



# 東京多摩プロバスニュース

第 65 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 2016. 3. 2

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

## ふるさと多摩を若い人たちと共に

### 第 139 回 定例会

日 時 : 平成 28 年 1 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 : 24 名 (会員数 32 名)

### 第 140 回 定例会

日 時 : 平成 28 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 : 24 名 (会員数 32 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



### 「朝のラジオ体操」

鈴木達夫研修・親睦委員長

早いもので梅から桜の開花の季節と移り、すがすがしい季節を迎えます。

ラジオ体操は、戦前から広く普及していて、誰でも知っているという意味で、国民的体操となっています。私たちの地域でも各地で行われています。

朝 6 時半、ひじり館前広場に、おなじみの音楽が流れる。腕を大きく上げて、一、二、三、四。小学生からシニア世代まで 70 人超が参加しています。

ラジオ体操は費用もかからず、手軽で長く続けられて、何よりも健康のために良いと思い数人の仲間と始めました。今年 13 年目を迎え、参加者も延べ 13 万人を越えました。

効果については、元 NHK 体操指導者によれば「まず 1 日 1 回、3 週間続けてみれば体の変化が起きるはず」と言う。「肩こりや腰の痛みがやわらいだ」「足が丈夫になり、階段の上り下りが楽になった」「風邪を引かなくなった」などの声が寄せられています。

「ラジオ体操第一」と「第二」を合わせたエネルギー消費は 50~60 キロカロリーほどでそれほど高くない。それでも、全身の筋肉をまんべんなく動かすように作られているから、血液循環や新陳代謝が高まり、筋力アップにも効果がある。3 分間の「第一」だけで 13 種類の運動が盛り込まれているので、それだけでも体にある約 600 の筋肉のうち、約 400 の筋肉を動かせるという。毎日続けていれば筋肉は少しずつ弾力性を取り戻すはずです。多摩市が目指す「健幸都市・多摩」の健康づくりの役に立っていることがうれしい。



多摩プロバスからたに詠まれた

「関戸橋と聖蹟桜ヶ丘市街地」を望む 山田正司会員画

## ◇◇◇ 幹事・委員会報告 ◇◇◇

### 1. 幹事報告

稲田興幹事

#### 1.1. 多摩プロバスかるた普及活動

1) 1月30日(土)多摩ニュータウン学会の新年会(於恵泉女学園大学)で、山田会員以下4名による多摩プロバスかるたに関する講演とカルタ遊びを紹介。 関連記事P5 参照

2) 1月23日(土)、関戸公民館において開催されたボランティア祭に初参加。多摩プロバスかるたを展示。併せて、祭の抽選会の賞品としてかるた5セットを提供。

#### 1.2. クラブ紹介パンフレットの更新

在庫が少なくなった現パンフレットの更新を行うこととし、大澤会員をリーダーとしてワーキンググループを結成。6月のプロバスフェア開催までに完成させる予定。

#### 1.3. 会計の中間監査を実施

1月27日(水)山田監査役による前半期会計監査を実施。

#### 1.4. 東京八王子PC生涯学習サロン開講式に参加

2月25日(木)開催され、神谷会長以下会員6名が参加、特別講話「日本の財政を築いた男たち」の聴講もできた。

#### 1.5. 第11回多摩市中中学生俳句大会入選作品展示

1月21日～26日、京王百貨店聖蹟桜ヶ丘店ブリッジギャラリーにて、東京多摩ロータリクラブ主催の上記展示会があり、入選作の他に多摩市長・教育長等の作品も披露され、盛り上がった。

### 2. 委員会報告

#### 2.1. 総務委員会

鈴木泰弘委員長

1) 第139回定例会 1月6日(水)

卓話：「旅の話」 岡野一馬会員 関連記事P3 参照

2) 第140回定例会 2月3日(水)

