



発行 公益社団法人  
武蔵野市シルバー人材センター  
編集 広報編集委員会  
武蔵野市中町 3-5-16  
電話 0422-55-1231 (代)  
URL <http://www.musashino-sc.or.jp/>



## 195(新年)号 もくじ

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ■ 森田会長・役員より新年のごあいさつ  |     |
| 手芸・小物班干支小物           | 1   |
| ■ 邑上市長・干支会員よりごあいさつ   | 2～4 |
| ■ 適正就業委員会報告          | 5   |
| ■ 私のふるさと             | 6   |
| ■ 会員交流               | 7   |
| ■ 武蔵野・ぶらり・時空旅        | 8～9 |
| ■ むさしのSCトピックス        | 9   |
| ■ ひろば、新入会、お亡くなりになった方 |     |
| 編集後記                 | 10  |



## 新年のごあいさつ

会長 森田良国

新春のお慶びを申し上げます。

旧年中は、関係先のご支援や会員の皆様の就業及び奉仕活動等により地域との絆は以前にもまして深まったと心より御礼申し上げます。

さて、シルバー人材センターの環境は依然厳しく、団塊の世代が65才を超えても会員数の増加とはならず、遵法等の影響もあり契約高は減少傾向にあります。また、「生きがい就労」より「生活のための就労」希望の高齢者が増えていて、センターの基本理念と異質の「労働者派遣業」導入が囁かれるこの頃です。一方、日本は少子高齢時代を迎え、労働人口が減少する中、健康で働く意欲のある高齢者で構成されたセンターに地域『共助』の担い手としての期待が高まっています。

当センターでは地域班をベースに市報等配付や家事



干支小物 手芸小物班

援助、子育て支援、「ふれあい訪問収集」等公共関連では一定の評価を頂き、最近では、「産前・産後ヘルパー」・「生活困窮家庭の子どもへの学習支援準備」や一部地域での学童の登下校関連等の案内活動を始めました。現在、「要支援1、2」関連事業や学校管理の実績も背景に「災害時避難行動支援」への協力も要請されています。地域に貢献できることはシルバーの最も重要な役割と認識し、組織を挙げて対応する決意です。会員の皆様には倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

年頭に当たり、皆様が元気で事故とクレームのない年でありますよう祈念して新年のご挨拶と致します。

|      |        |              |
|------|--------|--------------|
| 副会長  | 山中 一成  | (吉祥寺北町)      |
| 常務理事 | 田部井 敏昭 | (事務局長)       |
| 理事   | 笹井 肇   | (武蔵野市健康福祉部長) |
|      | 伏野 嘉高  | (吉祥寺東町)      |
|      | 設楽 頼彦  | (吉祥寺南町)      |
|      | 岡部 正   | (吉祥寺本町)      |
|      | 小酒井 恵詞 | (吉祥寺北町)      |
|      | 立松 正通  | (中町)         |
|      | 大石 彰   | (西久保)        |
|      | 田中 雅子  | (緑町)         |
|      | 加藤 伴子  | (八幡町)        |
|      | 北村 克弘  | (関前)         |
|      | 小暮 勝紀  | (境)          |
|      | 加藤 之義  | (境南町)        |
|      | 船戸 勲   | (桜堤)         |
| 監事   | 泉 昭正   | (吉祥寺東町)      |
|      | 永井 雄太郎 | (公認会計士)      |



## ご挨拶

武蔵野市長

邑上 守正

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また日ごろより豊富な知識と経験を活かし、就業や社会貢献活動を通じて地域でご活躍をいただき、感謝申し上げます。

市では本年4月からスタートする武蔵野市高齢者福祉計画・第六期介護保険事業計画において、高齢者一人ひとりがこれからもいきいきと健康に住み慣れた地域で生活を継続

できることを目指しています。ふれあい訪問収集や日常生活支援など、高齢者も支え手となって地域を支えていく地域づくりを実践されている皆様が、これからもいきいきと活躍していただけるよう、シルバー人材センターの一層の充実を支援してまいります。

