

地域にはばたく市民パワー！

ところざわ倶楽部「広場」

所沢市民大学修了者の会 広報紙

2016 年 9 月号（第 97 号）

発行責任者 稲村 洋二



「地球環境に学ぶ」7月定例会 サークル勧誘パネルを協議中 写真提供 中島 峯生

第 1 回サークル活動発表会 開催のお知らせ

ところざわ倶楽部会長 稲村 洋二

ところざわ倶楽部として、初めてのサークル活動発表会を開催します。

ところざわ倶楽部は倶楽部創立以来、サークル活動を柱として運営してきました。現在 18 サークルがあり、活発に活動しています。各サークルが、それぞれに活動する一方で、各サークル相互の横のつながりは、必ずしも強いものではなく、お互い活動の内容もよくわからない状態できています。

ところざわ倶楽部は、市民大学の 2 年次の学習を継続し、生涯学習の場として存在することを設立目的の一つとしています。その中で、お互いの活動のを知り、情報・意見の交換等を通じ、親睦を深めることもますます必要となってきたのではないのでしょうか。

それぞれのサークルが一緒に企画をし、活動するような動きも出てきています。倶楽部会員が全員で参加できる行事は、理事会の事業部で企画・実施している

文化祭、文芸講座等、年数回の事業だけです。

今年度より開催するサークル発表会も、会員の皆様の懇親を深める場になると考えています。多くのサークルがあり、一度に全サークルの発表を行うことはできません。そこで、年に 3～4 サークルの発表を計画しています。今年度は、4 サークルに発表いただくことになりました。

会員の皆様には、趣旨をご理解の上、発表会には是非、ご参加ください。そして、交流を深めていただきたいと思います。

日時：平成 28 年 9 月 28 日（水）

13 時～16 時（開場 12 時 30 分）

会場：新所沢公民館ホール

発表サークル

「アジア研究会」「活いきシニア福祉の会」

「地域の自然を考える会」「所沢の自然と農業」

アンケートから見た公開講座「太平記」

事業部長 二上 拓夫



川上義正先生による講座「太平記」は、6/29、7/6、7/13、7/27 の4回にわたり開講されました。

今回の講義は、北条氏の鎌倉幕府討伐に向けて、郷土の坂東武者の活躍ぶりを取り上げていただきました。

受講者の皆さんと一緒に声を出して、読み進める方法で行われ大変好評でした。

講座に参加された皆さんのアンケート結果並びに感想をご紹介します。

- ・参加者 82 名（倶楽部会員：70 名 一般：12 名）
（＊一般枠 30 人に対し、12 名の参加でした）
- ・アンケート 44 名から回答いただきました。

回答内容

I 講座内容は 判りやすい 65.9% ふつう 34.1%

II 講座回数は 丁度良い 75.0% 短い 20.5%

III 今後もこの様な企画に参加されますか

はい 42 名 内容による 2 名

講座内容についての主な意見・感想

- ① 原文は多少難解な部分があったが、解説が分かりやすくよく理解できた。
地元の小手指が原周辺が舞台で興味深かった。
- ② いろいろな方面からのお話があり良かった。
- ③ 一緒に声を出して読んだのが良かった。
- ④ 文芸講座は、いつも楽しみにしています。
今回は特に、地元に関連しているので興味がありました。
- ⑤ 文芸講座はいいですね。今後も続けて欲しい。
- ⑥ もう少し太平記の文学的位置づけなど、聞きたかった。
- ⑦ 記載された文の解説ばかりではなく、関連する資料の提示も欲しかった。
- ⑧ 講義回数 4 回では、少なかったと感じました。



