

ふるさとの木によるふるさとの森 ～鎮守の森～

●「宮脇昭、果てなき闘い」 ～-新版-魂の森を行け～

一志治夫/集英社インターナショナル



生き物は嗅いで、なめて、触って調べろ。過酷な地質調査で自らを鍛えた若き日のドイツ留学で、「潜在自然植生」に基づく森林再生術を習得した植物生態学者・宮脇昭。国内外で土地本来の潜在自然植生の木群を中心に、その森を構成している多数の種類

の樹種を混ぜて植樹する「混植・密植」を提唱し活動。「宮脇方式」と呼ばれる、土地本来の植生をポット苗を用いて植える方法を考案。「ふるさとの木によるふるさとの森」すなわち鎮守の森をつくり続けてきた。「これが最後の仕事」。東日本大震災被災地の瓦礫問題に画期的提案!被災地の瓦礫を埋めて、その上に全長 300 キロの常緑広葉樹の森を作る「命を守る森の防潮堤」計画を表明した。「4000 万本の木を植えた」男が、様々な難関を越えて瓦礫と闘いながら遺したメッセージ。【2021 年(令和 3 年)93 歳で御逝去】

プロローグ タブノキは残った 5

本物とは、厳しい環境に耐えて長持ちするもの

1章 雑草をめぐる旅 17

混ぜる、混ぜる、混ぜる。好きなやつだけは集めない

2章 本場ドイツへの留学 39

目で見、匂いを嗅ぎ、なめて、触って調べろ

3章 「自然保護」元年 63

人間が本当の英知を持っているなら、その欲望の極限より少し手前でおしとどめるべきである

4章 森づくりの萌芽 87

本だけに頼るな、研究室でどうこう考えるな、まずは現場に行け

5章 『日本植生誌』への挑戦 109

何百年も何千年もその土地の人々と生きてきた土地本来の森が一番大事なのではないか

6章 「ふるさとの森」再生 123

死んだ材料は時間とともにダメになる

7章 阪神・淡路大震災と「鎮守の森」 143

都市の周りの森林を破壊したとき、その文明は破滅させられ、その周りは砂漠化していく

8章 ボルネオ—熱帯雨林を救え 159

環境問題はひとつのことでは解決しない。みんなが少しずつ我慢する、それしかない

9章 神宮の森を歩く 179

過去も夢、未来も夢、今この瞬間生きていることだけは事実

10章 東日本大震災と「森の堤防」 199

ピンチはチャンス。これは、私の最後の仕事になるかもしれない

11章 大いなる前進 225

みんなが周りを気にして、前後左右を見て動いていたら、世の中は変わらない

エピローグ 孤高の闘い

人間は動くのをやめたら死ぬ、動き働いていることは生きている証

1章 雑草をめぐる旅 17

混ぜる、混ぜる、混ぜる。好きなやつだけは集めない

2002 年 11 月 23 日朝、「2002 出雲ふるさとの森植樹祭」の垂れ幕が、初冬の青空に浮かび上がる。宮脇は、「北山は、昔は上の方にだけマツがあって、下の方は常緑の広葉樹があったわけですが、戦後非常にマツが多くなって、いまマツクイムシとかいろいろな問題を引き起こしていますし、当然マツの下には下草が出ないので、昔、上の方にいた猪や鹿が下にまで出てきて農家の作物にまで被害を与える。是非、もう一度この北山本来の森に返そうというのが今回の目的でございます。したがって、本来の森の主役である木、それがいまここに……」と言って、宮脇は高さ 40 センチほどのタブノキのポット苗を手にする。誰にでも手軽にそして失敗なく植樹できるようにと宮脇自身が考案したポット苗である。いわゆるドングリの木であるシイ、タブ、カン類などの常緑高木は、深根性直根性であるため、成木の移植は難しく、根を充実させたポット苗を使うようにしたのだ。「出雲から日本海側を西に浜田、逆に日本海側を北に上がって酒田、その北隣に遊佐という町がありますが、その少し北まではこのタブノキの森があります。タブノキは水分条件のいいところによく育つわけですが……」宮脇は手にしたタブノキのポット苗をリーダーたちに回し始める。そして、同様に、スダジイ、アラカシ、シラカシなどの苗を見せ、説明していく。宮脇の声には次第に力がこもっていく。リーダー同士がちよつとでもおしゃべりに興じているとすかさず、「リーダーの方、ちゃんと覚えてくださいね。子どもが必ず訊いてきますから」とびしゃりと釘をさす。そして、リーダーのひとりに向かって、「はい、これがアカガシです。みなさんに見せて、上に上げて大声で言ってください」と木の名前を連呼させる。その宮脇の勢いに気圧されて、リ

一ターも、「アカガシ、アカガシ、アカガシ」と大声で言わざるをえない。木の種類の説明が終わると、今度は植え方である。「木材の生産するときには、規格が大事ですから、同じ種類のものを管理しやすいように等間隔で筋に植える。ところが、自然の多様性を回復する、ふるさとの森をつくる場合には、自然の森のように、できるだけいろんな種類が混ざった方がいいわけです。混ぜる、混ぜる、混ぜる！これがこの植物社会の掟。健全な社会というのは、好きなやつだけ集めない。人間も同じであります。とにかく、混ぜる、混ぜる、混ぜる、です」「混ぜる」は宮脇理論の根幹をなす一つの大事な要素だ。1種類の木を等間隔で植えるのではなく、高木や亜高木など何種類もの木を不規則に植えることで、競争、我慢、共生をさせ、高木、亜高木、低木、下草が豊かに育つ森をつくるのである。この日、出雲・北山の植樹祭のために用意された樹木は、高木と中低木を合わせて実に35種類、7000本。高木6000本に対し、中低木が1000本である。森の主演となるのは、シラカシ、アラカシ、イチイガシ、タブノキ、スタジイなどの高木の常緑広葉樹。この5種類だけで、高木の60パーセント以上、全体のおよそ50パーセントを占める。これらの樹木の種類と割合の指定を行うのは、もちろん宮脇自身だ。宮脇には、これらの樹木を混ぜて植えれば、着実に緑豊かな森になるという絶対的な裏づけがある。最初の3年だけ草を取るなど成長の手助けを行えば、それ以降、ほとんど人間の手をわずらわさず、自力で繁り合う森をつくってきたという実績があるのだ。

2章 本場ドイツへの留学 39

目で見、匂いを嗅ぎ、なめて、触って調べろ

1958年、宮脇昭をドイツへと招いたのは、ドイツ国立植生図研究所所長のラインホルト・チュクセン教授だった。チュクセンは、ハイデルベルク大学で有機化学を専攻した分析化学者だった。しかし、ハノーファーの州立博物館の自然保護部長として現地へ赴任してみると、分析だけではとても生物集団とその環境を理解できないと悟り、植物社会学の祖ブラウン・ブロンケ博士を師として植物社会学を研究するようになった。そのうち、植生図という独自のやり方を打ち立てたというわけだった。国立植生図研究所チュクセン教授のもとでの「修行」が始まる。チュクセンは、研究を始めるにあたり、宮脇に対してこんな指針を与えた。「水田や雑草というのは何も日本にだけあるのではない。チェコスロバキアにもスペインにもイタリアのポー川流域にも水田雑草群がある。それに、まずドイツにきた以上は、ドイツの植生、ドイツの自然植生を知らなければならない。それには、論文もあるし、本もあるが、まずは現場だ。とにかく現場に行くことだ」現場第一主義はチュクセンの揺るがぬ哲学だった。主な研究調査地は、ドイツ最大の自然保護地域リュネブルガー・ハイデである。4万ヘクタールの広大な荒地だ。ここにはかつてヨーロッパシラカンバやヨーロッパミズナラなどからなる豊かな森が存在していたが、いまではすっかり細い葉を持つ矮性低木のヒースしか育たない荒野になっている。何千年にもわたって森の中に家畜を放牧し、地中に眠る岩塩を掘り続け、製塩した。そのため木を伐採してきたからである。伐採した木は燃料として使われた。そこにかつてあった広大な森がどんな植生だったのか、どんな生態で成り立っていたのか、それを読みとることをチュクセン教授は何十年も続けていた。一日中土壌断面をとるための穴をひたすら掘っていることもしばしばあった。「チュクセン先生、私はもうちょっと科学的な研究をしたいんです」チュクセンは諭すようにこう言った。「お前はまだ本を読むな。そこに書いてあることは誰かが書いたやつの引き写しかもしれないぞ。お前はまだ人の話を聞くな。誰かが話したことのまた聞きかもしれないぞ。見ろこの大地を。地球上に生命が誕生して39億年、巨大な太陽のエネルギーのもとに、人間活動によるプラスやマイナスの影響も加わった、ドイツ科学研究財団が何千万マルクの科学研究費をくれてもできない本物の命のドラマが展開しているではないか」そして、チュクセンが続けて言った次の言葉に宮脇は打ちのめされる。「お前はまず現場に出て、自分の身体を測定器にし、自然がやっている実験結果を目で見、匂いを嗅ぎ、なめて、触って調べろ」植物社会学はもともと、スイス生まれのヨセフ・ブラウン・ブロンケ博士が1928年に著した『植物社会学』によって確立された。博士は一見雑然とした植物群落を体系づけ、地球規模での植生の比較を可能にした。ブラウン・ブロンケより一回り年下のチュクセンは、そのブロンケが理論的に確立した植物社会学を、具体的に植生図として表す方法を生み出した。チュクセンの植生図には大きく2種類ある。ひとつは「現存植生図」、もうひとつは「潜在自然植生図」だ。「現存植生図」は、現在その地域にどんな植物群落があるのかを図で表したものである。しかし、現存植生は、人間の活動が盛んな文化景観域であればあるほど変化は激しく、変形している。そういう地域ではいまそこに育っている植物のほとんどが代償植生である。チュクセン教授が「潜在自然植生」を唱える前までは、この「現存植生」と人間が影響を与える前の原始植生を推定し図式化した「原植生復元図」しかなかった。チュクセンは、現在の土地本来の自然植生が何であるかを読みとる「潜在自然植生」を徹底的に追求した。土地本来の素顔、素肌を見ること。宮脇はこののち、半世紀近くにわたって、その一点を探り続けることになる。宮脇の頭の中では、鎮守の森こそが日本古来の森なのではないか、という思いがこのときひらめいていた。鎮守の森が日本の潜在自然植生を解く鍵になるかもしれない、という思いがこののち宮脇の中で日増しに強くなっていく。帰国後ほどなく、「鎮守の森」は、宮脇にとって欠かせぬキーワードとなる。宮脇昭は、そこに日本の未来、世界の未来を見ることになるのである。

