

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

2017年11月号(第110号)

発行責任者 稲村 洋二



葵の会 文学散歩 懐古園(小諸城址) 写真/水上 俊彦

第11期定期総会開催について

会長 稲村 洋二



「広場」10月号でお知らせしましたが第11期倶楽部総会は11月21日に開催いたします。

総会では10期の事業報告と決算及び11期の方針、事業計画、予算について議案書に従って審議いたします。

また、今年倶楽部は創立以来10年の節目を迎え、10周年記念事業の一つとして倶楽部10年の歩みをまとめ「ところざわ倶楽部10周年記念誌」として作成しました。この10周年記念誌は総会の当日会員の皆様にお渡ししますが、これを機会に今回の総会はこれまでの歴史を振り返り、今後の倶楽部を展望するために皆さんの意見を聞く総会にしたいと

考えています。会員の高齢化に伴う倶楽部運営の在り方、理事会に理事を出すことが困難なサークルへの対応、市民大学の受講生との連携の取り方、倶楽部活動の活性化の方法など11期で検討し結論あるいは方向性を出さなければならない課題があります。これらの課題も含めて、普段皆さんが考えておられる倶楽部への思い、意見、提案などを率直に語っていただき11期の運営に反映させたいと思います。

また、総会は倶楽部会員が一同に会する機会でもあります。総会の終了後懇親会を開きます。市民大学の期別にテーブルを設けますので同期の皆様で旧交を温める機会にして下さい。多くの会員の皆様の参加をお待ちしています。

ところざわ倶楽部 次の10年へチャレンジ

初代会長 佐藤 八郎

平成19年11月発足したところざわ倶楽部(以下倶楽部とする)は今年で10年目を迎えました。10周年記念事業として5月に加瀬裕子先生の講演とパネルディスカッションが行われ、私もパネラーの一人として参加しましたが大いに啓発されました。9月の朗読劇「ハーメルンの笛吹きおとこ」は鶴見辰吾さんのこれぞプロの語りと笠松泰洋先生の演奏更には子供達の熱演で700名超の観客は大感激でした。今は倶楽部10年誌を待つのみですができ上がりが期待されます。

そこで、更なる倶楽部の発展を期し日頃気になっていることを記してみたいと思います。

第一はサークルの問題です。倶楽部の特徴はサークル活動中心に成り立っていることです。

倶楽部発足以来24サークルが誕生しましたが、諸事情により7サークルが脱会もしくは解散し現在は17サークルが活動しています。脱会したサークルは現在も活発な活動を続けており、多くの倶楽部会員が参加しています。それならば何故脱会したのか諸事情を倶楽部が率直に聴き、今後の運営に反映すべきだと思います。10年前と異なり公民館では多くの団体が活動しており、会員も運営に積極的に参加しています。倶楽部は多くの会員の声を聴き今後の運営の参考にする必要があると思います。

第二は会員についてです。この10年倶楽部は市民大学修了生485名を迎えましたが、227名の退会者があり現会員258名という状態をどう評価すべ

きでしょうか。設立参加者128名が10年経ち36名になるとは思ってもみませんでした。10年経てば高齢化は避けて通れません。サークル脱会時に辞めた方もいるでしょう。更には生涯学習の充実で異なるジャンルを選ばれた方もいると思います。倶楽部がそのような事態に対応する魅力作りをしてきたか反省するばかりです。又、OB3団体に加入する市民大学修了生の減少も心配事です。昨年度総会時に稲村会長の総括でこの問題を取り上げていますが、会長が先頭に立ち市民大学受講生に働きかけているようですので今後に期待したいと思います。

第三は運営についてですが、一度足許を見直す必要があると思います。特に理事選出と「広場」・HPへの出稿の負担が大きいサークルがあります。過去それが理由の脱会サークルもありました。良かれと推進する倶楽部とサークルの間にギャップが発生しているのではないのでしょうか。又、脱会時の対応もメール主体で話し合いの場がもたれなかったとも聞いています。折角できた仲間や縁は大切にしたいものです。会費云々の話もありますが、一人ではできないことが大勢纏まれば可能になるというのが倶楽部設立時の全員の想いです。「二重払い」等の不毛な議論にならないような運営を期待したいものです。「サークル」「会費」「運営」は三位一体です。抜本的に「0」ベースからの検討をすることにより、次の10年をより確かなものにするべく全員でチャレンジしましょう。

