

伊那市

ふるさとだより

「伊那市ふるさとだより」は、伊那市ふるさと大使など市にゆかりのある皆様から故郷への思いやご提言、近況などをお寄せいただいています。



ごあいさつ

伊那市長 白鳥 孝

桜の香りが春風に乗って
運ばれ、暖かくのどかな季節
となってまいりました。

ふるさとだより」は、

ふるさと大使、特命大使の
皆様のほか、伊那市にゆか
りある皆様方から、本市に
対するご意見やご提言をい
ただく場をつくることも
に、相互交流の機会として
いただくことを目的に作成
しており、本号で二十七号
を迎えることとなりました。

本号も、伊那市にゆかり
のある皆様の貴重な体験談
やふるさとへの思い、鋭い
情勢分析、また、伊那市へ

の積極的なご意見・ご提言など、
大変内容の濃い貴重なものとな
りました。ぜひ市民の皆様にも
ご一読いただきたいと考えてお
ります。伊那市公式ホームページ
上でもこの「ふるさとだより」
を公開しておりますので、こち
らもご活用ください。

また、お忙しい中ご寄稿いた
だきました皆様に、心から感謝
申し上げますとともに、引き続
き市政へのご支援・ご協力をお願
い申し上げます。

目次

有賀 暁子	元NHKテレビ・ラジオ体操インストラクター	2
井口 昭久	名古屋大学名誉教授・愛知淑徳大学教授	3
井口 武雄	三井住友海上火災保険(株)名誉顧問	4
伊藤 喜良	福島大学名誉教授	5
大西 洋	日本空港ビルデング(株)取締役副社長 執行役員	6
蟹澤 聰史	東北大学名誉教授	7
上岡美弥子	(株)キャラウェイ代表取締役	8
唐沢 温園	方田流煎茶道教授	9
川村 利美	箏曲演奏家	10
北原 巖男	日本東ティモール協会会長	10
幸島 宏邦	伸和コントロールズ(株) 代表取締役 会長	11
笹本 正治	長野県立歴史館特別館長	12
白井 温紀	ガーデニングデザイナー・酪農家	13
田畑 貞壽	千葉大学名誉教授・日本自然保護協 会顧問	14
辻 孝夫	元(株)JVCケンウッド会長執行役員 最高経営責任者	15
中村 彰彦	作家	16
西村与志木	元NHKプロデューサー	16
野溝 友也	テレビディレクター	17
原 克	早稲田大学教授	17
平出 敦	京都橋大学教授	18
平澤 真希	ピアノリスト	19
三沢あけみ	歌手	20
三澤 満	ハワイ大学経営学部大学院教授	21
山北 司	芸術文化普及研究家・生涯学習上級 コーディネーター	22
由紀さおり	歌手	22
伊藤三千人	画家・挿絵二点 仙丈ヶ岳・西駒ヶ岳	22

掲載は五十音順とさせていただきます

掲載者の 声

自律神経を整える

有賀 暁子

〈自律神経〉というものをご存知でしょうか？自律神経は私たちの1日の全てにおいて大活動している神経です。それには2つの種類があります。交感神経は緊張や興奮、危険や恐怖に呼応し、日中の活動時や運動時、空腹時、ストレスのかかる場面で優位となります。一方副交感神経は安心安全で平穏な状況に呼応し、食事中や夕方～夜間に心身をリラックスできる場面で優位となります。もちろんその2つの神経のスイッチの切り替えは、状況に合わせて自動で行われている訳ですが、この〈自律神経〉日々の生活のちょっとしたことで崩れてしまうのです。

私自身の経験談です。育児中の私は産後から夜なかなかまとまった睡眠が取れずにいました。1日、2日なら良いのですが、その状況が2年間も続くと心身共に疲弊し何に対してもやる気が起こらず、体を動かしたくても起き上がれない、少しのことですぐに苛々し、自暴自棄になり・・・と苦しい状態でした。この心身のエネルギー不足こそ自律神経の乱れが原因でした。十分な睡眠が取れていなかったこと、適度な運動ができていなかったこと、そして、ちゃんとやらなくちゃと自分自身を追い詰めていたことに気づきました。仕事上心身の仕組みのことは詳しいつもりでいたのに、自分のこととなると本当に見えなくなるものだなあと実感しました。

そこで、今できる範囲で自律神経を整えるための生活を実践しました。まず、水分と鉄分をしっかり摂ること！朝軽い運動をすること！そしてふくらはぎを良く動かすこと！今の育児中心の生活で簡単に血液循環を良くでき毎日続けられることを継続して行いました。血流が良好だと良質な睡眠になり自律神

経の負担が減るので、血の巡りを良くすることを中心に実践しました。特ふくらはぎは“第二の心臓”と称され心臓から送り出された血液を筋肉の伸縮によるポンプ作用でまた心臓に送り返す重要な役割をしています。心臓は血液を送り出せても、吸い上げることはできません。なのでふくらはぎのマッサージ、かかとの上げ下げ運動、足踏み、ウォーキングなどふくらはぎの筋肉をしっかり動かすことが自律神経の働きを高めるためにも大切なのです。

実際、自律神経を整えるための生活が続けることで以前より心も体も軽くなりました。まず落ち着いて深呼吸をする！そして出来る事からやってみる！常に自分の心と体の状態を観察して改善することで日々の快適さは自分自身でつくれるのだと思います。

(元NHKテレビ・ラジオ体操インストラクター)



欠けた印鑑。

井口 昭久

私の財布には三文判の印鑑が入れてある。

大学を卒業して初めて買った印鑑をそのまま持ち続けている。郵便局の貯金通帳の為に買い求めたものである。

囲みの部分が欠けているので印鑑を押してもまん丸にならない。

「井口」の文字も欠けている。

若い頃は一つだけしか持っていなかったのも、なんでもかんでもその印鑑で済ませていた。

どこの銀行の印鑑も、同じものを使っていた。長い間一つ持っていれば問題のない時代が続いた。

貧相な印鑑のワリには通帳の中身は年代に応じて増えてきた。それに預金を預ける銀行も増えてきた。郵便局の通帳も何故か増えたがその度に印鑑を用意した。

どれも三文判であった。

そして人生の中盤に差し掛かるころからどういういきさつでそうなったのか覚えていないが私の身の回りには5種類以上の三文判が散在するようになった。三文判はどれも似たようなもので見分けがつかない。銀行で貯金を下ろそうとすると銀行員に「印鑑が違います」と言われたものだ。

引き出しの奥から探し当てたそれらしき印鑑を再度持っていくと、銀行員は「これも違います」と言われた。

「丸い部分の欠け具合の違いであって中身は同じです」

と私は主張したのだが「中身が違います」とプロの目はごまかせなかった。

この頃では現金の引き出しも、各種支払いもコンビニで済ますので銀行や郵便局へでかけることはなくなった。

最近の新聞によると引き取り手のない郵便局の預金が数百億円もあるそうだ。

そして古い預金は払い戻せなくなるかもしれないという。

私の知らぬ財産が眠っている可能性がある。

古い印鑑でしか証明されない私の忘れていた預金が無くなってしまっているのではないかと心配になった。

私は数種類の印鑑をもって郵便局へ出かけて「私の知らない預金」を調べてもらおうかと思っている。

しかし「そうした預金は一切ない」と言われそうで出かけるのを躊躇しているところである。



(名古屋大学名誉教授・愛知淑徳大学教授)



眠る子は育つ？

井口 武雄

目が覚めた。時計を見ると六時四〇分。テレビ体操は終わっている。二〇年余り続いているテレビ体操も時々逃してしまふ。八十路ともなり眠る時間は少なくなっているという友達も多いのに、私は少し違ふ。この年になつて育つ必要もないのに。