結びに、武蔵野市シルバー人材センターの益々の発展と、会員の皆様のご健勝、ご活躍をお祈りしまして、新年のご挨拶いたします。



### 今年は未年（ひつじ）

この文字はその象形から枝葉の茂る様を表していると言われています。木々が茂って実が生るように、成果のある年になるといいですね。

以下のテーマで寄稿をお願いしました

- ① 新年の抱負
- ② 私の健康法



近 藤 正  
昭和6年生  
吉祥寺北町  
②

還暦の年に人材センターに入会しはや24年。センターの仕事のお蔭で適度に体を動かし、心安らかなのがよいのだろうか。勧告でもない限り死ぬまで辞めないかもしれない。



鯨 田 昭 子  
昭和6年生  
吉祥寺本町  
②

私の元気の素は、永年思いを同じくして地域福祉活動をしてきた仲間からと言えます。北校誘致、中央公園運動、地域福祉諸問題等々。今後とも笑顔溢れる地域づくりを目指して！



青 木 一 誠  
昭和18年生  
緑町  
①

私の抱負は認知症の徘徊老人の行方不明者をなくすため、私が考案した「安否確認ボタン」（実用新案特許申請中）を多くのお年寄りに付けてもらうことです。



泉 昭 正  
昭和18年生  
吉祥寺東町  
②

私は社交ダンスを楽しんでいます。社交ダンスは音楽を聴きながらステップを踏み、スペースを確認しながら女性をリードします。複合的な知能運動であり、若返りにも最適です。

伊 藤 英 子  
昭和18年生  
境  
②

あっという間の毎日でした。子育て、両親、姑、義姉の介護が終わり、ちょっと寂しいです。今は自分の健康に気をつけて歩くようにしています。歩くと季節が分かり楽しいです。

稲 葉 保 夫  
昭和18年生  
吉祥寺東町  
②

こんにちは。仕事をいただき感謝しています。私の健康法は①睡眠 ②食事 ③歩くこと。私は③を最重要視しています。これからも一会員として頑張ります。

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>太 田 秀 男<br/>昭和18年生<br/>緑町 ②</p> <p>健康で72歳を迎えられ、両親に感謝。シルバーで仕事を始めて1年、日々励行している散歩・ジョギングと併せて、体のリズムを作る滋養と思い楽しく仕事に励んでいる。</p>                                                                                        | <p> 大 谷 良 江<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺北町 ①</p> <p>私は小学校のころからひ弱で、20歳まで生きられないと医者に言われていました。今ではおつりをあげる程元気になり、仕事出来る事に感謝で一杯です。益々頑張る決意です！</p>   | <p> 越 智 征 夫<br/>昭和18年生<br/>緑町 ②</p> <p>私の健康法は大きな筋肉を使うこと。脳は仕事で二つ以上の方法を考えること。家具のリサイクルをしているので、修復法をいろいろ考え、魅力ある製品に復元することです。</p> |
| <p> 面 川 三 義<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺北町 ②</p> <p>3年前の健康診断で減量指導を受け、「タニタ」指導のウォーキングを選び、1日1万歩を目標に市内散歩を続けてきました。また多くの老人スポーツクラブに参加しています。</p> | <p>笠 井 秀 史<br/>昭和18年生<br/>桜堤 ②</p> <p>はたして健康法にあたいするか否かわかりませんが、実践していることは週2回、テニスに興じること。毎日5キロ以上歩くこと。1日60回以上腕立て伏せをすることです。</p>                                                                                         | <p>柏 原 昌 夫<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺東町 ②</p> <p>平素から健康に心がけている。というよりは、妻の管理下で日常生活を送っている。早朝の草木の手入れ、野菜中心の食生活、買い物は徒歩で行くなど。長生きしそうです。</p>                                                                                   |
| <p> 加 藤 之 義<br/>昭和18年生<br/>境南町 ②</p> <p>私の生活信条は「19」ありますが、こと健康については「病気になるまい、寝込まない、病院には絶対行かない」です。これを10年以上も守っているのが私の健康法です。</p>   | <p>北 村 美 子<br/>昭和18年生<br/>緑町 ②</p> <p>好奇心は健康の源。食事と共に心の健康のために季節の変化を楽しみ、興味ある催しに出向けば、心の修正と頭の活性化、また歩くことにより身体の回復と一石三鳥になります。</p>                                                                                        | <p>岐 部 和 子<br/>昭和18年生<br/>中町 ①</p> <p>6人兄妹の末っ子のため、未だに人に頼る性格が直りません。今年こそ積極的にボランティア活動に参加して多くの方と出会い、仕事と友達を増やしたいと思っています。</p>                                                                                       |
| <p>草 木 徹<br/>昭和18年生<br/>緑町 ①</p> <p>ここ6、7年はすっかり怠け癖がつき、歩くことだけが唯一の運動になってしまった。今年は毎日ストレッチを欠かさず、水泳などスポーツに取り組みたいと思っている。</p>                                                                                           | <p> 小 池 勝 昭<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺南町 ②</p> <p>新春のお慶びを申し上げます。世界遺産を一か所でも多く撮りたいと願い、カメラを担いで各地を旅行しています。好きなことを気ままにやることが、健康法だと思っています。</p> | <p>小 関 英 代<br/>昭和18年生<br/>西久保 ①</p> <p>気がついたら私の目の前を5匹の羊が通り過ぎて、6匹目の羊が走ってきます。あまりの早さにびっくりです。次の羊まで頑張れるかな？頑張りたいと思っています。</p>                                                                                        |
| <p>小 林 明 政<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺本町 ①</p> <p>6回目の干支を迎えて、今年はカメラを担いで1年をかけて富士山を追いかけてみようと思っています。春夏秋冬移りゆく季節の中で見せる姿を写真に残したいと思っています。</p>                                                                                   | <p> 小 西 強<br/>昭和18年生<br/>関前 ②</p> <p>とにかく体を動かすことを心掛けている。年間3回の海外旅行で異文化と触れ合う。また歩いての富士山裾野一周を昨年終え、今年から東海道五十三次を29カ月かけて歩く。</p>       | <p>郷 原 静 江<br/>昭和18年生<br/>西久保 ②</p> <p>時間のある時は孫の保育援助をします。体力を使いますが、ドキドキする喜びがあります。それが健康につながりますし、自分の健康にも気を使うようになります。</p>                                                                                         |



