



ところざわ倶楽部 第 16 期定期総会開催について

総務部長 大西 優

新型コロナ対策が、依然大きな問題としてスタートした第 15 期は、3 月末、全国の蔓延防止等重点措置が解除された後もなお、オミクロン株などの大幅な感染拡大が続きました。

しかしながら今期は、多くの会員の皆様が、4 回目のワクチン接種を済ませ、猛暑の夏を乗り越えて、積極的にご参加頂いたおかげで、第 15 期事業のいずれも、好評のうちに終える事が出来ました。

今なお、新たな変異株発生が懸念されてはおりますが、ワクチン接種体制を整え、コロナへの対応策を会得しながら、社会活動再開に向けた“意欲”と“自信”が見えて来たようです。

そして、いよいよ第 16 期（2022 年 11 月 1 日～2023 年 10 月 31 日）を迎えます。

11 月 21 日に開催されます、ところざわ倶楽部第 16 期定期総会は、第 1 部で、第 15 期の「活動報告と決算報告」及び、第 16 期の「役員改選案・活動計画案・予算案」について審議いたします。

第 2 部では、佐井佳代子先生に“音楽によって元気を取り戻す”講演をお願いしております。

今年も受付での年会費の収受は行わず、総会での飲食も控えさせて頂きますが、昨年と同様市民大学修了期ごとに座席を配し、旧交の場を設けたいと思います。

そして、多くの会員のみな様と一緒に、元気に第 16 期のスタートを切りましょう。

是非とも、会員みな様のご出席賜ります様、ご案内方々お願い申し上げます。

ところざわ倶楽部第 16 期定期総会

日時 2022 年 11 月 21 日(月曜日)
14 時～16 時 受付 13 時 30 分

第 1 部 定期総会
第 2 部 講演「音楽療法」
佐井佳代子氏

場所 所沢市民文化センターミューズ
2 階展示室「ザ・スクエア」



音楽療法講演開催に向けて

音楽療法士 佐井 佳代子

皆さん、こんにちは。2019年の「ところざわ倶楽部まつり」では、皆様の向学心と温かさに触れ、楽しい時間を過ごさせていただきました。どうもありがとうございました。

その後のコロナ禍により、対面での活動が必要である私の音楽療法の仕事は中止せざるを得ないことが続きました。

この度、「音楽療法講演」ということで皆様にお会いできる機会をいただき、大変ありがたく思っております。

音楽療法には勉強しなければいけない領域、身に付けなければいけない知識・技術・感覚がたくさんあります。

正直なところ、今の私には皆様の前でお話しできるだけの力はありません。あと10年、いや、50年ぐらいしたら皆様の前で自信を持ってお話しできるかなとも思いましたが、考えてみれば、そのころには私はこの世にいませんものね。「何事も生きている今」と思いお引き受けいたしました。今回は私の経験からのお話ししかできませんが、これからも勉強を重ねますので、続きは50年後に期待してください。

《音楽療法とは?》

今回お話しする「音楽療法」とは、音楽の持ついろいろな力と働きを、心身の健康の回復や向上を図るために効果的・計画的に用いることです。高齢者の認知症予防教室では音楽療法が行われることが増えていますが、音楽療法は対象者のニーズに合わせて計画されるので、障害の有無・年齢を問わず、いろいろな方に対して行われます。

音楽の効果について、プラトンは「音楽は魂の薬」と言い、旧約聖書にはダビデが竖琴を弾いてサウルの心の病を癒したという記述があります。古今東西、遥か昔から音楽の力が生活の中で認められ使われてきたことは誰もが知るところですが、音楽療法としての組織的な発展があったのは1940年代からです。アメリカの病院で、音楽を聴くことで負傷兵の治癒が早まったという効果が認められたことをきっかけに、専門的な知識や技能を持つ人を養成することが求められ、音楽療法士の養成と研究が行われるようになりました。

《私が音楽療法を勉強しようと思ったきっかけ》

私は50歳を目前に、必要を感じて音楽療法の専門学校に入りました。私が音楽療法を学ぼうと思ったのは、精神病院のボランティアでの失敗経験、自宅にレッスンに来た自閉症の生徒さんとの出会い、そして離れて暮らしていた母のことがきっかけとしてありました。そのことについては当日お話しできればと思います。

