

《平成19年》

プロバス生涯学習サロン

第11回

学習サロンのテーマ

学 ば う 豊かな社会経験
語 る う それぞれのライフワークと趣味を
広げよう 知り合いと知識を



<http://www.tokyo-hachioji-probusclub.jp/>

主催 東京ハ王子プロバスクラブ
後援 ハ王子市
ハ王子市教育委員会
東京ハ王子南ロータリークラブ

—————目 次—————

第 11 回生涯学習サロンを終わって	(1)
サロンカリキュラムと日程	(2)
開講式	(3)
特別講話「おいしい水・安全な水」	(4)
茶の湯の道具～取り合わせの楽しみ	(6)
井戸端会議「みんなで語ろう『北条氏照』」	(7)
平成養生訓－健康長寿を目指して	(9)
「少子・高齢化」社会に生きがいを求めて	(1 1)
家業と事業継承.....	(1 3)
ゲーム感覚で記憶力を高めよう.....	(1 5)
懐かしの映画とその音楽.....	(1 7)
農作物の起源～稲作を中心にして.....	(1 8)
手軽に絵手紙を描く.....	(2 0)
身近になった犯罪被害～あなたは大丈夫？.....	(2 1)
あなたはどっち？ 邪馬台国の女王「ヒミコ」の墓探し.....	(2 3)
野外で楽しむデジカメ講座～その 2	(2 5)
世界遺産（黄龍・九賽溝）と幻の青い芥子を尋ねて	(2 6)
八王子千人同心組頭「塩野適斎」の事蹟について.....	(2 8)
美しい日本の私～川端康成.....	(3 0)
映像で見る日本映画主題歌の今昔.....	(3 2)
野外サロン「彩の国ツアー」	(3 4)
閉講式.....	(3 6)
特別講話「シルクロード全走破バイク旅行記」	(3 7)
閉講のことば・さよならパーティ.....	(3 9)
第 11 回生涯学習サロン参加者数.....	(4 0)
野外サロン「彩の国ツアー」（記念写真）	(4 1)



「第 11 回生涯学習サロンを終わって」

東京八王子プロバスケットボールクラブ

会長 濱野 幸雄

2 月 22 日から始った第 11 回生涯学習サロンが沢山の方々のご参加を得て、成功裏のうちに終了することが出来ました。

私達の主催します生涯学習サロンが 11 回も続いていることは、ご参加して下さる皆様方の暖かいご支援の賜物と深く感謝申しあげます。

今回は「サロンの進化」をテーマとして取り組んで参りました。「進化」とは、時代のニーズに対応して参加して下さいた方々に、ご満足して頂く内容の講座や接遇であるとの思いから、常にサムシングニュー（something new）に心がけて参りました。

一つの例として、話題をしぼった井戸端会議、ゲーム感覚で記憶力を高めよう、野外で楽しむデジカメ講座、幻の芥子の花を尋ねてや、野外サロンでは埼玉（サキタ）古墳群への訪問、閉講式での特別講話「シルクロード全走破バイク旅行記」など、話し手の熱意と体験を通して、新しい発見と感動を覚えることが出来たのではないかと思います。

閉講式の後の番外編さよならパーティ「みんなで歌おう、わが青春の歌声喫茶」にも大勢のご参加を得て盛り上がり、ひとときの青春を楽しんで頂けたことと存じます。

この度お送りしますこの冊子は聴講出来なかった講座の内容について、少しでもご理解頂けたらとの気持ちから、情報委員会の努力で纏めました。参考になれば幸いです。

皆様のご健勝とご多幸を祈ってお礼のご挨拶を申し上げますとともに、また、次回お会い出来ることを楽しみにお待ちしております。

第 11 回生涯学習サロンカリキュラムと日程

会場 八王子エルシィ

開講式 2月22日(木) 13:30～16:30	13:30～14:00 開講式 14:00～14:30 コーヒータイム、話し手紹介 14:30～16:30 特別講話 「おいしい水・安全な水」 講師 農学博士 小島貞男氏	
サロン	テーマ	話をする人
3月08日(木) (第1週) 14:00～16:10	A. 茶の湯の道具～取り合わせの楽しみ B. 井戸端会議「みんなで語ろう『北条氏照』」 C. 平成養生訓－健康長寿を目指して D. 「少子・高齢化」社会に生きがいを求めて	野口正久 近藤泰雲 阿部治子 宮崎浩平 石田雅巳 佐々木研吾
3月22日(木) (第2週) 14:00～16:10	A. 家業と事業継承 B. ゲーム感覚で記憶力を高めよう C. 懐かしの映画とその音楽 D. 農作物の起源～稲作を中心にして	小林時雄 大野聖二 立川富美代 橋本鋼二
4月12日(木) (第3週) 14:00～16:10	A. 手軽に絵手紙を描く B. 身近になった犯罪被害～あなたは大丈夫？ C. あなたはどっち？～邪馬台国の女王「ヒミコ」の墓探し D. 野外で楽しむデジカメ講座～その2	池田ときえ 杉山友一 澤渡進 吉田宗昭
4月26日(木) (第4週) 14:00～16:10	A. 世界遺産(黄龍・九寨溝)と幻の青い芥子を尋ねて B. 八王子千人同心組頭「塩野適斎」の事跡について C. 美しい日本の私～川端康成 D. 映像で見る日本映画主題歌の今昔	八木啓充 野口正久 近藤泰雲 平原俊彦
野外サロン 5月10日(木)	「彩の国ツアー」 県立さきたま史跡博物館・埼玉古墳群見学と長瀬観光(有隣倶楽部で昼食)	
閉講式 5月24日(木) 14:30～19:00	14:30～15:00 閉講式 15:00～17:00 特別講話 「シルクロード全走破バイク旅行記」 話し手 長谷川貴訓会員 17:00～19:00 さよならパーティ 「みんなで歌おう、わが青春の歌声喫茶」(希望者実費負担)	

「開講式」

日時：平成 19 年 2 月 22 日 13：30 ～ 16：30

会場：八王子エルシィ

出席者：サロン会員 51 名 プロバス会員 56 名

来賓：八王子市教育委員会

生涯学習スポーツ部長 菊谷文男氏

NPO 法人八王子市民活動協議会

理事長 石井利一氏

東京八王子南ロータリークラブ

会長代理 大野聖二氏



濱野会長

菊谷文男氏

石井利一氏

開講式は、地域奉仕委員会矢崎安弘委員長の司会で定刻に開催。

はじめに、濱野幸雄会長より、第 11 回生涯学習サロンの開講式を迎えられたことの御礼と、今回も登録して戴いた一般会員の方々は 83 名となり、その中でも今年初めてご参加される方が 30 名近くおられ、サロンへの感心が一層高まっている事をうれしく思います。このサロン開催が、良い人間関係を育み、よい学びの場になることを願っているとの挨拶があった。

次にご来賓紹介とご来賓の祝辞を頂いた。

ご来賓祝辞 八王子市教育委員会生涯学習スポーツ部長 菊谷文男様

要旨：当プロバスクラブは日本でも 1、2 を争うクラブで、多数の会員が日夜活動をされており、これまで 10 回の生涯学習サロンを実施し、192 講座、参加人員は延 3400 人を越えているということで、これは会員の皆様の高い学習意欲の賜物と思います。

いま八王子市では団塊の世代が多数退職する 2007 年問題に、行政としても対応していかななくてはならないと、市民活動推進部に於いては、団塊の世代を対象に地域参加支援デスクを設置して、全庁的な相談窓口として、市民の皆様を支援していかなければならないと考えています。

当クラブの学習サロンのテーマに、「・学ぼう 豊かな社会経験を ・語ろう それぞれのライフワークと趣味を ・広げよう 知り合いと知識を」とありますが、情報化の進んだ今日では、学ぼうと思えばテレビやパソコン等で幾らでも可能であります。しかし当クラブのフェイスマツファーフェイスの活動は、インターネットでは測り知れない、人と人とのつながりを通じて、深く交流し、知識を得るということであると考えます。当クラブの活躍は、八王子市としまでも大いに期待しているところであります。



ご来賓祝辞 NPO 法人八王子市民活動協議会 理事長 石井利一様

要旨：当協議会は、八王子に於ける市民活動の活性化を目標としており、その有力メンバーとして当プロバスクラブに参加して頂いている。具体的活動としては、現在、団塊の世代を対象に「お父さんお帰りなさいパーティ」を八王子市と共催で行っている。停年を迎えて、まだ元気で専門知識、ノウハウを持つ優秀な方々に、市に・地元に戻ってもらい、多方面で活躍してもらおう趣旨であること。また、その活動に於いて当プロバスクラブの知識とノウハウをお借りし、お互いに協力しあっていきたいとのご祝辞があった。

終わりに八王子市長の黒須隆一様から祝電をいただき、式場に披露された。以上で開講式終了。

コーヒブレイクの後、地域奉仕委員会、山崎修司副委員長の司会で、話し手の紹介と挨拶があり、その後、本日の特別講話「おいしい水・安全な水」を農学博士 小島貞男氏にお願いした。

【特別講話】 「おいしい水・安全な水」 —水道水はこう飲めば安心—



講師：農学博士 小島 貞男
司会： 阿部 和也

講師紹介：1916年埼玉県熊谷市生まれ、1944年東京師範学校（現筑波大）博物学科卒、同校講師、国立公衆院を経て東京都水道局、長沢浄水場長、玉川管理事務所長、この間北海道大学講師、1970年（株）日水コン専務取締役中央研究所長、東京工業大学、熊本大学の講師

：著書 おいし水の探求（NHK出版）、水道水はおいしく飲む（講談社）など多数。：NHKのある人生、ためして合点など水の博士として出演。：2007年第9回「日本水大賞」特別賞受賞。

1. 水道水はおいしいか

かつて日本の水は全部がおいしかったので、日本人にはかえって水のおいしさがわからなかった。比較するまずい水がなかったからです。その頃、外国の船員が来て「日本の水は世界一おいしい」といってほめました、私達は「ただの水じゃ何がおいしいのだろう」と頭をひねったものです。

やがて日本にも、まずい水が現れると「ああ以前の水はおいしかった」となり「あんな水が飲みたいなあ」という願望が生まれるようになりました。そのまずい水を日本で最初に造ったのが、はずかしながらこの私なのです。

私だって何も好んでまずい水を造った訳ではありません。当時私は日本で一番早く最もひどく汚染された、多摩川の水を浄化して都民に給水する玉川浄水場の責任者でした。水道水は安全第一と考えていた私は、沢山の薬品を入れて浄化しました。他の浄水の20倍も薬を使いました。

「これで大丈夫」と思って給水したところ、こんどは「まずい、まずい」と連日の苦情です。「こんな薬臭い水は飲めない」「昔のような水を造れ」と叱られっ放しです。

そこで初めて「水道水は安全だけではダメだ、安全のうえに、おいしくなければならない」と悟ったわけです。

このように水源河川が汚れると、水道水はまずくなりますが、その理由は主に汚水中のアンモニアと消毒用の塩素とが結合して、いわゆるカルキ臭を発するからです。

一方湖沼が汚れると、らん藻類が増殖し、いわゆるカビ臭を発するようになります。これらの物質は急速濾過法では除去できないので、川が汚れても湖が汚れても水道水はまずくなってしまうのです。

第二の原因に浄水方法が戦後変ったことが挙げられます。戦前の緩速濾過法ならアンモニアもカビ臭も除去できるので、今ほどまずくはならなかったと思われます。もっとも、この変更は戦後、給水量の急増に対応するためにおこなわれたので、止むを得なかったのです。

水道水がまずくなった第三の原因はビル、マンションの中で水質悪化が起こるためです。水質悪化は屋上タンクも関係がありますが、一番の原因はビル内の給水管です。

2. 水道水は危ないか

講演会や新聞雑誌の取材では、きまって「水道水は安全ですか」という質問を受けます。確かに書店には「水道水は危ない」とか「水道水は飲むな」といった類の本が並んでいます。

また新聞や雑誌を見ても「危ない」「こわい」といった記事ばかりです。これでは誰もが不安がるのがあたりまえです。この種の質問に対しては、いつも「それは所と時によって違います。一般論では云えません」と答えています。

例えば日本海側の多くの都市のように遥か上流の川を水源としている水道で、取水点の上には集

落は勿論、耕地もゴルフ場もないといった場合は 100%安全です。昔の水と同じです。

しかし太平洋側の大都市の水源河川には、大てい生活排水や工場排水が入っています。農地やゴルフ場の排水も入ります。

このような水は戦後急増した浄水処理方法（急速濾過法）では残念ながら浄化し切れないのです。そのうえ、下水が混入した水に消毒用の塩素を加えると、発ガン性があると云われているトリハロメタンができるのです。

一方農地やゴルフ場からは農薬が入る可能性もありますが、これらの物質に対しても急速濾過法では 100%除けるとは云えないのです。

ただし、このように汚染された太平洋側の水源河川でも時によって極めてきれいになる時があります。それは豊水期、とくに洪水の後です。この時は渇水の時に比べて流量が数 10 倍～数 100 倍も増えますので、汚染物質の濃度が 1 桁も 2 桁も小さくなります。つまりこの時期は希釈による浄化が働くので下流都市の水道水も安全になります。

3. 水道水はどう飲んだらよいか

先に述べたように水道水は時に 100%安全でなかったり、まずかったりすることはお分かりになったと思います。しかし、その危険度は一部の人がさわぐほど大きいものではありません。最悪の水道水を生涯（70 年）飲みつづけて 10 万人に 1 人がガンになるかもしれないといった程度のものです。10 万人に 1 人という一生の間に海水浴に一回行くのと同じ危険度です。毎夏海水浴では 10 万人に 1 人の割合で事故死しているのですから。

また飛行機に 1 回乗ると、やはり 10 万人に 2 人か 3 人亡くなる勘定です。交通事故で亡くなる人は実に 10 万人に 700 人以上、つまり危険度はトリハロメタンの 700 倍以上です。

