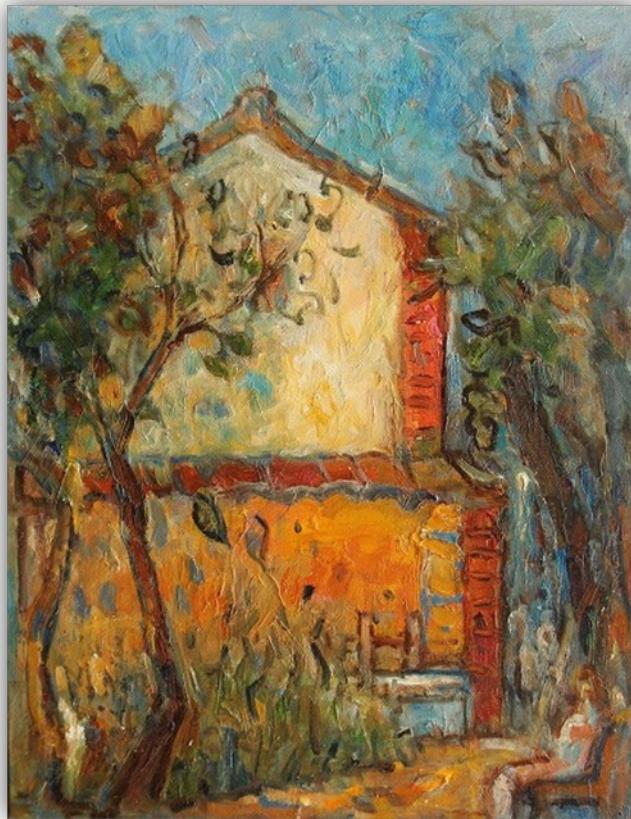


# 第31回 野口眞利油絵展



セザンヌのアトリエ F 6

このたび、京王百貨店新宿店にて個展を開催することになりました。

ぜひみなさまお越しください。

野口 真利

会期：2016年9月1日（木）→9月7日（水）

会場：京王百貨店 新宿店6階 京王ギャラリー

（最終日は午後4時まで）

〒160-8321 新宿区西新宿1-1-4 TEL. 03(3342)2111 午前10時——午後8時

<http://www.keionet.com>



# 医家芸術 春季号 目次

60巻 通巻627号 (2016年度)

表紙の言葉 ..... \*\*

## ◇医家隨想

- つましい食の思い出  
鈴木 啓之 ..... 2  
「俺、もう少し生きたいよ」  
浜名 新 ..... 4  
“碎石位”について  
水田 \*\* ..... 10  
\*\*\*\*\*  
河鍋 楠美 ..... 11  
嫁入りはこうだと本屋そっと見せ  
豊泉 清 ..... 17  
北岳バットレスと魚肉ソーセージ  
出来 尚史 ..... 20  
チエーホフを読む (10)  
可愛い女  
藤倉 一郎 ..... 25  
記備談語 - 3 -  
佐藤 玄祥 ..... 26  
鎌倉の風土など熟々懷う  
秋元 \*\* ..... 51  
ある夏の出来事  
穂刈 正臣 ..... 57  
生還！バンザイ突撃に参戦した  
軍医中尉 (7)  
美濃部 幸恵 ..... 59  
協力 美濃部 欣平

- 医家俳壇 ..... 68  
医家柳壇 ..... 69  
医家歌壇 ..... 70

## ◇アンコール掲載

- 『メキシコ・オリンピック旅行記  
念⑤』  
日本医家芸術クラブ 編  
旅のカルテから  
岩本 みち ..... 74  
メヒコの今昔とオリンピック  
内田 重雄  
内田 トシ ..... 75  
銀の町タスコ  
戸塚 孝一郎 ..... 82

- ◇ほ ん ..... 87

- ◇書 評  
\*\* \*\* ..... 89  
クラブ通信 ..... 90  
透視像 ..... 91  
編集後記 ..... 91

# 医家隨想

## つましい食の思い出

鈴木 啓之



月経つが、関東うどんの醤油つゆの濃さにはいまだ馴染めないと。さして「先生は?」と問われてソフトクリームとこたえた。

感動のソフトクリーム  
医師仲間が座るテーブルで最後の一食になにを食べるかという話になつた。もちろん食べる元気は大ありという前提である。女性医師のTさんは温かい真っ白なご飯に生卵をかけて食べたいという。女性医師Fさんは関西風のけつねうどんそうだ。油揚げは刻んだだけの味のないのがよいという。地元ではきざみうどんと呼ぶらしい。大学生活を送るために紀州から東京に出てきて長年

れてPXになつていた。K君が入り口でバスを見せてなかに入る。店内は派手なアメリカンカラーがあふれる別世界であった。見たこともない銀色のスポーツ用自転車まで売っている。売り場にならぶエンピツも赤、青、黄色とカラフルである。メイドインUSAのチョコレートやキャンディーがあふれている。

そこでK君がソフトクリームをおごつてくれた。そつとひと舐めすると冷たくて柔らかくて甘い! 口腔で溶けると冷たく甘い味が粘膜に染みわたる。生まれて初めての経験であった。世の中にこんなにおいしいものがあるのかと感動した。家に帰つてこの大事件を家族に話したが、だれも食べた経験がないのであまり反応がなかつた。

ソフトクリームが日本人にはじめて供されたのは昭和26年(1951)

年)、神宮外苑で開催されたアメリカ独立記念日の催しのときだそうだ。この日を記念していまでも7月3日はソフトアイスの日になっている。私がはじめて口にしたのはそれより3年ばかり早い。日本人としてもつとも早くソフトクリームに感動したひとりだろう。それ以来、ソフトクリームはすべての食べ物のなかで別格の位置にある。グルメズームが到来しミシユランの星の数がはばを利かせるようになつても、あのときには勝る感動には出会つていない。いまでも店先に黄色のコーンにらせんを描いて鎮座するソフトクリームの宣伝用フィギュアが眼に入るとつい立ち寄りたくなる。ソフトクリームをおこつてくれたK君は家業の宝石商を継いだが夭折したと、ずっと後になつて知つた。彼を思い浮かべると、いつも白い半そで姿の小学生で現れる。

戦争が終わつてまだ3、4年しか経つておらず、アメリカのお菓子は宝物である。手にはいった一枚の板チョコ(ハーサーという名前だつたか)はネズミのよう<sup>前</sup>に2、3ミリずつかじつて食べた。チューリングガムは寝るまで噛んで、翌朝硬くなつたのを再び噛みだす。味と香りがなくなるまで噛んでいた。

### ライスカレーとナポリタン

そのころの子供にとつて、ごちそうはデパートの食堂で食べるライスカレー(カレーライスは後の呼称)とかスパゲッティーナポリタンである。カレーは真つ黄色で、ジャガイモとニンジンに肉がすこし入つていて、昼食はカレーやスパゲッティをよく注文する。カレーライスは日本橋丸善3Fのマルゼン・カフェの味が気に入つていて、カレーのピリ辛さかげんがよい。ときどきメニューにのる赤カレーは絶品である。窓際のカウンター席に座つて食後のコーヒーを飲みながら、求めたばかりの本のページを括るのは楽しい。スパゲッティーナポリタンは大宮高島屋8Fのレストラン・ローズの鉄板

タリア料理といえばトマトケチャップを使った真つ赤なナポリタンである。カルボナーラとか、ペペロンチーノとかいろいろあるのを知つたのは、カルボナーラとか、ペペロンチーノとかいろいろあるのを知つたのは、カルボナーラとか、ペペロンチーノとかいろいろあるのを知つたのは、カルボナーラとか、ペペロンチーノとかいろいろあるのを知つたのは、カルボナーラとか、ペペロンチーノとかいろいろあるのを知つたのは、

ナポリタンが好きだ。鉄板のうえでジュー・ジュー音を立てるスペゲティにたつ。ぶりタバスコをかけて食べる。テーブルの大きさや隣席との距離も適当でくつろげる。近ごろ昼食どきは高齢のひとり客が増えた。7Fの大型書店で買った本をぱらぱら眺めながら料理を待つのは優雅な時間である。

恋文横丁のたんめん、ギョーザはなはむかしに戻る。高校生のころは部活練習の帰りに渋谷に出て、恋文横丁の中華屋さんによく寄った。昭和25年に勃発した朝鮮戦争当時、英語のできない日本の女性がアメリカ兵に送るラブレターの代筆屋があつたので恋文横丁と呼ばれた。戦災で焼けたコンクリートの高い壁がのこる一角の路地を入ると、小さな中華屋さんが並んでいる。眼のまえで中華鍋と金属製の玉杓子をあやつり、

次々料理をつくり皿に盛つて客の前に置く。テーブルも椅子も柱も天井も油がしみこんで黒ずみ、触るとベ

トベトした。油の匂いが染みついている。ときどきゴキブリがカウンターを走る。注文する料理の定番はたんめん、ギョーザである。ギョーザは大皿にいっしょ盛りで出てくる。T君が「ひとり何個だぞ」と素早く念をおす。たんめんやギョーザがまだ一般的でなく、それを食べにわざわざ足を運んだ。値段もやすく量も満足できた。たんめんにはラー油の入つたうつわの底に沈むトウガラシを幾匙ものせ、お酢をたっぷりかけて食べる。麺や具はもちろんスープも残さず平らげた。醤油とお酢とラー油のミックスを小皿につくり、餃子につけて食べるのもそこで覚えた。

恋文横丁は昭和40年（1965年）に火災で焼失し、その場所には渋谷109ビルが建っている。

戦後がまだ濃く残っていた時代の食にまつわる思い出である。

「俺、もう少し生きたいよ」

浜名 新

療養型病院に勤務していると、実際にさまざまな患者を受け持つことになる。

寝たきりで意思表示も出来ない重度のアルツハイマー型認知症、絶えずぶつぶつ言葉を発している認知症の人、重度の脳卒中後遺症の人、重度の頭部外傷後遺症の人、さまざまな疾患に由来する遷延性意識障害に陥った人（覚醒と睡眠のリズムを有しているが意思表示が出来ない）、進展増悪した神経難病の人、ガン末期の人、心不全や呼吸不全で酸素吸入が必要な人、関節リュウマチが進展・増悪し手足が屈曲・拘縮した人、

高齢で日常生活動作が低下して在宅で面倒見てもられない人、栄養補給用の管（経鼻胃管・胃ろう管）が留置された人、気管切開されて気管チューブが留置された人、留置バルーンが挿入された人など多種多様である。彼らは生き延びてきた関係で、いくつかの病気（持病）と手術歴を有していることが多い。

多くの人は、重度の、想定外の病気や怪我が発生すると、救急指定の一般病院（総合病院）に緊急入院し治療を受ける。そして治療が奏功し快癒し、経口摂食が可能で、ADL（日常生活動作）が自立していれば、住み慣れた自宅へ戻れる。しかし、治療が長引き、寝たきりで長い期間、食止めで嚥下がなされない高齢者は、嚥下食を開始すると嚥下困難に陥り、誤嚥性肺炎を併発する機会が多くなる。

総合病院の担当医は患者の家族と

の病状説明の面談で、患者が経口から食べられなくなつたときどうするか、水分栄養補給法の選択肢を提示して、家族に選択してもらう「説明と同意」の場を設ける。選択肢として栄養管の留置（経鼻胃管・内視鏡菅）、中心静脈へカテーテルを挿入（CVポート皮下に埋め込み）して高カロリー輸液を行う方法、手足の静脈から低カロリー輸液を行う方法

最低限の水分栄養を補給する皮下注射をおこなう方法などを提示する。

担当医は患者に水分栄養補給の手段が整つと、継続して治療や処置を要する場合、転院の条件が満たされたと判断して転院を勧める。家族から介護人などの件で在宅でケアが困難であるとの申し出があれば、患者の転院先として療養型病院を紹介することが多い。

総合病院の医療連携の職員は、担

当医が作成した診療情報提供書（紹介状）を療養型病院へファックスする。療養型病院のケースワーカーは患者の家族へ連絡し、入院相談（入院後担当する医師は同席し、家族と紹介状を吟味する）で、金額、終末期医療などを話し合う。

折り合いがつけば、総合病院から療養型病院に患者を転院させる医療の流れが一般的となつた。

一〇一〇（80歳、男性、仮名）様は、平成\*\*年2月、自宅で意識障害に陥り、急性期治療を標榜する一般病院の神経内科へ搬送され、入院・治療されている。担当医は脳の感染症を疑い、腰椎穿刺から脳脊髄液を検査し、ウイル性脳炎を念頭に、抗ウイルス剤の点滴を行い改善させた。患者には2型糖尿病、慢性腎障害、心房細動・軽い心不全、副鼻腔炎などの持病があつた。そのため、毎日

服用している薬は相当数あつた。

療養型病院に転院した当時、彼は意識清明で、理解力を有し、意思表示できた。手足の麻痺は無く、歩行器を使用し自力で歩けた。食事は米飯の糖尿食（約1500キロカロリ一強）を自力で摂れた。身長170cm、体重は67kgぐらいの中肉・中背であつた。

入院期間が長期に及ぶと、体重が低下することが多い。

その主な原因是、発熱、嘔吐、尿路系や呼吸器系の感染症、腸閉塞様の病態、あるいは運動不足、鬱（うつ）や気分的な要因から食欲がわからず、食事の摂取量や食事の形態の変化のみならず、身体を使うことが少なくなり廃用性に筋肉の量と力が衰えるからである。

彼の終末期の体重は48kgに減つて、筋肉は痩せ衰え、諸関節は硬く、氣の毒な体型に変化していった。

一般的に50歳頃から急に筋肉量が減り、それに伴い筋肉力が減る。筋肉量の約半分は48日くらいで入れ替わるようである。筋肉には、「座る・歩く・走る・噛んでのみ込む・目もある。日常生活動作を行う」などの働きの目もある。

筋肉の生まれ変わりを促すためには、運動のみならず、蛋白質を十分摂る必要が指摘されている。

入院患者にとつて、筋肉の量と力を維持し、増やすことはまず無理であろう。筋肉の量と力が減れば、寝返り動作などの日常生活動作のみならず、そしやくや嚥下の力も低下する。次第に歩行器による自立歩行が困難となり、全介助で車椅子に移乗させられ、介助による車椅子での移動にレベルダウンしていった。彼は離床時間が長くなると、腰や尻の痛みを訴え、ベッドへ戻りたがつた。

つまり筋肉の量と力が低下し、じかに骨に痛みを感じるためのようだ。療養型病院に入院中の患者は、ベッドに臥床していれば、目を閉じて入眠している人が大半である。

咀嚼や呑み込みの機能低下が起きれば、誤嚥性肺炎のリスクは高まる。誤嚥性肺炎治療のため禁食・禁薬にして、点滴による輸液で1週間から10日ぐらい嚥下をしない期間の後、嚥下食を再開するとき、職員は誤嚥性肺炎併発のリスクに細心の注意を払う。

入院1年目の10月頃、血尿が出現。その原因は特定されなかつた。おそらく、慢性の膀胱炎の所見が常に見られたので膀胱の粘膜の剥離が生じたか、あるいは慢性の腎障害のひとつの症状として出現したのかもしれない。そこでワーフアリン0.5mg 1錠を中止。貧血と血清の鉄容量が低いので鉄剤と止血剤を併用させた。

慢性の潜在性の尿路感染症が昂じて発熱すると、採血して炎症反応(CR値・WBC値)が昂進していれば、抗生素の内服、あるいは点滴で対応せざるを得なくなる。度々起きれば、外注の尿培養の検査が必要となる。

身内の人気が利かせて、患者を院外に連れ出して、食事などで気分転換を図る家族は少ない。患者は「かごの鳥」の状態となる。

入院が長引くと、精神の変調を来たすことも稀でない。その人本来の性格が前面に出ることも珍しくない。彼は意図地でわがままな性格なのか、職員に対してぶっきらぼうで、取り付きがたい印象があつた。

職員は接遇に気を遣い、例えば、検査科の女性の職員がベッドサイドに採血にうかがい、「採血のオーダーで腕から血を採りますが、いいかしら」と問うと、「検査をしなくていい」と強い調子で拒否されたことも間々あつたそうだ。

ある時、明け方から尿が出ず、夕方になると下腹部が硬く膨らみ、痛みを訴えた。

「尿で膀胱が膨らみ痛みが出ている。頑張つても尿が出ないのだから、バルーンを挿入して、尿を排出させないといけませんよ」と説明すると、「苦しいからお願いします」と素直に応じた。バルーンを挿入・排尿させて事なきを得た。因みに尿量は1000mlくらい在った。翌日、留置バルーンが気になり、「チューブを外してくれ」と喧しい。

入院2年目の1月頃、時に嘔吐が出現するようになつた。腹部単純X線所見には大腸内に硬い腫瘍状の宿便が詰まり、ガス貯留像が増えて便の通過を妨げている。嘔吐の原因ではないかと考え、輸液で水分を補給注入して様子を見ることもあつた。病状説明のとき、患者さんが口から食べられなくなつた時の対応について妻と相談した。

を行つていた。しかし、本人が拒否し、未施行のときもあつた。

あるとき、ナースから「お腹が膨らみ便秘と腹痛を訴えております」「グリセリン浣腸して下さい」「えらい剣幕で浣腸を拒否されました。どうされますか」、

「止むを得ない。X線写真を見せれども納得するから、放射線科に連絡してください」

本人にレントゲン写真で大腸内の宿便とガス貯留像を見せ、浣腸を行ない、様子觀察したこともあつた。食事を拒否し、少量しか食べず、ナースを困らせる回数が増えた。原因として体調不良、気分の変調(うつ状態)、脱水などがあげられる。摂食不良が続けば、点滴で輸液を

「流動食を注入する栄養の管を留置して延命対応する方法を勧めません。点滴で輸液をおこないます。但し生命が短縮されます。ご了承ください」と僕は切り出した。

妻は日ごろ思つていたのか、

「夫の母親は、鼻からの管で長い間、意識の無い状態で、生かされ、生延び、夫婦ともども苦労、葛藤しました。先日、『栄養管を入れない』ことに夫が納得しました。管を留置しないで下さい」と強調した。

「承知しました」

実際はどうなのか、いざとなると、心境がどう変るか、難しい内容を含む問題である。回診で彼に「食べられなくなつても、栄養管を留置しないで、点滴対応でよいですか」と確かめると、「管など入れなくていいさ」とぶつきのぼうに応えた。いつしか入院2年半頃になつた。

亡くなる3週間前、嘔吐と発熱があり、炎症値の昂進が観察された。XPで肺炎像は無く、尿の炎症所見と、腹部単純XPで胃拡張、大腸のガス像の増加と宿便の存在を認めた。

「尿路感染・広義の腸閉塞症」の

診断で、禁食・禁薬とし、輸液と抗生素の点滴を開始した。約1週間の治療で改善した。

本人が「腹へコです。食べたい、食わしてくれ」と頻りに訴えた。

ナースの介助で、昼飯時、「メイバランスマニ（125ml、200Kカロリー）」を飲ませた。なんと全量、

飲むには飲んだが、直後から呼吸のたびに肺喘鳴が出現してしまつた。

異常事態の知らせに、ベッドサイドへ急行した。「ゼイゼイ」と肺喘鳴が鳴り響き、酸素飽和度が見事に低下！　まさに「誤嚥」そのもの。酸素吸入を開始し、気管内に吸引の管をヒットさせ、胸板をたたき、粘り強く、誤嚥物の吸引に努めた。ようやく肺喘鳴は收まり、抗生素の継続で呼吸器の感染は重度に至らず収束した。

亡くなる5日前ベッドサイドに彼を回診した。

彼の意識は清明で、意思疎通は可能で、まだまだ生きられるのではないかと思われた。今後の治療や処置のこと、雑談的に話が及んだ。以前、奥さんから、栄養保持のための、「胃に管の挿入をしない」ことを聞いていた。

そこで、僕は、「手足の静脈からの輸液のみでは、生き延びる期間に限りがあります。栄養補給用の管の留置は行わない方針でよろしいですね」と確認した。すると、亡くなる恐怖を感じ、自分が無になることに怖気づいたのか？

「管でもかまわないから俺、もう少

し生きたいよ」と彼は本音を吐いた。

僕はびっくりした。でまかせとも

思えないのと、再度、水分栄養補給

の方法として、「点滴による輸液療法

と、留置した栄養管から流動食の注

入の違い、両者による生きる

期間の違い」などを説明した。

「誤嚥があるので口からの食事は當

分無理なこと」、今、点滴による輸液

で水分栄養を維持していること」を

補足した。

終末期を自覚したのか？ しばら

くして、「俺、もう少し生きたいよ」

と彼は僕の眼を見つめて、か細い声

で呟いた。その言葉が僕のハートに

ズシンと響いた。

僕は勤務室へ戻るとスタッフに、

「彼は管でもいいから生きたいそ

うだ」と伝え、直ちに、家族の連絡簿

から彼の妻に電話した。

「旦那さん『栄養補給用の管を入れてもらいたい』と申

れてもいいもう少し生きたい」と申

しております。至急来院して頂き、もう一度、お互い、確認して頂けないでしようか

来院した妻は夫に話しかけた。

「あなたのおばあちゃんの終末期、

栄養管に関する苦労と葛藤を思い起

こしてください。とても大変だった

こと、わかつているでしよう

――――

「ねえあなた、もう2年以上、病院

にお世話になつてているのよ。どう考

えても自宅に戻れないよ。経管栄養

など考えないで、今おこなつてある

点滴による輸液で、十分ではないで

すか」妻は諭すように言い含めた。

「わかったよ、点滴でいいさ」

夫はボソッと応えた。

妻に押し切られるようなかたちで

はあつたが、「栄養管を入れない」こ

とに、お互に納得したようだ。夫婦

の阿吽（あうん）の呼吸というやつ

かもしねない。

彼は、めずらしく、紅をさした女

房と向き合い、夫婦水入らずのやり取りに、心の安らぎを覚えたのか、その数日後、静かに、旅立たれた。

終末期に、意識清明のがん患者が、苦痛から逃れたい一念で、「はやく逝かせてちようだい」、「楽にしてください」などと、たまに本音（本心）を吐く。ここに紹介した患者さんはおのれの終末期を意識したのか、医師の問いに、まだ生きたい意欲を口走つたのかも知れない。

多くの病人は、終末期、意識があれば、病気と寿命とのはざまで、「もう少し生き延びたい」と内心思い、死の恐れを意識して、本音を言葉にする人は少ないのではないか。

ときに、親しい人に、「まだ、お呼び（お迎え）が来ないのよ」と言う人がいる。本心は「まだ逝かないぞ」とのメッセージと受けとれる。

寝床の中で、時の流れに身をまかせ、意識が薄れてくれば、口を動かしても言葉にならないであろう。

(28、2)

