



東京多摩プロバスニュース

第 29 号

■事務局: 〒206-0034 東京都多摩市鶴牧 5-29-10 平田方 ■編集・発行:編集委員会 2010.3.3

■電話・FAX (042) 338-7022 ■URL: <http://www.tokyo-tama-probusclub.com>

豊かな経験を生かし、多彩なプロバスライフを

第 67 回 定例会

日 時 :平成 22 年 1 月 13 日(水)午後 1 時 30 分より

場 所 :関戸公民館第2学習室

出席者 :30 名(会員数 37 名)

第 68 回 定例会

日 時 :平成 22 年 2 月 3 日(水)午後 1 時 30 分より

場 所 :関戸公民館第2学習室

出席者 :28 名(会員数 37 名)

◇◇◇ 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. 奉仕の機会として
知り合いを広める
3. 活力ある高齢社会
を創造する
4. 非政治的、非宗教
的、非営利的とす
る

青年との対話から

幹事 登坂征一郎

私は「日本科学未来館」で展示物の解説をするボランティア活動に参加して、約8年になります。

ここでは最先端の科学・技術に触れることができ、修学旅行や近隣の小・中学生、高校生の若人と触れ合い、好奇心旺盛な市民との対話、現役を引退した同年代のボランティアの仲間と交流ができることなどが楽しみです。

この仲間は、現役時代は公共や企業など様々な分野でプロとして活躍してきた多士済々のメンバーで、それぞれの得意分野の展示物の解説に情熱と工夫を凝らしながらやっており、おたがいに刺激を受けながらこの活動を楽しんでいます。このボランティアの中には大学生や研究に携わっている若手メンバーも参加しており、彼らとの交流で新しいことを教わることもあり大いに刺激も受けます。

過日、この若手メンバーと将来の職業が話題になり、参考に私の現役時代の職業観についてじっくり熱く語ったところ、彼は「仕事が楽しいなど初めて聞いて驚いた。周囲の先輩からも聞いたこともなかった」とのことで、若い世代の職業観はどうなっているのかといささか驚きました。これがすべてではないにしても、現在の厳しい就職状況や、

国際的なサバイバル競争による厳しい職場環境が、若い世代に大きくのし掛かっているのだと同情を禁じ得ませんでした。次世代を担う若者たちにこの逆境をはねのけ、ロマンのある職業観をもって欲しいものと願わずにはおれません。

韓非子の「老馬の智」たらずとも、当クラブの活動の中に、せめて若者への精神的な支えとなる交流の場をもつ必要を感じた次第です。



第 67 回定例会。鈴木達夫会員による健康体操



第 68 回定例会。小西加葉子会員による健康体操

1. 幹事報告 **登坂征一郎幹事**

1) 新年度(平成 22 年度) 理事候補者の決定について

運営細則第 1 条に基づき、推薦委員会等の推薦を経て、理事会は以下の通り新年度(平成 22 年度) 理事候補者を決定しました。なお、新年度から幹事、会計をそれぞれ補佐する副幹事、副会計を設けることになりました。

会 長	鴻池敬和
副会長	大澤亘
幹 事	神谷真一
副幹事	稲田興
会 計	堀内陽二
副会計	大澤亘(兼任)
監 査	村上伸茲
総務委員長	西村政晃
研修・親睦委員長	関根正敏
地域奉仕委員長	滝川道子
広報委員長	平田哲郎

2) 東京八王子 PC『第 14 回生涯学習サロン』が 2 月 25 日(木)から 5 月 27 日(木) まで開催されます。

開会式には会長のご挨拶の依頼があり、会長・副会長・幹事が参加の予定。

2. 委員会報告

2・1 総務委員会 **中村昭夫委員長**

○1 月度例会 出席 30 名、欠席 7 名。

永田宗義会員による卓話「私と健康・彩り空間の美を求めて」。座談会は次月に延期した。

○2 月度例会 出席 28 名、欠席 9 名。

北村克彦会員による卓話「電波の利用」。座談会では「身近な環境問題」と題して会員の経験や意見を聴取した。時間的制限もあり十分に意見交換ができなかったため今後も継続して行うこととした。