水道の立場からは言い難いことですが、現在世の中に 100%安全というものはありません。空気だって都会では発ガン物質を含んでいて 100%安全ではありません。食物だって 100%安全とは云えないでしょう。そういう意味でいえば、水道水も 100%安全とは云えないという意味です。吾々はいつも、そうした危険を犯して生活しているのです。余り神経を病むと、そのためにかえって病気になってしまう恐れがあります。

勿論、浄水場で高度処理を施せば安全性も味の問題もほぼ解決できますが、水道全部に適用するには余りにも金と時間がかかるので今すぐと云う訳にも行きません。そこで水道水が気になる人は取り敢えず次のようにしたら如何でしょうか。

・朝一番の水は飲まないこと

朝一番の水は健康によいといって飲む人がいますが、それは危険です。すぐやめてください。

朝一番の水は水質が一番悪いのです。水道水が一晩、パイプ内に貯まっている間に給水管の材質の重金属が溶け出すからです。

・汲み置き水の五分間沸とう法

水質が良いのは夜の水です。これを汲み置いて、朝、沸とうしたら、蓋を取って弱火で 3 分間程度沸とうをつづけて下さい。臭気もトリハロメタンも揮散しますから、その水でお茶を入れたら一味違いますし、冷やして飲んでもおいしい水です。

・カビ臭い水には活性炭が有効

カビ臭い水には汲み置くやかんの中に一握りの粒状活性炭をガーゼに包んで下げておくか、面倒臭い人は活性炭入りの浄水器を使うとよいでしょう。

・白い水、赤い水には中空糸膜付浄水器を

白い水は亜鉛、赤い水は鉄さびが原因ですが、いずれも中空糸膜で濾せば除去できます。

・トリハロメタンや農薬が心配なら活性炭浄水器でゆっくり濾す

みなさんが一番心配されているこれらの物質も活性炭でゆっくり濾せば除去できます。

以上のように水道局では高度処理という自衛手段を取り、それまでの間、心配な家庭は浄水器という自衛手段を用いるのが当面の対策だと考えられます。

（わかり易い言葉で映像を加え講演され、受講者に感銘を与えた。）

（記録 阿部和也）

「茶の湯の道具～取り合わせの楽しみ」

指導及び話をする人：阿部 治子

話をする人：野口 正久：近藤 泰雲

司 会：北川 博孝

阿部治子；宗偏流教授、梶井華道会名誉師範、小原流教授、遠州流茶花、読売文化センター講師。

野口正久；地方史研究家、八王子千人同心旧交會会長、元八王子市郷土資料館運営協議會会長、

同文化財審議委員、八王子市立中学校長會会長

近藤泰雲；東京都立高等学校事務長、全国公立学校事務長會の調査、研究、総務の各長を歴任。退職後
仏門に入り郷里の増泉寺住職。茶道に造詣深い。

お茶同好會は、宗偏流教授である阿部治子會員の指導のもと、楽しみながら美味しい抹茶とお菓子をいただき、季節ごとの花の名前を覚え、床の掛物を学び、茶碗、茶杓等、道具の由来等を聞き、日本文化の粋を満喫している。

また、5月と12月には、茶會の後、お酒と手料理をいただき、和やかな反省會をしている會である。

今回は二回目の生涯学習サロンへの登場であり、「茶の湯の道具～取り合わせの楽しみ」のテーマで、阿部會員苦心の道具の組合せで茶會が行われた。野点立礼席で阿部和也、中野義光會員による、男のお点前にて椅子席で行われた。

前回と同じく34名のお客様は、2班に分かれ各々30分でお点前を頂いた。正客、次客は、半東である池田會員がお点前を取次ぎ、他の客には阿部社中の弟子の付き添いで男性會員が運びお客様をもてなした。

後半1時間は、全員で、野口會員による、短冊の「弄花香滿衣」を漢詩に基づき説明を、近藤會員による茶碗、茶杓等の説明、阿部會員による「茶道具の組み合わせ」の説明が行われた。特に辻清明造の信楽焼き茶碗は、昨年の茶會で茶碗の説明をした故岩岡會員の形見の茶碗である事が披露された。

本日のお茶會は、和やかな雰囲気の中、お客様の好評を得て終了した。

会記 東京プロバスクラブ茶の會 平成19年3月8日

床 弄花香滿衣 黄檗五八代管長
奥田行郎筆

花入	竹		茶碗	信楽焼	辻清明造
花	時のもの		替	竹	六代浅見五郎助造
風炉	四方形	藤田宗勝	茶杓	好日	鵬雲大宗匠
風炉先	四君子	光年造	蓋置	染付	浅見五祥造
水壺	赤絵	南禅寺管長 宗徹箱	建水	黄瀬戸	
	銘 夢の如し	森岡嘉祥造	御茶	又玄	小山園詰
薄茶盛	群雀	輪島塗	御菓子	桜、わらび	柏屋
		一后一兆造	器	葉盆	

(記録 山崎修司)



井戸端会議「みんなで語ろ『北条氏照』」



話をする人：宮崎浩平

司 会 者：石井 實

話をする人：元日立キャピタル役員待遇・生粋の八王子っ子・八王子古文書の会メンバー、数回八王子をテーマとしたお話を頂いている。本年度当プロバスクラブ副会長

司会：生涯学習サロンは、井戸端会議のように、堅苦しくなく毎回楽しく時が過ぎればいいかと常日頃考えていました。また話し手の一方通行でなく特に今回のように一般会員も多い中では最後の質疑の時間を沢山とり和気あいあいとした会にしたいと念願しております。また皆さん共々研鑽を積む場としてご協力の程宜しくお願い申し上げます。

話し手：今日は北条氏照の歴史的側面からお話させていただきます。なぜ氏照を取り上げたかと申しますと、やはり私自身氏照に興味をもっていたという事と、戦前では北条氏照といっても歴史本にも載ってないし、歴史愛好家や郷土史料館などより話題として出てきたのはまだ大変新しいのです。市内には北条の出城が沢山あり、私どもは小学生の頃滝山城や八王子城は遠足で行ったことがあり非常に親しい訳であります。

八王子も戦後の40年頃から教育委員会が中心になって、城蹟の発掘が行われるようになりました。八王子城は発掘がなされるまでは、単なる山であり、今の御主殿とか橋などは想像から出発し、あのような形をなしたと考えられます。八王子城の城主であった氏照は小田原の北条（後北条）に属し執権北条とは関係がありません。創始者の北条早雲（伊勢新九郎）という人は大変なやり手で、静岡今川家の城主の後見役をやったり、今川の支城を預かり、そこから小田原を攻めて手に入れるなど積極果敢・権謀術数に長けていたようです。

小田原北条家は初代早雲、二代氏綱、三代氏康、四代氏政、五代氏直で、氏照は四代氏政の弟です。氏照の兄弟に鉢形城の氏邦、菰山城の氏規、上杉謙信に養子として入った景虎がおります。戦国時代の関東、甲信越地方は、有力大名が割拠し互いに覇を争っていました。甲斐の武田、駿河の今川、越後の上杉、相模の北条がそれです。有名な戦いでは、上杉と武田の川中島の合戦、北条と武田の三増峠の合戦、八王子滝山城に於ける北条、武田の激戦等々があります。さて、氏照を整理し纏めると以下ようになります。

1. 幼名は菊丸といわれ天文後期に滝山城主だった大石道俊（武蔵の守護大名）のもとに養子に入った。（大石家は木曾義仲の子孫といわれ柚木の永林寺に道俊の墓が大石定久という名で残っている。）
2. 大石道俊の娘が「ひさ」といい、大変な美人で、笛の名手であった。氏照の妻といわれる。
3. 氏照の居城であった、滝山城は武田信玄の猛攻により、二の丸、三の丸が落ち、落城寸前まで行きますが、氏照はよく粘ってこれを防ぎます。このことがあってまた弓矢と槍の戦いから鉄砲の時代に突入した事もあり、いまして堅固な城をと八王子城築城が計画され実行されます。
4. 武田軍が、織田・徳川連合軍により、長篠で敗北すると氏照は、北関東（茨城・栃木）に勢力を伸ばし、古河公方への支援を強めます。
5. 秀吉は、信長が本能寺の変で倒れると、中国大返しにより明智光秀を破り、九州、四国、関東、奥羽をほぼ平定し、刀狩、検地といった戦後処理による統一日本を目指していたが、秀吉嫌いの北条は、京都への挨拶を怠り、完全に孤立状態になっていた。
6. 天正18年6月23日老人・女・子供・高尾山や成田山の坊さんが守る八王子城（青年武将は、氏照とともに小田原にいくため後事を横地監物等に任せる）を北陸勢の前田・上杉軍の猛攻をうけ朝方から始まっ

た戦は午後4時頃終結する。戦は凄惨を極めご主殿の滝から流れ出る川は血で真っ赤に染まったという。

7. 秀吉からの上京を促す声を無視した氏照・氏政ですが、丁度信州上田で北条と豊臣がぶつかる事件が起こります。秀吉はこの事件を口実に小田原攻めを実行に移します。20万という大軍とともに物見遊山に出かけるような風情で、京都より茶や俳句を嗜む文化人を呼び寄せ、戦を楽しむかのようなようでした。八王子城落城の1週間後といわれております。

8. このような凄惨な、八王子城の戦により八王子城周辺では、怨霊怪異伝説、氏照伝説がいまなお語り継がれている。

「質疑応答」

Q、浄福寺城は滝山城が出来たので廃城になったのですか。

A、廃城になったのは、高月城で滝山城の西側にありました。浄福寺城は残るんです。

Q、八王子城を落とすのになぜあれほど時間がかかったんですか。

A、前田、上杉軍が、八王子城に向かう途中小田野城とか浄福寺城の猛烈な抵抗にあって、落城に時間が掛かったのではないかと八王子史誌編纂の、前川みのるさんという方が書いております。

Q、八王子城は、深い沢があったので深沢山と云ったそうですが。

A、あの城は広い平地がなく大勢の人を常駐させる事は出来ません。

Q、史料によると八王子城の戦死者は1,300人位いたとありますが、その葬った墓は、宗即寺（ランドセル地蔵のあるところ）に首塚として残っていますか。

A、合戦のあったところには百人塚、千人塚、として残っていますが、八王子にはそれがないんです。泉町と叶谷の境あたりに、宗即寺がありますが、昔は河川敷で、八王子城落城の際逃げのびてきた人や死体を運んできたんでしょうね。

Q、八王子城は、攻めるに難しいと前田利家が手紙に書いているんですね。それを拠り所に名城といわれているんじゃないですか。

A、三島方面に向かう途中、山中城というのがあり、間宮某という北条の家臣が差配した城で防備のしっかりした様は、八王子城に似ているといわれます。

Q、私は武田勢に散々攻められて落ちなかった滝山城を補強すれば良かったと思うのです。この時に滝山城から八王子城に移っていく合理性を、どなたか解説してほしいですね。

A、滝山城の地形から見ると、弓矢でやっと届く距離が鉄砲ですと指呼の距離にあり、射程圏内なんですね。戦いのやり方が劇的に変わったんですね。千人同心も槍奉行であの時代の戦いにはそぐわない、といわれております。

※ 談論風発、話し手と質問者の間で、紙面に載せられない貴重で興味尽きないお話が盛りだくさんであったことお伝えします。
(記録 土井俊雄)

「平成養生訓－健康長寿を目指して」



話をする人：石田雅巳

司 会 者：廣瀬智子

話をする人：都立府中病院産婦人科医長、新宿赤十字病院第一産科部長、八王子保健所長を歴任。介護老人保健施設ハートランド施設長、日本性科学会セクシュアリティ研究会で活躍。

モットー ・無理をせず・ありのままに・いつも暖かい心を持って

今日、日本の高齢者（65 歳以上）の人口は20%を超えて、超高齢化社会になっている。従ってどの家庭でもお年寄りの問題を抱えている。子供は成長独立して、夫婦二人だけの生活になっている。これから先の長い時間を、男として、女として良い関係を保ちながら、一生をきちっと濃密なものにして過ごしていくことを考えていかななくてはならなくなった。

今からおおよそ400年前に生きた、貝原益軒はこの問題を取り上げ、大衆健康書である「養生訓」を書いた。今回はこれを取り上げ、現代医学の面から平成養生訓として話を進めたい。

益軒は言う。「自分の身体を大切にすることは、自分の体に尊厳を持つ意識であり、尊厳を大事にすればこそ、体は自分一人のものだと思って、無茶をする生活もなくなる。勝手な振る舞いから、慎みを忘れ、飲食、色欲を恣にするれば、やがては元気を損ない、病気になり天寿を縮めて命を粗末にする結果になると。さらに、摂生の七養を語る。」（工藤美代子訳『自由訳・養生訓』洋泉社2006年）

- ①言葉を少なくして体内の気を養う。 ②色欲を戒め精気を養う。
③栄養過多や塩分の多いものを控える。 ④唾液（パロチン＝唾液腺ホルモン）を飲み込んで内臓を養う。
⑤怒りすぎを抑え肝気を養う。 ⑥飲食を節制して胃気を養う。
⑦心配ごと（ストレス）を減らして心気を養う。」（前掲『自由訳・養生訓』）

いま、メタボリックシンドロームの予防に、生活習慣の見直しに注意が向けられているが、益軒先生はすでに江戸時代にこれを指摘していた。

◎平成養生訓

1. 食物の消化吸収と排泄

口から食物が入ると胃は3～6時間かけて消化する。炭水化物は3時間で消化するが、脂肪分は倍の6時間かかる。従って胃がもたれる時は油物は控えなさいというのは正しい。小腸では4～5時間かけて栄養分を吸収する。残りの物が大腸に行って水分が吸収され9～16時間後に便として排泄される。

なるべく便通の具合を良くする事は、1日を快適に過ごす秘訣である。これを我慢していると、大腸で水分がさらに吸収され、便が硬くなりイボジなど他の障害を起こすことになる。また逆に、年を取ると中には便がゆるくなり不意に漏れてしまうことがある。これは肛門の括約筋が緩んでしまった結果で、ご注意ということで、朝必ずトイレに行くことが必要である。

