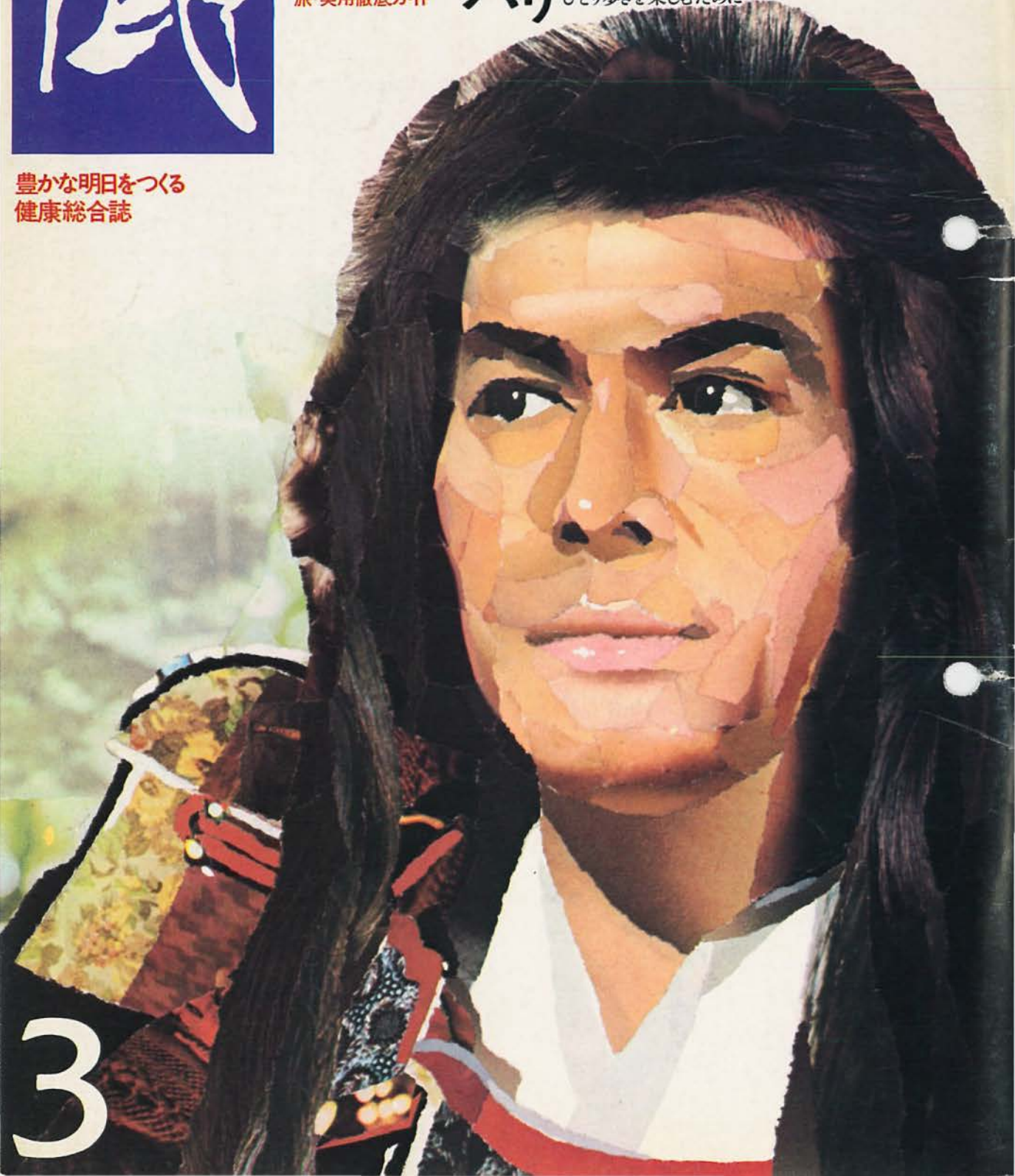




豊かな明日をつくる
健康総合誌

ヘルス特集
だれもか悩んでいる **便秘と下痢**
押阪忍のぶっつけ対談●ゲスト 田河水泡氏
のらくろに下町の哀歓が...
旅・実用徹底ガイド **パリ** ひとり歩きを楽しむために.....

昭和五十一年二月一日発行（毎月一回）
第二巻第二号
昭和五十一年六月十一日第三種郵便物認可





愛読者特別頒布



カリフォルニアの太陽を!!



1日の栄養食品として 美容と健康に!!

朝タスプーン一杯の
プルーンエキ스가
あなたの美と健康を
お約束します。

天然濃縮エキスですから
すばやく吸収され
1日の栄養源になります。
今日も元気にプルーンで出発!

★お子さまからお年寄りまで安心してお召しあがりいただけます。

★毎日の健康は十分な栄養補給から

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

100g当りのカロリーは約284です。日本食品分析センター分析結果より

◇お申込方法◇

本誌愛読者に限り市価1セット(280g入5個
詰)9,500円のところ7,500円で頒布します。
編集部(東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル
2F)宛、現金書留にてお申込み下さい。
お申込み後10日間で発送完了いたします。




ディリーズ プルーン



〔お問合わせ〕 発売元 株式会社ディリーフーズサプライ

東京都港区赤坂9-1-7 秀和赤坂レジデンス522 ☎(03)403-8550

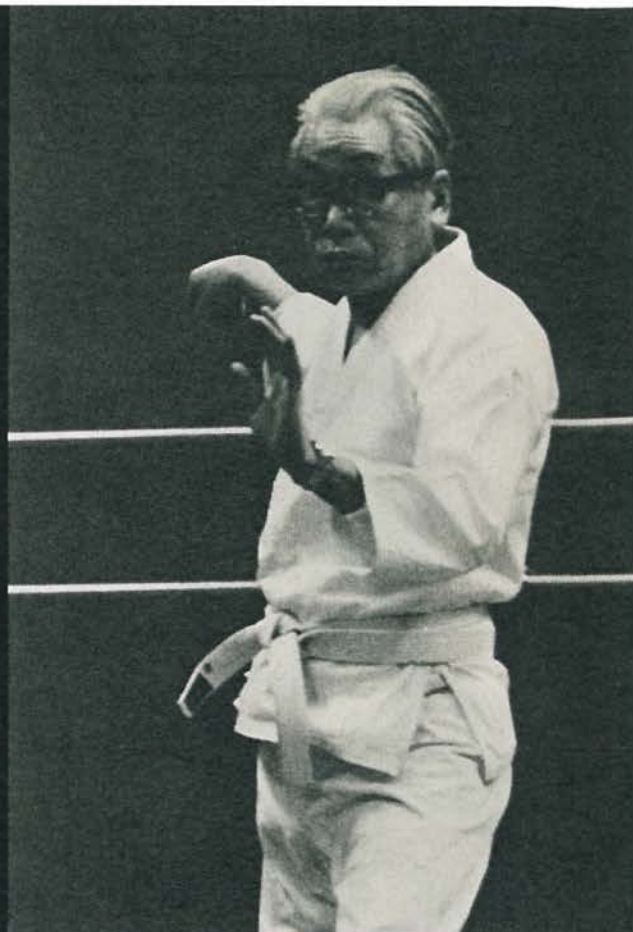


ルポルタージュ
実践健康術

太極拳

ルポ・山田

いま最も人気のある健康法



太極拳歴2年の老人、ゆるやかに優雅に舞う



本を読むだけでは身につかないと道場通いを始めた外人さん

円を描きつつ舞うように動く優雅な身のこなし。水の流れを思わせる間断のない動作——こんな太極拳の練習風景が、中国の朝の広場に見られるという。太極拳——拳という字がついてはいるが、武道というより舞踏といった方が、むしろあたっている。年齢に関係なく訓練できるため中国では八億人民の健康法として推奨されている。日本に紹介されてまだ日も浅いが、近來盛んになった健康法の中でも、最も人気を集めているものの一つである。

金曜日の朝十時。恵比寿区民会館の裏手のマンションにある抱一龍道場に三三五五と人が集まって来る。総勢十数人。それぞれ思い思いの恰好をしている。

適当な人数が集まったところでけいこが始まる。

「大きなボールを手にもったようなつもりで、まずボールをおさえる。次にボールをかかえたまま、体を大きく右に。左足を寄せて、ボールを上下にまわす」

初心者を指導する黒帯姿の男性の声が響く。見えないボールを両腕にかかえながら、十人ほどの「生徒」が動く。腰をやや落とし、足はまるで床をおさえるように静かに踏む。体を中心にして手が円を描いて舞う。一通り型をのみこんだ中級者は、道



24の型からなる太極拳、蛇と鶴の闘いから考案されたものだという

場の隅で、互いに相談しながら練習をしている。

「まっすぐうしろにさがると、相手に押しこめられるだけ。だから、相手を避けながら、斜めうしろにさがる。横に逃げたのでは、さがる意味がない」

例の中国風の服装をした青年が、中年の婦人の問いに答えている。こんな言い方に、武術としての太極拳の片鱗がほの見える。

抱一竜道場で指導している太極拳は簡化太極拳と呼ばれ、二十四の型からなっている。もともと、太極拳は蛇と鶴の闘いから考案されたものといわれる。そのためこの二十四の型も、大蛇がとぐろを巻く動作と、鶴が一本足で伸びあがる動作とを組み合わせ変形して構成されている。

この二十四の型を流れるように、切れ目なく十分前後で動きまわることが太極拳の理想。空手の場合は、基本と型が別々にあるが、太極拳では型が基本ですべてだという。

週一回の道場通いで、約三カ月で型を一通りマスターできる。型が完全にできるようになると、自然に呼吸法が身につく。

太極拳の呼吸法の基本は深呼吸。ゆったりとした大きな動作を型としてくり返すうちに、これが自然と身にそなわってくる。深呼吸により、「氣が



太極拳は型が基本、ゆったりとした大きな動作が10分間ずつ続けられる



老若男女の別なくできる太極拳、どんどん普及しそうな気配だ



トレーニング姿の中年の女性の型も堂に入っている

を丹田（ヘソの下）に集め、この気を体のすみずみまで行きわたらせ、そうして体内の古い気を排出する——これを導引という。

この導引が、太極拳をすぐれた健康法の一つにしている。意識的に体内に「気」を運行させることによって、中枢神経の作用が強化され、消化活動と新陳代謝が活発になる。

「動く禪」といわれる太極拳。その神秘さも手伝って、これから、どんどん普及しそうな勢いだ。老人が二時間練習しても、うっすらと汗をかく程度の運動量。それでいて、新陳代謝を大幅にうながす。体の弱い人には恰好の運動と言えそうだ。

Life Magazine Shika

1976/3 目次

易学考 憂愁のヴェールと加藤剛	20
酒の話/ウイスキー(下) スコッチに迫るジャパン・ウイスキー	22
職人道/求道者の魂、能面に宿る	28
旅・ひとり歩きを楽しむために	54
株式投資/健康法	37
青い目の日本イチャモン帖	38
フランス式/内助の功教えます ●椎津仁古瑠夫人	40
食べる健康法 ローヤルゼリー・不老長寿の妙薬	62
浪越徳治郎の夫婦指圧教室	62
座骨神経痛に効果てきめん	62
世界の有名クラブを斬る/地中海クラブ その4	43
スタミナ源シリーズ あんこうのはなし グロテスクだが最高の精力源	72
点と線 世界駆けある記 パリからローマへ	66
新・遊びのすすめ 極限状態を克服して	60
私の健康法①「役」と共にあるとき、自然と身を律するのです	42
●加藤剛	42
●曾我町子	74
マイライフ 絵に魅せられてローマへ留学	70
●コント・こんと	70
●ZIGZAG	71
●愛読者こおな	64
賞品付クロスワード・パズル	61
鹿インテリア「コンティ」	27
鹿美術館「讃」	48

パリという名の原始村落形態

青柳洋次郎



P.54

パリ——實用徹底ガイド



P.8

思い出がよみがえるやさしい折り紙

手づくり特集

新連載・押阪忍
のぶつつけ対談

だれもが悩んでいる便秘と下痢

ゲスト ● 田河水泡氏

14 8 3

ルポルタージュ「実践健康術」太極拳——いま最も人気のある健康法

ヘルス特集

●松柏天
●澤井慶明
●福井由次郎

表紙カラー
池田源英



レイアウト/赤城恵子
イラスト/池田源英
中村章伯
1976© 鹿友倶楽部
無断転載使用・禁



P.14

だれもが悩んでいる

便秘と下痢

胃腸にこれといった病気もないのに、便秘や下痢に泣かされている人は案外多いものだ。だれでも一度や二度は経験をしていることだろう。女性や老人に便秘が多く、外食の多い男性に下痢が多いといわれているが、その症状も千差万別。いろいろなタイプがある。そこで、便秘には下痢を、下痢には下痢止め薬を、という前にこの特集をお読みいただきたい。薬いらすの治療法もありますぞ。

便秘はどうして起こるのか

便秘というのは、排便が順調に行なわれない状態を指しているのだが、便秘を経験しない人はいないほど多くの人が悩まされている症状といえる。

排便の回数は人によってまちまちだが、健康な人では一日に一回定期的に排便があるというのがふつうだ。しかし、なかには二日に一回とか三日に一回しか排便がなくても、少しも苦痛を感じないばかりか、それがごく自然な人もいる。こんな人の場合も便秘ではない。

このように便秘には非常に個人差があつて一概には決めつけられないが、毎日、定期的な排便があつたにもかかわらず、二三日に一回しか

なくなつて、気分がすっきりしないというような場合は便秘にまちがいはない。それに、一日に一回の排便がある人でも、大部分の量の便が大腸内に残つていて不快な感じがぬぐいきれないということもある。これも便秘になる。このとき、軟かい液状の便が少しだけで、下痢とまちがわれることがあるが、これは大腸内につまつている硬い便のまわりを軟かい液状便が通りぬけて排泄しただけのことであつて、下痢ではない。

一般に便秘というと、硬い便のことだと思つている人も多い。むろん、硬さを増すことは症例からも多いこととは多いのだが、かならずしも硬い便というわけではない。便秘は便の硬さではなく、実際は大腸の運動障害が原因になるのである。というのは、腸にある内容物が長い間大腸のなかにとどまつていて、水分の吸収をたくさん受けるために便が硬くなるのである。



ふつう、健康な人の場合、食物を摂取してから大便として排泄されるまで約二十数時間〜七十数時間はかかることされている。摂取された食物は盲腸からS状結腸にすすむ過程で水分が吸収されて固形化した便になり

S状結腸にたまる。そしてS状結腸から直腸へとさらにすすんで直腸壁を刺激すると、この刺激が脳に伝わり便意を感じるようになる。便意を

もよおすと、自分でいきむ腹圧によつて、直腸の収縮をうながし、肛門括約筋の弛緩が起こつて肛門から排泄されることになる。便の排出がむやみやたらに起こらないのは、肛門のところにある内括約筋と外括約筋とが通路をしめているからである。

便秘になる原因としては次のようないろいろな場合があげられる。

1 腸の通過障害による便秘

たとえば、腸にガンができて、便がつまっても大腸の蠕動運動がマヒして働かなくなり、便が輸送されなくなる場合と、腸のゆる着や炎症による狭さくが通過障害を起こし便秘になる場合とがある。多くの場合、原因となる病気の症状が現われて腹痛をともなうことが多い。

2 習慣性便秘

せつかく便意をもよおしたにもかかわらず仕事や一段落するまではとガマンして起さる便秘。便意を抑制する習慣のために反射機能が

Health

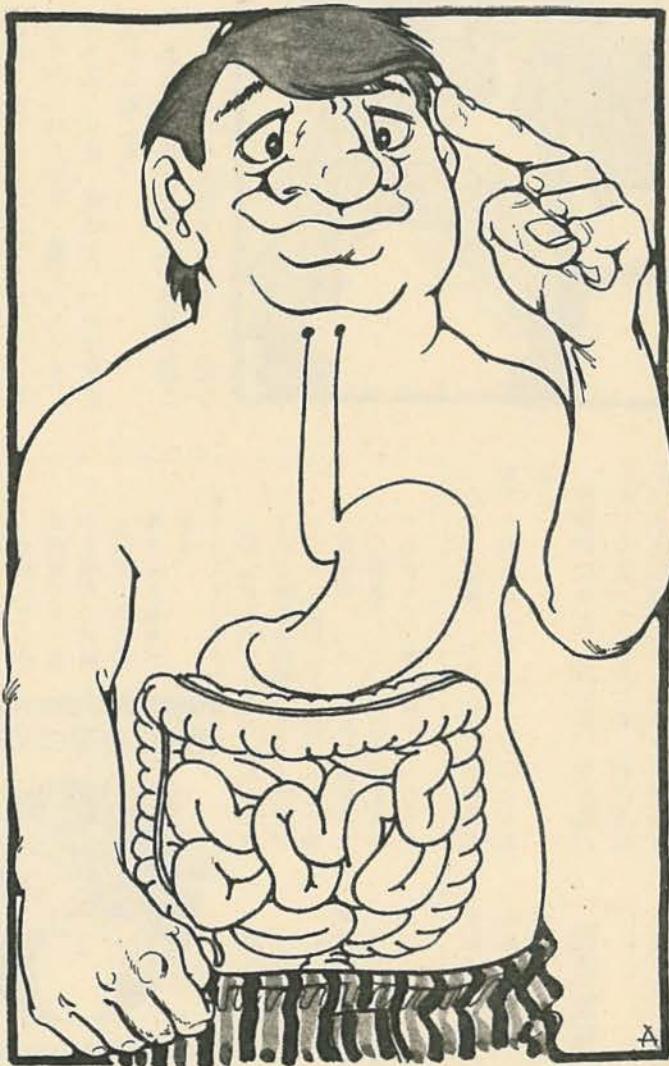
3 弛緩性便秘

日本人にもっとも

多い何れの型とされ、常習性便秘の八割方を占めるといわれる。便秘の抑制の習慣やカスの少ない食生活（繊維質の少ないものばかりとする食事など）、内臓の下垂している人、自律神経失調症状がある

4 神経性便秘

旅行などをして環境が変化するとからだにそれについてゆけないために起こる便秘。それも慣れにくければ問題はなく特に治療の心配はない。



5 けいれん性便秘

人などに起こりやすい便秘。大腸の緊張と蠕動運動が低下し、便の輸送が遅れ、大腸の運動の起こり方も弱いからで、高齢者にもしばしばみられる症状。腹痛はないがこの状態が長くつづくと腹部の圧迫感、膨満感によって食欲不振が起こる。

る。けいれんがおさまると一種の下痢症状を示すが（少量の軟かい便が排泄される）、またすぐに便秘状態になる。これは精神的なストレスが原因で起こるとされ、腹痛を訴えることが特徴（左下腹部に強い痛みが走る。痛みは排便後にはなくなり、気分転換によってもケロツとなおることがある。日本ではまだこの型の便秘は少ないとされているが、生活スタイルの欧米化にともない増加する傾向にあるといえる。

6 大腸の形態異常による便秘

大腸が異常に太くなったり、長くなったりした場合に起こる。これには二つの種類があり、一つには先天性巨大結腸症（ヒルシュツプルング病ともいう）と呼ばれ、直腸とS状結腸の境目の腸壁内の神経叢が先天的にないため、緊張がなくなり、運動が著しく減退するから、便が停滞して大腸が太く

なる。幼ないときから便秘がちになることが特徴。もう一つは、長S状結腸症といわれるもので、先天的にS状結腸が長く、そのために水分の吸収が増して慢性便秘が起こるもの。これが長い間便秘をしていいうちにS状結腸が太くなり、ますます便秘の度合が強固になる傾向を示す。

便秘によるからだの異常

便秘によるからだの害は意外に多いのにびつくりするであろう。便秘

に下痢といえ、昔は、下痢にばかり気をとられて、「くだる」からどこかが悪いんじゃないかといろいろに心配されていたが、近來になって、便秘によるからだの害が注目されてきた。

便秘による害には、疲労感、肌荒れ、吹き出もの、憂うつ症、さらに頭痛、めまい、のぼせ、肩こり、腰痛などの神経症状、腹部のはりや、吐き気、放屁、腹鳴といった消化器症状も起こる。

また、高血圧症の人が便秘を起こすと、さらに血圧をあげることにな



- キャベツ 繊維質の多い野菜は腸を適度に刺激して、腸壁に残るカスなどをきれいに除いてくれる。
- こんにゃく 昔から「腸内の砂おろし」といわれており、腸壁に残るカスを取り除き、消化吸収力を盛んにする働きがある。
- あらめ、ひじき
- カルシウムや繊維質の多い海藻も腸内の清掃に役立つから常食すると効果がある。
- リンゴ pektin

便秘に効果のあるもの



はpektinが吸っていた水分をはき出し、便が軟かいときは水分を吸収して固形状にするからである。食事がわりに一、二個食べるとよい。症状がひどい場合はすりおろして食べるとより効果がある。

- さつまいも 切り口から出てくる白い乳液が快便をうながす作用をする。繊維質も多く、適度に腸を刺激するから便秘の人にはうってつけ。皮ごと食べると

- 寒天 水分を含んだ寒天は硬くなっている便を軟かくするのに役立つ。

を起こす原因になることを知っておかねばなるまい。

慢性便秘の治療法

便秘になると、長い間、便が腸のなかにたまっていて、排泄されるべき便に含まれているからだに有害な物質が吸収されて、肌荒れや肩こりや頭痛、腰痛をひき起こすことになるのである。これと、腸内に細菌が増加して、膀胱炎や胆石や腎盂炎の原因にもなるといわれているほど、便秘はいろいろな病気の

長い間、便秘に悩まされつづけている人は、直腸の検査をする必要がある。大腸はもちろん、腹腔内のすべての器官を調べて、何らかの病気の兆候があるかどうかを見ることはたいせつなことで、それが認められないときにはじめて、慢性便秘症だ

ということが出来る。慢性便秘症の治療法にはいろいろあるが、ここでは次の二つの型の便秘症についてのべてみたい。

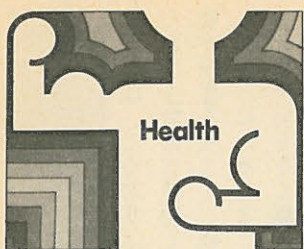
1 弛緩性便秘の治療法

この便秘は、もともと胃腸の働きが悪く、大腸の蠕動運動も少ないので、少しばかりの便が腸内にたまって便秘を感じないわけで、感じたととしても非常に弱く、すぐに消失してしまうので、いちばん便秘の感じやすい朝食後に注意をしたい。

弛緩性便秘の人には忙しい人、いったん仕事をはじめたらなかなか手を離せないという仕事についている人に多い。これでは自然に便意を抑制する習慣がついてしまいがち。

ではどうしたらよいか——。それには、食生活の改善とか生活のリズムを規則正しくするような努力をする必要がある。できるだけ運動を心がけて血のめぐりをよくし、腸の働きを正常に戻すようにするとよい。

また、食餌療法も効果がある。大



腸の神経の感受性が悪いから、繊維質の多い生の野菜類やくだものを食べると大腸内を刺

激し便——もよおさせる働きをする。そして、良質の脂肪は大腸内の便の輸送をなめらかにすると、脂肪酸が腸壁を刺激して排便を促進するので効果的だ。

また、牛乳は便秘に有効な働きをする。朝コップ二〜三杯の牛乳を飲めば少々ガンを便秘もたいいはいは



治る。だが、どうしても排便がなく膨満感で苦しいときは、下剤を使うようにする。しかし、むやみに使うのは感心しない。使用する場合でもはじめは緩和下剤からはじめ、それでも効果がなときは徐々に強い下剤にきりかえていくようにしたい。その際の注意として、便が下痢

のときのような液状にならないことと、下剤の使いすぎで腹痛を起こさないこと。だが、あまりにもひどい便秘の場合は、下剤を使うにしても医師の診断を早めに受けた方が無難だ。

2 けいれん性便秘の治療法

この場合には、弛緩性便秘とは反対に繊維質の少ない消化のよい食事をとることが必要で、腸に対する刺激をなるべく少なくする。この便秘症は精神的なストレスがもっとも大きな原因と考えられているので、食事もあることながら趣味をもったり、運動や余暇を楽しんだり、物ごとにこだわらないようにすることもたい

せつなことである。この場合、下剤などは効果がなく、むしろ悪化することもあるので、医師の診断が必要だ。食べ物は、腸を刺激するものはさけ、脂肪分もなるべく少量にする。冷たい飲み物も少なくし、水分の少ないくだものや繊維質の多くない生野菜を適度にとるようにしたい。

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。



洋田船の
ダイエット甘味料

シユカー
カンツ

家庭用

下痢はどうして起こるのか

下痢は、ごくありふれた症状で、だれでも数回は経験しているはずだ。便が硬度を失って、液状になる、ひどいときには水のようになって、トイレに何回となく駆け込むといった状態である。

日本人はもともと下痢に敏感だといわれている。それは、昔、赤痢や疫痢、腸チフス、食中毒などの急性下痢がひんぱんに発生して、たくさん人の生命が奪われたことがあったからで、それだけ恐れられていたから

である。そのころの死亡率の第一位を占めていたのが乳幼児の下痢だったということからもわかる。

下痢は急性と慢性とに分けられる。慢性下痢は急性に比べて排便回数はあまり多くはないが、一日一回でもそれが下痢便であれば下痢と診断される。

下痢はどうして起きるかというと、大腸の水分の吸収作用が不十分だと、便の水分が増加して下痢を起こすし、大腸の運動が亢進して便に含まれる

水分が十分に吸収されないまま排泄される場合もある。それに、腸粘膜からの水分の吸収作用の障害も原因となる。なかでも、大腸運動の亢進がもっとも大きな原因と考えられている。

そして、大腸運動の亢進をうながすと考えられるものに、①精神的ストレス②消化不良③食事アレルギー④飲みすぎ、食べすぎ⑤大腸内の異常⑥内分泌障害⑦自律神経の過敏⑧寝冷え⑨腸内の炎症⑩腫瘍(ガン)⑪寄生虫によるもの⑫乳糖分解酵素の欠乏——などがあげられる。

急性下痢の症状

急性下痢のうち、もっとも多いのは、食べすぎと飲みすぎ、そして寝冷えだが、食中毒や赤痢もこのうちに入る。症状としては、食べすぎや飲みすぎ、寝冷えによる急性下痢はひどくても熱を出したり痛みをともしないこととはまずない(急性胃炎を起こし、吐き気や胃の痛みを感じる場合もある)が、食中毒や赤痢などの伝染病は、発熱をともしない粘液、血液が混じることあつて、脱水状態になる。また、乳幼児の下痢はとくに注意したい。からだに水分が少ないため、それほどひどくない下痢でも脱水症状を起こす。喉だからだ。

慢性下痢の症状

慢性下痢は一日数回の下痢が1ヵ月以上もつづくような人と、何も下痢をする原因がないのに週に一、二回、下痢をする人というように、幅が広い。

慢性下痢を起こす原因としては先にあげたからこでは省くが、症状としては次のようなことがあげられる。

下痢とともに血液が混じっている場合があるが、このようなときは貧血が起きる。小腸の消化吸収障害や潰瘍性大腸炎、大腸ガンなどの病気があつた場合にみられる。

また、細菌や原虫などによる感染性の下痢の場合は、発熱があるというところは急性下痢のところで述べたが、潰瘍性大腸炎でも発熱するし、

治療については、食中毒や赤痢などの伝染病の場合は当然医師にまかせなければならないが、食べすぎや飲みすぎ、寝冷えなど急性下痢の大半を占めるものの場合には、食事はおかゆなどの半流動食と消化のよい副食(とうふ料理など)を主体に、飲み物も冷たいものをさけ、温めたものにします。そして、おなかを冷やさないようにして安静に寝ることが肝心だ。



胃 想 夫 工

食べすぎ・飲みすぎや、胃腸が弱っているときには、胃腸に対する思いやりが大切です。

強力わかもととは、消化酵素が食物の消化につとめ、胃の負担を軽くします。そして乳酸菌は、腸内の有害菌の繁殖をおさえ、腸の運動を正常に整えます。



300錠 1000錠

●食欲不振 ●消化不良 ●胃腸カタル
●便秘 ●胃アトニー ●下痢

強力わかもと



わかもと製薬



鼻をつく。
また、消化不良による下痢便は水に浮いて広がるが多いうふうにある。

大腸ガンでも二次感染すると発熱を起す。
慢性下痢でいちばん多いのは、下腹部の痛み。これは大腸運動の亢進やけいれんのために起こるとみられ、排便後には解消するのがふつうだ。
なお、慢性下痢の場合、便にいろいろ変化が現われる。発酵性の下痢は黄色で細かいアワが現われ、すっぱい臭いがあり、腐敗性の下痢では、どす黒い便で、腐ったような臭いが鼻をつく。

慢性下痢の治療法

まず、慢性下痢の治療の場合、いちばんたいせつなことは、その症状をよく見きわめて原因を知ることだ。そして大腸の運動をできるだけ亢進させないようにすることにある。発熱がひどいときや、下痢がなかなか止まらないような場合は安静にする必要がある。それに腹部の保温にも気をつけないと下痢をますます亢進させることになる。
食餌療法にしても、なるべく大腸を刺激しないような食品を選ぶことが必要だ。しかし、自己流の食事制限はかえって体力を低下させたりして内臓の病気に對しても悪影響を与えるので注意を要する。大腸を刺激するような繊維の多い野菜はさける。

生野菜よりも煮ものというように調理に工夫をこらすようにすることもたいせつだ。

何はともあれ、規則正しい食事と

●リンゴ●便秘にも下痢にもよく効く手軽な整腸剤。常食にするとよい。

●しそ●下痢がちな人は毎日少しずつ摂取するとよい。腸炎や食中毒の防止にも役立つ。

●ゲンノショウコ

●昔から胃腸病の妙薬として使われている。夏、これを干して赤痢や下痢止めの薬として使用していた。これは、牛扁草。といわれた古くからの民間

下痢に効果のあるもの



薬で明治末期に宣伝され一躍有名になった。タンニンの含有量が多く収束剤として下痢止めに効果がある。名前の由来は病気に卓効があったため「現の証候」から。
●ニラ●漢方では泌尿系疾患に使われる。下痢止めに効果がある。みそ汁や雑炊にするとよい。
●しょうが●芳香性健胃剤として古くから利用されている。腹痛や胸のむかつきなどに効果がある。

生活のリズムさえしっかりしていれば、特別の病気がないかぎり、便秘や下痢に悩まされることはない。普段からの養生がまずなによりも肝心だといえよう。

町の哀歓が...