○パンフレット、会員手帳の制作

当クラブ紹介用パンフレット、会員紹介手帳は近く完成予定で準備中。

2・2 研修親睦委員会 **増山敏夫委員長**

○2 月 17 日(水)、第 3 回多摩歴史ウォーキング・絹の道

雪でも降りそうな寒さにもかかわらず参加は 13 名。多摩境から鎌水「絹の道」まで往復 3 時間半(昼食休憩含む)のウォーキングを楽しんだ。途中、旧街道沿い農家の典型・小泉家屋敷を眺め、絹の道資料館では歴史の表舞台上活躍した鎌水商人や「絹の道」の歴史資料を見、近くの鎌水商人活躍の頃を偲ばせる諏訪神社にも登り、歴史散歩のひとつときを過ごした。



地域奉仕委員会 関戸公民館ミーティングルーム

2・3 地域奉仕委員会 **神谷真一委員長**

○1 月 13 日(水)

一般市民を対象の活動に当クラブの滝川道子さんが 1 月 17 日に「江戸しぐさ」についての講演をします。この様子を次回の例会で報告いたします。

○2 月 3 日(水)

毎年、この時期に古澤靖雄会員が大活躍のそろばん教室が始まります。日程の決まっている小学校について、回覧を廻しますのでお手伝い願える方は名前をご記入下さい。なお、先日の滝川道子会員の講演会はたいへん良かったです。

2・4 広報委員会 **滝川益男委員長**

○ホームページの拡充

先月に引き続き整備・拡充しており、従来の「全日本プロバス協議会」「東京多摩ロータリークラブ」のサイトリンクに加えて「多摩市の公式ホームページ」へのリンクが可能になりました。また「年度別行事一覧」には平成 22 年度のさまざまな活動が記載されています。

- ◇1. 会長挨拶
- ◇2. 役員
- ◇3. 東京多摩プロバス
- ◇4. プロバスクラブとは
- ◇5. 会員
- ◇6. 運営
- ◇7. 定例会
- ◇8. 活動
- ◇9. 最近の活動
- ◇10. プロバスクラブ由来
- ◇11. 東京多摩プロバスクラブソング
- ◇12. 会則
- ◇13. 定例会場アクセス
- ◇14. 卓話の一覧
- ◇15. 年度別行事一覧
- ◇16. 東京多摩プロバスニュース
- ◇17. お知らせ



“豊かな経験を活かし、多彩なプロバスライフを”



多摩プロバスクラブのホームページ(トップページ)

「多摩の自然を守る」

西村政晃会員記

「身近な環境問題」について、2月度定例会の座談会で、
 標題に焦点をあて話しあった。

そのなかで、多摩は豊かな自然が残されており、総じて満足度の高い意見が多かった。緑が多く、タヌキ、ノウサギ等のほ乳類や野鳥類、蝶類など動物の種類も豊富だ。散策や写真撮影を楽しんでいる会員も多く、樹木、草花、小鳥などの名前を挙げ、その素晴らしさを語っていただいた。

ニュータウンが開発されて多摩丘陵は大きく変わったが、昔ながらの雑木林(里山)が随所に残され、長池公園、小山内裏公園、さえずりの森(永山駅前)や、あちこちの緑地にその姿を見る事ができる。コナラ、クヌギ、ホオノキ、エゴノキなどの落葉樹とシラカシ、スダジイ、ヤブツバキなどの常緑樹の混じる林で、きわめて樹種が多い。コナラ、クヌギなどの落葉樹は、かつて多摩の人々が10年位のサイクルで萌芽更新を行い、切った木を薪や木炭に、落ち葉を堆肥に活用していた。雑木林と共生していたのである。



座長を務めた西村会員
 (左から3人目)