卓話：「日本の木と建築の知恵」 増山敏夫会員

関連記事P2～3 参照

3) 定例会の予定 \*場所は関戸公民館 13:30～16:00

・第141回定例会 3月2日(水) 第2学習室

・第142回定例会 4月6日(水) 第2学習室

4) 卓話・講話の予定

・3月 「関戸合戦～その史実と伝承～」

多摩市文化振興財団 橋場万里子氏

・4月 「世界から見た日本・日本人への評価」

中村昭夫会員

5) 会員総数 32名(内休会6名)、会友10名

#### 2.2. 研修・親睦委員会

鈴木達夫委員長



研修・親睦委員会の皆さん

1) 1月24日(日)多摩市主催の「新春歩こう会」登戸～川崎大師 20km。快晴無風に恵まれ、7名参加され、私を除き全員が完歩した。 関連記事P4 参照

2) 4月に計画している社会見学(山梨県リニア見学センター・恵林寺等)は、3月定例会で詳細を案内する。

#### 2.3. 地域奉仕委員会

澤雄二委員長

1) 古澤靖雄会員による「寺子屋そろばん教室」の今年の日程が決定。

①多摩市立永山小学校3年生；2月24日(水)、26日(金)

②多摩市立第二小学校3年生；3月8日(火)、9日(水)、10日(木)

③多摩市立第二小学校4年生；3月4日(木)、7日(月)

2) 東京オリンピックへ向けての多摩市の対応策について、2月19日に多摩市側(市民経済部長、くらしと文化部長等)からドラフトの説明を聴取。

#### 2.4. 広報委員会

北村克彦委員長

1) プロバスニュース第65号を3月2日(水)に発行。

今号は6頁編成とした。これからも、会員活動について、積極的な投稿をお願いしたい。

2) ホームページの更新を3月20日(日)に予定している。

## ◇◇◇ 実行委員会報告 ◇◇◇

#### 多摩プロバスフェアについて

澤雄二委員長

1) 展示等の開催場所日程が決まった。

・展示場所：京王百貨店聖蹟桜ヶ丘店5階連絡ブリッジギャラリー

・展示日程：6月2日(木)～6月7日(火)

・イベント場所：多摩市関戸公民館大会議室

・イベント日程：6月12日(日)

2) イベントの内容については、「日本の文化を体験してみよう」とのテーマで

①多摩プロバスかるたの紹介とカルタ取り大会

②立礼によるお茶会

③江戸しぐさ・礼法の体験。

この他、関戸公民館市民ロビーで音楽会も検討中です。

## ◇◇◇ 卓 話 ◇◇◇

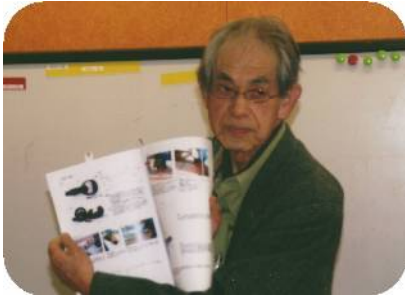
#### 1. 日本の木と建築の知恵

増山敏夫会員

継手と仕口は日本の建築を成立させてきた木をつなぎ組むための知恵、長い間かかって大工が木を有効に使いこなしてきた伝統工法のエキスです。継手は二つの部材を長手方向に繋ぎ合わせる型、仕口は二つ以上の部材を角度を持たせて繋ぎ合わせる型です。

35年前、私はこのことを現代棟梁と言われた宮大工・田中文男(1931～2010)さんから学びました。当時は建築界ではほとんど話題にならない分野でした。「俺は自分の作

品を作ることしか考えない建築家とは付き合う気はない」と初対面で一発嘯まされました。私達はこの頃妹夫婦の家を設計中でした。彼が培った伝統工法の知恵によって、本物の家造りができないかと考えてのことでした。



一般的な木造住宅の工法は、在来工法といい、筋交いで壁を固め、金物を多用する。腐朽菌に弱く、高温多湿な日本の風土に相応しい

とは言えない。

2×4 工法も合板と金物で固める。我々はこういう家造りの現状に疑問を感じていました。この疑問を彼にぶつけてどうやら議論は始まる……。彼は木造に安易に金物を使うべきでないとの信念を持っていました。打合せは仕事が終わった夜、彼の事務所で酒を飲みながら。時に「お前らのアイディアは良いが、図面が多すぎる、確信のある図面一枚でいい」「端っこが決まらない仕事はだめだ」、また「返事は六つでいい、わかる、わからない、できる、できない、好き、嫌い」などかなり鍛えられました。しかし、山の見

