

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

2020 年 10 月号 (第 141 号)

発行責任者 佐藤 重松

変わりゆく新しい所沢



ところざわサクラタウン 角川武蔵野ミュージアム

2020. 09. 27 中原 幹男氏 撮影



飯能→

↓新宿

完成した Grand Emio と所沢駅

2020. 10. 04 玉上佳彦 撮影

第 14 期総会および映画鑑賞会のお知らせ

副会長 大木 美和子

想定外で始まった 2020 年。皆さまはどのようにお過ごしでしたか。長い自粛生活が解禁された後も、毎日報じられる感染者数に一喜一憂させられました。そして、いろいろな不自由を当たり前のように入力して過ごしているうちに、暑かった夏も終わり、もうすっかり秋の気配が漂い始めて参りましたね。



13 期(昨年)定期総会会場風景
(新所沢公民館ホール)

私たち“ところざわ倶楽部”の会員にとって、秋と言えば“ところざわ倶楽部まつり”。それからもう一つ、“総会”です。“毎日元気を更新・何事も楽しんでやる”と、佐藤会長が力強く打ち出した方針のもと、今年度 13 期が始まりました。そこへ突然起こったコロナ騒動。ほとんどの活動を公民館に拠点を置く私たち倶楽部は、コロナ禍の影響を大きく受ける事となりました。

恒例の“文芸講座”“時局講演会”、そして、かつての文化祭をリニューアルして新たに始まった“ところざわ倶楽部まつり”も中止せざるを得ませんでした。各サークルに於いてもリアルに集まることが難しい状況だったことでしょう。しかし、私たちには別の道が開かれていました。

ZOOM による役員会。講師を招いての講座を ZOOM と YouTube で配信。また、各サークルに於いても、オンラインでの話し合いや飲み会などが活発に行われたと聞いております。こうした取り組みはこれから先も定着していくことでしょう。自宅に居ながらにして仲間とつながる事ができる。まさにデジタル時代の恩恵です。しかしその反面、外出する機会もかなり少なくなってしまったのではないのでしょうか。最近の心理学や脳科学の研究では。

— 以下、本*より引用です —

「心を強くするには体を動かすのが断然効果的です。長期間のストレスとの戦いが続くと、脳の働きが鈍くなり、やる気や集中力を高めるノルアドレ

ナリンやドーパミンの量が不足してしまいます。気分を上げたい、やる気を起こしたいときは、まず体を動かすこと。立ち上がる、手を動かす、歩くなど、とにかく体を動かすこと。」

— 引用ここまで —

どうぞ体を動かす事、行動することを意識して下さい。

そして来る 11 月 25 日は新所沢公民館ホールで行われる“総会”に是非足をお運びください！より魅力あるところざわ倶楽部にする為に今、私たちは何をしたらよいのか、又、何が出来なのか。様々な制限がある中で、倶楽部のあり方、可能性を共に考えましょう。

総会第 2 部は市民大学時の同期生がそれぞれのテーブルを囲んでの懇親会となるのですが、今の状況ではそれも叶いません。9 月号でもお知らせしましたが、今回は映画鑑賞をすることといたしました。“懐かしの映画鑑賞会”サークル代表の二上さんが所蔵するたくさんの作品の中から選んだのは“カルメン故郷へ帰る”です。これは日本初の総天然色、1951 年の作品です。ソーシャルディスタンスはもちろん、感染対策には万全を期して臨みますので安心してご参加ください。ここしばらく、倶楽部主催の集まりがなかっただけに、今年の総会はどなたにとっても貴重な場・時間となることでしょう。



