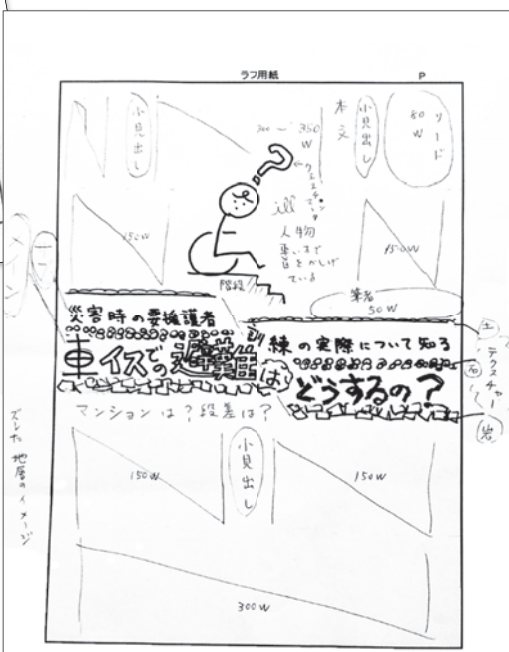


雑誌総合セクション

はじめての雑誌づくり

～生活・興味の中から自分らしい発信をしてみよう～



『東京マガジンバンクカレッジ』第4号の 刊行にあたって

『東京マガジンバンクカレッジ』第4号は、雑誌総合セクションの連続ワークショップ「はじめての雑誌づくり～生活・趣味の中から自分らしい発信をしてみよう～」(平成30年6月9日から全4回)の参加者の皆さんが作り上げた記事を、冊子の形にまとめたものです。

参加者は講師からアドバイスを受けて、記事の企画、構成を考え、必要な取材やデータ収集を行い、原稿を執筆しました。

記事内容は十人十色。あなたの心に響く記事がきっとあるはずです。

雑誌を完成させるにあたり、本ワークショップの講師を務めてくださった生島典子氏、生島淳氏、御協力いただいたイラストレーターのとみみわ氏、デザイナーの渡邊和美氏に、心より御礼申し上げます。

はじめての雑誌づくり

生活、興味の中から自分らしい発信をしてみよう



花が咲き乱れる牧草地 初夏のスイスを楽しむ	石塚 英子	5
雑誌編集者のお仕事	saky	6
東京でできる身近な田舎暮らし	牛島 一成	7
隅田川花火大会の舞台裏	大槻 純一	8
憧れの航空業界ではたらく！ グランドスタッフの世界	おばら ゆみこ	9
新しいオフィスの形 Coworking spaceを見に行きました！	加藤 朋美	10
てのひら茶室でお茶を一品	鎌島 直子	11
日大アメフト部騒動が起きて、知りたい!! 学生スポーツの指導で大切な事は何なのか？	雪莉	12
人と人を電話でつなぐサービス 「電話リレーサービス・プロジェクト」稼働中！	小谷野 依久	13
ミニベロに乗って散歩気分でサイクリングを ミニベロを楽しむ	BERO	14
未だ一万一千四百九十柱の英霊が眠る 硫黄島 かつての敵味方が再会する	谷 輔次	15

	普段の生活に彩を。			
	発見！ ハーブ生活			SOUKO
	地元の国際協会をのぞいて見た お隣さんともっと仲良く			中川 みどり
	武蔵野の戦争遺構			中田 有俊
	車椅子での避難どうするの？			中島 東子
	本と一息くひといき			奈良 貴布
	最高の音楽体験を求めて			marco
	「人とのつながり」が健康寿命を延ばす			細田 恭子
	与えられた『今の時間』をポジティブに過ごす 七葉さんの生き方			松木 智子
	よいふる発見			みかみ しおり
	Le sable サブレ、le financier ファイナンシエ、etc. 等々…			加澄 そら
	国分寺発！ Tres bien なお菓子たち			武藤 功
	国分寺市の学校キャンプについて			山室 智子
	地域おこし協力隊も大活躍 日本の伝統的工芸品 秩父銘仙を広めたい！			
	講師紹介	4		
28	雑誌ができるまで			

連続ワークショップ「はじめての雑誌づくり」 講師紹介



いくしま のりこ
生島 典子氏

フリーライター、編集者
KADOKAWA で生活情報誌『レタスクラブ』等の編集業務に
従事後、独立
育児・家計・住まい・働き方など幅広い記事を執筆

●講師よりひとこと●

雑誌が大好きで編集者になった私は、自宅の近くに雑誌と児童書が豊富な多摩図書館ができることがうれしくて仕方ありませんでした。開館後には、できるだけセミナーなどに参加。2017年の「雑誌づくり」の講座にも参加しました。

2018年、お声掛けいただき、自分が「雑誌づくり」の講座を担当させていただくことになりました。最初はお伝えすることがどのくらいあるのか、わかりませんでしたが、自分が仕事で身に着け、考えてきたことをお話しし、みなさんと楽しく講座を進めることができました。

そして、みなさんの成果が1冊にまとまると思うとワクワクしますね。最初なのにかなりレベルの高いことをやっけてしまいました。とてもよい記事ばかりで楽しいです。「人生100年時代」といわれる社会でも、編集という技術は、身に着けておくと思役立つと思います。

講座に参加してくださった方々、多摩図書館のスタッフの方々、忙しい中、無理を申し上げてご協力いただいたデザイナーの渡邊 和美さん、イラストレーターのなとみみわさんに、心より感謝申し上げます。

いくしま じゅん
生島 淳氏 ※第1回のみ

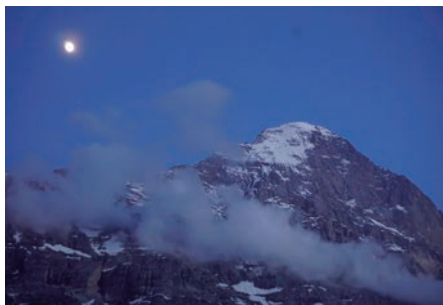
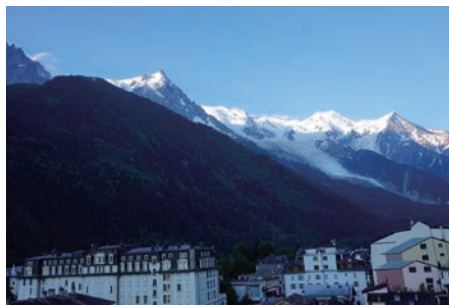
スポーツライター、スポーツジャーナリスト
国内のスポーツだけでなく、アメリカスポーツ事情にも精通
ニュースキャスターやラジオパーソナリティとしても活躍



●講師よりひとこと●

話を聞いて、原稿にまとめ、雑誌となって世の中に出る。この一連の作業を「仕事だから」と思ったことはなく、ずっと楽しんでやってきました。今回の講座では「自分の興味があること」を誌面にすることの楽しさを伝えられたら、と思っていました。その方法として取材があり、調査がある。

みなさんの原稿を見て、驚きました。こんなに世の中には「興味」があふれているのか、と。それにしても講座の最中に、私が以前書いた原稿のことを話すと、多摩図書館のスタッフの方がすぐに該当する雑誌を書庫から引っ張り出してきたのには、驚嘆。「月刊PLAYBOY」に書いた福山雅治の原稿とか、懐かしかったな。



Switzerland

花が咲き乱れる牧草地

初夏のスイスを楽しむ

構成・文／石塚英子



スイスと聞くと雪山を頭に思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか？

標高4000メートルを越える雄大なモンブラン、北壁登山の困難さが数々の小説や映画でドラマ化されたアイガー、ピラミッド型の姿が美しいマッターホルンは、テレビや雑誌、ガイドブックで日本人に馴染み深いと思います。

この6月にスイス旅行から戻られたばかりの鈴木さんにお話を聞くことができました。鈴木さんは「あこがれのスイスで花が咲き乱れる山をハイキングしたい」という奥様の強い希望をかなえるために、こういった著名な雪山観光にフラワーハイキングを盛り込んだツアーに奥様と参加されたそうです。

百聞は一見に如かず、鈴木さんからお預かりした写真で、お二人が回られた山と草原をお楽しみ下さい。日本の牧草地は平坦で緑ですが、スイスでは美しい花が咲く草を牧草として育てます。放し飼いの牛たちは低い土地からそんな牧草と花を食べながら急峻な丘を登って行きます。初夏のフラワーハイキングを楽しみたい方は、牛たちが牧草と花を食べ尽す前に是非スイスにお越し下さい！



1 | 2 | 3

4 |
5 |

6

1. モンブラン 2. アイガー 3. マッターホルン 4. 牧草地の牛たち 5. ツェルマットの花畑 6. クライネシャイデックの牧草地

雑誌編集者 のお仕事

雑誌を読んでいると「編集」という言葉を目にすることがあります。実際にどんなことをしているのか知っていますか？

フリーで編集とライターのお仕事をされている生島典子さんに編集について教えて頂きました！

構成・文 / sakky



生島典子さん

雑誌編集者への道

生島さんが編集者になるまでには紆余曲折があったそうです。

1. 「雑誌が好き」からスタート

私はもともとすごく雑誌が好きで。生活情報誌とか、女性誌をつくりたい、と思っていて。女性の生き方とか、働き方とか、そういうものを取り上げる仕事をしたいと思っていました。

2. 就職活動での挫折

バブルの時の就職活動。氷河期ではなかったけど、出版社が採用する女子は数人。頑張ればなんとかなると思っていたんだけど、全滅。後で聞くと、女子はほぼ縁故採用(笑)。頑張ってもダメな世界があったんだ…と知りました。

3. 証券会社に勤務

中途採用で編集になる条件は<業務経験あり>。どうすればいいのか悩んで。証券会社で働きつつ、夕方からエディタースクールに通いました。エディタースクールに通っても「経験」にはならないんですけどね。

4. 佐々木編集長との出会い

スクールに通いながら就職活動してたら、レタスクラブの当時編集長だった佐々木さんから「もう27歳でしょ。ラストチャンスだよ」と声をかけてもらって、出版社に入社できました。

Q.「雑誌の編集ができる」ってどういうことなのでしょう？

載せる記事の中身が決められて、誌面が作れる能力があれば「編集できた」って言えますね。

例えば、「座談会」のページを作るなら、その内容を企画できるかどうかです。そしてそれをちゃんと成立させるために、取材先やスタッフの調整をして現場をまず作らなきゃいけないですよ。で、それをページ内にまとめるっていう力があるかどうか。そういう仕事全部が編集です。

ひととおりでできるようになったら次はクオリティの高いものを求めていく話になります。発想はいいんだけど、もうちょっといいものにしよとかとか。これはこれで面白かったんだけど、もうちょっと動きをつけたいよね、とか。そういう工夫がどんどんできてくると、編集は楽しいですよ。

Q. 編集をするときに生島さんが大切にしていることがありますか？

自分が理解している社会的な仕組みを他の人にもわかりやすく理解してもらえようという志面をつくるということ。何も知らない人が読んでもわかるようにかみくだいて説明をするようにしています。

例えば、「証券会社の営業」。これを中高生の読者に説明するには、「金融商品を売る人」。だけど、金融商品って中高生わかんないよねとか。じゃあ金融商品の中には何があるかかっていう説明をしてから、こういうものをお客さんに売る人ですみたいな。そういうかみくだき方ですよ。説明せずに、証券会社に営業を担当しているなになににさんです、なになににさんは…って始まっちゃうと、証券会社の営業がわからなくて、読む気がなくなるかなと思うので最初の入り口から説明をするっていう感じです。

