



# 東京多摩プロバスニュース

第 43 号

■事務局: 〒206-0034 東京都多摩市鶴牧 5-29-10 平田方 ■編集・発行: 広報委員会 2012. 7. 4.

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

## 共に学び、活動し、自己実現と社会貢献を

### 第 95 回 定例会

日時: 平成 24 年 5 月 2 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)

### 第 96 回 定例会

日時: 平成 24 年 6 月 6 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: 27 名(会員数 33 名)

### 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 ◇◇◇

#### なぜ今ブータンなのか

広報委員長 増山敏夫

昨今、ブータンブームである。テレビ・新聞、お茶の間に話題を提供しない日はない。大震災後の日本へ、ヒマラヤの小国から御夫妻で訪れ、国会で「心の豊かさこそが今求められる」と訴えられた国王の率直な言葉からであろう。国王夫妻は、若く爽やかな印象を残した。

私が訪れた頃は話題になることも少なく、秘境の一つに過ぎなかった。しかし話題の国民総幸福 (GNH) については是非知りたいと思い、当時、旅の仲間と学僧・トゥルク師のレクチャーを聞いた。まだ前国王の時代で、国王を初めとするブレインや宗教界が、大国中国とインドに挟まれた小国の国づくりを如何に進めるか、この国の民が他の国々の如く、所得水準の向上だけを求めて、果たして幸せになれるだろうか、真剣に議論を重ねた結果だという。

国民所得は国連加盟国中下位だが、これまで皆幸せに暮らしてきた。ブータン国民一人ひとりが、今幸せと感じられること、即ち助け合いの心や豊かな森林環境を守り、伝統文化、チベット仏教を大切に、精神性豊かな価値観の継続こそがブータンの行くべき道なのだ。所得向上のための開発は、これらの価値観を損なはないスピードでゆっくり進め

る。そしてこの価値観の持続のための次世代教育こそが最重要課題で、学校制度の整備、義務教育の無料化が行われた。GNH とはそういう価値観の持続のためのバランスのとれた開発理念なのだということだった。

国民の大半が農民、その 90% が自営、90% が大らかなチベット仏教徒、貧富の差の少ない社会、農業と宗教の硬い基盤が存在することによる説得力あるレクチャーだった。教育の成果と相まって、ネット社会の普及といったグローバル化の波がここにも押し寄せているが、乗り切れるという。これまでの価値観に疑問符が付いた我々には大変興味深い国である。他の国々とは軸足が異なるが、目指すは同じ持続可能な発展なのである。



心癒す清々しい新緑のケヤキ並木「多摩市そよかぜの道」

## 1. 幹事報告

稲田興幹事

### 1.1. 定期総会の開催

第9期定期総会を7月4日(水)13時30分より京王クラブ会議室で挙。当日は総会・定例会・懇親会を一連で開催する。内容詳細は次号に掲載予定。

### 1.2. 全日本プロバス協議会総会

11月13日(火)神戸で開催される。参加申込は9月30日まで。新年度の会費3千円は納付済み。「あなたのクラブで当面の課題は何でしょう?」というアンケートの依頼がきている。

### 1.3. 東京八王子プロバスクラブ「生涯学習サロン」

閉校式(5/10)に来賓として会長・副幹事の2名が参加。箱根駅伝優勝の東洋大元駅伝部監督・川島氏の記念講演を聴き、終了後の懇親会にも同サロン会員と共に出席した。

## 2. 委員会報告

### 2.1. 総務委員会

北村克彦委員長

1)5月度定例会(5月2日) 出席:28名 欠席:5名  
座談会「大災害にどう備えるか」 関連記事 P3 参照

2)6月度定例会(6月6日) 出席:27名 欠席:3名  
卓話、藤寄喬子会員による「皆で歌いましょう」。中村副会長のウクレレと共演で、藤寄会員のチェロの演奏をバックに皆で歌うという、これまでにない新しい試みがなされた。 関連記事P3参照

