

## 編集委員だより 1512

☆：今年は熊の出没が少ないとのこと。その原因は山にどんぐり等の熊の餌が豊作で里に下りてこなくてすむためだろうとのこと。私が子供の頃、わが家にはヤギが1頭いて、神社のどんぐりの木の下へ連れてゆくと、落ちているどんぐりを皮ごとポリポリと旨そうに食べていたのを思い出す。

Wada

☆：西はりま天文台の宿泊施設に泊まる機会があった。宿泊施設にはグループ用ロッジと家族用ロッジがある。今回は家族用ロッジに宿泊した。室内は家庭にいる雰囲気の中で調理もでき、お風呂もある。5人宿泊でき宿泊料金は6,700円/室（食事なし・レストランあり）である。夜には希望すれば（土日は予約必要）「なゆた望遠鏡」を使用した天体観測会に無料で参加できる。佐用方面の山行や家族での小旅行に最適だろう。

r-sawa

☆：1年以上前に糖尿病予備群と診断された。それ以来、対策として食前に必ず野菜を食べるようにした。そうすることで腸壁に繊維質が付着し、栄養分の吸収が抑えられ、摂取カロリーが少なくて済む。その結果、栄養過多の防止に繋がるそうです。カロリーを抑えるために食べる量を減らすのは難しいが、食前の野菜が肥満対策になり、血糖値上昇も抑える事が出来るのはよいと思います。お陰でデータも安定しており効果を実感しています。興味ある方は是非試みて下さい。

なべ

☆：新聞に、かつて一世を風靡した「有楽町で逢いましょう」という歌の誕生は、地域ブランディング戦略（顧客の視点から発想して、共感や信頼等でブランドを育てるマーケティング手法）で「そごう百貨店」の東京進出に際しての産物だったという。有楽町は都心の一等地として今も輝いている。高砂市では、午後2時半に「月の砂漠」（作曲者 佐々木すぐる 高砂市出身）、最近では、午後5時に児童の帰宅を促し市歌のメロディが流れている。

「な」

☆：今年初めてハチに刺された。2回も。強烈な痛みと恐怖。1回目の時「これで死なないよね？」と家族に尋ねた程だ。3回目はもうこりごり、「アシナガバチ」をもっと知ろうと思った。「極めておとなしく、敵を感じた時にだけ刺すという行動に出る。蛾や蝶の幼虫を駆除してくれる益虫でもある」とある。そうか、私の不注意がいけなかったようだ。しっかりと辺りを見回して、刺激しないように気をつけよう。ハチ→ハ（末広がり）×2＝何だか縁起がよさそうだ！

k. yamamoto

☆：去年から1年間毎月2回、会の学習会B班に参加し10月に最終回を迎えた。はじめのうちは「今さらこの歳になってから学習といってもなあ・・・」と消極的だったはずなのに、いざ終わってみると、なぜか寂しくて、これが仲間との別れではないとわかっているのに高校の卒業時のような気分になってしょんぼりしている。今年も新会員を対象の学習会B班がすでに開始されている。受講生のみなさん、悔いのない1年を過ごして下さい。

Y. Fujimoto

☆：先月の例会で砂川様より主人が亡くなったことを会員の皆様にお話しされた事もあり、わざわざ自宅までお尋ね下さった方もありました。また沢山の方々から、お悔やみのお手紙やお葉書、お電話、メールを頂戴しました。本当に有難うございました。悲しみは中々癒えませんが、気持ちも新たに山行出来ればと考えています。皆様宜しく願います。

nishiguchi

次ページにつづく

前ページよりつづく

☆：迷惑メールの多さに閉口している。当会報の編集に必要となるメールなど大事なメールが迷惑メールのフォルダに紛れ込んでいないかとチェックをしなければならず甚だ迷惑である。無駄なチェックに取られる時間や労力、精神的な負担はバカにならない。重大な犯罪である。怪しいメールの本文にあるURL（ウェブサイトのアドレス）を誤ってクリックしてウイルスに感染しないようにくれぐれもご注意下さい。

ken<sup>2</sup>

☆：田舎に居る90歳を過ぎた叔母が、今年の春先に特に大きく転んだ風でもないのに足を骨折した、ようやく回復した頃に今度は伯父の方が、どう転んだのか本人は判らず頭を打って数針を縫う怪我をした。田舎では屋内外共バリアフリーには程遠く年寄りには危険がいっぱいだ。

ヤマ

## 《1511 編集委員だより》



☆：最近、「足指パット」をはめることで、足指・足裏・足底筋群にさまざまな働きが生まれます。という新聞広告が目にとまった。効果1：足裏全体に重心がかかり体の軸が定まる。効果2：正しい姿勢と歩行で疲れにくい体になる。など…一杯効果ありだそう。まずは、体を安定させて正しい姿勢を保つ必要があるようだ。今まで正しい姿勢維持に努力してこなかったことを悔いると同時に、遅まきながら努力したいと思っている。

r-sawa

☆：裏山から両手いっぱい拾って来ただいな栗。赤々と燃える五右衛門風呂の焚き口の少し奥へそ〜っと置く。ワクワクしながら待ち続ける。突然のパーンという大きな音・・・栗とささやかな楽しみは消えてしまった……。そんな、ずーっと昔のひとこまが蘇った。栗ごはんの仕度をしながら。

k. yamamoto

☆：「渡り」の季節がやってきた。早朝からギャーギャーと鉄塔の最上部でムクドリが何百羽と集団で騒いでいる。それは大層なさえずりだ。この時期が来ると夕方と早朝に仲間を集めているように見える。この時期が来ると秋の深まりを感じ、朝晩は一段と涼しくなってくる。まもなく、北からツグミやモズ、メジロなどが顔を見せてくれるだろう。

Enya

☆：去年に続いてノーベル賞受賞の朗報が続いた。朝日新聞の天声人語に日本人初の受賞者の湯川秀樹博士の言葉として「自然は曲線を創り人間は直線を創る」と大村智教授の「定時制で教え、大学院で学び直し、微生物を探して土にまみれ、――いわば曲線の歩みで大輪を咲かせた」、「とにかく誰もが効率のいい直線を歩きたがるが、曲がったり折れたり道の端にこそ宝がある。」との記事があった。我々小学校の時は、下校途中で田圃や友人宅での道草や寄り道が日常であった。これこそ曲線の生活だったと思う。

もり

☆：会のホームページの山行報告に目次を付ける作業を始めました。目次を作るために、さーっと目を通すだけのつもりが10年ほど前の先輩の方々の生き生きとした活動の様子が目にとまり、思わず読み入ってしまう。遅々として作業は進まない。特に最近行ったことのある山のことにいくつとよけいに。目次があると山行先がよくわかるので、ぜひホームページの昔の山行報告を読んでみてください。古い分から作業を進めています。