第 2 部上映映画

日 時：11 月 25 日（水）13 時～16 時
会 場：新所沢公民館ホール

第 1 部：定期総会 13 時～14 時
第 2 部：映画鑑賞会 14 時 15 分～16 時
題 名：カルメン故郷に帰る

環境問題シリーズ 第1章

地球環境に学ぶサークル 中島 峯生

気象変動とエネルギー問題

まえがき

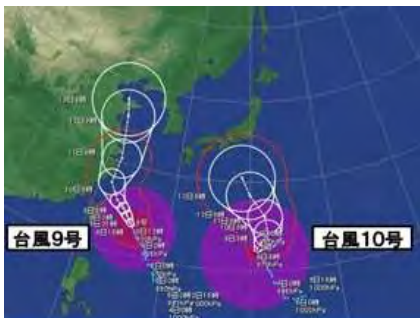
今年の8月は猛暑日が続きました。雨が降ると過去50年来経験したことがない降雨量を観測しました。原因は地球温暖化、それは人間の活動による温室効果ガスの排出によります。環境問題シリーズは、第1章 気象変動、第2章 発電、第3章 家庭等身近なエネルギー問題について述べます。

第1章 気象変動とエネルギー問題

(1) 梅雨前線

今年の梅雨前線は6月下旬頃から1ヶ月近く日本付近に居座り続けた。梅雨前線は日本の南にある暖かい「太平洋高気圧」と、北の寒冷的な「オホーツク海高気圧」がぶつかり合う境目になる。暖かい軽い空気は冷たい空気に乗り上がり上空で水蒸気が冷やされて雨雲を作る。夏本番が近づくと太平洋高気圧が勢力を増し、前線を北に押し上げて梅雨明けする。梅雨明けが遅れた原因はインド洋一帯の海水温の高いことによる。今年は平年より0.6℃ほど高いため強い上昇気流が発生。フィリピン近海では対流活動で吹き下ろし周囲の気圧を高めた。このため、本来太平洋高気圧を強めるが、今年は流れが弱まり高気圧の北への張り出しが弱かった。わずかな水温の変化でも大気への影響は大きい。長期的梅雨前線の停滞は九州の球磨川の氾濫、四国、近畿、長野県、岐阜県等に記録的大雨をもたらした。(読売新聞8/2抜粋)

(2) 台風



この台風の進路図は2020年の台風9号、10号の進路である。

今までは台風は遠く赤道に近い海域に生まれ、数日後日本近海に達していた。今

年は日本近海の海水温が高いため台風が近くで生まれ、勢力が強いまま上陸し甚大な被害を残す可能性がある。

この地球温暖化の原因は温室効果ガスの蓄積に依るが、温室効果ガスのひとつ二酸化炭素(CO₂)が、私たちの生活の利便性と引替えに大量に発生し、大気中に蓄積されている。これが地球温暖化をもたらす気象変動をおこしている。

(3) 「パリ協定」とグレッタ氏

2017年「パリ協定」により二酸化炭素の過剰排出による温度上昇を産業革命以前に比べて+2℃(努力目標+1.5℃)に抑えることが結ばれ、各国が協力し目標を抑えるために全力を尽くさねばならないことを全世界が始めて一致した。その後、米国はトランプ大統領の方針で離脱した。しかし各州・民間企業は努力を重ねている。

2019年12月2日スペインのマドリードでCOP25、第25回国連気候変動枠組み条約締結国会議が開催され、2020年から実施される各国の取り組みが検証された。2019年は40℃を超える熱波がフランスなどを襲い、温暖化が進行すれば、気象災害が頻発する恐れが高まった。この現状を踏まえCOP25では「気候危機」との言葉で、深刻さが語られた。しかし、各国が現状の削減目標を達成しても今世紀末に3℃上昇してしまう。もしも、4℃を超えると戻れない灼熱の地球になると言われている。EUは、9月16日の一般教書演説で、フォンデアライエン欧州委員長は2030年に域内の温暖化ガスの排出量を1990年比で少なくとも55%減らすと表明した。日本は2030年度13年比26%減とする削減目標に対し18年度時点で6.2%にとどまっている。改めて各国が、今が気候危機と認識して対策を強化すべきだ。

