



東京八王子プロバスクラブ

創立 1995 年 10 月 18 日

プロバスだより

第289号

2019年12月12日発行

編集・発行：情報委員会

2019～20年度 テーマ

素敵に輝いて 素敵なクラブライフを！

第 289 回 例会

日 時：令和元年 11 月 14 日(木) 8:00～8:30

場 所：車中例会 (野外研修)

出席者：27 名 出席率 45.8 %

(会員総数 61 名 休会 2 名 欠席 32 名)

1. 開 会

齊藤例会委員長

11 月例会は野外研修のため、車中での第 289 回例会の開催を告げ、配布資料を確認した。

2. 会 長 挨拶

飯 田 会 長

皆さんお早うございます。今朝は昨夜来の大雨も上がり、快晴に恵まれました事を大変うれしく思います。



本日の参加者は 61 名中 27 名、50%以下と少ない会員数ですが少数精鋭の例会となります。一日楽しく、有意義に過ごしたいと思えます。

先月の例会以降大きな出来事といえば台風 15 号、19 号、その後の豪雨と会員みな様におかれましてはご親戚など含め被害はなかったでしょうか。私の千葉に住む友人も被害を受けました。被災された方々に衷心よりお見舞い申し上げます。

去る 10 月 22 日には大きなお祝い事がありましたね。天皇の即位を国内外に示された「即位の礼」です。今も御代替わりの行事が続いていますが、令和の時代が平和で穏やかな日々が過ごせますように願わずにはられません。

本日はよろしく願い致します。

3. 幹 事 報 告

一 瀬 幹 事

本日の野外研修、残念ながら出席率が 50%を切っています。出席者が半数以下という事態を踏まえて、現在研修委員会では野外研修のあり方について検討しています。理事会としてもこの検討結果をベースに、今期中に一定の結論を出したいと考えています。本件については来月の例会で改めて報告をいたします。報告事項が 4 点あります。

- ① 大変喜ばしいことではありますが、今後米寿・卒寿を迎える長寿会員が輩出する状況にありまして、当クラブとしてそれへの対応を早急にする必要があるという事態になりました。会則では慶事は理事会決議事項となっていますので、先日の理事会に於いて米寿会員に 5,000 円相当のギフト券を、長寿会員に 3,000 円相当のギフト券を贈呈し、祝意を示すことにいたしました。財源はハッピーコイン勘定を活用し、本年度から適用することとします。
- ② 全日本プロバス協議会から運営資金に充てるため賛助金(一口 1 万円)の要請がまいっていましたが、前期理事会に引き続いて当クラブとしてはペンディングの対応をとっておりました。2022 年の総会を八王子で行うことと決定したこと、および最近の全日本の活動が前向きにアクティブになったこと等に鑑みクラブとして 1 万円(予算手当て済み)。会長以下幹部 5 名でとりあえず 5 万円という対応を取りました。その他有志の方がおりましたらお願いいたします。
- ③ 台風 19 号をはじめ全国各地で甚大な自然災害が発生しており、それへの義援金について理事会で検討いたしました。範囲があまりにも広くフォーカスが難しいため見送ることといたしました。
- ④ 八王子ボランティアネットワークという団体が創立 20 周年の記念講演会を催します。(12 月 8 日 13:30～エルシィにて) この団体には、来年度の当

クラブの25周年記念事業への協力願う関係から会員の皆様にも参加して頂きたくパンフレットを用意いたしました。参加できる方はご連絡ください。

4. 各委員会活動報告

(1) 例会委員会

齊藤委員長

本日の出席状況は出席27名、出席率は45%です。なお、11月生まれの方々へのバースデーカードの贈呈は12月例会に行います。

(2) 情報委員会

河合委員長

① プロバスだより第288号をお届けしました。11月号は八木啓充委員の編集により、8ページ建てとなりました。寄稿等ご協力ありがとうございました。
② 10月のホームページへのアクセス回数は288件でした。提供する情報の充実を今後とも図ってゆきたいと思えます。

(3) 会員委員会

寺田委員長

① 新規会員の勧誘への取り組みについては、10月に行われた「高齢者生き生き展」を見学しました。八王子市の高齢者生き生き課が担当しており、ボランティア関係の6団体がパネル展示等を行っていました。相談コーナーも2団体が設けていましたが、内容的にプロバスの会員を勧誘するような事業ではなく、見学するだけに終わりました。