少年たちが、往年の子供たちの愛すべき友だった『のらくろ』に何を感じているのであろうか。新連載『押阪忍のぶっつけ対談』の第1回ゲストにお迎えした田河水泡先生がわれらが『のらくろ』の秘話、逸話をズバリ語ってくれた。



庭木のせん定から 堆肥づくりもする

押阪 先生はとてもお若いんですが、何かスポーツをおやりですか。

田河 私は若いときから、スポーツに類するものは何もやりません。スポーツには勝ち負けがつきものではない。勝った負けたということがきらいなんです。私は家庭園芸が趣味なんです。すべての時間を注いでいます。いぶん熱心にやっています。

押阪 おいくつぐらいから？

田河 そうですね。二十代からです。東京の生まれで、庭や花づくりとは関係ない環境で育ったんですが、やはり、趣味がそこにあつてみると、趣味の範囲は広がっていくんです。初めてグリアの球根を植えたときに、たいして努力もしなかったのに、思いもかけず立派な花が咲いたんです。それが自分が咲かせたような気になつて、そんなことが園芸趣味に入るきっかけでもあつたんです。

押阪 下谷なんかですと、朝顔市とかそういう人情こまやかな催物などがありますから……

田河 よく、土いじりをするとか健康になるとかいわれるんですが、そういった……的なことは何も考えてい

ませんね。ただ好きなんです。

押阪 すると、先生は、いくら交通の便がよくても、マンション住いなかとてもじゃない、やはり、下駄をはいて土に親しんでいないと、という感じですか。

田河 そうですね。やらないのは盆栽と菊づくり。バラもつくりますが、バラ展に入賞させるという形のものはありません。

押阪 ありのまま、自然のままに、ということですね。

田河 大きいものでは庭木。全部自分で剪定します。そのほかには果樹類でぶどうとか柿、イチジク、あんずなど……。ぶどう棚も自分でつくるし、花壇にはチューリップ、水仙を植え、芝生のめんどろも見ると、押阪 水仙なんかそろそろ芽が出はじめていますね。ほくも意外と好きなんです。

田河 そうですか。ところが、これが十や二十ではなく、百球、二百球です。それからあとは、カブ、大根、ホウレン草……。それらは冬の間は休みますから、いまは温室になっています。カトレアが花盛りです。

押阪 自然なものでは、山茶花がいまちょこちょこ咲いていますね。

田河 少し霜が下りましたが、隣との境目は山茶花にしたり、ツルバラの垣根をつくるとか。

押阪 いいですねえ、それが先生の多少の健康法でもあるんでしょうか。土に親しむことなど。

田河 そうだと思います。いまは落ち葉を拾ってきて、堆肥をつくらいます。落ち葉をためて堆肥小屋をつくり、ヌカと油カスをまぜて、水をかけ、ゴム長をはいて踏みます。一年分の堆肥はつくりまわす。

押阪 麦踏みならぬ、堆肥踏みですか。いや、それにしても、うらやましいですね。さつき、盆栽をやらないとおっしゃいましたが、それは、盆栽というのはあるがままではなくて、人の力を加えて小さくつくりかえたりすることが趣味に合わないわけですか。

田河 庶民性がないというのか、値が張るものですよ、いい盆栽は。鉢は支那鉢でなきゃいけないとか、あれは金持ち趣味になるんですよ。そういうところが気に入らない。

押阪 なるほど、そうですね。

漫画の第一作目は ロボットものだった

押阪 ところで、もう何回も同じような質問を受けられたと思いますが、私もかつては読者の一員でございまして……。漫画を書きはじめた



"のらくろ"に下

昭和6年から16年まで少年倶楽部に連載されて、日本中の子供たちの心を奪った「のらくろ」が、今、またチビっ子たちの間で猛烈な人気を博しているという。エロ、グロ、ナンセンスの漫画、劇画の氾濫する少年雑誌を見る



いきさつ、どこから伺わせていただきましょうか。

田河 私は図案家でメシを食おうと思って、図案科を出たんですが、あまり仕事がない。童謡や、童話を書こうとする、さし絵を描こうとして、そこへ入ろうと思っても、すでにそこには群衆がいるわけです。

押阪 こだわるようですが、多少、そこには勝ち負けということがあります。

田河 そうですね。そこで、考えてみたら、落語をつくる人がいない。私は下町で、しかも、明治の育ちですから、熊公、ハチ公、隠居のことばのやりとりなどは地知ってます

から、落語を書いてや。と。競争相手もないし……。で、落語を書きはじめたのが二十五歳でした。

押阪 学校を出てすぐですね。

田河 ええ、そして講談社へ持ち込んだんです。編集長が応待はしてくれただけでも、お見受けしたところ

年も若そうだし、あなたが書きになったとは思えない。でも、この原稿はたいへんおもしろいから、来月

にどうぞよろしく、なんて……。押阪 そのときにお持ちになった原稿の内容は、ハツツアン、熊さんですか。

田河 そうですね。いちばん落語らしい、やさしいものですが、編集長は喜んで、こういうものの書ける人の出現を待っていたんだ、と。そのうちに、講談社のほかの雑誌からも書いてくれといわれまして……。押阪 最初のころ、編集長は田河先生の裏にゴーストライターがいると思っていましたね。それがようやくご本人である、と……。田河 そうですね。そのうちに、あなたは絵描きさんだそうじゃないか、と。こんなにおもしろいストーリーが組み立てられるなら、漫画家になりなさいよ、と。漫画家とは自分でも思いつかなかったが、とにかく描いてみるということで、初めから連載漫画を描かされたんです。ヘタな漫画を描かされて、持っていたら、結構です、これでいきます、と。とうとう漫画家にされちゃった。

押阪 それはどんな漫画だったんですか。

田河 いまというロボット、人造人間といった感じが……。押阪 その漫画を覚えてる人はいますかしら、のらくろを知っている人で……。

田河 どうですか。とにかく博士が人造人間をつくって、いろいろに行動させると、博士の思うようには動かないで、逆してみたり、こわれてみたり、漫画のテーマとしてはたい

へん自由がきくんです。すると、ほかの雑誌からも描いてくれという。連載漫画の注文が増え、落語を頼んでくれなくなっちゃった。ハテナ、それじゃ、おれは漫画家かな(笑)。

絵描きから図案家、落語作家とみんな挫折して、漫画家というところに定着したわけだけれども、まさか子供の漫画を描こうとは思っていなかったですよ。

押阪 それがのらくろですか。

田河 そうなんです。少年倶楽部から注文があつて……。

押阪 手塚治虫さんの鉄腕アトムは戦後ですが、そのはるか以前に先生がそういったメカ的なものを描いていたというのは初耳ですね。

田河 まあ、ロボット漫画のはしりをやったわけです。

押阪 そういうことですね。

宿無しのくろ犬に 兵隊ごっこをさせる

田河 のらくろ構想ですが、少年倶楽部の発行部数が五十万部。ところが、少年倶楽部を読みたいという子供の数は一千万ないし二千万人はいるわけです。ということは、買ってもらえない子供のほうが多い。まあ、借りて読むわけですね。そこで、そ

の子供たちのために漫画の主人公をきめよう、と。

押阪 底辺からいったわけですね。

田河 ええ、そうしたら、いちばんどん底に野良犬がいた。これなら、どんなに環境の悪いところにいる子供にしても、おれなんかまだましだ、この野良犬はかわいそうだな、おれがかわいがつてやろう、という優越感が持てる。当時の子供は兵隊ごっこをよくやっていたから、犬に兵隊ごっこをさせたら、子供もおもしろがるだろう、と。二年間続けるつもりだったんです。二年目の終りに、これで終りだから、のらくろを上等兵にしてやれ、と。私も現役二年やっ、一等兵で帰ってくるぐらいだから、軍務には精励しなかったんです。作者はなれなかったが、のらくろを上等兵にしたところ、初めからのらくろのファンになってくれた子供たちが、のらくろ君よかつたね、おめでとう、というファンレターを山のようにくれたんです。日曜日に行くところがなかったら、ぼくのうちへおいでよ、お母さんも、来てもいいっていつてたよ、というような手紙もきたりました。そこで、昨年亡くなられた、名編集長といわれた加藤さんが「これだけファンのついた漫画を二年でやめるのは惜しい。下士志し」させて、三年目も続けま

しょうや」といつてくれた。金筋を一本入れて、のらくろ伍長としたところが、それから爆発的に人気が出てきたんです。それというのも、文具、玩具、おかし、すべてにのらくろの意匠が使われはじめました。

押阪 そのころ、著作権はどうだったんでしょ。

田河 ありました。しかし、私は著作権を主張しなかったんです。こうやって私ののらくろを宣伝してくれているんだ、という解釈。つくったものは送ってきました。それについて著作権料をくれ、といわなかったことが、大成功だったと思つています。三年目も、そういうことだったから、加藤編集長は、「これはいつそのこと、年々一階級ずつ上げて、末は大將か元帥かという歌もつくつて、大將になるまで続けましょうや」と。そこで少年倶楽部でも、長期大連載」ということばを使いはじめたんです。そして、十一年間続いた昭和十六年、大東亜戦争に突入するころ、執筆禁止、というのがきたわけですね。その理由は、あなたが少年倶楽部にのらくろを描くと、ファンがついているから少年倶楽部が必要以上に売れる、と。当時、紙は配給制度になっていたから、必要以上に売れるのは国策として不利益なことだというわけです。だから、私は役



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



所へ、国策にもとづいたテーマで描いているんです、いいわけをしに行ったんです。すると、いや、あなたは商業主義に協力しているんだ、となるほど、描くから雑誌が売れているので、そういわれちゃ、グウの音も出ないです。それで、昭和十六年、大東亜戦争にはいる直前にや

めさせ、たわけです。

飛ぶように売れた 復刻版のらくろ

田河 のらくろは大尉までいったんです。次の年は、そのまま続ければ少佐になる。間違

えた、ころんだ、スペツタということをやると、それこそ、軍部から威厳にかかわるという苦情が出ることにはわかってはいるから、大尉あたりで依頼免官でやめさせたほうが無難だと。

押阪 ベーソスがなくなるでしょうね。少佐では……。田河 その間に、軍部がよく文句をいわなかったねといわれますが、実は文句をいったことがあるんです。押阪 でしょうね。失敗談というのはわれわれから見る

とたいへんはえまし、んですが……。

田河 そういうことも含めてでしょうが、政党と軍部との国会でのやりとりがあつて、政党が軍部に対して、「かののらくろを見よ」とやったんだそうです。現在の日本の軍隊のあり方をのらくろが表現している、と。軍部攻撃の材料に使ったんだそうです。そこで憲兵隊長が調べてみると、軍旗の意匠が違う、と。これは皇軍ではない。よその国の軍隊だ、旭日の連隊旗でなければ、日本の憲兵がこれを取締まるわけにはいかんと。私はあとで憲兵隊長から聞きましてあんた、うまいことやっておる、といわれました。

押阪 ハハア、なるほどね、それは意識的にやったわけですか。

田河 そりゃ、軍旗の尊厳については、軍隊へ行つたから知っていますよ。たいへんなものです。だから、猛犬連隊には猛犬連隊旗が制定されなければ、という気持ちがあつて、つくつたんです。

押阪 そうですか。いろいろとあるんでしょうね。のらしろとかのらあとか、そんなようなものも出たように記憶していますが、黒い犬に着目されたのは、何か理由があるんですか、特に黒い犬がお好きだったとか……。田河 そうじゃないです。ほかの犬

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)



少年倶楽部文庫より

は線描きで、ただ一匹だけ黒くしたのは目立たせるためです。名前も、野良犬の黒だから、のらくろ、と。押阪 そののらくろが、いままたブームになっている……。これはどういうことなのでしょう。

田河 私の人相にそれがあるんだそうです。あるとき何人か集まって、世間話をしていたら、隣にいた人が「あなたは二十四年たつと、昔の盛りが戻ってくる人相をしていますよ」と。「あなたは人相見ですか」と聞くと、「いや、私は警視庁の鑑識課の者ですが、容疑者を人相から判断することもできるので、人相の研究をしているのです」。終戦後何年

くらいだったか……。私にも中だるみがあって、終戦後、いっぺん消えたんです。新しい若い者がワツと出てきて、田河水泡なんてのは古くなっちゃったんです。しかし、二十四年とはまた長いなあ、と。そんなこといわれると、やっぱり、待っていますからね（笑い）。終戦の二十年を境目におくと、それから二十四年といえば昭和四十四年。その年に、私は紫綬褒章をいただいたんです。押阪 なるほど。そうでしたね。

田河 それがきっかけで復刻版が出はじめて、大部数売れて、いままた、少年倶楽部文庫から二百八十円という安い本が出たから、子供は自分の小遣いで買える。これまたいへんな売れ行きです。

ユーモアは醜から 優美に昇華したもの

押阪 いまの十歳以下の子でさえ、のらくろを知っていて、おもしろいというんです。戦後、手塚治虫さんの鉄腕アトムから始まって何とかレインジャーとか、グレート・マジンガーとか、そういうメカのものには慣れていても、哀愁とかペーソスとか、底辺のものに対する気持ち、いまの子供には薄れているんじゃない

いかと思うんです。そういう子供たちに、のらくろがたいへんウケるといふのは、どうなのでしょう。

田河 滑稽があり、笑えるからです。劇画には笑わせるところがいいですね。しかも、現代はほとんどが劇画でしょう。

押阪 催涙ガス弾だ。サイですが、サイか。というふうなことが、のらくろの中に出てきますね。

田河 実は、いま必要があつて、美学の概論のようなものをやっているんですが、滑稽というのは美の反対の醜の概念に近いものなんです。アリストテレスが、紀元前三百年ころに「滑稽とは有害ならざる醜の一種である」とズバリいつているんです。ところが、その後二千年も歴史が流れてカントまできて、カント以後、ベルクソンだとかリブスだとか、やつと滑稽について発表しているんですが、その間、滑稽についてはずっと無視されてきたんです。つまり、滑稽というのは醜の一種であるから、醜に戻りやすい。劇画では、サツと刀を振れば人がバラツと切られる。凶悪・残酷・恐怖、それぞれは醜なんです。これらが作品になったときは美になるんです。それを現代の人は喜び、あるいは眉をひそめながらも見ている。

押阪 その現代において、なぜのらくろがウケルか、ということですね。

田河 のらくろは醜から離れようとしているから。滑稽が醜から離れて次の概念の優美と結合したとき、そこにユーモアが生まれるんです。醜に戻ることはやさしいが、ユーモアをつくるのはむずかしい。滑稽がただ単に滑稽であるときは、たあいもないが、優美と結合したときにユーモアという概念が生じて、品がいいものになるんです。子供がのらくろをおもしろいと思うのは、そこにユーモアがあるからなんです。

ささやかな幸せを のらくろに捧げたい

押阪 そののらくろ君が現代に戻ってきましたが……。

田河 そう、山ザル將軍とブルドッグ連隊長とが話合つて、お互いに果てしない戦いをするのはやめて、この力をそれぞれの国の平和建設のほうに用いることにしよう、と。

押阪 頂上会談をして……。

田河 そう、話合いができて、軍隊を解散した。ブルドッグは会社を経営し、ひげモジャの中隊長は立候補して市会議員になり、眼鏡をかけているのは学校の先生になり、私立探偵社を始めたやつもいて、のらくろ

は、探偵社を手伝わないかといわれ、やつとネクタイを結び、背広を着て行動するところまで来たんです。それ以前はのらくろ放浪記として、土方もやれば、宿屋の番頭もやる、緑日でテキ屋の世話になってぞつき本を売ってみたり、いろいろ苦勞するわけです。

押阪 復員生活ですね。

田河 彼はまだ身寄りたよりのない野良犬ですから、恋愛して結婚をし小さな所帯を持つてはじめて長年の



野良犬 山から足が洗える。子供でもできれば、小さな所帯だが、これが世間一般のたどりつく幸せな場所です。決して彼を偉くしません。

押阪 なるほど、そうですね。

田河 アパートでもいいから、家庭を持たせて、世間並みに食っていられるだけの庶民の幸せに彼を到達させたところで終わろうと思っています。

押阪 なかなか終らせてくれないんじゃないですか、世間というものは。

田河 しかし、そうなるころに、かりにあと三年かかるとしたら、私も八十歳になりますよ。

押阪 そういえば、ことし喜寿だそうですね、おくれはせながら、おめでとございます。

田河 どうも。八十になったらやめでもいいでしょう。

押阪 長谷川町子さんですか、ファミリーという漫画がごさいますが、そういうふうな形に変わっていくかもしれない、と。

田河 そうですね。私にまだ若いエネルギーが残っていれば……。

押阪 そりやもう、自家菜園で土の香りとともに……。

これからご健康に注意なさいます、がんばっていただきたいと思えます。どうもありがとうございます。

(協力・レストランVIVV)

商い開眼。

まさにピッタリ「地の利を生かす」商売繁昌法。

東京都下最高の流通センター **八王子総合卸売センター** 第2次出店募集 第二期増設店舗 本年3月25日開場!!



第二期増設店舗

■募集業種

鮮魚介一般・練珍味・塩干物・海産加工品・青果物仲買業・生菓子・のり・茶・各県特産物・燻、缶詰・乾物、その他一般食料品。日用衣料・日用雑貨・文具・玩具・運道具・履物・喫茶レストラン・理髪、その他。

■市場施設概要 (含第二期増設店舗)

●敷地面積/19,300㎡ ●建物延面積/7,250㎡ (鉄骨ALC造平家店舗2棟、鉄骨ALC造2階建店舗2棟、ほかゲート棟、冷蔵庫など) ●商社店舗小間数/192小間 (1小間当面積16.5㎡~33.3㎡) ●同時駐車能力/1,500台 ●1日平均買出人数/1,500人~2,500人 ●道路環境/正面南側一国道(甲州街道バイパス)幅28m、正面西側一都道幅18m、正面北側一市道(都市計画公園隣接)幅6m

●お問合せは

八王子総合卸売センター株式会社

本社/東京都八王子市北野町1468 〒192 ☎0426(45)6500 (代表)
営業部直通 ☎0426(44)1411

易学考

憂愁のヴェールと加藤剛

松柏天

居酒屋が割れんばかりの哄笑や怒号の中で酒を飲む人がいるかと思えば、片隅で涙と共に飲み込む人もいる。

だが、その中に加藤剛が座っていたとしたら恐らく端正なマスクをやや下に向けて箸を動かし肴を口にはこぶとやたら美味しそうでもなく、かと言ってひどくまずいでもない、ごくあたり前の涼しい食べ方をするだろう。たとえ山海の珍味、王候貴族の食物であったとしても……。

酒の飲み方、または肴の食べ方にしても古来から食相として最高なのはそんな食べ方である。世の中が乱れて来ると食相もいやしくなつて犬のよう音をたてて食べたり、のどチンコが見えるほど笑つたりするのが平気になり、コマージュシャルでは餓餓の食相までタレントは演じねばならない

おかげでわれら日本人の家庭までもが下流西洋人にかぶれて良き食相が日々失われつつあるのではないか。

そんな状況の中でも加藤剛は良き食相をくずさず、酒も静かに飲み干すにちがいない、と言つても私は彼と食卓を共にしたことはない。

あくまでも彼の生年月日から推理した性格とTVの画面を通じての想像である。決して分を過ぎることのない品の良さ、感受性ゆたかであつても露出しない神経、秀才と

呼ぶにふさわしい頭脳をもちながらキラキラとイヤ味に光らない。思索的であり、行動的である。インテリと呼ばれても青白くない加藤剛。

だが、これだけ言つても彼を説明するに充分ではない。肝心なスパイスが抜けている。それはシェイクスピアの「ハムレット」または唐代の大詩人、杜甫を思わせる憂愁のヴェールである。

これを四柱推命では「病」と呼ぶ。われら日本人はこの字をみると不愉快な顔をするが悪徳医師は聖徳太子に見えて愉快になるだろう。

だが本来、人間は少しばかり肉体的にも精神的にも「病」を持った方がいいのだそうである。たしかに病氣をしたこともない人はつき合いくいし、そんな人の多くはポツクリと行く可能性が強い。

この「病」の宿命星をもつ人は幼少の頃に病弱だつたり大病したりする。頑丈な身体があれば大けがをしたり、急に長患いをして起き上がれず生涯を終つたり、いつも生活が順調に進まず、病氣にかかつているような状態が続く。

したがって表情も太陽のように明るくはない。他にどんな明るい宿命星があつても、この「病」があればモヤがかかつて太陽の風景も水墨画のようになににじんできて幾ばくかの愁いがただよつてくるのである。



指 数 表													
年 号		各 月 の 指 数											
日本	西暦	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
明治30	1897	55	26	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29
	31	1898	60	31	59	30	60	31	1	32	3	33	4
	32	1899	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9
	33	1900	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14
	34	1901	15	46	14	45	15	46	16	47	18	48	19
	35	1902	20	51	19	50	20	51	21	52	23	53	24
	36	1903	25	56	24	55	25	56	26	57	28	58	29
	37	1904	30	1	30	1	31	2	32	3	34	4	35
	38	1905	36	7	35	6	36	7	37	8	39	9	40
	39	1906	41	12	40	11	41	12	42	13	44	14	45
	40	1907	46	17	45	16	46	17	47	18	49	19	50
	41	1908	51	22	51	22	52	23	53	24	55	25	56
大正1	1912	12	43	12	43	13	44	14	45	16	46	17	47
	2	1913	18	49	17	48	18	49	19	50	21	51	22
	3	1914	23	54	22	53	23	54	24	55	26	56	27
	4	1915	28	59	27	58	28	59	29	60	31	1	32
	5	1916	33	4	33	4	34	5	35	6	37	7	38
	6	1917	39	10	38	9	39	10	40	11	42	12	43
	7	1918	44	15	43	14	44	15	45	16	47	17	48
	8	1919	49	20	48	19	49	20	50	21	52	22	53
	9	1920	54	25	54	25	55	26	56	27	58	28	59
	10	1921	60	31	59	30	60	31	1	32	3	33	4
	11	1922	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9
	12	1923	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14
昭和1	1926	26	57	25	56	26	57	27	58	28	59	30	60
	2	1927	31	2	30	1	31	2	32	3	34	4	35
	3	1928	36	7	36	7	37	8	38	9	40	10	41
	4	1929	42	13	41	12	42	13	43	14	45	15	46
	5	1930	47	18	46	17	47	18	48	19	50	20	51
	6	1931	52	23	51	22	52	23	53	24	55	25	56
	7	1932	57	28	57	28	58	29	59	30	1	31	2
	8	1933	3	34	2	33	3	34	4	35	6	36	7
	9	1934	8	39	7	38	8	39	9	40	11	41	12
	10	1935	13	44	12	43	13	44	14	45	16	46	17
	11	1936	18	49	18	49	19	50	20	51	22	52	23
	12	1937	24	55	23	54	24	55	25	56	27	57	28
昭和12	1938	29	60	28	59	29	60	30	1	32	2	33	3
	14	1939	34	5	33	4	34	5	35	6	37	7	38
	15	1940	39	10	39	10	40	11	41	12	43	13	44
	16	1941	45	16	44	15	45	16	46	17	48	18	49
	17	1942	50	21	49	20	50	21	51	22	53	23	54
	18	1943	55	26	54	25	55	26	56	27	58	28	59
	19	1944	60	31	60	31	1	32	2	33	4	34	5
	20	1945	6	37	5	36	6	37	7	38	9	39	10
	21	1946	11	42	10	41	11	42	12	43	14	44	15
	22	1947	16	47	15	46	16	47	17	48	19	49	20
	23	1948	21	52	21	52	22	53	23	54	25	55	26
	24	1949	27	58	26	57	27	58	28	59	30	60	31
昭和24	1950	32	3	31	2	32	3	33	4	35	5	36	6
	26	1951	37	8	36	7	37	8	38	9	40	10	41
	27	1952	42	13	42	13	43	14	44	15	46	16	47
	28	1953	48	19	47	18	48	19	49	30	51	21	52
	29	1954	53	24	52	23	53	24	54	25	56	26	57
	30	1955	58	29	57	28	58	29	59	30	1	31	2
	31	1956	3	34	3	34	4	35	5	36	7	37	8
	32	1957	9	40	8	39	9	40	10	41	12	42	13
	33	1958	14	45	13	44	14	45	15	46	17	47	18
	34	1959	19	50	18	49	19	50	20	51	22	52	23
	35	1960	24	55	24	55	25	56	26	57	28	58	29
	36	1961	30	1	29	60	30	1	31	2	33	3	34
昭和37	1962	35	6	34	5	35	6	36	7	38	8	39	9
	38	1963	40	11	39	10	40	11	41	12	43	13	44
	39	1964	45	16	45	16	46	17	47	18	49	19	50
	40	1965	51	22	50	21	51	22	52	23	54	24	55
	41	1966	56	27	55	26	56	27	57	28	59	29	60
	42	1967	1	32	60	31	1	32	2	33	4	34	5
	43	1968	6	37	6	37	7	38	8	39	10	40	11
	44	1969	12	43	11	42	12	43	13	44	15	45	16
	45	1970	17	48	16	47	17	48	18	49	20	50	21
	46	1971	22	53	21	52	22	53	23	54	25	55	26
	47	1972	27	58	27	58	28	59	29	60	31	1	32
	昭和48	1973	33	4	32	3	33	4	34	5	36	6	37
49		1974	38	9	37	8	38	9	39	10	41	11	42
50		1975	43	14	42	13	43	14	44	15	46	16	47

