Jao ニュース

３８６号　２０２４年１月

発　行　じゃおクラブ
責任者　大澤　輝之
編　集　事務局
ＵＲＬ　https://jaoclub.com/

新年のご挨拶

じゃおクラブ　代表　大澤輝之

じゃおクラブ会員の皆様、2024 年を迎え新年のご挨拶を申し上げます。明けましておめでとうございます。

皆様それぞれに新しい年をお迎えになられたことと存じます。ご家族でにぎやかに新年を迎えた方、ご夫妻 2 人きりでしんみりと行く年来る年を語られた方、私の様に一人で新年を迎えた同志、それぞれに新しい年への抱負を持たれたことと思います。

いずれにせよ、新しい年が我々（中）高齢者にとって、良き年になることを願って止みません。

昨年は、足掛け 4 年にわたって猛威を振るったコロナ禍に、政府から 5 類への移行が発表され、人々が一斉にコロナ禍以前の生活に戻り始めました。観光地や盛り場の盛況はマスコミが伝える通りです。

じゃおクラブでも、自粛していたいくつかの活動が再開され、大いに盛り上がりました。しかしながら、ご承知のように敵は依然として蔓延を続けています。昨年はじゃおクラブにおいても一部で集団感染が発生しました。幸い症状はあまり重くなく、命に関わるほどでないことは、数次にわたる集団接種の賜物でしょうか？　いずれにせよ、今年も感染防止の諸方策は常に心掛けなければならないと考えます。

海外では今も、理不尽な紛争が続いています。これだけは我々の力ではどうにもなりません。せめてわが国だけは（様々な不条理を抱えているにせよ）、80 年近く続いた平和を、今年も続けて次世代に受け継ぐ一助になりたいと、新年にあたり誓いたいと思いました。

本年もじゃおクラブの先輩方の築かれた活動の、更なる活性化と発展にご活躍をお願いし、新年のご挨拶とさせていただきます。

以下文責：編集部：

右は AI（人工知能）が生成したイラストです。AI に「未来に向けて平和が広がるイメージを中心に、地球環境の保全や・国際協力。健康やスポーツ文化の発展。人間性や愛を表現する。」と指示しました。このようなことが簡単にできるようになったのも、2022 年末から 2023 年にかけての出来事でした。

※ 作成には Microsoft Bing を使用しました。Bing は米国 Open AI 社が開発した Chat GPT 4.0 と画像生成 AI「DALL-E 3（DALLE3)」（ダリ）を使っています。

２０２３年じゃおクラブ十大ニュース

「じゃおクラブ 10 大ニュース」は、後にじゃおクラブの歴史を振り返る資料です。「2023 年じゃおクラブ 10 大ニュース」は、各地域で選出した候補と運営委員による提案を元に、運営委員が協議の上でまとめました。じゃおニュースにて発表すると共に、じゃおクラブの歴史年表「じゃおクラブの歩み」に転載します。

1. 新規会員の初年度会費の無料化

会則改訂により新規会員は初年度の会費が無料に。2023 年の新規入会者は 12 人。

2. 自治体連携でのイベントやホームページ・チラシがきっかけの新規入会が増加

2023 年は 12 名。（湘南：4、県央：4、ベイサイド：2、多摩・田園：2）　2022 年は 9 人。

3. じゃおニュースの改善方針を決定

主な改善方針は、会員だよりの改善。自由投稿を開始すると共に五十音順の執筆人数を減らす。さらに従来の特別寄稿を会員だよりの自由投稿に含める。執筆のヒントとしてテーマを設ける。12 月より告知、2024 年 1 月より実施。

4. コロナ禍が落ち着いた現在もオンライン会議を活用

コロナ禍を通じてオンライン会議の利点を学び、現在もオンライン会議を活用する行事・活動がある。（運営委員会、HP サークル、じゃおニュース関係者会議、JAVIC（湘南・随時）、世話人相互の打ち合わせ（湘南・随時）、グラファーズ品評会（多摩・田園））

