

シニアのシニアによるシニアのための会報誌

ちやらんぽらん

# かわら版

特集

人類とウイルス

大自然から学ぶ

心がホッコリする

ほんとうのお話

チャランポランエッセイ

私の白内障手術



## チャランポランの会は何をする会？

チャランポランの会は、シニアを応援する会です。

①会報誌「かわら版」を通して、シニアの方々を元気にしていきます。②会員同士の交流の場を提供し、楽しみや生きがいを持てるようにします。③シニア向けの講演会、イベントを開催していきます。

## 会員になるには？

原則シニアの方であれば、どなたでも会員になれます。別紙の入会書に必要事項を記入し、チャランポランの会まで郵送して下さい。なお、入会書がない場合は ① 氏名 ② 住所 ③ 電話番号 ④ かわら版を何でお知りになったか ⑤ 出身地 ⑥ Eメールアドレス (オプション) ⑦ 生年月日 (オプション) をお書きの上チャランポランの会まで郵送してください。Eメールでお申し込みの場合も上記の内容 (①～⑦) を忘れずにお書き下さい。

【郵送先】 CharanPoran USA  
22301 S. Western Ave. Suite 104  
Torrance, CA 90501

【Eメール】 charanporanusa@gmail.com

現在、会費は無料です。もしお気持ちがおありであれば、お志のドネーションは喜んでお受け致します。金額の多寡は問いません。頂いた浄財は印刷費、郵送費等に使用させていただきます。法人口座がございませんので、チェックの宛名は**KINICHI TORII** 又は **AKIRA TSURUKAME** お願い致します。今までドネーションして下さいました皆様に心よりお礼を申し上げます。

## チャランポランの会の特典

1年に4回(1月、4月、7月、10月)発行される会報誌「かわら版」が届きます。講演会やイベント、その他シニア向けの情報をお知らせいたします。

### 「かわら版」への投稿方法

●川柳、短歌、俳句：お一人1句 ●読者の声：200字以内

●エッセイ：800字以内

住所・氏名・年齢・電話番号を明記。郵送、又はEメールでお送りください。なお、紙面の都合で内容を割愛、又は一部編集させていただく場合もございますのでご了承下さい。なお、投稿が多数の場合は、チャランポランの会で選定させていただきます。

### 「かわら版」へのご意見ご感想

ご意見、ご感想をお気軽にお寄せください。CharanPoran USA迄郵送いただくか、又はEメールでお送り下さい。今後の会の参考にさせていただきます。



## 会の名称 『チャランポラン』

私達、発起人は二十代から六十代まで長い間、一応真面目に仕事し、子供を育て、一社会人・一家庭人としてそれなりの責任を果たして来ました。ふと気が付いて見ると、もう高齢者です。昔の元気はなく、体力も落ちました。これからの人生をいかに生きるかと考える時、やはり明るく元気に過ごしたいものです。それには今までの常識の枠を離れ、自由な新しい発想や考え方で生きるのが良いのではと思います。

その理想が「チャランポラン」です。一見、「真面目や責任」とは対極にある考えのようですが、今まで以上に豊かに生きるために必要なキーワードかなと思います。認知症防止のためにも、是非皆さん、一緒に楽しく、チャランポランに生きましょう！



## チャランポランの会

- 発起人  
鳥居欣一 (故)雲田康夫  
鶴亀彰 高山秀男
- 運営委員  
鳥居欣一 鶴亀彰  
土田三郎 宮田慎也
- かわら版  
北村垂矢 佐伯和代

### CharanPoran USA

22301 S. Western Ave. Suite 104  
Torrance, CA 90501 USA

☎ 310.347.7300

(メッセージを必ずお残し下さい。)

Email: CharanPoranUSA@gmail.com

www.CharanPoranUSA.com



# 心がほっこりする ほんとうのお話

## 国境を越えた人間愛

カナダと国境を接する東部のメーソン州にバス（Bath）という市があります。人口8千人程の小さな町ですが、The City of Shipsの愛称で知られています。この町には最盛時、22もの造船所があったそうです。現在でも近代的な造船所があり、米海軍の駆逐艦なども作っていますが、当時はいずれも木造船でした。バス市は6千マイルも離れた青森県につながる市の姉妹都市になっており、学生交換や市民同士の交流が活発に行われています。そのきっかけとなったのが、この地で作られ、日本海で台風に遭遇し沈没したバス船籍のチェスボロー号の遭難事件でした。

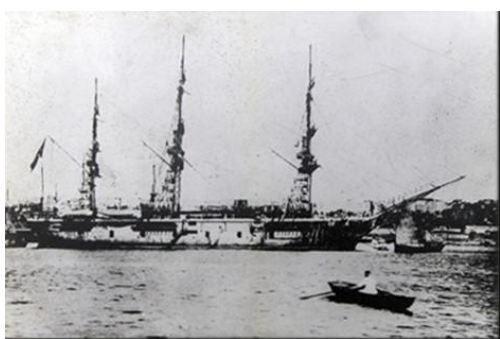
1889年10月30日、青森県の現在の津軽市内にある当時車力（しゃりき）村の沖合でチェスボロー号が遭難しました。乗組員23人のうち19人が犠牲になりました。遭難を目撃した地元の漁師達が、暴風雨の中、小船を漕ぎ出し救助に向かいました。漁師の若者の一人は岸から泳ぎ出し、一人の大男を抱え、戻って来ました。しかし、彼は意識がなく、仮死状態でした。焚火で温めたり、身体をさすったりしても回復しないのを見たある漁師の妻は人目もはばからず、着ているも

のを脱ぎ捨てて、その船員を抱き続け、やがて彼は息を吹き返しました。その女性は工藤はんさんと言いました。

漁師の娘が約4キロ先の村役場まで走って遭難事故を知らせました。ふれ太鼓がなり、村人が続々と浜辺に駆けつけ、遭難者を次々に収容しました。その後、救助された4人は郷里のバス市に戻り、遭難事故で犠牲になった乗組員19人の遺体は、車力村など三つの寺社に葬られました。海に生きる人々の決死の救助と人間愛は130年半経った現在でもバス市とつながる市の間で語り継がれ、日米の友好・親善に貢献しています。

同じく海難事故が国同士を結び付けた例として、よく知られているのはトルコの軍艦エルトゥール号です。チェスボロー号遭難の翌年、1890年9月16日、現在の和歌山県東牟婁郡串本町沖でこれまた台風のため遭難しました。乗組員600名以上が海に投げ出されました。ここでも遭難を目撃した村人たちが総出で救助に当たり、69名を救出しました。587名は水死しました。村人たちは生存者の介護のために、浴衣を提供したり、卵やサツマイモや非常用の鶏まで潰して提供したそうです。日本帝国海軍は69

名の生存者を二隻の軍艦でトルコまで送り届けました。国境を越えた人間愛はトルコの新聞で大きく報道され、人々は遠い異国の日本と日本人に大きな好意を抱きました。その好意を更に大きくした一人の日本人がいました。それは山田寅次郎という茶道の師匠でした。彼は日本国内で民間から犠牲者の遺族に対する義捐金を集め、そのお金を届けました。山田が民間人ながら義捐金を持って訪れたことが知られるや彼は熱烈な歓迎を受け、更にトルコの人々の日本と日本人への感謝と尊敬を得ました。現在串本町はトルコのメルシン市と姉妹都市交流を行っています。



オスマン帝国海軍「エルトゥール」

\*朝日新聞とウィキペディアの記事を参照させていただきました。

文責 鶴亀 彰

# 行動するシニアをめざして！

鳥居 欣一

コロナウイルス禍で3月初めから約3ヶ月、日本に滞在しました。1963年に渡米して以来、こんなに長く日本に滞在したのは初めてです。いつかは日本を終の棲家にしようと決めていたので、大変貴重な経験となりました。まさかの緊急事態宣言発令による外出規制で最も堪えたのは、友人達と電話やメールでしか連絡がとれなかったことです。しかし、この三カ月で色々なことを考え、見つめ直すことが出来たことは、不幸中の幸いでした。一番考えたことは、自分の行く末です。昔に比べ寿命が急速に伸びたせいから、自分はいまだらうか”と思うほど、死に対しては無頓着、いや「死」を考えることを避けてきたように思います。

## 《恩人の死》

そんな矢先、アメリカで最もお世話になった小川勝義さんの訃報を知らされました。小川さんとの出会いは、「ロサンゼルス青年社

長会」での集まりです。私は20年近く勤めた会社を退職したばかりの頃、小川さんはニューヨークでビジネスを成功させ、ロスに居を移された直後でした。この「ロサンゼルス青年社長会」は、ロサンゼルスで初めて日本のテレビ番組を手掛けた(故)羽田靖さん、LA名物男(故)川辺浩さん(慶応のアイスホッケー出身)、M&Aで世界を股にかけて活躍している竹中征夫さん(竹中パートナーズ代表)などが中心になって設立された会でした。

当時、私と小川さんは偶然にも同じエリアに住んでいたこともあって、自然と交流が深まり、家族ぐるみでお付き合いさせて頂きました。小川家には当時貴重だったソニーのベータマックスがあり、毎晩のように自宅に呼ばれては、日本から送られて来るテープと一緒に鑑賞した思い出が鮮明に残っています。起業したものの、将来に不安を抱えていた時期だっただけに、こうした温かい交流が私の気持ちを落ち着かせるのに大

変役立ちました。私よりも五歳年上の小川さんは、起業したばかりの私に色々アドバイスして下さいました。小川さんの起業時代の苦労話も伺いながら、「自分も頑張らねば！」と思いを強くしたものです。小川さんは温厚かつ地味な方でした。ここで言う地味とは、縁の下の力持ちという意味です。ずっと私の心の支えになって下さったように、色々な意味でアメリカの日系社会に貢献されました。小川さんご夫妻の存在は、私をどれだけ力づけてくれたか計り知れません。

小川さんが亡くなる少し前、元USジャパンビジネスニュース社のオーナー三石敏雄さんを、小川さんが入居されているところへ鶴亀さんと一緒にお連れしました。

久々に再会した三石さんと小川さんは、とても嬉しそうに旧交を温めておられ、見ている我々も心が温まりました。そんな矢先に齎された小川さんの訃報は、本当にショックな出来事でした。

## 《購買ボイコット事件》

起業後四年ほどで、私のビジネスもやっと上昇気流に乗ってきた時です。急激に伸び始めた日本人経営の会社を良く思わない韓国系の販売員が「購買ボイコット事件」を起こしました。韓国系の無料配布誌に私の会社に対する誹謗中傷の記事が毎週大々的に掲載され、当時、総売り上げの7割を占めていたLA地区の韓国系アメリカ人の売り上げがゼロになってしまったのです。勿論私は起死回生を図る為に来る限りの手立てを講じました。大手韓国系新聞社、日本総領事館、日本貿易振興機構、日系新聞社などへも協力を仰ぎましたが、結果は「覆水盆に返らず」でした。その時、小川さんは心から同情して下さい、知り合いの弁護士さんを紹介して下さいました。「まさかの時の友こそ真の友」と言いますが、小川さんは正にその通りの方でした。今でもそのことを思うと、涙がとめどなく出てきます。