Q.「雑誌の編集」を学びたい中高生にアドバイスをお願いします！

好きな雑誌を読んでいて好きなページがあったらなんでこのページが好きなんだろうって考えてみる。そのページに載ってるテーマが自分が関心のあることなのか、それともそこに載っている写真がきれいだなと思ったのか。あとは、自分がわかりやすいなと思った雑誌のページがどういう構成になってるだろうって考えてみるのが一番勉強になりますね。

教科書も実は、すごくレイアウトが複雑で。特に日本史は本文があつて図説・表があつて、はみだしの解説があつて。さらにちよつと注があつて。先生たちが本文だけ読んどけばいいぞ、とか、こつち側も出るぞ、とか言うじゃない。教科書は配置や文字の大きさが情報の難易度が整理されているわけです。その強弱をつけるのも編集の仕事。

東京でできる身近な 田舎暮らし

憧れの田舎暮らしを青梅で実現させてみませんか？青梅市は面積の60%以上を森林が占める自然豊かな場所でありながら、都内まで電車で1時間の立地にあります。

構成・文／牛島一成

田舎暮らしの条件

都市部から過疎地域等の農山漁村へ移住しようとする「田園回帰」、いわゆる田舎暮らしの意識が定年前後の世代だけではなく、20～30代の若い世代で高くなっています（出典：2017年3月総務省『田園回帰』に関する調査研究中間報告書）。その田舎暮らしでは「自然」や「地域の人たちとの交流・ふれあい」を求めている一方で、「医療機

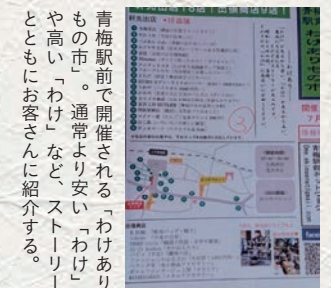
関の存在」、「生活が維持できる仕事があること」など田舎暮らしをするための必要な条件を満たす場所が見つからないために行き先を移せない人たちがいるようです。（出典：2014年内閣府「農山漁村に関する世論調査」）

すべてが揃う青梅

青梅市は東京都の西部に位置し、田舎暮らしを実現させるために充分な条件が揃っています。



青梅の新しい店を中心に紹介する冊子。青梅駅前ネットワークのメンバーが取材する。



青梅駅前で開催される「わけありもの市」。通常より安い「わけ」や高い「わけ」など、ストーリーとともにお客さんに紹介する。

す。西多摩地区の中核病院である青梅市立総合病院があり、都内まで電車で通勤圏内です。そのうえで、御岳山に代表される山々を有し、多摩川が流れ、都会では見かけなくなったホテルダリングにサイクリング、川遊びやキャンプ、ラフティングなど、自然を活かした遊びは、枚挙にいとまがありません。

地域の人たちとの交流・ふれあいにおいても青梅市は昔から青梅大祭や調布大祭などお祭りが盛んな地域で、住民が交流する素地がある地域です。今では自治体为主导するだけでなく、

地域住民が主体的になった活動も増えています。例えば青梅駅前商店街を中心としたグループの「青梅駅前ネットワーク」ではより楽しい商店街を目指した

活動を行っています。「わけありもの市」という地域イベントや商店の紹介をするフリーペーパーの発行など色々な取り組みを実施しています。青梅駅前ネットワークで中心となって活動しているグラスワークスタジオ OMinamo の築瀬まり子さんは、「活動を広げ盛り上げるためには商店のメンバーだけでなく、周りの住民の協力が必要。サポーターとして、協力してもらえ人々を募集しています。」と話し、「青梅駅前ネットワーク」というこの活動に協力したいという人を含めた幅広い活動も始まっています。

また、近年では、クラウドファンディングを利用したクラフトビルバーや外国人が多く訪れるゲストハウス、自転車乗りだけに留まらずトレイルラン

ナーやハイカーたちにも使い勝手の良いサービスを提供するサイクルハーバー青梅など、地元・移住者問わず、次々に新しい店がオープンしています。多くの人の力、アイデアが一つひとつの店舗から波及し、商店街全体の活性化にも繋がってききました。

自然があり、地域との交流が持てる青梅市では、自然のある生活や人との繋がりに価値を求めている人にとって、現実的な田舎暮らしの場所といえます。一度、青梅市に来てみませんか。きっとこの田舎暮らしが気に入るはずですよ。



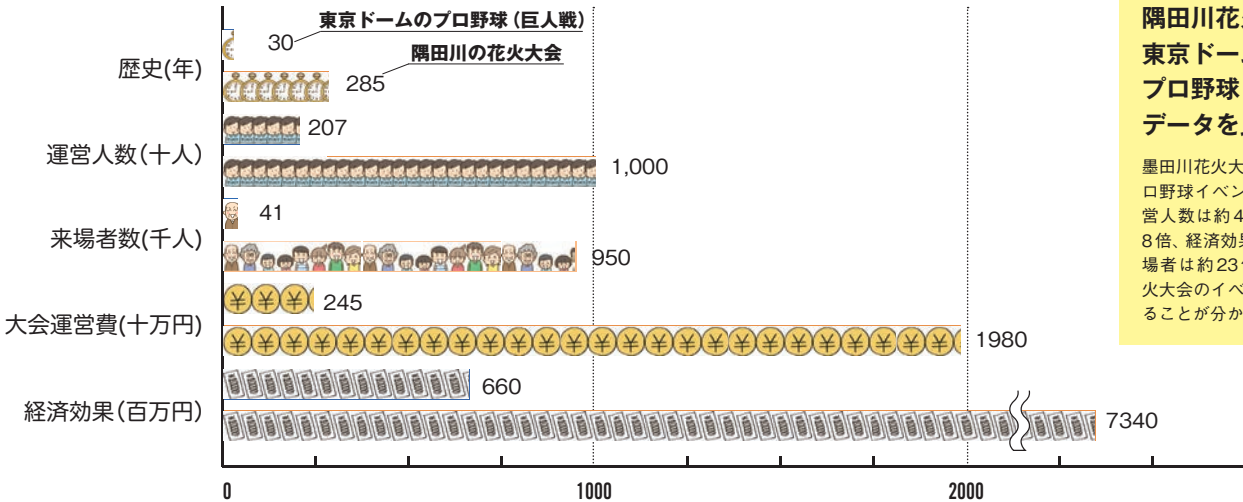
イノシシの形をした
青梅市

隅田川花火大会の舞台裏

最近、なぜ花火大会の中止が相次いでいるのか、続いている花火大会は何が違うのか、花火大会を運営するにあたっての課題は何かを明らかにする。世界に誇る花火の伝統を継続するためのヒントを関係者の証言より探してみよう。

構成・文／大槻純一

データで見る花火大会の凄さ



隅田川花火大会と東京ドームのプロ野球(巨人戦)とのデータを比較してみた

隅田川花火大会と東京ドームのプロ野球イベントを比較すると、運営人数は約4.8倍、大会運営費約8倍、経済効果約11倍、そして来場者は約23倍以上と、隅田川花火大会のイベント規模が巨大であることが分かる。

隅田川花火大会について、台東区観光課長・飯野氏にお話を聞きました

Q.1 ご担当されている業務は何ですか

隅田川花火大会の司令本部統括班として、大会の中止の判断など全体を管理する業務を行っております。

Q.2 運営にあたり、ご苦労されている点はどこなところですか

運営はすべて委託するのではなく、区の職員自らが現場に立ち、各区役所、東京都、警察、消防、そして町会の方々の協力を得ながら作っております。特に町会の方々からは、一度途絶えた花火大会を復活させた強い思いを感じ、感謝しています。現場の職員もそれぞれがんばっていて、例えば防護柵などは毎年再開発などで変わってくるため、職員が丸一日かけてチェックをするなどしています。

Q.4 これからも伝統を受け継いでいくために必要なことは?

安全に事故なく、伝統を守りつつも時代の流れに合わせて実行していくことです。復活して40年ですが、もし事故があったら今後続けていくことは難しいだろうと考えています。そのため安全には最優先で取り組んでいきます。そのうえで更に時代に合わせて、情報発信を強化したり、協賛席も設置してきました。これからは、地域の方や多くの関係者、スポンサーなどの協力を得ながら、伝統をつないでいきたいと強く思います。

最近では、資材費や人件費の高騰もあり、運営費が上がってきています。補助金などを増額するわけにもいかず、スポンサー獲得も順風満帆とは言えないため、運営の難易度が上がってきていることを感じています。

Q.3 大会の運営で大事にしているポイントは?

まずは情報共有をしっかりと行う

伝統をつなぐためには

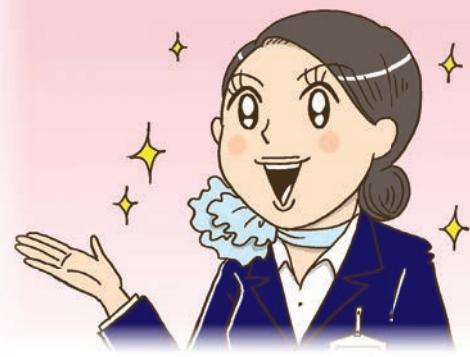
日本を代表する風物詩である隅田川花火大会は、ここまで巨大なイベントであることを実感した。飯野氏のインタビューで聞いたよ

うに、安全性の確保、運営費の高騰など、毎年開催し続けるための難易度は上がってきている。伝統をつなぐためにも、新たな局面

にきているのは事実である。これからは、このような地元の行事にもビジネスセンスがより求められるのかもしれない。

憧れの航空業界ではたく!

グランドスタッフの世界



航空業界といえば華やかな印象で昔も今も変わらぬ人気の仕事。なかでもエアラインと書いて真っ先に思い浮かぶのは客室乗務員ですが、地上で搭乗や到着といった手続きをサポートしてくれるのはグランドスタッフのみなさん。ステキな制服を着こなして笑顔でテキパキはたらく裏にあるその仕事内容とは?