小手指が原 白旗塚

7 月度 理事会報告

総務部長 石堂 智士

7 月 11 日（月）第 8 回開催

1. 会長挨拶

市民大学 23 期生への説明会内容決定

- ・「広場」特別号配布、倶楽部活動を紹介する
- ・代表 3 サークルより、活動を中心に紹介する
- ・インターネットに繋ぎ、HP の紹介を行う

2. 総務部案件

1) 10 周年記念事業委員会の進捗報告

記念イベント開催（来年 5 月 29 日（月））

於：ミューズ 2F 展示室

内容：記念講演、懇親パーティ

2) あり方検討委員会の第 4 回報告

市民大学 23 期生への説明会の内容案決定

次回は会員資格、理事会、会費見直し討議

3. 事業部案件

1) 公開文芸講座「太平記」

応募 87 名（会員 74、一般 13）

一般への PR 不足が課題（「翔びたつひろば」への掲載、間に合わなかった）

2) サークル発表会について

平成 28 年 9 月 28 日（水）

於：新所沢公民館ホール

開場：12 時 30 分 開始：13 時

1 サークル 40 分位

4. 広報部案件

1) 広場 7 月号の発行報告

2) 広場 9 月号編成案と原稿依頼

（8 月は休刊）

3) HP に、議事録を掲載する提案は後日検討



4回連続 文芸古典講座

「太平記」講座を終えて

講師 川上 義正（元高校教師）



今年もまた終戦記念日が巡ってきました。テレビで政府主催の全国戦没者追悼式が、正午から放映されるので、それにあわせて黙とうしています。

私は昭和10年の生まれですから、小学校4年の年に終戦になりました。その頃は4年生以上は、ほとんど天気の日には農作業や防空壕への避難訓練などがおもな作業で、今でいう授業などは行われなくなっていました。

雨の日に、校長先生や村のお年寄りや和尚さんが臨時の教員を務めて話してくれる歴史の話はたいへん楽しい時間でした。

そんな中で太平記を聞いて育ったのが忘れられません。楠木正成、息子の正行との桜井の別れなどは、兄の学芸会の出し物であったりして強く印象付けられました。

した。

今回、思いもかけず太平記の抜き読みを依頼されて、心弾ませて、「新田太郎義貞の旗揚げ・鎌倉攻め上り」を皆さんと楽しんだのは幸せでした。入間川渡河や小手指が原の激戦、あるいは分倍河原の攻防など、地元が舞台で楽しめました。



それにしても、参集された皆さんの熱心さには驚きました。私のような半ば専門にして来たものでも、なかなか

か原文で読んでみようとは思わぬものです。本当にありがたかったです。

私のほうが感謝しています。



郷土が舞台の軍記物語「太平記」を受講して

野老澤の歴史をたのしむ会 安田 好子

私が太平記を受講したいと思ったのは所沢に転居してからです。散歩コースに勢揃橋があります。



柳瀬川に掛かる橋ですが、新田義貞公がここに全軍を勢揃いさせたことから橋の名前が付いたそうですが、現在は当時の面影をイメージで

きないほど民家が建ち並んでいます。

勢揃橋から西側に八国山があり、將軍塚があります。当時ここから関東八国が一望出来たので、八国山と名付けられたそうです。

將軍塚は義貞が鎌倉攻めの時、ここに陣を置いて、塚を築き白旗を立てた地が將軍塚と伝えられています。この際、義貞は社前の松に兜を掛け、境内（鳩峰八幡神社）に鎧を置いて戦勝祈願を行いました。そして後に鎌倉幕府を滅亡に追いやり、



一躍英雄になったのを記念し、兜を掛けた松を「兜掛の松」と呼び、鎧を置いた場所には稻荷社を祀りました。

このような散歩コースを歩いているうちに、いつか太平記を読んでみたいという憧れが芽吹き今回の受講となったのです。今回太平記のハイライト、鎌倉街道の府中から鎌倉までの合戦の模様を受講出来ました。因果応報の思想を基に秩序と理念なき戦い、謀反あり、裏切りありの顛末を時には残酷なまでに描いています。

この惨い合戦を私から見ますと、民、百姓、女、子供の哀れさが、いかばかりか察するに余りあります。「序」に書かれている名君と言われる君主の治世では良く国家を保持することができます。また一般の世間において道徳、道理を間違えることなく皆が持ち続けることによって国家を守ることができます。もし人間に品位、品性が欠けていたならば、いかに地位を得たといっても、それを維持することはできないでしょう。

昔も今も変わらない、胸にとどめておきたい文です。

特別会員リレー寄稿

薬についてもっと知ろう！

所沢ロイヤル病院 院長 大久保清一郎

マスコミで氾濫する薬害報道



最近外来をやっていると、何人かの患者さんから同じような質問を受ける。「今、自分が飲んでいる薬は害があるのではないか」「家族が病院からもらっている薬は、本当に必要なのか」「ほかの病院で、手術を勧められたが、大丈夫か」など医療についての疑問が噴出している。よく聞いてみると、どうやらいくつかの大衆週刊誌のネガティブキャンペーンの記事によるものらしい。私は、この週の週刊誌を以前から読まない事にしているが、新聞などに載っている広告の見出しをみると、確かに薬品名まで書いてある。また、手術の術式や歯科医療まできき下ろしている。実際にそれらの週刊誌の内容を確認しなければ、正確なことは言えない。でも、広告の内容からおおよその事は分かる。わざわざお金を出して購入するまでの事はない。

