

# 喜怒哀楽

「喜怒哀楽」は、文芸を楽しむ方々の活力の源を目指し(株)ミュージズ・コーポレーション 喜怒哀楽書房が隔月発行している情報誌です。

10-11  
Vol.94

## CONTENTS

●笑顔礼讃西東

青群 三樹彦俳句サロン塚口(兵庫県・尼崎市) 2~3

内藤明子(東京都・渋谷区) 4

●詠み人スクランブル

《私の健康法・夏の疲れをこうして解消しています》10~11

新潟ぶらりノ Donald・キーン・センター柏崎(1) 12

詠み人の『リレーエッセイ』歌人 佐藤りえ 16

### ここに響く言葉

新潟県糸魚川市出身の批評家・随筆家 若松英輔氏の著書からここに響いた言葉を抜粋してご紹介します。

勇気を出す、勇気を振り絞るといふ。こうした表現は、勇気とは誰かに与えられるものではなく、すでに万人の心中に宿っている事実を暗示している。――『悲しみの秘義』より

### ●若松英輔

1968年生まれ、慶應義塾大学文学部仏文科卒業。

2007年『越知保夫とその時代 求道の文学』にて第14回三田文学新人賞評論部門当選。

2016年『叡知の詩学 小林秀雄と井筒俊彦』にて第2回西脇順三郎学術賞を受賞。



▲『悲しみの秘義』 内部まで趣向が凝らされている。

### 温古知新 ④8

## 「菜根譚」20

20回目を迎えました「菜根譚」。皆様のおかげです。今回は、72項から！

十語の九中るも、未だ必ずしも奇と称せず。一語中らざれば、則ち、愆尤駢び集まる。十謀の九成るも、未だ必ずしも功を帰せず。一謀成らざれば皆議叢り興る。君子、寧ろ黙なるも躁なること母く、寧ろ拙になるも巧なることなき所以なり。

(言っている事の九割が正しくても、必ずしも優れた人間とは言えない。一割の誤りに非難が集まることがあるからだ。戦略の九割が達成できても、必ずしも大きな功績があるとは言えない。一割の未達に誹謗中傷が集まるからだ。これが、上に立つ者は雄弁になるよりは寡黙で、如才ないより気が利かない方がよい理由である。)

天地の気、暖なれば則ち生じ、寒なれば則ち殺す。故に性気の清冷なる者は、受享も亦た涼薄なり。唯だ、気が和らかく、心熱き人のみ、其の福も亦た厚く、その沢も亦た長し。(天地の「気」は、温暖であれば生まれ、寒冷

であれば死ぬ。よって、人の「気」が冷たければ、受ける幸福も少ない。ただ、気が穏やかで、心の暖かい人が、恵みを長く味わえるのである。)

穏やかに生き生きと過ごす人こそ、受ける恩恵がたくさんであるという事！

天理の路上は甚だ寛く、稍心を遊ばせば、胸中は便ち広大宏朗なるを覚ゆ。人欲の路上は甚だ窄く、纒かに迹を寄すれば、眼前は俱に是れ荆棘泥塗なり。

(真理への道は広く、心を少し遊ばせれば、広く伸び伸びとした感覚になるのを感じられる。私利私欲の迷いの道は狭く、一歩でも入り込めば、荊や、泥だらけの道であることが解る。) 私利私欲を離れ、真理を求める事が大事なのですね。

一苦一楽して、相磨練し、練極まりて福を成さば、その福始めて久し。一疑一信して、相参勘し、勘極まりて知を成さば、其の知始めて真なり。

(一喜一憂して切磋琢磨し得た幸福は、長く続くもの。試行錯誤して思考を続け、真偽を考へ抜いて得られた知識は本物である。)

何事も、それなりの苦勞をしてこそ得られるものが本物ということでしょうか。

秋も深まってまいりました。夜長のお供にしていただければ幸いです。(古川久美子)

# 青群 三樹彦俳句サロン塚口

## 顧問伊丹三樹彦様

(兵庫県・尼崎市)

9月17日(日)、本誌「フォトイック」のコーナーでもお世話になつていている伊丹三樹彦さんの句会「青群 三樹彦俳句サロン塚口」にお邪魔しました。お住まいのマンションのフリースペースで行われている句会は月に4回。この日は夕方に台風が直撃するというのもあつて、予定より少し早めにスタート。さて97歳の伊丹さん、どんな句会となるでしょうか。

まずは、「根っこも茎も咲く前も咲いてからもぞっこん」という「彼岸花」を詠った伊丹さんの20句が出され、各人が好きな句を選び講評します。

### 足元はすっぽんぼんの 彼岸花

彼岸花は多少暗いイメージもあるが、花は華やかなのに足元は葉っぱの一枚もない、それをすっぽんぼんと詠んだユーモア／ほんと俳句ですっぽんぼんは、よ一言わんわ。先生だから使える。

伊丹：私も今だから使える。十代、



▲自らを「句泉翁」と称す97歳の伊丹三樹彦様

二十代なら使えない。

私今でも恥ずかしいわ(笑)。

### 彼岸花折るに掛声立てるとは

昔、彼岸花の汁は毒やから折つたらいかん、と言われた。折る際にも掛け声が必要なそんな気持ちになる花、彼岸花の本位本質を感じた。

伊丹：年を取ると自分自身にも「よっしゃー」とかなんでも掛け声が出る。道端の花を折るにも掛け声を出さんと折れない。そういう老いたる我を宣伝しようと思って作ってんねん。皆さんも97歳になつたら私の心境がわかります。

先生の心境わかりませんわ、そんな長生きできませんから(笑)。

続いて、提出した一人2句を青、赤とした別々の紙に精記し、それぞれから3句選、うち1句を特選とする。同じ人の句が選ばれないよう、各人のチャンスが多くなるよう配慮されている。

### ◎青 高得点句より

#### いくさいや核いや飛ばすは紙風船

三樹彦

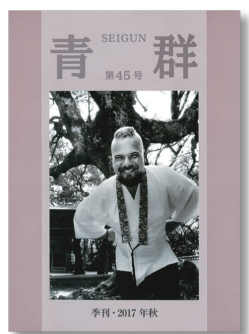
北海道にはミサイル、九州には台風、よくないものばかり飛んでくる。普段から思つてますのにこういういい句はできなかった(笑)／子どもが遊ぶ平和な情景も見えてくる。

伊丹：いくさいや核いやとやさしい表現にしたが、今一番訴えたいこと。核に核では地球は破滅する。広畑さん、今の「いや」の読み方ええなあ。もう一遍読んでみて。(広畑さん再読)ブラボー！

#### 石段を一段飛ばし秋高し

友子

いいお天気の日、一段飛ばし出



▲季刊「青群」 兼行人は長女伊丹啓子さん

来てたわ、前は(笑)／秋高しと一段飛ばしが呼応して気持ちの軽やかさが出ている。

伊丹：みんな少年少女時代を思い出すとちゃう？ 幼いときは早く大人になりたいと未来を思っていた。今は過去が夢。シャボン玉、紙風船、かくれんぼ：少年時代の思い出で盛んに今俳句を作っている。回想でどんな俳句を作れるから、この前入院した半月で300句作った。俳句は何でもラツキーチャンス。皆さんよかつたね、過去を夢として作ってください。

### 作者：まだ一段飛ばしできます、時々こけますけど(笑)。

#### 生き方に上手下手ありこぼれ萩 銀次郎

こぼれ萩との取り合わせ、奥深い人生を詠っている。

伊丹：「生き方に上手下手あり」なんて先生口調やねん。「生き方に上手下手の世こぼれ萩」でええ。

#### 草むらに息づくものら星月夜 朋子

上の世界と下の世界とで秋を詠っている／小さな命を詠っているところに秋の風情を感じた。

#### 伊丹：草むらや石や岩の裏、そういうところに息づいている生き物がたくさんいる。

制空権ありや無しやと鳥渡る 京子  
空も海も危ういことが多い。鳥はそ

んなことを考えずに行ったり来たりしている。

伊丹：渡り鳥には制空権も制海権もありません、歳時記にも解説はありませんわね。渡り鳥になつてみたい。

#### 人生はいつもこれから秋の声 久刀

過去は過去、非常に前向きでいい／そやん、これからやん！こういう風に生きたいと思った。先生もこれからですよね(笑)。

伊丹：せやな。毎朝、起きると布団で浮かんだ今朝の言葉を書き留めている。今日は「日々新生 夜々夢中」。

#### 台風過子午線越える鯛雲 八頼子

子午線は見えないが晴れ晴れした気分がでている／明石の方かな、子午線を実感として生活しているのだと感じた。

#### 伊丹：私なら子午線ではなく「赤道越える」にするが、明石の八頼子さんなら仕方ないな。「台風過赤道越えは鯛雲」の方が強く訴える。

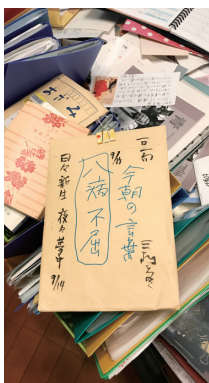
#### 風にシャツ奪われた日の鶏頭花 砂代里

鶏頭の花は野性味があつて素材で風が似合う、取り合わせが素敵。

伊丹：奪われた日ではなく「風にシャツ奪われたまま鶏頭花」とした方が鶏頭花の上にシャツがのつかったままと感じるので。

#### 指先の旅は宇宙へ盲ろうの まき子

障がいのある方は神経が鋭敏と聞く。宇宙へと広がっていく感覚が発見だと



▲枕元に置いている紙に書く「今朝の言葉」

思った／手で表現することと、それを慈しむ目で見ている作者が優しい。伊丹：盲ろうは難しい。俳句は一般市民が読んで手をたたくような作品を作らんと。俳人が作って俳人が読んで喜びあつて、そんなに俳句をせばめたらいかん。「目を病む人」でいい。まさ子さんあんた俳人やね(笑)。

◎赤 高得点句より

合性の筆は一本 白椿 三樹彦

好きな筆はそればかり使う／言い切ったところと白い椿が潔くてきりっとしてる。

伊丹：のろけますけどね、亡き妻に捧げる「合性の女は一人伊丹公子」三樹彦。たった一人の女を幸せにしてあの世へ逝かせた、ええ男や思うわ(笑)。

大根蒔く水の地球を信じつつ すぎ子

水の地球がいい／何かを信じて毎年同じ仕事をする、大きなものと同時に日常生活を詠んでいてうまい。

伊丹：「水の地球」が立派やね、これに



▲皆さん終始笑顔、明るい明るい!