Y. Fujimoto

☆：高砂市広報紙で“廃棄物減量等推進審議会委員募集”の記事を見つけ応募していたところ2年間の委嘱通知が届いた。平成34年度に東播2市2町で広域ごみ処理施設が稼働する前での高砂市の減量目標は、29年までに10%、34年までに更に3%の目標が出ている。10月19日に第1回目の会合が開かれますが、終了予定を尋ねたところ長引くだろうとの返事。夕方から神戸で会合の予定もあるのに……。

「な」

☆：創立15周年記念の記念誌が発行された。ページ数は140ページとかなりのボリュームである。機関誌をスタートして以来の巻頭言が掲載されており、山に関する話題が多いが、執筆者の思いや考え方がいろんな形で記述されていて、山歩きする上で参考になるところが沢山あります。巻頭言は1ページ毎に完結するため、読み易い。1日1ページずつ読んでも4ヶ月で読み切れます。是非、一通り目を通して頂きたいと思います。

なべ 次ページにつづく

前ページよりつづく

☆：今週は好天が続き、近所の田んぼの稲がどんどん刈られて、この近くではもう残り少なくなってきました。毎年こんな風景で、空気もからっとしてくると、紅葉を見なくても秋を実感する。こんな気持ちはついこの前感じたような気がするが、それは去年のこと。1年は早いと思う。

Wada

☆：11月3日は文化の日、各地でいろんなイベントが行われています。意外と知られていないのが関西文化の日。11月14日～15日あたりで関西エリアのたくさんの文化施設に無料で入場できます。また、2年に一度行われている神戸ビエンナーレも見逃せません。山登りもいいですが、芸術の秋も楽しんでみませんか。

Ouchi

☆：105歳で100メートル走の「世界最高齢スプリンター」としてギネスから認定された宮崎秀吉さん。マラソンは92歳から、生きている証として世に何か残したいと始められたそうであるが、スポーツを始めていなかったら人生は終わっていたとの事。成績悪かったから、まだやめんとも、凄い！

ヤマ

## 《1510 編集委員だより》



☆：最近ネット通販で買い物をする機会が増えた。といっても、そう頻繁にしているわけではない。そんな私に、通販会社はご親切にも「おすすめ商品」として、直近にネット検索した中から見事に関連商品を紹介してくれる。助かるというかべきか、余計なおせっかいというべきか判断に迷うところである。

r-sawa

☆：最近、爆発による大きな火災が数件あった。爆発を誘発する可燃性化学物質がいろんな用途に使われており、事故があると被害は大きい。一般家庭で考えても可燃性ガスが充填された商品が沢山ある。我が家でも殺虫剤スプレー、ガスコンロ用ガス、打撲用鎮痛剤、その他数えてみると16種類の商品があった。量は少ないとは言え火事にでもなれば爆発を誘発し、大きな事故に繋がるのは間違いない。今の時代一般家庭から火が出ても爆発の可能性が高い事を認識しておく必要がある。

なべ

☆：山行報告の編集をしている。時間が掛る作業の為、もう少し楽に出来る方法は無いかと、編集委員会で改善提案をした。すると、Fさんが早速「参加者抽出ツール」を、作成してくれた。それならと欲が出て、「行動記録ツール」もお願いをした。これら2つのツールは、簡単な操作なのに中々の優れたものだ。山行で行動記録の担当になった方は、是非このツールを大いに活用して欲しいと願っている。

nishiguchi

☆：青春18切符が余ったので昼食に四国坂出に行って讃岐うどんを食べて、岡山中で土産を買って、帰りに三ノ宮で買い物。朝7時から夕方6時まで。今年の山行で行ったことのある熊山駅、麒麟ビール工場、和気駅を車窓から見ながら通過した。懐かしい。電車三昧の忙しい一日だったけど、旅行みたいで、いい日だったなー。登山とはちょっと違う種類のお疲れ。

Y. Fujimoto

☆：娘の出産で里帰りがあった間に医者のお診診が2件あり不安な日々を過ごす。家内が腹痛で内科医診断を受けると「胃腸炎で3日間絶食、空気感染の恐れあり」と言われ隔離状態で過ごすのが良くならず、他の医者に行く点滴と薬で完治した。新生児が便秘と湿疹治療で小児科診断を受け「アトピー性皮膚炎の薬を貰う」。里帰り後の姫路での医者のお診診は、乳児性湿疹でアトピーは離乳した6ヶ月以降に発疹するものだとお診診安心した。

「な」

☆：今年の日本列島は災害のオンパレード、台風、地震、火山の噴火と多彩だ。いくら文明が進んでもこの天災には対処できない。先日新聞に「文明が進めば進むほど天然の暴威による災害がその劇烈の度を増す」と寺田寅彦のことばが紹介されていた。洞窟の中で暮らす時代は、じっと潜んで暴風も凌げた。重力に逆らい、自然に抗う施設を造り、建物の倒壊や堤防の決壊で命を落とす羽目となったと、、、。

ヤマ

☆：はじめての夏山は憧れていた焼岳。経験したことのない歩行距離と標高。登頂できる自信はなかった。でも行きたい。それなら体力をつけなければと「2kgの減量」と「筋力をつける」を目標に2カ月間、トレーニングに励んだ。結果、暑さのせいにした中だるみもあって目標には少し届かなかったが、夏山へ向かう気構えはできた。予想通り焼岳は苦しかったが、なんとか無事に頂上に立てた。あの時の感動を糧に、今後もトレーニングを重ねていこうと思う。

k. yamamoto

次ページにつづく

前ページよりつづく

☆：“小さな親切、大きなお世話”という曾野綾子の記事が産経新聞に時々掲載される。氏は「オールオアナッシング」という思考は苦手だと。完全な善人も、100%の悪人もいない。善人の中にも悪をなす要素があり、悪の中にも教育的な部分がある。私にはうなずける。

Wada

☆：全国ハイキングリーダー学校の講師山本正嘉先生の講演によると、山でのエネルギー消費量と脱水量は、ともに「体重×行動時間×5」の式で計算でき、その約7～8割程度を補給すればいいそうである。例えば、体重60kgの人が6時間の登山をしたら「60k×6H×5×80%＝1440」約1500kcalの食料と1.5Lの水を用意すればいいことになる。

Ouchi

☆：今朝のことです。勤めに急ぐハンドルを握りながら何気なく前のトラックのナンバーに目が留まりました。12-34かなりお行儀のよいナンバーだな！しばらく走るとトラックは左折です。脇道から出てきて私の前に入った黒い乗用車のナンバーがなんと56-78！ちょっとできすぎた現実？うれしくなって進行です。その車も左折するとまた乗用車が割り込みです。ナンバーを見て私は車中一人で大笑いです。ナント！99-81！

かねしま

## 《1509 編集委員だより》



☆：今年の運営委員会の錬成山行は白馬岳 → 雪倉岳 → 朝日岳 → 蓮華温泉の縦走コースだった。7月末予定の山行に向けトレーニングを積む時期に椎間板ヘルニアを発症し、トレーニングどころか歩くことも困難な状況となった。腰痛の方は日々軽減して行っていたが、山行への参加が出来る状況にはなく断念した。山は逃げないというが行ける状況に体調管理する難しさを実感している。

r-sawa

☆：クローンと言えば、全く生き写しのコピーができると思っていたが、家猫の毛の色・模様はそうではないとサイエンスゼロという番組で言っていた。実際のクローン猫が映っていたが色も模様も元の猫と違っていた。人間の場合、自分と全く生き写しの人間がいたら気持ち悪いやろな。