では、なぜこのような記事が氾濫するのか。大げさで、度肝を抜くような見出しをつけ、本を買わせるようなやり方はもういい加減にしたらと思う。大衆週刊誌だけではない。ある種の出版物や、テレビなどでも、このような傾向が見られる。ただ売り上げを伸ばせばいいというだけではなさそうだ。何かの企みがあるのだろうか、そうでなければいいのだが。

医療保険の薬は国の認可

しかし、医療保険で使える薬は、すべて国の認可を受けている。もちろん、適応疾患については厳格なしきりがあるし、副作用についても明文化されている。しかも、発売後も、新たに発生した副作用などは、その都度注意喚起がなされている。医師たちにも、もし適正に使用していても、副作用が生じた場合は、国の関係機関の医薬品医療機器総合機構に報告する義務がある。また、月に一回は日本製薬団体連絡会より医薬品安全対策情報が各医療機関に通知されている。

それでも、患者さん一人ひとり症状も違い、いわゆる「合う、合わない」ということもある。明らかに、新たに服用し始めた薬のせいで以前より調子が悪くなる場合には、すぐ判断できるが、前よりなんとなく調子が悪い程度であると、見逃しがちになってしまう。先

生が出された薬だから間違いはないとか、病気の進行から止むを得ないなどの考えはやめたほうがいい。

薬の情報を熟読 確認しよう

医療機関から処方される場合は、必ず薬の形状や服用方法、効果、副作用などの情報を記した紙を渡される。以前と比べると平易な文章で説明されているので、是非とも熟読し、ご自分が飲んでいいる薬を確認すべきである。最近では以前と違って、ジェネリックとよばれる後発品が増えており、薬品名もなじみやすい名前から成分名になっているため、我々医師でも覚えるのに苦労する。たとえば「アリセプト」は「ドネペジル塩酸塩」、「メバロチン」は「プラバスタチン」などである。いずれにしても、自分が飲んでいいる薬の情報は、よく知っておく必要がある。なかには飲み合わせの悪い薬もある。併用すると効果が減弱したり、副作用が増強する場合があったり、飲み物などで効果が下がる薬もある。

おくすり手帳は一冊に！

薬を処方されると、必ず「おくすり手帳」を渡される。なかには、「私、おくすり手帳を3冊も持っている」と豪語される人もいるが、これはだめ。お一人に一冊。どの医療機関、調剤薬局に行っても同じ手帳を見せてほしい。特に数ヶ所の医療機関を受診している人は注意が必要だ。別々のクリニックから併用禁忌の薬が出されたり、同効薬が二重に出されたりしていないか、このおくすり手帳でチェックが可能になる。

しかし、何よりも重要な事は、疑問があれば、直接担当の医師あるいは薬剤師に質問すること。特に薬剤師は薬のプロなので、なんでも相談しましょう。親切丁寧に答えてくれるでしょう。

薬の正しい知識で医療機関の有効利用を！

限りある医療資源を、有効に使っていくうえでも、必要最小限で効果のある薬を適正に使用していきましょう。もちろん、生活習慣病などは、場合により、日常生活のうえで、食事に注意したり、適度な運動をすることにより、薬を減量できたり、時になくすことも出来るのです。正しい知識は、身を守ることでもあります。

「私にとっての昭和」

第8回

昭和を変えたのはテレビだった

傍聴席 阪口 義男

題材を貰った時、戦前・戦後・経済成長・核家族・情報化といった言葉が頭に浮かび2〜3行書いてみたが、ありきたりだった。私にとっての昭和は同じ世代が持つ記憶の約数だ。しばらく考えて10期市民大学のグループワークで昭和を振り返ったことを思い出した。

