# 東京多摩プロバスニュース

第 101 号

■事務局:〒206-0013 東京都多摩市桜ケ丘 1-53-28 鈴木泰弘方 ■電話:090-4846-7183

■URL: http://www.tokyo-tama-probusclub.com ■編集・発行:広報委員会 2022.7.6.


## 共に学びながら、高齢化社会に貢献しよう

第 215 回 定例会
日 時 :令和 4 年 5 月 11 日(水) 午後 1 時 30 分より
場 所 :関・一つむぎ館第 4 会議室
お客様 :酒井善夫様 杉原正強様
出席者 :10 名(会員数:20 名)

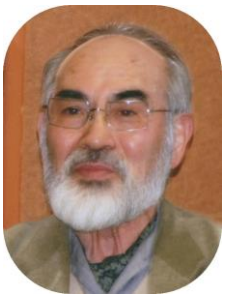
第 216 回 定例会
日 時 :令和 4 年 6 月 1 日(水) 午前 12 時 30 分より
場 所 :つきじ植むら(京王デパート 8F)
出席者 :19 名(会員、会友)

### 理 念

1. 豊かな人生経験を生かし地域社会に奉仕する
2. 活力ある高齢社会を創造する
3. 会員同士の交流と意欲の向上をはかる
4. 非政治的、非宗教的、非営利的であることとする

### ◇◇◇ ごあいさつ ◇◇◇

**モラルある人間の育成を目指して** 高村弘毅会長



21 世紀は、人間が生活の快適性を求めて果敢に自然界や、天空や地下にスペースを求めて活動している。その反面、人間社会は基より動物の社会までが窮屈になっているようである。 また、日常生活のルールとマナーが脆弱になり、新聞や TV の方によると子供が悠長に遊園地で遊べなくなったようである。犬を愛好する傾向は世界の国で見かけるが、公園の芝生が動物のフンと尿で、子供が不衛生で厳重に注意を要する。公園の砂場も動物汚染でほとんどが消毒しないでは使えない。

これは概して社会のルールが消失しているからであろうか。アメリカに貸与していた基地の芝生公園が、自衛隊や公共化されて一般市民の利用が多様化されている例が多くなる傾向にあり、大変結構なことである。しかし日本に返還されて間もなく雑草がボウボウの荒地になることが少なくない。これは我が国の生活が土地と密着した農業と縁が無くなったためなのかなア。畑の草を取って収穫を揚げたことを思い出す。最近、後期高齢者に小生に代わって草取りを依頼したのだが、農家出身者の草取りが見事に優秀な草取り技術をマスターしていた。野菜は虫が付かない野菜が好まれるという。サクランボやメロン・スイカは露地で栽培しなくてビニールハウスやフレームワークで栽培し、害虫除けを誇って居ります。天然資源の乏しいわが国の農家、将来の自給社会の構造が危ぶまれる。国際的な輸送事情が緩和された今日一考を要する。モラルの整ったマナーが将来人に必要でしょう。

霞ヶ関橋:京王線聖蹟桜ヶ丘駅と京王桜ヶ丘住宅地を結ぶ、いろは坂通りの端に位置し、大栗川を跨ぐ

## ◇◇◇　幹事･委員会報告　◇◇◇

### 1. 幹事報告　　小林務幹事

18 期の定例会はコロナ禍により 6 回の開催に留まりました。ただし開催された定例会は内容も充実された定例会になったと思います。コロナ感染終息と思われる来期は幹事役も変わります。期待しましょう。

安心は禁物、感染防止対策は励行しましょう。

### 2. 委員会報告

### 2. 1. 総務委員会　　藤嵜喬子委員長

1) 第215回定例会：5月11日(水)関・一つむぎ館第4会議室で開催
出席者：10名　会員数(会員＋休会員)：20名
見学者：2名　杉原正強氏　酒井善夫氏
誕生祝い：4月　澤雄二会員　5月　永田宗義会員

2) 第216回定例会：6月1日(水)京王デパート8階レストラン「つきじ植むら」にて食事・懇談・定例会
出席者：19名(会員＋休会員＋会友)
誕生祝：5月　小島明会員
新入会員：杉原正強(まさたけ)会員　酒井善夫会員

