



東京多摩プロバスニュース

第 93 号



■事務局: 〒206-0013 東京都多摩市桜ヶ丘 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 2021. 3. 3.

共に学びながら、高齢化社会に貢献しよう

第 199 回 定例会

日 時 : 令和 3 年 1 月 13 日(水) 予定するも急遽中止

第 200 回 定例会

日 時 : 令和 3 年 2 月 3 日(水) 予定するも急遽中止



ごあいさつ



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

経験を活かし大いなる活動を！

私は、平成元年日野市の東京飛火野ロータリークラブに飯作金彦さん(現在、当クラブの幹事)をスポンサーとしてチャーターメンバー(創立会員)として入会し、30 年間奉仕活動に従事してまいりました。その間に会長・幹事を二回ずつ経験して、日野新選組祭りのお手伝い・老人ホームの植樹・日野湧水の紹介看板の作成・献血活動などを行ってまいりました。特に、15 年ほど続けてきたのは知的障害者・重症心身障害者施設の社会福祉法人「夢ふうせん」での施設利用者職員さん・お手伝いボランティアさんへの、年一回のバーベキューパーティーのプレゼントです。当日は、ロータリアンが 25 名位集まり、焼きそば・焼肉・豚汁等を皆さんに振る舞います。毎年楽しみにしている施設利用者さんの笑顔が今でも目に浮かびます。

小島明会計理事



縁があつて東京多摩プロバスクラブに一年ほど前に入会いたしました。半年で会計を任せられ苦戦をしております。今、地元の連光寺本村自治会長・多摩市自治連合会・多摩市社会福祉協議会など他にも関係団体があり大変ですが、せっかく入会したプロバスクラブですので頑張っていきたいと思っています。

コロナ禍の中、定例会・活動などができませんが、コロナ禍が落ち着いた折には、当クラブも対外的な奉仕活動を考え大いに活動できたら良いのではないのでしょうか。



乞田川を跨ぐ下落合橋：乞田川の両岸の桜並木は、3 月後半に満開になりお花見を大いに楽しめます。

◆◆◆ 幹事・委員会報告 ◆◆◆

1. 幹事報告

飯作金彦幹事

1.1. 活動報告

3月実施予定の定例会はコロナ禍により中止とした。
4月の定例会は開催予定。詳細は下記1.2. 参照
理事会は継続して開催する。1月理事会に幹事より、
理事会会議が毎回長引く傾向にあり、時間短縮を提案後の
2月理事会は、予定の3時に終了できた。

1.2. 第202回定例会(4月7日)について

4月7日(水)の定例会開催を理事会にて決定しました。
(但しコロナの蔓延状況により中止する場合があります)

・日時：4月7日(水)13:30～15:00

・会場：関・一つむぎ館

※12月から4月までの誕生祝い(9名)と懇談会を予定。

1.3. 会員の動向

多摩プロバスクラブに新しい仲間が入会します。

1月入会 小林伴子様、2月入会 渡辺ますみ様

4月開催の定例会にてご紹介いたします。

2. 委員会報告

2.1. 総務委員会

鈴木泰弘委員長

1)新事務局のロゴ入り封筒(大200枚、小100枚)を作成。

2)理事・監査の名刺を作成、会員は実費で作成案内します。

2.2. 研修・親睦委員会

小林務委員長

1)昨年12月に3月以後定例会卓話に私の友人「府中市浅間山保存会」会長山田義夫様にお渡しし快諾を得られましたが、コロナ禍により4月以後の定例会の開催状況確認の上再度お願いします。

2)3月中の食事会、お花見、懇親会については開催予定はありません。新型コロナウイルス感染症 緊急事態宣言解除、収束状況を確認しながら4月以後に再計画の予定です。

3)地域奉仕委員会が企画中の岡田晴恵先生の講演開催について、研修・親睦委員会も協力させていただきます。

2.3. 地域奉仕委員会

澤雄二委員長

6月13日開催予定の岡田晴恵白鷗大学教授の講演会でひとつ問題が起きました。会場予定の関戸公民館8Fのホールが5月から半年間コロナワクチンの接種会場となり使用出来なくなりました。公民館とプロバス側(高村、飯作、小林、澤)と協議した結果、公民館側は「多摩市民に是非聞いてもらいたい企画なので実現させたい。岡田氏の講演はリモートなので7階の展示室、元国立感染症研の田代ウイルス部長になった時は、7階のホールで開催してはどうか」との提案があり、この方向で検討を進めることになりました。