①2017年の成田空港利用者は約4,000万人、羽田空港においては8,000万人を超える。②お客様を探して広い空港内を走り回ることも!③国内線は早朝から深夜、国際線は24時間稼働しているため勤務は完全シフト制。④お客様の安全かつスムーズな空の旅のため日々サポートに努める。



空港ではたくらく人のいろいろ

空港ではさまざまな業務を行うためにたくさんの方が働いていますが、そのなかで地上の総合案内役を担っているのがグランドスタッフです。その仕事はお客様とのコミュニケーションのほか、安全で快適な空の旅を支えるために細やかな部分にまで注意をはらうことが求められています。

ここまでやってきた! グランドスタッフの知られざる仕事

グランドスタッフはおお客様の搭乗手続きを行う接客サービスがメインの仕事ですが、ほかにも荷物の受託、トラブルや緊急時の対応、付き添いが必要な方のサポート、クレーム対応、乗り継ぎ案内などさまざまな業務をこなしています。

このほか運行状況や整備点検、カウンターの混雑状況の確認などではちがう部署と連携をとり、万が一飛行機の出発が遅れそうな場合はすばやくお客様へアナウンスを行うオペレーション業務も大切な任務。さまざまな状況に応じて柔軟な対応力が必要とされるとともに、ずっと立ちっぱなしで重い荷物を扱うこともあるため、精神的・体力的な強さが求められます。

勤務スケジュールと生活の工夫

勤務はローテーション制のため、早番のときは朝5時前に出勤することも!夜は最終

便が到着する深夜までの勤務になることもあり(国際線の場合は24時間体制!)、睡眠や栄養をしっかりとって体調管理に努める必要があるそうです。

休日は月8〜10日ですがほとんど平日のため、友達と予定が合わないといった悩みも。いっぽう早朝勤務の日は午後早い時間の退社となり、すいている平日の昼間にショッピングを楽しんだり用事をすませることができるともメリットもあるそうですよ。

グランドスタッフの仕事で大切なこと

もっとも重要な仕事は飛行機が安全かつ定時に出発・到着するために、オペレーション業務をきちんと行うことです。そのうえでそれぞれのお客様の要望に応えることが求められますが、ときには個人的な感情をぶつけられることも。しかしいかなる場合でもプロとして真摯に応じなければなりません。

またサービスに正解はないため臨機応変に対応する柔軟さや、わかりやすい言葉で的確に説明するスキルを必要とするなど、華やかなイメージとは裏腹にグランドスタッフの仕事はとてつもないハード。

そういった状況の中で、定刻通りに飛行機が発出するのを見届けたり、お客様からの「ありがとう」という言葉によって達成感に包まれると、この仕事の魅力をあらためて実感するのだとか。

チームワークやお客様との心が通うことは何にも勝る貴重な報酬であり、この仕事の一番の魅力といえそうですね。

～新しいオフィスの形～

Coworking spaceを 見に行きました!

コワーキングスペースとは、複数の業者が共同で仕事をするオフィスです。
今年に入って、あちこちの話題のスポットでコワーキングスペースを見かけるようになりましたね。
アメリカ発祥のコワーキングスペースは、ただ単に場所を提供するだけのレンタルオフィスとは違い、
利用者同志のゆるいつながりが生まれる工夫がされています。

構成・文／加藤朋美

NY発のコワーキングスペース

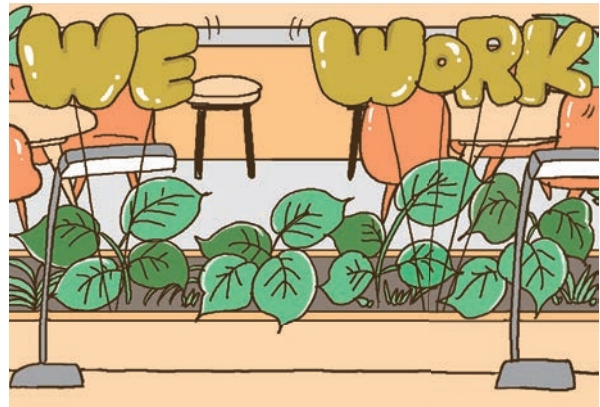
WeWork [六本木ほか]

NY発WeWorkの日本進出一号店が今年の2月、六本木にオープンしたのを皮切りに、GINZASIXや丸の内・日比谷等に展開しています。週の始まり月曜日には朝食のサービス、コミュニティスペースにはビールサーバーもあります。そのせいか利用者に感想を聞いてみると「痩せられないのが悩み…」だそうです。

地下鉄の駅直結で便利

SPACES 大手町 [大手町]

SPACES 大手町は、すっかり新しくきれいになった地下鉄大手町駅に直結しており、広々として洗練された空間は一見ショールームのようです。ワインを飲みながら絵を描いて楽しむアートバー等のワークショップで、充実したアフターファイブを過ごすことができます。



人と仕事を結びつける コワーキングスペース

政府の働き方改革で、多様な働き方・投資やイノベーションによる生産性の向上などが挙げられています。コワーキングスペースはそんな時代のニーズに答え、2018年の延床面積は2017年の2倍に増加しています(出典JLL)。

現代社会がもはやインスタなどSNSなしでは成り立たなくなっている理由はやはり、私たちが無意識のうちに人とのつながりを求めているからなのでしょう。NY公共図書館が、利用者の満足度によるドネーション(寄付)で成り立っているように、東京マガジンバンクカレッジで実りあるコミュニティが創れたら素敵ですね。

カフェ気分でも気軽に使える!

Qカフェ [日比谷]

最後にQカフェです。4月にオープンしたばかりのミッドタウン日比谷6階にあるカフェ兼ワークスペースで、気軽に利用できそうです。オープニングイベントにメディアアーティストの落合陽一氏が登壇したニュースが記憶に新しいところです。



暮らしの中に 一服のお茶を

あわただしく過ごしてしまう毎日の中でも、ひと休みにお茶を飲むと、それがほんの少しの時間であっても、心も頭もほっとするものです。

なかでも抹茶は、準備は意外に簡単ですが非日常感があり、手のひらにつたわる茶碗のぬくもりも格別で、おすすめです。

その一服を更に面白くする、小さな工夫をお伝えします。



てのひら茶室で お茶を一服

毎日、慌ただしく過ごしていませんか？
忙しくても、街のなかにも、ちいさな茶室でひと息つける方法があります。

構成・文・写真／鎌島直子



※東京国立博物館研究情報アーカイブズサイト(<https://webarchives.tnm.jp/>)より。

茶室と 起こし絵図

起こし絵図という言葉をご存じでしょうか？日本に昔からある模型の一種で、建物の壁面や床面などの図をつづり合わせて立体にしたものです(写真)。

茶室の物もたくさん作られ、設計時の検討用や実際の茶室の様子が見える模型として大切にされてきました。

シンプルな作りですが、眺めていると、まるでその中に座っているような気分になれます。

起こし絵図をながめているうちに、こういうものを手もとにおいてお茶を飲んだら、どこにいても茶室に座っているような気分になれるのではと思いつき、茶室のカードを作ってみました。

市販の無地の二つ折りのカードに二か所切り込みを入れて台を作り、畳や床の間を書きこめば、できあがりです(写真)。

カードの色や素材、ペンの色を変えると色々な雰囲気のものを作れます。

ちいさな 茶室を つくってみよう



市中の 山居ならぬ 掌中の山居？

茶室カードができあがったら、眺めながら、いよいよ一服です。

かつての茶人たちが都市にいなから自然の中にあるような気分になれる場として茶室を作ったように、この手のひらサイズの茶室をお供にお茶をのむと、現代の日常にいながら、山中の茶室で一服しているような…気分を感じられます。

日常のなかに非日常が入ってくる不思議な心地よさを、どうぞ楽しんでみて下さい。



学生を指導する時、
大切にしている事は？

最近、監督の指導姿勢について色々と注目されていますが、学生を指導する時に大切にしている事は何か聞いてみました。

鈴木さんは、学生スポーツの指導で一番大切な事は人間形成で、それには毎日の挨拶を始めとする生活態度の指導、厳しい練習に耐えうるフィジカルやメンタルの指導が大事だと言います。「厳しい練習も勝たなければ生徒は納得してついて来ません。試合に勝つことで、これだけの練習をしたのだから勝ったのだという自信に繋がります」。自信を持つと自分を好きになり、自己肯定ができる強い人間になれるでしょう。

また、鈴木さんは勝つ事によって一つ上の世界が広がり、新しい世界を経験させる事ができると言います。良い成績を残すと、大学への進学や企業への就職にも繋がっていきます。



明星高校ハンドボール部前監督の鈴木亮一さん。順天堂大学卒業。母校の監督を長年務め全国制覇も成し遂げた。著書に『名門復活～ハンドボールにかけた熱き魂～』（グローバル教育出版）。

構成・文／雪莉

日大アメフト部騒動が起きて、
知りたい!!

学生スポーツの

指導で大切な事は 何なのか？



学生スポーツが一番になると人々は讃え、注目する。
しかし、ルール違反や勝負を避ける行為などをすると、勝っても非難される事もある。
では、学生を指導する時、大切にすべき事は何か。
前・明星高校ハンドボール部監督の鈴木亮一さんに聞いてみた。

昔と今で指導法に変化は？

現在監督になっている世代も昭和生まれから平成生まれに変わってきていますが、指導方法にも変化はあるのでしょうか。

「私が現役の頃は、監督と学生の信頼関係の基、厳しい練習を強制的に強いる事でフィジカル、メンタルの強さを身につけていきましたが、現在は強制的に何かをさせる事はあまりせず、それぞれの監督が考えて、厳しさを学ばせているのだと思います」。

しごきや暴力は、時代遅れの指導方法とされている今、監督達は学生のメンタルやフィジカルを鍛える為に試行錯誤を続け、いかに学生をやる気にさせ、試合の時にベストの状態にもっていくかを日々考えているのでしょうか。最近次々と、アマチュアスポーツ界の問題が明るみに出てきていますが、東京オリンピックで日本人選手が納得できる結果が出せる様に、すべての人がアスリートファーストの考えでこれからの日々を送ってほしいと思います。



人と人を電話でつなぐサービス

「電話リレーサービス・プロジェクト」稼働中!

構成・文／小谷野依久

Q1 電話リレーサービスは、手話でどのように電話がかかってくるの?

専用のサイトにアクセスすると「文字」か「手話」を選べるようになっています。このとき「手話」を選ぶと利用者とオペレーターが映像でつながります。利用者が手話で話すことを読み取って、オペレーターが代わりに電話をかけて内容を伝えるという仕組みです。

Q2 電話リレーサービスがあれば、24時間、緊急時も安心ですね?

電話リレーでは、「110(警察への通報)」、「119(消防・救急への緊急通報)」、「118(海上での緊急通報)」へ発信はできません。また、24時間対応は実現していません。

Q3 電話リレーサービスは日本だけのサービスなの?

アメリカ・イギリス・デンマークなど世界20か国以上、アジアでは韓国・タイがサービスを公的に開始しています。日本はあくまでも試験的なもの。実施期間があります。また、G7のなかで唯一未実施となっています。

Q4 なかなか公的なサービスにならない日本と、すでに実施している諸外国では、電話リレーサービスに関して考え方に違いがあるんですか?

「電話ができないこと」を、日本では障害者本人の問題ととらえますが、諸外国では通信技術の問題ととらえる考え方があるようです。

● 電話リレーサービスの国際比較

国/伝達方法	文字	手話	音声と字幕	24時間365日
アメリカ	○	○	○	○
カナダ(※)	○	○		○
イギリス	○	○	○	○
韓国	○	○		○
日本	○	○	準備中	

※カナダの公用語は英語とフランス語。手話もアメリカ手話とケベック手話の2種がある。

● 利用者の声

電話を使いたかったときは?

- ・ 病気、事故の緊急時
- ・ 忘れ物、落し物の問い合わせ
- ・ 仕事の内線、FAXの着信確認
- ・ 家族や友人と他愛のない会話
- ・ 電話相談(ラジオ番組や、悩み相談など)

電話リレーサービスを使って初めてしたことは?