惚れた。水がなかったら生きていけない。さつき「だいこん」と読んだけどそう読むんは大根役者や、「だいこん」と読まんと。燕かみにしたら読み違いな(笑)。

佳きことは伝えておこう 仏壇に 秀子

仏壇に言うのは小言とか、悲しいことが定番。こういう自覚はなかったのでハッとした／今日いいことあったな、俳句はよくなかったけど、とかいいことを伝えるようにしている。これからもうありたい。

伊丹：佳きことが抽象的。「仏壇に伝えておこう特選句」でいい。

作者：特選の時はそうします。ないから困る(笑)。

秋晴れや真つすぐに打つ五寸釘 銀次郎

真つすぐに打つ、にこの方の心意気が表れている／秋晴れの空がすっこーん、五寸釘もすっこーんと入る、その空気の良さが詠われている。

伊丹：真つすぐに打つ五寸釘なんて、職人やったら当たり前やねん。「秋晴れや真つすぐに打つ五寸釘」。

大夕焼この街に生きてボランテア 久刀

前向きで気持ち燃えているような若々しい句／誠実に生きて町の人にも信頼されて満ち足りた感じがする。

伊丹：この街に決まってるんやから「大夕焼街に生きてボランテア」。添削向きの俳句やなあ(笑)。

コスモス畑真つ只中の四面楚歌 斐子

コスモス畑に入ってみたら四面楚歌という気分、よくわかる。

伊丹：四面楚歌がうまい。「四面楚歌コスモス畑の只中」。

母逝きぬ軒の干し柿吊りしまま 友子

こういう類いの句は多いと思うが、

干し柿が渋い／干し柿は時間がかかる、食べられなかったなーという感じが出ている。

伊丹：干し柿なら吊っていることはわかる。「母逝きぬ軒の干し柿揺れるまま」としたら風と作者の心の揺れも出てくる。お母さん今どうしてるんやろな。こんな句大好きやねん。詩心がある。

噴水と雲の接点四季の園

洋子

伊丹：「噴水と雲の接点四季花園」にしたら、単なる公園でなく花が浮かんでくる。

★3月にお会いする予定が伊丹さんの入院で延期となり、今回実現した待望のご対面。誰よりも元気な声が響くホールは常時笑いで満たされ、伊丹劇場かと思いきや、そこはさすがに関西の方々。言われてもただでは引き下がり、それ以上に面白いラリーを返し、掛け合いが終わらない。豊の秋に、経験豊かで表情豊か、言葉豊かで何よりも気持ちの豊かな師とのお弟子さん達の本当に楽しい会と出会うことができた。(木戸敦子)

「これ似合うやろ。一番好きなネパールの帽子や」。突き出たお腹に、つい「今8カ月くらいですか?」と問うと「ちやうねん80歳や」。事前に頭に入れていった、リアリズム・リリシズム・リゴリズムの「三リ主義」を標榜し、超季、分かち書き俳句を推進。1970年には写真と俳句の相乗による「写俳」運動を創始し、現代俳句大賞を受賞する他、様々な賞を受賞…といったプロフィールは雲散霧消。ただただ明るく楽しく愛らしく、その人としての光に浴していることが心地よかった。だからだろう。多いときは日本全国、月に27回の俳講に参加し海外も可能な限り旅をしていたが、蟄居の身となった今も居ながらにして多くの方が足を運び、便りを寄こし、声を聞きに電話をしってくる。夜中の2時過ぎに目が覚めると枕辺の紙に5〜10句を書きつけ、起床してからはそれらを推敲しながら原稿用紙に書くという日常。努力というべきか句作80年の所業というべきか。「人は死んだら灰になるだけや。この人はどんなこと考え生きていたかを形で残さんと。死んでからやなくて生きていうちに」。人生は「愛と死と旅」と言い切った伊丹さん。どこまでも旅は続く。



▶記念写真の重要さを思い写真とその説明、1句を付した最新刊「モリワト&ハイク」レクシオン 俳句愛のわが友垣



▶玄関には「合性の女は一人伊丹公子」との人形が



▶世界各国で求めた帽子、シャツ、リュックでできる伊丹さん

# 内藤明子様 『歌集 勿忘草』

(東京都・渋谷区)

昨年10月に『歌集 勿忘草』を発行した内藤明子さんにお話をお聞きしました。

待ち合わせ場所ですぐにいらした内藤さんに声をかけると「木戸さんちよつと待ってて！」と。見ればイヤホンで何かを聞いている。数分後「ごめんさい、毎日聞いているきよし君のラジオがこの時間なのよ」と晴れやかな笑顔でやって来る。開口一番、ラジオ深夜便で流れているきよし君と、歌手の氷川きよしの歌の話題となり、歌詞があまりにも素敵で(若者に人気の音楽グループ Greeeen の手による)、昨日書き写したという紙片をプレゼントしてください。

**Q 熱烈なファンなのですね!**

嫌味がなくて本当にいい方、とにかく人柄が好き。こんなのにのめりこむとは夢にも思わなかった。この度の歌集『勿忘草』は去年、夫の7回忌を前に自身も80歳になることから、歌の世界



▲行動も素早く話題も尽きることのない内藤さん

に導いてくれた姑と母への恩返し、そして80年つづがなく生かされている感謝の気持ちから生きた証を残そうと思った。今はこんなに元気にしているが、主人が逝ったあとは大変だった。朝起きれば涙が出る、お線香をあげれば涙が出る、もう病氣、うつだったと思う。召されしを現実と思へさとして目覚めて淋し夢のあとさき

**Q 昔から短歌を?**

姑は「アララギ」に、母は「形成」(後に「波濤」)に所属していたから、何らかの影響を受けていたと思う。自身ががさつ故、昔から厳かなものに憧れるところがあつた。日本古来の美しい文語体の和歌に惹かれ、後を追う形で「形成」に入会したが、夫の転勤を機に継続が難しくなり断念。以来約半世紀、どこの結社にも属さず指導も受けず、日々のなぐさめとして日記の片隅に思いつくままの歌を記してきた。そんな時、子ども二人が背中を押してくれ、たまたま長男がめぐり合った御社の「抱きしめたい本づくり」というコンセプトに心動かされ決心した。

**浜木綿の早やも素枯れて横須賀の海の辺恋ふる共に見し夕べ**

**Q それからは順調に?**

投稿した10年分の『形成』は転居先にも持参し、途中からは荷物にならないよう自分のページを破いて持ち歩いた。母たちには及ばずながら、いつかは歌集を出したかったのかも。でも大変だったのは『形成』以降の歌。今でも息子に「一冊のノートを持って歩けばいいのに」と言われるが、なんでも書かないと気が済まないから、どの



▲『勿忘草』の字は雅号を持つご兄弟の手による

テンプルにも書くものが置いてある。それなのにどこに書いたか一つもわからない(笑)。書き散らした歌を集め清書したもの、どうまとめていいのやら。でもやると決めたら早い。何でも待ったなし、がむしやらの。だからすぐに原稿を送ってあとはお任せ。旧かなと新かな、文法に送り仮名と、御社には大変お世話になりました(笑)。

**若き汝を励まし帰す地下鉄のコインは哀し音たてて落つ**

**Q 完成した本はいかがでしたか?**

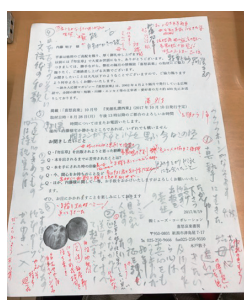
「これどなたの御本かしら?」と思うほどいい出来で、感激一入、びっくり仰天だった。内容はさておき、差し上げた人も、表紙と見返しの色のバランスもなんともしえず美しいと誉めてくださった。母の歌集と同じような装丁をお願いしたが、自分としても大満足だった。

**十五夜の月まんなるとのぼり来ぬ孫のお迎へ楽しき夕べ**

**Q これからは**

私の歌はただごと歌。でも、歌と信仰(クリスチャン)に支えられて生きてきた。夫亡きあとはさらにきよし君が加わり、日々心ときめいている。この歳だからこそ胸がキュンとなる何か

が大事としみじみ思う。奥ゆかしい和歌と、美術、音楽、書物、そしてきよし君といった美しいものに触れ、胸のときめきを持ち続けていたい。  
**氷雨降る師走の街のぬくもりよ君熱唱す涙も添へて**



▲何にでもびっしりとメモ書きが

★今までは昼専門だったきよし君のコンサートも、一度夜にうかがったら若い人も多くてノリノリ。以後「お昼はおばあさんばかりだから!」と夜専門に(笑)。とにかく何でも一所懸命で真面目なのにユーモアたっぷり。見せていただいた手帳もかなり予定がびっしり。「明日は息子とうなぎを食べにいくのよ!」。何度でもお会いして大笑いしたい内藤さんです。(木戸敦子)

～息子さんのおとがきより～

内藤家の子供の教育担当は父ではなく専ら母の役割だった。母には、何でも紙に書く記録癖がある。だから子供の頃は、とにかく何でも書いて学ぶことを教えられた。この記録することへの関心は私のDNAにもしっかり受け継がれている。(長男)

今、自分が子育てをする中で、母が僕にかけてくれた言葉と同じような言葉の時に子どもに向かって語りかけていたりする。「そうやって、人の存在はつながっていくものなんだなあ」と改めて思う。(次男)



# 投稿作品

## 俳句

※誌面の都合上、300作品を超える投稿があった場合、掲載はお一人さま1作品、先着300名様までとさせていただきます。今回の投稿作品数は、262でした。  
※しめきり 2017年11月15日(水)まで ※作品は原稿どおりに掲載しております。