2.4. 広報委員会

伊藤健一委員長

1)プロバスニュース第93号を3月3日(水)発行・配布。

対面にての会議が難しい中、紙上編集会議にて編集、校正作業を実施、発行にこぎつけることができました。これもひとえに、快くご寄稿頂いた会員、会友の皆様方のご協力の賜物です、誠に有難うございました。

2)皆様からのご寄稿を随時募集いたします(テーマ自由)。

3)当クラブのホームページ更新は、プロバスニュース第93号発行日に合わせ3月3日(水)頃を予定。

2.5. 会員委員会

飯作金彦委員長

会員増強については、コロナ禍の中、委員会としての集まりは行っておりません。その中であって皆さんの会員増強に対する日頃からのご努力により、新しく2名の方に入会頂きました。小林伴子さん(紹介者 藤寄喬子・阿部華花、両会員)、渡辺ますみさん(紹介者 小島明・飯作金彦、両会員)、この結果、正会員数30名となりました。

更なる会員増強に皆様のお力添えをお願いいたします。

◆◆◆ 我が故郷 ◆◆◆

我が故郷

私の故郷は旧山梨県北都留郡初狩村富士見沢(現大月市初狩町下初狩)、地名の示す様に南側に富士山(3776m)を仰ぎ北側には滝子山(1610m)を背に南斜面に70戸程の小さな村落でしたが、最近は何処の田舎も同じ急速な高齢化と人口減少による過疎化が進み、空き家も目立ち昔の面影は何処へと帰省の度に寂しさも募ります。唯し昔も今も変わらぬ四季折々の富士山の眺めと滝子山の雄姿は素晴らしいです。特に好天の真夏の夜には多数の登山者が照らすライトが一筋の光の列となり、つづら折れの行列が浮かび上がりその夜景は幻想的です。

現在の故郷初狩町は我が家(日野市)から電車、車でも1時間半程で行かれます。数年前までは妻とハイキングの積りで良く歩いて実家を訪ねましたが最近は車が頼りです。JR中央線初狩駅(現在無人駅)下車、甲州街道を渡り北に聳える滝子山に向かい徒歩25分程坂道を登った集落の一番奥の方に私の実家があります。私が暮らして居た頃は築

小林務会員



120年程の古民家風の家屋でしたが、20年程前に兄の家族7人が住む2世帯住宅に改築されました。

私は1941年(昭和16年)2月2日生れ、18年間暮らした集落は、周囲を急峻な山々に囲まれた沢沿いに僅かばかりの田畑を耕し、食料は自給自足、現金収入としては春から秋に掛けて養蚕と冬場の炭焼きや馬を使つての材木の引き出し、子供の頃から良く手伝っていました。

戦後は女性が家の中で出来る仕事として織物の機械を購入し、主に洋服の裏地・洋傘地・木綿の布団地等を織る機屋(はたや)が生業であり、夜遅くまで織機の篋(おさ)の音が響き渡り、それなりに活気も有った事を懐かしく思い出します。自分が生まれ育ててくれた故郷は、今は高齢者が生きる為には厳しい土地柄ですが、祖先の墓と実家を守ってくれる兄家族にも有難く感謝しています。機会がありましたら是非皆さんに我が故郷のご案内をしたいと思います。

ふるさとの山に向ひて言ふことなし

ふるさとの山はありがたきかな

啄木

変わりつつある多摩ニュータウン風景

山田正司会員

今年(2021)は、多摩市の市制発足 50 周年の節目に当たります。50 年前の 1971 (S46) 年は、同時に多摩ニュータウンの街びらき(諏訪、永山地区での初入居)の年でもあります。つまり多摩市とニュータウンは共に半世紀の歴史を刻んだわけです。市域面積の 6 割、人口の 7 割程を占める多摩ニュータウンは、多摩市と一心同体に近い存在と云えるでしょう。私は現役時代、団地設計を生業とし、ニュータウン建設にも深く関わった関係で、1981 年から連光寺の戸建て住宅に、そして 6 年前にニュータウン内諏訪のタウンハウスに転居しました。今回、私の写生スケッチを題材に、多摩ニュータウン風景の 50 年間の変化について感想を述べてみたいと思います。