Wada

☆：昨年の梅雨明けに風呂の内壁塗装をした。下塗りをほぼ終えたものの、塗料が無くなって天井の一部も塗れてなかった。その後、気になりながらも日にならぬと日にちが経過、この7月下旬になってやっと上塗りを終えた。風呂の場合、落とした塗料がタイルの部分や床につかないようにシーリングをするのに手間がかかるため、ついつい日延べしていた。それにしても仕上がりがまで1年かかるとは思いもしなかった。反省！仕上がりをみて家内曰く「綺麗になりましたね！」の一言。

なべ

☆：夏祭りの準備・後片付けの手伝いに早朝より出勤し櫓の組み立てを行った。このごろの気候は半端ではない。たちまち滝のような汗で全身ずぶ濡れだ。汗をかくのは夏の高御位山で鍛えているので平気だと楽観していた。疲れもあったかもしれない。たちまち体が冷えて夏風邪をひいてしまった。なぜか？綿主体の普段着が原因のようだ。登山時は何も気付かなかったが、登山用の高機能下着は大量の汗に対して相当効果があるようだ。

Y. Fujimoto

☆：中学生の孫が夏休みの宿題が沢山あって、夏休みなんかいい方がいいとボヤクのを聞いて、自分の事を思い起こしてみた、宿題が多くあった記憶はないが、牛の干し草を作る宿題があって面倒だった事を思い出した。現在ではまず無いと思える懐かしい宿題だ。

ヤマ

☆：数年前、モデルとなった石川県羽咋市神子原の「限界集落」を型破りの挑戦で、一躍有名米の産地として甦らせた公務員高野誠鮮(たかのじょうせん)氏の講演会を聞いたのが縁で、日曜夜9時放送の[ナポレオンの村]を楽しみに見えています。人口500人の限界部落の活性化を新市長から託され、奇抜な発想・行動力と熱意で成功させる物語です。講演会を聴くのが好きで、9月には「竹中平蔵が見る日本丸のゆくえ」を聴きに行くつもりです。

「な」

☆：「Windows 10 へのアップグレードは簡単に行うことができ、現在お使いのハードウェアやソフトウェアとの互換性も確保されています」に誘われて、早速アップグレードを行いました。確かに立ち上がりは早くなっています。しかし、プリンターのスキャン機能が働かなくなり、Canonに電話でサポートを受ける始末。「アップグレードするときは気を付けましょう」大西ジムの技術者。

E n y a

☆：7月15日、昨年に引き続き国民平和大行進に参加した。今回は、県内最長のJR本竜野駅から赤穂市役所までの30kmのコースだった。原爆投下から70年の今年は、先頭には5月3日に東京夢の島を出発し広島を目指している、映画プロデューサーの山口逸郎さんが横断幕を掲げて歩いて居られた。山口さんは、83歳で今年の平和大行進のドキュメンタリー映画「一歩でも二歩でも」(仮題)を製作されるとのこと。敬服しました。

もり

前ページよりつづく

☆：京都の奥座敷・貴船で川床料理を楽しむツアーに行ってきた。天気予報では37℃を超えると分かっていたのだがキャンセルもままならないので覚悟して参加した。添乗員の説明「京料理はお上品なので男性には量的には物足りないかも」... の通りではあった。清流の真上で食すだけあって数度は涼しいようで鮎の塩焼きなどを上品に賞味させてもらった。貴船神社は縁結びで有名なようで猛暑にもかかわらず若い女性の参拝も多かった。

ken<sup>2</sup>

☆：先日、砂川会長から「高島トレイル」山行募集メールが届いた。去年、この山行に参加した。楽しい山行だったのは勿論の事、宿泊した「ペンション・カッコーの巣」のオーナーも親切で、食事も美味しかったなあと思いだされた。今年も参加したいと思ったが、我慢の日々が続いている。

*nishiguchi*

☆：91歳の母が胃の全摘手術をして3カ月が過ぎた。5月に腫瘍が見つかり、ほっておくと3カ月で食べられなくなると言われて、手術はいやだという母を説きふせ、医者信じて手術を受けたのだが、少しずつではあるが好きなものは美味しいと言って喜んで食べる母の姿を見ていると思いついて手術をしておいてよかったと思うのである。

Ouchi

## 《1508 編集委員だより》



☆：アメリカグランドサークルでハイキングと観光を体験してきた。何よりも驚いたのはスケールの大きさだ。公園の広さ、道路の広さ、ホテル内の広さ、食べ物量の多さ、人の体格等々限りない。また、公園内で一番感心したのは自然を上手く活かし、人工的なものを排除している点である。おみやげ店は見当たらない。ビジターセンターに少し商品があるだけだ。ケバケバしい看板もない。楽しむことに集中できる環境のようだ。日本も参考にする点は多そうだ。

r-sawa

☆：電力需要が急増する時期になった。我が家では東日本大震災以来、保温式の湯沸器は使用しないで早朝に2つのポットに湯を沸かしておき、それを使っている。また、日中にソーラ式のLED電灯に充電しておいて夜は外灯の代わりとして使っている。天気が良いと翌朝4時過ぎまで点灯している。思ったより蓄電力はあるが、雨や曇りの時は数時間しか持たないので、安定した電源と言えないのが残念だ。微々たる節電努力ではあるが、節電と節約を兼ねてこれからも続けたいと思う。

なべ

☆：私の家の横に1mを越す幅の農業用の用水路がある。田んぼに水をいれるために下流のどこかでせき止められて少し深くなっている。何日か前、犬と散歩していたらどこかでゴボッ、パシャと音がした。何の音かと水路を覗いたら、30～40センチの鯉が泳いでいた。その後散歩の都度水路を覗いている。毎回ではないが何回か見かけている。誰にもつかまらなければと思うが。

Wada

☆：クラウドに写真を保管してくれるグーグルフォトを開始した。思い出を永遠に残すことができる。無料かつ容量制限なし。長い間ディスクの中で眠っていた写真もすべて日付順に整理されてクラウドに保管されていく。古い写真が懐かしい。ちょっと幸せ。その幸せ感をお金に換算するとわずかだが、グーグルは大量の写真が金鉱であることを知っているとか。我ら凡人にはその天才的な発想が理解できないが、まっ、いいか。便利だし。

Y. Fujimoto

☆：ポートアイランドにある神戸医療産業都市を初めて訪問した。小保方晴子さんの勤務していた理研や病院、医療関連企業300社近くが集積している日本最大の医療産業基地である。今回ある所で、話題のiPS細胞（長時間で少し動く程度）や染色体を顕微鏡で見せてもらい感激した。日本のバイオ医薬品・医療産業発展の為“ガンバレ神戸医療産業都市”と心底から応援したいと思った。