10 月度 理事会報告

総務部長 石堂 智士

10月10日(火)開催

1. 会長報告

1)「ハーメルンの笛吹きおとこ」公演のお礼
9/18公演はチケットが完売し、会場也大いに盛り上がり、笠松先生から謝意の言葉がありました。皆さんのご協力に感謝します。

2) 来期の役員人事

会長兼事業部長は佐藤 重松氏、総務部長は中原 幹男氏、広報部長は玉上 佳彦氏の就任予定

2. 総務部案件

1) 10周年記念誌の報告

表紙はハーメルンの写真、挿絵は志村喜八氏他

500部印刷、費用9万円弱、総会時配布

2) 理事交代引継ぎと懇親会開催

新旧交代引継ぎは11月理事会、終了後懇親会

3) 総会準備作業

案内はがきは郵送し、回収が今月中
郵送費が赤字なので、800円に値上げ
年会費の事前支払いは11月理事会、ご協力を。
総会資料の印刷は11月理事会終了後

3. 事業部案件

1) 10/24 閉講式後の新入会員募集活動

14サークルがパネル展示、入会受付

2) 総会・懇親会の名簿提出

サークル別に総会など参加者名簿提出を依頼

4. 広報部案件

1)「広場」10月発行10/5「公演の感想」子供達

2)「広場」11月編成案、特別会員は近藤先生

3) HP原稿の送付先、HP記載の玉上アドレスへ

10 周年記念事業

10 周年記念誌 編集うらばなし

記念誌実行委員長 中原 幹男



10 周年記念誌「ところざわ倶楽部のあゆみ」がもうすぐ皆さまに届きます。

もともと、10 期活動方針の中で 10 周年記念事業の一つとして「サークルの 10 年史」を発行することがうたわれていました。その構成についてどういうものを作ろうかと理事会で検討したときは、編集の大変さと受け取る側の興味を天秤にかけたら“労多くして益少なし”だから、たいそうなものは目指さず、各サークルの生い立ちや活動を集めた程度のものにしようということになっていました。

ところがその構成を公開したら、複数の会員からサークルの歴史を含めたところざわ倶楽部全体の 10 年を編集すべきとの意見が出され、理事会にはかったところ私を含む「サークルの 10 年史」派の抵抗むなく先の決定がひっくり返り、「倶楽部の 10 年記念誌」をつくることになったのです。

このとき私は悪い予感がしました。急遽、稲村会長の指名により理事中心に 6 人が選ばれ作成実行委員会が発足しました。“誘われたら断らず頼まれたら引き受ける”主義の私は腹をくくり、「やるしきやない」と実行委員長を引き受けたのです。

そこで、できるだけカラー写真をふんだんに使って視覚に訴え、かつ、利用価値のあるものにするを狙って作成基本方針を次のように決めました。

1. 発行目的を明確にする（記録・紹介書）
2. 2 部構成とする（ところざわ倶楽部のあゆみ・サークルのあゆみ）
3. 11 月総会を発行時期とする
4. 本部会計繰越金の 1/2 を予算とする（10 万円以下）

まず、身近な冊子・雑誌を集め参考になりそうなものを選び、デザインのイメージを作りました。次にコストの検討です。委員の中に格安フルカラー印刷ネット注文の知見があり、300 部 7 万円が可能と見立てることができました。これは従来なら数十万円

かかることを考えると革命的です。

（その後、ページ数が増え印刷部数も 500 部に増やし 8 万円台となった）

原稿集めが最大の難関と思っていましたが、教育長はじめ特別会員の先生方、歴代会長、各サークルからほぼ締切りどおりに提出され、複数回にわたる校正にもご協力いただきスケジュール通りに編集を進めることができました。また、会員の中から得意な絵を提供してもらい、誌全体にやわらかな雰囲気を出すことができました。さらに、倶楽部のロゴも編集の中から生み出されました。