○諏訪 2 丁目団地建替え(ブリリア建替え)

2014 (H26) 年に建替えられた、永山駅より徒歩 5~10 分圏内にある敷地面積 6.4ha の「ブリリア多摩ニュータウン」



です。建替え前は 5 階建て 23 棟の 640 戸、全ての住戸が専用面積約 49 ㎡(3DK)だったのが、新たに 8~14 階建て 7 棟、戸当たり専用面積約 43~101 ㎡(2DK~4LDK)の幅広い種類の 1249 戸もの団地に一変しました。街の風景は建物高さ、大きさ、ボリュームはもとより景観の美しさ、行き交う若い人達の活気で、その影響は団地周辺にもおよび、地域の活性化にも大いに役立ちました。全国のニュータウン、団地の関係者からも注目され見学者も絶えることなく、その成果は広く知られるところですが、しかしその後 7 年が経過するも、これほどの大規模な民間分譲団地建替えの実現は、全国的に見ても聞こえて来ません。大変残念なことです。居住者の大半の同意による建替え事業が、いかに難しいことかを如実に物語っていると考えます。

○UR 都市機構団地での変化(諏訪北公園)

2013 (H25) 年から、多摩ニュータウン全体の将来の都市構造を検討しようと「多摩ニュータウン再生検討会議」が、学識経験者、民間企業、都、UR、多摩市によって今も継続しています。そこで永山駅を中心とするニュータウン第一期入居エリアを先行する提案が進んでいますが、その成果は未だ街の風景には現れていません。ところが昨年夏より、

UR の諏訪北公園周辺の UR 団地で大きな変化を見つけました。私の諏訪北公園の野球に興ずる子供たちの絵で、背景にある高層住棟の 2 棟がすっかり消えてなくなりました。



UR が新しい設計システムを使った多摩ニュータウン初の建替え事業が始まるようです。その他諏訪 4 丁目の都営住宅団地でも、東京オリンピック、尾根幹線整備に絡んで、ニュータウン内小学校跡地に高層板状住棟が建設され、古い 5 階建て 4 棟が解体されています。このように都営団地での動きは比較的活発です。

○タウンハウス諏訪での花づくり (TH 諏訪風景)

街の風景に大きな変化があるのは、UR や都営住宅団地ばかりで民間分譲団地での建替えは「ブリリア多摩ニュータウン」以来、その後全く動きがありません。住民合意による団地再生には難題が山積しているからです。私の住むタウンハウス諏訪では、せいぜい自宅のリフォーム、そして身近な住環境整備に協力して必死に励んでいます。団地の有志による「花クラブ」の活動では、街の美化運動として周辺歩行者道路沿いに四季折々に花壇を整備しております。一昨年には、多摩市社会福祉協議会から表彰されて、皆さん、更に張り切っております。自分たちの街を愛し、自ら



の手で手入れし続けられれば、それが美しい街の風景づくりになると信じています。

終わりに 聖蹟桜ヶ丘駅を中心とする既成市街地の存在は、多摩市の優れた特徴です。この清流多摩川の岸辺の街が、多摩ニュータウンと共に発展することを日頃から願っています。例えば旧鎌倉街道とニュータウン幹線と乞田川が一体に整備された、美しい河沿いのプールパールの市街地風景を想い描いています。

コロナ禍を凌ごう

北村克彦会員

新型コロナウイルスという厄介なものが世界中を混乱に陥れ、緊急事態宣言の発動など、日常の行動も制限されています。

そんな状況ではありますが、我々のような高齢者にとっても、ただじっとしているだけでは、身体的機能等の低下が心配なので色々考えて実行しています。

(1) 食事は、バランスの良い食事を心掛けて

大村崑さんの健康の秘訣の一つでもある体に良い食べ物、「まごわやさしいよ」を参考にしています。

「ま」は豆類「ご」は胡麻「わ」はわかめ(海藻)「や」は野菜「さ」は魚「し」は椎茸(きのこ)「い」は芋(里芋、じゃが芋、さつまいも)「よ」はヨーグルトです。よく噛むことによって、消化だけでなく、誤嚥防止にも役立つと言われています。