|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>佐々木 敏 夫<br/>昭和18年生<br/>境南町<br/>①</p> <p>明けましてお目出とうございます。一年の計は元旦にあり、と申しますが、私は毎年、目配り、気配り、思いやりの心を持って、一年を過ごせる人生を心掛けています。</p>                                                                                       | <p>下 谷 一 廣<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺北町<br/>②</p> <p>好奇心と積極的諦観。この二つが私の健康法。好奇心は脳の、諦観は心の健康のため。しょせん人生は気晴らし、と思えばくよくよ悩むこともない。体力維持はそこそこに。</p>                                                                                         | <p> 杉 原 鉄 夫<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺北町<br/>①</p> <p>12月19日は、私のシャンソン歌手エディット・ピアフが生まれてちょうど100周年。シャンソンが好きな私は、パリのベルヴィルなど彼女に所縁のある地を巡ってみたい。</p>          |
| <p>高 沢 光 夫<br/>昭和18年生<br/>関前<br/>②</p> <p>笑う、外に出る、話す、適度な仕事と運動。悪天候時も働くシルバーの仲間を想い、元気をもらってやる気が出る。何かに興味を持つ。以上のことを心掛けています。</p>                                                                                         | <p>田 岸 直 行<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺南町<br/>②</p> <p>6回目の年男を迎えました。1週7万歩程のウォーキング、萬葉集全歌の評釈を続けつつ、一日を気持ちよく終えるよう努めています。それが私の頭と手足の健康法と考えます。</p>                                                                                       | <p> 立 松 正 通<br/>昭和18年生<br/>中町<br/>①</p> <p>本欄に同窓生同級生も居られるので卒業アルバムを思い出します。今年は覚え始めの囲碁に重きを置き上達したい一念です。仲間も増やし羊の様に群れて研鑽出来ればと祈念！以後宜しくお願い致します。</p> |
| <p> 塙 勝 彦<br/>昭和18年生<br/>中町<br/>②</p> <p>若い時には苦手だったパソコンに挑戦して脳細胞を活性化し、また、ストレッチとスクワットで足腰を鍛えることで、気力・体力ともに常若であり続けたいと思っています。</p>     | <p> 比 護 昇 一 郎<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺本町<br/>②</p> <p>今年も無病息災で頑張りましょう。私の健康法は、①毎朝の散歩と週2回のテニス等で体を動かし汗をかくこと。②腹八分で何でも食べる。③好きなことに集中して毎日を過ごす。</p> | <p> 部 屋 紀 子<br/>昭和18年生<br/>緑町<br/>①</p> <p>この街が好きで再び辿りつき、老いの支度も心華やぐ。古稀を迎えてそんな心境でしたが、再び都心でシルバナーズをやっています。本物の天使になれるでしょうか。</p>                 |
| <p> 松 本 譲<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺北町<br/>②</p> <p>私はいま、小学校の施設管理が健康法一つです。学校は結構階段が多いのですが、その階段を二段おきに駆け登って、心臓に負荷を与え、強い身体にすることができました。</p> | <p>宮 勝 彦<br/>昭和18年生<br/>吉祥寺南町<br/>②</p> <p>私の健康法は、近くの公園への散歩である。趣味の油絵の題材探しに、時々旅に出るが、散歩はその準備運動も兼ねる。ある目的と結びつけると、散歩はより楽しくなる。</p>                                                                                            | <p>村 尾 久 代<br/>昭和18年生<br/>境南町<br/>②</p> <p>趣味の野菜作り、朝一番に収穫。一日の食事に野菜は欠かせません。生野菜ジュース1ℓ。毎日1万から1万5千歩を目標に歩く。ダイエットにもなる私の健康法です。</p>                                                                                                    |
| <p> 門 間 義 夫<br/>昭和18年生<br/>中町<br/>②</p> <p>退職後、運動量が激減していることが気になっていました。でも幸いなことに、週に二回、園児と小学生のサッカー教室、3時間の立ち仕事をしました。だが、油断は禁物？</p>  | <p> 矢 島 茂<br/>昭和18年生<br/>中町<br/>②</p> <p>あけましておめでとうございます。今年も早起きして落ち葉の清掃をしてから、家庭菜園で季節の作業に取り組みます。また魚釣りは東京湾でキス、アジを中心に釣っています。</p>        | <p>安 田 晴 男<br/>昭和18年生<br/>中町<br/>②</p> <p>1. 早寝早起きで睡眠時間を充分に取る。また食事は1日2食で腹八分目で過ごすこと。2. 運動ははや足で1日最低五千歩以上歩き、日常生活でストレスをためないこと。</p>                                                                                                 |