ところが戦後の石油やガスのような化石燃料と化学肥料の普及で、こうした雑木林の利用が行われなくなった。残された雑木林もその多くが、コナラやクヌギが高木となり林床植生(下ばえ)はシラカシ、ヒサカキ、アオキなどの常緑樹が増え、植生遷移が懸念される。

雑木林に昔からあった草花も、多摩丘陵の固有種のタマノカンアオイやサワギキョウ、キンラン、ギンランなどが減ってきていることを何人ものが会員が指摘された。

かつて谷戸の湿地にあった食虫植物のモウセンゴケは開発で絶滅してしまっているが、前記のタマノカンアオイをはじめとした希少種は保護したいものである。

動物も外来のハクビシンや、やはり外来の小鳥が野生化したものが増えており、在来種の生態系を壊すのでは?という声もあった。

豊かな緑ということでは、雑木林(里山)に加え、公園や街路樹の数が多く、樹々のすばらしいことが挙げられた。造成された公園もコナラ、シラカシ、スダジイなど多摩丘陵にあった樹種がたくさん選んで植えられていることは嬉しいことだ。街路樹もモビジバフウ、ユリノキ(北米原産)やメタセコイア(中国原産の“化石樹”)など、夫々大きな木に育って、四季おりおり見事な景観を呈している。

元々あった自然と、開発に伴って造られたものと、私たちが残すべき自然はどうあるべきか、見極めてゆきたいものである。当クラブも前向きに具体的な行動を起こすことが大事ではないかという意見が出て、話し合いを終えた。

「1&2月の誕生日祝」

稲田興会員

年の初めの2ヶ月間で誕生日を迎えられた方は下記の7名の方々でした。記念の夫婦箸「蛸」をいただいた方々より寄せられた近況などを紹介いたします。

- ・稲田興(1月3日) この年になるともう厄年なんて無はずなのに、ここ2年間を無為に過ごしてしまいました。この間、世界遺産検定やエコ検定などにはチャレンジし、これからは俳句などにも……と。
- ・池田寛(1月4日) 私も今年で86歳を迎えましたが、米寿まではと健康に留意し頑張っております。会社の社友会会報を見るたび旧友の鬼籍入りに胸が痛みます。戦前派の老兵はまだまだ元気のように、大豆・目刺・高粱・芋の蔓などで育ったせいでしょうか。
- ・堀内陽二(1月22日) 79回目の誕生日を迎えて遂に大台間近!それにしてもプロバスの先輩方の若々しいこと。その秘訣、向上心旺盛にして奉仕の精神の豊かさに感服。
- ・古澤靖雄(2月4日) 大台(70歳)を迎え、健康第一をモットーとし、快寝、快食、快飲酒、快便に結びつく努力を継続すること。加齢に負けるな!!

- ・蓮池光枝(2月7日) ついに75歳となり、母が亡くなった年齢となり、感慨もひとしおです。家族に迷惑をかけぬように一日一日を豊かに暮らしていきたいと思えます。
- ・山田正司(2月10日) 現在病気治療中なので、誕生日を迎えられることに感慨ひとしおです。この一年を有意義なものにしたいと願っています。
- ・鴻池敬和(2月11日) ついに「後期高齢者」に突入しました。賀状にも記しましたが、こうなったからには「後期」をENJOYしようと思っております。



誕生日を迎えた面々(左から1月生まれの稲田会員、2月生まれの山田・鴻池・古澤各会員)