更に女性に便秘の多い訳を解説。妊娠中は便秘・貧血・腰痛に悩まされるが、特に黄体ホルモンが腸の蠕動を妨げるので、生理的にも便秘になりやすい。

従って、毎朝必ずトイレに行って、所定の姿勢で便座に座ることが大切である。便意がなくてもこの姿勢をとることが大切で、これを繰り返していれば、脳からの指令が出て、正常に戻る。

便の色は体調を告げているので、観察が必要である。・白・緑・黒・赤・茶など、それぞれの理由が解説され注意を喚起した。

2. 排尿の仕組みと尿失禁防止

尿は一日1.5ℓほど出る。①尿が膀胱に溜まると膀胱壁を圧迫②内圧が上がり、脊髄に刺激が伝わる。排尿反射が起こり、③膀胱が収縮する。刺激は脳にも伝達され、④トイレに行きたい、⑤トイレに行くまで我慢する。

尿が漏れる原因 a)①②が働かないと、尿が溜まっても判らない。b)③で脳に伝達されないと、我慢できない。c)④⑤の脳からの指令が伝わらず、尿道括約筋が収縮しない。d)尿道括約筋の収縮が弱いと、我慢しても漏れる。

尿失禁が防止の筋力向上のトレーニング

筋トレ1. 骨盤底筋を鍛える：肛門と尿道を締めたり緩めたりする運動。お腹の力を抜き、リラックスした状態で、骨盤底筋の場所をイメージしながら行う。

3・骨粗鬆症や寝たきり防止

女性は50歳前後から急激に骨のカルシウムが不足し骨粗鬆症になり易い。骨折し易くなり、動けなくなったりすると筋肉を衰えさせてしまう。筋肉の3分の2は下半身にあるので、下肢の筋トレが必要。同時にカルシウムやビタミンDの多い食事が必要になる。・乳製品・小魚・大豆・鮭・鯖・生椎茸など。

筋トレ2. 腹部や下肢の筋力を強くする：腹部や下肢の筋力を強める運動によって、歩行しやすくなり、全身の身体機能が高まる。腰やひざの痛みを感じない範囲で無理なく行う。

4・「メタボリックシンドローム」 内臓脂肪が原因で起こる個々の症状が重なった状態をこう呼ぶ。

高血圧、糖尿病、高脂血症など一つひとつの症状は軽くとも、多く重なるほど動脈硬化の進展が促進され、危険性が高くなる。お腹のあたりの内臓のまわりに脂肪がつき上半身のボリュームが増してきたら注意が必要でこれが内臓脂肪型の肥満である。

1) 肥満を伴う高血圧の成因

①食塩の摂取と蓄積：食べ過ぎると食塩も取り過ぎる。食塩は1日7g以下、多いと血液が濃くなり、水分が吸収され、血圧が上昇する。

②インスリン抵抗性：肥満ではインスリンの効きが鈍くなりナトリウムの吸収が促されて血圧が上がる。

③交感神経の活性化：交感神経は、心臓の働きを活発にしたり、血管を収縮させる。肥満ではこの交感神経が刺激されて血圧が上昇する。(心臓肥大になる)

2) 生活習慣の改善：対策は①食生活の改善、②適度な運動、③動脈硬化予防に禁煙、異常が続く場合は薬による治療。

3) 食事療法：量を守る 1日に摂取する総カロリー、身長に合った標準体重 $\times 25 \sim 30\text{kcal}$

1日の活動量に見合った、自分の適正なエネルギーを知り、それを超えない摂取量にすることが大切。

：質を守る 塩分と栄養のバランス 食塩は健康人1日10g以下、高血圧の人7g以下ほか(資料参照)

4) 理想体重の求め方：BMI(肥満係数)が18.5～25であれば正常で、理想的なBMIは22とされ、最も成人病が少ないことが判っている。理想体重 $\text{kg} = (\text{身長m})^2 \times 22$

5) 高脂血症になると動脈硬化になる：①善玉コレステロール(HDL)は余分なコレステロールを肝臓に運び込み処理する。②悪玉コレステロール(LDL)はコレステロールを血管に運び込む。するとマクロファージ(大食細胞)が酸化LDLを食べ、泡沫細胞となり血管壁に積もり動脈硬化の原因になる。

6) 食事内容：①動物性脂肪の取りすぎは動脈硬化を促進させる。②コレステロールを減らす不飽和脂肪酸を多く含む、まぐろ、さば、いわしなど青い魚を取るようにする。

7) 高脂血症は様々なタイプがある：年齢が高い人、高血圧、糖尿病、喫煙習慣、冠動脈疾患(心筋梗塞や狭心症)既往などの危険因子を複数もっている人は、動脈硬化が早く進む危険性がある。危険因子と管理目標値のチェックをする。危険因子を複数もっている人は医師への早めの相談をする。

5. 長寿のための養生

貝原益軒先生の狙いは、生活の中での、ちょっとした注意と、これを守る努力があれば、病なく快く長寿が楽しめることを教えてくれる。

適度な運動をして、適切な食事を楽しみ、ぬるめの入浴、自分に最適な睡眠をとり、ストレスを生きがいにして、肩肘はらずに、ゆったりと、ありのままに、モノセックスではなく、男として、女として生きる。(私の言葉ではありませんが) 心はいつも「カキクケコ」、カ=感動、キ=興味、ク=工夫、ケ=健康、コ=恋(憧れ・ときめき) (記録 荒 正勝)

参考文献 (工藤美代子訳 『自由訳・養生訓』洋泉社 2006年)



『少子・高齢化』社会に生きがいを求めて」

話をする人：佐々木研吾

司会者：多村 繁樹

話をする人：秋田市出身。元日本銀行職員。本店のほか、秋田、札幌、小樽、金沢、盛岡に勤務、主として企画・調査部門や内部管理関係に従事。趣味は地図を携えて山野や街を歩き回る自称「地理研究」。

1. わが国人口の現状と将来

2005年10月1日の国勢調査によるわが国総人口は、127,767,994人（男62,348千人、女65,419千人）を記録した。これは、世界第10位の水準であり、わが国は、世界総人口64.6億人の2.0%を占める人口大国である。しかし、年々低下してきた合計特殊出生率（1人の女性が生涯に産む子供数の平均）が、05年には1.26にまで低下し、総人口は、1年前の推計人口（127,790千人）に比し、22千人減と、戦後初の減少となった。

終戦時の1945年には、植民地を失った狭く資源も乏しい国土に、72百万人の人口を抱え、人口過剰が懸念されたが、戦後の急速な復興、これに続く驚異的な高度経済成長に支えられて、人口は120百万人を超えるまでに膨張した。しかし、近年は、高齢化の進展の一方、出生数の減少が著しく、将来の人口減少、人口構成の変化（生産年齢人口の減少、高齢人口の増加）に如何に対処すべきかが問われるにいたっている。

国立社会保障・人口問題研究所の推計（出生率中位設定のケース）によると、総人口は、05年の127.7百万人から55年には89.9百万人にまで減少し、この間、15～64歳の生産年齢人口の割合が66.1→51.1%と低下する一方、65歳以上の老年人口の割合は20.2→40.5%とほぼ倍増すると見込まれている。

日本の将来推計人口

（単位 千人、括弧内 構成比 %）

年	総人口	0～14歳	15～64歳	65歳～
2005	127,768	17,585(13.8)	84,422(66.1)	25,761(20.2)
2030	115,224	11,150(9.7)	67,404(58.5)	36,670(31.8)
2055	89,930	7,516(8.4)	45,951(51.1)	36,463(40.5)

（注）06.12.20 国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（出生率中位設定）」による。

2. 少子・高齢化の急速な進展

（1）高齢化の進展とその要因

近年、わが国の高齢化の進展は、先進諸国の中でも群を抜いており、05年の平均寿命は、男78.56歳（世界第4位）、女85.52歳（同第1位）に達している。また、65歳以上の高齢者人口の割合（20.2%）は世界一の高率となり、一方15歳未満の年少者人口の割合（13.8%）は世界一の低率となっている。さらに、高齢化の速度が諸外国に比べて格段に速く、先行き75歳以上の後期高齢者の急増が見込まれている。こうした高齢化の進展の要因としては、次のような事情が指摘される。

①高度経済成長により、食糧事情や生活環境が著しく改善され、また医療も格段に進歩するなど、生活水準全般が大幅に向上した。

②わが国特有の人口構造として、二つの人口のピーク（注）の存在が指摘され、これら世代の高齢化の影響もあり、高齢者人口の増加は50年頃まで続く。

（注）第1次ベビーブーム……終戦直後の1947～49年出生者、「団塊の世代」

第2次ベビーブーム……団塊世代の子供、1971～74年出生者、「団塊ジュニア」

（第3次ベビーブームは起きなかった）

（2）少子化の実情とその要因

人口維持に必要な出生率（人口置換水準）は、2.07であるが、わが国の出生率は、1974年に2.05とこれを下回ってから回復することなく、05年には1.26にまで低下した（06年は、景気回復を反映して一時的にわずかに上昇する見込み）。この背景としては、晩婚化、晩産化、非婚化の傾向が拡大していることが指摘される。

—女性の平均初婚年齢 1947年 22.9歳⇒05年 28.0歳

—女性の平均初産年齢 1955年 25.1歳⇒03年 28.3歳

—夫婦完結出生児数（結婚持続期間15～19年の初婚夫婦平均）

1940年 4.27人⇒1972年 2.20人⇒05年 2.16人

—生涯未婚率（50歳まで1度も結婚しない人の割合）

1950年 男女とも1.0%⇒2000年 男12.6% 女5.9%

上記諸現象は、①女性の高学歴化・社会進出、②育児・教育負担の増加、③ライフスタイルの多様化、④受胎調節の普及 などによるものと考えられるが、より基本的には、20世紀後半、次のような価値観に大きな変換が生じたため、と指摘する向きもある。（河野稠果 麗澤大名誉教授）

①結婚・離婚、同棲、出産等性的行動に関して、伝統的な規範・道徳の拘束から脱して、個人の権利獲得と自己実現が強調されるようになった。その結果、女性の社会進出や育児以外の活動が広範化した。

②受胎調節の普及により、女性が望まない妊娠・出産から解放され、女性の社会進出や男女平等につながった。

③晩婚、非婚、同棲、婚外出産、離婚等に関して世間が寛容になった。

さらに、生物学的には、出生力の低下は、子供も大人も容易に死ななくなったことから起こるもので、人間の生存がある環境条件の中で飽和状態に達したとき、種としての成長が止まる（多産多死⇒少産少子）ことを意味する、との指摘（藤正 巖 政策研究大学院大学教授）もある。

3. 人口減少社会の未来像

こうした少子・高齢化の趨勢は、もはや不可逆的な時代の必然であり、先行き社会の各方面にわたって次のような変化が予測され、既に実現しつつあるものもある。

—経済…市場規模の縮小、技術開発・経済成長の鈍化⇒新たな需要の開拓、生産性の向上

—雇用…若年労働力の不足⇒女性・高齢者の雇用促進、フリーター・ニート等の活性化、外国人労働者の導入促進

—教育…青少年の減少⇒大学・短大の全入時代、競争激化、格差拡大

—社会保障…各種保険料の引き上げ、給付水準の引き下げ、諸制度の見直し

—地域社会…労働人口・高齢者人口の再配置、大都市・地方間の人口の再移動、集落の興廃、都市機能の郊外拡散の見直し

—財政…経済成長の鈍化⇒税収減⇒財政悪化、納税者の負担増

4. われわれの対応

こうした少子・高齢化の趨勢の中にあって、われわれ高齢層としては、自らは、できるかぎり社会の担い手として機能すべくあらゆる努力を続けるとともに、少ない子供の質を高めて社会の活力を維持できるよう、次の世代を支援していくことが求められよう。

—人口減少を前提とした社会の仕組みを整えるため、各種制度の抜本的な見直しが必要。例えば、65歳までフルタイムで働き能力を発揮できるように、また健康上の理由等で65歳まで働けない人には所得保障を担保するなど（清家 篤 慶大教授）。

—1人当たりの生産性を高め、女性の労働人口を増やし、高齢者の扶養負担を引き下げれば、人口減少によって豊かさが減退することはない（原田 泰 大和総研チーフエコノミスト）。

—現役世代はいわば社会の歯車。65歳で初めて好きなことができる。65歳で助走を始め、磨いた能力を75～80歳で開花させる「新老人」を目指すべきだ（日野原重明 聖路加病院理事長）。

—高齢者で、裕福な人はお金を、元気な人は労力を、技能のある人は技能を提供しよう。若い世代の重荷となるのではなく、ともに社会の担い手となろう（寺島 実郎 日本総研会長）。

（記録 佐々木研吾）

「家業と事業継承」



話をする人：小林 時雄
司 会 者：阿部 治子

話をする人：埼玉県出身、昭和 42 年小林装飾を創業。バブル後、同業 18 社にて共同法人“カーテンじゅうたん王国”を設立、全国チェーン店化。1990 年、同チェーン店代表取締役。郊外型インテリア専門店ディスカウンターを目指す。現在グループ店 76 店舗。

はじめに

私自身にとって大変なテーマを選んでしまったと感想から申し上げたいと思います。私自身小売業の出身ですので、私が半生に於ける経験と「失敗と反省」を基に「家業を守る」「事業を守る」そして一番大切な「事業継承」、この課題を皆様と一緒に考えて見たいと思います。

現 況

日本の中小企業沈没の危機！ 事業継承の危機！

バブルの崩壊、金融機関の破綻などから日本経済は大きく変化し、家、社会を中心とした価値観から、個人の価値観を大切にする時代へと変化してきた事により家族主義、年功序列、終身雇用制度の崩壊等、その変化にどう改革するか？