「な」

☆：先日、田圃横道の通りすがりにおばさんが畦に棒で穴明けしているのに遭遇した。田舎育ちの私にはその作業が直ぐに理解でき、「豆撒きですね、懐かしいです。」と話しかけると、「畑に豆撒きすると連作障害を起こすが、畦で作るとそれがないからいいんです。」との事。昔は田植え後の畦に大豆か小豆を撒くのが常道で、その穴明けをするのは子供たちの楽しいお手伝いの風習の一つであった。

ヤマ

☆：このところ靴の劣化による問題に遭遇している。靴底の布を貼り付けている接着剤が軟化してベトベトになってしまい靴下につき廊下に足跡がこびりついたこともあるし、久しぶりに靴箱から取り出した靴を履いて車を運転してサービスエリアのトイレに入ったら踵がボロボロと崩壊してしまい通路を点々と汚してしまったこともある。見知らぬ土地であわてて靴屋を探して調達する羽目となった。靴箱に長年入れっぱなしにしてある靴は要注意である。他人事と思わずに一度点検されることをお勧めする。

ken<sup>2</sup>

次ページにつづく

前ページよりつづく

☆：我が家に3人目の女の子の孫が誕生した。上の孫達が双子の女の子だから、「今度は男の子を」と、待ち望んでいた。過去帳を遡ると男の子なら9代目になるようだ。それを思うと主人も息子も少しがっかりしたようだが、すくすく元気に育ってほしいと願うばかりだ。

*nishiguchi*

☆：6月の蛍が終わり、7月の海開き、学生たちの夏休み（私には関係ないけど）、そして、いよいよ、夏山の季節がやってきた。今年もまた参加できるのが嬉しい、今年は、どういう訳か、自主トレにも、山行にも、ちっとも参加できてない・・・ 楽しい夏山に向けてラストスパート！！

グッチ

☆：先日突然マウスポインターの動きが不調になった。マウスを動かしてもマウスポインターが追従せず、どこかに行ってしまう探すのに一苦勞。イライラが募ってきた。マウスが原因と思いヤマダ電機に持参すると正常に動くとのこと。「パソコンをお持ちですか？」の一言に絶句。まさかパソコンが原因とは思ってもしなかった。自転車で往復1時間を考えるとアングリだった。帰宅後、試しにマウスパッドに白紙を置くとなんと正常に動作した。原因がマウスパッドだったとは・・・

もり

## 《1507 編集委員だより》



☆：新聞に、神奈川県が犬猫の殺処分ゼロを達成したと出ていた。飼われていた犬猫が飼えなくなって捨てられるケースがあるし、ノラ同士の間で子が生まれてノラになるのもあるのだろう。以前、猫の殺処分ゼロの別の地域のことが載っていた。そこではノラも避妊手術をしていると書いてあった。うちの庭に居付いた猫も避妊手術をしてやった。ノラは少し安くできると、その獣医が言っていた。

Wada

☆：ゆっくりズム山行で鹿児島県の開聞岳、薩摩硫黄島の稲村岳登山に参加した。山だけでなく鹿児島では砂風呂、薩摩硫黄島では露天風呂を体験するなど楽しむことができた。特に硫黄島では東温泉に1日2回(昼・夜)入る事が出来た。特に夜はヘッドランプをつけ星空を見ながらの入浴である。また、海に続いている温泉なので波のしぶきに大騒ぎしながらの入浴だ。泉質は硫黄ミョウバン泉で皮膚病に効果的だという。

r-sawa

☆：山の情報サイト「ヤマレコ」のメルマガを受信しています。最近の情報の中に槍ヶ岳日帰り山行のデータが掲載されており、新穂高温泉郷～槍ヶ岳(標高差2100m/距離21km)を9時間20分で日帰りした記録があった。それも5月下旬の残雪のある中でのことでした。六甲全縦走を完走できる人達は驚かないと思いますが、西半縦走でさえ躊躇する者にとってはただ驚くばかりである。このような強者が高御位山遊会にも数名はおられるのではと思います。

なべ

☆：先日歯医者さんから、「歯科定期健診のお知らせ」が届いた。いつも9ヶ月毎に届いている。早速予約をして行って来た。虫歯は無く安堵した。歯医者さんが、「ハチ・マル・ニイ・マル運動」どころか、「この状態なら生涯28本は大丈夫ですよ。」と。沈みがちな気持ちが少し晴れやかになった。

nishiguchi

☆：孫(4歳♂&6歳♂)の子守を頼まれたので高御位山に連れて行った。コースはいつもの清掃登山西コースだ。彼らは成井の階段からしか経験がないので急登に驚いて「なっ、なんじゃ!この坂は!」あわてて四つん這いで這い上がる。稜線に着くころには手も足も擦り傷だらけ。泣きも入らず、鹿嶋神社に着く。帰って母親に何度も擦り傷を見せて勲章のように自慢していた。こんな山での体験が将来の登山家への入り口になることを願う。

Y. Fujimoto

☆：6月15日、神戸で所属協会の「新入会員歓迎会」に出席した。理事及び退任者、総務委員事務局、新入会員の46人であった。新入会員は性別、年齢、経歴もそれぞれ違う自立独立を目指す人達です。協会の幹部も世慣れたベテランで聞き惚れる話し方、内容も素晴らしく、久しぶりに納得、満足した会食会でした。71歳を過ぎても元会社の技術アドバイザーで東京に出張する人の話は、引退を考える私に“まだまだ頑張れ”と聞こえた。

「な」

☆：年齢と共に最近体を動かす前後に「どっこいしょ」のつぶやきが口から出てしまう。この「どっこいしょ」は元々信仰登山で富士山とか御嶽山に登るとき「六根清浄、お山は晴天」の「ろっこんしょうじょう」がくずれて「どっこいしょ」となったらしい。しかし腰を下ろして休む時の言葉として、これ以上ぴったりの言葉はない掛け声となっている。

ヤマ

次ページにつづく

前ページよりつづく

☆：デジャヴュ（既視感）初めて見るのにかつて何処かで見た事があるように思ふこと。往々にして、そんな場面が幾度となくある。あれ？この道前に通つた？・・・デジャヴュな内はいい。いつしか、通りなれた道が、あれ？ここどこ？なんて恐ろしい事に近い将来ならないとも限らない。そう思うと少々不安になる。ならない保証はない。ならない為の何かはないのか？

グッチ

☆：昨年娘の嫁ぎ先にある渋柿に接ぎ木を行つた結果、現在30センチ位に成長している。驚いたことにその枝にはすでに6個の実が成つている、桃栗3年・柿8年と言われているが、これは種から成長した木に実を結ぶ年数なのかも知れない。どのような味なのか味覚の秋が楽しみである。

もり

☆：今年の冬に備えて今は薪になる木を探している。家の南に県道延長工事があつて、その際に切つた並木はどこへ？と疑問に思つて高砂市の塵埃処理場を訪ね伺つてみると、大きな木の粗大ごみでも直接炉に向かつてトラックを乗り入れ荷台から直接落としてしまい、外に堆積したりしないとのこと。なんともつたいない！