- ・ ピザの注文
- ・ 歓迎会など宴会の幹事
- ・ 親子喧嘩

参考：日本財団 電話リレーサービス・モデルプロジェクト <http://trs-nippon.jp/>
 世界保健機構(WHO) <https://www.japan-who.or.jp/act/factsheet/300.pdf>
 ・日本補聴器工業会 2015 「Japan Trak 2015」

2018年2月、世界保健機関(WHO)は、世界的に聴覚障害を抱える人々が増加傾向にあり、このままでは2050年には現在の約4億6600万人(推計)から9億人になる可能性を発表した。日本では、障害者手帳を保有していない聴覚障害も含めると1000万人以上はいると推定され、今後も増加の見込みだ。

一般的に、加齢に伴い高音域から聞こえにくくなるという。しかし「あ、い、う、え、お」の母音は聞き取りやすいため、難聴になっっていることに気がつきにくいそう。気づいた時には、すでに日常に支障をきたしているケースも多い。今回は、聞こえていれば当たり前でできる「電話」をテーマに取りあげたい。

聞こえない・聞こえにくい人が電話を利用できるようになった

聞こえる人々(以下、聴者という)にとっでは意外かもしれないが、聞こえない・聞こえにくい人々(以下、聴覚障害者という)の間では、「電話が使えない」という悩みがよくあがるそう。

電話というのは、電気や水道と同じように日常生活において必要なものだ。

でも、美容院や病院の予約はネットできる、仕事ではメールを利用する、友人との会話はSNSだから、電話が使えなくても大丈夫なのではと思う人もいるだろう。

しかし、家族が倒れた時、タクシーに忘れ物をしたとき、クレジットカードを落と

したとき、仕事で緊急の頼みごとをしたとき、駅で待ち合わせした友人が見つからないとき、メールの返信がないときなど、さまざまな場面で電話を使うのではないだろうか。

長らく、聴覚障害者は電話を活用することができなかった。東日本大震災をきっかけに「電話リレーサービス」が始まった。このサービスは、聴覚障害者の生活に欠かせないものとなってきている。

電話リレーサービスとは、電話代行サービスとも言い、聴覚障害者が電話を利用するための仕組みのことである。オペレーターが手話や文字で通訳し、聴覚障害者と聴者の電話によるコミュニケーションを支援する。日本では2011年より試験的に始まり、公共化を目指している。

ミニベロに乗って散歩気分でサイクリングを ミニベロを楽しむ



電車に乗って、車に乗せて、気軽に運べるミニベロ（小径自転車）を楽しめるスポットを探してみましょう。

構成・文／BERO

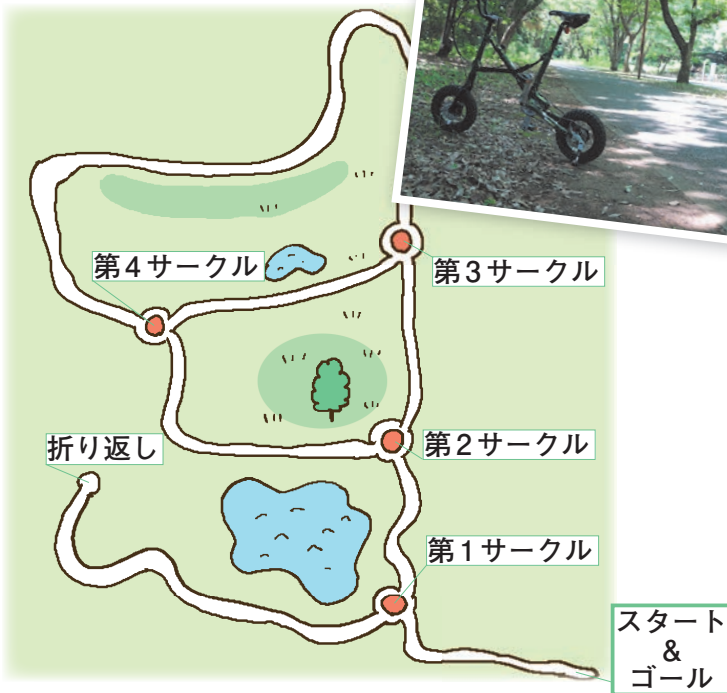


ミニベロを折り畳んだ状態。



待ちに待ったミニベロがわが家に到着。注文してから約80日、ほぼ手作りのため、手元に届くまでにこれだけの時間を要するのです。早速、立川にある昭和記念公園のサイクリングコースへ持ち込みました。緑の木立の中でのんびりミニベロに乗るのが長年の夢でした。まさに自分の思いが叶った瞬間でした。緑の並木道をゆったりミニベロで走ることは本当に気持ちが良いと感じた瞬間もありました。何とかこの爽快感を

**待ちに待ったミニベロが到着
早速、サイクリングコースへ**



**タイアサイズが小さいので
持ち運びがラク**

伝えたいと思い、コースの様子をミニベロと共に写真に収めました。ここに載せた2枚の写真はその時のコースの途中で撮ったものです。サイクリングコースの爽快感が少しでも伝わったでしょうか。写真に写っている自転車は筆者の所有するミニベロです。持ち運ぶときは、下の写真の様に折り畳むことができます。

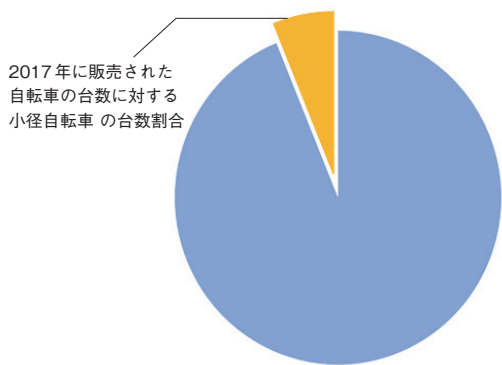
皆さんは、自転車と言ったらどんな自転車を思い浮かべますか。ここで紹介するのは、タイアサイズの小さなミニベロ（BEROはイタリア語で自転車の意）と呼ばれる小径自転車です。一般に言われる小径自転車はタイアサイズが20インチ以下で、折りたたみ式も含む、とされていますが、ミニベロは、車に載せたり電車に持ち込んだりするのに労力が少なくすみ、タウンユースにも似合いそうという思いから、よりタイアサイズの小さなミニベロに筆者は興味を持っています。ちなみに筆者のミニベロのタイアサイズは12インチです。ミニベロの良さはその小ささにあります。乗りたい場所へ持って行ってスポットで楽しめ、スピード向きではないのでのんびり走るのに適しています。街中へ持ち込

**まだまだ市場は小さい
小径自転車**

んでも邪魔者扱いされにくいのではとも思います。そんなミニベロならではのいろんな楽しみ方を見つけましょう。

左の図は、一般財団法人自転車産業振興協会発行の自転車国内販売動向調査2017年1月～12月月報データを元に再編集して自転車全体の中で、折りたたみ式を含む20インチ以下の小径自転車がどれくらい売られているかのイメージ図です。ここでいう小径自転車には電動自転車、子供用自転車は含まれないことです。小径自転車はごく限られた市場と言えるかもしれませんが、これを機にミニベロに興味を持っていただけることを期待します。

自転車全体に占める小径自転車の割合



※一般財団法人 自転車産業振興協会『自転車国内販売動向調査』より。

未だ一万一千四百九十柱の英霊が眠る

いおうとう

硫黄島

かつての敵味方が再会する

大東亜戦争の最激戦地と知られる硫黄島は、東京都小笠原村に属し東京23区から南方に1200km離れた場所に位置しております。日本領土内で初めて地上戦の舞台となった硫黄島には、戦後73年経つとも戦死した日本人のご遺骨の大半が残されたままになっている状態です。ご遺骨帰還に尽力する硫黄島協会会長の寺本鐵朗氏にお話をうかがいました。

——まず、硫黄島協会とはどのような団体なのか教えてください。

寺本 硫黄島戦没者遺族協会（以下寺本） 硫黄島戦没者遺族が会の主なメンバーで、硫黄島に放置されたままになっている戦没者のご遺骨を捜索、収容して日本へ送還する「遺骨帰還」の促進と、一般の人は上陸できない硫黄島へ渡り慰霊巡拝する「遺族慰霊渡島」の拡大が主

な活動となっております。——ということでは寺本会長もご遺族なのですね

寺本 その通りです。私が五、六歳だったときに、和智恒蔵初代硫黄島協会会長が実家に父のお参りのために訪ねて来ていただき、親類一同が集まりました。私はそのときに父が硫黄島で亡くなったことを初めて認識しました。父が硫黄

島に出征したとき母は私を身籠っており、私は戦争末期に生まれま

した。硫黄島から遺骨を持ち帰ることができなかったため、父の墓の中に遺骨はなく、かわりに硫黄島の砂が入っております。——硫黄島協会に入会されたきっかけは何だったのでしょうか。寺本 大学生のとき、硫黄島戦没者慰霊のために訪れた靖国神社で西泰徳（谷補足：パロン西竹一大佐の長男）前硫黄島協会会長に会った際、入会を勧められて会員になりました。

眠っています。一柱も残す事なく収容できるよう、ご遺骨帰還に取り組んでいきます。平成二十八年に「戦没者遺骨収集推進法」が成立したとと、この法律に基づき一般社団法人「日本戦没者遺骨収集推進協会」が設立されたことは、私たちの活動の追い風になっております。

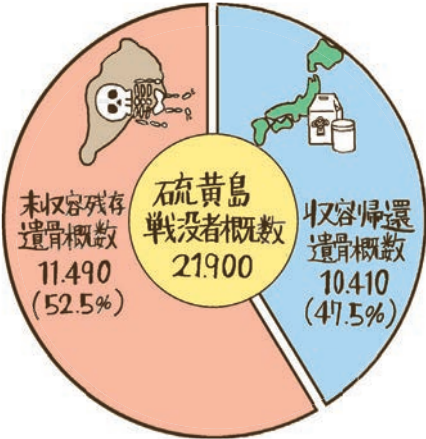
——「遺族慰霊渡島」の拡大については、どうでしょうか。寺本 この一環としての「日米硫黄島戦没者慰霊追悼顕彰式」を広く知っていただきたいと思っております。平成二十八年の十二月に安倍晋三首相はオバマ前米大統領と共に日米開戦の発端地となった真珠湾を訪問して真珠湾攻撃の犠牲者を慰霊しました。このことは、歴史に残る激しい戦争を戦った敵同士の日本と米国の宥和し、「寛容の心がもたらした和解の力」を世界に発信しました。

——硫黄島でも日・米の追悼などは行われているのでしょうか。寺本 はい、硫黄島では既に三十三年前の一九八五年に日米両国の関係者が、硫黄島で「名誉の再会」を果たしております。一九九五年に日米両国の硫黄島協会は、恒久平和と不戦を誓い合う「日米硫黄島戦没者慰霊追悼顕彰式」を硫黄島で毎年開催することを合意しました。今年三月二十四日に挙

行されております。かつての戦地は今や友好の地になり、昨日の敵は今日の友になりました。——今後は、どう活動が続けられるのでしょうか。寺本 硫黄島遺族の高齢化が進み、後世に激戦の歴史を伝えることが難しくなってきました。平和のありがたさを引き続き伝えていきます。