## 《後世へバトンを渡す》

前号でも書きましたが、人間、一寸先は闇と言います。口先だけでなく「一日一生」の覚悟で生きないといけないと思っています。



# 僕の本棚

コロナウィルス禍のお陰?で、いつもより読書の時間が増え、色々な本を読みました。その中でも印象に残った本を3冊ご紹介します。

## 「サル化する世界」

内田樹 著 / 文芸春秋社



この本で私が注目したのは、「人口減少社会のただ中で」の項目です。今現在の出生数は年間100万人を切りました。1947-1949年に生まれた団塊の世代は、年間約270万人が生まれていました。2024年には、国民の3人に1人が65歳以上になり、団塊の世代は全員75歳を迎えることとなります。少子高齢化に関して問題提起はされているものの、私たちは、それを現実として捉えられていないように感じます。この問題を政府だけでなく、国民も真剣に考える必要があります。この本の中で何回も読み返したところがあります。“考えながら読む”という、単なる通読と違う気持ちを持つことができた本です。

## 「本屋を守れー読書とは国力ー」

藤原正彦 / PHP新書



本を読まない子供が増えていきます。以前は移動時間に新聞や文庫本を読んでいる人が多くいましたが、今は大人もスマホしか見ません。町の本屋の数は減る一方です。著者いわく、「これらは国家全体に及ぶ読書離れと教養の低下にほかならない」。私はこの主張を100%理解できました。

## 「空海ー折れない心を作る言葉」

池口恵観 / 知的生き方文庫



池口さんは著名な僧侶です。空海の言葉を現代の言葉に変え、わかりやすく伝えていきます。私はHow to物はあまり読まないのですが、この本は非常に実践的ですのですぐに活用ができる気がしました。

コロナ自粛期間中に「自分は何の為に生きているのか?」を何度も何度も反問しました。「世の為人の為」と、綺麗な言葉が先ず浮かんで来ますが、「自分は世のため、人の為にやれているのか? 実生活は反比例ばかりではないのか?」でも「そうでありたい!」と、心の中でまた反問・・・ずっ」とこの繰り返しです。そうこうして、たどりついたのが、「90%は自分の為、残りの10%は世の為、人の為」と考えれば出来るかもしれない」ということです。簡単に言えば「一日一善」を目標にすれば良いのです。

人は、後世の人達にバトンタッチする為に生まれてきているのではないのでしょうか。「自分さえ、今さえ良ければ良い」の風潮は、人類の将来に決して良くありません。こうした風潮を、チャランポランの会の活動によって少しでも良い方向に向けることが出来れば本望です。

### 《ご協力に感謝》

多くの会員の皆さんからご寄付を賜っています。ここで皆さんに心から感謝の意を述べさせて頂きたいと思えます。本当にありがとうございます。

チャランポランの会の会報誌である「かわら版」も、やっと5号まで漕ぎ着けました。号を重ねるごとに良い冊子になるよう、少し

て10号までは続けられるよう、頑張っています。益々の皆さんのご協力をお願いする次第です。多くの犠牲者を出したコロナの爪痕はまだまだ残っております。今後もしんなり事態が起るかわかりませんが、今生きている私達の義務と責任は、今一度自分を見つめ直すこと、そしてこの経験を今後どのように活かしていくかを考えて実践することではないでしょうか。



雲田さん、小川さん、コロナウィルスの犠牲者の皆さん、改めてご冥福をお祈り致します。

後日談  
前述の韓国系市場での「購買ボイコット事件」は、確かに考えられないほどの打撃を受けました。製品を愛用して下さった韓国人の方達もいました。ニューヨークの方々です。韓国人の人情の深さには驚きと同時に感謝の思いでいっぱいです。未だに会社がお陰でできているのもその方達のお陰です。現在の日韓関係は相変わらずギクシャクしていますが、改善する糸口は、個々の人間関係の積み重ねだと思います。誠意は必ず通じます。いつか、私なりの日本人と韓国人論を綴りたいと思っています。

# ジャーナリストの目



ジャーナリスト  
北岡 和義

読売新聞記者、国会議員秘書を経てフリージャーナリスト。ロサンゼルスで邦人向け放送局「JATV」を設立。帰国後、日本大学国際関係学部特任教授を経て現在に至る。著書に『13人目の目撃者』『海外から1票を～在外投票運動の航跡』『政治家の人間力』などがある。

## BCからADの時代へ

### 夢想する諜報プロの暗躍

5月12日朝、大阪へ向かった。西日暮里でJR山手線に乗り換えの階段を上がろうとしたら、なんと足に力が入らない。3ヶ月も自室に籠もっていたので体力、とりわけ筋力が細ったのだ。新幹線「ひかり」は一両、7人しか乗っていない。新大阪で地下鉄・御堂筋線、なんばから南海電車です南下、金剛駅でバスに乗り換え近大病院へ入った。

14日、TACE（塞栓療法）手術を受けた。ガン発見以来、通算4度目。右鼠径部に穴を開け、大動脈内にカテーテルを潜り込ませ肝臓まで持って行き、ガン細胞に抗ガン剤をぶっかけ、ガン細胞に至る血管を塞いでしまう。するとその先に栄養が届かないからガンは死ぬ。医師の世界で「兵糧攻

め」と言う。もともとこの手術は回数を重ねると肝臓本体が次第にダメージを受け肝硬変になるというから怖い。

#### 「3密」避け外出自粛で沈静化

猛威を振るう新型コロナウイルスだが、「3密」避け外出自粛、感染者、死者ともに新規の数は減ってきた。

大阪毎日放送で長年、朝鮮半島や在日コリアン問題に取り組んできた元放送記者・西村秀樹が言う。

「今はBC・ADの時代。もうBefore Coronaに戻らない。これからはAfter Digitalだ」

彼は薄く笑っていたが2020年の春季のコロナ禍光景を捉えた一面と言える。

デジタル社会が本格的に構築されてゆく。非接触、Social Distance、密閉空間を作らない。密集しない。要するに接触を避け距離を置く。人間関係が分断される。

金を引くか脱退する」とトランプ大統領。武漢には中国一の中国科学院武漢病ウイルス研究所がある。世界の感染症研究者が注目しているのだらう。今回の新型コロナウイルスが「人工的」に創り出されたのではないか、との憶測情報さえ流れている。

しかし人類は核（NUCLEAR）兵器を開発し実弾としてヒロシマ、ナガサキで使った。いま、地球上に約1万4000発の核弾頭があるそう。化学（CHEMISTRY）兵器も持っている。オウムが霞が関に撒いたサリンを思い出す。

新型コロナはコウモリからヒトへ感染した？という説、真相は不明。各国の「諜報（インテリジェンス）」のプロが活発に動いている幻想が脳裏に浮かび上がる。

そして生物兵器（BIO）・・・NBCという大量破壊兵器。軍事戦略家はそれらを手にすることを「（戦争の）抑止力」と表現する。

普段は姿を見せないプロのスパイたち、国際政治の裏部隊である。新型コロナウイルスの出現でBC（コロナ前）より世界はより複雑で危うい様相を呈してきている。

新型コロナウイルスも反転すれば攻撃兵器として使われる可能性を否定できない。新型コロナ禍のパンデミック（地球的拡大）で世界はどうもぼくの期待と真逆方向に動いているような気配だ。

いずれ新型コロナウイルスに対する新薬やワクチンが開発され制圧されるだらう。だが、今後人類が未だ遭遇していない「新型ウイルス」はエンドレスに発現する、と感染症の専門家は言う。

#### WHOめぐる米中批判の応酬

トランプ米大統領がコロナウイルスの発生源は武漢の研究所と発言、わざわざ「チャイナ・コロナ」と言い換えたことが報道された。中国はこれに猛反発「逆にアメリカが武漢に持ち込んだ」「テドロスWHO事務局長は中国寄り、改めないと分担

新型コロナウイルスとの「共生、共存」を模索できないのか。ぼくのガンとの「共生」のように。なにしろ姿を見せぬウイルスの不気味さが恐怖を呼び込んでいく。





# B級グルメ食べ歩記



宮田 慎也



## La Esperanza

22832 S. Western Ave.

Torrance, CA 90501

☎ 310.626.6578

Western Ave.とSepulveda Blvd.の北東角の北並びにグアテマラ レストランがあります。このエリアは、時代に取り残されたような感じで、寄ってみたい雰囲気ではないのですが、B級グルメマンとしては「外観が悪くても入ってみると素晴らしかった」という店が大好きで、ここもそのお店の一つです。店内は広く清潔感があり、ブース席もあって大変落ち着きます。従業員は皆グアテマラの人達。にこやかでサービスも良いです。



席に着くと、まず、無料のミニパンケーキ、ブラックビーンのディップ、ピンク色のキャベツのコールスローが出てきます。メキシカンでしたら、トルティヤチップとサルサが出てくるところですね。熱々のミニパンケーキにディップとコールスローをのせて食べると、美味しいですよ。



### 私のおすすめ

#### ① ペピアン \$18.99

ビーフかチキンを選べますが、ビーフをおすすめします。メニューには、古代マヤ時代からの伝統的レシピと書かれてあります。まあ、野菜がたくさん入ったビーフシチューですね。多分いろいろなスパイスと果実の種などが入っていると思います。絶妙に美味しいです。深い鍋に入っていて、量も二人分ぐらいはたっぷりあります。私は、この中には入っている「はやと瓜」が好きで、ペピアンがくると最初に「はやと瓜」をすくって食べます。「はやと瓜」はChayoteといわれる中南米原産の細長い瓜です。もちろんビーフの塊もごろごろ入っていて、野菜、ソース、肉のこのコンビネーションがなんとも素晴らしいです。



#### ② ウェットブリート \$13.50

メキシコ料理のメニューもあり、ブリートが好きなのは、大きなブリートにアボカドとソースがかかったものを注文します。ウェットブリートにはエンチラーダのソースのようなものがかかっていて、美味しいです。



#### ③ ププサ \$3.95

グアテマラの隣国エルサルバドルの名物料理です。中に入れるものはチキン、ビーフ、ズッキーニ、ビーンズなど色々選べます。おすすめはチーズです。丸い大きな熱々のパンケーキを切るとチーズがとろけだし、これにキャベツのコールスローをのせます。この食べ方が私は一番好きです。ぜひ、ププサお試しください。朝8時からやってますので朝食にぴったりです。チーズププサにグアテマラの美味しいコーヒー、まさに充実した朝食です。