適正就業委員会報告

# 「適正就業に関する要綱」の改正ポイント

—5年年限職種を縮小、年限対象職種への応募機会を年2回に—

適正就業委員会委員長 山中 一成

あけましておめでとうございます。

日頃、会員の皆様には、適正就業の推進にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

先に、会員の皆様に配付した「適正就業に関する要綱」の改正のポイントについてご説明いたします。

これまで本市センターの就業については、全職種5年年限を設けておりましたが、今回の改正では、5年年限の範囲を見直しました。

改正の背景には、本市センターは公益社団法人移行後4年目に入り、この間、厚生労働省の適正就業に関する指導が年々厳しさを増してきたことと、本市センターの会員動向に、①会員の減少、②5年年限対象職種への応募者減少、③会員の平均年齢の上昇、④希望職種と発注者とのミスマッチ等の変化が生じてきたことにあります。

●改正のポイント

1. 目的
- 1) 公益社団法人化による法令遵守の遂行
- 2) 依頼主との信頼関係の醸成
- 3) 就業機会増加と新旧交代の機会創出
2. 対象職種 一別表参照
- 1) 公益性、継続性が高くグループ就業している
- 2) 単発的（年数回）応募者が多く新旧交代が必要であること
- 3) 健康、安全管理が重要であること
- 4) 他会員の就業機会を損なうおそれのあること
3. 就業期間と再契約、応募
- 1) 原則1年毎の契約
- 2) 5年年限対象者は5年超の年度から半年毎の契約
- 3) 応募機会は半年毎
4. 年齢制限 一従来通りです
- 1) 自動車運転 ー72歳
- 2) 高所作業（植木班、他）ー80歳
- 3) 長時間の一人就業 ー80歳
- 4) 契約上の年齢制限を設けている業務 ー契約上の年齢

以上改正ポイントを報告しましたが、詳細は先に配付しました「適正就業に関する要綱」をご参照下

さい。

今後とも、適正就業の推進にご理解、ご協力をお願いします。

| 就業期限対象職種        | 1 / 3 ルール | 年齢制限 |
|-----------------|-----------|------|
| ■学校施設管理         | ○         | ○    |
| ■その他施設管理        | ○         | ○    |
| ■学校開放施設清掃       | ○         |      |
| ■緑化班            | ○         |      |
| ■浄水場清掃・水道部清掃    | ○         |      |
| ■自転車管理・駐車場管理    | ○         |      |
| ■リサイクル班受付・会計・販売 | ○         |      |
| 運転              | ○         | ○    |
| 家具              | ○         |      |
| 自転車             | ○         |      |
| ■事務・受付・案内等      | ○         |      |
| ■自転車整備（海外譲与）    | ○         |      |
| ■下校時交通指導        | ○         |      |
| ■議場整理事務         | ○         |      |
| ■生ごみ処理維持管理      | ○         |      |
| ■ふれあい訪問収集事務処理   |           |      |
| ■街区表示板の取付・取替    | ○         |      |
| ■案内板清掃          | ○         |      |
| ■廃油用油・土回収受付     | ○         |      |
| ■市報配付事務処理       |           |      |
| ■シルバーパス         | ○         |      |
| ■封入作業           | ○         |      |
| センター（アルバイト）     |           |      |
| ■運転（植木班）        |           | ○    |
| ■就業報告書事務処理      |           |      |
| ■センター事務所清掃作業    |           |      |
| ■就業課委託員         |           |      |