## “碎石位”について

水田 正能

昨年の大学産婦人科同門会の忘年会で、同級生と隣り合わせた。その時彼女から、学生講義で疑問に思っているの質問ができるのはあなたしかいないわ、と言つて、二つの宿題を出された。それは“頸”と“頸”は部位別に使い分けがあるのかとい“碎石位”か“載石位”的どちらが正しいのかであつた。

“頸”的“平”は白川静氏によれば、象形としては織機のたて糸を張つた形である。そこから“平”はたて糸を張つた形で、垂直に上下の力が保たれているところをいい、人体では“頸”と“脛”がある。“頸”は“頸”的異体字で、Wikipediaでは異体字とは、同一の文字観念を有する複数の字体であり、実際の使用される文章においては異体字は相互に置換が可能である、となつてゐる。“經濟”より“經濟”が普段使われているように、“頸”を使用してもよいとは思われるが、現在の医学教科書でも“頸”が使われているので、こちらの方がよいだらう。部位による使い分けはない。

碎石位については、パソコンで“さいせきい”と打つと、“碎石位”と“載石位”が出るのがそもそも誤りである。“碎石位”は英語では lithotomy position。Lithotomyはギリシャ語の lithos (石) と tome (截る=切る) からなつており、切開して膀胱結石を摘出する切石術のことなので、“載石位”ではなく“截石位”(せつせきい)“が正しい。

“截”はセツ・たつ・きるとあり、切るの意味である。南山堂の医学大辞典では、“碎石位”的項目に“右切位”となつてゐる。“載石位”となつたのは、碎石位が股間で石を抱いて碎く体位だと勘違いし、石を抱く意味から“載せる”的字を当てたのかもしれない。

膀胱結石の治療の歴史は、エジプトのペピルスに結石の摘出の記載がある。紀元前25年頃に生まれた Aurelius Cornelius Celsus は、青銅製のカテーテルを使って導尿や尿道拡張を行つてゐたといふ。17～18世紀に活躍した別名僧侶ジャック Frère Jacques Beaulieu は、渡りの開業医で、道中の安全を確保するためには、フランス・スコットの修道士の僧衣を着ていたといふが、膀胱結石の手

術に前立腺をよけて外側方より切開を加える方法を発明した。彼は膀胱結石切除術を約4,500件、脱腸手術を2,000件ほど施した。さらにこの頃には膀胱破碎器の記載もあるが、Maximilian Carl-Friedrich Nitzeが膀胱鏡を発明した1876年以前なので、多分、盲目的手技だったと考えられる。それ以前は、腹部に石のような重いものを落として膀胱内の結石を碎いて小さくして、尿と一緒に排出させるという手段も行われていた。いずれにしても膀胱結石を碎くという考え方から、その手技の時の体位を“碎石位”となつたのはと推測している。

## 1) 千支の猿図

今年は申年だ。<sup>さる</sup>そこで曾祖父暁斎が猿を描いた絵について記してみた。<sup>さる</sup>ところで、日本で最も有名な猿の絵といえば、森素仙の「猿図」である。その毛並の表現は、彼が描いて以来、猿を描く際の万人の手本となる。

暁斎は、写生を重んじ、明治20年（1887）に出版された自画伝『暁斎画談』には、暁斎塾の写生風景が描かれている。この図を見ても、暁斎がいかに多くの動物を飼い、弟子にも写生を奨励したかがわかる。

暁斎と娘・暁翠一代の弟子となつた暁月の話によれば、暁斎が写生の為に飼っていた動物は種類も多く、飼育が大変であつたという。とりわけ猿はお気に入りで、多くの写生を残している。暁月は、

河鍋暁斎と娘暁翠の画業  
—千支の猿図・七福神図・骸骨・ほか—

河鍋 楠美

晩年の暁斎が「この猿には大分稼せがせてもらつたから、死んだら私の墓の隣に葬つてくれ」と言い残したとも話していたが、法律上、それは許されなかつた。その猿は廁に行く女性の裾を引っ張るので、雄猿ではないかと弟子は言つていたという。

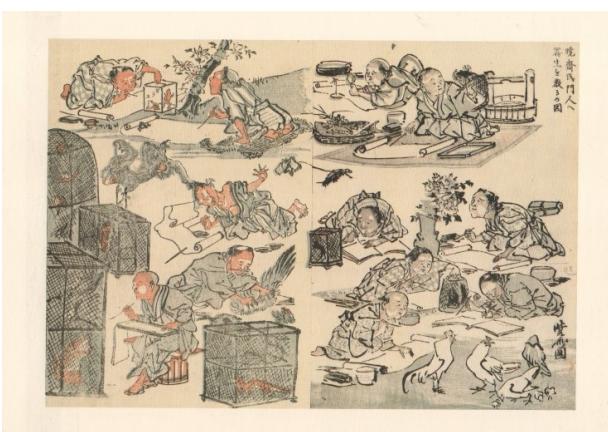


図1『暁斎画談』「暁斎氏門人へ写生を教るの図」河鍋暁斎記念美術館蔵  
中央左に、猿に髪の毛を引っ張られている弟子が見える。

昨年の夏、三菱一号館美術館で開催した「画鬼・暁斎 Kyosai—幕末明治のスター絵師と弟子コンドル」展では、メトロポリタン美術館所蔵の動物画等12点が初めて里帰りして好評を博した。それらはいずれも、河鍋家伝来で当館が所蔵する桐箱「英国人下絵箱」に収められていた下絵の完成品である。暁斎は、コンドルや親しい英国人に描いた下絵を保存するために漆塗りの桐箱を特注し、自身で「英国人下絵箱」と認めほどの大切にしていた。その下絵にもある猿の母子図の完成作品は、メトロポリタンから里帰りした12図の中でも、見事な毛描きや親子の情愛あふれる描写で評判を呼んだ。暁斎も毛描きに関しては狩野派修業時代から関心が高く、夜な夜な師匠の文庫に忍び込み、秘蔵の掛軸の端

をちよつと切つて裏彩色を確かめた、など種々エピソードも残っている。ここに『暁斎画談』中の猿の写生図を示す。(図2)

ところで、かの巨大な木彫像「老



図2 『暁斎画談』「同(暁斎氏)猿の写生」河鍋暁斎記念美術館蔵

猿」で有名な幕末・明治の彫刻家・高村光雲も、暁斎に彫刻の下絵を描いてもらうため、よく通っていたと暁斎の娘で私の祖母の暁翠が証言している。実は、光雲の「老猿」を見た時、「あれ! 猿の顔立ちが暁斎の描く猿相(そんなものがあるとすればだが)に似ている」と直感した。常々人相ならぬ猿相もあるのでは、と思っているのだが、どなたか猿相に詳しい方を存知ありませんか? なんとかして、猿相を知りたいものだ。

## 2) 七福神図

お目出度いと言えば、七福神、お福に福助、高砂の尉と姥、がある。高砂は、現代では結婚祝いの印象が、福助は足袋の印象が強くなってしまっているから、いかなる時にも目出度いものとしては、七福神が一般的だろう。

暁斎の作品にも七福神が多い。そ



図3 暁斎筆「新板大黒天福引之図」河鍋暁斎記念美術館蔵



図4 暁翠筆「七福神丙申宝船之図」河鍋暁斎記念美術館蔵

れだけ需要が多かつたのであろうが、定番の七柱揃った七福神図も描きながら、それでは面白くないとばかりに、ユーモアに富んだ七福神図がある。その一例が干支にちなんだ錦絵で、子年なら、大黒様がお使いの鼠たちにくじを引かせて賞品を与えるほかの福神様たちは芝居に興じている「新板大黒天福引之図」(図3)などだが、それだ。

今年は申年、暁斎の娘で私の祖母・暁翠が描いた、ユーモアあふれる七福神をお目に掛けよう。暁翠は、現在の女子美術大学草創期に教師として教鞭をふるつたこともある閨秀画家だ。しかし当時の女流画家としては珍しく、ユーモアあふれる「七福神丙申宝船之図」(図4)を描いている。さて、この図には猿が何匹いるか、おわかりだろうか。答えは、5匹。しかも、宝船に乗

つてているのは六福神。はてな?と見渡すと、はるか彼方に鶴に乗り、宝船を追いかけてくる寿老人がいる。これで七福神。では5匹の猿はどこに?種明かしをすれば、宝船を見るよと、舵をとる1匹、舳先の右と左で棹を差す2匹、そして右上の表題に2匹、である。

これは大判錦絵3枚続きで大画面だが、小さい版画の宝船図は、暮になると需要が高まる。七福神が乗る宝船の版画（小判形）を枕の下に敷いて寝ると初夢（1月2日の夜）に縁起の良い夢を見る、と言う習わしがあるためだ。縁起の良い初夢とは、「一富士、一鷹、三茄子」といわれ、それに類する縁起の良い初夢を見たい時、この図の需要が多くなるのだ。そこで江戸時代の元旦は、「お宝く、お宝く」と宝船売りが街々を賑わった。版画は安く、一枚何文の世界だから、誰でも容易に買ったといえど、

それだけだが、手摺り版画を枕の下に敷き初夢を見ると、なんとも風情があり、江戸の庶民の文化的レベルは今よりずっと高かつたかと言えそうだ。

### 3) 晓斎の骸骨

メキシコ出身のN・H教授は、メキシコ出身の画家ホセ・グアダルペ・ポサダの研究者でもある。氏は長く「骸骨図はポサダが世界一」と講義され、書物にも書いておられた。それを見た当館友の会会員であるH氏のご友人が当館に彼女をお連れくださったので、晓斎の骸骨図を見ていただいた。その結果、晓斎の骸骨図のほうがユーモアに富み、世界一と賞賛され、晓斎ファンになつてくださった。それ以後、氏は、「晓斎の骸骨図はポサダ以上」と講義もされるようになつた由。

『バカの壁』の著書で有名な東京

大学解剖学の名譽教授・養老孟司先生も晓斎の骸骨はデッサンが優れていて最高と折紙を付けて下さつた。先生のお気に入りは当館所蔵の「骸骨の茶の湯」（図5）で、この図を茶掛けにして茶会をしたら楽しいのではないかとおっしゃつた。

森美術館で平成21年（2009）



図5 晓斎筆「骸骨の茶の湯 下絵」 河野英斎記念美術館蔵

に開催された「医学と芸術」展でも曉斎の骸骨図は好評で、「骸骨の生け花」(図6)のトートバッグが販売され、人気だったそうだ。曉斎の骸骨は骨格が正確な上にユーモアがあり、怖さや気持ち悪さがない。骸骨の図は、英国人建築家で曉斎の弟子となつたジョサイア・コンドルからもらった西洋の医学書を見て学び、それを見曉斎なりに動かしているので正確なのだ。曉斎筆「地獄太夫と一休図」も人気がある。こちらは贋作も多い



図6 晓斎筆「骸骨の生け花 下絵」  
河鍋曉斎記念美術館蔵

が、贋作は骸骨を見れば判ると言わ  
れる。骨格を知らずに引き写したの  
では、間接部分の構造が正確でなく  
なるためである。

なお、先述した三斐一號館美術館  
での「画鬼・曉斎 Kyōsai」  
幕末明治のスター絵師と弟子コンド  
ル展では、曉斎の骸骨の酔っぱら  
い(図7)をプリントしたカップ酒



図7 晓斎筆「骸骨の酔態 下絵」  
河鍋曉斎記念美術館蔵

#### 4) 明治の教育は凄かった。

明治初期は、文明開化の旗印のもと、西欧の文化に「追いつけ追い越せ」とばかりに英語の本が訳された。曉斎もその挿絵を担当している。今までに見つかっているだけでも訳本は7冊あり、



カップ酒

①テ・パルソン著『連邦商律』(藤

田九一訛

② 『万国奇談』(青木輔清訳)

③インツノ著『伊蘇普物語』(源音温)

④マルセツト著『母の導き』(土居光 訳)

華訳(一)

## ⑤ 地学図解 (高尾千代著)

(菅野虎太訳)、



図8 晓斎筆『狂斎百図』手ならい

等である。

明治5年（1872）に学校制度が確立する以前の江戸時代は「寺子屋」で武士や教養のある名主、商人などが「読み・書き・算盤」を教えていた。曉齋が描いた庶民の寺子屋の一場面が、版本『狂斎百図』（図8）

明治二年以

前は狂斎と号した)の中にあるのでここに紹介する。『狂斎百図』は、

日本の諺  
に挿絵をつ  
けたもので  
内外ともに  
広く知れ渡

関葦雄著『頭書類語』 小学用女用文  
塚原苔園著『小学商業書』  
加藤義質・唐川徹・佐藤義勇著  
『新撰 小学日本地理小誌』  
木戸鱗著『小学修身書』

った木版多色摺りの本である。寺子屋の愉快な情景が楽しい。「手習い」とは習字のことである。

さて、明治5年（1872）に学校制度が確立すると、わずかの間で欧米列強に学び追いついた明治の教育は、凄かつたと言わざるを得ない。曉斎はこの明治教育で使われた教科書の挿絵も多く描いている。小学生を対象とした本だけでも

それらの中から『小學修身書』(図9)を紹介しよう。小学校一年生から六年生までの修身の教科書で、図10は一年生のものだが、学年が進むと文字は小さくなり挿絵もなくなる。例えば一年生の「考第」の章には、次のような内容が記されている(原文のまま)。



図9 『小學修身書』

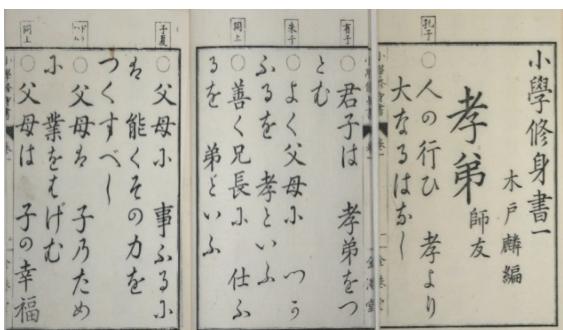


図10 小学修身書一 木戸麟編(小学1年生用)

これが、明治の小学1年生の教科書である。

かつて、中国における二十四人の親孝行の物語「二十四孝」は、戦前は「修身」で習い、誰でも知っていた。曉齋も、残念ながら版画として出版されなかつたが、その下絵を描いている。しかし、「修身」が「道徳」となつた現代では、文学部の修士を出た人でさえ知らなくなつてしまつた。そこで私が発行している『曉齋』第58号、第60号に載せたほどだ。親殺し、子殺しが目につく今、ほしい。私もやはり古い人間らしい。

嫁入りはこうだと

## 本屋そつと見せ

豊泉 清

ほととぎす鳴くや皐月のあやめ草あ  
やめも知らぬ恋もするかな  
ほととぎす我とはなしに卯の花の憂  
き世の中に鳴き渡るらむ  
ほととぎす鳴きつる方を挑むればた  
だ有明の月ぞ残れる  
ほととぎす大竹藪をもる月夜  
ほととぎす平安城を筋交いに

染み深い鳥である。ホトトギスには  
不如帰、杜鵑、時鳥、子規、蜀魂、  
沓手鳥など、何通りもの宛字表記が  
ある。

鳴かずんば殺してしまえほととぎす  
鳴かずんば鳴かせてみせようほととぎす  
鳴かずんは鳴くまで待とうほととぎす  
信長、秀吉、家康の性格の特徴を  
描写した句として、よく三句を組み  
にして引用される。ここにもホトト  
ギスが登場する。

「聞いたかと問えば食つたかと聞  
かれ」という江戸川柳がある。「ホト  
トギスの声を聞いたか」と質問した  
ら「初鰯を食つたか」と聞き返され  
たという会話の場面である。山口素  
堂の「目に青葉山ほととぎす初鰯」

見て、耳でほととぎすの鳴き声を聞  
くだけなら金は掛からないが、高価  
な初鰯を食うには莫大な出費を要す  
る。やはり目には青葉……という俳  
句を下敷きにしている。  
「転ばぬと翁は雪に凍え死に」  
松尾芭蕉の「いざさらば雪見に転  
ぶところまで」という俳句を下敷き  
にしている。転んだ所で家に引き返  
そうと詠んでいるが、もし芭蕉翁が  
転ばなければ、際限もなく歩き続け  
て、最後には凍死してしまうだろう  
という空想である。

「霞から秋風までは長い嘘」

能因法師が東北地方に修行の旅に  
出かけると、言つて京都の庵に籠(こ  
も)つた。そして旅先で詠んだと偽  
つて「都をば霞と共に発ちしかど秋  
風の吹く白河の闕」という和歌を発  
表したが、後に嘘が露見したという  
逸話を踏まえている川柳である。  
「三人で一人魚食う秋の暮れ」と

高校の古文の授業でホトトギスが  
登場する和歌や俳句を教わった。古  
代の文人はホトトギスという鳥をこ  
よなく愛していたようだが、私は遺  
憾ながらホトトギスの実物を見たこ  
ともなく声を聞いたこともない。鳥  
類図鑑によればホトトギスはカツコ  
ウの仲間だそうである。カツコウは  
山歩きをする時によく声を聞き、馴

いう江戸川柳がある。新古今集に「秋の夕暮れ」で終わる二首の名歌が載つており、三夕（さんせき）の歌と称されている。

寂しさはその色としもなかりけり楓立つ山の秋の夕暮れ 寂蓮  
心無き身にも哀れは知られけり鳴立つ沢の秋の夕暮れ 西行  
見渡せば花も紅葉も無かりけり浦の芭屋の秋の夕暮れ 定家

寂蓮と西行は僧侶だから生臭いものは口にしないが、藤原定家はお公家さんだから魚も食べられる。三夕の和歌の詠み人が集まって宴会を催したら、一人だけ魚を食つたといいう川柳の発想である。三夕の和歌を知らず、なおかつ詠み人の職業も知らず、僧侶は生臭い物を食べないと、う習慣も知らないと、この川柳は理解できない。手の込んだ謎々形式の

川柳である。

「石山でできた書物のやわらかさ」

紫式部が滋賀県の石山寺で源氏物語を執筆した。光源氏を中心とする

平安貴族の恋愛物語である。要するに軟らかい内容である。執筆した寺の名前の「石」と「軟らかさ」が対語になつてている。

「歌で見りや必ず穴があると見え」

小野小町は下の方に穴が無かつたとまことしやかに伝えられている。つまり女性性器の奇形だから男性との交渉は出来なかつたと考えられるが、恋の歌もたくさん詠んでいるか

ら、性交渉もあつたに違ひないと「業平は高位高官下女小あま」  
う川柳子の想像である。

これらの川柳から江戸時代の庶民は古典文学や和歌や俳句などにも精通していた。つまり川柳をひねる人には、教養の豊かな読書人が多かつたと推測できる。

江戸時代には書物の行商人がいた。各家庭を定期的に巡つて、本を貸したり売つたりしていた。客の好みで

生涯に何人くらいの女性と交わつたのだろうか。

「新いうち女房は沖の石」

百人一首に「我が袖は潮干に見えぬ沖の石の人こそ知らね乾く間もなし」という和歌が載つている。私の

涙で乾く間もなく、いつも濡れていますという大意である。この和歌を踏まえて、新婚早々の女房は連日連夜の房事過度で、下の方が乾く間もないと詠んでいる。

時には春本も持つて歩いていた。

「足音がすると論語の下に入れ」

論語の勉強をしている振りをして

エロ本を読んでいたら、誰か近付いて

来るの、慌ててエロ本を論語の下に隠した。

「嫁入りはこうだと本屋そつと見せ」

初心（うぶ）な娘に「嫁入りとはこういう事をするんだよ」と、房事の場面を描いた春画をちらりと見せる本屋もいる。

寺子屋という教育制度のお陰で、当時の日本は世界一識字率の高い国だったと言われている。読書は一般庶民にとつて最高の娯楽だったようである。

## 北岳バットレスと

### 魚肉ソーセージ

出来 尚史

悲劇の死を遂げた松濤明も第一尾根や中央稜の初登記録に名を連ねてゐる。

南アルプスの北岳は我が国第二の高峰である。東面は急峻な六本の岩稜によって形成され、美しくも力強い景観を呈している。登山家の小島烏水はこの岩の殿堂に「バットレス」という名を付した。この言葉は欧洲の建築用語で「控え壁」を意味するという。主壁に対して直角に設置された補強壁。しかしこの山では岩稜は単なる支えではない。平らな岩壁が少ないため、鋭い岩稜それ自身が主役となる。「北岳バットレス」、その名は東面に広がる大岩壁そのものを、いや山そのものを表すと言つてもよい。

昭和の初期にはこの岩場に大勢のクライマーが集い、ルート開拓の一一番乗りを競つた。槍ヶ岳北鎌尾根である。

一方で岩登りも相変わらずの人気を保つてゐると聞く。クライマー憧れのバットレス、その中心的存在が中央やや南寄り、大樺沢左俣に向かつて長く伸びる第四尾根だ。

私にとつて北岳は特別の山である。これまで登つた山それぞれに懐かしい想い出があるが、この山だけは別格だと思つてゐる。北岳すなわちバ

ツトレス、バットレスすなわち第四尾根、第四尾根すなわちマツチ箱のコル上部のスラブ（滑らかな岩板）状岩壁。そして今は亡き山の先輩Yさん――。

四十六年ぶりに北岳に登った。素晴らしい秋日和だった。せせらぎを聞きながら大樺沢を遡行する。三時間で開けた河原に出た。バットレスは眼前だ。ここからは岩壁の東北面がよく見える。二俣から先は大樺沢右俣を辿った。私の若い頃にはまだ開拓されていなかつたコースだ。初つ端から急登を強いられた。高度が上がるにつれて眼下に左俣コースが見えるようになってきた。八本歯のコルへと続く道である。左俣の向こう、池山吊尾根の側面は紅葉で彩っていた。その間を縫つて数条の流れが認められる。急斜面であるため、滝といつてもよいほどの

勢いだ。

赤や黄色の美しい林の中を登った。しばらく進むと木々の間から第四尾根のシンボルであるマツチ箱のコルが見えてきた。尾根に刻まれたV字型の溝みである。巨人が大斧をふるつて抉り取つたかのような鋭い切れ込みだ。ダケカンバやカエデの葉で見え隠れする。もどかしい。

九十九折の急坂が終わる頃、林を抜けた。ついに第四尾根は北岳頂上へと続くその全容を現わしたのだ。

「ああ、やつと」

私は安堵の溜め息を漏らした。今日の山行は実にこのためにあつた。

他ならぬこの尾根を見るために――。

その昔、私はバットレス第四尾根を攀じた。そしてマツチ箱のコルからの第一ピッチで落下した。この時私の命を繋いだのは直径11mmのザイルである。ザイルの先にいて私を確保してくれたのはYさんだつた。

