

蔵

ヘルス特集

高血圧はなぜ起きるか そのチェックポイントと
食餌療法

対談・ミミとリフレッシュ ● ゲスト・田辺茂一氏

俺だって酒場のあわれは知ってるサ

実用特集

心を込めて、手づくりクリスマス

食べる健康法③

“太陽の果実”
プルーン・エキス

12





銀世界のシュプール。

降り積る粉雪のなかにロマンを求めて。



積雪平均2メートルの白銀の世界。粉雪のなかで楽しい思い出の扉が開かれて行きます。ここ尾瀬の麓、尾瀬岩鞍スキー場は雪質もよく、あざやかな稜線はビギナーからプロフェッショナルまで満足のゆくスリリングなもの。存分にスキー・ライフをお楽しみ頂けます。

尾瀬岩鞍スキー場

尾瀬開発(株)

現地案内所 群馬県利根郡片品村土出

☎027858-7131(代)7132-7385

027858-7588(11月末まで受付)

東京案内所 東京都中央区京橋2-13 橋5号館

☎03-567-6341(代)

パウダー・スノーの白い詩

★フランス・スイス・オーストリー



スキー・クラブというとヨーロッパのスキーヤーたちは、町や村の経営するスポーツ少年団のようなものを思い浮かべる。

これは小学生・中学生の豆スキーヤーの中から競技スキーに才能のある者をすいあげていく組織で、階段を登りつめるとナショナル・チームに直結する。“だから、日本の競技スキーはいつまでたってもかなわないですよ。とは、日本のスキー関係者の弁。

大人のスキー・クラブもまったくないわけではないが、日本とは性格を異にしている。例えば地中海クラブ。シャモニー、バルディゼール、サンモリッツといった一流スキー場に村を持っていて、入村金とパッケージ料金を払えば誰でも利用できる。スキー場までの往復の交通費、ホテル代、食費などすべてこみで、一週間約7万円。村に入ると、専用リフトやスキー学校のサービスもついている。

ただし、スキー場にあるからといって、スキーヤーばかりが集まると思ったら大間違い。日中はスキーもしないで、プールで泳いだり、サウナに入ってすごし、夜の“アフター・スキー”を楽しみに待つ人が結構いる。その他、個人所有のスキー場もあって、家族と招待客だけで楽しんでいる人達もいる。それもこれもひっくり返して、”ゆとりを楽しむのがレジャーの原点。とでも考えなければ想像のできないスケールの話だ。

文・藤島秀記



◀ヨーロッパ、スキーのメッカ、シャモニー(フランス)にて▼グリンデルワルド(スイス)は家族連れに最適なスキー場







ヨーロッパ・スキーの楽しみは変化に富んだスロープを滑ることは当然として、滑った後に温泉プールで泳いだり、仲間や家族と一緒にダンスや食事をするのも、楽しみの重要な要素になっている。したがってスキー場には、どこでもこうした“アフター・スキー”の施設が完備しており、プロからアマまで、またヨチヨチ歩きの子供から腰の曲ったおばあさんまで、まったく自由に白銀の世界に遊ぶことができる。《パウダースノーの白い詩》ヨーロッパ・スキーの印象はまさにこの言葉につきる。

▲イタリア国境に近いブリアンソンスキー場（フランス）◀伝統的なオーストリーのサンクリストフスキー場にて▼フランスのラ・ブラーニュスキー場は保養地としても人気を集めている。



leisure time フランス・スイス・オーストリー パウダー・スノーの白い詩	3
ヘルス特集 高血圧はなぜ起きる そのチェックポイントと食餌療法	8
シリーズ・対談『ミミとリフレッシュ』田辺茂一氏VS木原光知子 俺だって酒場のあわれは知ってるサ	14
実用特集 心を込めて、ことしは手づくりクリスマス	27
海外レポート●世界の有名クラブを斬る／地中海クラブのパカンス哲学 現代社会のひずみに挑戦する『トリガノ哲学』 青柳洋次郎	48
職人道／忍耐で刻む壺甲の簪 松田政一さん	38
名車物語⑤G・Tカーの先駆車、ボルシェ 原田雅吉	24
酒の話⑤ウイスキー／水と麦と肥沃な風土のハーモニー 沢井慶明	34
ドクター木崎の養生訓『新・遊びのすすめ』木崎国嘉	32
旅●バンコク “微笑の国”の夜の輝き 立花次郎	42
食べる健康法③ブルーン 太陽が生んだ至宝のエキス	60
浪越徳治郎の夫婦指圧教室 胃を丈夫にし増血作用を促進	62
“株式投資”健康法 香山檜次郎 株式投資家と株主の違い	22
易学考●四柱推命からみた宿命星 ローラ・ポーは雪女か？ 松柏天	20
ルポルタージュ●21年間皆勤の“みどりのおじさん” 中村開作氏	55
スタミナ源シリーズ⑤海の王者は栄養素の宝庫 クジラ	72
点と線 世界駆けある記④ 福島 充	66
マイライフ プラモテルで夢の世界旅行 三遊亭金馬(落語家)	74
鹿美術館	36
ZIG ZAG ZIG ZAG ZIG ZAG	47
賞品付クロスワード・パズル	59
Conte・コント・こんと	70
あらかると スポーツ・レジャー・タウン&カントリー	64

高血圧はなぜ起きる

最低血圧が高くなるほど危険

そのチエツク・ポイントと食餌療法

壮年者の四人に一人は高血圧だといわれるほど、日本は高血圧の多発国である。それも、東北地方などのいわゆる寒冷地の人々に多くみられるという。高血圧そのものが病気か否かは論議を呼ぶところだが、かかる原因は今のところはつきりとは説明されていない。だが、高血圧そのものより恐いのは、高血圧が原因で引き起こされる併発症なのだ。

血液が心臓から送り出されるときかなりの圧力がかけられ動脈をふくらませる。これが血圧である。手を切ったりすると血が出てくるのは血圧のためだが、なかでも動脈を走る血液の血圧がいちばん高いことはご存知だろう。

心臓から送り出される血液の量を心送血量といって、心臓の収縮力が大きければ多量の血液を送り出して血圧は高くなり、収縮力が小さければ血圧は低くなるという理屈になるが、実際には心臓はポンプのはたらきをし、全力で血液を送り出すので

心臓の力が弱くなって血圧が低くなるということはあっても、心臓の力が強すぎて血圧が高くなるということはない。

人間の体の血液の量はその人の体重の約一二分の一に当る。たとえば体重七〇kgの人の全血量は約五・八リットルあるということになる。しかし、全身に同量の血液がくまなく行き渡っているわけではない。食事のときには胃腸にたくさん血液が行き、脳の働きが活発なときは脳へ、というように神経の働き具合によって血液は配分される。血圧の正常値は人それぞれに

よって違うし、同じ人でも朝と昼、運動をしているとき、神経が緊張したり外界の温度の変化などによってもかなり違ってくる。こういうふうに血圧は動揺しやすいものであるから、少々高くても、低くても、スワツ、高血圧だ、低血圧だといってあ

わてることはない。毎日血圧を計ってみるとよくわかるが、ふつうに生活していても、血圧値が一〇から二〇くらいは変動し

ているものなのである。血圧は年齢に比例して高くなるが、二〇代―四〇代まではその幅が小さく、四〇代をすぎると急に高くなり始める。壮年者の四人



遺伝と生活環境が左右する

さて、本題の高血圧症だが、これはいったいどうして起こるのだろうか。現在のところ、そのはつきりとした原因は不明である。病気の本態はよくわかってはいないが、遺伝や生活環境が大きく関係していることはたしか。これを本態性高血圧症と呼んでいる。そのため、根本から治す原因的な治療ができず、現在のところ、血圧を下げるという薬を飲むしかないというのが実状で、一生飲み続けなければならぬ。

高血圧を放置しておく、脳卒中で死亡することが最も多く、また、心臓と腎臓に特に悪影響を及ぼし、心臓病や腎臓病での死亡率が次に高いといわれている。

つまり、高血圧症は血管の圧力が高いので心臓がオーバーワークになって心臓肥大になり、ついには心筋硬そくを起こしたり、高血圧性心不全となつて、体の諸器官に血液を十分に送れなくなる。また、腎臓の場合、腎臓が弱ると尿にたんぱくが出て、ついには腎臓の働きが極度に低下して尿の中に排出される不要な老廃物が体の中にたまって死亡にいたるといふことになる。

高血圧の人が脳で動脈硬化を起こすと、脳卒中ももちろん起こしやすいが、俗にいう老人はけを促進しやすくもなる。若いときから血圧が高い人には、どういふわけか活動家が多いのだが、五〇代になると早くも老人性痴呆症にかかつてしまふという例が多くみられる。

また、両親がともに血圧が正常である場合、その子が高血圧になるのは非常にまれで、片親が高血圧だとすれば、子の四分の一が高血圧になる素因をもつ。両親とも高血圧ならば、その子の二分の一はそれをうけつぐという統計がでてゐる。

もつとも遺伝因子のないものでも、高血圧を起こしやすいような原因があれば若いうちからでも高血圧になることはいうま



に一人は高血圧だといわれる由縁もここにある。

日本人の成年男子の血圧はふつう一〇一〜一二〇で、七〇歳、八〇歳になると血圧が高いというのあたりまえになつてゐるが、それでも個人差があつて、



七〇歳の人でも一三〇くらいの人もいれば、五〇歳で一六〇という人も

いる。しかし、どちらが正常でどちらが異常かは即座には判断できない。

ふつう、血圧が高いといつて心配する人は多いが、最低血圧を問題にする人はほとんどいない。

しかし、この最低血圧が標準よりだいぶ高い人は、細動脈硬化であることはほぼまちがいない。

これは悪性の高血圧を引き起こしやすいから、最低血圧が高くなつてゐるときは十分な注意が必要だ。

特別の自覚症状は起こらない

一般に、高血圧の初期には、自覚症状はなく、定期検診や、脳卒中の発作を起こしてはじめてそれに気がつくことが多い。したがって、自覚症状は、かなり高血圧が長く続いていた、ひどくなったりしてはじめて出てくるもので、肩こり、頭痛、耳鳴り、めまい、動悸がする、などの症状があらわれるが、実際にはそれらの症状をうったえる人の率は全体からみればかなり低い。

●肩こり

厚生省の調査では、高血圧症者の一四％が肩こりをうったえている。しかしこれは高血圧とは関係なしに起こることの方が多いうだ。事実、中年過ぎの人には肩こりが多いし、若い人でも根をつめて何か手さきの仕事をしたときには肩がこるものである。

そのほか肩こりの原因はいろいろでもある。高血圧が原因で起こる肩こりは、首筋、肩にかけてこわばった感じがとれない。

●頭痛

かぜや酒の飲みすぎ、または睡眠不足などで起こることは誰でも知っていることだが、それが高血圧が原因の場合は医師にみてもらうべきである。

高血圧が原因で起こる頭痛はおもに後頭部に鈍痛を感じる。脳血管が強く張ったり、また脳にむくみがきて脳の中の圧力が高くなると頭痛がするのである。

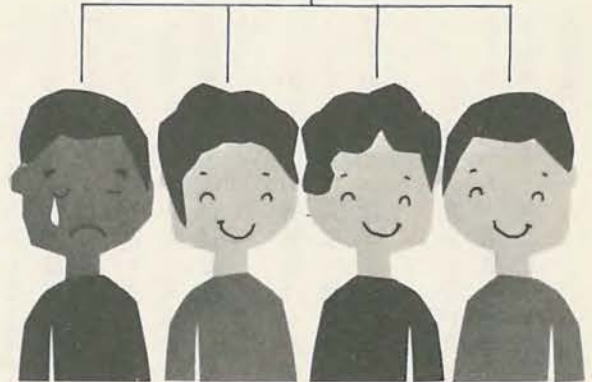
とにか、その症状のいずれもが高血圧独特のものではないし、また何度もうようだが、ほとんどの場合自覚症状を感じないので、早期発見をしないかぎり、高血圧は進行している。

一般に最高血圧一五〇、最低血圧九〇以上が一応高血圧症と診断されているから、高血圧を心配する人は、常に血圧の測定を励行することをおすすめする。

でもない。

体格的には一般に、顔の幅が広く、首が短かくて赤ら顔のいわゆる肥満体に多いといわれているが、やせているからといって高血圧の心配がないと安心もできない。特に女性の場合は男性ほど肥満体と高血圧とがむすびつくことは少ない。

慢性腎炎や慢性腎盂腎炎になると血圧が高くなって普通の高血圧とまちがわれたり、また、腎臓の血管がせまくなったり、副腎にはれものが出てきて特殊なホルモンを分泌することでも高



血圧をひきおこすが、これは二次性高血圧症といって、病気を治せば、ほとんどの場合は血圧も平常にもどるから、本態性高血圧ほどやっかいなものではない。

後天的な高血圧症を誘発するいちばん大きな原因は食塩のとりすぎにある。というのには、食塩が体内の末梢血管をけいれんさせて血圧を高くするからである。食べ物味のつけが濃いために、寒い所のほうが血圧が上昇しやすいこともあって、東北などの寒冷地に高血圧の人が多い。

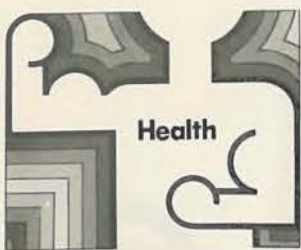
高血圧より恐いのが併発症

●動脈硬化

高血圧が長く続くとまず動脈硬化を引き起こす。この場合、細動脈硬化で、血管の末端の細動脈が、高血圧のために常に緊張し、血管の壁が厚くなり、しだいに硬くなっていくというものの。

これが進行すると血液の流れが悪くなり、更に血圧を高くするという悪循環となる。この症状は心臓に向かってすすみ、血管の筋肉が厚くなって弾力性がなくなり、ついにはその内膜がはがれたり、血管壁への圧力が高くなって血管が破れるということにもなる。

●脳卒中



動脈硬化がひどくなると脳卒中を起こしやすくなる。統計では脳卒中を起こした人の二五％は意識不

明のまま、その日のうちに死亡するというおそろしい発作である。脳卒中は脳出血(溢)血、脳軟化、クモ膜下出血にわけられる。そのなかでいちばん多いのは脳出血である。

動脈硬化で血管が弱っているところに、寒さや精神的な興奮や緊張などの刺激で血圧が急が高くなって脳の血管が破れてしまうのである。多くは意識不明になり、万一生命をとりとめても半身マヒとなる。

脳軟化には脳血栓と脳栓塞の二種類があるが、動脈硬化で起こるのは脳血栓である。硬化した血管に血液のかたまりが詰まるために起こる症状だ。そこから先へは血液が行かなくなり、脳の組織が破壊される。夜寝ているときや、朝起きるときに、めまいや手足がしびれるなどの発作が起こることが多く、発作をくり返す毎に症状が重くなる。クモ膜というのは脳から脊髄を包んでいる薄い膜で、この下腔に動脈のコブのようなものが

でき、急に血圧が高くなるとそこが破れて出血するもの。症状としては激しい頭痛にともない意識がぶくなる。

脳卒中の前兆は、もちろん高血圧に動脈硬化が併発している



●心臓病

高血圧が続くと心臓に大きな負担がかかって心筋硬そくや心不全を引き起こすことは前にも述べた。心臓に血液を供給している冠状動脈が硬化して十分な

ことであるが、具体的には頭痛、めまい、吐き気、ときには鼻血が出たり、失神したりする。また運動神経に異常をきたすこともある。

寒い季節に日本式便器を使用しているときや、寒い所から急に熱い風呂に入ったときに発作を起こす例が圧倒的に多い。

血液を心筋に送らなくなり、更に高血圧のために心肥大がすすむと、その負担にたえられなくなって心臓が十分な働きができなくなる。これが心不全である。息切れ、動悸、胸の圧迫感などを覚えるようになる。極端なときには動脈の一部が完全に詰まって血液が通らなくなって心臓



の組織の一部が死んでしまう。これが心筋硬そくで、こうなるともう助からない。

●腎臓病

腎臓に高血圧や動脈硬化の影響があらわれるのはかなり病状が悪化してからで、尿毒症にまですすんでいく。しかし、尿毒症を起こす前に「前尿毒症状態」という時期があつて、のどがか

わいて水を多く飲むようになり尿量が増えてくる。

この時期に手当てをしないと、頭がぼんやりしたり、昼間でもウトウトしたり、食欲不振、頭痛、吐き気などの症状が出てくる。

これはもう尿毒症の症状で、このまま進行すると生命の危険にさらされることになる。

食餌療法で症状をセーブ

高血圧自体は、病気であるか否か議論されることもあるくら

いで、かならずしも危険なものではない。しかし、高血圧が引

き起こす動脈硬化とが相乗して危険な病気を招くことになるので、高血圧の人は動脈硬化がおこることを極力さけなければならぬ。

それにはまず食餌療法が重要なポイントになる。これをしっかりと守れば、高血圧であれ、健康で過ごすことができるのである。食餌療法は長く続けなくてはならないので、合理的である以上に実行しやすいということが第一条件になる。好物をできるだけ多くとり入れ、そのうえ合理的であれば理想的。

まず、食塩をとりすぎないこと。食塩に含まれているナトリウムが血圧を上げる働きをするのである。一般に日本人は食塩のとり方が多すぎるようで、特に脳卒中で死亡率の高い東北地方ではその摂取量が多く、一日平均三〇g近い食塩をとっている。また一方、高血圧や脳卒中の少ない広島県では一日の食塩摂取量は東北の半分の一四gだという。これでもまだ多いくらいで、脳卒中での死亡率が日本の三分の一にみたなら、アメリカでは一〇g前後とかなり少ない。

甘さは砂糖の約2倍
カロリーは約 $\frac{1}{10}$

- 煮物など、お料理をはじめ、コーヒー、紅茶にもどうぞ。
- 使いやすい液状です。



味の素の
ダイエット甘味料



GOLF 報知



●…読者の声を常に反映したカラフルなゴルフ専門誌 あなたの上達を約束します
 ●…一流プロの豪華2色レッスン/豊富な情報の実益特集/内容充実大好評別冊付録その他

A4判 550円 毎月21日発売

報知ゴルフ選書 新刊

独学で強くなる
 ●楽しみながらうまくなる **ゴルフの本**
 浜 伸吾著 A5判上製本 980円

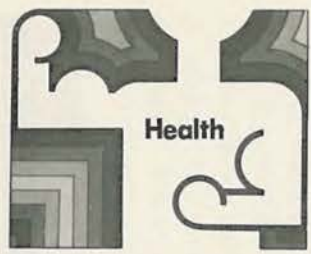
ゴルフルール判例集
 ●ロイヤル・エンセント・ゴルフクラブ 貴田敦之訳 山形 晋監修 A5判上製本3,200円

ベッドで読むゴルフの本
 ●GOLFER'S BEDSIDE BOOK
 摂津茂和著 A5判上製本 1,000円

新装・改訂判

近代ゴルフ	陳 清波	850円
続近代ゴルフ	陳 清波	800円
パンチ・ショット	戸田藤一郎	850円
プッシュ・ショット	石井朝夫	800円
一流プロ15人による ゴルフ・スイング論		900円

●報知新聞社●



このくらいに食塩の量を減らし、でも何の苦痛も感じないし、高血圧にはとてもよい結果をえられるのである。一挙に減塩すると食事がもの足りなくなるので徐々に減らして、六〜八gくらいまでにすればよい。この量は血圧を下げる効果からいえば、全く食塩をとらないのと同じくらいの効果がある。減塩食を実行すれば二カ月くらいで慣れ、

からだのほう、
 それまで
 の量の食
 塩をうけ
 つけなく
 なってく
 る。

米・麦などの含水炭素はカリウム源としてたいせつな食品ではあるが、必要以上にとりすぎると、その余分は脂肪となって体内に蓄積される。すなわち肥満である。また脂肪のとりすぎも、つまりはカリウムのとりすぎで肥満になるが、特に動物性脂肪はコレステロールを含んでおり、これを多量にとると血液中のコレステロール濃度が高くなり、血管壁に沈着して動脈硬化になりやすい。

さらに、脂肪は体内の血液をかたまりやすくする働きをして血管がつくられ、脳血栓の原因にもなる。また脂肪を構成する脂肪酸にはコレステロールを増やす働きのある飽和脂肪酸と、

コレステロールを減らす不飽和脂肪酸とがある。高血圧の人には、いうまでもなく不飽和脂肪酸のほうがよく、ふつう植物性脂肪に多く含まれている。大豆油、コーンオイル、植物性良質マーガリンなど。また動物性脂肪ではまぐろやうなぎなども比較的よい。

脂身の少ない肉は良質のたんぱく質であるから是非とも一定量はとりたいたいもの。

肉が高血圧に悪いと思っている人も多いがそれは脂肪と混同して考えているからではないだろうか。

肉自体は、悪いどころか、むしろからだに必要な栄養ある食品である。

***日常生活のチェックポイント**

寒さにさらされると血圧は急に高くなる。冬期は室内の暖房を十分にしておき、できればトイレも暖かい方が望ましい。便通は規則正しくし、いきばらさないように。これは脳卒中につながる危険がある。また冷水・乾布まさつも高血圧の人にはひかえた方がよい。

散歩などの適度な運動をすることは肥満を防ぐほか、精神疲労もとれるので毎日実行したいもの。心身ともに安静であることは、それだけで血圧が下がら効果につながる。

入浴時の注意としては、四二度くらいのぬるい温度が適当。また人が入ったあとの湯の方が刺激が柔らかくなってよい。



⑤

俺だって酒場のあわれは知ってるサ

ゲスト・田辺茂一氏(紀伊国屋書店社長)VSホステス・木原光知子

広島カープ優勝!! それをだれよりも喜んで
 いるのは故梶山季之氏だという田辺茂一
 氏。この日(10月10日)も、広島勝利のニ
 ユースが入ると「よかつたなあ」と遠くを
 見つめるような目差しで静かに笑みを浮か
 べていた。スポーツを愛し、文学に勤しみ、
 毎夜の銀座通いも有名な粋人「モイチ」氏だ
 が、無二の親友、梶山氏を語る時、別人
 のような寂しさを漂わせる。その時、本当
 のモイチおじさんの姿を見た思いがした。

ボトル一本あけても平気

木原 こんにちは、お久しぶりです。この間、佐良さんが労音で柏崎(新潟)へ行ったとき、マッサージュの人にあなたは新潟の人じゃないでしようと言われたんです。なぜって聞いたら、柏崎にはこないいい筋肉を持っている人はいないって……。

田辺 新潟にはキンニクヤ(紀伊国屋)書店ができました。

木原 ハハハ、キンニクヤですか。きょうは漫談になりそうですね。

田辺 七月十五日に開店したの。

木原 先生の好みの女性には、テキパキとした男性的な女性が多いですね。

田辺 そうですね。これは内緒にしてほしいんだけど(声を低めて)最近の傾向ではなく、何十年来そ

ういう好みですよ。だから佐良さんより(木原さんを指して)こっちのほうが好きなんです。その前に佐良さんに会っちゃたから……。(笑い)。内緒ですよ。

木原 ワア、それは残念でした。ここだけの話にしておきましょう(笑い)。その後、お体のほうはどうですか。

田辺 この夏はとても快調でした。木原 何かとくに心がけてしていることは……?

田辺 健康ですか、何もありません。だから、健康について聞かれても、ちよつと困るんです。

木原 でも、夜、お酒を飲んで若い女の子とワアワアやるのが健康法でしょう。

田辺 ほとくのペースはね。銀座へ

んをはしご酒で、わりと重いカバンを持って歩くんですが、何ともないですよ。二、三年前、人間ドックで二万八千円かかるけれど、宣伝だからタダにするといわれてはいったんですが、どこも何ともなかった。血圧も何も……。

木原 飲むといっても、そんなにムチャ飲みするわけじゃないでしょう。

田辺 ボトル一本ぐらい飲みますよ。

木原 毎日ですか?。

田辺 毎日ではないけれど、一週間に三本ぐらい。で、朝も何ともないですよ。

木原 トマトジュースを飲んでい

るから(笑い)。

田辺 イヤ……。盆暮に送ってき

ますから、それを飲むぐらいです。

吐いたり、胸が痛むと、ことは

ないです。

木原 すこいですね。すると、飲んで帰るとバタンと寝ちゃう?