今後は、来年3月に実施される「お父さんお帰りなさい」イベントに参加して検討してみます。

② 例会への無断欠席者5人から会費を徴収しました。今後とも事前の連絡を徹底して、食べ物が無駄や会費の負担が生じないように、ご協力をお願いします。

(4) 研修委員会

山口委員長

早朝からのご参加ありがとうございます。お手元に本日の行程表、パンフレットなどをお配りしました。行程の詳細については、後程根本副委員長から説明いたします。

① 本日の参加者は最終的には50%以下ということになり、移動例会の在り方についても今後検討する必要があるのではないかと考えています。

② 12月例会の卓話は在住外国人のジュリアン・シュミット氏(北野在住)にお願いしました。

日本での生活で困ったこと、文化の違いで戸惑ったこと等についてお話を頂く予定です。

(5) 地域奉仕委員会

武田委員長

11月21日に委員会を開催し、第24回生涯学習サロンの実施計画をまとめ、12月の臨時総会で関連予算を承認してもらう予定であります。

これからは、案内状の発送、八王子市への事業の後援申請等、委員会一丸となって取り組んでいきます。

(6) 交流担当

田中副会長

近隣クラブと全日本プロバスの動向です。

- ・多摩プロバスクラブ 12月4日 忘年会
- ・日野プロバスクラブ 1月16日 新年会
- ・全日本プロバスクラブの事務局でホームページの立ち上げに取り組んでいる。八王子のクラブとしては、立ち上がり次第リンクをして、情報交換の機会を増やしたいと考えている。

(7) 「宇宙の学校」

下山PJリーダー

- ・10月2日 工科大 4回目を開催
教育センター 3回目を開催
- ・11月10日 八王子学園 閉校式
17日 教育センター 閉校式

以上をもって、本年度の全教程を終了する。

(事業報告は4ページに掲載)

5. 同好会活動報告

写真同好会

矢島会員

11月21日(木)に秋の撮影会を鎌倉で実施します。
(当日の作品を5ページに掲載)

6. 閉会

田中副会長

以上で移動例会を終わります。今日は好天に恵まれました。皆さん楽しい一日を過ごしましょう。

野外研修報告

山口研修委員長

～素晴らしい天候に恵まれて～

野外研修前日の13日は大雨、また当日14日も夜来の冷たい雨が降り続き何となく重い雰囲気。暗い研修会になるのかなと思っていたら、集合時間に続々と集まる晴れ男、晴れ女の神通力をもってか、見る見るうちに天候が急回復、願ってもない好天の一日となりました。

予定時刻より早めに出発したバスは東名高速道を南下、目的地の沼津を目指しました。途中渋滞も全

くなくスムーズに沼津御用邸記念公園に到着。

下車早々、西付属御殿の正面玄関前で記念の集合



写真を撮影し、邸内をゆっくりと見学しました。明治の雰囲気を残す平屋建ての日本建築は、意外と質素な造りという印象でした。景色が歪む窓ガラス、フィラメントの電球などや室内の調度には、長い時の流れが感じられました。

沼津御用邸は明治・大正・昭和の三代、77年間にわたり天皇皇后両陛下や皇族の方々の静養や遊行に活用されてきましたが、昭和44年に御用邸は廃止され、現在は「沼津御用邸記念公園」として一般に公開されています。

次に訪れた沼津港大型展望水門「びゅうお」は、津波から沼津港や町並みを守るために作られた超大



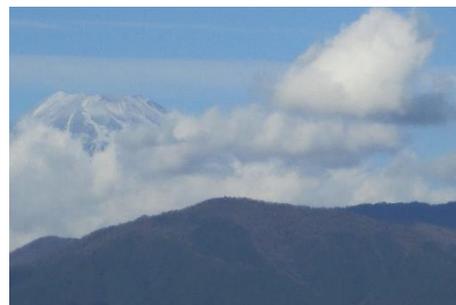
型の水門です。水門の高さは30m、幅は40mで、水門の扉は406トンの重量があるとのこと。

ちなみに「びゅうお」は「View」（景観）と「魚」（うお）を組み合わせた造語で、実に巧みなネーミングと言えます。



この大門は地上30mの展望回廊で360度の景観を楽

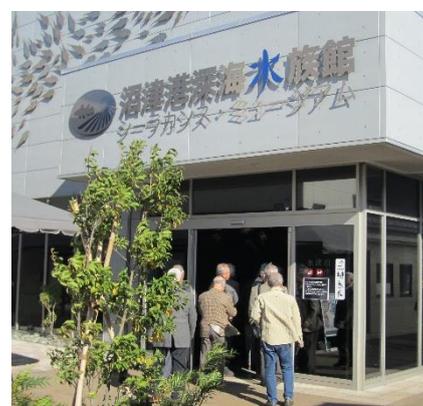
しむことが出来、富士山をはじめ箱根連山の遠望、駿河湾を一望できる絶景スポットともなってい



ます。私達が訪れたこの日は、折からの強風に助けられ、雲の合間から富士山が顔をのぞかせ、皆大騒ぎでカメラやスマホのシャッターをきっていました。

昼食は近くの「さかなや千本一」で刺身定食を満喫。午後のメインは「沼津港深海水族館」シーラカンス・ミュージアムの見学会でした。

水族館としては小規模なものです。館名の通り駿河湾に因んだ「深海」に焦点を絞った生態系が分かり易く展示されていて、初めて目にする深海の世界は興味を惹かれるものばかりでした。