早稲田大学の木戸 功先生いわく、1925〜50年に生まれて、1950〜70年代に就職・結婚・出産などを経験した「きょうだいの多い世代」は戦後の産業構造の転換を可能にし、高度経済成長を担った。核家族化についてはこの世代が高齢化しつつあり高齢化後の「生きかた」の手本がない、生き方は次の世代の見本となる。進む高齢化は介護の社会化に繋がっていると続けられた。

すこし認識を改めるという程度に聞いたが、先生は「この世代」が特徴や共通点を持っていると、ヒントを示された。そういわれれば受講生は「昭和と平成を創って見てきた」。

立ち上がりのミーティングで昭和50年頃に聞いた東京大学の辻 清明先生の話をした。

「私たちは戦後を生きてきた。いわば証人でありこの時代を創ってきた。戦後は進行形で明治・大正は歴史といえるが、昭和はまだ評価が定着せず歴史になっていない。何故なら人がどのように生きて、どのような経験をしたかによって、時代の認識が異なるから」。

グループワークのテーマは「昭和・平成の出来事、印象に残ったこと、記憶に残ったこと」に決まり「この世代であるからできる」時代の認識と歴史の評価を試みることとなった。

「見てきたこと」は活発な発言のなかに共通する印象は多かったが、年齢や居た場所、立場による目線の違い、なるほどと思うような事や微妙な違いもあった。そして次の世代へ話し継ぐべき事と、どの部分をどう話し継いでいくかが各人の課題として残った。

個人的な事になるが、戦時の記憶は食糧の欠乏と空襲。大阪郊外の軍需工場が襲われて赤く燃える空を悠々と飛んでいる米軍機など、花火のような遠い景色を兄と見ていたことくらいだ。後で聞かされたのは父の遠縁が戦地で亡くなっていたこと。詔勅の記憶は全くない。戦後の食糧欠乏は長かった。

このグループワークは経済成長で盛り上がった。昭和30年代には海外からの技術導入・オートメーション化・生産性向上運動などが進められ新しい産業が急速に発展した。鉄鋼・電力・石油化学・家電…そして所得倍增計画。

みんなよく働いていた。ともにその時代の労働や生産を現場で担っていた。所得倍增計画の計画期間の昭和36〜45年の年平均実質経済成長率は10.5%。計画がうまくいったのは国全体の潜在力（産業の基盤整備・教育水準・勤勉な国民性）に国民の経済成長への期待が結びついて、そこから誘発された民間企業の設備投資が競争の様に行われた結果だ。消費は欲しいものが白黒テレビ・洗濯機・冷蔵庫の三種の神器からカー・クーラー・カラーテレビの3Cに変わり、電化製品や着る物などから暮らしが変わっていった。

私自身も昭和40年あたりから暮らしがすこしずつ良くなって行った。昭和42年の年収が47年には2.1倍に、52年に6.6倍になっていた。

昭和を変えたのはテレビ。これを語るキーワードは影響力。ほとんどの人が浅間山荘事件の報道に衝撃を受けた。テレビを通して事件を直接に見て、現実のもつ説得力に圧倒された。

またテレビは編集物に即時と進行形が加わり、メディアとして報道の姿勢が極めて重要になった。今はニュースだけでなく文化・教育・ファッションそのほかいろんな分野に影響を及ぼしているが、内容は粗雑になり大事なこともどうでも良いことも、ごちゃ混ぜに見える。テレビを楽しみにする人も多く生活に欠かせないだけに、見る側に批判的な目が必要になった。

今思うのは70年以上も続く平和の意味。晩年の義母から聞いたクラスメイトの多くが広島で一瞬になくなったことを重ねると、平和そして社会の安定がわたしたちの暮らしや文化・産業など、すべての基盤であると。



「出会い」シリーズ 第15回

沢山のうれしい出会いに感謝

葵の会 渡辺由美子

「出会いの始まりは故郷」



今年の4月半ばのある日、私は中学時代の同窓会に初めて出席しました。顔と名前が認識出来るのは、小学校も中学校も一緒に過ごした52年前の卒業アルバムのみでした。アルバムを抱えて、胸躍らせて、会場に急ぎました。実のところ若き頃のイメージと今のギャップ（笑）が恐かったのですが、会場に着くや、「どなたでしょうか？」アルバムのページをめくり、「エ〜と〇〇さん？・・・面影あります！」と次から次へと52年前のアルバムの写真で確かめては、若き時とは違う面影に笑い合い、そして中学だけではなく小学校の時にまで戻って、思い出話に花が咲きました。何十年経っても、同じ故郷の生まれ、同じ学校生活等の共通した思い出をもっているだけで、52年間の空白が一瞬に消えて、打ち解けてしまう不思議さを感じました。故郷っていいものですね。幼き頃過ごした静岡での友との出会い、これが私を作っている原点なのだと思います。