3)蓮池守一会員、蓮池光枝会員、大熊妙子会員、山田喜一会員が、健康上等の理由により、この6月をもって退会。この結果、会員数は33名(内3名が休会中)となる。

### 2.2. 地域奉仕委員会

西村政晃委員長

1)「日本の伝統文化サロン」は、着付けで2月28日(火)スタートし、4月27日(金)、6月22日(金)に2、3回目を実施しました。 関連記事P4参照

2)6月6日に平成23年度最後の委員会を開催、活動の総括を行いました。

3)多摩市の小中学校が進める ESD 教育への協力をすべく現在、クラブ全体で「ESD 推進ティーチャーズリスト」作成作業を進めています。

### 2.3. 広報委員会

増山敏夫委員長

1)プロバスニュース 42号発行(5月6日)。43号(7月4日発行、6ページ)の執筆依頼、編集、校正。

2)編集委員会開催

3回。

3)ホームページ更新;

5月17日。

写真左は広報委員会の皆さん



## 3. 環境問題プロジェクト

村上伸茲リーダー

1)5月29日(火)、連光寺谷戸の生物多様性に富んだ自然観察。

2)環境プロジェクト会議で、「ホテルの里、連光寺谷戸の四季」(DVD)を鑑賞。

3)「多摩市環境基本計画」について、多摩市役所環境部みどり環境課主査長谷川哲哉氏に8月定例会で講演いただくことを依頼。

4)6月23日(土)夕刻、急遽、多摩市内のホテル生息地で有志によるホテル観賞会を実施。ホテルが飛び交う様子を、郷愁と感動を呼び、環境保全の大切さを実感した。

### 5)環境問題プロジェクトの活動報告書

本号別冊として巻末の「地球温暖化防止活動成果報告書」を参照下さい。

平成23年度をもって環境問題プロジェクトは、一時活動を休止することを決めました。2年間、ご指導・ご支援ありがとうございました。

早い機会に、この紙面で「多摩市重要環境問題に取り組むプロバス会員の活動」を報告できる日が来ることを願っております。

## 4. アフターファイブ

増山敏夫会員

定例会後、当然のように誘い合って近くの居酒屋に落ち着く。反省会であったり、相談事であったり、時事問題であったり、談論風発、話題に事欠かない。皆ご機嫌でこの一時を楽しんでいる。ただし深酒になることはない、健康であることが何よりと考える一同は、適当なところで切り上げるコツを心得ており、楽しいリフレッシュになっている。いつも12、3人位集まるが、この写真の6月は、卓話をされた藤寄会員の他、女性会員4人も加わり、17名の盛況だった。場所は「京王クラブ」「養老の滝」「つぼ八」と移り、今は「鳥はな」、所かわれど主は変わらずである。先ごろ男性の健康寿命70才という数字が話題になった。わがクラブの平均年齢は70台半ばで、みな健康である。健康長寿の視点からも、アフターファイブが一役かっていると言えまいか。



アフターファイブのひと時

## 大震災にどう備えるか

総務委員会

◇最初に全員で下記内容のDVDを視聴。

### ①首都直下型大地震発生可能性の検証

震度7以上の首都直下型大地震の発生確率は、30年以内に70%といわれており、いつ発生してもおかしくない。

### ②建物の耐震診断と耐震補強

耐震診断の要素は、地盤・建物基礎・建物構造・壁面等。診断結果は点数で表示(1.5点以上=倒壊の可能性なし、1.5~1.0点=普通、1.0~0.7点=倒壊の可能性あり、0.7点未満=倒壊の可能性大)。

◇引き続き、主に建物の耐震診断・補強および家具転倒対策について話し合いが行われた。

主な発言は下記のとおり。

①2年程前多摩市に耐震診断(戸建)を申請してチェックを受けた結果、南側壁面の不足で耐震強度が40%程度であることが判明。廊下の4箇所の戸袋から補強の筋交いを入れることにより、室内工事を一切せず、かつ、費用も抑えることができた。その結果、耐震強度も80%程度まで高まり、3・11の際には揺れも少なく屋内の置物は一つも倒れなかった。(I会員)