4章 森づくりの萌芽 87

本だけに頼るな、研究室でどうこう考えるな、まずは現場に行け

1971年4月、宮脇のもとに1本の電話がかかってくる。電話の主は新日本製鐵内にできたばかりの環境管理室の

式村健室長だった。企業、中でも重化学工業は公害問題の矢面に立たされていた。そのために、新日鐵では環境管理室(のちに環境管理部)を設置し、対応を始めていた。騒音、粉塵、排水問題と周辺住民とのトラブルは全国の製鉄所が抱えている難題だった。式村は、「先生に是非協力していただきたい。先生のおっしゃる森を製鉄所の周りにつくりたい」と言った。宮脇は、後日「植えられた植物は命をかけている。もしあなたたちに職を賭してもやるだけの覚悟があれば、私も泥をかぶってでも協力しましょう」と約束する。森をつくることを増やしていくこと自体は何ら悪いことではない、と判断したのだ。ほどなく、新日鐵の全製鉄所での森づくりが決まった。宮脇がその後連続と続けていくことになる「ふるさとの木によるふるさとの森づくり」の第一歩だった。環境管理室の初代総括課長に任命されたのは中川秀明だった。広大な土地での森づくりには初期投資として莫大な金が必要だった。とりわけ、マウンド(盛土)づくりには金がかかった。最初に森づくりをスタートさせたのは、新日鐵大分製鉄所だった。初代大分製鉄所長となった相原満壽美専務が森づくりに積極的だったため、実験場としては最適だったのである。工場はまだ埋め立て地に建設途中だった。すでに製鉄所脇では植樹も行われていたが、潮水の塩分のせいでなかなか木はうまく育っていなかった。敷地内に点在する支柱に支えられた成木は、根の酸素欠乏によって枯死していた。塩分を含んだ地下水によって根が浸蝕されているのは明らかだった。宮脇が考えたのは、まず、海水に浸蝕されない地面がひつようであるということ、種は直播きではなく、ある程度成長させてから植えないと厳しい環境に耐えられないということだった。宮脇は製鉄所近隣の調査に入った。地域の植生を調べるためである。製鉄所の近くにある宇佐神社に足を運んでみると、そこには、30メートルになろうというイチイガシ、スタジイ、タブノキ、アラカシなどの見事な常緑樹がそびえ立っていた。神社の許可をもらって、そのドングリを拾い集め、種を確保することにした。シイ、タブ、カシ類の1本の老木からはおよそ2万個ものドングリが落ちる。量としては十分だった。問題は、いかに芽を出させ、活着させるかだった。深根性直根性のこれらの常緑樹を植えるのは容易なことではなかった。熟考の末、小さな容器に苗を育て、根を充満させる方法が選択される。ではその容器を何にするか。最終的に採用されたのはビニール製のポットだった。口径12センチ、高さ15センチほどの容器の上に腐葉土、下に水はけのいい土を入れ、その上に種子、いわゆるどんぐりを蒔くか、芽が出て2~3センチの苗を植える。そうすると、1年半ほどで根群がポット内に充満し、30センチから50センチの苗木となる。そうやって育てた苗木を「混植密植」で植樹地に植えていくわけだ。また、金のかかるマウンドは、鉄鋤石をとった残りのスラグ(鋤滓)や建設廃材などを下に敷き、その上にできるだけ高く有機土壌をのせる方法で予算を抑えた。大分に続き、名古屋工場、八幡製鉄所で森づくりが行われた。また、1974年に工場立地法が施行され、新しく工場をつくる場合、敷地の約20パーセント以上の緑化が義務付けられたことで、各企業は環境アセスメント的な調査だけでなく、森づくりを次々と宮脇に依頼してくる。企業が宮脇を頼ってくる理由のひとつは、宮脇の提唱する環境保全林、ふるさとの森、災害防止林が最初の3年のメンテナンスだけで、あとはほとんど管理しないで済むというその経済性にあった。本田技研のは狭山工場では、芝生の中に支柱で支えた木をぽつりぽつりと植えていた。しかし、これを維持管理する金がばかにならなかった。毎年実に2000万円もかけていたのである。しかも、芝生と森ではその緑化面積はおおよそ30倍も違うのである。CO₂の吸収力、騒音の防止という点でも芝生と森では比較にならない。芝生だった工場の周囲は、いまや高木を主体とした立派な森へと生まれ変わっている。

7章 阪神・淡路大震災と「鎮守の森」 143

都市の周りの森林を破壊したとき、その文明は破壊させられ、その周りは砂漠化していく

1995年1月17日、宮脇昭は、ボルネオのサラワク州ビンツルの奥地で、熱帯雨林再生のための現地植生調査をしていた。「先生、大変だ、神戸で大きな地震があったらしい」宮脇はすぐにテレビをつけ、CNNチャンネルを合わせた。尋常でない被害の広がりを感じると同時に、「本物の森は、土地本来の木は、火事にも地震にも台風にもびくともしない」と公言してきた自分の主張が厳しく問われる場面を迎えたな、と思っていた。日本に戻り、横浜国大の藤原一繪がチャーターしたヘリコプターに相乗りし神戸入りする。神戸上空に入り町を眺めてみると、高速道路はひしゃげ、建物は倒壊しているのに、町中に点在する小さな公園には木が残っていて、そこには人が集まりクルマが止まっていたりした。鎮守の森も残っていた。埋め立て地のヘリポート、液状化現象で歩くのが困難なほどだった。最新の技術と金をかけた防波堤や埠頭、建物もひどく被害を受けているのが目に飛び込んできた。が、埋め立て地内にある公園の自生種であるヤブツバキは、残っていた。タクシーをチャーターし、小さな公園と出くわすたびに宮脇は、つぶさに木の様子を見た。神戸はもともとアラカシが多い。アラカシ、シイノキ、ヤブツバキ、シロダモ、モチノキなどの木を見てみると、葉は焼けているものの、そこで火は止まっていた。木は生きていた。並木にしても、落葉樹のニセアカシアはダメだったが、常緑広葉樹はクスノキを含めてかなり残っていた。続いて宮脇は、鎮守の森の調査に移る。多くの鎮守の森では、残念ながらコンクリートの鳥居が傾き、建物がべしゃんこになっていたり、焼失していた。ところが、鎮守の森にあるシイノキ、カシノキ、モチノキ、シロダモは1本も倒れていない。焼けていない。葉は焼け落ちていたが、木は死んでいない。回復できる力をちゃんと保っていた。六甲山の山麓部では、常緑樹の植樹がかなり行われていて、震源の中心ではなかったことも手伝って崩壊はほとんどなかった。六甲山の斜面の下に連なる高級住宅街も被害は最小だった。その住宅街を調べてみると、そこには土地本来のアラカシ、ウラジロガシ、シラカシ、コジイ、スタジイ、モチノキなどが繁っていた。火もほとんど入っていなかった。宮脇は、「ふるさとの木によるふるさとの森」すなわち鎮守の森が防災林として、ちゃんと機能していることに安堵していた。1999年曹洞宗大本山総持

寺の貫首・板橋興宗と宮脇昭は「鎮守の森」づくりに着手する。板橋興宗が宮脇昭を知ったのは、その数年前、金沢の大乗寺でのことだった。「日本中から鎮守の森がなくなっている。神奈川県下でも 2850 あった森が 1970 年の調査では 40 になっていた」ラジオでは衝撃的とも言える内容が語られていた。それからしばらくして、板橋は、横浜の大本山総持寺の貫首となる。金沢から横浜に移り、実際に総持寺でお勤めを始めると、その寺を包む全体の空間が空虚なものに思えた。板橋は明治神宮にひとり足を運んだ。神域に入ったとたんに訪れる静寂、玉砂利の上をザクザクと歩く音、そして深い森。寺を包み込むような緑が圧倒的に不足していたことに思い至る。その時思いだしたのが、ラジオで熱く語っていた宮脇の「鎮守の森」の話だったのである。横浜市鶴見の総持寺は、およそ 90 年の歴史があり、その広大な敷地には、すでに多くの木が植えられ、育っていた。ただし、それは森と呼べる代物ではなかった。森をつくるにあたって、宮脇は、すべてを新しく植え直すつもりはなかった。「今あるものはある程度残す」というのが近年の宮脇のやり方なのだ。いまある木々の間に土地本来の木を植えていき、競争、我慢、共生を促す。そうすれば、いずれ主役となる木—鶴見であればシラカシ、アラカシ、スダジイ、タブノキ—が頭角を現す。1999 年 2 月、「1000 年の森」づくりは着手され、1000 人近い僧侶たちが一斉に 5000 本のタブノキ、シイ、カシ類のポット苗を参道に植樹する。総持寺では都合 3 回の植樹が行われた、しかし、2002 年、板橋興宗貫首が辞任し、森づくりは頓挫してしまう。それでも、3 年にわたって植えた木々は「生物社会の掟」によって、境内で着実に生長を続けている。

10 章 東日本大震災と「森の防潮堤」 199

ピンチはチャンス。これは、私の最後の仕事になるかもしれない

2011 年 3 月 11 日、83 歳の植物学者はインドネシアのジャワ島にいた。ホテルのロビーに置かれたテレビにふと目をやる。ロビーにいた人々がテレビに釘付けになっていたからである。宮脇は、その地獄絵図のような惨憺たる光景をしばらく眺め続けた。宮脇は、残りの調査を中断して帰国することを即決していた。阪神・淡路大震災のときにそうであったように、まずは現地に入って、東北の森がいったいどうなっているかを見てみたいと思ったのである。帰国した宮脇が最初に連絡を取ったのは曹洞宗金剛宝山・輪王寺に日置道隆住職だった。仙台にある輪王寺は、海から離れていたため、津波の被害にこそ遭わなかったが、灯籠をはじめ建物はそれなりのダメージを受けていた。ようやく被災地入りが可能となったのは、4 月に入ってからだった。日置自らが水先案内人を買って出た。日置は、自身が住職を務める寺は言うに及ばず、それまでも東北地方を中心に宮脇のもとで植樹に取り組んできていた。仙台を中心に 8 年間で実に 3 万 3000 本もの樹木を東北全域に植えてきたのである。宮脇は、復興構想を日置に電話口でこう語り始めた。「今処理に困っている瓦礫を土台に入れて、その上に土地本来の樹木で森をつくる。そんな防潮林提があったなら、かなりの命も流されないですんだはずだ。いまからでもそれをやるべきだろう」日置は初めて聞く宮脇の壮大な構想に驚きつつも、これは画期的な方策かもしれない、と思うに至る。宮脇は 2 日後にやってきた。日置と宮脇は現地調査をしてまわった。そこでわかったのは、大津波に対してコンクリート防潮堤の多くが決壊し、クロマツ、アカマツの防潮林の多くが機能することなく、流木化し、逆に危険物になったということだった。一方、同じ被災地で、タブノキ、シラカシ、ヤブツバキといった土地本来の木々は、流されることなく、生存していた。たとえば、イオン多賀城店の宮脇が手がけた森では、多くの漂流物を捕捉していることが、確認できた。宮脇が日頃から唱えてきた理論が間違っていなかったということの証左だった。宮脇は、防潮堤の構想を「いのちを守る森の防潮堤」と名付け、これ以降、実現に向けて邁進していく。宮脇が当初思い浮かべた森の防潮堤の総延長は、実に南北 300 キロ。高さ 50 メートル幅も 100 メートルという壮大なグリーンベルトである。森の土台となるマウンドは、高さ 20 メートル。ここに土地本来の木であるタブノキやシラカシ、ウラジロガシ、アカガシ、スダジイ、ヤブツバキなどおよそ 9000 万本のポット苗を植える。これが 10 年もすれば生長し、最終的には 30 メートルに近い高木となって計 50 メートルの防潮堤が完成するわけである。岩手県、宮城県、福島県の東北 3 県から吐き出された瓦礫は、実に 2200 万トンに達していた。通常のゴミの 19 年分とも言われる。莫大な予算をかけて焼却場を新たに建設し焼くのではなく、人々の思い出が詰まった瓦礫で利用できるものは使う。まず最初に宮脇の前には法律の壁が立ちはだかる。瓦礫は、一般廃棄物として扱われる。一般廃棄物ゆえに、土中に埋めることは法律(廃棄物の処理及び清掃に関する法律＝廃棄物処理法)で禁じられているのである。7 月に入って初めて、「森の防潮堤」計画に動きがある。東北 3 県ではなかったが、やはり地震によって街の一部が液状化した千葉県浦安市が「森の防潮堤」を実施したいと名乗り出たのである。海辺の埋め立て地に形成された浦安は、液状化による被害が甚大だった。その液状化した泥と倒れたコンクリートの破片などを混ぜてマウンドをつくり、その上を森にしようという計画だった。12 月になって高さ 2 メートル、幅 10 メートル、長さ 75 メートルのマウンドに照葉樹の苗が植えられた。その後も浦安では森の延長を検討し、最終的には、総延長 6 キロもの森の防潮堤づくりをめざしている。2012 年 3 月 3 日、東北福祉大学で催された「いのちを守る森の防波堤プロジェクト 推進シンポジウム」が開催される。シンポジウムから 2 日後突然、元首相の細川護熙から「宮脇先生にお会いしたい」という電話がかかってきた。細川の申し出は、「宮脇先生が去年から提唱されている防潮堤は素晴らしいと思うので、精一杯私も協力したい」というものだった。細川がプロジェクトに関わり始めると、すぐに組織の欠陥が見えてきた。森の防潮堤を実現するには、行政へのアプローチも、政界とのパイプも推進するための広報も、資金集めの方法もほとんど構築されることなく、機能もしていなかったのである。すぐに財団づくりの方向性が示され、細川が理事長に、宮脇が副理事長に内定する。財団の名前は、「瓦礫を活かす森の長城プロジェクト」と決まっ