「次の出会いは主人」

「南こうせつとかぐや姫」の「神田川」という歌を知っていますか。結婚した当時、この歌のような窓の下には神田川こそ流れていませんでしたが、状況が似ているので、今でもこの歌を聞くと当時の生活が思い出されます。

♪ 二人で行った横丁の風呂屋、一緒に出ようねって言ったのに、いつも私が待たされた。洗い髪が芯まで冷えて、小さな石鹸カタカタなった。あなたは私のからだを抱いて冷たいねって言ったのよ。若かったあの頃何も恐くなかった。ただ、あなたのやさしさが恐かった。♪

未来があった若き日のあの頃・・・

あの頃から40数年、時の経つのはなんと早いものでしょうか。今となっては、なんのトキメキもなく、ただの爺さん婆さんになってしまいましたが、この歌をなにかの折に聞く度に、若かったあの頃を思い出し、今となっても涙ぐんでしまう私です。

「市民大学に入学してからの出会い」

市民大学に入学させていただいて、1年次2年次とも良き友を得たのが始まりで、雑木林の保全ボランティアに一步踏み出した時から、私の沢山の人との出会いが始まりました。ここからネットワークの繋がりで、



次から次へと交流が始まり、沢山の方とのうれしい出会いが続いています。

最近では、市民大学の22期修了生を中心とした人達で、4月から秩父学園の環境整備のための畑作りなどのボランティアを始めました。ここでもうれしい仲間との出会いがあります。

しかし、今の私の1番の原点となっているのは、埼玉、特に所沢の緑を守る為に骨身を惜しまず尽くしてくれている大堀 聡先生との出会いです。

先生を中心としたGFN（グリーンフォレストネット



ワーク）で活動をしている仲間たちとの出会いも本当にうれしいものです。自然、緑への思いを共有してい

ることが強い結びつきになっているのだと思います。

他にも色々な場面での出会いが待っています。

生涯学習推進センターでの市民教養セミナーで「万葉集・明と暗」の講座で小川 達雄先生を初めて知りました。講義での先生の純粋な感動の表現、先生のお人柄がしのばれるお話にはいつも感動させられております。先生との出会いは古典文学に興味をもたせてくれたきっかけでもあります。先生と出会える講座を探していたところ、「葵の会」の顧問講師であることを知り、入会させていただきました。

市民大学入学への第1歩から始まったネットワークのように繋がっていく沢山の人達とのうれしい出会いに感謝、これからも続く「出会い」に乾杯です。



サークル活動計画

興味のある活動に参加してみませんか？

1. 葵の会（池田新八郎 2940-0711）

9月8日(木)13:30～16:00 中央公民館
古典講座「太平記」4回講座 第1回 川上義正先生
以降10月13日・11月10日・12月8日を予定
受講希望者はご連絡ください

2. アジア研究会（玉上 佳彦 090-2497-1076）

9月21日(水) 13:30～ 中央公民館 学習室 8,9号
定例会: 島川謙二氏のアンコールワット旅行報告とビデオ鑑賞
カンボジア情勢に関する問題提起と議論
10月19日(水) 農工大留学生との交流会(予定)

3. 活いきシニア福祉の会(佐藤 重松 090-5412-5760)

9月14日(水)9:30～12:00 生涯学習推進センター コミュニティホール, 第22回 定例会 9/28サークル発表の件
9月28日(水)「倶楽部サークル発表会」にてアピール

4. 楽悠クラブ（福田 晴男 事前連絡は不要です）

9月12日(月): ムロポリタン・オペラ・ガラ1991
① 歌劇「リゴレット」,「オテロ」,「こうもり」の抜粋
② 次年度活動計画の検討(第1回)
10月 未定: ジャズを楽しむ(ライブ演奏ビデオほか)
いずれも 13:15～、中央公民館 学習室 8,9号室 (見学自由)