新型コロナ禍が始まつてからもう三年目になる。夜の会食や行事がほとんどなくなり、家での夕食が当たり前のようになつた。そして晩酌が生きがいになつてゐる。程よく酔つてしまふので夕食の後に本を読んだり手紙を書いたりするのは困難になる。だからテレビを友達として毎晩過ごすことになる。七時のニュースの後、九時のニュースを見ると大きな出来事がない限りほとんど同じ内容なのですぐ眠くなつてしまふ。そうなることとは一つ、寝ることにする。布団に入り新聞を読んでもすぐに眠つてしまうので、遅くとも十時にはしらかわよぶね。テレビ体操に間に合う六時に起きても睡眠時間は八時間となる。

以前テレビの健康番組で「長生きするのに最も良い睡眠時間は七時間で、それより短いのは勿論、長くても良くない」とのお医者さんの話があつた。八時間も眠つては眠りすぎではないか。

昭和の終わり近くに名古屋の営業部門に転勤して約八年間過ごした。ほとんど毎晩の会食と二次会、三次会で家に帰るのは午前。特にバブル期には帰りのタクシーは二時すぎないと捕まらないと、時間調整と称して飲み続けるのもしばしば。勿論朝は定時に出勤しなければならぬので睡眠時間は四、五時間になる。週末はゴルフで寝だめは不可能であつた。良く体がもつたものだとなつて思ふ。そこで考えた。一生の中で眠る合計の時間は決まつているので今は辻褄を合わせているにちがいないと。

(三井住友海上火災保険(株) 名誉顧問)



伊藤三千人 「仙文ヶ岳」

「姨捨山(おばすてやま)」の再現か

伊藤 喜良

前年のことの中で注目されるのは、出産した子供が80万人を切ったという衝撃的な数字です。私が生まれたのは敗戦直前であり、二百数十万人も生まれていました。昭和20年代も同様な数字でした。この時代に生まれた人たちの多くはもう後期高齢者で年金で支えられています。今後の日本の人口はどうなっていくのでしょうか、生まれた子供の半分が女子であるすると、今後出産可能な年齢になった時の女性は40万人弱ということになります。現在の日本の出生率1.3程が続いたと仮定すれば、昨年生まれた女性(私の孫も女の子でした)が出産適齢期になった時に生まれる子供は50万人を切るほどに減少します。たぶん出生率も減少してもっともっと少ない数になると思われます。

今世紀の半ばに日本の人口は一億人を割るといわれていますが、今の状況ではもっと早くなると思われます。あるいは22世紀初め頃(私たちの孫が老人になった頃)には江戸時代並みの人口になるかもしれません。この時代は三千数百万人程であったといわれています。この時代は出生数も多かったのですが、子供の時に死去する数も多く、「まびき」なども行われていました。これをみかねた藩が養育制度を造ったりしています。このような中で人々は耕地を広げて江戸時代の中頃には従来の耕地の倍ほどになりました。しかし、食えない人々も多く、特に「長生きして子供に養われた老人」は肩身の狭い思いをしました(もちろん年金なんかありません)。そのような中で「姨捨山」説話が生まれてきたのです。

ものすごく人口が減少した日本の未来をまじめに

考えると恐ろしくなります。江戸時代並みに人口が減少した日本は、自衛隊員はもちろん警官や消防隊員等もいなくなり、社会を支えるインフラも老朽化してそれ等を修理する額に汗して働く人々もいなくなり社会を支える体制が崩壊していきます。さらに地方は完全に消滅・崩壊するような事態になると思われます。また「老人の未来」はどのようなものでしょうか。日本は莫大な借金をかかえているにもかかわらず(その借金を止めようとしません)、人口は急激に減少し、耕作地もどんどん野山となっていった時に、まだ暫くはたくさんの老人を養うことが必要です。江戸時代には相互に協力する共同体のようなもの、親族の絆も存在していました。ところが現在の日本では都市の古いアパートの中で孤独死する老人が多くみられるようになりました。親族や共同体の絆もなくなっています。技術革新が進むであろうとの見通しがあるからといっても、今のような状況が続いたならば近い将来、必ず「姨捨山」時代がくるのではないかと危惧しています。

この極端な人口減少を止めるにはどうしたらよいのか、このごろ「異次元」の少子化対策をおこなうなどということが叫ばれています。子育てにお金を配分して少子化を防ごうとするものであると思われますが、もはや手遅れではないかと考えています。少子化は数十年前からいわれていたことであるにもかかわらず、政府はほとんど何も手を打たなかったといえます。今更異次元といっても、その中身は分からないし、そもそも異次元という語は、日銀の異次元と重なってイメージがよくないように考えられます。

異次元というならば発想を大きく転換して本当の異次元にしてほしいものです。例えば現在の軍事予算を大幅にカットして、それらをすべて少子化対策(これは多方面にわたります)にまわすとか、悪名高い入国監理局を廃止して、その予算を外国人労働者

への対応・教育とかにまわしたり、日本を多民族国家にするというような大胆な「移民政策」に転換する（アメリカのような、ある程度の人口の回復が期待できる）というようなことになったならば真の異次元といえます。しかしこのごろの外国の人たちも日本に魅力を感じられなくなっている人も多いようですが。

どうも極論になりましたが、日本の将来への危惧と発想の転換を述べてみました。しかし、このまま何処かであげた「異次元」というアドバルーンに安堵して手をこまねいていたら江戸時代ではなく、平安時代ごろの人口（800万人程）になり、人々は大都市近辺に「ちょこちょこ」とわずかに住み、日本の広大な地方の土地は狐や狸、猪等の住家になるかもしれません。あるいは国家が成り立たずに潰れているかもしれません。（本年正月にみた悪夢です）

（福島大学名誉教授）



「伊那市」

大西 洋

日本列島の中でも唯一無二の自然環境に恵まれている伊那市。特に2つの日本アルプスに囲まれているこの絶景は他ではなかなか見ることのできない環境である。その中でもいくつかの自然をベースにした魅力あるコンテンツがあります。

まずは

- ① 先述した2つのアルプスです。この素晴らしい景観が創り上げた文化、そして環境が生み出す農作物等です。
- ② 高遠城址公園をはじめとした高遠桜です。春のピンクのその満開期の光景は圧巻です。
- ③ 食について
信州そばの発症の地と言われるほど良質のそばの実による香りと味は歴史と文化を感じます。

その他いくつかポイントがありますが、上記の自然、環境のインフラに加え将来を見据えた市としての新しいVISIONが感じられます。今後の「サステナビリティ」の視点が「水」「食」「エネルギー」というカテゴリーを自ら賄う社会作りに積極的に取り組み、脱炭素社会に向け、大きく動こうとしています。

こういった市長の強いリーダーシップの下、過去の文化、歴史に加え将来へ向けてAI（ドローン）、IT等の新しい技術を活用しつつ、SDGsの具体化に向けて取り組んでいる姿は自治体にとって大きく指針となることと思います。最後にもう少し細かい地方からの情報の中で

① イベント 伊那祭り

私も参加させていただいたことがあります。地方都市としてかなり大規模なお祭りです。

② 古民家活用

全国のトレンドですが古民家カフェや古民家民宿が急増中で、テラスやカフェ、様々なカテゴリーが人気です。最近では、バザール的なマルシェ等も好評で今後の展開が期待されます。