スウェーデン生まれの17才のグレッタ・トゥーンベリ氏は、気候変動の具体的対策を打つよう「子供の将来に危機をもたらす世界のCO₂排出量をあと10年で大人たちが半分にすべきだ」と訴えている。

※ 参考資料

- ① 世界の二酸化炭素排出量 323 億^ト (2016 年環境省)

中国	米国	EU	インド	ロシア	日本	韓国	その他
28.2%	15.0%	9.9%	6.4%	4.5%	3.5%	1.8%	30.7%

- ② 日本の温室効果ガス排出量 (13 億 6,400 万^ト) 業種別 (2014 年気候ネットワーク)

発電	鉄鋼業	セメント	化学工業	石油精製	製紙業	その他	家庭・中小
33%	12%	2%	1%	1%	1%	23%	27%

※ 今後の広場掲載予定

11月号：第2章原発火力再生可能エネルギー問題、12月号：第3章私たちとエネルギー問題



自然と農業サークルの協働活動に期待

多くの国民がコロナ禍で苦渋の生活を余儀なくされている中で、自らの政治責任をあいまいにしたまま退陣した安倍政権を継承した菅首相は、就任

挨拶で「自助、共助、公助」のパネルを掲げ、「まずは自分で出来ることは自分で」と自己責任を強調。また、「縦割り行政打破」を改革の目玉にすることを宣言した。しかし、縦割り行政といっても、省庁間だけではなく、省庁関係部局と地方自治体の関係、県と市町村との関係等で、その弊害及び改善の方策は多様であり、河野行革大臣の“縦割り 110 番”でどのような対策が講じられるのか、関係部署、現場の状況を適切に把握し、職員や市民と対話を本気でやれるかが問われる。

コロナ危機対策として、まず、これまでの開発優先で形成された過疎・過密の国土利用計画を見直し、災害に強い、環境に優しい持続可能な地域づくりへの政策転換を期待したい。

開発優先の土地基本法の総合的土地政策への見直し

ここでは、国交省が「土地基本法」改正に向けた審議過程で公表した「新たな土地政策の方向性について」

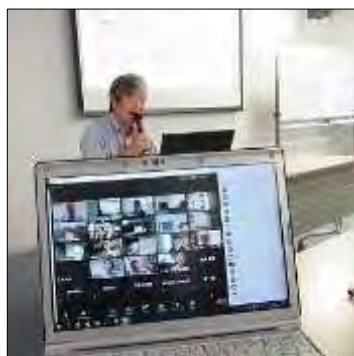
(2019 年 12 月) で示された以下の内容に注目した。

- (1) わが国の農地の特徴として、小規模な農地が互いに入り組み、分散して利用されているという現状もある。さらに、都市農業・農地を再評価する都市住民のニーズの変化等を背景とし、都市農地の位置付けを「宅地化すべきもの」から都市に「あるべきもの」へと転換することとして、平成 28 年に都市農業振興基本計画が閣議決定された。
- (2) 「人口増加局面ではともすれば劣後されてきた都市環境・居住環境の向上を図るチャンスととらえ、広く豊かな土地利用や、自然豊かで良好な環境で健康に暮らすことができる社会の形成、自然環境の保全や再生、美しい景観の創出・保全等を推進することが重要となる」という視点を加えた。

- (3) 「自助、共助、公助を効果的に組み合わせて推進していくことに留意すべきである」とし、「共助」とは「地域住民、地域コミュニティ、町づくり団体等の土地所有者以外の者に対して働きかける政策」であると説明を加えている。

自然と農業サークルの協働のかたち

所沢市においても公共圏の多様な場面に市民として責務を果たす機会が多くなっている。行政の関係部局も、地域の実情を十分に把握し、地域自ら考えて決定し、行動する仕組みを工夫し支援することが求めら



2020. 08. 13 新所沢公民館

淵野先生による ZOOM 講演会

れる。とくに、当市の貴重な地域資源である里地・里山保全については、農林地所有者だけでなく、地域住民も“保全再生の協働者”になるという当事者意識の醸成が求められる。また、行政及び普及指導員や JA 営農指導課等の協力支援