②2X4の戸建てで柱が無いが、もし耐震補強をしたらどうという方法があるか(S会員)との質問に対し、2X4は地震に対しては比較的強い。ただ、結露等により構造

材である合板が腐って建物全体が弱くなるので要注意とのアドバイス。(M会員;建築家)

③以前2業者に別々に耐震診断(戸建)してもらった結果をM会員に見てもらったところ、1業者の診断は前提条件に疑問ありとのこと。また、耐震補強については、建物よりも崖上の立地であることの方が心配とのコメントであった。(S会員)

④中層マンションの4階だが、ドアや窓が開かなくなることが心配。地震の際はまずその対応をしている。(F会員)

⑤家具転倒防止用の器具を多摩市より入手して使用している。(N会員、K会員)

⑥家具転倒防止のため、ダンボール箱を天井と家具との間に入れると良いとの話を聞いたが、効果はあるのだろうか。(K会員)ダンボール箱より発泡スチロールの方がベターとの意見あり。

⑦この機会に家族で防災会議を是非やってみては如何か。私のところでは家族の落ち合う場所を事前に決めている。(T会員)

⑧立川活断層が近くにあるので、その辺のところをもっと知りたい。(K会員)

時間の関係上、今回は、主に地震発生前の備えについて話し合ったが、地震発生の際にとるべき行動・心得についても機会を設けて話し合ってみたい。

(文責 関根 正敏会員)

## ダンス、そしてチェロ

藤崎喬子会員

**チェロとの出会い** 私には何時頃か漠然と将来の生活イメージがありました。20代30代は出産、子育てに専念、40代は働こう—なんて。でも50代から先がどうしても想像できませんでした。身近には大勢いるのに。テニスもカラオケも趣味というより、仕事の一環でしかなかった40代半ば、ある所で観た妖艶なルンバ、優雅なワルツ、ソシアルダンスでした。ヨシ!50代は踊ろうと決め、夫と一緒に通い始めました。レッスン後のビールだけが目的の夫はすぐに挫折、私はコンビニ経営と間もなく始った親の介護のため、存分にとはいきませんがのめり込みました。

ダンス音楽はとても素晴らしく、特に弦楽器には心が震えました。人の声に近いと言われるチェロ、いつか弾けたらイイナ—。60才の節目の年「幸の会」で知り合った方とそんな話題で意気投合、「是非遊びにいっちゃいな」と言う。お家に伺い、帰りに何故か私の肩にはズシリと重いチェロが。「あげると言う気遣いでしょ、飽きたら返してね」と。あれから7年、未だ飽きず候。

ダンスもチェロも、見るとやるとは大違い!奥深く本当に難しい。本日は初の人前演奏、その上中村さんのウクレレとのコラボ、無謀以外の何ものでもありません。恥を覚悟の挑戦です。

## チェロの演奏

まず「ふるさと」♪~。次は夭折の詩人啄木の「初恋」♪~。上田さんお褒めの美しい曲です。譜面を手に入れるのに上田さん、堀内さんにご協力いただきました。今年は啄木没後百年、意義深い年の一曲になりました。そして「母」♪~。思い出は尽きません。25年前、コンビニ計画を誰よりも喜び、一緒に働けると楽しみにしていた母、突然の交通事故がもつと、68歳の生涯を終えました。母の死は受け入れ難く、この頃の記憶が今でも定かではありません。

母の趣味の一つが俳句でした。私の好きな句は「黄いちごも知らずに逝きし子に手向け」—七ヶ月の早産で四日間生きた弟への句。「ふくませし乳房に吾子の風邪を知る」—私が母乳を与えている時「この子熱があるのかしら?口が熱いの!」で、できた句。

私を信頼し、最大の理解者だった母、「どっちみちやらねばならぬなら、気持ちよく、感じ良くやりなさい」。今も抱きしめる母の言葉です。今年、私は母の年令になります。

(文責 増山敏夫会員)