冥土へ行く前にもう一度第四尾根を見た。その思いに突き動かされここまでやつて来た。計画してからこの日まで三ヶ月もの時が経つ。夏山行の予定が台風や秋雨前線に阻まれて延び延びになつていた。念願叶つた今、気分は昂揚するかと思つ



北岳バットレス第四尾根マツチ箱のコル

ていたが、むしろ静かな気持ちだ。そんな自分に驚いている。

一九六九年四月三十日に入山した。北岳集中登山。所属する山岳会の春山合宿だった。二俣から少し上がつたところにベースキャンプを設営した。当時は今のような規制もなく、大樺沢の河原にはどこでもテントを張れた。

二日目の早朝ヘルメットを被り、アタツクザックを背負つて出発した。鉄製品が多いので装備は10 kgを超える。雪の詰まつたCガリーを登つた。第四尾根取り付き地点でアンザインレンした。このルートは全部で七ピッチ。総合的には三等級の評価だが、所々IV級のピッチも混じつている。私のような駆け出しクライマーは一瞬たりとも気を抜くことができない。

登攀は順調だった。陽が当たり、

岩に温もりが感じられるようになつてきた。ザイルがどんどん伸びる。下から見るとYさんの動きは芸術的といつてもいいほどだ。彼は中間ビレイをほとんど取らない。淀みないテンポで進み、見る見る高度を稼いでいく。私は一心にその後を追う。周りのものは何も目に入らなかつた。見るはただ眼前の岩のみ。手掛かりとなりそうな小さな突起や窪み（ホールド）、わずかな足場（スタンス）を見つけようと必死だつた。緊張が続くと時間の経過がわからなくなる。気付いた時にはマツチ箱の頭にいた。難しいと言われていた箇所はいつの間にか通り過ぎたとみえる。懸垂下降でマツチ箱のコルに降りた。10 mの下降と聞いていたが、40 mザイルを二重にして使って、ほとんど余らない。下降距離はもつと長かつたのではないかと思う。

コルからの第六ピッチもYさんがリードした。出だしはスラブの急斜面である。Yさんは軽々と登つて行った。ホールドに乏しそうな岩を見て私は嫌な予感がした。その予感は見事に的中する。

少し上がつたところで行き詰つた右手の次のホールドが見つからない。左右の足は開いたまま、いづれも狭いスタンスに乗つている。ルートを誤つた、と思つた。Yさんの動きは見ていたはずなのにどこで間違えたのだろう。さてどうする？抜け道は右か？ それとも左？

右上方に小さな岩の出っ張りが見えた。あれに手を掛けたいが、このままの態勢では無理だ。なんとか工夫はないものか。頭上に残置ハーネンを見つけた私は決心した。右の掌を岩に押し付け、バランスを取りながら左手のホールドを離す。そして離したその手の人差し指をハーケンの穴に突つ込んだ。これで右手の自

由度が上がる。右手を思いつきり伸ばしてみた。

ああ、なんとしたことか！届かないのだ。あと3cm！今度は左の足を浮かせて右足の荷重を増やし、体を捻り気味にして試してみた。それでも掴めない。狭いスタンスにいるので足は悲鳴を上げ始めていた。それになにより辛いのはハーケンに突っ込んだ人差し指だ。指一本の力は弱い。すでに指は痺れ、腕の痙攣が始まっていた。右手に持ち替えたかったが、いまそれをやると確実に落ちる。しかしどつみち、このままでは落ちるしかないのだ。耐えうる限界だった。

〔落ちる。頼みまあ～す〕

上で確保してくれているYさんに向つて叫んだ。

「わかつた」の声を聞くやいなや私は指をハーケンの穴から抜いた。

東の間の浮遊感。ザイルがピンと

張る。私は宙吊りになった。コルまでは数メートルの高さだが、コル自体が狭い。ザイルなしで落ちれば、縁から転げて谷底までまっしぐらだ。命運を分けたザイル。それに懸つた私の体重をYさんが上で支えてくれている。負担を軽くせねば、と急いで岩壁を掴んだ。うれしいことに位置が少しずれただけでしつかりした足場とホールドが得られた。

二度目の登行はスムーズだった。どうしてあんなに手間取ったのだろうと不思議に思う程だ。Yさんの所まで辿り着くと「どうしたんだ」と尋ねられた。ハーケンの穴に指を入れたことを話すと、「よほど次の手が確実でない限り、そんなことはすべきではない」とと言われた。

最終。ピッチは特に問題なかつた。テラス（岩棚）に着いた。我々の後に続く。ペーティーはいない。ザックを降ろして休むことにした。自分の

体とザックを支点に繋ぎ、テラスに腰を掛けた。雲海の上に富士山が浮かんでいる。ここから見る富士はひときわ雄大だ。日本の最高峰と第二位の北岳。両者がこのように向き合つているとは、それまで想像したこともなかつた。

何か食べようということになつた。私はザックからソーセージを出して齧つた。魚肉ソーセージである。傍らを見るとYさんも同じものを食べている。二人で顔を見合わせて笑つた。魚肉ソーセージは持ち運びに軽いし、栄養価も高い。携行食として最適であつた。

その時の写真が残つてゐる。身動ききならないほど狭い場所でよく撮つたものだと思う。Yさんの顔は左上を向いている。頂上を見ているのだろう。写真には彼が手に握つたソーセージの断面まで写つてゐた。

そこから先はザイルなしで登つた。

頂上にはまだかなり雪が残っていた。

驚いたことに犬を見かけた。三千mの山で犬を見たのは初めてだった。

犬連れの雲上漫歩？いやはや粹な御仁もいたものだ。

帰りは岩降りなし。八本歯のコル経由で一気にベースキャンプに戻った。

北岳合宿の翌年、Yさんは落石事故に遭った。場所は谷川岳一ノ倉沢。パートナーのSさんは死亡。Yさんは手術により命を取り留めたが、二度と山登りの一線に復帰することはなかつた。

私がYさんと再会できたのはそれから四十二年後のことである。同じ山岳会の仲間であるTさんの計らいによるものだつた。三人はTさんの出品する山岳写真展で会つた。Yさんは瘦せていた。食道疾患で手術を受けたばかりだという。「もう大丈夫

なんだ」この言葉を聞いてTさんも私も安心した。その日は昔話に花が咲いた。

その翌年、また写真展に誘おうとYさんに電話をかけた。「行かれない」という返事の内容よりも、声に元気がないのが気がかりだつた。それから一年もたたないうちに彼の訃報が届いた。電話で話した時はよほど具合が悪かつたのだろう。思い返し、申し訳ない気持ちでいっぱいになつた。

二〇一五年の秋、私は北岳稜線下の右俣コース中間地点にいる。ここからはマッチ箱のコルやその直上のスラブがよく見える。格闘している私、赤いザイルを握るYさんの姿がそこに重なる。ああ、あそこに行つて、この手で岩肌に触れてみたい、と思う。しかしそれは無理な話だ。

こういう形で再訪できただけでも幸

せと思わねばならない。

道端の岩に腰を降ろし、昔と同じようにザックから魚肉ソーセージを出して食べた。近所の店で見つけて、この日のために買っておいたものだ。

三分の一ほど齧つたところで胸がつまり、それ以上は食べられなくなつた。懐かしい魚肉ソーセージは涙の味がした。

その夜は北岳直下の小屋に泊まつた。

翌朝

見事な御来光を拝む。5時

25分、茫洋たる雲海の彼方から太陽が顔を出した。曙光はおずおずと、その後はいつきに——ためらいを捨てた光の束が、清澄な大気を貫いて駆けて来る。空を染め、峰々を染め、闇を追い払いながら、まっしづらに。あつ、橋だ、と私は呟いた。きらめく光の橋。彼岸と此岸とを結ぶ橋。夢や希望、思慕、懐古……もろもろの心情の行き交う橋。Yさんも、きつ

とどこかで、私たちの知らないどこかで、この橋を見ている——そんな思いがふと胸をよぎつた。  
高度三千mの世界に朝が広がつていく。山頂はモルゲンロートに燃え、岩々がその眠りからゆづくりと目覚め始めた。



黎明（北岳肩の小屋にて撮影）

## チエーホフを読む（10）

### 可愛い女

藤倉 一郎

チエーホフの作品のなかで最も著明で、トルストイにも絶賛されたといわれている。やや晩年の昨であるが、女性のありかたをめぐつて議論が多い。

オーレンカは五等官の娘で、特に美しいわけではないが、チボリの経営者のダーキンと結婚して芝居や楽団公演を手がけている。オーレンカは夫の仕事を全面的に支援し、芝居の俳優選びでも、楽団の選択でも結構な意見をもつてゐる。夫のダーキンがモスクワ出張中に亡くなつてしまつたので、悲嘆にくれていた。

暫くすると材木置き場の管理人ワシリーと知り合いになり、彼をすつ

かり愛するようになった。材木置き場の帳場に座つて、夫の留守中をしつかり守つた。すつかり材木商になつたオーレンカは材木のことは何でも詳しく話せるようになつた。結婚して6年、夫が風邪がもとで発病し4月に亡くなつてしまつた。

この時も絶望的に悲しんだが半年ほどすると、妻と子供と別居している獣医のスマールニンと親しくなつた。獣医と一緒にすると、彼女の話題は牛や馬や家畜の病気の話が中心になつた。連隊の移動でスマールニンがいなくなると、オーレンカはまた一人になつてしまつた。おしゃべりする相手もなく、さびしく暮らしていると、突然スマールニンがやつてきた。妻や子供をつれて転居してきたのである。子供はサーシャといい中学へ通つていた。妻はある日ハルコフの姉の家へ行つたきり帰つて来なかつた。

スミールニンは出張しがちで、留守が多いのでサーシャをひきとつて部屋を一つ与え、かれを中学に送り出すのが楽しみだった。マーシャの成長が何より楽しみだった。

夜中に突然戸を叩く音がして、マ

ーシャの母が息子を連れ戻しにきだのではないかと、びっくりして飛び起きたが、獣医が帰ってきたのだつた。安心して、まあ 良かつたと思うとまた横になつた。

夫の死後落胆はするが、まもなく復活すると次の夫の仕事に情熱を注いで夢中になれる人なのである。二度も夫に死別しながら、またまた次ぎの夫の仕事にも夢中になつていたが、つぎはその子供の教育に熱心になり、その子の成長を見守ることが生きがいで毎日をいきいきしているのである。

確かにこんな生き方が幸せである。

ふつう夫に死別すれば、そこで悲嘆にくれて、孤独なきびしい生活をするようになつてしまふのが多いがオーレンカは現実肯定的で明るく希望にもえている。なにがあつても不幸にならないのだ。

いろいろな意見はあるだろうが、こんな女性は真実味がなくて、いやだという人もいるだろう。しかし本人にしてみれば生きることで現実を肯定し、それに夢中になれるのだから幸である。たとえ悲しみのまま暮らしていくても仕方ないのだ。可愛いというより愛すべき女とすべきかもしれない。

## ベ平連

日本指圧協会の主催する恒例の夏

期大学(2泊3日)が実施された。ベトナム支部から支部長のゴック・アソンさんが支部員を連れ、指圧技術の研修に参加された。世界指圧国際大会をベトナムで!の声に呼応しての訪日である。現今、経済・治安も良く好日的なベトナムにも悲しい過去があつた。

平和憲法擁護を訴える「九条の会」の鶴見俊輔さんが20日死去された。「市民グループ声なき声の会」を組織し、ベトナム戦争による悲惨な戦火の中、1965年に小田実(まこと)氏らと「ベトナムに平和を!市民連合」(ベ平連)を立ちあげ、私の

中学の同期生（東大中退）吉川勇一氏（5月28日死去）が事務局長で、誠実と情熱を捧げた華々しい活躍が印象的だった（74年解散）。戦後のリベラル思想を体現された三氏共今は居ない。

ベトナムには平和が残された。指圧国際大会が待ち遠しい。日本も戦後70年維持している平和を無駄にしないで欲しいものだ。

（27・07）

**高校野球と大相撲**

夏の甲子園高校野球予選で、奇遇というか因縁というか珍しい結果が報道された。昨年石川県決勝で星後高校が小松大谷高校を0-8から笑顔の大逆転（26・06）を見たが、今年の準決勝での対決が0-3から最終回小松大谷高校が「ミラクル返し」の逆転、決勝に進出とあつた。（決勝戦で敗退）

大相撲名古屋場所で長野県出身の“御嶽海”が初日からの8連勝を含み新十両で千秋楽を待たず11勝4敗で優勝した。

私見で注目の若手三羽鳥のうち、“高立”と“大翔丸”が共に新十両負け越し、幕下全勝の返り咲きを繰り返している中、“御嶽海”的活躍は素晴らしい。好漢自重して稽古に励み、大相撲を盛り上げて欲しい。勝負はドラマを演出する。何が起きるか目が離せない。

（27・07）

**継続は力（プロの記録）**

プロ野球の谷繁元信氏（中日）が

出場記録3018試合、松井稼頭央

氏（楽天）2000本安打（国内）

達成である。とくに要の捕手兼監督である谷繁選手は野村克也氏（西武）捕手兼監督を超えての最多記録である。松井選手は7年間のアメリカリーグを含めると2615本の安打記

録になる。日米野球ではイチロー選手（マーリンズ）3249試合がある。共に並外れた鍛練と健康管理の賜（たまもの）で現役でさらなる記録向上を期待する。「継続した者が強い」とは谷繁氏の談話である。

大相撲のモンゴル出身の先駆者・元関脇の旭天鵬関も名古屋場所で史上一位の幕内出場1470回を記録した後引退を表明した。（年寄り大島襲名）日本に帰化しての事。「無事是名馬」ならぬ鍛練と記録は、その地位を維持する健康管理の賜もの、「継続は力」を如実に示した結果として称賛したい。

（27・07）

**ペインクリニック**

痛みには専門的に、侵害受容性疼痛「体性痛、内蔵痛、関連痛」と神経障害性疼痛「神経系自体痛」および心因性疼痛がある。

ペインクリニックでは、病みの原

因の除去が神経伝達を遮断する方法を取る。元来は生体防御反応のため、警告として発生する筈の痛みが、原因が解消されても存在すると、それ自体が一つの疾患となる。

7月12日、NHKスペシャルで「脳で治す腰痛治療革命」が放映され、反響を呼んだ。運動法で解決する東京大学医学部松平浩先生の指導法である。先生は前述の心因性疼痛を原因に挙げ、脳に暗示を懸け、脳内のDLPFC（背外側前頭前野）と呼ばれる部分を活性化すると言う。カナダのマギル大学の調査で、DLPFCは脳内で作られた「痛い」というシグナルを鎮める作用があり、慢性腰痛患者の脳のこの部分の体積が減少していた。そのため炎症が治まつても脳の神経細胞は興奮しており、DLPFCがシグナルを出せず、「幻の痛」みを生じてしまう。体積が減る原因は、痛みへの恐怖心が関

連している。つまりストレスがDLPFCに懸かって、いつまでも慢

性の痛みとして続く訳である。

そこで、脳を納得させる軽い運動法と暗示を懸けるという「認知行動療法」でDLPFCの体積が戻り、痛みが改善されるという訳である。まさに、母心の『痛いの痛いの飛んで行け！』なのだ。

脳への恐怖心（トラウマ）を取り除く暗示と、立位で足をやや開き、尻に両手を当て、息を吐きながら、背中をゆっくりと反らす。膝は出来るだけ伸ばす。この姿勢を3秒維持する……これがそのマジックであった。実演の効果を知る。

「腰痛に手術は不要？」と題されたビデオで、うつ病や不安状態の解決にも繋がるとNHKのホームペー

ジでビデオ公開中である。

## 食細胞 生体御力の強化

人が健康を維持する力は、侵入病原微生物を排除する体内の好中球やマクロファージを代表する食細胞の存在による。体内に生じた不要老廃物や古い細胞の処理を担つてその食細胞の賦活にクロレラやルミン（感光色素）が、ガンの予防や健康維持の基に利用されて久しい。

生体防御の役割りを担うリンパ球や食細胞は、骨髄で造られ20歳位がピークで、その力は、加齢・食生活の乱れやストレス等で低下する。

現今は、自分の健康は自分で護るセルフメディケーションの時代。病気になつて薬を服用したり病院に行くのではなく、日頃からの健康維持の自己管理に努めるようとに、九州大学野本亀久雄先生が提言された。

加齢は仕方がないが、食生活の改

善やストレス解消は率先して実行し、PPK(ピン・ピンコロリ)を目指し、食細胞の強化に努めている毎日である。

(27・07)

## 透明な年齢ゾーン

「老い」とは自分の年齢と折り合いを付けること、と黒井千次氏は言う。七十、八十に達した時、その年齢にどう付き合うか解らない方が多い。年齢は常に初体験なのだ。

つまり、自分の年齢(客観的表現)と本人の気分(曖昧な主観的表現)そして実際の肉体(現実的)の三者間の距離の乖離に迷う訳である。

八十代になると今までと違った体力の衰えが進み、七十年代の時「ゆとり」が失われ、「老い」の自覚を知る訳だ。

黒井さんは、七十代は過ぎたとしても八十代にはまだ少し間があるという新しい透明な年齢ゾーンが何処かに在るのではないかと周囲を見回して見たい気分が強いという。

つまり、八十年代に入つても何年かは、それを認めたくない心境なのだ。同感である。

(27・07)

## トランス脂肪酸(tFA)

米国食品医薬品局(FAD)では2018年6月以降(3年の猶予期限)で、トランス脂肪酸(tFA)を生成する油脂の使用を原則禁止する。

tFAは不飽和脂肪酸と呼ばれる脂質の一種。自然由来のものもあるが植物油を加工する際にも発生する。

摂り過ぎると血中の悪玉のLDLコレステロールが増えて、善玉のHDLコレステロールが減り、心臓病のリスクが高まる。WHO(世界保健機関)はその摂取量を総エネルギーの1%以下と設定したが、日本の内閣府食品安全委員会は日本人の大多数は、現況では1%未満と推定され

ているとし、規制していない。

tFAは多くは植物油を固める過程で出来るので、パン・菓子類・マーガリン・加工油脂等思いの外に含む食品が多い。アレルギー疾患、不妊の原因とも言われ、日本でも早期の規制が望まれている。

食品業界などでは消費者の懸念を拭い去るため、使用量の低減や原料の切り替え等、自主対策を講じているようだ。

(27・07)

## 70回原爆忌(折り鶴に託す)

被爆地広島は8月6日、70回目の原爆忌を迎え、平和記念公園で「平和祈念原爆死没者慰靈式」が挙行された。唯一被爆国の日本から核兵器廃絶と平和宣言を全世界に発信した。出席した安倍首相は「核兵器の無い世界実現に向けての努力を積み重ねる」と挨拶したが、昨年まで盛り込んだ「非核二原則」(持たない・造ら

ない・持ち込まない）の堅持に言及しなかつた。これは1967年、時の佐藤栄作首相が表明したもの（強い批判を浴びたため、長崎の記念式典では取り入れたが……）

全国から寄せられた“折り鶴（千羽鶴）”が古いものから80トンほどリサイクルされるため、一枚一枚解体したところ、数多くのメッセージが記入されていたとのこと。

「平和への願い」が年月と共に消えてしまうようだが、その願いは永遠であつて欲しいものだ。（27・08）

下流老人

最近の週刊誌で流行語になつてい  
る。高齢者の貧困問題が気になる。

消費増税を機に低年金・低所得の高齢者が、一気に生活保護受給者になだれ込むと「下流老人」著者藤田氏は言う。

ガンは恋人

マクロ経済スライド（04導入）は物価上昇にあわせて年金を増やす制度だが、実情は等しく作用しない実質カットである。アベノミックス脱デフレ政策により、今年6月より発動された年金財政支出削減のため、加齢により減額され、長生きすれば最後は誰もが「下流老人」の仲間入りをすることになる。

中高年の多くは今の収入、今の支出が維持されてこそ、『老後安定』が、実は再来年の僅か2%の消費税増税が引き金で崩壊するという。軽減税率見送りや2%還付案（飲食品）が決着を見ない今、消費税増税のトライガーライをひく安倍政権を倒すのは、下流老人の反乱かも知れない。

で、全く元気そのもの。ところが、再発、手術を断り一切の医学的治療をせず、ひたすら食事を変えることでガンと対応し2年後の平成26年6月の検診でガンは消えていたと言う。体験のレシピを載き、私が長年指導し実践している“ゲルソン療法”の成果と知り、わが意を得、生還の喜びを祝福し、そのレシピの普及の詩可を得たので、コピーの公表・配布を計画している。一読されたい方、申し込み下さい。

異常細胞（ガン）を恋人（愛人）  
と考え、細胞の入れ替わりまで抗ガ  
ン剤を使わずに、憎まず、嫌わず、  
刺激せず、愛情を注ぐ生活と、ベジ  
タリアンの食事、特製ジユース等、  
ゲルソン甲田療法の実行が見聞され  
る。

27  
•  
08

さらに冒険的な後日談がD氏らしい。無謀にも一年間、過去の生活を一年続けてみた平成27年8月17

日、一年振りに築地ガンセンターで検診を受け、ガンの存在は無かつた。万歳とホットすると同時に、悪い食事でも一年では再発無しの実証を得た。

しかし、自信過剰になる事なく、二年目は亡くなつた(去つて行つた)愛人への供養と思い、食事改善に取り組むとのこと。デューケ高橋さんらしい生き方である。 (27・08)

### 伊藤整一中将再評価

戦後70年、こんな事実が再評価されている。

第2次世界大戦末、戦艦大和と運命を共にした第二艦隊司令長官伊藤整一海軍中将の執つた行為、それは、一億総特政の先駆けの出撃命令と、官直後の若き少尉候補生73名の退艦下船を命じた伊藤長官の心の葛藤が如実になつた事である。

1945年4月3日、沖縄出撃命

令が発せられた直前、戦艦大和に乗り組んだ海軍兵学校を卒業したばかりの若き士官候補生の未来を案じ、海上にいた別の駆逐艦に6日未明退艦させた。戦闘が続く沖縄に突撃する海上特攻作戦は、目的地へ着くかさえ危うく、7日午後不沈艦大和は米軍の猛攻を受け、九州南西沖で沈没。伊藤長官は船と運命を共にした。この事実をどう評価するか。極限下、若い命を数おうとした生き方を振り返り、戦後軍幹部に対する評価は厳しいものだつたと思うけれど、伊藤整一第二艦隊司令長官の執つた行為も事実なのだ。ノンフィクション作家中田整一著「四月七日の桜」に詳しい。