田辺 そう、バタンキューです。木原 根っから健康なんですね。仕事のことでもそうですが、生活にしても、ほんとうにエンジョイしているという感じですね。

田辺 リズムがあります。無理は

しないです。眠いときは眠るよう

にしてるんです。まあ、ぼくだ

ってそんなにはかじやないから、

よくいえば酒場のあわれ、むなし

さを知りすぎている。といって、

家へ帰っても犬とお手伝いさんだ

けですからね。

木原 でも、それがないと健康上

田辺 作家というものは、裏街道からものを見て、つまり努力すれば松下さんのようになる……、努力してもなれない人もいる。そういう言訳がみんなにあるわけで、それを説明してなくさめてやるのが作家の役なんです。

梶山のかわりに広島を応援

木原 先生は広島カーブの大ファンだそうですが……。

田辺 あしたの朝七時の飛行機で広島へ行くんです。

木原 私は野球はそう好きじゃないんですが、どっちかというところ、明石の生まれだから阪神なんです。でも広島は熱がありますね。すごいですよ、九回の裏で逆転したり。

田辺 ことしはね、ことしだけです、あのネバリは……。

木原 そうですか。でも、あれは赤いヘルメットになってからだといいんですが……。

田辺 茂一氏 東京都出身。明治三十八年二月十二日生。大正十五年慶応高等部卒業後、昭和二年紀伊国屋書店創業。同二十年株式会社改組し現職就任。現在に至る。その間、数多くの文化人と親交深く、日本文壇界に多いに貢献してきた。紀伊国屋書店社長のほか、日本文芸家協会、日本ペンクラブ理事、慶応義塾評議員、日親書店協理、全国連合会長など、広く文学・出版業界の興隆に貢献している。趣味は読書、将棋。著書に「浪費の顔」夜の市長」「もいちの季節」などがある。なお、今シーズン優勝した広島カーブの熱烈なファンとしても知られている。

だからおもて街道なんか書く必要はない。富士山に登るのは何も御殿場口に限らない、吉田口からだって登れる。

むしろ、そのほうが景色はいいんだ、という説明をするのが作家の仕事だと思っんです。

田辺 さあ、由来はまだ聞いていないんだけど、昔は赤といえど遊郭の座ぶとんとか腰巻きだとか赤フンドシとか、そういう連想があった。最近はそのヘルメットの色が変わりあいいいせいか、赤がよくなってきました。

木原 ところで、カーブのファンになった動機は何ですか。

田辺 ぼくは、梶山季之といちばん親しかったでしょう。その彼が死んだ当座、いろいろなことがありまして、このごろになって秋風が身にしみるんです。梶山とは二十五歳違うんですが、死んでから彼はいくつだったろうかと思っただけで、お互いに年を聞いたことがなかった。二十五歳違っただけで感がなかったんです。その梶山が広島出身で十年前に「カーブを優勝させる会」をつくることになったとき、ぼくは江戸っ子で故郷がないから当然のことのように会に入っただけです。梶山が死んでからは自分が彼のやれなかったことを



やらなければ、という義務感みたいなものがあるんです。

それと、うちの長男が学習院を出てNHKに就職して、最初、小倉へ行ってすぐに広島に転勤になったんです。スポーツアナウンサーで、オリンピックもやったりしてましたが、古葉や外木場とは十年ほど前からつき合っているいろいろ世話になっているんです。

木原 そして、いまではすっかり広島に情が移ったというわけですか。優勝すると思えますか。

田辺 シヤレたい方をするところ、ほかの人は、優勝しなきゃいけない、と。優勝すれば歓喜乱舞。ほ

くは、結果はどうでもいい、優勝させるために自分は動いた、それだけでいい。そういう考え方なんです。微力な自分の最善を尽した、それだけで結果は問わないです。

別の意味でシヤレたことをいうと最下位のものが一年たらずして最上位になる。そういうひっくり返り方があるという教訓。たまたけよ、さらば開かれん。ではないけれど、目の前に、努力すればこういう結果が出るということを証明したのはいいと思えます。

木原 広島ファンの方には、わりと異色な方が多いですね。田辺 でも、衣食足って礼節を知



らないところもある(笑い)。この一カ月、銀座のバーで、ほくへの遠慮もあるだろうけど、中日を除いて全部広島ファンになりましたね。巨人ファンだったのが、だんだん広島の方になつてきた(笑い)。

木原 原爆の中から立ち上がった県ですから、ほかと違って一丸となつている……。

田辺 広島あげて覇権をとりたい。さかのぼれば、原爆の広島が脚光を浴びたいということもあるでしょうね。しかし、梶山がいたらなあと思えますね。いまのカーブを見て喜びますよ。

木原 ことしがいちばんショックだったでしょう。

田辺 もうそういう友だちがあまりいないわけだ。

健康法は「素直に生きる」こと

木原 男友だちでも、自分の心をわかって話せる友だちはそういないですか。

田辺 有無相通する、という人はなかなかいない。男でないから木原さんのような人を……(笑い)。

木原 そんな大きな穴を埋めることができるならいいですよ。

田辺 こっちに吸収力があるから大丈夫です。きょうは主観に流れ

やしないかと思つて心配してたんです(笑い)。でも、生きるということは、時代に適応して生きることなんです。

きのう林房雄さんが亡くなったけれども、もう十年ぐらい休火山でしたから生きていることにならな。死ぬまでがんばりたいと思つて、リズムカルにやつてい

木原 私は易とか占いとかはわりと信じるほうですが、先生はどうですか。

田辺 (音を振つて)あまり……。でも、ほくは自分で言うとおかしいが、占いの素質があるらしい。よくテレビに出る女の占師(マリ・オリギン)と対談したことがあつて、二千人に会つたけど、二人目だつて言われました。テレバシーというのかな、その人がほくを見る前に、ほくのほうに向こうを見ちゃうから、やりにくいって言いました。ほくの前にはプロ野球の選手でそういう人がいたそうです。それとほくが十八のとき、おじいさんが病気で、占つてもらつて帰ろうとしたら、ちよつと待てと。あなたは何になるつもりか、と聞くから、本屋だ、と。すると本屋とかお寺の坊さんもいいが、もつと成功するものがある、だけ

ど、それを言うのは失礼だから言わない、と。そこまでしゃべつておいて、かえつて失礼じゃないか、と言つたら、私と同じ商売だ、と言ふんです。一橋大を出て、由比正雪みたいに髪を長くしていたがなかなか当たる易者だった。あなたは十八だが、四十、五十ぐらいの人の気持ちがよくわかるところがあるとされた。だから、そういう自信があるから人の占いなんかあまり信用しない。

木原 なるほどねえ……。

田辺 ほくは念力というのをわりあい信じているんです。念力だけが物ごとを成就させる、と。四六時中思いつめて、だから、エコノミック・アニマルみたいにそんなに仕事しない。絶えず念じて、あれをやりたい、こうなりたい、と思つていると、時間、かかるけれども、達成する。

木原 私も、オリンピックに出たいと思つていたときは、毎日そのことばかり考えていました。

田辺 木原さんと会いたい、会いたいと思つていたから、こうして会えた(笑い)。

木原 先生は素直というんですか、ご自分が会いたいと思つているような女性るときは、わりと出ていけるほうですね。

田辺 ほくは、山本直純じゃないけれども、大きいことはいいことだ。と。しからば大きいことはいいことか考えて、素直ということがいちばん大きいと思うんです。だから、座談会とかテレビでテーマやお客にかかわらず、恥をかいてもいいというオッチョコチヨイ主義でやる。だから、相手が喜ぶことなら何でもしよう、と。割合素直なんです。それからもう一つは、人間の洗いなさらないで、洗いなさらない日常訓を持つていられるんです。恥をかいても、それはほんの小さな現象であつたは関係ない、と。

木原 私もいつまでも素直でいたいと思つています。

田辺 やつぱり、素直というのは健康に結びつくんじゃないかとほくは思うんです。たとえばストレス解消というより、ストレスにならないようにしているし、徳川家康の「長い日、重荷を負うて遠き道をゆくがごとし」というのがあ

るでしょう、ほくはああいう考え方は否定するんです。軽荷だと思ってる。川端康成とか三島由紀夫が自殺したのは、自意識過剰で重くしているから、くたびれちゃ

恋人ができれば一緒に住む

うんです。

木原 健康法は、素直に自分の意志のままに動く、と。

田辺 軽くオッチョコチョイに……(笑い)。

木原 洋服はわりとはで好みのようですが……。

田辺 アクセサリーでカバーしなきゃ。辛いわけだ。

木原 蝶ネクタイのほうが多いですね。

田辺 いま蝶ネクタイはあまり売ってない。だから、外国へ行ったときに買ってくるんです。

木原 ピタツとつのがあるんでしょう。

田辺 あれは大きすぎるんで、正式なときはつけるけれど、こういう略式の場合は……なんていうと、相手をナメているみたいですね。

木原 いや、もっと気楽になさっていただいてけっこうです。

田辺 これでもくだけているほうなんだが、毛並みがいいから……(笑い)。

木原 いまはずっとお一人ですか。



田辺 一人です。厳しい生活です。木原 でも、お一人のほうが気は楽でしょう。

田辺 いや、そういう負け惜しみは言いたくないですね。

木原 いま、ほんとうに好きな人がいたら、その人と一緒に生活したいと思いますか。

田辺 思います。

木原 でも、そういう人がいても、素直に表現できないでしょう。

田辺 そんなことない、白紙ですよ。ほくは子どもが三人いるけれど、結婚生活はそんなに長くないんです。だから、そういう一種の悔いの執念みたいなものがある、それが私の若さの秘訣だと、自分では思っているんです。

木原 うちでも、結婚しろってうるさいんです。でも、いまの状態のまま結婚したら、すぐ離婚するだろうなって思うんです。

田辺 おどかさなくてください(笑い)。

木原 いや、ほんとです。それより、仕事をしていろんな人と会っていたほうが良いような気がしま



す。

田辺 それはシャレた言い草だ。

木原 もちろん、愛する人はほしいです。愛してもらいたい。

田辺 シャベりにくいね、目の前にいて、愛する人がほしい、なんて、疎外感を感じちゃう(笑い)。

木原 東京に住んでいると忙しいから、その人のことを思う時間がなくなるんじゃないかという気がするんです。

田辺 そんなバカなことはないですよ。その人のことを思ったらほかのことを考えられないくらいではないとおかしい。用にかまけて忘れるなんて、男に対して失礼だ(笑い)。

毎年、五、六回は泳いでいる

木原 毎年、宝塚劇場でやるあれは、何ていうんですか。

田辺 日本劇場ね。「文化人年忘れ忘年会」といって、もう六回くらいやっているんです。ぼくがその実行委員長です。あいさつをして、かつ歌うわけですよ。森昌子の「先生」だとか……。ときどきお色直しして、五回ぐらい衣装を変えらるんです。

木原 セリふを扇子に書いてたり、うしろで読んでもらったりして、おもしろいですね、あれは。

田辺 みんなテレるから、酔っぱらって出るでしょう、何が何だかわからなくなるんです。ことは、

い)。

木原 きょうは内面的な健康の話ですね。

田辺 ぼくは舟橋聖一君と五十年来の友だちなんです、いまはあつちのほうが偉くなったみたいだけど、人間的にはほんとうはぼくのほうが偉いんです(笑い)。それはともかく、ぼくが恋をして失敗したりすると、いろいろアドバイスしてくれるんです。「茂一君は、テレて冗談のように言うから相手が信用しない」と。インベーターというか、向こうの気持ちがあるから、遠慮してしまう。それで損してるんです。

三鬼陽之助がいちばん音痴だから、それを前座にして、あとがやりいように富永一郎とか藤島泰輔とかにやらせるんです。梶山がずっと連続で出ていたんです。だから、ことは舞台の一隅に梶山の遺影を飾って、ぼくが特に広島監督や外木場とか山本浩二を呼んで、一場面つくろうと思ってるんです。藤本義一が司会で、加藤芳郎が進行係りになるんです。

木原 皆さん、かなり芸達者ですよ。

田辺 ところで、ぼくはいま水泳は、アウダナ、三十メートルはできませよ、クロールで。伊豆高原

に会社の寮があつて、その下が海岸公園でプールがあるから、そこでいつも泳ぐんだけど、ことは、二回行って、二回とも天気が悪くて泳げなかった。毎年五、六回は泳ぎます。

木原 クロールとはたいへんなものですね。

田辺 九十九里の一ノ宮というところに別荘があつて、ここは丈余の波なんです。それをくぐって太平洋で泳いでましたから、わりあい水泳はうまいんです。

木原 そうですか、海水パンツをちゃんと着て？

田辺 そう。まあ、あれは着るというよりははいて、だな。マア、イヤ(笑い)。スポーツは何でもやりました。

木原 柔道なんかも？

田辺 わりあい強かったですよ。中学のとき上級生を投げとばした。初段ぐらいです。ランニングは五年のときだけ二等で、あとは小学一年のときから全部一等了。メダルがこんなにある。

木原 じゃ、小さいころからすば

一日のたばこの量が百四十本

木原 最近は大正さんまで本を書いたりして、出版物があふれていますか……。

田辺 でも、いまは化時代だから。明治、大正のころまでは娯

しこいほうだったんですね。

田辺 すばしこくて、すもうも強いし、野球をやると、盗塁なんかいちばんうまかったです。

木原 お話を聞かなかつたら運動は全然ダメみたいな感じですね。でも、体格はそう大きいほうじゃないから、頭脳のプレーですね。

田辺 そうなんだ。自分で言いくいから、まわりで言ってくれるのを待っていた(笑い)。でも、体の幅は割合あるんです。だからシャツなんかLサイズでははいらない。

木原 ホォー、もとからそうなんですか。

田辺 そう、洋服も横幅が合わないんです。鯛でも厚いやつのほうが味はいいでしょう(笑い)。

木原 水泳でも一、二年続けると、小さい男の子でもセンチン胸幅が違ってきますもの。

田辺 内臓はじょうぶです。

木原 水泳の山中選手もすごい胸でしたよ。

田辺 いまはヤマナカ・いまはハマなんて……(笑い)。

楽とか基礎学問の参考程度にしか本は利用されていなかったが、いまは生活の武器ですから、情報を知らなかつたらズレてしまうし、どんな商売でも時代感覚がなかつ

高速時代の 安全性を 確実に守る

PIRELLI



イタリー製 ピレリー・ラジアルタイヤ チンチュラート

ビートを直角に組み合わせた軽いカーカスのまわりをガッチリ締めつけている強靱なベルト構造！ブレーカーのベルトとラジアルコンビネーションから抜群の路面グリップが生み出されます！ピレリー「ラジアル」タイヤ〈チンチュラート〉は「すばらしい制動力・抜群の耐熱力・消費燃料の節減」等、ラジアルとしての決定的な特徴を備えています。

—日本総輸入元—

株式会社 阿部商会

千代田区神田美土代町 3
TEL 03 (292) 1336代
大阪市福島区上福島北 2-4
TEL 06 (458) 7751
名古屋市東区小川町 67
TEL 052 (931) 5361
仙台市中倉 3丁目17番街区内
TEL 0222 (95) 4270



たらダメですからね。絶えず情報を要求される時代なんだから、それに応じて供給していくのは当然だと思えます。多少身びいきな弁になるけれども……。

木原 ちょっと時間があるからと思っただけで本屋へ入ってみても、迷いますね。こんな本が出て、と思っただけで何冊か買って帰るんですが一冊読むのがやつとぐらいいな感じですよ。

田辺 売れているから……。

木原 そうでもないですが……。

田辺 それを言いたいんじゃないの(笑い)。

木原 さつきから見てみると、ず



いぶんたばこをお吸いになるようですが、一日に何本ぐらい？

田辺 百四十本。

木原 百四十本？！へー！

田辺 でも全然関係ないの、たばこの害なんて、よく、たばこの害

についてコメントをど切にくるけれど……。この間、アメリカの婦人と話したんですが、その人が即座に言いましたよ。たばこを吸わない人は人を許せない、と。自分に厳しだけならいいけれども、人にも厳しい。これは寿命がどうとかいうより最大の欠点だ、というんです。あなたなんかこれからもあると思うけど、仲人口でたばこも酒も飲まない、なんていう人は大欠点です。乗らないほうがいい。

木原 そうですか……。

田辺 そう、人を許さないわけだ。ぼくがよく言うことだが、天気予報に晴れと雨だけじゃなくて、曇りがあるからいいんだ。最近世の中が男性と女性だけじゃなくて、中性も主張するようになったが、たばこを吸わない人は中性を認めないわけです。おまえばはつきり

しない、とよくいうでしょう。ところがはつきりしないやつの方が本物なんだよ。そういう呼吸がたばこを吸わない人にはわからない。ぼくは、多少声が悪くなった程度で、全然関係ない。

木原 先生はすぐく器用なんですね。だから、いろいろな人と合わせていけるし、理解しちゃうんです。

田辺 変り目が早いんだね。ただし、木原ファンは一貫して変わらない。

木原 それはどうも……広島カープと同じように……。

田辺 木原さんはナマリがあるでしょう。それ、とてもいいんです。

木原 そうですか、ホッとしますか？

田辺 そう、ホット・ウイスキー(笑い)。

(協力・アスレティッククラブ・V.V.V.)

易学考／四柱推命からみた宿命星⑤



ローラ・ポー は雪女か？

松柏天

人は、ときに心にもないウソを口にすることがありますが、裏切られたり、泣かされた後になって、ほんとうはそれが彼の実像で今までは彼の虚像にだまされていた、という経験があるでしょう。人の仮面を容赦なくひきはがし、ズバリ実像を見ぬく！それが易です。

雪国の伝説「雪女」はヒマラヤに住むといわれる雪男の女房ではない。雪男は怪物でもどことなくユーモラスなところがあるが、雪女は陰であり、妖であり、時に艶でもある。

天と地がすべて白く塗りつぶされる雪の夜、雪女は男の背後にあられ、じつとみつめて立ちつくす。

その気配を感じた男がふり向いて、その恐しく美しい女に度肝をぬかれたら最後である。彼女の視線を外さねば冷たくなって死んでしまうから懸命に目をそらそうと

するのだが、妖艶な雪女の魅力、いや魔力にかかったら並みの男では到底かなわない。

身も心も彼女のえじきとなってあわれ一滴の鮮血を雪に残して死んで行くのである。

*

以上は伝説の「雪女」の話だが、今もわれわれ人間のなかに雪女が生きていて読者のあなたのそばに奥方となって暮しているとしたらあなたはどうかさる。あるいはもう手遅れかもしれない。

過ぎ去ったある日、じつと見つめられてその魔力にかかり、結婚

を決定したその時からずっと「雪女」に男の魂をしゃぶり続けられているのかもしれないのだ。

たとえばプロゴルファーの名花とうたわれるローラ・ポーである。彼女の生れ月にくつついている宿命星は「雪女」。魅惑的なまなざしでギャラリィを見つめると、もはや魂はうばわれる。クラブは振られてボールは遙か彼方に飛び去っても、男の視線は彼女から離れることができないのだ。

マスコミの男たちも、本来なら彼女の技術について報告すべきなのに、いかに彼女の姿態が魅惑的であるかに集中し、そのまなざしは妖精のようだとはやし立てる。彼女に魂をうばわれた証拠である。やがて彼らは進むべき道をあやまら、フヌケの男となってしまいうに



ちがいない。

だが、グリーン上の名花として眺めていた分には実害は浅い。不幸(?)にしてローラ・ポーを妻とした男は無残である。朝な夕な雪女ローラ・ポーに体ごとささげのだからひとたまりもない。たちまちにして食いちぎられ、血をすすられ、あわれ女のもくずとなつて消え失せてしまうのだ。マゾ好みの読者なら、幸福の絶頂で息たえることになるだろう。

だが「雪女」はローラ・ポーだけではない。60日の間に4日は雪女が生れる日である。だからあたりを見渡せば60人中4人は「雪女」と言うことになる(雪男が半分だが)。

あなたのまわりに美人がいて、ジツとみつめられたら疑ってかからねばならない。万一、妻や恋人がそうなら逃げ出そう。

逃げるにも、もはや気力がなかつたら人を呼んで力を借りよう。「雪女」をしぼりつけて、火あぶりしなればなるまい。

さて話は大分物騒なことに発展したが、実は「雪女」などと言う宿命星はない。本当は「魁罡」と呼ぶ宿命星を少し誇張したスポーツライトでローラ・ポーを照らしてみたのである。

古書によると魁罡とは「男子は理論家。起居にやかまし。しかし仁徳威厳があり、社会的に発展す

「株式投資」健康法⑤

東洋経済リサーチセンター 取締役・投資顧問室長 香山 檜次郎

●株式投資家と株主の違い

「あなたさまは、株主さま」。理髪店で顔じゅうシャボンだらけにして、ヒゲをそらせていた男が、スツとんきような声をあげて職人さんの顔を見上げるテレビのCMがなかなか好評である。

このシャボン男が、証券会社のセールスマンなのか、あるいは職人さんが手持ちしている株式を発行している会社の社員なのか、CMでみる限り、さだかではないが株主さまと呼ばれた職人さんの顔のなんと晴れやかなこと。

昔から、主犯とか、牢名主などの悪玉は例外として、主（しゅ、ぬし）と名のつく呼び方にえらくないものはない。主人、名主、神主、主幹、社主、城主、主役、家主など、敬意をあらわす対象代名詞によく主の一字が使われておりもちろん株主もこの範ちゅうに属する。

主（ぬし）と名のつく呼び方

敬意を表されては、誰しも気分が悪からうはずがなく、したがって、そう呼ばれることに人は努力するのだが、ある程度、社会的コースが決まってしまうと、いくらのもんでも、もうのぞめないときがある。そこでというわけではあるまいが、ある大手証券会社が「まず、一〇万円——きょうから株主」というスローガンをかけて、株式による長期的な財産づくりをすすめているのは、人情の機微をついた心にくいPR戦術といえよう。では、どうしたら株主になれるか。株主とは、株式会社の出資者と定義づけられているが、株式投資家と株主は決して同義語ではない。というのは、いかなる目的からであろうと、ともかくその会社の株式を所有する主体を株主と総称するのであって、所有ということに力点が置かれ、投資家とは、資産の運用と増殖という動機と行為の側面からとらえたものであって、株式の所有ないしは株主とい

う地位は、むしろその結果として生じたことなのである。

いずれにせよ、株主となるためには、まず、株式を買わなければいけない。その対象となる株式は全国八カ所の証券取引所に上場されている株式で、大部分は、一株の額面価格五〇円となっている。額面価格とは、株券のおもてに記載された金額で、この株券は一株五〇円で発行したということで、その後、売買されるときの株価は、同じ五〇円額面でも、ソニーの二五〇〇円、新日鉄の一〇〇円台と大きく違ってくる。しかし、配当金や、増資の新株払込金は額面価格が基礎になり、配当一割といえは、額面価格五〇円の一割つまり一株五円が株主に支払われるわけだ。いま、ゴルフ好きのA氏が美津濃の株式を買ったとしよう。た



しかにA氏は美津濃の株券の所有者にはなれたが、これだけでは正式の株主にならない。発行会社備え付けの株主名簿に、自分を名義人として登録しなければ、配当ももらえないし、増資があっても株の権利も受けられない仕組みになっている。

もっとも世の中には変わった人もいて、株式は買ったが、名義書換えを故意にしない人がいる。名義書換えに二―三週間かかるので、この間に、株価が急激に上がったり下がったりした場合、売買のチャンス逃がしてしまうといった考え方の人達だ。こんな人達にあなたの名義になっている株式が転売された場合、どうなるか。

当然、配当金はあなたのところへ送られてくる。私もあやかりたいなどとうらやむのは、この道に浅い人達のお話である。超の字がつくお金持ちになると、税金対策のために株券を売ったのに、相手が、名義書換えをしてくれない。おかげで配当金がゴソツと入り、累進課税の限界ラインを超えた所得と税務署に査定されて、余計な税金をとられたという話をよく聞くことがあつた。名義書換えをめぐるウラ話だが、どこの世界にも上には上があるものである。

異郷の緑の中で あらたな心のふれあいを

鹿沼インターナショナルゴルフサーキットのご案内

サーキット・チャンピオン
ご夫婦を
ヨーロッパへご招待



初回金のみにて
予選ラウンドに
参加できます

●参加資格——鹿友倶楽部会員（鹿沼グループ各クラブの会員とその家族）および会員の推薦を受けた方



サーキット使用コース 台湾＝淡水ゴルフクラブ(左) ハワイ＝マカハ・カントリークラブ

上位入賞者を決勝大会(海外)へ優待

下欄の「総費用」は分割払いの場合です。

大会名	日数	使用コース	プレー賞込み 総費用	支払方法
韓国	3泊4日	烏山カントリークラブ・漢陽カントリークラブ・南ソウルカントリークラブ	¥95,000	初回金 ¥35,000 + ¥20,000 × 3ヵ月
台湾	3泊4日	淡水ゴルフクラブ・国華ゴルフクラブ・林羅ゴルフクラブ	¥120,000	初回金 ¥45,000 + ¥25,000 × 3ヵ月
バンコック	3泊4日	サリカ・カントリークラブ	¥170,000	初回金 ¥50,000 + ¥40,000 × 3ヵ月
ハワイ	4泊6日	パール・カントリークラブ マカハ・カントリークラブ	¥210,000	初回金 ¥60,000 + ¥50,000 × 3ヵ月

毎月各地で予選、3ヵ月ごとに決勝大会、年一回サーキットチャンピオン決定戦

お申し込み

鹿沼グループ **鹿友倶楽部**

運輸大臣登録一般旅行業第272号

鹿沼トラベルサービス(株)

本社 東京都中央区京橋2-13 楠5号館

☎ 03(561)9341(代)

03(561)4131(代)

宇都宮支店 栃木県宇都宮市本町10-4 サンユビル5F

☎ 0286(25)5870(代)





名車物語【5】

文・原田雅吉

G・Tカーの先駆車

ポルシェ(タイプ356)



イタリアのフェラーリ、イギリスのXKジャガー、MGなど第二次大戦後に出現したスポーツカーにも後世に残るいくつかの名車がある。しかしそのなかで実力、人気ともナンバワンはといわれれば、まずポルシェということになる。

登場時は、ビタミン剤を飲みすぎたワーゲン(フォルクス)などと、陰口をたたかれた356型……たしかにフォルクス・ワーゲンを横にふくらませたような、いわば肥満児タイプだが、車の内容そのものは当時としては最新鋭で、ことに居住性の良さとソフトな乗りごこちは、その後流行となったG・Tカーの先駆ともいえるべきものだった。

ドクター・フェルディナント・ポルシェ——彼はもちろんこの名車の生みの親だが実はフォルクス・ワーゲンそのものも彼の設計によるもので、いわばドイツ自動車界のリード・オフ・マンの名を欲しいままにした人物である。ホヘミヤ生れの彼がエンジニアとな



68年頃、ル・マン等のサーキットで活躍したタイプ908(筆者撮影)

り、最初に手がけた自動車は、一九〇年のパリサロン出展のために設計した電気式動力のものだった。その後オーストロ・タイムラー、タイムラー・ベントツ社などの主任技術者として大いに腕をふるい、数々のレーシングカーを手がけた。サツシャと呼ばれた小型スポーツカーの開発や2リッターのメルセデスを当時最強のレーシング・マシンに仕上げるなど、一九二〇年代までの活躍はめざましく、ついには世紀の名車といわれているメルセデス・ベントツ38タイ