E n y a

## 《1506 編集委員だより》



☆：女性にとって化粧品は欠かせない。使用中の化粧品が少なくなり購入を予定していたら、化粧品店主から高額な化粧水を紹介された。なんと7万円とか。どんな人が購入するのだろう。店主によると、顔中皺だらけだった高齢の女性、使用を始めると何と皺がなくツルツルの綺麗な顔になっているとか。本当なら怖い話だ。副作用じゃないのか。

r-sawa

☆：我が家は登園・通学路に面している。ゴールデンウィークの終わった翌朝、何時ものように庭で草引きをしていると母子の会話が聞こえて来た。「ママ、どうして今日は保育園に行かなあかんの。すぐに帰らんとずうっと一緒に居てくれる。」「ママもお仕事頑張って、終わったらすぐにお迎えに来るから〇〇ちゃんも保育園頑張ってネ」。何とも切ない会話だった。叔母ちゃんからも「〇〇ちゃん頑張れ!!」と、思わず心の中で・・・。

nishiguchi

☆：カミさんが犬を散歩に連れて行く時や回覧板を次へ廻す時、例の黒猫がついてくると言っていた。私にはそれが無かった。が、今朝、犬を散歩に連れて行った時、少し離れていたがついてきていた。この人間大丈夫と信頼の度合いが増してきたか！

Wada

☆：またしてもパソコンのトラブルです。今度はパソコンの電源が切れないと言う事態になった。最初は強制終了して済ませたが、次の機会でもやはりだめ。操作中のランプが点滅しているので何らかの処理がされているのかなと思いそのままにしていたが、6時間ぐらいしてもやはり電源は切れなかった。メーカーの問い合わせた所、いろいろ操作の指示が有り、言われた通りに操作した結果解決した。パソコンも日頃は便利に利用しているが一旦トラブルとお手上げです。

なべ

☆：今年度から、加古川市内の各地の公民館で小型家電の回収ボックス設置が始まった。出るわ出るわ、たちまちボックスには入りきれないほど不用家電でいっぱい。日本語ワープロ、初期のどっかいノートパソコン、ダイヤル式の黒電話、今ではすっかり見なくなった懐かしくて古い家電たち。世の中の移り変わりを目の前で直に感じる瞬間だ。

Y. Fujimoto

☆：4月末“向島海浜公園漂着アオサ清掃”イベントがあり、高砂市地球温暖化対策地域協議会委員をしている関係で、私にも参加要請があった。昨年は「NPO海浜保全集いの会」の自主活動であったのが、市役所が協賛したようだ。重作業を予想して作業着に長靴で参加したが、海の水も綺麗でアオサも少なかった。家族連れが多く、徳島大の関係者もいて魚と触れ合う企画や潮干狩りもあるレジャーを兼ねた清掃ボランティアであった。

「な」

☆：ゴールデンウィーク期間中の山の事故が発表された。遭難して24人が死亡、2人が行方不明で昨年より4人減ったが、事故は173件、遭難者は208人で、統計が残っている1994年以降最多との事。年代別では60歳以上の遭難者が94人で半数近い。都道府県別では長野が最多の19件でアルプスでの遭難と思われる。今年は天候も良くて気象遭難は無かったようで、滑落、転倒による事故がほとんど占めている、体力、筋力不足のお年寄りの登山者が増えた故か。

ヤマ

[次ページにつづく](#)

前ページよりつづく

☆：きれいな水に不自由している開発途上国に日本から行って井戸を掘るというテレビ番組を見た。現地で資材も調達して技術も伝える趣旨とのこと。とても中途半端で善意を演出し過ぎていると感じた。ナマクラなパイプを人力で自然落下させるのではなくて、なぜ超硬の刃先を備えたドリル式の装置を持ち込まないのか。機器一式を搭載したトラックに仕立てて水に困っている地域を巡回すれば何百箇所であろうともっと短期間に安価に提供することができるのに。こんなことにこそ ODA の資金を使うべきである。

ken<sup>2</sup>

☆：2月から福祉保健センターで開催されている「親鸞上人を学ぶ会」に参加している。上人の生涯のビデオ上映と訓話会である。人は悪いことを言ったり、悪い行いをしたりすると罰せられる。その様な行為をするのは悪いことを思う心があるからである。しかし思うだけでは罰せられない。仏教では悪いことを思うことが一番の罪だと教えている。日光東照宮の「見ざる・言わざる・聞かざる」の前に「思わざる」が大事との事。難しい。

もり

## 《1505 編集委員だより》



☆：先日、パソコンが突然操作不能になった（本体と一体型無線式マウス）。メーカーに相談したが、原因不明のためサービスセンターに送るよう指示された。購入店に持ち込むと修理前にデータのバックアップを勧められ、その費用15,000円と言われた。外付けのHDDは設置しているが、頻繁にバックアップしてない事を後悔した。窮余の策として店員の方に有線式のマウスで試してもらった所、なんと動いたではありませんか。よかったー！当分有線マウスを利用する事にした。皆さんもデータの外部保存をこまめにすることをお勧めします。

なべ

☆：私の家には、家の中に座敷犬（シーズー）がおり、外には黒猫が居る。窓が閉まっているとき、窓の外に黒猫がやってくると犬はワンワンとうるさく吠える。猫は知らぬ顔である。窓を開けると、犬は吠えるのを止める。うっかり吠えたら猫がつかかってくるかも知れないと思うのか。正に犬の遠吠えじゃないか。

Wada

☆：今年は咲き誇る桜の花も雨にたたられ、花卉の傷み方が早いように思う。それでも、雨に打たれた桜は、その花びらや雨のしづくに太陽が差し込みキラキラ輝く様は美しく、活気がみなぎる。一方、桜の木の下一面に花びらが落ち、敷き詰められた風景も格別である。短期間のうちに花が芽生え、咲き誇り散ってゆくさまは、人に其々の感動を与えてくれる。

r-sawa

☆：ご存じだろうが「体脂肪を使える身体をつくること」これができたら無尽蔵にエネルギーを持っているのと同じらしい。大人であれば10万キロカロリーの蓄えがあるという。これを使わない手はない。体脂肪エネルギーを使うサイクルを自身の体に構築することが必要。山を歩いているとお腹がすいて動きたくなくなるときがある。ここからがトレーニング。がまんして脂肪を使うことを体に覚え込ませるのだ、少しずつ。

Y. Fujimoto

☆：自分には無縁なものとして豪華客船がある。以前「飛鳥」を見掛けたことがあったが、大きくて豪華な印象が残っていた。4月4日～5日の2日間神戸港で「世界一周船ピースボート」の船内見学会に1万人以上の参加者があった。スタッフが付き船内案内や乗船体験者の話を聞いたが、乗客の半数以上がリピーターになるそうだ。我々夫婦にはまだまだ手が届きそうにないが、日本も豊かになったものだと思う。