その崇高な精神に再評価の機運が高まるのは当然である。 (27・08)

### 言語道断

本来ならこの発言は「言語道断」と厳しく対処すべきなのに不問にしている。いわば安倍一強の慢心が蔓延していると言える。自民党的危機管理の劣化が為せるもので、武藤議員の姿勢こそ権威に擦り寄ると得するに刷り込んだ「戦後教育」の行動パターンなのだ。金銭問題で離党したが、そんなことで済ませられない発言ではあつた。

司法試験問題漏洩、警察官強盗殺人、9月に起きた事件は、正にタイトルの為の事件である。 (27・09)

報道によると相次ぐ自民党議員の

## 平均寿命トップ（男性）

厚生労働省は国勢調査などから、地域別の平均寿命を算出している。それによれば、トップは男性が長野県松川村（82.2歳）、女性は沖縄県北中城村（89.0歳）とのこと。この調査で驚くべきことは、男性の長野県である。上位30傑に松川村を含め13市町村が入っていることだ。占有率は実に43%になるという。野菜の摂取率が高いのが特徴らしい。今夏は8月の日本列島に秋雨前線が停滞し、9月に入つても青空が遠く、野菜の生育が遅れ気味、野菜の高値が続きそうだ。

平均寿命に影響がでなければ良いが。菜食主義（ベジタリアン）の私も84歳、少々鼻が高い。

（27・09）

## 食塩相当量

健康管理上、減塩が叫ばれている時、一日当たりの食塩の目標摂取量が引き下げられた。然し乍ら、加工食品（醤油・味噌・漬物・ソーセージ等）の成分表示は、食塩（NaCl）の成分のナトリウム量で、メーカーが任意に標記していた。食塩に換算する為には<sup>54</sup>2.5倍にしなくてはならない。目標摂取量基準を知る為には不便であった。

減塩関連の表示として、「無塩（塩分ゼロ）」「低塩・薄塩・塩分控い目」「減塩」「薄塩味（うすあじ）」と基準がマチマチになつてゐるのが現状である。味覚に係わる表現は食品表示基準の対象外とあつては、その曖昧さは否めない。

厚生労働省の示す食塩の目標摂取量（既報27・04）に、加工食品の表示義務として食塩相当量を標記す

る」とが義務づけられた。

ガンの予防にも、薄味に慣れる家庭での減塩の参考にして欲しい。

（27・09）

## 抗日戦勝70年式典

9月3日北京で31ヶ国首脳の参加で「抗日戦勝利記念日」に記念式典と軍事パレードが挙行された。

1945年日本はポツダム宣言受講で敗戦の中、中国（支那）本土で日本の関東軍に追い詰められていた国民党の蒋介石が、米・英・中・ソにより、戦後処理の中国代表として臨んだのであり、その後内戦で取つて替わつたのが中国共産党（1948年）であるという歴史の事実が、勝者の歪曲で、後々語り継がれる」とになる。

アメリカは中国の式典が反日宣伝に使われることを懸念し、英・独・仏等欧州主要国も良識ある歴史観

の元、高官首脳も出席を見合わせて  
いる。我が国は当然不快感の元、外  
交の為中国大使のみ。

抗日戦争とは1937年7月～1945年8月までの日中両国の戦争についての中国側の呼称。日本軍敗戦撤退後、毛沢東率いる中国共産党はゲリラ戦内戦で蒋介石を台湾に追放し中国本土を席巻した。勝てば官軍、勝者の歴史歪曲ある。

27  
09

## 辺野古移設の県民投票

沖縄県の翁長雄志知事は、米軍普天間飛行場（宜野湾市）の辺野古（名護市）の移設を巡る政府と県の集中協議が9月7日決裂したことにより、その是非を問う県民投票の実施を検討している（9／8）。

昨年の県知事選挙や衆議院選挙で、移設反対派が全勝したという民意が、はつきりしているものを、現行計画

投票条例に基づく県民投票によつて  
を堅持する政府の姿勢に対し、住民  
対抗する狙いである。

キーマンの政府側の菅義偉官房長官（73年法学部卒）と翁長知事（75年法学部卒）は我が同窓の法政大学の出身である。日本の政治を動かすお二人の、公私を超えての結論を期待したい。因に、私は55年経済学部卒。頼むぜ偉大な法政人！

27  
09

御獄海速報

御嶽山噴火一周年の9月27日、長野県木曽出身の御嶽海(出羽海部屋)が西十両5枚目で12勝3敗(準優勝)、来場所の新入幕をほぼ確定した。こちらの噴火なら毎場所でも良い。幕内入れ替えの英之海戦を制したが落ちる枚数で微妙ではある。番付け編成会議を待つしかない。

出羽海部屋後援会が主催した祝賀



会が京王プラザホ  
テル4階ホールに  
於いて300余名  
が参集、千秋楽の  
打ち上げが挙行さ  
れた。

（元小城の花）の喜びの挨拶で、名門出羽海部屋は新たな有望力士の誕生に沸き返った。特に御嶽海は4場所（幕下2場所6・1，6・1，11・4，12・3）「優勝」、「準優勝」総計35

嶽海を始め勝ち越し  
し力士 13 名に金  
一封の褒美が贈  
られ、出羽海親方

勝9敗) の見事な記録である。記念

した。

写真と「信州の東京」5月号、7月号、9月号、(御嶽海関連記事「記備談語」掲載号)を手渡した。

一勝毎に連日大勢の長野県の皆さんが応援に来場したと感謝の報告があつた。私共中野区長野県人会でも、中日9月20日北原奉昭会長と4人棧敷で声援を送り7勝目を確かめた次第。

「御嶽海」は更なる稽古を積み、上を目指し出羽海部屋の部屋頭としてリーダーシップを發揮して欲しい。好漢自重し、怪我の無きよう祈る。負傷大敵、幾多先例有り。

それにしても、素晴らしい記録ではある。

(27・09)

## 投票率

近年の国政選挙及び地方選挙に於ける投票率の低下は、若い世代の投票率が極めて低いためでもある。

総務省が平成27年2月に公表し

た「年齢別投票状況」によれば、20歳～24歳が29.72%と最低で、70歳～74歳が72.16%と最高を示している。

平成28年7月参議院選挙より施行される「投票年齢18歳引き下げ」が果たして投票率の引き上げに繋がるかは疑問であり、単に投票者が増えるだけで、それは政治に無関心を示す若者への啓蒙運動に懸かっている。

高校生の参加も視野に入れ、義務教育や高校教育に於ける政治や選挙に関する「主権者教育」を徹底する必要がある。「政治」が政治家の駆け引きの場としてしか見做さなくなつた現実と、子供達が若い時から自分

万人(89万増) 総人口の26.7%を更新。80歳以上1002万(38万増)、初めて1000万人を超えた。

男女別では1462万対1921万であるとのこと。さらに今年度だけで3万人以上が100歳を迎える。

日本の平均寿命(男80.5歳、女86.83歳)は更に伸延し、人生90年時代の到来である。主要8カ国の高齢者の割合が唯一25%を超える世界屈指の長寿国となつた。

高齢者は健康や経済力の面で個人差が多いが、健康寿命を伸ばし、自立・自営で若い人達の負担を少なくし、「敬老の日」を契機に、われわれ老人達も、意欲のある高齢者が持てる能力を發揮し、活躍できる場を増やし「生涯現役社会」の実現に努めるべきである。

(27・09)

## 敬老の日

総務省は9月21日、日本の高齢者老人の推計(9月15日現在)を発表

高校生の参加も視野に入れ、義務教育や高校教育に於ける政治や選挙に関する「主権者教育」を徹底する必要がある。「政治」が政治家の駆け引きの場としてしか見做さなくなつた現実と、子供達が若い時から自分

達の生活の重要な部分が「政治」という意思決定の場で決まって行くという実感を、教育の現場で指導しなければならない。

学校現場だけでは無く、行政の「教育委員会」「選挙管理委員会」および「中野区明るい選挙推進協議会」は若年層の選挙啓発・啓蒙運動に力点を置かなければならぬ事は言うまでもない。

(27・10)

10月1日は「都民の日」。この日は1922年(大正11年)に東京市民の自治意識を高め、首都東京の発展と市民の福祉向上を目指し、「自治記念日」として創立され、1952年(昭和27年)に「都民の日」として制定されたものである。

この日を記念して、毎年この越旨に添つた「名誉都民」が選ばれる。今年はそれぞれのご功績から、福原

義春さん”(資生堂会長)・“八千草薫さん”(女優)・“中根喜三郎さん”(竿師)が称号を授与される。東京都庁の5階大会議場ロビーには、今までの101名の「名誉都民」の方々の大きな写真が掲載されている。

お三人共、偶然84歳であられた。選考基準のハードルかも知れないが、同年配としてご同慶に堪えない。まだまだお元気にご活躍を期待したい。

84歳に乾杯！

(27・10)

## 216安打

プロ野球で又記録が塗り替えられた。2010年マートン(阪神タイガース)の214安打に対し、秋山翔吾(西武ライオンズ)選手が6年

間に、日本記録シーザン最多安打の216本を達成した。

打者への記録で思い出すのが、高校野球で星稜高校の猛打者松井秀喜氏が全イニング敬遠の四球攻め、相

手投手が敢闘精神無しで批判された。作戦上とはいえ、今回の相手オリックスの投手は真っ向から立ち向つての結果であり、お互いに拍手を送りたい。

31試合連続安打が途切れたのもチームのため、淡淡と対応した秋山選手は、夢のイチロー選手を越え、プロ野球史に名を残したのだ。天晴れである。

(27・10)

## 睡眠

厚生労働省は昨年、「健康づくりのための睡眠指針」を11年ぶりに改定した。新たな指針には、子供から高齢者まで各年代に応じて適切な睡眠時間が示されている。

生活習慣病の発症要因としても、不眠や睡眠不足が“うつ病”等の精神障害の危険因子であり、認知症の発症にも大いに係わっていると言う。日本人は伝統的に“寝る間も惜し

む勤勉さが美德であり、寝ることが怠惰であるという文化が育まれ、不眠不休で働く” “惰眠を貪（むさぼ）る”と言つた言葉に象徴される程、眠ることがマイナス評価であった。

OECD（経済協力開発機構）では、西欧に比べ日本人の睡眠時間は圧倒的に短いと言う。又、スマートフォンやパソコン等の接触時間が長い子供ほど就寝が遅く、朝がつらいなど健康管理にも影響が大きい。充分な睡眠の下、仕事の能率を高め夜型社会全体が「睡眠の大切さ」の意識の高揚に努めるべきである。

(27、10)

## 体育の日に思つ

文部科学省より引き継がれたスポーツ庁より、体力・運動能力調査が公表された。オリンピック開催の昭和39年10

月10日を記念して、10月10日が「体育の日」（祝日）とされたが、連休体制のため10月第2月曜日になつた。毎年この日に国民全体の基本的な体力・運動能力の状況を把握し政策に反映させるための発表である。それによると、各年代別の点数化（60点満点）では、高齢者が年々高くなり、特に今回は「75歳」79歳」と「13歳」及び「16歳」が年代別で最高であった。

日常的に運動習慣のある高齢者は、運動と健康の相関関係が顕著であり、同庁では意識的に運動を続けて欲しいと呼びかけている。

筋肉の劣化や転倒・骨折の予防のためにも、軽い運動から実施するこ

とが大切だ。

“体まず1時間歩く” “立つたままズボンがはける” をキャッチフレーズに！即実行。

(27・10)

天声人語（朝日）、編集手帳（読売）、筆洗（東京）等の新聞のコラムを毎日楽しく知識・教養・博学の指標として読ませて戴いている。

先日、特に「筆洗」に關し、どなたが、どんな形で書かれているか読者の質問に応えた記事に出会つた。社説が時事解説として表の顔ならば、コラムは文艺作品の抜粋にも匹敵するキラリと輝く知識の源泉である。それによれば、作者は一人で、あらゆる情報、知識を毎日「囲み」の中に注いでおられると言う。

私事ながら、娘の義父“林伸太郎氏”がこの「筆洗」を昭和40年代から執筆されており、その見識の深さに感動した読者が、その切り抜きを冊子に纏められ寄贈されたと喜ばれておられた。大学教授就任を目前に病に倒れられた。出版された「筆洗」

## 筆洗（ひつせん）

が私の本棚に鎮座しており、私のつたないエッセイ「記備談語」の教典となつてゐる。

(27・10)

## 内科・小児科・えん科

歌仲間として長いお付き合いを戴いている横浜の福田伴男先生から、第60回35周年記念歌謡リサイタル（東京プリンスホテル）の「案内を載いた。

医師（医学博士）として地元で内科医院の現職であられながら、奥様（地唄舞師匠）に勧められて始めたカラオケを続けられて35年、各種大会で優勝され、CD（DAM収録）も数曲出され、歌謡指導もされるという八面六臂のご活躍のうえ、上州屋さんとの関係から「川釣り」の名人でもあり、釣の本も出版されている。

お仕事柄「内科・小児科・演科」と標榜され、カラオケの健康効果に

ついても著書のある多芸多才な先生である。私もカラオケ指導して35年になるが、NAK（日本アマチュア歌謡連盟）創成期の頃からの支部長としての交流を続けている。「継続は力」それもこれも、健康で多趣味の為せる技、淫刹とした先生の若さにあやかりたい。

(27・10)

## 抜糸のつづり

人形町（中央区）の用事を済ませ、日本橋まで久しぶりに界限を歩いてみた。途中「クマヒラ日本橋ビル」とあり、旅先で「抜糸のつづり」を入手したことがあり、瀟洒な受付に寄り「抜糸のつづり」（創刊1117周年記念号その74号）を戴いた。

昭和6年企業創始者“熊平源蔵氏”が創刊した「修養・宗教・保健・笑顔など」の項目を新聞、雑誌、書籍から抜糸し、パンフレットとして発

行された読み物である。戦中戦後の3年間を除いて毎年全国840000カ所の団体・個人に寄贈されたもので、創始者自らの糧（かて）として、84年間（私と同年）発刊を続けられて来られ」とに感激した次第であった。

熊平製作所会長熊平雅人氏は祖父源蔵氏から引き継がれ継続されたもので、「一読を勧めたい珠玉の一冊である。発行所株クマヒラ本社営業部 Tel03-3270-4381 へお申し込み下さい（非売品）

(27・10)

## 短命県青森と「だし」

都道府県別平均寿命のトップは【男】長野県80.88、【女】長野県87.18、（厚生労働省2010表から）。最下位に青森県【男】77.28、【女】85.34と両

極端にある。脳卒中や心筋梗塞による死亡率は、食塩摂取量に影響されると言つて、

寒冷地は長野県とて同じであるので、危機感を強めた青森県は「だし」の活用で減塩コントロールを推奨した。

国立がんセンターの都道府県別がん死亡率（14年度）11年連続ワーストトッピング青森県、最下位長野県

で、「たばこ・酒・塩分」が主因と言ふ。それにしても、長寿県長野は健康管理に対する県民意識も含めて、塩分調整だけでなく、ピンピンコロリ（PPK）運動にみられる日常の啓蒙活動は、長寿県の名に相応しく、誇らしいことである。

（27・11）

## 孤食

“サザエさん”や“コボちゃん”

の様な家族構成が懐かしいこの頃、核家族化から高齢者の「孤食」（独りで食事をする）が多いみたいだ。

二人で食べる食事は「二飯」だが、独りのそれは「エサ」、2013-TV

ドラマ「最高の離婚」での場面でのこと。独りで食事する「孤食」に、東京大学栄養疫学研究チームによると、高齢者は“うつ”になり易いと。その可能性は、女性1.4倍に比べ男性は2.7倍である。

孤食同士で集まつて食すれば立派な食事となるのだが、現実には毎日の事だから、特に男性は自ら“男の料理”をされてもちよつと“わびしい”思いもする。

（27・11）

## 加工肉

国際がん研究機構は（10/26）、「加工肉が“大腸がん”を引き起す十分な証拠がある」と発癌性評価5段階内の内、喫煙と同じレベルに分類したと報じた。

これに対し、アメリカ食肉業界が猛烈に反発し、不安を感じた消費者の問い合わせに、同機構は（10/20）、「加工肉の消費を減らせば

“大腸がん”的リスクが減ると言うことで、一切食べるなと言うことではないこと表明した。

日本の国立がんセンターが「日本人の摂取量範囲内であればリスクは少ない」と見解を発表した。

お歳暮シーズンを控えて、保存食としての加工食肉は消費者の要望にどう対応するか、塩分・安定剤・香辛料・防腐剤・色素等の食品添加物も気になると、ベジタリアンの私は陰ながら心配するのだ。

（27・11）

## 筋肉強化

老化防止と健康管理のため高齢者の運動量を高める風潮がある。（二）で、あらためて既報フレイル（26・07）とサルコペニア（26・04）を考える。

フレイルとは、日本老年医学会が26年発表し、従来の「虚弱」（英訳）という身体問題に加えて、認知機能

低下などの精神面、社会的問題を含める用語。

サルコペニアは、加齢などに伴う筋肉量と筋力の低下を意味する用語。共に高齢者の介護予防に、筋肉強化が必要であるという指標だ。

そこで一面、運動だけでなく、栄養面でのタンパク質やビタミンD等の補充も必要なのだ。横浜市立大学若林秀隆医師は、「一般に高齢者は栄養不足になり易い。そのままで運動量を増やすと、筋肉や脂肪の分解が進み、栄養面を考えないと運動だけでは高齢者の筋肉強化は逆効果である」と警告された。腹八分で、よく噉み内蔵の負担を軽くし、バランスのとれた内容の食事をした上で是非実行すべきである。

(27・11)

**県歌・区歌**  
校歌、社歌がそれぞれの集まりで歌われて居る。

恒例の、長野出身者による「ふるさと信州のつどい」が東京の日比谷公会堂で開催された。本年最後の公会堂を見納めの機会として、満席の2200名が参集した。オープニングは「信濃の国(県歌)」斎唱である。唯一DAM(通信カラオケ)に収録されている程、長野県関係者の「故郷の心」の証(あかし)である。6番まで全部完唱した。

中野区役所に所用あり電活した時、受話器から新しく作られた「中野区歌」が流れて来た。軽快なりズムは「阿木燿子」作詞、「宇崎竜童」作曲である。戦後復興の息吹の中、中野区歌があつたようだつたが、現今周辺開発と中野を愛する子供達へのアピールのため新たに制定されたものである。

「信濃の国」同様、地元で中野区歌を歌い継いで行きたいものである。

(27・11)

## 自動運転

(ドライバー不在の無人カー)

東京モーターショウ(東京ビックサイト)が終わった。年配者の「クルマ」への期待が、スマホ世代の若者と違うようだ。脚光を浴びた「自動運転車」がお年寄りの必須の足回りになりそうだ。高齢者とクルマの問題を解決する一つの手段と見る。

交通事故の多くは運転者側に原因がある。高齢者の移動手段のひとつ、自動運転車「ロボットタクシー」の公道運転の実験開始が始まつたようである。自動ブレーキや車線維持など事故防止に万全の技術が注入されているとのこと。

今年9月、65年使用した運転免許証を返納した身にとつて、交通手段の多い都会でも、いつまで「足と自転車」に頼れるかは疑問だが、自動運転車「ロボットタクシー」の利用

は、過疎地の老人にとつては頼れる  
存在かも知れない。

(27・11)

## 大相撲納め場所

大相撲九州場所千秋楽、一年の納  
め場所はいろいろな出来事があった。

北の湖理事長の急逝である。憎ら  
しい程強かつた元横綱の早い別れで  
あつた。子供の好きな「巨人・大鵬・  
王子やき」、嫌いな「江川・ピーマン・  
北の湖」と対称で氣の毒だが、強過  
ぎた太々しさ、憎らしさが子供心に  
そう写つたのかも知れない。

強靭な肉体も「がん」には敵わな  
かった。理事長として幾多の難問題  
を処理された心痛もあつたろうが、  
大相撲の為にも大損失であった。(合  
掌)

白鵬の奇手「猫だまし」は横綱の  
品位と咎めたが、「何でもやつて見  
る」という余裕は最後は優勝を逸し

てしまった。

御嶽海は千秋楽(股関節負傷にも  
めげず)見事新入幕勝ち越しを決め

た。あつぱれ。初場所にはマグが結  
える。好敵手の元学生機綱十両優勝

の正代(しようだい)が入幕する。

押しに徹し稽古に励んで欲しい。初

場所が楽しみである。

(27・11)

## 教育と教養

お年寄りに必要なものとして「教  
育」と「教養」が有る。健康を保ち、  
快適な生活には欠かせない要件であ  
る?????

日進月歩、急速進展の今日このご  
ろ、今更年配者に教育や教養もない  
けれど、世の中に迎合・追従するた  
め新しい知識は必要で、教養として  
保持するため、そして脳の老化防止  
のため、毎日アンテナを張り巡らす  
ことも大切である。

姥捨山の悲しい民話は年寄りの知

識が語られている。

教育(今日行く所がある)と教養、  
(今日用がある)は高齢者にとつて、  
元気にして行くためにも必要なの  
だ。

(27・12)

## 失言暴言大賞 政治家判

「本音のコラム」は文芸評論家の  
斎藤美奈子氏。(12/2)あまりに  
も名解説なので、いつも痛快なコラ  
ムとしての東京新聞掲載をそのまま  
採録した。

「字面に拘泥」..衆議院憲法審議会

で憲法学者3人が安保関連法案  
を違憲と判断した件で「憲法学者  
は9条2項の字面に拘泥する」。

高村正彦自民党副総裁

(6/5)

学者が字面に拘泥せず何に拘泥  
する。

「たくさん」..170人超の憲法学

者の法案反対声明に「合意とする

憲法学者は沢山居る」。菅義偉官

房長官(6/4)。実は3人だけ。

「憲法を法案に」..「現在の憲法を

如何にこの法案に適応させて行

けば良いのか」。中谷元防衛大臣

(6/5)。「て・に・を・は」を

取り違えただけで、こんなに意味

が変わるかという見本。

「法的安定性」..安保法案の合憲性

について「法的安定性は関係無い」。

磯崎首相補佐官(7/26)。「自

分で何を言つたか判つてゐるのか?