加藤剛のようにキラメク金の星を持った男にこの憂愁の「病」の星が、光に対する影のように人間的な味つけをしているのでもある。

杜甫が世の中の不正や不合理に対して憤り、理想の世界を烈しく強くぞんだように彼も正義のために誠実の道を歩いて行くにちがいない。

だが、不合理に対する憤りが悩みとなり思索の海に深くもぐろうとも、もぐりつばなしの人は生涯スボットライトを浴びることはない。

思索も時には打ち切り休まねばならない。そうして浮上した人々には、思うこと、考えることを得意とする人だけに「病」の日に生れた人には相対性原理のアインシュタインやキュリー夫人、わが日本では井深大、松下幸之助のように頭脳人間が目立っている。

また、病弱の身を克服したり、病める環境の中から理想をめざして行動した人が多く、人一倍体

力を要するプロスポーツ界にはさすが少ない。元巨人軍捕手の森昌彦、カープ優勝の強力助っ人として活躍したゲール・ホブキンスなどが目立つが、やはり頭脳的なプレーでライトを浴びている。ホブキンスなどは医学書をダッグアウトに持ち込むほどである。

はらいのけようとしてもたち込めてくる憂愁のウェール。その中で理想をかけた、正義の味方として行動する「病」の日に生れた人が、ひよっとしたらあなたかも知れない。

また、あなたの周囲に、居酒屋ではきまつて隅っこに座り、ひたひたに降りかかってくる長い髪を払いながら、ひとり憂愁の酒を飲む仲間がいるかも知れない。だが決して彼がきのうフラれた彼女にこがれ、明日の月賦に苦モンしているのだと軽

べつしてはならない。生涯もぐりつばなしの「病」だと思っていれば、突然思索の海から浮上して世界の発明を成しとげ、大富豪となつてあなたの上に君臨するかもしれないのだから。

前号と同じく、表の生れ年を横にたどり、生れ月に自分の生日をたし、数字が4、10、16、33、39、45だったら病の日に生れたことになる。

この病も2種類あつて33、39、45は少し明るい憂いだが短気。4、10、16はおっとり型の本格憂愁。4は男女とも色難の憂い、10、45の女性には悪い男がモヤを立ちこめる。

「病」の出し方



今回はアメリカのウイスキーと日本のウイスキーについて書きましょう。

コロンブスがアメリカ大陸を発見して以来世界の国から、この未知な国に人々が押し寄せていきました。当然、酒も造られたわけで、始めは野生のブドウを見つけてワインを造り、飲んでいました。その後、どういうわけか、ワインからブランデーを造らないで、トウモロコシ、大麦、ライ麦らの穀物からアルコールを造ることを知り、一八世紀の終りごろには、いたるところで蒸溜場が生まれ、一般の農家までが造り始めました。そして、たくさんの方の出現でアルコール中毒者がどんどん増え始めていきました。

そんなころに南北戦争が起こり、これらの業者に税金をかけるようになったのです。蒸溜場は減って、その結果、良質のアルコールが造られるようになり、今日のアメリカン・ウイスキーの基礎となったわけです。

ふつう、アメリカン・ウイスキーの場合はオーク材の樽に八年ぐらい熟成させないと良いウイスキーといわれませんが、樽の内側を焼いてからアルコールを入れ、熟成することによって四年ぐらいで香りのある、そして独特の味のあるウイスキーができることを知り、いまでは、ほとんどがこの熟成方法をとっているのです。

アメリカン・ウイスキーといえば、

イの一番に浮ぶのは「バーボン・ウイスキー」ですが、このほかに「ライ・ウイスキー」「ホイット・ウイスキー」「サワーマッシュ・ウイスキー」または「コーン・ウイスキー」といくつかの種類に分けられています。

一般の人たちの中には、アメリカのウイスキーはトウモロコシから造られていると思っている人がたいへん多いようですが、トウモロコシだけでは良いウイスキーは造れません。これからはアメリカン・ウイスキーにはトウモロコシも入っているというふうに変えてください。

たとえば、有名なバーボン・ウイスキーの場合、原料は五十一%以上トウモロコシ、一〇%以上が麦芽、ほかに大麦などの穀物を使用し、製法は前回に書いたグリーンとあまり変わりありません。

酒話

ウイスキー(下)

スコッチに迫る名酒

ジャパン・ウイスキー

澤井慶明

■全日本バーンダー協会・国際酒類株式会社 AWA オアシス社社長 ■一九六七年世界カクテルコンクール優勝者

ライ・ウイスキーは五十一%以上ライ麦を使い、一〇%以上の麦芽を、そして、その他の穀物を使用しています。ホイット・ウイスキーは五十一%以上小麦で、一〇%以上麦芽を使っています。サワーマッシュ・ウイスキーは穀物を蒸煮して糊化したものに麦芽を加えて糖化させ、更に蒸溜廃液を混ぜるのです。このウイスキーが一番手のこんだ製法で高級ウイスキーとされ、アメリカで、「私はサワーマッシュしか飲まない」というと、「あなたはウイスキー通ですね」といわれます。日本で良く知られているものではジャック・ダニエルなどがこのウイスキーです。

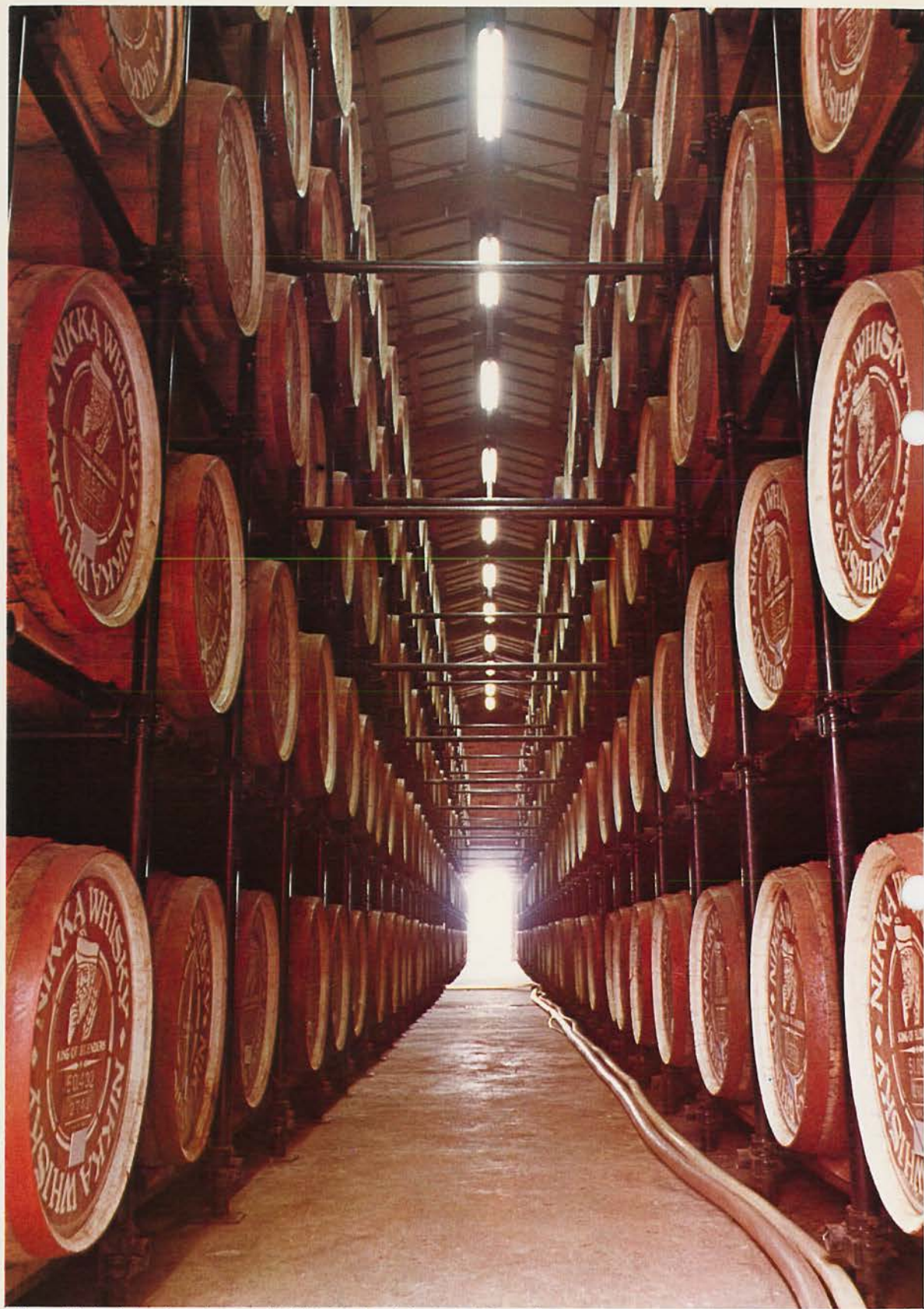
さて、日本のウイスキーは、どちらかというと製法も、使っている穀物もスコッチ・ウイスキーとあまり異ならず、むしろ、麦芽などは良質なものを選んで使用しています。ブレンドの時にもモルトを多く使用しますのでスコッチ・ウイスキーとくらべて優るとも劣らないくらい良いのです。

サントリーの創始者と竹鶴政孝氏(ニッカウイスキー会長)の出合いが日本のウイスキーの基礎といわれますが、イギリスで製法を研究した竹鶴氏の製法が、すなわち、日本のウイスキーがスコッチ・ウイスキーに似る最も大きな要因なのです。

いまでは、ジャパン・ウイスキーとして世界に知られていますが、特に、最も良いモルトを使っているニッカ・ウイスキーが有名です。また、モルトの保有量も日本一といわれています。ただ、日本のウイスキーの場合、熟成させる方法に、内側を焼いたオーク材の樽を多く使用するので、スコッチと香りの違いがあります。

ウイスキーの中でも同じ年代物ならブレンドよりストレート・モルト・ウイスキーの方が高級です。ホテルのバーで彼女同伴でどんなストレート・モルトのスコッチ、あるいはサワーマッシュがあるかたずねてごらん下さい。あなたの株は上がります。日本のウイスキーならばニッカのキングスランドなどが手ごろな高級ウイスキーといえるでしょう。

(了) 次回からはブランデー



ブレンドしたウイスキーを、この貯蔵庫でさらにねかせ、風味を安定させる（写真・ニッカウイスキー）

ついに新発売 ロイヤルゼリーの軟カプセル！

待望の品をついに開発。ご愛用者に大きな朗報です！！

生ロイヤルゼリーから水分だけを4%前後にまで減圧乾燥で脱水して、それをナチュラルのビタミンEで包み、更に純正のごま油で皮膜した軟カプセルです。



東京都医師協同組合連合会推奨品

株式会社 三友

東京都台東区寿2-10-15田原町ビル6F ☎03-843-4661

100カプセル入り定価9000円

1カプセル生換算200mg)

- ビタミンEが強化を防ぎ品質を守ります。
- 常温で保存に耐え携帯にも便利です。
- 無汚染、無農薬の純正品。

青山のステーキハウス

シャーウッド



キングスな味と雰囲気のお店



年中無休・AM11:00～PM10:00

●ステーキ・ディナー

ワイン、芝海老カクテル、スープ、ライス、サラダ、コーヒー付
Aコース ¥4,000 Bコース ¥5,000

●ビーフ・ステーキ

ワイン、パン・ライス、サラダ、デザート付
6オンス ¥1,700より

●ワイン

メルシャンパンローゼ ¥750 ボルドー・スベリユール ¥2,500より
ウイスキー・キープボトル サントリー ¥4,000 ホワイトホース ¥5,800ほか

●ランチタイムサービス

日替りメニュー ¥450 ビーフ鉄板焼 ¥650 ミンツステーキ ¥980
<11:00～2:00>

(サイドサラダ、ご自由におとりください)

>ご宴会、ご会合、ご予算に合わせてご相談申し上げます<

地下鉄青山1丁目

港区南青山2-5 英国ドレードセンター(ポーラ青山ビル)B1

☎(408)2525・(478)0902





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
家族会員	〈無記名式〉.....30万円
家族会員10万円



VIVI

六本木ロアビル4F~6F ☎03(402)6281(代)

味と音にうるさい モダン・ボーイ

趣味のつり具「銀水店」店主

河野泰義さん

麻布十番に釣具店を経営する河野さんは店がヴィヴィに近いこともあって、オープン以来この二年五ヶ月というものの週に二度の割合でレストラン・ヴィヴィを利用しているモダンな江戸っ子旦那。

「昔、作曲をやっていた名残りでしょうか食事に音楽がないとどんなおいしいものでも食欲が湧かないんです。そんなことでヴィヴィはわたしのお腹を満足させるおいしい料理と快いリズムがマッチして、楽しく食事ができるんです。そして気取りのない家庭的雰囲気は家族でくるのにうってつけですのでいつも家内と息子の三人で利用しています」
昨年ヴィヴィに出演していた女性歌手が河野さんの息子さんのお嫁さんになり、ますますヴィヴィと深い仲。河野さんにとってヴィヴィはまたまた縁結びの場となったようである。



「鹿」インテリア

とめ具なしのユニット家具 コンティ

日本ではユニット家具は売れない、というジンクスがあるといわれてきた。たしかに多くのユニット家具は、複雑すぎて素人には組み立てることがむずかしい。また日本の住宅事情や日本人の生活に合ったユニット家具がなかった。

そんななかで、ユニット本来の合理的な家具「コンティ」が発売され話題を呼んでいる。「コンティ」は自由に大きさを組み立て方が変えられ、持ち運びはいたってかんたん。しかも、シンプルで美しい。写真はそれで組み立ててみた家具の一例である(2セット分)。

基本セットはA1サイズとA4サイズのボックス4個組みが2セットと、棚板5枚と台座2本が1セットになっている。棚の長さは120cm。奥行きは30cm。厚さは3cm。色はメラミン樹脂化粧板貼の白と、プリント合板貼の木目のものがあり、スペースに応じて形が自由に変えられ、必要分だけ買い足していけるので非常に便利である。本のサイズのA判、B判がボッ

クスユニットの寸法になっているので、種類の違うものどうしを2個ずつ重ねると同じ棚の高さになるように工夫されている。そのため段違いの横長のユニットも作れる。「コンティ」であなたの部屋をユニークに変えてみたいだろうか？

本誌愛読者にかぎり、基本セット定価四万二千五百円を三万八千五百円(送料込み)で特別販売します。なお、先着十名様にかぎり当編集部が千五百円負担で、三万七千円にて頒布いたします。ご希望の方は当編集部宛ハガキでお申込みください。



基本のフンセット

職人道

■大和の国の能面師

福井由次郎氏(六十八歳)

求道者の魂、能面に宿る

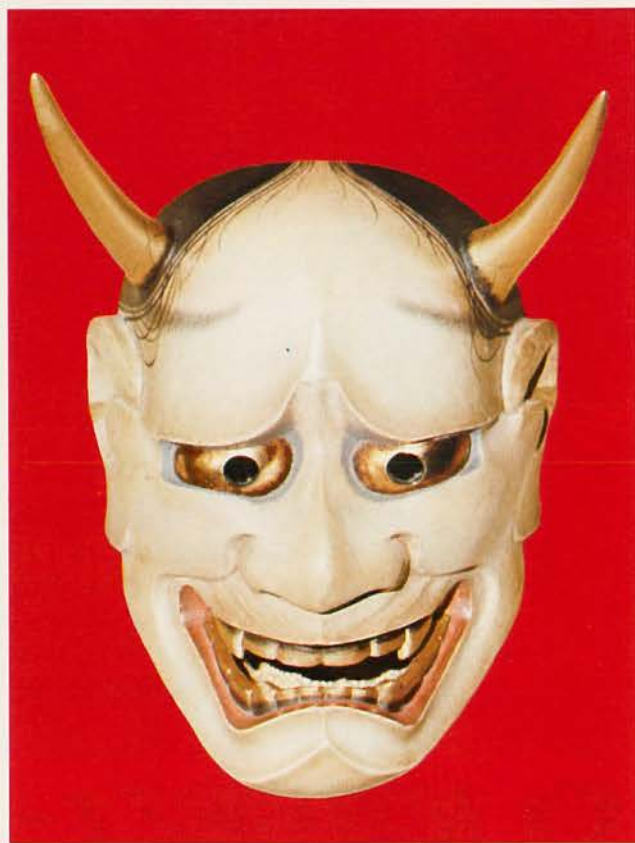




感官をよびおこそうと一彫して見つめるまなざしは静かだが厳しい



能面は室町時代の本面の基準に従う。絶対に自己の創造を許さない



田園が「かしこに見え隠れする奈良は、いたるところに小高い森を頂いた古墳が見られ、福井さんの仕事場にも歴史の畝を渡ってきたほのかな太古の香りが漂う。」
「だめでんなあ、だめです。能面は奥が深すぎますわ。線ひとつ引くにも昔の能面師のようにう引けん。わしには本物は打てません。なんでや——努力がたりんのや」
三代続く瓦職の長男として生まれた福井さんは二十三歳のとき、親の意向を無視し京都の仏師、寺瀬三楽氏の門に入った。

ど、わしが彫刻がやりうて、やりとうてしかたなかったんや。わしの一生でただ一度の道楽をさせてもらたんです。けど歳が若すぎるのんか仏像の心が分らんて苦労しましたがな。そのころ師匠の床の間に掛けてあった小面の能面に魅せられてしもて、よっしゃ、ほならこの女子を彫ってやろうと二年でそこを飛び出し、能面師、北沢耕雲先生のところへ移ったんですわ。奈良は能面の生まれた果でっしゃろ、



立派な面を作らんとわしの国の恥をさらすみたいでなあ、一所懸命やりました。いいもんを打つには雑念は無用。見ざる、聞かざる、言わざるで今日まで打ってきましたんや。女子に気を取られたのは三楽師匠の小面の面だけや。あれは美人やった。本物の大和美人や」
百年の年輪が渦巻く檜は堅くしまり、重い。
「翁や平太は彫りが深いでしゃろ、だから表情もつけやすいが、小面となるとのっぺりで、ちよつとかなわん。別嬪はなかなかできやらん」
冬の奈良盆地はからだの芯まで凍てつく。朝五時、まだ暗いうちから、面を打つ音が乾いた空気をふるわせて聞えてくる。東の空が白むころ求道者の厳しさであろうか顔にうっすら汗がにじむ。一心不乱に面を打つ福井さんに夜叉王の魂が乗り移る。

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

現地案内所—群馬県利根郡片品村土出758

☎027858-7131(代)7132・7385

027858-7588

東京案内所—東京都中央区京橋2-13 橋5号館

☎03-567-6341(代) ☎03(404)8836(代)

尾瀬開発(株)

●ふるさとの手づくりの味を民宿で—

笠科旅館 (027858) 7353	④千代田館 (027858) 7041
①民宿かめや荘 " 7156	④ホテル尾瀬 " 3008
①宿路荘 " 7147	④三松館 " 7201
①幸野旅館 " 7215	④みさわ旅館 " 7231
①呈明荘 " 7128	④萩原旅館 " 7347
①東の木食堂 " 7117	④吉野旅館 " 7431
①桐旅館 " 7306	④好美屋 " 7350
①の旅館 " 7440	④さつき荘 " 7404
①かたね旅館 " 7587	④うめや " 7337
①あたご旅館 " 7550	④ふみもとや " 7336
①みよしの旅館 " 7096	④民宿りょうへい " 7338
①民宿つちいで " 7551	群馬県利根郡片品村大字土出
①松風荘 " 7551	

■現地宿泊所■



思い出がよみがえる やさしい折り紙

この冬、ゲイラカイトという
奇妙な凧がよく空に上がって
いました。コンピュータが
はじき出した理想の凧だそう
で風さえあればだれでもじよ
うずに上げられるところがミ
ソ。ところが、そんな中にも
昔ながらの手づくりの六角凧
が威勢よく上がっているのを
見たりすると、やっぱり日本
の正月はこれだなあと感じま
す。そこで手づくり凧ならぬ
昔懐かしい折り紙の特集をご
家族でできるようにやさしい
ものを選んでみました。思い
出をお子様に伝えては……。

ふうせん

富山の薬売りのおじさんがいろとりどりの紙ふうせんをよく持っ
てきてくれたものです。それとは少しばかり違う四角いふうせん
の折り方を、きょう、お母さんから教えてもらったんです。