車については最初から「軽量で維持費がかからないもの」という理念を持っていたポルシェはその間いくつかの試作車を設計し、やがてかのヒットラーの国民車構想と結びつくのである。一九三四年、正式にドイツ自動車製造者協会と契約が取り交され、ここに本格的なフォルクス・ワーゲン作りがスタートしたのだ。

だが軌道に乗り出した頃には、ドイ

ブ(一九二八年)の出現に大きく貢献したのだ。しかし生粋の技術者だった彼は、たえず経営者の無理解に悩まされ、一九三〇年にいたって独立。自動車、飛行機等の設計、試作を業務内容とするデザイン・ルームを開設した。





ツは世界を相手に戦火の狼煙をあげ、すべてが軍事という暗い時代に突入していった。戦後、ボルシェ博士は不幸にもヒットラーに加担したかどで連合軍に身柄を拘束され、二年間も自由を奪われる身となった。単に有能な技術者としての結びつきだったが、彼の技術がナチの戦力に貢献があったのは否定できない事実である。



2

解放されたとき、彼はすでに七〇歳を超え、かなり健康を害していた。ここに紹介するタイプ356は四八年頃プロト

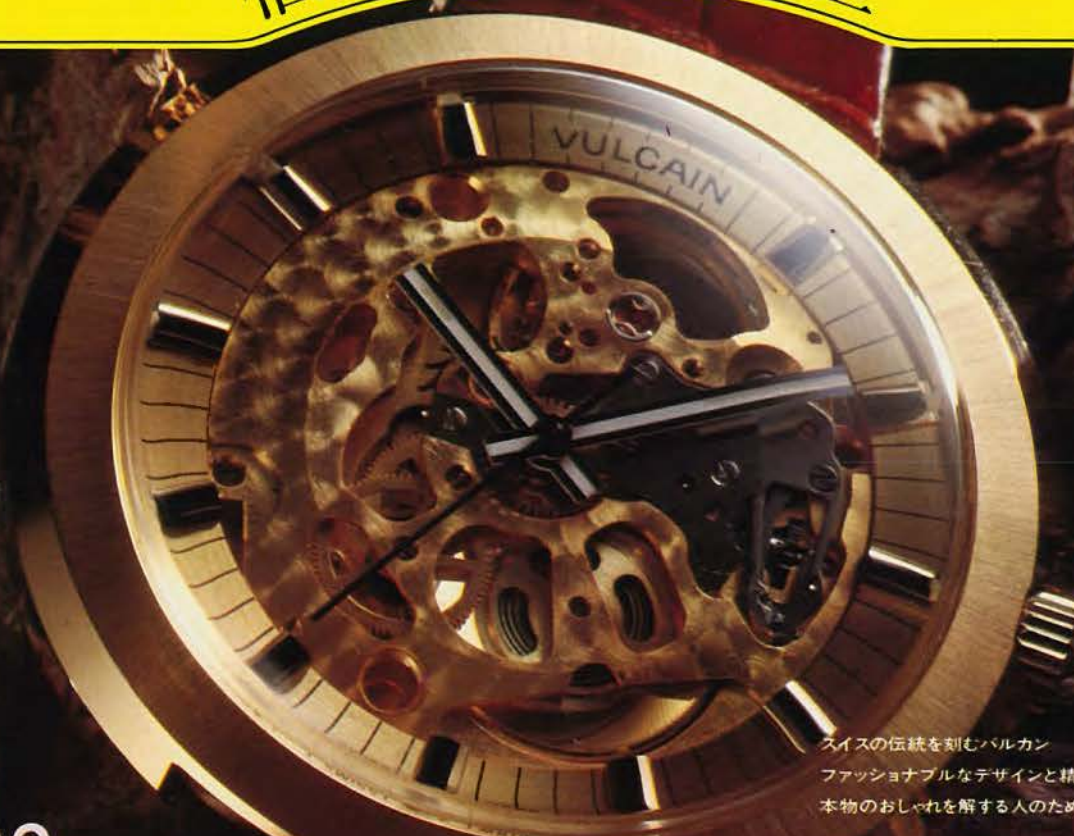
タイプが完成しており、ボルシェ博士が最後の情熱をかけてデザインに関与しているとの定説がある。というのは彼の息子フェリー・ボルシェが彼の意志と技術を受け継いで一人前に成長しており、また良き協力者カール・ラーベなどもいて、実際の仕事は彼等によっておし進められているからだ。

本格的な生産は五〇年に入ってからで、性能は1100CC40HPで最高時速は140キロと高く、たちまちのうち世界を寵児となった。五六年には356A、五九年には356B、356Cとシリーズが続き、スポーツカーとして異例の生産台数を誇った。

ボルシェ博士はこの繁栄を見ずして五一年に生涯を終えたが、ボルシェの名は永遠のものとなった。写真の青色のボディは五四年356クーペ、赤色は57年356Aで、ともに今も本来の性能どおりに動いている。

(写真・カーグラフィック)

個性派の新しい星



スイスの伝統を刻むバルカン
 ファッションなデザインと精緻なメカニズム
 本物のおしゃれを解する人のための時計です。

20名さまにバルカンオープンハートが当たる!!

バルカン オープンハート お好みコンテスト

あなたのお好きなデザインをこの中からお選び下さい



1 紳士用T5422A/W5A
 (SS側自動巻・防水)
 ¥55,000



2 紳士用T4413A/W5A
 (WGF側)
 ¥39,800



3 紳士用T4417A/Y3A
 (GF側)
 ¥45,000



4 婦人用K1417A/W3A
 (WGF側)
 ¥43,500



5 婦人用K1413A/Y3A
 (GF側)
 ¥37,800

●応募方法 写真のバルカン・オープン・ハート①～⑤のうち、お気に入りの時計の番号と住所・氏名・年齢・性別・職業をご記入の上官製はがきでご応募ください。

●応募あて先 〒103 東京都中央区日本橋3-9-10
 村木時計株式会社
 バルカン・

●賞品 抽せんで、お好みのバルカン・オープン・ハート
 20名さま
 ゴールドタイム紅茶詰合せ..... 200名さま

●応募資格 男女どなたでも、お一人何枚でも応募できます。

●しめ切 11月30日(当日消印有効)

●発表 12月10日(主要新聞紙上)



バルカン日本総代理店
村木時計株式会社

東京都中央区日本橋3-9-10 TEL(03)272-2971ℓ
 大阪府南区安堂寺橋通2-42 TEL(06)262-5921ℓ

実用特集

心を込めて

ことしは

手づくりクリスマス

もうすぐクリスマス——。ことしは、クリスマスにちよつぱり手づくりの味わいを加えてみませんか。ちよつとした工夫で、クリスマスがグリーンと楽しくなりますよ。



キャンドル

ふんわり明るいクリスマス かわいいキャンドルを添えて

ふんわりと明るいオレンジ色の炎。キャンドルはパーティーのムードづくりに欠かせません。お料理やワインといっしょに手づくりのキャンドルを飾りましょう。

▼材料 ペレットワックス—透明な固形状ワックスです。500g入り400円くらい。ろうそく屋さんや画材屋さんで売っています。色素棒—キャンドルに思いのままの色をつけるためのもの。青、緑、赤、白、黄などがあり、1本70円くらい。適当にミックスすれば好みの色もつくれます。芯糸—ヨリのしつかりしたタコ糸など。容器—溶かしたワックスを流し込むもので、紙コップ、牛乳の空箱、びんなど、口の広いものを。オレンジやレモンの中をくりぬいたものを使うのも、いっそう楽しさが増していいものです。フルーツを使う場合は、フルーツの皮全体を溶けたワックスの中に一度浸しておくのがポイントです。

さて、つくりかたですが、その前にちよつぱりご注意。溶けたワックスに手をつっこんだり、こぼれたワックスにふれたりするのは禁物です。はねることもあるので、エプロンも忘れずに。

▼つくりかた ペレットワックスをほうろくびきのボールか空カンに入れて湯煎します。溶けたら、色素

棒をナイフで削りながら少しずつ入れ、よくかき混ぜて色のぐあいを見ます。500gのワックスに1本の色素棒が一応のめやすですが、固まると多少色が薄めになりますから、そのことも考慮に入れて色素の量を増減してください。ワックスの融点は50℃くらいですが、適温は70℃くらい。これ以上の温度にすると、色素棒に入っている顔料や洗料が分解してしまいますから、彩やかな色にし上がりません。

では、これから応用編——。

〈フローティング・キャンドル〉

水に浮かせて楽しむキャンドルです。プリンかゼリーの型を用意し、中心に芯を渦巻き状に置いて、型よりも1cmほど長めに芯をカットします。

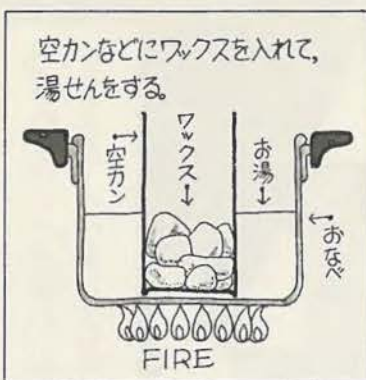
この中に、手早く溶けたワックスを流し込み、20分ほどして固まればでき上がりです。型を逆にして、トントンとたたけば、カンタンに中身はとりだせます。

〈ストライプ・キャンドル〉

しましま模様の美しいキャンドルです。例えば最初に赤の着色ワックスを流し込み、次に青、黄というぐあいに色のがうワックスを3、4回にわけて流し込めばでき上がりです。芯を入れておくことをお忘れなく。

〈ポコポコ・キャンドル〉 穴がポコポコとあいていて、ちよつぱりレー

ス編みの味わいがあるキャンドルです。まず、パンソウコウ、氷、わりばしを用意します。牛乳の空箱などの底に芯の通る穴をあけて芯を内側から通し、その穴からワックスがもれないようにパンソウコウで封をします。そのあと容器をさかさまにし、今度は芯のはしをわりばしではさんで、芯が中央にくるようにセットします。冷蔵庫の水を手早く芯のまわりに入れ、着色したワックスを流し込みます。固まったら箱を破って中身をとりだし水を切れればでき上がり。



〈はり絵キャンドル〉 お好みのシールをはるだけでできる楽しいキャンドルです。ふつうにつくったキャンドルにシールをはったら、スプレーニスを吹きかけます。ニスを用いるかわりに、ステッカーをはったものを無色の溶けたワックスの中に浸し、引き上げて光沢が消えたところで20℃くらいの水で冷やす、という方法もあります。



あいであ

ムードを盛りあげる
小さなヒントふたつ

まず、お部屋の飾りつけに使うお星様。もちろん、色紙を星型に切り抜くだけでもけっこうですが、ちょっと工夫すれば、もっとキラキラのお星様がつくれます。図のように、色のちがう2枚のお星様をつくったら、クテに切り込みを入れ、互いにさし込みます。これで、立体お星様ができ上がり。

そして、もうひとつ。みんなでサントになってみませんか？ 図のように赤いラシヤ紙を切り抜き、ボタンや首のまわりには白い紙をはります。適当な位置にリボンをつけ、首の後の部分には、かぶりやすいよう



に適当に切り込みを入れておきます。帽子は、やはり同じように切り抜いて、のりではればOK。
パーティーの出席者全員が、このサンタエプロンをかけ、帽子をかぶると、それだけでクリスマスパーティーは大成功。そして、ハートの部分にはあらかじめ数字や記号を書いておいて、プレゼント交換用の番号にしたり、ゲームでのカッパルづくりに使ったり……。

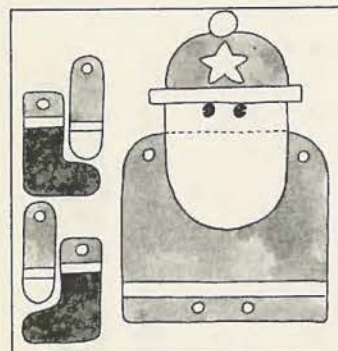
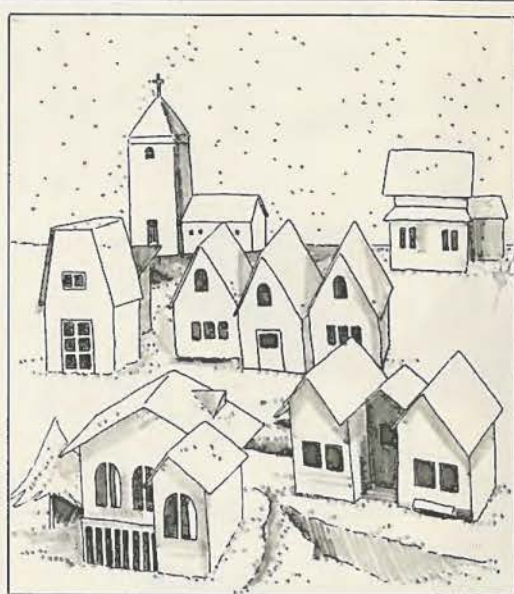
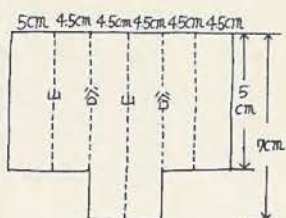
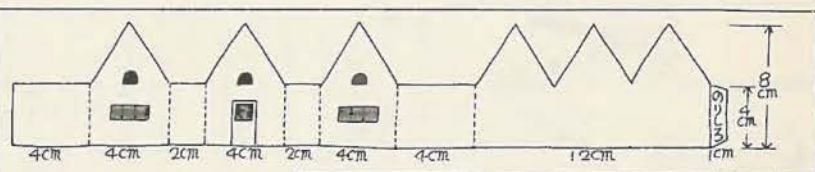
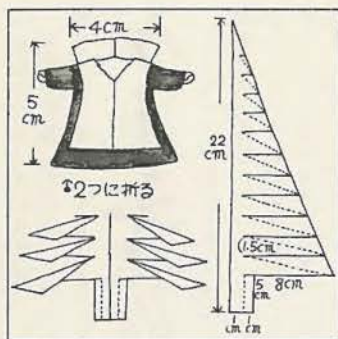
ペーパークラフト

夢が広がる
紙でおとぎの世界を

パーティーの夜、ちょっととした小道具があれば、クリスマススムードはグンとひきたちます。子どものころつくった紙工作を思い出して、紙を材料に、夢がいろいろのおとぎの世界をつくってみませんか。「銀世界の白い家」と「クリスマスツリーとシスターの祈り」の2冊かたをご

紹介します。ほかに、絵本や童話
▼材料 ミュースコットン白11大きな文房具屋さんか画材屋さんで売っ

●手づくりのクリスマス



プレセントにそえたり、招待状にしたり、カードはクリスマスになくても既製品ばかりというのでは、お子さまがちよっぴりかわいそう。ボール紙と色紙で、手足が動く、楽しいクリスマスカードはいかががでしょう。招待状に使うにしても、手足が動くので、封筒にもびったりと収まります。いちどお子さまに手渡した

カード

お子さまが大よろこび
手足が動くサンタのクリスマスカード

ています。セロファン紙、
はさみ、鉄筆、カッター、接着剤。
▼つくりかた ミューズコトンを図のように切り抜き、点線には鉄筆で型をつけます。カッターで窓を切り抜き、内側からセロファンをはりつけます。尾根はジグザグに折り曲げ、家の壁にあたる部分を組み立てたのち、縁に接着剤をつけはりつけます。
▼クリスマスツリーとシスターの折り
▼材料 サンビーチ青厚紙、ラシャ紙黒白、いずれも文房具屋さんか画

あとで、お部屋に吊るすと、ステキなデコレーションに早変わり。
▼材料 厚紙白、色紙赤、ハトメ4個
▼用具 ハサミ、接着剤
▼つくりかた 厚紙を図のように切り抜き、点線の部分には折りめを入れます。斜線の部分に赤色紙をはり、目を描き込みます。手足と胸のつぎめになる部分に穴をあけ、ハト

材屋さんで。
▼用具 カッターと接着剤。
▼つくりかた 紙をふたつ折りにし、図のような形に切り抜きます。実線の部分には切り込みを入れ、点線の部分にはカッターで型をつけ、折り曲げます。このようにして、同じものを6枚つくりまます。幹の部分の1cm幅をのりしろに、6枚をはり合わせると、まずツリーのできあがり。シスターは、黒白のラシャ紙を2枚重ねて、図のように切り抜き、2つ折りにします。

メカピンでゆるめに止めます。
招待やお祝いの文は、ヒゲの白い部分に書きます。もし、文字が多く

なりそうなら、最初からヒゲの部分
を広くしておきましょう。

ケーキ

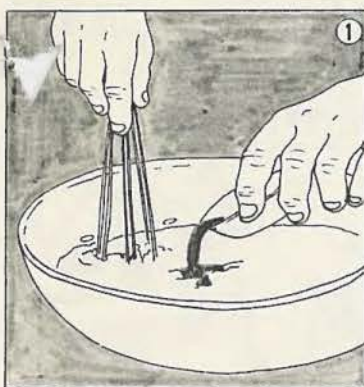
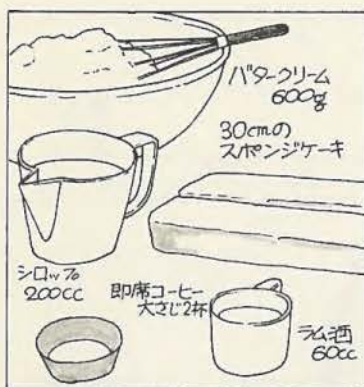
クリスマスをいつそう暖かくするために
フーシユド・ノエルをつくってみましょう

クリスマスが近づくと、フランスの奥さまたちは「ブーシユド・ノエル」という名のケーキをつくりま

す。「クリスマスのたきぎ」って、意味なんだそうですが、なんとも楽しいその名のとおり、たきぎの形をしています。木端にあたる部分にはチョコレートで年輪が描いてあります。生クリームでつくったキノコなんかもつけてあって、あくまでも山からとってきたばかりのたきぎ風なのです。

見るだけで楽しくなってしまうその「たきぎ」のつくりかたをご紹介します。

まずベースになるスポンジケーキですが、材料として薄力粉を1、砂糖を1、卵を1の割合で用意します。それに牛乳とバナラエッセンスを少



▼材料は、30cmのスポンジケーキ、

さて、スポンジケーキができたらいよいよ「たきぎ」です。

バタークリーム600g、ラム酒60cc、シロップ200cc、即席コーヒー大さじ2杯

▼つくりかた ①ぬるま湯で溶いたコーヒーをバタークリーム600gによく混ぜ合せます。シロップとラム酒も混ぜ合せておきます。②スポンジケーキを三層に切り、まず一番下の一枚に①のシロップを刷毛で軽くぬって表面をしめらせます。③その上の一枚には①のクリームを塗り、3枚を貼り合せ元の形にしたら、両端を斜めに切ります。④切り端をクリームでケーキにつなぎ、断面に白いクリームを塗りま。⑤平たい5つ切りの口金を使って、①の茶

色のバタークリームで、絞りながら全体を覆っていきま。⑥もつと簡単な方法をおのぞみなら、まずヘラで全体にクリームを塗ります。⑦フォークの先を使って⑥をひっかくようにして模様をつけていきま。要はたきぎの皮のような感じを出すことです。⑧ココアかチョコレートの粉末を使って、白く塗った断面に、木の芯の模様をつけます。⑨小さな絞り袋に、湯せんにしたチョコレートを入れ、年輪をつたの茎を描き、同様につたの葉も飾ります。⑩メレンゲでつくったキノコやクリスマスらしい飾りをつけると、でき上がりです。

おはなし

クリスマスの手づくりの感触

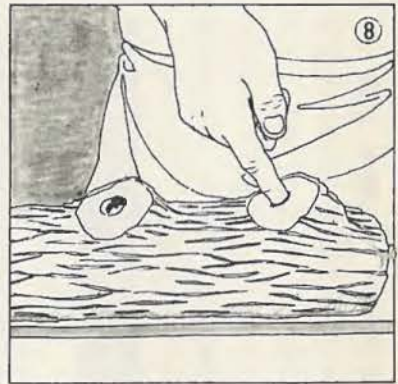
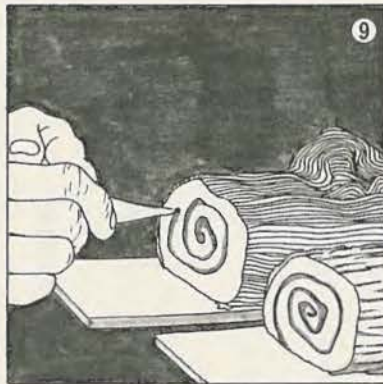
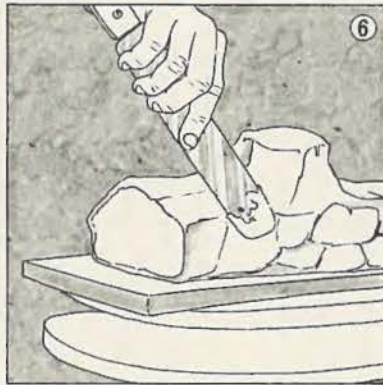
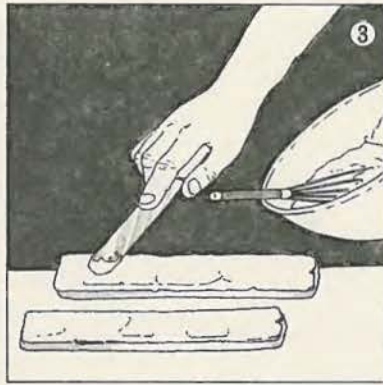
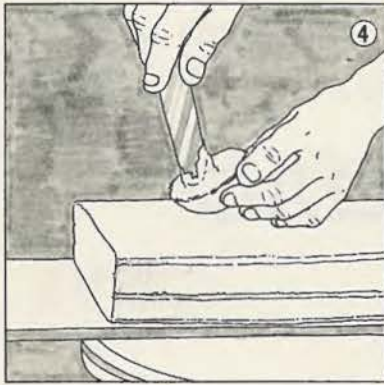
手づくりパーティーにびったりのお話を紹介します。パーティーの席が、ちよびりたいくつになつたら香辛料がわりに使ってみませんか？
★……O・ヘンリーの「賢者の贈り物」という本で、こんなエピソードを見つけた。——20世紀になり

たてのアメリカ。夫は父のかたみの大事な時計を売って、妻のためにきれいな櫛を買いました。妻はその櫛が似合うに違いなかった長い髪をパッサリと切って、それを売り、夫のために時計の鎖を買いました。——貧しい夫婦の「豊かな」クリスマスのお話です。

★……テイケンズという作家をごぞんじ？ あのひとつはどういうわけかクリスマスに新しい本を出すのが好きなのでした。1843年のクリスマスに「クリスマス・カロル」を出版。その後1844年に「鐘の音」、1845年に「こおろぎ」……etc. ちなみに、「クリスマス・カロル」って本は、当時のクリスマス料理などを知るのに、とても貴重な資料なんだそうです。



●手づくりのクリスマス





ドクター木崎の養生訓
新・遊びのすすめ⑤

メンタル・ゴルフ

木崎國嘉

日本人はテンション民族

ゴルフはメンタルなスポーツだといわれます。どのスポーツにだって、日常生活にだって、メンタルな因子はついてまわるものなのですが、皆さんも経験が何回もおありのように、練習時ならまっすぐにドライバーで

遠くまでナイス・ショットの自信があり、グリーンのエッジからパットが伸びてホール・イン、まさかと思うほどラッキーに入ります。

それがいざコンペとなると、スライス、フックでOBの連続、三〇センチもない距離のパットでも、カップすれすれに止まったり、フチをナメただけではずれたり、ま上を通り越してグリーンの外までおちてしまうなどのことがおこります。

プロのプレイを見ていると同じこと。とくに日本人はテンション民族といわれますのでこの傾向が強いのです。

「新・遊びのすすめ」となると、せっかく遊ぶのならどうしてこんなバカバカしい緊張がメンタルに起るか、解明したくなるでしょう。

いざコンペという時にこの異常なまでの萎縮で固くなるというのはどうしてなのでしょうか。

これには日本人の宿命ともいわれるテンション民族としてのヒステリー性格による心理的、生理的現象と、それらのすべての行い支配権をもつ大脳皮質

が関与する問題なのです。

これはスポーツの指導や自らがスポーツをやる場合、いちばん眼目になることなのです。

大脳皮質（人間としての高等な精神作用をおこす部分）に関しては日本人はすばらしい素質をもっており、とくにその感受性や感覚装置がすぐれていることはとくに証明済みなのですが、それを役に立てられるかどうかはもっぱら意識活動のいかんにかかっています。

それはもちろんトレーニングによって基本的なものを身につけ、その練習時にできることをコンペの時に同じようにやれるようにすればすむ。といつてしまえばそれまでですが、大切なことなので多少専門的になりますが記述してみましよう。何かの参考になると思います。

無意識のうちに萎縮する

人間には俗に五感といわれる感覚があり、それぞれの感覚器が環境からの情報を受け入れて神経の亢奮に変化させ、大脳皮質のそれぞれの中核に伝達します。視覚、音響、そして大脳皮

質の前頭葉でおこった思考をも含めて、種々の刺激が意識するしないにかかわらず中枢に伝達され、それが記憶中枢、総合中枢等で処理判断され、瞬間的に行動としての決定がなされ、大脳皮質にある運動部の部分の亢奮となつて意志運動のはじまりになります。

ついで、運動中枢からの命令が運動神経を通過して亢奮となつて伝達されて目的に添う秩序的な動作が行なわれるのです。テイ・ショットの例をとりますと、視覚を通じてコースのありさま、テイ・アップされたボール、ドライバーのクラブ・ヘッド、相手のボールの位置、木々の梢の揺れ具合から風向きなどが、筋感覚でクラブの重さなどが感知され、練習で修得してある記憶から反射的にどれくらい力で、どの筋肉を動かせばいいか、スタンスはどうか、などが調整され、運動をおこす神経にスイッチがはいってクラブが打ちおろされることになるわけです。