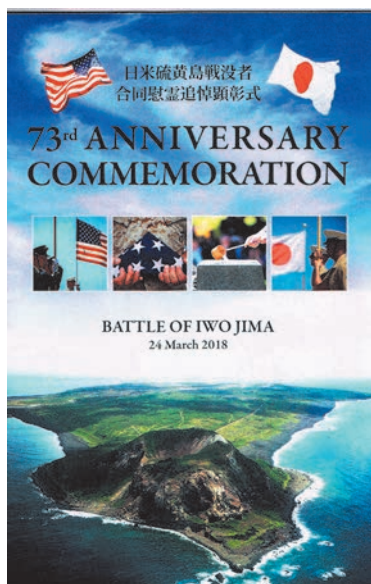


取材でお話をうかがった、寺本鐵朗硫黄島協会会長。



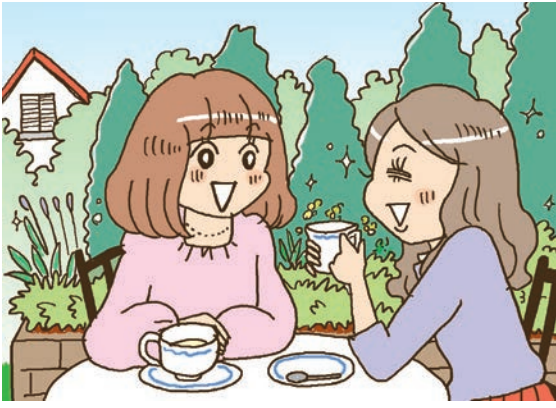
まだ半分以上が帰国していない
※概数出典：厚生労働省（平成30年6月末現在）。

——ところで、「遺骨帰還」の促進の現状はいかがですか。寺本 活動を続けてきたことで、一万四百九十柱のご遺骨を千鳥ヶ淵戦没者墓苑にお迎えすることが出来ました。しかし、未だに灼熱の島に一万一千四百九十柱のご遺骨が



戦後五十年の一九九五年に合意して以降、日米両国の硫黄島協会は、恒久平和と不戦を誓い合う「日米硫黄島戦没者慰霊追悼顕彰式」を、毎年硫黄島で開催している。

構成・文／谷 輔次



普段の生活に彩を。 発見! ハーブ生活

自然を生活に取り入れて、気持ちのよい生活術を提案。
今回は1種類のハーブ活用術を紹介します。

構成・文/souko

- A** えっ! 身近なの?
紀元前から生活のなかで活用されてきた植物をハーブと呼ぶの。ハーブというヨーロッパで使われてきたものというイメージがあるんだけど、日本でも古くから身近な植物が生活の中で活用されてきているんだよ。例えば、お香の素材だと、沈香、白檀など。お茶の素材だと、緑茶、はと麦、ヨモギ、熊笹、など。
- B** そうそう。ハーブの歴史から話すとね。
紀元前から生活のなかで活用されてきた植物をハーブと呼ぶの。ハーブというヨーロッパで使われてきたものというイメージがあるんだけど、日本でも古くから身近な植物が生活の中で活用されてきているんだよ。例えば、お香の素材だと、沈香、白檀など。お茶の素材だと、緑茶、はと麦、ヨモギ、熊笹、など。
- A** えっ! 意外。緑茶やはと麦もハーブなの?
ペットボトルのお茶の原材料がハーブなんて思っていなかった! ハーブって気づかないだけで身近にあるんだね。
- B** そうなの。季節に応じて使ってみようと思うハーブもあってね。今年は生活に「ペパーミント(ハッカ油)」を活用してみようと思ってるんだよ。
- A** どんな事をするの?!
- ある日の休日。2人の友人同士と思われる女子がカフェでお茶をしていました。とても楽しそう! ちょっと会話をのぞいてみましょう。
- A** 最近、ハーブについて勉強しているって聞いたよ! 「ハーブ」って高そうだし、ハードル高そうないメージなんだけれど、どんな事を学んでいるの?
- B** 難しいことは何もないのよ。意外に身近なハーブの世界。
ハーブをいつもの生活に活用してみようと思って。香りや効能を知ったら手放せなくなるよ!

私の名刺

ペパーミント(薄荷)
和名: 西洋はっか
分類: 多年草
お茶に使用する部分: 葉
原産地: ヨーロッパ
学名: *Mentha Piperita*
科名: しそ科はっか属
※作用: 駆風作用、抗アレルギー、抗菌作用、鎮けい作用、発汗作用、清涼感、防虫効果、消臭効果

活用例

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- ~残ったミントティの活用例~
- ・日焼けのあとの肌につけると、ほてりを冷ます効果があります。(清涼感)
 - ・野外では蚊やブヨの虫除けとしての効果があります。(防虫効果)
 - ・床ふきに使ったり、靴やカーテンにスプレーをするとにおい消しになります。(殺菌消臭効果)

活用例

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- ~ハッカ油の活用例~
- ・湯船にハッカ油を3~4滴垂らして入浴。(消炎作用)
 - 薬局で手軽に手に入れる事のできるハッカ油は疲れたカラダを癒し、ほぐしてくれるため、夏バテなどの疲労回復に効果的です。
 - リフレッシュ効果のある香りで心身ともにリラックスした状態に導いてくれるため、ストレス解消効果、安眠効果があります。



地元国際協会をのぞいて見た

“お隣さん”と もつと仲良く

東京2020オリンピック・パラリンピック。

外国人がもつと増える？

その存在はもはや欠かせない…

構成・文／中川みどり



先日、在住の市の広報誌の中の「リサイクル欄」に「自転車譲ります」と掲載したら是非譲ってと連絡あり。なんと日本人ではなくバキスタンの女性の方。改めて近くに住む外国人って？と興味を持ち、同じ広報誌にあった「国分寺市国際協会」のイベントに参加してみました。その名も「世界のお弁当の違いを楽しもう」

イタリア・マレーシア・中国・ネパール・タイ・ペルー出身者がお弁当を披露。日本のお弁当との違いを、外国の方とおしゃべりして味わいながら初の国際交流をしました。

国分寺市国際協会IIKIA 多岐にわたるその活動

イベントをきっかけに、主催した国分寺市国際協会についてネットで検索してみました。「会員一人ひとりの創意と工夫によるボランティア活動を通して、外国の方々と交流を深め、相互活動と国際親善に努める」ことを目的として、1991年から活動していることがわかりました。

事務局長の押味さんに「国分寺市には、現在、何人の外国人が住んでいて、どんな活動を行っているのですか？」と質問すると、「2018年6月現在で2277人(男1100人、女1177人)市の全体で行くと約1.7%が外国の方々です。国分寺市国際協会の会員は、現在354名。主な活動内容は、外国の方々向けに、日本語教室開催、親子日本語サロン、児童・生徒への学習支援、日本の伝統文化の体験会、外国人のおかあさん交流会等を行っています」とのこと。さっそく国分寺市内で週一回、2か所で開催されている「日本語教室」の活動を覗いてみることにしました。

全員がボランティア： 熱気がスゴイ

国分寺駅から徒歩8分の公民館で開かれている、午前中の日本語教室に行ってみました。ス

タッフ歴7年、先生役の森さんにお話を伺いました。教室を覗いてみると、始まる前から日本語を学びたい外国の方々が11人も。別会場の中級クラスには8名参加。先生役のスタッフは、見習いを含め12人。先日、日本語ボランティア養成講座が開かれ、5人の方が新しくスタッフに加わったそうです。それぞれ習熟度に応じて5つのテーブルに分かれ、グループレッスンをを行います。スタッフの方々の熱気が伝わってきます。森さんも、学びたい外国の方々がもつと増えてくれればうれしいとのことでした。

気が付いていないだけ？ 実は、身近なお隣さん？

夜の教室も覗いてみました。場所は国分寺市の真ん中「へそ」にある福祉センター。参加したのは、ちょうど七夕イベントの日。日本語を学びたい外国の方、先生役のスタッフの方が、それぞれ30人以上、合計60人以上で熱気ムンムン！外国人の学習者さんたちは、「浴衣」と「下駄」を履き、笹の葉に願いごとを書いた短冊を結びイベントを楽しんだあと、1対1のサポート体制で勉強スタート。全員の浴衣準備など、スタッフの方々は大変だったはずですが、その熱意を感じて、学習者さんは勉強を頑張ろう！と思うはず。代表の石野さんによれば学びたい外国人が急増していて、先生役のスタッフ大募集中とのこと。海外経験のある方、語学勉強中の方などチャレンジしてみたいかがですか？

前述の押味さんも、「国分寺市国際協会の会員はリタイアした60歳以上の方が多く、若い年代の方にも、是非、地域での活動をして欲しい」と語ってくれました。様々な活動分野があるのでも、やりたいこと、得意な分野で活躍出来るそうです。肩に力を入れることなく自分自身が楽しく参加できそうなものからトライ！近所で行われているイベントからスタートもあり。隣に住む方、同僚が外国人の方、増えています。もつとお隣さんのことを知ってみませんか？



右 お弁当イベントの様子
左 各国のお弁当

武蔵野の戦争遺構

自分の小学校で空襲で亡くなった児童がいたそうだ。バスで隣に座ったおばあさんから聞いた。戦争中の鉄道の引き込み線跡にも興味を持ち、背景を知りたくなった。

小学校の先輩の話

私が卒業した練馬区の小学校では5人の児童が戦争で亡くなった。趣味の鉄道で廃線跡を調べていたら、ウチの近くまで

中央線から引込み線が伸びていた。戦争中ウチの前は中島飛行機という工場で、戦闘機のエンジンを作っていた。ここへの空襲で住民が巻き込まれた。中島では終戦まで日本の飛行機の半数以上を作り、武蔵野市の人口と同じくらいの五万人程が働いていたらしい。しかし米国では開戦後、長距離型爆撃機B29が完成しつづあり、同時に日本本土への爆撃を行う足掛かりと

なるマリアナ諸島も攻略しようとしていた。

中島飛行機とその周りの被害

サイパン陥落後、米国の最初の攻撃目標は中島の武蔵野工場だった。以来9回以上目標となった。初めは一万メートル上空から精密爆撃を試みたが民家へ外れた。しかし、2月17日に工場は壊滅した。工場では初期は退避が許されず、のち退避

したもの、10代20代の若者が大防空壕の中で生きたまま焼かれたり生き埋めになった。死者219名とも言いが正確な数は分かっていない。五体満足でない遺体もあった。それでも2月から工場疎開をして、近隣や地下壕等に移り分散して生産を続けた。すると街全体が空襲の目標となった。3月10日の東京大空襲は夜間の無差別爆撃だった。私の小学校の児童が亡くなった

空襲も夜間だった。4月1日夜（米国の記録には4月2日深夜2時頃）は中高度だが事実上の無差別攻撃が行われた。爆撃された地点の地図はあのおおあさん家のすぐ目の前に*印がついている。ここは調布の花火の音だ。ここは調布の花火の音だ。この地域はそれまでは昼間の攻撃だった。範囲は東京の西部から埼玉県の南部まで広がった。この日民家で250人程死者が

あったと言うが、被害の全容は不明な点が多い。また中島の周りには高射砲が複数あった。米軍は位置を正確に把握しており、関前の高射砲隊は4月12日に全滅している。人間が肉塊となる悲惨な状況だった。松根油まで考えた日本に比べ性能も物量も圧倒的に米国が優っていた。さらに大泉学園駅近くには空中戦で日本の飛行機が落ちたという。人々が生活する街が攻撃目標と

なり、戦場になっていた。

何を「守る為」だったのか？

長崎原爆の10日前には同じB29通称ボックスカーにより原爆の模擬爆弾も落とされた。町中に小さい工場が沢山あるから、攻撃目標にしたという理屈だ。町中から迎撃しても来る。ただの街ではなく軍需産業都市なのだ。調布や立川に飛行場もある。練馬でも成増飛行場、陸軍の施設や倉庫の他に緊急時滑走

路になった川越街道もある。小学校も軍が宿営にした。全てが戦争遂行の為にあった。軍事施設として利用される間に生活していたのだ。国家総動員は、敵国に国民が狙われる口実を与えた。国は守ってくれない。加えて中島の武蔵野工場が出来た頃、日本は中国の重慶に無差別爆撃をしていた。戦意喪失させる為だったが、他国への攻撃が逆に自分達が狙われる口実に