構成だけでなく編集全体について、広報「広場」のベテラン編集委員に度重なるプロ並みの助言をいただき、その的確さに驚きました。制作にあたり皆さまのご協力に感謝申し上げます。どうぞ皆さまの記念誌としてお手に取りご覧ください。

創立十周年記念誌
表紙



創立十周年記念誌
裏表紙



特別会員寄稿

歌舞伎への招待

共立女子大学名誉教授 近藤 瑞男



歌舞伎は江戸時代の芸能ですから、言葉も現代とは異なりますし、生活背景も違って、テレビを見るようなわけにはいきません。それに第一、料金が

高い。でも先にお話しておけば、通の通う三階席は四千円くらいで、人間国宝がナマ出演する舞台を半日楽しめますし、劇場内はちょっとしたワンダー・ランドですから、お釣りがくるくらいではないでしょうか。

もともと歌舞伎は、高級で解りにくいものではありません。歌舞伎が出雲のお国という女性の始めた踊りであったことはよく知られていますが、その踊りの伴奏は当時の流行歌で、「恋しい男が朝、帰ってしまって寂しくてたまらない」とか、「一人で寝る夜はつらい」といった、男と女の仲をうたったものでした。しかも今の盆踊りのように、振りと歌詞とが別々の、今の日本舞踊とは全く違う踊りやすいものでした。お国がデビューしたのも十二・三歳の頃だったようです。こうした少女の始めた踊りが、何回かの幕府の禁止によって、少年の踊りから、男性の演じる芸能へと成長していったのでした。庶民の中に広まった歌と踊りが、歌舞伎の原点なのです。

女形という、歌舞伎の独特な表現も、こうした歴史の中で生まれたものでした。女性の歌舞伎が、一方では身体を売るような一面を持っていたため、幕府は禁止してしまいます。またそれに代わって人気を得た少年の歌舞伎も同じ理由で禁止されますが、やがて前髪を剃った青年ならばということで許可を受け、芝居も加えて演じられるようになりました。男性が女性を演じる女形は、こうして誕生したのです。

しかも女形は、女性が演じるよりはるかに激しい思いを、舞台上で表すことができるのです。有名な「伽羅先代萩」のヒロイン政岡は、我が子が目の前で悪人に殺される場に遭遇します。悪人の前では悲しみをこらえています、人々が去った後、我が子を抱

きしめ、身もだえして泣き崩れます。日常の生活の中ではありえない悲劇ですが、こうした悲しみは、女性が演じるより女形が演じた方がはるかに激しく表わされるのです。しかもその動きは、あたかも舞踊のように美しい。皆さんにも、坂東玉三郎の演じるこの悲しみの姿を見て頂きたいものです。

あるいは「勸進帳」の、弁慶と関守り富樫の男らしさ。安宅の関で、下人になっている義経が富樫に呼び止められた時、弁慶は主君義経を下人として打ちすえます。それを見た富樫は、下人が義経であると気づきながら、弁慶の苦衷を察し、関を通してやるのです。

歌舞伎には、市川團十郎というスーパー・スターがいて、代々「荒事」という演技を創りだし、演じて来ました。「歌舞伎十八番」は、團十郎の得意狂言を十八集めたものです。歌舞伎のシンボルとしてよく使用される「隈取り」は、團十郎が創作した化粧法ですが、自分の家の芸を「歌舞伎十八番」と言っただけでなく、立役（男性役）も、大いに魅力的だと言ってよいでしょう。

そして歌舞伎のもう一つの魅力が、客席を貫く花道の存在でしょう。世界でも類のない舞台機構。登場人物の華やかな登場、悲しみに満ちた退場に、これ程効果的なものはありません。歌舞伎十八番「暫」の、花道の出の長台詞は、春の訪れをことほぐ、めでたさが込められています。また先にふれた「勸進帳」の弁慶の引込み。先に出発した義経を追いかけるのですが、「飛び六方」と呼ばれ、迫力ある動きを花道で見せます。そして「先代萩」の大悪人仁木弾正の引込みは、何と花道が雲の上を表し、弾正はふわふわと雲の上を歩くように、花道を入るのです。また「妹背山婦女庭訓」では、上手、下手の二本の花道が使用され、それが吉野川の両岸を表すのですから、びっくりさせられます。