#### ④ フランナポリターノ \$3.75

甘さをおさえた卵とチーズのコンビネーションがなんとも美味。一度食べるとやみつきになること間違いなし。食後のデザートに是非どうぞ！



エスぺランザとは希望という意味です。創業26年になるお店で、外からは中がどうなっているかわかりづらいのですが、ドアを開けるとベーカーリーがあり、ホワーツとした焼きたてパンの匂いが充満していて、とても幸せな気分になれます。パンやデザートは甘さをおさえた飽きない味で、日本人好みの味です。食事が済んだ後、ここのパンを買って帰るとすごくハッピーな気持ちになりますよ！





# 人類とウイルス

## - 大自然から学ぶ -



私はこれから「喜寿」を迎えますが、喜んでばかりではられません。厄介な新型コロナウイルスが蔓延したためです。このウイルスは、頼みもしないのに無断で人の気管支に入り込んで肺炎を引き起こし、人を死に至らしめてパンデミックを引き起こします。喜寿になる自分には、とても他人事ではありません。感染すると過去に誰もが経験したことがない特異な症状になり、「ア、シマッタ!」では命とりです。実は私、毎日どこかでミスをしております。妻が呆れています。油断大敵、火の用心と気を引き締めなければなりません。



土田三郎  
山形県人会会長

この新種のウイルスへの薬やワクチンは研究中で、五里霧中状態、一旦収束したかのように見えても、いつまた何が起こるかわかりません。世界中を恐怖に陥れた新型コロナウイルス、ここから私たち人類は何を考え、学んだでしょう。人類とウイルスの関係を取り上げてみました。

### 人類とウイルス

ウイルスは変異するため、薬の開発も厄介です。しかも、今回の新型コロナウイルスは潜伏期間が長く、感染しても本人に自覚症状がないまま、周りにウイルスを拡散させるため、先端の生物学の力でも、抑え込むには相当に長い期間の闘いになりそうです。

人類は、大自然の危険な疫病（ウイルス）と何度も闘ってきた。同時に微生物には発酵酵母菌や乳酸菌など、私たちの健康に役立つものもあり、その恵みも多く受けています。つまり、人類は危険と恩恵が隣り合わせの中で、バランスを保ちながらウイルスや微生物と同居してきたわけです。

しかし、近年の科学技術の急速な進歩の結果、自分ファーストと横柄な生き方をするようになりました。まるで、「地球を征服した。今度は宇宙を征服する」かのように。この我儘な態度が大自然の逆鱗に触れて、今回の新型コロナウイルスの地上拡散となったのかも知れません。その証拠に、外出禁止令が出てから、しばらくすると中国では灰色の空が青空となり、汚れた川は澄みはじめ、埃のかかった木々は本来の色を取り戻

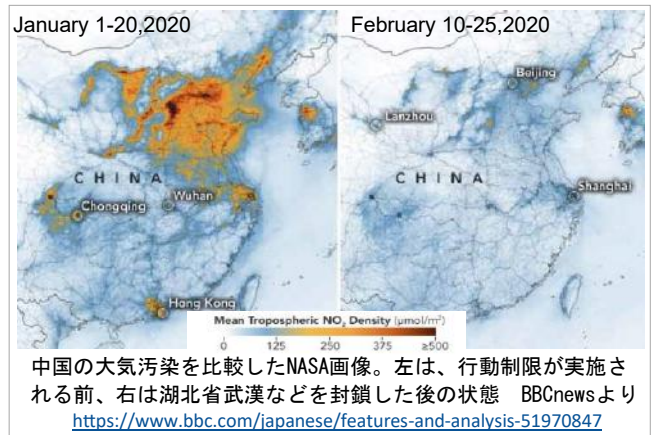
したという報告が数多くあるからです。

科学技術が進歩しても、人の力はそんなに偉大ではありません。

『昔々、キントン雲に乗って天界を自慢気に飛び廻っていた孫悟空は、ホントは観音様の手のひらで暴れていました。観音様は大きな慈悲の心で孫悟空を諭しました。』

現代人はまさに孫悟空です。私たちはもつと謙虚にならなければなりません。

二十世紀の生物学の金字塔は、「DNA二重らせんの解明」と「深海熱水噴出孔の生物群集の発





見」と言われております。深海熱水噴出孔（海底にある熱水を噴き出している割れ目）には一平方メートルあたり数十キログラムもの微生物が棲んでおり、海洋微生物資源の大半が潜む宝庫となっております。その総重量は220億トン、人類の総重量は約3億トンです。それをはるかに超える巨大なものです。これはスゴイことです。人類が生まれる遙か以前から、天文学的な膨大な量のウィルスや微生物が地球の深海を支配していたこととなります。

### ウィルスとの共存

前述した地球とウィルスの歴史を考えれば、人類はウィルスと闘うよりは、如何に上手に共存するかを考えることの方が、自然の摂理に合っているのではないでしょう。そして、自然や森羅万象の生命を尊重する生き方で、地域共同体が公衆衛生の意識を持つことができれば、ウィルスは近づいてこないかも知れませんが、厄介なウィルスの変異も穏やかになるのではないかと思っています。



トレスとなりま  
す。そういうと  
きは、先ず、反  
応するのではな  
く、対応するこ  
とが大切だと心  
療・精神科の医  
師は言っています。

不安や恐怖は自然な感情です。必要以上に過剰に心配すると、大きなストレスとなり、心身にダメージを与える可能性があるので、ウィルスというストレスサーに自動的に反応するのではなく、冷静に対応していくことが、そして免疫力を高めることを日常的にするということが重要なことです。「ウィルスとどのような付き合い方か」ということが、ウィルスと共存する上で必要なことなのだと思います。

### 助け合い、分かち合う

ここで私たちが忘れてはいけないことがあります。それは「家族や隣人と助け合うこと、食べ物を分け合うこと」です。これは天が人に与えた知恵です。感謝の気持ちも生まれます。このことは子供にも理解できます。人は一人では生きていきません。残念ながら人は、自分本位から目先の利害に気を奪われて、「自分一人では生

きて行けない」ということを忘れて  
るときがあります。

日本では、今回のコロナ危機で政府からパチンコを自粛する強い要請がありました。これに従わない自分本位な大人がいました。「パチンコ以外に他にやることがないから」と悪びれずにインタバニューに答えていた人々です。自分のことだけを考えている悲しい現実がそこにありました。

「助け合い」という面倒なことは考へたくないようです。そんな人たちに是非知ってほしいことがあります。

### 自然とふれあう

#### 大自然の教え

それは、自然の中を歩くことで、そこでは柔らかい光の中で、草や木や花や小鳥たちが一生懸命に「命」を繋いでいるのが分かります。空気が新鮮で、深呼吸をすると生き返ります。寿命が延びた気にもなります。自然は人の悩みを大きく包み込んでくれます。

私は山形県、酒田の貧しい寒村で育ちましたが、これが幸いでした。素朴で自然が豊かな田舎では、人が生きていくために大切なことを大自然からタダで学びました。授業料もいりません。でも、

自然は厳しく指導します。時にはチャンと準備しないと気候変動で命が脅かされる災害に遭うこともあります。一方、自然の中で五感を集中していると、自然の命が光や音や色となって躍動していることが分かります。厳しい冬から春になれば、四季おりおりの活気ある美しい自然が山々や田畑にパノラマのように広がります。

大自然の贈り物によって、それまで貧しかった我が家の食卓が少しずつ豊かになりました。家族や隣人と助け合うこと、食べ物を分け合うことの大切さを、大自然が教えてくれました。

私たちは自然に感謝し、謙虚に生きていくことの大切さを決して忘れてはなりません。これがウィルスと共存する道だと思えます。



# 新型コロナウイルス

その渦中で考える



京の行きつけの料理屋が大繁盛していると知人が教えてくれた。

元々人気だったが、カウンターは8席のみの小さな店ゆえ、1日の売上げには限度があった。それがコロナ禍でテイクアウトの二千円弁当を売り出したところ大人気になったそう。午後になると距離を置いた行列が遠くまで伸び、それまで20人程度の客しかさばけなかった店に、毎日70人以上が訪れて150個以上のお弁当が売れているとか。馴染みの店主のほくそ笑む表情が浮かぶ。どんな時でもしたたかに頑張る日本人がいる。腕がいいから弁当もさぞ旨いだろう。旨さが詰まった幕の内の味を想像し、スモッグが減少して綺麗になったロスの空を見上げて少し嬉しくなる。

## 母の思い出

近藤 敬

とんぼ川柳の会

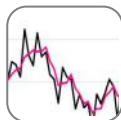
子供時代に食べ物の思い出がある。終戦の年、私たち家族は両親と男の子4人で倉敷に住んでいた。私は三男で小学一年だった。父は飛行機製造会社に勤めて、連日の徹夜でいつ帰宅するかわからない。空襲が間近に迫っていたあ

## 異常な時代に生きる

竹花晴夫

日系バイオニアセンター

6月中旬現在、世界の新型コロナ感染者数は約778万人、死者は43万人、内米国の感染者は約28%、死者27%と言う驚くべき数字だ。国民は今までの生活から一転して自宅待機を命じられ、必要不可欠以外のビジネスは閉鎖を余儀なくされた。時計の針が止まった。この間に生じた経済のダメージは巨大なものだ。加州だけでも年間\$55Bの財政赤字が見込まれている。連邦政府も巨額な財政赤字が生じる。いずれ、これらの付けは大幅な支出削減、増税となつて国民にのしかかる。コロナは歴史にとつてもない傷跡を残した。まさに我々はこの異常な時代に生きている。しかし長期に見た場合、心配に至らない。過去の歴史を見て、世界は苦境から必



ず元に戻っている。常に先行して走る株価も既に大きく持ち直してきた。今は我慢し、希望をもって生きて行くことだと思ふ。

## アメリカが好きだ

バーニー小野

HONYAKU USA

弊社は、2月3月が最大の繁忙期ですが、今年はコロナの影響で全ての通訳プロジェクトがキャンセルとなりました。しかし悲観に暮れていた頃、申請していた「中小企業救済ローン(SBA)」の承認が下りたとの朗報が入った！このローンは、一定の条件を満たせば最終的には返金を免除される助成金です。これで当面の資金繰りに目途が立ち、精神的にも非常に助けられました。申請から入金まではわずか1週間。私はこの素晴らしい対応に経済大国アメリカの底力を感じました。また日常生活においても、毎晩医療従事者を称えるた

めに歌をうたう人々の声が街中に響いたり、食料の差し入れをしたりと、エッセンシャルワーカーをヒーローとして称える姿を目の当たりにしました。困難な時にも社会として結束を強め、明るく振舞い相互に助け合う姿。私はアメリカのそんなところに惹かれたから今ここにいるのだと改めて感じます。「やはりアメリカが好きだ」ということに想いを馳せて、真面目に自宅勤務を続けるこの頃です。



## 空美しく

藤本章、岡山県人会

ロスの空が美しくなった。時と共に赤、青、黄色の澄んだ色彩が溢れる。昔この地に憧れて住み着くきっかけになった美しい空が、外出禁止命令で甦った。暫く日本に帰国できないが、東