- 1 反逆の心次々紅芙蓉 富樫和子(山形県)
- 2 倅せは友多きことテラウエア 天野輝子(東京都)
- 3 蜻蛉の回る眸に指先合わせけり 林 克(福島県)
- 4 又しても眼鏡探すや秋暑し 堅田秀子(東京都)
- 5 咲き満ちて花房重き百日紅 中島光江(埼玉県)
- 6 冷素麺つるつる音を腑に流す 重原爽美(新潟県)
- 7 はるかなるものほど恋し蘆の花 内河邦久(東京都)
- 8 堪へがたき昔ありけり大根蒔く 橋本良子(埼玉県)
- 9 八十路坂元気に登る秋日傘 井原毬子(東京都)
- 10 身に入むや読めぬカルテを覗き見 川口 襄(埼玉県)
- 11 終戦日否生と死の敗戦日 福岡 悟(東京都)
- 12 終戦日世界平和の遠さかな 井上静夫(栃木県)
- 13 鳥の声白馬三山霧深し 大橋恒次(新潟県)
- 14 八月は特に学びの新聞紙 五十嵐睦博(新潟県)
- 15 三代の昼寝ばあばの大きいびき 二瓶邦枝(埼玉県)
- 16 夏の夕土用鰻で麗かに 五味田幸夫(東京都)
- 17 古い見せぬ忙しなき音松手入 有坂馨園(福島県)
- 18 古い独り恋のときめく星まつり 山崎吉晴(群馬県)
- 19 風天忌無人の駅に忘れ物 湯浅芳郎(岡山県)
- 20 免許更新終とならむか冬日和 石尾曠師朗(東京都)
- 21 宅配を受けて暑さの話など 青木ケン子(埼玉県)
- 22 背さし父泣かせし母の墓洗ふ 黒澤正行(福島県)
- 23 折鶴に平和の二文字原爆忌 中嶋清子(佐賀県)
- 24 富士を背に昨日の梅を今日も干す 清まさじ(静岡県)
- 25 秋深し静かに混みし美術館 村田吉雄(東京都)
- 26 天空の栄華一夜の大火花 宮崎敏昭(埼玉県)
- 27 慟哭の夏もありしが老い静か 岩村 昇(神奈川県)
- 28 寄席はねてなごり鬼灯市の風 上村元義(神奈川県)
- 29 話題とて無くて二人の秋団扇 佐藤儀雄(北海道)
- 30 生き残り村に一人や敗戦忌 佐野和彦(静岡県)
- 31 痛み耐へ寝返へたる身へ青葉木菟 杉原明子(静岡県)
- 32 刻一刻明ければ手術星月夜 松尾らん(東京都)
- 33 蟻の列富士山頂をめざしけり 成田節子(山形県)
- 34 盆は行くもどる静けさ老二人 坪田勝秀(鹿児島県)
- 35 じゃん拳は指の体操雲の峰 川嶋法子(東京都)
- 36 臨月の曾孫勞ふ生身魂 吉里ひとみ(東京都)
- 37 駒ひいて祭り太鼓や花木権 斎藤博洋(秋田県)
- 38 黄泉の国入口見えず花野行く 檜山とり子(東京都)
- 39 身罷りし朋愛飲の冷酒酌む 白川 博(新潟県)
- 40 夢の中の主役は自分明易し 松嶋光秋(東京都)
- 41 秋しぐれ旅せし如く逝きし友 阿部徳夫(宮城県)
- 42 夕焼や百のテーブル満席に 佐藤昌子(新潟県)
- 43 射干シヤクタンを活け奥座敷あらたまり 九法活恵(埼玉県)
- 44 炎天も嬉し揃いの法被姉妹 居原田連星(大阪府)
- 45 鳥は口虫羽で鳴き恋の歌 西條公雄(埼玉県)
- 46 くわんおんの小さきおかほや盆の寺 小島岳青(新潟県)
- 47 鮎光る嬰の産声宙に翔び 佐々木素風(新潟県)
- 48 月と見る腹にドーンと火花かな 水落重式(新潟県)
- 49 用のなき街へ出てみる夜の秋 鈴木清子(埼玉県)
- 50 桐の実の故郷出でて還らざり 緑川禎男(埼玉県)
- 51 夕虹や鳥唄ひとつ教はりて 近藤薫也(千葉県)
- 52 天空をわがもの顔に椋鳥渡る 大谷 茂(埼玉県)
- 53 落蟬の七日の夢や黄泉の道 三津木俊幸(千葉県)
- 54 新聞を終はりから読む暑さかな 宮宅芳子(岡山県)
- 55 差し当り今が幸せ初さんま 高崎登喜子(東京都)
- 56 筆誠実まめを自負してポスト秋高し 津田忠彦(岡山県)
- 57 喪ごころの思ひに馳せる花木権 小澤円梨(静岡県)
- 58 夫るすて表藁帽子見張り番 佐伯セツ子(香川県)
- 59 土用東風青空高くとんび舞ふ 田中恵美子(山形県)
- 60 紅葉谷一葉舞い落ち旅に出る 松前邦広(千葉県)
- 61 空蟬のあまりの軽さ手の平に 吉村充治(埼玉県)
- 62 水琴窟の音色かすかな秋の風 中田文子(大阪府)
- 63 軒端より五月雨見上ぐ父母の家 若月理依子(新潟県)
- 64 そり返る城の石垣虫の秋 田中 昶(鳥取県)
- 65 清流の底までとどく夏夕焼 片山茂子(埼玉県)
- 66 新茶いれパツハのコーラル二人聞く 白戸麻奈(東京都)
- 67 熊除けの鈴持句会秋山道 杉村美保子(岩手県)
- 68 こちらから見える娘は薄紅葉 岩田 信(神奈川県)
- 69 廃船の錆の匂いや土用波 井上氣海(広島県)
- 70 秋うらら晩節はげます子の言葉 堀田和子(大阪府)
- 71 深々と摩周湖青む天高し 堀田寿美子(北海道)

- 72 新蕎麦を待ち二合半の酒となり  
関山恵一(神奈川県)
- 73 心底しんていにちちははの居て草虫  
井田由利子(宮城県)
- 74 包丁を使わぬ料理盆用意  
大塚徳子(埼玉県)
- 75 広島忌園児ら折りし鶴加へ  
大阿久雅子(埼玉県)
- 76 花火の夜人人人の無人駅  
中村康浩(福岡県)
- 77 つつがなく娘とくぐる茅の輪かな  
竹本美美子(新潟県)
- 78 マグマ噴く山の頂秋あかね  
津布久信雄(東京都)
- 79 生ビール煽る男の俳句論  
大窪美代子(大阪府)
- 80 砂浜の海と戯る跣足の子  
小林春雪(新潟県)
- 81 もう一度あなたと見たい遠火花  
伊藤久枝(埼玉県)
- 82 手水舎の作法に慣れし秋の水  
神 一男(静岡県)
- 83 くちびるに残りし麻酔秋海棠  
北野耕兵(千葉県)
- 84 秋暑し愚痴言う声の尖りけり  
長峰正晴(千葉県)
- 85 おろおろと定形くずれ夏果つる  
望月哲土(東京都)
- 86 鯛の詩を聴き入る羅漢かな  
本庄準也(埼玉県)
- 87 ヨセミテの谷に湧き立つ雲の峰  
古谷 力(東京都)
- 88 うなぎの日半分づつで足る齡  
鷺谷浅子(茨城県)
- 89 共有権蟻の穴から崩れたり  
早乙女文子(埼玉県)
- 90 神木の裂け目の小銭登山口  
寺内 佶(埼玉県)
- 91 二度童子猫を相手の一と日なり  
黒岩正子(埼玉県)
- 92 モネの庭名も無き池に蓮二輪  
宇都木安子(東京都)
- 93 ふるさとへ最後の峠銀河濃し  
一瀬正子(埼玉県)
- 94 相棒の居ない割箸とこゝろてん  
小林七重(新潟県)
- 95 秋彼岸いづれそのうち俱会一処  
今井勝子(新潟県)
- 96 向日葵や思ひあぐねる影の向  
浦橋渴雪(兵庫県)
- 97 勝つて泣き負けても泣く甲子園  
湯浅暉子(石川県)
- 98 まなうらに母の佇む濃紫陽花  
古川正栄(千葉県)
- 99 海戦に散華の兄や花木権  
道給一恵(埼玉県)
- 100 燕来る放送のみの無人駅  
倉沢ひとみ(静岡県)
- 101 夢語る晩夏の旅の一夜宿  
岡村君枝(茨城県)
- 102 叱られて覚えた泳ぎ土用波  
中山日出子(大阪府)
- 103 いつまでもホバリングして赤とんぼ  
佐藤 信(神奈川県)
- 104 茄子に注す漸水かみず如雨路の首外し  
梶 鴻風(北海道)
- 105 帯しめた伊達男いて村まつり  
仁藤ひろじ(埼玉県)
- 106 余所よその庭深閑としてカンナ燃ゆ  
菅原茂子(宮城県)
- 107 万霊に声なし八月十五日  
渡邊 清(宮城県)
- 108 もっともな夏庭となり十余年  
藤井春三(埼玉県)
- 109 戦傷残る卒寿の更衣  
夏井寛治(新潟県)
- 110 羚羊かみよかの登りゆく崖紅葉照り  
磯部 力(新潟県)
- 111 木洩れ日の森の小径やつくつくし  
中野勝子(鹿児島県)
- 112 爽やかや心のまゝに氣のまゝに  
大内泰子(東京都)
- 113 過疎の里盆を待ち侘ぶ墓の在り  
木村 舂(山形県)
- 114 撃沈を免れし父八月忌  
浅野信廣(宮城県)
- 115 勇気とは最初に月に行った人  
野木宗信(奈良県)
- 116 扇ぐたび扇子の戯画も動きをり  
青木凉子(埼玉県)
- 117 訛り混りの車内放送冷夏かな  
星 一子(神奈川県)
- 118 ひと時の栄華を競う火花かな  
平林義康(兵庫県)
- 119 この空も危ふい平和初秋かな  
中川義彦(新潟県)
- 120 涼しさを待ちわびし居り虫の声  
長谷部喜代子(大阪府)
- 121 波風の人を恋ふかに浜の秋  
本間 進(新潟県)
- 122 隅々すみずみを稲刈る婆の小さき背  
本間ミネ(新潟県)
- 123 大ミラーの交通安全秋の花  
宇田川正雄(埼玉県)
- 124 水羊羹この直方体の涼しさに  
中澤寿美(神奈川県)
- 125 晩節の無知を恥じらう温め酒  
齊藤安弘(神奈川県)
- 126 地球病むゲリラ豪雨の秋出水  
村山徳英(埼玉県)
- 127 あつかつたね隣の犬に声かける  
浅海和代(東京都)
- 128 帝陵の天辺は宮秋になる  
嶋田きよ子(奈良県)
- 129 通院の靴を揃える秋の雨  
田野井一夫(栃木県)
- 130 盆過ぎて独りに戻る供花の前  
金子範子(高知県)
- 131 炎天に高血圧の麒麟立つ  
若林卓宣(三重県)
- 132 南北の空に響けり遠火花  
駒場京子(神奈川県)
- 133 裾はしより跳ねる漢の倭武多かな  
清水君江(埼玉県)
- 134 菊の香や城主直虎肚括る  
杉浦俊雄(静岡県)
- 135 旅日記けふを書き終へ夜長かな  
増田公代(東京都)
- 136 これより天上赤とんぼの一揆  
高垣勝代(大阪府)
- 137 揖保川の露風眺めし赤とんぼ  
間森 坦(兵庫県)
- 138 遠き日の九九の居残り寒茜  
山田富朗(埼玉県)
- 139 黒猫の正夢石畳の温もり  
白松いちろう(千葉県)
- 140 キリギリス隠れ住み栖の宿の主  
油谷博子(兵庫県)
- 141 ななかまどこれより上へ登山道  
山崎鶴恵(鹿児島県)
- 142 クレバスの蒼き奈落や耳澄ます  
石井一枝(埼玉県)
- 143 白鷺の百羽を連れてコンバイン  
光成高志(千葉県)
- 144 □△○○おかか運動会  
椋本望生(大阪府)
- 145 敬老日夢かまことか我齡  
沖 惇子(大阪府)