《私の仕事》

現在、私は自宅や施設・各団体で、いろいろな方と音楽を通してお付き合いをさせていただいています。

一番多いのは、発達障害児・者の方との音楽療法の場です。音楽は言葉や知的な理解を通さずにコミュニケーションできる可能性を持っています。なかなかうまくはできませんが、言葉を持たない方や知的に重い障害を持った方と音楽の中で対話できたときには、本当に幸せを感じます。

恐らく相手の方もそう感じてくれるだろうと信じられる瞬間は、この仕事をしていてよかったと心から思えるありがたい瞬間です。



《当日は……》

当日は、歌にいくつかの小さな実験やクイズなどを織り交ぜながら、音楽の効果について皆さんと一緒に考えていきたいと思います。私たち高齢者にとっての音楽、特に「歌うこと」がどのような効果を生むのかについても触れたいと思います。皆さんの生活が音楽によってさらに生き生きとした豊かなものになるように、ヒントになることを少しでもお伝えできたらと思います。お会いできることを楽しみにしております。

環境問題シリーズ 第23章

エネルギーや食料の安全保障が心配

地球環境に学ぶサークル 小田原 一博

「安全保障」と言うと日米「安保」が思い浮かびますが、最近「安保」を検索すると、エネルギーや食料の「安保」が多数ヒットします。ロシアのウクライナ侵攻以来、石油・天然ガス等のエネルギーや、小麦・トウモロコシ等の食料・飼料の価格が高騰しています。北のミサイルや台湾有事に備えた「安保」議論も大切ですが、日常生活に密接なエネルギーや食料への危機意識も高める必要があります。

1. エネルギーの安全保障

①日本のエネルギー自給率は輸入依存によりわずか12%で、欧米先進国の中で最下位です。



②政府は 2011 年に最悪の福島原発事故を起こしながら、稼働期間の 40 年から 60 年に延長や、安全性・コストも不明な新型炉開発等の原発依存を進めようとしています。いまだに数十万人が避難生活に苦しんでいることを忘れ、廃炉や廃棄物処理の目途も立たない原発推進は理解できません。

国民の生命・生活より政・官・学・財による「原発村利権」優先の政策は許してはいけません。原油の中東依存緩和策だったロシア原油・天然ガスもロシアのウクライナ侵攻で破綻しそうです。

③対応策は、化石燃料や原発依存を減らし、太陽光・風力・水力・地熱等の再エネへの大転換が必須です。但し、発電量が不安定な再エネ電力を補完する「蓄電池」や各地に分散する電源を安定的に制御する「仮想発電所(VPP)」が大切とされています。(社団法人エネルギー情報センター、2022.5.9)。原発 vs 再エネ議論に早く終止符を打ち、安定な再エネ社会の構築に方針転換が必要と思われます。

2. 食料の安全保障

①日本の食料自給率も輸入依存のために 38%で欧米先進国中最下位です。



②食料自給率は 1960 年 79%から 2020 年 38%に低下しました。欧米化でパンや肉の消費が増えた結果です。政府は 1970 年から農家所得向上のため、減反政策で米価維持を進め、米価は 1960 年から現在まで 4 倍に上がりました。

しかし高齢化で廃業、生産は減少し、2019 から 2035 年の間に自給率は信じがたい程の低下が予想されています。牛肉 11%→4%、豚肉 6%→1%、鶏卵 12%→2%、酪農 25%→12%、野菜 8%→4% (鈴木宣弘東大教授、NHK スペシャル、2021.2.7)

さらに、農協は米価維持のために、農水省提示以上の減反を進めました。農林議員、農協、農水省は食料安保に壊滅的な打撃を与えてきました。

③農水省出身でキャノングローバル戦略研の山下一仁氏は、これら農政の失敗を反省し、自給率の高い米の消費拡大と増産、余った米は飢餓国への支援輸出を推奨しています (朝日論座、2022.6.28)。

3. まとめ

日本は、エネルギーも食料も輸入依存している状況で、温暖化による異常気象に襲われています。金で買う方が安いという輸入依存体質が続き、戦争やパンデミック等の有事の備えが脆弱でした。この発想を転換し、各自がエネルギーと食料の無駄削減、地産地消を危機感持って進めるときです。