た。細川は、財団を組織し始めると同時に、すぐに野田佳彦首相との面談をとりつける。30分の約束だったが、結局40分にわたって、宮脇がとうとう森の防潮堤の必要性を説明することとなった。1年間かかって動かなかったものがわずかに1、2週間で決まってくる。そうやって、動けば動くほど分厚い壁が立ちはだかっていることも浮き彫りにされてくる。そのひとつが環境省だ。環境省が瓦礫をマウンドに埋めることをよしとしないのである。そしてもうひとつの懸案事項、「国有林(海岸保安林)での実施が難しい」は、林野庁が抱える宿命である。このうち、森の防潮堤は、このふたつの役所との攻防を繰り返しながら、その出先機関や中央の意向をうかがう地方の役所という障壁にも直面することになる。財団は、2012年5月25日、正式に発足した。「これからの事業」として次のように書かれている。【1:国家プロジェクトの協力支援事業】甚大な被害を受けた被災地の復興事業として先駆的にモデルをつくる事業。①瓦礫を活かす「森の長城」プロジェクト:青森県から福島県におよぶ太平洋岩に幅30m~100m、高さ10m~20mの残土と瓦礫を利用したマウンドを築き、広葉樹中心とするポット苗9千万本を植樹する。(実施期間:平成24年~平成33年の10年間)②9千万本のポット苗生産:被災地の経済的復興に寄与する広葉樹を中心としたポット苗生産体制を確立する。(実施期間:平成24年~平成28年の5年間)【2:国民運動を目指す先行事業】本財団が主導し、国民運動へと発展することを目標とする事業。①プロジェクト普及の為のPR方法、ポット苗生産方法、募金の方法などのプログラム開発(映像メディア・音楽プロデュースなど)(実施期間:平成24年~平成28年の5年間)②プロジェクトの国内・国際協力連携ネットワーク構築事業(実施期間:平成24年以降通年)【財団の活動資金として】①プロジェクトへの参加費として一口500円の募金活動を推進する。②そのほか賛助会員(企業・団体など)から寄付を募る。このうちプロジェクトは一步また一步と歩を進めていく。

11章 大いなる前進

みんなが周りを気にして、前後左右を見て動いていたら、世の中は変わらない

「瓦礫を活かす森の長城プロジェクト」が正式発足する直前、森の長城の実現に向けて大いなる一步が踏み出されている。2012年4月30日、岩手県大槌町の海岸において本格的な森の防潮堤づくり『千年の杜』植樹祭が行われたのだ。長さ50メートル、幅15~17メートル、高さ4メートルとマウンドのスケールこそ小さいものの、まさに宮脇が思い描いていた森の防潮堤の実現に他ならなかった。植樹祭を実施するにあたって岩手県の廃棄物対策の担当者からストップがかかった。環境省の見解として、「瓦礫は一般廃棄物で有害物質以外の処理は地元自治体の判断による」という方針が出されてはいたが、岩手県はマウンド内に瓦礫を埋めることを認めなかったのである。試験扱いで許可は下りたが、5年間のモニタリングを行うことが義務付けられた。1ヵ月後の5月26日には、宮城県岩沼市内でも瓦礫を使つての植樹がおこなわれた。その後も森の防潮堤をつくろうという動きは広がりを続けた。10月14日には、南三陸町でも津波による塩害で枯れてしまった杉林を伐採し、タブノキ200本をはじめ、照葉樹林を中心に1000本植樹した。環境省は一方で、宮脇の提案する「森の長城」とは異なる、独自のプランを抱えている。「森・里・川・海が育む自然とともに歩む復興」を掲げ、「三陸復興国立公園」を創設しようという目論見である。「瓦礫を活かす長城プロジェクト」とは違い、あくまでも位置づけは「公園」であって、観光に重きが置かれているものの、「災害廃棄物由来の再生資源の活用」と重なる部分もある。環境省の態度からは、宮脇の森の防潮堤に理解を示しつつも、「お手並み拝見」と冷めて見ていることが伝わってくる。林野庁は林野庁で独自の震災後のアイデアを抱えていた。「みどりの絆 再生プロジェクト」である。国立公園の管理者でもある環境省と違い、海岸線の国有林を抱え持つ。単純に言えば、海岸の防災林は林野庁、公園再生、瓦礫処理は環境省と分かれ、これに国交省が復興事業でからんでくるという構図である。宮脇は思う。これは、政府の問題であり、国家、社会、企業、マスコミの問題であり、そして一人ひとりの人間の問題なのだ。明日を生き延びるためにどうするかという基本的な問題。少なくとも、命を守る哲学を共有していただき、いますぐできるところから始めよう。84歳の植物学者の目には、点と点が手をつなぎ、やがて長く高い森の帯と連なっていく風景しか、見えていなかった。(2012年)

宮脇昭 2012年以降の活動(『いのちの森づくり 宮脇昭自伝』宮脇昭/藤原書店など)

<2012年>5月25日財団「瓦礫を活かす森の長城プロジェクト」発足 ■5月26日岩沼市主催「命を守る森の防潮堤推進協議会」共催による「千年希望の丘~岩沼市空港南公園植樹」開催。 ■6月24日宮城県亘理町の八重神社において「みんなの鎮守の森植樹祭」開催 ■7月5日天皇皇后両陛下に「日本人と鎮守の森—東日本大震災後の防潮堤林について」のご説明 <2013年>南相馬市で「南相馬市鎮魂復興市民植樹祭」開催。以降毎年継続 ■(株)やまとの遠藤克己社長夫妻に工場周りの植樹について助言 <2014年>第五 KYOTO 地球環境の殿堂入り『フォーリン・ポリシー』誌の「2014年 Leading Global Thinkers」に選ばれる ■『宮脇昭 未来を照らすいのちの森』(アイデアオフィス)発行 <2015年>体調不良により療養生活 ■『見えないものを見る力—潜在自然植生の思想と実践』(藤原書店)発行 ■『人類最後の日—生き延びるために、自然の再生を』(藤原書店)発行(公財)地球環境戦略研究機関 国際生態学センター終身名誉センター長 ■第九回後藤新平賞を受賞 <2016年>『水俣の海辺に「いのちの森」を』(石牟礼道子共著 藤原書店) <2017年>宮脇の植樹祭を長らくサポートしてきた出雲大社相模分祠分祠長の草山清和が、世話人会をつくり、国内外1700カ所で4千万本以上の植樹を行ってきた「いのちの森づくり」のプロセスと成果を世界に発信する市民運動「宮脇昭いのちの森づくり2022」が始動 ■宮脇方式により植樹を展開してきた数多くの協力者により2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピックにおいて、宮脇の森づくりの成果とノウハウが世界に発信されるべくPR活動が開始される <2018年>5月19日栃木県日光市足尾で行われた森びとプロジェクト委員会「第三回足尾・ふるさとの森づくり」植樹祭に参加。10月28日豊島区で行われた「グリーンとしま」再生プロジェクト10周年「いのちの森」学校の森110万本達成記念式典に参加。 ■『東京に「いのちの森」を!』(藤原書店)発行 <2019年>4月14日神奈川県秦野市の栃窪スポーツ広場で、「いのちの森づくり2020」の第一弾として「宮脇昭復活植樹祭」に参加。タブノキ、スタジイ、イロハモミジなど約26種3000本を植樹 ■『いのちの森づくり——宮脇昭自伝』(藤原書店)発行 — <2021年>7月16日享年93歳で御逝去

「世界のともだち イタリア」 31

“パスタの島のジャンパオロ”

文・写真・山口規子/偕成社



地中海にうかぶ大きな島、サルデーニャ島。自然がゆたかで歴史あるこの島で10才のジャンパオロはくらしています。旅行がすきなお父さんは、この島にやってくる旅行者にもいごこちのいい宿を提供したいと、ホテルをたてました。ホテルをはじめてからは、なかなか旅行に行けなくなってしまったとお母さんはなげいています。家族みんなで楽しく経営しています。家族はみんな、いいたいことをはっきりと言うので、ときどきけんかするけれど、すぐに仲なおり。仲よし家族です。ジャンパオロは、のりものが大好き。トラクターやカッコいい車を見つけると、目をくりくりさせてよって行きます。とくいなことは木登り。戦争の映画や軍隊も大好きで、将来は軍隊に入るか、トラクターの運転手になりたいと目をかがやかせます。ホテルには世界各地から観光客がおとずれ、いつも大忙し。お父さん、お母さんと妹たちも手伝います。お母さんはパティシエ。お母さんの作るジェラートというイタリアのアイスクリームは、とりわけおいしいと評判です。ジャンパオロの学校では、給食もお弁当ありません。午後1時半に授業が終わり、家に帰ってからお昼

ごはんを食べるのです。お昼ごはんは、1日のなかでもいちばん大事な食事。仕事にでていたお父さんも家に帰ってきて、家族みんなで食卓をかこみます。この日は、生ハムとメロンの前菜、パスタ、豚のカツレツ、イチゴというメニューでした。ジャンパオロは毎朝7時20分におきて、学校に行くしたくをします。時間割にあわせて教科書を準備するのはめんどくさいからといって、全部の教科書が入った、とても重いリュックで通っています。授業は8時半から午後1時半まで。授業ごとの休み時間はなく、休み時間は、10時から始まるおやつ時間の15分間だけ。トイレに行きたいときは、手をあげて先生にきいてから行き、のどがかわいたら、窓ぎわにおいてあるペットボトルのお水を自由に飲みます。席を立てて分からないところを教え合ったり、いつでも手をあげて先生に質問したり、自由な雰囲気です。サルデーニャ島の面積は日本の四国の1.3倍の大きさで、四国の人口の2分の1の人が住んでいます。独特の文化をもつ島で、イタリア語とはちがう言葉話す人もたくさんいます。最近では、100才以上のおじいさん、おばあさんがたくさんくらす島としても知られるようになりました。島の若い人たちはお年寄りを尊敬し、大切にし、お年よりは若い人たちに知恵をあたえて助けています。家族の時間を大事にしている、わんぱくなおともだちの日常を、ぜひ覗いてみてください。(要約：K.M.)