を得ながら、農業や環境への関わりを希望する定年退職者や新規就農をめざす若い労働力の知恵、技術—土木、建築、造園関係等各種の専門家を導き入れ、地域の将来計画をデザインし、関係者の意志をとりまとめ、多くの人材を活用する仕組みの構築が検討されている。

この度、編纂された 10 年史誌“自然と農業サークル活動の歩み”には、所沢市の農業委員会及び農業振興課、都市計画部及び環境グリーン部等の連携で多面的な活動を展開し、地域住民の立場から縦割り行政の関係部局をつなぐ重要な役割を果たしてきたことが綴られている。これからも多面的な協働活動の舞台を演出する役割を期待する。

「戦争と平和！」
第 24 回『強い国』より『賢い国』を
…歴史の原点としての「人間」…

島川 謙二

▼はじめに

戦争は踏んだ方は忘れても、踏まれた方は忘れないといわれています。アメリカの飼料用穀物で生きのびた日本人。私も給食の脱脂粉乳を飲んで育ちました。

軍人には今までに約 60 兆円が支払われましたが、空襲などで亡くなったり、負傷したりした一般の日本人には、1 円も支払われていません。戦争、歴史はまさに『加害者』『被害者』『強者』『弱者』を強烈に描き、『賢者』『愚者』を登場させます。

▼会田雄次『アロン収容所 西欧ヒューマンイズムの限界』

学生時代の友人と 1991 年からつづけている読書会で今年 1 月に読みました。128 冊目です。会田雄次はビルマ・アロン収容所で英軍の捕虜として 1 年 9 か月間、過酷な強制労働の体験をし、『英軍さらに英国に対する燃えるような反感と憎悪を抱いて帰って来た』と書きます。英軍の女兵士が捕虜兵に対して見せる蔑み、人間扱いしない態度。そして対東洋人、有色人に全裸姿を見せても……。多くのアジア人を数百年にわたって植民地支配し搾取、アラブ諸国の独立やパレスチナ問題などでは混乱させた英国。その国が戦後、近代化の模範、自由と民主主義の国家として賛美されてきたことは不思議だと会田は喝破します。坂東俘虜収容所は第 1 次大戦の際、徳島県鳴門市に捕虜になったドイツ兵約 1000 名を収容。捕虜に対し公正、人道的、寛大な友好的処置を行なったことで有名です。

▼城山三郎『指揮官たちの特攻』

城山三郎は取材のため知覧の料亭を訪問。そこで特攻隊員たちは出撃する前夜、最後の宴を催します。感極まって刀で鴨居に傷をつけました。城山はその刀キズを撫でながら嗚咽します。城山三郎の『指揮官たちの特攻 幸福は花びらのごとく』は海軍特攻 1 号でレイテ沖に飛んだ新婚の関大尉と終戦後の 15 日夕、沖縄に向かった中津留大尉、23 歳の海軍同期生を描いた作品です。20 年ほど

前にカミさんと「知覧特攻平和会館」へ行きました。海軍零式艦上戦闘機が置かれ、遺品室には特攻隊員たちの最後の手紙、写真などが展示されています。陸軍特攻隊は 1945 年 3 月 26 日から開始され、10 代～20 代の若者 1036 名（うち知覧から 402 名）が亡くなりました。帰りの燃料の代わりに 250 キロ爆弾を装着し、敵の艦船めがけて突入しました。

戦争にかかわる展示品は、広島原爆資料館（広島平和記念資料館）以外ではベトナム・ホーチミン市の戦争博物館にアメリカ軍の枯葉剤による奇形の赤ちゃんが、ひっそりと展示されていたのが忘れられません。