「世界の平和を考える」

シリーズ 第15回

戦争で得るものは何もない



河登 一郎

・現在世界は二つに大きく分断されている。

1) 一つは、アメリカ・欧州・日本を中心とした「民主主義・市場経済」を基軸とする体制。

いわゆる G7 が中心。従来はこのグループが中心になって世界を引っ張ってきた。



2) 21 世紀に入って、BRICS (ブラジル・ロシア・インド・中国：s は複数を表わす s) が、南アフリカが加わって新 BRICS (S は南アフリカの S) と、この 5 カ国以外にも積極的に呼びかけ、6 月に開かれた「新 BRICS 首脳会議」には、この他イラン・トルコ・アルゼンチン・エジプト・インドネシア・カザフスタン・エチオピア・カンボジア・タイ・マレーシアが参加した。

・G7 は人口 8 億人；GDP は 42 兆ドルだが、新 BRICS は人口 41 億人と 5 倍強；GDP は 30 兆ドルと若干下回るが世界の 1/3 に達し、その上石油・天然ガス・石炭の埋蔵量は世界の 2/3 を超え、レアアースや化学肥料原料のカリ・リンでも 70%、穀物生産は 52% を占める。

すべてが反米・親中ソで固まっているわけではないが、独裁・軍政の国が多く、米英主導で民主化要求を突きつけられ、外交パージを受けている。

・新 BRICS 内の相互補助関係も無視できない。G7 や欧州が買わなくなりだぶついたロシアの原油・石炭をインドが安値で購入したり、インドがエジプトに対して 50 万トンの小麦を緊急輸出したが、その分をロシアが穴埋めしたり、新 BRICS 内で連係プレイが成立した。

・「新 BRICS 通貨バスケット」：アメリカの連邦準備制度 (FRB) や欧州中央銀行は、中ロ主導の新しい基軸通貨制度を警戒している。ロシアが国際銀行間通信協会 (SWIFT) から排除された後、人民元建取引が急拡大し、アメリカの金融支配に風穴が開きつつあるが、新 BRICS 通貨が利用されるようになればドル・ユーロと並立する利便性を持つ。

○そして、欧州ではロシアによるウクライナ侵攻で、現実には戦争が起きており、何万人もの尊い命が失われている。その他民間の施設が多数破壊されている。

・一方アジアでは台湾を巡って米中の関係がにわかに緊張の度を加えてきた。

○我々の希望としては、「どうぞ核戦争にはならないで欲しい」。核戦争にならなくても戦争が起きれば生命が失われることは同じである。

・それにしても第 2 次世界大戦の末期、瀕死の日本に対してアメリカは原爆を 2 度も投下したのである。ロシア (当時ソ連) は 2 度の原爆を確認したあとで、「日ソ不可侵条約」を一方的に踏みにじり日本に武力侵攻を始めた。両方とも許しがたい暴挙であるが、日本政府はこれに対して抗議したことはあるのだろうか。私は寡聞にして知らない。

・台湾は、極力「有事」にならない努力が必要だが、中国・台湾・アメリカいずれも非常に強気である。万一戦闘が起こった場合、日本はどうすれば良いか。

・気持ちとしては是非参戦すべきだとは思ふ。しかし、この参戦には非常なリスクが伴うことを冷静に考慮しなければならない。多くの若い命が失われることだけでなく、沖縄が再び爆撃され、内地の我々さえミサイル攻撃で命を失う可能性もある。

サークル活動報告

サークル活動の思い出

活きいきシニア福祉の会
川上 紀春

私達のサークルは市民大学 21 期修了生によって設立されましたが、10 月末をもって活動を中止することといたしました。超高齢社会における福祉制度を中心に勉強をしてきましたが、数々の思い出がよみがえります。特に介護保険制度に関しては深く学ぶことができ、友人の母親や近所の方に保険制度の説明もできるようになりました。一方で、介護保険料の上昇、介護サービスの質の低下や後期高齢者医療制度の医療費負担の増加など、少子高齢化による制度の問題点も認識できました。公的援助だけでは解決できず、地域社会での助け合いの必要性を感じています。