「利己的考え方」..学生団体SEAL

Dの活動に対し、「だつて戦争に行

きたくないじやん」という自分中

心、極端な利己主義的考え方(7/

30)。ツイートの主は自民党武藤

貴也議員。民主主義のイロハを「

存じ無かつたようで、お粗末さま。

今年の政治家の失言暴言大賞は、い

ろいろで、大賞に相応しく恥ずかし

い。

### 三猿のボーズ

(27・12)

新しい年は申年である。毎年「え」との年賀状が楽しみ。サルは去る、猿はエン(縁)、縁・縁起、などいろいろ警句に用いられて居る。

そこで日光陽明門の彫刻三猿のボ

ーズが気になる。「見ざる」「聞かざる」「言わざる」は果たして現代の世相に相応しいか気になる。封建時代の名残なのか、民主主義の今、おおいに見て、聞いて、発表しよう。メディアは何でもありの発言、報道だが、見て見ぬふりだけはゴメンである。言いたいことが自由であつて欲しこう。

(27・12)

### 昭和の流行歌

毎月第3水曜日にナツメロ(懐かしのメロディ)と歌手のミニコンサートを開催して30回を越えた。来年

8月まで決まつてゐる。

最近のTVでは、戦後からの昭和の歌謡曲の番組が増えて來ている。

高齢者以外に若い人の「昭和流行歌」の良さ、素晴らしさを認識したした傾向にあると言う。勿論、いい歌だから歌い継がれてゐるせいもあるが……。

若者と年配者との歌に対する感覚の差は、表現が「文章」と「詩」、「リズム」と「メロディ」の相違にあると思う。そんな時、敗戦の廃墟から立ち上がつた時に元気をくれた歌の数々が、祖父母・両親達の愛した「昭和の歌」として、またナツメロとして歌い継がれ、若者達に関心が深まつて來たことは大変喜ばしい事である。

私共の会が続いてゐる原点でもある。同時に昭和の映像も流し往時を懐かしんでゐる。

(27・12)

## 高齢者の運動 チェック

「ロコモ」ロコモーティブシンド

ローム（運動器症候群）が話題になつて久しい。日本整形外科学会は2015年「ロコモの判定基準」を発表した。それによると

（1）高さ40cmの椅子から片足で立ち上がり3秒保持する。

（2）大股の歩幅（2歩）が身長の1.3倍。

（3）生活状態・社会参加に関する25項目のクリア。以上の3点である。

加齢に伴いクリアーヒ率が下がり、70歳代後半で、男性3割、女性2割まで下がるという結果が出た。

（詳細は日本整形外科学会ホームページで）

ロコモは骨・筋肉・関節などの運動器を指す英語に由来する。高齢に向かつて、日頃の手入れ、栄養補給

鍛練により身体の機能・機質の向上に努め、快適な老後を期待し判定基準をクリアしたいものだ。

（27・12）

## 大腸ガン予防薬（アスピリン）

1897年、独バイエル薬品の鎮

痛剤として発売した「アスピリン」の用途が広がり、大腸ガンの予防薬として、国立ガン研・大阪成人病センターなど7000人の臨床試験が開始された。

太陽ガンは食生活の欧米化に伴い急増化し、今年（2015年）新規罹患約136000人と推計され、ガンの中で最も多く、この研究成果が期待される朗報である。

アセチルサリチル酸として鎮痛解熱薬でおなじみの薬（特に大衆薬アセトアミノフェン）が再評価され、医療費削除に貢献できるとしてその経済効果も大きい。

詳しい理由は不明だが、臓器の炎症抑制作用が大腸ガン予防に繋がる可能性が有る。

手術で100万円、予防で1錠5

～6円、副作用は少ないが、脳出血や胃潰瘍への副作用も考慮し、安全性の検証は必要である。（27・12）

## 野坂昭如氏 直前まで世相を挾む

「戦争など在り得ないと想い込んでいるうちに気が付けば、戦争に巻き込まれている。戦争とはそんなものだ」。同一年の反戦の士、戦後の良心の塊りといわれた野坂さんが、12年の闘病の末亡くなつた（85歳）。

（合掌）

「火垂の墓」で同世代の苦しみと戦災の悲しみに共感し、ちよつと早口の語りとチャメツケな行動と多彩な言動、即ち「直木賞作家・焼跡闇市派・辛口コメント・常識と秩序を壊す。妹への贖罪・脳梗塞12年・タ

レント（CM）・歌手・キツクボクサ  
ー・政治家（参院議員）・反戦思想の  
具現」と言つた戦争を知つてゐる世  
代の一人として、冒頭の語録は、現  
今の安保問題に絡める反戦の指標と  
して尊重して行きたい。亡くなる直  
前まで原稿を送られたと聞き、頭が  
下がり胸が痛む思いがする。

（27・12）

## 化血研の無法

熊本市の「化学及び血清療法研究  
所」（通称「化血研」）は、血液製剤の他、  
インフルエンザ・日本脳炎・A、B  
型肝炎のワクチンや家畜用ワクチン  
を製造販売している会社で、特にイ  
ンフルエンザワクチンの国内シェア  
は3割を占めている。

厚生労働省はこの会社が40年に  
亘つての「未承認製品」の製造に関  
し、その隠蔽工作の不正に対し、旧  
薬事法に基づく業務停止命令等の行

政処分を検討中に、又々強い毒性を  
持つポツリヌス菌毒素の無届け運搬  
が発覚した。

どういった奢りか、はたまた不遜

な、無法な態度には安全確保の観点  
から、同省では年明けにも業務停止  
処分を決定すると発表した。（12/

2）

著名な研究所だけに、代替が緊急  
に可能か、さりとて甘い処分では法  
治国家としての態度が問われること  
が必至である。

（27・12）

## HSP入浴法

冬のテーマの冷えと乾燥肌の対策  
が、温泉や岩盤浴・サウナ等で実行  
出来る。

特に、病気や疲労・ストレス等で  
損傷するタンパク質を正常な状態に  
修復「HSP」（ヒートショックプロ  
テイン）を増やすことが望まれる。  
それが、熱めの（42度以上）入浴で

可能なのだ。出来れば直後に、冷水  
で肌を引き締めることによつて副腎  
機能を高めるサウナや岩盤浴での水  
風呂を利用したい。

高温により、代謝が上がるため、  
体内の脂肪が燃焼し易くなり、疲労  
物質の乳酸が作られ難く、体温の上  
昇でリンパ球が増加し、免疫効果が  
高まり、ウイルスなどの感染予防に  
なると、いいこと尽くめの入浴法を  
お勧めする。

私は“薬・医者いらず”的入浴健  
康法である「HSP入浴法」を毎日  
実行して居る。温浴で開いた体表を  
冷水で引き締める事によつて「カゼ」  
も引かず、真冬でも冷水浴も続け、  
年寄りの冷水ならぬ毎日が健康で居  
られる証しである。

（28・01）

## 補聴器

老化に伴つて、或る音域のヘルツ  
数が聞こえなくなる。蝉時雨や「キ

ーン音」には未だ悩まされていないが、近頃右の耳に難聴の異常が現れ、会議などで補聴器が必要になつて来た。長寿の証拠などと、慰められても、主要な会議には聞き漏らしきり、記録中に発言者の口元が見られなかつたり、不便なのでマイクを手配して戴いている。

明瞭な発声の女性アナウンサーの声も、音域により聞き取れないことがあり、いよいよ「老化」を現実に受け止めざるを得ない。

一病息災と開き直つても、いずれは浮世の騒音を避けて、深山幽谷の静寂に浸たれる境地になれると思うけれど、それ迄は、聞くことの大切さを維持したいものだ。 (28・01)

## 高齢者の薬

平均寿命が伸び、高齢者の割合が増すにつれ、80～90代の患者さんが増加している。これに伴つて高齢

者特有の薬の、作用・副作用に対する知識の変化が医師の間に浸透していると発表があつた。

病因が多くなるほど対応薬が増え、内科・整形外科等細分化した診療態勢では、高齢者には、投薬の種類が多剤化し相互間の副作用が増大する。処方箋を受ける薬局側は薬剤が増せば利益も比例する。

体力の落ちている高齢者に副作用が出るのは当然である。服用（のみ）残し（残薬）調整で、年度内100億円超削減可能な試算もある。

利益に走らず、患者の立場も考慮する時が来ている。医師に進言する「かかりつけ薬局」特に「かかりつけ薬剤師」の良心に訴えるノミである。

(28・01)

## 顔データ

マイナンバー制度が発足した。名簿等でも個人情報が保たれている現

在、一元的に統括、統制出来るメリットは大きい。

今は改正された、個人情報保護法で個人識別符号と位置付けられた中で、最近「顔データ」の認識システムが、本人が気づかない内にレジ裏のカメラで撮影しパソコンに入力し、客層把握や万引き防止に役立たせているようだ。

顔認識には、明示的な本人の同意が必要なのに、利用目的の告知をしていない。このやり方は法に抵触する。

店内に「ビデオカメラ作動中」や「防犯カメラ作動中」と明記し、それを受けて顧客が“嫌だ”と感じたら、その店を利用しなければ良いと言つた透明性は確保したい。

データの一人歩きや利用され方が問題で、恐ろしいのだ。 (28・01)

## しようわそつす

## 呼氣による「がん」チェック

## デュポンの罪状

毎日の食事が身体にとって、栄養素・エネルギーの補充と考えると、当たり前の事ながら、味気無く感ずる。内臓が正しく機能するための食事の取り方に、"しようわそつす"を守ろうと、食品ジャーナリストの安倍司さんは述べている。普段の食事は「小食・和食・粗食・薄味」の頭文字を意味し、わたし自身も実行している。

古い本に「搖食」と言う言葉がある。食事の内容区分として、揺れる振り子の中心に「和食」が大半を占め、時々「洋食・中華・カレー・めん類」等が左右にある構図を表している。日常の食事の中で、腹八分・咀嚼30回等先人の教えを守り、"しようわそつす"の実行は、菜食主義の私の健康維持の源泉でもある。

国立がん研究開発法人物質材料研究機構（NIMS）では、がん患者の呼気の"におい"分析で高精度の判別小型精密センサーを開発した。大阪大学や京都セラミック等産学共同開発化が推進される。

がん患者特有の呼氣中物質をチエックし判定する仕組みで、糖尿病・腎臓病・肝臓病・ぜんそく・ピロリ菌等も呼気に特徴が出ると言う。

鼻の利く犬による呼氣での"がん"を調べる話が科学的に見極められる様になつた訳で、更には、センサーを搭載したり接続したりするスマホやパソコンなどに、グラフ化や数値結果を通知する等期待度が高く、早期発見で膨らむ医療費の抑制にも繋がる様だ。

(28・01)

アメリカの大企業の化学会社デュポンが恐るべき事件を起こしていた。第二の水俣病に酷似している有害物質の垂れ流しである。社内の動物実験の経過から胎児性異常患者の発生と事業の隠蔽がスクープされた。

その名は「PFOA」（ベルフルオロオクタン酸）で、デュポン社のテフロン製造過程で使用される「界面活性剤」なのだ。

法政大学竹田茂夫教授が警告していた。デュポン社は有毒性・有害性を知りながら事実を長年（1950年～2012年まで）企業利潤確保のため隠して来た。

調査に拠ると、"PFOA" [CF<sub>3</sub>(CF<sub>2</sub>)<sub>6</sub>COOH]なる完全フッ素化された直鎖アルキル基を有するカルボン酸である。性状は活性能が高く、耐熱・耐光が強く、殆ど分解し

ないとされている。今もフツ素樹脂メーカーが使用継続中である。

水、空気を通じ拡散し、分解せず、自然環境に停留し続ける事が、メディアから告発され問題化したようだ。流せばいい問題ではない。第二の水俣病そのものなのだ。(28・01)

## 日本人優勝 10年ぶり

大相撲は国技でありながら、何と60場所10年間も日本人力士の優勝(大関栃東関)が無く、外国勢に独占されて来た。実力社会とはいえ、ハングリー精神と根性の違いとも感ぜられる程・イザの時の集中力が出来ない不甲斐なさに、イライラさせられていた。

今初場所、とうとう大関琴奨菊関が三横綱を連破して10年振りの日本人優勝を遂げた。幼なじみの好敵手で同期生の豊ノ島関に一敗した(ガチンコ相撲が光っている真剣勝

負)のみの快挙であり、諸手を挙げて祝福したい。願わくば、春場所も連覇し横綱を張つて欲しい。最良の伴侶と共に。

わが御嶽海は、三連勝後体調を崩し、インフルエンザに負け、五勝で終わった。意外な敗因で、相撲協会診療所は“待ったなし”に発熱時出場停止で力士に休場をさせた結果、事無きを得たようだつた。力士も人の子か、何人も罹患しての休場とは考えられなかつた。好敵手「正代(しきようだい)」が敢闘賞獲得と素晴らしい活躍だつただけに、春場所は捲土重來を期して頑張つて欲しい。

(28・01)

## 火事師と竈(かまど)

「週刊文春」で火がつけられた違法献金疑惑で有能な大臣が閣僚を辞任した。それで全てが終わる訳ではなく、安倍政権の屋台骨(特にTP

P問題をまとめ挙げた実績)を支えて来た甘利明経済再生相は、秘書の監督責任を執つての事で、真相の糾明はこれからである。

議売新聞「編集手帳」に変わった譬えがあつた。「竈(かまど)に媚(こぶ)」(国語辞典)である。権力者の主人に取り入れるのでは無く、先ずは竈を預かる者に取り入る。仕事師の主人が竈の目配りを怠れば、竈からの失火で全て灰になつてしまふ。江戸の町火消しに由来する仕事師は火事師(ひごとし)と考えれば、竈への目配りは経しい手が伸び易く、この譬えには千金の重みを感じるべきである。

「政治とカネ」の問題に対する国民の視線は厳しく、繰り返してはならないことだ。

(28・01)

## ひじきの鉄分

文部科学省は昨年末、食材の栄養

成分を纏めた日本食品標準成分表を5年振りに改定した。それによると改定を受けて、鉄分が九分の一になつた「ひじき」がある。

原因を探ると、何と、製造過程の中で仕上げの鉄ナベに由来することが判明し、現今は主流はステンレス製鍋になり、鉄分は天然保有成分では無いこと、産地に戸感いを生じている。

消費者も料理の本も頭を切り換える鉄の補給に新たな策を講ずる事になる。鍋のサビがFeの追加になつていた訳である。鉄分は日本人、特に女性に不足し勝ちなミネラルなので、今後はレバーや金針菜などが薦められる事になる。

(28・01)

## プラチナゾーン

1月8日満85歳に到達した黒井千次さんのクリアゾーン説(27・07)では無いが、85から90までの

プラチナゾーンが有りそうな気がする。人生初体験?の年齢に年々挑戦して行く訳である。

### 医家芸芸特集(12月号)の藤倉一

郎氏の雑感に「高齢化社会は人類を破滅に導く」との議論に考え込んでしまう。本来、医学は寿命を延長することが人類の夢で有り、百歳人口の増加はその成果と考えると、全くご同慶の至りでは有るが、今後の长寿社会は「生かされて」平均寿命を延ばすことが果たして、本人や家族のために利するのか?生命維持装置「酸素補給・胃ろう・心臓拍動補助」等で老人が生かされているのは人道主義の思想によるものである、と手厳しい。

老化をどう受け入れ、終末をどう迎えるか、全人間的整理判断を考慮しなければ、高齢者の「医療」と「介護」には莫大な費用が懸かるという矛盾と、「健康維持」と「終末」を如

何に実行すべきか判断に苦慮する事になる。

(28・01)

## 善光寺灯明まつり

長野オリンピック開催を記念して開かれた長野灯明まつりが第13回を迎える。2月6日から14日まで、善光寺を中心に、平和を祈る五色の本堂ライトアップと参道の「ゆめ灯かり絵展」が毎夜多くの観光客を集め開催された。

日本を代表する国際

的に高名な石井幹子照明デザイナーのライトプロジェクトで、本堂や重要文化財の山門など30分に



一度赤や青、緑など五輪に因む五色の光が、代わる代わる建物を染め、幻想的に彩られた。



（写真参照）と呼  
ぶ。常夜灯

多くの応募者の平和への祈りをデザインされた切り絵を貼って、浮かび上がる絵柄と灯りを楽しむイベントで、表参道・中央通りの石畳に750基も展示され、灯りを彩つて居

情緒溢れる『ゆめ灯り』を彩つて居た。  
(28・02)

長寿の秘訣

『ジカ熱』は1947年アフリカウガンダで発見された森の名称が付けられた。2～12日潜伏期間後、38.5度以上の発熱（2～7日間）、急激な筋力低下（ギランバレー症候群）が現れ、妊娠の小頭症小児出生が続き、特効薬が無く、ウイルスの感染は輸血・性交渉での報告もある。油断せず対応は水際で消し止めて欲しい。（28・02）

オリンピックを控えたブラジルに対し、世界保健機構（WHO）は「国際的な公衆衛生緊急事態」を宣言し、各国に警戒強化を呼びかけている。

なつて いる。

たそ<sup>う</sup>だ。

百歳者（百歳以上の方）の割合を  
人口比例で見ると、同市は全国平均  
の3倍である（2015年9月現在）  
78人。秘訣集には「食事は何でも食  
べ、腹八分・家族との食事が楽しみ、  
好物は山菜・胡麻・魚介類・海藻・  
まめ類等地元の食材を多種類、少量  
づつ摂り、味付けは調味料少なめの  
“だし”が特徴。酒は少量嗜み、喫  
煙者は少ない」とあつた。また、趣  
味も広く、年長者の尊厳より家族へ  
の感謝の気持ちが多く、楽天・外交  
的である。統計は「高齢者の移動（収  
容）」により、特定の地域の人口比率  
が上がる可能性があるので、年齢層  
と家庭環境の長期的調査が望まれる。  
私事だが、現在の生活環境が食事  
を含めて日頃の食事指導にピッタリ  
なので今後も実証してゆきたい（百  
まで15年？）  
（28・02）

蚊が媒介するジカウイルス感染症（ジカ熱）の流行が中南米を中心に約30の国々に拡大し、世界的脅威と

海辺の町、京丹後市は2014年「百歳健康長寿の秘訣集」を作成しました。2013年、男性最長寿116歳で亡くなつた方も市内在住であつ

が上がる可能性があるので、年齢層と家庭環境の長期的調査が望まれる。私事だが、現在の生活環境が食事を含めて日頃の食事指導にピッタリなので今後も実証してゆきたい（百まで15年？）（28・02）

## 日銀政策の誤算

日本銀行は、2月16日より、民間

る。

日銀黒田総裁のシナリオの変調は、  
“誤算”では済まさない政策である。

(28・02)

銀行が日銀に預ける当座預金に手数料を取る“マイナス金利政策”を実施し、市場経済に波紋が広がっている。

円高が急伸し、株価が大幅に下落し、過去になかった異例の政策が、皮肉にもマイナス金利で最も大きな恩恵をうけるのは政府。国が抱える膨大な利払い費用が大幅に削減できるからだ。

マイナス金利で日銀が期待していたのは、企業の借り入れ増や円安・賃上げや設備投資に繋げようとしたのは、企業の借り入れ増や円安・

目論みであったのだ。

世界的には、中国经济の減速や原油価格の下落、米国の経済指標の悪化などが日銀の期待した効果を打ち消し形の誤算となつた。

## 朝食抜き食習慣・脳出血危機増・

国立がん研究センター等の研究チームが、45～74歳・男女約8万人を平均13年間追跡調査した「朝食」のデーターを発表した。

期間中、3772人が脳卒中を発症した。朝食が週0～2回の人である。脳出血の危険度は、朝食の回数が少ない程高かつた。クモ膜下出血や脳梗塞・心筋梗塞などの関連性は出なかつたようだ。

高血圧は脳出血の原因に挙げられ、朝食を摂ると血圧上昇が押さえられる。一方、朝食を抜くと空腹によるストレスで血圧が上ることが過去の研究で分かつていて、それが追証された訳である。

朝食を毎日摂る習慣を付け、生活

習慣病の予防に繋げましよう。

(28・02)

## 焦げと発癌

食品の焦げ（茶色に変色する）は芳香そして美味になると、フランスのハイアミュー・メイラード医師が定義付けた「メイラード反応」がある。

近頃、動物実験の結果から、強烈な焦げや炒めることで、食材から発癌物質の“アクリルアミド”が発生するという指摘があつた。食品に含まれるアミノ酸のアスパラギン酸と糖が、高熱により化学反応を起こして“アクリルアミド”が生成される訳だ。

内閣府食品安全委員会によると、今のところ生成アクリルアミド摂取量と発癌の関係のデータは無いが、念のため「お焦げ」の摂取量を減らしたほうが良い様だ。加熱時間は短

く、焦げ目は少なく、蒸したり煮たりの調理では、アクリルアミドは発生しない。

かば焼き・焼き肉・焼き鳥・焼き魚 美味にも程々の焼き方を。

(28・02)

## アラハン

厚生労働省によると、2015年100歳以上（百尋者）人口が6万人を越え、45年連続過去最多記録を更新したと発表した。

近頃100歳前後を意味する「アラウンド・ハンドレッド」つまり「アラハン」と呼ばれる、生き生きとした高齢の話をまとめた書籍や雑誌の発刊が多くなった（写真）。この年齢でも活動的な人を、超高齢社会の模範として紹介している。月刊誌「東京人」（都市出版）は「素敵アラハン」特集を組んだ。取材されたアラハンの方々は、まだまだやり



アラハンを取り上げた書籍と雑誌。表紙には「100歳」の文字が大きく躍る。

たい事が沢山あって、創作意欲・生行動力が盛んな姿が印象的とのことです。85歳のプラチナゾーンを越えた  
ら、更に目標が高まり、毎日がウカウカ出来ない。親世代の健康の秘訣を知りたい「アラセブン」や祖父母世代の持つ生活の知恵を学びたいといふ中高年にも、心地よく響く様だ。今現在、介護を受けず日常生活を送る期間を示す「健康寿命」は、平均

寿命との差「十年」があまり変わらず、もっと伸ばそうではないか。

(28・02)

※タイトル「記備談語」とは「記事・備考・談話・語録」の頭文字から命名。関係団体への情報を勝手連的発想で、日々アンテナを巡らされています。

（薬剤師・指圧師）（昭6・1・8生）

## 鎌倉の風土など熟々懐う

秋元 光博

鎌倉は、南を海に、三方を小高い山に囲まれた緑豊かな街です。山は落葉樹ばかりでなく、常緑樹も多く冬でも深い緑の葉を茂らせて、やわらかな陽光の中で美しく照り輝いている。鎌倉の目抜き通りである若宮太路は、観光都市・鎌倉のエネルギーがみなぎっている。そうした表通



ユアや、最新映像を使ったアトラクションなどがあり、大人と子供が一緒に楽しんでいる。このようなくもりや歓びが感じられるような調べを、いつまでも奏で続けてもらいたいものです。