皆さんも、是非、歌舞伎の世界へお出かけください。決して古臭く、退屈なものではないのだと気づかれることでしょう。

ところざわ倶楽部 10 周年に思うこと



社会教育・生涯学習研究所所長 細山 俊男

実務、そして会議があります。これらのプロセスは、市民大学づくりの主体を形成します。

所沢市民大学（以下「市民大学」とする。）がめざすものの4つ目に、「学びを地域に広げる」とありますが、この「学び」とは何か。いったい市民大学で何を学ぶのか。どうすれば学んだことになるのか。そして、地域に何を広げていくのか。そのことを考えてみたいと思います。

市民大学では第1に、「講義を聴く」ことから始まります。講座後のアンケートには、講師のいい話を聞いた、新しい知識を得た、発見があった、もっと知りたくなった、等々の感想が書かれています。講義を「聴く」ことで、新しい発見や感動が生まれることがあります。

第2に、「グループで話し合う」こと、いわゆるグループワークは市民大学の特徴です。話し合い、グループ企画、グループワークなどの時間が2年目は講義よりも多くなります。最初は、話し合いが苦手な人も多いのですが、終わってみると講義の時間よりも充実した時間だったという感想をもつ受講者は多い。これは、講義を聴くという受け身の参加から、話し合う、グループ活動をするなかで、いつのまにか能動的な関わりに進化するからです。

第3に、市民大学では、自分たちで「企画運営する」機会があります。グループの自由企画や飲み会もあります。2年次のグループワークは自主運営です。そこでは受講者どうしの交流がいつそう深まります。また、市民大学修了後に、企画委員として、次期の市民大学の企画運営に携わることもできます。市民大学を受講する側からつくる側にまわるのです。学習プログラムの編成、講座の運営、グループワーク、通信発行、学びの記録作成、開講式・閉講式の運営などさまざまな

第4は、市民大学修了後に受講者が「つながる」ことです。ところざわ倶楽部を始めとするOB会に入会することもあります。グループワークで時々同窓会をすることや、親しくなった関係が継続発展することもあります。新たなサークルを立ち上げる人もいます。市民大学の2年間は、受講者・企画委員・講師も含め、市民大学後に続くかけがえのない人間関係が築かれる期間であると思います。それは職員も一緒です。

このように、市民大学では①聴く、②話す、③つくる、④つながる、という4つの学びがあったのではないのでしょうか。そして、そのなかで「知識」（←講義）、「仲間」（←グループワーク）、「つなぐ力」（←企画運営）を身に着けたといえるかもしれません。もちろん人それぞれ得るものは違うと思いますが、この「知識」「仲間」「つなぐ力」を獲得する仕組みとして市民大学が存在していたのではないかと思うのです。

「学びを地域に広げる」というのは、直接的に何かを地域で配るようなことではありません。2006年に改正された教育基本法第3条に新たに「生涯学習の理念」が加えられました。人はなぜ学ぶのか。教育基本法では、国民一人ひとりが学ぶ目的は「自己の人格を磨き、豊かな人生を送る」ためだと謳っています。そして「その生涯にわたって、あらゆる機会に、あらゆる場所において学習することができる」という環境を保障するのは行政の役割です。そして「その成果を適切に生かすことのできる社会の実現が図られなければならない」としていますが、社会をつくるのは私たち一人ひとりだと思います。

ところざわ倶楽部10周年を迎えた今、「知識」「仲間」「つなぐ力」という“学び得た力”を活かして、誰もが豊かな人生を送れるような地域社会をみんなでつくれたらいいなと思います。

共に学び助けあい 元気に過ごそう

活きいきシニア福祉の会 川上 紀春

当サークルは平成 27 年度に設立、メンバー16 名で高齢者福祉の学習や高齢者相互扶助の在りかたの検討・実践等を目的として活動しています。

それでは、本年度の主な活動を紹介します。

1 月：サービス付き高齢者向け住宅「レジデンシャル小手指 Sakura」見学

近年注目されているサ高住を見学しました。健常者から要介護の方まで清潔感あふれる環境で生活しています。費用は家賃・食費・介護保険負担金等すべてを含んで自立の場合で 176,000 円、介護度 3 の場合で 193,000 円程度とのことです。費用面については、厳しい現実を感じました。