# 短歌

146 日本語で言えば古いと笑われるカタ  
カナ言葉あふれるジャパン

山口千鶴子(東京都)  
147 オロロンの人生旅は吾が讃歌人みな  
自分史描いて死ぬべし

早坂紘司(北海道)  
148 学校で音楽習ふ課程にてその詩の意  
味を教へぬ不思議

濱田イサオ(福岡県)  
149 郭公の来啼く朝のひかりの中に山帽  
子の花咲き出している

土屋喜雄(山梨県)  
150 次男の息立ち合ひ出産号泣の報あり  
安堵私のひまご

高須 孝(愛知県)  
151 雨つづく暑中見舞いの書きたるもい  
つもの汗をかかずに終わる

坂元正憲(東京都)  
152 買うつもりなくも浅草に黒ぬりの下  
駄の鼻緒は黄色をえらぶ

中沢敬子(千葉県)  
153 空にあり美しき雲野辺にあり清き  
草花混濁の世に

北澤実夫(東京都)  
154 「おかえり」と行きつけ旅館の仲居  
さんようやく見つけたわがふるさと

阿部澄江(宮城県)  
155 紅玉のつやけきリンゴ焼く厨辺シナ  
モンの甘き香の満つ

内藤明子(東京都)  
156 虫の音に癒されし現在秋を知り自然  
の音色包まれし闇

大橋絵代(千葉県)  
157 ハエや蚊も見ずに逝く夏ミステリー  
九月一日喜寿を迎えり

濱崎祥子(鹿児島県)

158 ポチ袋うれしきふたつ中を開け一句  
をのせて手作りで折る

大鳥居牧子(東京都)  
159 鮮烈ないがたの青をしなやかに  
年々ふかめかたるキタリエ

安部 哲(新潟県)  
160 ファイティングポーズの写真遺しゆ  
く無器用ながら友多き父

松田源一(栃木県)  
161 叩かれるのみの木魚の言ひ分は御仏  
の耳に届き給ひしか

久本にい地(岡山県)  
162 泣くほどに清水湧き出ず泉なり終  
の日までもつきぬ涙は

寒川靖子(香川県)  
163 大原港丁度出くわす満月に家族揃  
いて宴となりぬ

峯岸信子(東京都)  
164 墓参り手塩にかけし花野菜たと  
供えてホットする時

田中豊恵(新潟県)  
165 この夏の孫と泳ぎし思い出に珊瑚の  
かけら海辺に拾う

桑原謙一(群馬県)  
166 薄衣をまといて踊る花菖蒲澄める水  
辺に華やかなりし

関原幸子(東京都)  
167 たくましく育つ稲穂に吹く風の何を  
語るやふれあいゆらぐ

高橋トシ子(新潟県)

168 しばし待て紅葉の森見え隠れバッグ  
につめし青春の懐

合田浩子(茨城県)  
169 戦することの愚かさ知りつつも戦つ  
づける人の愚かさ

山田良男(埼玉県)  
170 南米の地の果てまでの農場主棚田育  
ちに邯鄲の夢

高橋卓二(新潟県)  
171 華やぎし迎え盆の花売り場愛しきき  
みを送りし人も

高田實貴男(群馬県)  
172 秋の田の黄金の波に一枚の放棄田緑  
背高くあはれ

安田芳江(茨城県)  
173 秋晴れの川辺のふちの彼岸花亡き友  
達を思い出すなり

新井 賢(埼玉県)  
174 裏庭に咲き始めたる沙羅の花先ず  
御仏と亡夫に供ふ

西山知子(岡山県)  
175 沿道の声援をうけ一歩ずつしびれた  
足を心で蹴り出す

竹田満美子(静岡県)

## 川柳

176 時を越えあのどろ水を美化してる

松田重信(埼玉県)  
177 宿題を見兼ねて親が休暇とり

石原 岳(群馬県)  
178 現代の暴君あまたバカ競べ

阿部 至(埼玉県)  
179 長崎でどこの首相と原爆忌

原 崇雄(埼玉県)  
180 当てにした身勝手後で悔いている

木村誠一(神奈川県)  
181 この猛暑やっ蛇百足が顔見せに

奥那於子(大阪府)  
182 銭湯で背中を流してくれる富士

183 日々ドラマ光と影を知る時計

小山惠美子(大阪府)  
184 つながりは一周年の年賀状

守屋高雄(岩手県)  
185 記憶力悪い人ほど偉くなり

橋本世紀男(東京都)  
186 見たくない物に限ってよく見える

細川光子(栃木県)  
187 諦めは積極的な戦略よ

関本 守(新潟県)  
188 北鮮に軍国日本思い出し

山口静一(東京都)  
189 振り向けば落した夢がついて来る

鈴木義雄(福島県)  
190 戦中戦後生き抜いて来た土性骨

渡部美代子(山形県)  
191 老眼鏡かけて又読む孫の文

大久保アヤ子(東京都)  
192 漬物の石に先祖の味がある

木村洋一(新潟県)  
193 チアガール女の戦甲子園

青木日出男(群馬県)  
194 毎日を元気に過ごす気持ちあり

松田義登(福岡県)  
195 どたんばでどんでんがえしど根性

フォトイック

こちらの写真を見て詠んでいただきました。



(写真提供：伊丹三樹彦さん)

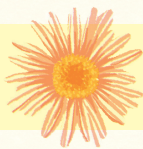
- 202 まさ夢か三途の川の渡し守 松田重信(埼玉県)
- 203 紅つけて晴れの舞台の地蔵かな 富樫和子(山形県)
- 204 供花多く暑さに負けて哀れなり 天野輝子(東京都)
- 205 着せられてほんのり紅を秋日和 橋本良子(埼玉県)
- 206 赤すぎる地蔵の口もと涎掛け 井原毬子(東京都)
- 207 地団駄を踏むフクシマの震災忌 福岡 悟(東京都)
- 208 地蔵様故郷の辻水澄める 五十嵐陸博(新潟県)
- 209 じじ見つけ帰省の孫とかくれんぼ 二瓶邦枝(埼玉県)
- 210 足止めるこの旅館の創業者 山崎吉晴(群馬県)
- 211 地蔵さまの派手好き盆花しよげてい 鈴木岑夫(千葉県)
- 212 主役です年に一度の地蔵盆 奥那於子(大阪府)
- 213 メキシコの孫の手作り地蔵衣 有田裕子(北海道)
- 214 新涼や佛になるも楽しみだ 清まさじ(静岡県)
- 215 ぬるま湯に肩まで浸かり夢心地 長谷川庄二郎(千葉県)
- 216 檀家等招ねき開帳秋彼岸 佐藤儀雄(北海道)
- 217 終戦日平和を願うやさしい日 小山恵美子(大阪府)
- 218 紅差してあら恥づかしや石の貌 佐野和彦(静岡県)
- 219 お地蔵に派手な衣着せ盆用意 成田節子(山形県)
- 220 じぞう様赤い口紅お似合いよ 阿部澄江(宮城県)
- 221 ほほえみて私を見てる妻に会ひ 阿部徳夫(宮城県)
- 222 親心金襴に込め地蔵盆 九法活恵(埼玉県)
- 223 わからんな視力が落ちたためなのか 橋本世紀男(東京都)
- 224 地蔵盆老いも若きも数珠の輪に 居原田連星(大阪府)
- 225 化粧して色あざやかに盆迎え 水落重式(新潟県)
- 226 秋の日の戯れ似せる地蔵かな 千代田俳徒(東京都)
- 227 俗名はなんじゃもんじゃ夏了る 近藤薫也(千葉県)
- 228 子に戻りますます達者生身魂 高崎登喜子(東京都)
- 229 菊明りお地蔵様の晴れ姿 津田忠彦(岡山県)
- 230 秋冷の朱に包まれり石仏 小澤円梨(静岡県)
- 231 口紅をつけた石仏はいポーズ 鈴木義雄(福島県)
- 232 夏休み子らのよろこぶ化け屋敷 佐伯セツ子(香川県)
- 233 鹿兒島には「田の神さま」がいっぱい 濱崎祥子(鹿兒島県)
- 234 今日を着飾って皆なを待ちます 大鳥居牧子(東京都)
- 235 ビートたけしのお地蔵さんかや草の花 安部 哲(新潟県)
- 236 外つ国の美術の秋の展覧会 片山茂子(埼玉県)
- 237 地蔵盆夜店のおもちゃ待ちにけり 堀木和子(大阪府)
- 238 ままならぬこと多かりし仏法僧 井田由利子(宮城県)
- 239 子供らもべべ着て嬉しし地蔵盆 大阿久雅子(埼玉県)
- 240 いかめしい顔にやさしき菊活ける 神 一男(静岡県)
- 241 スフィックスの親類なれど無名です 長峰正晴(千葉県)
- 242 お飾りは美々しく献花替え忘れ 青木日出男(群馬県)
- 243 親睦の二人羽織や菊の宿 本庄準也(埼玉県)
- 244 禅僧の只管祈るを聴く野菊 早乙女文子(埼玉県)
- 245 参ったよきのふもけふも熱帯夜 寺内 信(埼玉県)
- 246 とてもお似合はにかみながら紅を点す 黒岩正子(埼玉県)
- 247 一閃に横溝映画朱妖し 宇都木安子(東京都)
- 248 クフ王かはたまた仏か菊枯れる 関原幸子(東京都)
- 249 盆の地蔵全身べべを着せられて 梶 鴻風(北海道)
- 250 首出して記念写真はどこの国 仁藤ひろじ(埼玉県)
- 251 三樹彦さん尚も健在うれしうれし 萬濃その子(神奈川県)
- 252 たった一度ならば誰しもが見目うるわしく豊かでありたし 渡部美代子(山形県)
- 253 立ち止り派手な盆花地蔵顔 藤井春三(埼玉県)
- 254 菊の香や人各々のおもてなし 中野勝子(鹿兒島県)
- 255 みほとけの見守る国に菊香る 高橋トシ子(新潟県)
- 256 懲りもせず夢を追いかけて破綻せり 齊藤安弘(神奈川県)
- 257 唐風の地蔵の首に語り聴く 合田浩子(茨城県)
- 258 古稀祝い装い新たに鎮座して 和崎治人(山口県)
- 259 原色の中でとまどう地蔵様 中林恵子(大阪府)
- 260 月を待つ村のはずれの仏かな 山田楽山(埼玉県)
- 261 黄華微笑今だ凡夫の一人言 島田實貴男(群馬県)
- 262 野地蔵の肌むき出しやそぞろ寒 椋本望生(大阪府)

