泰泉寺残日録

坪井　幹之

読書と旅

フィリピン生まれの台風2号が足早に去って卓月晴れが戻った五月二十三日、計画していた「湖東の旅」に出た。近江商人を主人公にした小説「藍色のベンチャー」（幸田真音著）に触発された旅である。近江は日本史の中で要となった舞台の一つである。同行の浜田昌俊老公と相談、的を古戦場・彦根城・近江商人の三つにしぼった。以下、二泊三日の旅の概要を書く。

（一）賤ケ岳　豊臣と柴田の古戦場、「七本槍」で有名。戦前の小学校読本でも取上げられていた。リフトで登った青葉繁れる山頂からは、かつて名刹「湖東三山」からの帰りに立ち寄った余呉湖も足下に眺められた。湖北随一の展望地、多くの登山客に出会う。

（二）渡岸寺観音堂　国宝十一面観音で有名。日曜日で参拝客多し。一木造の観音像は気品にあふれた逸品で、とくに背面からのお姿は魅力的、バックシャンの極致。このあたりを描いた井上靖の小説「星と祭」が今後、「読書会」でも話題となるだろう。

（三）彦根城　井伊三十五万石の居城。国宝四城の一つ。どこから見ても名城である。彦根は京に近い上、数多くの街道が通っている要衝の地である。幕府は徳川直参の旗頭であった井伊家にこの地を守らせた。大河ドラマ「花の生涯」で登場した「埋木舎」にも立ち寄った。

（四）関ケ原　天下分け目の古戦場。多くの戦跡があるが、時間の関係で、家康最後の陣跡・両軍の決戦場、三成陣跡・島津義弘陣跡等を見て廻った。池宮彰一郎の作品「島津奔る」では、この戦いの過程がドキュメントのように書かれているとのことで読む決意を固めていたが、事情があって司馬遼太郎の「関ケ原」を読む。

（五）五箇荘町　江戸時代後半天下の経済を支配したのは商人であるが、中でも有名なのが伊勢と近江の豪商と言われている。この近江商人発祥の地のなかで、代表して五箇荘の里を選んだ。彦根より近江鉄道で南進。田園地帯に散在する白壁と蔵の近江商人屋敷をいくつか尋ねた。旧外村家・あきんど大正館などで、多くの点で勉強になった。

（六）最後に、二泊した宿について触れておこう。旅行社が予約を入れてくれた旅館は「味覚の宿・双葉荘」である。こみこみで一泊一万七千円と高額であった。予算上は高過ぎたが、結果的にはたいへんよかった。琵琶湖畔にあって風光明媚、食事は看板に偽りなし、朝晩素晴らしい料理でおおいに満足、晩酌程度ではすまされなかった。とくに新鮮な刺身には驚いた。魚類はすべて日本海物で、魚市場から高速道路によって四〇分位で運ばれてくるとのこと。

（七）標題の通り、読書と旅の弁証法的関係は深い。これをもって今回の総括としよう。

旅のしおり

ボルネオ島　キナバル山（4095m）に登る

現役には申し訳ないが、時間を気にせず、混雑を避け、ウイークデイにのんびりと山登りができる！、旅ができる！、永年待ちに待った夢が現実になった。早速、4月5日から東南アジアの最高峰Mt.キナバルに最愛の妻（？）と8日間の日程で登ってきた。

関空12時発、マレーシア航空でクアラルンプールへ。着後、入国手続きを済ませ、国内線乗り継ぎの時間は1時間足らず、少し不安であったが、空港内の案内板は日本語で表示されていて、迷うことなく再び機内へ。夕闇迫る南シナ海に浮かぶ島々を上空から眺めていると、ここが半世紀前の太平洋戦争の激戦地であったこと、かつての日本は、わざわざこんな所まで戦争にきたのかとの思いが、イラク派兵の自衛隊と重なる。

目的地ボルネオ島コタキナバル着は午後10時半、先に到着していたツアーリーダーの案内でホテルへ移動、そこで今回のツアー仲間9名と合流した。現地時差1時間を加えれば、関空から11時間半かかったことになる。直行便であれば5時間とのこと、長い1日であった。