構成・文／中田有俊

跡地の今

中島は敗戦後米軍住宅になり、返還後は野球場になって鉄道の引き込み線を再利用して武蔵野競技場前駅として使われていた。その後今の住宅や公園やグラウンド等になる。中島は富士重工を経てGHQに解体された後、朝鮮戦争で再合同しスバルになった。宇宙部門もある。スバルの六連星はそれぞれの会社再合併した経緯を表す。朝鮮特需は日本が米国に依存する形を生んでしまったし、米国の後方支援だったと思う。民間人への戦後補償と謝罪は重慶爆撃も東京大空襲も被害者が求めているが、まだ実現していない。空爆はボタン一つだが地上は大量殺戮の地獄だ。世界では米露の代理戦争で民間人への空爆が行われている。日本は戦争に関わっていないと言いつけるだろうか。この秋、米軍基地にオスプレイ配備と共にスバルが整備をしているとのニュースが流れた。平和に見えるこの街もどこかで戦争と繋がっている。今は本当にこの街に戦争は無いのだろうか。

防災会に潜入、そして

中島は、初めての団地の消防訓練の時間を間違えて、集会所に行ってしまった。その時間には「防災会」というものが行われていて、初めて会議に遭遇した。6、7人位の中高年が、集会所の座敷で何やら真剣に話し合っていた。自力での移動が難しい人から避難して貰う要援護者訓練の事らしい。車椅子ごと4人掛かりで運ぶとか、ダミーで試すとか、怪我をした時の事なども話に出ていた。訓練中の事故が申告の間違いで保険の補償から外れるなど、苦い経験もあったらしい。それから要援護者名簿を会長が預かるようだ。ふむふむ、為になった。中島はお礼を言って戻ろうとした。と、いかにも好々爺な会長さんから「メンバーにならない?」。なんと、中島は会員として迎え入れられたのだった。

さあ訓練?

でも支援のタイプや個人毎の注意もあるだろう。災害の状況も。それに要援護者



構成・文／中島東子

西東京地域の都営住宅に引っ越したばかり。高齢化する団地の中では若い方の年代。団地の防災会合に迷い込んだのがきっかけで役員に。住民が参加しやすい訓練を考えている。

車椅子での避難

「我が団地では自力での移動に困難を持つ方の避難訓練はどうしたら良い?」「階段などの移動はどのような方法がある?」といったことを考えて、検索したり住民に聞いたりしてみた。



どうするの?

の人全てをどう避難させる? 前の訓練はどうだった? 色々考えているうちに総会になった。そこで耳にしたのはまさかの中止だった。要援護者の参加希望がなかったらしい。車椅子を担ぐ絵を勝手に思い描いていた中島の想像はパチッと音を立って壊れた。計画を立てても、「さあ訓練!」とはいかないのだ。でも良く考えてみればメンバーは中高年だし、中島は女性だし、周知も徹底していない。要援護者の人も要援護者の人も、避難方法を話し合った事もなく無理もない。防災会が真剣になっても素人の集まりである。手伝われる立場からは怖いかもしれない。

それで、移動方法で推奨されているものはあるのかどうか検索した。まず、東京都や消防庁等のサイトでは要援護者情報の登録方法が出てきた。団地でも災害の発生時にはまず安全確認が必要だ。予め登録し、どこでどのような支援を必要としている人がいるか、本部で誰がどこに避難したかを把握する。それは確かに大事。

で、どんな方法があるの?

移動方法は? と探して読み飛ばしていくと、「その要援護者に適した方法で避難して下さい」という一文に当たった。これが推奨する方法らしい。確かに個人毎に違うからその人か、介護者に聞くのがベストだ。それはそうだろうけど、あまり参考にならなくて拍子抜けしたので、他を検索した。

車椅子の4人で四方を持ったり2人で前後に持ったりする方法、1人で一段一段進む方法がある。1人では階段を正面から

降りる方法と背中から降りる方法がある。段に挟む台もあるらしい。車椅子に機能が付いている、当事者が自ら階段を降りて避難できるものもある。但し導入にはかなり費用がかかりそうだ。年間予算3万円の我が都営団地防災会には難しい。防災会予算は毎年使い切らねばならない決まりがある。積立ができない。

定例会では他にもソリのような担架にベルトで固定して運ぶ方法も聞いた。別に住人の女性にも聞いてみた。階段に置くスロープもあると教えてくれた。彼女は中島が友達になった人でご家族の為に自分で良く調べたり、工夫したりしている。昼間は女性とお年寄が多く、スロープがあれば比較的腕力が少なく済みそうだ。しかし購入となると軽く10万円を越え20万〜30万円位しそうだ。正確に見積もるのが怖い。住宅供給公社は2階以上に身体障害者を入居させる際は避難方法まで考えて欲しい。

近所付き合いが大切

移動方法から考えてきたが、その前に近所付き合いが大事だと思った。要援護者やご家族が団地の祭りなどで顔を見せられるように参加し易くしておけば、手伝う側ももっと教えて貰えるし、準備もできるのだ。防災会でも日頃の活動でコミュニケーションを作るつもりで、要援護者の避難を考えていきたい。他の防災会と連携して経験を積もうと思う。また車椅子のちょっとした扱いにも知らない事があるので、避難訓練をユニバーサルにする方法もこれからは考えていきたい。

ホッとしたいときには、
本を読んでひといきつきましょう。

本と一息
～ひといき～



構成・文／奈良貴布

地元のつながりを大事にしているお店

仕事をする上では、「図書館の中という場所柄、様々なお客様がいらっしやいます。どんなお客様に対しても気持ちよく過ごしていただけるように心がけています」という、キニヨン都立多摩図書館店・店長 伊藤真弓さん。このお店はオープンして一年半。国分寺本店でも働いていたことから、「その時のお客様が来てくれたり、こんなところにもあったのね」と声をかけたりしてくれるのがうれしいです」と語ります。お休みには、遠くのカフェや、展覧会に行ったりして過ごします。今後は「図書館や公園の帰りに、ふらっと気軽に立ち寄って頂けるようなお店にしていきたい」とのことです。



わたしのおすすめ

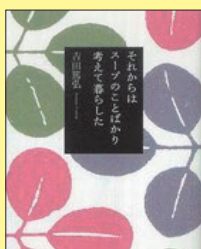
伊藤さんのおすすめの本は『おおきな きが ほしい』です。男の子が、「あったらいいな」とおおきな木を想像します。はしがあって、ぼくのこやがあって……。[木の、ひみつきちみみたいなこやでつくるホットケーキが、おいしそう]と、子供のころに読んだのを思い出し、大人になってから買いました。あらためて読んでワクワクしました。



『おおきな きが ほしい』
ぶん/さとうさとる
え/むらかみつとむ
偕成社



上：キニヨン都立多摩図書館店の売り場。下：左が店長の伊藤さん、右は店員の長柄さん。



失業した主人公。おいしいと聞いて買ったサンドイッチは、人生が変わってしまうほどの味でした。サンドイッチ店の人や周りの人たちとの心が温まるおだやかな交流が描かれています。

『それからは、スープのことばかり考えて暮らした』
著/吉田篤弘(中公文庫)



好きなものは「パンです」と言うから、同級生の男の子とパン同好会のようなパン屋めぐりをします。高校生の淡い恋が初々しく、お話に出てくる「うさぎパン」がおいしそうです。

『うさぎパン』
著/瀧羽麻子(KADOKAWA)

思わず
パンが
食べたくなる
本

最高の音楽体験を求めて

もっとどんな欲に、音楽を！ 人生を！
楽しんで良いんじゃない？！

構成・文 / marco

今一番やりたいことは何か？

自分に問いかけ、迷わず出た答えは「最高の音楽体験をすること！」

「音楽体験」とは、要するにライブであって、その場でその音を経験すること。だから録音されたものを聞いても分からない。では「最高」とは一体どんな「音楽体験」なのか？

そんな時、言葉を失うほどの大自然の中で行われるというライブの話聞いた。

世界一の野外音楽劇場へ

緑と都市が密接したシアトルから東へ200キロ。南北に走るカスケード山脈を越えると、針葉樹が主役だった景色から一転して、赤茶けた土がむき出しになった乾燥地帯に変わる。そんな風景のなかに、「世界一の野外劇場」と賞賛されているワシントン州のゴージ(GORGE AMPHITHEATRE)がある！

キャンプイン

ライブは3日間。今回は前後合わせて5日間のキャンプライブになる。会場にはマーケットは無い為、途中の小さな町で大量の水や食料を買い込んでキャンプを張るのが、ここゴージでの定番スタイルのようだ。気温は日中35℃前後まで上がるが、空気が乾燥しているせいもあって日陰に入ると風が心地よい。

ライブは毎日19時スタート。それまではのんびり自由な時間を過ごす。キャンプサイトからゲートまではキッチンカーや雑貨屋など个性的なお店がオープンしていて、毎日ちよっとしたお祭り気分だ。

自然と音楽が調和する時間

18時になると会場に入ってその日の自分の居場所を探す。
ビール片手に芝生に寝転びながら後方で音楽を楽しむ人や、ステージ近くのフロアへ行ってバンドのエネルギーをダイレクトに感じている人、音楽に身を任せて音の波に乗り

揺られている人……。それぞれが自由に音楽に向き合っている。

アンフィシアター(円形劇場)の名前の由来となった渓谷を利用した客席によって、地形が音を逃さず、移り変わる景色と音楽をダイレクトに体験できる空間になっていた。

コロンビア川と渓谷の景色のなかに沈んでいく太陽と、時間と共に色を変えていく空。それに音楽が重なり、それは言葉を失うほどのシンクロだった。

ゴージでは、ライブという人が作り出すものと手付かずの自然が共存していた。

老若男女様々な人がいて、それぞれの楽しみ方があり、みんなそれらを許容し合っている。そして、そこにいる人たちの意識は音楽に集中し、その場のエネルギーを創っていた。

あつという間の4時間半……。音は静まり人々のざわつきで気がついた。

開放感と達成感を同時に感じながら、最高の音楽体験と言われる所がなんとなく分かった気がした。



「人とのつながり」が健康寿命を延ばす

いろいろなデータを見てみると、「人とのつながりを作ること」がとても大切な事だと改めて実感します。皆は、どんな風に、「人とのつながり」を持ち、人生を楽しんでいるのでしょうか？

健康寿命を延ばすのに最も効果的なのは、禁煙、運動、肥満解消よりも「人とのつながりを作る事」だそうです。

「人とのつながりが少ない」と早死にリスクが50%高くなるという米国の調査からも、孤独が健康に悪影響を及ぼすことがわかります。孤独担当大臣が誕生し、国をあげて対策をしているという英国の例もあります（NHK番組 ガッテンより）。

定年後の生活や子どもの独立など、人との関わり方は変化していきます。「趣味」や「学び」など何か自分の好きな事を見つけて、自分の居場所を作り、「きょうよう」＝今日の用事、「きょういく」＝今日行くところ、がある生活の中で、人と

つながり、一緒に喜んだり悲しんだり励まし合ったりして、脳と体を活性化したほうがよいようです。「健康で長生き」人生を手に入れましょう。

厚生労働省「平成28年簡易生命表」の公表データによる日本人の平均寿命は、男性で80・9・8歳、女性で87・1・4歳。そして、平均寿命と「健康寿命」の差は、男性で約9年女性で約12年になります。