俳句・川柳募集!!



(写真提供：伊丹三樹彦さん)  
右の写真から、自由にイメージし五七五(俳句か川柳で表現してください。応募はアンケートハガキ投稿欄にて。お待ちしております！)





「投稿作品で心に残ったものは？」の問いに、たくさんの回答をお寄せ頂きありがとうございました！その中で特に多くの評価を集めた作品と、それを選んだ理由の一部をご紹介します。  
※大賞と自句自解コーナーは年1回です。

◎川柳部門

7 長生きが万病の元とナットクし

山口静一(東京都)

・言われてみれば成程とナットク 阿部 至(埼玉県)・医学の進歩と長生きは「持ちつ持たれつ」の関係です。健康で程々の長生きは無理でしょうか奥那子(大阪府)・医院で「加齢ですね」と言われること多くこの川柳はその辺をうまくつかんでいて、ナットクします 泉 弘子(新潟県)・昔はゆつたりとした老後を楽しみにしていましたが、伯母の介護をしていると年をとるのがこわいくらいです!? 大橋絵代(千葉県)・長く生きれば二人に一人はがんになる時代です。長生きはしたいけど病気にはなりたくないです 和崎治人(山口県)

17 難聴と杖で世間が狭くなる

木村誠一(神奈川県)

・亡夫を思い出します。難聴でしゃべらなく歩けなく外に出なくなりました 小山恵美子(大阪府)・同情、最近TVの音が大き過ぎると指摘される 西條公雄(埼玉県)・自分もその域に近づいて来たので我事のように感じる 近藤富夫(東京都)・この事実を痛感 大場岬月(長野県)

◎俳句部門

65 生きてまた終戦の日や蝉しぐれ

阿部徳夫(宮城県)

・終戦から72年経ったという。学童疎開先でむかえたあの日のことは生涯忘れない 井原穂子(東京都)・戦争体験者はじーんとくる。どんな世でも戦争

は駄目 青木ケン子(埼玉県)・四年生の軍国少年は、玉音放送を忘れない。老いて護憲派 黒澤正行(福島県)・苦しい日々を過し終戦の日を迎えた気持ちがよくわかる 水落重武(新潟県)・当時小学生であり集団疎開への思いがまざまざと甦る事しばしあり 中田文子(大阪府)・終戦から72年戦下に散った父、兄。年々高令化が進み心いたみます 渡部美代子(山形県)・高令になつて迎える終戦日は感無量です 大窪美代子(大阪府)・八月は終戦の日を前に六日、九日と忘れられない日があります。「蝉しぐれ」で結んだことで心が静かになりました 小林春雪(新潟県)・今年72年目の終戦の日。暑かった夕方の蝉しぐれを忘れない人であり同感です。この句は90才以上でないと書けない 青木日出男(群馬県) ほか

96 裸の子裸の父に肩車

村田吉雄(東京都)

・何と微笑ましい光景。思わず笑いを誘う佳句 大橋恒次(新潟県)・身心のスキンタッチ、健康そのものです 湯浅芳郎(岡山県)・健康的な父と子供が目に見えます 佐藤昌子(新潟県)・水害で海水浴が出来ない所が多い。海で見られる風景です 杉村美保子(岩手県)・すぎし日の我が家の光景をなつかしく思い出させてくれる肩車です 堀田寿美子(北海道)・裸のリフレインがよく決まっています 津布久信雄(東京都)・父親の愛情を感じ、ほっとします 佐藤 信(神奈川県)・逞しく微笑ましい情景です。子煩悩で優しい

◎短歌部門

182 新しき花を供へて一人酌む遺影微笑む亡妻の誕生日

久本にい地(岡山県)

・主人亡き後三十年たちました。誕生日で77才喜寿です。仏前で酌み交し、又家族で祝いました 峯岸信子(東京都)・作者の亡き妻に対する想いが伝わってくる 桑原謙一(群馬県) ほか

199 優雅なる藤の花愛で御抹茶を戴きながら琴の音を聴く

西山知子(岡山県)

・五官を働かせて詠んでいるのがある。視覚、味覚、聴覚は表現されている。爽やかな風(触觉)ほのかな花の匂い(嗅覚)も感じていることだろう 久本にい地(岡山県)・優雅である 岩崎政弘(岡山県)・美しい鉛筆のスケッチ 島田實貴男(群馬県)

◎フォトイック



291 親と子の秘密ひまわり聴いている

岩崎令子(大阪府)

・私には想像できなかったひまわりと

人物二人のイメージでした。たしかに百のひまわりが百の耳として親子の心を覗いているようです 鈴木岑夫(千葉県)・ほのほのと心の明るくなるひまわりのような句です 橋本世紀男(東京都)

◎他にも

10 玉音に土下座の母を忘れない

鈴木義雄(福島県)

36 湖心へと出てゆく小舟風青し

橋本良子(埼玉県)

41 遺言は未だに書けず梅雨に入る

井原穂子(東京都)

51 すだれ吊る九十才の大仕事

宮宅芳子(岡山県)

56 少年の長き立ち読み桜桃忌

大阿久雅子(埼玉県)

101 為すことのある幸せや胡瓜挽ぐ

吉村充治(埼玉県)

168 荒梅雨や一人揃はぬ夕の膳

安田芳江(茨城県)

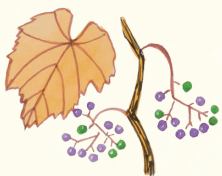
201 手のひらに煙管キセルの火種ころがすを飽かず見詰めめき小昼あぜ道

高橋卓二(新潟県)

208 八十でマラソン大会でているが関門規制でヒヤヒヤ走ってる

新井 賢(埼玉県)

※今後もふるってご投稿をお願いいたします！



Q 前回のアンケート  
私の健康法・  
夏の疲れをこうして  
解消しています。

★昼寝

・昼寝を三十分位して体を休めています  
杉原明子(静岡県)

・午後三時すぎまで昼寝をします

・午後のひと時十分位横になる  
田中豊恵(新潟県)

・シャワーのあと短時間の昼寝  
鷲谷浅子(茨城県)

・十四・五分ぐらいの昼寝が一番、天  
寺内 侖(埼玉県)

与である  
藤井春三(埼玉県)

・昼寝で解消  
中野勝子(鹿児島県)

・仕事しても疲れすぐ居ねむり。時間  
鈴木義雄(福島県)

気にせずねむります

・浅海和代(東京都)

・朝夕庭の手入れをして昼寝して麦茶  
油谷博子(兵庫県)ほか

をのんでいます

★睡眠

・どんなに忙しくても十時には床に入  
井原毬子(東京都)

ること、夜遊びしないように!

・睡眠以外に有りません  
濱田イサオ(福岡県)

・ラジオをききながら、ゆつくりと休  
大橋絵代(千葉県)

む  
夜九時以後は食べないで、胃を休ま  
三津木俊幸(千葉県)

せ熟睡に心掛けている

・人肌に暖めた牛乳を飲んで早めの就  
小林七重(新潟県)ほか

寝が私流

★早寝早起き

・早寝・早起(9時〜4時)とウォー  
関山恵一(神奈川県)

キング、夏だけでなく一年中

・早寝早起  
一瀬正子(埼玉県)

・九時就寝、朝は四時三十分起床  
稲葉民雄(千葉県)

★食事

・好きな人と美味しいものを食べる  
橋本良子(埼玉県)

・ホルモン焼きに生ビール。スタミナ  
山崎吉晴(群馬県)

はパッチリです  
湯浅芳郎(岡山県)

・自作の無農薬野菜を一杯たべる  
西條公雄(埼玉県)

・三度の食事は決めた時間に腹八分・  
必ず野菜と果物を  
鈴木義雄(福島県)

・やわらかい物を食べる  
白戸麻奈(東京都)

・あまり好きではないが肉をたべるよ  
寒川靖子(香川県)

うにつとめる  
青木涼子(埼玉県)

・毎日欠かさず酢の物を食べるように  
和牛のステーキを食べてまたがんば  
中川義彦(新潟県)

している  
消化がよくて栄養あるものを工夫し  
て三食いただく  
中澤寿美(神奈川県)

・自家菜園でのゴーヤのスムージーが  
私の健康法  
和崎治人(山口県)

・我が家でとれた西瓜を冷やし一日三  
回〜四回喰べる。  
渡邊 清(宮城県)ほか



★お酒

・やはり一杯のお酒のちからです  
重原 昇(新潟県)

・ビールを飲みながら川柳を作って居  
る時に夏の疲れが解消できる  
長谷川庄二郎(千葉県)

・シャンソンを聴きながらワインを飲  
んで、気ままなひとときを過ごす  
阿部澄江(宮城県)

・シャワーを浴び、冷奴で焼酎を飲む  
橋本世紀男(東京都)

