

鎌田 實先生&さだまさしさんトークライブ報告



いすに座りそうで座らない運動

令和3年4月17日(土)
佐賀市文化会館 大ホール



第2部の前にお二人は鎌田文庫視察



第1部と第2部の席を区別して間隔をとります



司会はよしのがり牟田さん

佐賀県が健康長寿日本一になることをめざす当塾では、医師で作家の鎌田實先生による健康指導が行われています。令和3年4月の会では、いつもの健康講話、実演だけでなく、さだまさしさんとのトークライブも。13時から第1部、16時半から第2部で、どちらも鎌田先生とさだまさしさんの愉快なお話が聞けました。第1部の様子から、音声を文字にして少しだけご紹介します。

鎌田_……そのとたん、笑っていた娘たちがわあっと泣き出しました。僕たちももらい泣きです。その場にいた村の人たちももらい泣き。人が死んでいくとき笑いがあって、そして涙がある。「にもかかわらず」ですね。つまり死ぬという、とんでもないつらい状況でも、僕たちには悲しみを乗り越える力がある。

さて、時間が来ました。これからさださんをお呼びしたいと思います。さださん！

さだ_こんにちは、さだまさしです。(拍手)うわーっ、先生、これ年に3回やるんですか？

鎌田_そうです。年に3回です。

さだ_偉いねー！

鎌田_偉いでしょう？

さだ_偉いねー、佐賀の人は幸せだね。本当にそうですよ。いいねーえ。僕は年に3回も長崎で公演はできませんね。年に1回長崎でやるかやらないかですからね(笑)。今朝の東京はどしゃぶりでしたよ。でもこちらに着いたら腹立つくらいいい天気。でも、こういう形で鎌田實先生が本当に佐賀を元気にしようと、ご自身がここに来て伝えようという気持ちが伝わってきましたよね。今日も袖でお話をうかがっていて。それから、今朝早くにも鎌田先生に会いましたよ。フジテレビ系列の「テレビ寺子屋」というので会いましたよ。なんであんなに朝早〜くから、まじめな話しているんだろうって……(鎌田先生も客席も笑い声)

この後、10年前の東北大震災の直後、さださんは石巻、鎌田先生は福島県の南相馬に入られたときのお話がスライドつきで続きました。スライドを見ながら「先生、10年前、若かったねー」とさださん。そして、続くさださんの歌声には客席のあちこちに涙腺崩壊の塾生が…。

鎌田實公式ブログの愛読者はご存じと思いますが、6月に鎌田實先生は大きな手術を受け、絶対安静の状態から無事退院なさいました。今は運動も再開し「気楽にゆっくり」を意識されているとか。さださんが、鎌田先生の体を気遣っておられたことをあらためて思い出します。



まちなかライブラリー 鎌田文庫には、さだまさしコーナーがあります。入ってすぐ右。

鎌田 實の「がんばらない健康長寿実践塾」入塾申し込み、お問い合わせ

電話：0120-22-7911 メール：kamatajuku@miz-pharmacy.co.jp

株式会社ミズ 鎌田 實の「がんばらない健康長寿実践塾」事務局

「健康長寿実践塾」の名前でLINEも始めました！



- 1 1日 野菜350g
- 2 毎食たんぱく質1品 + スクワッド10回
- 3 1日8000歩 歩く (あと1000歩、あと10分多く歩こう)