「な」

☆：健康年齢で齢を重ねることの難しさを今回は実感することになった。自らが思いもしない病に突然襲われ体の自由が利かない。まったく予想もしなかった人生に遭遇した感が強い。現代の医療界の現実是对処療法が主体であり、根本的な原因を除去する姿勢にないのが現状であることに大きな疑問を持ってきたが、その対処療法を受け入れる以外なかった。それもステロイドが唯一の特効薬とは。

Enya

☆：今年の花見シーズンは雨や風の日が多く桜のはかなさを実感させられた。そうは言っても毎日が日曜日なので雨の合間を縫って姫路城など数カ所を訪れた。大阪造幣局はツアーだったのでかなりの雨の中を中国人の集団の中を歩かざるを得なかった。あべのハルカスもセットだったが、雲の合間からの眺望も乙なものであった。しかし平板な積み木を単に積み重ねただけのようなデザインは今一つといったところ。

ken<sup>2</sup>

次頁につづく

前頁よりつづく

☆：春休み期間、孫達を預かる事になり何時もと趣向を変え交通機関を使って送迎した。孫達は電車の旅に興味津々だが、2時間強の乗車時間を我慢出来るのかと、私は少々不安だった。幸いにも乗車中機嫌良く過ごしたが、降車駅到着15分前頃になると緊張感と疲れで爆睡。私は背中には大きなザックを背負っており、二人は抱っこ出来ないと思案していると同乗している方達が手を差し伸べて下さり、無事に目的駅に降りる事が出来た。私はそれなりに大変だったが孫達は「初めての電車の旅」は、楽しかったようだ。

*nishiguchi*

☆：新聞でトイレの呼び名いろいろが載っていたので調べてみた。あるわあるわ60以上の呼称が出てきた。時代劇などで出てくる厠（かわや）、雪隠（せっちん）、手水場（ちょうずば）、御不浄、はばかり、高野山程度は判るが。装物所（よそものどころ）、青椿（せいちん）、思按所、いきがめ、せんだぶく等、全く意味不明な呼称もある。面白いのでは16番（シーシ）、録音（オトイレ）。私たちが山のトイレの隠語として使っている、「雉（きじ）撃ち」「花摘み」は元々人前でトイレの話題を出すことがはばかれる接客業などで使われていたようだ。

ヤマ

☆：先月シルバー人材センター主催の松の剪定講習会に参加した。シルバーの隣のポンプ場にある30本の松を25人の会員で行った。職人肌の名人の指導の下、見様見真似での剪定であった。自宅には檜、モッコク、モチノキ、ピラカンサ、梅、柿等が所狭しと生えており毎年剪定を行っているが、松は一本もないため松の性質が分からず、ミドリ摘みや古い葉を落とすもみあげ等の学習で樹形の整え方が少しは理解できた。松の剪定は、ほかの木と違い独特の面白さがある。

もり

## 《1504 編集委員だより》



☆：今朝（3月9日）犬を散歩に連れ出して歩いていたら顔に蜘蛛の糸が引っ掛かった。真冬は無かったことである。少し暖かくなって蜘蛛も活動を始めたようである。晩秋は山を歩くとめったやたらと蜘蛛の糸にひっかかる。それが寒くなるとぱったりとなくなっていた。確かに春が来たんやな。

Wada

☆：2009年からスタートした平成の大修理を終え、3月27日姫路城がグランドオープンする。3月26日には航空自衛隊 ブルーインパルス 祝賀飛行はじめ様々な記念行事が計画されている。それはそれで御めでたいのだが、修理後の姫路城が美しすぎる（白すぎる）という意見もあると聞く。4月以降、大天守閣への登頂希望者には整理券が配布されるようだ。ゆっくりの見物はここ当分望めそうにない。

r'sawa

☆：2月の終り頃から3月の初旬になると近くの里山ではウグイスが鳴き始める。親鳥がホー・ホケキョと鳴くと暫くして若鳥がホケキョとかホー・ホケとか中途半端な鳴き方で一生懸命鳴いている。ほほ笑ましく思うと共に春を感じる。ウグイスは「春告げ鳥」とも言われるらしい。桜が咲く頃にはあの若鳥達の鳴き声も上達していると思う。楽しみだ。

なべ

☆：ジャンクの真空管ラジオが手に入った。ケースは壊れ部品も欠落しているが、昔のラジオ少年の虫が起きて、再生を試みることにした。押し入れの奥から部品を引っ張り出し、欠落、不良部品の補填、交換して組み直し、調整したら鳴った。電源入れても真空管が温まるまで時間かかるし、電源ノイズ（ハム音）は耳障りであるが、音が和らかく聞いていて疲れず人間味を感じる。枕元に置いて就寝前に聞くのに最適だ。

ヤマ

☆：私の職場では今、高齢者大学の入学受付中である。そこへどう見ても認知症ぎみの人が入学願書を持ってきた。自慢、被害妄想、攻撃的、入学してもうまくやっっていけないだろう。だが入学を断る明確な理由はない。医者でもないのに認知症だとは断言できないし、一人暮らしなので相談する人もいない。明日は我が身かもしれないが、こんな老人が増えて問題を起こしたらどうしよう。

Y. Fujimoto

☆：多くの人達に惜しまれつつ、予定通り下り列車は3月13日9時52分に札幌駅に到着して、「トワイライトエクスプレス」のラストランが終了した。7年前の夏、私達夫婦も姉夫婦と一緒に大阪発のトワイライトエクスプレスに乗車して、北海道を旅した事を懐かしく思い出される。もう一度何時か札幌発にも乗車したいと考えていたが、残念ながら願いは叶わなかった。

nishiguchi

☆：ウォーキングをしていて空を見上げると鳥（雁のはず）がV字編隊を組んで飛んでいた。先頭を切っている鳥は選ばれたのか、あるいは自薦なのだろうか？ 見事な左右対称のV字フォーメーションを訓練なしで組むことができる習性は生まれながらに身につけているのであろうか？ ネットで調べてみると編隊を組むことによって飛翔に消費するエネルギーは単独飛行時に比べるとかなり少なく済むとのこと。また先頭は随時入れ替わるそうである。自然界には不思議が一杯である。

ken<sup>2</sup>

次頁につづく

前頁よりつづく

☆：昨年娘の嫁ぎ先の渋柿の木で試験的に接ぎ木を行い旨く発芽したので、今年は本格的にやろうと準備中である。2月の厳寒期に昨年伸びた枝を20本程切断し、ラッピングして冷蔵庫に保管中。未だ眠りについたままで4月下旬の芽吹きの際に接ぎ木を行う。桃栗3年柿8年と言われるが、無事発芽して8年後の結実が楽しみである。

もり

☆：ある雑誌に“手軽に実践できる脳卒中の早期発見”の記事が出ていた。片足バランスで20秒以上立つ。普段は出来ていても、できない時があったら、要注意。脳卒中は、日本人の寝たきりになる原因の第1位で、現在患者数150万人、毎年25万人以上が新たに発病しているという。もしも、脳卒中を発病した場合、脳が正常に働くための血流を確保するため、一刻も早い診断・治療が必要となる。