・三姉妹でビールを飲み、ごちそうを  
食べおしゃべりする納涼会  
関原幸子(東京都)

・酒の肴はよく冷やしても日本酒は  
必ず熱燗  
仁藤ひろじ(埼玉県)ほか

★飲み物

・食前食後、風呂の前後の水一杯です。  
水は消化を助け体のバランスを調整  
松前邦広(千葉県)

・飽きないようお茶類、ジュース等取  
り揃えておく  
倉沢ひとみ(静岡県)

・出掛ける時は常時、酢とスポーツド  
リンク入りの水を持ち歩いていま  
す  
大内泰子(東京都)

・「梅酵素ジュース」毎年手作りして  
いるのですが夏バテ知らず疲労回  
復抜群のジュース  
有島和子(東京都)

・ハナビラダケを飲んでいます  
椋本望生(大阪府)

・甘酒を飲む：口からの点滴  
中田文子(大阪府)

・冷やし甘酒ですね。夏の季語の甘酒  
目黒豊光(福島県)

★冷たいものを避ける

・冷たいものをさげ満腹に  
黒澤正行(福島県)

・冷たい飲み物は避けて常温か温かい  
物を飲んで体を冷やさないように  
若月理依子(新潟県)

・胃の疲れを感じてきましたら冷たい  
ものをひかえてホットな飲み物にす  
る  
黒岩正子(埼玉県)

★運動

・仕事とジムで汗をいっぱい流し、水  
分をたくさん取る  
井上静夫(栃木県)

・汗びつしより動いたら、ぬるめのお  
風呂に多少ゆっくり浸かる  
高須 孝(愛知県)

・ランで汗を流す  
早坂紘司(北海道)

・家の階段昇降、ストレッチを日課に  
木村誠一(神奈川県)

・水中ウォークで足腰を柔らかくする  
に限る  
白松いちろう(千葉県)

・プールでビート板を胸に抱いて、  
ぼーっと仰向けに浮かぶ  
竹田満美子(静岡県)

・プールで泳ぎサウナで汗をかく  
木村洋一(新潟県)

・少々疲れていてもプールに行った日  
はぐっすり眠れて疲れもとれていま  
す  
金子範子(高知県)

・早朝ウォーキングとそのあとの朝風  
浴  
近藤富夫(東京都)

・5キロ程度のウォーキング+ジョギ  
ング  
久保壽雄(北海道)

・土・日の朝夕のウォーキング  
白川 博(新潟県)

・毎朝約5,000歩を十年続けてい  
ます  
西山知子(岡山県)ほか

### ★体操

- ・年間を通して公園のラジオ体操へ行っている 石原 岳(群馬県)
- ・五年目のラジオ体操の続行。寝る前の気功体操 吉村充治(埼玉県)
- ・ラジオ体操と太極拳と昼寝 長峰正晴(千葉県)
- ・ゴザの上で自己流体操 萬濃その子(神奈川県)
- ・テレビ体操をし二十分程ストレッチや腕立腹筋 清水君江(埼玉県)
- ・ストレッチと熱めのシャワー 新井 賢(埼玉県)

### ★お風呂

- ・行水した後頭部を冷たく冷やして浮かんでいます 五十嵐睦博(新潟県)
- ・スポーツドリンクを飲みながら風呂に入る 有田裕子(北海道)
- ・八幡平市の温泉の湯に入っているのが健康のためになっている 松尾正一(岩手県)
- ・ぬるめのお風呂にゆっくり浸かり早めに休む 道給一恵(埼玉県)
- ・山懐の湯治宿でのんびり 山田薬山(埼玉県)

### ★歌うこと

- ・仕舞風呂にゆっくり浸り歌をうたいます。それらもどすの利いた演歌 高崎登喜子(東京都)
- ・ぬるめのお風呂で足のストレッチ、マッサージの後ナツメロを大声で歌う 大阿久雅子(埼玉県)
- ・新曲を覚えて大きな声で歌うこと 岡村君枝(茨城県)

### ★深呼吸

- ・朝起きたら、玄関を開けて深呼吸を五、六回します 佐藤昌子(新潟県)

- ・朝明けの少し冷気を帯びた空気を戴く 木村 舂(山形県)

### ★散歩

- ・日暮れから一時間ばかり自分の歩幅で散歩 堅田秀子(東京都)
- ・早朝の散歩、コーヒーを楽しむこと 五味田幸夫(栃木県)
- ・気分を変える散歩 青木ケン子(埼玉県)
- ・澄んだ空気の里山は気持ちよく散歩することで元気が出る 水落重式(新潟県)
- ・朝早い散歩、ひるね、葉も大事 佐伯セツ子(香川県)
- ・三十分くらいゆっくり散歩 間森 坦(兵庫県)

### ★その他

- ・座禅を組む 松田重信(埼玉県)
- ・ぐうたらしないで疲れるだけ動く 富樫和子(山形県)
- ・動くこと。昨日今日のこと明日忘れること 福岡 悟(東京都)
- ・朝寝、朝酒、朝湯が大好きで… 阿部 至(埼玉県)
- ・自然薬松寿仙で夏の疲れも毎日元気に暮して居ります 本田智恵子(東京都)
- ・何んでも話せる気の合う友達とお茶して笑うこと 成田節子(山形県)
- ・旅のプランを練る 吉里ひとみ(東京都)
- ・星空を見る、水辺の散歩 泉 弘子(新潟県)
- ・「無理をしないー!」B型なのでいつの間にか一心不乱 九法活恵(埼玉県)
- ・散歩と趣味三味。好きなことをして疲れを取る 近藤薫也(千葉県)

- ・美味しいお肉を沢山いただきアイドルを追い、許される範囲で浪費をすること 内藤明子(東京都)
- ・書道、俳句、ウォーキング、園芸、文通色々日々楽しんでます 津田忠彦(岡山県)
- ・野球カーブの応援で球場で大声とカンフーバットを打ち鳴らす 井上氣海(広島県)
- ・呼吸を重視する「瞑想法」もどきに挑戦しています 中村康浩(福岡県)
- ・毎日猛暑でも買物です。途中木蔭で蝉の声を聞きながら喉を潤しひと休み 大久保アヤ子(東京都)
- ・コーラスで思い切りテノールで歌う 古谷 力(東京都)

- ・森林浴を楽しむ 小林春雪(新潟県)
- ・今も生きる稲作季語を求めての畦道に夏の疲れは消滅です 北野耕兵(千葉県)
- ・朝露の中、蟲を見廻る 夏井寛治(新潟県)
- ・涼風の中庭の虫の声を聞くと夏の疲れがとれていく 本間 進(新潟県)
- ・実った稲穂、赤トンボなどの里山をみると夏の暑さを忘れていきます 本間ミネ(新潟県)
- ・目の前に秋の子定をぶらさげ気持ち奮い立たせる 中林恵子(大阪府)
- ・なるべく外出、出歩く回数を多くする 田野井一夫(栃木県)

当社で2冊の句集を出版された神奈川県・横須賀市の岡田恵子さまはヨガと出合っ  
て約40年。今では指導者として5ヶ所で教えています。夏の疲れを取る手軽なヨガを、  
図解ではなく文字でご紹介いただきました。頭の体操とともにぜひ!

### 誰でもできるシンプルヨガ

岡田恵子



手軽にできる簡単なヨガをご紹介します。ただ悔ること勿  
れ、私達の体はどの部分も複雑に繋がっているため、たとえ小  
な動きでもさまざまな所に刺激が行き渡ります。骨盤が調整さ  
れ、血流が良くなって体が軽くなります。お試しあれ。

(座って) 右手中指の先を左手で掴み、「はー」と息を吐き乍  
ら付け根から十回回す。反対方向も十回回す。中指全体を擦る。  
引き抜くように引く張る。掌を上に向け左手で中指を内側に折り込み、続いて手首ごと  
反らせる。この時腕も伸ばす。左手も同様。次に腕を大きく動かし肩を回す。逆回しも。  
(四つんばい) 猫のポーズです。息を吐き乍ら臍を見て背中を丸くする。吸って背を戻し、  
吐き乍ら天井を見ようとする。このとき胴体の真ん中を下げ、腰を突き上げようとする。  
(あお向けに寝る) 両腕を横に伸ばし掌は上に向け。両脚を揃え、息を吐き乍ら踵を  
押し出す。吸って戻し、吐き乍ら今度は足の甲を伸ばす。吸って戻す。五回繰り返す。  
(立って) 胸の前で掌を合掌(合掌)。吸いながら手を上に上げる。吐いて右を振り返る。  
吸って戻り、吐いて左を振り返る。吸って戻り、吐き乍ら両手を左右に広げ乍ら下まで戻す。  
(立って) 足を腰幅に開く。両肘を曲げ、膝も少し曲げる。「はー」と息を強く吐き天を突  
くように両手を上げ膝も伸ばす。吸って元に戻る。二十回。

8-9月号へお寄せいただいたお声の一部をご紹介します！皆様からのメッセージが、私どもスタッフの励みです。率直な感想や親身なアドバイス、いつもありがとうございます。皆様のお声で、情報誌「喜怒哀楽」がつけられていきます。

- ・ここに響く言葉ありがたいプレゼントです。何回も読み味わっています。
- ・菜根譚 難しい言葉を分かり易く書いて下さっているのがよい。
- ・笑顔礼讃西東 どちらも会場の楽しげなムードと活気ある会話。「私も仲間に入れてほしいな」の想いがつのるばかりです。
- ・紹介のお友達と喜んでこの喜怒哀楽に投稿できました事感謝です。秋田県の方が少ないのに気づきました。
- ・フォトイック 似たようなことを詠むにせよやはりひとりひとり別々の表現になるのだなと妙に感心しました。
- ・長島義介氏の「鳴く虫の声と季節の移ろい」おもしろい！参考になります！散歩の時には耳を澄ましてみます。「セレナーデ」を味わいたい。
- ・新潟ぶらりは毎回興味深く拝読、今回の小林虎三郎の人と偉業を学び直した。
- ・漂泊の俳人井上井月を初めて知った。企画展示を是非見にゆこうと思った。
- ・岩田桂さんの冷奴談義。目の疲れを忘れさせてくれました。いい文にあうと目の疲れがうそのようにとれます。
- ・東京では夏と梅雨の順番が逆になり、恋がれた夏は短く、すぐに秋になったせいかな、今号では「しみじみ」の「冷奴」と「おやつ」にしみじみとしました。
- ・リレーエッセイ「猫、A・B・C・D・E」りえ様をとりまく猫の幸せな暮しぶり。猫好きにはたまらない。何回も読み返しました。