2 月：介護保険学習会（於：生涯学習推進センター）



所沢市役所介護保険課の出前講座「介護保険」に関する説明と私が 2018 年度の

「介護保険制度」改正について発表を行いました。サークル以外の方も含めて 30 名の参加をいただき、熱気あふれる学習会となりました。

今後、急速な高齢化により介護保険サービスの低下や個人負担の増加が予想され、制度変更に対する注視が必要です。

4 月：康寿園（特別養護老人ホーム）見学

施設長より生活状況、施設内の設備等の説明を頂きました。定員は 50 名で、常時介護を必要とする要介護 3～5 の方の生活の場として利用されています。「終のすみか」として「看取り」も行っているそうです。特養は万一の場合、最後のよりどころとなる施設であり、大変参考になりました。

以上の活動の他、2 か月に 1 回程度の昼食会の実施、「ところん元気 100 歳体操」の講習も受けました。

これからも福祉に関する知識を深め、実践に役立てるとともに、元気で楽しく親睦を深めたいと思います。

サークル活動報告

循環型農業を応援しています

所沢の自然と農業 清水仁一

10 月は 4 年目となる長野県宮川農園の「リンゴ収穫ボランティア」活動の報告予定でしたが、諸事情で中止となりましたので当面の活動計画を報告いたします。

■市民大学ファームの会の活動

- ① 11 月 4、5 日は、地域との交流活動の一環として「柳瀬地区文化祭」に出展して活動紹介・会員勧誘を行います。
- ② 11 月 26 日は「秋の収穫祭」を行い、東京農工大、倶楽部会員の方々、農関連の活動家などのゲスト



夏の収穫祭

を迎えて「自産自消」を楽しみたいと思っています。

■里山保全と循環型農業（農家）支援活動

- ① 1 月 6 日に所沢市農業振興課と共催で、柳瀬地区の陽子ファームさんでの一般市民を対象とした「落ち葉掃き体験会」を開催します。
- ② 1 月 27 日には、NPO 埼玉森林サポートクラブさんと共同で三芳町中富の伊東農園さんの落ち葉掃きを開催します。

※両農家さん共に、今年、日本農業遺産に認定された「武蔵野の落ち葉堆肥農法」の実践農家で認定式には、



落ち葉掃き体験会

市町の農家代表として参列しています。

私たちの継続的な落ち葉掃きのお手伝いも、認定に寄与

したとお礼を言って頂き、喜んでいます。

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）

11月17日(金) 13:30～16:00 中央公民館 5号室
古典講座「枕草子」第3回 講師：及川道之先生
12月8日(金) 13:30～16:00 ふらっと会議室 枕草子第4回
12月15日(金) 文楽鑑賞教室（国立劇場）希望者

2. アジア研究会（玉上 佳彦 090-2497-1076）

11月30日(木) 14:00 上野駅集合 国立博物館
アジアギャラリー見学&神田上海台所で会食
12月20日(水) 13:30～ 定例会 中央公民館
中国最新事情続編&来期予定打合せ

3. 活いきシニア福祉の会（川上 紀春 090-5573-2548）

11月11日(土) 9:30～ミューズ キューブホール
シンポジウム「超高齢社会の格差と福祉を考える」参加
11月22日(水) 定例会 10:00～12:00
所沢市役所出前講座「口腔ケア」について(検討中)

4. 楽悠クラブ（福田 晴男 事前連絡は不要です）

11月14日(火) 13:15～ ミュージカル「ウエストサイド物語」
室内楽小品、次年度活動計画の検討
12月12日(火) 13:15～映画「クララ・シューマン愛の協奏曲
2008」又は歌劇「トゥーランドット」 両中央公民館 8・9 学習室

5. 食を通して所沢を知る会（吉田 麗 2939-9662）

12月6日(水) 渋沢栄一生地と国宝、歓喜院聖天山を訪ねる
バスの旅。所沢駅東口 8:15 集合。立てることができました。
これは従来なら数十万
興味のある方の参加歓迎いたします。会費 6,000 円。
(先着 20 名) 11 月 10 日までにご連絡ください。