世襲というだけで「長男が家業を引き継ぐ」だけではダメ！

経営者、創業者が二代目に伝えるのは、経営哲学、経営理念、さらには信念、信用を正しく伝授させる事が不可欠であり、これこそ「守成」の大義である。

江戸時代から永く続いてきた老舗には経営理念と、思想をしっかりと伝える家訓、家憲があり、その精神が子孫を支え末永く繁栄させて来たのである。

事業継承は、正しく計画的に準備し、後継者に夢とロマンを与え、会社の経営を安定させ、万全であれば、誰が後継者になっても問題がないのではないのか。

時代がどんなに変化しても、小さくても強固な安泰感のある経営！会社（事業）をバトンタッチして行くではありませんか。

しかし世間一般の経営者は問題意識はあっても「守成」の大切さを放置して、後継者を厳しく育成する事を先送りしているトップが多い。

創業が成功し輝いている経営者ほどがんばりすぎて、後継者に心配で渡せないこと。帝王学が完成し実現してこそ、創業者の功績と精神がうけつがれ益々大きく成長継続される、この事を願うものである。

本 論

ご自身が創業者であれば、当然後継者は誰にするのか。成功して事業を大きく育ててきた人ほど、思いは複雑だと思います。まして大きい組織であれば、後継者の指名は熾烈で難しい大問題であります。

「家業」ならば「後継者が身内であって当然」と大体息子に決まってしまう。

しかし経営能力は別です。「事業を受け継ぐ」という事は将来に向かって「事業を継続させていく」という使命を決定し約束する事であります。

昔からの諺に「売り家と唐様で書く三代目」は仕方ありません。

現在日本の中で起こっている問題は「事業継承の断念！」「事業廃業」がいかに多いか。将に「中小企業の沈没の危機」「事業継承の危機」とも云える状況であります。

全国で年間 29 万社が廃業、このうち約 7 万社が後継者不在など、様々な継承の問題の結果廃業しています。（中小企業庁、中小企業白書 2006 年度版）大きな社会問題になっています。

身内への事業継承は 20 年前は 80%、現在は 40%に激減。我々はこの問題を真剣に受け止め考えていかなければならない。では、ここで問題点を絞ってみたいと思います。

問題 1. 何故ここまで身内から事業継承を拒否されるのか？

2. 間違っている後継者育成
3. 事業継承をする為の社内改革
4. 組織強化（事業上の抵抗勢力の排除）
5. 競争と実力主義の実現

問題 1 の論点

- ・今日、日本の企業社会はバブル崩壊以来、生活者の価値観が変わったことにより、流通及び経済が変わり、価格破壊・流通破壊・組織破壊が進行し、経営の価値観・従前の経営思想までも破壊してしまった。
- ・創業者が営々として築き上げた事業を大切に、末永く繁栄を引き継ぐのだという、経営のロマンと夢の提供。後継者育成のための、事前準備として、そして魅力作りに不足がなかったか？

問題 2 の論点

- ・商売の仕方を学んでいれば経営が出来ると、何が大切であるか、継承の為のテーマ作りと実践に於いて、後継者を自分自身の手足に使って、大切な経営の勉強をさせていない。今さえ良ければ好いという若者意識（短絡思考）、会社経営に大きな魅力を感じず、家業を、会社を継承する意志の希薄な若者を見誤ってはいないか。

問題 3 の論点

- ・継承者に現状経営のボロを話しにくい。例えば財務内容の立直しなど。
- ・事前準備としての経営改善、社内改革、計画的後継者教育、ノウハウ公開伝授。
- ・社内の意識改革、譲る側としていつ渡すと早期に表現し準備する意思決定、大体これが出来ていない。
- ・後継者に責任意識と自覚、そして一生懸命勉強の大切さを説得し「オヤジ」より大きくなれと愛情をもって教育する。

問題 4・5 の論点

- ・私の話し方で、継承を自分の年齢と引き際で考えている。過去に大切な友人で現役のままで、急逝されて何の準備もなく奥さんに泣かれた苦い経験がある。同族であればなおさらで、身内の覇権争いは特に問題である。先代の社員が継承者に抵抗するし、あらゆる意見にも反対する。経営はうまく行きません。
- ・事業継承は「計画と準備」「経営理念の確立と実行」「利益を追求する経営」後継者が喜び、感謝出来るバトンタッチが理想である。

結論

- ・創業者はいかに事業を切り開き軌道に乗せるか、「攻め」に必死であるが故に、「守成」を間違いなく完成して、次世代へ正しく継承を果たし、人生最大の「ラストラン」を完成したいものである。
- ・私は事業継承こそ、後継者に「明日と未来を託し」「男の引き際の決断」を示し、それが「男の花道」であり「男の美学」であると云いたい。

（記録 小林 時雄）

「ゲーム感覚で記憶力を高めよう」



話をする人：大野 聖二
トリム体操指導：宮城 安子
司 会 者：杉山 友一

話をする人：プロバスクラブ初代・10代会長、学園都市文化ふれあい財団理事、元八王子追分郵便局長、いちよう祭りや地域各種文化団体を創設

私が初めて記憶術を見て覚えたのは、昭和36年で、今から40数年昔の事です。当時新橋ペーカリーの児玉岩治さんから月1回ずつ奇術の指導を受けていました。ある日「手品ではないけれどこういうのがある」と実演していただいたのが、記憶術でした。仲間はあまり興味を示さなかったのですが、私は先生のおっしゃることで自分なりのキーを考え、翌月実演してみました。殆ど記憶できたので自信が出来ました。この頃渡辺綱剛さんが記憶術という本を出版し好評だったようで、テレビ局などでも記憶術をする人が何人か演技をしたのを覚えています。この頃は単なるゲームとしての感覚でしたが、最近は、高齢化社会が進み、記憶喪失したり、認知症の増加が社会問題になり、高齢者の脳や知力の低下を防ぐ研究が進められました。

特に大脳生理学では脳の構造から、精神心理学では脳の働かせ方などから、脳の活性化を促す様々な研究が進められました。

脳の働きのうち流動性知能については、年齢により少しずつ減退が認められましたが、結晶性知能については、年齢に関わりなく使うことによって成長することが確認され、いくつになっても脳を若返らせる事が出来ると言われています。結晶性知能とは、学習活動や、日常生活から学んで蓄えられた情報や語彙をさし、また問題解決に応用される技能や知識も含まれます。流動性知能は、即座の論理能力、つまりフレッシュな精神の機敏さのようなもので、精神分析や注意を払うスピードや記憶能力で、一般にIQで測定されるような生来の知能と言われる知能の働きといわれます。

最近、脳力をアップさせる記述が増えて方々の書店に蔭山方式とか、川島教授等による、様々な本が売られるようになり、脳の「フィットネス」による脳力向上法などが紹介されています。「読み、書き、計算」がテーマです。戦前は「読み、書き、ソロバン」でしたから、特に新しい説ではないのですが、大変なブームになっているようです。記憶力とは多少違った視点になりますが関係が多いのでご紹介いたしました。

◎記憶術とは

1. 記憶には様々な脳の要素を配合すると効果がある。

例えば、人の名前を覚えるのに、ストレートで覚えるのではなく、駄洒落を含めて覚える、「東山さんなら、東山の金サン」などと組み合わせればすぐ覚えられる。

2. 脳力を総合的に働かせることが重要である。

流動性知能については、年齢による影響が多少あるが、

結晶性知能については、使えば使うほど能力を増すことが出来る。

3. 脳力を上げるには日常の心がけが必要です。

- ・好奇心を持つ。
- ・多少のトレーニング

4. 記憶術の見本。

・話し手が記憶術を実演。1から20の数字枠に対応して、参加者が思い付いた名詞をばらばらに、適当な数字の枠に当てはめる。それを話し手が聞いていて、次々に記憶していき、最後に参加者が5は何ですかと質問すると、野球ですと答え。12はテレビ、19はホテルなどと回答する。結果は20問すべて正解であった。

5. 脳力の動員をはかる。

- ・扁桃体と海馬
- ・前頭前葉

6. 通販の電話番号の覚えさせ方

- ・語呂合わせる 「ナヤミムヨウ→7836400」など

- ・用途合わせて・連想させる「マルマルくろぐろ→009696」など

7. 記憶術の仕組み。キーの作り方

- ・4. で実演した記憶術の解説。①具体的には自宅の門を入るところから、目に付くドアとか下駄箱など順番に番号を付けて20まで数字と物を記憶する。或いは1は紙幣（お金が一番大切）、2は箸（2本で使うから）、4は自動車（4輪だから）などのキーを作っておく。②何か物を記憶するには、物とキーの数字から例えば「4に風」なら、車と風を結びつけて、「車に乗ると良い風が入ってくる」などと連想して記憶する。何度も練習するうちに上達して、20ぐらいの「もの」なら即座に記憶できるようになる。

8. 身体を動かそう。

- ・脳は血管が最も細かく配置されているので、各所に血液を潤滑に流れるような配置が必要で、そのための活動が必要です。トリム体操というのですが、ここでは宮城安子会員に指導していただき軽い運動をしてみましょう。

（サロンでお茶の後、参加者全員で3分間のトリム体操を実施。）

9. まずやってください。

- ・参加者に個人個人キーの作り方を指導。それを連想して記憶する具体的方法を確認する。

10. あなたの知能年齢は

- ・脳年齢チェックテストを参加者に実施。物を見て覚えるコツを解説。

11. 哲学する心を育てよう。

IQ（知能指数）のみでなくEQ（感性指数）の教育を。SQ（社会的知性）を高め、全体と個の関係を考えよう。賢い人のことを「さとい」と表現することがあります。人類の精神文明は悟る力によって生まれました。次に創造することから、今までになかった新しいことの、発明、発見が生まれ新しい文明が出現します。8世紀以降の科学文明はこの力で生じました。

理解力、判断力、察すること、思いやることなどは統治する人にとって必要条件であると思います。ところが、日本の学校教育は、覚えること、つまり記憶に重点を置きすぎているような気がします。記憶力が付きやすい年代が若い内であることから、学校教育が記憶優先になってしまうのでしょうか、高等学校以上になっても偏差値と称し、記憶優先の評価をしています。これが日本の大学生の学問に対する意欲を損なわせ、ひいては、人材が育てられない大きな原因ではないかと思うのです。知性をIQに頼り、これに基づく偏差値を重視し、偏差値さえ高ければ最高教育を受けられる人格無視の教育制度で、人材が育たないのは当然といえるでしょう。

「国家の品格」を書いた藤原正彦さんは、戦前の旧制高等学校や旧制中学の様な教育現場がなくなったことを憂えています。旧制高等学校では、もっと幅広く人間の生きざまを身をもって学ばせ、その成果で大学教育を受けさせたという、往年の日本にあって素晴らしいシステムだったと評価しています。

最近、ダニエル・ゴールマンはこのような心を大切にし、思いやる心を育てる知性を、EQとしてIQと平行して教育に取り入れるよう提唱しています。

簡単に自分の家族を殺傷してしまったり、いじめの多発する現象が目につくようになってきたのは、EQの教育が無視され、学校でも家庭でも欠如していたことに因るのでは無いでしょうか。

最近の政策を見ても格差の拡大は、政治担当者が経済成長のみを求めて、国民の心をだいにしないEQの欠如による、一種の弱い者への思いやりを欠く、政治・教育体制にあるのではないのでしょうか。弱い立場の市民の心が理解できる政治家を待望したいです。

EQを提唱したゴールマンは最近SQの必要性を唱え出しました。社会的知性（social intelligence）を意味する事でしょう。これからの人間にはIQだけでなく、EQに加えてSQを磨くことの必要性を訴えています。日本の現在の教育がIQのみに偏っている事に警鐘を鳴らしたい。

（記録 荒 正勝）

「懐かしの映画とその音楽」

話をする人：立川富美代

司 会：大高 秀夫

話をする人：服飾デザイン・縫製企画等の会社経営。青少年育成・社会教育団体指導など幅広く活動。最近では国際文化交流事業にも努力。現在、ガールスカウト八王子連合会会長、八王子フィルハーモニー合唱団団長、八王子フィルハーモニー管弦楽団顧問。



はじめに、この映画は1953年、つまり私たちが青春時代に、胸をときめかして見た映画で、今でもそのワンシーンや音楽が、青春の思い出として心のどこかに、残っていると思います。今日は、昔を振り返って、青春時代をなつかしく、思い出しながら、一緒にお楽しみ頂きたいと思います。

映画 「野ばら」

1957年 オーストリア作品

監督・脚本： マックス・ノイフェルト

出 演： ミハエル・アンデ エリノア・イェンセン
パウル・ヘルビガー ウィーン少年合唱団

ストーリー： 犬を抱いた孤児トーニは、母の故郷である異国の地で、美しい歌声と仲間に出会う。ウィーン少年合唱団の生活が現実さながらに描かれているから、貴重な記録映画と言える。美しい高原を走り、歌う。美しい風景だけでなく、アウガルデンの宮殿や東チロルの山荘といった合唱団の実際の本拠地も収められている。この美しい地にアベ・マリアの歌が響く時に物語は劇的な展開をする。

使用曲： 「歌声響けば」 ハインツ・ノイブラント作曲

映画の中で何度も歌われる曲で「音楽は人生を楽しくする」というテーマ、この映画のためにホルストの詞に曲を付けた。

： 「陽に輝く日」 ハインツ・ノイブラント作曲

「太陽は全てを幸福でみたす」と歌う。トーニとブリュメルが歌う。

： 「私のママはウィーン生まれ」 ルドビッヒ・グリーバー作曲

グリーバーはヨハン・シュトラウスの流れを汲むオペレッタ作曲家。

ウィーンの市歌のようなもの。

： 「子守唄」 モーツアルト作曲 マリアがトーニの枕もとで歌う。

： 「アベ・マリア」 シューベルト作曲 マリア・チエルニーが自然の中で歌う。

： 「野ばら」 ウエルナー作曲 合唱団の前でトーニが歌う。

ウエルナーがシューベルトと同じくゲーテの詩に作曲した。

1833年33才で没 旋律はオーストリア民謡

： 「きれいな兄ちゃん」 ヨセフ・トレクスラー作曲

いくら金を積んでも青春だけは買えないとの歌詞

： 「パスティアンとパスティアンヌ」 モーツアルト作曲

羊飼いの娘パスティアンヌと恋人と魔法使いの3人で愛と魔法を称えた紙芝居。モーツアルト12歳の時の作曲

： 「ヨハン大公のヨーデル」 民謡 チターの伴奏で歌う

： 「聖歌」 ヤコブス・カルロス作曲 教会での賛美歌

(記録 大高 秀夫)