◇◇◇ 多摩歴史ウォーキング ◇◇◇

「絹の道」を歩く

北村克彦会員

2月17日10時、多摩境駅改札口に参加予定者13名集合。気温は2〜3度の底冷えのするこの日、天気予報でも晴れることは期待できそうにない。

今日は歴史の道百選の一つ「絹の道」を辿るコースである。駅の周辺は丘陵地を開いたニュータウンだから、駅構内から出ると巨大な集合住宅が目の前に広がっている。

小山内裏公園に登って尾根緑道(戦車道路)に出ると、道路脇の椿や笹の葉に雪が残っている。天気が良ければ周りの景色を眺めながらゆっくり歩く気にもなるが、ここは足早に先を急ぐ。鑓水小山給水所の塔を横目に見ながら少し歩くと、鑓水公園に着く。きれいに整備されているが、寒々とした曇り空の下では、水墨画を見ているようだ。鑓水中学校の横の緩やかな坂道を下っていくと、道路脇に「鑓水板木の杜緑地」の看板があり、鑓水板木という地名の由来が書かれてある。その説明によると、「板木」はアイヌ語の「伊丹木」に由来し、きれいな清水が湧き出る所を意味することから、この地には古くからアイヌ民族が住んでいたと思われるとのことである。

そこからしばらく行くと、茅葺入母屋造りの大きな民家

がある。東京都指定有形民族文化財に指定されている小泉家屋敷で、田の字形四間取りの母屋を中心に左手に土蔵、右手に納屋と堆肥舎、奥に薪小屋、稲荷社などが配置され、現在でも人が住んでいて、見学は外観のみであった。

さらに先に進み柚木街道を突っ切って「嫁入り橋」を渡り、大栗川に沿って左に行くと「御殿橋」の手前に、「八王子道」の道標があった。一部石が剥がれて読めない部分もあったが、正面には「此方 八王子道」、向かって右側には「此方 橋もと 津久井 大山」、左側には「此方 はら町 田 神奈川ふじさわ」と記されていたようである。



「史跡・絹の道」の起点である「御殿橋」から、途中「絹の道資料館」を横目にして上り道を進むと3基の石塔のある分岐点にたどり着く。そこから未舗装の狭い道を登って行くと、大塚山公園(道了堂跡)。その入り口に「絹の道・碑」が建っている。ここまでの1.5キロが絹の道である。雪の残る公園を早々に引き上げて、絹の道資料館に戻った。絹の道の歴史も良く分かる資料が丁寧に展示されている。ここで昼食。

ついで諏訪神社を訪ねた。100段以上の階段の上り下りはかなりこたえたが、ここは鑓水地域の氏神様で、八王子市の文化財に指定された貴重な建築物である。ここからは多摩境駅まで一部来た道を引き返すが、多摩丘陵地帯の道は上り下りが多くお疲れの一日であった。



小泉家前で
まだまだ元気な
13名の参加者

◇◇◇ サークル活動 ◇◇◇

“からまつ”新年句会

三木宗治会員

私ども俳句サークルを日頃指導されている由利雪二先生主宰の“からまつ”東京地区新年句会は去る1月17日関戸公民館で行われ、私どもも会場設営など応援しつつ、全員で参加いたしました。多摩市内よりわが句会の他2団体、港区・世田谷区・調布・東久留米の各句会より50余名が集まりました。

防人の歌碑建つ里の初句会 蓮池秋霜

蓮池守一会員の多摩市紹介の資料配布。あらかじめ出題の兼題「二日」を一句、自由題二句を提出。この約150句より各自投票。さすがに経験豊かな先輩諸氏、それも機関誌“からまつ”誌上でしばしば見受けられる有名人の方々に票が集まりました。しかしわが句会からも池田寛代表、

蓮池会員はじめ多くの方に得票があり、健闘しました。

各句会とも女性の多い中に男性が多い私どもが加わり、威勢のよい句が増えて雰囲気が変わったかもしれません。終了後、駅前の歌行燈に会場を移し、雪二、春兔両先生を囲み新年会を行い、祝杯を挙げ懇親の時を持ちました。



新年合同句会風景

私と健康——彩り空間の美を求めて 永田宗義会員

1. 仕事を通して学んだこと

各種電子プリンターの開発・製品化に従事し、国内外で大きなマーケットシェアを占めるチャピオン商品になり多くのことを学んだ。代表的なモットーは、「やるからにはほとんどんやれ！そうすれば思わぬ結果がでる」



「素性の良い設計を！そうすれば品質問題は起きない」「利益の有限、損失の無限！原価はマイナス利益だ」「外を向いて仕事を！外とは、お客様、市場、競争相手」「あなたは誰から給料をもらうのですか？お客様満足第一！」などで、社員へ体験を通し伝授してきた。