この場合、感覚と運動系、並びに脊髄と筋繊維との間にフィード・バック回路が形成されてい

て、その動きに対してたくみな調整が行なわれるわけで、それは練習時に意識して、錬成すれば、つまり熟練を重ねれば条件反射という反射運動になるのである。

だから疲労したり、過度の精神緊張があると一連の行動特性の連鎖環が遮られ、凡ミスをやっつけてしまいます。

健康でコンディションも最上というときにコチコチにかたくなり、萎縮するのは本人の無意識のうちにおこるのですからやっかいなのです。

日常生活でさりげなくやっっている動作に多くの無意識なものがあります。姿勢を保つこと、直立すること、歩行、食器の持ちかた、タバコを吸う時の手の動作などもすべて意識外の神経の支配下にあります。

ドライブ・ショット、パットなどで動作を円滑に、巧緻に、タイミングを合わせるなどの中

樞は意志運動の中樞神経とは別系統の錐体外路系というものです。

集中力を養う訓練を

たとえば、いま私が原稿用紙にこの原稿を書いています、横でラジオはプロ野球の試合を伝えています。私の目は原稿用



紙のマス目を無意識に見ているわけです。考えていることが勝手に覚えていられる字になり、マス目の中におさまるように手動筋の収縮、弛緩が調節されています。それはメンタルにリラックスしているからです。もし私の字で大事件がおこるとわかっていれば、ワクからは

みだしたり、ふるえたり、エンピツがおれたりするでしょう。ゴルフだって同じことで錐体外路系の亢奮状態が安定していなければそうしたギコチない、萎縮した動作となり、いつもなら軽々と二五〇ヤードもとぶティ・ショットが、とんでもないグフったものになったり、空振りしたり、OBや、ポトリと前におちたりするのです。その理由はこの錐体外路系の神経中樞の存在部である間脳や大脳辺縁系の部分に情動の中樞、いわゆる感情をあらわす生体反応の中

樞があるのです。うれしさ、悲しさ、恐れ、怒り、心配、期待、不安などに対する反応の中心があるというわけなのです。うれしい時の顔と、不安な時の表情のちがいは無意識のうちこれらの中樞からの指令の表情筋にはたらいたものなのです。

また、この中樞の近くに自律神経の中樞もあるため、さらにかたさが増幅されます。自律神経のうちの交感神経が緊張し、アドレナリンやノルアドレナリンなどのホルモン分泌がふえ、それがまた交感神経緊張をたしかめるといった具合に、顔はこわばり、手足の筋肉の運動もギコチなくなり、手指がふるえ、思考力や判断力が乱れ、失われ、行動、動作のスムーズさが失われ、タイミングが狂い、注意力の配分が悪くなります。ほんとうに注意しなければならぬ対象物、たとえばボールを注視することに集中できず、心ないパートナーのからかいや遠くのできごとに視線がいつたり、脳の中でまるで関係のないことが思い浮かんで、スウィングの大切なときに目をつぶってしまうようなチグハグがおこるのです。

説明が少し難解なものになったかも知れませんが、メンタルな要素がスポーツに大きな影響を及ぼすことの仕組みを少しでもご理解できたなら、またの機会には、それをどうすればいいかの点を述べたいと思います。

洋酒……変な日本語であるが、いまでは大人のムードに欠かすことのできない嗜好品となっている。

変な日本語といったのは、ウイスキー、ジン、あるいはブランデーとそれぞれ性格が異なるのに同一語的と考えられているからだ。もつとも、広い意味では同一的かも知れないが――。

ところで、今回からはウイスキーについて述べてみることにします。

ウイスキーの起源はスコットランドのハイランド人たちが、ウイシユク・ベリア「USGE BEATHA」といわれ、それからウイスケボ―「USQUEBAUGH」に変わり、ウスカー「USQUA」、ウイスキー「WHISKY」になったと伝わっている。バーのとまり木に座り、ウイスケボ―一杯……なんて、しゃれるのもまたおもしろいものです。

この、ウイスキーはいつごろからできたのだろうか。穀類から酒精を蒸溜する方法は七〇〇年〜八〇〇年ぐらい前といわれている。記録によるとウイスキーらしいものはジェームス4世の時代（四八〇年前）ともいわれています。でも、この時代のウイスキーは今の私たちが飲んでいるようなものではなく、ただ単に強い酒にすぎなかったようです。のちに製法が変り、蒸溜方法も改良され、保存の方法なども考えられて、今日のようなウイスキーが誕生したのです。

ウイスキーにも種々あります。並べてみると――
スコッチウイスキー、アイリッシュウイスキー、アメリカンウイスキー、カナディアンウイスキー、そしてジャパニーズウイスキー。これらを世界五大ウイスキーと呼んでいます。このほかにターニシユ（デンマーク）ウイスキー、オーストラリアンウイスキーなどがあります。あまり対照になりません。

酒の話

肥沃な風土のハーモニー

澤井 慶明

ウイスキーと

水と麦と

また、五大ウイスキーのなかのアメリカンウイスキーは何種類にも区別されます。たとえば、ライウイスキー、バーボンウイスキー、サワーマシユウイスキー、ホイットウイスキー、コーンウイスキーと原料と製造方法によって呼び方が違うのです。私たちにはバーボンウイスキーが一番身近に感じるでしょう。いずれにしても数多くあるウイスキーのなかで、歴史的にも有名なのはスコッチウイスキーでしょう。

魅惑の世界に招くウイスキーの製造は世界の各国で何度か試してはみたが、みんな失敗の連続。スコットランド以外の土地では成功しないといわれてきましたが、長い年月と研究と技術によって今日のようにいくつかの国でも良質なウイスキーができるようになりました。日本にはニッカウヰスキーの竹鶴会長がスコットランドで学び日本の風土を考慮してウイスキーづくりに励みました。そういうことがサントリーあるいはニッカウヰスキーの今日の基盤を築いたのです。

なんといっても、ウイスキーをつくるには水が一番大事なことです。無色無臭で微生物や有機物を含まない、そして鉱物質を多少ふくんだよい水が大量に必要なのです。

さらに、空気の良い土地ということも必須条件。それも適度な湿度があつて温度差のないところで、ピート（泥炭）も欠かすことのできないものの一つです。良質なピートほどよい香りのあるウイスキーが生まれるのです。

それに、原料になる大麦が良質でなくてはダメ。なかでもシェバリエル「CHEVALIER」やゴールデンメロン「GOLDEN MELON」などが、これらの主眼を務めるのです。



ウイスキー野郎たちの本物を選り分ける確かな舌とのが今日の香り高いまろやかな琥珀色のウイスキーを生み出した。



鹿美術館

ここに展示する作品はすべて鹿沼グループ「ギャラリー鹿沼」所蔵のもので、
「ギャラリー鹿沼」では、とくに「鹿」愛読者に限り、有名画家作品の割引販売、割賦販売、リース、各種美術品の無料鑑定、売却斡旋をいたしておりますので、お気軽にご一報ください。

ギャラリー鹿沼

東京都中央区銀座7-3-9

第14丸源ビル1F

☎ 03(574)7177



バルセロナ のカフェ

4号 100,000

村谷壮一郎(洋画)

略歴 1926年 東京に生まれる 立軌会会員
外遊数度 個展数回 東美(現芸大)卒



パンジーと こでまり

3号 120,000

西尾善積(洋画)

略歴 1912年 京都に生まれる 川島理一郎氏に師事 日展会員・審査員
元光風会評議員 受賞2 日展 菊華賞 欧遊 東美(現芸大)卒



牡丹

4号 700,000

松尾敏男(日本画)

略歴 1926年 長崎県に生まれる 堅山南風氏に師事 日本美術院同人 芸術選奨新人賞
院賞・大観賞3 奨励賞5 白寿賞5 山種美術館展 優秀賞 文化庁買上 文部大臣賞



古城

4号 300,000

大森朔衛(洋画)

略歴 1919年 香川県に生まれる 行動美術員 元モダンアート創
立会員 朝日秀作展 現代展 国際展 招渡欧3年 日美卒

職人道

忍耐で刻む鼈甲の簪

百年の甲羅に五十年の腕をふるう

松田 政一さん(六十六歳)





亀甲の骨は玳瑁の甲羅の斑を読むことから始まる。丹念に観察しデザインを読む松田さん。

亀は叩かれると堅い甲羅の中に頭や足をすくめ、じっと「我慢の抵抗」を試みる。かつて宮中の奉公にあがる娘を持った親は、この亀に忍耐の姿を見て、娘の門出に鼈甲の櫛と簪を贈った。

鼈甲細工師松田政一さんは丁稚奉公時代、仕事を失敗するたびに飛んだ親方の拳を亀のように着物の襟に首をすくめてじっと耐えた。



で。世間は不景気のまっ只中。うちは食べ盛りの子供が九人もいたので、両親は非常に苦労したようです。私が東京へ出てきたのもそうした両親の苦労を子供ながら心配し、

少しでも楽にしてあげようという思いが積もったんです。まあ一種の口減らしを自分で志願した格好になったんですね。折よくうちの隣りの人が東京で鼈甲細工をやっていたので



立と内心心算でした。やはり独立はしたものの十年間は思う仕事ができず苦労の連続、苦しみましたよ。きつと自信のなきが原因で未熟な技工しか發揮できなかったのしょう」

松田さんの仕事場に運ばれてくる玳瑁の甲羅は海草や貝がびっし



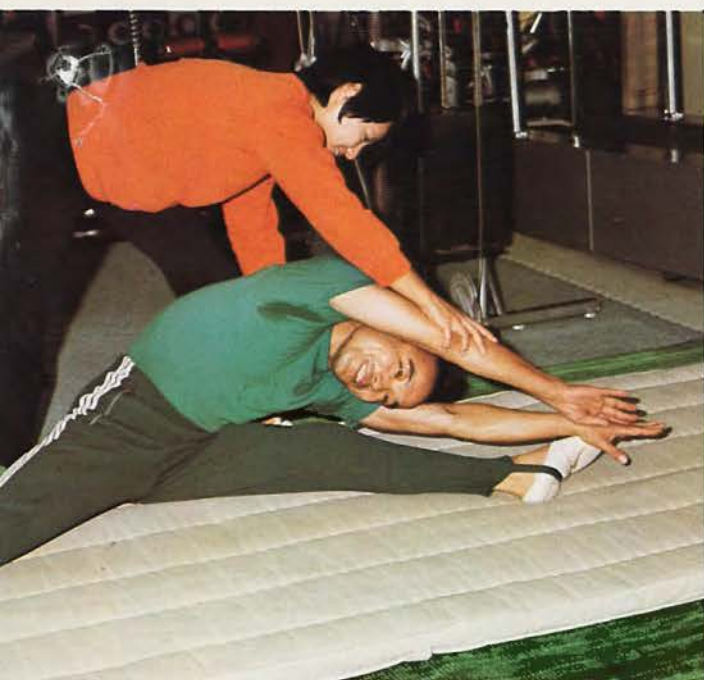
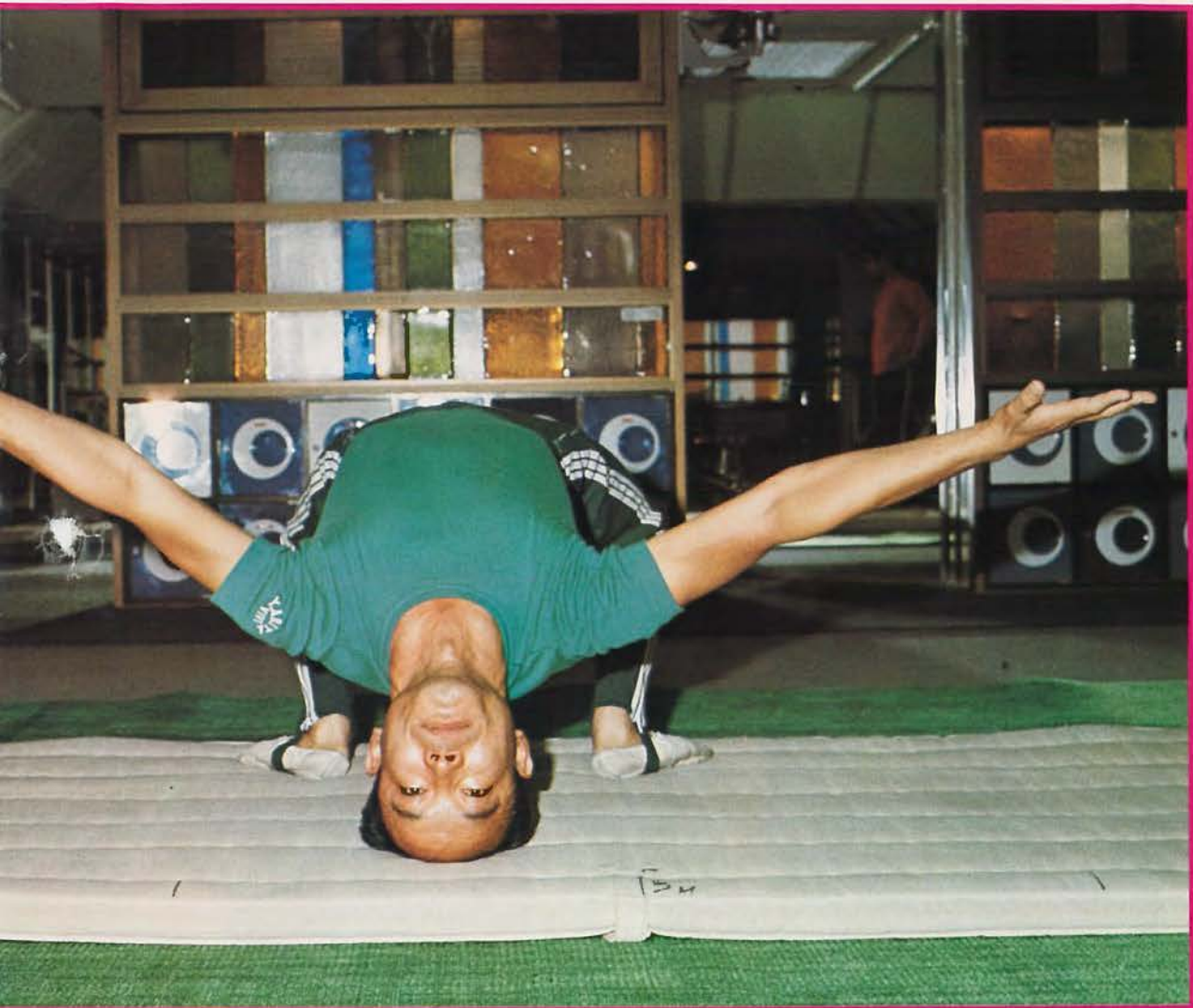
に生む卵は五千から六千個、そのうち親まで生長するのが約五頭と非常に少ない。玳瑁をささえる松田さんの手も自然いたわるように地味な手さばきになるという。

一般に鼈甲と呼ばれているのは南海、主にキューバ近海に棲息する玳瑁という海亀で、屋根瓦状に重なった十三枚の背甲をさす。

その人の紹介で東京蔵前の閻魔堂近くの秋山さんの家に厄介になったんです。親方や兄弟子たちの罵倒まじりの修業を「忍耐」の二字で六年間貫き通し、ようやく年季あけとなった。「浅草の鳥越神社近くに店をもったんです。いやもたされたといった方がいいですね。親方は私の腕を見込んでのれん分けしてくれましたが、いまだノミ、ヤスリが自分の手としっくりいかず私自身ちよっと早すぎる独



十六歳のときから使っている細工道具は修業時代の厳しい感銘を伝えるという



VIVI と私②



レストラン



ゴルフ・ガーデン



サウナ

エリア会員募集中

個人会員	20万円
法人会員	〈1名記名式〉20万円
	〈1名無記名式〉30万円
家族会員	10万円



MEMBER'S ATHLETIC CLUB

VIVI

六本木ロアビル4F~6F

☎03(402)6281(代)

階段を逆立ちで登ってみたい

「私がこちらに通う以前は猫背で腕も見るからに筋ばって皮膚の上に血管が何本も走っているのが見えるほど瘦細っていたんです。それがなんとも恥かしくて真夏の暑い日でもワイシャツの袖をまくることができず、人一倍暑い夏を過したもんです……」。

アスレティッククラブ・ヴィヴィのオープン(48年)と同時に入会し、今日で通算280回目のトレーニングに励む有田さん。その間、めきめきと体力は増進し体型も以前とは別人のように背筋がピンと伸び、足を運ぶ歩幅も大きくリズムカルになった。先日の体力年齢テストで、実際は41歳の有田さんだが、20代後半という好結果。

「ここにはたくさんのトレーニング機械がありますが、私はマット体操を重点的にやっているんです。入会当初は前転がやっと。しばらくして体に柔軟性ができて後転回から開脚前後転回と進んで、マット体操の恐怖が去ったあとは飛込み前転、後転倒立、そして倒立前方回転——ここまでできるとは自分でも信じられないことでした」。

指導にあたる斉藤トレーナーは

「有田さんのトレーニングは決して無理をせず、ひとつの運動を入念に、しかも自分の体力を計算しながら進められていますので安心して見ていられます。その日の少しの向上を今日まで徐々に積み重ね後退のないトレーニングは有田式トレーニングとでもいいますかね」。

両手倒立をマスターし次は片手倒立と、今日もマット体操に励む有田さんの最近の夢は会社の階段を逆立ちで登ることだという。

株式会社有田組社長
有田 芳道さん
(四十一歳)



微笑の国、の夜の輝き



旅・バンコク

BANGKOK

文・立花次郎

写真提供・WPP

運河にひしめく 小舟のマーケット

日本でメナム川という名で知られているチャオ・パヤ川はタイの中央に肥沃な平野をつくりあげた。この広大な平野は東南アジア有数の穀倉地帯として有名。タイの農民にとって、チャオ・パヤ川はまさしく母なる川である。バンコクはその河口に位置し、西岸にはクロン(運河)がはりめぐらされていて、人々の重要な生活の場の一部となっている。昔は東岸、つまりバンコク市内にも多くのクロンがあつたらしいのだが現在では埋め立てられて道路になっている。近代化の一端であろうか。

西岸のクロンでは毎日、にぎやかな朝市が開かれている。有名なフローティング・マーケットである。タイの人々の生活にふれることができるので一度は見物しておきたい所。チャオ・パヤ川からクロンに入り、さらにせまいクロンに入っていくと、両岸には熱帯樹が生い茂り、川面をわたる風が快い。朝食の仕度をする主婦の姿や水浴をする娘たちの姿がちらちらに見られる。小さな子どもたちも水の中であそんでいるのを見るのも楽しいものだ。そんな風景を眺めながらしばらく行くと、品物を満載した小舟が見えてくる。野菜から果物、その他日常生活に必

要なものはずべてここで買うことができる。クロンの両岸にも店がぎっしりたちならんでいる。

買い物に来た小舟、商いをしてる小舟が入り混り、そのうえ観光客を乗せた多数のランチまでが往来して、たいへんなにぎわいである。何しろ水上警察のランチが交通整理に出るほどの混雑ぶり、ここを生活の場に行っている人々はかなり迷惑をこうむっているにちがいない。そのため、タイ政府の観光局は新しいマーケットを開発中だという。

観光客に一番人気があるのは果物を積んだ小舟である。南国特有の甘い香りの果物はとにかく食欲をそそる。果物の王様といわれるドリアン、マンゴー、パイナップル、マンゴスチンなど種類は豊富。○パーツも出せば食べきれないほどの果物が買える。

オリエンタル・ホテル脇の船着場から乗り合いボートが出ている。一人八〇パーツで帰りにはワット・アルン（暁の寺）が終点となっている。王宮の近くにあるタパチャンの船着場では一〇〇人くらい乗れるランチを一〇〇パーツでチャーターできるので、何人か一緒のときはこちらの方がずっと安あがりになる。ただし、客引きには注意、必ず川岸の切符売場まで行くこと。ワット・アルンの手前でクロンに入り、帰りにワット・ア



クロンに浮かぶ水上マーケット

ルン、王宮御座船を納めてある所を見物してコースを終る。

きらめく夜の都 バンコク

これから冬にかけて、バンコクでは最も快適な季節になる。しかし旅行を計画するときはまず気をつけたいのは、時間的にゆとりのある日程を組むことである。一月から二月にかけてのいわゆる冬にあたる涼期でも湿度が高く、日中の気温は三〇度以上にもなるので、ハードスケジュールはそれこそ体をこわす原因にもなるだろう。市内の観光はなるべく午前中にすませ、午後は昼寝をしたり、ホテルのプールでゆっくり過ごすなどして夜にそなえよう。

バンコクの夜は実に魅力的である。美しい星空は日中の炎天がウ

ソのようにきらめく。ナイト・クラブのステージを、世界各国からの一流エンターティナーがかざりホステスがこれまた美しくチャールミング。そしてとても温かく心くばりが細やかでうれしくなってくる。日本のホステスも、こういうことはぜひ見習ってほしいものだと思うのだが……。一流のホステスになると、片言ながら日本語を話す人もいる。

指名をするときは、ガラス張りのホステス控室があるので、そこへ行って気に入った女性を選ぶのだが、商品を物色するようで、何か妙な感じがする。他の客とのかけもちがないのも日本では考えられない。

そのかわり、ホステス・チャージはたっぷり一時間で六〇〜八〇パーツ。タイ人以外、つまり外国人ホステスは一〇〇パーツ。飲み物は一杯平均三五パーツくらい。カバール・チャージはショーの内容によって多少違うが、だいたい五〇〜一〇〇パーツくらい

と考えていけばよい。もうひとつ言いわたされたが、ホステスと意気投合すれば、店外でのデートももちろん約束できる。

日本人経営の一流クラブが意外に多く、バンコク市で一番の店、サニー・シャトウもそのひとつ。超一流によるショーが常時用意されている。営業時間はふつう午後九時から一二時まで、金・土と祝日の前日は午前一時頃までやっているようだ。ほかにブルー・スカイが有名だ。ルンビニ公園の前に



母なるメナム川



ワット・アルン（暁の寺）

ある。
また、ルンピニ公園に近いパトボン通りには高級バーがたくさんあり、日本人マダムがいる店も少なくない。もちろんナイトクラブ

よりはかなり安く、飲み物は二〇〜三〇バーツ、ホステス・チャージはない。ホステスは自分勝手に飲み食いすることもなく、日本語もかなり理解するので、我々旅行

者は安心して飲むことができる。「銀座」「和子」「パリ」などが日本語だけで楽しむことができる店である。奥様や女性同伴であれば、一流ホテルのサロンがよいだろう。一流バンドでダンスが楽しめるし、フロア・ショーも豪華だ。時間制チャージはなく、ミニマム・ドリンクが五〇バーツ前後。「カバーン」「ポート・オブ・コール」シエラトン・ホテル、「アリババ」「ティアラ・ルーム」デュシタニ・ホテル、「アンバサダー」エラワン・ホテル——このほかにも一流ホテルに行けばかならず一つや二つのナイトクラブがある。

これらのホテルにはまた、シアター・レストランのショーとしてタイ・ダンスが演じられる。食事付きで一四〇バーツ前後、食事なしでも四〇〜八〇バーツくらいで見物できる。宮廷用の舞踊として伝承されてきた古典舞踊、それをモダン化したリカイ、農民の間から生まれた郷土色の濃いフォーク・ダンスの三種があるが、何といつても圧巻は古典舞踊である。インドの叙事詩ラマヤナに題材をとったもので、地元では「ラマキエン」と呼ばれている。昔は、衣裳はすべて本物の宝石で飾られた華麗なものであったという。いや、本物の宝石で飾られてなくても現在でも実に豪華である。チャオ・バヤ川に面したオリエンタル・ホ

あし

羽田からバンコク国際空港ドムアンまで六時間半。エア・サリアム、タイ国際航空、日本航空、エア・インディア、その他ヨーロッパの航空会社のほとんどが乗り入れている。空港から市内までリムジンバスが運行している。両替窓口の隣りにリムジンサービス窓口があるので、泊まるホテルの名を言って切符を買おうと車まで案内してくれる。三〇バーツ。タクシーだと八〇バーツ。四五分くらい。市内のタクシーは一応メーターはつけてはいるものの使用することはずまない。交渉しだいで安くも高くもなるが、英語が通じないので、緑のナンバプレートをつけた公認ハイヤーを利用する方がよい。料金は少し高いが、運転手のほとんどが英語を解する。バスは行き先が表示されていないので旅行者は利用しない方が賢明。ほかにバンコク名物のサムロがある。日よけをつけた小型三輪車のタクシーである。料金はやはり交渉するのだがタクシーより安く、市内なら三〜五バーツが相場。それ以上とられたときは不当だと思っ

よい。

交通規制が徹底していないのでバンコク市内での運転になれていない旅行者には、レンタカーの運転は思わぬ事故を起こすことにも

Travel guide

テルでは木・日曜日の午前一一時～一二時のショーがあり、写真を撮りたい人には絶好。ホテルだけでなく、市内の有名レストランでもショーは催されている。旅行社主催のツアーがあるのでそれを利用するのもよいだろう。

キック・ボクシングにエキサイト

日本でもおなじみのキック・ボクシングはタイの国技であることは周知のとおり、タイではたいへんな人気である。来日する選手はタイでは一流・三流の選手らしく、タイのチャンピオン級になると、日本選手は歯がたたないのではなからうか。とにかくすごい迫力である。

歴史は古く、中世の戦いの際に接近戦でおこなわれた技らしい。一五〇〇年代のナレスエン国王が他国の捕虜となったときにその国のもつとも強い戦士をこの戦法でやぶって捕虜の身を解かれ、これ以来、国技となったという。ボクシング・グローブをつけるようになった以外は、ほとんど当時そのままの形で行なわれている。

選手たちは必ずといっていいほど上腕にひものようなものをきつくしめているが、これは一種の守りで、小さな仏像や薬草などが

くまれている。おもしろいのは、試合中に場内に音楽がながれることである。一ラウンド毎にリズムが速くなり、ポリリズムもアップされて、選手、観客ともにだんだんエキサイトしてくる。中には、専属のバンドをもっている人気選手もいるという話だ。一度本場のキック・ボクシングを見ると、ファンでない人でも引き込まれて夢中になることは保障する。なお、メインイベントは最後ではなく、半ば頃に行なわれる。試合前の選手による踊りのようなものは、出陣の舞といわれ、神聖な儀式なのである。