適正就業の基本姿勢〈再度ご確認ください〉

○センターの就業は  
常用雇用になじまない、臨時的かつ短期的な就業又はその他の軽易な業務に係る就業です。

○センターは「引き受けた仕事を、会員の能力と希望に応じて公平に提供するよう、配慮しなければならない」（厚生労働省通知）とされています。

○契約形態は、請負契約を基本としており、発注者から直接指揮命令を受けて働くものではありません。また、同一会員が長期にわたり同一事業所で就業を続けたり、一般社員と一緒にライン業務に就いたりすることは「雇用労働」とみなされるおそれがあります。

○就業時間（要綱第6条）

- ・就業時間は、一人の会員が複数の職種で就業した場合は合計の時間をいう。
- ・会員の就業時間は会員の健康および安全を考慮し、原則1日8時間以内とする。
- ・1週間の就業時間は、原則20時間以内とし、1年間の就業時間は1,040時間を超えないこととする。

# 私のふるさと —— 第6回 香川県丸亀市 ——

江戸 謙 会員

丸亀市



★江戸さんは昭和14年、香川県垂水村（現・丸亀市垂水町）で生まれました。琴平町と善通寺市と丸亀市を結んだ三角形の中心あたり、讃岐平野の真ん中の町である。

丸亀市は現在人口11万人。北は瀬戸内海、南は讃岐山脈に挟まれた、温暖で雨が少ない瀬戸内気候の土地で、香川県では高松市に次ぐ第二の都市である。うちわの産地として知られ、全国で作られるうちわの9割が丸亀で作られている。江戸さんの生家はお父さんが公務員の兼業農家で、お母さんが中心となって米や小麦を作っていた。自家の畑で栽培した小麦や大豆で、醤油、味噌、豆腐も作っていた。当時の丸亀では食べる習慣がなかったから、納豆を作ったことはない。兄弟は弟と妹が一人ずつ。それぞれ2歳ずつ離れている。

●私が生まれた時、家には祖父と祖母が健在でしたが、祖父は私が幼い時に無くなったので、記憶はありません。祖母は小学校高学年の時に亡くなりました。また戦争の記憶はほとんど無く、高松は空襲に遭いましたが垂水は無事でした。庭に防空壕もありましたが中に避難したことはありませんでした。

小学校にあがったのは昭和21年で、当時の遊びは近くを流れる小川や池で魚獲りが主でした。ドジョウ、川エビ、フナなどが獲れ、まれにウナギも捕まえました。また山でアケビを採って食べたりもしました。海までは6キロほどの距離でしたので、年に2～3回ほど学校や家族で行きました。中学校に入っても遊びはほとんど同じでしたが、今度はため池周りで遊んだり釣りをするようになりました。讃岐平野は全国有数の少雨地帯ですから、灌漑用のため池がたくさんあったのですが、ため池での遊泳は危険なため禁止されていました。年に一度ため池の水を抜いて、泳いでいたコイやフナを安く売り出すのですが、それを買ってきて母が調理したことを覚えています。

★江戸さんは県立高校に進学。通学手段は自転車で、善通寺市内の学校まで30分くらいかかった。1学年6クラスだが旧女学校だったので、男子は1/3しかいなかったという。高校では生徒会役員を務め、学校新聞の編集などもした。カメラも趣味で、修学旅行は鎌倉・箱根・日光などを廻った

が、その時撮影した1枚が卒業アルバムに使われている。東照宮にある左甚五郎作の三猿「見ざる、言わざる、聞かざる」を撮った写真である。写真屋さんに頼まれて貸したというから、かなりの腕前だったのだろう。ちなみに愛機は岡谷光学製の「ロード35」シリーズ。岡谷光学機械は長野県岡谷市に存在した35ミリカメラの専門メーカーで、発売は服部時計店が請け負っていた。