る日、母が庭に子供たちを集めてこう言った。

「空襲で一家がバラバラになった時、生き残ったらこのイチジクの木の下の来てこのお櫃を掘り出さない」と。そのお櫃にはミルク缶が2個入っていた。



それは戦争がまだそんなに激しくないころ母が取っておいたものらしい。母は少し考えて、おもむろに1つの缶に孔を開け、子供達の手のひらに練乳を少しずつ垂れ流してくれた。母は4人の子どもたちに、せめてこの甘さだけは均等に味わせておきたいと思ったのだろう。粘っこいミルクのあの甘い味は今も忘れない。

戦争が終わり倉敷は焼けなかった。地中に埋めておいたミルク缶を掘り起こし、母は「残しておいてよかったね」と言った。

コロナ禍中で、今日の母の日の懐かしい記憶です。

### コロナ隔離からの収穫

熊田るみ、福島県人会

コロナ禍の自宅隔離生活に入る時、毎日の生活のために不安材料が幾つかありました。あれから2ヶ月、振り返るとそれらをクリアしてきた事に安堵しています。

一つ目は、仕事でオンライン会議をするための準備でした。世間ではZOOMで様々なオンライン交流が行われていますが、私は会議のホスト役をする事になり、今では、会議のセットアップ、資料をどう見せるか、どう書き込めばよいか、などコツを掴んだと思います。二つ目は、運動はどうするかということ。もともとジムで水泳とヨガを中心に運動し、周囲のメンバーの頑張る姿を見ながら自分も頑張る、という他力本願的な運動でした。家の中には自転車こぎや腕立て伏せ用の丸い器材、そして鉄アレイ等がありました。

「家ジム」で運動するしかないと思いたち、毎日自転車こぎの有酸素運動と筋トレを組み合わせ30分ほど汗を流しています。「ひとり家ジム」も悪くない。コロナ隔離生活からの収穫物、皆様はいかがでしょう。



### 老人閑居して

南亭気楽

集団「閉門蟄居」となり早や2ヶ月余り。この間、何もせず家でポケーッとしていても日は几帳面に過ぎ去る。この機会に

趣味やボランテニアなどを行っている人達を見ると、世間には同じようなことを考える人がいるものだと思う。自分と違うのは、それを実行するかどうかだ。それにしても今はゴホンと咳ひとつするのでも憚られる。昔は「ゴホンと言えば龍角散」だったが、今じゃ「ゴホンと聞けば一目散」に逃げ出さなければならぬ。このため「密集、密閉、密接」の三密禁止が求められている。昔は三密といえれば「濃厚接触」の裏技を使っているに違いない。これを「商人閑居して不善をなす」という。



処で本家のシニアは閑居が続く不善をする元気もない。喜ばれることをしたつもりでも迷惑がられるのがオチ。何もしないでチャランポランとしているのがイチバン。下手に頑張ると「老人閑居して(心)不全となる」で廻りに迷惑をかける。

### 人生の転換期

松田八洋

コロナ禍で問題が山積し、人々の暮らしも大きく変わって行くと

予想されています。私は日本人客専門の旅行会社を経営してましたが、911のテロで仕事は完全に途絶え、旅行業を続けるのは無理だと悟りました。考慮した結果、ある程度知識のあった洋ランを仕事にしようと決意。翌年に開店した蘭専門店が、幸いにも経営は順調に伸びて、近年は息子に任せて私は補助にまわりました。しかしこのコロナ禍で客足は激減。外出禁止令で、私は自宅待機の身に变身。少しでも自給自足をと思い、裏庭で畑作りに励んでいます。毎日新鮮な野菜を食べる事ができる上に、日焼けで以前よりも健康になった気がします。結局、何を災いとみるか、幸いとみるか、心の持ちようではないかと思えます。これから先どうなるのか未知の世界ですが、今できる事に専念し、皆が笑顔で語り合える時が早く来る事を念じながら、生きて行こうと思えます。



鶴亀 彰

# ジサンの思い出



毎年、夏が来ると私は大自然の海と生きた一人の老人のことを思い出します。それは私の母方の祖父です。私や妹やいとこ達は親しくジサンと呼びました。祖母はオバッサンです。鹿児島県の日本海に面した小さな漁師村での話です。三歳の時に父が戦死したために、ジサンはある意味では私の父親代わりでもありました。ジサン

は一メートル六十センチにも満たない小柄な身体でしたが、長年潮風に磨かれて、骨も肉も強靱でした。これまた小さいオバッサンとの間に三男五女を作り、漁師一筋で育て上げました。しかし、長男と次男の二人を戦争で亡くしました。私にとってはジサンもオバッサンも今も忘れることの出来ない大きな存在です。

## 《懐かしい至福の時》

いろんな思い出があります。緑側の明るい日差しの中で釣り針や浮きの修理をしているジサンの近くにいと、肩を叩いたお札に、釣り道具を収めた道具箱の引き出しから十円玉を出し、飴や紙芝居の小遣いを呉れました。また学校帰りに浜辺の方に寄り道すると、ジサンが網を広げて修理していました。そこで潮風を受けながら、明るい太陽の下で雑談した記憶も懐かしいです。何を話したかは覚えていませんが、ジサンの表情、潮風の匂い、太陽の温かさ、背中に感じた砂の心地良さ、全て今もはっきり思い出します。あれほどのゆつたりした満足感とくつろぎはありませんでした。最高の至福の時でした。

## 《ジサンと海釣り》

ジサンに連れられて一緒に海釣りに行ったこともあります。小学三年生頃でしたでしょうか？ 早朝午前三時ごろに起き出し、小さな二人乗りの漁船で沖合に出ました。村のかすかな明かりが遠くに瞬いていました。この日はイカ釣りでした。アセチレンのランプに照らされてイカどもが次々に水面上がって来ました。そこを小さな網で掬い、捕まえるのです。面白いように獲れました。今でも燃えるアセチレンガスの匂いと新鮮なイカの海の匂いが思い出せません。ジサンの獲物は季節や日によつて、イワシやサバ、アジやオコゼ、また地元でエソと呼ぶ蒲鉾や干物用の魚や伊勢海老など、いろいろでした。

朝日が昇り始めるころには帰り支度を始め、漁協の水揚げ場に着くと、オバッサンが待ち構えていました。いつもは無口でめったに冗談も言わないオバッサンでしたが、さすがに大魚の時は口元が綻びました。水揚げした魚の販売は女の仕事です。オバッサンは畑で芋や野菜も作っていました。基本的には家用で、ジサンの釣る魚だけが唯一の現金収入でした。近隣の農家に魚を売りに歩きました。たまには米との物々交換などもあったようです。ジサンも働き者でしたが、オバッサンも小さい体で朝から晩まで独楽鼠のようにいつも働いていました。地味なこざっぱりした着物姿で立ち働いていました。芯の強さを奥に秘めた穏やかな人でした。



## 《優しいオバッサン》

孫たちには優しいオバッサンでした。時には学校帰りに立ち寄り

た孫たちに蒸し芋を呉れたり、着物の胸元からチリ紙を出し、どこで手に入れたのか、白砂糖や黒砂糖を包んで呉れたりしました。甘いものが



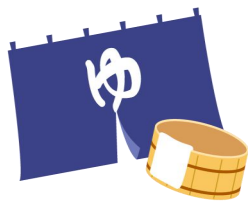
珍しい戦後すぐの頃です。私などもオバッサンの体温でほんのり温かくなつた白砂糖をチリ紙まで舐めて味わたつたものです。ジサンは子供の頃から漁に出、学校には行っていないかったので、字の読み書きは出来ませんでした。オバッサンは小学校だけを出ていたので、カタカナ、平仮名と少しの漢字は読めました。近所から回つて来た回覧板を読むのはオバッサンの仕事でした。ジサンは陰ながらオバッサンを尊敬していたようです。

### 《ジサンの楽しみ》

当時はほとんどがお見合い結婚だったのですが、ジサンとオバッサンは相思相愛で結婚したそうです。深い話は私達がまだ子供だったので、聞き漏らしました

が、今になるとどうして聞いて置かなかつたのかと後悔しています。ジサンは魚の水揚げが終わり、翌日に備えて船や漁具の整理を終わると、ゆっくり昼食を取り、その後、近くの銭湯に行きました。いつも一番風呂でした。天窓から太陽の光が差し、浴槽からは白い湯気がゆっくりと揺れ、昇っています。

薄い緑色の芳香料の新鮮な香りがまだ浴客のいない風呂場に漂っています。酒もタバコ



もたしまなかつたジサンにとつてはこのくつろぎが最高の楽しみだったのでしよう。

特に大魚の日などオバッサンの笑みも見られ、きつと海の神様に感謝したのかも知れません。貧しいながらも平穩に生きられる幸せを感じていたのかも知れません。

午後には近くのお寺さんに出掛け、お坊さんの説教を聞くのを楽しみにしていました。ラジオがあったものの、新聞も読めないジサンに取つては、お坊さんの説教

は日々の政治経済などの時事ニュースも織り込まれ、情報収集、かつ社会勉強のよき機会だったようです。

謙虚で、強く、そして優しいジサンでした。誰にも頼らず、自分の腕と足で生き抜いた、自由で、独立独歩のジサンでした。ここまで書いたら、あまりに立派な事だけなので、女共が嫌つたジサンの行動を伝えましょう。



### 《ジサンの特技》

ジサンには特技がありました。それはチリ紙やティッシュペーパーを使わずに鼻をかむことです。鼻の右を押さえ、プツとやると、鼻の左から鼻汁は勢いよく、地面に飛ぶのです。次は左を押し、右からも見事に出来ます。これで一丁上がりです。オバッサンや私の母などには「汚いし、みっともないから止めなさい」といつも叱られていました。ジサンは止めませんでした。紙を無駄に使うこともなく、極めて省エネで環境に優しい

方法だと私は思うのですが。私も何度か挑戦しましたが、ジサンのようには上手く行きませんでした。どれだけ強くプツとやってもです。ジサンはさすがベテランの域で、さほど力も入れず、上手にやっていました。

### 《真理の手触りは懐かしさにあり》

懐かしい思い出は楽しいです。嬉しいです。思い出だけで温かくなり、勇気を与えて呉れます。チャランポランの会の皆さんも是非お孫さん達のために良い思い出を作って上げて下さい。懐かしい思い出はお孫さん達に取つて生涯の宝です。「真理の手触りは懐かしさにあり」と高名な数学者の岡潔さんもおっしゃっています。もうすぐお盆ですが、私は今年もジサンとオバッサンのことを偲び、感謝し、二人の天上での平安を祈りたいと思います。今度また妻に隠れて、裏庭でこっそりジサンのあの特技に再度挑戦してみようかな？ それともコロナ感染を引き起こすかも知れないから、駄目だと叱られますかね？