(2) 運動機能を維持するために

①毎朝、近くの宝野公園でラジオ体操をしています。毎日 50～60 人が集まりますが、その前に公園の周りを 30 分ばかり歩きます。

②昼間の時間を見計らって、人混みのない公園、緑地、古道を散策します。

幸い多摩市の近辺にはこれらの場所が多く、多摩市の自然環境の実態を知る事が出来、今後の我々の活動にも役に立つものと思っています。

多摩よこやまの道、からきだの道、桜ヶ丘公園等の他、近隣の長池公園、小山田緑地、昭和記念公園、百草園、富士見台公園などがあります。

(3) 社会的繋がりを保つために

ラジオ体操で一緒になる人たちとの交流を積極的に行い、三密を避けながら、趣味などの諸活動に参加しています。多摩市老人クラブの地元地区の会に参加して、グランドゴルフを楽しむとか、有志数人で誘い合い、新型コロナの感染予防に留意しながら最近近くに出来た KDDI のミュージアムの見学などを実施しました。

この他、近くの小学校の放課後子ども教室への協力の誘いもありますが、これはコロナ禍が収まるまでは休止の状態です。

これらの活動・交流を通して地域の方々と多くの知己を得られたばかりでなく、地域の実態をより一層知る事が出来たと思います。また、グランドゴルフでは、圧倒的に女性が多いのですが、連れ合いを亡くされたご高齢のご婦人の元気に引っ張られて楽しませていただいています。

(4) 家の中にいる時間が多く、情報源が少なくなることに対して

①テレビ番組を楽しむ

映画では、寅さんシリーズ、チャップリン映画、一般番組では、ハートネット「心躍る授業」(目の不自由な生徒の勉強)などを鑑賞。

②ラジオ番組では、ラジオ深夜便(明日への言葉)から様々な人の生き方から学ぶ

ア) 鮫島純子さん(97歳、渋沢栄一の孫、岩倉具視の曾孫の鮫島員重と結婚)の「ものは考え様、プラス思考で、感謝の気持ちをもつこと」。

イ) 柏木哲夫さん(80歳、淀川キリスト教病院名誉ホスピス長 精神科医)から、終末期の患者の痛みと精神的な苦痛を和らげ、人生の最後を心豊かに過ごせるように、ホスピスを開設し、日本のホスピスの草分けとなった。終末期の患者にユーモアをもって接し、約 2500 人を看取ったお話。

ウ) 長谷川和夫さん(90歳、元認知症介護研究・研修東京センター名誉センター長)認知症診断の物差しとなる「長谷川式スケール」を開発した、認知症医療の第一人者。4年前、自身も認知症を発症した。医師と患者双方の立場から認知症への正しい理解を訴えている。『良く生きることはよく死ぬこと』のお話。

エ) その他の方からのお話の中から印象に残った言葉
・人生で大切なのは、は(歯)、はは(母)、ははは(笑い)
・物事を、思いこみでなく、想いつきで考える
・コロナ禍にあつて出来ないことを考えないで、出来る事を考えること 等々。

この結果、毎日、今日は何をしようか考えるようになって、コロナ禍騒ぎが無かったら考えられない経験が出来たと思います。



弥生のひいな

阪東熙子会員

弥生は陰暦三月の異称。「春はあけぼの。やうやう白くなりゆく……」と枕草子を暗誦していた旧制女学生の頃から、不都合だと思っていた事は、ひいな節句に使う桃の枝を花屋で買わねばならぬ事だ。枕草子第二段「こころ」の項に「三月三日は、うらうらと長閑に照りたる桃の花、今咲き初(そ)むる」と書かれている。その頃は陰暦で、陽暦の四月十四日頃に当たり、里山に濃い桃色の蕾を付けた桃の木があちこち見られた事だろう。日本の民間行事祭事は、陰暦旧暦で行う方が、都合よいのにと常々思っている。