扱、私にとつてはなんといつても、由比ヶ浜での思い出は尽きることがなく、手にとるが如く、今でもはつきりと蘇つて参ります。青春の真只中にあつたればこそなおさらの事であつた。太陽が沈まんとする夕暮時、茜色に照り輝く湘南の海眺めでは感動し、宿泊中の医大ハウスの裏山を散策して赤とんぼをみては、故郷を思い、自然と口吟んだ歌がありま。す。『夏は来ぬ』(佐々木信綱作詞・小山作之助作曲)もそのひとつです。

ホトトギス  
時鳥 早もきなきて  
シバ、\*

忍音もらす夏は来ぬ

二

さみだれのそぞぐ山田に  
サオトメ  
早乙女が 裳裾ぬらして  
玉苗ううる 夏は来ぬ

三

橘のかほるのきばの  
窓近く 蛻とびかひ

おこたり諫むる 夏は来ぬ

四

棟ちる川べの宿の

オウツ  
門遠く 水雞声して

夕月すすし 夏は来ぬ

さつきやみ 蛻とびかい

水雞なき 卵の花さきて

早苗うえわたす 夏は来ぬ

『新編教育唱歌集(五)』

明二十九年

自分が荒涼とした砂漠だし、ある国はだだつびろい草原がその殆どを占める。また北極圏に近い国々は一年の長い期間を冷たい雪と氷の中で過ごし、熱帯の国々は、一年中灼熱の太陽に支配されている。日本では自然を語るとき、かならず季節も同時に語られる。季節を語らずして自然を語るなれ、という不文律が日本の文化の中にはある。それがはつきり意識化されたのが俳諧芸術だろう。

日本人は、一年には春夏秋冬それぞれ程良い長さの四季があつて、国士の自然には山と海と川があるのは当然だと思っている。しかし、世界の国の中では、むしろこのような風土を持つ国は少ない。ある国は大部

格はない、いや自然を観賞する資格

さえない、ということかもしれない。このような日本文化の伝統は、やはり明治期以来の子供に対する音楽教育の中でも、とくに大切にされてきた。唱歌や童謡には美しい日本の自然と、四季の風景を歌つたものがずつある。こうした歌を習い覚え、日頃口遊むことによって、子供たちは自然を愛し、四季を楽しむ心を育んでいった。自然鑑照力を育てていったのである。たとえば口遊んだ歌に『われは海の子』や『浜辺の歌』もある。

さえない、ということかもしれない。このような日本文化の伝統は、やはり明治期以来の子供に対する音楽教

浪を子守の歌と聞き  
千里寄せぐる海の気を  
吸いてわらべとなりにけり  
高く鼻つくいその香に

私は拾わん海の富  
いで軍艦に乗組みて  
私は護らん海の国

不斷の花のかおりあり  
なぎさの松に吹く風を  
いみじき樂と<sub>アヤツ</sub>私は聞く  
丈余のろかい操りて  
行手定めぬ浪まくら  
百尋千尋海の底  
遊びなれたる庭広し  
幾年ここにきたえたる

五  
幾年（一）にきたえたる  
鉄より堅きかいなあり  
カタ

六  
吹く塩風に黒みたる  
はだは赤銅さながらに  
銀二三三つく

海まき上ぐるたつまきも  
起らば起れ驚かじ  
いで大船を乗出して

われは海の子 文部省唱歌  
〔尋常小学校集〕

『尋常小學校讀本唱歌』

明治四十三年

1

さわぐいそべの松原に  
煙たなびくとまやこそ  
我がなつかしき住家なれ

## 二 生まれてしおに浴して

という意味だ。そういう物置き小屋のようなものが、昔は浜辺につたのだが、いまはなくなつてしまつた。

しかし、歌詞の持つ意味内容が実情と合わなくなつたからといって、このような名歌を簡単に消し去つてはいけない。能にしろ歌舞伎にしろ、落語だつて、現代の日本社会の実情などに合いはしない。しかしそうし

た芸能は、いまだに演じられ続け、観客の涙と笑いと深い感動を誘つてゐる。歌詞がわからなければ、解説すればいい。そして日本の浜辺に昔あつた苦屋を想像しながら、あのはつらつとした名歌を声高らかに歌えばいいのである。

浜辺の歌（林吉溪作詞・成田為三作曲）

一　あした浜辺を　さまよえば

昔のことぞ　しのばるる  
風の音よ　雲のさまよ  
寄する波も　貝の色も

二

モトオ

ゆうべ浜辺を　回れば  
昔の人ぞ　しのばるる  
寄する波よ　かえす波よ  
月の色も　星のかげも

三

疾風たちまち　波を吹き  
赤裳のすそぞ　ぬれひじし  
病みしわれは　すでに癒えて

浜辺の真砂　まなごいまは

この歌は、人を恋うる歌、万葉の歌であろうと思う。“昔のことでのしのばるる”あるいは“昔の人ぞしのばるる”のくだりになると、自分自身の幼少の頃が蘇り、童謡の世界というか仄々とした境地に浸るのである。自分自身にかかわらず、人間の普遍感情としてある、人を恋うる気持ちが表現されているといつていいだろう。しかも、月も星もあり、海があり波があり、昔の人がある。

浜辺の歌（林吉溪作詞・成田為三作曲）  
『浜辺の歌』大正七年

み、これだけの広がりを歌いこんでいるところに、この歌の魅力がある。人間と自然がしみじみと合つてゐる。この歌はチエロの独奏が出来だけ国際性があるということでもある。どうしてこの歌を音楽の教科書から削除してしまつたのであらうか。だけ国際性があるということでもある。どうしてこの歌を音楽の教科書から削除してしまつたのであらうか。

閑話休題、夏の間、海水浴客に明け渡していた海も、海の家がたたまると市民の元に返つてくる。人影がまばらになつた秋の朝夕、浜辺には散歩を日課にしている人の姿がみられる。ようやく海が自分のものになつたとばかり、沖に向かつて思い切りキヤステイングをする釣人。夏が過ぎて、地元の暮らしに溶け込んだ浜辺が返つてくる。喧騒にかき消されていた風の音が、潮騒が、いまはつきりと耳に届く。秋が深まつていくにつれ、よく晴れわたつた日には、相模湾の西の向こうに富士山が

くつきりと望める。左に江ノ島、右に富士山。しかもこの時期陽は江ノ島の近くに沈むので、夕方となる

と公園にはカメラを手にした人、散歩の途中でうつくしい夕焼けショーカー眺めようとする人たちが、集まつてくる。聞こえてくるのは海から吹きつける風の音。打ち寄せる波の音。

そんな中にときおり江ノ電の踏切の音も聞こえる。こうして夕方のひとときをのんびりと海を眺めて過ごした人たちが、優しい風と波の音に平穏だつた一日が静かに暮れていくのを感じるでしょう。見上げると、茜色に染まつた上空に、数十羽の海鳥が悠々と円を描いて舞つてゐる。

ところで鎌倉は、古都にふさわしく桜が映え、段かずらや建長寺、鎌倉山の並木が桜の名所としてよく知られ、開花の季節ともなれば大勢の花見客で賑わう。ソメイヨシノ、ヤマザクラ。そして若葉とともに咲く

オオシマザクラ。春爛漫の言葉にふさわしい古都の春模様だ。

さくら 日本古謡

『うたのほん(下)』明治十六年

一 さくら さくら

野山も里も 見渡すかぎり

かすみか雲か 朝日におう

さくら さくら 花ざかり

二 さくら さくら

やよいの空は 見渡すかぎり

かすみか雲か 匂いぞ出する

いざや いざや 見にゆかん

これらの歌には、芸術的価値と同

時に、日本人の魂や血、情感、郷土

愛、文化性といったものが、自然に

込められていたようだ。

鎌倉から愛唱されながら、なぜか戦後あまり歌われなくなつてしまつた。

戦前から教科書から消された人々と同じよう

に、いやそれ以上に、これらの歌と

ともに、日本人が大切にすべき多く

のものが失われてしまつてゐるのでないか。ひとりでも多くの人が、忘れ去られようとしている数珠の名歌を歌い継ぎ、後生に伝えていくて欲しいと念願する。そうすることが、私たち自身の人生を味わい深く、豊かにし、世代を越えた日本人の「ごころのハーモニー」を生み出すであろう。

鎌倉の桜が終わると、山はいつせいに若葉が芽ぶく。その緑にも濃淡があつて山全体がとてもやわらかく、瑞々しい息吹に包まれる。鎌倉の山々は、子供からお年寄りまで安心して歩ける低山ながら、野鳥や山野草の種類も多く、また随所に古道が残つてゐるため、休日となると新緑と中世のロマンを求めて多くのハイカーが訪れる。昔の人が長旅を経て初めて大仏を眼下に見たときにどんな思いを抱いたでしょう。春風に搖

らぐ梢の若葉も鳴る音を聞きながら歩けば、遠い昔に思いを馳せることができる。

### 故郷の空

大和田健樹作詞

スコットランド民謡

### 『明治唱歌（一）』明治二十一年

一 夕空はれて あきかぜふき  
つきかげ落ちて 鈴虫なく  
おもえば遠し 故郷のそら  
ああ わが父母 いかにおわす  
二 すみゆく水に 秋萩たれ  
玉なす露は すすきにみつ  
おもえば似たり 故郷の野辺  
ああ わが兄弟 たれと遊ぶ  
この歌の原曲はスコットランドの民謡で、ちょっとエッチな田園風のラブ・ソングである。「誰かさんと誰かさんが麦畑……」という原曲に忠実な訳もあって、知っている人も多いだろう。しかし明治二十一年の『明治唱歌（一）』では曲想を変え、

故郷の父母兄弟と懐かしむ歌とした。リズムも日本語に合うように変えられ、原曲よりも格調高くなつたといえよう。日本人はもともと、多くの国や民族の文化を吸収することが上手な民族だった。そのエキスを巧く吸いとつて、日本の風土と適応させるという。抜群のセンスを持ち合わせていた。その最もたるもののが、私たちが使つてゐる文字だろう。言うまでもなく、漢字は中国で生まれた。最初はこれをそのまま輸入し、日本語の語音にあてて使つていたが、やがて簡便な“ひらがな”という画期的なものを発明した。これによつて文字を習い、楽に読み書きが出来るようになつた人間が、どれほどふえただらうか。外国の曲を巧みに翻訳したり、独自の歌詞をつけて日本の愛唱歌としたそのセンスは、そうした適応能力のひとつを表れたたよに思われる。それはそのまま、日

本の文化性を物語つてゐるのではないか。学校で『故郷の空』を歌い、“ああわが父母、いかにおわす”と口ずさめば、無意識のうちに故郷に思いをはせ、父母を慕う心が培われていくであろう。だからいま日本の子供たちに、こうした歌を教えていくことは、二十一世紀にむけて必要なことなのではないだろうか。子供の音楽の教科書に、少しでもこうした名歌を復活させるべきだと思う所以です。そのすぐれた音楽性、芸術性は、詰めこみ教育に疲れ、偏差値教育から疎外された子供たちの心を、かならず癒してくれるだろう。ずっと歌いつがれてきた名曲は、そういう力を持つてゐるものだと思料する。

### 霞か雲か

可部敏夫作詞・ドイツ民謡

### 『小学唱歌集（二）』明治十六年

一 かすみか雲か はたゆきか  
とばかり におう その花ぎかり

ももとりさえも うとうなり

二 かすみははなをへだつれど

隔てぬ友ときてみるばかり  
うれしき事は世にもなし

三 かすみにて それとみえねども  
なく鶯にさそわれつとも  
いつしか来ぬるはなのかげ

名歌とは、何をもつてそう呼ぶか  
と言えば、「いつまでも多くの人の心  
に残る曲」だと思つてゐる。あるいは  
は「くり返し聞いて、くり返し歌つ  
ても飽きない曲」と言つてもいいと  
思う。外国の曲が日本語で詞をつけ  
られた中にも、長く歌いつがれてき  
た例は数多くある。唱歌の中にもず  
いぶんとり入れられて、私たちはま  
るで最初から日本の名歌だったかの  
ように、それらの曲に親しんできた。  
まさに音楽は普遍性を持ち、国境を  
越える証だ。この奥深い芸術性を持

つ、美しい歌に親しみを覚えるのは、

私たちが子供の頃学校で習い、歌つ  
ていたからことだらう。またそこに

日本語としても美しい詞があつたか  
ら、なおさらその芸術性の一端でも

味わうことができた。これらの外国  
名歌を見ていると、歌の詞の中に、

何とも言えない教養を感じることが  
できる。豊かに人生を生きるための  
奥ゆかしい教養、そういうものが抜  
きがたくあるようだ。しかも、格調

高さ、思想の潔さは、現代人が失  
いつつあるものではないか。こうい  
う曲を歌うことこそ、二十一世紀を  
生きる新しい日本人の心に、再び潤  
いと豊かさをもたらすにちがいない  
と思案する。こうして筆をとつてい  
ると、当時の風景が目の前に広がつ  
てくる。色と光が鮮やかに浮かび上  
がる湘南鎌倉の追憶に浸りながら、

散策して口遊んだ歌をない交ぜて、

小さな過去の体験の一つを述べてみ  
た。

## ある夏の出来事

穂苑 正臣

むし暑い夏の日にゴルフ場へ出か  
けると、ある出来事を思い出す。以  
前勤めていた会社の同僚と一緒に栃  
木県のゴルフ場へ行つたときのこと  
である。

それはいまから25年も前の八月  
のことであった。その日は午後にな  
つて蒸し暑さがまたよう感じられた。  
16番ホールを終え、次のホー  
ルへ向かう途中、突然、友人が  
「気分が悪いのでゴルフをやめて  
休みます」と言つた。

もうすぐ午後のハーフも終わるの  
に、と思つたが、彼の口調に真剣さ  
が感じられ、「休んだほうがいいよ」

と私は答えた。その時運よく、ゴルフ場の巡回自動車が通りかかり、彼を載せて走り去つて行つた。

プレイを終えた私は、彼はクラブハウスにいるだろうと思つて探した。しかし、どこにもいないのである。デスクで尋ねると、近くの診療所へ行つたとのこと。その診療所に電話を掛けた。すると、

「今、点滴をしています。もうじき終わるのでゴルフ場へ戻ると」言つています」

という看護師さんの返事であつた。診療所から帰つてきた彼はいつもの元気がなく、

「今日はここに泊まります」

と言う。心残りではあつたが私は彼を残して帰宅することにした。

翌朝、早速ゴルフ場へ電話をかけると、支配人が言うには、

「どこかに入院させないと駄目ですね。彼はもたないですよ」

そのゴルフ場の近くの病院には知り合いの医師もいなかつた。しかし、少し離れてはいるがとある病院に後輩がいるのを思い出し、彼に頼んで緊急入院させてもらつた。

それから三日後、病院の医師から私のいる会社に電話がかかつてきました。そして「彼はもう駄目なようです」と言うのである。聞いた途端、私は

内心で、

「そんなバカなことがあるものか。あんなに元気だつたのに」

と思った。すぐに会社の看護士さんを連れて自分の車で病院のある宇都

宮へ向かつて高速道路を突つ走つた。

ベッドに横たわる彼は一昨日一緒にゴルフをした人物とは全く違い、まるで別人であつた。意識は朦朧としているようであり、声はか細く、

全身にむくみがあつた。そして付き添つている家族さえも彼をあきらめている様子であつた。

私は「大学病院に救急車で運ぶ」と家族に告げた。その頃、私の自動車には携帯電話が設置されていた。大学の各内科の教授に、「彼を何とか助けてくれ」と車内からお願ひした。

彼は救急車で一時間近くかけて大学の救急室に運ばれた。そこには各医局から動員された多くの医師で患者が見えないぐらい集まつていた。

彼はあらゆる症状を示していた。いわゆる多臓器不全である。腎不全、肝不全、心不全、呼吸不全があり、血液検査でも異常の値が示されていた。

その頃は都心の大学病院の医師は、日射病、とか熱中症とかの患者を診る機会がすくなかつたのであるう。友人の教授が「農薬でも飲んだのは」、と言つたほどであつた。

排尿も見ないで点滴を続けたのか、体重は5キロほど増えていた。そこで一週間かけて水抜きの人工透析や

パルス療法などが行われた。

重症の熱射病では 60 - 80 % の高い死亡率が報告されている。彼は奇跡的に後遺症も残さずに助かった。親しくしていた友人達は元気になつた彼を見て喜んだ。一番喜んだのは勿論家族であろう。

彼は、倒れる前の二か月間会社の仕事が大変忙しく、会社の近くのホテルに籠りつきりで仕事をしたらしい。ゴルフ場で彼が倒れた日、昼の食事にはスイカを食べ、生ビールをジョッキで飲んでいた。水分は十分に摂つてはいたがアルコール摂取と疲労、急激な蒸し暑さが彼の倒れた原因だと思われる。

その頃は今とは違ひ医師は熱射病にそれほど関心がなく、患者の発生も少なかつたのであろう。彼の入院時の記録は何回も学会に発表されてゐる。

ある日、そんな彼から私のところに電話があつた。彼は現在会社を辞めて一人で会社を興し、そこで仕事をしているという。そして、どこにも身体に異常がみられず元気であると彼は言つた。

大学病院にいた医局の先生たちの協力によつて彼は助かつた。この出来事は「医者は、患者さんを最後まであきらめてはいけない」という私への教訓にもなつてゐる。

### 生還！バンザイ突撃に参戦した軍医中尉（7）

協力 美濃部 幸恵

### エピローグ

戦後 1969年8月（昭和44年）に、

井手先生は25年ぶりに奥様とお二人でサイパン島へ慰靈の旅に行かれました。その年の5月に、先生がサイパン戦の最後にいらした海軍バナデル洞窟よりさらに北のマッピ岬の秘境で、50数体の日本兵の遺骨が発見されたのです。

先生はロープで谷底まで降りられ「戦友たちの悲惨な結末にただただ胸がしめつけられ痛み」御靈安かれと合掌されたことを著書に書き残さされました。

私たちはこの井手先生の万感の思いに突き動かされました。  
そして再び海を渡つてサイパンに行つてまいりました。

### ウロト峡谷

現在 島北部東側マドック岬の先端グロットのある一帯。GROTTO は浸



### グロット

\*ウロト峡谷では1969年5月50数柱の日本兵の遺骨が発見されたのです。

厚生省の遺骨収集団が現地の人の協力で丁重に日本へ運んだそうです。

\*近年になってグロット周辺は観光スポットとなり道路が整備され、谷底のグロットまでコンクリート製の100段ある急階段が造られています。

食洞に外海から流れ込んだ海水が岩棚に囲まれ深く透明に  
軍と申込みます。



### 100段階段

\*しかし日本兵の遺骨が発見されたその階段の右側一帯は45年前に井手先生が見たウロト峡谷とそれほど違わないのではと思いました。鬱蒼とした山林の斜面に大小の岩がゴロゴロ重なり合い熱帯植物に絡みつかれ、所どころ穴が出来ています。

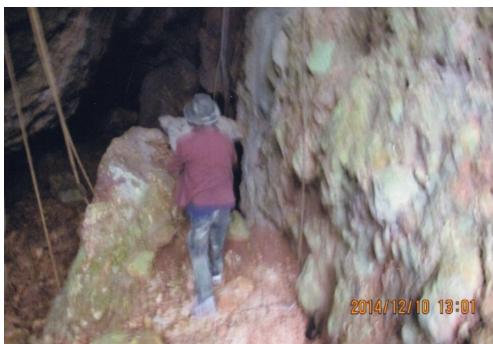
井手先生は、「上から50メートルほど遺骨収集団が残したツナとクサリで現地の案内人に助けられ降りていった」と書いています。



### 日本兵の遺骨 発見はこの下の谷

\*私が着いた道路の上からではとても足を踏み入れられる場所ではありません。

残念ながら夫と私の体力では、降りたら最後登って帰ることは出来ないでしょう。



ジャックさん、ヨネコさん 峡谷へ



#### ウロト峡谷

\*屈強なチャモロ人 J A C K さんと勇敢なヨネコさんにはカメラを託して下りていただくことに。  
\*お二人はグロットへの階段を3分の2ほど利用して下りそこから右手のウロト峡谷へと入って行きました。



#### 飲料水を詰めていたビン類

\*当時飲料水を詰めていたと思われる沢山のビン類が岩の隙間などに残されています。

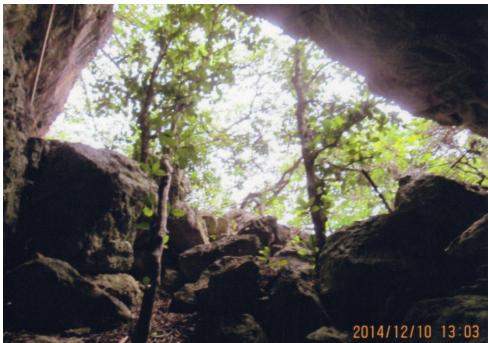
飲料水とカンパン等が尽きた時、真水がほとんど出ないサイパン島では死を覚悟しなければなりません。

45年前ここにいらした井手先生は、「サイパン戦役」の著書に戦友たちの悲惨な結末をまえに、万感の思い哀悼を以下のように記しておられます。

「底に着くと、まさに静寂そのもの。周囲の岩棚に身を寄せ合い、飢えと渴きに苦しみつつ、絶望と無念の中で死んでいったであろう。

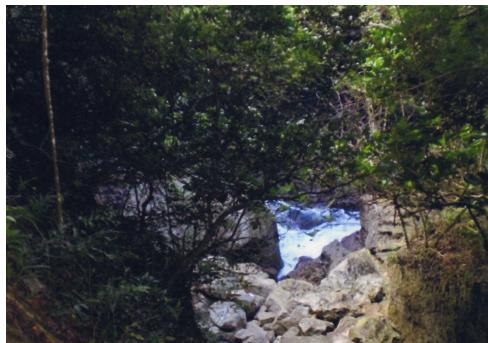
見まわすと、岩のあちこちに名前が刻まれていたのが、いっそう痛ましく、胸のしめつけられる思いであった」





岩場

\*わたしたちは、この井手先生の手記に突き動かされました。  
どうしてもこの戦跡を慰靈巡拝させていただきたい“の一念で今回やってまいりました。



グロットの波音が

\*名前が刻まれた岩は、ヨネコさんが探してくださいましたが、戦後70年、歳月にさらされた岩場には残念ですが発見することができませんでした。  
けれど深闊とした岩場には、日本兵や井手先生も聞いたグロットに打ち寄せる波の音がしていたそうです。  
しみじみと彼等の孤独と哀しみが偲ばれました。