袋の中へかどをさしこむ

裏側も同じに



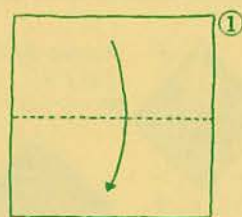
裏側も同じ要領で



Aを開きながら
つぶしていく



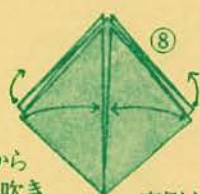
裏側も同じように
開いてつぶす



ここから
いきを吹き
込んで
ふくらます



できあがり

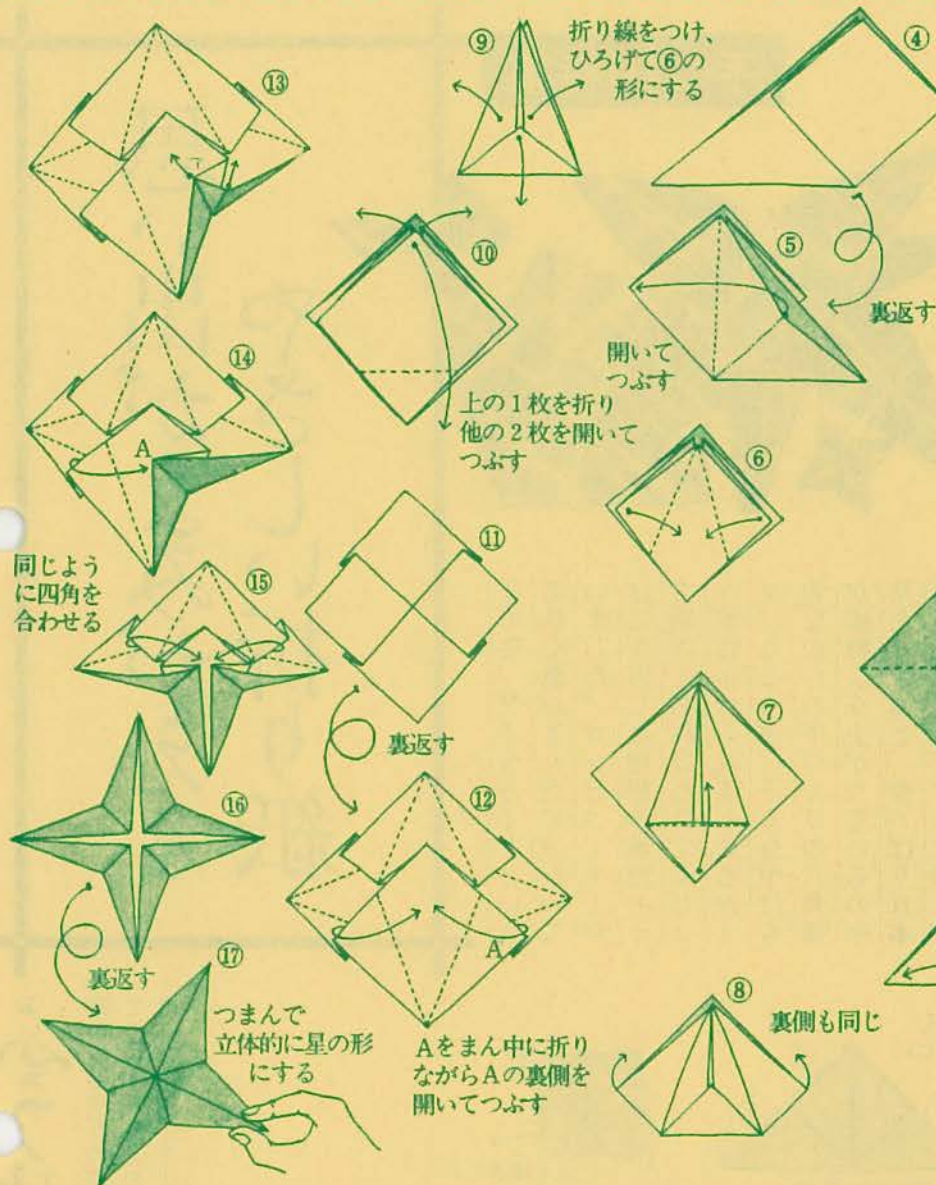


裏側も
同じに



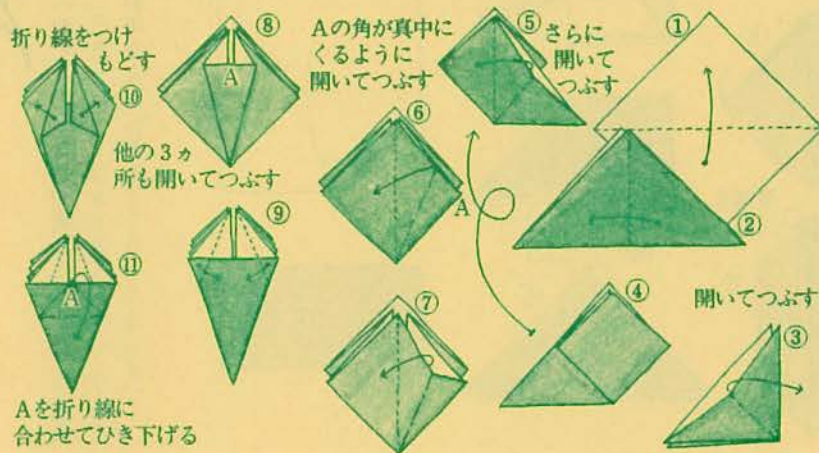
ほし

夕焼け空をながめながら弟と歩いていたらキラッと輝やく大きな星がありました。夜、お母さんが紙の大きな星を折ってくれました。



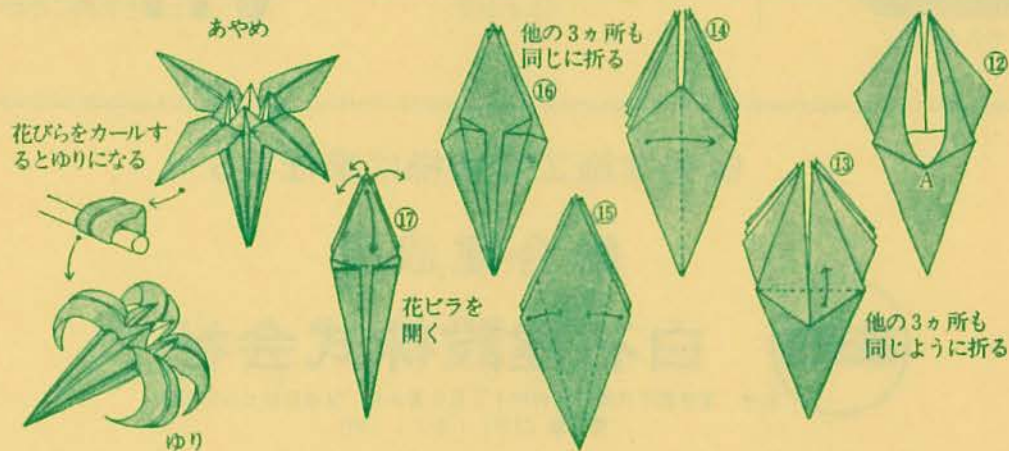
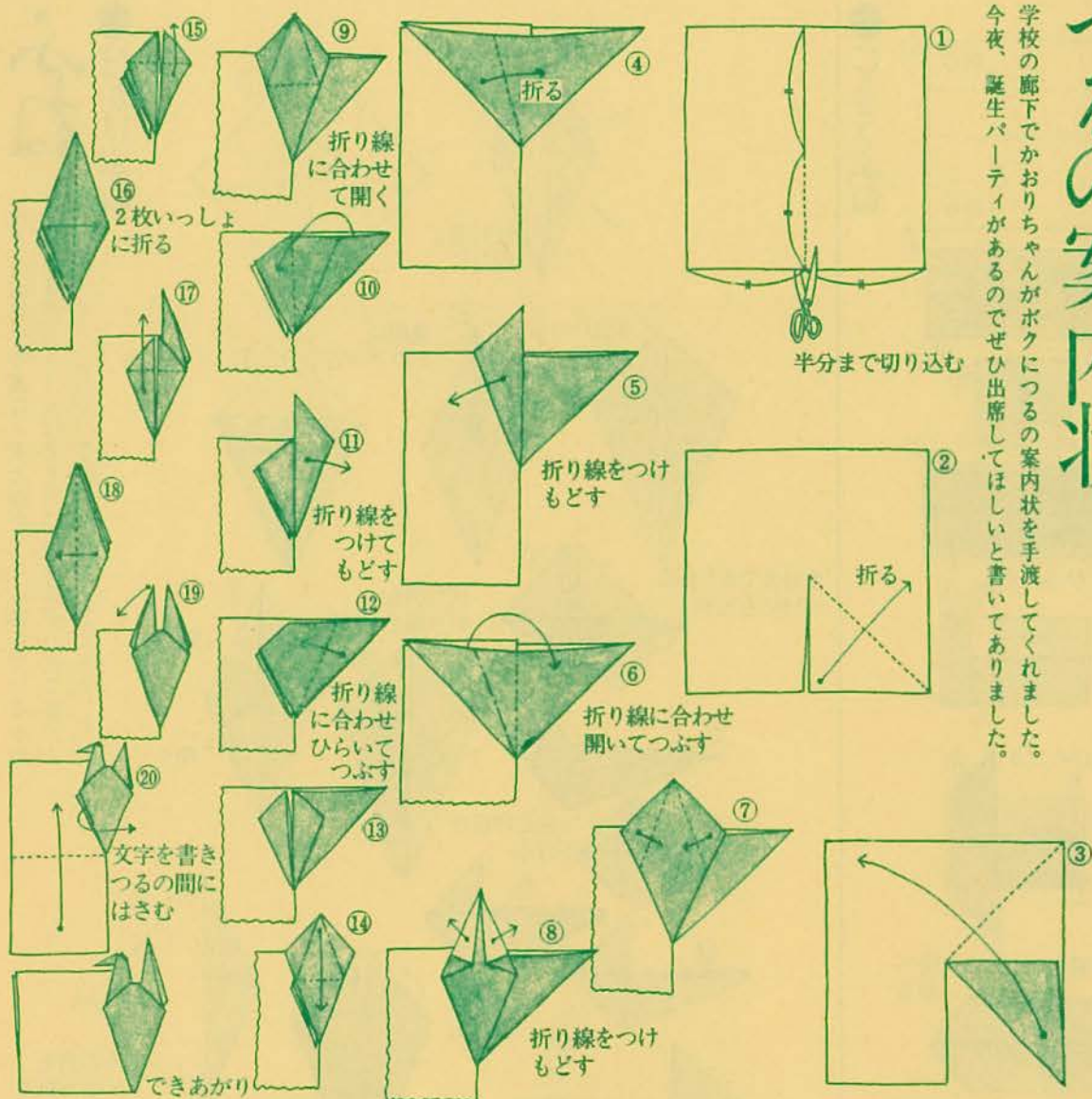
ゆり・あやめ

きょう、学校でとび競争があつて、ボクが一等になりました。帰りにかおりちゃんがくれた折り紙がゆりとあやめの花でした。



つるの案内状

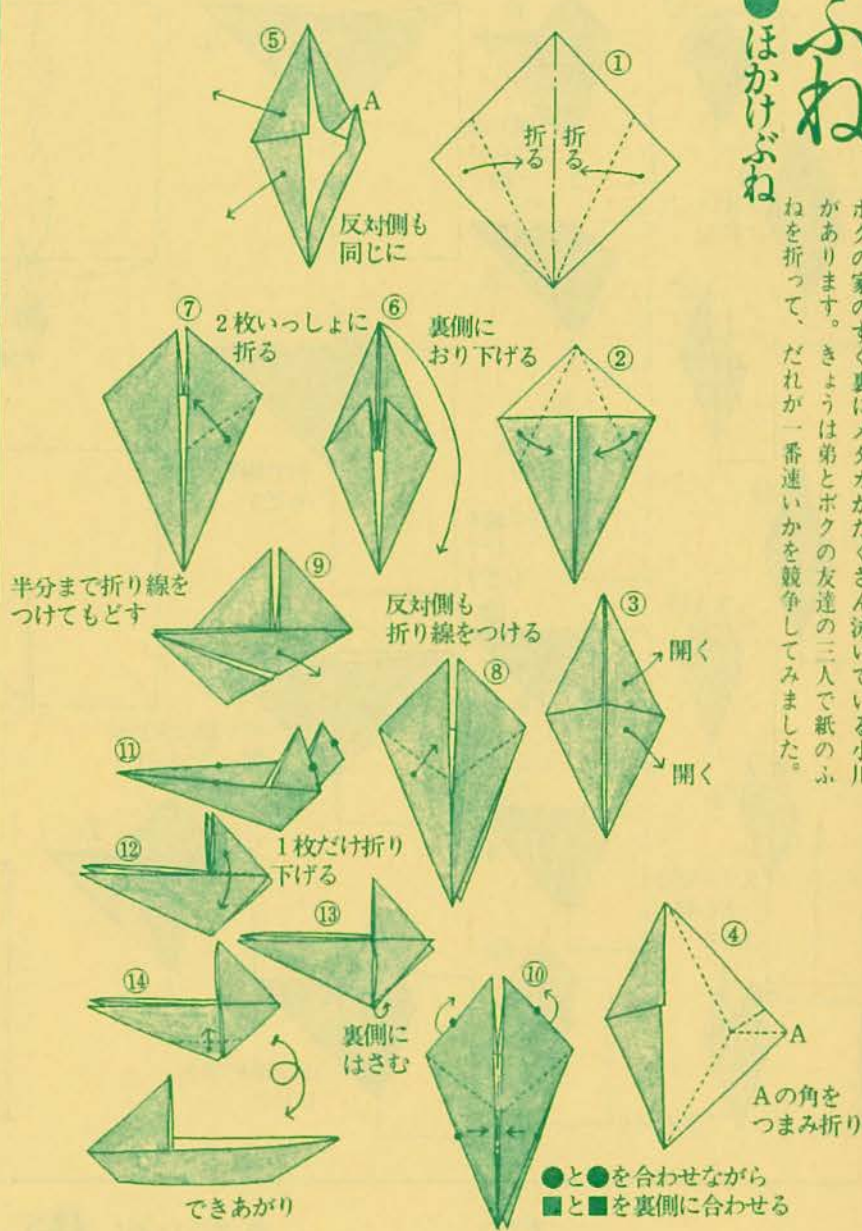
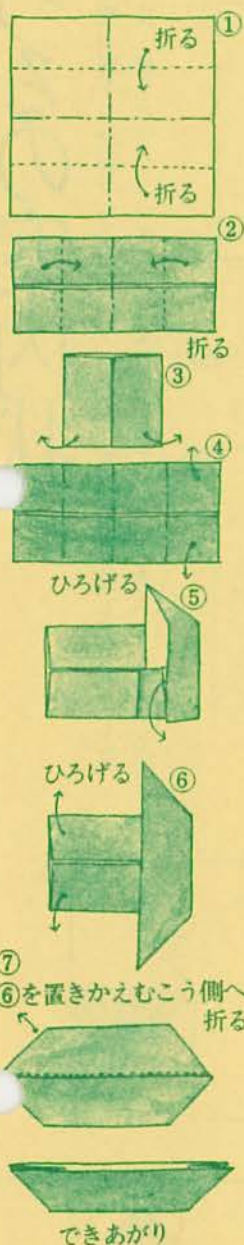
学校の廊下でかおりちゃんがボクにつるの案内状を手渡してくれました。今夜、誕生パーティーがあるのでぜひ出席してほしいと書いてありました。



ふね ほかけふね

ボクの家のおうまにメダカがたくさん泳いでいる小川があります。きょうは弟とボクの友達の二人で紙のふねを折って、だれが一番速いかを競争してみました。

にとうふね



優秀な施工で皆様に奉仕する

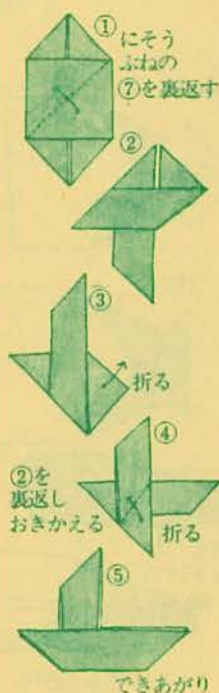
総合建設業

白石建設株式会社



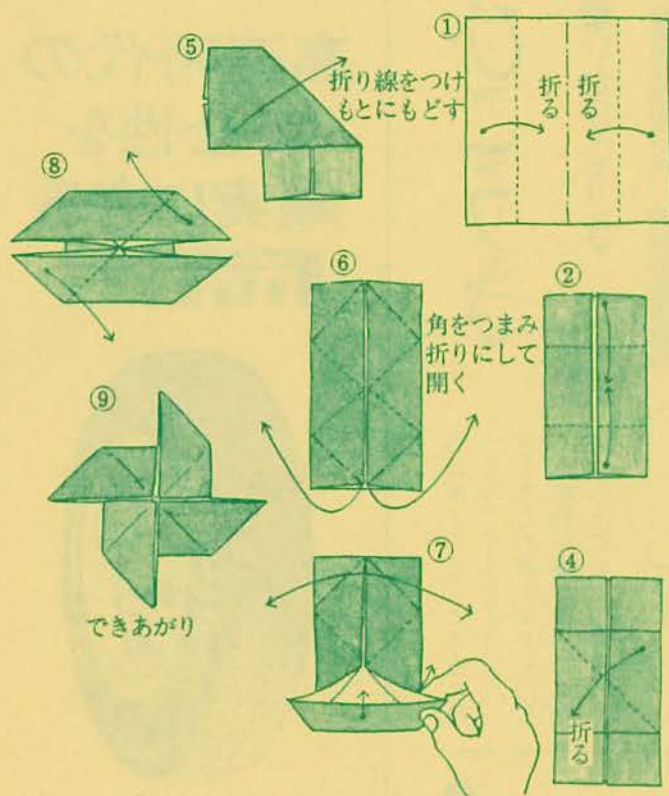
本社 東京都千代田区丸の内1丁目6番4号 交通公社ビル916区
電話 (212) 1321 (代)

●だましふね



かざぐるま

妹はまだ二歳、泣き虫で困ります。でも、この風車を折ってやるとケロッと泣きやむから不思議です。



●あらゆる現場ニーズに応える建築設計カーベットの最高峰!!

武蔵野の緞通

価格表

パイプ長	打込	小巻価格	13mm	95×150×4本	M ² 15,000
5mm	95×120×4本	M ² 7,000	15mm	95×180×4本	M ² 18,000
6mm	95×120×4本	M ² 8,000	18mm	95×180×4本	M ² 23,000
7mm	95×120×4本	M ² 9,000	20mm	95×180×4本	M ² 26,000
8mm	95×120×4本	M ² 10,000	22mm	95×180×4本	M ² 28,000
9mm	95×120×4本	M ² 11,000	25mm	95×200×4本	M ² 32,000
10mm	95×150×4本	M ² 12,000	28mm	95×200×4本	M ² 36,000
12mm	95×150×4本	M ² 13,500	30mm	95×200×4本	M ² 40,000

製品の種類および規格

品質 ウール100% (耐久性抜群)
毛足 5%から30%まで
糸番手 1/4.5番手4本引揃
密度 25.4cm間 95×120~200段
染色 日光堅牢度1級 完全防虫加工

武蔵野緞通の特徴

カット模様及びはめ込みの高度な技術により、縦通と同様の柄物が制作され、更に文字、絵画等の自筆のものも入ります。
どの様な広巾でも、特殊な技術により殆んど縦目の見えないように制作されます。
ツキード、ミックス、ストライプの製品は、色彩の指定により自画な組合せも可能です。

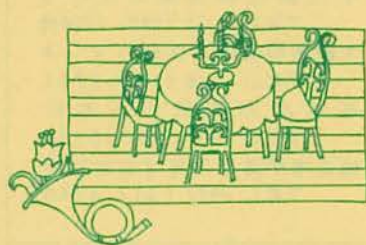
〈東京消防庁〉防炎性能試験結果合格品

■営業品目 武蔵野緞通製造販売
自由サイズ・無地・柄物

4.5倍より色彩及び柄は自由に
指定の上御注文下さい。

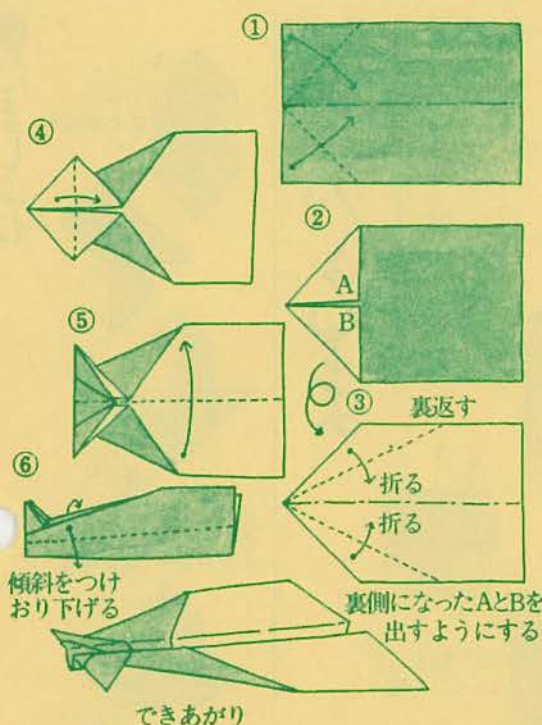
武蔵野絨氈株式会社

東京営業所 東京都中央区日本橋人形町1の22番地
電話 (666) 0426 (代) ~ 7番
本社工場 埼玉県北葛飾郡杉戸町下高野47番地
電話 04803 (2) 2233番 (代)



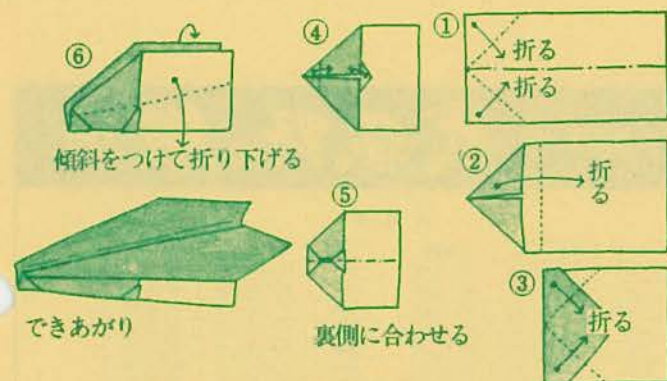
ひこうき

●いかひこうき

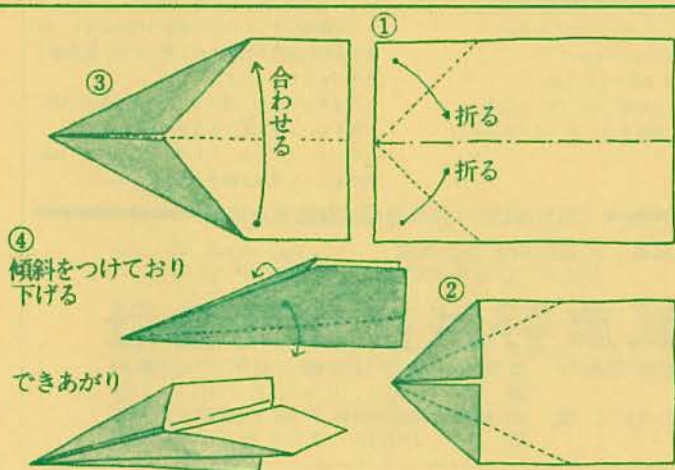


外は雨でした。こんなに降
ってちやどうにもならない。
そこでこの間お父さんに習
った紙飛行機を折って弟と
遊ぶことにしたのです。

へそひこうき



やりひこうき



高速時代の 安全性を 確実に守る

PIRELLI



イタリア製
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

株式投資健康法

香山 楷次郎

7

464
2915
518425776314819156

素質あるものと努力するもの

昔から、一芸、一道を極めた名人達人の教える一言一句は、ズバリ真理の的を射ており、人の肺腑をつかすにはおかぬ。旧ろうNHKのテレビ番組「この人と語る」に登場した、ブルースの女王、淡谷のり子女史が、「自分の吹き込んだレコードをあとから聞くなんて、思っただけでゾッとする。いままで自分が満足した歌謡曲は一曲もなかった」という意味のことを語っていた。この人にしてこの言あり。仮りに人気絶頂の若手歌手が、こんなことを言ったら噴飯もの扱いで一笑に付されるに違いない。淡谷女史にしてはじめて口にできる磨きのかかった言葉であり株式相場を志す著者にとっても、大いに教訓になった。

女史はまた、素質あるものと努力するものとの違いについて、素質のないものはいくら努力しても、結局

は素質あるものを抜くことはできないと、自らの体験に照らして説いて

いたが、これなどは、どこの社会にも通じることである。筆者流に直訳すると、適性なきものは、飛行機の操縦など到底叶わぬことであり、株式投資においても、相場適性がなければ、いくら投資年数の古きを誇ろうと、戦果にはつながらない。

ゴルフなら、何年もやっているうちに、自分の適性のなさがわかる。青木プロ、尾崎プロの水準に到達できなくても、「お遊びさ」あるいは「健康のために」と割り切ってしまう、ヘタはヘタなりに、結構、楽しいよう。

勝負師は泣きごとをいわない

ところが、株式投資は、命の次に大切なおカネがついてまわるだけに、ことは深刻だ。しかし、相場の世界は、初めのうちは不思議と儲かるらしい。「素人の大当り、玄人の

大曲り」といった格言が、いくらかで、相場の位置によって、プロとアマの区別がハッキリしない場合がある。つまり、運が向いているとき、ツイているときは、素人でも大儲けするが、それはあくまでも僥倖であって、このまぐれ当りを、かりそめにも「私には相場師の素質がある」などと勘違いをしては大変なことになる。運が向いているとき、能力不足は背後に追いやられ、このケガの功名が、あたかも自分の判断の勝利であるかのように見えるものだ。

一家離散、自殺などの破局も、相場のツキを自分の実力と錯覚して、身分不相応の勝負をしかけた結果ニツチもサッチもいかなくなったからであろう。勝負をする人間は、淡々としたところがなくては



はいけない。損したときにセールのマンのせいにしてたり、泣きごとやグチをならべるのは、相場適性の第一条件に欠けている人と言われても仕方ないことだ。儲けたときは自分の手柄で、損したときは人のせいなどと言うのは、あまりにも勝手過ぎよう。何事も信念をもって行動すること

が大切だが、株式投資でも、あなたがもし買い方なら、今後もまだまだ上がるという確信を持たなくてはいいけない。しかし、この信念とは別に、もし読みがまちがった場合、いつまでも意地を張らず、必ず引き下がるという見切りの精神も肝心である。相場の世界では、買い方、売り方の全知全能を傾けた、カネと知恵との戦争が随所に展開されている。全体が上げ相場するときでも下がる銘柄はあるし、下げ相場するときにも上がる銘柄は上がる。したがって、株式投資(銘柄別)に敗れたときには、いさぎよく引き下がるという投資態度が、重要な相場適性になる。

勝敗は兵家の常であり、今日勝った、明日負けたはあまり重要なことではない。株式投資は、相場に対する基礎的な知識を備え、自己の腕前を磨く(相場適性をもつことに通じる)ことによって、ロングランでのぞめば、年率三〇％ぐらいの儲けは決してムリな注文ではない。「習うより慣れろ」であり、相場に卒業はない。

東洋経済リサーチセンター取締役、投資顧問室長

わんぱく盛りりの男の子が三人、元気に玄関を飛び出して来た。通されたリビングルームは、いろりに自在、藤椅子にアンティークな日本家具が置かれ、障子風引き戸でダイニングルームと仕切つてある。庭にはグルメシアン犬が一匹とひよこから育てたにわとりが、ダイニングルームには文鳥とせきせいインコが、子供部屋には舞い込んで来た山ばとが同居している。春には、庭いっぱい色とりどりの花が咲くという。フランス語講師を週二日八時間続けながら、ご主人と三人の男の子と、花と動物たちの世話をするバイタリティが、小柄なニコール夫人のどこにひそんでいるのだろうか。

夫と共に社会に出たい

日本には昔から「内助の功」という言葉がありますが、それは、たにご主人が会社で働きやすいようにごはんを用意したり、身の回りの世話をしたり、精神的なさええになつたりすることだけを言うのでしょうか。それが「内助の功」だったら、夫婦なら当然のことでしょう。

フランス女性の「内助の功」は、妻も社会に出て働き、夫の仕事の話も聞いて良くわかり、一緒に考える

ことです。日本では、仕事のつき合いは夫だけが外で行いますが、フランスでは夫婦単位で会社の方とつき合いますので、奥さんの役目は大切です。夫のために、いろいろな人を紹介したり、ゴルフ好きの夫の友人とつき合うためにゴルフをおぼえた

中学や高校の頃から学校を選ぶにも学ぶ態度にも表われます。

日本の女性は、勉強するためではなく、花嫁修業やただ時間を過ごすために通学している方が多いのには驚きます。いつか職業を持たなければならぬという自覚が、全然ない

青い目の
日本
イチャモン帖
②



フランス式 「内助の功」 教えます!!

ニコール
椎津仁古瑠夫人

りもします。これが本当の内助の功ではないでしょうか。

妻も職業を持ち、夫と共に社会に出ていなければ「内助の功」は果たせないと考えていますし、早く親から経済的に自立して、独立した生活をするべしだと考えていますから、

いです。でもこれからも仕事は続けるつもりです。

日本では、たとえ女性が職場で働いても、必ず男性より下なんです。フランスも男女差はありますが、日本のように同じ職場で同じ仕事をしている者同士が、同じ立場で話し合えないことはありません。日本では「女のくせになまいき」と言われるだけでしよう。

日本を取り入れて日本に住む

一年前に家を改築した時、いろいろや日本家具を入れたのは、日本家屋は狭くて、ヨーロッパの大きな家具は適さないと思つたからです。もともとヒカヒカ光る家具よりも、田舎風の感じが好きでした。ヨーロッパの家具を入れるには、この二倍も三倍も広いリビングルームが必要ですが、日本の住宅事情では、かなえられませんが、

寝室もタタミを敷いた和室ですが、ベッドで寝つけている私には、おふとんと二枚敷いても背中が痛くて寝られません。マットレスにおふとんを重ねて寝ていますが、おふとんが好きたからではなくて、おふとんでも

寝られるからそうしているのです。日本に住んでいるのだから、日本に合った暮らしをしたいと思うからです。

ですから、せっかくきれいに敷いてあるタタミの部屋に、私ならジュウタンなど敷きません、もったいないです。日本家屋はとても美しいですから、その美しさを充分取り入れて、トイレや台所など、不便なところはヨーロッパの便利さを取り入れています。

大人になってもほおずりは大切

日本人は遠慮深く控え目で、人にしつこく問いたださないのは、良いところだと思いますが、若い女性のはつきりしない話し方や態度には閉口します。フランス人は、自分の意見をわかってもらうために大きな声を出して興奮し、会社でもよくけんかをします。しかし、はつきり意見を言い合って、また仲良くなるのです。

せっかく出したお料理も、残すほうが遠慮深くて良いと思っているようですし、お料理もあまりほめたりしません。聞かれなければ、何も

口を利かずに、目を伏せているのが日本ではお育ちのいいお嬢様なんですね。

けれども、家庭でのしつけは甘いと思います。フランスでは、食事が終わっても、立ってもいいですか？

しょう。

フランスでは、子供は母親を一番こわがり、親の前でビクビクしてます。けれども、大きくなっても外から帰った時はほおずりをしたり、キスをして、スキンシップを大切に



と親の許可を得なければ、次の行動に移れません。日本の子供は、食べっぱなしで外へ行きますもの。しかし、学校でのしつけや勉強は、日本のほうが厳しいですね、どうしてで

ます。日本では、赤ちゃんの時だけ添い寝やおずりをしますが、小学生ぐらいになると、やらなくなってしまうのはなぜでしょう。私は、飼っている動物たちにも、しじゅうほ

椎津ニコール夫人は、フランス中部地方、クレルモンフェラン市近郊で生まれ育った。十八歳の時、休暇でフランスを訪れていた日本テレビのプロデューサー椎津浩忠氏と知り合った。フランス語教師と生徒。としてである。その後、会社側の要請と椎津氏のたつての希望で、通算三年八ヶ月のパリ駐在となり、お二人の運命的な出会いが実を結んだ。一九六四年十一月、パリの教会で結婚。二週間後ご主人と共に渡日した。半年間、長沼日本語学校で日本語を学び、渡日三年後に白百合女子大学フランス語講師となり、現在に至る。フランススクールに通学する十三歳、九歳、五歳の三人の男の子の母親でもある。三十二歳。

おずりをして可愛いがります。

私は日本語はひらがなと、やさしい漢字三百字ぐらいしか読めません。町を歩いていても、書いてあることが良くわからなくて、寂しくなる時があります。書いてあることもわからないところに、良く住んでいられるなあと、自分で感心することもあります。でも、十年以上も日本に住んでいて、すっかり日本人の考え方に染まってしまった自分を感じるのです。

ローヤルゼリーの起源

世界的に「不老長寿の妙薬」としてセンセーションを巻き起したローヤルゼリーは、その後も驚くべき勢いでそのブームは高まってきた。今から二千年数百年前の昔、ギリシヤのアリストテレスは、すでにその著書のなかに、ローヤルゼリーに気

