

みらいふる鎌倉 会員広報紙



庭園と本堂・客殿



今号は瑞泉寺特集

発行

鎌倉市老人クラブ連合会
発行人 奴田不二夫
編集人 門田 京藏
原田 光
伊藤 実
山本 照子

〒248-8686
鎌倉市御成町18-10
鎌倉市老人クラブ連合会
(通称・みらいふる鎌倉)
☎ (0467) 61-3930

第64号

印刷 (株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎ (06)6797-0212



萩市老連との交流研修会

5月6日(木)～7日(金)の2日間、萩市老連との交流研修会が開催され、両市長臨席のもと記念植樹と懇親会が行われました。



鎌倉市長・萩市長からのメッセージ

「愛する鎌倉」に明るい未来の光が注ぐように

時代の流れとともに、人々の生き方も多様化し、社会から求められるものが変化する中、鎌倉老人クラブ連合会は、2007年、「みらいふる鎌倉」として自ら変革を果たされ、新しい時代にふさわしい会としてパワーアップし生まれ変わられました。

「みらいふる鎌倉」のテーマは「仲間づくり、生きがいづくり、健康づくり」です。会員の皆様が元気で、毎日をいきいきと過ごしていただけることが非常に大切なことです。皆様には、高齢者をますます元気にする組織として、また、時代の先導役として、その役割を担っていただきたいと期待しております。

また、一方では皆様が日頃から地域における奉仕活動や社会貢献活動など、地域社会の活性化にご努力・ご尽力いただいておりますことに、心から感謝いたします。

そして「みらいふる鎌倉」での活動が皆様の元気の源であり、明日への活力になっていくと実感するとともに、地域の発展にもつながっていくものと確信しております。

会員の皆様方が一丸となって新会員の獲得に取り組み、さらなる新しい風を呼び起こし「みらいふる鎌倉」が益々ご発展をされますよう祈念いたします。

「愛する鎌倉」のために皆様が長年培ってこられた知識や経験、人脈、技能などを大いに活かしていただき、共に鎌倉の明るい未来をつくっていきましょう!!

鎌倉市長 松尾 崇

平成22年5月6日・7日の2日間、総勢60名を越える鎌倉市老人クラブ連合会の皆様にご来萩いただき、本市老人クラブ連合会との交流研修会や貴連合会からご寄贈いただいた山桜と玉縄桜の記念植樹などを通じて、両市民の交流が一層発展したことは、大変喜ばしく、心よりお祝い申し上げます。

鎌倉市と本市とは、共に歴史と文化を大事にするまちであることから、鎌倉市制施行40周年記念の市民アンケートの結果、本市が姉妹都市としてふさわしいまちとして選定された経緯により、昭和54年11月2日姉妹都市提携を結びました。

以来、交流を重ね、昨年は姉妹都市提携30周年を記念し、鎌倉市への萩市民号の派遣や両市合同による第九演奏会の相互開催など交流を深めてまいりました。

このたび、鎌倉市と本市の間で福祉災害等相互応援協定を締結し両市の連携が一層強化されたことは、今後の交流・友好発展に大いに寄与するもので、誠に意義深いものです。

現在わが国は、超高齢化社会を迎える様な課題を抱えていますが、皆様方は平素からクラブ活動を通じ地域福祉の担い手として、多大なるご尽力を賜り、その熱意、取り組みに心から敬意を表します。

今後も皆様方の知恵と経験を活かし社会のあらゆる分野において生涯現役でイキイキとご活躍いただきますよう、また、鎌倉市老人クラブ連合会の益々のご発展を祈念いたします。お祝いのメッセージといたします。

萩市長 野村 興兒

4月28日、鎌倉市生涯学習センター
ホールで、平成22年総会が開催されました。



平成22年総会を開催

はじめに日野地区長指揮による唱歌「みらいふる鎌倉」を斉唱。高齢者いきいき課の比連崎課長の新任挨拶、奴田新会長の挨拶のあと、極楽寺橋会の山下ヨシ枝氏を議長に選出し、21年度状況報告、22年度事業計画などの報告があり、すべて承認されました。その後、会則改正の説明のあと、アトラクションの落語があり、これをもって総会は終了となりました。