「農作物の起源－稲作を中心にして」

話をする人：橋本 鋼二

司 会 者：東山 栄

話をする人：

農林水産省の研究機関で稲、大豆などの試験研究や研究管理に従事、平成6年北陸農業試験場長を最後に定年退職。
その後国際協力事業団（JICA）の技術協力プロジェクトのリーダーなどを務める。大豆の研究で農学博士。



農業の起源に始まり、農作物の起源とその改良された姿について多くのスライドを使いながら説明した。

稲についてはその起源、日本への伝播、水稻栽培のすばらしさなどについて話した。質疑はサロンらしく、農業全般についての話も出た。

農業の起源と農作物の誕生

採集・狩猟生活から定住化が進み、数千年の時間差で西南アジア、東南アジア、中国、中央・南アメリカ、アフリカ東北部などで、それぞれ独自に農業（植物の作物・栽培化と野生動物の家畜化）が行われるようになった。植物の作物・栽培化についてみれば、採集した植物の種子が居住地の近くに自然に落ちて芽を出したり、食べ残しの根や茎などからの再生がみられ、やがて長い時間の中で、計画的に種子をまく、あるいはイモや茎などを植えるようになった。このことによって、次第に食料に余剰が生じ、余剰労働力が農業以外の職業を産み、社会組織が発達し、農業を進めるための周辺環境の整備や農具作りが始まった。安定した農業を進めるには暦の発明も重要で、農業を基盤とする文明が誕生した。

エジプト・メソポタミアでは小麦、大麦、エンドウ、中国では稲、小麦、大麦、キビ、アワ、大豆、中米ではトウモロコシ、インゲンマメ、南米ではトウモロコシ、ジャガイモといった鍵となる作物が文明を支えた。

栽培植物の起源の中心地と代表的な作物名

- I. 中国： 稲、大豆、小豆、白菜、桃
- II. インド東部～東南アジア： サトイモ、キュウリ、ナス
- III. 中央アジア： ソラマメ、タマネギ、リンゴ、ブドウ
- IV. 西南アジア： 小麦、大麦、ニンジン
- V. 地中海地域： エンドウ、キャベツ、レタス、アスパラ
- VI. アフリカ中東部： オクラ、コーヒー
- VII. 中米： トウモロコシ、カボチャ、トウガラシ、インゲンマメ、カボチャ、サツマイモ
- VIII. 南米： ジャガイモ、タバコ、トマト、ラッカセイ

作物化されることによってどこが変わったか

人々は、多年にわたり無意識にまた意識的に好ましい特性を持った株を選択し、野生種に比べて大きな変化を遂げた。例を挙げると、①利用する部分の量が多く、質（味）の良いもの、②それぞれの栽培地の気候にあう（寒さや暑さ、あるいは乾燥などに耐えて収穫できるもの）、③収穫ロスが少ない（脱粒しにくくする）、などいろいろな点で改善されていった。

稲と稲作の起源

稲の栽培化された地域は、長江（揚子江）中下流域とみられ、古代水田跡や遺跡から出土した籾の年代測定などにより、7500年以上前から稲作が存在したとされる。この地域から南には、稲の先祖である野生稲の生育地が広がっている。この野生稲は多年生植物として水辺に生育する。春に発生するひこばえ（芽）を苗として、居住地近くに移植することもできたであろう。東南アジアにおける農業の芽生えとして野生のサトイモの仲間を株分けした姿と共通するものである。

日本への稲の渡来と稲作の起源

大別すると渡来ルートは① 中国から直接、②中国から朝鮮半島を経由、③東南アジアから島伝い、の三つがあった。渡来の年代も多年にわたっていると考えられる。3200年以上前から稲作が行われたと推定される遺跡も見つかってはいるが、現代に連なる水田稲作の発達はそのより遅れ縄文時代末期以降かと思われる。

水田稲作は畑作と異なる技術が必要

水田にするには、水深を一定にするために圃場を平らにし、水が溜まるように圃場を水漏れし難くし、周囲に畦を作る必要がある。また、灌漑の水が得られるように水路を設けるなど、畑作物栽培とは異なるいろいろな技術が複合されている。播種しても水位が高いと酸素不足で発芽出来ない、雑草対策が難しいといった問題がある。苗代を作って移植するか、直播するか、いずれにせよ管理技術を含め、水稻栽培の総合技術を持った人々が渡来したことにより、水田稲作が各地に広がるようになったのではなかろうか。BC4世紀、中国では「越」の敗亡から一部稲作民の渡来があったともいわれる。また、「百工を連れ、五穀を携え――」という徐福伝説の類型は日本にも残っている。日本の“イネ”と相似する呉語の古音、現在の江蘇省南部方言があることから関係を指摘する人もいる。

水田と畑の違いと水田稲作のすばらしさ

奈良時代の日本の稲作では肥沃な水田で播種量の25倍程度、中世ヨーロッパの小麦では4倍程度の収量との推定がある。水田稲作が農業の中核となった日本やアジア諸国では、より多くの人口が養えた。

水田は①土壌・環境保全が容易、②連作可能、無肥料でもかなりの生産性が保たれる（灌漑水から養分が運ばれる）のに対して、畑は①裸地にしておくと雨や風で浸食を受け、肥沃な土壌や養分が失われやすく、施肥しないと生産が落ちる、②同一作物を続けて栽培し難い。

「豊葦原瑞穂の国」とも言われたように、日本列島に住みついた人々が発展させた水田稲作は、国土にあった持続的に生産を維持できるすばらしい農業であることを指摘して話を終えたい。

（記録 橋本 鋼二）



「手軽に絵手紙を描く」

話をする人：池田ときえ
司 会 者：山崎 修司

話をする人：

絵手紙花の会講師、絵手紙歴 16 年、八王子を中心に教室活動を展開している。

講師あいさつ

手紙は実用です。その手紙にちょっと絵を添える、それだけで暖かい心づかいが相手に伝わります。季節の花、暮らしのひとこまを、見たまま感じたまま素直に描けばいいのです。今日は子供に返ったつもりで、ひと時をお楽しみ下さい。

用具

いつでもどこでも描ける道具ということで、耐水性ボールペン太字を使います。用紙は和紙はがき、彩色は顔彩です。お家ではふつうのはがきや絵の具で十分です。

画材

明るい春のイメージでいちごを描きます。他に民芸品、おもちゃも用意しました。

実践

大きさはほぼ実寸が描きやすいでしょう。ひとり 4～5 粒使ってください。ひとつ、ふたつ、みつつ、たくさんを数によって、いろんな構図ができます。顔を寄せ合って、ないしょ話していたり、あっちこっちへとんでいたり、おしくらまんじゅうしていたり。構図にあわせて言葉が生まれてきます。彩色は筆に濃いめの絵具をたっぷり含ませて、みずみずしく、おいしそうに心をかけます。みなさん、いちごをみつめて真剣です。組み合わせを変えながら熱心に描き始めました。

講評—みなさんの作品を並べて

はじめは、小さかったいちごの粒も、2 枚、3 枚と描くうちに、だんだん大きく一杯になりました。濃い赤、淡い赤、どちらも、いちごの感じが出ています。絵手紙は線が命ですから線を消してしまわないように彩色して下さい。ボールペンは使いなれているので、つい走り描きしてしまいましたが、それではいい線になりません。ゆっくり、丁寧に描くとしっかりした線になります。みなさんおいしそうな、いちごを沢山描いて下さいました。赤は元気の出る色です。お祝いや、お見舞いにぜひ活用してください。

ティタイム

ご用の済んだいちごを洗って各テーブルに。コーヒーとケーキのあとで、みんなで頂きました。「甘いねえ。先に一つ食べていればもっとおいしそうに描けたのに」の声、次回はそうしましょう。

最後に

前回出席して下さったリピーターが 4 名いらっしゃいました。呑み込みも早く、何枚も描き上げています。積み重ねの力を感じました。いただいた感想をいくつかご披露します。「楽しい一日ありがとうございました。遠くに住む姉妹に送ってみます。」「はじめての参加で不安でしたが、なんとか描けました。お中元、お歳暮のお礼に実践してみます。」後日、3 名の方からお礼の絵手紙をいただきました。もちろんすぐにお返事を書いて送りました。」

(記録 池田ときえ)



「身近になった犯罪被害 ～あなたは大丈夫？」



話をする人：杉山友一

司 会 者：鶴田金通

話をする人：

1966 年山栄興産(株)設立・会長、空調エンジニアリング会社を 40 年経営。1971 年ロータリークラブに入会し職業奉仕、社会奉仕、国際奉仕活動を学ぶ。

・八王子防犯協会会長・(財)日本刑事政策研究会会員・日本犯罪社会学会会員

毎日の新聞、ラジオ、テレビなどのマスコミを通じて流される犯罪関連のニュースを見ていると、つくづく最近の日本の社会は、どこか狂ってきてしまっているのではないかと感じてしまう状況です。恐らく皆さまも同様かと思われますが、確かに、国のレベルの公式表現としても、最近「犯罪多発社会の現状に鑑み」というような表現がなされるようになってきましたし、いつの世論調査でも 8 割方の人々が「治安の回復と安定」を最重要の課題としてあげているという状況であります。

そこで、日本の社会の少し過去を振り返ってみたいのですが、日本は昭和 20 年にアメリカに負けて終戦となり、政治、経済全ての点でどん底に突き落とされます。敗戦後で皆が心底貧乏で苦しんでいた時代ですが、昭和 20 年代の刑法犯の犯罪件数は 150 万件前後です。

それが経済社会の発展と共に、犯罪は一貫して増え続けて、平成 14 年にはなんと戦後最高の 370 万件となり、戦後 60 年で 2.5 倍ということになりました。みなさんが望んで創り上げて来たこの豊かな社会は、犯罪の高度成長をも果たしてしまった、と言える訳であります。

そこで今後もこのまま犯罪が増え続けるのだろうかということが心配になるのですが、この点についてもこの講座の進むなかで、皆さまとご一緒に考えていければと思っています。

1. <犯罪と社会の関わりの全体像をみる>

●「犯罪ってなんだろう」

犯罪とは、「刑罰の対象になるものが犯罪」という罪刑法定主義の骨格をおさらいし、犯罪と法律との関係は、新しい犯罪⇒法の不整備⇒取り締まるための新法の制定、という時代の進展に伴う繰り返し作業になっている点を、近年の自動車事故に起因する致死傷罪に関する立法の変遷など、幾つかの具体的な事例をみながら確認することから始まった。

●「日本の犯罪現象」

平成 18 年度版犯罪白書から、刑法犯の主要罪名別の、認知件数、発生率、検挙率などを概観した。身近な犯罪では、窃盗 172 万 (55%)、交通関係業過 85 万、器物損壊 20 万と続くのだが、犯人検挙率で見ると刑法犯全体では 48.2%であるのに対して、件数第一位の窃盗では 24.9%でしかない。又住居侵入 3 万 5 千件は、家の中に人が居ても犯罪の被害に遭うことを示している。器物損壊の増加傾向は、時代を反映した短絡的な犯行の増加傾向を物語っている。自分の身は自分で守る覚悟が要請されている所以だ。

2. <気になる課題、問題提起>

●「少年非行をおさらいする」

小冊子『少年非行の傾向』(平成 17 年版)(警視庁生活安全部少年育成課)を配布し、本書内の非行少年等の種別に従い各種データーを参照しながら今日的な課題を整理した。

「非行少年等の種類」◎非行少年……①犯罪少年、②触法少年、③虞犯少年

◎不良行為少年

「少年非行の傾向」◎不良行為少年の増加、女子非行の割合が増加傾向、

◎窃盗犯・知能犯少年の増加、街頭犯罪の 3 割以上が少年、高水準にある少年ひたくり。

※：問題意識を高めて欲しいこと＝少子化現象により毎年少年人口が減少しているのに

「虞犯少年」、「不良行為少年」が高止まりしていることが問題なのである。

少年院新入院者数は年間 5 千人強に上り、この内男子少年の 2 割、女子少年の 1 割がそれぞれ再入院であることに留意しなければならない。

●「高齢者犯罪の増加傾向は世界で一番」

一般刑法犯（交通関係業過事件を除く）のうち高齢者（65 歳以上の者）

平成元年＝6,625 名 ⇔ 平成 16 年＝36,696 名 5.5 倍以上

これを単に高齢者人口の増加によるものとの認識は実態を表現したことにならない。

この間の高齢者の犯罪率（人口 10 万人当りの検挙人員）そのものが 3 倍以上の伸びて示していることに留意しなければならない。（参考文献：太田達也、『罪と罰』（財）日本刑事政策研究会 H18 年 9 月 1 日）

「増加の要因」＝なお、参考文献では以下の視点で分析が試みられている点を紹介しておきたい。

◎経済的要因（経済的困窮説）◎福祉的要因（福祉制度不備説）◎心理的・精神的要因（心理的負担説）

◎生活習慣要因（ライフスタイル変容説と社会的孤立説）◎被害者側の要因

●「全国の刑務所は満員過密状態」

「刑事施設」（受刑者収容と処遇）

刑務所（60＝内民営化施設 1）、少年刑務所（8）、拘置所（未決拘禁者の収容）（7）の現状にあるが、全国的にどこの施設の独居房も雑居房も定員オーバーであり、特に外国人犯罪の増加、急増は問題を大きくしている、また、一方で受刑者の高齢化は大きな課題で、血縁者の疎遠などにより独自にお墓まで用意している施設もある。