5. 食を通して所沢を知る会（吉田 麗 2939-9662）

9月6日(火)10:00～12:00
石井ぶどう園にぶどう狩り
10月4日(火)10:00～13:00 コロッセ
地元野菜を使ってピザパイ作り。

6. 地域の自然を考える会（海老澤愛之助 2922-0259）

9月27日(火)10:00～ 定例会 トロ12号地手入れ作業
トロ財団取得地の管理を定期的に行っています。
環境保全に関心を持っている方の参加をお待ち致します。
単発の参加で結構です。 ご連絡は海老澤迄

7. 地球環境に学ぶ（塚本 二郎 2942-3117）

9月20日(火)9:00～ 新所沢東公民館 定例会
2ヶ月間に発生した環境問題・関心事項を話し合います。
10月18日(火)9:00～ 柳瀬公民館、定例会

8. ところ会（居田 治 2903-8400）

9月23日(金): 彼岸花の巾着田と高麗方面を歩く
10月20日(木): バスで巡る武田勝頼終焉の地
11月4日(金)ところ荘: ところ会定期総会・講演と懇親会

9. 所沢シニア世代地域デビュー支援の会（田口 元也 090-9820-5668）

9月13日(火)9:30～11:00 中央公民館 学習室1号 定例会
議題 ①講座「シニア世代 なんでも塾」開講に向けた内容検討
②市民活動支援センターまつりについて
＜チアダンス練習日＞ 9月10日(土)13:30～生涯学習推進センター

10. 所沢の自然と農業（清水 仁一 2944-8835）

10月2日(日) 10:00～ くぬぎ山の手入れ
10月12日(水)～14日(金)
長野県高山村りんご収穫ボランティア
10月20日(木) 高麗地区散策

11. 野老澤の歴史をたのしむ会（大山 豊 2993-0818）

9月15日(木) 鎌倉街道(上道を鎌倉まで)歩く ⑥

12. ドラマティック・カンパニー（佐藤 滋 090-1540-0161）

9月17日(土)10:00～12:00 中央公民館
10月1日(土)10:00～12:00 中央公民館
「夏の夜の夢」を読み進めます。

13. 懐かしの映画・鑑賞会（二上 拓夫 080-1250-6151）

9月13日(火) 10:00～12:30 西新井町公民館
■邦画「赤いハンカチ」1964年(S39年) 石原裕次郎
9月27日(火) 10:00～12:30 西新井町公民館
■洋画「英国王のスピーチ」2011年(H23年) ジョージ6世

14. 脳活サークル（加曾利厚雄 2939-2308）

9月26日(月) 11:00～15:00 新所沢公民館 調理室
定例会 「認知症を予防する薬膳料理」
(参加費: 材料費としまして千円)

15. 北欧の会（樋口 俊夫 090-6483-7993）

9月27日(火)14:00～16:00頃 新所沢東公民館
第70回例会 DVD 観賞 他

16. 傍聴席（高垣 輝雄 2926-7164）

9月20日(火)14:00～ 中央公民館 学習室2号
学習会, テーマ: 会員講師による自然史概説
今月は「自然史、社会の発展につながる歴史」を学びます。
(詳細は倶楽部のHPをご覧ください)

17. 民話の会（仲山 富夫 090-3902-0283）

9月16日(金) 10:00～12:30 中央公民館
「とんぼの宿り木」「福猫塚」「弘法の三つ井戸」
「河童の詫び証文」読み合わせ
10月21日(金) 10:00～12:30 中央公民館

