

な か ま

発行

佐倉市立中央公民館
な か ま 編集係

〒285-0025
佐倉市鎗木町 198-3
電話 (043) 485-1801

2 ページ	ローテクの逆襲	高橋 将	ボウリングに出会って	石井久仁子
3 ページ	一人旅で新しい自分に	野中 尚美	上座の地名について	宮澤 照佳

新春によせて

佐倉市長 渡貫博孝

『なかま』をご愛読のみなさま、新年あけましておめでとうございます。

『なかま』はボランティアのみなさまのご尽力で発行されています。ボランティアのみなさまには従来の編集に加え、平成十七年五月号からは今まで外注していた製版も行っていただいております。心から感謝申し上げます。

佐倉市は財政が厳しい状況にあります。『なかま』発行の事例のように、熱意と創意工夫を發揮し、市民のみなさまのご協力を得ながら、困難を乗り越えられる行財政運営を図ってまいりますので、一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

さて、昨年十月、「ヘルスプロモーション国際シンポジウム」が佐倉市で開催されました。

「ヘルスプロモーション」はWHO（世界保健機関）が提唱した新しい健康観に基づ

く二十一世紀の健康戦略で、「人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるとするプロセス」と定義されています。従来の個人主体の健康づくりからさらに進んで、「健康づくりを支援する環境をつくること」を重視する考え方です。

ヘルスプロモーションの実現には、「健康さくら21」の推進が近道であると考えます。「健康さくら21」は、佐倉市が平成十六年三月に策定した佐倉市健康増進推進計画です。すべての市民が健康でいつまでも現役で、こころ豊かに暮らせる健康なまちをめざし、「生活習慣病予防（一次予防）を重視した健康づくり」と「健やかな親子づく

り」を体系的、継続的に推進していくことを目的としています。

平成十八年は、重点事業として「健康さくら21」を推進し、ヘルスプロモーションの実現を目指してまいります。

「健康づくり」は市民のみなさまが主役です。市民と行政、関係機関や団体等が協働しながら進めていくことが重要であると考えています。佐倉市を「市民一人ひとりがこころ豊かに生き生きと暮らせるまち」にできるよう、積極的に取り組んでいただき、市民が輝くまちを目指してまいります。

本年も皆様方にとりまして、健康で生きがいに満ちた年となりますことを、心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

ローテクの逆襲

今のガス台はハイテクである。お湯が沸くと火は消える。天ぷらを揚げると時々火が点滅して一八〇度くらいの適温に保たれる。だが弱点もある。

先日犬の散歩から帰るとガスが点かないと妻が言う。元栓の回し方が悪いが電池が切れてないかといういろいろ調べたが分からない。昨夜の地震のためかなと言うと今朝は点いたと言う。よく見るとゴム管が折れ曲がっていた。折れ曲がりを直すと火は点いた。

お風呂も変わった。薪と石炭の時代から知っている私にとつては驚きである。ボタンを押すと湯船の側面からお湯が出、適温適量になると自然に止まり、音楽とともに「お湯が沸きました」と女性の声が知らせてくれる。先日アノウンスがあつたので裸になつて風呂のふたを取ると浴槽は空であつた。栓の締め忘れで

あつた。どれほどの水とガスが無駄になつたかケチの私は限りなく後悔した。

洗濯機もハイテクである。パネルには無数のボタンと赤いLEDがあり、さまざま機能を持つている。先日妻が水が漏ると言うので見ると、洗濯機の真下にある床の排水口と洗濯機のホースのつなぎ目が緩んだらしかった。洗濯機の足の下に木片を挿入して洗濯機を少し持ち上げ、そこを締めなおして解決した。あとでもう少し締めようとして、洗濯機の下に手をつ込んだら回転部分に触れて手の甲に怪我をした。洗濯中だった。

薪と石炭の時代ははるかなり、ハイテク万能と思うようになった私は、機械のローテクの部分から意外な仕返しを受けた思いがした。

(弥勒町 高橋 将)



ボウリングに

出会って

学生時代から十数年間続けていたカヌー(カヤック)を止め、仕事と自宅をいったりきたりして暇をもてあましていました。

そんなある日、仕事先のお客様に誘われて自宅近くのユーカーボウルに通うようになりました。そこにはいろんな年代の方がいて、お年寄りの方も若い人たちにひけをとらないほど練習していました。

最初はあそびで楽しくできればよいと思っていたので、それほど本気ではありませんでした。しかし、シニアの上級者の方々のすばらしいフォームや高スコアをだしている姿を見たその時です「私も練習して上手になろう」との思いがあふれ、本格的に始めることにしました。

ただ、その道のりはそんなに甘くありませんでした。今まで十数年、多くのスポー

ツを経験しましたが、こんなに奥深いスポーツは初めてでした。最初はためらいもあり、止めてしまおうとも思いました。そんな中、アドバイスをしてくれる上級者やプロの方がたに支えられボウリングの楽しさがわかってきました。

年齢差があるうとなかろうと、多くの人と接しボウリングを通していろんな面で勉強をしています。今では、こんなに恵まれた環境で幸せだなあと思っています。

現在、仕事をしながら日々練習にはげんでいます。二年前からNBF(日本ボウラーズ連盟)に登録して当面の目標である全日本選手権にむけ頑張っています。ホームのユーカーボウルにも全日本選手権出場を目標にしている人が三名います。私は全日本出場の目標を達成した後は、さらにその上をめざし挑戦していこうと思っています。

(上座 石井 久仁子)