### 2. 2. 研修・親睦委員会　　片倉満委員長

18期事業年度も最後の委員会となりました。6月10日11時開始、関戸公民館会議室。出席は6月会員となられた杉原正強・酒井善夫両名を迎え、堀内陽二、秋山正仁、小林務、片倉満各会員の6名。

研修・親睦委員会への出席者の皆さん

1) 18期の事業総括、翌月スタートの19期事業計画を協議しました。委員からは、研修・親睦のモットーである「いつも楽しく集えるプロバスの運営」のために次年度の事業を楽しく意見交換を行いました。

2) 実施延期となった 7 月の日帰りバス研修旅行、12 月忘年会、春にはフィナンシャルプランナーを講師に招き「ためになる終活とは(仮)」などが企画検討されました。19 期はコロナ感染を心配しないで事業をしたいものです。

### 2. 3. 地域奉仕委員会　　澤雄二委員長

今期はコロナ禍でほとんど活動は進みませんでした。共同募金・ワールドキャンパスも中止。プロバスの出前授業もできませんでした。多摩市の湧水調査も進みません。18 期の活動計画は 19 期の地域奉仕委員会に継承しましたのでよろしくご理解をお願いします。湧水調査のマイマイズ見学は、7 月 20 日に行うことを理事会で決めています。

### 2. 4. 広報委員会　　登坂征一郎委員長

1) プロバスニュース101号を7月6日に発行・配布

2) コロナ禍でのプロバスニュース寄稿依頼について
現下では、定例会開催がままならず、会員間の対面交流が叶わぬ状態が続いています。会報は会員間交流の一助となればと考えております。
会員・休会員・会友各位どんなテーマでもよいと思いますので、寄稿をお願いします。(私と多摩・我が故郷・私の趣味・私の一品・対外活動・旅行記・エッセイなどテーマは自由です。400～1000文字。)

3) オンライン編集会議の導入について
第99号以降、編集会議にオンラインを導入して、特に第2編集会議は読み合わせ校正に威力を発揮。

4) 当クラブのホームページは7月7日更新公開予定。

### 2. 5. 会員委員会　　小林務委員長

今期の会員委員会は活動不足ですが6月1日付け秋山正仁・片倉満両会員の紹介で杉浦正強氏・酒井善夫氏2名が入会されました。よろしくお願いします。

## ◇◇◇　新会員紹介　◇◇◇

**酒井善夫会員**

祖父は人形町で、お父さんは神田多町にてご商売をやられ、彼は昭和 29 年神田に生まれた江戸っ子です。昭和 35 年ころ一家は当時の多摩村に移転。大学卒業後は就職希望で人気の高い会社である JTB に入社し、出版法人営業、企画制作など現場第一線で活躍され、64 歳で退職され現在 67 歳。酒井さんを知るきかっけは、お父さんが多摩市議会議員、議長を務め、その後、関・一コミュニティセンター運営協議会会長や多摩市の郷土史家として地域に貢献されている。

課題は発見するもの、仕事は面白くするもの、先入観は持たない、何故そうなのか調査することを身上にして生きてきた情報社会の企業戦士の一人です。　(片倉満会員記)

**杉原正強会員**

昭和 21 年、山梨で生まれ実家の井戸を占師が発見、両親は 90 歳過ぎ迄一度も病気をしなかったとか。甲府高校・山梨学院大学・拓殖大学大学院から税理士になり渋谷信用金庫に入庫し合併で西部信用金庫になっています。預金・融資など勤めて退職。趣味は卓球で元世界チャンピオンの長谷川選手とプレー出来てよかった。現在多摩市総合体育館の卓球の指導員で 7 月より毎週月曜日夜 6:00～9:00 担当しています。もう一つは囲碁です。小学校で教えており東京代表になった生徒がいます。囲碁は学力が向上すると言われていて、お孫さんなどに教えると大変良いとの事です。囲碁大会でよくご指導されている堀内陽二ご夫妻に感謝です。

(秋山正仁会員記)

## ◇◇◇　昼食会&定例会　◇◇◇

### 1. 事業活動報告　　片倉満研修・親睦委員長

ようやく、コロナ禍でも会食ができ、また参加人数制限が撤廃されたことから、18 期最後の月次となった 6 月定例会を当委員会と総務委員会にて企画をしました。所属する会員や休会員、会友との楽しい交流が途絶えがちでしたので手分けしてそれぞれに参加を呼びかけました。