ご自身のつながり度合いがわかるチェックシート

家族や友人について	はい	いいえ
1. 少なくとも月に1回は、顔を合わせる機会や通話を取り合う家族や親類は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 少なくとも月に1回は、顔を合わせる機会や通話を取り合う友人は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. あなたが個人としても、家族や親類と話すことが出来る家族や親類は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. あなたが個人としても、友人と話すことが出来る友人は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. あなたが家族や友人と過ごすことが出来る家族や親類は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. あなたが家族や友人と過ごすことが出来る友人は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★1日以上は人と関わりが維持されています		
<input checked="" type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ	

組織参加について	はい	いいえ
1. 老人会・老人クラブ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. (老人会以外の)健康・スポーツサークル・団体会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. (老人会以外の)学習・教養のサークル・団体会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. (老人会以外の)その他各種のサークル・団体会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 町会・自治会	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ボランティア団体	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. その他各種の団体	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★1日以上は組織参加ができています		
<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ	

交わりについて	はい	いいえ
1. あなたの趣味や活動が他人に伝わりますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 趣味や活動、得意な分野など、手助けをしてもらえる人は居りますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 誰かの趣味や活動が伝わりますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 誰かの趣味や活動が伝わりますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<http://www9.nhk.or.jp/gatten/pdf/program/P20180606.pdf>
(NHKのHPガッテン)より印刷できます。皆で記入し確認しましょう。

私たち、こうやってつながっています

娘や孫、近所の方とランチやお茶。家庭菜園の野菜や果物などを、差上げたり、頂いたり。以前の職場仲間との旅行も。(土橋千恵子さん／主婦・60代)



私のご主人様は、カマキリが苦手

高校時代の友人と毎月1度、食事。愚痴や悩み事、介護についてなど、気兼ねなく話せる。(下田美鈴さん(仮名) 事務・60代)



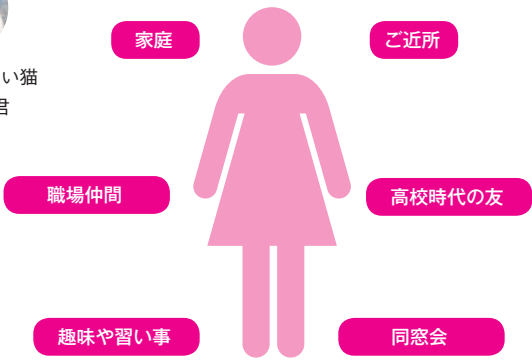
土橋さんの飼い猫 アルビー君

以前の職場仲間などと健康(歩数増加)を考え、美術館や庭園に月1～2度訪れ、老舗店などで食事。ほかにも、スポーツジム週2回英会話に週1回参加。(高橋浩子さん(仮名) / 事務主婦・60代)

子育てなどで会うのが難しい時期はあったが、高校の時から特に親しい友人と同窓会などで再会。ご主人と映画鑑賞や旅行なども楽しんでいる。(真矢君江さん(仮名) / 主婦・60代)

子供も就職したため、子育てはひと段落。誕生祝いのやりとりは続いていたが、会えないでいた高校時代の友人に、今後は会える。(池内麻里子さん(仮名) / 事務主婦・50代)

どんなつながりがあるか、考えてみましょう



- ### つながりを作る際に気を付けたいこと
- ・程よい距離感を保つ
経済状況や家族関係など詮索しない
 - ・相手を思いやる
価値観や好き嫌いの押し付け、見下しなどしない
 - ・自分を見失わない
常に我慢して相手に合わせると良い関係は続かない

- ### 上手につながりを作るには？
- ・笑顔で挨拶
話しかけやすい雰囲気になる
 - ・おすそわけや手作りは喜ばれる
 - ・年賀状は続けていた
忙しい時期は疎遠でも「今度会いましょう」で交流再開は多い
 - ・友達作りのチャンスがある場に積極的に参加



与えられた『今の時間』をポジティブに 過ごす七葉さんの生き方

60歳まで生きられるかどうかと、医師から診断を受けた七葉さん。思い立ったこと、「ならばちょうど半分の30歳を機にやりたいことをやり、私が生まれた意味をみんなの記憶に残したい」。



構成・文／松木智子



お話していて楽しい湯田七葉さんを訪ねてみてください

〈なるめれ〉東村山市恩多町3-7-10
tel.042-306-2707

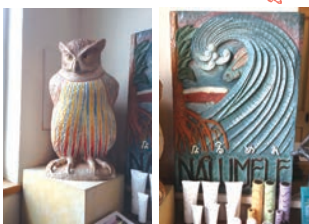
定休日/火曜日と第1・3木曜日 第2・4月曜日



武蔵野の自然が残る住宅街の一角に「カフェ」と見間違えるおしゃれな軒家が七葉さんの経営する美容室「なるめれ」。店名は七葉さんの好きな「波」歌のハワイ語の造語で「響きがかわいくて気に入ってます」とのこと。11年前に結婚、妊娠がわかった時に「再生不良性貧血」※血液中の白血球、赤血球、血小板のすべてが減少する疾患年間発症率100万人あたりに6人前後のまれな病気という難病と診断された。出産も危険で難しいと医師に言われたけれど、七葉さんは長期入院をしながら無事出産。現在はハル君(10才)ハク君(7才)のお母さんでもある。

60歳まで生きられるかどうかと診断を受けた頃から半分の30歳をターニングポイントとして「生きていた証を残したい! 毎日を笑って過ごしたい! やりたいことをやる! 」と決め、「なるめれ」をオープン。街のみんなに愛される居心地のよい美容室と評判で、「こだわりの飲み物をごちそうしてくれることもお客様の楽しみとなっているよう。今後、美容室の隣にカフェを、「なるめれ」の2号店を、そしてハワイで「おにぎりやさん」を、家族でハワイに移住を、と夢の実現へ一歩一歩進んでいる。「決して資金があって始めたんじゃないんです。銀行さんが低い金利で融資してくださったり、スタッフや周りの方々の応援があって実現できているんです」。心がけていることはいつも笑顔でいること。そして「人のために生きたい。何に対しても「してあげている」じゃなくって「させてもらっている」と感謝する心だ。

なるめれ ぎゃらりー



彫刻家 故・湯田良夫さんの作品

そして怒らないこと。息子さんにも極力怒らずにほめて育てているとのこと。「友達があればおかしなことでも、お母さんは僕を信じてくれる」。この関係を大切にしたい。そんな七葉さんの生き方や考えに共感し、「集まってくれる人たちに本当に恵まれている」としみじみ。

やりたいことがたくさんあって時間がもったいないので、病院には4週に一度の輸血に通うだけに、今は薬を飲まず、たくさん情報の中から自分にあった自然治療法を見つけ実践しているとのこと。七葉さんは免疫疾患なので免疫を高めるために一番大事なこととは「腸をきれいしておくこと」。「無農薬の旬の野菜スープやクエン酸+重曹飲料を取り入れて腸内環境をベストに維持している。太陽や土や空気が... 自然の恩恵を受け、毎日元気に過ごしている様子。「生きていくってすごいと思いませんか? 私、長生きできると思う」。楽しく生きていく、楽しく生きる努力をしていることが長生きの秘訣! とも。何か始めたいけれどと迷っている人にアドバイスを、と聞いたら「情報の引き出しが多いと思いが叶う迷っていないでとりあえず始めてみる!」。今日も七葉さんに背中を押された有意義な一日でした。

七葉さんのお父様は彫刻家 故・湯田良夫さん。お店にはモダンな作品が所々に。玄関先、ロートアイアの看板もお父様作。





練馬駅から高架沿いを歩くこと、10分。大門通り商店街の中に辰巳湯はある。昭和3年(1928年)に創業し、現在も創業当初と変わらぬ場所で営業を続けている。東京から銭湯が消えゆく中、辰巳湯はなぜ今もそこにあり続けるのか。現在の経営者である小池章人さんにお話を伺った。

構成・文／みかみしおり

見発るふるよい

昭和3年(1928年)、小池さんの御祖父父母が辰巳湯を創業した。「辰巳湯」の名前は御祖父父母が生まれたそれぞれの干支から名付けられた。当時は宮造り風の木造建築だったという。だが、建物の老朽化に伴い平成4年(1992年)に取り壊し、翌年平成5年(1993年)に、現在のビルの1階に銭湯が入っている「ビル型銭湯」に建て替えを行った。経営者も、御祖父父母から小池さん・奥様・ご両親に世代交代をされた。



眠らない辰巳湯

小池さんの1日のスケジュール

24:30	閉店 浴室掃除 男湯 1時間 女湯 1時間
2:30	ランドリーなど掃除、その他
4:30	帰宅
	この間、約7時間しかない
11:45	開店準備
14:30	開店

来られるお客様がいらっしゃるので、今の所、閉店時間を早める事は出来ません」と小池さんは言う。

「二人が怖いから」

商店街に所在する辰巳湯の客層は、近隣住民が多いという。昨今、浴室がある住宅が主流にも関わらず、人々が辰巳湯に来る理由を小池さんに尋ねた所、答えとなるエピソードを伺う事が出来た。冬場になると、辰巳湯では月2回程、救急車を呼ぶという。寒い時期に少しでも温まろうと長い間入浴する事で、のぼせて倒れてしまうのだ。ただ、異変を察した周囲の人がいつもフロントに声をかけてくれ、迅速な対応につながるという。「二人が怖いからここに来るのよー。」これは、小池さんが実際にお客様から頂いた言葉だ。



二人が怖いから

辰巳湯はビル型になってから25年が経つが、経年を感じさせない。丹念な清掃は勿論だが、サウナの木の張り替え・床の研磨・男湯・女湯の一部改修など、部分的な一新を数年のスパンで行い、清潔かつ快適な環境が保たれているのだ。また、見えな部分ではボイラーが燃費の良いタイプに替えられた。ガス代が、銭湯でかかる出費の中で大きな割合を占めるからだ。清掃に加え、出費を抑えつつ一新を図り続ける努力が、今の辰巳湯を保っているのである。「今後は、壁紙を張り替える予定です。少しずつキレイにしていく事で、多くの人に来てもらいたいですね。」最後に、小池さんはそう話してくれた。



これからの辰巳湯

Le sablé サブレ、le financier フィナンシエ、etc. 等々...