一人旅で

新しい自分に

「ママ、みんなで一緒に行く海外旅行は今年で終りにしよう」去年の夏、当心中三だった娘の一言だった。一瞬、耳を疑ったが、良く考えてみると、もう娘も子供ではなく、一人の女性として成長して行く過程の中に足をふみ入れているのだらう。

二〇〇五年夏、私はかねてから憧れていた「海外一人旅」に出かけた。それは毎年家族と行っていた海外旅行とは全く異なるものであった。

ヨーロッパ、アメリカ、東南アジアと、おかかえツアーの担当女性を悩ますほど、治安面も考え練りに練ったものになった。渡航先はシンガポール、治安も気候も街の美しさもすべてを満たしている国だ。国の七割が中国人、しかし他の民族もたくさんいて、言葉も何カ国語も行きかっている多民族国家だ。

一人旅は自由、そして大胆にもなれる普段見た事もない自分の顔がふと鏡に映る瞬間がある。ツアーを共にした日本人、そして何より信頼関係が生まれた現地のガイド達。日本では想像もつかない体験をし、みんなで一緒に過ごした時間は、もしかしたら「夢？」と思うくらい素敵な思い出になりました。辛過ぎたカレイスラムの名残の習慣、家族の写真、帰る時はいつまでも手を振ってくれた笑顔。友達が苦しんでいたら助けるんだよ。最後に言ってくれた言葉。今まで単に観光して喜んでいたら自分を少し恥じた。

一人旅から戻って、新しい自分に出会え、見つめ直す機会を与えてくれた娘に感謝。旅をきっかけに一八〇度変わった自分。それは異国から私への人生のメッセージなのだろうか。

(新町 野中 尚美)

上座の地名について

しづには「上志津」「中志津」「下志津」という地名がある。しかし、同じしづに「上座」という地名はあるが「中座」「下座」が、なぜないののだろうか。佐倉市民ハイキングなどで、上座を散策のとき、他人同士が話しているのを耳にしたことがある。

「上座」は一般的な地名からではなく、仏教で使う特別な用語からと考えられる。仏教では、上座すなわち、正しくは上座部とは、小乗仏教を意味し、小乗仏教とは、修業のための教えである聖道門のことであり、自力じりき本願の教えである。この場合の門とは法門、すなわち教えをさす。

聖道門とは、釈尊の教えであり、自力の行を励んで、この世で悟りを開くことを目指す聖者の進むべき道をいうのである。これに対して、阿弥陀の本願を信じて念仏して浄

土に生まれ来世に悟りを得ようとする凡夫ぼんぷの道を浄土門というが、釈尊の教えを総じて、二種に分けたもの。

そして、このような場合の「上座」は、具体的に聖道門である禅宗の寺のある域を呼ぶのであり、この地に夢窓国師が開山し、山門額に臨濟宗中興の祖といわれる白隠禅師の書という由緒ある臨濟宗妙心寺派宝珠院（文和二年（一三五三年）創立）のある所を示した地名と考えられる。創建された時から、人は「上座」と呼ぶようになり、やがて地名となったようだ。（参考文献：下総国印旛郡寺院明細帳 参之壹）

弥勒町も勝寿寺（本尊：弥勒菩薩）のある所から地名になったといわれている。

(西志津 宮澤 照佳)



1月の黒板

『なかま』原稿募集のお知らせ

『なかま』の2・3面は、市内の皆様の投稿によって作られています。原稿は随時募集しています。

- [原稿規定]** 字数 650字(13字×50行)以内。ワープロによる原稿(縦書き)でも結構です。
- 内容 随筆・・・日常の出来事、生活の中で発見したこと、気付いたこと、経験や感想などご自由にお書きください。

『なかま』に対するご意見・ご感想などもお待ちしております。
いただいた原稿は、掲載するにあたり常用漢字への変更や、句読点等修正させていただきます。

問い合わせ 佐倉市立中央公民館 (第2・第4月曜日は休館日です)

URL <http://www.city.sakura.chiba.jp/kominkan/cyuuou/index.htm>

さくら道

この頃は午後から夕方の時間に、散歩をする人(犬)をたくさん見かけるようになりました。人に連れられた犬の散歩か、犬に連れられた人の散歩か、特に田畑沿いの道は大変賑やかになります。時々マナーの悪い人(犬)を見かけます。紐を放して犬だけ先に行かせ、遙か後ろで知らない素振りの人。空き地があればすぐに犬を放す人。

紐を長くして犬は畑に自分
は道を歩く人。田んぼの中で
犬と一緒に遊ぶ人。忘れ物を
する人などなど。
ゴミ棄てやフン害に憤慨
している地元の人たちの苦
情が、立て看板の多さで伝わ
ってきます。看板の前でも平
気な人もいます。家が増えれ
ば犬も増えるようですが、足
元を気にしないで楽しく歩
ける散歩道を、飼い主のみな
さん心がけていただきたい
ものです。

あとがき



過日、友人達とのコーヒータ
イムの折に、「なかま」の
原稿を募集しているんです
が、どなたか応募してもらえ
ませんか」の一言に、「エッ、
なかまって何?」「名前は聞い
たことがあるけど、でも読ん
だことはない」反応のなさ、
知名度の低さにガツカリでし
た。と言う私も、市民カレッ
ジに入るまでは、その存在を

知りませんでしたので、大き
なことは言えませんが、因
つて今年の私は「なかま」の
存在を広くアピールして、少
しても多くの皆さんに知っ
てもらうこと、そしてたくさ
んの方々に、その紙面に参加
してもらおう事を目標として
掲げることにしました。楽し
く、面白く、少々怖い日常の
出来事、趣味の話等々、身辺
雑記で結構です。
今年もよろしく願いい
たします。
(長田)