※今号へのお声も、ぜひお寄せください！

## 新潟ぶらり

### ◆ドナルド・キーン・センター柏崎①

ドナルド・キーン・日本文学研究者  
文芸評論家。一九二二年生まれ、つまり今年（二〇一七年）で九五歳。キーン氏は二〇一一年三月の東日本大震災後、「いまこそ私は日本人になりたい」と日本国籍取得を表明し、コロンビア大学を退任。八月、ニューヨークの自宅を引き払い、翌年三月に日本国籍を取得された。

二〇一三年九月、ドナルド・キーン・センター柏崎が開館。なぜ、新潟県柏崎市に設立されたのだろうか。その出会いは、二〇〇七年に発生した中越沖地震（柏崎市・震度六強）に遡る。希望を失いかけた市民を元気づけようと、キーン氏は古浄瑠璃『越後国柏崎 弘知法印御伝記』の復活上演を提案。この浄瑠璃本は一九六二年に大英博物館で発見されたもので、日本には現存しない一六八五年ころの貴重なものだった。柏崎では復活上演を町ぐるみで支え、それが復興への光となっていたという。そしてついに二〇〇九年、柏崎で復活上演を果たした。

さらに、今年六月にはロンドンで「里帰り公演」が実現した。その様子が、「ドナルド・キーン、倫敦に還る」宮澤正明写真展として特別企

画展示されている（12/24）。キーン氏にとって、かつて教鞭を執ったケンブリッジ大学のあるロンドンには第二の故郷であり、日本語と日本文学研究に一途に取り組む決意を新たにされた場所でもある。

当センターは、公益財団法人ブルボン吉田記念財団によって運営されている。製菓会社のブルボンは、その創業も関東大震災によるところがあり、中越沖地震の際も、古浄瑠璃復活上演の活動支援を行った。さらに、その後はお礼の意味もこめてキーン氏の活躍を映像化する取り組みを行ってきたという。キーン氏が帰化することになった際には、ニューヨークの住まいの整理等を手伝った。そして、書齋ごとその功績や日本文化・文学の素晴らしさを次世代にとの思いから、センターは設立された。（次回につづきます）  
（菅真理子）



住所／新潟県柏崎市諏訪町10-17  
電／0257-28-5755 入館料500円  
月曜休館（祝日、振替休日の場合はその翌日）  
12/26～3/9は冬季休館

にいがた  
文化の記憶館  
便り(16)

近代医学の礎を築いた人々

秋岡 啓子

幕末から明治にかけて、日本の医学は漢方医学から西洋医学へ転換する過渡期でした。そんな時代に大きな功績を上げた人々を紹介します。

まず、西洋からの学問を移入する際、言葉を翻訳する必要があります。特に医学ともなれば、専門用語が頻出します。たとえば、胃と小腸の間にある臓器をドイツ語でZwölffingerdarm(指十二本分の幅の腸という意味)といいますが、これを訳して「十二指腸」と造語したのは、佐渡市出身の司馬凌海(1839~1879年)だといわれています。司馬はオランダ語、ドイツ語、英語、フランス語など6カ国語を自由にあやつり、外国人講師が授業する際、脇について内容を逐次通訳しました。「語学の天才」といわれた司馬は、西洋医学を日本に伝える上で多大な貢献をしました。司馬遼太郎の小説『胡蝶の夢』の主人公のひとりとして、興味深い人物として描かれています。



▲入澤達吉



▲池田謙斎



▲司馬凌海

日本で初めて「医学博士」の学位を贈られたのは、長岡市出身の池田謙斎(1841~1918年)です。少年時代は熱烈な尊王攘夷派だったのが、「敵」を知るため緒方洪庵に蘭学を学んだことがきっかけで西洋医学の道を志しました。明治維新後はドイツに留学し、帰国して明治天皇の侍医を務めました。なお池田の甥で、見附市出身の入澤達吉(1865~1938年)は今の東大医学部内科の基礎を築い

た医学者で、大正天皇の侍医頭を務めました。

一方、東京帝大派閥と対立したのが、日本初の私立医学学校「済生學舎」(現在の日本医科大学)を設立した長岡市出身の長谷川泰(1842~1912年)です。西洋医が不足していた時代に、野口英世や女医・吉岡弥生ら、約9600名の医師を輩出しました。長谷川は戊辰戦争に長岡藩医として従軍し、河井継之助を看取ったともされています。

もう一人、長岡市出身では解剖学のパイオニア・小金井良精(1859~1944年)がいます。留学中にベルリン大学で助手を務め、帰国後は東京帝大教授となって日本解剖学会を創設しました。「米百俵」の逸話で知られる小林虎三郎は叔父です。森鷗外の妹と結婚し、孫の小説家・星新一の著作に『祖父小金井良精の記』があります。

新潟出身ではありませんが、生涯新潟市で町医者(臨床医)として女性の排卵、受胎について研究したのが荻野久作(愛知県出身、1882~1975年)です。提唱した「荻野学説」は、不妊や子だくさんに悩む人々に希望をもたらし、ローマ法王庁が認める唯一の避妊法にも応用されました。大学教授職や大病院からの誘いなどをすべて断り、急患があれば夜中でも病院に駆けつけ、90歳まで診察を行いました。現在、荻野の自宅跡は「オギノ公園」となり、その前の市道は「オギノ通り」と名付けられています。今も市民に愛されています。



▲長谷川泰



▲小金井良精



▲荻野久作

【企画展示情報】

10月6日(金)から12月10日(日)の期間、會津八一記念館特別展「禅—早稲田大学 會津八一記念博物館富岡コレクションを中心に」の第2会場となります。

特別展一般料金：800円

休館日：10月10日、16日、23日、30日、11月6日、7日、13日、20日、27日、12月4日

「食楽句楽のすすめ」の執筆者・岩田桂さんは、岐阜県生まれ、新潟市在住の元大手企業の企画マン。

畑を耕し、俳句の主宰をつとめ「食楽句楽」を実践しつつ

人生のセカンドステージを満喫されています。

食と俳句とのコラボレーション、当意即妙のエッセイをご賞味ください。

## 食楽句楽 のすすめ(16)

### 秋茄子は嫁に食わせよ

岩田 桂

茄子は夏の季語として扱われます。平安時代にはすでに存在していた野菜です。一富士・二鷹・三茄子と言われるほどの著名人です。しかもその品種は日本だけでも百六十種あります。

ここ新潟は、その茄子の一大産地です。十全茄子、水茄子、長茄子、丸茄子など伝統野菜の宝庫です。食べ方も漬物、炒めもの、煮物、天ぷらなど豊富です。

しかし茄子を楽しむとき、どうしても気にかかるといいます。そうです、あれです。「秋茄子は嫁に食わすな！」と言うあれです。

「なぬーなんてこんな旨いものを、嫁に食わしてはいかんのじゃ」と、愛妻家の夫は母親に苦言を呈します。今話題になっている「いじめ問題」でないかと、教育委員会も心を痛めていると聞きます（まさか）。

これは通常「姑の嫁いびり」という伝説で語られる噂です。このようないろいろな諸説が秋茄子界にはあります。じゃあ、実際に、「嫁をいびりたくなる」ほど、秋茄子は旨いのでしょうか。夏の茄子では事件にならないのか。

さっそくその手がかりを探るために食べてみました。焼き茄子、浅漬け、天ぷら、中華炒め、みそ汁の具など「秋茄子は旨いぞ、秋茄子は旨いぞ！」と、呪文を唱えながらへたまで食べてみました。

**秋茄子の蒂もむさぼる今朝の汁**  
そして結論です。

\*秋茄子は形がよく、小さくひ

きしまり、たしかに味がよい。

\*しかし「嫁いびり」するほどの

の贅沢モノでもない。



\*「秋茄子は嫁に食わすな」の真偽は、もともと他にあるに違いない。

\*秋茄子は種子が少ないから、子宝に恵まれないうという脅し的な説あり。

\*秋茄子は体を冷すから、晩秋に嫁には食わせたいという説など。

子孫繁栄にまつわる諺を生んだ気配が濃厚になります。お嫁さんの健康を気遣った先人の知恵だとボクは思いますね。とにかく秋茄子には気遣いの謎がありそうです。

さらにある人は、「そんなこと、どうでもいいじゃないか！秋茄子の漬け物があればそれでいい！」と、秋茄子論に水を差します。まさに能天気な御仁です。ならばと、朝市の秋茄子の漬物や辛子漬けを買って出かけます。

そしてそこで元氣な掛け声に出会います。「その且那さん！この秋茄子は嫁に食わせにやー」と、逆転の発想で頬被りのお婆ちゃんがニヤリと口上を述べます。

#### 秋茄子の一夜漬なり嫁に買ふ

このニヤリが心を刺激します。「うむ！嫁に食わせる秋茄子か！」「じゃあ、それをください」と上目使いに、山積みひと盛を買って羽目になります。五個で三〇〇円です。

それにしても種の少ない秋茄子の浅漬けは、ムチムチとして歯ごたえがたまりません。何やら不倫めくという雰囲気になります。それを見破った句があります。

#### 秋茄子の漬け色不倫めけるかな 岸田稚魚

なるほど、そういえば、そんな気がしないでもない。秋茄子はやはりただ者ではない。

もちろんこの秋茄子の丸ごと漬物は、紫紺の色が美しく、炊き立てご飯さえあればもう他にないに要りません。無垢の心でいただくのが礼儀です。これ、守らないと許さなけんねえ。

まずは浅漬けの秋茄子の半分をひと齧りして、キユッキユツと音を立てながら噛み砕いて歯音を立てます。そしてそのほど良い加減の中に、熱々の

ご飯を滑り混ませます。するとどうでしょう、茄子とご飯が見事に仲良しして、思わず鼻からおお・・と息が漏れます。秋茄子の漬物はご飯の爆食いを誘います。あつと言う間に、三杯はいけます（本当）。

そして「これを食べたかったんだ！」と心が満ちたります。食べ終えると「出会えてよかった！」としみじみと箸をおきます。

これが「よくぞ日本人に生まれけり、よくぞお前と所帯を持った」等と、夫婦に至福に浸れる瞬間なのです。欧米人では絶対分らない、日本人の夫婦の絆がここにあります（願望）。