学、製材の現場、文化財、古民家見学など伝統工法に係る知恵を効率良く学ばせてくれました。

さて、彼の協力による私達の伝統工法による家造りですが、継手と仕口を整理、部材の統一化を図った工法のシステムを作り実践しました。一つ目は妹の家、私達が国産材の規格を知らなかったので米松を使用。しかし伝統工法によるムク材の家造りは当時、建築ジャーナリズムに取り上げられ話題になりました。二つ目は私の家、試作、すべて国産材(杉)、ムクの節材を使った伝統工法の家造りは、国産材を生産する林業家も見学に来てくれ、丸ごと杉を使ったインテリアに感激してくれました。また、林野庁も関心を示し、第三作は晴海展示場に国産材モデルハウスとして実現しました。私達の考え方を発表した「民家型構法の理念」誌はよく売れて絶版になりました。私の家は竣工 20 年後にもう一度同じ建築誌の取材を受け、載りました。いい歳の取り方をしていると言ってくれました。今は 30 年余り経ちますが、女房も大変住み心地がいいといってくれます。

いま「風の盆」で有名な越中八尾に町屋の住まいの設計を依頼され、建築中です。地元棟梁達と相談しながら進めています。時々わが師・田中文男なら、ここは何と言うかと自問自答を、繰り返し、繰り返し……。

## 2. 旅

### 岡野一馬会員

かつて、私は中国西安からローマまでのシルクロード 2 万キロを歩こうという「地球と話す会」に所属していた。夏休みを利用して海外旅行をするサラリーマン主体のグループである。会員約 100 名余。東京周辺が大多数だが遠く九州、北海道の人もいた。



5 年前、目的地ローマに達し、この会は解散した。

当時の仲間数人とは、その後も交流を続けている。毎年正月、私の家に集まり、酒を酌み交わし、思い出話を繰り返し、シルクロードを懐かしんでいる。私が最高齢だが平均 70 歳余の高齢グループである。灼熱の砂漠を歩き、テント生活と粗食に堪えた連中は酒も強い。昼頃から飲み始め、終電を気にする時間まで飲み続け、ケロリとして帰って行く。

旅のエピソードが今頃になって出てくるのも楽しい。「なんだあの時そうだったのか」と大笑いする。女性のトイレは大変だった。砂漠に多少の起伏はある。その陰で集団で用を足して来る。慣れてくれば、お互いに気にしない。平気である。

今後もこの仲間とは同じ思い出話を何度も繰り返し、砂漠の旅を懐かしむのだろう。

最近専ら近間の小さな旅である。電車で 1~2 時間一泊の山梨方面、中央線沿線が多い。瀬戸内海の尾道で育った私には、海が見えないのは一寸淋しいが、八王子、塩山、甲府の四季の山並も捨て難い。

旅に出るといろいろな出会い、発見がある。風景、食べ物、料理と、その土地の人々など。

幸い最近の健康診断で異常なし。これから大いに旅を楽しもう。



左図：筆者の  
シルクロードの旅の画集  
「砂の海の記憶」



下図：スケッチの一部  
「ホータン ウィグルの住宅」



## 1. からまつ新春句会

倉賀野武士会員

からまつ東京地区新年句会が1月17日(日)午後1時30分より関戸公民館大会議室で開催された。今回は、銚句会の当番で増山敏夫代表の指導の下、登坂征一郎会員が中心となり計画・会場設営・運営などを担当した。当日は由利雪二主宰をはじめ13句会43名が参加、兼題「去年今年」当期雑詠に88句の投句あった。

当クラブから、増山敏夫・登坂征一郎・岡野一馬・神谷真一・北村克彦・鈴木達夫・滝川道子各会員と私の8名が参加した。各自で選句後、被講があり一喜一憂するうちに表彰が行われ、講評の後4時過ぎに無事散会した。