センセーションを巻き起すきっかけとなったのは、一九五〇年ローマ法王のピオ一二世の病状がはかばかしなく、危篤状態におちいつたとき、主治医だったガレアジ・リシ博士が女王蜂の食物であるローヤルゼリーを投与したところ、まったく奇跡的に甦ったことからだった。このことが、その五年後の一九五

人体の健康を著しく増進し、人間の寿命をのばす力を持っている。このローヤルゼリーは、完全とはいわなくても、永久に若さを保ちたいという人々の願望を実現するために大変役立つことだろう。

という大演説をぶった。

そして一九五八年のローマでの第一二回国際養蜂大会に出席したピオ一二世が、ローヤルゼリーの神秘的な力を激賞するにいたって、ローヤルゼリーが一挙に世界中の耳目を集めることになったのである。

それから十数年、このローヤルゼリーの神秘性を探究する科学者がどんどん増え、その正体が次第に明らかにされていった。

ローヤルゼリーとは何か

このように一躍、最高の長寿の素としてもはやされるローヤルゼリーとはいったい何なのだろうか。簡単にいえば、ミツバチの、主として女王蜂になるべき幼虫の食物としてたくわえられる乳白色の酸味を帯びた液体で、日本では「王乳」と呼ばれるものである。

これは、働きバチ（メス）の唾液腺から分泌され、働きバチになるべき幼虫にもふ化した直後、ごく短期間与えられる。しかし女王蜂には働きバチよりも五・六日、多くのロー

食べる健康法

5



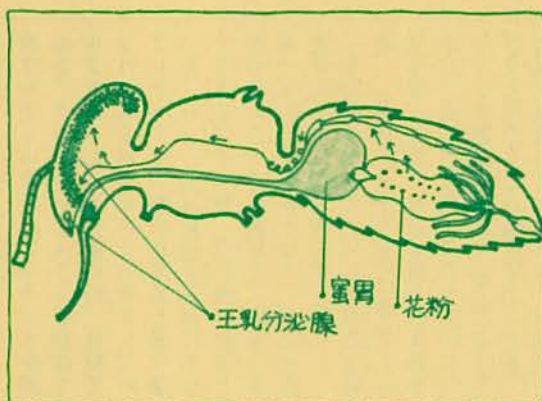
ローヤルゼリー 「不老長寿の妙薬」

づいたことが記述されているが、一七世紀になってオランダのスワンカルダムが、ローヤルゼリーの存在を確認し、ついで、一八世紀には、スイスのミツバチ学者であるフランソワ・コベールが盛んにゼレ・ロワイヤル（仏語でローヤルゼリー）という言葉を_using_している。

五年になって、西ドイツで開かれた国際生物遺伝会議で、フランスのクロード・エル教授が、ローヤルゼリーについて詳しい発表をする端緒となったのである。

このとき、エル教授は

「私の実験の結果、このきわめて強力な栄養剤は、人体の成長を助ける」とも、強い殺菌力を持つもので、



ヤルゼリーが与えられる。これによって、女王蜂は働きバチの約二〇倍（四〜五年）も長生きし、約一二〇万个の卵を生む能力を持つようになる。もう少し詳しくミツバチの世界をのぞいてみるとこうである。

ミツバチの一族は、卵を生むメス女王蜂が一匹と、三万〜四万匹の大家族の九割までが働きバチで、その他がぐうたらなオスバチという構成になっている。

早春の晴れたある朝、新しく誕生した女王蜂が大空高く舞い上がるとそのあとを追って、オスたちも一斉に飛び立ち、そのなかからの数匹だけが交尾の光榮に浴する。女王蜂に

とって、その日が生涯で最初で最後の交尾の日となるのだ。オスバチたちは、この日のために生きていくだけで、この厳粛な儀式が済んで秋になると働きバチたちによって巣から追放されて、のたれ死にする運命が待ちうけているのである。

女王蜂は、オスから受けた精子を受精巣にたくわえ、卵を産むとき、受精させて産むことも、精子を加えないで産むこともできる。受精した卵からはメスが生まれ、そのなかから選ばれた一匹だけがローヤルゼリーで育てられ、これが女王蜂となりそのほかは蜂乳で育てられ働きバチとなるのである。また、受精しない卵からはオスバチが生まれる。

女王蜂の寿命は、ふつうの働きバチがせいぜい一二月月ぐらいであるのに比べて、四五年と長く、成長力も一週間に五〇〇倍、体格も働きバチの約三倍もあり、毎日産卵する量も、体重の約二倍の二〇〇〇〜三〇〇〇個という驚異的なスタミナを持主なのだ。

これが、ローヤルゼリーで育ったハチと、そうでないハチとの差だといふから、いかにこのローヤルゼリーがすばらしいものであるかがわかるだろう。そのローヤルゼリーは、花ミツと花粉が働きバチのからだの中で消化吸収されて、完全な代謝成

分とし、生まれて三〜四日まで
の若い働きバチの咽頭腺から分泌されるものなのである。

すべての病気に卓効がある

さて、そこでローヤルゼリーの成分は何なのかをみてみよう。現在でもいろいろなその化学分析が進められていくが、すべてがその神秘のベールをぬいだわけではない。ローヤルゼリーの成分としてわかっているのは、しよ糖、果糖、ブドウ糖、たんぱく質、脂肪、ミネラル、水分、それにもっとも有効な成分といわれるR物質からなっている。そのほか、非常に多くの種類のビタミン(B₁、

B₂、B₆、B₁₂、葉酸、ノシット、ニコチン酸、パントテン酸、コリン)を含むことも知られている。

R物質のうち、最近解明されつつあるもののひとつにアセチル・コリンがある。これはビタミン類のひとつで、神経伝導に重要な役割を持ち、迷走神経に働き、末梢血管の拡張、腸管の蠕動、消化器の分泌促進、便秘の防止に有効であるとされ、美容にも著しい効果をあげる働きがあるという。

このように、まだすべてが解明されておらず、謎に包まれた部分もあるが、若い働きバチが分泌した直後のローヤルゼリーは乾燥しやすく、空気にふれると分解したり、酸酵したりするから、その保存が大変むずかしい。また、そのまま服用しても胃液で破壊されてしまい効能が著しく低下するといわれるほど微妙な物質なのである。

それでは、ローヤルゼリーはどのような病気に対して有効な働きをするのだろうか。

世界中の科学者がこのローヤルゼリーの神秘のベールをはぎとろうと日夜分かつ研究を続けているが、これまでわかっただけでも、無数の臨床例をもとに、更年期障害、老人病、高血圧、低血圧、腎臓病、脳神経系、循環系、呼吸系、小児科、産

婦人科、外科……など、人間のかかる病気ならばすべてに対して有効であることが報告されているのだ。

つまり、ローヤルゼリーの効果は生命の代謝バランスに働きかけるもので、人間の細胞組織に異常が生じている場合、これを正常な状態に戻す強力な働きをする。

ところで、ローヤルゼリーは新鮮な生のもの方が効果が高いことは事実だが、生の場合、いままですの保存法に問題があったし、ローヤルゼリーそのものが胃酸によって破壊されるといふこともあって錠剤型の方が多く普及している。しかし、生のローヤルゼリーに耐酸被膜をほどこして胃酸から守り、腸のアルカリ性で吸収させるようにしたものなら、生の方がよい。

その開発に成功したのが韓三友から新発売されたローヤルゼリー・軟カプセルだ(写真)。ナチュラルなビタミンEと最高級の純正ごま油の二重膜で包んであるから、品質も安定し、胃酸に破壊されずに体内にすみやかに吸収される。

このローヤルゼリー・軟カプセルを愛読者に特別価格で頒布いたします。市価(一箱100カプセル入り)九、〇〇〇円のところ、七、二〇〇円で。現金書留にて編集部までお申し込みください。



俳優になられて何年になりますか。

俳優座附属養成所入りから十六年。テレビ映画「人間の條件」の主人公を演じたのが第一作目で、十五年前の作品になります。映画は木下恵介監督の「死闘の伝説」で、これも十四年ほど前でしょうか。

からだが資本といわれる俳優をなさって、健康上で苦しかったことはありませんか。

この仕事とは、自分の肉体との闘いです。待たなし、で幕があく舞台の仕事は、特にきびしいものです。俳優座公演「マリアの首」で岡山の舞台に立ったときは、急性肺炎で二日間五サジのくず湯しかノドを通らないままでした。役者は舞台にいるかぎり、肉体の力をはるかに超えた、強じんな精神の力を与えられた生き物だな、という実感がありました。

NHKテレビ「風と雲と虹と」は、一年間続映ですが、大役「平将門」を演じきるために特に心がけていらつしやる健康管理法は何ですか。

「将門」の目で物を見、物を感じようと思います。役者にとっての最大の健康法は、役と共に生きることでしょう。古来武芸者が例外なく節制を重んじたことは意味のあることで、役者もまた役と共にあるとき、自然と身を律することに厳格になると思います。

普段からお丈夫なほうですか。
体力に頼って、労働強化に適應しすぎでした。



私の健康法

1

「役」と共にあるとき

自然と身を律するので

加藤 剛(俳優)

今は弱った脾臓とも友達つき合いで、ブレイキ作用をしてくれるので、かえって一病は友といえましょう。

現在の健康状態はいかがですか。

この仕事をして疲れない人はまずいないでしょう。眠りたいだけ眠る喜びって、どんな感じのものでしたっけ？

健康を保つために、食事と睡眠は大切ですが、どんなことを心がけていらつしやいますか。

剣士の心得に、食物をよく噛む、というのがありますが、時間をかけて食事をすることは、ささやかながら最高のせいたくですね。現代日本の食事時間の驚異的短かさと文明病とは、深い関連があります。

スポーツや体力づくりも健康を保つために大切なことですが、何か心がけていらつしやることがありますか。

歩くことと、走ること。どんなに時間がなくてもできますので。運動の基礎のように思います。心臓がここにあるなという毎日の実感は、とても楽しいものです。

好きなスポーツは何ですか。またひいきの選手やチームはありますか。

柔道、剣道。そして今は、馬が好きです。馬っていい奴ですね。それにゴルフ。だのに、あ半年もコースに出るヒマがないのです。

観戦のほうはテレビのゴルフが中心ですが、特定のプレイヤーにこってはいません。

ゴルフはいつから始められましたか。

四年ほど前から。テレビ番組「大岡越前」の仲間たちにさそわれて、京都ではじめました。内輪のコンペで、ハンディ二十八ぐらいかな。

どうもありがとうございます。これからも活躍ください。

世界の有名クラブを転る☆地中海クラブのバカンス哲学—その四—
忘れかけた人間の生活を回復する

「ビラ」という名の原始村落形態

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

I ビラ

世界の他のレジャー・ビジネスとして比較すると「地中海クラブ」は

施設そのもの、換言すると村の作り方そのものに大きな特徴があるといえよう。

レジャー・ビジネスが大変個人的であり、大なり小なり宿泊施設、及びその他の施設群に個性を発揮したものが少なくないが、地中海クラブの場合、村落形態とそこでの生活の仕方に個性的な特色があるばかりか、

そのこと自体が地中海クラブの大きな主張でもあるのである。世界のレジャー・ビジネスを見渡してみてもブレイボーイ社の事業生命

ともいうべき「ある一定の特殊なセンス」——ブレイボーイ・センス——に独自性と主張を見出し、また

ロスアンジェルスからマイアミのオランダに拠点を移した「デイズニー・ワールド」には非現実性と子供の

夢をどこまでも追求したウォルト・デイズニーの「夢の世界にかける善意」がみなぎっているところにその特色と事業生命が発見される。

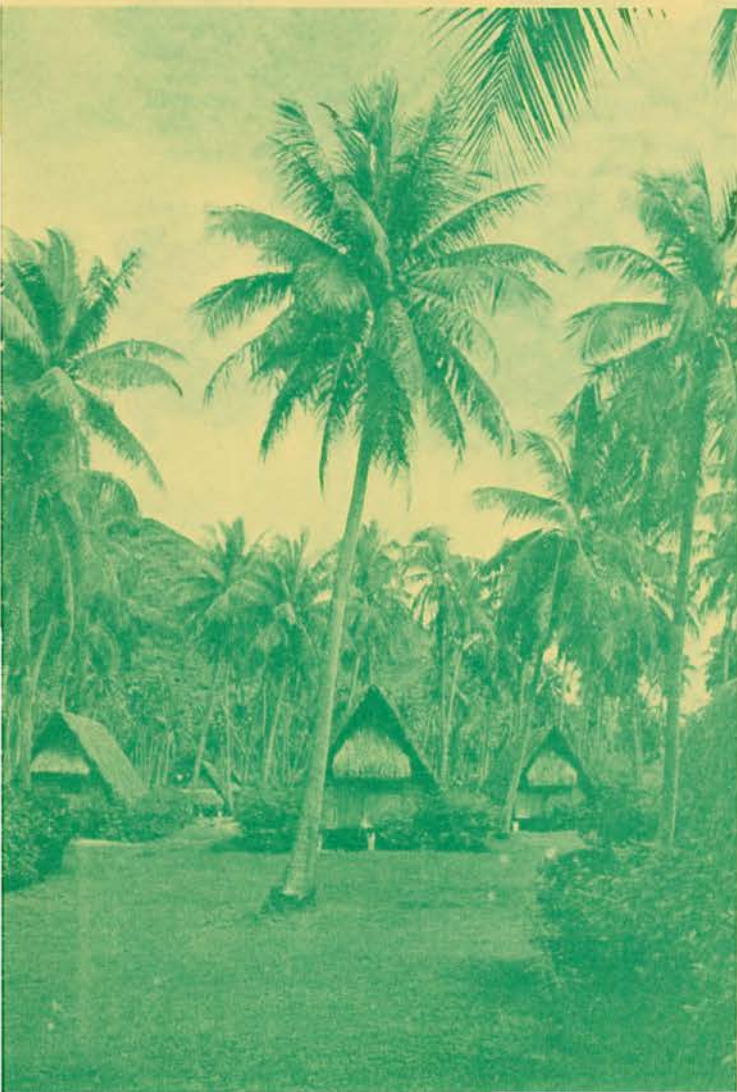
このように各レジャー・ビジネスには決め手となる特異性が幾つか存しその組み合わせと有機性により特徴づけられるが、地中海クラブに関してはG・O制度・パッケージ作りなどと併んで大変個

性的なビラ（休暇村落）が挙げられる。

地中海クラブのビラ作りの中で特徴的なことは原始風であるといえよ

う。前号においても述べた如く、この原始性は「自然に帰れ!」、「脱文明、脱現代社会」として地中海クラブが一貫して持つバカンス哲学の強い姿勢によるものに他ならない。各村落によって地域性、地方色を重視するため、幾分それぞれのビラにおいてこの原始性の度合いは異なるが「原始的な生活に立ち返って生活する」という理念はクラブの宿泊施設の基本となっている。

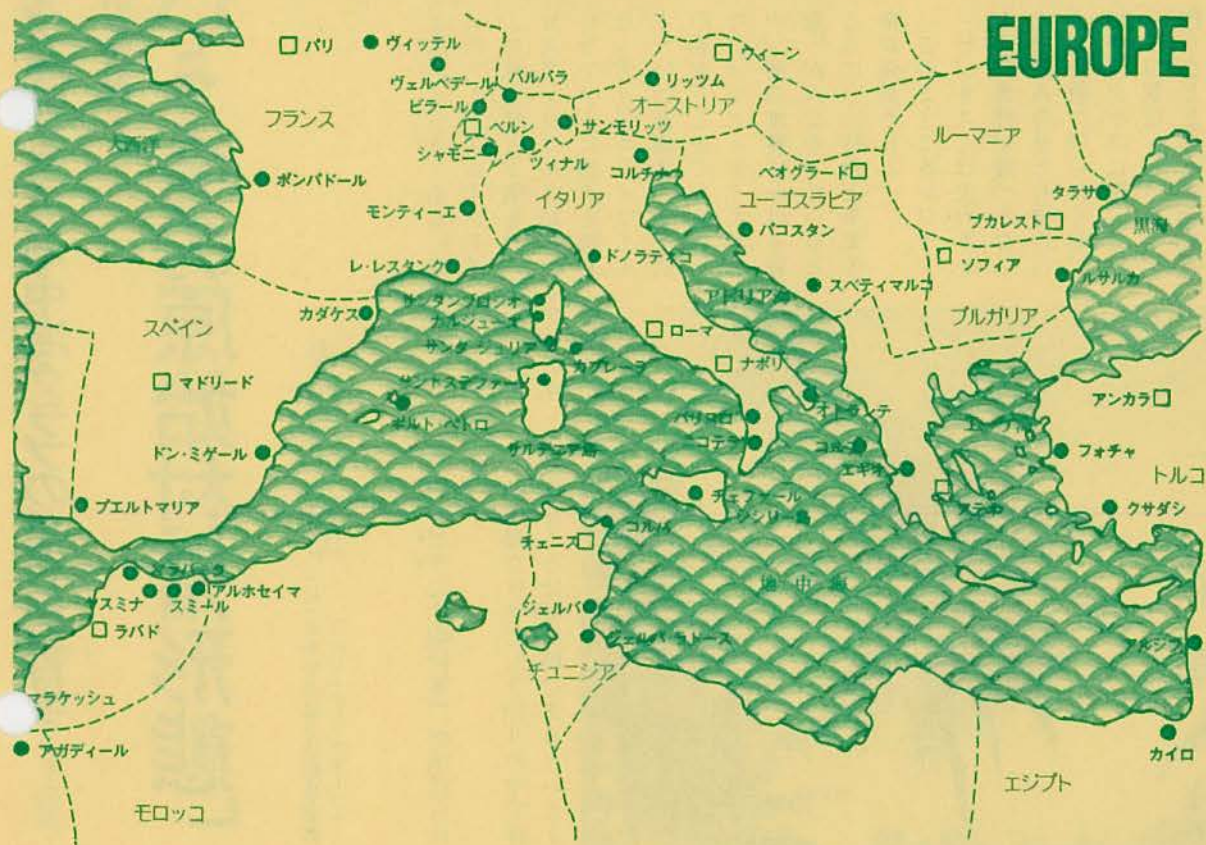
だが、最近クラブ・メンバーの交流のため市街地にホテル建設も進められているが、これらはその目的と環境に従いファンクショナルに建て





られており、クラブの施設としては少ない例外であろう(在パリ・地中海クラブ・ホテル等)。

地中海クラブの村落形態はこの原始性を物差しにすると大別して、小屋群、バンガロー群、ホテル群の三種に分類に分けることができる。



このようにその原始性の生かし方にも幾分の差はあるにしてもワラビキの屋根に板ばりという最も原始的で簡素な小屋が基調でありフランス人の表現を借りれば「最も野趣に富んでいる」ということになる。

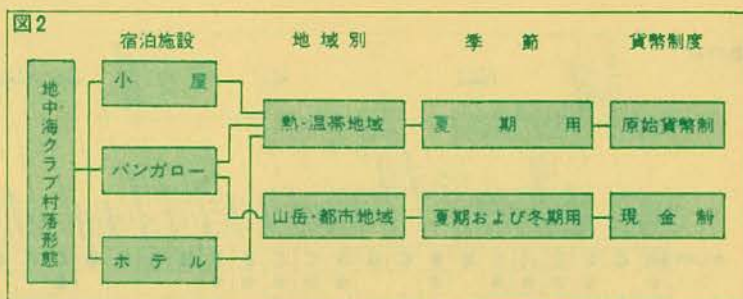
バンガローの形式は冷暖房も付けられ、インテリアも近代的なアパートのそれと同じレベルである。最近、日本の住宅業界で注目された長屋形式（タウン・ハウス）を取っているものが多く(DCERBA, FOCA)°。

[illegible]

こうした宿泊施設の形式は地理的条件や地域性を考慮し、「自然と健康と人のふれあいをコーディネートする」クラブの目的にそって村づくりがなされているのである。

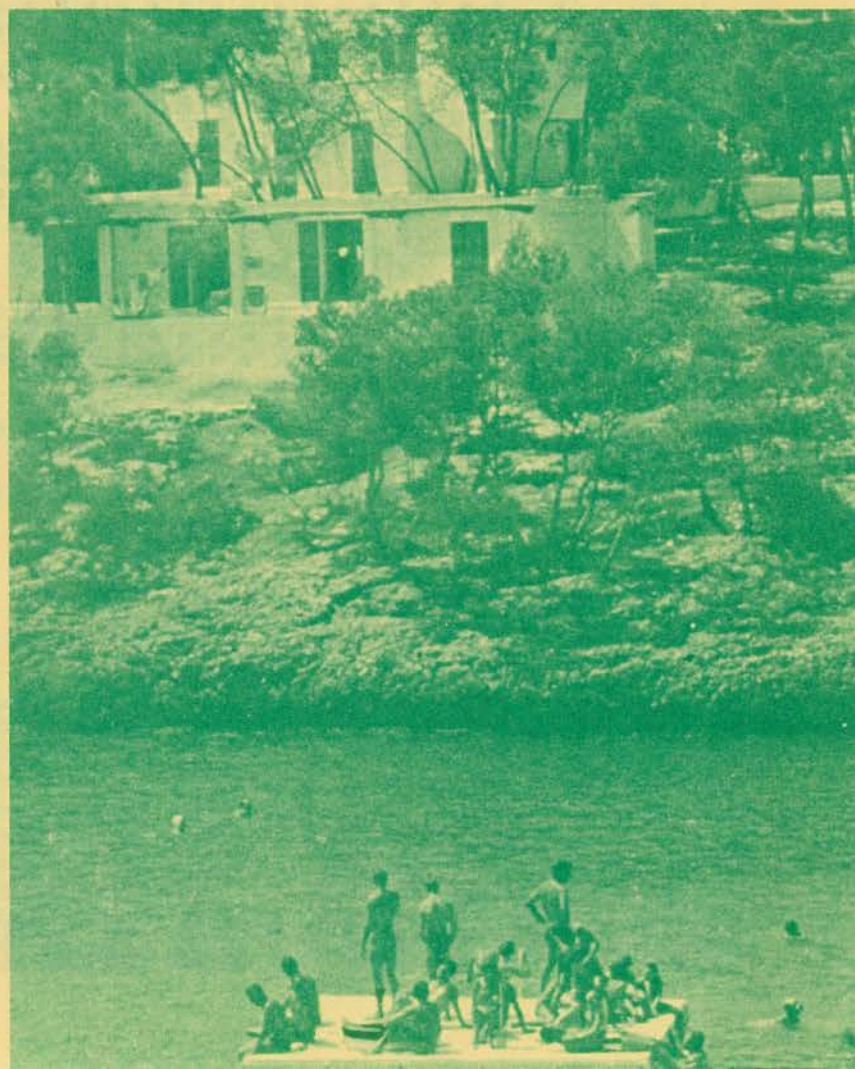
さて、この三種類の宿泊施設は、地理的条件と地域性を規準として、二つの地域に分布されている。一つは人間にとって自然環境の厳しい冬山の地域と、やはり人間にとって悪環境である都市内の宿泊施設である。これらの地域の宿泊施設はいうまでもないが、寒さ、風、スモッグを防ぐためにインシュレーションに重点を置いてあり、図1でもわかるようにバンガローとホテルを使用しており、バンガローにしても連棟状（タウン・ハウス形式）である。

もう一つは温熱帯の村落に使われているもので、ここは人間にとって住みやすい環境であり、生れたままの姿に最も近い形で生活できる海浜地域である。ここでは空調、温調も自然に任すことができ、インシュレーションの問題はなく、従って、宿泊施設も独立家屋の形式を取っている。生れたままの姿に近い服装でいられる、この温熱帯海浜地域の村落では、最も原始的な生活が期待できる条件にあり、都会での日常の現実性から遠ざかれる絶好の環境なのである。



II ビラでの生活

このような大変簡素な作りによる建て物であるが、そこでの生活はどうであるか。村は大別するとコミュニティ・エリア（共同施設群）、リクリエーション・エリア（保養施設群）とハウス・エリア（家屋群）の三つからなり、全体を称して「ビラ」と呼ばれる。家屋は既述したようにバンガロー形式のものから、原始風



の小屋などビラによって異なるが、小屋の場合、ワラぶき小屋（5×3メートル程度）の中に木で作られたベッドが一つ、イスが一脚、テーブル、ローソク、水がめ一つが備えつけられている。全くもって「シンブル・リビング」（簡素な生活）である。トイレや洗面はコミュニティ・エリアに属し、食堂や集会所もこの一群に属する。

従って、ハウス・エリアでは単に寝るだけといった設計はあっており、生活の中でも夜ふけまで歌を唄ったり、語り合ったりで、夜半すぎる頃この「簡素な生活」につくのであるから、充分であるといえは充分である。ただ、温熱帯に多い強い雨の降る日などはワラぶきであるため、天井からボタリ、ボタリ始まるのが難点ではあるが、これとても「自然との交わり」とすればうなづけるのである。

朝、定められた時間に朝食を取るため村での生活は食生活を基軸にし



CLUB MEDITERRANÉE

て規則的であり、新聞話もないので食事は大変楽しい一時となる。果物を豊富に提供され、肉や魚も土地のものとかで、珍しい料理が数多く鉢に盛られバイキング・スタイルの民主的な食事の取り方をする。昼はほとんどがレクリエーションに当てられ、各種スポーツがG・Oの指導のもとで教えられ、ゲームに興ずるのである。集会所の入口の掲示板にヨットの遠のりやヨガの指導、夜のフェスティバルについて案内がなされ、プログラムを選択することによって一日一日の日程をめいめいが組むのである。

この村での生活の中で特異なのは原始貨幣が用いられていることであろう。アクリル系材料で製造された玉で、一つ一つが十と一の接合部を持ったモジュールになっており、パチパチとつなぎ合わせることににより便利な首飾りや腕輪となるように設計されている。硬貨の種類は四種類で、金色

の玉が最も高く、緑、赤、黄の順になっている。最初の内は一寸価値感が空転するが、じきに慣れ、これ一つでレモネードが一杯飲めるといった具合に大変ほのほとした感触がある。

(つづく)





讃



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、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

東京都中央区銀座七三九
第一四九源ビル一F
☎〇三(五七四)七一七七

8号 1,800,000円

宮永岳彦(洋画)

略歴 1919年 神奈川県に生まれる
二紀会理事 同審査員 創立褒賞1 同人努力賞1 個展2 名古屋工芸卒

特別優待券

¥4,000

(1名分料金)

(火曜～金曜グリーンフィ)

●有効期限 昭和51年5月28日

45鹿沼カントリー倶楽部

ゴルフ場■栃木県鹿沼市藤江町1545-2 TEL0289(75)2131代

サービスセンター■東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル1F
TEL03(563)1891代

※本券持参の方にはグリーンフィ5000円を4000円に割引いたします。
ただし1枚につき3名様、かつ平日のみ有効です。

下欄にご署名のうえ、当日朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。

※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より左記にて受付けております。
お早めにお申込みください。

ご紹介会員名

ご利用者住所

氏名

電話

特別優待券

¥4,000

(1名分料金)

(火曜～金曜グリーンフィ)

●有効期限 昭和51年5月28日

45鹿沼カントリー倶楽部

ゴルフ場■栃木県鹿沼市藤江町1545-2 TEL0289(75)2131代

サービスセンター■東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル1F
TEL03(563)1891代