バンコク市内では、ルンピニ公園のすぐ近くのルンピニ・スタジアムと、国会議事堂に通じる大通りの途中、左手にあるラジャナム

ナン・スタジアムの二カ所で一年中やっている。ルンピニでは火

・金・土曜の午後六時

から。ラジャナムナ

ンでは月・水・木曜の

午後六時から日曜の

午後五時か



チェンマイへの道

ら。入場料はいずれ三〇～一五〇バーツまでの五段階にわかれている。

厳しい仏教の修業

タイは仏教の国である。バンコク市内にもあちこちに有名寺院の尖塔がそそり立っている。タイの男子は一生に一度は誰でも仏門に入って最低三ヶ月は僧侶としての修業をしなければならぬ。これは国王であっても例外ではないという。その修業を終えてはじめて一人前の社会人として認められるのである。二二七の戒律を守らなければならぬ厳しい修業で、また早朝には街に托鉢に出ることにしている。水上マーケット見物に出かける途中に、オレンジ色の

なりかねない。参考までに、踏み切りで一時停車しないこと!! 後続車がいれば必ず追突される。またサイド・ミラーをつけた車が少ないので追い越しは禁物。小型車は一日一〇〇km一八〇バーツ、大型車はエアコン付きで三〇〇バーツ。以後一km毎に一バーツ。ホテルで信用できる会社を紹介してもらうこと。電話をすれば、ホテルまで無料で配車してくれる。

通貨換算

一バーツ＝一〇〇サタン。日によって交換率が多少違うが一バーツが約一五円。コインも紙幣もデザインが非常に似通っているので、使うときにはよく確かめること。コインは一〇サタン、二五サタン、五〇サタン、一バーツ、五バーツの五種。紙幣は五バーツ、一〇バーツ、二〇バーツ、一〇〇バーツの四種。

やと

市内の大きなビルはホテルと違ってまず間違いなく。町の大きさに比してホテルの数は実に多い。日本人スタッフのいる一流ホテルを紹介しておこう。

デュシタニ、インドラ・リージェント、サイアム・インターコンチネンタル、ナライ、モンティエ

Travel guide

法衣をまとった、その姿を見ることのできる。お布施を渡すとき、女性はその手に絶対にあふれてはならない。女性にふれないことも戒律のひとつなのである。

僧侶は市民にとって、宗教面だけでなく、生活のあらゆる面において指導者であり、また相談役として親しまれ、尊敬されている。それほど仏教はタイの人々の生活の中に生きているのである。「微笑の国」と呼ばれ、人々の顔から温かい微笑が絶えないのも、深く根ざした仏教の教えが自然に出てくるからではないだろうか。



ワット・トリミット (黄金仏寺)

ゴルフは サリカCCがよい

ゴルフをするにはやはり何といっても、サリカ・カントリークラブがよい。三年前にオープンしたばかりだが、すでに名門コースと

して注目をあびている。バンコクから北東へ約一二〇km、カオヤイ国立公園の手前、ナコン・ナヨークにある。このあたりは国立公園のそばだけに、緑の山々に囲まれた風光明媚な所である。近くにはワンタカヤ植物園やサリカの滝などの名所もある。バンコクから車で一時間半、もう少しするとカオヤイ国立公園までのハイウェイが完成し、クラブの近くを通るので、もともと近くなる。バンコクからクラブまでの定期バスも運行している。鹿沼カントリークラブとバンコクでホテル事業をやっている松田グループとが開発したもので、日本人従業員が多く、言葉に神経をつかわずにプレイできるのが何よりうれしい。土地のキャディも日本語を勉強しているので、プレイに関する会話くらいなら不便は感じない。



人なつこい笑顔のキャディ

コースは一見フラットにみえるがかなりアンジュレーションに富み、清流が流れ、南国の花が咲きほこって実に美しい。

プレイは平日なら予約なしでもすぐに行ける。土・日曜や祝日ならやはり、早目に予約しておいた方がよい。グリーンフィは平日八〇パーツ、土、日曜は一〇〇パーツ。キャディフィは二五パーツ、貸クラブ一〇〇パーツ、貨靴二〇パーツ。なお、前号のマニラの中でも述べたが、靴だけははきなれた自分のものを持って行く方がよい。プレイの予約申し込みは日本で行ける。サリカ・カヌマ開発(株)東京都中央区京橋二一三一―一六 鹿沼ビル(電)〇三―五五七―六三四―。

近くにキッチン付きのロッジがある。国立公園などの観光をかねて、家族連れで宿泊できる。その他のゴルフコースは――。

ローズガーデン・ゴルフ・コース(18ホール)――バンコクから南西三二km、車で約三〇分、ナコンパトムにある。ローズガーデン・ホテル専用のコース。プレイを終えて汗を流したあと、東南アジアで一番の規模をもつバラ園を散策するのも心やすまるといふもの。

ファ・ヒン・ゴルフ・クラブ、ロイヤル・バンコク・スポーツ・クラブなどバンコク近辺ではゴルフにことかかない。

ン。日本人経営のアマリン、マンハッタンといった一級ホテルもある。

アドバイス

①日本との時差は二時間。バンコクに着いたらまず時計を二時間遅らせること。

②仏教で、頭に精霊がやどるとされているので、可愛い子供がいるからといってむやみに頭をなでてはいけない。

③寺院を見学するとき、僧侶には尊敬の念をもって接すること。特に女性はその法衣にでも絶対にふれないこと。それまでの修業が無になるからである。

④左手は不浄とされているので左手で物を受け渡ししないこと。

⑤タイ料理では、ほんの少し残すのがエチケット。

言葉

今日は「サワディ」 ありがとう
「コープ・クン」 そうです「チャイ」 いいえ「マイ・チャイ」
いくらですか「ラーカ・タオライ」
とても高い「ペーン・マーク」
いらぬ「マイ・アウ」 ごめん
なさい「コー・トート」 これは
何ですか「ニー・アライ」 水を
下さい「コー・ナム」 タバコを
下さい「コー・プリ」

ケリケンブレス



「ヘッドアップ、しなくても
このザマさ！」 (55企画)

Zig Zag
Zig Zag
Zig Zag

世界の有名クラブを斬る☆地中海クラブのバカンス哲学

現代社会のひずみに挑戦する

トリガノ哲学

青柳洋次郎 (社)

日本能率協会国際事業部
プロジェクト・マネージャー

— その二 —

一昨年(一九七三年)の夏、パリの中心部ブルース広場にある地中海クラブ本部を訪ね、クラブ運営の総帥トリガノ社長 (Gilbert TRIGANO, President, Director General) に接見する機会を得た。

トリガノ社長は欧州の中でもアメリカ型のビジネス・スタイルの持ち主として有名であり、欧州の生活習慣に捉われることなく虚心坦懐、精力的に仕事を進め、その就務時間は平均十二時間という大変タフなビジネスマンである。

筆者がお会いした日も出張先のギリシャからもどったばかりであり、一般的事項はセールスマネージャーのボアスラフメ氏(Roger BO-ISRAMÉ)を通じて研究していただくさいといった風である。約一時間半の後、地中海クラブの概要が理解できましたかといつて会議室に現われた。その時の印象を今もって忘れ得ないが、驚いたこと

には挨拶の際、合掌し、一礼をして着席したのである。筆者とそのグループが東洋人であり、そのためかなとも思ったが、地中海クラブには禅やヨガ等が多く取り入れられており、単なるジュエスチュアではなかったことを後日知った。

また、驚いたのはその日お世話をしてくれた何名かのスタッフがキチンと背広にネクタイという欧州型のフォーマルないでたちであり、筆者たちもそうして伺ったのであるが、彼はノー・ネクタイのストライプのYシャツ姿なのである。

こうして小一時間に渡る接見が始まった。話の中味とは別にこのトリガノ社長との一問一答の折、たいへん強く印象づけられたことはその類例を他に余り見ない頭の回転力・速さと判断力・するどさであった。筆者は仕事の関係上、通訳をする機会を多く持つており、同時にいろいろな方面で仕事をさ

れている方々と接する機会も比較的に多い。人と人との話をトランスファーするという通訳の仕事は国際間という大きな壁があり、生活・習慣の相違もさることながら「考え方」の相違はその理解の上で決定的なものとなる。従って、話をトランスファーさせる際この困難に直面するのであるが、トリガノ社長の場合、この困難さを感じないばかりか、話や質疑の20%ないしは30%の部分で答えに入り、まことに当を得ているのである。

そのことが話の立ちあがりに解つてから、筆者は話や質疑の内容を極く濃縮した二つか三つの単語を選択し、彼にぶつけることに切り変えたほどである。東洋と西洋の間ではまことにめずらしいことであつた。

こんなトリガノ社長のプロフィールを思い浮べながら、この日のインタビュウの折に直達聞いたこ

青柳洋次郎 ●筆者プロフィール
福岡県出身、昭和十六年六月十九日生。
中央大学法学部(民法専攻)卒業後、上智大学大学院にて法哲学及び一般哲学を修める。学部在学中半年間に渡り、東京オリンピック組織委員会より依頼され海外部職託。昭和四十一年より(社)日本能率協会在籍、ドイッ産業見本市日本代表部事務局長を経て、現在国際事業部プロジェクト・マネージャーとして活躍中。
幅の広い国際感覚と比較文化論からの洞察力はすばらしく、独特の産業構造論と文化論を展開、特に余暇問題、レジャー事業に関してはレジャー研究家の中にあつて特異な見解と持論を持つ。

とがらと地中海クラブ全体の構成や運営の仕方の中から抽出したものとを総合して総帥トリガノ社長のバカンスに対する考え方を追つてみたい。

I 自然に帰れ!
脱文明、脱現代社会

レジャー及びバカンスを彼は、一定のレベルに達した文明社会に起つて来る必然的文化現象」と規



地中海クラブを率いるトリガノ社長

定する。なるほど高度に発展した具体的文明社会の例を見ても生活を仕事と余暇に分離する傾向が見られる。そして多くの場合、特に欧州においてはそれが顕著であるが、余暇の内容として「自然への回帰」が挙げられる。フランスにおいては啓蒙思想家ルソーの主張する「自然状態」における人間観や、ミクロネシア、タヒチをこの上なく愛した印象派の画家ゴーギャンなどに代表されるように「自然への回帰」については歴史が深い。しかし、振り返ってみるとフランスの大革命によって当時の封建社会、アンシャン・レジームを打倒しても今度はイギリスに端を発した産業革命の波によって資本家と労働者という社会階層を生

み出し、歴史的な多くの主張とは別に一般の市民と自然とはその距離を広げて行く方向に長い間あったといえよう。一九三六年フランスは労働組合運動の甲斐あって働く者の余暇保護令がひかれ、週休制や長期休暇制度などが法的に定められた。しかし、間もなく第二次世界大戦に突入し、「自然を求める」勢いは大戦後に持ち込まれた。第二次大戦後、この一般市民の求めてやまなかつた「自然への回帰」を具体的に促したのが地中海クラブ、否トリガノであったと言って差しつかえなからう。

彼は大戦後まもなく進駐軍の廃品回収からキャンプ用品に手を広げた父親の家業を継ぎ、トリガノ・バカンス社の経営に乗り出した。

そしてその商取引の關係からジェラルド・ブリッツ氏の経営する「地中海クラブ」の最初の計画であるマジヨルカ島(南スペイン)の村づくりを手伝ったのがきっかけである。時に一九五〇年であった。

当初は米軍のテント約二〇〇張り借りての仮設保養施設であったが、一九五四年同社の社長に就任するや大衆を自然のふところに帰す彼の仕事が始まったのである。

ヨーロッパの人々が太陽や自然の風物を求める傾向があることについては先月号で述べたが、その希求する心情はわれわれの予想を上回るものがあり、ゲーテの「イタリヤ紀行」を一読してもその一端がうかがわれる。われわれの理解するところのレジャーやバカンスが日常生活とは異つた所に展開されているのであるが、ヨーロッパにおいては太陽の下で暮らすことは健康保持につながり、ひいては生きることにつながる、いわば生活そのものである。この限りにおいては生命の糧であるパンと等しい重さを持つものなのである。



トリガノ社長にインタビューする筆者

そこで彼は「人は日常生活とまったく違つた環境、日常の社会的な抑圧とわずらわしきのない雰囲気の中で暮す必要がある」と考えた。確かに高度に発展した機械化文明とぬけだすことのできない資本主義社会(基本的には肯定されたとしても生産と消費のメカニズムは二十日ねずみのまわす車のように回る)からなる現代社会は多くの肉体的・精神的抑圧と荷重を人々に強いっている。産業革命当初は生産は人々に多くの幸福をもた



ピラはまさに開放された原始の世界

ら・す・もの・と・さ・れ、疑うものもなく歓迎されたのであるが、現代の社会においては公害などに象徴されるように生産そのものが一面人々を苦しませ始めたのである。ここに現代資本主義社会の持つ本末転倒が見られるのである。ここに「完全に都会生活から脱出することを目的とする」という地中海クラブの理念が意義を見出すのである。ピラと称する独特な原始村落形態、クラブ固有の金、緑、赤、黄色のビーズ玉を使用する原始貨幣制度、新聞、テレビ、時計、電話もまったくないバカンス村での生活は「自然に帰って人間性を取り戻そう」とする理念の具体的な姿

のである。このことは取りも直さず、脱現代社会、脱文明であり、いや、むしろ脱というよりは立ち向う感じのものである。地中海クラブが志向するものは現代社会のメカニズムと文明のわずらわしさから離れ、自然に帰り、喪失しかけていた人間性を回復することを多くの人々に促し（大衆化）、その生活を日常の生活の中へ組み入れ（日常化）ようとすることに他ならない。

II 簡素な生活、スポーツ、豊かな食事

幾つかのバカンス村に体験入村させてもらったが、正式には七日

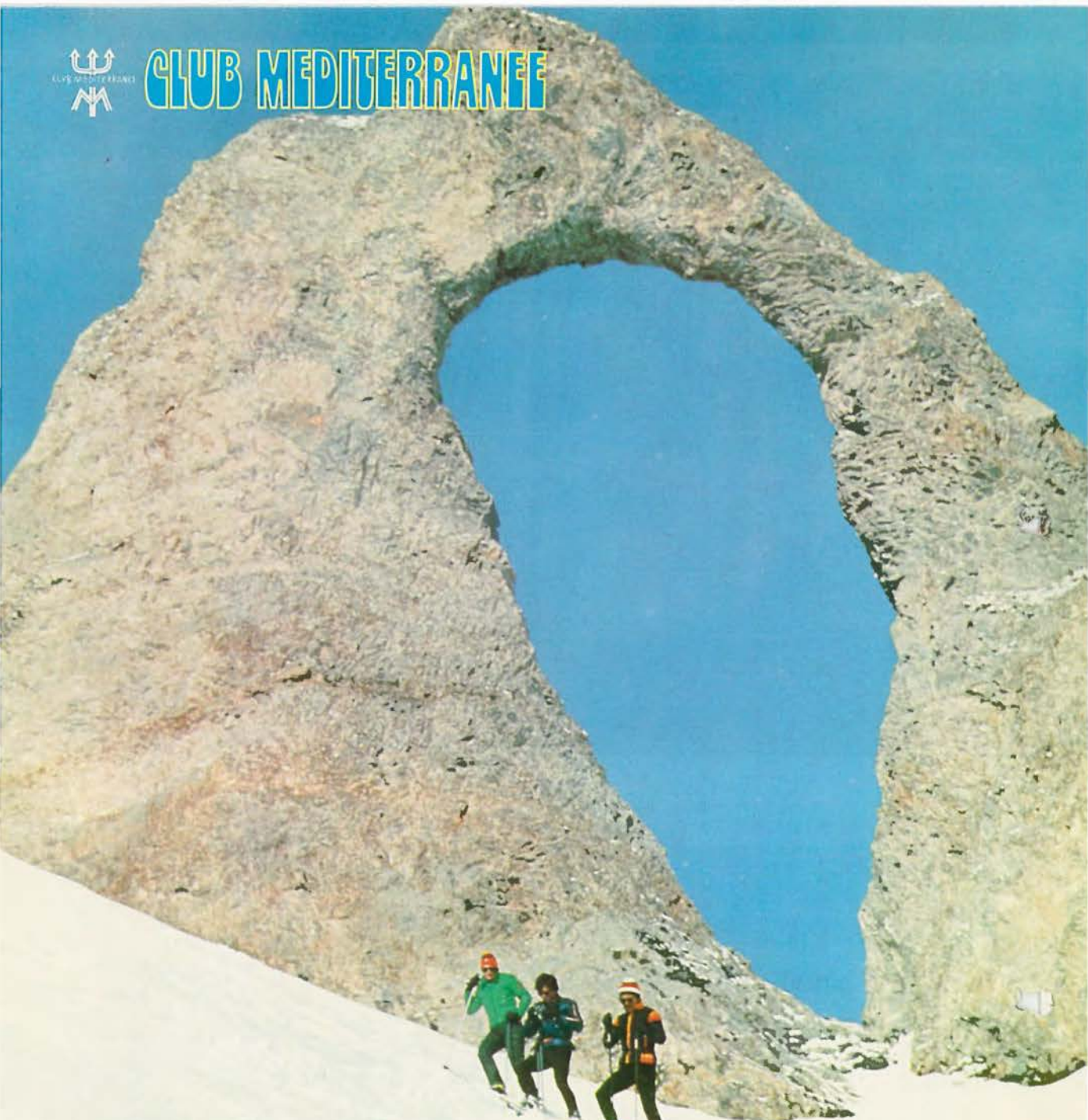
間滞在することが原則である。二三日である、あらかじめ許可を願って、体験入村という形でその生活が認められ、筆者もこれに浴したのである。ここで気づくことは七日間という日数であるが、これは二、三日の滞在では現代社会のリズムがぬけ切れず、ゆっくりとした静かな居住いのよさが解らずに終わってしまうからだという。確かに現代の中では静けさを取り戻すには一定の時間を要する。筆者はキリスト教の主権による黙想会なるものに参加する機会を得たことがあり、一日中一言も話すことが許されず、五日間を過ごした。この折体験したことは三日目ぐら

いまで、無念無想になろうと努めるのであるが、生来のコセコセした性分も手伝ってか、やれ、だれそれに電話をしとかなくてはと、か、やれ、あの仕事の段取りをしなくてはなど日常の仕事や生活のリズムや平面からなかなかぬけられない記憶がある。しかし、四日目あたりから少しずつその静けさをゆつくりした生活のよさが解ってきたはじめた。こうしてみると脱都会・脱現代社会という点からは七日間という日数はよく計画されていると思われる。

バカンス村で気づくことは簡素な生活と豊かな食事と（スポーツの

盛んなことである。簡素な生活とはコミュニティ・エリア（共同施設・食堂・浴場・トイレ・洗面所など）は別としてバンガロー形式の家の中は、ベッドとイス、それに水がめ一つとローソクといった具合である（レストラン・ピラの場合）。しかし、村の人々といっしょにする食事は大変豊かな内容のものである。豊かといっても決して豪華なものではなく、野菜や果物、肉、魚が豊富にもられたバイキング・スタイルのものなのである。その村の近所でとれたものを一括購入し、比較的安く提供されるのである。まさに食べ放題といつてよからう。

バカンス村での大半の生活はスポーツで占められる。プールや海での各種水泳競技、テニス、フェンシング、乗馬、ヨット、ゴルフ、それに意外だったが、柔道、ヨガ、座禅などもこれに加えられている。これらは自由参加であり、ほとんどのプレーは無料となっている。地中海クラブの運営を支える柱となっているGO（ジェントル・オルガナイザー）スポーツのインストラクターと村の生活を指導・演出する人々）がその指導に当たる。したがってクラブ・メンバーは今年の夏はどこそこのピラで乗馬を教わろうとか、冬はスキーをマス



ターしようといった具合にスポーツと地中海クラブの結びつきは大変密接なものがある。

簡素な生活とスポーツそれに豊かな食事は「肉体的・精神的やすらぎ」をもたらし、現代社会に疲れた身心を回復させる大きな要因といつてよからう。

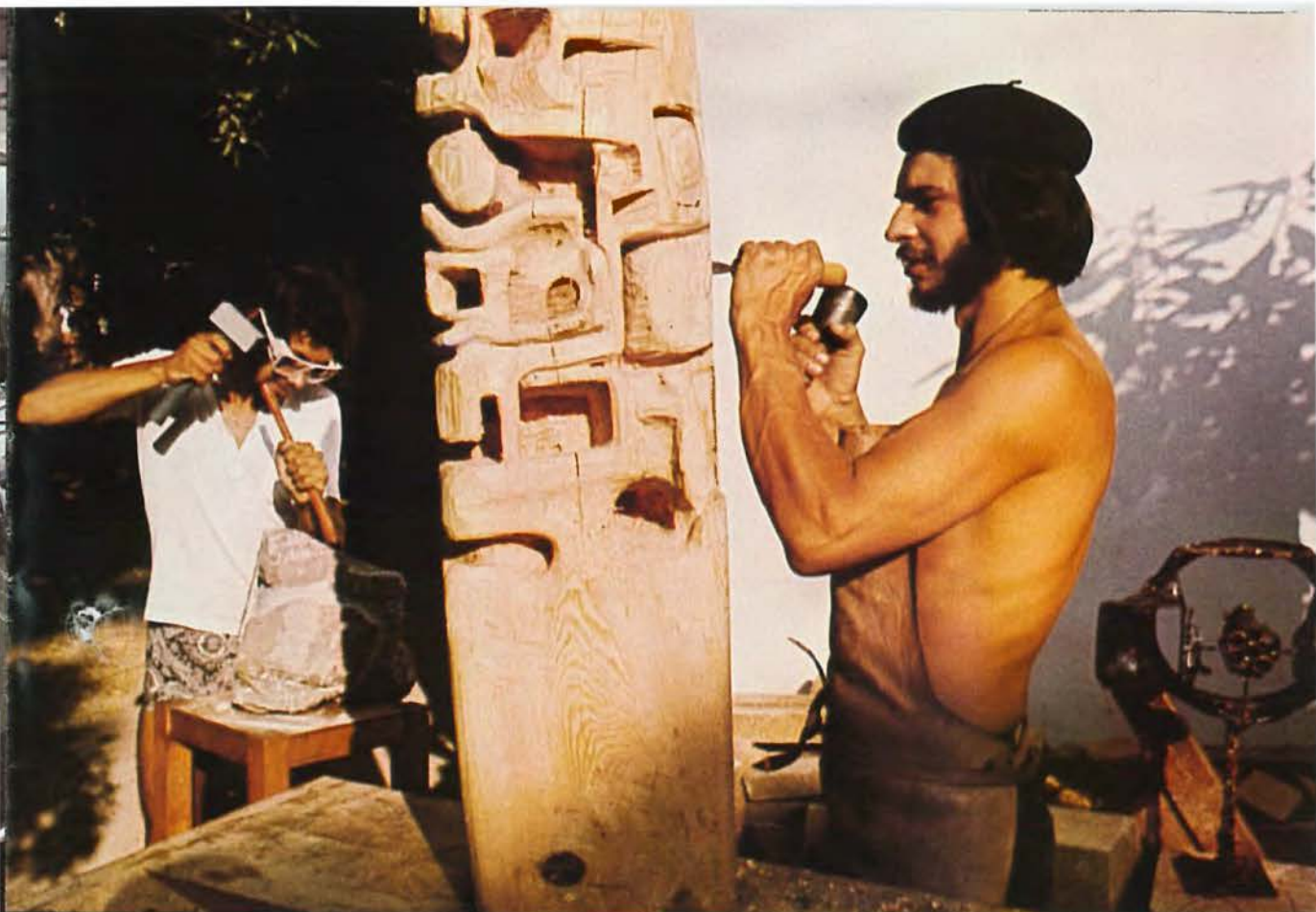
III クロス・カルチャー

トリガノ社長と接見した折、地中海クラブの将来の構想についてたずねた。例のごとくフューチャー（未来）の言葉が伝わるやいなや、黒板に世界地図を描きはじめていた。その世界地図はヨーロッパではめずらしい太平洋を真中にすえたわれわれの慣れ親しんでいる世界地図であった。通常、ヨーロッパ人が世界を描くとヨーロッパが真中に置かれ、アメリカの南北大陸が左側に日本が右の端に位置するものである。画そのものは決して上手なものではないが考えを聞くには十分なものであった。

そして話が続いた——「今日まではバカンスの動きの方向は北から南であった」といってスカンジナビア半島から太い赤チョークで地中海や北アフリカ、エーゲ海へ矢印を描いた。スウェーデン、ノルウェー、デンマーク、フィンランド、

ティニュー(フランス)

(写真・地中海クラブジャパン)



マラバータ(モロッコ)

ドイツ、イギリス、フランス、スペインなどヨーロッパの腹の部分でやたらと上から下へ、上から下へと成るのである。そして同席した者が納得するのを見て取って、しばらくあつてから「イン・フューチャー」(将来においては)と文章にならないことを言い放つて世界地図にタスキガケをした。それはヨーロッパ人が東洋の方面へ行き、アメリカ大陸の人々や東洋の人々がヨーロッパや北アフリカ方面へ行くことを示唆したのである。すなわち「将来においてはバカンスの動きは北から南への方向ばかりではなく、西から東へ、また東から西へ行き交うというクロス(交叉)型になる」というのであり、「またそう計画したい」とその意欲の片鱗をのぞかせた。まさに世界をなぐり描く「世界のトリガノ」である。

こうした文明の未発展な時代には想像もつかなかった民族の交叉が意図されており、国籍も宗教も民族も人種も信条も問わない文化の民間ベースによる交叉が期されているのである。こうしたクロス・カルチャー(文化の交叉・交流)は特定の使節団同志によってなされるのではなく、至極自由な雰囲気の中で意識されずに行なわれようとしている。それは「洋人から