▼『滅びゆく国ニッポン』 ジャック・アタリの予告

フランスの学者ジャック・アタリは巨額債務と低金利は日本を滅ぼすと予告しています。出生率 1.92 という先進国でトップを実現したフランスが、いかに大変な努力をしたか。無策の日本はこの 8 年間で出生率は 1.44 から 1.36 になっています。日本の債務残高が主要先進国中で最悪、デフレを脱却できず、中央銀行が国債を買い支える異常事態。金融緩和による株高、1 人当り GDP は 1988 年の 2 位から 2018 年の 26 位へ下落、実質賃金の減など歪んだ日本経済の実態があります。

▼『強い国』より『賢い国』を

0・ヘンリーの『賢者の贈り物』は、若い夫婦デラとジムのクリスマス・プレゼントの物語。デラは美しい髪を切り、売ってジムのために「懐中時計用のプラチナのチェーン」を買います。ジムはデラのために自分の高級懐中時計を売ってデラの髪用の高価な「べっ甲の櫛」を買います。2 人はお互いの贈り物を手にして……。

0・ヘンリーは『贈り物を贈りあった』すべての人々のなかでも、彼らほど賢い人はいない』と書いています。

『賢者』とは『支え合う人』です。『賢い国』とは『支え合う国』です。梅原猛の『歎異抄入門』を読んで『善人なほもつて往生をとぐ、いはんや悪人をや』という親鸞の言葉が理解できました。歴史の原点は人間です。

サークル活動報告

懐かしの映画・鑑賞会

懐かしの映画・鑑賞会 内川 賢治



鑑賞会会場 西新井会館



ソーシャルディスタンス上映会場

映画の会は、他のサークル同様 4 月からコロナ緊急事態宣言以降活動を自粛していました。自粛期間中、二上代表の発案により、「離れて、繋がれ!!」パソコンを使った『LINE メール』を利用した、“LINE メール夜会”を計 4 回行いました。いずれも、各人からの、今日の飲み物、おつまみの話題（鯨ベーコン）、脳活クイズ、らくだはどこだ?、コロナニュース等、メールを見る時間もなくなつという間の 1 時間半でした。「離れて、繋がれ!!」の言葉通り会員の絆が益々深まっています。

現況では、上映会は月 2 回行っています。マスク、

映画の会は、他のサークル同様 4 月からコロナ緊急事態宣言以降活動を自粛していました。自粛期間中、二上代表の発案により、「離れて、繋がれ!!」パソコンを使った『LINE メール』を利用した、“LINE メール夜会”を計 4 回行いました。いずれも、各人からの、今日の飲み物、おつまみの話題（鯨ベーコン）、脳活クイズ、らくだはどこだ?、コロナニュース等、メールを見る時間もなくなつという間の 1 時間半でした。「離れて、繋がれ!!」の言葉通り会員の絆が益々深まっています。

懐かしの映画・鑑賞会

開催：毎月（原則） 第 2、4 火曜日
場所：熊野神社境内 西新井会館
上映時間：10 時～12 時
代表：二上拓夫
TEL：080-1250-6151

手指消毒、ソーシャルディスタンス、三密を避けることから鑑賞後は解散し、感染予防の徹底を図っています。

本来は、映画だけでなく暮らしの歳時記として、繭玉飾り、桃の節句、端午の節句、七夕（ソーメンパーティ）、十五夜、十三夜等で会員同士の親睦を図っています。その時のイベントとして会員の中から、男の舞踊、詩吟、漫談、時事放談、ハーモニカ演奏、オカリナ演奏、みんなで歌う指導、などなど楽しい芸人たちが、会を盛り上げてくれています。