※本券持参の方にはグリーンフィ5000円を4000円に割引いたします。
ただし1枚につき3名様、かつ平日のみ有効です。

下欄にご署名のうえ、当日朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。

※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より左記にて受付けております。
お早めにお申込みください。

ご紹介会員名

ご利用者住所

氏名

電話

月刊「鹿」愛読者 特別優待券

特別優待券

¥5,800

(平日(月曜～金曜)のみ有効)
エコノミーバック1名分料金

●有効期限 昭和51年5月31日 (木曜日は定休日です)

鹿沼72カントリークラブ

ゴルフ場■栃木県鹿沼市楡木町1475 TEL0289(75)2111代

サービスセンター■東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル1F
TEL03(563)1891代

※左記料金はビジターフィ(税金その他を含む)、ロッカーフィ、キャデフィ(1R分)、食事代(1食)を含みます。ただしコース、ハウス両売店の会計、キャデフィのラウンドオーバー分および重量オーバー分は別途にいただきます。

※1枚につき4名様まで有効です。(但し表記は1名様分の料金です)
リーダーの方が下欄にご署名のうえ、当日朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。

※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より左記にて受付けております。

ご紹介会員名

ご利用者住所

氏名

電話

特別優待券

¥5,800

(平日(月曜～金曜)のみ有効)
エコノミーバック1名分料金

●有効期限 昭和51年5月31日 (木曜日は定休日です)

鹿沼72カントリークラブ

ゴルフ場■栃木県鹿沼市楡木町1475 TEL0289(75)2111代

サービスセンター■東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル1F
TEL03(563)1891代

※左記料金はビジターフィ(税金その他を含む)、ロッカーフィ、キャデフィ(1R分)、食事代(1食)を含みます。ただしコース、ハウス両売店の会計、キャデフィのラウンドオーバー分および重量オーバー分は別途にいただきます。

※1枚につき4名様まで有効です。(但し表記は1名様分の料金です)
リーダーの方が下欄にご署名のうえ、当日朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。

※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より左記にて受付けております。

ご紹介会員名

ご利用者住所

氏名

電話

碧水



45 Kanuma
COUNTRY CLUB 南コース・7番ホール

株式会社鹿沼カントリー倶楽部

コ ー ス
会員サービスセンター

栃木県鹿沼市藤江町1545-2
東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル

☎(028975)2131 代
☎03(563)1891 代

世界のベストコースに チャレンジ

鹿沼インターナショナルゴルフサーキットのご案内

台湾3月大会 3月17日～3月20



淡水ゴルフクラブ(台湾)

韓国3月大会 3月18日～3月21日



鳥山カントリークラブ(韓国)

バンコク3月大会 3月18日～3月22日



サリカ・カントリークラブ(バンコク)

サキットチャンピオン
ご夫婦を
ヨーロッパへご招待



予選入賞者を
決勝大会(海外)に
ご優待

ハワイ4月大会 4月13日～4月18日



マカハ・カントリークラブ(ハワイ)

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

大会名	日数	使用コース	一括払い総費用	分割払い
韓国	3泊4日	鳥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	¥ 90,000	¥ 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・林口ゴルフクラブ	¥ 115,000	¥ 120,000 (初回金 ¥ 45,000 + ¥ 25,000 × 3ヵ月)
バンコク	4泊5日	サリカ・カントリークラブ	¥ 160,000	¥ 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	¥ 200,000	¥ 210,000 (初回金 ¥ 60,000 + ¥ 50,000 × 3ヵ月)

総費用はプレー費込みです。

お問い合わせ・お申し込みは

鹿沼トラベルサービス株式会社
運輸大臣登録一般第272号

本社 東京都中央区京橋2-13橋5号館 ☎03(561)9341 ☎03(567)5531
宇都宮支店 栃木県宇都宮市本町10-4 サンユウビル5F ☎0286(25)5870(代)
銀座連絡所 東京都中央区銀座7-3-9 第14丸源ビル ☎03(574)7177(代)

ロワイヤルトラベル(有) 運輸大臣登録一般第1318号
静岡県御殿場市東田中1118 ロワイヤルビル1F ☎0550(3)4411(代)

◀▶ 電子血圧計 ▶◀

一家に一台、ご家族の健康管理に！

アイヘルステラックス MODEL CARDY-8



¥29,800



会員特別価格

¥26,000

全国15営業所のネットワークでご奉仕いたしております



株式会社 ウエダ興産

本社 東京都台東区台東3丁目24番4号 (03) 834-0081 (代)

価値ある自然に 価値ある倶楽部が誕生します。



4号調整池造成工事



河川防災工事（完成）



3号調整池（完成）



1号調整池造成工事
(写真はいずれも51年1月8日撮影)

美しい日本のこころ、富士の裾野にこの秋
伸びやかな18ホールがオープンいたします。

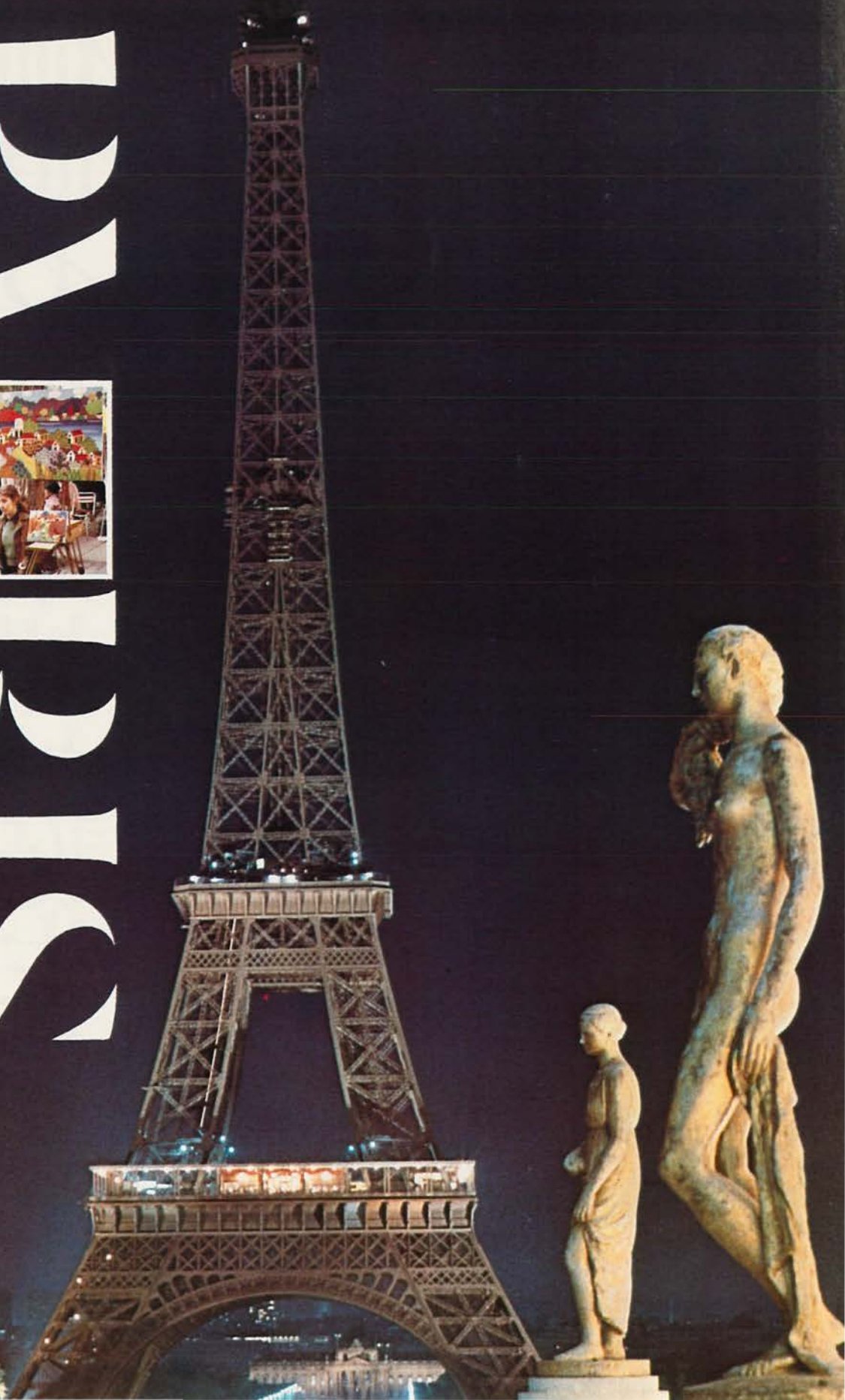


富士御殿場ゴルフ倶楽部

サンユウ産業株式会社
東京都中央区京橋2-
3-16 鹿沼ビル2F
☎ 03(561)9731(代)

詳細につきましては68Pをご参照ください。

Paris





マイプランで旅立ちを

全コースパッケージされた旅行も大いに結構だが、旅のおもしろさは、一人か二人、息の合った者同士でフラリフラリと歩き回ることにあると思う。このごろのパッケージツアーの中にもフリー・タイムのたくさんあるツアーがずいぶんと多くなっている。こんなツアーを利用して、今回は自分のプランでパリを、あるいはパリを基点にヨーロッパを歩いてみよう。

そんな人のために、実用パリガイドを特集したが、これはホンのさわりに過ぎない。しかしこれくらい最低知識を持つていくだけでも、楽しいパリ旅行は約束されよう。

知ってて便利なパリ知識



●鉄道弘済会の売店が今はキヨスクという名前になったのは周知の通り。

一見、ロシア語風だが、実はこの名前、パリの街によく見かける新聞、雑誌などを売っている売店の名前である。パリでは週刊誌や雑誌などは書店でなくこのキヨスクで売っている。

まずパリに着いたらこのキヨスクで、A・ルコント版の「パリ市街地図」を買おう(18フラン)。観光を主とする人はミシュランのガイドブックが便利(約15フラン)。映画、音楽、オペラ、演劇などを見たい人は「パリ・スコープ」という週刊誌を買え

ばスケジュールが一目瞭然にわかる(1・5フラン位)。

●現在パリで発刊されている日本語版の新聞は3誌。情報がいっぱい載っている、見て楽しいのは「いりふね・でぶね」。月刊誌で4フラン。東京では銀座のイエナ書店で求められる。もう一つの月刊誌は「パリ便り」(これも3フラン)。これも現地に行

って役立つ情報、地図などが掲載されていて便利。週刊誌では「パリ情報」(3フラン)。これはもっぱら在仏邦人向けの情報を中心だが、日本語で書かれてあるだけに親しみがもて、何かと役に立つ。ガイドブックと共

わけだ。相場は1F。

●パリは水が少ないことでも有名。したがってアパートを借りるにしてもバス付きになるとべらぼうな値段になる。だからシャワー付きのない人たちは銭湯へ行く。銭湯といっても個室にバスのある部屋にいて身体を洗って出るだけで4〜500円はする。

●パリは水不足の都市だということとは前述した通り。加えてパリの水道の水は石灰分が多く、日本人の口には合わない。また日本のようにお風呂は合わない。そのためではあるまいが、市内にはミネラルウォーターが売られている。だから水といっても無料ではないわけだ。カフェなどで注文すると一本1〜2Fくらいはとられる。一口にミネラルウォーター

この3誌はぜひ求めて読みたい。

●パリのトイレは有料の所が実に多い。つまり、レストランでもカフェでもトイレはあるのだが、トイレの前に机を出して小皿を用意している。つまりチップを要求している

といっても種類があり値段も若干違う。主なものは、(1) Vittel (炭酸ガスの入らないもの) (2) Vichy-Saint-Yorre (炭酸水のようなもの) (3) Evian (炭酸ガスなし、日本人に一番合う水だといわれている) (4) Badoit (炭酸が少し入っている) (5) Perrier (強い炭酸入り)。パリでは水一つでも有料だということを念のため――。

●長期滞在者型で、パリに在る間にフランス語を是非習っておこうという人はまず「アリアンヌ・フランスーズ」に通うことと相場が決まっている。ここは毎月1日と15日の申込み。ただし、めづる日本人が多くせっかく習い始めてもあとで日本人同士、日本語でオシャベリなんていうことになりかねない。

初心者を除き、入学前に簡単な能力テストがある。入学にあたっての必要書類は、パスポートと写真2枚。授業は毎日(月・金)2時間ずつ。クラスによって8時30分から夕刻まで開いている。月謝は最初の月が145F、2カ月目から135F。

●フランス(パリ)で病気になったら痛手だ。というのは、医療費がベラボーに高いからだ。注射1本打つだけで何千円。ちょっと病院(または医院)の門をくぐって診療してもらい、薬でももらおうものなら3万円くらいはかかる。入院しようものなら1日3〜4万円はかかる。こんな時を考えて、出発する前、必ず保険には加入しておこう。

メトロに乗って市内巡り



パリ市街の地下を網の目のように走る地下鉄こそ、パリ市民のもっとも頼れる足だ。初めての人なら迷うこともあろう。しかし、一度はアタックして地下鉄に慣れると、これほど便利な乗り物は他にない。パリのいろんな所へ自由に行けるからだ。まずはメトロの知識を……。

●東京同様、パリは非常に地下鉄が発達している。安くて、速くてその上、便利ときているからその利用価値は充分にある。

初めての人には路線がいっぱいあって複雑。したがって必ずメトロマップをポケットにしのばせて乗るようにしよう。マップは本屋、新聞スタンドで売っている。

料金は一等と二等があつて一等は2・2F、二等は1・5F。一―二回乗って見て、利用価値がわかったら回数券(カルネという)を買々と安上り。10枚綴りで一等13・5F、二等9F。求める時は駅の窓口で「カルネ」といえばOK。一等を「プルミエール」二等を「ドゥジエム」というので、正式には「ドゥジエム(フルミエール)カルネシルヴブレ」(二等へー等)カルネを下さい」という

のだが、ドゥジエム・カルネだけでも通じる。

長期滞在者ならカルネより外人観光客用のパス(ビーエ、トゥリスチック)がなおさらお得。これは4日券と7日券の2種類がある。料金は4日券が30F、7日券が50F。ツーリストの案内所でも購入できるから求めるとよい。

そこで地下鉄に乗るにあたっての注意を……。



網の目のように走るパリのメトロ

パリの地下鉄ホームには日本の地下鉄のように前後の駅名標示がない。したがって止まることに駅名をチェックし、次の駅を確かめることが肝心。

特に、何本かの路線が交差している乗り換え駅は注意が必要。乗り換える時は、自分の行き先きの終着駅

ヨーロッパ汽車の旅と車の旅



本日のヨーロッパの旅を楽しもうと思ふなら、汽車とかレンタカーを駆って各国を巡ることだ。陸続きのヨーロッパゆえ、時間さえ許せば短期間で数カ国観光して回れる。なによりいろいろな国の人と接触でき、語り合えるチャンスが多いことに、大きな意義がある。うれしいことにヨーロッパの列車の旅はパリがゲートウェイになっている。一度は乗ってみたいものだ。

■汽車の旅
フランスの国鉄(SNCF)は総延長約4万kmを誇るヨーロッパ最大の鉄道王国である。そしてパリを基

要都市が結ばれている。そこで観光客におすすめしたいのはTEE(TEEとは、ヨーロッパ主要都市間をより早く往復できるようにEEC加盟国によって作られたヨーロッパ国際特急列車のこと)を大いに利用すること。

TEEは

名が揭示されている方向に歩いていくと必ずホームに突き当たる。乗り換え通路はホームにCorrespondance(乗り換え)のオレンジ色の標識があるので注意を払うこと。Sorieという標識は「出口」の意味で、地上に出たい時はこの標識に従って歩く

1等車のみで全指定席。座席はよく映画でみかけるコンパートメントとオープン2種類の。食堂、ビュッフェ、売店などが完備されており、快適な旅が約束されている。約100都市を結んでいるので時間と目的に合わせ自由に選択されたい。

この際、時刻表と鉄道マップはぜひ購入すること。駅の売店、旅行案内所で売っている。また、TEEを利用する場合、行き先きによっては予約が必要なので、スケジュールをたてたい。すぐ予約をしておいた方が安心。

(12Fで買えるユーレイル・パス)

ヨーロッパの国々ならどこでも自由に乗り降りできる大変便利な切符がユーレイル・パス。同じルートは何往復してもかまわない。このパスの入手は、ヨーロッパ以外の外国人であることが義務づけられている。したがって日本人は大いに利用できるわけだ。



ヨーロッパの汽車の旅の基点はパリ

日本でAVISの代理店をやっているのは三菱レンタカー(問い合わせ先 ☎ 03-294-5095)前もってここへ行き、国際カードを発行してもらい(無料)、予約、手

で要注 ちなみに駅はフランス語でガール(Gare)という。スタシオン(Station)は普通地下鉄の駅に使うので心得ておく。と便利。
●東駅(Paris-Est)→ドイツ、スイス、中央ヨーロッパ方面。
●北駅(Paris-Nord)→北ドイツ方面。
●サン・ラザール駅(Paris-Saint-Lazare)→イギリス方面。
●オステルリック駅(Paris-Austerlitz)→スペイン方面。
●リヨン駅(Paris-Lyon)→イタリア、スイス方面。
●車の旅
レンタカーでの車の旅もすてたものではない。ロードマップも完璧なものが多いし、道路も完備されているので、日本で運転するより楽で快適だという経験者は多い。しかし、日本人観光客の利用者が少ないのは、手続きが面倒なことが頭の中にあるらしい。国際的にネットを持つAVISを利用すれば日本ですべて手続き完了、予約もできるのだからこのことを頭に入れて次回はレンタカーでヨーロッパを巡るとよい。

このバス、ヨーロッパでは購入できないので、出発前に日本で買って出かけること。種類は15日から3ヵ月まで5種類のバスがある。日本の代理店は日本交通公社が行なっており、バスポートの提示で誰でも買える。ちなみに15日間40,300円、1ヵ月で62,000円(詳しくはJTBで)。
長期滞在者は絶対に利用価値が大きく、より楽しく、より安く旅行ができる耳よりな話であるはずだ。
《パリの駅》
パリには6つの主要駅があり、それぞれ行き先によって駅が違うの

パリ旅行メモ

- 足 日本からパリへのルートは北回り、南回り、モスクワ経由の3つである。ヨーロッパの玄関口であるだけに飛んでいる便数、航空会社は実に多い。
北回り(所要時間約19時間)
南回り(約27時間)
モスクワ経由(約16時間)
料金は均一でエコノミークラス片道で303,350円(1月現在)。
●ことば フランス語が主流。英語はあまり使われない。ただしホテル、一流レストラン、ショップでは通じる。
●通貨 フランス・フラン(F)。1フランは約60円・65円。1フラン=100サンチム(変動が激しいので出発前に一度チェックが必要)。
●時差 日本より8時間遅れ。
●ビザ 3ヵ月以内ならビザは不要。留学とが長期滞在者はフランス大使館へ。(☎ 03-473-0171)。
●予防接種 種類が必要。
●空港税 出国の際に15フラン。
●気候 観光のベストシーズンは4月中旬・10月中旬。冬は寒く曇天の日が多い。
●チップ 習慣として1Fが相場。タクシーなどは10%くらい。
●空港 パリには現在3つの空港がある。航空会社によって使用空港は違うので注意が必要。
●シャルル・ドゴール空港→エール・フランス、日本航空、パンアメリカン、英国航空の発着。空港より市内中心地まで約45分。
●オリー空港→エール・フランス、ルフトハンザ・ドイツ航空、アリタリア、

10フラン紙幣



大韓航空、空港より市内中心地まで約40分。
●ル・ブルジェ空港→これは主に国内線中心の空港。空港より市内中心地まで約40分。
国際線は1時間前に、国内線の場合は30分前にチェックインをするように。
●市内交通
「タクシ」流しは自由に拾えるが、市内のいたる所にタクシ乗り場がある。乗り場には四角い標識で「TAXIS」と書いてある。タクシはほとんど個人で、会社システムは1社だけ。それは黒塗りで旗をたてている。サビはほとんど同じなのを念のため。運転手はほとんど英語がしゃべれない。よって行き先などは紙に書いて渡すのがもっとも無難。またパリ市内は番地がはっきりしているの何区何番地さえ解れば家の前まで連れていってくれる。
基本料金は3・5F、1kmあたりの追加料金は昼間0・8F、夜間1・2F。パリ近郊の追加料金は1kmあたり昼間2・1F、夜間3・5F。待ち時間は1時間あたり20F、荷物は1個につき0・5・1F(大きさによって違う)。
高速や深夜料金は割高になるが、これはメーターの小さな窓にABCのランクが出て、「A」は通常、「B」が高速と深夜、Cはまず使わないが、悪い運転手だと「C」に倒して走った「ケスクセ(それは何だ?)」といえ、こちらが知っているとわかって「A」にするだろう。注意を。

続きをするといふ。料金は日本に帰ってからの後払いというシステムも利点の一つ。

ホテル

フランスのホテルはすべて星印がついている。これはクラスを現わしている、政府が検査してつけているから信用がおける。HOTELと書いてあって、ホテルでない所、つまり貴族や金持ちの館まで意味しているから注意を。ちなみに「Hotel de Ville」の表示した建物はどこでもあるが、これは「市役所」のこと、間違いないように。

星印は1個から4個まであり星の数の多いほど高級ホテルという意味。

H 表示は上記のような看板がぶらさがっている。

★★★★ (4ツ星) 超デラックスホテル。ロワイヤル・モンソーがそれに匹敵。また4ツ星の中にもA、B、Cのランクがある。

★★★ (3ツ星) 1級ホテル、これもA、B、Cの3ランクあり、これは風呂付きか、共同浴室かによってランク付けされている。

★★ (2ツ星) 2流ホテル。ほとんど共同浴室だ。

★ (1ツ星) 3流ホテル。15室に1つの割合で共同浴室になっている。トイレは各階にある。

3ツ星以上のホテルでは料金に朝

食が含まれている場合が多い。また、ホテルに限らず、すべての建物の階の呼び方が日本と違うので要注意。つまり日本で1階といわれる階は2階に相当する。

なお、ヨーロッパのホテルではフロントのことをレセプションというのでこれも頭に入れておくこと。

シモン・パケ

香水について

パリといえば、おしゃれの街。中でも香水の数々は世界の女性を魅了してきた。シャネル、ゲラン、ジャン・パトゥなどの香水専門店から、フティックが発表する香水の数々：ディオール、ヘルメス、ランバンなど、ザッと数えても40社ほどのメーカーがあるという。

シャネルはココ・シャネル (1883-1971) の名をとり、彼女は一生を女性ファッションと香水づくりに送ったパリ社交界の花形。マリリン・モンローの言葉で一躍世界的になったNo.5をはじめ、No.19、No.22も女性らしい芳香を楽しませてくれる。一方ゲランもまた有名。誰でも知っているミツコ、夜間飛行、シャリマル、ジョッキリーなどの名香を遺した。ミツコは「ラ・パティユ」に早川雪洲と共に出演した日本女性の美しさに魅せられて、ゲランがそのイメー

シヨッピング・メモ 免税について

パリでは400F以上の買い物をするとき25%の免税になるシステムがある。これは1回の買い上げ金額が400F以下でも滞在中に買上げ金額が400F以上(同一店)になればOK。

手続きの方法は、買い物をしたらキャッシュヤーに行き、パスポートを見せる。すると、店にある所定のフォームに商品

ジをこの名香に託してきた。

まあ、余談はさておき、ともかくパリは香水の本場、女性がおみやげにもらつてよろこぶ香水がいっぱいある。今回はポピュラーだが奥さまお嬢さん用のおみやげに、殿方としても最低これくらいは知っておいてほしい知識をお教えすることに。出発前に好みを聞いておくと、贈っても、よろこばれ方が倍化すること受け合い。

香水は成分の濃い順(香りのきつい順といつてもよからう)に香水、オー・ド・トワレ、オー・デ・コロ



世界を包む香り “フランスの香水”

名と値段と免税額が記入される。一応金額は全額支払い、サインをした3片のフォームを店よりもらう(2枚のピンクコピーが税関用でグリーンコピーが客用)。ピンクの紙は出国の際税関に提示し、サインをもらって1枚だけでもらう。こうしておくと、帰国後しばらくして購入店から免税額相当の小切手が送られてくる仕組みになっている。ほとんどの品物がこの扱いを受けるので多量に買い物をする人はぜひこのシステムを頭の中に入れておいて利用するとよい。

ンに分かれる。主なものを分類して見ると――。

◎エレガントな香り……

へフローラルブーケノット

ジャスミンを主にバラなどの花の香りを加えたもの。ミス・ディオールなどはその代表。

◎軽い甘い香り……

へフローラルノット

ジャスミン、ローズ、シクラメンなど、香りのよい花を集めて作ったもの。カプリッチ、クールジョア、アルページュなどがその代表。

◎優雅で気品高い香り……

へナチュラルブレンド

合成香料を使わないで、天然の花の香を主にして作られた香水。ジョイ、バラ・ベルサイユなどがその代表。

◎情熱の香り……

へアニマルノット

じゃ香など、動物性の香りを加えた香水。東洋的な神秘さが漂う香水

でもある。ミツコ、タブーなどがその代表。

◎一般的な香り……

へモダンブレンド

香水を作る調香師が、それぞれの創作のもとに、独自の香りを作りあげた、いわゆるいろんな香りを混ぜ合わせた香水。シャネルNo.5、夜間飛行などがその代表。

◎新鮮でモダンな香り……

へフローラルブーケ・グリーンノート



シャンゼリゼ通りのカフェテラス「フーケ」

フランス産のワインはボルドー地方とブルゴーニュ地方のものが最高といわれている。ワインは大きく赤ワイン、白ワイン、ロゼー（ピンク）ワインとわけることができる。赤は、ぶどうを皮や実など種ごとつぶして作るもので少し酸味と渋味があり、肉料理に合う。白はぶどうの実だけをつぶしたもので、どちらかといえはさっぱりとした軽い味。魚料理とか、淡白な味つけの鳥料理に合う。ロゼーは、赤ワインを作る途中で皮を取り除いたもの。赤と白の中間の味と

ワイン

花のなかには、新鮮な緑の草とか葉の香りをブレンドしたもの。フイジー、ディボリッシモなどがその代表。

フランス料理に欠かせぬものがワインだ。何しろワインの本場、ワインの知識を持ってゆつくりと味わい、食事を楽しくしてもらいたい。

思えばよい。女性に人がある。一番うまい飲み方は、赤は部屋の温度と同じくらい。暖めたり冷やしたりしないでそのまま、白とかロゼーは冷やして飲むのがルール。

注文の仕方は、料理に相性のいいものを注文するのが通だが、あまり

パリの雰囲気はカフェテラスから

パリを語るに、カフェテラスを抜いては語れないといっても決して過言ではないくらい。カフェテラスはパリ市民にとってなじみの深いものだ。パリジャンと親しくなれるチャンスも大いにある。コーヒーからスナックまで利用度は幅広い。大いに利用したいものだ。一杯のコーヒーで何時間ネバっても文句をいわれないし、冬などはガラス張りのテラスでゆつくり太陽を楽しんでもいいし、道ゆくパリジエヌをながめていても、結構楽しいものだ。

ここで飲むコーヒーはエキスプレッソともいう実に濃いコーヒーだ。小さなカップ（ブチ）か大きいカップ（グラン）はお好みで。ミルクを入れたカフェオーレはまさにパリの味そのもの。しかし、ここでぜひ覚えておきたいのは午前中はカフェオーレでOKだが、午後オーダーする時はカフェクレームだということ。というのは、午前中はとかく胃が始まらないからソフトなカフェオーレ