「な」

## 《1503 編集委員だより》



☆：庭のエサ台にやってくる小鳥のその後です。エサ台のリンゴとミカン、まずヒヨドリ、その隙を狙って木々に隠れていたメジロがつかいでやってくる。最近ではミカンよりもリンゴが大好きでほぼ一日でミカンが1個、リンゴは1/2個を平らげている。その他にエサ台には来ないが庭にはツグミとジョウビタキが各1尾姿を見せ散歩をしている。それぞれの習性が見ていて、それは楽しいひと時です。

Enya

☆：台高山脈にある、樹氷で有名な三峰山に登った。今回はゆりわれ登山口から出発し、登尾ルートへ下るコースだ。登山口の道路も薄く凍っていたが、登山道の雪積量は少なかった。八丁平が見えるポイントにつくやいなや、そこは別世界。白一面のパノラマ展望に「ウワーきれい」の言葉しか出ない。突き刺すような風にとまどいながらも、景観を楽しんだ。つつじの頃や紅葉も素晴らしいという。季節を変えて、訪れたい場所だ。

r-sawa

☆：寒かったので長湯をした。風呂上りにエアコンを切ってパソコンに向かっていると背筋がゾクツとした。あわてて暖かくして寝たが、朝になっても微熱がある。ちょっとした不注意で風邪か。どうしよう、ここしばらく仕事は休めないし、2～3日じっと耐えるしかないか。4日後、峠を越えた、ヤレヤレ。傷だと最後のかさぶたが残った状態だ。やはり風邪には1週間程の日にち薬が必要ですね。それよりも風邪を引かない注意が大事。と今は思う。

Y. Fujimoto

☆：歩く事が健康に良いと言うことは周知のことですが、最近歩く人を多く見かける。やはり体力の維持、増進を目指してのことと思う。私たち山岳会のメンバーは歩くだけでなく坂道を登るため、その効果はより大きいと思う。加えて四季折々いろんな楽しみがあり、一石二鳥と言える。山歩きしながら健康寿命を伸ばしたいと思う。

なべ

☆：私の家の近くで田んぼの一角を畑にして、毎日欠かさず手入れをしている年寄りがいる。犬の散歩の時良く出会う。以前は苦虫を噛み潰したようなむっつりした顔つきで、挨拶もしづらい感じであった。一度思いきって挨拶したら、意外と親近感のもてる人だった。それだけの話だが。

Wada

☆：息子家族が帰省したので小学生の孫二人を連れて久しぶりにボーリングをした。前回からは10年は経ったのではないだろうか。1ゲーム目はガタガタであったが、2ゲーム目にはストライクやスペアも出てまだまだ大丈夫そうであった。ボーリング場は混んでおらずお年寄りの社交場となっている感じで、マイボール、マイシューズを揃えている。中には我流のスタイルでボールをフロア一やレーンに放り投げてバンバンと壊れるくらいに打ち付けている人もいた。

ken<sup>2</sup>

☆：毎年2月は、日銀神戸支店長の“最近の金融・経済情勢について。兵庫県の経済動向”の話があり、今年も70人ほどの出席者があった。去年の支店長が、岩手県知事選に出る予定で退職したため、今回は高知支店長から移動の野原さんであった。話がうますぎてよく内容が把握できなかったが、6月頃に米国の金利上昇が有れば、円安がさらに進む可能性が有りそうだ。景気は北海道を除き、全国的に回復基調に入ってきたという。

「な」 次頁につづく

前頁よりつづく

☆：朝起き掛けに布団の上でストレッチをしている、寒い朝も足を揉んだり、腹筋をしたりすると、ポカポカと暖かくなってくる。しかしこれで気が付いたことは、左手足が非常に不器用で固い事だ、山行前のストレッチでも感じていたが、片足立ちが左足はかなり不安定である。因みに左足各指の間に右手の各指を差し込んでみると、右足に比べ手の指が入りにくく固い事が判る。

ヤマ

☆：先日初めて六甲全山縦走トレに参加した。昨年の東半縦トレの初体験では林道や車道が多く、全く疲れを感じなかったが、今年は西コースの起伏の激しさや眺望の素晴らしさを体験できた。終盤の下り坂では両足の親指が靴に当たり痛くて歩を進められなかった。F氏から靴紐を中間でねじり緩まない方法を教わり大いに助けられた。靴紐の結び方の重要性を痛感させられた。六甲縦走では、先ず東コースを体験し、西コースから全縦へのステップが妥当かと思う。

もり

☆：以前から寛永通宝を模した巨大な銭形砂絵（観音寺市）を見たいと思っていたので出かけた。謂れは諸説あって決定打は無いようだが、先人たちの偉業に改めて感銘を受けた。この銭形の砂絵を見れば健康で長生き出来て、そしてお金にも不自由しなくなると伝えられているようで、良い事尽くめだが・・・。

*nishiguchi*

## 《1502 編集委員だより》



☆：テレビで宇宙エレベーターの事を話していた。スカイツリーを造った建設会社が 2050 年目標で実現させる構想を持っているとのこと。宇宙空間からワイヤを垂らし、それを伝って上下するのだと。私が乗るのはちょっと無理か。基本構想は 1890 年頃ロシアの科学者が発表したものらしいが。

Wada

☆：山行計画立案時、地理院地図で山についての情報を収集するが、その一つに登山ルートがある。しかし、里山等の場合登山道の記載がない場合が多い。そんな時、良く活用させてもらうのがヤマレコだ。ルートの記載やGPS軌跡の記録を見つけると大変参考になる。記録し、公開してもらえぬ事に感謝しつつ、今年も頼りにしています。

r-sawa

☆：「土曜トレ」委員の佐々木さんから、「土曜トレ」の案内が前々日くらいにメールが届くのは有り難い。今年初のメールは、「本年も、土曜トレで体力の維持・向上を！！」だった。“その通りだ”と思い、1月10日今年初めての「土曜トレ」に参加した。平荘湖の参加者は10名だった。お正月で身体が鈍っていたのか何時もよりしんどさを感じた。当日の気温は低いとの予報だったが、風もなく春の陽さしを感じながら歩いた。確実に季節も春に移行している。

nishiguchi

☆：寒さも厳しい年末にアンコール・ワットツアーに行ってきた。当地は、乾季で過ごしやすい時期でしたが昼間2時間は避暑の休憩があるほど暑かった。ハノイ乗り継ぎで現地のガイドであった。40歳以上のガイドはフランス語、若者は日本、韓国、中国ガイドが多い。1300年代の広大なクメール王国の都跡で、コメの三期作が可能。20年ほど前まで内戦があり、若者多く子供の物売り多いが、物乞いはいない。楽しい20人の旅でした。

「な」

☆：ネットの方が安い電気品とか地産地消されている美味しい食料品や果物で特徴のあるものなど一度は食べてみたいと思い今までもネットで購入してきた。大概の商品は情報を元にネットで検索するとどこかの店舗で販売しており、注文すると早ければ翌日、遅くとも3日もあれば配達されるので実に便利な時代になったと思う。注意を要するのは商品が届かないとか、届いても意図した品物ではない等の被害であるが、今まで遭ってないのは幸いです。