中でも、この水族館が「シーラカンス・ミュージアム」と呼ばれるように、3億5千万年前の姿をそのままに生き延びてきた「生きた化石」と呼ばれるシーラカンスの実物標本が展示されており、国内ではここでしか見られない貴重な体験をすることが出来ました。



一つ残念だったのは、水族館の冷凍施設の不具合とかで、シーラカンスの「冷凍保存の実物標本」の展示が無かったことです。いずれにしても、普段では見ることのできない深海の世界を覗けるこの水族館の見学は、貴重な体験でした。その後は自由時間で、ゆっくり、のんびりの一時を過ごすことができ

ました。今回の参加者は27名に留まりました。風邪や体調不良で当日の不参加者が増え、ちょっと淋しい課題を残した野外研修でした。

第10回「宇宙の学校」終了報告 下山 邦夫

「宇宙の学校」は11月17日の教育センター会場をもって、今年度のスクーリングはすべて終了しました。「宇宙の学校」は参加者が集まって取り組むスクーリングと、家庭でも年間通して楽しんで頂ける家庭学習とで構成されており、家庭学習用のテキストを差し上げております。集まって行うスクーリングがなくても、家庭で楽しみつつ学習できる計画になっています。



(万華鏡づくりに挑戦)

面白い実験や工作を親子で協力して実施していただくことを期待しています。もっと面白いことを



(家庭学習の発表)

やりたい、と一層の好奇心を沸かせ、親子の協働の体験を深めていただけたら望ましいと思いながら閉校をするのが毎年の感慨です。今年度から八王子学園を会場に使わせて頂き、募集人員が大きく増えたため、抽選なしで受け入れることができました。大きな前進でした。

プロバスクラブの皆様が応援して下さいのも大変心強いことです。

詳細はレポートに譲るとして、今年度の終了報告とします。(終了証を杉山会長から)



第40回八王子いちよう祭り 岡本 宝蔵

いちよう祭りは昭和54年に第1回がスタートしてから、今年で第40回の節目の年を迎え、11月16日～17日の両日好天に恵まれ盛大に開催されました。大きな事故もなく、観客の皆さんに楽しんでいただき、無事成功裡に終わることが出来ました。

来場者数は16日の土曜日が19万2千人、17日の日曜日が30万5千人に上りました。これもひとえに関係者の皆様のご支援、ご尽力の賜と感謝申し上げます。



(大賑わいの会場と本部案内所)

プロバスクラブの会員の皆様には、D会場本部(陵南公園分園)のイベント会場において、来場者の受付や案内、資料の配布等に、また、通行手形の販売についてもご協力を頂き、特に移動例会時には野口会員に販売の労をとっていただきました。



さらに飯田会長、田中副会長を初め会員の皆様にご来場頂きまして誠にありがとうございました。

D本部会場でお手伝い頂いた会員は、16日は野口・寺田・武田・杉田・河合の各会員。17日は内山・馬場・武田・一瀬・山口・浅川の各会員でした。

(D会場責任者 岡本宝蔵)

囲碁同好会秋季大会報告

7人のプロバス棋士が相集い、陣馬山麓の陣屋温泉で囲碁同好会恒例の秋季大会を開きました。総当り6戦で4勝2敗だったのが、吉田、橋本両会員。両者の直接対決では橋本会員が勝っていたので、橋本の優勝となりました。



大野聖二元会長が寄贈して下さった優勝カップには各大会の優勝者の名前を書いたリボンが付いています。それを見ると平成18年5月から連続と28回続いており、優勝者は14名おりました。最多は吉田、橋本会員の各4回で、亡くなった渋谷文雄、大野聖二会員の名前もありました。

一同真剣かつ和気あいあいの囲碁三昧、定番の猪鍋などをつつきながらほどほどにアルコールを楽しみ、さらに食後も一戦を重ねました。健康を保ち、来年も揃って囲碁三昧の大会が開けるようにと祈念しております。[K.H.]