施設不足の解消案の一つとして、＜懲役代わりに社会奉仕＞をとという新しい拘禁制度の導入なども検討されているようだ。

3. ＜犯罪をとりまく環境の変化＞

●「犯罪被害者の面から」

今までの刑事裁判の仕組みでは、検事、判事、弁護士と加害者だけで裁判が行なわれ、被害者は蚊帳の外。加害者の人権保護が優先で被害者は泣き寝入り状態。

●「犯罪被害者救済への動き」

＊犯罪被害者等基本法の制定（H16 年 12 月）（議員立法）

＊犯罪被害者支援ネットワークの構築（都道府県の支援センターの発展）

＊犯罪被害者等基本計画（H17 年 12 月）（閣議決定）

＊犯罪被害者支援基金の拡大の動き（交通違反罰金等を原資に）（H19 年 1 月）

＊被害者が検察官と柵内で同席、裁判に参加（法制審要綱案）（H19 年 1 月）

●「犯罪抑止活動への取り組み」

国は平成 15 年から犯罪抑止対策の強化という看板を大きく掲げた。

警視庁防犯活動資料 H18「東京の犯罪」を参照しながら活動成果を確認し、併せて今後の犯罪傾向を予測した。

●「裁判員制度の展開」＜あなたもいつか裁判員＞

平成 21 年 5 月までに始まる本制度について、どんな制度か、なぜ導入する、どんな事件に関わるか、何をするのか、誰がどのように選ばれるのか、辞退できるか、素人で大丈夫か、何日位かかるのか、旅費や日当はでるのか、等々の問題点で意見交換。

4. ＜防犯意識 対策 訓練＞

●「防げる身近な犯罪被害」

◎ 泥棒撃退診断（窃盗犯罪被害じわり増加 手口も悪質化）

◎ 振り込め詐欺被害は防げる（ダマされやすさ心理チェック）（あなたが解答者）

◎ ひったくり防止（まさか自分が被害に合うとは）（心構えがあれば防げる犯罪）

◎ 車上あらし（愛車の防犯 ここがポイント）

◎ 性犯罪（13 歳未満への性犯罪 再犯率は 2 割以上）地域の目が肝心。

（記録 杉山 友一）

「あなたはどっち？」 邪馬台国の女王『ヒミコ』の墓探し

話をする人：澤渡 進
司 会 者：大野 聖二



話をする人：

生まれも育ちも八王子市八幡町。大学卒業後味の素（株）に入社。退職後、大学で日本の古代史（主に考古学）を学ぶ。趣味は、アマチュア・スポーツ観戦、海外旅行、イタリア雑学修習、居酒屋ほか。

1. はじめに

今からおよそ 1800 年前、日本（倭）に忽然として登場した女王「ヒミコ」。中国の史書『三国志』魏書東夷伝倭人条（以下『魏志倭人伝』）によれば「……倭国乱れ、相攻伐すること暦年、すなわち共に一女子を立て王と為す。名づけて卑弥呼という」（石原道博 新訂『魏志倭人伝』1998 年 49 頁）とあり、「ヒミコ」の存在は確かなようです。

しからば「ヒミコ」とは何者？ そして「ヒミコ」が都とした邪馬台国は九州 or 近畿？「ヒミコ」の墓は何处？と問えば、答えは謎々の世界です。何故ならば現存する史書からは、肝心の「ヒミコ」に関する記載が無いか或いは解釈が如何ようにもとれる“あいまいさ”を残しているからです。

考古学の世界は日進月歩です。過去に歴史的事実或いは正論と考えられてきた事象が、考古学上の新発見によって何度となく覆されてきました。これは年代を測定する技法が科学進歩で強化され、正確に遺構や遺物の年代を測れるようになったことに起因しています。

今日は最新の考古学の成果を踏まえ、ヒミコ論、邪馬台国論を皆さんと共に考えたい。

2. 「ヒミコ」登場（『魏志』倭人伝、『後漢書』倭伝より）

「ヒミコ」の女王としての登場は、‘はじめに’の項にある通りかなり衝撃的である。文献によれば、その登場は西暦 180 ～ 90 年、その死は 247 ～ 8 年、倭国の女王として 60 年もの長きに亘って君臨したか、疑問も残るが、ここではおよそ‘この時代’と理解したい。

この時代、中国は後漢から三国の時代で、朝鮮半島には中国の出先機関としての帯方郡が置かれ、「ヒミコ」はここを通じて、時の中国皇帝に朝貢政策を繰り返し行っていた。

3. 「ヒミコ」という人

「ヒミコ」はヒノミコ（日御子）、ヒメミコ（姫皇女・姫巫女）、ヒメコ（姫子）のいずれかからに由来する名称と考えられる。

『魏志倭人伝』によれば「鬼道につかえ、よく衆を惑わす。……。王となりてより以来、見有るもの少なく、婢千人を以って自らはべらしむ。……」（前掲『魏志倭人伝』49 頁）とある。ここでは鬼道とは何か問題となる。原始的シャーマン説、中国道教の流れをくむ宗教の導師説、大和三輪山の神を体現する巫女説などそれぞれに説得力があるが、定説はないようである。

いずれにしても「王となりてより以来、見有るもの少なく……」とある通り“見えない神聖王”として、見えない尊厳、恐怖効果を演出し、人々に君臨した様がよく描かれている。

4. 邪馬台国論争

『魏志』倭人伝「郡（帯方郡）より倭に至るには、海岸にしたがいて水行し、あるいは南しあるいは東し、……。南投馬国に至る水行二十日。……。南邪馬台国に至る。女王の都するところ、水行十日陸行一月。……」（前掲『魏志倭人伝』39・41 頁）は、専門家は無論のこと一般の古代史ファンをも巻き込んで、邪馬台国が何処にあるかを争う、日本古代史最大の“謎”を提供した。

主として九州説と近畿説に大別されるこの論争には、整合性と不適合性が混在する。

まずそれぞれが描く邪馬台国までの道程を見てみよう。朝鮮半島の帯方郡から狗邪韓国、対馬、一支国、末盧国、伊都国、奴国、不弥国までの道程は両者ほぼ一致しており、末盧国から不弥国までの国は北部九州に所在するとみていることに変わりない。

問題は「……南投馬国に至る水行二十日。……」以下から両者の主張は大きく変わる。九州説は投馬国、邪馬台国は九州に所在すると考えるが、近畿説は、投馬国は中国地方（山陰、山陽の両説あり）、邪馬台国は奈良県大和にあるとみる。

九州説及び近畿説の主な課題は下記の通りである。

①『魏志』倭人伝の記事から

九州説……邪馬台国の方向性はよいが、距離の辻褄が合わない。

近畿説……距離の整合性はあるが、邪馬台国の方向性が合わない。

②考古学上の弱点

九州説……「ヒミコ」の時代に適合する遺跡・有力古墳が見当たらない。

近畿説……九州に比較して、鉄製品の出土が極端に少ない。

九州説の「距離の辻褄が合わない」という不適合性は距離を極端に短く測るということで補い、近畿説の「方向が合わない」という不適合性は、進む方向が南とあるのを東の間違いであるとし、両者ともかなり恣意的な解釈を加えている。

結論として、『魏志』倭人伝だけをみる限り、九州説、近畿説共に決め手がなく、これを以って邪馬台国の所在地を特定することは困難と云わざるを得ない。

5. 私見 邪馬台国論 【邪馬台国の都は奈良県大和の「纏向」にあった】

“邪馬台国論は誰でも参加できる全国民的知的謎々ゲーム”、以下最新の考古学の知見を加味して私見を申し述べたい。

1) 邪馬台国近畿説に至った論拠

①考古的観点：古墳や三国時代の銅鏡等圧倒的に近畿説が優位にある。

大和にある纏向遺跡は「ヒミコ」が都した場所に相応しい。(遺構・遺物・地形)

②文献的観点：『魏志』倭人伝、『論衡』等の記述内容から。(詳細 略)

2) 一つの仮説

古地図：【混一疆理歴代国都之図】(1402 年) の存在

【九州を最北端にして、日本列島は南北に長く位置した。】とする明時代の地図だが、『魏志』倭人伝の編者陳寿に同様の認識があったとしたら！ さあ たいへん！

【邪馬台国は九州の南にあった】という『魏志』倭人伝の記載を、恣意的解釈を加えることなく素直に解釈できる。

尚、近畿説の弱点とされる鉄製品の少なさの問題も、近年の発掘調査結果から、近畿就中大和に於いて多の鉄製品が出土したことで解消される。

6. 「ヒミコ」の墓探し

1) 「卑弥呼以って死す。大いに冢を作る。径百余歩。……」(前掲『魏志倭人伝』53 頁)

(100 余歩は約 150m)

2) 大和「山の辺の道」あたりが臭い！

根拠 -①「ヒミコ」の時代に照合する古墳が多くある。邪馬台国→大和王権の連続性

-②2 世紀後半から 4 世紀前半に栄えた纏向遺跡は、邪馬台国の中心に相応しい。

-③邪馬台国＝邪馬臺＝ヤマト＝大和

3) 「ヒミコ」の墓探し

条件 -①纏向遺跡及びその周辺 ②古墳の築造年代は西暦 250 年頃 ③古墳の形は前方後円形(王者の墓)

④副葬品に大量の銅鏡 ⑤古墳の大きさ 150m 級

候補 -280m 級…箸墓古墳 (一部の考古学者はこの墓を最有力視している)

100m 級…石塚古墳 勝山古墳 ホケノ山古墳

‘帯に短したすきに長し’ 150 ～ 200m 級の墓を探し中

以上“邪馬台国論は参加することに意義あり”の精神のもと、浅学で未熟な自己主張を前面に押し出して「ヒミコ」の墓探しに挑んでいます。皆さんもごいっしょに如何ですか？ (記録 澤渡 進)

参考文献

石原道弘 『新訂魏志倭人伝』他三編—中国正史日本伝(1)— 岩波書店 1998 年

「野外で楽しむデジカメ講～その2」

話をする人：吉田宗昭
（外部アドバイザー）
世話人：同好会有志

講師経歴：オリンパス（株）カメラ開発部長、その後（株）ABS 代表取締役社長、退任後アサヒカルチャーセンター デジカメ講座講師。現在、NPO テラガーデン デジカメ講座専任講師。プロバスクラブ写真同好会アドバイザー。

世 話 人：写真同好会有志 石井 實、下山邦夫、 武田洋一郎、 土井俊玄、 矢島一雄

前日の雨も上がり、この日だけ好天で夜から又降るという予報の日でした。まるで逃えたような時を得たわけです。

午後1時、国立昭和記念公園西立川エントランスに集合でした。世話人らは午前中から来ていて場所や手順を話し合い現場を確認しておいて、12時30分頃から待っていますと、おいおい皆さんが集まり、29名（講師とも）の団体になりました。

チューリップ、ポピー、菜の花、桜も少し残っていて、まさに爛漫のカラフルな時でした。チューリップといっても種類は多く色も多彩、花形も各種でどれも美しいし、ポピー畑も色とりどりで一面に広がり、菜の花の純黄と桜の残りの取り合わせなど、本当に天国にきたかと思うばかりでした。

それらの近くにある小屋を本部とし、周辺の花をメインにした夫々各自好みのスポットで、撮影をしたのです。先生のとにかく多く写せ、綺麗と思ったらすぐに撮れ、とのアドバイスで始まりましたが、皆さんそれとばかりにあちこちに、散らばっていきました。

夫々思い思いに撮りまくっていましたが、時折、先生や世話人のアドバイスをうけて、なるほどと言ったり、不審な表情をしたり、花々が綺麗なものだから、魅惑を写し取りたいのですが、なかなか思ったようには行かず、苦勞しつつも楽しい時間をすごしました。

3時からレークサイドレストランで、パソコンで取った画像を鑑賞しました。皆夫々に花の美しさが素晴らしく綺麗なものでした。しかしもう少しの工夫と言う事で先生が少しトリミングや回転を加えて、新しい画像にして戻して下さったものもありました。

そこで皆さんに一人1枚以上閉講式の日にはA4にプリントして展示して下さい、と伝えられました。本当にカラフルな環境の中だったので、皆さんの絵が1枚ずつでも飾られると、今日の楽しい撮影会の雰囲気伝わると思われます。

レストランでお茶とケーキを頂いてパソコンの絵を見つつ、あっという間に定刻の帰宅時間となりました。天候と時期に恵まれたデジカメ講座だったと思います。

なお、閉講式当日は、参加者のそれぞれが傑作と称する写真が会場一杯に展示されました。



（記録 下山邦夫）

「世界遺産（黄龍・九寨溝）と幻の青い芥子を尋ねて」



話をする人：

八王子生まれ。元日本コンベンションサービス(株)専務。国際会議・大規模イベントの企画運営に携わる。趣味は山歩き、山野草に興味を持つ。現在横浜で三つの男声合唱で活躍。地元では熟年合唱団の指揮者兼編曲家。ふるさとの食を拓く会副代表。

話をする人：八木 啓充

司 会 者：山崎 修司

2004年6月15日から21日までの日程で中国四川省にある黄龍・九寨溝を旅行いたしました。観光もすることながら、「ヒマラヤの幻の青い芥子」などのフラワーウォッチングが主な目的でした。黄龍・九寨溝はともに世界遺産に指定されています。まず、世界遺産とは何んなのか、触れてみたいと思います。

1. 世界遺産とは

1959年にエジプトのナイル川にアスワン・ハイ・ダム建設計画がもちあがりました。着工すれば古代エジプトの文化財であるアブ・シンベル大神殿が水没してしまうことになります。人類共通の文化遺産であるこの「ヌビアの遺跡群」を守るため、ユネスコ（United Nations Educational Scientific & Cultural Organization）が世界中に呼びかけ支援をしました。