「世界のともだち ドイツ」 32

“丘の上の小さなハカセ クラース”

写真・文 新井卓/偕成社



ベルリンを見下ろす小高い丘に、歴史ある美しい街並みのクロイツベルクがあります。12歳のクラースは、この街で生まれ育ったベルリンっ子です。クラースは4人家族。お父さんとお母さんは、いまは別々の家にいるけれど、クラースとお兄ちゃんはふたつの家を行ったり来たりしながら仲よくくらしています。放課後は、ホッケーを習ったり、クラリネット教室に通ったり、お母さんは、とにかくできるかぎり沢山の体験をしてほしい、と思っているようです。どれもきらいじゃないけれどいちばん熱中しているのは、レゴブロック！あたらしい乗り物や建物を、自分で考えて作るのが得意です。まだはっきり決めていないけれど、将来はエンジニアのような、機械をつくる仕事してみたい、と。ふだんはもの静かな優等生だけれど気になるものを見つけたとたんおしゃべりになります。今、古いキックスケーターの修理に夢中です。部品ごとにばらばらにして、ペンキをぬったり、組み立てる途中も何度も手を休めて、遠くからながめて満足気です。ドイツでは、ものをあまり捨てません。いらなくなったものは道ばたや玄関先などに出しておく、ほしい人が

が持っていくます。お母さんの家は、典型的なドイツの集合住宅。中庭もあって、室内もゆったりしています。ひとり時間を大事にするドイツでは、多くの家で子どもも自分の部屋を持っています。きちょうめんなお母さんの影響か、はたまたドイツ人気質か、どこもすっきりかたづいています。学校の日の朝は、7時前に起き、時間があればうさぎの世話やごみすてをすることも。ドイツでは資源の利用がさかんです。ガラスびんは色ごとに分けて、専用ボックスに入れます。ベルリンの基礎学校では、1年生から6年生まで、同じクラスメート。イタリア系、スペイン系、トルコやレバノン出身と個性ゆたかな顔ぶれです。10才から12才でその後の進路を決めるドイツでは、自分が興味を持てるものはなにか、将来なにをしたいか、家庭や基礎学校での体験を通して考えます。教科書を丸暗記したり、時間内にたくさん問題を解いたりする授業はありません。先生たちは、いろいろな科目を、子どもたちがやってみて楽しかったと思えるように、毎回工夫しています。現在のベルリンは、ドイツの政治、文化、科学の中心で、200か国にせまる多様な国籍のひとつとが一緒にくらす国際都市です。さまざまな文化が入りまじるベルリンの街角には、独自の自由な空気が流れています。第二次世界大戦後、東ドイツ側にあった首都ベルリンは東西に分割され、西ドイツの領土である西ベルリンは高い壁で囲われました。ひとつとが壁を壊したのは、1989年11月のこと。東西ドイツはふたたびひとつの国になりました。多様性が魅力のこの街でくらす、小さなはかせの日常が描かれています。(要約：K.M.)

□世界を通過中⑤ ～新型コロナウイルスと海運～

日本では今年5月に新型コロナウイルスが感染症法の5類(発生・まん延を防止すべき)感染症に変更されます。発生当初は2類(危険性が高い)感染症とされていましたが、2021年2月に新型インフルエンザ等感染症という新たな分類になり、今回はこれが5類に引き下げられるようです。今回はそんな新型コロナウイルス状況下を船からの目線で振り返ってみたいと思います。

【新型コロナウイルスと海運】

2019年12月に中国武漢で最初の発症者が見つかった徐々に感染発覚者が増える中、2020年1月に日本でも最初の感染者が見つかりました。そうこうするうちに、2月3日に横浜に入港したクルーズ船、ダイヤモンド・プリンセス号での集団感染(クラスター)で一気に注目が集まりました。船上は言わば巨大な閉鎖空間、ひとたび感染者が出ると感染も広がりやすい環境です。私たちが運航する貨物船でも・・・数千人もの乗員・乗客が乗っているクルーズ船とは桁が違いますが・・・1隻当たり30名弱の乗組員が乗っています。万が一感染者が出ると、船内での感染拡大の恐れもあります。そうなると予定していた港に入港できなかつたり、船を停めなければならなくなるかもしれません。また客船とは違い貨物船には船医も居ません。感染が広がる中でもしっかりと感染防止対策をしながら、船を停めない、物流を停めない事が、船会社の大きな課題となりました。■私は当時、東京本社で陸上勤務中。会社でも出社制限が広がり、リモートワークが増えていました。元々、定期検査や今後の環境規制に向けた改造工事のために船を中国やシンガポールのドックに入れる予定も多数ありましたが感染拡大に伴い、現地のドック工員が確保できない、海外技師の入国ができない、あるいは造船所が稼働停止するなどして、皆スケジュール調整に奮闘していました。また各国での乗組員の交代も制限が多く、乗下船出来ずに長期乗船を強いられる船員も多く発生していました。船員をはじめ物流現場で働く人たちがエッセンシャル・ワーカーとして再認識させられる機会にもなりました。

【COVID-19 状況下での初めての乗船(コンテナ船)】

2021年4月、経済再開の動きも始まり、感染防止対策を実施したうえで徐々に出社が増えてきた頃に、約4年間の陸上勤務を終え、海上勤務に戻ることになりました。新型ウイルス流行後、私の最初の乗船は東京から。乗船前2週間から自宅隔離、その間は毎日朝晩2回体温と体調を会社へ報告、乗船3日にはPCR検査を受けて陰性確認をした後は家族とも離れてホテルでの隔離です。絶対に船にウイルスを持ち込むわけにはいきません。無事乗船しても船内で2週間はマスクを着用し、食卓も元々乗船している他の乗組員とは別のテーブルでした。■そして感染リスクが全くないことが確認出来てしまえば船の上は無菌状態、航海中に外部との接触は一切ありませんので陸上以上にクリーンな状況です。問題は入港です。折角のクリーンな船内環境を汚染しないよう、細心の注意が必要です。この船はコンテナ船でシンガポールやインドネシアなど東南アジアと日本に寄港していました。コンテナ船の場合、貨物の積み下ろしに際しては、陸上からステベ(Stevedoreの略、荷役業者)が船上のある各コンテナのラッシング(固縛)脱着作業のために船に乗り込んで来ますが、お互いに接触を避けるため、ステベと乗組員の同線を完全に分けていました。乗組員からすれば陸上から船に上がって来る人との接触を避けたいし、陸上のステベ側も外国から来た船の船員との接触を避けたいのが実情です。平時であれば乗組員とステベと一緒に作業や点検をする事もありますが感染リスクは極力排除していました。■私がこのコンテナ船に乗船中、東京五輪が予定より1年遅れで開催され(2021年7月23日～8月8日)、多くの外国人選手が訪日していたのではないのでしょうか。何だか今となっては遠い昔のような気がします。■2021年10月に神戸で下船となり、下船後は隔離期間終了まで神戸のホテルで隔離か、公共交通機関を使わずに自宅に帰り自宅隔離が必要でした。私は後者を選択、神戸から相模原の自宅まで送迎業者のバンで帰ってきました。客は私1人でしたが、運転手は神戸までの帰りもあるので2人で交代しながらでした。私の前にも神戸から神奈川まで船員を送り届けた事があると言っていたので、船員専門に送迎を実施している業者なのでしょう、きっと。こんな感じでCOVID-19下での初乗船を無事終えたのですが、次の乗船からは海外乗下船という事で少々大変でした。

【海外乗下船】

2022年1月に米国から乗船する事となり、2週間前の2021年末から自宅隔離を開始。折角この時期に日本に居るものの、世間の皆様と同様、年末年始に実家に帰ることも諦めて大人しく正月を迎えました。海外からの乗船という事で、出国前日に成田空港でPCR検査を受けて陰性証明を持って渡米、米国で再びPCR検査を受けて陰性確認後に乗船、その間飛行機搭乗中を含めて移動の際は会社支給の防護服を着用となりました。(写真参照)日本国内でも米国でもこんな格好をしていたのは一緒に乗船するメンバー4名だけでした。機上で日本人CA(客室乗務員)からもその仰々しさに「大変ですね」と声を掛けられるメンバーもいたくらい、我々の恰好は完全に浮いていました。どこの空港でも、ここまで完全防備の人は全く見かけず、皆さんマスクや手袋、時々ゴーグル着用をしているを見かける程度でした。気恥ずかしさもありましたが、ここまで完全防備になってしまうと、もはや他人からは誰だかも分からないので目立っても気にならず!? いやしかし、完全に怪しい人達だったに違いありません。これも船にウイルスを持ち込まないためのプロ意識です。そういう事にしておきましょう。■この乗船中、何度か米国に寄港したのですが、面白いのはワクチン・ツーリズムと言って、わざわざワクチンを接種しに渡米する人達がいること。そして船でも入港した際にワクチンを打ちに看護師2名が訪船していました。私の乗船直後にも接種の機会がありましたが、乗早々に副作用が出て業務に支障が出てはまずいと考えると、業務に慣れるまでは接種を控えていましたが、頃合いを

<<千の声 VOICE>>

見つつ、また交接種が有効という情報などもあり、ブースター接種(3回目)をそこで打ちました。接種するワクチンも、ファイザー、モデルナ、ジョンソン&ジョンソンから各自で選ぶことが出来ました。ワクチン接種の是非は色々な意見があるかと思いますが、私の場合は職業柄、接種しないより接種する方がリスクが低く行動制限が少なくて済む、また接種する機会も限られているので打てる時に打っておく必要がありました。話しが少々変わりますが、米国入港時にはUSCG(米国沿岸警備隊)が、乗組員のVISA確認や体温計測に来るのですが、問題がなければ上陸許可証が発行されました。彼らから上陸しないのか?と聞かれましたが、当時はまだ会社としても感染防止の観点から乗組員の上陸を許可できる状況ではなかったため、上陸はなしでした。■2022年6月末にパナマで下船、メキシコ空港経由で成田に帰ってきました。帰路も感染予防は必要ですが、下船の時は乗船時と違って「絶対に船にウイルスを持ち込んではいけません」というプレッシャーは無く比較的気楽でした。もちろん日本国内や家庭内に持ち帰らないことは大切ですが、無菌状態の船からなので帰路の間だけしっかり注意すれば良いのと、世間でも徐々に行動制限が解除に向かいつつあったからかもしれません。下船(=休暇のはじまり)という気分の高揚ももちろんあるでしょう。その後も別の船に2022年9月にマレーシアから乗船、2023年1月に同じくマレーシアで下船でしたが、徐々に人の動きも増えてきています。感染防止に向けた行動を考えつつ、経済だけに限らず人間としての活動(QOL)を回復し、バランスが求められています。個々人で最適解は変わってきますし、変化や多様性の中で自分の立ち位置を考えさせられる機会になっているようにも感じます。(2023年4月某日) ●博信さんからのVOICE■