にも種類が多いのでワイン・メニュー（Carte des Vinsカルト・ド・ヴァン）を見せてもらおうようにしたいもの。

このリストを持ってくるのは酒係給仕といわれ、料理の給仕とは違うので念のため。



でいいのだが午後を過ぎるとカフェオーレはお子さま用の飲みものとなる。強いコーヒーを飲むフランス人のいいそんなことだ。

軽食をとるなら、俗名を「クロックムッシュ」というハムトーストの上に薄切りのチーズをのせたものもいい。「グロックマダム」はハムのかわりに卵がはさんである。またオムレツなども日本人によく合う。

カフェテラス（フランスのレストランではすべて）では勘定は自分のテーブルですませること。日本やアメリカのように出入口の所にレジなどはないから念のため。勘定書きを見てチップの所に金額が書き込まれておれば不用だが、そうでない時は10〜15%のチップは忘れずに置こう。カフェテラスの有名な所は、シャンゼリゼ通りの赤いホロ張りの「フーケ」、その向いの「ジョルジュサンク」、オペラ座の「ドゥ・ラ・ペ」、サンジェルマン・デ・プレの「ドゥ・マゴ」、モンパルナスの「ロ・ドンド」など。



ドクター木崎の養生訓 新・遊びのすすめ(7)

極限状態を克服して……

木崎國嘉

はき違えている「根性」の意味

毎日のように暇があつて、スポーツに熱中できる時代が過ぎ、仕事の余暇にスポーツを楽しむ年代になると、以前に比べて抵抗力も非常に落ちてきます。気持だけが以前と同じでも、やはり身体はそれなりに弱っていくのです。

まして社会人になってからスポーツをはじめた人は身体的基础づくりができていませんので、虚勢をはらずに、転ばぬ先の杖のたとえもあります。必ず健康診断を受け、とくに人間のエンジンである循環系機能をよく調べてからスポーツを楽しむ必要があります。

健康診断といつてもいろいろあり成人病の隠れた病気を見つける手がかかりをつけるようなものでは満足で

きません。

やはり、どの程度まで仕事やスポーツなどのレジャーを楽しんでいいかなどと、かなり深く掘り下げて相談できるような、自らもスポーツをやった、それに対する体験や理解のある医師によつてでなければ的確なアドバイスは期待できないのです。

社会人になってからのスポーツでいちばん危険なのは独断的な根性論なのです。「気合いが抜けているから活を入れるのだ」とか、「根性でなにがなんでもやり抜くのだ」などといった調子で、自分も酔つてしまつていふようなのが、とても危険なのです。

根性というものはひどい言葉かも知れませんが、日本人にいちばん欠けているくせに、日本人がいちばん持ち合つていふと誤解しているも

のなのです。

早くいえば、根性とは人間が極限状態におかれた時、全エネルギーを当面向したものをやりとげることにより有効に使うことなのです。

相撲やプロ野球の解説者が、よく「あいつは根性がありますから……」というようにことをよく耳にします

が、むやみにドナツたり、大げさな身振りをしたり、しゃにむに突進したりすることでは毛頭ないのです。

神様が人間をつくつた時、科学的にいえば、約一万年、それまで数百万年も続いた地

球の寒冷期がやつと温暖期に向かい現代人が出現した時、決して現代のような文明的な生活条件が予想されつづられたものではなかったのです。

原始時代、そして今ならさしづめスポーツをやっている時のような、身体機能に合わせてつくられたものに相違ないのです。

そう考えてみると人間の身はもとも二つの根本的な作業を営むようにつくられているのです。

それは、

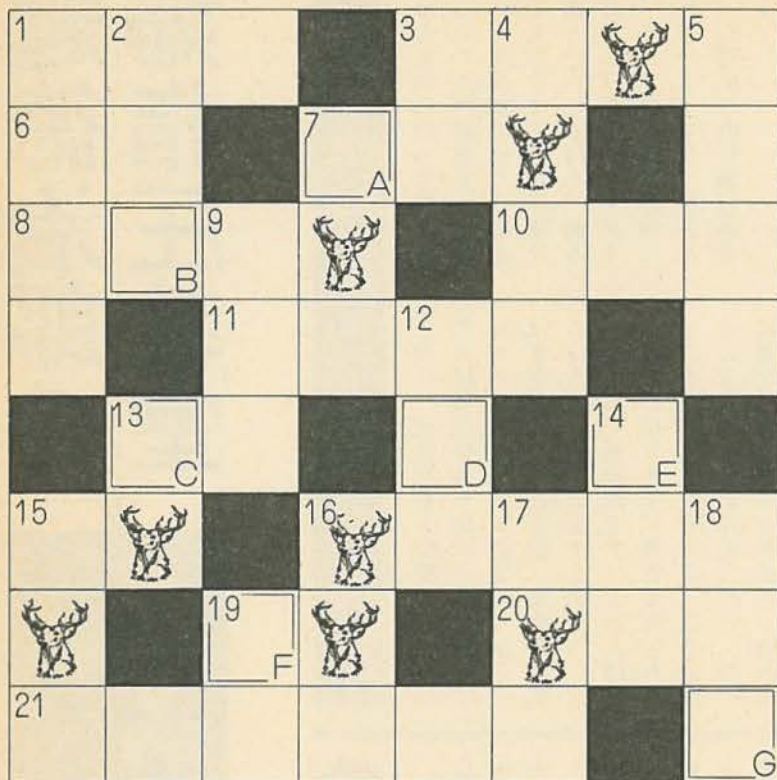
① エネルギーの消耗と組織の破壊

② これと反対の作用

ということです。この二つの作用については、詳しく次号で述べることにしましょう。



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-Gの二重カギ内を順に並べますと一つのことがわかります。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。

- ⑨ ⑦ ⑤ ④ ③ ② ①
- 千切りの大根を酢と醤油で漬けたもの。——漬
- 早春に萌え出たものを春の七草の一つとして食用にする
- にすましちやってサ。会社にいるとまったく別人なんだから
- 高校球界一のスラッガーだから全プロ球団から声がかかったそうだが紫色を帯びた紺色。この色の空は格別に素晴らしい
- 大勢の中にも彼女の美しさはひととき
- へ緑なすふすまの——、陽に溶け

タテのかぎ

- ⑩ ⑧ ⑦ ⑥ ③ ①
- 死んでしまったのは嘆きはしない。なんにもなりはしませんぞ
- 大人気の、ベルサイユのばら。
- 安奈淳ってグーですね
- 焼けばつくいに火がついたというべきが、ヨリをもどした世紀の美人スター
- 自分が書いた文章のために受ける災難
- 江戸後期の外科医。麻酔剤を発見し、外科手術に成功した。——青洲
- コイ科のうちの唯一の降海魚。河

ヨコのかぎ

★宛先 「鹿」編集部 スワード・パズル係 ★締切 昭和51年2月29日当日消印有効 ★発表 本誌5月号掲載

★賞品 正解者の中から抽選の上、1名様に電子血圧計・アイヘルスデラックス（市価2万9千8百円）を、20名様に45鹿沼カントリイ倶楽部、鹿沼72カントリイクラブの優待券（各2枚綴り）をそれぞれプレゼントいたします。

- ⑩ ⑧ ⑦ ⑥ ③ ①
- 川の上流にすむものを東京ではハヤと呼ぶ
- 雨に浸触された石灰岩の台地。わが国では山口県の秋芳台などがある。——地形
- 彼女にプロポーズしたが——もなく断られてしまったよ
- 心の——を落して心機一転ガンバロウ
- コマルといっても困ることではない。カタクなる
- 英語のレジヤ、フランス語のロアジールに相当する日本語は
- 煎茶の上等のものを指してもいうが、甘い飴もある
- パリのものは世界的に有名
- て淡雪流る
- ほんの心ばかりの贈りもの
- 昆虫などが一年に二世代を経過することという
- こんなことをしてはいけない。孤立無援になりますぞ
- 栃木県西部の都市。室町幕府將軍家の氏でもある
- 勇猛——な人だった
- 寒いとき、ここに火鉢をあてると温まるよ
- オレは天涯孤獨サ。どこへ流れていこうと勝手気ままな身の上ヨ
- 正月にはあっちこっちへ聴きに行ったよ。オレはこれが好きでね。
- テレビよりナマがいいよ

△答えのヒント△

室町時代には若い婦人にこれを贈るならわしがあつたそう

浪越徳治郎の 夫婦指圧教室

⑦



指圧の心母ごころ——「^お圧せば生命の泉湧く——。母ごころとは思ひやりの心です。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。」

夫 座骨神経痛に効果てきめん

末梢の神経の走向に沿って痛みが発作的に起こるのが神経痛です。神経痛はいろいろな神経に起こりますが、その中でもとくに座骨神経痛は神経痛の王様といわれるほど、痛みの激しい疾患です。原因はギックリ腰、椎間板ヘルニア等の後遺症から起こることが多いようです。奥さんの愛情こもった指圧で座骨神経痛を治しましょう。

まず、ご主人はうつぶせになります。奥さんは痛む患部の方に立てヒザとなり、腰骨の筋の上を骨盤にぶつかるところまでの5点を押えます。その要領は、右の親指の指紋部を筋の上におき、その上に左の親指を重ねて静かに押えます。一押し約3秒です。これを3回繰り返します。次に臀部を斜めに4点3回、そして、浪越圧点を3回押えます（ここは座骨神経痛に最も効果のある箇所です）。

次に、座骨孔を3回押え、つづいて大腿後側中央を10点3回、さらに、ヒザのうらを横に3点3回、ふくらはぎを大握み6点3回、最後に足裏の4点を3回押えます（図1）。今度は、運動法です。ご主人はおむけになります。奥さんは、右手でご主人のカカトを支え、左手は軽くご主人の大腿部にあてがい、静かに足を持ち上げていきます。痛みが耐えられるところまで上げます。その際、注意することはヒザを曲げないようにすることです。そうしないと効果がありません（図2）。最後に、奥さんは右手でご主人の足首を握り、左手をヒザ下にあてがい、ご主人のヒザを折り曲げます。大腿の上側が腹部につくところまで折り曲げたら、今度は静かにのびして引っぱりま（図3）。

この^おで、発作的に起こる痛み

妻

根気よく冷え症退治を

季節的に気温の低い冬期、女性に見られる症状として冷え症があります。多くの女性がこの冷え症で悩んでいます。

年齢的には、内分泌の作用が衰え代謝が低下する老年期に多いのは当然ですが、そのほか、思春期や更年期などのホルモンのアンバランスや自律神経失調を起こしやすい時期にも多くなります。

冷え症の人は、胃腸が弱く貧血症が多いので、胃腸の働きを活発にして造血を盛んにすることが大切です。ご主人のやさしい指圧で冷え症を追放してください。

まず、奥さんはうつぶせになります。ご主人は、その左側に立てヒザになり、肩甲骨の下縁から骨盤までの背筋の上を、両手の親指を重ねて10点、3回繰り返します。左側が終わったら次は右側に^おり、右側の

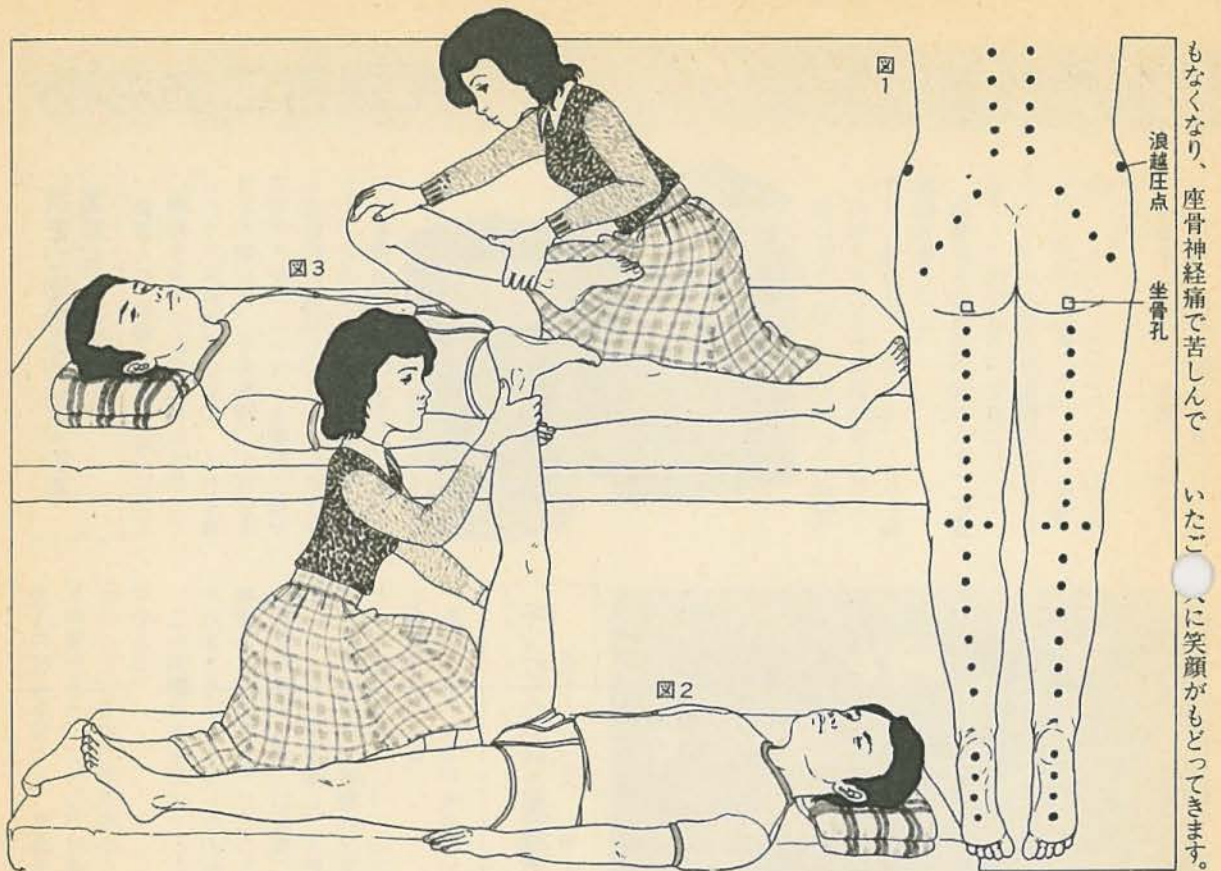
背筋を同じく10点、3回繰り返します（図4）。

次は、両手のひらを左右の臀部にあて、左右同時に強く掌圧を加え、10秒ほど押えたままにします。そして、今度は、左右の手を同時に輪状にまわし、輪状掌圧を10回行ないます（図5）。

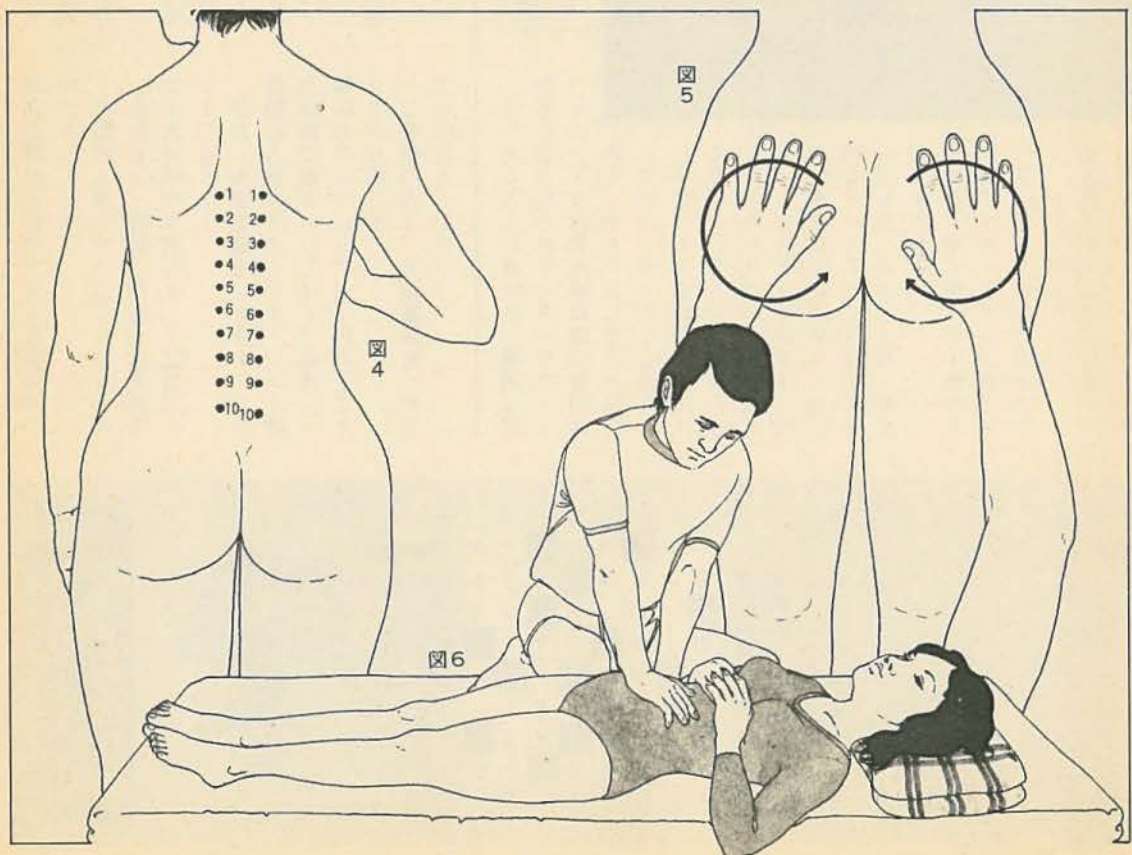
最後に、奥さんはあおむけになります。ご主人は奥さんの右側に正座して、右手の手のひらをミゾオチにあて、一押し5秒、10回繰り返して掌圧を行ないます。それが終わったら、おへソの上を同じく掌圧10回、そして、下腹部の生えぎわの所を掌圧10回行ないます。

それから、おへソの上に両手を揃えておき、力を加えて輪状掌圧を10回行ないます（図6）。

この指圧は驚くほど冷え症によく効き、冷え症で悩む方にぜひおすす



もなくなり、座骨神経痛で苦しんでいたごへに笑顔がもどってきます。



めします。多くの女敵である冷え症もこの愛情指圧を続ければ治すことができるのです。

愛読者こおなあ

歴史が物語る神秘の妙薬 高麗紅人参エキス

高麗人参(朝鮮人参とも呼ばれる)は朝鮮半島や中国東北部に自生していたウコギ科の多年草で、これを栽培した畑には、その後四〇年間何も栽培できないという。土壌中の養分を徹底的に吸収してしまうからだ。そのくらい高麗人参の根の吸収・蓄積力は目をみはるものがある。



畑に植えておけるのは六年で限度。六年根でその成分は最高度に達し、薬用に最適とされている。これを高麗紅人参という。

高麗紅人参は遠い昔からすでに霊薬として珍重され、近年になって、そのすぐれた効果に現代科学も目をつけ、研究を開始。サポニン、精油、糖、ミネラル、ビタミンB₁・B₂などが確認されている。

高麗紅人参には、赤血球を増加させ、体内の新陳代謝を活発にし、血

液中の糖分を低下し、性腺を刺激する効果がある。これなどは身体を良好にたもつための基本的なことばかりである。

この高麗紅人参のすぐれた効果をそのままカプセルにしたのが、朝鈴木物産から発売されている「ビタ・ジン」。朝鮮半島産紅人参(六年根)から抽出したエキスを濃縮し、天然のビタミンEとゼラチン被服のソフトカプセルで包んだ一〇〇パーセント天然の健康食品である。

直径7mm、長さ13mmのちいさな一

キングスな味と雰囲気のお店 ステークハウス・シャード



粒に高麗紅人参のすべての薬効が詰めこまれている。

高麗紅人参エキス、ビタ・ジンの問い合わせは、朝鈴木物産(東京都千代田区神田佐久間町2-3) ☎03(851)5231

なお、本誌愛読者にかぎり、この高麗紅人参エキス、ビタ・ジンを特別価格で頒布いたします。市価(一箱65カプセル入り)七千円のところ五千六百円です。

ご希望の方は、当編集部宛ハガキでお申込みください。

うつそうとした森の中の瀟洒な館を思い出させるステークハウス・シャードが神宮外苑に近い青山にある。オープンして三ヵ月たらずだが、ゆったりと落ち着けるスペースを持つ。味にうるさいご仁なら一度は足を運んでみたい店だ。もちろんメニューはステーキが主体。肉のうまさに定評があり、良心的なメニューづくりは心にくいばかり。メニューの一部を紹介すると。

★ステーキ・ディナーセット
(ステーキ・ワイン・サラダ・デザート・パンorライス)
4,000円より

★ステーキ (サーロイン)
6オンス 1,700円より
8オンス 2,300円 (テ
ンダーロイン) 8オンス 3,

クロスワード 12月号の正解



A=ボウエンカイ
B=ウネンカイ
C=エ
D=ミ
E=ズ
F=ホ

ハ	メ	ホ	ボ	ウ	ケ
ダ	ン	ル	カ	ラ	ム
バ	カ	ス	シ	リ	
カ	ル	キ	ネ	マ	
シ	カ	ク	タ	ミ	
リ	ボ	ン	ビ	イ	ズ
カ	ジ	ツ	イ	カ	ホ
マ	ス	リ	カ		

応募総数 三、四九六通
正解は 三、一七四通

〈答えのヒント〉左党喜ぶが今年もそろそろ近づいてきた。♥ヨコのかぎ ①をはすす。度を通すこと ③だいたい。およそ ④幸運の年まわり。⑤に入る ⑥日本にも大量に出回っている高級ライター ⑧あいつは酒を飲むと ⑨からいよいよ ⑩長期の休暇 ⑪自分だけの利益。⑫欲 ⑬マルクス。ドイツの有名な経済学者 ⑭映画のこと ⑮医学の一分科 ⑯帽子や髪を結ぶ、色のきれいな布片 ⑰栄養素のひとつ

000円より

★ビブ・シチュー1、2000円
★ビブストロガノフ1、2000円
(いずれもグリーン・サラタはお好きなだけ召しあがれる)

★ワイン(メルシャン)750円
フランスワイン2、000円

★キープボトル(サントリーオール
ド4、000円ほか)

★ランチ・タイム・サービス(ミニ
ッツ・ステーキ・セット)980円
鉄板焼650円 日替りランチ

450円 AM11時~PM2時
そのほか、宴会、会合も予算に
応じて気軽に便宜を計ってくれる。き
つと、キングスな味と雰囲気にも満
足されるはず。本誌愛読者だとい
うと

サービスしてくれるかも。年中無休
営業時間AM11時~PM10時。問
合わせ先 東京都南青山2-5 英国
トレッドセンター(ポラ青山ビル)

B1 (408) 2525 (478)
0902

木製3点勉強セット

最近、机といえは照明器具や時計
などたくさん付属品で装飾された
スチール製のものが目につくが、
美しい木目をそのまま生かした素朴
なものの方があきがないで長く使
えるから日本の子どもたちにはピッ
タリだろう。

ここに紹介する子ども部屋の机、
本棚、ロッカーのセットは、ノック

ダウン方式でかたんに組立て
られ、しかも頑丈な3点セット
である。

新学期を間近にひかえ、新入
学する子どもたちにとって最高
の贈りものとなるに違いない。

無駄なものをすべて省いた新
感覚の勉強セットで子どもの部
屋の設計をしてみたいかがで
しょう。

下の写真の木製3点勉強セッ
ト、定価三万五千円を、本誌愛
読者の先着二十名様に、特別
二万九千円(送料込み)で特別
販売します。ご希望の方は当編
集部宛ハガキでお申込みくだ
さい。

〈訂正とお詫び〉

本誌12月号の「食べる健康法、ブ
ルーン」で、61頁の写真が本誌愛読
者に頒布しましたディリーズ・ブル
ーンでなく、他メーカーのものに一
部変更しておりました。営業部のミ
スでしたので訂正するとともにお詫
びいたします(表2参照)。なお、こ
のディリーズ・フーズ・サブライは、
ジャムづくりの老舗で宮内庁御用達
の優秀なメーカーですので、その製
品は安心して召し上がりがいただけ
ます。

また、ブルーンにつきましては、
社団法人日本栄養士会の「レホルム
テレホン・健康へのいざない」(2



月28日)にダイヤルをお回しくだ
さい。ブルーンについてよくわかり
ただけると幸いです。

- 東京〇三〇四四九一四八八九
- 神奈川〇四七二一八三〇八九
- 千葉〇四七二一八三〇八九
- 茨城〇二九二五九一五六五六
- 栃木〇二八六六二一五五一一
- 福島〇二四九一三四一八六〇〇

★本誌6月号で、ブルーンを使っ
たおいしい料理を掲載します。これ
は愛読者応募の形式で行ないますの
で、あなたの上手なブルーンの利用
法をお寄せください。掲載分には素
敵なプレゼントを差し上げます。た
くさんのご応募をお待ちしてありま
す。締切りは四月一日です。

つ。A、B、C、D、E、Kな
どがある②の思い出。過ぎ去
った日③静岡県の一地方。川端
康成の名作の舞台にもなった④
酒はキクねえ⑤なしの花⑥
の番人。裁判官のこと

♥タテのかき 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②団体を構成する人③角笛か
ら次第に変化したラッパ④カメ
に乗った太郎⑤へたな引く
苦屋小三⑦「源氏物語」の主
人公⑧こそ物の上手なれ⑨貸
借関係。「は他人」というこ
とわざもある⑩洋服で首の部分
に結ぶもの⑪だらしくゆるむ
こと⑫表現をあいまいにするこ
と⑬の国。日本の美しい呼び
名⑭海や川でよくこれをする人
を見かける

▼正解者の中から抽選の上、
左記の一〇名様に尾瀬岩鞍スキ
ー場(群馬県利根郡片品村)の
宿泊券(一泊・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」
を贈呈します。

- ▼成瀬英揮 静岡県三島市
- ▼横田節子 東京都荒川区
- ▼大矢初枝 東京都品川区
- ▼吉場米作 埼玉県東松山市
- ▼谷中容子 栃木県鹿沼市
- ▼鈴木依子 東京都品川区
- ▼清水重男 栃木県足利市
- ▼秋和京子 東京都府中市
- ▼服部富士雄 東京都足立区
- ▼谷田部光雄 栃木県安藤郡

点と線 世界駆けある記

第六回 パリー・ローマの巻

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)



モダンでクラシックなパリー

ドーバーの白い壁が見える海岸は全部断崖である。

つい一カ月前に開港したというドゴール空港に着陸した。さすが最新鋭の空港で「動く歩道」や放射線のようなエスカレーター、それに磨き上げられた大理石、広々とした諸設

備が実に見事である。空港からタクシーでエッフェル塔近くのホテル・ヒルトンに向かったのだが、大変な道路困難。これはきょうが五月の第二日曜日で、「ジャンヌ・ダルク祭」にぶつかったためと判明した。牛歩のごとき進行状態だからあちらこちらで軽い接触事故などがあり、双方の運転者が降りて来てヨーロッパ人特有の大きなセスチャーでお互いとなり合っている。後続の車はみな窓から身を乗り出しクラクションを鳴らしながら何やら大声を張り上げている。喜怒哀楽をストレートに態度に現す国民性が伺えて興味深い。