会場は少し高級でかつ旨い食事処、会議も可能な箇所として京王デパート聖蹟桜ケ丘店 8 階レストラン街にある「つきじ植むら」を選びました。

定例会は毎月第一水曜日となっており、6 月 1 日(水)で開始時間が 12 時 30 分でしたが、当日は皆さん出足が良く遅れる方はおりませんでした。会場には東京多摩プロバスクラブの旗をタペストリーのごとく掲揚しました。久方ぶりの披露です。

定例会懇親会の開催状況

高村弘毅会長の挨拶と乾杯の音頭にて懇親食事会が始まりました。アルコールも飲める with コロナとなった少しの安心感もあり、皆さんはにこやかな様子で会話され、休会員・会友の方々をはじめ参加者の元気な近況報告に耳を傾け、和気あいあいの食事会となりました。「皆さんのお顔を

出席者各位の懇談状況

見ましたら元気が出て、来期もプロバス会員を続けようと思いました」「体が動く限り、残された人生を楽しく過ごしたいのでプロバスの会合には参加したい」「体は活動しにくくなったけど、声は元気に出るから楽しい会合には出席し続けます」など、発言が相次ぎました。また、理事会・例会に出席されずにこの数ヶ月間療養中でした小林務幹事が暫く元気になられ出席され、治療やその後のリハビリなど体験報告されました。その内容の詳細は 2 項に記述してあります。

食事後は登坂広報委員長の進行にてその場で定例会が行われ、各委員会から報告などがありました。総務委員会から来月開催となる定期総会運営準備の話、研修・親睦委員会から 7 月 14 日実施となる日帰り研修旅行の案内、本年 11 月 24 日・25 日開催となる八王子市でのプロバス全国大会の参加の呼びかけなどについて地域奉仕委員会から内容説明がありました。

この日はこれまでの新型コロナに罹患せずに無事に過ごし、会場に久しぶりに懐かしい方々と顔を合わせて話したり、美味しい食事やお酒を飲み交わすこともでき、心の元気をそれぞれに受けたひと時でした。コロナ禍による人間関係の分断や、地域社会などへの貢献意識が希薄となった今日この頃です。これからもそれを少しでも挽回しようとの意欲を向上させる 6 月 1 日でした。

当委員会は会員の皆さんが気楽に楽しく交流親睦となる機会を実現する事業をこれからも企画してまいります。

### 2. 暫く振りの定例会懇親会に参加して　小林務会員

私自身の不注意により入院手術、退院後の 5 月ある日に片倉さん藤嵜さんより見舞いのメールと 6 月 1 日(水)定例会懇親昼食会開催のご案内を頂きました。退院後自宅近くの歩行訓練に明け暮れてほとんどの活動も外部との接触など中止、メール・電話連絡なども控え目にしていましたが、5 月 31 日主治医の術後の経過観察と診察のために青梅市内の病院まで行き、診察の結果順調に回復に向かっており、疲れない程度の外出も可との診断結果の説明を受けて喜んで帰宅。発症以来 3 ヶ月半初めての外出に期待と不安の中バス停迄杖を使っての歩行、バスと電車を乗り継いで聖蹟桜ヶ丘京王百貨店 8 階和食レストラン「植村」までたどり着き、皆さんが笑顔で迎えて頂き私も興奮の面持ちでお礼とご挨拶、間もなく始まった美味しい食事を頂きました。

今年 1 月 12 日定例会以来の参加に自身の足で歩いて今日の目的食事会と定例会に参加し、皆さんの元気なお顔拝見と同時に、自身の病気回復と合わせ最近になかった幸せ感を味わうことができました。開催を企画実行して頂いた担当の皆様に心よりお礼と感謝申し上げます。会員の皆さんが一堂に会して美味しい食事、楽しい会話とそれぞれの笑顔が、人々の交流を楽しむための原点であることを確信した一日でした。一日も早く快癒し会のお手伝いができるように努力します、久々の老舗の味ごちそうさまでした。