### 「私の一句」

五輪まで生き抜く望み老いの春 池田玄海

前大戦で散り残った若桜も九十二歳の新春を迎えた。子供・孫たちは、東京五輪まで頑張れと野次ります。

イタリアの孫の片言オメデトウ 岡野流馬

ミラノの孫も二年生になる。日本語は今一つだがこれが可愛い。まさに爺馬鹿である。また会うのが待ち遠しい。

女正月愚痴とのろけの三姉妹 蓮池秋霜

八十路の姉三人と末っ子の弟。食事会では日頃の愚痴もでるが、年甲斐もないのろけ話に苦笑の一句。

万葉のことは愛する去年今年 蓮池光花

昨秋より旧友と万葉集の通読を始めました。月一回二十首読みに、はたして全部読み終わるか、乞うご期待。

去年今年川の流れて逆らわず 鈴木透水

去年八十歳を迎えた。これからも良き仲間と有意義に過ごし、自分の運命に逆らわずに過ごしたい。

去年今年八十歳の今が旬 倉賀野志水

人生一回勝負。後戻りはきかない。齢を重ねて今まで見えなかったものが見えてくることもある。

薄日射す閨ほっこりと女正月 増山胡桃子

閨(ねや)は柔らかい光に包まれ暖かい。床の中で他愛ない幸せな一日を思い描いてみる…ケーキとお茶とお喋りと。

去年今年静けき寝息千支の猿 神谷虎子

私の妻の寝息が聞こえると自然に目が開く。耳を澄ませてみた。今度は悲鳴のようだ。悪い夢を見ていたのかな。

幾何と思えど新た去年今年 登坂爽風

馬齢を重ね先が見え隠れの齢。気分が萎え勝ち。非力ながら意気軒昂で余生をと、新たな気概で新年を迎えん!

新しき経験重ね去年今年 北村岳人

後期高齢者と呼ばれ、年々体の老化が進む。しかし、新

しいことに挑戦し、心の若さを保っていきたい。

去年今年無窮の平和祈りおり 滝川露枝

毎日暗いニュースが報じられる。いじめ、子ども虐待、核の脅威など、ため息の後、思わず手を合わせてしまう。

椰子見上げゴルフ三昧去年今年 川久保魚水

毎年寒い時期には南国の太陽の下で友達とゴルフを楽しんでいる。健康に感謝し、行って来まへす。

## 2. 歌を楽しむ会

瀬尾日出男会員

“♪春は名のための風の寒さや” 暦の上では立春も過ぎ球春到来、寒暖の差の激しかった昨今、待ちどうしかった春を迎え参加者メンバーも一安心しております。会での練習曲は乾杯(長淵剛)に始まり、時代おくれ、野風増(河島英吾)、すきま風(杉良太郎)、瀬戸の花嫁(小柳ルミ子)、くちなしの花(渡哲哉)、小指の思い出(伊藤ゆかり)、冬のリヴィエラ(森進一)など、また一時代を盛り上げたグループサウンズの若者たち、あの素晴らしい愛をもう一度、そして永遠の若大将加山雄三シリーズの旅人よ、お嫁においでなど大変多岐にわたっています。会員からの推薦曲もどんどん取り入れ練習を楽しんでいます。

リーダーの中村昭夫さんの軽快な指導により、発声練習に始まり、はっきりと口を開け、大きな声を出すのを忘れかけて、健康的に過ごす時間と呼び戻し楽しんでいます。

どうぞ、皆さん! 毎月の第三金曜日午後1時30分につむぎ館で、歌う楽しみを感じて健康で長生きしましょう。

## 1. 多摩市新春歩こう会

増山敏夫会員

スタートの登戸集合は7名、ゴールの大師駅には、倉賀野武士・山田正司・大澤亘・登坂征一郎・北村克彦各会員の皆さんと私の6名。世話役の鈴木達夫会員が体調不良で途中リタイア。予報が外れ、快晴、穏やかな一日だった。

20kmのコースは四分の三が多摩川の河川敷遊歩道、残りの四分の一が川崎市街の歩道、この残りの5kmは今年もきつかった。途中から同時スタートのグループでは私が殿(しんがり)。後続グループの若い女性二人ずれに抜かれた際、脚は私の方が長いのに何故? ピッチがまるで違うのである。同じピッチで歩くと効果観面(てきめん)、アッという間に追着く。しかし続かない。スピードは歩幅よりピッチ! これが老化というものだとガックリ!

休憩を入れて今年も昨年と同じ5時間、ゴール後、川崎大師参詣、名物久寿餅を買って帰る。係員を大勢配し、主

催していただいた多摩市の皆さんに感謝!