季節の歳時記の催しも少しずつ開催して行きたいと二上代表から提案を頂いています。

気軽に【懐かしの映画・鑑賞会】へ見学に来てください。

入会 ¥1000（1 年間） 1 回の木戸銭 ¥200 です！

シェイクスピアの歴史劇を読む

ドラマティック・カンパニー 岩瀬 真弓



ソーシャルディスタンスを保っての活動

新型コロナウイルスの感染拡大でドラカンの活動は、ほぼ半年間休止せざるを得ませんでした。昨年 10 月から読み進めていた「リチャード三世」はイング

ランド中世の内乱（ばら戦争）の史実を元にした歴史劇です。リチャードの有名な悪党宣言から始まり、身内の暗殺、結婚、家来の処刑とリチャードが王に上り詰める過程で次々に登場人物が現れては消えていく速い展開に、ようやくストーリーと人物が頭に入ってきたところで中断になってしまいました。6 ヶ月の中断を経て 9 月からのサークル再開時には記憶を手繰り

寄せながらの読み合わせでしたが、リチャードの王座からの転落、3 年に満たない天下の終焉で「リチャード三世」は読了となりました。

9 月第 2 回目の活動日より再び歴史劇の作品から「リチャード二世」を読み始めました。リチャード三世から 100 年ほど前のイングランド国王交代劇で、王権を問うた戯曲です。

解説には、権力を失い王冠を手放す国王の嘆きが叙情的な韻文で歌い上げられる内省的な悲劇とあり、王の台詞を読み進めるうちにシェイクスピアの内面も感じ取れればと思います。

ドラマティック・カンパニーはシェイクスピアの戯曲を全員で輪読しながら、講師の笠松先生の深い洞察によるシェイクスピア考を伺っています。その中では歴史、宗教、音楽、先生のよろず経験談有りと、月 2 回の 2 時間は楽しく充実した時間になっています。