因みに利休忌の菜の花も同様。

さて、ひいなのは、雛の古語で小鳥を連想させ、小さく可愛らしい意味を表す接頭辞と調べてわかった。其のひいなの始まりは、厄払い、みそぎに用いる形代(かたしろ)として作られた紙人形の愛称で、綺麗な千代紙で折り、菓子花を添えて、棧俵に乗せて流す。大人も子供も着飾り、白酒で別れの盃事をし、一家の厄(やく)をはらう意味も持っていた。浮き沈みしながらやがて沈むひいな流しは、信仰心と無常観を幼心にもわかり易く受け入れられた事だろう。

又一方、飾って楽しみ、女兒の幸せを願う座り雛が、有職雛、寛永雛、引目鉤鼻の優雅な次郎左衛門雛等職人の技術が高まり華麗な雛段飾りのひな祭となっていた。

江戸時代貞享(じょうきょう)年号の頃には、雛市が尾張町・麴町・人形町に立ち、後に浅草・池端・牛込神楽坂・芝神明町にも立ち、賑わったと「江戸鹿子(かのこ)」にくわしく書かれている。今の浅草仲見世は其の建立の名残だと云う。その頃は「仲見世(なかみせ)」ではなく「中店(なかだな)」と云っていたとある。

三月三日が雛祭となったのは？中国古代の風俗に、三月に入り始めての巳(干支の蛇)の日に、水辺で禊(けがれ)を行い災厄をはらう行事があったのが三世紀頃から「三日」と定め上巳(じょうし)と読み節日となった。此れが日本の貴族の間で広まり、人形(ひとがた)で体を撫で水に流す今の流し雛の行事となり、江戸時代に五節供の一つに数えられる様になり「上巳の日」「雛祭の日」となった。

チョット、ヤヤコシイ話、今年の三月三日は干支の戌(犬)だけど上巳の日と云う??

男雛が左か右か？ 手許の資料によれば、江戸時代、京都では、公家社会の古式に則り男雛を左に飾った。一方、東京では、明治時代の欧州思想に影響され、強い男性は右、か弱い女性は左と、京都とは逆の位置になっている。しかし此の飾り方は、上段の男雛が、下を見下ろしたときの見方で、遊びながら見上げる児女(こども)の目線ではない。解りづらく不可思議千万な説明だ。何れにしてもジェンダーフリーの昨今なので、然程咎める事なく自由に飾ればよいと思う。



内裏様
背丈二寸

供の雛
一寸三分

伏見雛は私と同級生

雛の呼び方；

内裏様、三人官女、五人囃子、矢大臣(左大臣、右大臣の事)、沓持ちと他二人の若い衆を三人使子(ちょうし)と呼ぶ。



七段飾りの座り雛、昭和8年当時の儘 いとおしい

三月三日が過ぎて、早く仕舞わなければ、婚期が遅れると昔は云い伝えたが、今は『ソナノ関係ナイ!! ソナノ関係ナイ』と一掃される世の中になった。

行事のしきたりは、心を豊かにする手立てと私は信じている。

ためらうて汀離れぬ流し雛
笛太鼓手(て)にない児もおる雛子雛
お休みと眠らぬ雛の襖(ふすま)閉め
飾るのも急ぎ仕舞うも親心

浮草

[注記；文中の記事の一部は、斎藤良輔先生の説を参照させて頂いた]

多摩プロバスライフを振り返って

大澤 亘会友

1. 当クラブの設立から3年が経過した頃、平成21年5月の創立5周年の記念事業を企画するPJチームが作られ私もその一員に選ばれました。



岡野リーダーの発案で各自が案を持ち寄ることになり、私は既に法律は成立し同じ平成21年5月に発足する裁判員制度に対して反対論が多かったことから、地域奉仕活動として多摩市民を対象とした裁判員制度の勉強会を提案したところ採用され実施することになりました。

2. 実施当時の反対論として ①刑事裁判は素人が口を出すような問題ではない ②実施される制度は憲法違反の点が多いなどの専門家からの意見や、当クラブの中からも ③政治的中立性という理念に反する ④この制度は国が新たに実施するビッグプロジェクトで一市民団体が介入する問題ではない などがありました。