③ 自然+a

先述したアルプス、春の桜、秋の紅葉と季節ごとの絶景と共に最近では小黒川沿いにサウナ等も作られ、天然の水風呂とのセットが人気であります。

以上、環境、自然と共に様々な魅力的なコンテンツのある伊那市は日本でも有数の地方都市であると確信します。

（日本空港ビルデング㈱取締役副社長執行役員）

信濃と仙台の文人たち

—大島蓼太・島崎藤村・土井晩翠・魯迅—

蟹澤 聰史

「世の中は三日見ぬ間に桜かな」で知られる大島蓼太^{おおしま りょうた}(1718～1787 : 享保3～天明7)は上伊那郡飯島町の生まれ。この人の句碑「五月雨やある夜ひそかに松の月」が仙台市若林区の榴岡天満宮にある(図1)。松島雄島にも「朝きりや跡より恋の千まつしま」の句碑がある。なぜ伊那谷から遠く離れたみちのくの地に蓼太があるのだろうと疑問に思っていた。いろいろ調べてみると、松尾芭蕉から服部蘭雪^{りんと}、桜井吏登^{つじがおか}、そして大島蓼太という「雪門系俳人」の系列が飯島にはあることを桃澤匡行氏の論文で知った。そして蓼太は芭蕉追慕の意味もあって奥州行脚を行った。なるほど、そういうことなのか。『おくのほそ道』宮城野の個所には「薬師堂・天神の御社^{みやしろ}などを拝て、その日はくれぬ」とある。「天神の御社」は榴岡天満宮のことである。ここを芭蕉が訪れたので、蓼太もそれを辿ったのであろう。そのため、芭蕉と蓼太の句碑が並んであるのだ。芭蕉は「松島の月先心にかかりて……」とあるように松島に憧れて訪れ、雄島では「嶋じまや千々にくだけて夏の海」と詠っているが、『おくのほそ道』には載っていない。蓼太も芭蕉を偲び、わざわざ雄島を訪れて詠んだのであろう。蓼太の「五月雨や……」の句碑が生地の飯島町本郷にもあるとのことなので、何時かは訪れてみたいと思っている。

さて、木曾の出身、島崎藤村は1896(明治29)年から翌年7月まで一年足らずの間、東北学院の教師として仙台に滞在し、ここで『若菜集』を編んだ(図2)。仙台駅東口に近い名掛丁の藤村の下宿跡に「草枕」の一節「心のやどの みやぎ野よ……色無き石も花と見き」が刻まれた歌碑がある。藤村は仙台がたいへん気に入っていたらしい。これについては2016年の本欄でも紹介した。

藤村が東北学院を辞した後、「荒城の月」「星落秋風五丈原」で知られる土井晩翠は1900(明治33)年東京から母校の旧制二高教授として仙台に戻った。

また、中国の文豪魯迅は1904(明治37)年に仙台医専に留学したが、1906(明治39)年には退学して故国に戻った。その時のエピソードは『藤野先生』に詳しい。19世紀末から20世紀初めにかけてこの3人が相次いで仙台に居を構えたが、互いに顔を合わせることはなかった。逢う機会があったらどんな話で盛り上がったのだろうかと思像するのである。



図1 大島蓼太句碑



図2 日本近代詩発祥の地 碑文

(東北大学名誉教授)

「孤独のグルメ」

上岡 実弥子

というテレビドラマをご存じでしょうか。
個人で輸入雑貨商を営む男「井之頭五郎（いのがしら ごろう）」は、商用でさまざまな街を訪れます。
そこでかならず

「そうだ、はらが、減った…」

と、空腹になり飲食店を探す。たまたま入った店で想像以上の美味しい食事に出会う、というストーリー。演じる松重豊さんが毎回大量のご馳走をモリモリ食べる姿は実に痛快。舞台となった飲食店はドラマ放映後に行列ができます。

「時間や社会にとらわれず、幸福に空腹を満たすとき、つかの間、彼は自分勝手になり、自由になる。誰にも邪魔されず、気をつかわずものを食べるという孤高の行為。この行為こそが、現代人に平等に与えられた、最高の癒やしと言えるのである」

出典：「孤独のグルメ」イントロダクション

<テレビ東京> <https://www.tv-tokyo.co.jp/kodokunogurume2/intro/index.html>

「孤独のグルメ」のヒットに、私は「ようやく時代が我々に追いついた」とほくそ笑みました。

なぜなら、コロナ禍で『個食』『黙食』が推奨される以前から、私、旅先で1人呑むのが大好きなのです。出張時は「ど・こ・で・呑・も・う・か・な」とネット検索。リストアップした居酒屋を現地で見て店を決める。メニューは地物中心に「ビールのアテは」

「日本酒の肴は」と組合せる。あれも食べたいしこれも呑みたいが胃袋は1つのみ。悩む！

1人呑みのマイルールは「何もしない」こと。ただ呑んで食べてボーッとする。お酒と肴に全集中。スマホも見ない。しいて言えば何かを反芻したり反省したり（笑）。

若山牧水の短歌「白玉の歯にしみとほる秋の夜の酒はしづかに飲むべかりけり」ではないですが、たまに1人まったり呑むのは楽しいです。

もし、伊那で「孤独のグルメ」のロケがあったら。

井之頭五郎は

「おたぐり、お葉漬、お多福豆、五平餅……伊那のソウルフード、いいじゃないか」と言ってくれるでしょう。ただし彼はまったくの下戸。残念！（神奈川県横浜市在住）



（株式会社キャラウィット代表取締役）



黄檗山萬福寺と煎茶道文化

唐沢 温園 (温美)
おんえん あつみ

煎茶道方円流の長野支部長、唐沢でございます。令和四年五月に全国煎茶道連盟大会が萬福寺にて開催され本堂にて、方円流お家元様献茶式が行われ参列してまいりました。

黄檗山萬福寺は中国明王朝時代の末期の一六五四年福建省の古檗山の住持、隠元禪師様の日本への来朝により、七年後に開創された寺院です。天皇家、徳川幕府の崇敬を得て、宇治大和田の地に九万坪の寺地と建立資金を賜り開山となりました。黄檗山萬福寺の第57代管長、村瀬玄妙猊下（住職昭和55年〜昭和62年）は長野県の出身のご住職様でした。お親しくおめもじさせていたいた日がございました。

中国風の建設様式の寺院、江戸時代鎖国をしていた日本に萬福寺は海外・中国への扉であり、流行の先端地からの文化交流などの導入でもありました。現在の原稿用紙のスタイル印刷に使われている書体・明朝体、隠元豆、西瓜、蓮根、普洱茶料理、煎茶道文化など多様な分野にわたり日本の文化をさらに豊かにしてくださいました。

急須を使用する煎茶道、その後、中国の宜興窯

に習い日本の常滑焼とこなめやきの急須、萬古焼の急須が誕生した歴史があります。日本の美しい緑色の煎茶の誕生は、宇治の永谷宗円扇により熱心な研究の結果緑の煎茶が生まれました。

現代は飲み物が多様になって参りましたが日常生活で身近な煎茶を煎茶文化を多くの伊那市の皆様にお伝えできる機会が訪れますことを念願しています。煎茶道方円流と出合つて60年伊那市から長野県下各地に輪が広がり楽しんでいただいています。全国の方円流の皆様との交流をしながら伊那市の魅力とともに発信して参ります。

（方円流煎茶道教授）



方円流献茶式



黄檗山萬福寺本堂

古里に思うこと

川村 利美

伊那市の芸術文化大使を拝命されてから、コロナ禍もあり、伊那に行けてもとんぼ返りで、すっかり年月ばかり過ぎてしまっています。

ようやく新しい生活スタイルに慣れ、今年からは頑張って伊那市のことを紹介して参りたいと考えています。

私の人生は一貫して「日本の音を未来に」という思いですが、その思いを受け継いでくれている後輩たちがいます。

このお便りが届く頃には終わっていますが、「和楽器による日本の音を未来にコンサート」がいなっせジュニア和楽器講座受講生中心のコンサートがあり、嬉しい限りです。

私も、縁の下の力持ちになれるよう、できる限りヘルプしていこうと思っています。

今年のコンサートは「天竜川」に出演。
この曲は、1993 年に開催された信州博覧会の伊那市の日の為に委嘱され、ディズニーランドのダンシングチームと共に初演された、ダンス音楽でしたが、白鳥市長さんがプロデュースされた「天竜川フェスティバル」で演奏され、その後は各地の大学の邦楽部で演奏され、全国に広まり、ロングランで皆さんに愛される楽曲となっています。箏曲演奏家からの視点になりますが、伊那市の良いこといっぱいありますので、色々な発信のできる年にしたいと思っています。

(箏曲演奏家)