ユネスコの定義によれば世界遺産は「人類が過去から受け継ぎ、未来に引き継ぐべき『顕著で普遍的な』価値ある自然や文化財」であることとしています。その要件としては

- ①不動産であること（絵画や彫刻は世界遺産にはならない）
- ②顕著な普遍的価値を有すること（唯一無二、世界中に同じ様な物が存在しない）
- ③申請国の法律で保護されているもの（内戦国は駄目）
- ④申請国が世界遺産条約を締結していること
- ⑤登録基準のうち、最低1件の条件をクリアしているもの

現在、条約締結国180国、日本は125番目で、世界遺産は830件、うち644件が建築物、遺跡、文化的景観などの文化遺産、162件が貴重な生態系や景観がある自然遺産、残りの24件が文化、自然の両方を兼ね備えた複合遺産です。

2. 日本の世界遺産

現在日本では姫路城、屋久島、原爆ドームなどの13件が登録されています。

3. 危機遺産と負の遺産

世界遺産のうち、紛争、自然災害、環境破壊などによって「危機」に曝されている遺産は「危機遺産」とよばれ、保存・修復のための財政支援や技術者の派遣などを受けることが出来ます。「バーミヤン遺跡」などが危機遺産です。また、人類の「負」の行為を記憶に留めるため、その役割を果たす遺産を総称して「負の遺産」と言います。日本の「広島平和記念碑（原爆ドーム）」などがそれです。

いよいよ黄龍・九寨溝と幻の青い芥子の話に移ります。

4. 中国の世界遺産

4000年の歴史を誇る中国。黄河・長江を源とする文明と世界4番目の広大な国土は世界遺産を数多く登録しており、イタリア、スペインに次いで世界遺産を多く有しています。

- ①万里の長城 ②明朝の皇宮群（故宮） ③泰山 ④莫高窟
- ⑤秦の始皇帝陵など33件（自然5、文化24、複合4）あり、なかでも四川省には5件の世界遺産があります。黄龍、九寨溝は共に四川省にある自然遺産です。



5. 世界遺産・・・都江堰、臥龍、そして黄龍、九寨溝

成都を基点として次のような世界遺産を訪ねました。

①**都江堰** 2300年前に作られた水利施設で、毎年氾濫する岷江を二つに分け、内江は四川盆地に、外江は長江へ分けて水を流すと言う、大規模な治水施設です。今も治水と灌漑に使用されている文化遺産です。

②**臥龍** ジャイアントパンダの保護区で、自然遺産に指定され、臥龍パンダ研究所では自然のままのパンダの生態を見ることが出来、パンダに触れることも出来ます。

③**黄龍** 成都の北北西 380 km に位置し、標高は 3100m から 3550m に亘って棚田のように連なる石灰華で出来た池（彩地）群です。

成都よりバスで約 10 時間、途中標高 4523m の巴朗峠を越え日隆（リーロン・3100m）と言う村に着きここのホテルを基点に行動いたしました。日隆より 10 km ほどの所にある双橋溝、長坪溝（3500m）は観光客も少なく、高山植物の宝庫です。そこでフラワーウォッチングを堪能いたしました。

（映像による双橋溝・黄龍などの草花の観賞）

チベットサクラソウ (*Primula zambalensis*)、黄色い「青い芥子」(*Meconopsis integrifolia*)、赤い「青い芥子」(*Meconopsis punicea*)、白い花（不明）、黄色のスマレ、やまなりそう、チベットキンポウゲ (*Caltha scaposa*)、つつじ (*Rhododendron fastigiatum*)、クレマチス (*Clematis Montana*)、そして「青い芥子」(*Meconopsis quintuplinervia*) [注：麻薬が採れるのはケシ属の数種で *Meconopsis* 属は麻薬成分を含みません。]

黄龍は標高が高く、入口部でも 3100m あり最深部の五彩池は 3552m です。全長 3.6 km 及ぶ溪谷、石灰を含む水から沈殿した炭酸石灰・石灰華で出来た池が棚田のように連なる水景群です。上から眺めると黄色い龍がのたうっているように見えてるところから由来するそうです。水はトルコブルーに澄んでいます。



往復 7 km を超す道程は標高差でも高尾山を上り下りするほどで、かなりの体力を消耗いたしますが、最近は頂上近くまでロープウェーが出来たので楽に観光できるようになった様です。途中何ヶ所かにトイレも設置されています。

④**九寨溝** 九寨溝は黄龍より 160km ほど北東に離れて位置しています。成都より飛行機にて九寨溝空港（標高 3600m）へ約 50 分ほどのフライトです。空港のある川主寺からバスで 2 時間、いよいよ九寨溝、ここからシャトルバスに乗り換え一番奥の長海まで行き、そこよりバスと徒歩で景観を堪能しながら、4 時間ほどかけて下りてきます。

九寨溝は岷山山脈の峡谷に沿って 108 もの湖沼が連なり、原始のままの自然美が残る秘境です。かつてこの地にチベット族の村が 9 つあったことからこの名前がついたと言われています。

森と湖が神秘的な美しさを演出し、水の透明度と自然美、白樺や楓などの原生林を背景にエメラルドグリーンに輝く湖と白い雪を頂く岷山山脈の山々は、この世の物とも思えない神秘的な美しさです。

6. 気候、服装、高山病対策、宿泊施設、トイレ事情など

観光に適したシーズンは 5 ～ 10 月で、特に 6 ～ 9 月が良く、新緑や紅葉の季節は更に美しい。気候は内陸的で日中は晴れていれば爽やかな気候ですが、夕方になると夏でも冷え込みます。服装は着脱し易い物を羽織って着るのが良いでしょう。

また、高山病対策としては水分を多く摂るのが良いとされています。現地でガイドに依頼して酸素の缶を用意しておくとも良いでしょう。

ホテルは日隆や川主寺、九寨溝などには 5 つ星級のシェラトンなどのホテルがあり、設備も十分整っています。観光コース内のトイレは適宜配置されていますが、余り綺麗とは言えません。

（記録 八木啓充）



「八王子千人同心組頭『塩野適斎』の事蹟について」

話をする人：野口 正久

司 会 者：浅川 文夫

話をする人：

地方史研究家、八王子千人同心旧交会会長、元八王子市郷土資料館運営協議会会長、
八王子市文化財審議委員、八王子市立中学校長会会長、

◎「平成 18 年度地域文化功労者文部科学大臣表彰」受賞

○塩野適斎が遺した『桑都日記』巻 13 上編（解読本—適斎自叙伝の項—）をもとに、適斎の人となりとその業績が、千人同心にまつわる多数の資料とともに語られた。江戸時代の八王子郷に、この様な文武を兼ね備えた大人物が生まれ活躍していた事に、聞き手はみな感動した。

1. 八王子千人同心組頭塩野適斎の生誕と系譜

1) 生誕 安永 4 年（1775）11 月 16 日 没年 弘化 4 年（1847）11 月 16 日 享年 73 才

父河西仙右衛門知礼、母直の次男名は知哲、字は轍、塩野家の養子となり、塩野所左衛門轍、号は適斎。

2) 系譜・生家 河西家（山本組組頭家）・養家 塩野家（原組組頭家）共に小人頭（後の千人頭）に仕え「小人組」として元武田家に仕えた。天正 10 年（1582）武田家滅亡後、徳川家に召抱えられ、天正 18 年（1590）小田原北条氏滅亡により、武州八王子郷に移住した。

2. 塩野適斎の生きた時代と八王子千人同心

—変革の時代—内治問題、対外関係の生起した時代

1) 天明期 「七隊六カ条」1 件、千人頭による組頭並びに組織改革

・天明元年（1781）千人頭 7 人は、従来組頭持添抱（持添抱—小者を雇う、日光勤番の手当などの特権、組頭世襲その他を廃止すること。）天明 4 年（1784）元通りと官裁になる。

2) 寛政期 「寛政の改革と千人同心」—千人同心の組織、意識改革

・日光勤番の制、頭 1 人同心 45 人半年交替制 ・千人頭肝煎制 ・持添抱（組頭の従者）廃止。（組頭の御足高制、旧家世襲組頭—引付組頭人材登用—御足高）

・「世話役」を設ける。

・5 人組帳、宗門人別帳に「千人同心」の肩書記載（田畑引請人の設立）

・学問奨励—昌平坂学問所の試。文術—各流派検分。

3) 寛政期 「蝦夷地行役」

4) 文政期 「五十人お咎め」1 件、箱訴、捨訴（お咎め—欄表 野口家文書資料参照）

・改革により不満不平もあり、上司の悪口を箱訴、捨訴等「御家人」にあるまじき行為、部下の非行は上司の指導の宜しかざることとして、主だった組頭 21 名、世話役 8 名、同心 19 名に幕府から罰せられる。

塩野適斎言う「箱訴捨文をもって隊長 10 人、日光供奉の組頭 10 人、某人某人を讒す。…郷党の騒擾、道路目を以ってす。未曾有の一奇事なり。」

・50 人お咎めに際し適斎も「組内取扱不行届、及不正の沙汰、倅太郎組頭見習、御家人にあるまじき不行状、父適斎取締教諭不行届、役儀取放、1 代平同心」とある。

3. 適斎を生んだ環境と適斎の心髄

1) 実父・養父家の学問、武術 指導者

・実父—仙右衛門知礼より孝経論語を学ぶ。（4 才）

・養父—鶏沢先生（光迪）に師事し孔子家語を読み自得、文武に立って終身の業とすること。

2) 学者、武芸者との出会い

・江戸で製阪の思思館、片山兼山の塾、鸚鳴館、青羅館などで、詩書まで学び、製阪河尻公に代わり、少年に授業し、会読、講釈、詩会、文会をするまでになった。

3) 幕府の文武の奨励

・林大学頭を中心とする昌平坂学問所の解放 ・学問試による奨励

・文術の検分（千人頭、槍奉行、幕閣、将軍）

4. 適斎の業績

1) 武術—若菜真鏡流、千人町に於ける指南総師として活躍

- ・寛政3年(1791)4月真鏡斎の門に入る 8月真鏡斎、目録の巻を伝授。(17才)
- ・寛政5年(1793)8月真鏡斎に剣術の中伝帖を伝授。(19才)
- ・寛政10年(1798)6月真鏡斎に刀法免許の巻を伝授。(24才)
- ・享和元年(1801) 真鏡斎、八王子党自師代の称号を許す。(27才)
- ・文化元年(1804) 真鏡斎、剣道指南帖を伝授し総指南の称号を許す。塩原義照、拳法指南帖を伝授。

是より後、刀拳の二業を以って後進を誘導。隣里郷党近郡に及び芸道日に広まる。(30才)

2) 文芸

- ・文化元年(1804) 文武を持って後進、少年を教育。青梅の里にて、また郡北の里、数理の里に往来し 教授する。(生徒数十人)
- ・文化3年に後進の教育で賞せられる。自宅に読書堂、講武堂を造る。
- ・寛政12年(1800)日光役の公事の傍ら現地で、文武を講習する。
- ・文化11年(1814)正月 日光に文武ノ講堂を開設。隊員、日光の人士集まる。公務の傍ら文と武の教授を行う。

3) 地誌編纂事業参画

- ・「新編武蔵国風土記稿」多摩郡40巻、秩父郡20巻、高麗郡10巻を植田孟縉他数人の同心と共に文化11年(1814)より調査し、文政5年～7年(1824)に編纂を終え昌平坂学問所に納めた。
- ・「新編相模国風土記稿」津久井郡を編纂。天保6年(1835)八木甚右衛門と現地調査
- ・桑都日記 正編、五十巻を著す。
 - 巻13上編の末尾に50年の心境を述べる。

○この桑都日記の続編巻2遺事として「武田典厩信繁、教訓書を嫡子信豊に授く」として、甲陽軍鑑に載せる典厩が子息、長老に教訓とした99条を引用。千人同心の榮譽と伝統を自覚し心せねばならぬ守るべき99条として載せているように思う。

5. 功績

- ・天保10年(1839)12月18日「御普請役元締格」特別昇格(50俵3人扶持)
- ・「在所在郷儀、格別行状宜、武芸厚心掛、数年出精、相勤候ニ付、別段訳を以って御普請役元締格…五十俵三人扶持…水野越前守殿御書付、三淵土佐守申渡し…」とあり、その榮譽をになった。
- ・弘化4年(1847)11月適斎逝去、その葬送式は類稀なる盛大な葬列であった。

高尾山薬王院法印をはじめ、大義寺、阿弥陀寺、善能寺他数ヶ寺。千人頭行務者を除き全員、門人医師8名、門人(千人同心)144名、親族20名、葬具用具14名、棺持免許以上の高弟8名によって担われた。千人町より菩提寺の極楽寺まで列をなし、沿道各町を埋め尽くしたという。(記録 荒 正勝)



塩野適斎肖像 / 極楽寺蔵
八王子郷土資料館寄託



「美しい日本の私～川端康成」

話をする人：近藤泰雲

司会者：石田文彦

話をする人：

長野県飯田市出身。東京都立高等学校事務長、全国公立学校事務長会の調査・研究・総務の各部長を歴任。退職後仏門に入り、郷里の増泉寺に住し、茶道を楽しみながら、郷里と八王子での半々の生活をしている。

お断り

今回の「美しい日本の私～川端康成」は、先生が昭和43年12月12日スウェーデンアカデミーでのノーベル賞受賞記念講演について、解説をしたので、その要旨を報告する。
紙面の都合もあるので、若干、当日の講義とは、違った観点で報告することをお許し願います。

1. 先生の純粹の人柄

先生は、講演のなかで、何人かの有名な方々の作品を通して日本文学について講演をされていますが、特に道元禅師・京都の栴尾にある高山寺の明恵上人と良寛和尚について詳しく話されている。

道元は、中国へ留学し、如浄禅師の下で修行するのですが、座禅中に居眠りをしていた弟子を見て、怒って弟子の座っていた床を剥ぎ、その下の土を六尺ほど掘って捨てさせるほどの厳しく純粹な師匠であった。

帰朝後、ある方が「厳しい修行されたそうですが、何を日本にお持ち帰りになりましたか」と聞いたところ道元は「空手還郷」と。空手で帰って来たと。どんな勉強をなさってきましたかの質問に「眼横鼻直」目は横に鼻は縦にと答えたと言われる。