翌朝、日本娘(留学生のアルバイト)のガイドでパリー見物が始まった。お上りさんの定石通りエッフェル塔に上り、パリーの街を眼下に収めた素晴らしい景観は忘れられない。セーヌ河の河畔、それとマロニエの並木路、凱旋門に続くシャンゼリゼ大通りを中心にしたカフェや洒落たブティック(店)、街路に並ぶ建物はいかにも古めかしく歴史の重みをずっしりと感じさせる。聞けば旧市街は古い建物を壊さない、つまり、新しい建物を立てさせない法律でしなされているとのこと。また、この

ことが古い物を大事にし、ケチといわれるほどに徹底した節約精神を身につけたフランス人にびったり合っているわけだ。

そしてこのクラシックな建物と、食べる物を切りつめても身を飾るというパリジャン、パリジエンヌのファッションとがピッタリと調和がとれていて憎らしいほどだ。ファッションに対する感覚もおもしろい。一流のレストランやクラブは別として、大衆的なレストランに入っても豪華な毛皮のコートのマダムもあればその隣りにブラウスにスラックスの軽装のパリジエンヌも居合わせるわけで、気候はファッションの最大の理由としていない。毛皮のコートとシャツ姿が共存して、日本でいうならば夏と冬が同居しているような姿でも、要は本人が楽しめば良いのであって周囲の人の眼は気にしないようである。

自動車が多いのは東京並みだが駐車してある車が前後の車のバンパーをぶつつけながらスタートして行くのにはびっくりする。タクシーは女性ドライバーが多いし、また助手席には客を乗せる義務がないという制度もおもしろい。人間の代りにベ



パリ凱旋門前

高島屋をのぞいた。

大統領官邸とそばの日本大使館の日の丸になつかしさとうれしさがこみあがる。

凱旋門近くに日本の和菓子屋が開店したという。早速尋ねてみたところウインドウに五月人形や鯉のぼりが飾ってあってまさしくほんもの。久し振りに渋い日本茶で「大福」を満喫。お土産も持ち帰り翌日の朝食とした。



泉と彫刻 ローマ・ナポリ

ローマ市内に入りホテルエクセルシオールに向かうまでの間に何と古代ローマ帝国を偲ばせる遺跡の多いところか。かの暴君ネロの広大な邸跡に建てられたという「コロッセオ」は街の中央部にあり、有名なテレビの泉もレンガ造りの建物をひよいと抜けた所にある。パリの凱旋門によく似たコンスタンティノの凱旋門もコロッセオのすぐ近くにある。ナポレオンがローマの凱旋門に似せて作らせたというのだから無理もない。市内はゆるやかな坂、石畳の街路、いたるところで泉に出逢うし廃墟の遺跡にぶつかる。崩れかかる遺跡をささえる補強に大きな予算を計上しているとも聞く。ローマといえば世界

的な観光地だからさもある。ところで先づローマを訪れた日本のある政治家がこの遺跡を見て「イタリアは聞きしにまさる貧乏国だ。こんな古い建物の修理も出来ない」と名言をはいて現地の物笑いの種になったとか。タクシートの運転手君の言である。



世界最小の国家・ヴァチカン

カトリックの総本山ヴァチカン市国はローマの市内にあつて人口一、〇〇〇名の世界最小の独立国家、サンピエトロ寺院に向かう広場に白線があつてこれが国境である。寺院内部の巨大な空間、装飾の豪華さに圧倒される。「懺悔の窓」がある。黒いコーナールの小窓にひざまづいて信者が告白している。中に入っている牧師の姿は見えない。各コーナールにサインがある。曰く、伊語、仏語、英語、西語、独語等々。国際的懺悔のコーナール群であるが残念ながら日本語はなかったようだ。



神の怒りにふれた町・ポンペイ

ローマから車で三十分南下すればナポリである。空は澄み地中海の水は青くサンタルチャ海辺の古城も美しい。ナポリ港からカプリ島行きの白い船の汽笛も景観に色を添える。しかし「ナポリを見て死ね」というに満足するほどの時間がなかったのは残念だった。

ナポリから三十分ほど東にあるのが神の怒りにふれた町・ポンペイである。西暦前三〇〇年前に栄えたポンペイは七九年のベスビオス火山の怒りにふれて火山灰に埋れた町を今世紀に掘り起したものだ。道路は石で舗装され、公共浴場、大小の劇場や神殿など古代文化の水準の高さにびつくりさせられるし、とても一日では回りきれない広さである。しかも発掘は全体の七〇％程度で予算が続か



ローマ、トレビの泉にて

ず中断されているという。

ある豪族の屋敷跡ではガードマンがいて奥の部屋の鍵を開けて見せてくれた。古代の男女の営みが刻明に彫られている春画である。小博物館もあり発掘された日用品や化石化したミイラなどの展示もある。観光を終え原産地スパゲティ・ナポリタンを昼食とする。この国でスパゲティは前菜にすぎない。朝食はごく簡単に済ませておくらしいがとても我々にはその後まで入らない。

ハイヤーをローマに向ける道すがら運転手が私にこんなことをいった。「あなた方日本人がうらやましい。日本の女性は美しいし夫を大切にす。イタリアの女性は世界一気が荒いし夫の面倒見もよくない。私がこうして一日働いて帰宅しても女房の前では小さくなっている」

夜ローマ市内に入ったら街中がいやに騒がしくて異様な雰囲気だ。行き交う車はクラクションを鳴らし旗を振り、笑い、叫び、泣き、広場では泉の回りを狂ったように車がグルグル回っている。これは本日も行なわれたサッカー・ワールドカップの国内予選でローマチームが勝ったための祝賀パレードであった。自動車とオートバイで何本もの旗を立て全市内をワメキ散らしながら勝利の栄冠に酔う若者達の姿はすさまじい限りだ。ホテルの部屋にいても外の騒ぎが夜半まで続いてなかなか寝つけなかった。

鹿沼グループ告知板

45鹿沼カントリー倶楽部／鹿沼7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.V.



まもなく 本造成を開始

富士御殿場ゴルフ倶楽部

富士御殿場ゴルフ倶楽部
会員各位殿

謹啓、厳寒の候、会員の皆様にはますますご清祥の事とお慶び申し上げます



完成した3号調整池



改修工事を完了した砂沢川

す。日頃より格別のご支援を賜わり厚く御礼申し上げます。

富士御殿場ゴルフ倶楽部建設現地では、本造成の前段階として防災関連工事を優先的に進めてまいりましたが、二月一日現在すでにコース手前砂沢川の改修工事、および1号、3号、4号各調整池の造成を完了し、目下5号調整池を造成中でございます。

今後の予定は、二月中旬までに調整池工事をすべて完了させ、二月下旬よりコース本造成にとりかかることとなります。

コースの建設期間は芝張り工事を含めまして約6ヶ月間を予定しています。

またクラブハウスは、諸準備作業完了次第、本格的建設工事に入ります。

コースの建設工事完了後、芝付きの状況を見て、できるだけ早くかつ良好なコンディションのもとでオープンしたいと考えておりますので、何卒よろしくご了承のうえ、今後ともいっそうのご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

なお、すでにご通知いたしました但现在、第二次正会員募集(一名四百五十万円)を行なっております。ぜひご同好の皆様をご推薦くださいますようお願いのほどよろしくお願い申し上げます。

敬具
富士御殿場ゴルフ倶楽部
サンユウ産業株式会社

台湾第三回大会 井坂広男氏が優勝

鹿沼インターナショナル
ゴルフ・サーキット

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」台湾第三回大会が去る一月一日、国華ゴルフ場(18H・7011ヤード)で行なわれ、井坂広男氏(東京)が優勝した。

●台湾第三回大会

優勝 井坂 広男
準優勝 斎藤 博(ベストグロス)
第三位 芳岡 武男

第四位 石原 光二
第五位 塚原 久夫
第六位 国府田健吉

右の入賞者には豪華賞品が贈られたほか、一三位には五十一年二月開催の台湾決勝大会(3泊4日)への優待(二位は無料にて、二位は6万円に出場できる)目録が贈られた。

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、毎月一回世界一流コースで予選ラウンド、三ヶ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たチャンピオン決定戦を行なう本格的サーキット。費用は4ヶ月以内の分割払可。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。

(一括払いの場合)

- 韓国大会(3泊4日)
プレイ費込み総費用 ¥900000
- 台湾大会(3泊4日)
プレイ費込み総費用 ¥1150000
- パンコック大会(4泊5日)
プレイ費込み総費用 ¥1600000
- ハワイ大会(4泊6日)
プレイ費込み総費用 ¥2000000
- 詳細についてはお問合せは左記へ
- ▲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
- ▲ロワイヤル・トラベル(有)
- 御殿場 ○五五〇(三)四四一一(代)



ホールインワン第1号の
鈴木義三氏

昨年十一月十二日、秋晴れの暖かい
絶好のゴルフ日和、私はいつもの仲間
と連れだって通いなれた鹿沼72 Cへ
と車を走らせた。
時間きっかりの順調なスタートだっ
たが、いきなりAコース10・11番のミ
ドル・ホールで続けざまにダブル・ボ
ギーをたたき、気落ちして足どり重く
12番のショート・ホール(143ヤード)へ。
オナーは好敵手の遠藤さん。ピンの
左寄りにあざやかにワン・オンさせて
相変らず好調である。
このホールはバーをとってやろうと
パッフィーを取り出しティー・アップ
「よし、やるぞ」
気合いを入れてクラブを一振した。
ボールはピンに向かって糸を引くよ
うに一直線。グリーン手前に落ち、二

■特別寄稿

4年目の歓喜!! ホールインワン第1号

鹿沼72カントリークラブ会員

鈴木 義三

(宇都宮市在住)

度ほど、インドしてからピンに引き寄
せられるようにコロがつてゆく。
「あ、あ……」と叫ぶと同時にそのま
まカップへ。
「アリヤ、入った」

誰かがすつ頓狂な声をあげた。すかさ
ずキャディさんが、
「おめでとうございます、お客さん、
ホール・イン・ワンです」

私は呆然としていたのであろう。「あ
りがとう、皆さん」という言葉が口を
ついて出たのは、ややしばらくしてか
らだった。そして足早やにグリーンへ
ゆき、しっかりと記念のホールを握り
しめた。

ホール・イン・ワンすると、あとが
大きくくずれるといわれるが、その後
も嘘のようにスコアがまとまっていっ
た。
プレー後、風呂あがりに一気飲み
ほしたビールの美味さは、まさに格別
で、そこではじめて「やった」という
実感がこみあげてきた。

あとでクラブ側から「当クラブの第
一号ですヨ」と言われて二度びっくり。
これも良きパートナーのお蔭と感謝し
ている。同時に、クラブを手にして四
年目に成し得たこの感激を貴誌に寄せ
られる機会を与えて下さったことに心
からの謝意を表します。

(五十二年一月十日 記)

〈クラブより〉

鈴木義三氏よりクラブへホール・イ
ン・ワン第一号記念の植樹を賜りま
した。ありがとうございます。今後
のいっそうのご活躍を祈ります。

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) }

土・日曜・祭日のプレーは
1Rまでに制限
させていただきます

鹿沼72カントリークラブ

オープン以来、皆様には格別のご愛
顧を賜わり厚く御礼申し上げます。

クラブでは、コース整備、運営、サ
ービス面におけるよりいっそうの充実
を図るため全社員一丸となって努力を
続けておりますので今後ともよろしく
ご支援賜りますようお願い申し上げ
ます。

なお、芝の保護を考慮いたしまして
いましばらくの間、土曜・日曜・祭日
のプレーは1Rまでに制限させていただきます
ので、何卒よろしくご協力賜
りますようお願い申し上げます。

新春コンペ(平日)に
記念品を贈呈

45鹿沼カントリー倶楽部
鹿沼72カントリークラブ

45鹿沼カントリー倶楽部、鹿沼72カ
ントリークラブでは、本年三月二十日
までの平日(月・金曜)にご開催の五
組以上のコンペに對しまして、記念品
として木箱入り益子焼飾り皿(大・中
・小各一ヶ)を贈呈いたします。コン
ペの賞品等にお使いいただきたいと存
じます。どうぞお早めにお申込み下さ
い。

お申込み受付は

● 45鹿沼カントリー倶楽部フロント
電話 0289 (75) 2131代表

● 鹿沼72カントリークラブフロント
電話 0289 (75) 2111代表

● 会員サービスセンター
電話 03 (563) 1891代表

平日優待券(ビジター)を
ご利用ください

45鹿沼カントリー倶楽部
鹿沼72カントリークラブ

本誌49ページに、45鹿沼カントリー
倶楽部、鹿沼72カントリークラブの平
日ビジター割引優待券を綴じ込んでご
ざいますので、ぜひご利用くださいま
すようお願い申し上げます。



●欲求不満

女好きのフランキーが、ゴルフをはじめた。最初はストローク・プレーでやっていたが、ある日、友だちのディーにさそわれて、はじめてマッテ・プレーをやることになった。

さて、1番は第2バットがピンをはじいてOKのダブルボギーだったが、2番はロングバットがうまく寄ってOKボールのボギー。3番は寄せワンがビタリ決まってこれまたOKのバー……とシリ上りの好調。ところが、反対にフランキーはだんだん不きげんになる一方。

「なあ、おい、ディーン。このマッテ・プレーってやつは、あんまりおもしろくねえな」

「どうして？」

「だって、おまえ、OKっていうだけで、ちっとも穴に入れさしてくれねえじゃねえか」

●お人好し

バーでアーニーが一杯やっている、友だちのバートがかけ込んできていった。

「おい、たいへんだ。おまえのかみさんがゴードンのやつと、おまえの家で浮気してるぞ」

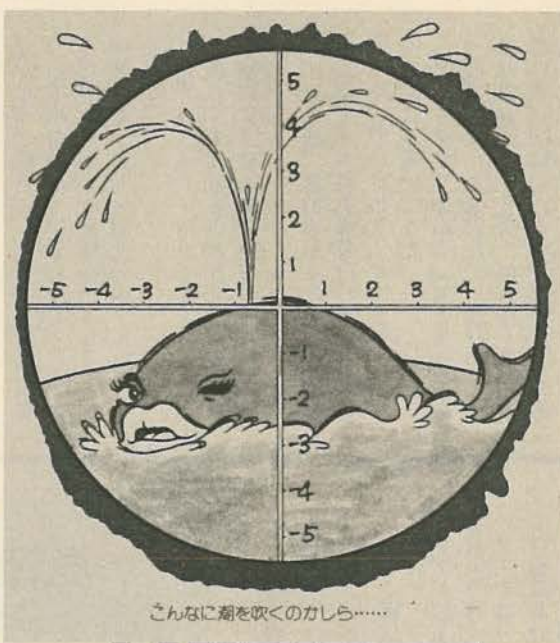
「ようし、ゴードンめ、どうするか、見てろよ」

アーニーは血相変えてとび出して行ったが、ものの5分

やったよ」

●伴奏しだい

プレイボーイ気どりのヘインズが、やつのことでソプラノ歌手のリリーをくどき落として、一夜を共にすることになった。



こんな潮を吹くのかしら……

もすると、サッパリした顔つきでもどって来た。

「どうした、ゴードンをやっつけないのかい？」

「やっつけてやったさ。いま、やつのかみさんに、お前の亭主がおれの家で浮気してるよって、電話でいつけて

ところが、あれただけの美

声の持ち主だから、さぞやベッロの上でも、すばらしいコロラチュラ・ソプラノが聞かれるぞ」とワクワクしながら

ベッド・インしたのは、リリーの出すのは、まるでアヒルのようなガアガア声ばかり。

「どうしたんだい、リリー。ステージでは、あんなに美しい声が出るのに……」

「だって、あなたのハーモニカ伴奏がヘタクソなんだから」

●女同士の会話

スタイル自慢が売り物のジエニーが、あるとき、友だちのサマンサに

「あたし、これまで一度だって、自分のスタイルに不満を持ったことはないわ」

という、サマンサ、冷やかな目でジエニーを見ながら

「あなたって、りっぱだね、ほんとに、親をうらむなんてみっともないことですものねえ」

●男同士の会話

「潮吹き」女史なんて女が売りに出してきたけど、ほんとに女のアソコが潮を吹くものかね？」

「そりゃあ、吹くだろう。だっておまえ、この間、ある女とやったら、ガバガバで、まるでクジラとやってるみたいだったっていつてたろう。」

クジラなら、潮ぐらい吹くさ」





Zig Zag Zig Zag Zig Zag

アンコウのはなし

グロテスクだが最高の精力源

アンコウを一番最初に食した人は、かなり勇気のある人であつたにちがいない。

つぶれたような平たい体、でっかい頭、それに開くと頭全体がわからなくなってしまうほどの大きい口は、ユーモラスというよりもグロテスクである。文明人には、どうても受け入れられないご面相であるから、かなり非文化な時代から食されていたのではないかといわれている。

アンコウは、夏から秋にかけて深海に生息し、正月ごろから浅い所に移動して、二〜三月頃に大

陸棚の上で無数の卵を産む。このため、産卵期前の十二〜一月ごろが最高にうまい。体は黒褐色で表面がヌルヌルして外見は悪いが、つるし切りにしてアンコウ鍋やアンコウ汁にすると、これほど美味な魚はない。しかも肉はもとより、えら、皮、肝臓、腸、胆のう、腸間膜など、すべて食べられ特に肝臓と皮が美味でスタミナがつく。

海底ではほとんど動かず、えさは背びれの棘が変化した糸状のひれを使って、寄つて来た小魚などを集めるといふ受身の姿勢なので、英名はアン

グラ・フィッシュ（釣人魚）と名づけられている。しかし時には、自分より大きな相手さえも攻撃することがあり、しかもいったんくわえ込んだ獲物は、ゆっくり時間をかけて消化されるのを待つが、窒息死するか、どちらかの道を選ぶ厳しさも持っている。

成魚は一メートルを越す大きさで、本州中部以北、東北から北海道、遠州灘、駿河湾、相模灘で漁獲される。

（写真・益田二）







MY LIFE

絵に魅せられてローマへ留学

曾我町子さん(タレント)

曾我町子さんの「足で踏みつぶしたような声」がトンマなお化けにうってつけと、初代オバケのQ太郎の声優に抜擢された。その声がオバQの姿かたち、顔にピッタリ。子どものあいだで受けに受け、当時の日本中の子ども達の心を独占した。

「寝る暇もないほどでした。タフなわたしはノイロ一ゼになるくらいですから異常な忙しさだったんですね。そこで体と心の休養にと油絵を始めたんです。絵は自分の思うままの形、色を自由にキャンバスに表わすことができ、誰にも邪魔されない心の散歩が楽しめますから……」

曾我さんの凝り性は芸能界では有名。すっかり油絵の魔力にかかり、一昨年にはイタリアのローマ美術学校へ入学、一年間みっちり造形、色彩の勉強をつんで、昨年末に帰国したばかり。

「ローマの美術学校を足場にヨーロッパ各地へキャンバスを担いでよく出かけました。でも、わたしの絵は日本的なところが多くローマの古びた街角を描いてもタッチは夕焼け空に子ども、そして柿の木といった感じになってしまふんです。こんなときつくづく自分は日本人だなあ、なんて思うんですよ」

描くときはいつもその題材と同じ国のお香を炷く。本人のフイリングを捨てるためだという。

CIBIE

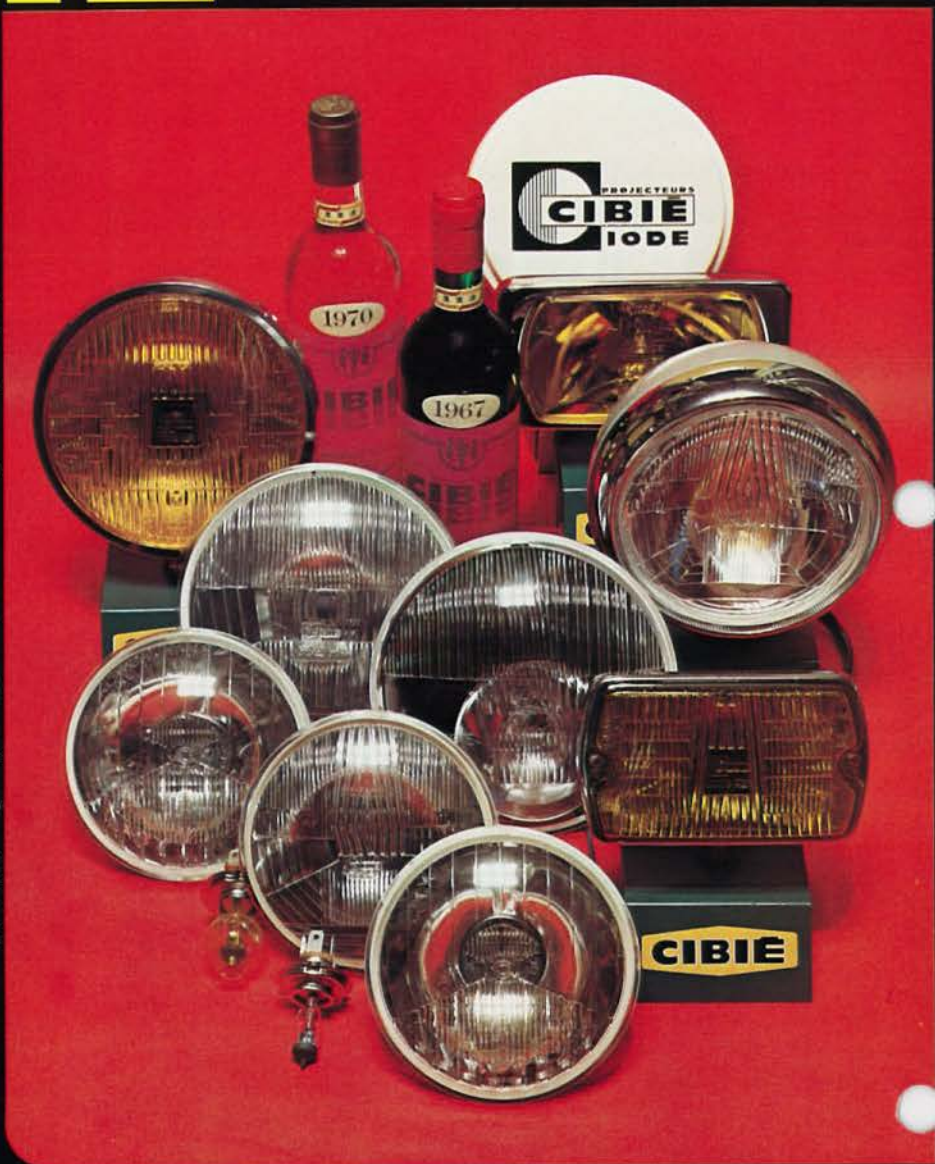
※シビエ・フランス/ヨーソ球ヘッドetc

昼間と同じ感覚で走れます

あなたの愛車にご自身の手で装着！
2・4灯車用ヘッドライト

※フイーリング

円型のヘッドなら外車・国産とも交換するだけでO.K

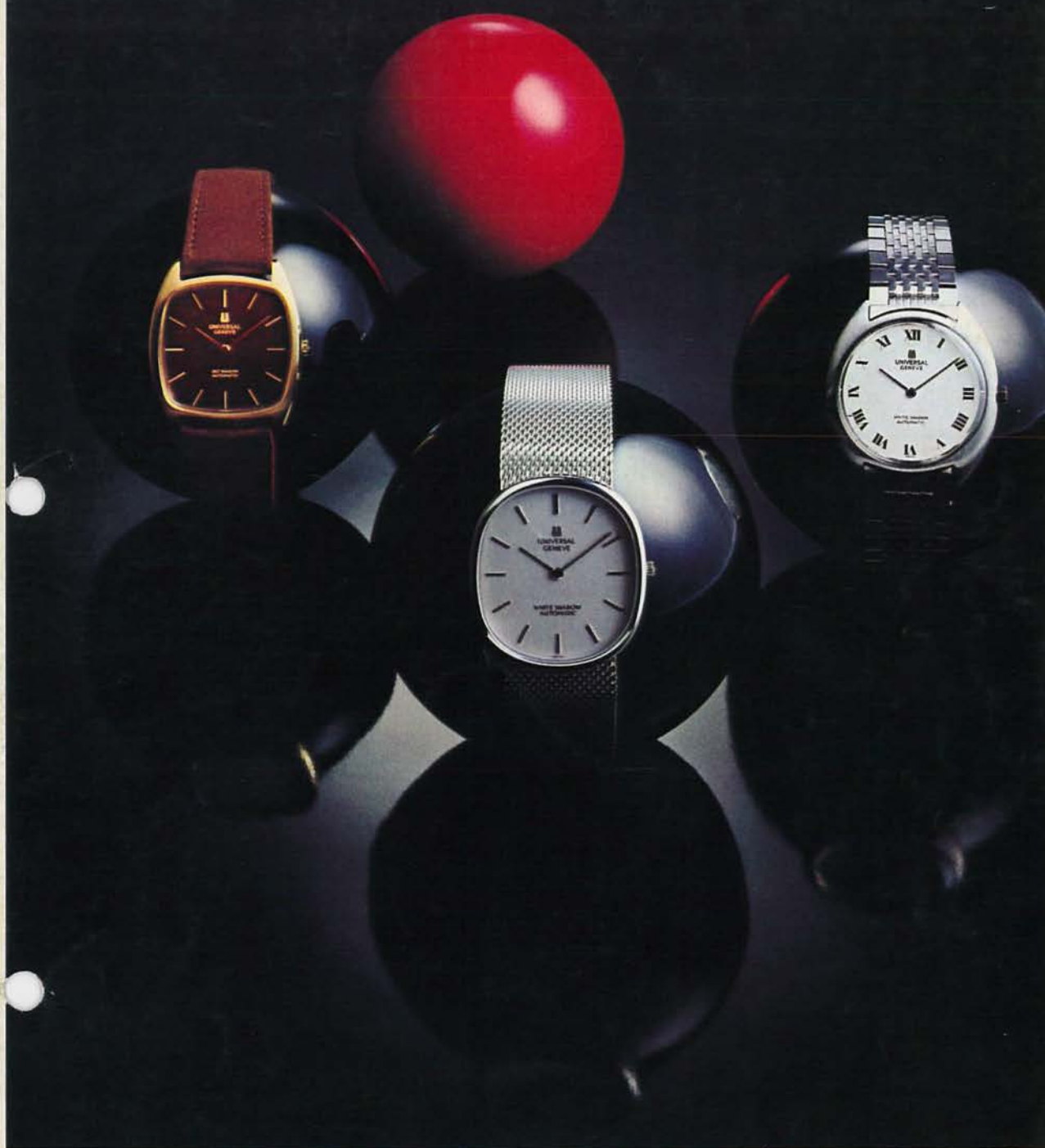


← 明るいヨーソのフォクランフ(シビエ・タイプ45)

仏・シビエ日本総代理店
SS・リミテッド
東京都大田区鶴の木 19
☎(03)759 777 15

●シビエのランプは世界中で愛用されていますが、その理由は直線500米付近まで完全にフォローする明るさと耐久性に優れているからです。安全な夜のドライブ/シビエはそれを保証します

●社会力タはクはよれを二記入の上、車検用品用は西五安部? 22 17 1.0C 秘書部二二〇五五リミテドと商売へ



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）

写真左から ¥125,000、¥60,000、¥116,000（税別 ¥108,000）

UNIVERSAL 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 ☎(272) 2971
大阪市南区堂寺橋通2-42 ☎(262) 5921-7