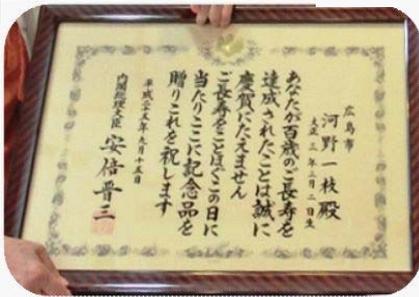
9月20日(金)はショートステイいわやの大敬老会でした。

まずは、全員でお祝いの乾杯!!会場はみなさんの笑顔でいっぱいでした。出し物は、以前利用者様に好評だった人形劇『3びきのごぶた』を上演しました。職員がこの日のために、かわいごぶたの声や迫力ある狼の声を出すため、日夜練習を重ねてきました。上演中は「面白いねえー」「ええぞーええぞー」と、みなさんとても楽しんでくださり、大変盛り上がりました。

また、この日は河野一様様の100歳のお祝いも合わせて行いました。河野様のご家族、そして市役所の方も内閣総理大臣からのお祝いのことばと記念品を持って駆けつけてくださいました。100歳のお祝いのごとばが河野様へ手渡され、会場は大きな拍手で包まれました。「ご家族と



ご家族にも祝ってもらいこの笑顔です♪



安倍首相からのお祝いのごとばです



一緒に記念写真も撮りました。みんな、みんなとても幸せな気持ちになりました。そして私たち職員も、このような特別な日を一緒に過ごさせていただきとても嬉しく幸せでした。これからも、人生の大先輩である利用者様に色々とお手伝いながら、楽しく笑顔ある生活のお手伝いをさせていただきたいと思えます。

(森広 陽子)



職員と一緒にハイチーズ☆

# 野ばら

## 【歌って・踊って・敬老会】

9月19日(水)今年の野ばらの敬老会は『ふるさと民舞会』のみなさんにいらしていただき、敬老会を一緒に楽しめました。職員からのプレゼントは『タオルドレス』です。お一人おひとりの顔を思い浮かべながら、心を込めて手作りしました。ささやかなプレゼントですが、皆様に喜んでいただけてとても嬉しかったです。

敬老会の目玉はふるさと民舞会による踊りです。旅笠道中・人生劇場・長寿節...と馴染みのある曲にのせ、華やかで力強く、時に軽快な舞が次々と披露されました。

次は職員によるハーモニカとリコーダー演奏です。『朧月夜』『浜千鳥』『夕焼け小焼け』『茶摘み』...自然と歌声があ

ふれだしてきました。踊りや唄が大好きで終始リズムを取りながら楽しめる方、「きれいよ」「可愛い」「頑張れ頑張れ」と明るい表情で沢山の声援を送って下さる方、どの方の表情もいきいきと輝いていました。

お茶会も楽しみました。美味しいカフェオレ饅頭をいただきながら楽しい会話に花が咲き、明るく和やかな雰囲気は帰宅時まで続きました。

(深川 智美)



深川絹子先生(中央)と一緒に記念撮影



深川先生、凛々しいです



思わず手拍子が入ります♪



おもしろきかな我が人生



野の花  
やまさき せいかん  
**山崎 誠貫さま**

昭和4年1月27日生まれ(84歳)

お住まい…安佐南区祇園

兄弟…10人兄妹の6番目



子どもの頃の思い出と言ったら、基町の招魂祭しよんこんさいが祭りがあつてね。3歳か4歳頃じゃったと思ふんじやが、父親に連れられて行つたら会場は人が多くてね。父親の後ろを付けて行きよつたと思つたらはぐれとつてね。基町交番に連れて行かれて、そこから祇園交番まで知らん人に連れられて帰つたよ。そこから親に連絡してもらつてね、親には「よう祇園つて言えたの」と誉めてもらったよ。父親は人が多くて探さきれんで先に帰つとつたよ。

小学校の頃は鳥を捕るのが得意と言つた大好きでね。冬の時期になると、ほぼ毎日山に捕りに行きよつたよ。ホオジロや鶯うすひばり、メジロをカスミ網で捕つて餌も自分で作つてあげよつたよ。馴らしてさえずるまでにしたもんだよ。鳥捕りは仕事みたいなもんじゃないやつた。

高等科を卒業したら鳥取の米子航空機乗員養成校に行つたよ。なんで行つたかゆうたら、卒業したら中等学校の卒業資格と二等飛行士・二等滑空士かくだうしの資格がもらえたんだよ。軍隊に入つても側下士官に任官されよつたけん。後から聞いた話では40〜50人に1人の難関じゃつたみたい。じゃが父親は学校に行く前日まで「早死にする様な事はするな」つて止めよつた。19歳で徴兵されて、どうせ入るのに早く入つて苦勞せんでもつて、思いがあつたんかもしれんね。

学校には南は九州の佐賀・東は静岡までの約60名の合格者があつた。本来は5年で修了課程なんじやけど3年目の時に終戦で終わった。今でも憶えとるんじやが、養成校2年目の時に夢をみてね。それが休暇をもつて田舎に帰つとつたよ。学校に戻る日になつたんじやが、どうしても父親が戻ら