#### 秋茄子を切る妻の手に色気あり

新潟県の離婚率が一番低い理由は、実はこの茄子漬による夫婦円満が作用しているとの噂があるが、さてさてどうか。そうだと良いのだが。

しかし浮かれてばかりおれませんか。ここで秋茄子界からのお達しをお届けします。

一、秋茄子の保存は冷蔵庫ではいけません。冷暗所で保存してください。

二、秋茄子は家族全員に分けてお食べ下さい。低温障害で文字通りの「呆け茄子」となるから、くれぐれも取り扱い注意のことです。そう言えば、最近の秋茄子はまるでスポンジではないか。その声は聞こえてきます。スポンジの糠漬け茄子ならば、おいらは悲しいと、お父さんたちは嘆息ます（ギクツ）。

「親の意見と茄子の花は、千にひとつも無駄はなし」とは先人の教えです。そう言えばお袋が針仕事をしながら、ささやいていたつげなあ。スポンジにならないように、とね・・・。

今日もボクの畑では、秋風に吹かれながら、紫紺の花をしっかりと咲かせた噂の秋茄子が実を結ばせています。世間の雑音など全く気にしないで、小柄な実をきりりと引き締めています。

さてさて・秋の夜長は、この秋茄子の漬け物とぬる燗で過ごすことにするか。ぬる燗ですよ。

#### 夜もすがらぬる目の酒と秋茄子

## 第8回良寛・国上寺全国俳句大会開催

秋晴れの春分の日9月23日、良寛さまの国上寺（新潟県燕市）で第8回良寛・国上寺全国俳句大会が開催されました。吟行後、午後1:30大会開始。第1部として選者の「銀化」中原道夫主宰による事前応募句の大賞・入選・佳作の選評が行われました。

大賞 人間を大中小に宿浴衣 石山屋 委  
 入選 ひつそりと魑魅の囁る月夜茸 山本則男  
 陽炎の裏を見たしと兎が言へり 中野博夫  
 蟻は荷をポイント貯めてあるらしく 矢野孝久  
 函崩されてメロンひとつのゆくへ 外山 朋一

続いて、俳句甲子園全国大会審査委員長でもある中原氏選のジュニアの部の報告が織田亮太郎さんよりあり、第2部として吟行句(囁目2句)の選評が行われました。

高得点 洞井戸に夜は月光のあふるるか 寺尾亜真李  
 特選 新酒酌む人の器をはかる猪口 西村みかん  
 最後に、山田住職より「来年も秋分の日」と閉会の挨拶があり、俳句三昧の一日を終えました。



## みんなのエッセイ「わたしの初恋」原稿を募集!

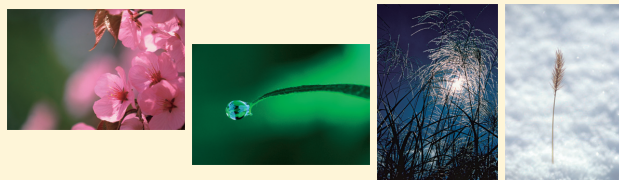
多くの方に、自身の作品が本という形になる楽しみを味わっていただきたい!という思いから企画された合同の「みんなのエッセイ」シリーズ。初回は「わたしの母」でしたが、2回目の今回は「わたしの初恋」。一度しかないあなただけの思い出を、記憶とともに、記録としてとどめておきませんか。 ※詳細は同封のチラシをご参照ください。



## 新ポストカードが登場!

新潟市在住、高橋ノリユキさんが撮影した写真が新しいポストカードのシリーズとしてお目見えします。今号(94号)に同封したのは、その中の1枚の光彩(芒)。各々の季節を感じさせる草花が、ハガキいっぱい何かを語りかけてきます。季節のお便りに最適なポストカード、この機会にぜひお買い求めください。

8枚1セット500円。必要分の切手を同封のうえ、封書にてお送りください。 ※詳細は同封のチラシをご参照ください。



### スタッフの一言

Q. 私の健康法・夏の疲れをこうして解消しています。

木戸 敦子



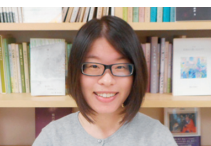
疲れたな~と思ってプーっといとビールを干し、時に飲み過ぎて気絶したように寝てはまた疲れたな~歳のせいかな~否そんなことは絶対ない!という矜持で乗り切っています、今は。

古川 久美子



疲れたなんて認めない。と言いつつ、動かなくていい日は完全に休止し、微動だにせず休んでいます(笑)。

菅 真理子



ヨーグルトにはちみつをかけていただく。美味しくて身体にもよさそうな気がする。昼寝もときどきしています。

山田 千秋



夏好きですので疲れません(笑)。涼しさを感じるようになったこの頃には夜空や景色にうっとり。あとお洒落してお出掛けも楽しみます。もちろん帰りにには粋なお店でビールです。

木伏 美恵



家族と公園やドライブに行くと心が癒され、疲れがとれます。子どもの笑い声を遠くで聞きながらレジャーシートに寝ころび秋晴れの空をぼーっと眺めるのがあわせです。

上村 眞智子



休日に汗をたくさんかいて草取り2時間、シャワーを浴びて昼食を取り、その後本を持ってベッドにもぐり込む。しばらくしたら夢の世界!これが心と身体の健康にいいんです。

石山 由希子



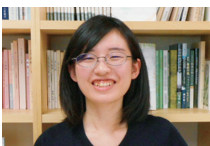
最近子育ても一段落したので、詳しくはないのですが害虫の声や夜空の月や星を愛でて疲れを癒やしています。昼間はチョコレートをもち歩き、美味しく疲労回復。

吉田 瞳



プールで泳いだあとジャグジーやサウナに入って汗をかくこと。暑い日の夜は必ずお風呂に入り湯船に浸かること。お風呂上がりのビールで疲れは吹っ飛びます(笑)。

佐々 木祥子



疲れたときは熱めのお風呂に入ります。休日には近くにある足湯に行きますが、体に熱がじわじわ沁みこんでくる感じが好みます。ポカポカでとても気持ち良いです!



## 紙を、もつと紙を！

佐藤りえ

前回をお読みになって「造本作家とは何ぞや」と思われた方もいらっしゃるのではないだろうか。これは特定の資格があるものでもなく、決まりがあるわけでもない。本を設計、デザインし、作る—文字通りいちから、手で作る、という活動を行っている自分に対して、自分で付けた呼称です。

本の材料といえほとんど紙なわけですが、近年はどこへ行っても何を見ても「これは本作りに使えそう」と脳内変換されてしまい、見るものすべてが素材、という末期的な症状になりつつあります。

たとえばちょっと素敵な和菓子の包み紙、おしゃれな家電のパッケージ、散歩の途中に見かけた木の実、木の枝、骨董市で見かけた古雑誌、着物のはぎれ、ボタン、毛糸、セロファン、アクセサリーパーツ、備前焼の箸置きなどなど。そういったものを素材としてストックしたり、デザインアイデアを脳内にしまっておいて、制作の時に備えます。

そうしてせっせと貯めた紙や資材が部屋を圧迫し、作業場は魔窟と呼んで差し支えない状態になりつつあります。数年前まではA4用紙が入る8段ぐらいのキャビネットを使用していましたが、友禅紙などの大きな紙を収納することができず、ついに50×60センチ・6段の堅牢なキャスター付き引き出しをIKEAで購入し、紙専用タンスとし

前回の猫たちの話に続き、今回は造本作家として紙を希求して止まない性が、日常の生活の中から浮き彫りにされています。「文藝豆本 ぼっぺん堂」(<http://poppen-do.net>)というサイトで、佐藤さんの制作した何とも言えない素敵で味わい深い豆本たちに出会えます。

て重宝していました。

ある日、そのIKEAの引き出しが動かなくなりまして。中段の引き出しを引くと、下の段も動き、それがさらに下の段にひっかかり、止まってしまいました。

四苦八苦してすべての引き出しをひっぱり出すと、原因はすぐに判明しました。引き出しの底板が抜けて、下の段に紙がどっさり落ち、それがつかえとなっていたのです。

そもそもこの引き出しは、ひとつの段に畳んだシャツを2枚並べて収納するような、ワードローブ用のおしゃれタンスなのです。大量の紙を載せられて大丈夫なようにはできていません。

しかしとにかく、紙が取り出せないのは大変困ります。仕方なく、底板を嵌め直し、一段あたりの収納枚数を減らして応急処置としました。もちろん根本的な解決にはなっていません。

昔読んだ漫画に、字は読めないけれど本が大好きな小父さんの出てくる話がありました。アパートの部屋が本だらけになり、本人の体は部屋からはみ出しているのに、うわごとで「本を、もつと本を！本が欲しい！」と繰り返すキャラクター。この話がなんとなく、頭から離れません。すでに自分の手元にある紙や革や布は、生涯をかけて使い切れるかわからぬ量になっていますが、「紙を、もつと紙を！」と、思う気持ちを止めるすべはないのです。

### 編集後記

日頃年配のお客さまとお会いする機会が少なからずある。生まれ落ちた時から、人それぞれ人生の課題を背負いゴールに向かって一角の人になろう、強くならう、賢くなろう、豊かになりたいとその時代の中で日々努力してこられた。その間、様々なものを身につけてきただろう。来し方のお話や時々の写真から見とれる。それらすべてを経た集大成の今のその方と対峙する。どの方も素晴らしく尊いと感じる。歳とともに身につけてきた重いものを軽やかに脱いでいる、そんな印象を持つ。甲冑ではなく天女の羽衣のイメージだ。紙面よりそんな一端を感じとっていただければ！(木戸敦子)

### ●プロフィール

1973年 宮城県仙台市生まれ。埼玉県在住。  
1997年 第9回宮城県短歌賞受賞。歌集に『フラジャイル』（風媒社）  
『What I meant to say.』（私家版）。

2017.10-11. vol.94 (2017年10月10日発行/隔月発行)

●発行・印刷/株式会社ミュージック・コーポレーション

〒950-0801 新潟市東区津島屋7-29  
TEL 025-250-9555 FAX 025-250-9550  
☎ 0120-819-395 Facebookもチェック

e-mail [odp@eseihon.com](mailto:odp@eseihon.com) / HP <http://www.eseihon.com>  
郵便局口座番号00530-4-81370 口座名 株式会社 ミュージック・コーポレーション