白内障とは、目の中でカメラのレンズのような働きをしてくれている水晶体が、白く濁って来るために起きる目の症状です。集めた光がうまく眼底に届かなくなるため、視力が低下したり、視界が全体的にかすんだり、光をまぶしく感じたり、暗い時と明るい時で見え方が違うなどの症状が出て来ます。

シニアには極めて起こり易い白内障ですが、最近では手術により、比較的簡単に治すことが出来ます。皆様のご参考までに昨年手術を受けられたチャランポランの会のメンバーである松永典子さんにその体験を書いて頂きました。それぞれのお医者さんや患者さんの状況により、色々なケースがあると思いますが、あくまでも一つのケースとしてお読み頂ければと思います。

## 私の白内障手術とその後

松永典子

### ◆二つの手術方法

狭心症の症状が出だし、処方箋の薬を飲み出した頃から急速に眼が衰え、光に対する抵抗・眩しさがひどくなりました。

道路のカーブ線が銀色に輝きはつきり見えなくなり、運転に恐れを感じ始めたので、検眼医に相談し、手術医を紹介して頂きました。手術には二つの方法、医師の手でするとレーザーでする方法がありました。

医師の手だと保険がカバーし無料、レーザーの方は保険が効かず1800ドル。が、軽い乱視はレーザー手術によって治療

も出来ると言われ、乱視のあった私はレーザー手術を選びました。眼内レンズの選択肢も幾つかありました。レンズとお値段は次の通りです。

- ① 遠・近用レンズ（いずれか一つを選ぶ。各1900ドルだが、保険がカバーする）
- ② 遠近用レンズ（2900ドル 保険は使えない）
- ③ 乱視用レンズ（1600ドル 保険は使えない）

これはいずれも片目、一つの価格です。念のため、レーザー手術と保険の効かないレンズを選んだ場合、セットで価格は下がりました。

保険を使った私の総支払金額は、レーザー手術+遠距離用レンズ+Drop Less代(40ドル) 両目でしたので、3680ドル(1800x2+40x2)でした。

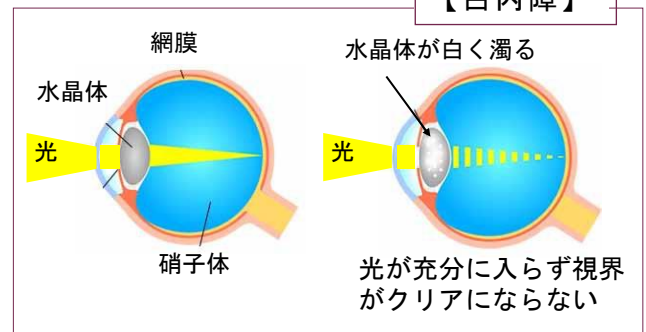
(Drop Lessとは術前の目薬代のこと。私の医師は術後に幾種類かの目薬を点す方法でなく、術前に点す方法を取っていた。医師によって違うが新しい方法らしい)

### ◆いよいよ手術

さて、まずは眼の検診、圧力、見える範囲などの検査があ

り、術前、術後の注意、術後に起きる症状などの説明を書いた書類を数枚渡されました。私の場合は心臓に問題があるので、心臓内科医と主治医からの保証書を求められました。十一月二十二日に左眼の手術、そして十二月十二日に右眼の手術を行いました。手術には必ず付き添いに同行して貰う事、衣類はゆつくりしたもの（目をパットでカバーして帰るので、脱ぐのに容易な衣類）、薬、サプリメントは取らない事、血圧の薬はほんの少々の水で取る、飲食は一切しないなどの指示が前日にありました。手術当日は、娘に小東

【白内障】



京にある手術センターに連れて行って貰いました。しばらく狭い待合室で待たされた後、書類にサインし、血圧測定を行い、ベッドに寝かされ、麻酔薬のドクター紹介をされました。I Vのため血管に注射針が刺されるのですが、水を飲んでいない私の細い血管は探しにくく、何度も刺されて痛い目に会いました。しかし、2度目の時は、働くクルーが違い、ベテラン看護師だったのでしょうか、痛みを感じることなくすみしました。手術そのものは、麻酔をかけられていたので、よく判りませんが、極めて短時間で終わりました。

### 手術後に注意すること

手術後は、プレッシャーを掛けぬ、感染から守るため触らぬ、濡らさないようにと目はパットでカバーされました。当日シャワーは取れないが、翌日から濡らさないように注意すれば取っても良いとの事でした。寝る時もパットを付け、一週間は絶対目を圧迫しないなどの注意がありました。それ以外には、頭を心臓より下に下げたはいけない、15LB以上の重

いものを抱えてはいけない、手術した目を下に横臥しない、一週間は外出の折、用意されたサングラスを必要とするが、家中ではなるべく光に慣れさせるためにサングラスは掛けない方がよい等のアドバイスがありました。家に戻り、ベッドに横たわると、目の中にハード・コンタクトが入っているような異物感がありました。痛みはありませんが、違和感がひどい場合はTears Eye DropsまたはDry Eye Therapyの処方箋無しが目薬を3〜4回差すようにと助言がありました。しかし、1週間は不要でした。(後日からは5回以上差すようになります。)

### 術後の経過

いずれの手術の場合も、手術の翌日にはチェックのための検診に、また娘に運転して貰って出かけましたが、問題はなく、経過は順調との事で一安心しました。しかし一ヶ月後からは、連日パソコンで目を酷使したからか感染し、医者の方箋の目薬が必要になりました。

(注) 医者はこの時、術前に点した目薬の効用は一ヶ月余りし

がなく、感染は普通だと言いました) ここで一つ学んだことはステロイドの入っている薬は、一ヶ月以上使うと危険だということです。

### 突然の痛み

ある朝、突然目の奥の痛みと光を完全に遮断しないと目が開けられない、という事態が起きました。その日に急患として医者に診てもらいましたが、充血した目用にまた、処方箋をくれました。しかし、痛みは治まっても、充血した目と光の問題は残りました。眼鏡を作るため

行った検眼医によると、私が6週間使った薬(ステロイド)が原因とすぐその薬を止めさせました。そして、機会ある度にドライ用目薬を点し、やっと不安から解放されました。と、まあこんな紆余曲折はあったものの、ドライ用目薬は手離せませんが、どうにか落ち着いていきます。

### ドライブ開始

手術後、特に変わったこと

は、運転していて眩しくなく、道路の白線がちゃんと見えること、カーブも確認できること、夜の運転がお陰で怖くなくなりました。運動が挙げられます。運動にしましては、とても良い結果となりました。しかし、周囲がはつきり見えるようになったため、家の中の汚れや顔のシミが今までより目に付きシユンとなつてしまいました。でも、6ヶ月もすればそれは見えなくなりました。幸いかな?人間どんなことでもいつか慣れるようになっていくようです。

### 医者との相性

最後に一つ皆さんへお伝えしたい事は、お医者さんとの相性です。人それぞれだと思いますが、技術的には良い腕をしているお医者さんとの事でお願いたのですが、振り返ってみると、私の最初の勘(しっくりしない)は、最後まで尾を引きました。何事においても、自分の勘は大切にすべきだと今は思っています。



土田 三郎

# 酒田物語

「山形県は自然の安らぎと食と酒が楽しめる県です。」これは県の広報誌にある表現です。まるで天国の代名詞です。山形は冬の厳しさもあり、四季折々の自然の営みの中で人々が生きていくためにお互いが助け合うことが生活の基本となっています。人情を感じる素晴らしい風土です。厳しい冬からは、自然と共生する知恵と忍耐

を習います。貧しくても質素な生活するために「足るを知る」と言う大切な心を、自然が厳しく教えてくれます。そんな環境で郷土の伝統行事も大切に守られています。人々は自然の恵みに感謝しながら神様と仏様と一緒に生活をしていきます。映画「おくりびと」にあるような生活です。

## 《嫁にするなら山形から》

山形県に転勤になると、現地で結婚してそのまま定住する人も多いようです。また、海外から山形県に仕事で来た人たちからは、このままここに住みたいという声を多く耳にします。大自然と共生する人々の生活は、海外の客人にとっても素晴らしい国のように思われるようです。さらに隣の秋田の若い衆は、「嫁さん貰うなら山形からにする！」と隠さず言うそうです。「そんなら、私は山形の男と結婚します！」と、秋田美人に言われるかも。「おしん」で知られるように山形の娘は厳しい自然環境に順応し、辛抱強くとても働き者。実直タイプが多いから、秋田の若い衆が惚れるのは無理ないかも知れません。

## 《東北地方には美人が多い》

裏日本の米の産地には美人が多い

いと言われています。そんな評判の地域は、羽後の国の秋田と羽前の国の庄内、越後の国の新潟です。共に稲作に広大な平野があります。秋田美人は小野小町系で、庄内美人は北前船の交易による京都系美人。越後美人は参勤交代で美人だけ越後に残したから、とも言われております。この三国は、日本の代表的な高級米の産地で、気候や風土が似ています。どちらも美しい山々に囲まれ、積雪量も多く米や酒の生産に必要な清水が豊富です。そして平野の向こうは日本海の漁場です。自身の魚のハタハタは、秋田と山形の沖合に現れて二県で共有します。名山の鳥海山も秋田と山形の県界にあり、山の恵みを共有します。新潟と山形は、朝日連峰で県界となり、ここでも自然の恵み共有します。このようにお互いの自然が近いので、文化やコトバも近くなります。阿吽の呼吸で気心が伝わる、東北の伝統的な和の風土があります。

## 《旨い酒は山形がダントツ》

お酒は、山形県が2018年度全国銘酒居酒屋の吟醸酒人気投票で、8740票をゲットしてダントツの一位です。二位の静岡県は5720票、三位の新潟県が5140票です。それだけ酒蔵の数と

旨い酒の数が多いのです。村祭りや伝統行事では、参加者は一升瓶を二本持参して祝います。宴席でお国自慢の民謡を皆で歌うから。

## 《羽前の国、酒田市》

そこで今回は、庄内平野にある羽前の国、酒田市に焦点を当てます。酒田は最上川の河口にあり、人口は十万六千人で山形県では隣の鶴岡市に次いで三番目です。一九七六年の酒田の大火により市内の1/3を焼失する災害もありました。また、歴代酒井の殿様と一緒に庄内領民を支えてきた大富豪、本間様の地盤です。「本間様には及びませんが、せめてなりたや殿様に」有名なことばです。本間様のお蔭で、広大な庄内平野は区画整備が完備されています。廻船の港湾事業で発達した日本有数の港町も本間様の支援のお蔭です。また戊辰戦争で庄内藩は、本馬様の武器援助を受け、西郷隆盛の官軍を敵にして無敗を誇る史上