又、特別養護老人ホームや認知症施設を訪問し入所の皆さんとの交流、早稲田大学での学生たちとの学習や消防署での救命講習等サークル活動ならではの体験もできました。

楽しかった思い出としては、夏休みの子供食堂のサポートがあります。子供達とカレーライスを作ったり、そうめん流しやゲームをしたりと楽しい時間でした。コロナ禍で開催は中止していますが、再開されれば是非応援したいと思います。

今年度の活動としては、フレイル予防体操の体験、終活についての講演聴講やエンディングノートの書き方について学習しました。フレイル予防については、ところざわ倶楽部まつりで会場の皆さんにも紹介ができました。

サークルとしての活動はなくなりますが、今後も学んできたことを糧に自分ができることを探しながら前進していきたいと思っています。



楽しい音楽を一緒に♪♪♪

楽悠クラブ
田村 健一郎

1. 2022 年度 1 月～10 月の楽悠クラブの活動（音楽鑑賞など）を示します。

1 月：プッチーニ歌劇「ラ・ボエーム」

2 月：「ショパン・コンクール 2021」

3 月：ヴェルディ歌劇「アイダ」

4 月：ヴェルディ歌劇「リゴレット」

ドキュメンタリー「指揮者ハイティンクの我が人生」

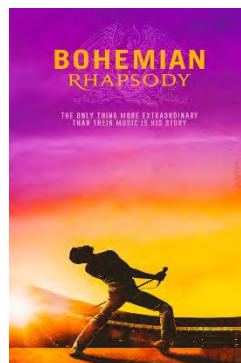
5 月：ガーシュウィン特集

オペラ映画「ポーギーとベス」

6 月：プッチーニ歌劇「トゥーランドット」

7 月：クイーン映画「ボヘミアン・ラプソディー」

9 月：ミュージカル映画「マンマ・ミーア」



ところざわ倶楽部まつりに於いて

「コーラス&リコーダー演奏」を披露

10 月：ワーグナー歌劇「さまよえるオランダ人」

2003 年 12 月 小澤征爾指揮 ウイーン国立歌劇場管弦楽団

2. 小澤征爾さんに特別賞

指揮者の小澤征爾さん（87）が、オーストリアのオペラハウスや劇場で優れた業績のあった人物などに贈られるオーストリア音楽劇場賞の国際文化交流特別賞を受賞した。小澤さんは、所属事務所を通じてコメントを発表。「ウィーン国立歌劇場の音楽監督を務めた 2002 年から 10 年は、数々のオペラ公演やオーケストラコンサートと共にしてきました。この経験は指揮者としての私の人生を豊かにしてくれました」などと述べている。

（2022 年 9 月 15 日朝日新聞記事より）

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. アジア研究会 (玉上 佳彦 090-2497-1076)

11月30日(水)14:30～16:50 中央公民館8・9号室 定例会
 テーマ：最近の国際情勢に関するフリーディスカッション
 17:00～19:00 忘年会(於：福龍)
 12月21日(水)13:00～16:00 中央公民館8・9号室 定例会
 テーマ：福本会員による島嶼問題の報告を予定

2. 楽悠クラブ (田村 健一郎 2949-3434)

11月8日(火)13:15～16:30 中央公民館3階8・9学習室
 「ジャズ&ポピュラーを楽しむ」
 11月8日(火)11:00～13:00 中央公民館1階学習室1号役員会議
 12月20日(火)13:15～16:30 中央公民館3階8・9学習室
 「楽悠クラブ総会」、「フォーク&カントリーを楽しむ」

3. 食を通して所沢を知る会 (岡部 まさ子 080-5872-1868)

11月22日(火)10:00～ ふらっと 研修室
 DVD「種は誰の物」鑑賞
 12月13日(火)10:00～ むい食堂
 「日本酒の新潮流」講師：寫田良彦 忘年会

4. 地球環境に学ぶ (小田原 一博 080-6537-2670)

11月15日(火)9:00～11:00 新所沢東公民館
 定例会：環境討論、テーマ未定
 11月18日(金)10:00～12:00 新所沢東公民館
 読書会：「グリーン・リカバリー……レポート2030」第1回