【飛行機内で防護服】



【パナマの空港】



【空港にて防護服で搭乗待ちの同僚】



【コンテナ船】

□夫婦で行く「日本百名山」完登を目指して③ ～99座目「穂高岳(3190m)」～(2/2)

穂高岳という山名の山は無い。深田久弥の日本百名山には「穂高に登った最初の人は明治26年(1893年)夏、嘉門次を連れたウエストンであった。もっともそれより2週間前、陸軍省の視察隊がやはり嘉門次を連れて登っている。しかしこれらのパイオニアの登頂したのは、今の前穂高であって、当時これが最高点と思われていた。明治の末年頃から、日本山岳会の先輩達が相ついでに登り、それまで一括して穂高と呼ばれた岩峰群に北穂高、奥穂高、涸沢岳、前穂高、西穂高、明神岳という風にそれぞれの名称が与えられるようになった。その最高は奥穂高であってわが国第3位である。初登頂は明治39年(1906年)陸地測量の時で、それから3年おけて登山家として鶴殿正雄が最初であった。」と記されている。又、穂高の荒々しくも神々しい景観を「峠に立った時、不意にまなかいに現れる穂高の気高い岩峰群は、日本の山岳景観の最高のものでされていた。その不意打ちにおどろかない人はいなかった」とも書いている、「峠」とは徳本(とくごう)峠のことである。

【8月23日(火)】

涸沢小屋 7:00→穂高岳山荘 10:00～10:30→奥穂高山頂 12:00～12:10→穂高岳山荘 13:00～13:40→ザイテングラード入口 15:40→涸沢小屋 17:00



【奥穂高岳山頂】

朝3時頃目覚め外に出てみると雨である。昨日夕方から降り続いた雨は木造デッキの床やテーブルを濡らし保安灯のもと鈍い光を放っていた。やはり心配で外に出てきた登山客がスマホを見ながら「今日は晴れる予報ですよ」と教えてくれた。最近の山の天気予報アプリはかなり正確で今回の山行もそれで好天予測をして来たこともあり「よし、今日は登るぞ!」と決めた。山の天気は下と上では違うことが往々にしてあり、下から見て雲がかかっているも稜線に出てみると雲は下になり青空だったりする。まだスッキリしない空模様で6:30発の予定を7:00に出発する。歩きながら今日の工程を考える、登り3時間半、下り1時間半、休憩1時間の計6時間で戻ると13:00涸沢小屋に着く、それから横尾山荘まで2時間、予備日の明日帰ればよい、今夜は横尾泊りしよう。小屋を出て涸沢ヒュッテからの合流点を過ぎ、岩屑を敷き詰めたような緩い斜面をトラバースするとザイテングラードに取りつく(ザイテングラード)

<<千の声 VOICE>>

ドとはドイツ語の Seitengrat が語源で岩壁の支尾根のこと)。涸沢小屋で借りたレンタル料1回5日間 1000 円のヘルメットを着ける。今まで一般縦走路でヘルメットを着用したことは無い。昨今の穂高岳、槍ヶ岳、劔岳等縦走路では岩稜を行く為、混雑で人為的な落石事故が多発して着用はマナーであるらしい。一段上がると白ペンキで矢印とザイテンと書かれた岩の横を通る、すぐにクサリやハシゴの架かる難所を過ぎ岩尾根の急登が続く。10時10分穂高岳山荘に着く、地図のコースタイムは2時間30分であるが3時間を要した。コロナで閉鎖された小屋は入ると奥に受付がある広い土間でストーブを囲んで長椅子があり休憩できる様になっている。女性3名のグループ、男性1名と女性2名の2組の先客が居てこれから山頂へ向かうところであった。他に人影は無く奥に管理スタッフが居るとは思うが閑散としていて静かである。この小屋は白出(シライデ)のコル(涸沢岳と奥穂高岳の鞍部)と呼ばれる場所に建てられていて、岐阜県側の奥飛騨温泉からも9時間ほどで登って来れる。天気は期待に反し怪しくなって来たが止めるほどの悪天候ではない。行動食を取り一息入れて頂上に向かう。外は雲の中、風は弱い霧雨状態なので雨具のジャケットを着る。ルートは小屋の前に立ちはだかる岩壁をいきなり垂直のハシゴ2連続で登り始め、クサリの掛かった急峻な岩場を抜けると岩稜の腹を緩やかに登る道となる。ガスの中、前方に三角形のピークが何度か現れ今度こそ頂上かと繰り返し岩尾根を詰めること1時間半、12時ようやく奥穂高岳山頂に着く。頂上といっても左側一段高い所に穂高神社の祠が祀られ、三角点は無いがここが 3190mピークらしい、右側高い所には立派な展望標識盤が置かれていた。視界はゼロ、風雨の中さんさんの登頂である、早々に記念写真を撮り下山に入る。雨で濡れている岩場を慎重に下り、1時間かけて穂高岳山荘に戻る。小屋ではストーブが焚かれていて濡れた物を乾かしながら一息付くことができた。下り1時間半で涸沢小屋、さらに2時間で横尾山荘、今晚どちらにも宿泊予約はしていない。頭では収容人員の多い横尾山荘まで行けば泊まれると思っていた。成り行きに任せで下山開始、ザイテングラード取付きまでは急な岩稜なのでゆっくり慎重に下る。ザイテングラード終了の目印となる大きな岩の手前を左に下りる、危険な岩稜下りは無事済んだ。この頃には雨は止み、視界も良好になる。下方に涸沢ヒュッテの赤い屋根が確認でき、正面には常念岳稜線が雲間ではあるが夕日に照らされ青空さえ見え隠れする様になった。今日の大半は視界の効かないガスの中で頂上は最悪だった。天は味方せず期待は全く裏切られたが、ここまで来れた安堵と共にこの景色を見ると今日一日が報われ「登って良かった」と思うのである。小屋までの道には既に赤い実を付けたナナカマドが観られ涸沢の早い秋を想わせる。暗くなりかけた夕方5時涸沢小屋に着く、2泊目の受付を済ませた。

【8月24日(水)】

涸沢小屋 7:00→本谷橋 8:50~9:10→横尾 10:20→徳沢園 11:40~12:00→河童橋 14:00~14:10→上高地温泉ホテル 14:30~15:30→帝国ホテル前 16:02(バス)→松本駅あずさ54号 18:40→新宿 21:13 着→帰宅 22:00



【朝焼けの常念岳】

日の出前、朝焼けの空に常念岳を望む、見納めである。出発する7時頃になると今日も雲が垂れ込めて来たが空は明るい。さあ今日中に帰れるか？ダメだったら上高地か松本でもう一泊か…などと思いながら下山開始、本谷橋で小休止、横尾までは登山客も少なかったが、標高の差が高い雲はあるものの天気も良くなり徳沢園はかなりの人である。観光客の家族と抜きつ抜かれつしながら2時間、上高地に着く。いつも下山したら麓の日帰り温泉で汗を流すことにしている、百名山も元は温泉巡りから始まった。河童橋前の奇麗なホテルのフロントで教えてくれたのは、徒歩15分の上高地温泉ホテルで日帰り入浴 12:30~15:30 まで開放しているとのこと、源泉かけ流しで創業明治19年歴史あるホテルらしい。7時間歩いた後の15分は少々キツかったが、河童橋を渡り梓川沿いに右岸を田代

池方向に樹林の中を行く道も平日のせいか行き交う人も少なく上高地の趣が感じられ悪くない。ウエストーン碑を過ぎて間もなく到着する。入浴料1名 800 円を払って入る。泉質は無色透明単純泉弱アルカリ性で外には露天風呂と白濁した樽風呂があり鳥のさえずりを聞きながら身も心もフレッシュされる。1時間もゆっくりしてしまった、上高地バスターミナル発 16:00 のバスが多分今日中に帰宅できるタイムリミットだろうと予測していたので急ぎ向かう。ホテルでターミナルは河童橋に戻るより下流の田代橋経由の方が近いと教えてもらい、田代橋を渡り左岸の鬱蒼とした林間をターミナル目指して歩く。赤い大きな屋根の建物の裏にぶつかり道なりに建物を回りこむとバス通りに出た。そこには帝国ホテル前というバス停があり赤い屋根の建物が上高地帝国ホテルだということが解った。偶然にも沢渡行きのバスが止まったので飛び乗り沢渡で新島々行きに乗換え、新島々から電車で松本に6時過ぎに到着。新宿行きを調べるとあずさ 54 号 18:40 発があった。駅弁、ビール、ワイン、つまみ等山行打上げに必要な食材を買い込み帰途についた。

今回の山行を振り返ると、日定は天気予報サイト「てんきと暮らす山・高原」で概ね良好を確認して設定したが大外れであった。このサイトを知ってから何度か利用しているが相当数当たっていたので妄信していたが、考えてみれば山で天気が変わるのは常識の範疇であり、山の天気と娘心はなんとかと昔歌った記憶がある。実際今回も行きも帰りも涸沢より下では高い雲はあるものの陽が射し晴れていて、雲で覆われていたのは標高 2800m 以上の上層部で

<<千の声 VOICE>>

あった。そうは云っても頂上で晴れてくれなかったのは残念でならない。また体力・気力にも問題があると感じた、地図のコースタイム通りには歩けなくなったのである。昨年日帰りで行った奥多摩御前山でもかなりオーバーした。コロナ以前は池上本門寺山門の階段(96段)を5回往復する散歩をしていたが、もう2年くらい行っていない。より慎重に安全登山を肝に命じなければいけない。●哲彦さん(78歳)からの VOICE ■

□私の入院・手術歴 ～14回の入院歴と治療～

【1. 左鼠径ヘルニア手術】

日赤広尾病院(全身麻酔)何日間入院したかの記憶なし。手術台で、「数を数えろ」と言われたが、10に達しないうちに記憶がなくなったのを覚えている1952年?月(幼稚園入園の前年)5歳くらい。父方の従弟に数人のヘルニアがあることから、父方の遺伝かと思う。

【2. 虫垂胃炎手術】

小出病院(隣) 局部麻酔 10日程入院した記憶。高校生(2年次)。

【3. 左脚アキレス腱縫合手術】

大森日赤病院 局部麻酔。1985年1月9日寒さの厳しい夜間のテニススクール(大井町阪急)での試合中負傷。救急車で池上の小さな病院に運ばれた。心配した父が、翌日自宅近くの大森日赤病院に転院させてくれた。入院は1月10日～1月24日の15日間。手術は1月11日であった。ギブスが完全に取れるまでに2か月ほどかかった記憶である。■余談:担当医からは、「今後は、無意識に手術した左脚を庇って反対の脚のアキレス腱を切る可能性があるので、半年間はテニスをしないように」と言われた。この助言を守って、手術から半年間はテニスを控えた。しかし、半年の禁止期間が切れた直後に箱根で行われた弁護士会の合宿の勉強会の機会に行われたテニス会に参加して、終了間際に右脚の捻挫(と自分では思っていた)をした。一人で運転して行った自動車はマニュアル車であったが、左脚でクラッチが踏めたため、痛む右足でアクセルとブレーキを踏んで東京に戻った。翌日になっても痛みが引かず、右脚の甲が腫れてきたため、日赤病院で検査(レントゲン)診察してもらったところ、小指側の中ほどの骨にひびが入って(骨折という)とのことで1月の時と同じように石膏のギブスが施された。