鎌倉で撮影会 写真同好会・矢島 一雄

11月21日(木)に行われた鎌倉の撮影会は、季節外れの気候の為か、期待した紅葉の風景は皆無に近く、被写体を探しての鎌倉巡りでした。

一枚目の写真は瑞泉寺境内のもので、ようやく黄



葉らしき一樹を見つけて撮影したもの。

2枚目は寒椿、3枚目は石菖の花と何とも残念な古

都の一日でした。



ゴルフ同好会・3地区コンペ結果 持田 律三
第14回多摩3地区プロバスクラブ合同コンペが11月15日(金)にGMG八王子ゴルフ場で開催されました。

今回は八王子が幹事役で、多摩・日野・八王子の3地区のメンバー21名が秋晴れの下で親睦ゴルフを楽しみました。八王子プロバスからは矢島一雄会員の4位が最上位でした。

次回は来年の5月に開催予定です。



寄稿

「椅子がこわい」か？ 田中 信昭

もう20年近く前のことです。未だ現役でバリバリと(?)仕事をしていた頃です。或る日のゴルフ場でのこと、カップに入ったボールを拾い上げようと手を伸ばしたとたん、腰にギクリと痛みが走った。

あっと思ったときは既に遅く、それから随分永く腰痛と付き合わないといけないことになってしまった。その時はたいしたことは無いと高を括っていた所、ベッドで寝返りを打つことさえ難儀な程の厄介なことになってしまった。

きっと経験された方も多いと思いますが、日常生活も中々ままならない事態になり、勿論直ぐに医者にも診てもらい、それなりの治療も続けたのですが、中々スカッと良くはならない。近所に鍼、灸、マッサージの診療所があるので、随分通いました。治療費は高く健保は効かない。行った後は気持ちいいが直ぐ又元の木阿弥。何とか小康状態を得て会社勤めは続けられたのですが。

そんなことが半年ぐらい続いたでしょうか、ふと本屋で「椅子がこわい、私の腰痛放浪記」という夏樹静子の著書が目につきました。ペラペラめくると、まあ何とも面白い！3年間に亘る自らの腰痛の治療体験を綴ったもの。

有名人のこと故、そうと知った全国の人達から腰痛とその治療に関するあらゆる情報が寄せられて、ご本人も次々と試してみるが、どれをやっても一向に良くならない、実に3年間も苦しんだんだそう。とうとう最後にかかった心療内科の先生から「夏樹静子をおやめなさい！」とアドバイスを受ける。即ち作家活動をやめろということ。「何たること！」と思いつつも意を決して云うことを聞くことにしたら、何と永年苦しんだ腰痛がケロリと治ったというお話です。

「自分が心身症に罹っていたということが、いまだに信じられないような気がする時がある」「この経験から何を学んだかと問われれば、私は二つのことを頭に浮かべる。いわゆる心身相関、心と身体がいかに密接に関わっているか。いまひとつは人間の中には自分の知らない自分が潜んでいて、その自分（潜在意識）が、人間全体を支配するという事があるということ」心療内科の広まるきっかけとなった由。

私はというとりタイアしてから凡そ15年、お陰様で今のところ腰痛は消えています。



私の一句〈十一月の句会から〉

河合 和郎

この稿が印刷される頃は師走も早や半ば。光陰矢の如しを改めて実感する季節。そんな時間の中で、生きた小さな証の一つが俳句づくり。今月も皆さんの生き生きとした証の一句を。

同期会老い夫々の秋の色

馬場 征彦

人生には人夫々の老いがある。同期会では特にそのことを痛感する。誰もが幸せな色であって欲しい。

湯上りに虫の音聞きつ一人酒

野口 浩平

人生の楽しみ方の一つ。風呂から上がって、虫の音を聞きながらの一杯。ところで作者は下戸だとか。

信玄のかくし湯に入る秋の旅

東山 榮

信玄が傷を癒したり静養を取ったりした秘湯は幾つもあったとのこと。作者もその一つでのんびり。

静寂打つ湯滝の音や秋の湖

矢島 一雄

日光の湯ノ湖の景とか。静かな湖畔に滝の音だけが響いている。「静寂打つ」の措辞が決め手の一句。

秋出水心の堰も流されて

池田ときえ

今年は自然災害が日本列島を繰り返して襲った。重なる被災で「心の堰」までもが流されてしまった。

野分跡嘆く老婆の顔に泥

田中 信昭

幾つもの野分で被災地は惨憺たる有様。被災された老婆の嘆きを詠んで「泥の顔」の視点が秀逸。

高尾秋駅のホームに湯の香り

下山 邦夫

高尾山口駅に降り立った作者。ホームに流れる温泉の湯の香にふと気が付いた。「湯」の兼題句。

朝焼けの北岳赤し甲斐の秋

飯田富美子

ふる里の山の情景が詠めた。作者は山梨の観光大使として「我がふるさと」の人と自然を多く詠む。

友見舞ふ誰も無口に時雨坂

河合 和郎

深刻な友人の病状。元気に振る舞ってくれる姿が痛々しい。誰にでもある辛くて切ない経験。

編集後記：フレイルという言葉がある。「高齢者になって心身の活力が落ちた状態」を指す。いわば「健康」と「要介護」の中間の状態とか。

健康維持の原点は食事と運動と交流にある。プロバス活動はこの原点の「人との交流」をカバーしてくれる。さあ、今月も元気に例会・行事に参加しよう。 情報 河合和郎