翌日は、迎えのバスで市内観光、昼食後、映画「サンダカン八番娼館」で紹介されたサンダカンに向かう国道を北東へ2時間、キナバル国立公園登山管理事務所（1600m）へ立ち寄って、明日からの登山許可証（IDパス）を受け取る。日本と違い宿泊施設の数で入山者の上限が決められる、現地ガイドには、ゴミを拾い集め、ゴミ袋を必ず持ち帰ることが義務づけられるなど、環境保護が徹底している。

今日の宿泊は、石鎚山より高い高原リゾート地クンダサンで、ホテルの窓から朝夕キナバル山の勇姿を見ることができ快適だった。

4月7日、日本語が少し話せる登山ガイド3名、ポーター4名が加わり、専用車2台でメシウラ登山口（1951m）へ移動して、登山開始である。

キナバル登山のルートは2本あり、公園本部から延びる登山ルートが一般的である。メシウラルートは、2km長く登りもきついので、登山者が少なくこの日も我々だけであった。そのためかえって、静かなのんびりとした登山ができてよかった。

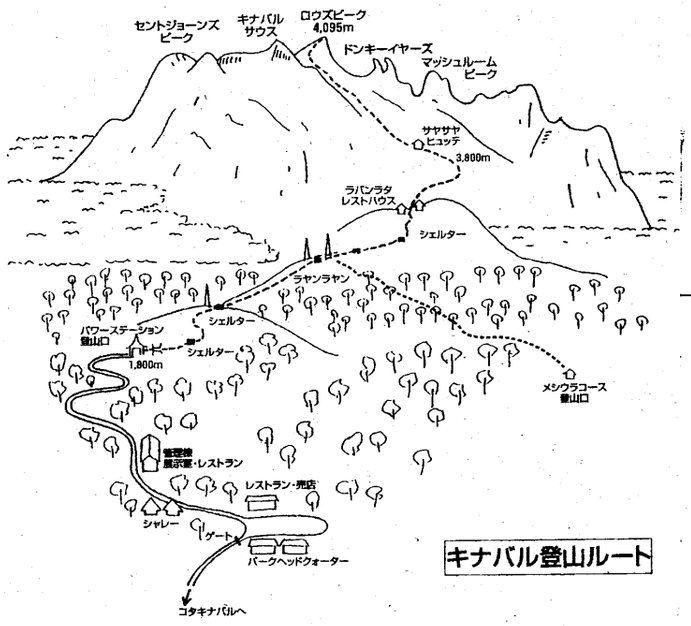
登山道はよく整備されており、トイレのあるあずまや（シェルター）が一定の間隔で設置されている。熱帯樹林の草花、食中植物ウツボカズラの群生に歓声をあげながら高度をかせぐと今宵の宿・ラバンラタ小屋（3300m）に着く。レストラン、売店、テラス、宿泊は2階で二段ベッド、暖房が設置され、定員40～50名か、ゆったりしていて日本の夏山で、山小屋に泊まるのとは大違いである。

4月8日、早朝3時ヘッドランプの灯りを頼りに出発、花崗岩の巨大な岩盤を登る。サヤサヤ小屋（3800m）あたりから、酸欠で高度障害を訴える仲間が4名出てくる。特に我妻は弱く、頭痛、吐き気、倦怠で半病人どころか半死である。それでもなんとか最高峰ロウズ・ピークに登頂、自己最高高度を見事更新、感激ひとしおのようであった。

頂上からの眺めは素晴らしく、氷河に削られた花崗岩の奇峰が林立する稜線、その向こうに広々と広がる雲海、その下はるかに南シナ海が見える。しばらく自然のおりなす景色に見とれていると、周囲には誰もいなくなり、我々だけがこの山を贅沢に独占していた。日本では考えられないことである。