◇◇◇ ハッピーバースディ ◇◇◇

5月に誕生日を迎えました！



左から楠慶二・森川静子・永田宗義の各会員

6月に誕生日を迎えました！



左から北村克彦・滝川益男の各会員

◇◇◇ 委員会の活動 ◇◇◇

1. 「日本の伝統文化サロン」 滝川道子会員

日本の伝統文化サロンが始まってすでに3回を終えることができました。

開催日：隔月1回、偶数月で1時間半、午前か午後

会場：多摩市連光寺の公共施設「志学サロン」

テーマ：第1回 足袋の履き方・下着の付け方(2月28日)

第2回 着装「着物の着方」(4月27日)

第3回 帯の付け方(6月22日)

第4回 暮らしの中の礼儀作法

第5回 「江戸しぐさ」ありがとうの大切さ

第6回 「江戸しぐさ」江戸の子育て

第7回 茶道 お薄のいただき方

第8回 茶道 お濃茶のいただき方

第9回 茶道 お煎茶のいただき方

第10回 貝合わせ

初めは一ノ宮・連光寺・関戸にお住まいの方と何となく話をしておりました時、眠っているタンスの中の着物をどうしようという話になり、「もったいないわね」と誰かがため息。「それなら私がお手伝いしましょう」ということで会を発足することになりました。会の名前は「麻畝の会」、真直ぐ伸びる麻畑、たまたま蓬が一本生えてきました。くるくる曲がりたい蓬は、麻の中で真直ぐに伸びていくのです。「まるで私達みたい」ということです。

着付けは大勢来られては困るので、6~7人に限定いたしました。集ってこられた方は中年以上の御婦人でした。娘時代の振袖を持ってこられ、大はしゃぎ、悪戦苦闘で取り組んでおられました。



伝統文化サロンに集った皆さん

4回目の「暮らしの中の礼儀作法」からは、大勢の若い方に声をかけることになっております。当初は地元の有志で始まったサロンですが、途中から多摩プロバスが主体となって地域貢献と

いう大きなテーマになったことは何とも嬉しい限りです。茶道・貝合わせではプロバスの女性陣、そうそうたるメンバーがいらっしゃるので、まさにプロバスの力の見どころです。子育て中の若いママさん達は「教わりたい、けどどうしてよいかわからない」、少し年を重ねた方達は「もう少し自分磨きをしたい」と思っている方に私達ができることで「江戸しぐさ」の中の「差しのべしぐさ」でお互いさまの世の中、助け合っていければ良いなあと考えます。

2. 「マイツリー計画」第1回目実施 西村政晃会員

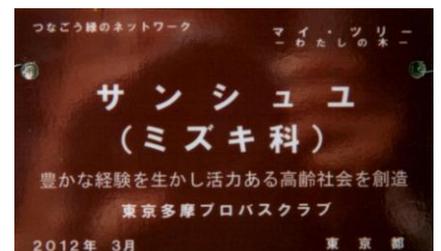
東京都の街路樹倍増による美しいまちづくりの計画「マイツリー計画」に賛同し、当クラブでは平成23年度の地域奉仕のひとつに採り上げ、第1回目を実施しました。

12月定例会の席上募金を実施、3万円を東京都に寄付しました。植えられたのは鎌倉街道の歩道。乞田新大橋の交差点から左側の歩道に入り、京王線・小田急線の高架下をくぐり、50m先のマンションの前に「サンシュユ」3本が植えられ、プレートが付けられました。プレートには樹種名サンシュユとクラブ名、当クラブのパンフレットの表紙記載のスローガン「豊かな経験を生かし、活力ある高齢社会を創造」が刻まれています。なお、サンシュユは朝鮮半島原産のミズキ科の落葉喬木で、早春に黄色の花をつけ秋には赤い実がなります。

是非一度ご覧いただきたく思います。



植樹した3本のサンシュユ



3本それぞれに取り付けられたプレート

◇◇◇ サークル活動 ◇◇◇

グルメサークル—昼食会に参加して 堀内陽二会員

今回のグルメ昼食会は旅サークルとグルメサークルとの共同企画でゴールデンウィークも終わった5月9日(水)平田哲郎会員推薦のお目当てのお食事処は私達(参加者11名)の集合場所浅草は雷門前から歩いて2分ほどの浅草寺境内、公会堂横通りにある“蔵”で極上特選の田村牛(但馬牛のこと)や新鮮な魚介類等旬の素材を全て炭火焼で調理されている“お昼の小会席”は3,800円にプラス銘酒取り揃えられての飲物込みで、1人しめて5,000円でした。