サンタンブジョ(コルシカ島)

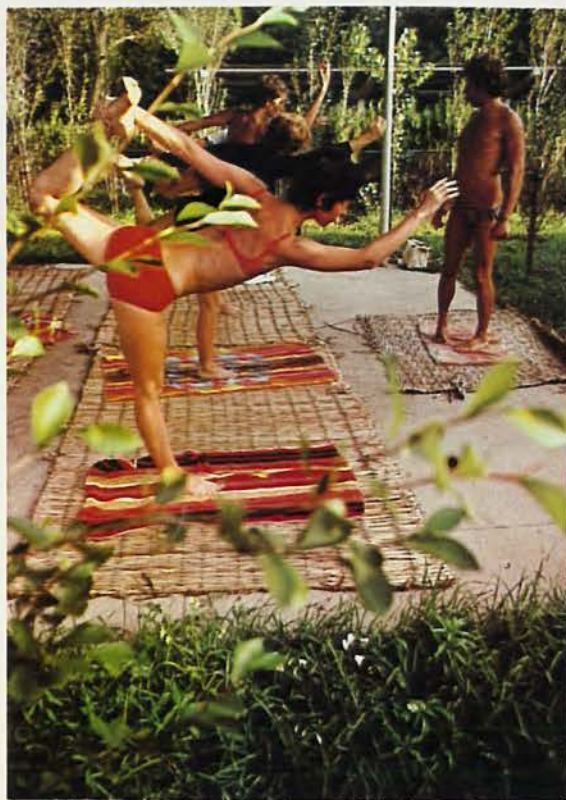
は禪やヨガを習い、西洋人は文化や文明について語らうといった底辺からのクロスなのである。「地中海クラブはその為の「場」を提供し、交流をよりスムーズになさしめるための演出を担当するのである」と言い切る。

とかく、遊びを主体にしたレジャー事業は生活の中心部をなす流れから敬遠されがちであるが、こうした文明や現代社会の欠陥に真正面から取り組み、人間性の回復と文化の昂揚を志向する点からは「無言の哲学」といえるものを含んでいるのではあるまいか。

日本ではこうした個々人に与えられた「自由時間」を「余暇」として取りあげることに大分落ちついてきているようであるが、「余



キャップ・スカーリング(セネガル)



タラサ(ルーマニア)



ビュッテル(フランス)

「暇」は字の示すことと、「余った暇」であり、その背後には生産志向のそびている。現代社会に生

きるわれわれにとって「自由なる時間」は果して「余った暇」なのであろうか。この最後に残された譲り得ない「自由なる時間」の自由の主体は個々人に他ならず、人間らしい身心の営みを回復する最も重要な時間であるはずであり、その限りでは「本暇」（余暇に対して）ではあるまいか。そう考えていかなないと生産と消費、労働と生活、仕事と人生、発展と福祉などとの関係が足元からくずれしていくからである。生身の一人一人のポツンとした人間の幸福がより大切である。ともあれ精神的に未来を志向する総帥トリガノの今後の仕事に注目していきたい。



ゴルフ場造成・芝張一貫工事請負

高麗芝、野芝生産販売

株式会社 市川造園土木

代表取締役 市川 金次郎

〒177 東京都練馬区北大泉町1379 電話 03(925)2323~7・(925)5477~8



二二年間皆勤の

「みどりののおじさん」

交通整理奉仕に体を張る中村開作氏

東京・浅草。台東区立金竜小学校脇の入谷二丁目交差点。問屋、中小工場、下町の住宅地を結ぶ、言問通りの朝のラッシュの車の列をぬって、生徒の登校がそろそろ始まる。

横断信号が緑に変わり、通行車のブレイキの音が一段落すると、「ピーピーッ」。

勢いよい笛の音が、交差点いっばいに響く。車を制する小旗をふりおろし、生徒の誘導が始まる。「おはよう」「おはよう」今日も元気な黄色い声がとびかっていた。

金竜小学校、六一〇名の在校生の最後の一人が横断するまでその安全をみとどけているのが中村開作さん（五七）だ。

中村さんがこの交差点に立つてすでに二一年。雨の日、雪の日、子どもたちの安全な通行を

願って、一日も休んだことはない。勤めが休みの日は、下校時間にも立つ。

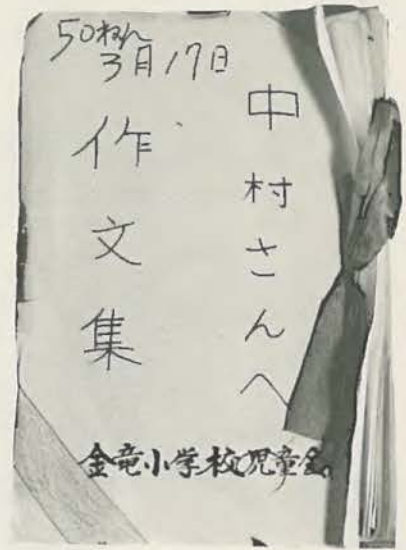
中村さんが交通整理を始めてから、この交差点での生徒の人身事故は一度も起っていないという。

朝の交通整理が

一日の始まり

中村さんが、交通整理に立つようになったのは昭和二十九年。現在二八歳になる長男幸男君が金竜小学校に入学したのがきっかけだった。

「自分らは、勤め人で自由で時間もつくれない。お金もない。子どもが世話になっっている学校に、何らかの形で恩を返すとすれば、体で奉仕する以外ありませんからネ……」という。下町ッ子独特のテレである。



五〇〇一六〇〇人の生徒父兄が交替で立てば、一人は年一回の奉仕ですむ……という計算で始めたものの、やがて、かつてアメ横商店会の会長をつとめていた根本薫さんと中村さんの二人だけになってしまった。その根本さんも、霞ヶ浦で自動車学

が
いるほどである。
もちろん、雨の日も、風の日も休むわけにはいかない。子どもたちが病気かと心配して、家まで見舞いに来るからだ。雪が積もれば、登校時間の一時間も前から、スコップを手を家に

校の経営を始め
るにあたって、
転居。以来、来
る日も、来る日
も、一人中村さ
んは交差点に立
った。途中、い
わゆる「みどり
のおばさん」が
この金竜小学校
にも派遣された
ことがあったが、
いまはいない。

毎日七時半〜
八時半。小学校
の登校時間にあ
わせて、正確こ
のうえない。こ
近所では、中村
さんの吹く笛を
目覚し時計がわ
りにしている人

そして、九時半には、銀座に
ある勤め先のオフィスに出勤。
広告代理店で、求人広告の営業
マンとして外勤する。

親心を知って 子らも協力

中村家は現在五人家族。奥さん・絹子さん（五一）、長女・美恵子さん（二五）はともに公立の保育園の保育さん。次男・武補君（二三）は電話局へ勤める。それに留守を預るおばあさんである。長男は国鉄に勤め、昨年九月に結婚して、近くで新居を構えている。

中村さんの毎朝の交通整理の姿をみて子どもたちは育った。何でも恥しがり、テレしてしまう青少年期には、「やめろ、みっともない」と文句を言ったこともあった。しかし、そのうち冬の寒い朝にそなえて、自分で買ったたり、作ったりしたジャンパー、ズボン、セーター、チョッキなどを「おやじに使ってもらってほしい」と手渡すようになった。直接中村さんではなく、必ずお母さんの絹子さんを通してである。

生徒たちの

感謝を込めた作文集

並々ならぬこの中村さんの奉仕に対して、六年ほど前から、金竜小学校では、卒業式と同時に交通感謝式を行なうようになった。生徒代表から花束、一年生から六年生までの作文集、そして中村さんが夕食に欠かせないという清酒が一本贈られる。「中村のおじさんへ」と題されて、心からの感謝と、中村さんの健康を願う子どもたちの気持ちがぎゅぎゅとつまった一三二人の作文集が今年も贈られた。もう、六冊目である。疲れた時、気分が沈んだ時、子どもたちが一生懸命書いたこの作文集が中村さんの心をなによりもなぐさめてくれる。

「幼稚園から、小学校、中学校高校と、毎日この交差点で顔をあわせていた女の子がいます。ネ。やがて勤めに出るようになったのですが、もちろん口をきいたこともなく、名前さえも知らなかった子です。

ある日、「おじさん、どうもありがとう」と、ハンカチ三枚

をもって来たんですよ。「家でも越すのかい？」って聞くと、「お嫁に行くので、もうおじさんとあえないの」と言っんです。とってもうれしくてネ。」

信号を注意深くみつめ、子どもたちをまとめて誘導する。笛を吹く以外は、ただ大声で「おはよう、おはよう」と声かけあうのが精いっぱい緊張のなかにも、通じあう心のつながりがあった。

卒業式のあと、男子五人、女子一人の卒業生が、一週間近く毎日中村さんを訪ねたことがあった。昼間勤めの中村さんとなかなか会えぬとわかって生徒たちは一通の手紙と小箱を家族の人に手渡した。

六年間ありがとうというみんなの寄せ書きと、鎌倉彫りのタバコセットがその中身。中村さんはノートとハンカチを手に、その生徒一人一人の家を訪ねてお礼に回った。どの家でも、親は知らなかった。子どもたち自身がおこづかいをためて買ったものだった。このタバコセットも、タバコを吸わぬ中村さんの大切な宝物の一つである。

余言小学校には特殊学級がある。生徒のA君は、親の顔のほかはせいぜい担任の先生の顔くらいしか憶えられない。経済的にも決して恵まれず、おやつをかうこともめつたにない。せめて年に一度は、とA君のお母さんが買ってあげた七・五・三の千歳飴。A君は、その一本を、「ピー、ピーのおじさん」に。ピー、ピーのおじさん「とお母さんに」とお母さんに自分の気持を伝えた。

翌朝、交差点で笛を吹く、中村さんの手にA君の精いっぱい「ありがとう」の飴が届けられた。中村さんはその飴を握りしめ、「家内と手をとりあって泣いてしまいましたが」とい。飴はまず、仏さまに供えられた。六年前のことで

ある。

無声映画鑑賞会のメンバーにも

中村さんという。「ともかく子どもが好きなんですヨ」。台東区の青少年委員として地元子ども会の指導にあたってすでに四年半。



ダンロップ& 一流ブランド
ゴルフ用品専門

東京日東スポーツ

東京・品川 東京卸売センター7F ☎03(494)3808代

また、町内でも一五〇人の子どもをあつめて、ひまわり子ども会を作り、観音さまの清掃、幻燈会、フォークダンス会などを開いている。もう社会に巣立っていった「子ども」たちもいる。

七年前、台東区役所で行なわれた「話し方教室」の卒業生たちが、中村さんを中心に集まった「ピヨピヨ会」である。礼儀作法、正しい発音、人の気をひく話し方、一般社会常識などを毎月一回、中村さん宅や町会事務所に集まって学んできた一五人の「ヒヨ子」たちも、今では一人を残して、皆、結婚し家庭をもっている。昨年一月、もう「ピヨピヨ会」でもあるまいと、会の名前を「オンドリ会」とした。メンバーは、中村さんをオヤジ、オヤジを呼び、自分の子どもに「ほら、おじいちゃ



んだヨ」と教える。子どもに中村さんの名前をチャッカリとつけて楽しそうに「カイちゃん、カイちゃん」とワンパクツ子のあとを追っているメンバーさえいる。「親兄弟に話せないこともこの会では自由に話せるんです」と話すのは会の幹事格をとめる柴田さん(三三三)。吃りのクセを直そうと、区役所の研修を受けて以来の中村さんとのつきあいである。

浅草に生まれ、浅草に育った中村さんは「活動をみながら大きくなった」という生いたちから、無声映画鑑賞会の事務局長をも勤める。弁士の初代松田春翠のフィルムコレクションを、どうせ年に一回風通ししなければならぬのであれば、好きな人に観てもらおうと始めたのが一五年前。いまでは年に一五回の鑑賞会を開き、すでに延べ三万人の人を集めている。

ようやく会の運営も軌道に乗ったものの、以前は、長女は受け付け、長男は会場で「おセンに、キャラメル」と売子をして中村さんを助けてくれたこともあるとい。

世話好きの血は長男の幸男君にもそのまま受けつがれた。三〇人の会員がいる「囲みこし会」の会長さんである。浅草三社祭りをはじめとして、あちこちの祭りにそろいの祭半纏でみこしをかつぎにかけつける。

「囲みこし」とは、荷作り箱職人の中村幸太郎である、幸男君のおじいさんの屋号。気持がまっすぐで、人情厚く、口は悪いが親しい、下町ツ子の特質そのままの中村さん一家である。

一日六〇〇回のおはよう

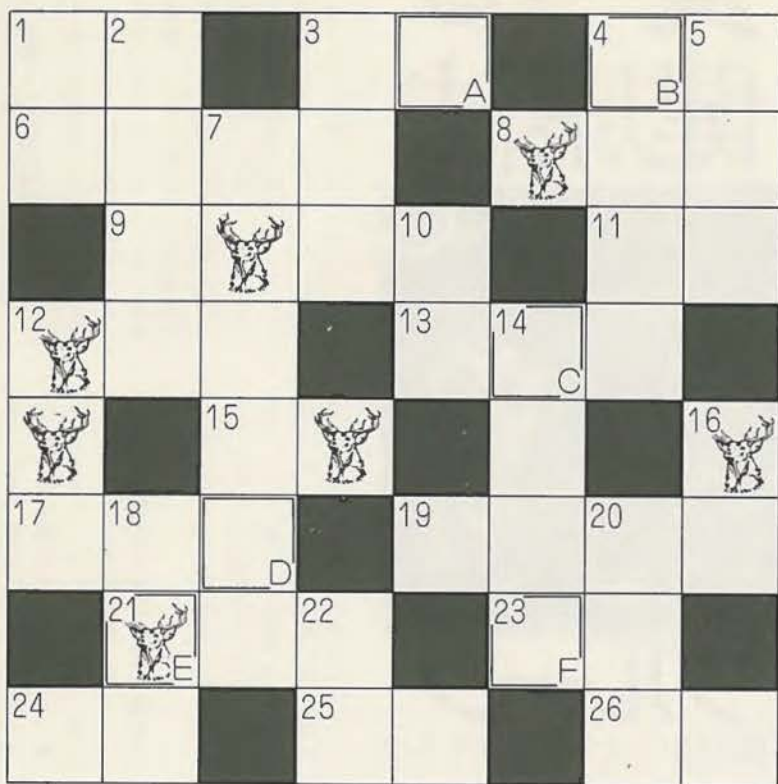
「じゃまだからやめてくれと言われぬように、これからも毎日続けます。いまでは子どもたちにもしも危険があれば、自分のほうが車に体当りするつもりです」という中村さん。交通整理に立つ前に飲む一杯のお茶を「水さかずきのつもりです」といつて笑う。「力いっぱい笛を吹き「力いっぱい笛を吹き大声で六〇〇回もおはようと叫ぶ……私」の唯一の健康法でもありますヨ」。

どこまでも、ひかえ目な人柄の中村さんである。

株式会社 竹ノ内・浅間建築事務所

宇都宮事務所 栃木県宇都宮市下平出町1019-6 (竹ノ内一雄常駐) ☎0286(61)8201
東京事務所 東京都渋谷区代々木4-31-6 松屋ビル(浅間道雄常駐) ☎03(378)1993(代)

賞品付クロスワード・パズル



〈解き方〉 鹿の絵のところは、「シカ」または「カ」と入れてクロスワードを全部解いてください。次にA～Fの二重カギ内を順に並べますと一つのことばができます。これを漢字三文字に書き換え、それだけを官製ハガキに書いて送ってください。

- ⑤ ④ カメに乗った——太郎
へ——たな引く苦屋こそオ
- ③ ② 団体を構成する人
角笛から次第に変化したラッパ
- ① もち——。きめが細かくて白くきれいなことを指している。
寒い地方の人に多い



タテのかぎ

- ⑦ 「源氏物語」の主人公
——こそ物の上手なれ
- ⑩ 貸借関係。「——は他人」ということわざもある
- ⑭ 洋服で首の部分に結ぶもの
だらしなくゆるむこと
- ⑯ 表現をあいまいにすること
——の国。日本の美しい呼び名
- ⑳ 海や川でよくこれをする人を見かける

- ① ——をはずす。度を過ごすこと
と
- ③ だいたい。およそ
- ④ 幸運の年まわり。——に入る
日本にも大量に出回っている
- ⑥ 高級ライター
- ⑧ あいつは酒を飲むと——から
いやだよ
- ⑨ 長期の休暇
- ⑪ 自分だけの利益。——私欲
- ⑫ ——マルクス。ドイツの有



ヨコのかぎ

- ⑬ 映画のこと
- ⑮ 医学の一分科
- ⑰ 帽子や髪を結ぶ、色のきれいな布片
- ⑲ 栄養素のひとつ。A、B、C、D、E、Kなどがある
- ⑳ 静岡県の一地方。川端康成の名作の舞台にもなった
- ㉑ ——酒はキクねえ
- ㉒ なしの花
- ㉔ ——の番人。裁判官のこと

★このクロスワード・パズルについての意見、ご希望をお聞かせください。

★完先 鹿友俱樂部編集室クロスワード係
★締切 昭和50年11月30日当日消印有効
★発表 本誌3月号掲載
★賞品 正解者の中から抽選の上10名様に尾瀬岩鞍スキー場
(群馬県利根郡片品村)の宿泊券(二泊・一名様)と
近代ゴルフプロモーション編の「イラスト・ゴルフ
・ルールブック」をプレゼント

〈答えのヒント〉
左党喜ぶ——
が今年もそろそろ近づいてきた。

「プルーン」とは何カ

果実の宝庫として有名なカリフォルニアの太陽の輝きをいっぱい浴びて育ったプルーンは、「太陽の果実」ともいわれ、その栄養価の高いことは古くから欧米諸国の人々に知られている。「プラム」といえば日本人の中で知っている人も多いが、「プルーン」については、あまり知られていない。

食べる健康法

3



プルーン

太陽が生んだ至宝のエキス

められている。肥沃にして温暖なカリフォルニア州のサクラメント、サンホアキン、ナパ、ソノマ、サンタクララなどの渓谷はプルーンの栽培に理想的な条件を兼ね備えている。

春になると、プルーンの樹はふわりとした白い花をつける。それはちようど桃の花に似て、じつに美しい。八月の中旬頃、その実は熟しあとは取り入れを待つばかり

ういううときにプラムをプルーンと呼ぶか」という疑問があるが、要するにプラムを乾燥したものをプルーンと呼んでいる。

プルーンの原因は、長寿の国として知られるコーカサス地方とカスピ海に近い西アジア地方である。その後、バルカン諸国と中部ヨーロッパが大きな産地となったが、いまでは全世界の四分の三をアメリカ・カリフォルニア産が占

となる。実が完全に熟すと自然に落ちるか、振り落とされる。一本の樹から六八―一三五kgのプルーンがとれるが、目ざましい例では五〇〇kgというものもある。

以前は取り入れたプルーンを、天日で乾燥させる方法が行なわれていたが、今日では一般に人工的乾燥法がとられている。プルーンを棚の上にならべ、乾燥室へ送りこむ。乾燥室内は、通風と発熱装

置により、空気の流れ、温度と湿度が正確に調節される。こうしてプルーンは一八―二四時間のうちに貯蔵に適した程度まで乾燥される。乾燥の過程で目方が約六〇パーセント減少する。つまり、一〇〇gのプルーンは乾燥前には、約二五〇gあったことになる。

プルーンの品種には、何種類かあるが、最も有名なのは、ダジャン種 (Dunne King) といわれるもので、これは一八五五年にフランス人移住者のルイペリエによってカリフォルニアにもたらされた。

プルーンは最高の自然食品

プルーンは古くから欧米人の食卓に欠かせない美容健康食として親しまれてきた。ビタミン類やミネラル類の含有量が豊富なことから、ワンダー (不思議) フルーツともミラクル (驚異的) フルーツとも呼ばれている。なぜそのようないわれるのか、プルーンの特徴をあげてみよう。

1、プルーンの緩下剤 (便通を促すもの) としての特性

とにかく、プルーンは便秘に不思議な効力がある。これは単にプルーンが柔らかく便を軟らかくするというためばかりではなく、緩下剤の効果をもち成分が含まれているからである。この成分は耐熱、耐水の性質をもっている。ジュースとなっても、あるいは他の製品となっても消滅しない。

2、プルーンのビタミン含有量

プルーンはビタミンA源として重要なものであり、またビタミンB₁、B₂、B₆、ナイアシンをも相当量含み、パントテン酸及び黄色素をも含むことが証明されている。

3、プルーンのエネルギー価

プルーンには、迅速に体内に吸収消化される果実の砂糖類、すなわちブドウ糖と果糖が豊富に含まれているので、エネルギー源としてもすぐれている。カロリーは可食部分1gにつき二・二カロリーである。

4、プルーンのカルシウム含有量

プルーンには、カルシウム、リン、鉄などのミネラルが大量に含まれている。

貧血、便秘に抜群の効果

人工添加物や加工食品が食卓を占領する現代生活にあつて、自然をもっと味わおうとする声が急速にたかまってきた。この背景には、人間が本来求めている自然の姿があまりにも無残に破壊されてしまったという事実がある。社会公害食品公害におびえ、薬の副作用による障害など、あまりにも現代の食生活が自然の色彩を失いつつあることに対する反動のあらわれともいえる。

さらに、ビタミン、ミネラル摂取不足が叫ばれている現代人にとってプルーンはそれらを補うすばらしい果実のエキスなのである。

カリフォルニア産 ティリーズ プルーンエキス 100g中の主要成分

炭水化物	67.77g	カリウム	582mg
水分	27.14g	ナトリウム	159mg
たんぱく質	2.59g	カロチン	1241 U (国際単位) 2.81mg
灰分	2.21g	ナイアシン	0.03mg
脂肪	0.29g	ビタミンB ₁	0.11mg
カルシウム	110mg	ビタミンB ₂	0.17mg
リン	88.2mg	パントテン酸	0.83mg
鉄	5.63mg	ビタミンB ₆	

100g当りのカロリ―は約284です。日本食品分析センター分析結果より

産地では、カリフォルニア大学食品工業科のE・M・マーク博士の科学的研究にもとづいて、この食品の評価を守るために、プルーン協会が作られていて、品質の管理改善その他が慎重に行なわれている。

プルーンは薬と違い、まったくの純正自然食品なので、幼児から妊婦、病人から年寄りにいたるまで、安心してとることのできる理想的な食品として、最近にわかに脚光を浴びているのだ。

とくに、女性に多く見られる便秘や貧血に効果がある。便秘は多くの病気の原因と考えられており、事実、自然医学会の会長である森下敬一医学博士は「ガンの患者は大なり小なりみな便秘している。腸の中の毒素が血液中に吸収され

プルーンを食卓に

肥えた土壌、澄み切った空気、輝く太陽の贈り物ともいえるプルーンがしだいに日本の食卓にも登場しつつある。

そもそも、朝食の重要性については以前から栄養学者によつていろいろいわれてきた。バランスのとれた朝食を摂ることが、午前中の仕事の能率をよくし、しかも終日疲労を感じないですむ、という調査結果が出ている。しかし現実には朝食に時間をかける人は少ない。現在の通勤事情ではむしろ当然だろう。

だから、手を加えずに簡単に口に入れられて、栄養のバランスの

で、咽を汚して発病するのが、大体のパターンである」と言っている。また、貧血症に効果のある鉄分もプルーンには豊富に含まれている。

このようなプルーンを朝食に食べる欧米人の習慣は「生活の知恵」といべきだろう。

さらに、プルーンは鉄分の不足した人のヘモグロビンおよび赤血球の数を正常値に回復させる働きや、プルーンジュースを制限食餌あるいは自分で決めた食餌と共に摂取しても、血漿の酸素結合能力、尿の水素、イオン濃度は共に、プルーンを入れない同一の食餌を摂取しているものに比べて両者の間に差がないということが実験のうえからも明らかにされている。

とれる食物が望まれるが、その目的にぴったりのものがプルーンだ。ビタミンやミネラルだけでなく、自然の形の果糖とブドウ糖を多量に含むプルーンは、極めて短時間でエネルギーに変わるし、卵やトースト、あるいはまた和食に併用しても理想の栄養補給となる。

このカリフォルニア生まれのプルーンをエキスにしたものが、ティリーズサプリから売り出され話題を呼んでいる。その名を「ティリーズプルーン」といい一ビン一九〇〇円と誰にでも簡単に手にすることのできる値段で販売されている。

ティリーズプルーンは、カリフォルニア産の良質なプルーン(グジャン種)を特殊な抽出法と高度な技術で濃縮した天然濃縮エキスで、添加物、防腐剤などはいっさいつかわれていない。

奥さんは美容食として、子どもたちにはパンやクラッカーにつけるジャムとして食する価値は十分にある。

このティリーズプルーンは、スプーン一杯でプルーンの果実一八〜二〇個分にあたる。それほど濃縮されたすばらしいエキスなのだ。

日本でもカリフォルニアの味が楽しめるこのティリーズプルーンを朝夕のテーブルにとり入れてみ



ませんか。

一さじのプルーンが、きつと朝食を変えることでしよう。

ティリーズプルーンの問い合わせは(株)ティリーフーズサプライへ(東京都港区赤坂9の1の7 赤坂秀和レジデンス522)。

なお、本誌愛読者に限り、この「ティリーズ・プルーン」を特別価格で頒布いたします。市価(一セット|| 280g入五個詰)九、五〇〇円のところ、七、五〇〇円です。ご希望の方は官製ハガキで当編集部宛お申し込みください。

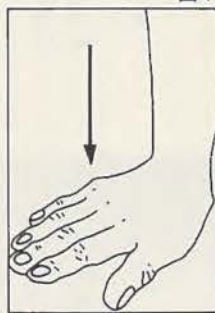
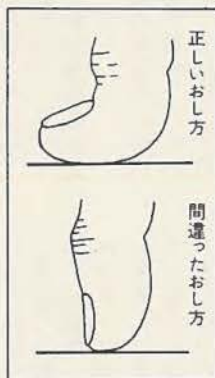
浪越徳治郎の 夫婦指圧教室