出発前の皆さんと共に



## 2. 多摩ニュータウン学会新年会でのかるた取り

山田正司会員

私達の多摩プロバスかるたが、今度は多摩ニュータウン学会でまちづくりの視点から取り上げられることになった。1月30日(土)恵泉女学園大学での学会新年会で、多摩プロバスかるたの作成経緯の紹介と実際にかるた取り会を行い、その活用方法などについての意見交換会が行われた。学会員は約10名、当方からは澤雄二地域奉仕委員長・北村克彦広報委員長・大澤亘会員と私の4名が参加した。

はじめに多摩プロバスクラブの紹介、多摩かるた作成の目的、経緯、普及活動とかるた内容の説明を行い、続いて学会員から他のかるた事例の紹介があって後、全員での郷土かるたのまちづくり効用についての活発な意見交換がなされた。最後に多摩かるたの拡大絵札の内容説明をして、実際に学会員全員で絵かるた取り(頭文字なし)遊びを初体験した。この絵札取りは、読み札と絵札の内容を共に理解していないと難しい遊びのはずであったが、さすがに学会員諸兄は素早い反応を示しかつ大いに楽しく盛り上がる事ができた。郷土かるたのまちづくりとしての新たな効用展開に大いなる啓示を得ることができたと考えられる。

なお新年会後の多摩センター駅近くの和食スナックでの懇親会にも全員が参加して、更なる楽しい交流を深めることができた。



絵かるた取りに興じる皆さん

## 3. 「多摩男声合唱団」のヴィータ・マンズリーコンサートに出演

多摩男メンバー中村昭夫会員

関戸公民館が主催するマンズリーコンサートは、実行委員会により指名された音楽団体が出演する月一回のコンサートである。1月度には多摩男声合唱団が選ばれ、女声合唱団コール・メルツェルとのコラボレーションで、1月22日(金)ヴィータ・ホールにて演奏会を行った。両団体はそれぞれ各2ステージを担当、第1ステージの多摩男は佐藤真作品「旅・蔵王」と第4ステージ「世界の音楽から」の2ステージを行い、コール・メルツェルは第2ステージでNHK連続テレビの花子とアン主題歌「にじいろ」、その他女声合唱曲4曲、第3ステージ「日本のポピュラーソング6曲」を演奏した。

多摩男の第1ステージは男声合唱の力強さとハーモニーを聴かせ、第4ステージは皆さんよくご存知のアメリ

カの楽しさをお聴きいただいた。コール・メルツェルは第2ステージで女声ハーモニーの素晴らしい音を聴かせ、第3ステージではメンバーによるダンスやパフォーマンスを交えての演奏に聴衆の皆さんをのせて楽しませた演奏でした。ご来場の皆さんからは、男声合唱、女声合唱の魅力をも十分に堪能できたとの絶賛をいただくことができた。



多摩男声合唱団が力強く、素晴らしいハーモニーで演奏

## 4. 歌で若返ろう「楽しい健康づくり」

小西加葉子会員

第2回多摩市民企画講座「歌の会」は、1月19日(火)、関戸公民館大ホールで開催され、講師の滝本春夫氏の軽妙な話を交えた指導の下、53名が参加した。

今回の企画は、楽しく歌うことで脳の活性化と若返りが可能であり、歌が好きでカラオケに通ったり、合唱団に入って歌ったりする人、また歌が下手だが歌ってみたい、声に自信がなくて歌う機会がない人など、それぞれの思いで参加した人達が一つになっての2時間を過ごした。今回の内容は

### 1. 歌で記憶力と反射神経を高めるためのレッスン

#### (1) 昭和初期の童謡「蛙の夜まわり」を

- ・歌詞を見ないで歌えるようにする。
- ・歌詞に合わせて動作をしながら歌う。

#### (2) 懐かしい小学校の唱歌「雪」「茶摘み」「かたつむり」を2番まで歌詞を見ないで歌う。

#### (3) 島崎藤村の詩集から構成された「惜別の歌」の詞を味わって曲想を感じながら歌う。

### 2. 唱歌、童謡の前奏を聴き、その雰囲気をつまみ、曲名を当てる。前奏に耳を澄ませて曲名を考え、音程やリズムを合わせて歌う。

### 3. 「宗谷岬」「花は咲く」「みどりのそよ風」「アロハオエ」「憧れのハワイ航路」それぞれの歌が作られた経緯を聞き、想いをこめて歌う。

最後に「君に会えてよかった」を歌って散会した。



今回は、会友の永島仁さんもご夫人同伴で参加されていた。

レッスンを楽しく受講中の皆さん



## ベトナム見聞録＜1＞

稲田興会員

◆ベトナムにある世界遺産を訪ねたく、雨季が終わるのを待って4泊6日のツアーに参加。S字形の南北に長い国。

南部ホーチミンではベトナム戦争の跡を中心にクチの地下トンネル、サイゴン旧大統領官邸などを見学、中部では世界遺産の古都フエやホイアンそしてミーソン遺跡を、北部ハノイでも世界遺産のタンロン城やハーロン湾を観光。観光もさることながら、至る所で活力のある国民の息吹を強く感じさせられる旅でもあった。日本から約5時間、時差は2時間。