これらに対しては ①この制度を提案した司法制度改革審議会の佐藤幸司会長は京都大学の憲法学の教授であり違憲の制度などを答申するはずがない ②世界各国を見れば参審制度や陪審制度など市民の刑事裁判参加は広く実施されている ③裁判員法は衆議院で全会一致、参議院で反対2名のみで可決成立したものでこれを取り上げることが党派に偏することにならないと説明しました。3. 勉強会を始めるに当たっては東京地方裁判所八王子支部(当時)に出向いて協力をお願いし、最高裁判所作成の広報用ビデオ3種類、パンフレットその他多くの資料

をいただきました。そのうえで公民館などを会場として ①上記ビデオの上映と専門家(主として裁判官)の解説によるセミナー ②同支部で実際の刑事裁判の傍聴 ③裁判員裁判の模擬裁判の実施 ④大学教授による講演を行いました。特に③模擬裁判の際は八王子支部の現職の裁判官3名と職員数名が、日曜日に永山公民館の会議室で指導・解説を行いました。④の講演については月刊誌「世界」にこの制度に賛成の論文を寄せた一橋大学大学院の後藤昭教授にお願いしました。先生は講演の最後を「裁判員を経験した人はこんな仕事はやらない方が良かったとは思わないはずと期待しています。」と締めくくりました。4. この講演の一か月半後に裁判員制度がスタートし、令和元年5月に10周年を迎えました。最高裁判所は10年間のまとめを「総括報告書」として公表しましたが、その中に毎年の裁判員経験者の感想のアンケート結果があり、「非常に良い経験をした」と「良い経験をした」の合計が毎年95%を超え、後藤先生の期待通りとなりました。5. 上記の約2年間の活動の中で会員の皆さん、特に堀内会員をはじめ登坂・増山・山田・古澤各会員の熱心な協力をいただきました。改めて厚く御礼を申し上げます。

◇◇◇ 編集後記 ◇◇◇

新型コロナ禍に翻弄されながらも早、春間近かです。静かに耐え忍ぶ皆さんのもとに、プロバスニュース第93号をお届けします。○巻頭のご挨拶で小島明会員の(日野、多摩両市)でのグローバルな活動が紹介されて、今後の多摩プロバス活動にも大いなる啓発となりました。○クラブ活動報告では、定例会こそお休み中ですが、理事会は平常にかつ活動再開に向け不断の努力がなされています。女性新会員お二人もの加入は大歓迎ニュースです。○小林務会員の寄稿、日本の原風景モデルのような羨ましいふるさと紹介でした。○「コロナ禍を凌ごう」の北村克彦会員は、多摩市の都内トップクラスの高齢者健康寿命のお手本を示していただいているようで感服しきりです。○コロナ、ワクチン、オールデジタル…高齢者には心地の良くない言葉が溢れる昨今、阪東照子会員の寄稿「弥生のひいな」のなんと優しい響き、その見事な蘊蓄に心底癒されました。浅草仲見世の美しい佇まいにも納得しました。○大澤亘会友からの貴重な寄稿、市民参加による裁判員制度導入に関わる勉強会を連続公開講座として牽引実施された件です。わがクラブ活動史に誇る出来事でした。○本号に掲載された写真の数々は、わが街の豊かな自然、優れた住環境を示すものばかりでこれからも広く発信してまいります。そして皆さん、早くお元気で会いましょう。

(広報委員 山田正司会員記)

◇◇◇ 東京多摩プロバスクラブソング ◇◇◇

作詞 池田 寛
作曲 中村 昭夫

聖の桜仰ぎつつ 多摩の流れに身を清めて
緑の杜に囲まれた 我が故郷の行く末と
社会奉仕に力をそそぐ
集う我等プロバスクラブ
プロバス プロバス 多摩プロバスクラブ

霊峰富士を仰ぎつつ 心の業を磨き合い
豊かな知識身につけて 次の世代の若人の
教え導く糧となる
集う我等プロバスクラブ
プロバス プロバス 多摩プロバスクラブ