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 (水上 俊彦 080-6855-5868) 10月29日(木)13:00～15:00 中央公民館8,9号室 企画運営委員会 11月20日(金)13:00～13:30中央公民館6号室 受付と準備13:30～15:30 及川先生講義(万葉集①)、15:40～16:45 総会		8. 所沢の自然と農業 (稲村 洋二 2992-1751) 10月20日(火)9:30～11:30 柳瀬荘黄林閣散策路整備 10月24日(土)10:00～12:00 トトロ 21号地保全・整備 10月30日(金)9:30～11:30 柳瀬荘黄林閣散策路整備 11月6日(金) 飯能地区ハイキング	
2. アジア研究会 (玉上 佳彦 090-2497-1076) 10月21日(水)13:30～16:00 中央公民館8,9号室 定例会 テーマ：米中の間でどうなる－台湾問題を考える 11月18日(水)13:30～16:00 中央公民館8,9号室 定例会 テーマ：未定		9. 野老澤の歴史をたのしむ会 (大館 徹 2924-3010) 10月15日(木) 航空公園駅 さつまいも伝来の歴史を吉田家の4代目に聞く 11月5日(木) 久米川駅 野火止め用水歩き (久米川～清瀬)	
3. 活いきシニア福祉の会 (川上 紀春 090-5573-2548) 10月21日(水)13:00～15:00 生涯学習推進センター101号 定例会 「高齢者の一人住まい問題」意見交換 11月18日(水)13:00～15:00 生涯学習推進センター 定例会 テーマ：未定		10. ドラマティック・カンパニー (高橋 信行 090-9393-6238) 10月24日(土)10:00～12:00 中央公民館学習室3号 シェイクスピア戯曲「リチャード2世」の朗読続き (第二回) 11月7日(土)10:00～12:00 中央公民館学習室3号(予定)	
4. 楽悠クラブ (田村 健一郎 04-2949-3434) 10月6日(火)「チャイコフスキー・歌劇 スペードの女王」 13:15～16:30 中央公民館 3階8・9号学習室 11月10日(火)「ジャズ&ポピュラー特集」 13:15～16:30 中央公民館 3階8・9号学習室 楽しい音楽を一緒に！！		11. 懐かしの映画・鑑賞会 (二上 拓夫 080-1250-6151) 10月13日(火)10:00～12:30 西新井町会館 洋画「ナイヤガラ」(1953年) マリリン・モンロー主演 10月27日(火)10:00～12:30 西新井町会館 邦画「東京家族」(2012年) 松竹・東京物語のオマージュ ⇒暮らしの歳時記「十三夜・ススキ飾り」白団子をお土産に	
5. 食を通して所沢を知る会 (木下 みえこ 090-7272-6752) 10月20日(火)10:00～12:00 中央公民館 1階 学習室1号・2号 講演会「所沢の食の歴史」 講師：深井醤油 取締役 深井隆正氏 (Zoomでのオンライン配信) 11月17日(火)10:00～12:00 ふらっと 会議室 講演会「食物繊維の話」 講師：玉上佳彦氏		12. 脳活サークル (加曾利 厚雄 2939-2308) 10月24日(土) 入間市駅集合 集合10:00→解散15:30 彩の森入間公園 散策・バーベキューガーデン「昼食」	
6. 地球環境に学ぶ (中島 峯生 2928-1161) 10月20日(火)9:00～11:00 新所沢東公民館研修室 定例会 ①討論会「コロナ禍ドイツの環境・エネルギー政策の最近動向」②持寄り情報 ③他 11月17日(火)9:00～11:00 新所沢東公民館 定例会		13. 傍聴席 (石堂 智士 2947-0835) 10月19日(月)14:00～16:00 新所沢東公民館研修室6・7 出前講座「所沢市公共交通政策」経営企画部企画総務課 定員18名、当日資料配布予定 11月16日(月) 所沢市議と質疑応答を企画	
7. 所沢シニア世代地域デビュー支援の会 (田口 元也 090-9820-5668) 10月14日(水)13:15～15:00 中央公民館3階学習室9号 定例会「コロナ禍のシニアライフいかがお過ごしですか？」 ※どなたでもお話しに参加しませんか！ 10月10日、24日各土曜日 13:00～15:30 中央公民館、生涯学習センター SP(チアダンス)練習日 見学大歓迎		14. 民話の会 (仲山 富夫 090-3902-0283) 10月16日(金)10:00～13:00 定例会 こどもと福祉の未来館 多目的室1号 『たにしのやせ我慢』読み合わせ 11月20日(金)10:00～13:00 定例会 こどもと福祉の未来館	
理事会報告 9月14日(月) 第9回理事会を開催しました。 ◆倶楽部の13期を総括し、14期に向け運営のやり方を検討開始しています。市民大学はコロナ対応延期で27期2年次をようやく9月開始し、来年2月終了予定(開校式3/4)です。28期1年次は来年6月開講となり、二つの年次が重なることが当分無くなります。このような中、OB会説明会開催の見通しが立てられないので、広場などで27期生に倶楽部紹介をし、倶楽部サークル活動へ参加を呼び掛けるなど、期間を広げて勧誘活動を行っていきます。◆来期の行事をオンラインと併用して開催するため、パソコン相談会を設けて、利用者増を図ります。◆フードバンク募金7万円強と食料品を届けました。◆第14期総会は、11月25日(水)新所沢公民館ホール13:00開催。14:00から映画鑑賞会を開催します。準備を9月から開始しています。			

みんなの広場 第25回

傍聴席 石堂 智士

昼食は自炊、野菜たっぷりラーメン

きっかけは、退職後の図書館通いでした。昼食時間に帰宅することが面倒くさくなり、昼食は自分でつくことにしました。自分でできて、手間がかからない料理として、野菜たっぷりラーメンにしました。自炊を始めた時は退職後1年余りの暇な時期でした。それから、市民大学、倶楽部・傍聴席入会、傍聴席代表と忙しくなり、昼食が午後3時過ぎ、時には午後5時になりました。しかし、すぐできて、消化に良い昼食自炊は、現在も続き、とうとう丸12年になりました。