明恵は、国宝になっている有名な肖像画は、木の上の枝で座禅をしている。明恵は、

「あかあかや あかあかあかや あかあかや あかやあかあか あかあかや月」

とただ感動の声を、そのまま歌にしている。また

「雲を出でて我にともなふ冬の月 風や身にしむ雪や冷たき」

と云う有名な歌がある。両歌とも『月を友とする』よりも月に親しく、月を見る我が月になり、我に見られる月が我になり、自然に没入、自然と合一して」（川端康成「美しい日本の私」1969年）いる。

良寛は、

「霞立つ永き春日を子供らと 手毬つきつつこの日暮らしつ」

と歌いつつ、草の庵に住み、粗衣をまとい、野道をさまよい歩いては、子供達と遊び、宗教・文学について難しい話をしないで、「和顔愛語」の無垢な言行を実践した。

この三人三様の純粹の生き様。昔からその人の尊敬する人物を見れば、その人の生き方が分かると云われている。上記三人を敬愛する川端先生は、「伊豆の踊子」・「山の音」等の作品を見れば、先生の純真無垢な人柄が分かる。

2. 先生の自殺に対する考え

先生の随筆「末期の眼」の文中に芥川龍之介の自殺の遺書に心を惹かれている言葉がある。『所謂生活力という』、『動物力』を『次第に失っているであろう』、僕の今住んでいるのは、氷のように透み渡った、病的の世界である。（中略）僕がいつ敢然と自殺できるかは疑問である。唯自然はこういう僕には、いつも一層美しい。君は自然の美しいのを愛し、しかも自殺しようとする僕の矛盾を笑うであろう。けれども自然の美しいのは、僕の末期の眼に、映るからである。」と。先生は、また「末期の眼」の中で「いかに徳世を厭離するとも、自殺はさとり姿ではない。いかに徳行高くとも、自殺は大聖の域に遠い」と書いた。芥川や太宰治等の自殺を賛美するでもなく、共感するのでもない。しかし、若くして亡くなった友人は、年久しく自殺を思い「死にまさる芸術はないとか、死ぬることは生きることだとかは、口癖のようだった」（前掲「美しい日本の私」）と。

また、一休禅師が二度も自殺を企てたことを挙げている。「もの思う人、誰か自殺を思はざる」と云う言葉は、私の胸にあると先生は述べている。

先生の遺言といはれる受賞記念講演でこのような考えを述べて、自身も昭和47年自殺で亡くなられた。

このことについて、コメントは難しい。先生のあまりにも研ぎすまれた感性を考えれば分からないこともない。

3. 維摩 (ユイマ) 居士 (コジ) の黙 (モク) 雷 (カミナリ) の如 (ゴト) し

「美しい日本の私」の本文を引用

「禅宗に偶像崇拜はありません。禅寺にも仏像はありますけれども、修行の場、坐禅して思索する堂には仏像、仏画はなく、経文の備へもなく、瞑目して、長い時間、無言、不動で坐つてゐるのです。そして、無念無想の境に入るのです。『我』をなくして『無』になるのです。この『無』は西洋風の虚無ではなく、むしろその逆で、万有が自在に通ふ空（くう）、無涯無辺、無尽蔵の心の宇宙なのです。禅でも師に指導され、師と問答して啓発され、禅の古典を習学するのは勿論ですが、思索の主はあくまで自己、さとりは自分ひとりの力でひらかねばならないのです。そして、論理よりも直感です。他からの教へよりも、内に目ざめるさとりです。心理は、『不立文字』であり『言外』にあります。維摩居士の『黙雷の如し』まで極まりませう。」（前掲「美しい日本の私」）

以上、長々と先生の本文を引用したのは、維摩居士の「黙雷の如し」の意味が分らないと、この本文の意図するところが、分らないのではとの思いからである。

維摩居士の「黙雷の如し」の原典は、維摩経と云うお経にある。「維摩の一黙」とも云う。なお、維摩経は維摩居士と文殊菩薩とのドラマチックな問答で有名である。分別の世界では（不二法門）、例えば生と死を考えたとき、生と死の二つが対立するが、対立を超えたところに、絶対的平等がある、と説かれている。

少し説明が難しいと思はれるので、ご存知の有名な問答で説明する。

唐の洞山良价禅師と雲水との問答

雲水 「寒さ暑さが来たら、どう避けたらよいでしょうか」

洞山 「どうして寒さ暑さがない処に向かつて行かないか」

雲水 「寒さ暑さのない処とは、どんな処でしょうか」

洞山 「寒いときは寒い、暑いときは暑い」

寒暑とは、生死のこと。生死が嫌いだから、生死のない世界へ行きたいと私共は願う。死のない世界など、どこにもない。「生まれる時は生まれ、死ぬ時は死ぬ」ただそれだけのこと。生死していること、それがそのまま「無生死の世界即ち涅槃に他ならない」。

文殊菩薩が維摩居士に云う「菩薩は、どのようにして、不二法門に入るのでしょうか」文殊菩薩は云う「我が意の如く、一切の法において言（ごん）も無く、説も無く、示も無く、識も無し、諸々の問答を離れているところにある」と云う。文殊菩薩云う「私達はみな、自分の考えを話しました。今度は維摩居士の番ですよ。不二法門に入るには、どうしたらよいのでしょうか」

維摩居士の返事をかたずをのんで待った。ところが維摩居士は黙然として、答えなかった。「一切の法には、言葉もない。説明のしようもない」と。言葉にだして説明した文殊菩薩は、やられたと思った。文殊菩薩は言葉で説明できないものを、言葉で説明してしまった。言葉は絵に描いた餅に過ぎない。絵に描いた餅は食べられない。言葉や描いた餅は何事かを指示しているだけで、事実そのものではないからである。従って、「不立文字」を一步進めれば、維摩居士の「黙雷の如し」になるのではないか。

（記録 近藤泰雲）

参考文献 川端康成「美しい日本の私」講談社 1969 年



「映像で見る日本映画主題歌の今昔」

話をする人：平原俊彦

司 会 者：大高秀夫

話をする人：

日本コロムビア（株） 計画部長、洋楽部長、文芸部長、その後理事、レコード
国際部長等を歴任

1. 映画主題歌の黎明期—トーキー映画の出発

映画主題歌が生まれるためには、映画がトーキーになっていなければならない。世界で始めてそれが生まれたのは1927年米国においてであるが、日本では1931年（昭和6年）、五所平之助監督の「マダムと女房」をもって嚆矢とする。その中には最初だけあってチンドン屋の音、ジャズバンドの響きなどが聞こえてくる。そのなかで「スピード時代」という歌がながれる。これが日本最初の映画主題歌である。

その後昭和10年くらいまでいろいろのトーキー映画が封切りになるが、特に目立ったものはない。主題歌として最初にヒットしたのは昭和11年の「人妻椿」であろう。この映画はのちに二回ほど制作され（戦後も含めて）多くのファンに歓迎された。又その翌年生まれた「浅草の灯」は高峰三枝子が“歌う映画スター”としてデビューするきっかけになった映画である。

2. 戦前戦中の映画主題歌

時代は徐々に戦争に向かっていきつつあったが、それでも昭和10年代前半はまだ平和のときが続いていた。その中で生まれたものが「愛染かつら」「純情二重奏」などの名作である。また「支那の夜」の主題歌として服部良一が作ったのが名曲「蘇州夜曲」である。

戦争になって数々の戦意高揚映画が作られたが、とくに挙げるべきものはない。

3. 戦争直後の時代（昭和25年まで）

戦争が終わって直ぐ大ヒットしたのが映画「そよかぜ」の主題歌「リンゴの唄」である。この唄は戦後の打ちひしがれた民衆の心に希望と勇気を与えた。

ハワイへの旅など夢の夢だった時代にヒットした「憧れのハワイ航路」、東北の高校生の生き生きとした動きが日本中に元気を与えた「青い山脈」、長崎原爆の悲惨さとそこから立ち上がる希望を描いた「長崎の鐘」、銀座で生きる乙女たちの生態を描いた「銀座カンカン娘」、歌うスターとしての高峰三枝子の魅力をいかんなく発揮した「懐かしのブルース」「別れのタンゴ」などかずかずの名画名曲が紹介された。

4. 戦後復興の時代（昭和24年以降）

昭和25年、大スターが生まれる。美空ひばりである。24年に「河童ブギ」でデビューしたひばりは次の作品「悲しき口笛」更に「東京キッド」を大ヒットさせ、一流歌手の仲間にはいる。そして出る映画、歌う曲ともに大ヒット、史上最大のスターに成長する。

また昭和26年にヒットした「上海帰りのリル」は昔の米国映画の主題歌「上海リル」からとって作られたもの、同28年に封切られた「君の名は」は当時流行のラジオ・ドラマの映画化でその時間、女風呂が空になるといわれたほどヒットし、3話まで続いた映画もそして主題歌もまたたいへん話題になった。

昭和31年また大スターが生まれる。石原裕次郎である。兄の小説を題材にした「狂った果実」でデビュー、当時の湘南の若者の生態を見事に捕らえ、後年39年には「赤いハンカチ」で北国の警察をやめた青年の苦悩を良くとらえていた。

その後も昭和、平成と大きくヒットした映画、主題歌は続くが、それらはいずれもその時代を映し出したものといってよい。ヒットは常に時代の鏡なのである。今後もまたそうであろう。

日本映画と主題歌

	制作年	映画名	映画主題歌
1.	昭和 6 年	マダムと女房	スピード時代
2.	1 1	人妻椿	人妻椿 (松平 晃)
3.	1 2	浅草の灯	ベアトリ姉ちゃん (高峰三枝子他)
4.	1 3	愛染かつら	旅の夜風 (霧島 昇)
5.	1 4	純情二重奏	純情二重奏 (高峰 三枝子)
6.	1 5	支那の夜	蘇州夜曲 (李 香蘭)
7.	1 5	秀子の応援団長	煌めく星座 (灰田 勝彦)
8.	2 0	そよかぜ	リンゴの唄 (並木 路子)
9.	2 2	地獄の顔	夜霧のブルース (デイック・ミネ)
1 0.	2 3	懐しのブルース	懐しのブルース (高峰 三枝子)
1 1.	2 3	憧れのハワイ航路	憧れのハワイ航路 (岡 晴夫)
1 2.	2 4	青い山脈	青い山脈 (藤山 一郎)
1 3.	2 4	別れのタンゴ	別れのタンゴ (高峰 三枝子)
1 4.	2 4	長崎の鐘	長崎の鐘 (藤山 一郎)
1 5.	2 4	銀座カンカン娘	銀座カンカン娘 (高峰秀子)
1 6.	2 4	悲しき口笛	悲しき口笛 (美空 ひばり)
1 7.	2 5	東京キッド	東京キッド (美空 ひばり)
1 8.	2 6	上海帰りのリル	上海帰りのリル (津村 謙、胡美芳)
1 9.	2 8	君の名は	君の名は (織井 茂子)
2 0.	3 1	狂った果実	狂った果実 (石原 裕次郎)
2 1.	3 9	赤いハンカチ	赤いハンカチ (石原 裕次郎)

(記録 平原俊彦)

「野外サロン」

『彩の国ツアー』

日時：5月10日8:00～17:00

「彩の国ツアー」県立さきたま史跡博物館

・埼玉古墳群見学と長瀨観光

「彩の国ツアー」としてサロン会員38名、プロバス会員48名は2台のバスに分乗して、朝8時、八王子を出発して一路、埼玉県立さきたま史跡の博物館・埼玉古墳群見学へと向かった。

その車中で、さきたま史跡の博物館の「見学のしおり」が配布され、博物館からお借りした古墳公園の解説のビデオテープを視聴した。その後、野外サロンとしての趣旨にそって1号車では荒会員が、2号車では澤渡会員が「埼玉古墳群」の解説を行った。

10時に史跡の博物館に到着。学芸員の案内により国宝展示室では稲荷山古墳から出土した国宝、金錯銘鉄剣の象嵌された文字を目の当たりにし、銅鏡や装身具、馬具、武器、埴輪などなど、多数の副葬品を見て回り、日本の古代史をちらっと垣間見るような思いがした。

次いで、古墳群の見学に向かう。晴天に恵まれ強い日差しの中で、稲荷山古墳の前で全員揃っての記念撮影。終わると皆それぞれ、元気に古墳に登り、前方後円墳の大きさを体感し周囲にある大古墳を展望し、鉄剣の出土状況を確認した。ただ残念だったことは、隣の將軍山古墳までは、時間の都合で足を運ぶことができなかった。

その後バスは長瀨に向かい、昼すぎ、宝登山神社の前にある有隣倶楽部に到着、そこでちょっとオシャレな竹膳料理を賞味した。料理をいただいたあとは、それぞれ、思い思いの方角へ。神社を参拝したり、花を眺めたり、土産物のお店を覗いたり、長瀨の岩畳に登ったりと散策を楽しんだ。タイミングよく天候の急変に対応しながら、無事17時過ぎには八王子に帰着した。



「埼玉（サキタマ）古墳群の概説」

澤渡 進

1号車では荒会員が2号車では私が古墳の話をさせていただきます。これから参ります「埼玉古墳群」は、大変有名な古墳です。私なりに埼玉古墳群の意義について三つほど申し述べます。一つは、関東地域では屈指の古墳群です。資料によると全部で30基ぐらいの古墳があるということで、大体5～7世紀のものです。

二つ目は歴史的に重要な事です、稲荷山古墳から鉄剣（5世紀を特定する遺物）が出て参りました。金象嵌（キンゾウカガン）で作られた鉄剣で年代が入っております。日本では古墳から出土した遺物には年代を示すものが少ないのです。ですから非常に貴重といえます。調べが進むに従い、この鉄剣は稲荷山古墳造成より古い事が判ってまいりました。このようにして徐々に実年代が明らかになってくる意義は大きいわけです。