庄内平野と鳥海山



本間光丘様

酒井忠篤公



最強の軍団でしたが、最後まで残って降伏しました。戦争の後、西郷隆盛の協力を得て、酒井忠篤公（元殿様）を中心とする庄内藩による「南洲翁遺訓」の冊子を編纂、庄内藩士が全国の藩に届ける美談が残っています。

### 《捨てる神あれば、拾う神あり》

酒田では各地区の寄り合いが盛んです。そこでは、話し合いが終ると宴会となり、最上川舟歌などのお国自慢を地酒を楽しみながら、一斉に歌い始めます。

#### ♪ ヨーイサノマカッシヨ

酒田さいぐさげ、

まめでろちやく♪

この土地に誇りを持ちながら人生を素朴に楽しむ心意気です。そして翌朝は、太陽と一緒に農作業を始めます。

酒田は残念ながら、昭和になり過疎地帯となりました。自分も含めて、若者が大都市に流出して人口が減少し、後継者問題が深刻です。村を見渡しても農業の後継者が見当たらず、今は農協による集団運営となっています。また、酒田には新幹線が来ていないので、東京からの交通は不便です。したがって忙しい人たちは、酒田と鶴

岡の中間にある庄内空港を利用します。これまで旅行者が酒田を訪れることは、交通不便とPR不足のためにそんなに多くありませんでした。

でも幸いなことに、日本には八百万の神さまがおられます。捨てる神あれば拾う神あります。過疎地帯では開発が進んでいないために、昔ながらの美しい自然が残っています。人々の素朴で親切な思いやりの心も残っています。これは将来への素晴らしい資産です。大都会の時間と競争に追われる生活では、人間らしい生き方が喪失しておりませんが、過疎地帯では大自然がそのまま残っているのです。今や自然と共生する生活は、格好いいのです。

群馬県にある富弘美術館の星野富弘氏は、口だけで持つ筆で描いた絵と一緒に文も添えています。

「地球にとって、一番役立たずで、害になっていたのが、私たち人間だったなんて、それも最近、やっと気づいたところですよ」

### 《県内を流れる最上川》

こうした変化は、近年増えてきた海外からの旅行者の影響もあるようです。海外旅行者は、観光と同時に伝統的な日本文化に興味を

抱くようになりました。そして日本人が気が付かない地方も訪れるようになりまし。政府の地方創生の掛け声にもよるのでしよう。外人観光客が多くなるにつれて、その後を追うように日本人も再発見で酒田にも訪れるようになりまし。酒田は小生の故郷です。

近年はAI活用の小型通訳機の性能が飛躍的に向上し、外人旅行者が地方でも利用できるようになりまし。田舎でもガイジンと直接に話ができるようになってきたのです。隔世の感があります。

酒田の繁栄は、最上川の舟運と北前船による交易による恩恵が大了。酒田から米沢まで、県内を流れる最上川は主要な運送手段として、古くから流域で生産された庄内米や織物、紅花（べにばな）、漆などの特産品が運ばれました。一方で、北海道の昆布やニンシン製品が北前船によって酒田港経由で、京都まで運ばれておりま



北前船



相馬樓の舞娘茶屋・雛蔵畫廊（ひなぐらがろう）

した。そして京都から酒田には京都産物と同時に、京都文化が持ち込まれました。酒田港にはナント年間三千隻もの北前船が入港し、「西の堺、東の酒田」とうたわれ、粋な湊町独特の文化を育みまし。

### 《酒田の花柳界》

今も残る京都の料亭文化の影響で、酒田には花柳界が花開き、舞妓が宴席に艶やかな姿を披露してあります。京都に行かなくても舞妓に会えるのです。舞妓がお酒を飲ませてくれるのですよ。ご存知でしょうか。

酒田の観光は次の機会にしましょう。



Hideo Sakata

# 近頃ふと思うこと

画家 坂田英夫

## ＝坂田英夫の略歴＝

- 1935：長崎市十人町に生まれる
- 1945. 8. 9：10歳の時に原爆を体験
- 1962：長崎大学学芸学部美術科卒業
- 1962-1966：長崎市立茂木中学、市立湊中学校美術科教諭
- 1967-1968：メキシコ市及びグワダハラなどを遊学後L A
- 1969-1980：皆島万作氏を中心とした芸術家集団「KURIKOMI」を結成、運営に携わる
- 1980 -：軸足をアジアへと広げCosmopolitan芸術家グループを発足し、その後LELAへと発展、現在に至る

## ……美……

近頃、ふと見るもの全てが美しく感じる事が多くなりました。これはとても楽しく又嬉しい事です。道端に小さな白く、真ん中に黄色の花芯を持つ雑草が、ちんまりとそれはそれで、可憐に咲いているのをかがみ見ると、ああ、健気に咲いている「綺麗だよ」とそっと声をかけたくなるものです。

花は生きているから、季節の流れに逆らわず、その小さな命の限り太陽に向かって生きる喜びを示します。生きているから総てが可能であり、私達も、そんなささやかな美しさを感じる事が出来るのですね。

私はステージ4の直腸癌という病と闘い、現在は肺に転移している患者です。それでもよくよしいていませんし、先に述べましたように、近頃殊更に世界は本当に美しい、人間の本質というものは本

## ……生……

当は美しいものだと、心底思っているこの頃です。考えてみれば見るもの総てが仮の姿であり、その本質、本体は宇宙の実存在なのであると思います。これは世界の総ての宗教的な領域での理解の内かもしれない。人間としての自覚、そして純粹に世の中を見る事にこそ最も自然な本質を見、又、その中で出来る自己の役割を見つめる、これこそ今、最も人類に求められている事柄ではないでしょうか。

嬉しい事に今回コロナウイルスからの思いも寄らない情勢に延期となった「十名のドクター肖像画展」も、問題が解決された後に開催の運びとなると確信しております。

仲間が集まり熱い心と、やる気に十分に取り組んで来たのに、まるで冷水を浴びせられたようにコロナパニックの嵐、その狂気に翻弄され、一時はその情熱も行動も消

えてしまうのではないかと危惧されるほどでした。

これは、全ての人に多少違いはあれ影響を受けた事です。ともかく、私達は不転の覚悟で取り組んで来ましたので、しっかりと前を見つめ、時期を探り、開催の日を迎える準備をしております。このプロジェクトに取り組んでいる仲間全員がその日を待ち望み、恍惚な喜びを噛み締めている次第です。

思えば、LELAを2019年に引退した後、こうして挫けずに望みを捨てず、この様に仲間たちと共に、我等のコミュニケーションの為に最後のご奉公をさせて貰える事は、本当に光栄な事だと、心から喜んで居ります。

生きていると言う事は、まだまだ無限の可能性がある事を意味するものだと心から思い知らされました。これは自身が成さんとしている事物に対して、未だそれを成す可能性と時間が残っているとい

う事なのです。

これも、それもこうしてアクションが可能なのも、Cedar Sinai Medical Centerのドクターを中心に、それぞれの専門医の方々が、6時間にも及ぶ私のガンの大手術を含めて、真剣、かつ真摯に医療活動をなさって下さった結果です。

## ……感謝……

私達の仲間たちを中心に「十名のドクター肖像画展」を企画し、全般の運営に携わりました。その他にも沢山の協力に感謝します。「JCI友の会」の元氣深刺たる男女のシニアの沢山の方々が賛同し参加してくれました。私達を非常に勇気づけて頂きました。とても暖かく、円満な人格を持ち、調和のとれた人々です。この

プロセスを通じ、私は人間の温もりと善良さというものの本質を、再確認し、とても幸せで、自身の絵画制作上にも励みが出ました。人間は本当に素晴らしい存在で



す。人間として生まれた事は、我々の喜びです。その喜びを噛み締めながら生きて行きましょう。

A I 万能の時代が真近に迫っています。機械と人間、どんなに底知れない能力があろうと、機械的で、効率的で、精緻なものであると、機械は機械、痛みの判る人間ではありません。現在の私達も、様々な洗脳された仮象的な機械に近い存在かも知れませんが、それ故にこそ『感謝』という人間が持つ感情を取り戻さなければなりません。

世のドクター諸氏の存在は神聖で、病から人々を解放さんとの心は本当に尊いものです。私達はこのような医師の方々に感謝の意を込めて、民衆の皆様を代表し、それぞれが医師諸氏の肖像を自己流に表現し、制作するものです。

### God Series 2016

目に見えない世界を真摯に辿りたい。絵画的な限界を彷徨いながらという意気込みも有ったが、神という恐怖を伴う厳格な存在としてではなく、いずれ水滴が帰っていく海のような存在としてのGodである。ミレーの絵画のように、1日の仕事を終えた農夫たちが自然に祈る存在としてのGodである。成功しているかどうかは判らないが、安心できる存在としてのGodをこれからも描き続けるつもりである。

## 我が青春回顧録

### 【ヌード写真と大学生】

石口 玲

私は当時まだ出現したてだった、ペンタプリズムの一眼カメラをいつも肩からぶら下げていました。不思議に見られたらしく、母がご近所さんに聞かれたそうです。「お嬢さんは大学生？それとも、お仕事はなんですか？」「はあ、写真大学なんですよ」。「アー、そうですか、道理で」と皆さん納得されたようです。6歳の誕生日に父の友人でカメラ会社の社長さんから、スタート35と言う子供でも扱えるカメラをプレゼントされ、以来夢中になり、父と一緒に様々なカメラをいじるようになり、写真大に進みました。でも一寸それには訳ありなのです。父は医者でした。

受験期が近づき、「医者になりたいなあ」と父に言いました。父は私の顔をマジマジと見て、そして、ため息交じりに「お前なあ、夢は寝て見てくれよ」と言われました。「お前ほど勉強しねえ奴がか？お前が医者になれるんなら、世間の人サマはみんな医者になれる！」と一括されました。「そうだよね」と私も簡単に納得しました。江戸っ子の父は口は悪いがよい親父でした。「じゃオメエ、どうすんだよ？」「写真大を受けたいんだけど…」「そうか、受かるかどうかわかんねえが、お前はカメラ好きだから向いてるだろう」ということで受験体制に入りました。それでも「受験なんてサ、運が5分。度胸が3分で、実力2分！」などと言って、父にあきられていた私です。受かる確率は、四分六で危ないの予測を繰り抜け、運よく受かることができました。

大学時代は友達にも恵まれ、女4人、男4人で同好会を作り、自然を造形的に撮る、などとカッコイイことを言い、山に行き、街を写しまわり、学内でも又学外でも結構写真展をやり楽しい学生時代でした。