平成22年度を迎えて

4,000人の大集団、5,000人を目指す我がグループは、その数だけの知恵と経験を持ち合わせた共同体だと思います。長幼の序をわきまえて、みのもんた氏がよく揮毫されている、気は長く心はまるく腹立てず人は大きくなり前進をされていく所存と承っておりまます。まだ現役で第一線で活躍され新会長は先達の思いを大切に、さらなる前進をされていく所存と承っておられます。また現役で第一線で活躍され(副会長 沖田俊昭)

鎌倉市的人口 177,161人 高齢化率(65歳以上)全市 26.95% 鎌倉市老連会員数 3,888人 地区別 鎌倉地区 1,338人(34.4%)、腰越地区 469人(12.1%)、深沢地区 658人(16.9%)、大船地区 814人(20.9%)、玉縄地区 609人(15.7%) 平成22年3月末現在 ◎数字は住民基本台帳をもとにしています

★鎌倉市老連ホームページアドレス <http://www.miraifuru-kamakura.com> ★メールアドレス info@miraifuru-kamakura.com

平成22年度
第46回 鎌倉市老人大学寿講座
—教養センター夏期講座共催—

開催日：平成22年7月13日(火)から16日(金)の4日間
場所：レイウェル鎌倉 4階ホール
(開館は午前9時ですのでご協力ください)
主催：鎌倉市老人クラブ連合会
鎌倉市社会福祉協議会

7/13(火) 9:40～11:40

演題：私の源実朝

—「実朝私記抄」をめぐって—



講師：岡松 和夫

作家・第74回芥川賞受賞
鎌倉ペンクラブ会長

7/14(水) 9:30～11:30

演題：日本刀とのふれあい



講師：本阿彌光次

刀剣鑑定・本阿彌宗家

7/15(木) 9:30～11:30

演題：奈良・京都・鎌倉
「古都それぞれの魅力」



講師：原田 寛

写真家

7/16(金) 9:30～11:30

演題：虚子と鎌倉



講師：本井 英

俳人

- (注) 初日には開講式、最終日には閉講式があります。
 ●市老連みらいふる鎌倉の会員は、所属クラブ会長に申込のこと(本部締切6月9日)
 ●上記会員以外の方は6月1日市広報応募規定に従つて教養センターに6月10日までに申込のこと

出前講座今年も引き続き実施中(教養部担当)

- 地元の集会所に講師が出張して、鎌倉の歴史、ゆかりの文人・映画人のことなどを中心に話しています。
 演題・講師はほぼ62号記載のとおりですが、「松竹大船映画のこころ」「川喜多夫妻が映画界に残したもの」など加えました。(問合せ 24-7164 門田)

平成22年度 みらいふる鎌倉主要行事予定表(案)