「金環皆既日食の中心食」

北原 巖男

内外諸情勢まことに厳しい中で幕開けした 2023 年も、早や4月を迎えようとしています。まさに脱兎のごとくの感を強くします。

ふるさと伊那市の皆さまには、新年度もお体にはくれぐれも留意され、ご自身のかけがえない人生の折々のお花を、それぞれ現在進行形で咲かせて行って頂きたいと思います。

そんな皆さんに、特報(???)が日本と同じ“日いつる国”東ティモールからあります。東ティモールと言えば、伊那市の皆さまには、一昨年の東京オリンピックに際し同国のホストタウンとして、コロナ禍の中、最大限の感染防止措置を取りつつ同国選手団の事前合宿を大変温かく受け入れてくださいました。

その東ティモールで、本年4月20日に「金環皆既日食の中心食」が観測できるとのこと。皆既日食は、太陽と地球の間に月が入り、その陰で太陽が欠けたように見える現象ですが、21世紀中に起きる金環皆既日食は7回のみ。本年4月20日の後は、2031年11月14日・2049年11月25日・2050年5月20日・2067年12月6日の4回。しかも僅か1分程度しか続かないそうです。ちなみに4月20日は、1分16秒とのこと。うかうかしていたら見逃しかねません。

当日、日本でも南西諸島等で「部分食」を観ることは可能なようです。僕は、国立天文台に電話して聞いてみました。「日本で金環皆既日食の中心食を観測できるのはいつですか?」「少なくとも今後100年間は日本で中心食を観るは出来ません。1000年・2000年先については地軸の関係もあり、追求してみないと分かりません」

とてもそれまで待つことは出来ません。

伊那市の皆さま、「そうだ 東ティモール 行

こう！」してみませんか？金環皆既日食の中心食の目撃者となる旅、アジアで一番新しい独立国・東ティモール発見の旅、国づくりに取り組んでいる東ティモールの皆さんとの交流の旅です。同時に、久しぶりのふるさと伊那市再発見の旅にもなるかもしれません。

日食グラスは必携。絶対に裸眼で見てもなりません。他方、この時期、東ティモールは雨期の真っ只中であり、また前述のように1分16秒という至短時間の勝負ですので、リスクは否定できません。



2023年4月20日金環皆日食中心食
(国立天文台ホームページより)

(日本東ティモール協会会長)



伊那谷へ想いを寄せて

幸島 宏邦

多くの方が「飛躍」や「前進」ということを胸に秘めた2023年。昨年はコロナ禍やウクライナ情勢、物価高騰など、未だに解決できない問題があるなかで、スポーツの盛り上がりをはじめとして、様々な文化活動が力強く再開することで世界の人々に元気を与えてくれました。今年は卯年ということで、これまで以上に全世界が手を取り合って大きく前進する年になることに期待し、当社としても貢献ができるよう気を引き締めているところです。

さて、改めて今年は卯の年であることを考えてみたときに、私は日本の童謡『故郷(ふるさと)』の歌詞が思い浮かびました。「兎追いしかの山 小鮎釣りしかの川」自分が生まれ育った故郷、なつかしい昔を想う心を歌ったうたです。ふとこの詞を詠んだとき、伊那谷の景色や暮らしている人たちのことが自然と頭に浮かんできました。

日本では高度経済成長期を経てどんどん生活が豊かになり、近年はますます技術が進化して生活のデジタル化が進んでいます。本当に便利な世の中になりました。しかしこれに伴って、昭和時代における公害問題や都市開発による環境問題、人口流動などが発生し、現代の社会問題へと発展しています。そしてこれらを改善していくことが、全世界で取り組む共通目標「SDGs」となり、今様々な取り組みがなされています。

伊那谷で長く暮らしている人にとって、目に見える風景は大きく変わったことでしょう。街が発達し便利になった一方で、人口減少による交通やサービスの縮小、後継ぎの問題などあるのではないのでしょうか。その中でも、伊那谷には恵まれた自然環境という、古くから変わらない大きな魅力があります。しかし今は時代とともに手が行き届かなくなってしまった野山もあり

ます。私には、この伊那谷の美しい四季折々の景観を復活させたいという夢があります。童謡『故郷(ふるさと)』が伝えるような世界に誇れる「伊那グリーン」で、老若男女が楽しく暮らす街であり続けられることに寄与したいと思っています。

これからは、どの地域においても新しい文化も取り入れ、古きことと新しきことを融合していくことが必要だと思います。既に伊那谷には、自然という魅力に魅かれて県外から移住している多くの方が地域と融和をはかり、文化活動を通じて新しいコミュニティも生まれています。自然、文化を通じて人がつながっていけば、この伊那谷はもっともっと素晴らしい地域になっていくと信じています。

2023 年も気が付けば春をむかえます。兔のようにやさしくたのしく飛び跳ねる 1 年を、皆さまとともに過ごしたいと思っています。

(伸和コントロールズ株式会社 代表取締役会長)



一人ひとりが歴史の主人公

笹本 正治

厳しかった冬も峠を越し、これから春に向かいます。長野県立歴史館では伊那市の皆様のご支援ご協力によって、1月14日から始まった幕末維新期を扱った企画展「高遠藩の遺産―最後の藩主が残したもの―」を、2月24日に無事終えることができました。

明治維新というと坂本龍馬や西郷隆盛といった特定の志士だけが取り上げられることが多い

のですが、この展示では普通の人たちに目を向けようと考えました。高遠藩・高遠県が廃され、藩主たちが東京へ移るに際して、最後の藩主は城にあった様々なものを領民に下賜し、その代わりに献金を求めました。この結果、高遠城の遺品が現在も地域に残されています。

幕末維新期という大きな変化の中でも、地域の人たちは時代の荒波をくぐり抜けて、大地に根を張って生きてきました。その際、残された高遠城の遺品は、自らの家の格を確認したり、歴史を認識する手段として大事にされたのです。遺品を伝えたのは伊那の人たちの主体的な判断でした。また、歴史の描き方も地域の人たちの意思によるもので、自分たちの望む歴史像を投影しています。伊那の人たちがいまだに坂本天山を顕彰し、放浪の俳人井上井月を慕うのも自らの選択であり、歴史意識によるものです。

作詞を北原作英、作曲を高木東六がした高遠小学校の校歌三番には、「ふるさとの歴史伝えてそのゆかり深き学舎 すぐれたる文化受けつぎひたすらに学ぶよろこび たくましく生命のびゆく ああ高遠われらが母校」とあります。ふるさとの歴史を学び伝え、過去の人たちが作りあげた優れた文化を受け継ぐとともに、たくましくさらに伸びていくと歌います。

改めて、伊那市の歴史の重さを学び、市民みんなが歴史の主人公であることを自覚し、伝統ある文化を受け継ぐとともに、新たな伊那文化を創り上げていきたいものですね。

(長野県立歴史館特別館長)



自然のちから ハーブ

白井 温紀

昨年の夏、言いようのない激しい頭痛に襲われました。押し寄せる波のように続き、そのうち治るかと思いきや、今度は顔にひりひりと痛みが走りひどくなるばかり。救急で医者にかかり「带状疱疹」だとわかりました。

痛みの次に悩まされたのが洗顔後、肌につけられるものがなかったこと。皮膚が過敏になっているのか、何を使っても違和感があり、赤いやん用品もダメでした。

そんな日々が続いて、ふっと思い出したのが、蓼科高原の小さな薬草店。伊那に帰省するときよく立ち寄ったお店です。久しぶりに電話すると、清々しいハーブの香りがよみがえりました。店主は日本のハーブ研究の草分け的存在です。彼女のアドバイスで、炎症を抑える効能のあるハーブ水と、同じハーブの精油を入れたオイルを使うようになりました。

初めて顔につけた時の感動は忘れられません。肌に刺激がないのはもちろん、自然が体に入ってくる感じがしました。ほのかな香りに心身も癒されます。この平和な充足感は何でしょう？と思いました。

二十年前に出版された「ドイツ婦人のハーブ

学」(八木あき子著、新潮社刊)には、ハーブを収集し発見したゲルマーニアの女たちのことが書かれています。寒冷で過酷な環境の中で、生きるために必要な植物を探し当て、暮らしに活かしたのです。