45年前井手先生はクサリで

\*45年前、井手次郎先生はここから綱とクサリで峡谷の底まで下りていきました。



峡谷の上の道にて

\*故国に帰る願いもかなわず戦死された日本兵の方々を、一同心より偲びご冥福を祈りご焼香いたしました。

## 日本軍と日本兵

一同黙祷

\*在サイパン40年のベテラン戦跡ガイドのヨネコさんも50数柱の日本兵遺骨が発見されたウロト峡谷には初めて入ったそうです。

関係者の訪れも絶え、人跡もまれになつたウロト峡谷の貴重な映像を撮り、心からの慰靈を捧げてくださつたヨネコさん、ジャックさんに感謝、お札を申しあげます。



戦中から終戦翌年までアメリカ軍側の視点からじつえた「日本兵と日本軍」の姿や能力が記録されている戦訓広報誌「インテリジョンスブリティン」に着目した著書です。

この中に米軍が見た「日本軍の医療体制」の項目があります。

サイパン島戦で若き井手次郎軍医の体験やドンニー野戦病院にもあてはまる部分もあるかと以下抜粋しました。

講談社現代新書 一の瀬俊也著

戦訓広報誌

「Intelligence Bulletin 情報公報 略IB」

米陸軍省軍事情報部 1942年

46年まで発行

これは作戦地域に居る下級将校、下士官兵用に作られた月刊誌で前線からの報告等の可能な限り最新の情

報に基づき日独軍の兵器、戦術思想、組織などが解説されている。

大戦中の米軍は日本軍を観察し、実態を分析し教訓とし、戦略に取り入れていた。その中に「日本軍の医療体制」に対する米軍の評価がある。

IB1946年3月号（終戦後に出版された）では、日本軍医療の崩壊は、南西太平洋における日本軍の敗退の一因となつたとしている。

例えば、「ガダルカナル作戦での勝敗は、日本兵の多くが、マラリア、脚気、腸炎で倒れたことで戦力の著しい損耗にあつたとのべている。

IBによれば、ガダルカナルには4万2000人の日本兵の半分以上が病気や飢餓で死亡し、負傷者の80パーセント以上が不十分な治療、医療材料の不足、後送力の欠如により死亡したとみられる。」

「東部ニューギニアココダ道等の作戦でも3000名中生存兵は50

名弱。ほとんどが栄養、医療を軽視した無謀極まる作戦で病死。戦闘で死んだ兵はわずかであった」と報告されている。

日本軍の野戦病院についての記述もある。

### ガタルカナルの日本軍の野戦病院

防虫剤、蚊帳、キニーネなどのマラリア予防薬などの不足。ジャングルでの医療体制の欠如。さらに兵が治療をうけるために後方へ下がることを奨励されなかつた。

病人は敷物か地面に寝かせ、病室は椰子の葉葺きの小屋だつた。

野戦病院の衛生はひどかつた。排泄物が積み重ねられ、雨が降ると流れだした。キニーネその他の薬の供給は激減し、包帯すら不足していた。食糧も不足し、ヤシや草類、ワニやトカゲの肉は困難であり、医務上の要請に対

が非常糧食であつた。

米軍の見た（あるいは、捕虜になつた日本兵の証言か）ガタルカナルの日本軍野戦病院は、劣悪極まりない状態であつた。

### \* 防衛庁戦史叢書「南太平洋陸軍作戦ガタルカナル・ブナ作戦」によれば

\* ガタルカナルの犠牲者数は日本軍  
総兵力3万1400名中5000  
～6000名が「純戦死」1万5  
000名が戦病死とされている。  
米軍の戦死は約1000名であつた。

日本軍の指導者は大局観を欠いていたと言ふ。

例えば、IBは日本軍に医療体制の貧弱や傷病者軽視がみられ、このため戦線復帰出来る兵の数が減り、士気や戦力を下げたとみている。

米軍では、病人はジャングルからよく整備された野戦病院へ送られ、休息と適切な治療を受け、快復した後に、戦力復帰し勝敗に貢献したのである。

\* \* \* \* \*

する考慮にかけていた。と捕虜になつた日本軍軍医と思われる記述がある。

### 「生きて捕虜の辱めを受けず」

退却の際、重傷病兵に自決を強いた日本軍の戦陣訓の実行は米軍にとって理解不能な冷酷な殺人とみなされた。

IBは「日本の軍陣医学」の医療体制の低レベルの理由として、日本の軍事指導者は、進歩的な治療や技術は支出が増えるため認めない。軍医将校の意見が取り上げられるのは困難であり、医務上の要請に対

井手次郎先生は戦後に知ったアメリカ軍の高度な医療体制、兵士の命と尊厳を守る人道主義に驚嘆されましたが、これに対し、アメリカ軍は敗戦濃い日本軍野戦病院の言語を絶する悲惨な状態にただただ驚愕しております。

日本のこの違いは、サイパンの遺骨収集にも見られるようです。サイパン観光の仕事で在住されている若い世代の方が、ネット発信した心打たれる記事です。

### 戦没者遺骨収集

『アメリカ軍兵士と思われる遺骨が発見されるとさつそくアメリカからJPACの調査員が来て、それは丁寧に根こそぎ連れてかえりました。JPACというのは、米国戦争捕虜及び戦争行方不明者遺骨収集司令部のこと。一柱の遺骨発見でもすぐに

農業移民の石山正太郎一家も戦火に追われ、島の最北端のバナデルまで移動してきた。しかし岩陰に身をひそめた家族の近くで砲弾が炸裂し、十歳の喜代江はこめかみから激しく出血し「頭が痛い、かあちゃん、とうちやん、頭がいたいよう、目も見えないよう」と体をぶるわせていて。『一緒に死にたい』正太郎は泣きながら祈るばかりだった。

### 兵隊さん

調査に飛んでくるアメリカはすごいと思いました。それに比べると未だ異国の方に放棄されている日本兵が悲しく哀れになりました。』『今こそ日本兵士に援軍を送ろう、今送る援軍とは遺骨収集にほかなりません』サイパンパウパウツアーズ2013年7月10日通信

その様子をじっと見ていた若い日本兵たちは、おじさん、きっと仇はとなります。』『行つてきます』と、背後の岩山を駆け登つていった。喜代江は「頭が痛いよう、目も見えないよう」と繰り返しつつ十歳と五か月の短い生涯をサイパン島で終えた。



旧日本人病院跡  
彩帆神社（香取神社）のあるシュガーキングパーク  
から見る日本人病院跡。

アメリカ軍の砲弾は島も変形するばかりに撃ち込まれました。

ジヤングルを逃げ惑い、親ともはぐれ命を失つた幼いこども達。小さな遺骨は野に山に、海辺の白砂の中に溶け消えて遺骨の収集は難しいでしよう。



吉田幸世社医が傷病兵の手術中爆死した壕でどうか。



南洋開発の診療所と防空壕跡

青い空を舞う海鳥たち、白い珊瑚

の小さなかけら、ほのぐらのジヤン

グルに人知れず咲く可憐な花たち、

そんな姿の中に小さな靈魂がとび交

つているように思います。

サイパンは祈りの島、そして祈る私たち自身が愈され救われてくる。

美しい島全体が忘れてはならない

沢山の物語を語りかけてきます。

大東亜戦争（太平洋戦争）では、約350万人もの命が失われました。たつた70年前のことです。

その方々のかく戦い、かく生きた、血と涙の礎の上に戦後の日本の平和国家としての歩みが築かれたと思します。

次世代を担う若い人が正しい過去の歴史を学び認識し、愛国の精神を持ち、人の命や家族を大切にする日本であつて欲しいと願います。

サイパンの戦跡を歩きながら、戦没犠牲者の御靈と共に手を合わせて

おります。

平成27年5月発行  
老医師と主婦の歩いた  
続々玉碎の島サイパン

おわり

【続々サイパン戦跡めぐり 参考引用文献】

・精強26.1空『虎部隊』サイパン戦記

井手次郎 光人社NF文庫

・サイパン肉弾戦 平櫛孝 光人社NF文庫

・大本當報道部 平櫛孝 光人社

・日本軍と日本兵 米軍報告書は語る

・一ノ瀬俊哉 講談社現代新書

・日本領サイパン島の一万日 野村進

・戦史叢書中部太平洋陸軍作戦 マリアナ

玉碎まで 防衛庁防衛研究所戦史室

・武器・兵器でわかる 太平洋戦争

・太平洋戦争研究会 日本文芸会

・地球の歩き方 サイパン・ロタ・テニアン ダイアモンドビック社

・老医師と主婦の歩いた 玉碎の島サイパン 続玉碎の島サイパン 美濃部欣平 美濃部幸恵 タウンニュース社

## 医芸俳壇



東京 福神規子

料峭の小糠雨降る問屋街

針供養淡島さまに控への間

たはむれに吹く草笛の鳴らざりし

くくたちや寺町にある佃煮屋

静岡 岩本漂人

東京 福富清子

にぎにぎし河津櫻のメジロかな  
カワガラス潜つて飛んで岩の上

青田中チユウサギ白き杭となり

イソヒヨドリ見えぬ富士見て嶋れり  
ハクセキレイ流れる如く走り去り

春一一番雲引きらざり月晒し

越前の春光占めて達治詩碑

しみじみと父母思ふ日や山笑ふ

兵庫 廣辻 逸郎

稻むらの港おだやかわかめゆれ

古びたる彫看板や雛飾る

スケンチの筆の運びや梅盛り

高台に番所の址や梅香る

黒光る牡蠣山に盛り炉を囲む



## 医芸柳壇



群馬 豊泉清

天神の梅に願掛けサクラサク

天満宮絵馬に誤字書く受験生  
勉強をせざるも加えて四猿なり

合格と同時に天神忘れられ

二月だけ書き入れ時の天満宮

天神の梅に願掛けサクラサク

天満宮絵馬に誤字書く受験生

勉強をせざるも加えて四猿なり

合格と同時に天神忘れられ

二月だけ書き入れ時の天満宮

## 医芸歌壇



星

東京

小松安彦

明星を見詰めてをりぬ哀しめばミューズは我の肩に手を置く  
崇高な使命と信じぬし頃の星の光を今も忘れず

白鷺は飛び去りて行く追ひかける気力はもはや残つてゐない  
缶コーヒー飲みながら聞く君の声ダフネと名付けし木の傍らに  
昔汝は言ひぬ「何でもできるんだ」星を見上げて昔を偲ぶ

心字池の追憶

東京

林宏匡

ピペットの目盛り測りし疲れ目を癒すに難き心字池の面  
心字池のほとりに寄りて水の面を見れば漂ふ空蝉ひとつ  
心字池を見つつ情を尋むれど葉影ゆらゆら日光を搖らす  
心字池に思念を凝らす水の面に映る葉影に現身の貌

心字池に情残してピペットを再び見つむる日々なりにけり

新春

茨城羽生藤伍

年賀状大にも來たり年頃のメスのマオ君へトレー納より  
散步時に息子の家の前通る両家の孫と大現われる

市に三つのセレモニーホールあり一つが廃めてサラ地淋しく  
剣玉をうまく載せれば我と來て孫も親しみ交わりにけり  
まら  
小学校正門移動で改修し二宮金次郎のみ残る

富士靈園

東京横田英夫

料金所の長蛇の列も夢のごとETCにて知らぬ間に過ぐ  
東名の防音壁の切れ間より遙かに望む白雪の富士

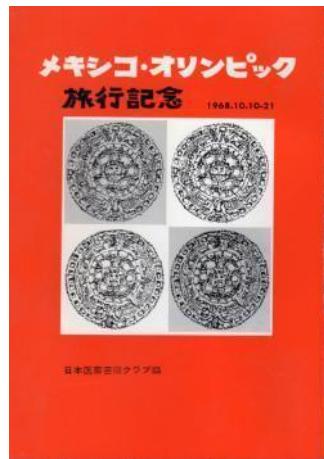
元旦の日差しを受けて靈園は春の温もり冬木なれども  
妻逝きて十年経ちぬ共に行く幼等は皆妻を知らざり  
妻ブラシを手に墓碑みがく幼等は嬉嬉と動きて疲れを知らず

## アンコール掲載

『メキシコ・オリンピック

### 旅行記念』⑤(最終回)

日本医家芸術クラブ 編



リーンピックだ。

当時の日本医家芸術クラブには

『旅行部』が活動していたらしく、

クを見に行つたときの旅行記が発行  
されている。25家庭33名の方がこ

のオリンピック旅行に参加されてい

る。2名の添乗員が付き添い13泊

15日で、サンフランシスコ、サンア

ニオ、メキシコシティ、クエルナ  
バカ、アカブルコ、ロスアンゼルス、  
ホノルルと7都市を旅している。

旅行された方のうち、11名の方が

この旅行記にご投稿されているので、

その旅行記を順次ご紹介していきた

い。尚、本文は原文のまま、掲載写

真は印刷されたものをスキャンした

ものなので、画質の悪さはご容赦願  
いたい。

一九六八(昭和43)年十月十一日、  
第十九回メキシコオリンピックが開  
幕した。東京オリンピックが一九六  
四(昭和39)年十月に第十八回とし  
て開催したので、東京の次の夏の才



## 【旅行日程表】

一九六八(昭和43)年10月

10日 東京発

サンフランシスコ着

東京国際空港より大型ジェット  
機にて出発、一路サンフランシ

スコへ

到着後、ホテルにて休息

午後・サンフランシスコ見学、  
マーケット通り、官庁街、ツイ  
ンピークス、金門公園、金門橋、  
漁夫の波止場、チャイナタウン

11日 サンフランシスコ発

サンアントニオ着

メキシコシティ着

サンフランシスコよりメキシコ  
シティへ、途中サンアントニオ

市見学

第19回メキシコオリンピック

開会式に出席(午後一時～五時)

### 13日 メキシコシティ

午前…メキシコ市見学、チャップルテペック公園、ゾカラ広場、中央政府、大寺院、国立人類博物館等

### 14日 メキシコシティ

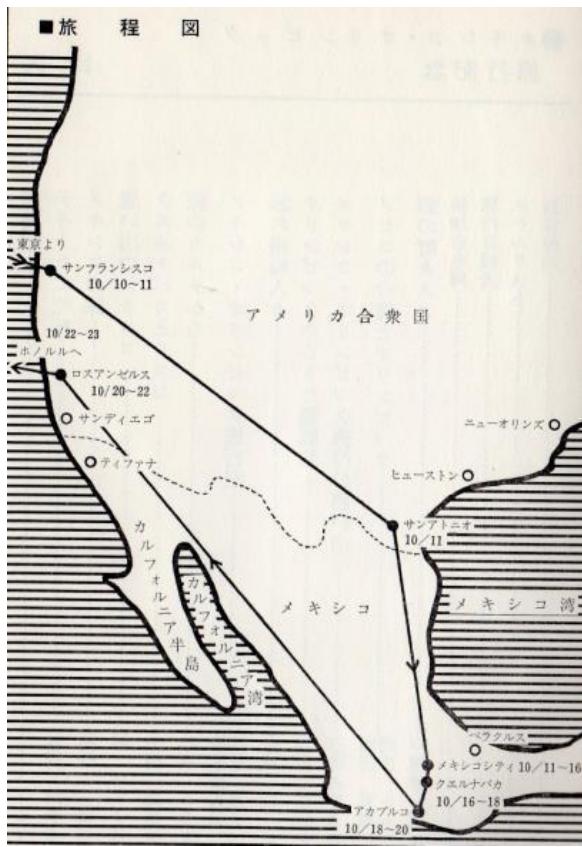
午前…ティティワカンの太陽の神殿、ピラミッド見学  
午後…オリンピック陸上競技見学

### 15日 メキシコシティ

午前…オリンピックバレーボール見学  
午後…オリンピック陸上競技見

### 16日 メキシコシティ発 クエルナバカ着

メキシコシティより、クエルナバカ経由にてアカブルコへの3



日間のバス旅行

### 17日 クエルナバカ

クエルナバカ見学、夜はメキシコ政府主催のオリンピックパーティーに出席

### 18日 クエルナバカ発

ボートにてアカブルコ湾巡航、夜はラ・ケブラダの崖上からのダイビングショウ見学

アカブルコ着

### 19日 アカブルコ

クエルナバカよりアカブルコへ

20日 アカブルコ発

東京国際空港着 後解散

ロスアンゼルス着

オリエンピックヨットレースを見学、午後の便にてロスアンゼルスへ向かう

21日 ロスアンゼルス

ロスアンゼルス見学、ハリウッド、ビーバリーヒルファームーズ、

マーケット、チャイニーズ劇場、オルベラ街等

22日 ロスアンゼルス発

ホノルル着

ホノルル着後、オアフ島見学、

ワイキキビーチ、ダイヤモンド

ヘッド、ハワイ大学、パンチボ

ールの丘、真珠湾、ヌアヌパリ等

23日 ホノルル発

パンアメリカン大型ジェット機

にて一路東京へ

24日 東京着

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

旅のカルテから

岩本 みち

十月十八日

朝八時二十分、ホテルコンチネンタンの庭の芝生に心を引かれながら、美しい花の町クエルナバカを後にアカブルコに向う。此の町の街路樹は種々雑多で、ハサミを入れず繁るがままの大木が美しい。

昨日見たソカラ広場のエルナンコルテスの像の前を通る。此の町へ来て感じた事は路上にじつと立つて眺

めている人が多い事、これは文化生活が進んでない事、又動作其の他にも教養のひくさを物語つてゐる様に思われた。

アカブルコへの道は途中までタスコ方面と同じ途中から別の途へ入った。峠を大分下つて肥沃の地なり、マンゴの林が目にうつる。左手に名も知らぬ湖水が見える。

車中は時間が長いので、レクリエーションが始まりにぎやかである。一行へ加つたワシントンの学生もいくつかの歌をうたう。又、ガイドも面白い人だ。車内は国際色豊かで楽しいふんい氣である。窓外は行けども行けども山又山、又は農地牧場人々は殆んど見られない。メキシコの土地の広大さを思わせる。十時四十分、バルサス河を渡る。灌木の林の中に若竹の様にのびてゐる大サボテンが印象的である。

右手にチルバレン湖の美しさ眺め乍ら少しうくと、チルバレンゴの町。ここは海拔千百米、出発後五時間でアカブルコの町に着いた。ホテルコステロに入る。部屋は太平洋を

見はるかし、後はきれいなプール。  
部屋の中もきれいで気持ちがよい。

日中は暑く、今までと異なり湿度が  
高く、肌に湿気がまつわりつく感じ。

三時頃おなかがすいたので、食堂で  
バナナパイを食べる。非常におい  
しかった。主人はおよいに来たが、

波が荒く骨が折れる由。ベランダよ  
りアカブルコの夜景をあかず眺める。

熱海等の夜景に比し雄大な事は比較  
にならない。夕食のパーティーは全

員合同で皆さんの自己紹介も面白く  
愉快、食事もおいしかった。食後王

人と真暗な砂浜をはだしで歩く。日

本の砂よりもあらく足にふれる砂の  
感じも異国的で、一入楽しい散歩で

あつた。

波の音が大きく、ねむれるか心配  
なほどであった。

### メヒコの今昔とオリンピック

内田 重雄

メキシコはローマ学で MEXICO  
〇と書いてメヒコと呼びます。私共  
の二世はみなここで生れ、メヒコ国  
籍を持ち（後に離脱）カトリックの  
洗礼まで受けたのであるから、良き  
つけ悪しきにつけ、メヒコは私共  
の故郷であります。従つてむしろ  
ここで、メヒコの小史に触れてみ  
たい。本来、メヒコは有数の鉱産国  
であるとともに、天与の農牧国であ  
つた。ただ一九一〇年代以降、打ち  
続く革命と反乱で、事業も生産も共  
に停頓萎縮して終つたのは止むを得  
なかつたとしても、それ以前は、三  
十年も続いた安定したジアス大統領  
の治下、盛んな外資導入に依つて、  
鉱山鉄道農場等の開発がめざましく、  
従つて金貨が津々浦々にまでうなつ  
ていたと伝えられる。その反面、貧

翁の「新日本植民論」に転倒した私  
は、翁ならびに在米牛島薯王の昔日  
の夢「第一のカリホルニヤ」を求め  
て、北米を経てメヒコに入ったのが  
今から恰度四十年前、それから在住

十余年、第二次大戦を契機にメヒ  
コを離れたのが、太平洋戦争勃発の  
一年前のことだから、渦まく数々の  
思い出も色あせて終つた感があるが、  
回顧すれば、私共の入墨当時のメヒ  
コは、田園と都市の差が隔絶、大都  
市の文明は国際的で高水準にあつた  
が、地方では大農場（アシエンダ）  
は崩壊過程を辿り、諸産業は低迷し、  
幼稚と貧乏が幅をきかせていた。

富の懸隔は甚しく、非常に虐げられ

跡を残したことが知られている。

メヒコと日本の関係のハイライト



現在のアカブルコ港

た農奴階級の間に、徐々に革命の機運が醸成されていったことも争えない事実である。無論その間世界の風潮の影響を見逃す訳にはいかない。ソ連の革命に大きな功績をあげた片山潛が、一時メヒコに来て大きな足

跡を残したことが知られている。メヒコと日本の関係のハイライトを取上げてみると、ややさかのぼつて徳川時代の初期、比鳥攻略の野望を秘めた伊達政宗の命を受け、その本国スペインや、有力な植民地メヒコ（当時のノビス・パンはニユウス・ペインの意）の情勢を探ることを目的として、ローマに使した支倉六右衛は、太平洋の波濤をこえ、アカブルコ港からメヒコを機断し、ベラクルースから海路スペインを経て、ローマに赴いたが、帰途一行中若干名を、アカブルコの背後地に残して去つたという。そのためかあらぬか今も日本語と一致する言葉が、二、三に止らないのも事実である。遙かに下つて明治の中期に、海外発展の先覚者榎本武揚は、太平洋岸を前後二回に亘つて調査の末、最前端のチア・パス州に、謂う所の「榎本植民地」を建設した。その後革命時代に入る

と、前大統領の家族を暴徒から完全に守り抜いて、長くメヒコ人の敬慕の的となつた堀口九万一公使や、国情騒然外国人の生命財産も脅されたので、軍艦出要、八雲を率いて、各國海軍と共にメヒコの沿岸を涉弋して、同胞保護の任にあたり、勇名をメヒコ全土に轟かした森山慶三郎中将は、日本海海戦の大勝によつてかち得た異常な親日感を、一層高からしめた。この外に、秘史として一般には知られていないが、在米の先達者牛島謹爾翁が、北米の排日移民立法阻止に悪戦苦闘の末、虐げられた在米同胞のため、排日のない第二の加州を求めて、特使を送つてこの国をくまなく調査せしめた。特使は即ち前記渡辺金三翁で、牛島薯王の顧問であつたが、邦人移住の可否を前後六年徹底的に調査され、可能性を確かめ、特に結論を得ようとして革命に遭い、不幸にして本計画は挫折