ステキ

国分寺発！Très bienなお菓子たち

東京都立多摩図書館のある国分寺市には国指定史跡や市重要文化財が点在しています。
歴史のある国分寺にちなんだお菓子を製造・販売している社会福祉法人 Ann Bee を訪ねました。



右・社会福祉法人 Ann Bee
理事長 木下るみ子さん
左上・国分寺ブランド認定品
「武蔵国分寺サブレ」
「七重塔®フィナンシエ」
左下・Ann Bee 製造直売所



Ann Bee 製造直売所
東京都国分寺市西元町 3-6-14
TEL：042-359-4555
営業時間：10:00 ~ 18:00
定休日：日曜、祝日

国分寺マルイ店
(菓子販売のみ)
東京都国分寺市南町 3-20-3 1 階
TEL：042-323-0101 (代表)
営業時間：10:00 ~ 20:30



「国分寺に「おみやげ」のお菓子を

国分寺にちなんだお菓子が並ぶ Ann Bee のショーケース。贈答用の箱には、「ようこそ東京武蔵国分寺へ」という案内書が添えられています。なぜ国分寺にちなんだお菓子を作ることになったのか、理事長の木下るみ子さんに話を伺いました。「歴史のある国分寺市を訪れる人は多いのに、かつて地域にちなんだお菓子がなかったんですよ。国分寺にお菓子がなのは寂しい、もっと国分寺を知っていただく、というので始めました。」

「地元の素材を活かして

お菓子の中には、材料に国分寺産の農産物「こくべじ」を使っているものもあります。たとえば、「七重塔フィナンシエ」。抹茶味には国分寺産の緑茶もブレンドされていて、ほうじ茶(国分寺産)味が店頭には並ぶ時期もあります。季節によって味にバリエーションがあったり、新商品が登場したり、地元ファンも目が離せないいろいろなお菓子が、国分寺の魅力を発信しています。「もう、何でも国分寺ですね。どこでも国分寺です。これからも益々国分寺にこだわって、こくべじと協賛していけたらいいなあって思っています。」

また、Ann Bee は、国分寺崖線下の「真姿の池」の湧水(環境省選定「名水百選」)を使用した石鹸も製造・販売しています。

「地域のつながりを大切に

取材に伺った際、製造所では知的障害のある皆さんが、計量、袋詰め、ロゴシールの切り出し、梱包など各々得意な業務に特化された作業の真っ最中でした。「これには自信がある！」というものを持っていたら生きていくのも幸せじゃないですか。国分寺に暮らしている一員として自信を持って地域貢献できる、そういう街って、お年寄りの方にも赤ちゃんにも、みんなにやさしい街になるんですよ。その一端を担える何か役立つことがあればと思っています。」

Ann Bee は国分寺で様々なイベントに参加したり、祭りを主催したりして、地域の交流に積極的です。「お祭りに来ていただいたり、イベントで声をかけていただければありがたいなと思いますね。Ann Bee に遊びに来てくださったり、ボランティアに来てくださったり、ライフワークとして皆さんと過ごすような機会を持っていたら嬉しそうです。子供たちにも、いっぱい遊びに来てほしいです。」



国分寺ブランド認定品
「東京玉造小町石けん®-ビュアオリブ」
「東京玉造小町石けん®-プロボリス」

構成・文・写真/加澄そら

国分寺市の学校キャンプについて



国分寺市が東京都でも稀有な市町村事業として学校キャンプを実施していることに興味を持ち、携わっている方々にお話を聞いてみました。

構成・文／武藤 功

Q. 国分寺市の学校キャンプについて、教えてください



学校キャンプは、普段通っている学校での非日常的な体験、参加している子どもと大人とのつながりづくり、豊かな地域コミュニティを形成することを目的として始めました。子どもたちにとって身近な学校施設を利用して地域住民と学校・行政が協力・連携して行っています。これまでに毎年600～1200人、平成30年度までに延べ約1万人の児童が参加しています。
(国分寺市社会教育課・豊野基さん)



これまでの参加者人数 (小学生のみ)

平成18年	不明
平成19年	336人
平成20年	762人
平成21年	889人
平成22年	1,266人
平成23年	1,226人
平成24年	1,225人
平成25年	1,091人
平成26年	900人
平成27年	808人
平成28年	666人
平成29年	634人
平成30年	583人
合計	10,426人

Q. 学校キャンプが始まった、当時の様子を教えてください



地域で積極的に活動されていた関川さんという方と話しているなかで、「学校施設を利用してなにかできないか」と意気投合して、学校キャンプを学校行事予定に組み込みました。そして、当時のPTA会長だった本多智子さんに運営してもらえよう頼みに行きました。
(国分寺市立第4小学校元校長・前田さん)



Q. 学校キャンプへの思いをきかせてください



子どもたちが自分たちでやりたいことを話し合ってプランニングして、実現する。続けることで子どもたちが実質的に企画、実行できることを目指しています。参加する大人も、見守りやサポートから一歩踏み出して、真剣に楽しむキャンプにしたいです。
(国分寺市立第6小学校 実行委員・四宮さん)



当時の校長先生だった前田先生がうちに来て、「日付も決まっている。市や学校がバックアップするからなんとかやってくれ」と言われたことを覚えています。とにかく学校で児童が一泊するためのテント集めや、手伝ってくれる大人集めから始めました。最初の年は参加児童よりも大人の方が多かったのですが、年々参加児童が増えて、すぐに100人以上になりました。
(国分寺市立第4小学校元PTA会長・本多さん)

「子どもたちがかわいい」「お父さん達に学校、地域で活躍してもらいたい」「みんなで子育てできるといい」というのが、わたしの学校キャンプへの思いです。
(国分寺市立第9小学校 実行委員・渡辺さん)



児童と共に保護者の方に楽しんでもらおうと、それぞれの得意分野でキャンプに関わってもらっています。今後も楽しい思い出作りができるように続けていきます。
(国分寺市立第9小学校 実行委員・中山さん)



私たちの自治会では、老人会主催で子供も参加するゲートボール大会を実施しています。学校キャンプへの参加も検討したいと思います。
(国分寺市立第4小学校区域・自治会の役員の方)



日本の伝統的工芸品 秩父銘仙を広めたい！

地方に移住し、地域活性化の担い手として活動する『地域おこし協力隊』。総務省が平成21年度から始めた制度で、任期は3年。秩父では、伝統的工芸品・秩父銘仙(めいせん)を広めようと、これまで4名の協力隊員が活動している。経歴も動機も異なる彼女たちが、いかにして秩父銘仙をPRしてきたか、奮闘ぶり取材した。

写真・構成・文／山室 智子



右から、第22回全国染織作品展入選作品「秋海棠文様の銘仙」と「縦縞に春秋丸文様の銘仙」、第53回東日本伝統工芸展入選作品「縞銘仙・木漏れ日」、第4回現代手織物クラフト公募展の入選作品「花唐草文様の銘仙」

伝統的工芸品・秩父銘仙とは？

秩父銘仙とは、大正から昭和初期にかけて、大胆で華やかなデザインで、おしゃれな普段着として全国的に大人気となった、埼玉県秩父地方の絹織物です。最近はまだ、アンティーク着物として流行しています。秩父銘仙は、明治四十一年に秩父出身の坂本宗太郎氏が特許を取得した『ほぐし捺染』の技法で織られています。まず、約千六百本の経糸を揃えて、粗く仮織りし、そこに捺染、つまり、型紙で模様を染めめます。織る際に、仮織りした緯糸を手でほぐしながら織っていくため、ほぐし捺染と呼ばれます。糸に型染めするため、表裏のない生地が特徴です。秩父銘仙は、平成二十五年十二月に、『伝統的工芸品』の指定を受けました。伝統的工芸品とは、伝産法(※1)に基づいて経済産業省が指定する。現在まで継続される伝統的技法や原材料を用いて、手作業中心で製造され、百年以上の歴史を有する工芸品で、現在、二百三十品目が指定されています。

伝産指定直後の協力隊の活動は？

コミュニティ・カフェを研究していた学生時代、秩父の浦山ダムへ旅行した佐保さんは、地元の人々と交流し、いつか秩父に住みたいと思っていて、伝産指定直後に協力隊員になった。

羊山公園芝桜まつりの観光イベント、市内小学校での型染め体験、西武秩父駅の仲見世商店街での銘仙ファッションショーなどを企画・運営し、秩父銘仙館内の展示室に解説パネルを設置した。「伝産指定直後だったせいか、県内外の企業から、様々な引合いがありました。例えば、旅行会社から工房ツアーを企画したいとか、県内の時計メーカーから秩父銘仙で腕時計ケースを作りたい、等々。製品化できたときは嬉しかったです」と、当時は振り返る。

かつて秩父夜祭では絹市が立ち、銘仙が売買された。秩父夜祭がユネスコ無形文化遺産に登録された平成二十八年、絹市が復活。任期三年目だった佐保さんは、露店「秩父銘仙おもいで市」を出した。「筆筒に眠っていた銘仙をお預かりして、展示・販売します。思い出ごと売る。テーマに、お宅を訪ねて、出品する銘仙にまつわる思い出話を伺い、買ってくれる人に伝えました。着ている姿を見たいと要望する出品者には、購入者から写真を送ってもらって、届きました。『おもいで市』は今も引き継がれる。

情報通信機器メーカー勤務だった関川さんは、現在、機織り修行中だ。前職とも『モノづくり』の点では変わりないと話す。銘仙館で銘仙着物のレンタル業を始めたり、卒業生全員が銘仙の着物姿で臨む小学校の卒業式を企画したり。秩父市役所職員の名札ストラップを銘仙生

地で作るなど、銘仙を使った物づくりも提案した。今後も、着付け教室や着物を着る機会の提供、ワークショップなどを手がけ、銘仙の産業振興や物販に走り回る予定だ。

現役の協力隊2名の活動は？

薬剤師の資格を持つ走出さんは、オーストラリアで二年間のワーキングホリデーを経験するなど、海外経験が豊富だ。海外に出て、日本の伝統文化に関心を持ったという。

外国人をターゲットに、銘仙館ホームページの英語版を作成したり、上野公園で開かれる日本伝統文化フェスタに、銘仙試着&写真撮影のお店を出したり。各種イベントに「DIY MEISEN」を出店、活用方法を提案しながら、銘仙の端切れも販売する。

さらに秩父銘仙の新デザイン・コンテストを企画。デザインを募集して、秩父夜祭の「絹市」で投票、大賞一名を選出する。

活動終了後は何をやる？

初代は現在、秩父太織の工房で織物を製作。二代目も秩父の産業振興業で働く。秩父で起業したい、東京オリンピックでボランティアをしたいと希望は様々だが、皆、「若い人達にもっと銘仙を着てほしい」と口を揃えた。



左から協力隊の関川さんと走出さん、元隊員の佐保さん

東京マガジンバンクカレッジ 雑誌総合セクション連続ワークショップ
「はじめての雑誌づくり
～趣味・興味の中から自分らしい発信をしてみよう～」
雑誌ができるまで

【ワークショップ】

第1回 「企画を考えよう」 平成30年6月9日（土） 10:00～12:00

雑誌作りの大まかな流れ、講師自身が携わった雑誌記事づくりの事例について説明

講師：生島典子氏、生島淳氏

第2回 「取材の流儀・楽しみ方」 平成30年6月16日（土） 10:00～12:00

ラフシートの作り方について説明、グループワーク（企画内容の意見交換）

講師：生島典子氏

第3回 「誌面の構成と文章の書き方」 平成30年7月7日（土） 10:00～12:00

デザイン、イラストの発注の進め方について説明、グループワーク（ラフシートの内容の意見交換）

講師：生島典子氏

第4回 「文章を入れて、誌面が完成！」 平成30年7月21日（土） 10:00～12:00

原稿の書き方について説明、グループワーク、個人ワーク（原稿作成）

講師：生島典子氏

【相談会】

平成30年7月28日（土） 10:00～12:00

記事の内容、誌面構成等について希望者が個別に講師に相談、アドバイスを受けた。

講師：生島典子氏

【編集作業】

平成30年8月～平成30年12月

イラスト及びデザインの発注、校正等の作業を参加者、講師、東京マガジンバンクカレッジ事務局が協力して行った。



東京マガジンバンクカレッジ 第4号

平成31年1月発行

監修 生島典子

イラスト なとみ みわ

デザイン 渡邊 和美

編集 東京マガジンバンクカレッジ事務局

発行 東京都立多摩図書館

〒185-8520 東京都国分寺市泉町二丁目2番26号

電話 042-359-4020

ホームページ <https://www.library.metro.tokyo.jp/>