小林務幹事の現況挨拶

## ◇◇◇　　寄　　稿（1）　　◇◇◇

### 有意な情報の提供を期待

伊藤健一会員

昨年、右脚にしびれが起こり、整形外科の医師から脊柱管狭窄症と告げられた。それが半年以上続き、今年に入ってようやく治ったと思ったら、入れ替わりに原因不明の筋肉痛が始まった。とくに肩など上半身の筋肉が痛くて、寝返りが打てない、朝起き上がるのが苦しく毎朝が地獄のよう。かかりつけの内科で診てもらったが原因不明。発症したのが３度目のコロナワクチン接種直後だったので、それが原因ではないか？コロナ感染も疑ったが、PCR 検査結果は陰性。その後内科医師より他の病院を紹介され、そこでさらに調べてもらったが病名は分からずじまい。

最終的に、自力でネットで調べ、症状と検査結果を照らし合わせ、ぴったりの病名が浮かんだ。リウマチ性多発筋痛症（PMR）に違いない！早速、リウマチ科のあるクリニックを予約し診てもらったところ、予想通り PMR と告げられた。

帰宅して処方された薬を飲んで昼寝して目が覚めたら、筋肉痛の症状がかなり回復、翌朝にはほぼ完全に筋肉痛がなくなった。薬が著効を示すのも、この病気の特徴の一つ。また、一時的によくなったようでも、薬をやめると再発することが多い病気のようです。

コロナワクチンの副反応ではないかとリウマチ科の医師に話したら、その可能性ありとのこと。

その後、ある高齢者の方が２回目のワクチン接種後に１ヶ月間動けなくなったという話を間接的に聞いて知った。ワクチンの副反応ということでした。また、私の日課のオンライン英会話でセルビアの先生にその話をすると、その方の知り合いにもワクチンの副反応で神経系の病気になった人がいると言っていた。

やはり自分もワクチンの副反応のように思うが、なぜ Google などで調べても副反応としてすぐには出て来なかったのか？自身、前の職業（IT ビジネス）柄、最近の Google 検索について不満に思っていることがありました。

近年の Google は、以前と違って必要な情報が検索結果に表示されなかったり、自社のサービスや広告類が優先的に表示されたり、ブログやツイッターなどの口コミ情報は検索結果に表示されにくくなっているようです。

このような傾向になるのは、Google も一民間企業ですので、利潤追求を優先せざるを得ないのでしょう。また、ググるという言葉があるくらい、検索と言えば Google で、検索エンジンが Google 一社のほぼ独占状態となっているのも一因なのかも知れません。

つい先日、今話題のイーロン・マスク氏のツイートで面白いものを見つけました。

上）誰かが、誓って本当のことを話そうとしたときには目を光らせる YouTube
下）明らかな詐欺まがいの広告が自サイト中に有っても知らんぷりの YouTube
とでも訳せましょうか。
※YouTube は Google の子会社。

そのようなわけで、Google で検索してもコロナワクチンの副反応に関する有意な情報はなかなか見つかりませんでした。

そうは言っても、ネット検索ではいつも Google のお世話になっているし、これ以上悪口を言うのは差し控えたいと思いますが、有意な情報がより多く提供されるようになればと願っています。

さて、口コミ情報などの個人が発信しているような情報を得るには、どうすればよいのでしょうか。今回、試してみて分かったのですが、ツイッターを利用すると多くの口コミ情報が得られます。ツイッターのサイト内にある検索ツールで「コロナワクチン　筋肉痛」等で調べると、ワクチン接種後の副反応に関する情報がわんさと出てきました。ある医療従事者は、私と同じ病名の副反応が多いと記述していました。

それと、もう一つ思ったのは、ワクチンの副反応についての情報が十分知らされていないのではないかという疑問です。おそらく国などは、ワクチンの製薬会社や内外専門機関等から副作用のデータを収集していると思うのですが。

しかし、どんな種類のワクチンにせよ、多少のリスクはあるもの。ワクチンによって、多くの命が救われたという大きいメリットもある代わりに、リスクはつきものと割り切る方が賢いのかも知れません。リスクばかりを気していては安心してワクチン接種ができなくなりますから。

幸い、ワクチンの副反応については、国による健康被害救済制度ができている。今回その制度を利用し報告することにしました。副反応の可能性があるということなので、黙って諦めることもできたのですが、声を上げて事実を報告することも大事ではないかと思いました。

## ◇◇◇　寄　稿（2）　◇◇◇

### マイマイず井戸（maimaizu well）　高村弘毅会長
（見学前予備講座として）

人類は、生活の基盤は水辺から離脱することがなかったが、生活に適切な土地柄を見つけては、水辺の補完施設として、各種の井戸掘りの技術を開発し、従来の乏水地域に居住地を拡大した。その一つに「マイマイず井戸」が導入された。