6. 地域の自然を考える会（海老澤愛之助 2922-0259）

11月28日(火) 10:00～ 定例会 トロ12号地手入れ作業
トロ財団の取得地の管理保全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。
単発での参加でも結構です。

7. 地球環境に学ぶ（塚本 二郎 2942-3117）

11月21日(火) 9:00～11:00 新所沢東公民館 定例会
スーパーエコタウン見学会の感想など話し合い他。
12月19日(火) 15:00～17:00 新所沢東公民館 定例会
その後、忘年会の予定。

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

12月6日(水) 13:30～16:00 中央公民館
定例会「第5回なんでも塾」企画 ほか
※スマイルパイレーツ(チアダンス)
11月11日(土) 10:00～ 中央公民館まつり出演

9. 所沢の自然と農業（清水 仁一 2944-8835）

11月26日(日) 10:00～15:00 陽子ファーム
市民大学ファーム秋の収穫祭
12月14日(木) 13:00～ 新所沢公民館 定例会
12月下旬 陽子ファーム、伊東農園 落ち葉掃き準備

10. 野老澤の歴史をたのしむ会（大山 豊 2993-0818）

11月24日(金) 石坂産業見学会
集合時間 10:00、集合場所 航空公園駅東口
費用 2,660 円 参加の連絡 11 月 10 日まで大山に

11. ドラマティック・カンパニー（柳澤千賀子 2968-5035）

11月11日(土) 9:45～11:45 松井公民館
11月18日(土) 10:00～12:00 中央公民館
今月は不規則です。「シンベリン」が終わったら「ハムレット」
に入ります。

12. 懐かしの映画・鑑賞会（二上 拓夫 080-1250-6151）

■11月14日(火) 10:00～12:30 洋画「レッド・バロン」08年
■11月28日(火) 10:00～12:30 邦画「草の乱」('04年)
明治・秩父事件 於て 西新井町公民館
⇒上映前: 年度纏め会 上映後: 懇親会の開催

13. 脳活サークル（加曾利厚雄 2939-2308）

11月27日(月) 11:00～ 中富南コミュニティセンター
11月 定例会 料理実習 «いのちのスープ»
時間をかけ素材の味を丁寧に煮出し、余分なものをそぎ
落した果てにできる、究極の養生スープ！

14. 北欧の会（樋口 俊夫 090-6483-7993）

12月 休会
1月23日(火) 14:00～16:00 頃 新所沢東公民館
第82回例会 年間計画、持ち寄り学習 他

15. 傍聴席（石堂 智士 2947-0835）

11月20日(月) 14:00～16:30 新所沢東公民館 学習会
テーマ:「会派 自由民主党との質疑応答」
参加者: 粕谷議員、青木議員、松本議員を予定
12月18日(月) 学習会「今年の反省と来期計画」、懇親会

16. 民話の会（仲山 富夫 090-3902-0283）

11月17日(金) 10:00～14:00 第2回民話由来地巡り
所沢駅～日月神社「とんぼの宿り木」～富士塚～曼荼羅淵～
持明院「河童の詫び証文・お伊勢参り」～神明社～ところ荘
＊雨天中止の場合、地域福祉センターにて定例会

17. 歴史散策クラブ（大河原 功 2943-2004）

11月11日(土) 集合 9:00 所沢駅 2階改札内
御岳溪谷の紅葉 ※雨天の場合 11月18日(土)
12月16日(土) 集合 14:30 新所沢東公民館
総会&忘年会(たつみそば)

18. 広報部

11月10日(金) 9:30～15:00 頃 生涯学習推進センター
「広場」11月号、編集会議・発行日
12月8日(金) 9:30～15:00 頃 生涯学習推進センター
「広場」12月号、編集会議・発行日

【私の健康法 第52回】



“笑いのある日常”と”毎朝のTV体操”

活きいきシニア福祉の会 佐藤 重松

今迄「健康」について、自分自身＜俺は健康だ！＞と過信もあって、深く考えもせず、維持増進のために何かアクションを起こすでもなく、何気に日々を通り過ぎてきました。65歳を過ぎ、高齢大・市民大等で同年代の皆さんに触発され、遅まき乍ら自覚しました。