5. コロナ禍が落ち着いたことによる行事・活動の再開と活発化

新型コロナウイルスへの政府方針の変更により、多くの行事・活動が対面にて再開可能となり、活発に展開された。

【本部】　じゃおクラブ第 32 回通常総会を 4 年ぶりに対面方式で開催。懇親会も実施。

【湘南】　対面で開催された藤沢市地域活動見本市に参加。(2/4)・(9/2)に連続して。

【湘南】　永田農園の社員の皆様の参加のもと、じゃお農園の収穫祭(7/29)・芋煮会(10/28)・納会(12/23)を対面で開催。

【湘南】　江の島での夏の暑気払い(8/6)を 3 年ぶりに対面開催。

【湘南】　4 年ぶりに明治地区ふるさと祭り(10/29)に参加。

【県央】　3 年間自粛していた綾瀬市児童館科学教室を 3 回実施。（万華鏡作り・ペンダント作り・ヒンメリ作り）

【県央】　自治体等他団体主催のボランティアフェスタ・仲間づくり相談会に（万華鏡作り）で参加。ボランティアフェスタは 4 年ぶりの開催。仲間づくり相談会は 2020 年、2021 年と自粛が続いた後、2022 年は参加人数を制限していた。

【県央】　「江戸歴史探訪―その九」4 年ぶりの江戸街歩き実施。（向島界隈～浅草）
自粛が続いた後、2022 年 10 月に計画するも雨天中止となり、実施の機会を窺う。

【県央】　施設見学。3 年にわたって見学を中止していた「国立印刷局東京工場」を訪問。来年 7 月から発行の新札の印刷を見学。

【ベイサイド】　「大山街道を歩く」シリーズ、柏尾道を 2 年越しに完歩、続いて田村道に挑む。
大山街道シリーズは 3 回目がコロナ禍に重なり、2022 年 10 月、感染が下火に

なった時期に実施。4 回目を 2023 年 10 月に実施した。

【ベイサイド】「健康マージャン 巳申」は参加を自粛していたメンバーが戻った。じゃおクラブの新規入会者 3 名が新たに参加したこともあり、延べ人数が大幅増。昨年度の 1.8 倍。（152 人⇒269 人）

【多摩・田園】4 年ぶりに暑気払いを対面で再開。（8/4）

6. 【湘南】じゃおグリークラブが『エフォル賞』を受賞

受賞は出場 4 年連続。神奈川県合唱連盟主催のヴィサン《人生百歳》ジョイント・コーラスフェスティバルにて。

7. 【ベイサイド】ベイサイド 20 周年記念行事（川崎工場夜景クルーズ）実施（計 20 名の参加）

8. 【ベイサイド】「健康カラオケ」の本拠地を関内から新杉田に移転

毎回約 10 名、60 歳台～90 歳台の幅広い年齢層の参加のもと、ベイサイドの定例行事として定着。

9. 【ベイサイド】2014 年から続けてきた YWCA「ゆう亭・落語会」の鑑賞は先方都合で 2023 年が最後となった。

10. 【多摩・田園】クラシックコンサート鑑賞会が行事として定例化（合計 3 回）

事務局だより

1．12 月 1 日現在の会員数

湘南	県央	ベイサイド	多摩・田園	計
41	37	32	30	140 名（E グループ会員：125 名）

2．運営委員会より

12 月は、運営委員会は開催されませんでした。

3．次回の運営委員会

日時：2024 年 1 月 21 日（日）10:00～12:00　オンライン開催

議長：竹内委員、書記：永井委員

会員だより「季節のテーマ」執筆のご参考

会員だより投稿の参考資料として「じゃおニュース会員だよりの執筆テーマ」と「じゃおニュース活動報告の内容例」を作成し、2023 年 12 月のじゃおニュースに掲載しました。その中から「季節のテーマ」の一部（1 月から 4 月）を再掲します。ご参考になれば幸いです。

1 月	お正月、おせち料理・お雑煮、お年玉、七草粥、成人式、新年会など
2 月	節分、バレンタインデーなど
3 月	ひな祭り・桃の節句、ホワイトデー、お彼岸・春分の日、卒業など
4 月	お花見、エイプリルフール、入園・入学・入社、花まつりなど