掘削井戸は江戸時代より武蔵野扇状地や砂地など軟弱な崩壊しやすい地域に分布していた。水井戸は表流水際からの新開拓地への居住地域を拡大する段階で導入された。手掘り竪井戸として述べられているマイマイず井戸は奈良県の橿原・畝傍山東麓から板井まで、奈良時代に技術的に進歩した。

この方法では、地表面の掘削は、直径20～30mの摺り鉢型の竪穴を掘削し、その穴底の中心部にさらに直径 1.5～2.0mの竪穴を地下水面まで掘り、宙水や不圧地下水を「つるべ・釣瓶井戸」や「桶のついた縄ひも・青竹のついた縄桶」で汲み取水する。地表面がすり鉢状の竪穴を掘削し、その底面を竪穴の井戸口まで掘削、水汲みの道線は、摺り鉢状側斜面は旋形に、固い岩盤の側斜面は階段状に設道する。設置地域が地域の慣例化が反映されている。地域が頭上運搬が慣例化されている処は階段状形式、天秤運搬が習慣化されている地域では、運搬文化の反映が目に付く。

文献によると、弥生時代⇒飛鳥時代の廃寺址から発見された突き井戸（井筒）・井戸桁は木材・レンガが使用されたことを明記している。

知名度の高い井戸は、東京都羽村市の「五ノ神マイマイず井戸」、埼玉県狭山市の「堀兼の井」、都下の新島本村の砂地の階段式井戸、同属島の式根島の岩盤質階段式深井戸がある。井戸によっては水汲みの小道路は二重の螺旋構造に成っていて、往路と復路が異なっていることがある（天秤運搬の文化圏）。頭上運搬の文化圏は階段式のことが多い。イタリアの Pozzo di Sant Patrizzo「高村・地下水学会誌・1983」は二重螺旋階段で往路と復路は別になっており、井戸水面上に渡り橋があり、水汲みロバと水利者が渡れるようになっている。マイマイず井戸の歴史にはいろいろの説があり、その諸説を記載しておく。

五ノ神マイマイず井戸（筆者提供）

東京都教育委員会の五ノ神の説明会文によると、大同年間（806～810 年）に創設されたと言う言い伝えもあるが、その根拠はなく形態や板碑からみて鎌倉時代までは遡り得るという。更に、歴史について記載する文献が少ないので、著者「日色四郎、奈良県橿原市公苑橿原考古学研究所、内外印刷(株)、昭和 42 年 5 月発行」の文章を紹介しておく。「伝聞するところによれば最近豊橋付近瓜郷の弥生式遺跡地に於いて上部に 20m の不正円形の階段状窪地が発見され、階段の高さは 5.6m で段々に下降するように造られていたという。発掘調査に携わった人々の意見によれば、恐らく当代の井遺構ではないかという。若しこの推定に誤りがないとすれば、これは規模の大小こそあれ武蔵野のマイマイず井戸に酷似して居り、現在のマイマイず井戸を上代井の一残像に有力な資料となるものと思われる（85P）」。

### 武蔵野のマイマイず井戸　登坂征一郎会員

マイマイず井戸は平安時代前半には、武蔵野の歌枕として知られる「ほりかねの井」（掘兼之井、堀難之井）と和歌や文学作品に散見されています。

- *いかでかと思ふ心は堀かねの井よりも猶そ深さまされる（伊勢、西暦 900 年頃）*
- *はるばると思ひこそやれ武蔵野のほりかねの井に野草あるてふ（紀貫之、西暦 866～945 年頃？）*
- *武蔵野の堀兼の井もあるものをうれしや水の近づけにけり（藤原俊成、西暦 1114～1204 年）*
- *汲みて知る人もありけんおのずから堀兼の井のそこのこころを（西行、1118～1190 年）*
- *井はほりかねの井。玉ノ井。走井は逢坂なるがをかしきなり（『枕草子』清少納言、966～1025 年頃）*

などなど……。

マイマイずの井は武蔵野を象徴するように、また、掘り兼ねる、掘り難いなどの言われから、当時の井戸の掘削は困難な工事と推定され、平安時代の都人の和歌などからもその思いが偲ばれます。