ある時、電車内で秋山正太郎だったか、大竹省二だったかのヌード写真の本を皆で見っていました。「あのサ、これ、この角度でさあ」、「ウン、でも、俺はこっちから光線当てて…、首をもうちょっと曲げてサ」、「そうかしら、この腰の線の撮り方、上手いわねえ」と夢中で話していました。前に50才くらいの男の人が立っていたのですが、全く気付かず、夢中で話し込んでいました。そのおじさんが下りる寸前に聞くのです、「あのなあ、アンタら何処の学生さん？ハダカ写真見て凄いこと言うなあ。びっくりして聞いていたんだけど…」と言うのです。「写大です」、「シャダイ？エッ、それどこ？」、「写真大学です」。「ソっか——。そりゃ裸も写したり、見たりもするよなあ。でも普通はびっくりするぜ。ま、頑張れよ！」そう言うとおじさんは降りて行きました。考えてみりゃそうですよね。18から20歳くらいの子供みたいなのが、ヌードの白黒写真誌広げて、電車内でワイワイ言ったりや、何だこいつら！？と思っても不思議はありません。

今は昔、半世紀以上も前の我が懐かしの青春回顧録です。



# 読者から

## 投稿・お便り

### 天は二物を与える

タミー米田

ちまたでは「天は二物を与えず」とよく言われますが、私がユタ州立大学の学生だった時に経験したことわざに反する事実をお話ししましょう。

私の住んでいた女子寮グリーブズ・ホールに入寮してきた石本美智さんのことです。美智さんは、かの幕末の藩士・坂本龍馬で有名な高知県出身。高知県の有名な進学高校から難関な京都大学物理学部にストレートで合格し、ユタ州立大学で物理学のマスターズ・ディグリーを取得中だったのです。

当時、ユタ州立大学はスタンフォード大学で物理学のPhDを取得し、卓越した才能があり経験も豊かなDr. Peter Banksがデパートメント・ヘッドで、美智さんはDr. Banksに尊敬と信頼を寄せていました。事実、彼の

おかげでユタ州立大学の物理学部にNASAからスカラシップが授与されたり、短期間で物理学部をグレイドアップしたのも決して過言ではないのです。

ご存知のように京都大学物理学部はかのノーベル物理学賞を受賞した湯川秀樹博士を世に送り出した日本でも屈指の有名な物理学部。何故うら若き女性の美智さんが並み居る男性を抑えて入学出来たのでしょうか。もちろん、入学試験の結果も良かったのは言うまでもありません。謙虚な美智さん曰く、彼女の物理学的才能は母方の祖母から受けついでいるということでした。彼女のおばあさんの若き時代には例え物理学の才能があっても、現代のように物理学的才能を発揮することが至難の業だったようです。もちろん、明治時代の事ですから女性が専門分野に進出することは極めて難しかったことでしょう。

美智さんはユタ州立大学物理学部の大学院生達の人気の的。何よりも頭脳明晰なうえに美人で、生まれつきの謙虚さがあるのでボーイフレンドが引く手あまたでした。中でも理論物理学専攻の金髪をポニーテールに束ねたクリスと馬が合うらしく週末になるとクリスが美智さんをデートの誘いにやってくるようになりました。

私はある時、美智さんに「あなた達はどんな話をするの。もっぱら物理の話なの？」と野暮な質問をしたことがあります。すると、彼女は「クリスは理論物理学屋さん。なので、理論物理の話が延々と続き、退屈してしまうのよ。だからもっぱら映画鑑賞をして感想を話し合う方が楽しいわよ」と予期しない返事が返ってきました。「将来の結婚相手は日本人男性がいいわ。私が働くから家にいておさんどんをしてくれる人が最高よ」とまたもや意外な返事が返ってきました。そして、地球物理の研究者としてPhDまで取得し、さつぱと日本へ帰ってしまいました。

### 日系高齢者施設は誰のために

木村浩子

私の母は、2002年5月15日に敬老ナーシングホームで亡くなりました。5月19日で71歳になる直前でした。父は、母が亡くなる6ヶ月前の2001年10月に、3ヶ月間、母が一人で自宅介護をした後に亡くなりました。母は、亡くなる5年前に乳癌の手術をしました。再発し、自らも放射線治療を受けながら父の自宅介護を続けていました。妹も私も小さい子どもがいて、妹は他県に住み、私はロサンゼルス在住であり、心苦しくも両親の手助けをできる状況ではありませんでした。

#### 母が敬老ナーシングホームへ入院

父が亡くなった後、母の主治医から癌再発と転移が良くない状態であると知らせがありました。癌स्पेशヤリストの受診をさせた

かった私は、息子の日本人学校の卒業式に出席しても、らいたいという口実のもと、一人暮らしの母にロサ

ンゼルスに来てもらうことにしました。ロサンゼルスで母の容態は日増しに悪化して、胸水が溜まるたびに抜いてもらうような状態となりました。それでも生きる気力は失わなかったものの、自力でトイレに行けなくなった日に、母は初めて入院したいと懇願しました。

敬老ナーシングホームに入院した時に、職員の方々が日本語で母に接してくださる様子を見て私は泣いてしまいました。自宅では夫の手助けがあったものの、英語のできない母がロサンゼルスで入院することに不安を感じていたからです。母は翌日の夜に亡くなりました。亡くなった際にも職員の方々の温かいお声がけに救われ、心から敬老ナーシングホームに入院させてよかったと感謝しました。私だけではなく、ご家族を敬老ナーシングホームで亡くされた方々の感想でもあると思います。

その敬老ナーシングホーム、引退者ホーム、サウスベイ・ナーシングホーム、中間看護施設のすべてが、当時の「敬老」CEOと理

事会によって、日系社会の売却反対や公聴会の開催要求の大きな声に一切答えず、2016年2月に営利企業に売却されたときには、私のような境遇の家族が失ったものの大きさに心がつぶされそうでした。

### — 施設の設立に尽力 (故)フレッド和田 —

『祖国へ、熱き心を東京に、オリンピックを呼んだ男』というフレッド・和田勇氏のドキュメント・ノベルを高杉良氏が書いています。その中で、敬老高齢者施設の設立に尽力された和田氏は当時の総領事室でこう語っています。

「昔苦労した老人たちが安心して住める場所を確保するために、われわれは頑張ってきたつもりです。しかし、老人たちを救うばかりが目的ではありません。三世、四世の若者たちに後顧の憂いなくアメリカ社会で仕事をしてもらうためにも、引退者ホームは必要なんです。(中略)もっとビジネスの世界に出てもらいたい思うてます。ビジネスの世界で失敗すると年寄りの面倒が見切れないとか、老後が心配だとか言うので

おまえたちが失敗しても大丈夫なように、お前たちの年寄りには全部面倒みてやる、だから失敗を恐れずに思い切つて仕事をやれと僕はいうとるんです。」

和田氏は2001年2月に亡くなられました。その15年後に、当時の日系三世CEOが率いる「敬老」理事會が、施設経営を手放しました。そして、「この方がもつと多くの日系人高齢者のためになるから」と、営利企業への施設売却に踏み切つたことは、悲運だと嘆くしかないのでしょうか。

カリフォルニア司法長官から言い渡された5年間の日本文化に考慮した施設の継続期間は、残り一年未満になりました。日系高齢者施設は誰のために設立されたのかという原点に回歸し、いま改めて日系高齢者施設の必要性を考えてみてください。

あなたやあなたのご家族が安心できる終の棲家を永久に消滅させてはならない、と私は思います。



本格的に外出自粛が始まって1ヵ月程ほど経つた頃、家の中で時間を持て余している方、また一人暮らしの方のために、5月に「かわら版」臨時号をタブロイド判で出したところ、大変好評でした。お読みになりたい方にはEメールでお送り致しますので、チャランポランの会までご連絡下さい。



● かわら版臨時号をお送りいただきありがとうございます。全体の構成がよく、色使いが鮮やかで鮮烈です。見るだけで気持ちが明るくなりました。

● 鶴亀さんが紹介した「イモムシの成長を観察」を読んで思い出しました。我が家のベランダの柚の木に何度かアゲハの幼虫が育つたのです。蝶との別れに涙した娘さんの気持ちがよくわかります。(T.W. 川崎市)

● かわら版臨時号、特別にご恵送賜り有り難うございました。早速、拝読いたしました。“コロナなどやらんぼらんで負けはせん”今こそやらんぼらんの出番といったところですね。大いに頑張りましょう。まずは御礼まで。(H.S. アーバイン)

● かわら版臨時号の「18歳と81歳」を読みました。久しぶりで大笑いをしました。川柳も皆上手です。送っていただいたPDFは面白いのでお友達にForwardしようと思つています。ありがとうございます。(K.F. サンタモニカ)

● 臨時発行のかわら版、笑みをこぼしつつ、楽しく読ませて頂きました。きっと多くのロサンゼルスシニアの皆さんも喜ばれたのではないのでしょうか。(S.S. 東京)

● 楽しすぎ！面白すぎな臨時号！確実に笑いと元気を頂きました！「18歳と81歳」の比較は納得です(笑笑)みなさんの活動が多くの方に確実にポジティブに影響したと確信しました！

● かわら版をいつも楽しく読んでます。次号が楽しみです。(R.Y. 札幌)

● かわら版臨時号有り難う御座いました。興味深く読ませて頂いて居ります。チャランポランの量子学のコメントなど面白いですね。「猪口 いつばいの花見かな」いい句ですね。お心づかい有り難うございます。お大事に。(K.N. ロサンゼルス)

● かわら版臨時号有難う御座いました。退屈凌ぎにもつてこの内容で、隅から隅まで熟読堪能しました。シニア川柳は傑作揃いで感心しましたが、一体あれはどなたの作品ですか？「18歳と81歳」の対比も面白く感心しました。あれはどなたの作品ですか？兎に角、読み応えのある内容豊富な臨時号でした。(S.K. トーランス)

夢つなぐ チャランポランが海越えた  
土網康子  
水もやり何が不足や伸びひんな  
それでも咲いた桜は桜  
尾崎勝宏  
窓超しで ひなたぼっこもひっそりと  
おたんこナース  
コロナさん 来るなど言つても人恋し



私はこの七月で94歳になる年寄りです。今から4年前、90歳になった時、私の人生が終わる日もさほど遠くないことに気付いた私は、人生の最後をどのように収めるかに想いを致しました。考えた末に思い付いたのが瞑想でした。瞑想が何かと言うと、一言に言えば、心を清めることです。物質的欲望や、はたまた世間の動きに対して心を悩ますことなく、ただひたすらにおのれの心を浄化していくのが瞑想です。

一般に人々の心の有り方を見ますと、ただひとえに物質的欲望に心を奪われ、引いては世間の動きに対して、いちいちどうのこうのと批判的であるのが常で、宗教を信じる人達でさえ、聖なる信仰心は何処かに追いやり、より豊かに暮らしたい思いで、物質的欲望を神や仏にすがるのが殆どです。宗教の本質は仏教で言う心の悩みを脱却して、心を清め新しく生まれ変わる(Born Again) ことにあると思います。仏教の釈尊も悩みのため王子の座を捨てて山奥に入り、六年間苦行を行い、更に菩提樹の下で瞑想に励んだあげく煩惱を解脱して悟りを開きました。キリスト教のイエスも世間に知られる前、荒野で四十日間修行を積むことによってサタンによる物質的誘惑を退け、自分が神の中にあり、神が自分の中にあることによって、神と自分は一つであるとの境地に達したと言われています。