下山後は、南海のビーチリゾート、海鮮料理、マーケット巡と、ボルネオならでの体験を満喫してきた。またの機会があれば紹介したい。

中村正博



キナバル登山ルート

つりクラブ発足？

昨年の幡多での忘年会で、森本宏先生の提案で、本部常任委員会に諮ったところ、満場一致で承認され、発足させてはということになりました。

そこで、お世話役を誰がするかとなると、現常任委員の中に誰も釣りバカが居らず、事の成り行きで「お前やれ」ということになり、窓口をお引き受けしました。提案者の森本先生も、私もぜんぜん釣りをしないもので、うまくクラブの運営がやっていけるか不安ですが、幸いに市川幸輝先生が連絡係をお引き受けくださり、お世話いただけるようで少しほっとしています。

この記事を読まれて、日ごろ釣りに関心がある方、これからやってみようという方、「素人に任せておけるか」という方、どなたでも、「この指たかれ」でクラブ員を募りたいと思います。

希望される方は左記まで連絡ください。

（森下芳文）

高岡郡日高村本郷592-2
電話　0889-24-5456

No.129

相撲ミニ知識（五十九）

林　勤

相撲ミニ知識（五十八）続き

前回（五十八回）、スペースの関係で掲載できなかった「やぐら太鼓」について述べます。

◎ やぐら太鼓

右のうち、寄せ太鼓とはね太鼓はやぐらの上で打つので「やぐら太鼓」とも言う。

両国国技館前に常設されているやぐらは「高さ16m、鉄製、エレベーター付き、底辺は3m四方、太鼓を打つ所は2.1㎡」である。

地方場所には勿論常設のやぐら

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

年金問題学習会

―県高齢者運動連絡会―

高齢者運動連絡会は、5月14日、04年度総会を開催する中で、年金問題学集会を開きました。会場の高知生協病院会議室は40名余りの参加者で熱気に溢れていました。

講師の竹村昭三氏（全日本年金者組合県本部委員長）は、本国会で論議されている年金改悪案を「史上空前の改悪」と批判。17年度まで続く保険料値上げや、年金加入者数の減少率や平均寿命の伸びに合わせ給付水準を引き下げるマクロスライド制が導入され、大きく給付が下げられることなど問題点を説明されました。そして、5兆円の軍事費の見直し、大企業の優遇税制の是正などで財源を生み出すことができる、それによる「全額国庫負担による最低保障年金制度」の実現とその必要性を強く訴えました。会場からは同感の拍手とともに、改悪への怒りが表明され、阻止への闘いの決意が述べられました。

総会では、小泉自公内閣の掲げる「改革」により医療福祉の切捨てが進み、高齢者に大きな悪影響が出ていることが指摘され、年金・医療・介護の改悪反対、消費税率引き上げ反対、高齢者の緊急通報システムの普及、高齢者憲章を広げる取り組みなど、高齢者の権利と生活を守る運動を強めていく方針が採択されました。（小沢）

はないので、臨時にやぐらを組んだり、高い工作物を作る等している。

外国人力士（3）

ミニ知識四十八（二〇〇二年五月）と四十九で外国人力士について述べたが、その後僅か二年の間に外国人力士の地位と人数には大きな違いが見られる。

当時の幕内、十両では横綱、関脇各一人、前頭と十両各二人であったが、現在（七月場所）は横綱一人、前頭七人、十両三人である。幕内四十二人中八人、十両二十八人中三人、という多さもさることながら「幕内には第一人者朝青龍を筆頭にしてベテラン旭鷲山、旭天鵬、三月場所十両優勝で入幕二場所目の十九歳白鵬、東京農大出身・身体の柔らかい時天空、レスリング出身でパワーの黒海ら。十両では十両二場所目・相撲、レスリング出身二〇三㌢の琴欧州、同じく相撲、レスリングからの露鵬ら三人」と、若手注目力士が並んでいる。日本人力士が余程頑張らなければ、やがてこの力士らが大関、三役陣に顔を並べることが懸念される。

幕内八人、十両三人の国別では黒海（グルジア）春日王（韓国）露鵬（ロシア）琴欧州（ブルガリア）以外の七人はモンゴルである。

外国人力士の入門希望者が多くなり、二〇〇二年二月四日、協会理事会の申し合わせで「各部屋一人限りとする、但し、現在二人以上いる場合はこれを認める。」となっているが、七月場所現在外国人力士は六十一人、部屋数は五十四であり、外国人力士のいない部屋は数少ない。