会員だより

老朽化対応

多摩・田園　浅野 俊行

私自身も諸先輩に追いつき後期高齢者入りになってきています。家も同じく築 36 年以上経ち、メンテナンスが必要な部分が多くなってきています。木造住宅ですので、耐用年数は法定では 22 年、物理的耐用年数は 65 年、一般的には 30 年程度と言われています。屋根、外壁などのメンテナンスも 10 年に 1 回程度やっていればそれなりに持つかもしれません。また、いろいろな設備、家具等の寿命もまちまちですね。電気製品などはどんどん新しい消費電力の少ない製品が出てきており、大体 10 年くらいで更新している方が多いかと思います。

今回我が家では屋根のメンテナンスをすることにしました。大手工務店の他ホームプロという地元に近い業者を斡旋してくれる会社に依頼し、2 社ほど見積もりを取りました。最終的には近隣の中小工務店に決めましたが、大手工務店の三分の一程度の予算で塗装をお願いすることにしました。業者によっては築 35 年超で傷みもあるのでガルバリウム鋼板の重ね葺を推奨するところもありました。信頼性からすると大手業者の方が安心かもしれませんが、あと何年この家に住むかも分かりませんし、年金暮らしの私共にとって、メンテナンスは多大な出費になり、極力抑えたいと思い塗装することにしました。大手と比べると足場代だけでも 6 掛けくらいになります。

屋根工事はその出来栄えがよくわかりませんので、業者任せのところはありますが、とりあえず雨漏りしなければいいかなと思っています。業者の方が近隣の家（6 軒）へ挨拶もしっかりやり、工事期間は 1 週間程度で終わりました。

工事中にハプニングがありました。最初下塗り（その次中塗り、仕上げ塗り）の時に夜から寒くなってきたので、ガスストーブを点けたところものすごくガス臭くなってきたのです。ストーブを点ける前からかなりシンナー臭く（なぜかシンナー遊びを思い出します。）、窓を開けたのが悪かったのかもしれません。そのシンナー臭とガス燃焼臭が混ざりガス漏れかと思い、ガス会社に緊急に来てもらいチェックしてもらいましたが、異常なしとのことで事なきを得ました。皆さん、こんなこともありますので、ご注意ください。

家も私自身もメンテナンスをしていればもう少しは老朽化に対応できると思います。

※　写真はイメージです

レッド・ルーレット

ベイサイド　安藤　翔二

私の会員だよりは最近読んで大変面白かった本のことを書きます。タイトルはこの本の題名です。私は神奈川大学の生涯学習の公開講座でウクライナ関連と中国関連の講座に参加しています。中國講座の先生から紹介された本です。サブタイトルは“私が陥った中国バブルの罠”です。著者はデスモンド　シャム（沈棟）で彼が経験した実話です。

頭脳の優れたデスモント　シャムが上昇志向の強い娘ホイットニー　デュアン（段偉紅）と出会い結婚し共産党の幹部（温家宝首相の妻）とのコネを築き、開発、建設、不動産などのビジネスで数百億円の資産を築いた。デスモンド自身はこのビジネスに疑問を抱き、このビジネスから降りてイギリスに移住した。

その後、ホイットニーとは離婚したが、ホイットニー自身は更にビジネスを続けていた。しかしながら、2017 年 9 月 5 日、ホイットニー50 歳の時、北京の街から忽然と姿を消してしまった。当時、ホイットニーは数十億ドルの不動産開発プロジェクトを企画しており、前日には彼女の巨大なオフィスにいるところを目撃されていた。ホイットニーのおかげその地位に就けた共産党の幹部に尋ねたが、誰もがホイットニーの事件に絡んで目を付けられることを非常に警戒しており、動いてくれる人物はいなかった。

中国では、規則は意図的にあいまいにされており、警察官の解釈次第で誰でも逮捕し無期限に拘束できるし、人が謎の失踪をするのも珍しいことではない。

この本は、家父長制の中国社会にあって並外れた才覚を持った女性、ホイットニーが『新中国』のルーレット（赤いルーレット）のような政治環境を、どのように利用し共産党幹部の一族と結び付いて想像を絶する成功を収めたのか。中国の富、権力、腐敗、報復の生々しい内幕が書かれています。