高校卒業後、江戸さんは東京の大学に進学し、卒業後は大手家電メーカーに入社する。以来、ずっと東京暮らしで、武蔵野市に居を構えたのは昭和52年のことだった。

●思い出の食べ物と言えはなんと言ってもうどんです。どこの家も自家製うどんを食べていました。小麦粉を練り、こねて、伸ばして切るまでが男の仕事です。こねるために踏みますが、体重が重い方がいいからと、父は私をおぶって踏んでいました。香川では、冠婚葬祭でも、なにかの寄りあいでも必ずうどんが出ます。高校時代は学校帰りに善通寺のうどん屋でよく食べました。かけうどん1杯が10円でした。今でもうどんには強い思い入れがあります。

雑煮はあんこ入りの丸餅を使った雑煮です。讃岐地方では、甘いあんこ入りと塩味のあんこ入りの二種類があり、母親がどっちのお餅にする？と尋ねてくれました。武蔵野市に来てからも毎年作っていましたが、両親が亡くなって故郷からもち米が送られてこなくなったので、今はこしらえていません。

武蔵野市を<sup>つひ</sup>終のすみかにするかどうかは、まだ決めていません。弟も妹も関東在住ですから、祖父母と両親が入った墓は関東に移しました。ただ家内は丸亀市内の生まれで、向うに兄弟もいるからです。どうなることでしょうか。

（聞き手・編集部遠藤）



高校の文化祭にて（昭和31年）



## 会 員 交 流

今回は、紙面の都合で報告的な記事を割愛しております。  
 新年を迎え、今年こそ会員交流の充実を計って、サークル化・同好会に繋げて行きたいと思います。  
 それには、参加者がもっともっと増えなくてはなりません。是非あなたが参加してください！！

### 今回の“参加者募集”

～奮ってご応募を～

是非ご参加ください。あなたを待っています。

| 実施プラン                                 | 実施日・時間                                                             | 内容・参加要領・費用など                                                                                     | 主催者・申込先                                                                     |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>カラオケ会</b><br>(各コミセンにて)             | ・1月24日(土) 中央<br>・2月21日(土) 中央<br>・3月17日(火) 境南<br><br>※いずれも13時半から17時 | ・各回、先着15名締め切り<br>・会費：300円<br>(注) 会場予約の都合で日程が変更になる場合があります。<br>右記にお問い合わせ下さい。                       | 中央：立松正通<br>電話：51-2550<br>境南：加藤之義<br>電話：32-2574<br>※今回、西久保コミセンは、修繕のため開催できません |
| <b>おしゃべり会</b>                         | ・1月27日(火)<br>・3月5日(木)<br>※いずれも14時から16時の2時間程度<br>※会場はセンターのホールです。    | ・テーマ<br>1月：「私の自慢と特技」<br>3月：「災害・環境対策所感」<br>※チューター募集します。<br>※定員は最大20名、お友達をお誘い下さい。                  | 境南町：加藤之義<br>電話：32-2574<br>(注) 留守がちです。<br>ファックス歓迎です。                         |
| <b>散歩会</b><br>東京駅周辺および駅舎中のウィンドウショッピング | ・2月18日(水)<br>三鷹駅10時乗車予定<br>～J R中央線に乗って、一直線                         | ・集合：三鷹駅改札9時50分<br>・解散：三鷹駅16時半を予定(現地での解散もOKです)<br>・募集人員：15名程度<br>※交通費、昼食代は個人負担<br>☆当日の見もの：新装成った駅舎 | 八幡町：田中雅子<br>電話：54-4463<br>または<br>境南町：加藤之義<br>電話：32-2574                     |
| <b>書道会</b><br>先生級3人をお迎え、みなでお稽古しませんか   | ・1月29日(木) 14時～16時<br>※会場はセンターの講習会室です。                              | ・参加者の“希望に沿った”楷書、行書、仮名などを学習<br>・書道具・紙など持参ください<br>・手ぶらでの参加も歓迎                                      | 境南町：加藤之義<br>電話：32-2574<br>(注) 留守がちです。<br>ファックス歓迎です。                         |