なべ

☆：AmazonのKindle Paperwhiteという電子書籍端末を以前買ったまま使ってなかった。今年の正月休みはこれを引っ張り出して無料本を中心に読書三昧だった。スマホのような液晶でなく、E Inkという紙の次に読みやすく、目にやさしい表示方法をとっている。この端末は字のサイズを変えて本が読めるのだ。字の大きさを変えられるのは、紙の本にはない利点。バッテリーも長持ちするし老眼鏡もいらぬ。布団の中で読んでいたら顔の上に落とすことがある。でも軽いので大して痛くない。これ老人にオススメ。

Y. Fujimoto

☆：2015年末、今年私は年女、めぐりめぐって5回目、1回目の年女の時早く大きくなりたいと思った、2回目の時お母さんになっていた、3回目、4回目身近な人が去っていった、5回目今新しい家族が増え楽しい日々を送っている、後何回年女を迎えられるかしら？ 今年の私おめでとう！ そして、自分が今ここに在る事に感謝です。

グッチ

次頁につづく

前頁よりつづく

☆：井戸水は、夏は冷たくて気持ちがよく、冬は温かくあまり冷たさを感じない。真冬の洗いものも苦にならない。我が家の井戸はあまり深くないのか大雨で濁ったりするので飲み水には適さないとと思うが、涸れたこともなく貴重な存在である。

Ouchi

☆：お屠蘇気分も抜け、今年の抱負を考えてみました。昨年は、国民平和大行進やトライやる野外活動等の社会参加や六甲山東半縦トレ・夏山集中山行・大台ヶ原・納山会など種々の初体験をしました。今年もシルバー人材センターの業務や老人会の三役の役割をこなしながら更なる初体験に努めたい。

もり

☆：正月前からテラスの前の木に小鳥のエサ台を吊り下げている。エサとしてはミカンとリンゴを吊るしている。やってくる鳥はまずヒヨドリ、メジロ、時々ジョウビタキである。厳冬期は小鳥も厳しくエサが少ないらしい。ミカンが大好きのように、一個のミカンは一日で皮だけになってしまう。今年は野鳥を呼べる植物を増やして自然の生態系を大切にしたいと年初から考えている。

Enya

## 《1501 編集委員だより》



☆：わが家の屋外に黒猫がいる。この事は前に書いたが、この猫のお陰で野ネズミの多さを知らされた。それこそ毎晩ネズミをくわえて帰ってきて見てくれと声をかけてくる。朝方にもくわえているのを見かける。冬になり見た目ふっくらしてきた。全仔猫を里子に出した直後避妊手術をしてやったが、このせいかな、それともネズミを食うせいかな？

Wada

☆：新年を迎えるにあたって複雑な心境だ。年齢を重ねることが面白くないのだ。何か、制約が多くなるように感じてしまう。心の持ち方一つだと思いつつも… さて今年はどんな一年になるのだろうか？ 1月からスケジュール表が埋まってくる。ああ、忙しくなりそう。

r-sawa

☆：今日モンベルから3万円の福袋の落選通知がきた。抽選販売と聞いて散々悩んだ末に思い切って申し込んだのに……。落選でその出費が不要となったことにホッとすると同時に、そんなに人気があったんやったら、さぞかしお値打ち品だったんだろうなあと残念がる気持ちも少しあり。まあ無駄遣いせずに良かったと思うようにしましょう。なんとなくモヤモヤする。

Y.F

☆：新年を迎え先ずは今年一年大過なく無事に過ごしたいと思う。昨年は体調不良で病院通いが忙しく、山行には殆ど参加出来ませんでした。体は正直なもので使わないと筋力などは自分でも驚くほど落ちてしまう。今年は身近な高御位山や飯盛山あたりでマイペースの自主トレをしながら復活を目指したいと思っています。

なべ

☆：インターネットの動画サイト YouTube を見ていると時間が経つのが早い。特に団塊の世代の場合には十代半ばにラジオから流れていた洋楽を始めとする懐メロを芋づる式に聞いて行くのが楽しい。ラジオではヒットチャートやランキングの番組が花盛りであった。これだけいろんな曲を覚えているということはラジオの前で膨大な時間を過ごしたようだ。半世紀は矢の如しであった。

ken<sup>2</sup>

☆：我が家の前の通りは俗称「寺筋」と呼ばれている。この頃、朝掃除をしていて感じる事がある。それは、犬の糞を余り見なくなった事だ。これまで、町内会で犬の糞対策について、色々な啓蒙活動をやって来た。最近ようやく犬を散歩している人達の、モラルの向上や、意識改革に繋がったのかも知れない。今年もそしてこれからもクリーンな寺筋であって欲しいと願うばかりだ。

nishiguchi

☆：ホームセンターの園芸コーナーには正月用のラン、シクラメン、ポインセチア等が華やかな色で並んでいて通る人の目を楽しませてくれる。花の少ないこの時期我々の子供の頃は、花どころかこれだけ色彩豊かな花はあまりなかったから、ずいぶんと種類も増えての結果と思われる。そう言えば子供の時のカタカナの花はチューリップとかバラ程度しか知らなかったが、花の世界もインターナショナルになったのだと感じる。

ヤマ

☆：『税』 今年の漢字がでた。『ダメよ～、ダメダメ』 今年の流行語のトップ。そんなに、税を上げちゃあダメよ～ダメダメ、ほんとに庶民には切実です。選挙が終わり私の1票は活かされるのでしょうか！？

グッチ

次頁につづく

前頁よりつづく

☆：農業には、田畑農業、施設園芸、最近では植物工場がある。LED等新しい光源が出始めた2009年ごろから大学や企業で植物工場の実用化が本格化し、安心・安全・新鮮な野菜の供給、被災地の雇用創出、遺伝子組換えの医薬品や化粧品原料の生産、工場システムの海外輸出（寒冷地のロシアやモンゴル、砂漠の中東）等が進んでいるという。こういう夢のある話が私は好きです。  
しま

☆：今年は一つじ年。羊は「祥」に通じ、中国の吉祥動物の一つで、群れをなすところから家族の安泰を表すとされ、いつまでも平和に暮らすことを意味するそうです。また、未年生まれの人の性格として穏やかで人情に厚いとされています。今年是我が家にも新たに未年生まれの家族が増えそうです。

### Ouchi

☆：先日、シルバー人材センターの業務で高砂神社の拝殿に飾る大注連縄（しめなわ）を初めて製作した。10年の熟練者と4年の経験者を見様見真似での体験であった。稲わらを木槌で叩き柔らかくして外皮の袴を取り除き寸法を揃えた後、宮司さんの指示のもと約6mの注連縄が完成できた。やっている時は全く分からなかったが、中央を太く徐々に細くする手加減の難しさは完成して初めて気付くことであった。27日からの飾り付けが楽しみである。これからは初詣での注連縄の見方も違ってくると思われる。

もり