2. 糖尿病罹患を通して教えられたこと

2年半の単身赴任生活とその後の4年間の事業経営責任者としての仕事に、食事の乱れや運動不足、過度のストレスなどで予備軍から糖尿病に罹患したが、食事療法・運動療法・薬からインシュリン注射へ治療を20年続け、安定した良好状態を維持している。大事なことは、早期発見と糖尿病を正しく理解し厳しく継続対処し合併症を避けることで、主治医からいろいろ教えられた。

<糖尿病チェックの三指標>サイレントキラーともいわれ、のどが渇く・疲れやすい・体重減る・手足がしびれるといったことが自覚されたらかなりの期間進行している。早期発見は定期健康診断で三指標に異常有れば発見できる。グリコヘモグロビンHbA1c(%)はブドウ糖と結合した赤血球の割合で1~2ヶ月の血糖状態で5.8未満がベスト、空腹血糖値(mg/dl)は80~110未満がベスト、食後2時間血糖値(mg/dl)は80~140未満がベスト(ともに瞬間値)。



電波の利用——放送を中心に

北村克彦会員

電波は今、さまざまな分野で利用されていますが、情報の伝達にとってなくてはならない存在となっています。放送も電波の恩恵を受けていますが、これまで放送という分野に身を置いてきた者として、放送がどのように電波を利用してきたのか、お話ししたいと思います。



関東大震災が起きた時、情報不足から大きな混乱を経験して、放送があったらという思いが高まり、その2年後に日本でもラジオ放送が始まりました。放送の内容も、報道、娯楽、教育、教養など広がるなか、どこでも聴こえるように各地に送信所が建設されていきますが、ラジオに使用する電波(中波)の範囲には限りがある一方、世界的にも混信問題が急増しました。これに対応するために、周波数割り当ての再編成、増力などを進めてきましたが、大陸からの電波による混信に悩まされている一部地域では混信に強

<治療>ストレスを受けないよう、交感神経のリラックスした状態を常に保つこと。運動は、血糖値が最も高くなる食後1時間後から歩く・自転車をこぐ・泳ぐなどの有酸素運動を30~90分継続する運動がお勧めで中2日あけると効果ゼロ、激しい運動はストレスを感じるので逆効果。食事は内臓脂肪が増えるような過食をせず、量少なく品数を多く1600~1900kcalを目標に、間食はしない方がよい。

3. 健康づくりで心がけていること

誰でもあらゆる病気になる遺伝子を持って生れている。その遺伝子をスイッチオンしないよう心身を整え、生命力を躍動させ、生活リズムを良くし健康づくりに努めている。

<若返る努力を！あきらめ厳禁>心は豊かに希望を持って挑戦、体は楽をせず動いて働いて大いに使う。



<心と体の健康を！心の持ちよう悲観するな>感動・感

多摩中央公園の「皇帝ダリヤ」
(永田会員撮影)

激・感謝の生活、いつも笑顔、ハキハキした声、希望を失わず、生活リズムを良好に、陽転思考をする。

<笑うが一番、葉は二番、一日三回大笑いを！>笑いで自然治癒力を高め、免疫力向上でガン細胞を攻撃破壊する。

4. 彩り空間の美を求めて取り組んでいること

日々ウォーキングなどを通して移りゆく四季折々の彩りや花を写真に撮り、毎年30点の写真を展示して友好交流をはかるなど“彩り空間の美を求めて感謝と充実の人生を”と挑戦中!