書籍名　―「私が陥った中国バブルの罠　レッド・ルーレット」（草思社）―

じゃお湘南

農園日記―旬を食べる―

じゃお農園では時々珍しい植物を栽培する。現在メンバーが、はまっているのは「隼人瓜」と「食用菊」である。スーパーでは殆ど見られないが、ウリ科の多年草植物で「隼人瓜」という植物がある。原産地は中央アメリカで日本には1917年(大正6年)鹿児島に渡来したため「薩摩隼人」の名を借りて「隼人瓜」と称しているが、繁殖力が強く一株から 100～200 本が収穫出来るので別名「千成瓜」とも言う。

旬は 10 月～11 月と言われており、調理の方法は漬物・サラダ・炒めもの・煮物、スープと様々だ。アクがあり、やや苦いため美味しく食べるためには、水洗いや塩もみをすると良いそうだ。

メンバーで人気のあるのはシャキシャキ感のある「漬物」である。農園の昼食の時間に各々が作った作品を披露してくれる。酢漬け、塩漬け、浅漬けの素で一夜漬けしたもの、糠味噌漬けなどがありそれぞれ個性があり美味しかった。我が家では家内が作るキンピラ風の甘辛炒め物が人気で、一時帰国した次男が、うまいうまいとビールのつまみに瓜一個分をあっと間に平らげてしまった。

1 号畑には食用菊の畑がある。旧 3 号畑から移植したのだが立派に成長して黄色の花を咲かせている。

「菊」は日本へは天平年間(729～749 年)に中国から伝来した。古代から中国では延命長寿の花として菊茶や漢方薬として飲まれていたが、日本では民間で食されたのは江戸時代からで苦味が少なく味や香りの良いものが作られるようになったとのこと。涼しい土地を好む性質があるため主に東北地方や新潟県で栽培されている。紫色の花をつける山形県の「もってのほか」や「もって菊」は有名である。新潟県では「かきのもと」「おもいのほか」と呼ばれている。

旬は晩秋の 11 月頃、霜が降りる前迄である。私は三杯酢を自分で作って食べるのが好きだ。作り方は以下の通り。①花びらを摘み、バラバラにする。②沸騰したお湯の中に酢(5カップの水に大匙 1)と花びらを入れる。再度沸騰させ、花びらに透明感が出たら、冷水にさらして冷まし、ザルにとって水気を取る。茹で過ぎに注意！軸と花の芯は絶対に入れないこと。③②を作っておいた三杯酢(砂糖 1：醤油 1：米酢 1 の割合)と和える。

野菜はその野菜の旬の時期に食べるのが栄養的にも良いし旨いのである。

（湘南　島村　忠男　記・写真）

四木会と俳句へのおもい

じゃおクラブの俳句・四木会は2000年（平成12年）の4月に始まり、今年24年目を迎えた。合同句集「四木」も5年ごとに編まれ4冊になった。

四木会の活動は、ホームページで紹介されているので、詳しくは、それをご覧いただきたい。

俳句は、俳聖と呼ばれる松尾芭蕉から300年、俳句革新の先駆けとなった正岡子規からも100年。この長い歴史のなかで多くの俳人や名句が生まれた。現在、日本の俳句人口は700万人に及び、多くの結社で今なお俳句は生まれつづけ、ラジオ、テレビ、新聞、雑誌等々で人気がつづく。

四木会も今月の句報をみると285回とある。一度参加したメンバーは、ほとんどの人がつづけている。あたらしいメンバーも加わる。私も四木会発足当初の63歳から欠かさず参加し、来年3月で88歳。毎月句会に出句しているので、出来はともかく四木会に出した句数だけでも1400句以上になる。よくもまあ飽くこともなくつづいたものだとおもう。

俳句をつづける魅力とは何だろう。五・七・五の短詩で小学生でもつくれる容易さ。それにもかかわらず、その奥深さ。句作の助けとなる歳時記というすばらしい言葉の宝庫。「句会」という古参も新人も平等という選句のしくみ。メンバーの俳句に込めた思いへの共感。ふだんは目に見えないメンバーの人柄、感性にふれあう楽しみ等々。