また、武蔵野台地には数多くのマイマイず井戸が掘られており、居住者の水利のみならず、武蔵野原野を走る古街道筋では、旅人を癒すオアシスのような存在だったのではないかとロマンを感じます。

## ◇◇◇　寄　稿（3）　◇◇◇

**闘病体験記**　　**北村克彦会員**

80歳台の半ば、これから人生百年時代をいかに過ごそうかと思いながら、毎朝、近くの公園でラジオ体操をしたり、高齢者同士でグランドゴルフをしたり、近辺を散策したりして楽しんでいました。

そんな３月のある朝、トイレで小水が真っ赤になっているのに気づきました。体はどこも痛くも痒くもありません。そんな状態が数日続いたので、近くの泌尿器科に出掛けて、そこで別の専門医院を紹介され、診察の結果膀胱癌だとわかりました。

まず、膀胱内の腫瘍を切除して浸潤の深さを調べ、今後の治療方針が決まるため、経尿道的膀胱腫瘍切除術（TURBT）という手術をすることになりました。よく分からないので、手術までの間に、医療者向けのテキストを本屋で買ったり、ネットで調べたりして手術に備えました。

4月26日、全身麻酔で手術を受け、一週間の入院生活が続きました。

手術の一週間後の5月3日に退院し、5月25日に手術の結果とこれからの治療の説明を受けました。

コロナ禍のため、家族の見舞いは許されませんでしたが、昼間は病院の廊下を散歩したり、ラジオ、カセットテープでの音楽などを聴きながら過ごしていました。

腫瘍の浸潤の深さは浅い方ですが、再発予防のため、これからBCG膀胱内注入療法を、週一回、計8回行うことになりました。6月8日からその治療が始まりした。

その病院は高齢者が多く、混みあって待ち時間を含め、一回の治療には３時間位かかります。毎週水曜日、７月末まで続きます。ただ、日常生活については特別の制限はありません。体は動かさないと衰えるので、退院後、ラジオ体操や近くの散策など軽い運動を続けています。

幸い、ラジオ体操の仲間に約一か月前私と同じ症状で、同じような治療を受けて完治された方がいたので、お話を伺うことができて励みになっています。

## ◇◇◇　ハッピーバースデイ　◇◇◇

### １．５月に誕生日を迎えられました！

永田宗義会員

小島明会員

**永田さん：思いやりを大事にしてお付き合いします。よろしく！**

**小島さん：喜寿の祝いありがとうございました。米寿までがんばります。**

### ２．６月に誕生日を迎えられました！

北村克彦会員

**北村さん：体を動かすこと、色々な人とのお付き合いを忘れずに。**

## ◇◇◇　編集後記　◇◇◇

○巻頭言。総会直前に会長の暫くの留任が決まり、急遽ご執筆をお願いしました。ご迷惑おかけしました。

○研修親睦委員会のお骨折りで、久々の昼食会例会が、京王百貨店「つきじ植むら」でOBの参加で賑やかに行なわれた。コロナ禍による人数制限も解け、嬉しいことでした。片倉会員の記事がよく当日の雰囲気を伝えています。これからも親睦の明るい話題が紙面を飾る事を祈ります。

○伊藤会員の「有意な情報の提供を期待」。ご自身の症状が医師の診断でも不明。IT専門家の氏はネット検索でそれがワクチンの副反応によるリウマチの病状の一つであると突き止めた。情報が溢れる現代社会の、正しい情報を見極める判断力をどうして身に着けるか。氏の警告とサゼッション。

○高村会員の「マイマイず井戸見学前予備講座」コロナ禍で延び延びになっていた見学会が行われる予定で、その予備知識として掲載。東京都羽村市「五ノ神マイマイず井戸」の紹介、歴史、運搬文化などを解説。

○登坂会員の「武蔵野のマイマイず井戸」。平安、鎌倉期の歌人達に詠まれた武蔵野のマイマイず井戸の歌の紹介、武蔵野の水文化への思いなど、洒落た一文です。

○北村会員の「闘病体験記」。80 台半ば、活動的な日常を過されていた氏が或日突然の病に。さぞショックだったと思うが、冷静に受け止め、手術、治療と淡々とこなされている。氏の最近の句を紹介しておく。

退院の迎えは妻と若緑　　岳人

今日も又寝て過ごすのみみどりの日　　岳人

（広報委員　増山敏夫会員記）