私たち夫婦が北海道東部で酪農を始めて十年。海を臨む牧場の周りには欧州を思わせる風景です。春になると湿原や林に数百種類の植物が輝いて、その多くが薬草や日々の食材として使えるのだらう、と思うとワクワクします。

伊那で過ごした子供時代、草を摘み、庭で野菜や果樹を収穫し、休日には野山を歩くという自然と一体感のある暮らしは豊かでした。

つらい痛みからハーブの自然な力に出会い、今また、本当の意味で、自然の中で暮らすことを大切にしたいと、心から思うようになりました。

(ガーデンデザイナー、酪農家)



大きな葉のアキタブキ、
身近な山菜



ブラウンスイスの放牧地、
きれいな母牛が坊やを出産

ブブ、生後三日

「ミルクまだかな？」と言っているみたい



なぜ高いところや低いところが老いも若きもすきか？

—自然と芸術の発信—

音楽堂と眺望の丘が欲しい—

田畑 貞壽

ここ数十年の間、あそびや仕事で旅に出ると、必ずその地域が一望できるような場所を探したことが記憶の中にあります。その場所は、山頂、峠、河岸段丘などから集落や街並みを見ることが、記録写真を撮影することなどでした。また、地形、地質、土壌、植生、水量、水質、昆虫、野鳥などの生態系調査でした。このような地表面を見て歩いた、国内外の地域もたくさんあります。これらの目的は、様々ではありますが、プランナーとして、自然生態系の保全を前提に文化的価値を高めるためのしごとであったと思います。

さてまえおきは、この程度にしてヒトはなぜ物理的に高いところを望むのか？

高いところは、空気がきれい、涼しくて気持ちがよい、こどもから高齢者までこの環境をのぞんでいます。しかし反面危険性も大きい。

東京大都市圏に居住する人たちは、低層住宅地よりも高層住宅地を望む傾向が強く、不動産業界もその方向を強力に推進しているようです。

このことは、欧米諸国の都市づくりから学んだことも事実ですが、近年彼らは、高層ビルの住まい方を反省し、各地域で市民主体の居住者の構造物提案が実施されてきました。それは高ければ高いほど紫外線は強く、空気は乾燥し、各種病原菌も多いことや、自然災害も多いことに気づき5階以下に居住したいとのことです。

ふるさと伊那平、伊那谷の海拔500m以上の山頂や峠から風景を一望できることは楽しいし、屋敷、集落、街並みの環境と人々の暮らしの様子を見ることができて、村や集落内の歴史など生活史を読み取ることが可能でしょう。昔ばなしの一例として村や集落（部落）内で嫁や、婿探しは多いが、時には、峠や川向こうからが多いようでした。一方山なみのふもとの集落がよく見える人たちの縁結びもおおくみられるようです。最近では、交通手段がかわって、

公共交通機関の移動や車社会にかわりまた住まい方も変わっています。優れた自然環境と歴史的環境の下で新たな文化環境づくりが進んでいるようにもみえます。

しかし、基本的には、それぞれの土地柄で今日まで続いている風習は、残されていることはまちがいないようです。人々が自然と共生し暮らしの文化を創造してきた一例ともいえましょう。

しかし、村を維持してゆくための土地利用の変化は労働者不足に悩まされ国内はもちろん海外からも、多くなっています。これは伊那地方だけのことではありませんが。

国内外からの人たちは、その地域の中心市街地に立地している高層階のホテルに泊まるときは、外の景色が眺められて、雑音が入らない静かな部屋を望む。そのとき4階以上の階数を望むような人が多いと聞く。市街地に居住する集合住宅、アパートは、5階以下で3階か2階が多いようです。

ところで、河岸段丘の自然地形とそこに住む人々について、特に芸術系大使のみなさんが信州伊那の芸術文化づくりが進められてきたことに感謝するとともに、暮れのNHK紅白歌合戦やふるさと伊那での演出、伊那市出身の関係した歌手の皆さんの演出を見聞しています。「伊那市はまさしく私のやすらぎの場所（三沢あけみ歌手談）」

信州大学農学部や先生とお会いした席で歌手の皆さんの歌をくちずさむこともあります。「信州伊那のエコランドスケープ」の冊子で伊那節や関係の民謡を紹介しましたがその時、最近の伊那に関する芸術系のみなさんに、好きな場所を取り上げて竜東、竜西のすぐれた眺めのよい場所で伊那にふさわしい「芸術の丘」を集落市民、市民団体芸術文化人の皆さんで構想し常時国内外に発信できればと、優れた自然環境と文化人の殿堂が指定できればと初夢をみました。すでに夏祭り、花火大会、桜祭り等々集落市民による地域の祭りはありますし、創造館などの野外ステージも見られます。でも独立した音楽堂とひろばあるといいですね？

伊那市の担当部課ですでに検討していることと思いますが、県、国の協力もお願いします。



(千葉大学名誉教授・日本自然保護協会 顧問)

～ メタバースとデジタル・ツインで地方回帰 ～

辻 孝夫

現代は VUCA と呼ばれる予測不可能な時代です。VUCA とは、Volatility (変動性)、Uncertainty (不確実性)、Complexity (複雑性)、Ambiguity (曖昧性) の頭文字を採った造語ですが、嘗て米ソ冷戦時代に米軍が使用し始め、ここ 10 年程前からビジネスの世界でも頻繁に使われるようになりました。昨年を振り返ってみても、COVID-19 感染症の継続、気候変動によると思われる激甚災害、急激な円安、安倍元総理が銃撃され死亡等様々な予測し得ない事象・事件がありました。更に昨年 2 月に始まったロシアのウクライナ侵攻並びにその後の様々な影響を見るに、現代は正に先読みの出来ない VUCA の時代と言えましょう。この VUCA の時代ではありますが、我々は上手く生きていかねばなりませんし、企業も困難な事業環境の中で成長してゆくことが要求されています。このような環境下で重要な技術が色々ありますが、今回は下記の技術について解説します。

最近「メタバース」という言葉を良く見かけるようになりました。では、メタバースとは何でしょうか？メタ(meta)はギリシャ語由来で「高次」「超」を表すことばであり、ユニバース(universe=宇宙)と合成した造語です。1992 年に発表された SF 小説『スノウ・クラッシュ(Snow Crash)』における仮想空間サービ

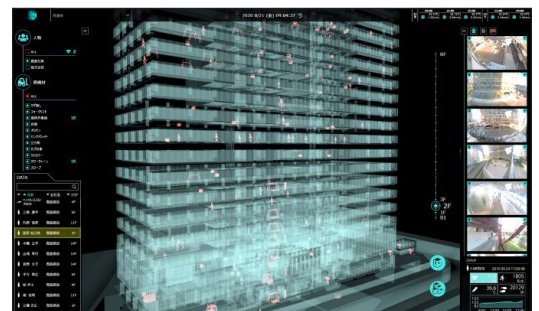
スとしてメタバースが使われました。簡単に言えば、メタバースはインターネット上に存在する仮想空間ということでしょうか。この仮想空間は自由度の高い空間であるため、物理的な制限を考えずにショップやイベントスペースなどを想像力を高めて制作することが出来ます。また、「アバター」と呼ばれる分身のキャラクターがこの仮想空間を自由に動き回ることも可能です。使用シーンですが、ゲームやミーティング等制限のないコミュニケーションツールとして期待されています。

類似の言葉で「デジタル・ツイン(電腦双子がアバター)」があります。これも同様に仮想空間を活用しますが、最大の違いは現実空間を忠実に再現することです。基本的にアバターを使うことは稀であり、使用シーンは現実空間では難しい高度なシミュレーションです。都市計画、建設業や農業などで既にデジタル・ツインの導入が始まっています。