ちょっと時間をずらして(13:30)の席で店内は私達だけの貸し切り状態で、周囲に気兼ねなく大いに歓談しながら美味しい料理を楽しむ団欒の場でした。さすがに出された品々はどれも絶妙の味付けで大いに堪能しました。

会食が終わって店の前で記念撮影、その通りからオープン間近な世界的(?)新名所「東京スカイツリー」が見上げられました。

三々五々と解散。私達数名は浅草寺を拝観したり、賑やかなおみやげ物店が並ぶ仲見世通りを大勢の人の波の中を雷門に向かって散策したことでした。

そして雷門を出た通りにある、知る人ぞ知る(私は知らなかった)明治13年創業、「日本で最初のバー」と言われている“神谷バー”に立ち寄り、これまたこの店の目玉である“デンキブラン”(飲むと電気が走ったようにピリピリとくるブランデーとのこと)をショット一杯で締め括りました。

お酒に弱い私ごときにグルメを語る資格なし・・・と思いつつも大変満足しました。



グルメサークルに参加の皆さん

◇◇◇ 会員の活動 ◇◇◇

1. 原生会絵画展 山田正司会員

第55回原生会絵画展が4月13日から6日間、バルブ永山ギャラリーで開かれました。わがプロバスクラブの岡野一馬会員の8号大水彩画2点、鴻池敬和会員の9号油絵2点、私の8号大水彩画2点が展示されました。

原生会はいずれも個性あふれる画風メンバーの集まりで、今回も皆さんの特徴ある力作が出そろいました。会期中にはプロバス会員の大勢の皆さんが訪れ、甘辛批判を交えた多くの励ましをいただきました。

今回は地元ケーブルテレビ局の多摩テレビでも絵画展の様相を紹介されました。テレビ局の取材がたまたま私の受付当番の日だったため、代表幹事と共に原生会の紹介と自作絵の説明をする羽目となり、戸惑いながらも貴重な体験となりました。

昭和59年の会の発足以来30年弱、今回「原生会の歩み」冊子が初めて編集され、歴史に恥じぬよう会のさらなる充実をと、一同創作に励んでいます。



出展作品(山田画)—冬の桜樹

2. 武道祭

毎年4月29日は多摩市武道館にて、各武道が一堂に集まって武道祭をしています。開会式では、市長、来賓の祝詞があり、例年弓道連盟の代表の方が厳かに最初

小西加葉子会員



左が筆者で友人と

の矢を28m先の仮設の的に放ち、武道祭は始まります。

薙刀術・柔道・剣道・居合・大極拳・空手・少林寺拳法の先生方は大勢の観客の前で模範演武をされます。その時会場は日本の武道の素晴らしさに気持が引き締まりシーンと静かになります。

私は友人と2人で直心影流の形をしました。直心影流は450年の歴史ある古武道で、薙刀・短刀・鎖鎌の形があります。昨年は靖国神社の境内にある能舞台で奉納演武を友人が薙刀、私が木刀の役でさせていただきました。いつまでも元気に形を打てるよう精進したいと思います。

3. 学校茶道を指導して 森川静子会員

今年の4月から、私は多摩大学付属聖ヶ丘中高等学校での茶道クラブで茶道の指導を行っています。

学校茶道は明治時代に裏千家第十三代圓能齋宗室が、それまで主に男性のものであった茶道を一般の女性にもと女学校教育に取入れたことが始まりと言われています。

現在、聖ヶ丘中高等学校の部員は14名、毎週木曜日の午後3～6時まで、和やかに、ある時は厳しく稽古を行っています。多摩市内の行事に積極的に参加し、「ひじり館まつり」「福祉まつり」「地域ふれあいフォーラムTAMA」などで呈茶を行っています。