### “今さら人に聞けない” 時事用語

### 「活火山」とは？ 「死火山」とは？

＜定義の変遷＞ 昔は、今現在活動している、すなわち噴火している火山は「活火山」、噴火していない火山は「休火山」とか「死火山」と言っていました。しかし、地球の寿命は長く、数百年などの休止はつかの間の眠りにしか過ぎないとの観点から、噴火記録があったり、今後噴火する可能性のある火山は全て「活火山」とする考え方が国際的に広まりました。2003年(平成15)に火山予知連絡会は「概ね過去1万年以内に噴火した火山及び、現在活発な噴気活動のある火山」を活火山と定義しました。2011年(平成23)6月で日本の活火山は110か所となっています。「死火山」とは、有史以来活動記録のない火山と定義されています。

110か所の活火山の1つである、長野県木曽郡木曽町・大滝村と岐阜県下呂市にまたがる御嶽山が、昨年(2016)の9月27日に7年ぶりに噴火、1991年(平成3年)の雲仙普賢岳の火砕流被害を上回る事態となったことは記憶に新しい出来事です。

※投稿者募集中!! テーマは自由、1,200字程度。

## 武蔵野・ぶらり・時空旅

2

吉祥寺北町 下谷 一廣

142,108 73,930 いきなりの数字ですが、これが武蔵野市の人口と世帯数です。(平成26年10月1日現在)。ここ半世紀は13～14万人で推移しています。この先も当分同程度の人口で推移していくものと思われますが、この地に暮らすすべての人々にとって環境にやさしく、誇りと愛着の持てる名実共に“住みたい街”No.1として更なる発展を願っています。

さて能書きはこれくらいにして前回の写真で「武蔵野村」の表札を紹介しましたが、その武蔵野村は明治22年に吉祥寺、西窪、関前、境の4か村と井口新田飛び地が一体となって成立したものでその時の人口は4か村合わせてもわずかに約2,800人。ご存知でしたか？小生も資料を調べて初めて知りました。明治中ごろから130年足らずで50倍になったわけです。

今回は吉祥寺村の夜明け、今から360年前にタイム・トリップして現在の井の頭公園周辺をぶらりと歩いてみようと思っております。古人が

**\* 武蔵野は 月の入るべき 山もなし  
草より出でて 草にこそ入れ**

と詠んだ荒れた台地にいつ頃どのようにして村落ができたのか？



(井の頭弁財天)

時は江戸時代4代将軍家綱のころ、承応3年(1654)その旅人は井の頭池のほとりにいた。池の西側にはほんの何年か前に三代将軍家光が再建した弁財天の黒々とした<sup>いらか</sup>葎が光っている。ご利益があると江戸でも評判になっているが桜もとっくに散ってしまった今はほとんど人の姿もない。池



(開村当時をしのばせる花すすき)

の東にある寺は曹洞宗の東岸寺である。この後この寺は吉祥寺村に移動し月窓寺となる。池を背にして少し坂を上げれば御殿山である、小高い場所から西を見渡せば古人の歌の通り芒と<sup>すすき</sup>萱<sup>かや</sup>ばかりの荒野が広がっている。ところどころに雑木林はあるものの狐狸はもちろんウサギやイノシシでさえいそうである。幕府の御狩場としては絶好の場所だったに違いない。右手のすぐ下に出来たばかりの玉川上水を見れば水が滔々と流れている、視線を上げるとその先には東西に伊奈街道(現在の五日市街道)が武蔵野の荒野を引っ掻いたように走っている。

旅人の見た武蔵野の風景はこんな感じであったのだがそれから10年足らずの間に吉祥寺、関前、西窪、境の4か村が成立したのである。何故か？

\*江戸は(1650～1660)の10年間毎年のように大火に見舞われた。

特に酷かったのが明暦3,4年(1657, 1658)の火事で、焼死者も多く家財産も失った人が続出した。

\*この一帯が台地であり水利が悪かったが玉川上水が出来上がって農業用水が多少なりとも確保された。

\*この武蔵野には幕府管轄地が多く焼け出された人々に替地として提供できた。



明暦の大火の翌年ころから移住が始まった。現在の水道橋近くにあった寺（吉祥寺）門前町民は吉祥寺村に、芝の西久保城山町の住人は西窪村へと移り住んでいった。移住から4年が経過し寛文4年(1664)に幕府代官・野村彦太夫による検地も済み各百姓の所有地も公に定まった。吉祥寺村には当初35乃至36戸が移り住んだと記録にある。五日市街道を挟んで南北に短冊状の土地を振り当てられ、一軒あたり街道に面して20間(36m)奥行634間(1,1400m)街道に面したところが屋敷で160坪、その奥が畑地でさらに奥は雑木林といったところが一般的モデルでした。