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

11月16日(水)13:15～15:00 中央公民館1階 学習室3号
 定例会 テーマ「私たちの2025問題」ー最近の話題からー
 〈スマイルパイレーツの練習日〉 見学大歓迎！
 11月12日(土)13:30～16:00 生涯学習推進センター 多目的室
 11月26日(土)13:30～16:00 生涯学習推進センター 多目的室

6. 所沢の自然と農業 (稲村 洋二 090-5530-4703)

11月15日(火)9:30 柳瀬荘黄林閣ボランティア活動
 11月17日(木)13:00～15:00 新所沢公民館 定例会
 11月24日(木) ハイキング
 11月25日(金)9:30 柳瀬荘黄林閣ボランティア活動
 11月27日(日)10:00 市大ファーム秋の収穫祭(会場：すずかめ)

7. 野老澤の歴史をたのしむ会 (栗屋 貴夫 090-2746-9840)

11月17日(木) バス旅行(比企地域・東松山方面)
 鎌倉殿を支えた武蔵武士のふるさとを訪ねて
 8:00 小手指駅南口集合
 12月1日(木) 三鷹国立天文台と深大寺探訪
 12月15日(木) 定期総会

8. ドラマティック・カンパニー (高橋 信行 090-9393-6238)

11月19日(土)9:00～11:00 中央公民館3号室
 「ジョン王」朗読続き
 12月3日(土)10:00～12:00 新所沢公民館3号室
 12月17日(土)10:00～12:00 中央公民館3号室
 「ジョン王」朗読続き

9. 懐かしの映画・鑑賞会 (二上 拓夫 080-1250-6151)

11月8日(火)10:00～12:30 西新井町会館
 洋画「レッド・サン」(71年) 仏伊米日 三船敏郎
 11月22日(火)10:00～12:30 西新井町会館
 邦画「明日の記憶」(06年) 東映 渡辺謙・樋口可南子
 ⇒ 年度纏め会 一年の総会 開催!! 9:45頃より実施

10. 脳活サークル (加曾利 厚雄 2939-2308)

11月28日(月)13:30～(受付開始13:00) 中央公民館・音楽室
 11月定例会：「音楽療法」で脳活！どなたでも参加歓迎！
 講師：佐井佳代子氏 マスクをかけて歌唱、脳活クイズ等
 12月26日(月)13:30～ こどもと福祉の未来館・多目的室2号
 12月定例会：会員の鶴野沢実豊氏による講演会

11. 傍聴席 (石堂 智士 2947-0835)

11月28日(月) 新所沢東公民館 研修室1号
 テーマ：地域公共交通政策G 学習会
 ※日程が倶楽部総会と重複したため、翌週へ変更した
 12月19日(月) 12月例会 テーマ未定

12. 民話の会 (仲山 富夫 090-3902-0283)

11月18日(金)10:0～13:00 新所沢公民館学習室4号室
 定例会 新会員の紹介 サークル15期の活動報告と反省会
 12月16日(金)10:00～13:00 こどもと福祉の未来館
 定例会 16期の役員と活動計画等を相談

理事会報告 10月17日(月)第10回理事会を開催しました。

・10月25日、第28期修了生向け入会勧誘を実施し、26期生5名
 28期生12名の新会員を迎えました。
 ・「第2回ところざわ倶楽部まつり」における寄付金1万2千円は、
 全額、所沢市「社会福祉協議会こども未来基金」に寄付しました。
 ・「葵の会(会員25名)」と「活いきシニア福祉の会(会員14名)」
 は、第15期末を以てサークル活動を終止しました。

11月21日(月)第16期定期総会 ミューズ2F 14:00開始

11月24日(木)PC相談会 新所沢公民館学習室5号13:00～
 理事会予定日
 11月14日(月)9:30～12:00 理事会 新所沢東公民館 講堂
 理事会終了後 13:00～15:00 新旧理事懇親会開催予定
 12月12日(月)16期第1回理事会10:00～12:00
 新所沢東公民館 講堂