◆人口約9千万人。平均年齢28歳(日本45歳)。平均出生率2.7人(日本1.4人)、3〜4世代同居が普通。アパートは少なく、戸建てを好む。建物は煉瓦積みが多く、地震が無い、鉄筋など一切使われていない。

◆共産党の一党独裁国家で中国と同じ。滞在中に選挙があったが、投票率99%。但し共産党員だけ。南沙諸島問題で悩んでいる。中国の支配下にあった期間(安南と呼称)が約千年と長く、その影響が強く残っているが、現在は中国と犬猿の仲。ロシアとのつながりが強い。2年間の兵役あり。

◆この国の歴史は非常に複雑で、北と南では全く異なる。また、中国支配・フランスの植民地・アメリカ支配など他



国からの干渉を永い間受け続け、ホーチミンが1945年に南北統一の独立宣言をしてから30年間の内戦を経て、ベトナム戦争終結(1975年4月30日)からまだ40年と若い。

◆日本との関係や対日感情は非常に良好。ドイモイ政策のもと、アセアンに加盟し、WTOそしてTPPにも加盟。経済成長率は年5〜6%程度で推移。

◆ODA援助は20年連続で日本が最多、外国投資の3分の1を占めている。日本が援助したハイパルトンネルや橋、またミーソン遺跡から発掘された遺産の展示用博物館などは実際に見学し、ホーチミンやハノイの新国際空港は利用した。更に、現在工事中の地下鉄や都市鉄道など主に社会インフラに重点が置かれており、医療・教育面

にも貢献している。技能研修制度に沿って、日本語教育も盛んである。

最近、ホーチミンからミャンマーのヤンゴンまで4カ国を貫く南部経済回廊が900kmに亘って開通し、シンガポールを経由せずにインド洋に抜けられる大動脈が完成した。

◆見た光景で面白かったのは、火力発電所が二基並んでいる内の一つが中国製で、煙突からモクモクと煙を出している一方、隣接する日本製はまるっきり煙が無く、好対照をなしていた。(次号に続く)

## ◇◇◇ ハッピーバースデー ◇◇◇

1月誕生日を迎えられました！ 2月誕生日を迎えられました！



稲田興 堀内陽二各会員



山田正司 古澤靖雄各会員

## ◇◇◇ 編集後記 ◇◇◇

余寒厳しい中、蟄虫の這い出る如く、活発な寄稿に感謝します。ラジオ体操、400もの筋肉がそれによって動かされることを初めて知った。継続は力なりを実感。

増山会員の卓話、継手と仕口の構造を図解とミニ実物で示された。「新しい試みは身内からの理念」を実践。百聞は一見に如かず、ご自宅の組手拝見させて頂ければ匠の技を垣間見ることができるかも知れない。

岡野会員の卓話、日本文化のルーツを探る950kmのタクラマカン砂漠西域南道の話と、画文集の思い出。スケッチ一枚一枚に深いポエムがあり、人懐っこく、心の豊かな民を感じた。後書きに「私設サポーター次男、後方支援家内…」とあり、家族との絆と愛が成功をもたらしたと謙虚に語り、その『生き様』に感動した。

今年は閏年。増えた一日をどう過ごされましたか？高浜虚子の句に「失せてゆく目刺しのにがみ酒ふくむ」とあり、目刺しが春の季語なるを知った。

春炬燵で青い背を数尾皿に、硬めの歯ごたえで一人酒。風邪引かぬよう、花粉症にもご用心を。

二月尽 (広報委員 阪東熙子会員)

### 東京多摩プロバソング

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  
集う我等プロバソング  
プロバス プロバス 多摩プロバソング  
電峰富士を仰ぎつつ 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  
集う我等プロバソング  
プロバス プロバス 多摩プロバソング