国別ではモンゴル三十七人、中国六人、ロシア四人が上位三ケ国である。因みに、県別では愛知五十四人、東京と大阪四十八人福岡四十三人、モンゴル三十七人が上位五である。

★　★　★　★　★　★

私の健康法

ループループ

渡辺忠直

現在の便利社会は、筋肉の力を十分に発揮させずに省力で生きていくようにつくられています。高齢期になるとますます筋肉を使う機会が少なくなります。その結果、腕や脚の動きなどからだの動作が鈍くなったり、おなかを中心に身体全体がたるんできたりします。膝や腰が痛い、肩がこるなどの症状までででることがあります。そうなるとますます筋肉を使うことから遠ざかり悪循環を繰り返します。

筋肉は、使わないと衰えます。ギブスや、病気で寝込むと極端に弱ってくるのはいい例です。立ったり座ったり、歩いたり走ったり、ものを持ち上げたり下ろしたりするのが筋力です。引き締まったボディやみずみずしい肌も筋肉のおかげです。

そこで筋力トレーニングが必要になってきます。マシンやバーベル、鉄アレイ、チューブ、そして腕立て伏せなどは高齢期の方には難儀な話です。水中運動もよいですが、いつでもどこでもとはいきません。

高知医療生協活動でブームになりつつある「ループループ」をご存知でしょうか。このループループは、一mぐらいのゴムを輪にしてその張力を利用した筋トレ法です。カラフルでコンパクト。いつでもどこでも楽しく気楽にエクササイズ。そのループを二重、四重、二組一度に持つなどして、鍛える個所や強さが調節できる便利なものです。

高退協の集いなどでループループを紹介する機会を与えていただければ嬉しいです。なお、高退協の鎌倉信吉さんも「ループ・セミプロ」の認定を医療生協理事長よりいただいています。

老眼鏡

高退協会員永田和子先生による『評伝　片山徳治』を高知新聞企業が出版した。片山徳治は幕末に生まれ、明治・大正・昭和にかけて高知で活躍した医者であり、寺田寅彦の主治医も勤めた。永田先生は県下高校で国語の教鞭を執られたロマン　ロランの研究家である。

『評伝・・・』によれば、徳治は一八五七年安芸郡奈半利で安岡和吉の次男として誕生し、少年のころ養子となって伯父片山善八に連れられて高知へ移った。道中で腰の脇差が重くて、手ぬぐいで巻いて肩に担いで歩いたとのことである。私が幼少のころ腹痛が起きると神主であった祖父は榊の葉に墨を塗って護符を作り、その墨を水に溶かして私に飲ませた。虫歯が痛むと祖父は私の顔の前で幣切包丁を回転させながら呪術を唱えた。そのまじないを聞きながら私は眠った。それよりも更に六〇年昔、本格的な西洋医学に基づく治療を徳治は高知で行った。また徳治は植木枝盛と同年生まれで二人の間には交友もあり、社会的使命感も強くて、伝染病予防思想の普及や高知県医師会会長を十六年にわたって務めている。徳治の孫娘と結婚した郷土史家平尾道雄の著書の間違いを一箇所「残念な気持ちがする」と永田先生は遠慮深く指摘している。徳治の長男が片山敏彦である。敏彦は詩人・文芸評論家であり、ロマン　ロラン研究第一人者である。そこに永田先生との接点がある。巻末に資料として、徳治の生家である安岡家と養家である片山家の家系譜図がある。両系図とも江戸初期から徳治の曾孫まで実に入念に調べている。養子や再婚が多くて複雑であるが、系図の徳治に赤丸を付けて本文を読むと解りやい。さらに系図を見ていると、死別による再婚の多いことがわかった。徳治は二十八歳で最初の妻を亡くし、六十七歳で再婚相手も亡くし後添えと暮らしている。敏彦も二人の妻に先立たれている。寅彦も二人の妻に先立たれ再々婚している。現代では助かったであろう命も当時の医療では、肺結核やお産で命を落としている。彼らにとっては、人間の力では救えない天災に思えたであろう。しかしながら、よき伴侶に恵まれて再出発している。天妻は忘れた頃にやってくる。

三谷隆彦