い超短波を使ったFM放送の電波でラジオ番組を放送しています。

さらにこのFM放送は、高音質なステレオ音楽放送に利用しているほか、多重放送により見えるラジオとしての利用も可能になっています。

「遠くのものを見る」テレビジョンも、FM放送と同じ超短波や、もっと周波数の高い極超短波を利用することによって実現しました。テレビジョンは、カラー放送、音声多重放送、文字多重放送などを可能としましたが、雑音や特有の混信問題に悩まされ、全国であまねくテレビが受信できるようにするためには、電波の割り当てなど困難な問題もあります。



テレビ中継局アンテナ
(北村会員撮影)

◆◆◆ 卓話つづき ◆◆◆

地上テレビで使っている電波よりもっと周波数の高い電波(マイクロ波)を利用する衛星放送の実現によって、離島などの辺地にも電波が届くようになりました。

また、世界各地からの中継には、このマイクロ波を使う通信衛星の利用も欠かせません。

次に登場するのがデジタル放送です。デジタルのメリットは、伝送途中での信号の劣化がなく、映像・音声・データ・制御信号などを統一的に扱うことができ、これ

までのテレビ1チャンネル分で、ハイビジョン放送や多チャンネル放送、データ放送、双方向放送が可能になります。また、反射によるゴースト画面がなくなり、移動中でも安定して受信できます。それに、現行のアナログテレビ放送で使用している合計62チャンネルが、約40チャンネルと約40パーセント節約になります。現在、テレビで利用している電波帯は、携帯電話や新たな無線サービスへの需要が大変高いので、電波の有効利用が可能となります。

◆◆◆ ブータン旅行記 ◆◆◆

ブータンの田舎の小さな冬祭り 増山敏夫会員

ブータン王国——最近、「GNH=国民総幸福量」という不思議な指数で話題の国。ビザ発給は年間2~3万人まで、ほとんど鎖国状態の国。南北をインドと中国チベット自治区に挟まれたヒマラヤの国。九州ほどの広さに人口70万、極めて人口密度が低く、海拔200m~7,600m、亜熱帯から亜寒帯までの急峻で4,000mを超える高さまで豊かな森の国。「観光客があまり訪れない冬の東ブータンに行きませんか」と知人の誘いに、2度目の旅に出かけた。

70%が農民、90%が仏教徒。食料の自給率が高く飢餓がない国。また日本人と顔立ちが似て、男女とも着物とそっくりなゴウとキラを正装としている。正装した男性はみな背



村祭りの道化



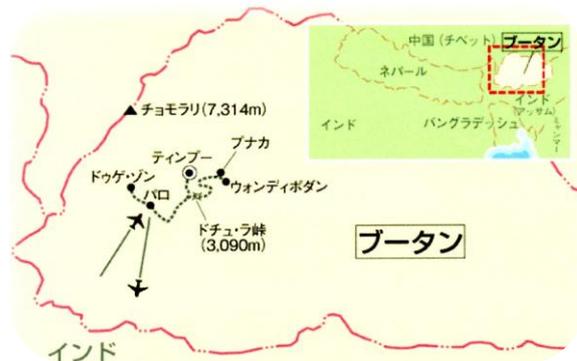
村祭りを観る青年

(増山会員の描画イラスト)

筋がスッと伸び姿勢が良い。数字の読み方、干支など共通点も多い。そして何よりみな素晴らしい笑顔を持っている。

西ブータン

にある首都・ティンブーから町や村々に立ち寄り、3,000mの峠を幾つも越え、6日目によく東の奥屋敷、チベットとインドを結ぶ交通の要衝の町タシガンへ辿り着く(巨大なマニ車が街の真中にデンと座り、谷間に発達した興味深い町並み)。最後の峠の手前、急峻な段々畑の上方にあるグル・ラカン(国中で200ほどある村の1つ、グルという名の村のお寺)で幡(経文を書いた織)がはためき、大勢の村人や赤衣の僧が村祭りの準備中。聞けば明後日から3日間の冬祭りだそうである。こんなチャンスは滅多にない。少人数の旅ゆえ、急遽予定を1日ずらして帰路に見物した。11時に到着。家族(みな大家族)を乗せた耕運機もバタバタとやって来る。すでに大勢の正装した村人(寺に入るには正装が国是)が食べ物や飲み物を持ってつめかけ、斜面や階段に腰掛けて楽しそうに見物している。