18. 歴史散策クラブ（大河原 功 2943-2004）

9月28日(水) 9:00 所沢駅 2階
りっくんランド(陸上自衛隊広報センター)他訪問
10月15日(土) 9:00 所沢駅 2階
江戸川流域・流山を歩く



【私の健康法 第39回】

目標は「ピンピンコロリ」

家内に感謝

ドラマティック・カンパニー 中村 博昭

間もなく 85 歳になります。齢にしては元気な方だと思っています。7 月に私の最後の旅行にしようとして英国を縦断する観光の旅を終えて帰ってきました。留守宅ではパソコンが「私の健康法」の原稿依頼で迎えてくれました。帰ってきたばかりなのに旅行先の地名や人名、見たものがすぐ言えません。探し物をするのが多くなりました。これで健康法を書く資格があるのか自問自答しながら日常生活を書いて「私の健康法」と言えるかご批評を乞うことにします。10 年ほど前に右膝の軟骨がすり減り歩くと膝が痛くて困り病院で関節の骨が擦れてささくれ立った処を削る手術を受けました。医者から「膝を酷使するとまた同じことを繰り返す恐れがあります」と言われ再発を恐れて自宅に近いスポーツクラブで週 3 回水中歩行をしながら少し泳いでいます。健康法と言うよりもリハビリのつもりです。最近はゴルフも夏や冬は控えており、予約していても雨が降ればキャンセルして年会費の方が高くつく始末です。仲間と元気を確かめる程度で健康法には程遠いと言えます。そのほかに 2 か月か 3 か月に 1 回童謡や唱歌の歌詞を用意して近くの老人ホームに出かけ入居者と一緒に蛮声を張り上げて合唱をしています。ボランティアと言うより大声を出してストレスを発散させているのです。できればピンピンコロリと終焉を迎えたいと願っていますが、若しかすると私の健康法は半世紀以上手抜きをせず食事を用意してくれた家内に感謝することかもしれません。



むさし野俳句会（二十八年八月）作品抄



揚花火観覧車から一望し
千人の跳人の乱舞ラッセラセー
施餓鬼会の僧に運ばるドリンク剤
秋めくや真青の空白い雲
庭下駄をつつかけ送る木槿垣
花木槿今日一日を輝けり
秋めくや少し多目の化粧水
州に根差す木槿大きな花を付け
雨あがる真青の空へ花むくげ
果てしなき慰霊の旅や白木槿

中村 直子
橋本 佑子
平栗 彰子
宮本 信生
荒幡千鶴子
飯泉 陽子
井出 昇
海老澤愛之助
粕谷のぼる
河瀬 俊彦

手の甲でかき上ぐる髪秋めけり
明日開く木槿の蕾朱鷺色に
秋めくやあれやこれやと農日誌
風神の背の袋は秋の色
佇みて次の音待つ鹿威し
秋めくや護岸工事の旗古りぬ
炎昼やふいとわが身を見失ひ
黙禱の鐘の響きや広島忌
芋の葉の傘となりたる下校かな
牛蛙鳴いてけだるき秋暑かな

小林 貞夫
小林 典子
佐藤 八郎
白神 恵子
高梨 千代
高橋三加子
高光 泉
利根川啓一
中嶋 弘子
鈴木 征子

《編集後記》

「うれしい涙」「くやしい涙」。リオ五輪が終わった。南米初のオリンピックには世界中から 1 万人を超えた選手が集まり、熱戦の結果、勝者・敗者が生まれた。暑い 8 月はどこにも行かず(行けず)、「広場」も休刊月。そこでオリンピックをテレビで観戦した。いまの人類(ホモ・サピエンス)は約 7 万年前にアフリカ大陸から移動して世界中にひろがった。日本列島には 4～3 万年前に着いている。『日本人はどこから来たのか?』(海部陽介著)では 3 ルートを仮説。同じ日本人でも微妙に顔の骨格がちがう。でも、もともと人類の起源はアフリカ。TV でアップした各国のオリンピック選手を見てそんなことをつい思った。言葉も肌色もちがう。この夏ベトナムの娘から 1 歳になる子の写真が沢山メールで届いた。彼女は少数民族出身。私は高校 3 年間学費を援助した。イタリアのレオナルド君からも赤ちゃんが生まれたというメール。人間の喜怒哀楽は、地球上みんな同じだ。(当麻)

「広場」問い合わせ 仲山 富夫 (090-3902-0283)

川柳⑫

課題「算数」

作発表表

中島峯生 選

算数の親の苦手が子に移り
もてるよね算数男テスト前
今日もまた取らぬタヌキが三匹も
たし算の指が足らない一年生
算盤は五玉がいいと五を弾く
算数と数学の壁絵が描ける

遺伝子
海さとり
庵閑子
どうし
丘の河童
方声

「自由句」

またメダルリオブラボーの歓喜の輪
四年後と騒いでいるが喜寿まじか
日の出前畑で草にお説教
杖忘れ孫追いかける爺と婆
風鈴が君の吐息に聞こえるよ

庵閑子
寿命延伸
どうし
丘の河童
海さとり

次回 課題「教え」又「自由題」 9月20日締切

担当 中島まで

宛先 mh-naka@com.home.ne.jp

FAX04-2928-1161