野菜たっぷりラーメンは、ダイコン、キャベツなど余り野菜を醤油で煮たのち、インスタント袋麺ともやし1袋を入れてだしを足した軽く煮込みます。できあがるとちくわ2本をどんぶりにしき、煮鍋から移すと、野菜が山盛りになります。自炊は昼食だけで、朝食はトーストにサラダ、夕食はカレーや豚汁や餃子など日替わりで家族一緒に食べます。このような食事と自転車運動によって、この10年間は医者いらずの健康生活を送りました。

ところが2年前、山歩きでひざ関節を痛めて、骨の栄養不足を感じました。それから、野菜たっぷりラーメンに、煮干しと魚肉ソーセージ半分と納豆を追加しました。その後2年後を経て、プールで平泳ぎが可能になり、長く痛めたひざ痛が回復したことがわかりました。これも自炊の成果でしょうか。

むさし野俳句会(令和二年九月)作品抄

鯖鮓や上野始発の寝台車

井出 昇

雲を出て雲に溶け込む秋の虹

海老澤愛之助

介護車の停まる隣家に子のプール

小林 貞男

大いなるかなと雲に西日かな

小林 典子

括り萩三和土の広き御師の宿

佐藤 八郎

忍び来て庭木の蔭に秋の声

白神 恵子

かはらけに疫病托して葛の谷

高梨 千代

どう見てもビルが反つて大夕焼

高橋三加子

秋暑いいつも濡れる水飲場

鈴木 征子

掃除機の音の軽さも涼新た

荒幡千鶴子

白い歯が抜けて笑顔の日焼けの子

宮本 信生

目葉は口開けて注す秋暑かな

平栗 彰子

虫時雨なにするでなく一人かな

橋本 佑子

幾たびもとんぼ返りすやんまかな

中嶋 弘子

武蔵野に標あるごと小鳥来る

利根川啓一



「むさし野俳句会」も新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言以降なるべく短時間で句会を行うようにしております。しかしながら、高齢化には逆らえず最近メンバーが減少しています。第一火曜日の九時三十分から行いますので、照会下さい。

連絡先 中嶋 2994-6045 井出 2944-9833 海老澤 2922-0259

《編集後記》

早10月になった。まさかのコロナが襲った今年。2月位からコロナの脅威に毎日おびえて暮らした。でももう正月が見えはじめた。今貴方は幸せですか？人はそれぞれいい年と最悪な年がやってきて「ああ、今年は最悪だったけれど来年こそいい年にしよう」なんて考えるものだ。凄く運のいい人とそうじゃない人もいます。しかしコロナは世界中を覆った。これをどう考えるか？私は欲張りだ。転んでもただでは起きないぞ、と思う。

霞んで今まで見えなかったモノが、コロナのメガネで見え隠れするようになったモノもある。積極的に出られない時は力を溜めてタンタンと過ごす事も大切だ。サー、秋の夜長、ステキなこの広報「広場」を読んで、自粛生活だけれどもいい夢を思い描いて、次に何をしようかなと楽しく暮らしましょう。

(新井 記)

「広場」問合せ 玉上 佳彦 (090-2497-1076)

川柳〔五十五〕作品発表 選 中島峯生

課題「汗」

ドラマあり汗と涙のユニフォーム
鍵がない額にじむ冷えた汗
支払いの機械操作に汗をかく
怒ってる上司の前にあぶら汗
タラーリと苦肉の答夫の顔
在宅も汗の証は給料日

「自由題」

塀の外わが子のプレイ折るママ
ときめきは老化酸化の防波堤
数値落ち祝杯家でビール飲む
さっそうと歩いた脚は医者通い
肥満者は致死率高いダイエット
笑えるかギリギリまでが時にくる

突拍子 突拍子 突拍子 突拍子
りんご好き りんご好き りんご好き りんご好き
庵閑子 庵閑子 庵閑子 庵閑子
縄文 縄文 縄文 縄文
海さる 海さる 海さる 海さる

次回(第56回) 課題「ビール」そして「自由題」
締切り日: 10月20日、担当中島まで、どなたでも
宛先 mh-naka@jcom.home.ne.jp Fax04-2928-1161