そして「四木会」に欠かせないのが熱心な廣崎龍哉主宰や世話役、それに多くのよい仲間にめぐまれていること。

湘南・藤沢という場所に四木会の拠点があることも恵まれている。近くに四季折々の美しい自然や歴史をもつ鎌倉、江ノ島、小田原城などがある。吟行へ何度も出かけているが、常に新しい発見がある。また年1回の宿泊吟行。芭蕉ゆかりの伊賀、岐阜、須賀川、松島など。その他、徳川家発祥の岡崎や加賀百万石の金沢など。城めぐりの吟行も印象深い。通常の旅とは異なる想い出の場所となっている。（写真は金沢吟行）

この俳句の楽しみは、振り返れば、じゃおクラブとの縁、廣崎主宰との縁を欠かせない。この縁がなければ、私の俳句人生はなかったし、私の晩年がこれほどまでに充実したものとはならなかったであろう。

人との出会い、その縁とはつくづく不思議なものとおもえるこの頃である。

（湘南　杉村　史朗　記・写真提供　四木会）

じゃお県央

みかん援農

12 月 14、18 日の二日間みかん援農が有りました。計画では 13、14 日に行う事になっていたのですが天候が思わしくなく 13 日は中止になりました。15 日も雨の予報があり結局二日目は 18 日になりました。みかんの木の葉は濡れると中々水が落ちない様です。天候を読み農家の都合も確認し、アウトドアの行事の担当者は本当に大変だと思います。

14 日の参加者は湘南、多摩・田園からの参加者も含め 12 名でした。そして 18 日は 7 名でした、共に天気もまあまあで風も無く絶好の収穫日和でしたが、みかん畑はどうして傾斜地ばかりなのでしょうか、みかんにとっては他の木に邪魔されずに日光を十分に浴びる事で確実に結実でき明るい未来が保証され、また我々にとっても美味しいみかんが手に入り結構な事とは思いますが、熟年者の我々にとっては自身の身の確保も大変です、平地の作業とは大分違います。足腰が随分と鍛えられます。又落としますと足早に逃げ去ります。傾斜地だからみかんを選んだのか、みかんにとって必要だから傾斜地を選んだのかどっちなのでしょうか。それもこれもご先祖様の知恵なのでしょう。

我々に任されたのは木からみかんを全部取ることです。木はそう高くはありませんがそれでも脚立を使わなければならない所も有ります。傾斜地で枝も茂っており脚立のセットが大変です。神様の取り分等と言ってはいられません。見た目多くは見えませんが収穫してみるとかなりの量になります。

害獣としてはハクビシン、ヒヨドリ等だそうですがカラスもつつきに来るそうです。一般的に害獣の被害は上の方は鳥、下方は獣だと思われがちですが結構下方も鳥のつついた痕が有ります。全部つついて食べてくれれば良いのですがほんのひとつつきで他に移ってしまった物が沢山有りました。鳥にとって選り取り見取りですから仕方ないかも知れませんが、収穫時見落としに注意が必要です。18 日収穫分は道路に面しているせいか害獣の被害はほとんど有りませんでした。

みかんの収穫は、みかん用のはさみを使います。先が丸くなっている物です、また収穫は二度切りします、蔕(へた)が他のみかんの皮を傷つけない様にです。みかんの皮は傷つきやすく傷が有りますとそこから直ぐ腐りはじめます。

18 日の午後はみかんの選果をしました。選果後、直ぐ箱詰めし出荷待ちとなります、最終チェックでもありますのでかなり気を遣います。いずれにしても収穫は傾斜地、箱詰めは 10 kgが多く、みかん農家もかなり重労働で大変と思いました。しかし 2 日くらいの援農ならば空気はいいし周りの景色は素晴らしいし、緑に包まれて何も考えずみかんの収穫に集中する、喉が渇いたらみかんを取って食べる至福の年の暮れでした。ここのみかんは甘みと酸味のバランスが良く、甘みばかり追求するブランド品よりよっぽど美味しいと僕は思います。

ここで耳より情報？みかんの蔕(へた)が小さい物がより美味しいそうです。来年も参加して美味しい地みかんを手に入れたいと思います。

（県央　原　建吾　記・写真）

じゃお多摩・田園

グラファーズ撮影会 動物たちと対面

2023/12/05　金沢文庫駅 10：00 集合、今回の撮影は金沢動物園である。
金沢文庫の地名度も高いが金沢八景の方が強くどうしても海の風景や浜辺、港のドラマをイメージしてしまう。これ迄ここの動物園の存在すら知らなかった。