てくれんでね、終いはわしが泣き出してしまつてそこで目が覚めたんだよ。恥ずかしくて誰にも言えんかつたし、言わんかつたんだよ。誰かに夜泣きを聞かれてないかなとも思つたが、ラッパで『夜泣きをしていた兵隊さん』つて言う歌があつたんじやけど、そのラッパが鳴つた時に同じ学校の大阪の人が「グスツ」て笑つたけん聞ええとつたんかもしれんね。今度、同窓会でもあつたら聞いてみようと思つとるんだよ。(笑)

もう一つは昭和19年の8月に、忘れもせん堺港から島根半島に渡り隠岐の島一周する行軍があつてね。暑かつたけん喉が渴いて山水を飲んだんだよ。そしたらそれが、当たつてしもつてその日からずっと下してしもつて、夕食・朝食も食べれんで、それでも帰らないうけんで帰りは内海沿いを帰つたが、10回以上は下して帰つて。落伍らくぶしようか考えたが、それをしたら恥じやと思つて倒れるまでつて行こうと思ひながらやつたんだよ。これが後にも先にも今ままで一番辛かつた。

敗戦後に帰つて来たら自宅が三菱の工場用地の計画に入つとつてから畑も田んぼも全部買収になつたんだよ。その年の10月には台風が来て、建ちかけの家が倒されたんだよ。保障もなかつたし大変じゃつた。わしも修道中等校の4年生に編入して行きよつたが、学費に困つて辞めてから暫くして兄貴と一緒に野菜を掻き集めて広島駅まで持つて行って道端で行商しよつたよ。でも時には警察に見つかつて全部没収された事もあつてね、涙が出る程悔しかつた事もあつたよ。

それである程度のお金が出来て下柳町に土地を買つたんだよ。この頃かね、お母ちゃん(妻)と結婚したんは。それで今度は調味料

等々を売る行商をして広島全土を歩いて回つたよ。

次にね、下柳の土地を売つて今度は天満町の方に土地を買つたんじやが、次男が3歳で病死、長男が7歳で事故死して、まーそんな事があつて仕事をやる意欲がなくなつてしまつてね。そしたら親が心配して祇園で姉が小店をしよつたけん、そこを紹介されて小店を継いだんだよ。お金も無かつたけん苦しかつたけど、兄妹が助けてくれたよ。それから何年か経つて近所に土地を買つてスーパーを作つたんだよ。そこで頑張つてまとまつたお金が出来たけん高須の方にも買つたんじやけど、そこがええがあになつてね、それを元手に今の家を建てたんだよ。ガス屋もしよつたけん3人程雇つて息子にそこを継がせたんだよ。

お母ちゃんには苦勞ばかりかけたが、お母ちゃんのお陰で今があるけん感謝しとるよ。昔ね漢文で学んだんじやが、「糟糠そうこうの妻(※)を忘れず」いう言葉があつてまさにその通りじやと思つたよ。本当に感謝しとるよ。

時折目頭を熱くされ、優しく笑顔で話して下さいました。苦しい時も辛い時もただひたすらに前を向いて歩いてきた誠貫さん…学ぶ事、考えさせられることの多いお話でした。また、奥様とも本当に仲が良くいつも笑顔で話しかけておられます。これからも笑顔の絶えないベストカップルでいて下さい。(森岡 繁幸)

※糟糠の妻…貧しいときから共に苦勞を重ねてきた妻

素敵な作品をご紹介します!

# 作品紹介

今回はまやるちよーくの橋本朝江様、玉田文子様をご紹介します。

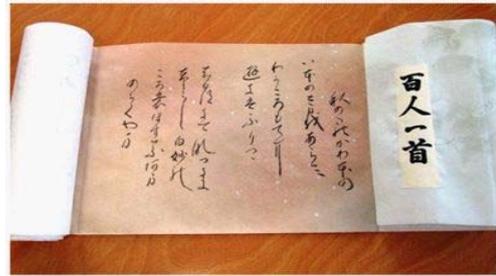
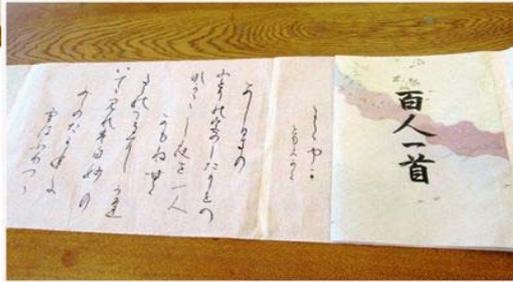
書道の時間に百人一首の句を書くことにチャレンジされ、見事100首全て書き終わられました!玉田様は、「この作品を仕上げるまで1年以上かかったのよ」と、お話し下さいました。全てつなげると、16.5メートルもの大作になりました。毎回こつこつと取り組まれた、努力の結晶だと思います。次回の作品も楽しみですね☆