石畳を敷いた前庭(広場)で宗教劇とおぼしき仮面舞踏が行われているのだ。鬼、犬、鹿、牛、馬、蛇、鳥などの仮面を被った僧侶(この国は僧侶が多い、この寺にも数十人)が、ブーブー、ドンドン、ジャンジャンと笛、太鼓、シンバルの単調なリズムに合わせて舞う。道化の仮面を被った村人がなだれ込み引つ掻き回す。観衆がどっと沸く。泥臭くて卑猥な仕草もカラッとやっけてのける。皆この農閑期の最大のイベントを楽しんでいる。そしてキラを着て着飾った村娘の唄と踊り、これが結構可愛い。娘たちの手振りと唄声が、一方が崖になった広場の澄んだ青空に映える。まるで遠い祖先の祭りの中にいるような錯覚を覚える。

私達は村長と住職の好意で来賓用のテントに迎えられ、アラ(どぶろく)や米の煎菓子を振舞われてすっかりこの場に溶け込んだ。昼食は大勢の僧や踊りの村娘達と一緒に僧堂で給食、お坊さんと同じく床に座して手で食べる。赤米の御飯(これは美味しい!)にエマダチ(チーズと激辛の唐辛子味の野菜煮込み)、おなじく唐辛子味の煮物と炒め物を載せて食べる。彼女達にとっては大変な御馳走らしく、みな山盛りにして嬉々として、健康そのものの食い振りだ。午後はまた宗教劇や寸劇、唄と踊り、村人と僧侶が交互に、あるいは入り乱れて、延々と続くのである。

ふと、飽食にどっぷり浸かり、技術革新と経済成長という止めることのできない歯車を回してしまった私たちにとって、なるほどGNH(国民総幸福量)という独自の価値観を実践していこうとしている彼等の方が幸福かもしれないと思うのだった。

多摩のあけぼの

蓮池守一会員

奥多摩・八王子に発し信州、甲斐の地へも続く多摩丘陵は、河川や海に至る南端に位置しています。

多摩の古代は、乞田久保谷戸から出土したナイフ形石器や石刃、尖頭器類、和田・乞田・落合などの旧石器時代の遺跡から知ることができ、また、上和田の開墾時に鹿や猪を捕獲するための落とし穴の土杭、屋内炉をもった住居跡から、人が住んでいたことがわかります。



稲荷塚古墳(多摩市百草)

定住集落の形成まで

この時代に使われていた黒曜石は信州和田峠、伊豆半島のもが見られ、谷川から得られる湧水近くの台地に竪穴住居の小集落を形成し、狩猟や採植で生活を営んでいたようです。

その後弥生期に入ると一時多摩の里からの住居跡は消えています。それは九州地方から東日本へと伝わっていた水稲耕作技術と適地が大きな河川の流域へと移った

その後の多摩の歴史は、大化2年(646年)「大化の改新」による郡制度で多摩郡が生まれたことに深く関係し始めました。

百済や新羅からの帰化人も移住

当時の武蔵国は、西は関東山地、東は海、北は現在の関東平野、その中央に武蔵野台地が中心であり、わが多摩市は多摩川より西部に位置し、武蔵国の西南の限界地でした。しかし、天平13年(741年)に国分寺、国分尼寺が建立されることになり、そのお寺の瓦を焼く地が多摩の落合や稲城市の大丸にあり、国分寺と深い関係が生まれました。

ちょっと横道にそれますが、その時代には百済の僧尼や俗人、帰化した新羅の男女多くを武蔵国に移住させた記述が残っています。そのことは高麗川、狛江、調布などの現在の地名でもわかります(多摩川以西の地にはありません)。

それと天平9年(737年)に東山・東海の両道が開かれ、都と武蔵をはじめ東国との人の往来がはげしくなり、国分寺や国府を結ぶ新たな道も作られるようになりました。

その一つが東海道足柄峠から相模国府(海老名)、厚木から町田市の小山田、多摩丘陵の峯に登り、落合の唐木田・青木葉から乞田愛宕坂を越えて寺方、一の宮から多摩川を渡って府中の国府・国分寺へと続く「横山道」です。