メタバースもデジタル・ツインも IoT、AI、AR (拡張現実)・VR (仮想現実) 等の技術を駆使して成立するものですが、働き方改革の一環として大都市集中から地方分散への大きな流れを後押しするものです。伊那市においても上述の技術を活用することにより、新たな「町おこし」の観点から面白い展開が期待できるのではないのでしょうか。



メタバース 出所) 電波新聞デジタル



デジタルツイン 出所) 鹿島建設(建築領域での活用事例)

(元株式会社 JVC ケンウッド 会長執行役員 最高経営責任者)

小なつへの愛と別れ

中村 彰彦

ヨークシャーテリアは、飼いやすい犬種だ。頭が良くて日本語を百近くは理解できるようになるし、つぶらな瞳でこちらに感情を伝えることもできる。何よりも長毛種なのに抜け毛がほとんどなく、室内が汚れないのはありがたい。

わが家の四代目の愛犬小なつは、私が外出する時には妻に抱かれて見送ってくれるのだが、その後の妻の行動によって対応を変えることができた。妻が私のスリッパを玄関口に置いたままにしておくのは私がすぐ帰って来る時なので、玄関で待っている。妻がスリッパを片付けるのは私が吉祥寺の仕事場へ原稿を執筆しに行って夜十時近くまで帰って来ない時なので、居間へ行って昼寝やひとり遊びを楽しむ。

私は七十歳になった三年前から土日や祝日は人並に自宅からだを休めることにしたのだが、そんな生活習慣の変化を敏感に察知したのも小なつであった。

小なつは私が昼食を摂る時間が近づくとき寄ってきて、クーンクーンと鼻声で懇えかける。これは私が食卓につくと自分もおやつとして胡瓜をもらえるとかわかっていて、「早く一緒に食堂へ行くよ」と誘っているのだ。おなじく夕食前にも小なつはこの行動を繰り返して、首尾よくドッグフードや好物のトマトをもらおうともうとうとしはじめる。

小なつは散歩も大好きだったので、元気な時に

は妻と私につれられて手近な東伏見公園を突っ切り、石神井川の岸辺を行って翡翠が青い画筆を一刷きするように川面を飛び去るのをともに眺めることもあった。埒もないことのようにだが、われわれ老夫婦にとつてはこういう一瞬こそが永遠の一瞬なのである。

こんなことを書いたのは、昨年十月十日、体調を崩して入院していた小なつが十二歳二カ月の生涯を不意に閉じてしまったからだ。獣医さんによると、小なつは朝のドッグフードをちゃんと食べて一寝入りするうち呼吸をしなくなったのだとか。

この拙文は、私が大宛に初めて書いた弔辞です。小なつちゃん、ありがとう。

(作家)



「どうする日本!」

西村 与志木

昨年の十月には、いなつせホールで「まほら市民大学」の第二十五期生・大学院八期生入学式の記念講演をさせていただきました。

演題は「朝ドラ、大河 ドラマはこう生まれる」でした。市民大学の入学式記念講演ということでしたが八〇分間の講演(講義)を非常に熱心に聞いてくださり、また事務局の皆さんにも大変親切にしてください心より感謝しております。

今年の大河ドラマは「どうする家康」です。

この稿が皆様の目に触れる三月末には話はどこまで進んでいるでしょうか。前半のドラマの山場は織田信長の命により正妻の築山殿(瀬名)を殺し息子の信康を切腹させたことでしょうか。二人は武田と密通したという疑いがかけられたのですが、その真相は定かではありません。大河ドラマの古沢良太シナリオでは家康と瀬名の愛情は深く描かれているので、いかにも理不尽な信長の命令だったといえるでしょう。それより四年前の一五七五年の長篠の合戦で、織田・徳川連合軍は武田信玄の子、勝頼の騎馬軍団を新兵器の鉄砲の連射により完膚なきまでに打ち破っているのです。武田との内通を理由の妻子を殺させるとは思いつつも、信長の性格を知り尽くしていた家康としては従わざるを得なかったのでしょうか。このとき家康は三八歳。後に二代将軍となる秀忠が生まれているのです。「泣かぬなら鳴くまで待とう時鳥(ほととぎす)」と言われる家康の性格を考えると、天下を取るまでの耐え難い苦難の道をとぼとぼと歩んでいく家康の姿が浮かんできます。それから三年後「本能寺の変」が起き織田信長は明智光秀に打たれてしまいます。この時、家康は信長の賓客として堺におり、命からがら駿府に逃げ帰るのです。七五歳まで生きた家康の人生はそれからもまさに波乱万丈でした。

ひるがえって現代の日本のいくすえを考えると「少子高齢化」が恐るべき勢いで進み、国民一人当たりのGDPも韓国に抜かれています。「どうする家康」ならぬ「どうする日本!」なのではないでしょうか。

(元NHKプロデューサー)

「ヘイ、Siri。いつもの曲を再生」

野溝 友也

ロケ先には車で向かうことが多い。赤いFIATに乗り込むと自動的にスマホがカーナビに繋がり、音楽が流れる。メンバーが鬼籍に入ったブリティッシュロックが流れて来るのが常だったが、最近、僕のSiriはひたすらKpopアイドルを勧めて来る。

春。長い間担当していたNHKのレギュラー番組が改編により終了した。50歳になろうとしている自分を労わろうかと、仕事をセーブし釣りやサーフィンに興じる日々。その日も防波堤で釣り糸を垂れていた。小ぶりのアジにうまくあたりを合わせた時、スマホが鳴り、小魚はバレた。電話の相手は旧知のプロデューサー。新たに始まるオーディション番組に演出として参加しないかとの誘い。聞くと10代を中心としたガールズグループのオーディションが開催され、それに密着取材する番組を作るという。その類^{たぐい}の音楽は聞かないし、気も乗らなかったので二度ほど断ったが、斜陽産業で人手不足のテレビ業界。誘いは続き「未来のスターに最初に取材したディレクターになりたいか」という彼の言葉に、ほんの少しなびいたが最後、一気に釣り上げられた。

書類審査を突破した候補者が集められ、ダンスと歌を披露。その中から30人が次のステップに進む。本格的なオーディションのスタートだ。そこから1年近く、僕は週末になると海辺の街から都内まで車を駆って、彼女たちの合宿に出向き、カメラマンと共に取材を続けた。その車内でずっと流れていたのが、彼女たちの課題曲。流行りのKpopを多く手がけているトッププロデューサーの力作だと聞いた。

娘よりも年下の彼女たちにどう接していいのか、その生態を探る作業が長く続く。結果わかったのは、スキルの差こそあれ、彼女たちが持っている「原石」たるものはすでに輝き出していて、世界を向く

その姿勢は真剣。こちらも、それに真摯に向き合うことに努めた。最終オーディションで5人のデビューが決まり、今はその準備に忙しいと聞く。彼女たちが向き合った課題曲。僕のスマホが示す、その再生回数は3000回を超えている。未来のスターに最初に取材したディレクターでもあるが、僕はファン第一号（非公認）を自負している。