【4. 左手中指グロームス腫瘍切除 日帰りで1時間程度の手術】

施術の年月日は記録がない。東京医科歯科大学病院・外科。指先の爪のあたりにできる良性腫瘍、次第に指に触れると激痛が走る症状。局部麻酔で爪をはがして、中にある2mmほどの球状の赤い腫瘍を摘出。

【5. 大腸(虫垂)腫瘍摘除(全身麻酔)】

2004年8月18日入院。8月20日手術。8月27日退院。東京医科歯科大学病院・大腸肛門外科。数年前(かなり長期)より、人間ドックで検便の鮮血反応が(+)となり長く続き、(±)となった。元から軽い痔疾があり、これによるものと疑われていて、精密検査は行われなかった。この年、(2+)となった。胃もたれが頻繁におこり、胃腸の具合が悪い自覚症状があった。精密検査(大腸カメラ)での精密検査の結果、大腸癌が発見され、内視鏡では切除不可能な大きさのため、直ちに大腸外科に回され、手術が決定された。小腸吻合部15センチ摘除・リンパ節3節目迄切除したが、リンパ節への転移は無かった。以降、毎年大腸内視鏡検査を続けている。大腸癌のアフターフォロー期間である10年は経過しているが、ポリープが出来やすい体質と言われ、毎年の大腸カメラの検査を受けている。検査で5mmほどのポリープが1～数個見つかり、いずれも組織検査で悪性ポリープではないとされているが、悪性に変質することがあるとのことで、毎回内視鏡で切除している。

【6. 眼瞼下垂手術(両眼) 日帰り(希望があれば近くホテル宿泊)】

?年8月(時期の記録なし)横浜桜木町眼科医院(局所麻酔)。翌日(1,2日自宅休養)数年前から、涙目となり、強い光(例えば横断歩道の白線等)に強い眩しさを覚えるようになった。自動車の運転では、トンネル内が暗く見にくくなった。東京医科歯科大学病院・眼科の診断を受け、「眼瞼下垂」と診断されたが、当時、同病院には、此の回復手術ができる医師がおらず、独立開業していた上記の医院を紹介された。(医科歯科大学病院での初診から手術までに手術待ちを含め半年以上かかった。2種類の薬の点眼を続けた)手術方法はいくつかあるようだが、どの方法がとれたかは聞いていない。生来、一重瞼であったが、手術の結果、二重瞼となり、「目がぱっちり」となってしまった。手術当日は、近くホテル宿泊もあると言われたが、帰宅した。両目の手術部位からはかなりの出血が一晩続いた。

【7. 腎臓癌摘除手術(右) (全身麻酔)】

2013年1月17日入院1月29日退院(13日間)東京医科歯科大学病院・泌尿器科。人間ドックの腹部エコー検査で異常が発見された。自覚症状無し。東京医科歯科大学病院で精密検査を受けた結果、1.2cm大の腫瘍と診断さ

れた。組織検査をすることも考えられるが、広げてしまう可能性もあり、医師団の画像診断では、良性の腫瘍ではないかとの意見があったが、主治医は悪性腫瘍と判断し手術を行うことに同意した。結果は悪性腫瘍であった。右腎臓の一部を摘除。

【8. 左右鼠径ヘルニア手術（全身麻酔）手術時間およそ3時間】

2018年10月18日入院 19日手術（腹腔鏡下ヘルニア修復術）。退院 10月20日（3日間）。東京医科歯科大学病院・大腸肛門外科。左鼠径部に発症、手術治療を依頼（3月26日）。検査の結果、幼児の時に行った左鼠径部も小規模のヘルニア状態にあるため、左右腹空中にメッシュが貼られた。

【9. 右下肢動脈硬化症治療（閉塞性動脈硬化症）】

2019年5月27、28日の2日間検査入院（冠動脈造影検査、下肢動脈造影検査）。2019年6月25日入院。6月26日手術。6月28日退院。東京医科歯科大学病院・循環器内科（局所麻酔）。数年前から、長時間歩くと、足の裏が痛む症状が出て、次第に重くなる。循環器科の医師に相談し、検査（CT及びMRI）の結果、動脈硬化で血流が悪くなっていると診断され、下肢（左右）膝上、鼠径部下の細くなった動脈にステントを入れ風船で膨らませる措置（手術）が行われ、血液抗凝固剤が処方されるようになった。（外科ではなく内科の医師が行った）。術後は足裏の痛みはなくなる。手術翌日から歩行

【10. 左下肢動脈硬化症治療】

2019年9月10日入院 4日間入院。東京医科歯科大学病院・循環器科（局所麻酔）同上

【11. 慢性硬膜下血腫手術（局所麻酔）】

2021年10月18日入院 26日退院9日入院。東京医科歯科大学病院・脳外科。10月15日（金）16日（土）長男と金曜・土曜を掛けて湯河原のキャンプ場にキャンプに行った。体調は悪く、帰宅した翌日の日曜日は休んで過ごした。異変は、翌朝にはっきりした。朝起きて、ガスに点火しようとしたが、いつもは考えることなくできていたのができない。事務所までの通勤には支障がなかったが、事務所の扉の開錠（暗証番号とカード）ができない。長男に電話して鍵を開け事務所内に入れたが、明らかに異常と認識し（意識障害）、妻を呼び、同僚弁護士とも相談し、弁護士業務の停止、事務所の閉鎖を考えた。妻は、長男や次女から私の異常行動を聞いており、事務所に駆けつけてくれ、救急で医科歯科大学病院に行くように言ってくれた。同病院は、掛りつけであったので、内科外来に電話をしてくれて、救急来院が認められた。掛りつけの循環器科の外来に行ったところ、脳出血が疑われ、脳外科外来の医師の診断の結果、硬膜下血腫とわかり、その日の午後に手術とされた。手術は2～3時間であったと記憶する。局所麻酔で、手術中の医師の様子は判った。左硬膜下にかなりの出血があり、200ccを取り除いたとのこと。翌日からは歩くように言われ、リハビリの説明があり、3日目から脳関係のリハビリと身体関係のリハビリが同時に開始された。妻の行動や助言があって、措置が早かったためか、後遺症は全くなかった。記憶障害の後遺症等の影響もなかった。（2022年3月の自動車運転免許の認知症検査は98/100だった。）

【12. 右下肢動脈閉塞回復措置】

2022年8月12日 入院のための検査（新型コロナ PCR 検査、血脈検査(ADI)、心電図、入院オリエンテーション）。2022年8月14日（日）入院。東京医科歯科大学病院・循環器内科。2022年8月4日、突然、百数十メートルを歩行すると、右脚の脹脛（下腿三頭筋？）が痛み出し、歩行困難となる。4～5分その場で休むと回復して歩行できるようになるが、歩くと同様の症状を繰り返すようになる。検査（CT）の結果、ステントを入れている右下肢の主動脈（浅大腿骨動脈？）が閉塞状態にあることがわかり、鼠径部からカテーテルを入れて、閉塞部の開通を試みた（局所麻酔、レントゲン画像を見ながらのカテーテルによる手術。内科医が手術）が、失敗。ワーファリン（血液抗凝固剤）の服用による血栓を溶かす措置が取られるが、さしたる効果なし。（続く）●史雄さん（75歳）からの VOICE ■

□相模女子大学小学部に合格 ～わが家の成功のカギ～

我が家は庶民育ちのしがない共働き夫婦。息子は黙々と1人でダンゴムシを追いかけ回しているマイペースな子供。なのに何故、私立小を目指そうとしたのかと言えば、多様な選択肢の一つとして加えたかったからです。■幼稚園は様々な理念のもと、面白い教育方針を打ち出した園があるため吟味して選んだのに、小学校は学区で指定された学校に自動的に入学することに疑問を感じていました。また、長期休みも含め毎日学童に通わなければならないため、充実した放課後環境を用意したく小学校受験にチャレンジすることに決めました。■しかし、困ったことにお受験なんて経験した事がないため、何から始めれば良いのか分からず、とりあえず近所の大手幼児教室に足を運んでみました。そこでは小さな子供達が張り詰めた空気の中、一生懸命先生の話を聞いており、そしてその横で息子も一

<<千の声 VOICE>>

言も弱音を吐かず必死に周りについていこうとしていました。子供らしくないその姿に危機感を持ち、別の方法を模索している時、お友達に光樹先生を紹介していただき年長の4月からお世話になることに決めました。■初めの授業では、2時間座る事が難しく、ゲームや絵本で気持ちを切り替えながら、鉛筆の持ち方や線の書き方からのスタートでした。受験の世界を知るうちに焦りや不安も大きくなりましたが、限られた時間で効率よく取り組むために、光樹先生に言われた事だけに集中しました。■家庭では親が間違いを指摘すると機嫌を損ねてしまい、勉強が続かない事が何度もあったため、家で私は「先生」では無く「お母さん」に徹することにしました。まず、机に座ったら褒める、鉛筆を持ってプリントをやったら褒める、もし間違っていたとしても、取り組んだ事を褒める。間違いはその場では指摘せず、間違えた箇所を記録し次の授業の際に光樹先生から注意してもらうように工夫しました。その結果、波はあるけれども家庭学習も何とか毎日続けることができました。■この受験を通して、子供の自己肯定感を下げたり勉強嫌いな子になるのを心配していましたが、光樹先生が息子の気持ちに寄り添って下さり、丁寧に優しくご指導いただいたことで、一度も嫌がることなく塾に通うことができました。また光樹先生の忍耐力や懐の深さは、母として学ばせていただくことが多く、大変感謝しております。■我が家が小学校受験に挑戦し結果的に合格をいただいたのは、「無知である」事が一番の成功への道だったと感じています。無知だからこそ、受験の世界に足を踏み入れ、無知だからこそ息子と光樹先生を信じて挑戦することができました。先入観を捨て、まっさらな気持ちで一步踏み出す大切さを家族で経験できた事は大きな収穫です。■息子はこの1年で大きく成長したけれど、今日も変わらずダンゴムシを追いかけて走り回っています。もうすぐ小学生。友人や先生に恵まれ、可能性に満ちた6年間を過ごせることを切に願います。そして、これからどんな道に進もうとも、母として受け入れ見守ってまいります。