この道を通った役人や防人の残した詩歌など数多くありますが、それらは次回に。



多摩ニュータウンから出土した石器類(写真左)(東京都埋蔵文化財センターの展示品)

八王子南大沢・堀之内、町田小山町、多摩鶴牧・落合・豊ヶ丘地区などから出土した土器群(写真右)(同上)



ことによるためと考えられ、多摩の周辺では日野市落川、一の宮・関戸地域に一部その跡が見られました。

「稲荷塚古墳」は多摩の代表的遺跡

古墳時代に入ると多摩でも大栗川や乞田川の下流地域で稲作が始まり、それが丘陵地に入り込んでいる谷戸川周辺でも作られるようになり、定住集落が形成されていったようです。

古墳時代の多摩を代表する遺跡は和田にある稲荷塚古墳です。この古墳は八角形墳で、奈良や京都の天皇陵、関東地域では群馬県多野郡吉井町の一本杉古墳くらいの数少ないもので、当時の権威ある人の墓であったものと考えられています。

この期を、多摩のあけぼのといってもよいのではないのでしょうか。



田端環状積石遺構(ストーンサークル)(町田市小山町)

◇◇◇ 会員の活躍 ◇◇◇

“暮らしに思いやりと潤いを” 滝川道子会員

去る1月17日(日)、多摩市諏訪の会場にて当クラブの仲間滝川道子さんの「江戸しぐさに学ぶ生活のマナーと思いやり」の講演がありました。「江戸しぐさ」とはおたがいに気持ちよく生きるために、人のことを思いやって行動する姿勢で、昔、江戸町方のリーダー達が考え出した共生の心構えです。

相手を思いやり、助け合う、江戸の知恵をつい忘れがちな現在の生活の中に少しでも活かすことができればと、今の日本のあちらこちらで学び語られています。参加した皆さんは、遠い昔の生活の情景を想い浮かべながら、目を輝かせ熱心に聞き入っています。カメラを片手の私も次第にその中に吸い込まれていく思いでした。丁寧にわかりやすく、豊かな話し振りのひとときにプロバスの宝がまた生まれました(地域奉仕委員会 神谷真一記)。



左は講演中の滝川道子会員



熱心に聞き入る参加者の皆さん

◇◇◇ 会員有志の新年の集い ◇◇◇



新年を祝う会員有志

1月13日(水)第67回定例会の終了時、中村委員長の提案で、急遽、“新年を祝う集い”を催すこととなり、賛同した有志16名が京王クラブに集合しました。予約なしの申込みでしたが、クラブ側の好意により個室が準備され、心置きなく歓談でき、新年度への抱負などを話題に大いに盛り上がり、7時過ぎに散会いたしました。(平田哲郎記)

◇◇◇ 編集後記 ◇◇◇

- 本号から連載される“多摩の歴史散歩”は、蓮池守一会員の地元出身という豊富な地歴情報に加えて、多摩の教育界にあって培われた高度な人脈、知脈を生かされた深みのある歴史レポートになるものと期待します。
- 増山敏夫会員の“ブータン旅行記”には、同会員の高齢者とも思えぬ行動力と好奇心に感服させられるとともに、我々の生活ペースとは全く異なるブータンののびやかな原生活を知るにつけ、GNH(国民総幸福量)なるものの差を実感させられました。
- 滝川道子会員の“暮らしに思いやりと潤いを”は、NP O「江戸しぐさ」の正式インストラクターとしての洗練されたスピーチで、内容も、現代の乱れた世の中を昔の姿にいささかでも戻したい我々年代の強い願望に応えるものであり、今後の一層の活躍を期待するものです。
- 昨年末以来、脚の故障で休んでおられた稲田会員がこのほど全快、編集作業に復帰され、わが委員会の大きな戦力増強になりました。(平田哲郎記)

◇◇◇東京多摩プロバスソング◇◇◇

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