将来、この生徒達が茶道を通じ日本の伝統文化を大切にす大人になって行くことを期待し、これからもずっと指導を続けていきたいなあと思っています。



学校茶道指導中の筆者

オルゴールに想いをよせて 滝川道子会員

いよいよ私の番が回ってきてしまいました。お宝？ 改めて我が家を見回してみる。何も無い、さてどうしましょう。あまり物欲のない私は物に対する執着心は薄いようです。食器棚、普段使いの食器がたくさんあります。ひとつひとつ大好きな器ばかり、決して高価ではありません。引き出物や頂き物で我が家に到来しても好きでない器はどこかで可愛がってもらってね、と処分してしまいます。出来上がった料理をどの器が似合うかしらと器を選ぶ時は楽しい。でも、器を一品に出すわけにはいきません。

そうそう、飾り棚対のオルゴールがありました。改めて、手元に置いて裏をひっくり返してみました。西ドイツバレリーナ製とあります。表面は可愛い女の子が木に登って笑っている絵（焼き物でしょうか）もうひとつは、二人の男の子が何かを一生懸命見つめている絵。このオルゴールはドイツを主舞台に毎年10月に開催されるフランクフルト国際書籍市「ブックメッセ」に出張した折のお土産です。

当時幼なかつた娘と息子にあまりよく似ていたので大事にしてきました。オルゴールを見るたびにその頃の我が家の情景が浮かんでくるのです。

夫は多忙で海外出張が多く母子家庭のようでした。2人の子供と3人で当時流行のファミレスに行ったことがありました。周りは家族連ればかりで小学生だった息子は「お母さん帰ろうよ」と言い出しました。後で聞いたところ「お父さんがいなくてとても寂しい気持ちになったから」と言っていました。娘の結婚披露宴の時、新郎新婦それぞれの経歴の映像紹介がありました。娘は、夫と弟と3人で写

っている写真を紹介し、コメントは、「お父さんは出張が多くたまに家にいると緊張しました」です。この子供たちも一児と二児の親になり忙しい日を送っているようです。

オルゴール曲は「エーデルワイス」と「鱒」です。エーデルワイスは映画「サウンド・オブ・ミュージック」の主題



バレリーナ製 対のオルゴール

曲、美しいオーストリア、アルプスの大自然に美しい歌声がこだまする、ミュージカル映画の最高傑作。マリア役のジュリー・アンドリュースが美しい声で歌い上げております。何度もなんども繰り返し楽しむことができました。

さて、このオルゴールはもうしばらく我が家の飾り棚に、その後は娘と息子の家に！

◇◇◇ 編集後記 ◇◇◇

巻頭言は卓話でお話したプータンのGNH（国民総幸福）の思想をまとめさせていただいた。藤寄会員の卓話「皆で歌いましょう」は、チェロの演奏と中村会員のウクレレ伴奏、語りと唄によるユニークな試みだった。声量のあるアルトも素晴らしいものだった。誌面に載せるにあたって、当日の語りの原稿（400字×7枚）を、2枚余りに詰めなければならなかった、残念！。プログラムに啄木の詩による唄「初恋」があった。過日、甲府文学館で歌人・佐々木行綱氏の講演「啄木の短歌」を聞く機会があった。短歌の前段としての物語を抱き込んだ読み込みの深さが啄木の優れた点であり、幾通りにもイメージを膨らませることができる詩情性が豊かなのだと言う。なるほどと思った。さて件の「初恋」の歌詞をリフレーンを省いて読んでみると、「砂山の／砂に腹ばい／初恋の／いたみを遠く／想いいずる日」——定型の短歌である。やわらかい砂山に腹這い、「初恋の痛みを遠く想い」——「想いいずる日」——誰にでもイメージできる素材を、詠む人それぞれの人生で、幾通りにも物語を膨らませることができる詩であることがわかる。「初恋」から良い勉強をさせて頂いた。滝川道子会員の「オルゴールに想いをよせて」は、愛しさが目に浮かぶ素敵なお話でした。ここにも啄木のDNAを感じます。

(増山敏夫広報委員長記)

東京多摩プロバソング

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