みんなの広場 第44回

ドラマティック・カンパニー
児新喜美子

みんなの広場 第44回



『冬物語』あれこれ



9/29 倶楽部まつり：ドラマティックカンパニーはシェイクスピア作『冬物語』を朗読した。だが台本と配役が決まったのは9/24！果たして間に合うか心配しつつ笠松泰洋先生の真剣集中ダメ出しに皆本気モード/良い舞台になる予感！帰りのバスに揺られてると“熱いうちに作りました”と重厚感に温もりをも感じる先生作曲『冬物語』を受信/そして予感確信へ！ ※※ 照明が変わり曲が流れるともうそこはシェイクスピアの世界 ※※物語は嫉妬に狂ったシチリア王を中心に展開していくがもう一人の主役は臣下の妻ポーライナとも言える。暴言を浴びながらも毅然と王を諭していく。その迫力に舞台がギュッと引き締まり / この夫婦のやりとり思わずクスツとしたり / “本当の暴君なら面と向かって暴君と言えるか”の台詞にハッとしたり / 奇想天外ロマンスファンタジー『冬物語』--彼の戯曲は観客を飽きさせない巧みさとユーモアに彩られ、時代を超え今も人々に愛され続けている――

むさし野俳句会（令和四年十月）作品抄

すいとんのレシビの動画秋彼岸 井出 昇
けいみようなおかめひよつとこ檳榔の実
庭草を一輪挿しに今日の月 海老澤愛之助
秋高し犬のリードをやや長く 佐藤 八郎
紅葉狩逢魔時を惜しみけり 白神 恵子
乗り過ごし鉄道草を戻りたり 高梨 千代
中嶋 弘子
「むさし野俳句会」は鈴木征子先生ご指導のもと、和やかに句作を学んでいます。新型コロナウイルスの感染に配慮しつつ、毎月第3（火）9時半から中央公民館で行っていますので、俳句に興味がお有りの方は是非お仲間になつて下さい。

姫様も道具運ぶや村歌舞伎
秋暁やパン種の息密かなる
十五夜や酒の旨さも二合まで
秋霖の医院に集合登校児
先生の声が一番秋の空
敗荷の雨滴に朝の日射しかな
橋本 佑子
平栗 彰子
宮本 信生
小林 典子
荒幡千鶴子
鈴木 征子

問合せ 佐藤八郎 2948-8247 荒幡千鶴子 2922-0318

《編集後記》

先月末にアジアの三ヶ国にて、極めて悲惨な事件・事故が続いてしまいました。韓国梨泰院でのハロウィンの群集事故で 156 人が死亡。インドのヒンドゥー教の祭りの際の吊り橋事故で 134 人が死亡。フィリピンでは巨大な台風で 110 人が死亡。韓国とインドの事件は明らかに人災と言えますが、フィリピンの場合は、台風という自然災害と見られていますが、実は違法な森林伐採や金の採掘で自然が破壊された結果の人災だったといわれています。

なぜこのような大事故が発生するのでしょうか。私達の頭の中には、ロシアのウクライナ侵攻などで、大量の死者が出ていて、今回の数百人規模の事故に関する危機意識、安全意識が希薄になっているのかもしれません。

これらの事件・事故は「人の命の大切さ」を改めて考え直すことを示唆しているのではないのでしょうか。

玉上：記

「広場」問合せ 玉上 佳彦 (090-2497-1076)

川柳 〔七十八〕 作品発表 選 中島 峯生

課題「泣く」

生意気が親を泣かせて今は親
なまはげよ泣く子はいねよ過疎の村
泣き落とし鵜呑みにしたのが大間違い
泣いて断つ痛み悲しみ湧く力
どうしよう泣くに泣けないこの辛さ
大人とは真の悲しみ泣けないな

「自由題」

ベルトより太めの方はゴムパンツ
アラートは上空過ぎて着水後
叫びたい何に對してわからない
引いてみた紙幣顔出す国語辞典
チャリンコでどこに行くのもルンルンだ
追悼句 島川編旅の日記は忘れない
りんご好き

どうし
突拍子
縄文人
りんご好き
詔笛
海さとり

突拍子

縄文人

海さとり

どうし

詔笛

次回（第79回）課題「揃う」そして「自由題」

締切り日：11月20日、担当中島まで、どなたでも

宛先 mh-naka@jcom.home.ne.jp Fax 04-2928-1161