はしもと ともえ  
橋本朝江様



たまだ ふみこ  
玉田文子様



## 若竹句会 九月作品抄 信廣高陽 選 (平成二五年)

**飛行機雲** いずこへ飛ぶか 秋の空 西 トシ子  
 「寸評」さわやかに澄んだ秋の空、また「男心と秋の空」などと定めなきものた  
 とえにも言っている。この句の難解なところは何一つない。秋の空のありようを見事に  
 詠い上げています

**被爆者も 年老いてゆく 原爆忌** 後藤 義高  
 「寸評」この句、「年老いてゆく」の中七には被爆体験、死者への鎮魂を伝える語り部  
 として、決して風化させたり死語にしてはならないものだという叫びが籠っていま  
 す。

**キラキラきれいに光る 天の川** 綿谷カツエ  
 「寸評」天の川は、澄みきった夜空に、天空を取巻いて川のように見える灰白色の  
 条帯で、恒星の集合より成っています。七月七日、七夕の夜、牽牛・織女がこの  
 川を渡って年に一度の逢瀬を楽しむという伝説があります。

**炎天の 空にむくむく 雲の峰** 松村キミエ  
 「寸評」この句、「炎天」も「雲の峰」も夏の季語で「季重ね」ですね。「青空に  
 むくむくむくわき立つ雲の峰」に修正しました。雲の峰の学名は積乱雲で、日  
 差しが強いときのはげしい上昇気流によって生ずる複雑な渦動をしながらむくむく  
 しているので入道雲ともいいます。

**盆花や 家に置くには はばかれる** 河野 一枝  
 「寸評」盆花は、盂蘭盆(うらぼん)に盆棚に飾る花です。萩・女郎花(おみな  
 えし)・山百合・しきみ・ほほづき・なでしこ・桔梗などがあります。「はばかれる」  
 は差しさわりがあるとして、差し控えることをいいます。

**立葵 廃線跡を 癒すなり** 西 富枝  
 「寸評」廃線跡とは、旧宇品線のこと。この句、荒廃した廃線跡に植えられた立  
 葵の花、地元民の協力が話題になりました。立葵ニアオイ科の越年草。観賞用、  
 高さ2メートル。葉は心臓形で掌状に浅裂する。紅・桃・白・黄・紫など。

〔選者 吟〕

真ん中へ トラクター 据え 農具市 信廣 高陽

# 「ノルディックウォーク」



2013

くわしが枝豆を買うちやるわあ

ノルディックのポールをつけて坂道を上がつて行くと右手に野菜の無人棚がある。その棚には採れたての新鮮な野菜が並んでいる。突然、Aさんが嬉しそうに「ほお、うまそうな枝豆がある。ほうじや、今日はわしが枝豆をあなたに買ってやるわあ」と私に言った。無論、買い物「つこに」お願いします」と応じる。

するとそばにいたBさんが、「今夜は枝豆でビールを一杯といきますか!? ありゃうまいけえのお。ははは」そんなやりとりをしながら、私たちはゆつくり毘沙門天を目指した。

Aさんは89才。いつもは人見知りの強い方なのでグループ作りの時に特別な配慮が必要。しかし戸外に出るとAさんは別人のように明るくなります。道ばたの目に見えるものを指さして「この石垣の草を取らんといけん。崩れるけ〜」など若かりし頃の職業の知識を教えてくださいます。農作業中の人にも気軽に挨拶を交わします。

少し額に汗を浮かべ、私たちは毘沙門天のゴールに到達。「ええ、気分じやお」と誰かの声がした。「市内が見えるよ」「景色最高ー」そこには満足な笑顔が並んでいました。

これが、いつものノルディックウォークの風景です。



2本のポールを使用しての戸外歩行は全身運動で爽快感、達成感があります。

奥様のお話によるとAさんが帰宅された時、穏やかで心地よい疲労感からいつもと表情が違うため今日は『ノルディックの日』だとわかるそうです。夜は目が覚めることなく朝まで熟睡されるそうです。その上、自宅近くの坂道をバランスよく安定して歩けるようになったと報告いただきました。私たちもとても嬉しいです。



野菜棚の前で枝豆を吟味中♪



## ～ 医療法人あすかの経営理念 ～

### 『 感謝 尊厳 謙虚 誇り 』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。



#### 医療法人あすかの医療・介護関連施設

緑井3丁目20-1

あすか居宅介護支援事業所

082-1830-5177

リハビリデイ・ポシブルみどりい

あすか病児保育室

児童デイサービス ばる

緑井2丁目12-25

高橋内科小児科医院

デイサービスセンター まやるちよーく

通所リハビリテーション すてっぷ

ショートステイ みどりい

小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家

毘沙門台東1丁目24-16

デイサービスセンター しゅりあちよーく

デイサービスセンター 野ばら

あすか療養センター 緑井3丁目40-30

毘沙門クリニック

ショートステイ いわや

デイサービスセンター 野の花

#### 【編集者のつぶやき】

先日外国人歌手のライブに行ってきました。結成20周年のベテラングループでしたが、年を重ねてさらに素敵になっていました☆残念ながらわたしは英語が苦手なため、トークの内容はよくわかりませんでした(笑)、曲は名曲ばかりだったので、とても楽しめました。時には生の音に触れるのも良い刺激になります☆