久々の通勤時間帯と重なって鈍行なれど痛勤の頃を思い出す。このところ 40 分の立ちん坊に限界を覚えるところだが今日は最先が良い。1 つ目の町田駅で目の前の席が空いた。乗り継ぎの横浜で露木氏と合流、なんと同じ車両に乗っていたようだ。勿論座れなかったそうで、京急は敢えてゆったりの鈍行を選んだ。時間は掛かったけれど話題は尽きずこれまた楽しい、到着すると誰も居なかった。一番乗りと思いきやそんな筈はなく遥かに早い組が既にティタイムを楽しんだという。定刻前に全員 6 名が勢ぞろい、間もなく目的の動物園のチケット売り場に立っていた。シニア割引は無いのか？等と高価な交換レンズの持ち主が呟けば何気にホッとする。久しぶりのオールスタッフに気持ちも弾む。

生き物の撮影は結構人気がある。静物（風景や花）からは得られない対話があるからだと思う。
各々思わず信じてしまいそうな尤もらしい会話物語をでっち上げシャッターを切っているのである。
今日は以下に出合った動物諸氏との対話をレポートしたい。　（「　」内は写真タイトル）

カピバラ　**「極楽、極楽、日本に連れて来られて良かった」**
でも草津とか別府とかに配属されたかったなア。
別府とは言わない迄も温泉掛け流しの地に転勤話とかないかしら？
贅沢は言うまい、ほら、グラファーズとか言う団体の爺さんたちが
こちらを羨ましそうに見てるではないか・・・

インド象　**「自慢の牙」**
ルーツはマンモス？ いいえゾウの類縁だけど直接の祖先ではないよ。
耳の穴は何処？ おいおいそんな後ろ側にある理由ないだろう。
大きな耳？ 聞き耳を立てる為ではなく、空を飛ぶ為、とんでも無い
パタパタと体温を調整する言うなればラジエーターみたいなものさ。
今日のところはポーズを決めてやるから、次に来る時は林檎の
1 つくらいはね頼むぜ。園の飼育員に没収されない様にね。

インドサイ　**「ブサイクな顔とは失礼な！」**
これでも仲間内ではモテモテなんだぞ。
このところ一寸風邪気味だけどね。
ごめんごめん！見方によっては可愛くて優しそうだ。
そう言えば俺にもサイ君が居たっけ、見せないけど角もあったね。
怒らせたら怖いよ多分君より、ごめんごめん！（これは妻君に）
日本に連れてこられて冬なんか君には過酷だよね。お大事に～。

オカピ　「バックシャン」

カメラを向けられたらハイこのポーズ。　どう、OK！
ジャングルの貴婦人とか何とか煽てられてついその気にさせられた。
前はいいから後ろを見せろとか、キリンとシマウマのハーフだろうとか、言わせておけば良い気になって、こっちも言わせて貰おうか、
おい、そこの爺さんたちィ、教養を疑いたくなるぜ！

カラス　「動物園の番外者」

君は自由でいいね。
いや、そうでもないんだよ。美味そうな実ゲットと思ったが食えなかった。これから冬は最悪、何よりもあなた方から嫌われているだろう、視線がハートにグサリだよ。
こんなクローするなら 檻の中でのんびり暮らしたいよ！

ここの動物園は草食系の大人しい動物が主体で小規模故にのんびりと皆揃って同じ撮影行動が出来たのが良かったと思う。残る印象としては出会った草食系動物達一様の優しい目に癒やされた思いである。

動物園を出るとそこは植物園であるが、秋の華やかさは既に観られず冬支度の少々厄介な草木ドラマを敢えて作品にと試みた。じゃお HP に毎月夫々の力作？の一枚が掲載されていますので是非観てやって下さい。

さて何はともあれ反省会、反省が足りず、次・・・え、じゃ次は忘年会、そう言えば今年最後だね、何年か振りのハシゴだった。

（多摩・田園　山脇　哲郎　記・写真）