26年12月14日に旧西部図書館の施設を活用し、市立武蔵野ふるさと資料館（境5-15-5、武蔵境駅から徒歩12分）が開館しました。旧石器・縄文時代から近現代に至るさまざまな資料が展示されていて、武蔵野の歴史と文化を学ぶことができる施設です。お散歩がてら、訪ねてみませんか。  
開館時間：平日午前9時～午後5時、  
休館日：金・土・祝日・年末年始、入館料は無料です。

ここまではほんの幕開けでまだまだ吉祥寺の由来やら4軒寺のこと、開墾の大変なご苦労も書かねばならないと思いますが今回は紙幅が尽きてしまいました。

なお“吉祥寺村のはじまり”については五日市街道沿い宮本小路公園の木札に簡単なせつめいが書かれています。

（参照資料：武蔵野史 藤原音松著他）



（玉川上水・萬助橋附近）

## むさしのSCトピックス

- 10/ 2日(木)～30日(木) 家事援講習会
- 10/ 3日(金) 転倒予防講習会
- 10/10日(金)～11日(土)  
シルバー人材センターフェア
- 10/15日(水) ふれあい訪問収集全体会議
- 10/19日(日) シルバースポーツ大会
- 10/21日(火) 訪問コーラス
- 10/26日(日) 総合防災訓練
- 10/28日(火) 第五地域安全講習会
- 10月～11月 各コミセン文化祭



家事援助講習会



転倒予防講習会  
(タオルを使った体操)



シルバー人材センターフェア

- 11/ 2日(日) 訪問コーラス
- 11/ 9日(日) むさしの青空市
- 11/11日(火) 自転車シュミレーター講習会
- 11/28日(金) 財団フォーラム  
(小物班作品展示)
- 11/30日(日) 市内一斉清掃



青空市



財団フォーラム (小物班の作品展示)



市内一斉清掃 (吉祥寺駅)



市内一斉清掃 (三鷹駅)

## かたくりの思い出

～新潟県長岡市近郊～

境南町 新保 義夫

雪国の春、まだ山肌に残雪が見られる頃、「かたくり」は「ふきのとう」と同じ頃に、山の北斜面の雑木林にいっせいに芽を出します。生える場所は決まっていて、やや北向きの雑木林で、日当たりの良い南斜面には見られません。雪どけ水が十分に保たれている所、近くに水たまりがある所、小さな小川がある所などに、足の踏み場もない位に見事に芽ぶいてきます。

ユリ科の多年草で、必ず葉は二枚の楕円形で、厚く紫斑があります。紫色の可憐な花びらは満開になると、馬のたてがみが風に吹かれて後ろにたなびくような凛とした、正に春先の女王と言った美しさがあります。

この植物は移植が非常に難しく、めったに成功しないと聞いています。私も子どもの頃、何度もやってみましたが成功しませんでした。また移植しても花をつけるのに、8～10年かかると言われています。都市部では自生地を見つけることは難しい事ですが、武蔵野市近郊ですと、武蔵村山市、瑞穂町、日野市、高尾山などに、小規模ながら見られます。また愛知県豊田市足助（あすけ）など、良く保護された自生地もあります。

私のふる里の里山では、どこにでも見られる子どもの役目が、春の風物詩になっています。芽が出てからつぼみが開く前の、ようやく葉が出なかった時期を見計らって葉茎を採ってくるのです。落ち葉の積もった軟い土の中から、一本、一本、ていねいに掘り起こすのがコツで、葉茎が長いと友だちに自慢したものです。球根のような根茎は土中に残りますが、これを掘り出して加工したのが片栗粉です。私の家では、採った葉茎はサツと茹でておひたしにして食べていました。花は咲くときれいですが、子どもの頃に食用の野草として食べた記憶があります。

近年は天然記念物に指定されている地域もあり、とても採ることは許されませんが、春になってこの花を観ると、いつも子どもの頃に友だちと競って採りあった頃を思い出します。



瑞穂町 さやま花多来里の郷にて撮影

## 編集後記

新年を迎え会員の皆様には1年の抱負や計画を思いめぐらせていたと思います。特に年男(女)はクラス会や同窓会等があり、話題は健康や病気のことが多くなるでしょう。今回の適正就業委員会報告でも健康、安全管理が重要である旨、会員として楽しい1年間を過ごすためにも健康に留意し、本誌の癒し効果と合せて、明日から仕事の活力にしていきたいです。(S)