●ユウセイ君(小1)のお母さんからの VOICE ■

□国士舘大学法学部法律学科に合格 ~A0 入試対策小論文の授業~

「私は石川ゼミに小学校5年生の時から高校3年生の11月まで通っていました。石川ゼミに入塾したきっかけは、音読、計算、漢字の読み書きが苦手だったからです。■小学生時代は毎回の授業で朗読暗唱から始め、百ます計算、学年別漢字の読み書きを学習してきました。朗読暗唱は覚えることも大事ですが、正確に発音し相手が聞き取りやすく読むことが大事だとわかりました。百ます計算はスピードと正確性が大事です。最初は良いタイムが出なかったのですが、何回もチャレンジすることで卒業タイムクリアをできるようになりました。漢字の読み書きは学年が上がることによって難易度は上がってきます。何回もクリアできない時はありましたが、家でたくさん学習することが大事だとわかりました。必然的に家での学習時間が増えて、毎回の授業で合格できるようになりました。そのおかげで漢検準2級を取得することができました。■中学校に上がり、英語が新しく加わってきました。そこで英語ができないことに気づきました。中学校1・2年生では英語を中心に石川ゼミで学習してきました。石川ゼミでは文法を中心に学習して克服することができました。中学校3年生では一旦石川ゼミを離れ、集団塾に1年間通うことにしました。無事第一志望の高校に合格することができました。しかし、私に集団塾は合わないなと思ったので高校1年生からはまた石川ゼミに戻ってきました。■高校1年生から3年生の夏までは引き続き英語を学習してきました。高校3年生になり、進路を決めないといけない時期になりました。当初はスポーツ関係の仕事に就きたい気持ちがあり、経営学部がある大学を志望していました。しかし、改めて本当に就きたい職は何かと考えていたときに警察官が頭に浮かんできました。私の父が警察官で幼い頃から働いてる姿を見てきて、自分も父のようになりたいと思ったからです。そこで法律についても調べ、公務員に強い大学を探すことにしました。そこで見つかったのが、国士舘大学です。オープンキャンパスにも参加し、雰囲気、学修カリキュラム、就職率に惹かれ、国士舘大学法学部のA0入試に挑むことにしました。当初は一般受験を考えており英語を学習していたのですが、A0入試は小論文と面接なので急いでシフトしました。石川ゼミでは小論文対策を徹底的に行いました。志望校の小論文過去問を毎回の授業で取り組み、石川先生に添削してもらいました。石川先生から自分の考えをもっと深めていこうとアドバイスをたくさんもらいました。■当初は自分の考えはとて薄っぺらいものでしたが、受験日が近づくごとに自分の考えを具体的に書けるようになっていました。相手に説得させるのが小論文だということも石川先生から教わりました。■そして無事受験が終わり、国士舘大学法学部法律学科に合格することができました。小論文対策をしたのは2ヶ月間くらいでしたが、たくさん石川先生から小論文の書き方の秘訣を教わったので本番でも活かすことができました。小・中・高と7年間ほど石川ゼミでお世話になりました。石川ゼミではたくさんの分野を学習することができたので、とても自分の為になりました。皆さんも将来の夢を見つけて、そこに向かって頑張ってください。●カズテル君(大1)からの VOICE ■

○予告○2023年 千の声 VOICE 秋号 特集 (毎月1回朗読会を開催中)

●『東條英機歴史の証言 東京裁判宣誓供述書を読みとく』 渡部昇一/祥伝社

昭和23年刊行後、GHQにより発禁処分とされた東京裁判における東條英機・宣誓供述書。その原文を全掲載、詳説。GHQが封印した歴史の真実、そして日本人が知っておくべき本当の「昭和史」を紐解く。

※朗読会は誰でも参加できます。石川塾までお問い合わせください。(☎042-710-5768)



□漫画『コウノドリ(21巻60話)子宮内膜症』 鈴木 ユウ/講談社

仕事中に急激な下腹部の痛みを訴えた女性が救急搬送されて来た。彼女は子宮内膜症のため卵巣が腫れてそれが破裂してしまっていたのだ。■子宮内膜は本来子宮内にありホルモンの影響を受けて妊娠準備のため厚くなる。そして妊娠しなければ剥がれ生理となる。しかし子宮内膜症はなぜか子宮内膜が子宮以外にできて炎症や癒着を起こす病気で、卵巣内に嚢腫ができる原因になったりする。腸でひどく癒着していた場合腸閉塞になることもあるのだ。子宮内膜症になったとしても自然妊娠できる可能性はある。そして妊娠・出産して授乳期の生理のない時期になれば子宮内膜症は良くなるのだ。しかし完治が難しい病気なため、ピルを飲んで子宮内膜を厚くさせないで生理を起こすことが子宮内膜症の対策になる。ピルは避妊や生理痛の緩和などに効果があるため多くの女性が服用している。また、生理の量や生理痛を緩和させるための方法としてIUSがある。IUSは子宮内に入れて黄体ホルモンを出す器具のことだ。一度装着すると最長5年間は効果があり子宮内膜症対策にもなる。■妊娠6週の妊婦が検診に来て、右の卵巣が腫れて子宮内膜症があり卵巣嚢腫になっていることが発覚した。卵巣嚢腫はチョコレート嚢胞とも呼ばれ、子宮内膜が何らかの原因で卵巣内に入り込み、本来膈から体外へ排出される経血が生理の度に卵巣内にたまり嚢腫になることだ。■妊娠中や出産後の授乳期間で生理がない時は嚢腫が大きくなることはないので手術は必要ないが、生理が再開すると少しずつ大きくなるので妊娠の希望がなかったりしばらく妊娠を考えていない場合はピルや黄体ホルモンの薬を使って生理をコントロールすることで症状の進行を抑えられるのだ。●カノンさん(大1)の要旨要約■

□7人の子どもたちと⑧ ～こども7人中2人の受験を終えて(ブログより)～

小6の長女の中学受験が終わり、見事に不合格。落ち込んでいるのかな～と思いきや、すぐに開きなおっていた。「○○中学(地元)に行くってことだね!」「もし、受かってたら、宿題とかたくさんあるし、朝早いし、ま～無理だね」とか言ってたね。半分は自分に言い聞かせているのだろう。娘の気の強さに救われたかもと、私も開きなおり、次はお兄ちゃんだー!と高校受験の準備。お兄ちゃんは私立の併願の3校のうち、1校合格をもらった。落ちた併願高校の1つは、本命だったとか。受験後、自己採点で落ちた!と分かり、彼も落ち込んでいるのかな～と思いきや、そうでもなかった。私「本命だったよね?」と、聞くと、長男「いや～。そうではない。」とポーン。私「じゃあ、どこ?」長男「○○!前からそこに行きたいって思ってたけど、途中で○○(併願校)に変えた。」って、おいおいおいチーン。そう。都立高校が本命だったのだよ。併願校の受験当日、体調が万全ではなく、軽い咳が出ていたのだ。大丈夫かな～。試験に集中できたかな～。途中で保健室へ行ったりしないかな～。などなどとすごーく心配していた私。落ちたとわかった瞬間、彼も開き直り、まだ受験が残っている都立高校の受験日にむかって勉強。いや～。心配して損したというか…。まっ、本人達の試験だし、本人達が1番緊張してるし、心配しているし。私にできることは、体調管理しかない。最近、私用で忙しく、ご飯もまともに作れていないから、彼らの体調が万全ではないのかと反省。母としてやるべき事をやらなくちゃと私も気持ちを入れ替え、あと数日闘うわよ～!そして、幼なじみ君も無事併願校、合格!!おめでとう～⑧後は共に、都立高校の受験頑張ってもらおう!!ラストスパート!!!頑張れー!■中3の長男と幼なじみ君も高校受験を終え、合格発表の日までドキドキハラハラの毎日を過ごしたのだろう。親も、もちろん落ち着かない日々だったね。合格発表の日。アクセスが集中したためか、なかなか見れずに、本人、じいちゃん、ばあちゃん、義妹、と、私。じいちゃんは、パソコン画面の前に座って待機している長男の、後ろに立ちパソコン画面を覗いていた。長男は、1番に発表を見たかかったため、やめてくれ～と、じいちゃんに伝えるもじいちゃんも楽しみで覗こうとする。その様子は面白かったが、私達は離れたところで緊張しながら待っていた。受験後、問題が難しかったらしく、自己採点では五分五分だった。難しいかもね～まっ、落ちたら、併願校あるし。行くべき学校があるから、なるようになる!とみんなで言い合いをしていた。そして、遂にアクセスができ、「合格!」と長男は、静かに言ったのを、聞き間違いなのかと、私達は「えっ?えっ?えっ?本当に?本当に?」と、駆け寄りパソコン画面を確認。「合格おめでとうございます」とあったのだ!それを見た私は義妹とハグ。義母とハグしながら、「合格ー!やったー!」と涙ながら叫び喜んだ。長男に後ろから抱きつくも、本人は迷惑そうな表情。まだ合格したことに実感がわかないのか、無表情で魂の抜けた様だった。放心状態。じいちゃんはその時の様子を写真に。一応カメラ目線だが、表情が硬いこと～。いや～。本当によかった～。自分が本当に行きたい学校に合格出来て何よりだ。「お祝いだね～。何が食べたい?回転しない寿司屋に連れていくよ～!」と聞くと、「う～ん。それよりもスマホが欲しい」と真顔。電車通学になるし、友達とも連絡がとれるし、制限かけてスマホデビューだな～と、購入予定。一方で幼なじみ君も志望校に合格!!みんな本当によく頑張った!!!!お疲れ様だ。私はあと何回、このドキドキハラハラの時を過ごすのだろうか～。3年前の長男の言葉。「もう一回このスリルを味わいたい」と中学一貫校に受かったのに、行かざったあの時。どう?と、確認するも「え?覚えてないや」とさ…。「でも、もう受験はいいわ。指定校推薦狙う!」…だね!指定校推薦もらうにも、こりゃ、そんな簡単なことではないわよ。3年後がどうなるか楽しみだね。って、来年は次男の受験があったね。次男に来年だね～!と声かけてみたら、ボソッと「人それぞれのレベルがある。比べない。」と…。「そうだよ!」だから、「○○(名前)のペースで、○○が行きたい学校に行けばいい!」とエールを送ったわ。●高1・中3・中1・小6・小3・小1・年長のお母さんからのVOICE■昨年に続き受験生のいる生活/子育て奮闘記を「ブログ」に連載中ですので御覧ください

<<石川塾の肝心要 ~生きていくための要旨要約~>

□記述力を身につける“二千字”要旨要約文(齋藤孝「使える!『徒然草』より」)

■「徒然草 百五十五段」~やりたいことはすぐに取り掛かる~

小見出し:時機を選ばずトライしてみる

本文要約:無常観とは、この世の物事はすべて移り変わっていき絶対のものはない、という見方である。それを文字通り受け取ると生きていることも死を受け入れていくための準備のように思え、いっそ流されるままに生きている方がいいとなるかもしれない。それでは、無常観を消極的な意味で解釈することになる。そうとらえてしまうと、意思決定など積極的なことは意味をなさないという考えに落ちていく。兼好の無常観は一筋縄ではいかない。世の中の動きや人の行動、心の動きを観察し、上達論から処世術までを示唆している。だからこそ、私たちにとって大いに役立つと言える。普通は、世の中と合わせるのであれば、周囲の状況や周囲の人の言動などをよく見て、タイミングをはかってやったほうがいいというのである。これは処世術としての兼好の言葉である。人間のリアルな無常観に立ったとき、兼好は、こういう。「真俗につけて、必ず果たし遂げんと思はん事は、機嫌を言ふべからず。とかくのもよひなく、足を踏み止むまじきなり」ここで兼好が言っているのは、「真に大事なことはタイミングなど選ばずにやるのが大切だ」ということである。人間は生まれた以上、「老・病・死」をさけることができず、必ず死を迎えることになる。死は心の準備などできないうちに、迎えることになってしまう。ここには兼好の無常観がよく表れている。だからといって、兼好はその無常観の中で無為に過ごせというのではない。ほんとうに大事なことは、あれこれと準備に手間取ったり、「もう少しいい時機を見て、などとタイミングをはかっているはいけない」というのだ。「必ずなし遂げようと思つたら、時機を選ばずに、いますぐにやってみえ」というわけである。やろうと思つたことは、いますぐやる。すると、それまでとは違った新たな局面を生み出す。それによって、現実が変わっていく。