した。その後、牛島翁とはかり、米軍国境地帯にひろがる広大な稻作農地の、日米資本の合作による大開發計画を立てたが、これ又事業開始直前、関東大震災に遇い不発に終つたことは、惜しみでも余りあることである。これははずと後のことになるが、第二次世界大戦勃発の前後、有力な在留邦人と日本財界人によつて、メヒコ最大の天然資源である石油の開発輸入（太平洋石油株式会社）を興し、日米開戦まで相当量の輸入を果したことは、人々の記憶に新たなところである。かくてメヒコは、出来民族的に日本人に対し、常に好感をいだいていたことがわかるであろう。

語を元に戻し、私の人墨當時、二十年間も続いた革命の嵐は、一応落着いてはいたが、一九三〇年代の世界大恐慌の荒波は、無論メヒコにも襲來し、大実業家の破産する者、

銀行家の自殺する者もあつた。次には、アグラリスト（農民党）のハリケーンが吹きあれて、それまで西北部太平洋岸一帯の町や村の街角を占拠していた夥しい支那人雜貨商は、私共の目の前で放逐されて終つた。

革命時代の公約とも言うべき農地改革は、戦後の日本のそれよりも約二十年前に実施され、カルデナス将軍大統領によつて、強引に進められ、大小農場といわゞ農地の分割はその極に達し、統計上、小農地の保有者数は益々増え、全国の生産高は年毎に低下した。主食とうもろこしから砂糖にいたるメヒコ固有の農産物の自國輸入量の増大が、如実にこれを実証していた。

さらに進んで、米系資本を主とした石油業をはじめ、外資産業の固有化に踏み切つたときは、内外物情騒然薄氷を踏むの思いがした。それより前から、過度に社会主義路線を歩

みはじめたメヒコの労働問題は、最早の施しようもない位で、無論産業は沈滞し、外国人は去り、貧乏人が巷に充ち満ちたと言つても過言ではなく、一口に言つて、それは不思議な魅力をもぢながら、暗い暗いメヒコではあつた。

ところが、それから四半世紀余を経た今日のメヒコの変容は何うであろうか。桑港からテキサスのサンアントニオ空港を経て、リオグランデ河をこえ、メヒコの中部高原に入ると、山襞の間に、到るところダムと貯水池が見出され、その下方に定つて大小の農地が展開されている。そして、夜に入った首都メヒコの空港に着陸しようとして、暗黒の広大な地域に展開された無数の緑と白と赤のネオンの照明の美しさには、みな一驚を喫した。実際それは想像をはるかに絶したものであつた。後で知ったところでは、オリエンピックの



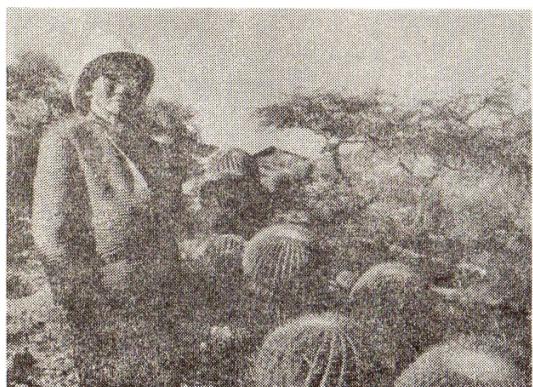
メヒコ中部高原のダムと貯水風景

光に明けくれた数日間の滞在で、遺憾なく知らされた。それは又、メヒコ在住約五十年、メヒコ植生研究の権威で、現メヒコ国立大学植物学研究所教授、松田英二の証言するところであった。

数カ月前、偶々外誌で見かけた、「メキシコ貧乏を追放す」の記事について、博士の説明を仰いだところ、「追放したとはまだ言えないが、

凡ての政策がその路線に沿っていることは確実」ということで、メヒコは先の農地改革の行過ぎを是正し、曾ての農奴達にむやみに小農地を配分することは止め、他方、中農（一  
人当たり三百畝まで憲法により保証される）の保護奨励に切りかえたため、

外資援助による全国灌漑事業（二十年間に二百万畝以上達成）と相まって、躍進的増産を遂げ、特に私共の在住した西北部三州の海岸地帯は、

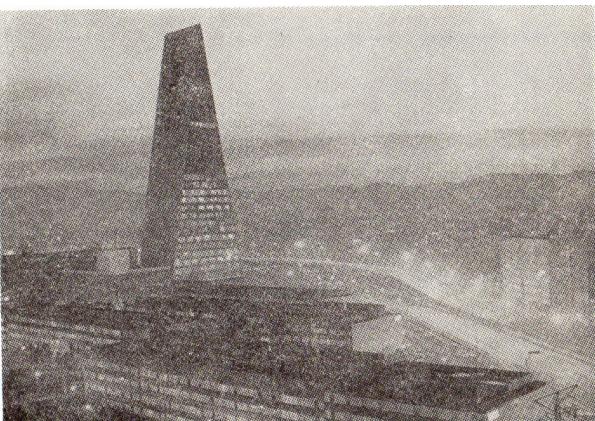


シャボテンの野に真理を求める松田英二博士

灌漑とアメリカ式機械化農業で、農家の収益は年々莫大であるという。その他海外援助を主軸に、電力その他の施設の開発が進むと共に、積極的に外資の導入保護政策が採られたので、諸産業が発達し、政治の安定と相俟つて、米人をはじめ外国人の定住する者が、目立つて増えたと言われる。とに角戦前あれ程街に多

かつた乏食が、殆んど全く見当らない。これは今から三代前の大統領以来文官が続き(大統領の任期六ヵ年、再選禁止)社会保障制度の増強が、何より優先されているためのようである。

そのよい実例として、松田博士自ら案内の労を取られた「独立共同体」とも言うべきUNIDAD INDEPENDENCIAについて、極めて簡単に説明する。これは都市住民を対象として、社会保障基金局により、首部に四つ作られたモデル地区のことで、その成績を見て全国に拡大される予定だと言われる。



メヒコ市福祉法による住宅街(三角の建物は銀行)

アパートの窓々には植木鉢が一杯、稍広めの窓合の壁には、必ずあの特徴のある幼稚で無邪気な絵画がかれているのは、大変好感が持たれた。

ガレージが少ないらしく、部落内

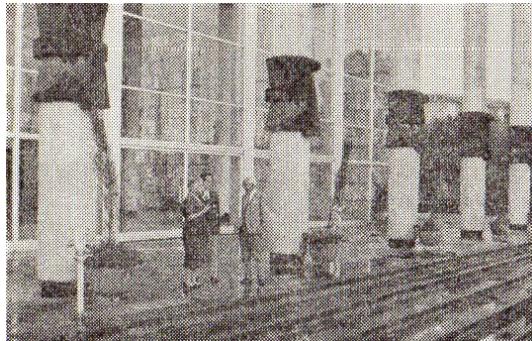
の道路上に可なりの乗用車が置いてあつた。住宅建築費は言うまでもなく基金局が立替え、長期賦払いで返済できる仕組である。

病院の一つに立寄り、来意を告げ

ると、習性と美貌の女医が応接し、懇切に病室はもとより各診療室、手術室、所長室その他くまなく案内してくれたが、各ドクターは午前か午後の四時間だけ、予約患者八人、臨患八都合十六名だけの診療にあたり、残りの時間は、自宅その他でアルバイトができる由、比較的低い給与はそれで補われるのである。立派な廊下の待合椅子は空席が多く、医師はのどかに悠々たる態度が見受けられた。手術室は偶々婦人科のチステ手術中で、附属室の麻酔器は閉鎖術環式であった。黒板に書かれた予定五例は何れも軽症で、硝大きいものは全部中央病院に送り込み、そこで各科とも施設完備のこと、この

病院は五年前の建設で、管理もよく行届いていた。

ところで、病院の対象は管内の病人だけでなく、それ以外の診療も受け、前者に対しては、殆んど無料のようである。そのため、各人毎月の給料から、相当額の社会保障費を徴収していることはもちろんであ

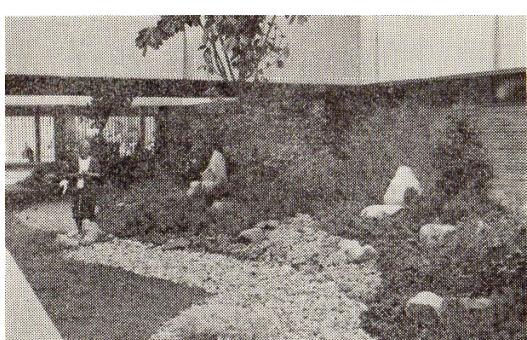


全米 (Inter-America) 社会保障センター

る。このような保障制度は、全米的に進められている模様で、ほど遠からぬところに、立派な金米社会保障センターが建っていた。

独立協同体の話はこれ位に止め、そのほか道路交通通信のよくなつたこと、物資の豊富なこと、そして物価も税金も安いこと等、何を見ても住みよくなつたことは確かである。産業事情まで見て歩く余裕は到底なかつたが、博物館や公園やオリンピック施設の壮大華麗なことは、わが国以上であることを認めざるを得なかつたのである。

さてメヒコのオリンピック祭典について特筆すべきは、わが国の場合と同様、ラテンアメリカでの最初の開催国となつた点にある。各種の条件のととのいが、オリンピック開催に最もふさわしかつたことを認識すべきである。各種の会場や設備は申し分なく、例えば、バレー・ボールの



バレー・ボール競技場の日本庭園

行われる会場に入ると、回廊の下に直ちにそれと知られるすぐれた日本庭園がしつらえてある。とき、それからオリンピック選手村は、代々木のそれとは打つて変り、十数階の彩色ゆたかな高級ビル群で、大会後の住宅分譲が話題となつていて。首都を取りまく大環状線を疾走して、大

競技場附近にさしかかると沿道の熔岩上に夥しく建つてある貧民小屋の壁の一面を、黄や桃色や赤や青に彩つて、オリンピック参加者を歓迎している様を見受け、又所々に参加各国から贈られた、巨大なオリンピック記念像が、思い思いの趣向をこらしてそそり立つてある姿は見事であった。

以上に表われているように、メヒコ人本来の親切な善意をもつて、国を挙げて外来人を歓迎していたことがわかるであろう。かくて開会式の盛観その他花々しく競われた競技の幾つかは、各自写真に脳裏に強く焼きつけたのであるが、それらは宇宙中継のテレビその他にゆずり、われらはただ、目の前に日の丸の国旗二本があがり、君が代を三宅兄弟と共に合唱した大会二日目の重量挙げの感激を、永久に忘れえぬことを挙げて止める。



北米合衆国から贈られたオリンピック記念碑

一つを選択するほかない、首都に六日の後、残された地方観光四日間をクエルナバカ、タスコ、アカプルコに過した。何れも海外にも知られた観光地や海水浴場で、人々、極めて楽しいものであった。

五日目の朝一行は、数々の思出を胸に、山ほどの土産品を持ってあましに、山ほどの土産品を持ってあましながら、アカプルコの空港を離れ、静かな太平洋岸沿いに、カリホルニア湾上を一路口サンゼルスに飛んだのであるが、それは恰度、曾て十年余り往みなれたナヤリット、シナロア、ソノラ三州を鳥瞰することができ、私共には特になつかしいものであった。

メヒコとはこれでお別れとなつたが、スケジュールには、更にロサンゼルスとホノルルが残つていて、あれこれと苦心をめぐらされたときくが、それにも拘わらず実際の旅程は、メヒコオリンピック運営委員会によつてきめられた五コースの

なお、私共のスケジュールについては、医家芸術クラブのはじめの旅行日記は、オリンピックに先立ち、故式場隆二郎博士自ら現地を旅行して、あれこれと苦心をめぐらされたときくが、それにも拘わらず実際の旅程は、メヒコオリンピック運営委員会によつてきめられた五コースの

帰つた。

かくて、出国十五日目に羽田に降り立つた次第であるが、オリンピック帰りの我々に対し、税関はいとも寛大であつた。振返つてみて、通過国アメリカは当然のことながら、メヒコも今回は、国情が變つていていためか、以前のメヒコに比し、税関その他見違えるばかり大らかで、万事OKの印象を受けたし、その上、予期に反し、一行中大難に遇つた声を一度もきかなかつた。

要するに、オリンピックのような祭典に落合う外国人同志は、みな善意と友情に結ばれ、無条件に快適無比な旅行を楽しむことができる。ただでさえ同船の誼みは、忘がたい交遊をつづけるものであるが、この種旅行の楽しさは、一行の別れるにあたり、期せずして「次のミュンヘンオリンピック」というに一致したことで、諒解されると思うのである。

銀の町タスコ

戸塚 孝一郎

一〇月一七日（木）晴天

から溢れるように本の緑が繁り、カラソダ、ブーガンビリアなどの花が咲き乱れて、さらつとした空気、風もない夢のような爽快な朝が、太陽とともにこの町を包んで、絵の中に入る心地さえした。

この地は南国の高地、一年中朝夕は日本の初秋のような爽快さで、日中の太陽の日ざしは強烈であるが、それでいて暑さを感じないからこそしてなんというのかと尋ねると、

ペタテロ・ロソジョ (Petatillo Rojo) だという。レンガとレンガの間にガラスのような質の不正形のタイルがはめ込んであるが、ベネンシアノ・ネグロ (Benenciano Negro) と説明してくれる。スペイン風の木の門に黄色の小さい光の束を十字に飾りつけてあつたが、これはどういう意味酒を作るボニト、ずんぐりしたマグリーフ、平べつた葉のオルガーノスなどのサボテンが所々に生え、畑には綿、トウモロコシ、稻などが裁

培され、小山の陰にはバナナ、パパイヤ、マンゴーの木など散見され、その広大な丘陵を擁した地帯は静かに太陽の光の渦の中にねむつてゐる。バスが徐行はじめたので、どうしたのだろうと思つてみると、いま子供らがイグアナ（大とかげ）を持つているのを見つけたから、バスを停車するから写真をとるよう……。というアナウンスがあつて、その子供らの前でバスは停車した。バスから降りてイグアナを見ると、十歳位の男の背たけの半分位の大きさのものが、黒紫色に光つてゐる。子供らはサボテンの蔭にかくれてゐる前世紀の怪獣のようなイグアナを捕つては遊び、その肉は食用に供し皮は剥製にする。

昔、この地を旅した人が、ある夕方疲れ果て、岩石の重り合つてゐる蔭で休んでいると、旅の疲れと夕方の冷氣で、寒氣をおぼえて困つてい

た。そこへインデオが通りかかり、寒さにふるえている旅人のために、牛の糞を集めてきて焚火をし、暖をとつて旅人を温めてやると、旅人は非常にようこんだ。そして旅人がいには、身体が暖かくなつたが、こんどは空腹で動くことができないが、なにか食べるものはないだらうかといンデオに尋ねた。インデオは早速大とかげを捕つて来て、その肉を焚火で焙つて旅人に供したところ、その肉の美味に驚き、旅人はインデオに大変感謝したという物語がいまに伝えられているほど、大とかげの肉はおいしいとのことである。

いま一つの伝説はこの附近にある鐘乳洞の話で、昔、このラスグローラスという鐘乳洞に犬をつれ食料を持つて入つた英國人があつたが、あまり奥が深いので、中で道に迷つてついに出口を探すことが出来ず、洞

窟の中で死に、犬だけ数日して出て来たという話が伝わつてゐる。最近四人の青年が一二キロの奥まで入つていつたが、暗黒と沈黙の恐ろしさに堪えきれず戻つて來たが、洞内には生物は生棲せず、蝙蝠も見当らなかつたということである。

この附近には温泉も出るというが  
温度は低い。

いよいよタスコに近くになると、道は曲りくねつてアカシャ（現地の言葉）の木が白い花をいつぱいにつけて咲き乱れてゐる。白く塗装した家赤瓦の屋根、ヤシの葉で葺いた家、土と日干しレンガで作った人家が山陰、畑の中、山陵の中腹などに点在し、時に日本の山村で見かける風景とそつくりなところもあつて懐かしかつた。海抜一、六〇〇～一、七〇〇メートルの高地のこゝは、メキシコシティの一、二〇〇メートルよりも低いということは私にとつては驚

きで、いかにメキシコシティーが高所にあり、しかもかつてはそこが湖であつたことを思つて、不思議な興味が今更のように起つてくる。

タスコに近くなるにつれ、道端には家々が散見され、家の附近に建築に使用される板石が切り出され、重ねて立てかけてあるのが目につく。ロバがゆっくり歩き、牛が放牧されているのものどかな風景である。ロバで思い出したが、田舎の人がクワナバーカに出て来た時、広場にロバをつないで置いてもらつと、一日一二セントを払わなければならぬことである。ふと見ると丘の小高い所に木の柵をした広場が見える。なんだろうとガイドの方に囁ねると、この村にお祭がある時、ここで闘牛をするのだと説明してくれた。走るバスの中から一軒のみすばらしい農家が道沿いに見えたが、その入口に白黒のトラ猫が座っていたので、ほ

ほえましい感じがした。

この国では綿が栽培され、生産される綿のうち年間一五〇、〇〇〇ト

ンの綿が日本に輸出されているが、この地方でも綿の栽培が盛んであるが、また米がどれ精米所もこの附近にある。米はパサパサしてはいるが、油でいためるとおいしいものである。

タスコの町の山を一つ越した所でとれる米は、ねばりがあつて、おむすびに握れて、日本の米よりもおいしいという人もいる。

この地の最高温度は四八度、最低温度は二三度である。だから一年中半そでシャツで暮らせる。

タスコの町は一五二一年頃から出来た古い歴史を持つ町で、現在人口は一〇〇〇〇～一五〇〇〇人で、銀、銅製の民芸品の生産地であると同時に別荘地である。

フランス人のボルダという人が、この地に一七一六年に来て、初めて銀鉱を発見して採掘し、巨万の富を得たので、神にお礼をする意味で、銀鉱の鉱道の入口であつた現在の寺院のあるところにこの寺院を建てた。この建物が薄いピンク色のサンタ・クリスカ教会である。この教会は建

べてが一六世紀のスペイン様式である。町の入口に掲げられている“ようこそ皆様！”一九回メキシコオリンピック”(Bienvenidos A Las XIX Olimpiadas De Mexico)の観迎の言葉が私の心を暖かくつぶやく。蝉が樹間に啼いていたが、日本の蝉の啼き声と同じなので懐かしかつた。

築に八年の歳月を費したとのことで、

坂道の多いタスコの町のどこからでも眺められる高所に建てられていて、この町のシンボルとなっている。町の歩道の石だみは、すべて銀鉱石の敷石であるといわれ、白、茶など鉱石を用いて模様が描かれているので美しい。

私達は寺院の前の広場で、しばし

寺院の美観にうたれながら休憩した。

この町は平地はただ一ヵ所だけで、あとはみな起伏する坂道ばかりなので、遠くで眺めると、白い家、赤い

瓦の屋根、緑の森、家々の窓辺には素焼の壺に花が植つていて、スペイン風の建物は山々を背景にして美しい。ロバに荷をつけて坂道を登る老人、頭に籠をのせて町を横切る婦人、銀、銅細工を売る店があり、ホテルは銀細工屋も兼業しているところもあり、人々は陽気でらいらくな性格で、買物をしたいと思つても店員が

店にいなない呑氣さである。

クエルナバーカからタスコまで、バスに揺られて一時間半の行程の眺めはまさに珍しい風景ばかりで、興味津々の連続であった。私達はその美しさと自然の悠大さに打たれた疲れを、ホテル、デ・ラ・ボルダ (De La Borda) の食堂で昼食をとりながらやすことにした。

ホテルの入口は坂道で石だみが敷きつめられた左側には遺跡から発掘されたものであるか、怪奇な動物の石像の数々が立ち並んでいて、一同を歓迎してくれているように思われた。それにも関わらず、この様にして保存し、誇りを持って飾つてある心づかいがうれしかった。

私達の集合の場所はサンタ・クリスカ寺院の前の広場であった。私はセルタというバーでトイレを借りて入った。客のいるお店の壁を見ると、薄汚い壁には般若の面のような二つの角を生やした歯をむき出した面が二つ飾られているのには驚いた。あたりを眺め回すと、人口の壁に人体の三分の一の大きな面が飾られ、

樂を奏でていた。いいで私達を非常によろこばしたい」とは、米沢敬吾さんのお知り合いで、現地在住の荒井晃氏御夫婦が、今朝四時に起きて作つて下さつたおむすびを一個ずつ配給を受けたことである。皆は日本の味に満足してお一人に心からのお礼を申しあげた。

ロビーには大きいモルカエテ (Molcayete) —— 石臼が灰皿の役目を果し、一人の美女がポラロイドを持って記念写真を撮るのに忙しく立ち廻っていた。

私達の集合の場所はサンタ・クリスカ寺院の前の広場であった。私はセルタというバーでトイレを借りて入った。客のいるお店の壁を見ると、薄汚い壁には般若の面のような二つの角を生やした歯をむき出した面が二つ飾られているのには驚いた。あたりを眺め回すと、人口の壁に人体の三分の一の大きな面が飾られ、

その左右の類には大きくなまづのような魚、頸のところに二匹のとかげがつけられている怪奇な面を見て、びっくりしたのである。これらのは、なにか信仰的いわれがあるのであろう。魔除けであるか、幸福を招く面であるかわからないが、人間の幸せを願つて掲げられているものに違いないと思った。

私達は短い時間の観光を惜しみ、スペイン風の情緒を味える山の中腹の銀の町に、心からのアディオスを告げて、年後三時一〇分バスの人となつた。

ふたたび訪れるこのないであろうタスコ。バスの窓から手を振つて、町の人々に、家々の窓に、古風な軒灯に、道行くろばに、咲き乱れる花々に、そしてあらゆるものに別れをしんだのである。

(バス一台の料金はクエルナバーカからタスコまで、片道二五ペソ、約二〇ドルである)

○ ほ ん

』 \* \* \* \* \* \* \*

\* \* \* \* \* \* \*  
『 \* \* \* \* \* \* \*  
偏著

会員の著作を紹介する欄です。近  
著を事務局まで送ってください。

\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*  
\* \* \* \* \*

\* \* \* \*

書  
評

クラブ通信



透視像



\*\*

\*\*

編集後記