<現在心がけている7つのこと>

- ① 笑いのある日常であるよう心掛けること
- ② 一番身近な家族が円満であるように！楽しく！
- ③ 毎朝6時25分夫婦で10分間のTV体操！
- ④ 毎日3食美味しく食べられる→幸せな健康感！
- ⑤ 廃用性萎縮を意識し（頭と身体を程よく使う）出来るだけやるべき事の優先順位をメモ書きして実行せざるを得ないように、自分に負荷をかける
- ⑥ 何かを行う時、相手（他者）の思いを感じとり、不快にさせない態度と、更に一歩進んで愉快に!!
- ⑦ ささやかでも、何かに役立つ自分であるように

“健全なる身体は、健全なる精神に宿る

健全なる精神は、健全なる身体に宿る “を

胸に刻んで生きている今日この頃である。

茶の花や秘境の里は五六軒
快活に手話の母子や秋薔薇
身にしむや今年限りの同窓会
窓に顔つき出し霧のパックかな
通せんぼされたる小径芋の秋
水澄めりしつかと高き逆さ富士
群青や雲を忘れし秋の空
砕石に女の出番鉱山の秋
芋嫌ひ茎を肴に酒に酔ふ
雲の尾の怪獣となる秋夕焼

白神 恵子
高梨 千代
高橋三加子
高光 泉
中嶋 弘子
中村 直子
橋本 佑子
平栗 彰子
宮本 信生
荒幡千鶴子

秋の雲スクランブルの交差点
本心はついに洩らさず猿酒
綿あめのやうな雲浮く秋の暮
茎切りてどつかり座る芋の畝
ゴンドラを乗り継いでゆく秋の空
割烹着の一番似合ふ芋煮かな
渺渺の戦場ヶ原草もみぢ
秋天や紙飛行機の一機二機
戦争はもつての外だべ菊脛

飯泉 陽子
井出 昇
海老澤愛之助
粕谷のぼる
河瀬 俊彦
小林 貞夫
小林 典子
佐藤 八郎
鈴木 征子



むさし野俳句会（二十九年十月）作品抄



《編集後記》

本年はところざわ倶楽部10周年という事でさまざまな記念行事企画が開催されていますが、またターニングポイントの年であります。この広場も11月号で110号を発刊、10周年に向け、生涯学習推進センターの初期市民大学担当であった細山俊男氏、佐藤八郎初代会長、近藤瑞男先生等ご執筆いただき感謝いたします。創立当時は試行錯誤もありましたが、また熱い志もありました。広報についても私に「所沢の新しい地域のメディアを作ろうじゃないか」と提言されたある先輩の言葉が忘れられません。そういう意欲が今日のところざわ倶楽部の礎となり、広場、HPも倶楽部のメディアとして成長しています。11期となり人も変わり、考え方のギャップも生まれてきますが、倶楽部の理念を大切に、これからの10年、新しい高齢化時代を共に協力し、健康に留意、楽しく生きていきましょう。11月より広報も新体制となりますが、ご協力の程よろしく願いいたします。（池田）

「広場」問合せ 海老澤愛之助（04-2922-0259）

川柳② 作品発表

中島峯生選

課題「大きい」

大盛りを頼んで年を思い出す
ちと休み大きな伸びを踏ん張って
でかい声でかい態度が出世する
はたせない大きな夢は青い鳥
大きいねそれだけでもうその氣にね
欲深が不幸を招く大つづら

「自由句」

涙後気づかれたけど振り切つて
老夫婦無口の一手で波しずか
やあやあと握手しながら名前追う
隣の子課長が部長よりがたい
少子化に自粛ムードの古希の会
手を出してティッシュは貰う寒い街

庵閑子
どうし
縄文人
突拍子
海さとし
りんこ好き
海さとし
りんこ好き
庵閑子
どうし
突拍子
方声

次回（第②⑥）の課題「15分」又「自由句」、

11月20日 締切り、担当中島まで

宛先 mh-naka@jcom.home.ne.jp

FAX04-2928-1161