小見出し:自分で期限を決めてやりきってしまう

本文要約:この兼好の言葉は、仕事をする上でも、応用できる。やりたい仕事が見つからないとか、もっと仕事ができるようになりたいなど考えたとき、与えられた仕事を早めに仕上げることだ。それをこなしていくことで、知識や技術が磨かれる。上達することで、頼まれる仕事の質が高くなり、確実に自分の実力は上がっていく。何か新しいことをはじめようとするとき、あれこれ条件をつけて、「準備が必要なので時間をください」などと言わずに、すぐに仕事に着手する機敏さが必要になる。まず自分にとっての期限を自分でつくることだ。準備が整ってなくても、「ここでやっぴまおう」と思つたら、やりきってしまう。当面のやることに、すぐに飛び込めるかどうかである。

小見出し:後戻りしないところまでやっぴまおう

本文要約:すぐにやるということと同時に大切なことが、もう一つある。それは、取り掛かたときに、後戻りできないところまでやっぴまおうことである。はじめの企画の段階では、本になったときに、どんなものに仕上がるのかはまだ見えていない。なぜなら、企画としてはまだ不十分なのだ。いますぐに取り掛かれなくても、タイトル、章立てから細かい項目立てまでつくって、レイアウトのイメージや、本のおおよその値段まで決めてしまふ。そこまで煮詰めておけば、あの企画はどういうものだったかわからなくなることはない。緊急の仕事が入っても、すぐにまた取り掛かれる段階まで詰めておくことが重要である。一回分の原稿を書き上げた後、その勢いで、次の原稿のはじめの部分を書いてしまふのがコツだという。思考がふり出しに戻らない工夫である。

小見出し:やりきった後には現実が変わる

本文要約:あれこれ考えて周囲の状況や様子を見てみると、遅れるデメリットの方が大きい。一ヵ月で仕上げればいい仕事を二週間でやり終えたとしたら、次の二週間の過ごし方が変わってくる。マーケティングなどの落とし穴はここにある。「まずマーケティングで調査をして」などと言っていたら、仕事は進まない。それまでの自分の総合的な経験のすべてをかけて、「これはいけるかどうか」を判断した方がいい。一つひとつ勝負をかけていくうちに仕事のカンが磨かれ、精度が高くなっていく。二ヵ月早く今の仕事を終えたら、次の新しいテーマに向かえる。ステップアップの速度が速くなる。一年でやることを三ヵ月でやっぴまえば、失敗したとしても、次の三ヵ月で修正したものが出せる。一年かけてやっぴ失敗したら、締め切りは過ぎてしまっているから、やり直すとともに時間がかかる。やりきれなかった未完成な部分は、次にやればいい。画家のピカソは作品を完成品とは考えなかった。作品はつねに未完であり、それは次の作品への過程なのだ。だから、また意欲的に取り組める。こうしてつねに前進して、ピカソの作品は創り上げられていった。速くやることによって、密度の濃い時間を過ごすことができ、集中力も高めることになる。外的な条件は、いくら状況を読み取ろうとしても、変化しているだけに読み切れない要素が多い。どのタイミングでやればいいのか、分からなくなってしまう。スピード感を持ってやっぴいくと、たとえばいまできた論文では言い足りない部分や未完成だと思われる部分があつても次の論文で修正ができる。あの時点でやりきったからこそ、新たなテーマが生まれ本がどんどん出せる状況になった。新たな企画が生まれ、新たな現実を生み出せる。『徒然草』でいう「必ず果たし遂げんと思はん事は、機嫌を言ふべからず。」とは、状況を待っているのではなく、「思い立ったが吉日」と、現実を変えていくことである。運命は後ろからつかまえるのではなく、積極的に前からつかまえなければならない。●アツト君(小6)の要旨要約■

第百五十五段:必ず果たし遂げんと思はん事は、機嫌を言ふべからず。

[意味]必ずなし遂げたいことは、時機をとやかくいっている暇などない。

こどもらと千句千年/わがまち逗子写真集

2020年・2021年・2022年版（令和二・三・四年版）完成

2020年(令和2年)から2022年(令和4年)に週刊・石川ゼミ通信に掲載した俳句を一年ごとにまとめました。ご希望の方に無料配布しています。こどもらの俳句と逗子の写真と一緒に楽しみください。今後も皆様からの詩・和歌・俳句・川柳の投稿をおまちしています。



石川塾で俳句(世界一短い詩)をつくりませんか

俳句に興味のある方/塾生・大人・どなたでも

五七五の十七文字(音)で作る/季節の言葉(季語)を入れる/この二つを守ればもう立派な俳句です♥毎週発行しているゼミ通信1ページ目に投稿作品の中から選ばれた入選作品が掲載されています。入選作品1作品につき10ポイントが進呈されます。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。(読み書き算数石川塾☎042-710-5768)

(石川剛:選) わたしの好きな日本の詩36篇 (前篇・後編)

石川塾の勉強は朗読暗唱から始まります。言葉を読み書き考える“読み書き算数”塾です。石川塾長が創設当初から塾生に朗読暗唱させてきた詩、伝えたい詩を36篇の冊子にまとめました。今後塾でテキストとして使用していく予定です。ご希望の方に無料配布いたします。塾長の“わたしの好きな日本の詩36篇”をお楽しみください。

(前篇)		(後篇)	
1 雪(三好達治)	10 骨(中原中也)	19 初恋(島崎藤村)	28 北の春(丸山薫)
2 祖母(三好達治)	11 一つのメルヘン(中原中也)	20 桜(萩原朔太郎)	29 誤診(井伏鱒二)
3 夜(三好達治)	12 月夜の浜辺(中原中也)	21 旅上(萩原朔太郎)	30 冬(井伏鱒二)
4 少年(三好達治)	13 冬の長門峡(中原中也)	22 竹(萩原朔太郎)	31 シンガポール所見(井伏鱒二)
5 鶯のうへ(三好達治)	14 生ひ立ちの歌(中原中也)	23 ばくてりやの世界(萩原朔太郎)	32 つくだ煮の小魚(井伏鱒二)
6 乳母車(三好達治)	15 あどけない話(高村光太郎)	24 帰郷(萩原朔太郎)	33 蟻地獄(井伏鱒二)
7 サーカス(中原中也)	16 人類の泉(高村光太郎)	25 稲作挿話(宮沢賢治)	34 涙(三好達治)
8 汚れつちまつた悲しみに(中原中也)	17 薔薇二曲(北原白秋)	26 永訣の朝(宮沢賢治)	35 さやうなら日本東京(三好達治)
9 湖上(中原中也)	18 落葉松(北原白秋)	27 春のうた(草野心平)	36 おんたまを故山に迎ふ(三好達治)

体験授業は3回無料です。まずは授業体験を…お待ちしております。

お問合せは…

TEL042-710-5768 読み書き算数 石川塾

◎ステップアップのための漢字・算数・数学検定◎

■通常授業はもちろん夏期・冬期・春期講習で対策を！

お申し込み時に過去問とチェック&レポート表をお渡します♡♡●家でもどンドン勉強できるよう取り組み方は授業で伝授します♡♡●漢字検定は学年に関係なくどンドンチャレンジしよう♡♡●算数・数学検定は1学年・2学年上の級にチャレンジしよう♡♡

大人の方の受検もサポートいたします♡♡過去問とチェック&レポート表をお渡します♡♡検定料と施設費(@1500/月)で過去問のコピー無制限♡♡

漢字検定3級以上取得すると高校入試で内申点が加点されます♡♡

○夏季・冬期・春期講習特別プラン○

□漢字検定🌸は2時間×3日間で学年の漢字読み・書き・書き順攻略♡♡

更に、2時間×3日間で過去問攻略♡♡

□算数・数学検定🌸は2時間×6日間で苦手克服・過去問攻略♡♡

●2023年～2024年<石川塾>検定試験日程●

漢検の日程	数検の日程
2023/6/24/土曜	2023/7/8/土曜
2023/10/28/土曜	2023/9/30/土曜
2024/1/20/土曜	2023/12/2/土曜



お申し込み・お問合せは石川塾まで♡電話 042-710-5768

□塾の遠足「ききたい」「たずねたい」「参加したい」(いつでもなんでも気軽にコール/☎042-710-5768)

●わが子と遊ぶ/わが子と歩む/わが子の歩み/わが子に学ぶ/鎌倉逗子葉山海浜を歩き土の道を歩く/塾の遠足はほぼ毎月/家族友だち知人どなたでも参加できます/2歳からの読み書き算数塾・大人のための石川ゼミ/本がたっぷりの教室/夢中な本/午前・午後・夜間いつでもお越しください/お友達の写真はホームページでご覧になれます■「町田 読み書き算数塾 石川ゼミ」検索■

●編集長・渡邊光樹からの VOICE●世界文明の歴史を振り返れば、見境なく木を切り、都市の周りの森林を破壊したとき、その文明は破壊させられ、その周りは砂漠化していくということを私たちはしっている。日本でもまた、木を切り、森を破壊してきた。稲作が入ってきて、水田をつくり始めたときからは顕著になった。しかし、私たち日本人は決してすべてを殺しはしなかった。私たちはたしかに、一方で生活の基を築くために森を破壊したが、一方では、ふるさとの木によるふるさとの自然の森を再生し、保護してきた。私たちの先祖は、自然に対して畏敬の念を持っていた。彼らは海沿いの高いところや川の源流の近くに神社をつくり、自然の森を保護し、保存した。それらの森は、鎮守の森と呼ばれた。(ハーバード大学にて開催された「エコロジーと神道」宮脇昭の講演より) 鎮守の森をつくる所以である■

□ホームページの「new 体験学習ガイド」欄に(俳句と写真■写真:kumi■/幼児教室/石川ゼミ/国語専科)を掲載しています

●編集兼発行人・石川剛からの VOICE●「凄い人」がいるもんだー4千万本の木を植えた男/阪神淡路大震災に「鎮守の森」再認識/被災地に全長 300 kmの「森の防潮堤」を構想—宮脇昭を知った時の驚きです(以上は本誌特集)/対談集として日本の超高層ビル建築の先駆者池田武邦との「次世代への伝言～自然の本質と人間の生き方～」と石牟礼道子との「水俣の海辺に『いのちの森』を」/以下タブノキの話/折口信夫・池田弥三郎・タブノキのいい話は「果てなき闘い」の冒頭にある/徳富蘆花作「灰燼」(「自然と人生」所収)に帰した徳富家の実家は総タブノキ作り/全国鎮守の森 30 (藤原一繪) 選に選ばれているわがまち逗子のタブノキに囲まれた神武寺/「こどもらと千句千年わがまち逗子写真集」をHPに掲載(石川塾物語欄)/宮脇昭は間氷期 9000 年に耐える“ふるさとの木でふるさとの森”を作ろうと「凄い人」■

□石川塾長に「ききたい」「たずねたい」「参加したい」(いつでもなんでも気軽にコール/☎042-710-5768)

□<2023年 夏号「千の声 VOICE」第 19号>令和 5年 6月 1日発行■HP「千の声ボイス」にバックナンバーを掲載

■〒194-0021 町田市中町1-30-8 菅井町田ビル2F/町高通り・税務署近く■☎042-710-5768