（テレビディレクター）



給食のオバちゃん

原 克

給食の時間がまちどおしかった。

二時間目の授業が終わると、体育館の横手、「給食室」まで走っていったものだ。

二時間目と三時間目との間の「休み時間」に、「その日の献立」が発表されるからだ。

通称「給食室」とは、大きな厨房のこと。

当時は、給食もそれぞれの学校で作っており、市内の給食センターから、トラックで運ばれてくるわけではなかった。

前の東京オリンピックの頃、1964年前後のことである。

当時、伊那小学校は生徒数が多かった。だから給食室も大きかった。

廊下側の小さなガラス窓からのぞくと、巨大な釜がいくつも並び、湯が煮立っており、いつも、湯気がたちこめていた。

衛生を保つため、たえず水を流しているコンクリートの床は、黒く光っていた。

白い作業衣で全身を包み、恰幅のよい女性たちが、10人近くも、立ち働いていた。

湯気にかすみ、床の黒い光沢に照り返され、かたときも休まずうごめく白いシルエット。それは、まるで、季節外れのサンタクロースのようだった。

なにか、とても喜ばしき福音を、予感させるのだ

った。

子供たちは、「給食のオバチャン」と呼んでいた。

いずれも近隣の中年女性で、多くは、近所の顔見知りだった。

だから、子供としても心安く、近しく、感じていたのだろう。

オバチャンたちも、そんな無遠慮な小学生を叱るでもなく、優しく、接してくれたものだ。

献立は、心配りのゆきとどいたものだった。あれから50年、今にしてそう思う。

栄養士さんが、しっかりと栄養バランスを考えてくださっていたのだろう。

高度経済成長期前夜の日本。まだまだ、敗戦の影がそこここに残っていた時代のことだ。

魚の素揚げ、クジラの竜田揚げ。春雨サラダにコロッケ、ワカメと豆腐の味噌汁、漬け物。

タンパク質もあった、ビタミンもあった、カルシウムも十分だった。

子供たちに、心ゆくまで食事を摂らせてやりたい。そんな大人たちの、思いが込められていたのは間違いない。

食パンと牛乳は欠かせなかった。米食が始まったのは、ボクが卒業してからだから、給食といえば、食パンと牛乳だった。

今ふり返っても、思わず笑みがこぼれる。

慎ましくも、なんと心のこもった、豊かな食事だったのだろう。どれも美味しかった。

ただひとつ苦労したのは脱脂粉乳だった。

不味くはないのだが、食後、消化器系統が過剰反応したのだ。尾籠^{びろう}な話で恐縮だが、下してしまうのだ。

かかりつけの重盛先生(先代)から、ドクターストップがかかった。「折角食べた他の栄養分まで、体外に出てしまうから、脱脂粉乳だけは避けなさい」。

後日、その旨を担任教師に告げ、脱脂粉乳だけは免除していただいた。

担任教師も、重盛先生も、給食のオバチャンたちも、今にして思えば、当時、総掛かりで子供たちの健康と、食卓の幸せを守ってくれていたのだ。

社会が総出で次世代を見守る。

物質などが問題なのではない。真に豊かな社会とは、こうしたものなのだろう。

(早稲田大学教授)



ワクチン接種とボランティア

平出 敦

遠い昔、イギリスに留学していたころ、病院内でしばしば不思議な人を見かけた。どうみても医療従事者ではない人が、検査等のために訪れた患者を案内している。

わが国の大病院では、受診にきた患者が迷わないように、病院のフロアにカラフルな色のラインが堂々と走っている。それをたどれば、院内の目的地に到達することができ合理的である。ただし、それはイギリスの古い建物にはいかにも不釣り合いである。なにせ、1770年開院の病院だった。だから人力でボランティアが、案内をしていたのかもしれない。しかし医療従事者ではない“普通”の人が、不安そうな患者を案内している姿は、今思い起こしても、ほっとする光景である。自分が病気となって病院を訪れる時、誰でも心細いものである。

現在では、病院ボランティアはわが国でも広く定着しつつあるし、自然災害の際には、全国からボランティアが被災地に駆けつける。しかし、コロナ禍という“災害”では、あまりボランティアが活用されていないように思われる。

そこで仲間を募ってボランティアとして、関西の中山間地域の集団接種の支援にでかけた。2021年4月に接種が始まった際には、すぐに集団接種は終了するものと思っていたが、実際には、村民が5回目の接種が終了する2023年1月まで支援は続いた。このほどようやく一区切りついて、ほっとしたような、少し寂しいような心持でもある。

当初は、接種の担い手が不足して全国的に問題となっており、特に医療過疎地域ではぎりぎりのマン

パワーで支えているので支援の必要性が高かった。そのため、注目度も高かった。交通費を工面するためのクラウドランディングには、多くの方々から支援をいただいた。テレビや新聞などのメディアもこぞって報道してくれた。しかし、現在は、熱がさめて地味な活動として区切りを迎えることになった。一方、イギリスの報道をみると新型コロナワクチン接種のボランティアにはイギリス国内では25万人の枠に50万人が応募したとあり、その規模に圧倒される。わが国でボランティア文化が真に定着するには、まだまだ時間がかかるのかもしれない。

(京都橘大学教授)



音楽で国境を越えて

平澤 真希

ーウクライナ・ポーランドでの体験からー

私はウクライナのリビウ(ルヴォフ)という街で、オーケストラとピアノ協奏曲を共演したことがあります。由緒ある大きなホールで、リビウフィルハーモニー交響楽団の音を初めて聴いた時に、その重厚さ深遠さに心の底から感動しました。ウクライナは、音楽教育の水準が非常に高い国です。小学2年生の女の子が、ショパンの練習曲を大人のプロのピアニストのように弾いていました。

私はワルシャワで、ショパンが学んでいた大学に通っていました。今、ポーランドでは、戦争で避難してきたウクライナの人達を、たくさん受け入れて助けています。ポーランドはその昔、周りのドイツ、ロシア、オーストリアに攻められて、地図から120年余も祖国を失ってしまった歴史があります。ショパンはポーランドで生まれましたが、ショパンの生きた時代も分割されていたから、彼の曲にはその悲しみ・祖国を思うノスタルジーに溢れています。

また、フィリピンのマニラでオーケストラと共演させていただいたこともあります。ポーランドの地

方都市オルシュティンで共演したフィリピン人指揮者のロメロさんからの招待でした。コンサートの前夜、私が何気なく“ご両親はご健在ですか？”と話しかけると、しばらくして“7歳の時に両親とも日本軍によって殺されました。そして、僕はその日本人の前で命乞いのためにヴァイオリンを弾いて聴かせたのだよ。”と静かに語ったのでした。

ーポーランドから16年ぶりに伊那へ帰ってー

そして、16年暮らしたポーランドをあとにして、ふるさとの伊那に帰ってきました。すると、子どもの頃から見ていた天竜川の流れ・雄大な西駒ヶ岳や仙丈ヶ岳の峰々に改めて感動しました。伊那の美しい景観と、この地に暮らす温かな人柄に触れ、私の音楽に向き合う気持ちは、深まり大きく膨らんでいきました。

ー日比谷音楽祭と高校生や小学生との共演ー

私は、伊那市が推進する「伊那市50年の森林(もり)ビジョン」をサポートする、伊那市ミドリナ委員会に所属しています。令和4年6月5日に「伊那市ミドリナ委員会」が、第4回日比谷音楽祭2022に出演しました。東京都にある日比谷野外音楽堂は音楽の聖地として有名で、今年100周年になるそうです。日比谷音楽祭はここで開催され、無料で誰もが楽しめます。ドリカムや藤井フミヤさん、石川さゆりさんなどの著名な方々と同じ舞台に立ちました。来場者数は3日間で10万人、オンラインでの視聴者数は20万人だったそうです。共演した伊那北高校合唱部は澄み渡る美しい歌声で、衣装は伊那北高校の100年を経た老木桜の樹液とヨモギ液で染めて作り、伊那の森を表現しました。

令和4年12月には、伊那市立西春近南小学校150周年記念式典の催しで講演をさせていただきました。その折、校庭の桜で手作りしたユカイナという楽器で、子ども達と共演した「ふるさと」は心に響きました。

ふるさとの伊那で、音楽の持つ力と人間力を再認識しているこの頃です。

(ピアニスト)

与論島慕情

三沢 あけみ

与論島！行ったことがありますか？

日本の南の最果ての島です。

実は私の新曲「与論島慕情」が去年発売致しました。歌手生活60周年記念曲。そして奄美自然遺産記念曲にもなりハワイアン調の良い曲です。

私のふるさととは、信州は伊那なのにヒット曲が島のブルースで、どうしてもイメージとして南へいってしまうのですネ。

ところが新曲をうたっている私も実は与論島へは一度も行ったことないのです（笑）

今年四月には地元（与論島）の60周年の祝いに招待を受けて行って来ます。歌の歌詞の様に自然な島で海カメが泳いでいるとの事。シュノーケルをして遊べたらと今から楽しみにしております。