指圧の心母ごころ——**庄**せば生命の泉湧く——。母ごころとは思いやりの心です。指圧で一番大切なことは、この思いやりの心なのです。ご夫婦で愛情をこめて押し合ってください。生命の泉がグンと湧いて指圧の効果も一層あがり、ご夫婦仲も一段と深まることでしょう。

指圧の基本

指圧は主として親指を使います。親指のハラをピッタリと肌に垂直に当て体重をのせて圧します(図1)。指先を立て関節を曲げて圧すと親指を痛めますからよく注意して正しい押し方を心がけてください



夫

リューマチも指圧で治る

冬になると、つらいのが神経痛やリューマチです。とくにリューマチの人たちは何ともいえない痛さを訴えます。その症状のはじめは指や手首のような小さな関節にあらわれ、つぎに、ヒジや足首、ヒザのはれや痛みに移り、そのうちに、二つ以上の関節をおかすようになります。このように多発性で、左右対称にあらわれやすいのがリューマチの特徴です。

冬になると、つらいのが神経痛やリューマチです。とくにリューマチの人たちは何ともいえない痛さを訴えます。その症状のはじめは指や手首のよう小さな関節にあらわれ、つぎに、ヒジや足首、ヒザのはれや痛みに移り、そのうちに、二つ以上の関節をおかすようになります。このように多発性で、左右対称にあらわれやすいのがリューマチの特徴です。

⑤

妻

胃を丈夫にし増血作用を促進

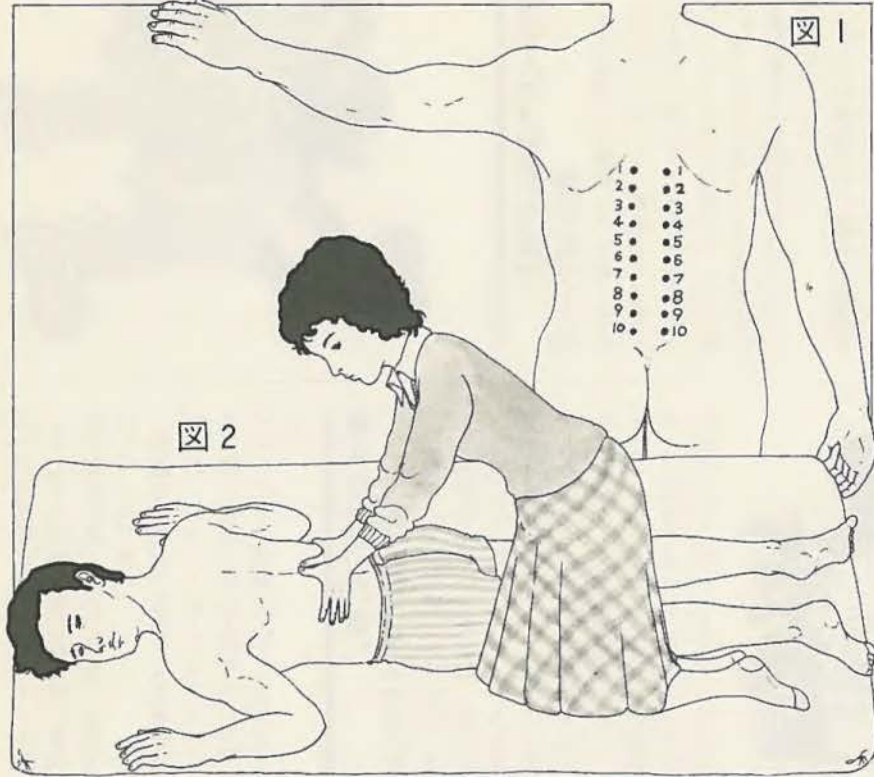
女性に多く見られる貧血の原因として太りすぎを心配するあまり、栄養のとり方が極端に不足していることが目立ちます。貧血するとスタミナがそこなわれ、疲れやすくカゼなどひきやすくなりますから家庭を守る主婦にとって実にはいやなものです。貧血症の人は、顔の血色が悪いですから、前頸部の頸動脈を柔らかければ頭部、顔面への血行がよくなり、貧血からくるめまいも治り血色もよくなります。

さあ、ご主人の協力で貧血を治す指圧を行ないましょう。奥さんは、正座します。ご主人も奥さんに向かって正座し、左の手をヒタイに当て、右の親指の指紋部を左前頸部のアゴの下に当てるとズキン・ズキンと脈が打っているのが感じられます(図2)。

患部に運ばれるので、リユーマチがよくなるのです。

まず、ご主人はうつぶせになります。奥さんは、その横に立てヒザとなり、両手の親指の指紋部を重ねて背中の10点を押えます(図1)。

その場合、とくに⑤⑥⑦(副



腎のところ)点を入念に指圧します。左側を3回繰り返してから、右側も同じく3回繰り返し行ないます(図2)。

これらの指圧を終えてから、手や足の痛む患部を静かに押えます。この指圧は驚くほどリユーマチによく効きます。

回繰り返して押えます(図4)。

また、貧血症の人は、胃が弱っていますから、胃を丈夫にすることが大切です。胃が丈夫になれば食欲も旺盛になり、血液も増えますから、貧血をおこすこともなくなります。

奥さんはあおむけになり、ご



主人はその横に座ります。そして、右の手のひらを奥さんのミゾオチに当てがい、一押し5秒、これを10回繰り返して行ないます(図5)。

これを毎日続ければ、胃も丈夫になり、貧血もおこらなくなります。

Sports Leisure Town & Country

著名人の「私信」売買が 静かなブーム

借金依頼、出版社への書状、恋人へのラブレターなど私信として書いた手紙が、著名人のものとなると、びっくりするほどの値がついて売買される。人気があつてよく売れるのは夏目漱石や島崎藤村などよく名の知れた人のものという。

さてその値段だが、漱石が親友正岡子規に送った「小生は教育上、性質上家の者とは昔から気が合わなくて家庭の幸せなどという言葉は大嫌いだである。結婚については、上京の上中根と会い、写真と別人だったら破談にする……」という内容の手紙が、一卷九十万円。漱石に劣らず手紙をよく書いた石川啄木の恋愛観、人生観などを吐露した毛筆百五行のものがあると二百五十万円。与謝野

晶子が夫鉄幹に送ったハガキ、手紙など七十八通が全部で百万円。藤村が出版社に送ったわび状が三十五万円といったぐあい。

最近では外国の書簡も人気を呼びはじめ、ジョン・F・ケネディのタイプ書一九五二年のものが十二万円、ナポレオンの書簡が二十二万円もする。

意外な「旅の穴場」

ビジネスホテル

民宿だつて三千円という時代。まして旅館やホテルとなれば一万円近い金額になつてしまふ。ところが全国主要都市には必ずといっていいほどあるビジネスホテルを利用すれば、気楽でしかも割安な旅が楽しめる。ビジネスホテルといえば、その名称から、出張の多いビジネスマンだけの宿のように思いこまれていたが決

してそうではない。

たしかに、ビジネスホテルの全室の半分以上が洋室のシングルルームだが、グループ、家族旅行用に必ずツインルームが用意してある。特にこうしたホテルは、他の旅館や一般のホテルが土曜、日曜、祭日が一杯なのに対して、比較的すいているのが特徴。

また、とかく敬遠されがちな女性の一人旅でも、ここなら安心。料金はまちまちだが二千二百円から四千元程度。朝食付料金制度をとっている所もある。食事が別なら、その土地土地のうまい物を存分に味わうこともできる。ビジネスホテルを利用して、気ままな旅でもいかがですか。

無臭ニンニクを

自家製造してみよう

六千年も前から、栄養食用植物として知られているのが、にんにく。昔から根強い人気があり一般の家庭にも何らかの形で浸透しているし、料理には欠かせないもの。ところがあの強烈なニオイだけはどうも頂けないという人が数多い。そこで栄養価を失わずに、しかもあの強烈なニオイだけを処理するという方法が考えられている。そのいくつかを紹介してみよう。

ある人は、自宅で焼酎（しょうちゆう）につけて、そのエキスを飲み始めたものの、どうしてもニオイが残る。そこで薬局で売っているカプ



セルに入れて飲む工夫を考え出した。これだとあまり人に迷惑をかけずに済む。また別の方法は、ニンニクをミジン切りにしてトトロトロに煮こむ。それに卵黄を入れてさらに煮こむ。あとはすりこぎでゴリゴリ、できた粉末を「ニンニク玉」として常用するというのもできる。

いずれも手間がかかるという人はデパートの自然食品売場で売っている「無臭にんにく玉」を買えばよい。四百粒で六千円と少々高いようだが家族三人で、一日一粒ずつで四ヵ月分ある。

道路照明ポールが

一本五十五万円

知らぬが花!? いやそんなことはないはず。知っていてこそ気をつけるというものです。もしあなたが高速道路で、人身事故は避けられたも



の、道路施設を破損した場合、どのくらいの事故代償になるのかご存知ですか。たとえば、照明ポール一本十万円位?とんでもない、一本五十五万円なのですよ。

全国各地で高速道路が次々と開通し、ドライバーは数年前とは比較にならないほど高速道路を走る機会が多くなつて、道路施設を破損して予想外の金額を要求されることが多くなつていっています。こうした事故で破損されることが多いのがガードレール、中央分離帯のワイヤロープ、照明ポール。この三つがナンバー3でこの他樹木とか反射鏡が多いとのこと。

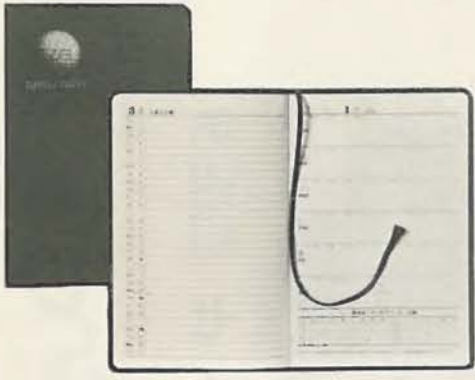
その値段だが、長さ四・三メートルのガードレール一枚が三万三千円、ガードレールを支えるポールまでダメにするとこれが一本一万八千円。ワイヤロープは比較的安くて一メ

ートル二千五百円。しかしこの支柱は一本二万一千円。照明ポールは先にあげたようになんと一本五十五万円也。事故にはくれぐれも注意を。

ユニークなゴルフ手帳

ゴルフとビジネスの両方に兼用できるユニークなタイアリーが発売された。76年度版「グリーン・タイアリー」(近代ゴルフプロモーション編)がそれ。

このポケット手帳は、一週間の多忙なビジネスの後にくつろいでゴルフを、というビジネスマン・ゴルフアー向けに編集されたもので、ビジネス・メモとラウンド記録を中心に、全国コースガイドなど豊富なゴルフ情報、服装メモなどユニークなビジネスマン情報が盛り込んである。贈



答、記念などの一括注文は、ネーム入れサービスもあるそうだ。A6変型、一九六頁、二色刷り。定価六〇〇円。

クロスワード 10月号の正解

ウチユウジン 『宇宙人』
A B C D E F

コ	ウ	ズ	カ	チ	カ	イ
ウ	ラ	カ	ミ	ク	カ	チ
カ	ン	ザ	シ	ゴ	ル	ゴ
カ	キ	ユ	モ	ジ	ス	シ
サ	シ	コ	ウ	イ	ジ	シ
サ	シ	カ	イ	シ	カ	イ
シ	ミ	ケ	ン	ロ	ン	リ

応募総数 二、五七九通
正解は 二、〇九八通
〈答えのヒント〉実在するかどうかをめぐってこのところやけに喧しい

♥ヨコのかぎ①ものずきな人④がんかけ⑥秋の—はなんといつても柿にかきける⑦へゆかたの君はアー、すすきの—
⑨劇画の主人公。男にも強いが女にもめっぽう強い⑩女性の腰巻⑪よいにおいを出すもの⑫情に極させば流される—を透せば窮屈だ。漱石の「草枕」の一節⑬で勝負というか⑭牛や馬にや

・タイアリー」と明記の上、編集部宛までどうぞ。
発行所 株 近代ゴルフプロモーション、東京都千代田区一番町22の1 一番町セントラルビル、電話・03(二三九)〇二五一(代)。

る枯草など⑭歯医者さんのあつまり⑮フランスの代表的な画家の一人⑯—の傷は旗本退屈男の象徴⑰物事の法則的になつながら

♥タテのかぎ②放射性元素の一つ。原子力の発生に利用される③江戸時代の武士の礼装④翻訳などで、原文の一語一語に忠実に合わせていくこと⑤人が生まれてから死ぬまで⑦花の咲く草⑧—の銘⑨—にすると狙われる⑩しゅいん⑪猿の—。健康食品の一つ⑫これが—一千万円はするといわれるキャッツアイ⑬死体⑭外人はあまり食べたがらない日本の味⑮オットセイに似た動物⑯池、沼、井戸などに住む両棲類。トカゲではない⑰コースからスタートだつて⑱あの娘、このころ—っぽくなつたせ

▼正解者の中から抽選の上、左記の一〇名様にアシレティッククラブV.I.V I(トレ)ーニング券・サウナ券・お食事券(一組)の無料利用券を贈呈します。
黒田才子 埼玉県鳩ヶ谷市▼齊藤勇 神奈川県横浜市▼中村軍次郎 東京都豊島区▼佐藤俊子 東京都江東区▼小椋公雄 栃木県安藤郡▼鈴木邦夫 埼玉県岩槻市▼坂本正城 埼玉県草加市▼関弘美 千葉県松戸市▼藤井実 神奈川県横浜市▼丸山和代 東京都練馬区

点と線 世界駆けある記

第四回 セントアンドリウスの巻① 福島 充

四十九年初夏、私は約一カ月間で世界十カ国を駆け歩いて来た。そのとき私なりに見て感じたものを記した日記の中から、「鹿」編集子の依頼により抜粋したのが本編である。もとより各専門分野にわたって視察したわけではなく、ただ点と線をたどって廻ったに過ぎない。中には不正確に記憶したケースもあることだろうが、それはご愛敬で読み流していただければ幸いです。
(筆者独白)



セントアンドリウス

胸躍る

ロンドン・ヒースロー空港を飛び立ったのは午前十一時ジャスト。一路北上しスコットランドの古都エジンバラに向う。
スコットランドといえば、まず頭に浮かぶのはスコッチウイスキー、タータンチェック、バグパイプ、それにゴルフの発祥地セントアンドリウスであろう。いま、私たちの目指しているのはもちろんセントアンドリウスである。エジンバラは予想に反し暖かく快晴で



セントアンドリウスのオールドコース・ホテルの前で

あった。セントアンドリウスでプレーを楽しむゴルフアーなら必ず泊るオールドホテル差し廻しの運転手が目ざとく私たち一行を見つけて、リムジンに案内してくれた。「今日は快晴で風もなくあなた方はラッキーだ」といわれた。空港

運動を唱えたというこの地もいまやその気概もどこへやら、のんびりした遊牧地である。
突然こののんびりした遊牧地帯からキーンという金属音が伝わって来た。ルーカス英空軍基地からのジェット機だ。そしてセント

から六十分のドライブはゆっくりとスコットランドの田園風景を見せてくれた。牛や綿羊の牧場、それにカラスが多く、耕運機の後から何やらパクツイている。日本の権べエが種蒔きや……(注・権べエが種を蒔くとあとからカラスがその種を食べてしまう。何にもならないの意)を思い出してほほえましい。スコッチウイスキーの工場群もある。かつてはイングラントより離れ、スコットランド独立

アンドリウスはルーカスの隣町に位置している。目指すオールドコースホテルに着いたのは午後一時頃。ロンドンの旅行社からの手配が良く効いているせいだが、私たちは「日本の著名ゴルフ場のオーナーでセントアンドリウスを視察に来た」というふれこみでVIP扱い。しかし、セントアンドリウスのオールドコースは明日大コンペがあるので今日、明日に限りプレーはできないという。
セントアンドリウスにはオールドコースの他にニュー、イーデン、ジュヴィリー、と計72ホールあるのだが、メッカといわれるのはもちろんオールドコース。ここでプレーができないならば私たちが来た甲斐がない。ホテルのマナージャーとしばし交渉し、チップを出して善処を頼み、部屋に戻ったらOKになった。やはり、チップの威力は大きいらしい。
それではと勇み立ち、強風吹き荒れる海辺のコースと聞いているから防寒仕度も厳重にコースへ向った。クラブ、靴はホテルの借物、

ホールやティはコース近くのシヨップで揃えた。そしてイザ尋常にスタートハウスへ、グリーンファイは二ポンド(一、四〇〇円)、キャディワイラウンド三ポンド(二、一〇〇円)、殆んどのプレーヤーはセルフカートで歩いていった。



あいついだ ゴルフ禁止令

ゴルフの発祥はいまもってはっきりとは解らない。しかし現在の形のものがスコットランドで始まったことには異存がないだろう。一五世紀後半頃、相当に普及していたことは一四五七年のスコットランド・ジェームス二世のゴルフ禁止令の布告で明らかである。その後一四七一年、一四九一年にも時の国王から禁止令が出ている。禁止令があいついで出されたことは禁止令がまもられなかったからで、かなりの普及と見てよいだろう。さてそのコースだが、はつきりクラブというものが創立され会員の記録や成文化されたルールができたのは一七五四年である。だからそれ以前の約三〇〇年間にはさまざまな形でゴルフの歴史があったと想像できる。現在、私たちの行なっているゴルフルールの源と

なる競技規則を制定し(一七五九年、たとえばそれまでのホールごとのマッチプレーをストロークプレーにした)、またアウト9ホール、イン9ホールの形態を確立(一七六四年)したのはこのオールドコースなのである。その後イングラウンドにおいて造成されたコースはすべてこのオールドコースを模範としている。それがこのセントアンドリウス、オールドコースをメッカと呼ぶ由縁であろう。



海沿いに茫洋と広がるセントアンドリウス・ゴルフ場



海沿いの 砂丘の草原

これだけ前講釈が多いとどんなに素晴らしいコースなのだろうと想像すると思うが、それがまあ何とも樹木一本見えず、荒涼という表現しか見当らないほどのコース。日本の美しいゴルフ場(特に鹿沼カントリー倶楽部)を見慣れた私には何とも物足りないのである。

しかし、ゴルフ場発祥の原点に戻って見るならばこれほど興味深いものはないのだ。セントアンドリウス湾に吹き荒れる北海、その村岸はノルウェー(緯度としてはカラフトの北端よりまだ北に位置するが暖流の関係で酷寒ではない)、つまりセントアンドリウスは海沿いの砂丘の草原で適当なアンジュレーションと牧草になるベントグラスが自生しているだけなのだ。年中、海からの吹き荒れた風で土が掘られ、そこに砂がたまるとつまりこれがバンカーである。ところどころに生えた自然の灌木は強風のせいか、せいぜい一、二メートルしか伸びない——これがラフだ。海へ流れる水路——これはウォーターハザードで、砂丘のアンジュレーション

の陰にやわらかく短いベントグラスの植えそろうった所がグリーンだ。

初期のゴルフ場はこれらの砂丘の草原になんら手を加えずに誕生した。もちろん、現在のオールドコースは余りにも多すぎるバンカーや灌木を整理しコースの長さに合わせてグリーンも手を加えているのだろうが、その面影は充分に偲ばれる。

一般にアウト・インと何気なく私たちが呼んでいる現在のゴルフ場の形態もここへ来ると本当の姿を教えられる。

つまり1番から9番はグリーン、アウト(往く)で、10番から18番はカミング イン(帰る)の言葉通り9番、10番はハウスから最も外れであり、18番と1番は並んでハウス前ということになる。したがって10番のインからのスタートはありえない。

近代のゴルフ場はいかに自然を生かしているといっても人工的でありゴルフアーのためのコースとして完成されている。しかし、そもそもその発祥は全く自然の地形から生れたここオールドコースにしか見られないとつくづく思った次第である。

以下次号

(鹿沼グループ代表)

鹿沼グループ告知板

45鹿沼カントリー倶楽部/鹿沼72カントリークラブ/サリカカントリークラブ/富士御殿場ゴルフ倶楽部/アスレティッククラブ・V・V



50年度倶楽部選手権決勝

神山氏が得能氏を降す

45鹿沼カントリー倶楽部

50年度倶楽部選手権は去る九月二十八日に行なわれた決勝(2Rマッチプレー)で神山弘氏(神奈川)が得能三郎氏(茨城)を5-4で降しチャンピオンの栄誉を獲得した。



倶楽部選手権決勝での神山弘氏。

両者の対戦は追いつ追われつつの接戦、初めの1Rを終わって神山氏の1アップと予断を許さぬ形勢だったが、2Rめに入って若干疲れの面ははじめた得能氏が徐々に自滅の格好となり、対照的に終始堅実なショットを続けた神山氏が32ホールめの北14番ホールで勝負を決めた。

チャンピオンとなった神山弘氏は神奈川県川崎市在住、46歳。「敬老の精神を忘れなかつた得能さんに感謝します」と対戦後は謙遜していたが、「一七〇センチ76キロという巨体を無理なく使った柔かいスイングからのショットは正確無比。加えてパットも好調。豪快なショットで懸命に食い下がった得能氏もついに根負けの格好となった。」

なお、50年度45鹿沼カントリー倶楽部三大競技の成績は左記の通り。

●倶楽部選手権(ファーストフライト)

- | | |
|------------|--------|
| 優勝 | 神山 弘 氏 |
| 準優勝 | 得能三郎 氏 |
| 第三位 | 金田昌極 氏 |
| 同 | 萩原一善 氏 |
| ●同セカンドフライト | |
| 優勝 | 宮下泰男 氏 |
| 準優勝 | 飯村邦夫 氏 |
| 第三位 | 増淵 栄 氏 |



惜しくも優勝を逃した得能三郎氏

●理事長杯

- | | |
|----------------|---------|
| 優勝 | 発生川一弘 氏 |
| 準優勝 | 大橋 清 氏 |
| 第三位 | 小塚慶三 氏 |
| 同 | 増田利男 氏 |
| (ベストグロス・メダリスト) | 小泉清次 氏 |

●シニア選手権

- | | |
|----------------|--------|
| 優勝 | 田上達樹 氏 |
| 準優勝 | 森 二郎 氏 |
| 第三位 | 西川勝夫 氏 |
| (ベストグロス・メダリスト) | 田上達樹 氏 |



倶楽部チャンピオン・神山弘氏

韓国大会決勝

田中栄紀氏

台湾第一回大会

森山鉄夫氏

鹿友倶楽部主催「鹿沼インターナショナル・ゴルフ・サーキット」は、去る十月十七日、韓国大会決勝(於・ソウル烏山CC)と台湾第一回大会(於・淡水GCC)が行なわれ、韓国大会決勝では、田中栄紀氏(東京)が、台湾第一回大会では、森山鉄夫氏(東京)がそれぞれ優勝した。

●韓国大会決勝

- | | |
|----------|---------|
| 優勝 | 田中 栄紀 氏 |
| 準優勝 | 菅又 昇 氏 |
| 第三位 | 亀井 光三 氏 |
| ●台湾第一回大会 | |
| 優勝 | 森山 鉄夫 氏 |
| 準優勝 | 斎藤泰一郎 氏 |
| 第三位 | 岩城 康雄 氏 |

右記韓国決勝大会の一、二位入賞者はヨーロッパ招待をかけたサーキットチャンピオン決定戦(五十一年八月・於・鹿沼CC)に出場できる。

また台湾第一回大会の一、二位入賞者は五十一年一月開催の台湾大会決勝に優待される。

鹿沼インターナショナル・ゴルフ・サーキットは、鹿友倶楽部会員(鹿沼グループ各クラブ会員とその家族)および同会員の推薦を受けた人が参加できる親睦ゴルフ・ツアーで、毎月一回、世界の一流コースで予選ラウンド、三ヵ月ごとに成績上位者を優待して決勝ラウンド、さらに年一回、ヨーロッパ旅行招待をかけ

鹿沼インターナショナル
ゴルフ・サーキット優勝

たチャンピオン決定戦を行なう本格的な
キット。費用は4ヶ月以内の分割払も
可。初回金のみで予選ラウンドに参加で
きる。各大会の参加費用は以下の通り。
(分割の場合)

●韓国大会(3泊4日)

プレイ費込み総費用 ￥950000

(初回金3万5千円+2万円×3ヵ月)

●台湾大会(3泊4日)

プレイ費込み総費用 ￥1200000

(初回金4万5千円+2万5千円×3ヵ月)

●バンコック大会(3泊4日)

プレイ費込み総費用 ￥1700000

(初回金5万円+4万円×3ヵ月)

●ハワイ大会(4泊6日)

プレイ費込み総費用 ￥2100000

(初回金6万円+5万円×3ヵ月)

詳細についてのお問合せは左記へ
鹿沼トラベルサービス(株)

本社 ○三(五六一)九三四一(代)
宇都宮支店○二八六(二五)五八七〇



韓国決勝大会のスナッフ(ソウル烏山CC)

鹿沼グループ 会員サービスセンター だより

東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル1F

電話 { 予約課 03(563)1891(代)
 { 会員課 03(563)2281(代)

鹿沼72カントリークラブ 冬期営業時間のお知らせ

来たる十一月二十一日より五十一年三
月二〇日までの期間は、営業時間を左記
の通りいたしますのでご案内申し上げ
ます。

●営業開始時間

土曜・日曜・祝日…八…〇〇より

月曜…金曜…八…三〇より

●朝食開始時間

土曜・日曜・祝日…八…〇〇より

月曜…金曜…八…三〇より

●昼食開始時間

全日…一〇…三〇より

なお鹿沼カントリー倶楽部の冬期営業
時間は競技日程表に掲載されている通り
です。

クラブバス運行時刻表(キリトリのうへご使用下さい)

	発所	駅発	經由(鹿沼CC)		鹿沼72CC着
			鹿沼72CC	鹿沼72CC着	
迎	国鉄宇都宮駅前発	8:40	9:10		9:25
		*9:00	{冬期間の平日運休} 9:30		9:45
	東武鉄道新鹿沼駅前発	8:40	9:00	鹿沼72CCに直行	9:00
		8:50	9:10		9:10
		8:40	{年中土・日・祝のみ運行}		9:00
		8:50			9:10
送	行先	鹿沼72CC発	經由(鹿沼CC)	宇都宮駅着	
			15:55	16:10	①16:45
			16:45	17:00	②17:35
		17:35	17:50	③18:25	
	東武鉄道新鹿沼行き	鹿沼72CC発	經由(鹿沼CC)	新鹿沼駅着	
			16:25	16:40	④17:00
		17:25	17:40	⑤18:00	
接続列車	国鉄	①ばんだい3号 ②日光2号及那須6号 ③日光4号			
	東武	④⑤快速電車			
新鹿沼タクシー呼出	鹿沼合同タクシー	(0289-62-3188)			
	平和タクシー	(0289-62-3135)			

*50年12月1日~51年3月31日の平日には運休
(註)国鉄・東武鉄道のダイヤ改正の時は若干時間変更になります。

45鹿沼CC・鹿沼72CC 送迎バス一部運休のお知らせ

現在運行中の国鉄宇都宮駅発午前九時
のクラブバスを五十年十二月一日から五
十一年三月三十一日までの月曜・金曜の
み運休させていただきますのでお知らせ
申し上げます。

なお今後、スタート予約時にクラブバ
ス利用の有無を申し添えただけならば幸
いに存じます。

45鹿沼CC・鹿沼72CCにお出の方 「榎木・金崎方面」へお進み下さい

東北縦貫自動車道経由で45鹿沼CCお
よび鹿沼72CCにおいての方へご注意申
し上げます。鹿沼インターチェンジの料

金所をえましたあとは、案内板「榎木・
金崎」方面(むかつて右)へお進み下さ
い。「宇都宮・鹿沼」方面(むかつて左)
へ進みますと逆方向へ向かってしまい遠
まわりとなりますので十分ご注意ください
す。

なお、クラブへの到着はスタート時の
20分前までにお願ひ申し上げます。

12月31日・1月1日は休業

45鹿沼CC・鹿沼72CC

年末年始の営業は左記の通りといたし
ますのでご承知お下ささい。

50年12月31日(休) 休業
51年1月1日(休) 休業

3日(出) 営業(祭日扱い)
2日(金) 営業(祭日扱い)

Conte コント こんと



●何をした?