### 〔3年前より始めた瞑想〕

これが正に宗教の本質であり、人間の行くべき真の姿であると言えます。この事に気付いた私は生まれ変わりこそ自分の人生の取るべき最後の道であるとの思いに至り、3年前から瞑想を実践して参りました。毎日、一日の日課を終えて、寝床に入る前、夜の八時頃から約一時間、床の上に両脚を組んで座り、体の力を

抜き、心を緩めてリラックスさせ、静かに腹式呼吸をしながら、瞑想に入ります。すると、一、二分後には両脚も両手も何処にあるのか、体の感覚が全く無く、日常の出来事やましてや世間的な欲望は完全に消え去り、頭が空になります。これが言わば、心の浄化であり、よって意識を高めることであり、瞑想の真の姿であると言えると思います。この段階に入ると、宇宙意識と自分の心の奥深くにある霊魂が一つになって、宇宙のエネルギーが自分の体の中に入るのを実感します。

瞑想の本などによりますと、この状態が高度に達すると超能力が備わるそうで、人の病気をただ手をかざすだけで治すことが出来るそうですが、その域に達するには少なくとも一日に五、六時間、それを十年以上続けなければならないそうです。もちろん私の瞑想などはそこまでは遥か程遠く、私自身、そのような事は考えすらしておりません。ただ一筋に、心を清めることにのみ、心を致して行っております。おかげで、物質的欲望や世間の事に対する関心が取り払われ、このところ、私はテレビも殆ど見ませんし、また新聞も見出しだけを素通りするのみで記事の内容には目もくれません。

### 〔湧き上がる感謝の念〕

毎日の瞑想によって生じるのは感謝の気持ちです。日頃の生活の中で、たとえ些細な事ではあれ、予想もしていなかった良い事が起きることがあり、その都度、感謝の念が心の底から沸き上がって来ます。瞑想の本によると、常に心からの感謝の気持ちを持ち続けると、定められた運命でさへ、良い方へ変わるそうで私はそれを実感しています。何と瞑想の素晴らしく、奥ゆかしいことでしょう！ 今後も私は逝く時まで瞑想を続けて行く積りです。これで私の心が清くなり、心安らかに死を迎えることが出来るだろうと思っております。瞑想の本に「継続は力なり」という言葉があり、これからも止むことなく心を盡して続けて行く積りでおります。





中村 猛

自宅待機命令の中、ガーデンや身の回りで取れる野草雑草、またスーパーマーケットで買える花や家にある器で簡単にお花を楽しもう、という無料ビデオセミナーが、ジャパンハウスのウェブサイトに掲載されています。ビデオ制作に使用したものは、家の周りに生えていたタンポポや植えっぱなしになっていたアジサイなど、普段見過ごしていた花材とガラスジャーなどです。自前のiPhoneを使い、娘にも急遽ナレーターで登場してもらい、何度も何度も撮り直しをして、ようやく完成。ジャパンハウスさんの素晴らしい編集によってどなたでも簡単にお花を楽しめるビデオセミナーになりました。再発見の多かったこの企画、気づきのチャンスを下さったジャパンハウスの海部館長に感謝です。制作しながら改めて花の持つ癒しのパワーを感じました。ぜひ、ご覧ください。

<https://www.japanhouse.jp/losangeles/events/homefound-arrangements.html>



「アマビエ」の再出現  
幕末の日本は、黒船来航という外圧に安政の江戸地震、東南海地震という大災害、そしてコロリ（コレラ）の流行が重なるという国家の危機に見舞われたが、今日、武漢新型コロナウイルス流行と中国公船の台湾や尖閣諸島への強硬な行動と米中の対立は、キナ臭い。さらに2020年に日本での大地震の予言や噂もある。

### 十六代目川柳の 川柳つれづれ草



日本では、総理自ら布マスク2枚を配布することになったが、まだ届かない。これが、国家の疫病対策の切り札だから寒い。

#### 非常時に国家の盾の布マスク



十六代目  
桜木庵 尾藤川柳

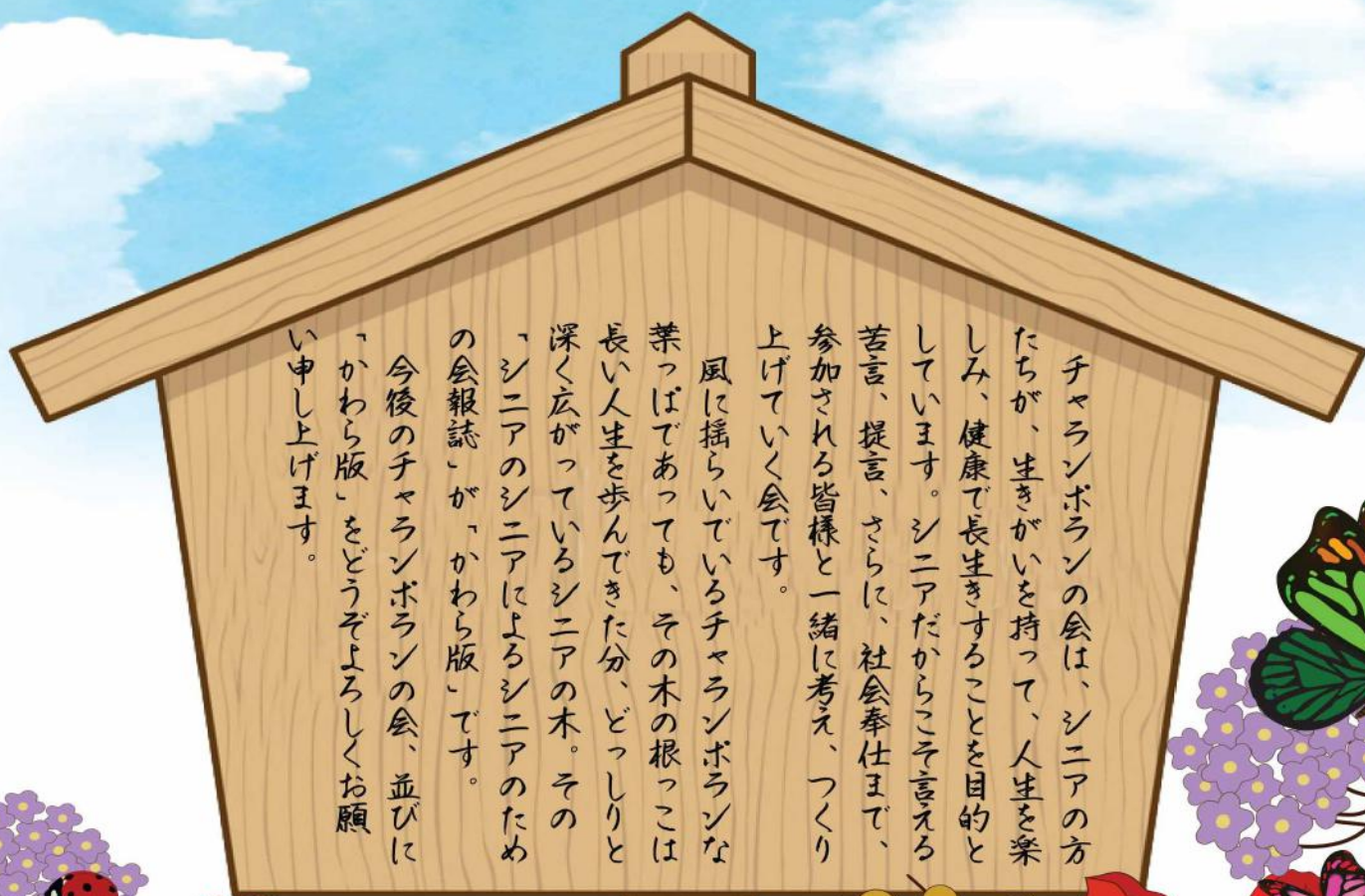
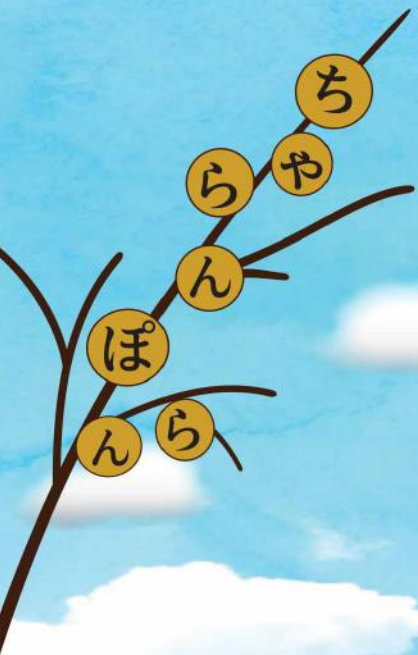
言をしたという。今、日本のネット上で急にこれが流行、疫病除けの札やグッズが無数に売り出されているのが面白い。信心の列に鯛のあたま数柳糸 柳多留125+28という古川柳も残されている。

### 編集後記

▼こんなにも、新型コロナウイルスが世界中に広がると思いきやなかった。そのため、今回は「素敵な人」のコーナーもお休み。ご紹介したい素敵な人が沢山いるのにとっても残念。  
▼特集「人類とウイルス」で取り上げられたように、太古の昔からウイルスは生存している。それもどんどん進化してワクチンとの追い駆けっこだ。科学が進歩しても大自然の前ではかなわない。今回のパンデミックは多くの人に価値観を変えるきっかけとなったに違いない。独りが良いと思っていた人も、自由な環境の中で一人である。人間は

やはり一人では生きていけない。「人」という字の如く、支えあっていくものなのだ、とつくづく思った。  
▼新型コロナウイルスに振り回されている最中、ミネアポリスで起きた警察官による黒人差別事件。それを発端に今までの不満が爆発したかのような抗議デモが全米、いや世界に広がった。抗議デモに便乗して略奪や放火などが連日ニュースで流され、本当に悲しい出来事の連続で2020年を折り返すことになった。次号6号（十月一日発行）が出るときには、楽しい話題のニュースで溢れていることを願わずにはられない。（あ）

次号、かわら版6号は10月1日に発行予定!



チャロンボランの会は、シニアの方  
たちが、生きがいを持って、人生を楽  
しみ、健康で長生きすることを目的と  
しています。シニアだからこそ言える  
苦言、提言、さらに、社会奉仕まで、  
参加される皆様と一緒に考え、つくり  
上げていく会です。

風に揺らいているチャロンボランな  
葉っぱであっても、その木の根っこは  
長い人生を歩んできた分、どっしりと  
深く広がっているシニアの木。その  
、シニアのシニアによるシニアのため  
の会報誌「が、かわら版」です。

今後のチャロンボランの会、並びに  
「かわら版」をどうぞよろしくお願  
い申し上げます。