（歌手）



与論島 兼母海岸

与論島 皆田海岸



ミセズ ワタナベ

三澤 満



これは、特定の個人名を指していません。日本の御婦人投資家全体をさす、れっきとした経済用語で、英語の経済辞書にも載っている。

家庭でのご夫人のへそくり預金は、別名箆笥預金とも言い、その昔、土佐藩士の山内一豊の妻、千代は、夫に内緒で貯めたへそくりを、苦境にあった夫のために差出し、良き妻の鏡といわれた。

現代の日本の妻達は、へそくりを箆笥に貯めるような初歩的な投資家ではない。少しでも高い金利を求め、また日本円と外貨との為替差益を求めて、世界中を闊歩する、極めて高度の投資感覚を持った集団となっている。こうした経済投資を、キャリー (carry) というが、その派手な活躍ぶりに、かの有名なロンドンの経済誌 Economist は、この国際通貨投資家としての、日本のご夫人の集団をミセズ ワタナベと命名した。キモノ・トレーダー とも言い、日本の個人の小口外国為替証拠金取引の女性の投資家集団を意味する俗称です。日本には、伊藤とか、田中とか、もっと一般的な名前もあるが、英国人の目からは、渡辺と言うのが、日本の、最も一般的な名前と感じたようだ。

日本の個人投資家が外国の通貨を売買する、外国為替証拠金取引は、今年1年間で初めて1京円を超えた。昨年の1.8倍となっている。このうちドル円の取引は全体の74%である。ドル円市場に活気をもたらしたのは、日米の金融政策の方向性の違いから、円安が急速に進んだからだ。今年の3月、アメリカは8-9%に及ぶ、記録的なインフレを抑え込むため、コロナ

禍で2年間続けてきたゼロ金利政策を解除し、急速な利上げに踏み切った。以後、米国FRB (中央銀行) は、一時的に景気を犠牲にしてでもインフレ抑制を優先するとの不退転の姿勢で利上げを継続している。

一方の日銀は、アベノミックスによる大規模な金融緩和を10年も続け、その姿勢はいまだ不変です。このため、日米の金利差は拡大し、低金利の日本から、高金利な米国へとマネーは大幅に流出した。それは円を売り、ドルを買うことを意味する。その流れでの、画期的な動きを見せたのが、このミセズワタナベの投資軍団でした。日米両政府が、有利な投資機会を保証したような状況で、これほど確実な投資機会はないと判断したのでしょう。

1ドル150円台まで円安が進んだこの10月には、政府・日銀が24年ぶりにドルを売って円を買う市場介入に踏み切った。これ以上の円安は認めないとの、不退転の決意の表明です。また、日銀も、この12月、大規模緩和を一部修正し、長期金利の許容変動幅を0.25%から0.5%に広げた。米国の、インフレもここにきて横ばいの状況で、金利の上昇は、今後は若干緩やかに推移しそうだ。こうして諸変化は、円安から円高へ方向のシフトを意味する。

いったん円高に振れると、逃げ足の早い個人投資家達は、一挙にドル売り円買いに走る。さらに、これまで、米国国債に多額の投資をしてきた日本の機関投資家達も、すでに米国国債の値下がりで大きな損失を被っており、加えて、円高の動きが出れば、これには極めて敏感に反応しよう。為替のヘッジがしてなければ、米国債の売りに出て、ドル投資の回収を図るはずだ。

さて、2023年の円ドル相場は、いかがになりましょうか？現状132-3円にあるが、果たして一層の円高に向かうかどうか、要注目です (2022年12月29日記)。

(ハワイ大学経営学部大学院教授)

生涯学習の新しい景色

山北 一司

日本新聞協会が昨年 12 月に公表した 2022 年 10 月現在における「新聞の発行部数と世帯数の推移」データによると、ついに一般紙の総発行部数が 3000 万部を割り込み、約 2870 万部となった。ここ 2・3 年 200 万部ペースで減っている。一方で、世帯数約 5,823 万に對する 1 世帯数当たり部数も 0.53 と 5 割を割るのも時間の問題となってきた。

1 世帯当たりの購読部数が 1 以上をキープできていたのは、15 年前の 2007 年の 1.01 までだった。この年の一般紙の発行部数は約 4696 万部（2022 年より約 1826 万部多い）、一方、世帯数は約 5171 万世帯（2022 年より約 652 万世帯少ない）だった。発行部数と世帯数は反比例の関係にある。

紙の新聞を読んでいるのは高齢者と言われていたが、新聞を読まない若者世代が順次高齢化していくことを考慮すれば、紙の新聞の衰退に歯止めがかからない。

2020 年実施の国勢調査の結果で、人口は約 87 万人も減っているにもかかわらず、世帯数は約 227 万世帯も増えている。

かつては大家族、親子三世同居から核家族と 2 世代（親子）の時代を経て、1 人世帯いわゆるソロ世帯が増加しているのが現代。

同年の国勢調査結果によれば、東京は人口 55 万人増に対して世帯数が 52 万増だったが、東京の場合は、20 代の若者が多いソロ世帯の特徴である。もう一つの特徴は、60 代のソロ世帯も離死別等により多いということである。

ソロ世帯は、衣食住の基本的な消費行動はもちろん、地域社会でのコミュニティの概念にも大きく影響し、個人の価値観の共通性において結びつきが強まってくるものと思われる。

社会人になってから半世紀以上も読み続けて

きた（学び続けてきた）新聞で、社会や家庭生活など様々な局面で学びの成果を発揮してきた生涯学習の根源が、未来の高齢者への交代とともに移り替わろうとしている。生涯学習の新しい景色に期待が膨らまる。

個人の生涯学習が家庭や社会に活かされてきた時代から、価値観を共有できる生涯学習が個人の生き方に還元される新しい景色へ。

（芸術文化普及研究家・生涯学習上級コーディネーター）



言葉の裏にある意味

由紀 さおり

新しい一年が始まって数ヶ月が経ちました。みなさまにとって、どんな年の始めだったのでしょうか。

私と姉の新年は、1 月 2 日に東京のホテルで宿泊しているお客様のための童謡コンサートをお昼に、夜は千葉の同じ系列のホテルでのディナーショー。東京は 34 年目、千葉は 28 年目の開催となりました。その仕事が終わると私たちのお正月が始まるのです。

お正月休みに入り、毎年恒例の「志の輔らくご in PARCO」にでかけます。お誘いをいただいてもう何年になるでしょう。志の輔師匠は、古典の話し（噺）ではなくすべてご自身で作られた創作落語です。その中の一つ“歓喜の歌”。この作品が

映画化され、出演したことがご縁の始まりでした。「ためしてガッテン」を長きにわたって名物番組に育てあげられた事でもお馴染みのお方です。

今年も力作揃いでした。いつも新しい試みがあって観客を飽きさせません。

今回は話に入る枕のネタが秀逸でした。

今やインターネットの時代。リモートで仕事ができる時代です。ダイヤル式の固定電話しかない時代、ガールフレンドに連絡したいと電話をかけると彼女ではなく父親が運悪く…「どちらさま」と言われ「あ、間違えました」と慌てて電話を切ってしまう。最近はこんなことはありません。たまたま自宅の固定電話に「もしもし…」すると子供の声で「はい」と聞こえたので「あのね、お父さんいる？」するとその子が「え？いらな一い」と返事。ここで会場は大爆笑。しばし

笑いが収まりませんでした。日本語は難しいと笑ってはいられないのではないのか？若者たち、子供たちの感情生活はどのような状況なのか、エグい、エモいはまだ初歩的なのではないかしら。志の輔師匠の話を聞いているうちに、これからの若者たちにこの話の中に使われるボキャブラリー、言葉の裏にある感情を汲み取れるのかしら。満員の会場の中でひとりそんなことを考えていました。

ネットニュースで「ごんぎつね」を理解できない子供たちのことを書かれた本のことを思い出していました。

童謡で伝える会はやはり続けたいと強く思いました。

今年も皆さまとお会いできることを願っております。

(歌 手)



伊藤三千人 「西駒ヶ岳」