ことし十歳になったばかりのアリスは、大のゴルフ好き。きょうもコースでプレーしている。近所の悪童ジェフが突然あらわれた。

「おい、おれにもやらせろ」と、いやがるアリスからクラブをとりあげてひと振りすると、ボールは、そばの松の木にチョコンとのつてしまった。アリスが泣いていると通りかかったメンバーのドクターが、ボールを落としてくれた。

家に帰ったアリスは、さっそくママに報告した。

「あたしがコースにいたらね、ジェフが来て、一回やらせろっていうの。あたし、いやだつていったんだけど、ジェフつたら、ムリヤリやつちやつたの」

「んまあ、ジェフつたら、こどものくせに……」

「そしたらね、とまっちゃやつたの」

「ええっ!」
「でも、お医者さんがおろしてくれたわ」

●一人二役

かねてから、みごとな口ヒゲを自慢していたオスカーだったが、ゴルフ場で、飛んできたボールがまともに口に当たり、唇もヒゲもメチャメチャになるという事故に会った。しかし、そこは医学の進んだ現代。優秀な形成外科医のおかげで、元通りの唇になったが、ヒゲの方は、昔と違って、縮れっ毛ばかり。ドクターにわけをきくと

「実は、女性のある部分が見が似ていたので、唇に代用したんだよ」

それを聞いたオスカー、どういうわけか、急にニタニタしながら家に帰ったが、翌朝背骨を折って、また形成外科にかつぎ込まれた。???

●ケチの効用

ケチん坊のくせに女好きのスコットは、いつも「ゴルフ」で奥さんをだましては、昼間の浮気を楽しんでいる。

ところある日、ゴルフ

場方面に集中豪雨があったのに、それとは知らぬスコットが、下着も服もかわいたまま帰宅したから、奥さんが、目をつりあげた。
「ゴルフだなんていって、どこで浮気していたのっ!」
ところが、そのときスコット、少しもあわてず
「お前、オレが、家で間に合うものは、外では買わん主義なのは、知つとるじゃないか」

●好み

ピリーは、小さいときからなんでも兄のテッドのお古やお下がりでガマンさせられて

きた。

ある日、テッドがフィアンセのマーガレットを家へつれてきて、皆に紹介した。

ところがマーガレットが帰ったあと、ふだんは無口なピリーが、

「兄さん、あの娘はやめた方がいいよ」

と反対した。

「どうして?」

「オレの好みじゃないんだもん」

「だって、結婚するのはオレだぜ」

「でもさ、いずれはボクにまわってくるんだろ?」



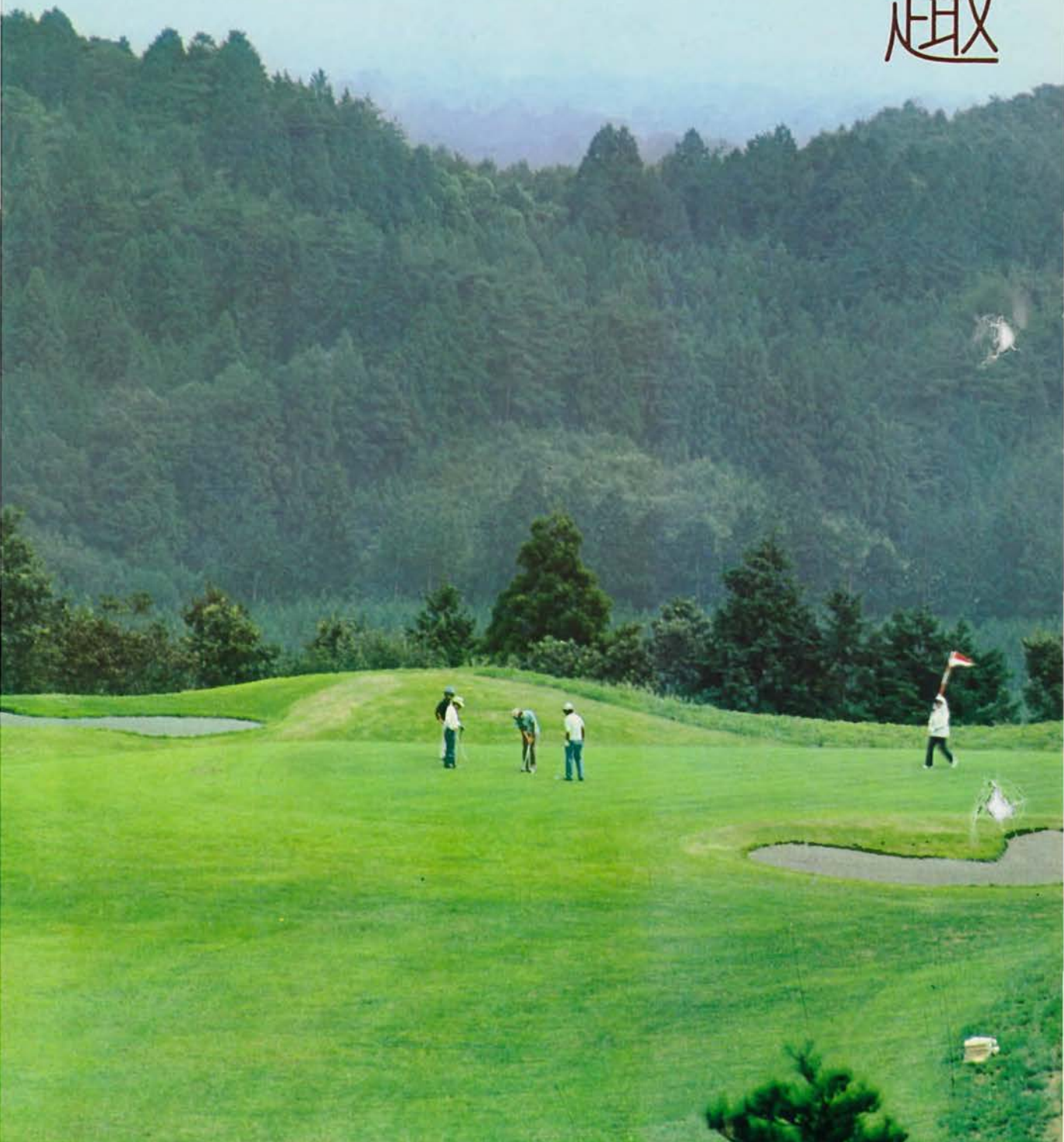
「古いパットの練習台へ逆もどりネ」(55企画)

ライフ・マガジン 鹿 12月号 発行・昭和50年11月1日 発行人・福島文雄 編集人・木村 勇

発行所 鹿友倶楽部 東京都中央区京橋2丁目3番地16号 鹿沼ビル2階 ☎03(561)9734

印刷所・株式会社 東漫美術印刷 定価180円(送料24円) 年間購読2400円(送料込) 1975©

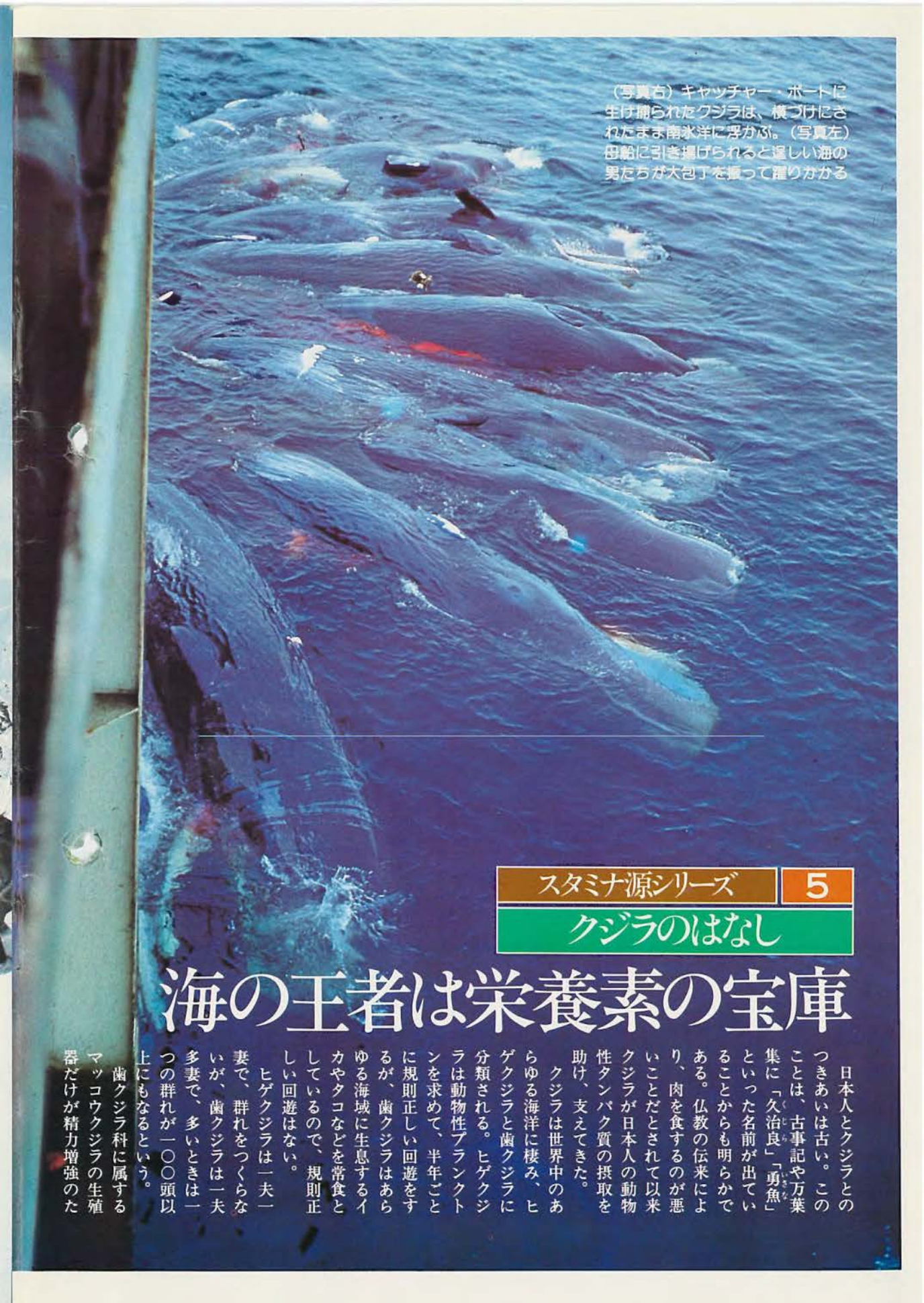
球趣



 **鹿沼72カントリークラブ** Bコース 5番ホール

東北縦貫開発株式会社

コ ー ス 栃木県鹿沼市楡木町1475 ☎(028975)2111代
会員サービスセンター 東京都中央区京橋2丁目3番16号 ☎ 03(563)1891代



(写真右) キャッチャー・ボートに
生け崩されたクジラは、横づけにさ
れたまま南氷洋に浮かぶ。(写真左)
母船に引き揚げられると逞しい海の
男たちが大包丁を振って躍りかかる

スタミナ源シリーズ

5

クジラのはなし

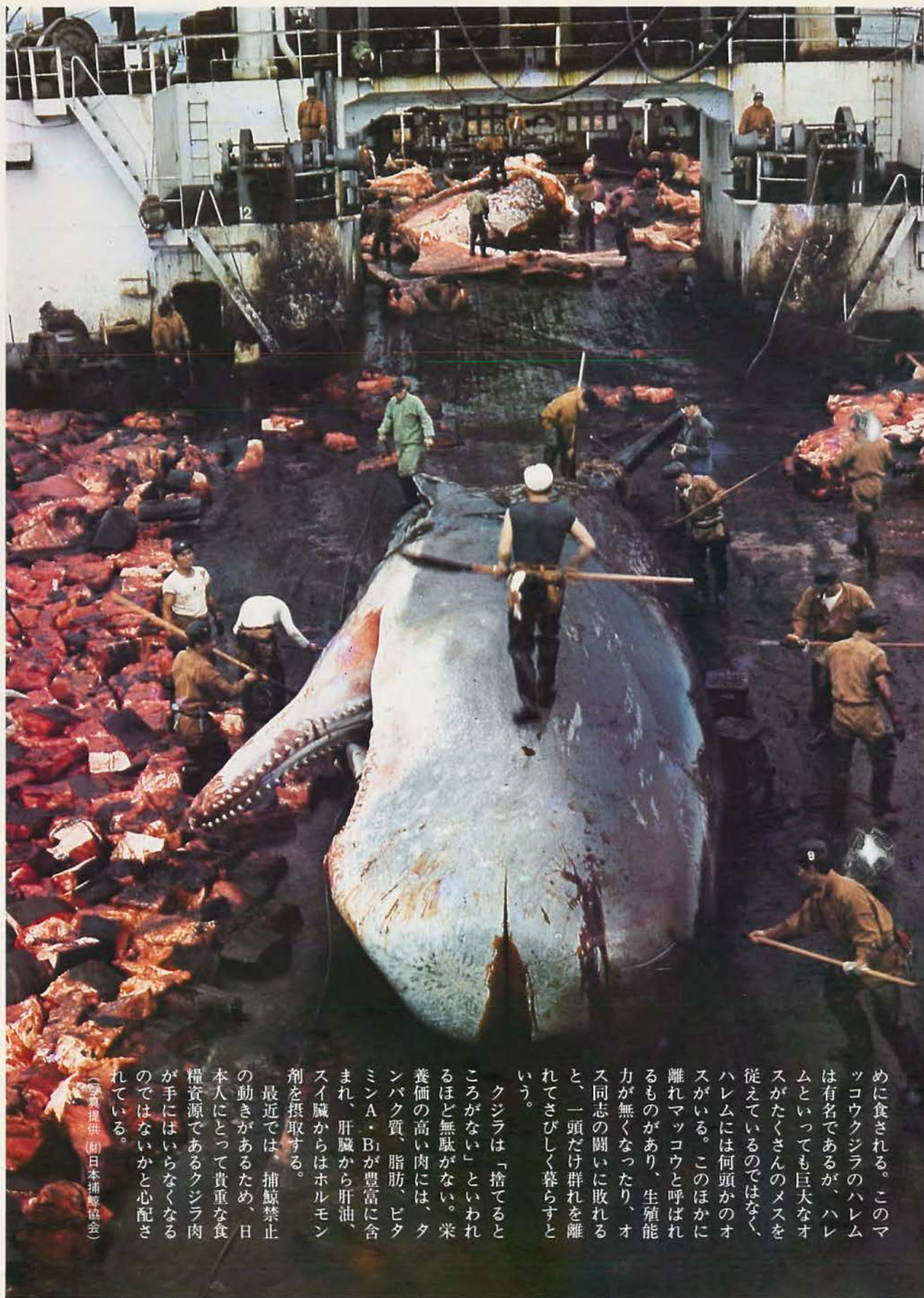
海の王者は栄養素の宝庫

日本人とクジラとのつきあいは古い。このことは、古事記や万葉集に「久治良」「勇魚」といった名前が出ていることから明らかである。仏教の伝来により、肉を食するのが悪いことだとされて以来クジラが日本人の動物性タンパク質の摂取を助け、支えてきた。

クジラは世界中のあらゆる海洋に棲み、ヒゲクジラと歯クジラに分類される。ヒゲクジラは動物性フランクtonを求めて、半年ごとに規則正しい回遊をするが、歯クジラはあらゆる海域に生息するイカやタコなどを常食としているので、規則正しい回遊はない。

ヒゲクジラは一夫一妻で、群れをつくらないが、歯クジラは一夫多妻で、多いときは一つの群れが一〇〇頭以上にもなるといふ。

歯クジラ科に属するマッコウクジラの生殖器官だけが精力増強のた



めに食される。このマツコウクジラのハレムは有名であるが、ハレムといっても巨大なオスがたぐさんのメスを従えているのではなく、ハレムには何頭かのオスがいます。このほかに離れマツコウと呼ばれるものがあり、生殖能力が無くなったり、オス同志の闘いに敗れると、一頭だけ群れを離れてさびしく暮らすという。

クジラは「捨てるどころがない」といわれるほど無駄がない。栄養価の高い肉には、タンパク質、脂肪、ビタミンA・B₁が豊富に含まれ、肝臓から肝油、スイ臓からはホルモン剤を採取する。

最近では、捕鯨禁止の動きがあるため、日本人にとって貴重な食糧資源であるクジラ肉が手にはいらないかと心配されている。

(写真提供 財団法人日本捕鯨協会)



MY LIFE

プラモデルで夢の世界飛行

二遊亭金馬(落語家)

「子供のころ、遊び疲れては近くの小高い丘に出ましてね、草を枕にいたずら仲間と寝っころがって鳥の滑空を眺めながら夢を馳せたもんですよ。僕もあんなふうに自由に空を飛びたい、好きなどころに行けるし、なんでも見られる。鬼ごっこしたときなんか飛んで逃げられる——なんてね。子供なら誰でも抱く憧れですね」

と回顧する落語家の三遊亭金馬師匠。四十六歳になるいまも大空への憧れ醒めやらず、プラモデルの飛行機に託し、「世界飛行」を楽しんでいる。

「いままで何機作ったかわかりませんが、各メーカーが売り出したものは全機種作ったと思いますよ。無器用なくせに細かい手仕事が好きでしてね、キャリアは二十年と長いんですよ。翼をとりつけるとたちまち気持ちは富士山の上空、はやく車輪をつけてやらにゃあ、着陸はおろか事故だ!とあわてたりして一人で苦笑したもんです」。

テレビでプラモデル・コンテストの司会者を三年ほど続けたこともあり、プラモデル・ブームの先鞭をつけた金馬師匠は、いま世界中の飛行機を、一機も欠なく作ってやろうと鼻息を荒くしている。



千葉毛皮のショールーム 六本木にオープン!

毛皮づくりひと筋に

長年の伝統につちかわれた確かな技術。フレッシュな素材を洗練されたデザインで——。ファッションの街、六本木に誕生した新しいショールームで、その成果のすべてをお目にかけます。本物のよさをごゆっくりどうぞ。

ショールームのご案内

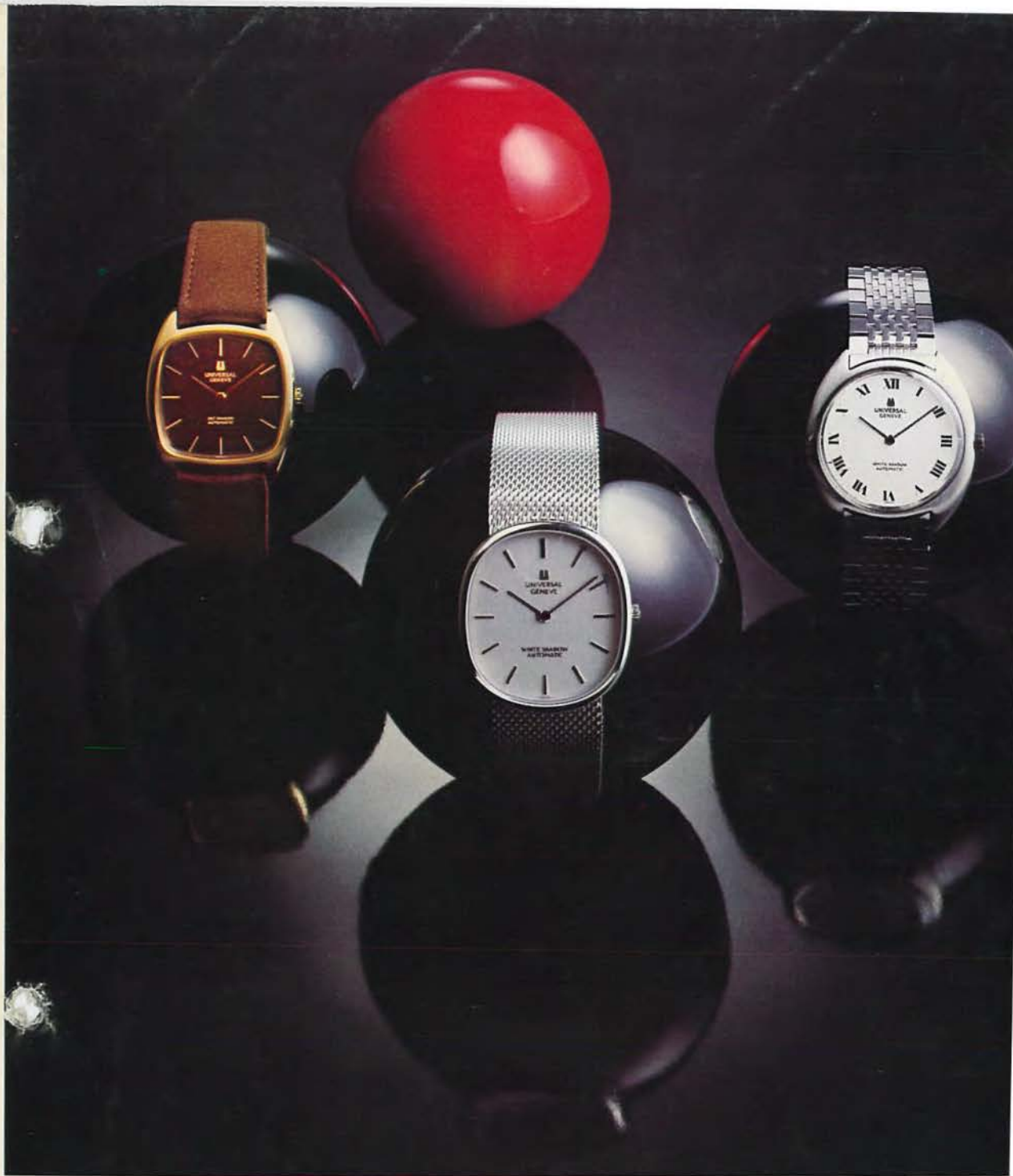
六本木俳優座まえ。ゆったりくつろげるサロンです。お取引に際しての諸問題、ディスプレイや販売促進など毛皮に関してのいろいろなご相談もお気軽に。

お問合わせ 03(401)3955 担当 森尾



株式会社 千葉毛皮

- 本社・ショールーム
千106 東京都港区六本木3-10-9
千葉ビル5F ☎03(401)3955 (408)2813
- 営業所
千106 東京都港区南麻布3-19-19
日本ビロービル3-4F ☎03(446)9011(代)
- ファープティック・千葉
千106 東京都港区六本木5-1-6
第2ゴトウビル1F ☎03(408)7165



超薄型と呼べるのはユニバーサル《ホワイト・シャドー》

ユニバーサル自動巻の機械の厚さはわずか2.5ミリ。ユニバーサル社の技術陣の粋を集めた、この百円硬貨二枚分の厚さにも足りないスリムな機械から、ホワイト・シャドーの優雅なシルエットが生まれました。腕に吸いつくような感覚、しかも便利な自動巻です。超薄型のエレガントなドレス・ウォッチ。まさに名品の名に足る腕時計、ユニバーサル《ホワイト・シャドー》。



(機械厚2.5mm)

厚さ 5から ¥101,000、¥125,000、¥103,000 | 渡付 ¥91

UNIVERSA GENEVE

日本総代理店

村木時計株式会社

〒103 東京都中央区日本橋3-9-10 ☎(2) 大阪市南区堂寺橋通2-42 ☎(262) 5921