月	日	曜	みらいふる鎌倉	担当部会	日	曜	役員会・定例会等	その他
4	28	水	総会(きらら鎌倉)	総務・財務	14	水	役員会(社協)	
5	6	木	萩市研修旅行(～8日)	総務部	19	水	役員会(社協)	
	20	木	機関紙発行	教養部				
6	5	土	ダンス講習会(社協) 6/12,19,26,7/3	厚生部	9	水	役員・定例会(社協)	
	17	木	グラウンドゴルフ大会 予備日6月18日	スポーツ部				
7	13	火	老人大学寿講座 (レイウェル鎌倉) 7/14,15,16日	教養部	5	月	役員・定例会(社協)	○
	25	日	ダンスパーティー (きらら深沢)	厚生部				
8	27	金	カラオケ大会 (きらら鎌倉)	厚生部	16	月	役員会(社協)	○
	5	日	福祉バザー	女性部	8	水	役員・定例会(社協)	
	6	月	研修旅行(～8日)	厚生部				
	9	木	ゴルフ大会	スポーツ部				
	20	月	社会奉仕の日統一活動 (海岸清掃)	勢年部				
9	29	水	栄区とのグラウンドゴルフ (～30日)	スポーツ部				
	7	木	銭湯寄席		13	水	役員・定例会(社協)	
	8	金	栄区福祉大会芸能祭	厚生部				
	22	金	芸能祭	厚生部				
	25	月	横・三スポーツ大会 (横須賀神明公園) 雨天の場合27日	スポーツ部				
10	下旬		健康ウォーキング					
	5	金	栄区との交流事業 (グラウンドゴルフ) 雨天の場合12日	スポーツ部	10	水	役員会(社協)	
	11	木	功労者のつどい	総務部				
	25	木	機関紙発行	教養部				
	12	日	ダンスパーティー (きらら深沢)	厚生部	8	水	役員・定例会(社協)	
1	6	木	新年賀詞交歓会 (鎌倉プリンス)	総務部				
2					8	火	役員会(社協)	○
3					9	水	役員・定例会(社協)	



鎌倉と郵便切手(3) 鎌倉彫の切手

鎌倉に「じい切手」としては、昭和59年から61年にかけて、記念・特殊切手として伝統的工芸品シリーズが発行された。その中で「鎌倉彫」の切手2種が、昭和60年6月24日に発売された。このシリーズの切手は「伝統的工芸品産業の振興に関する法律」の制定10周年を記念して、全国の数多い伝統的工芸品の中から14品種が選ばれ、1品種につき2点ずつの作品が選ばれ切手となつた。

的工芸品指定されている品目は数多く存在するが「鎌倉彫」は神奈川県を代表する工芸品として選ばれた。発行された切手は20面シートで、2種類の切手が市松模様に組み合わされていました。

は室町時代のもので、現在は鎌倉国宝館が所蔵し、神奈川県の指定重要文化財に指定されている。切手の画面は小さいので見にくいくが、画面いっぱいに唐獅子と牡丹の花や葉が彫られ下地には川が流れている。右下方の岸辺には牡丹の根元が見え、水面には牡丹の花びらが流れている。獅子は力強く、花や葉はいきいきと、水は流動的に、誠に巧みな画面構成である。全体的には黒漆が塗られ、獅子の口元や花には朱漆が使

しかも力強さの感じられる逸品である。

図版右側の丸い図柄の題材は「牡丹文大香合」で、神奈川県立歴史博物館が所蔵している。直径23.7cm。高さは7.3cm。これも室町時代の作とされ、県の重要文化財に指定されている。蓋の中央部には牡丹の花が大きく彫られ、周辺には葉や茎が配されている。切手の画面では小さくて見えないが、実物では図案の余白には地紋として細かな縦横の格子模様が彫られて

鎌倉彫の起源は明確でないが、鎌倉の地で生またという伝説が残されてる。それによると、仏師運慶の孫、康円が宋の工人陳和卿ちん ないけいと法華堂の仏具をくつた際、木造の原型に漆塗りの技法を施したのが始まりであつたとされる。だがこれは、伝説であつて史実とは異なるかも知らない。

高齢者割引乗車証などの購入費を助成

高齢者の社会参加や生きがいと健康づくりを推進するため、鎌倉市では高齢者割引乗車証などの購入費を助成します。

各バス会社が販売している割引乗車証、バス回数券（3,000円券）、江ノ電（電車）・湘南モノレールが販売する割引回数券のいずれかを購入する際に、購入費の一部（2,000円）を1人につき年1回助成をするものです。

なお、バス共通カードは平成22年3月31日までで販売を止め、その使用期間も今年の7月31日までとなっていますので、ご注意ください。

助成の対象者は、5月1日現在に75歳以上で、市内に住所がある方です。対象者には5月下旬までに直接市から助成金

割引乗車証などは、助成券・差額代金・本人を確認できるもの（運転免許証・健康保険証など）のほか、京急バス・神奈中バスの場合は顔写真を用意し、各会社の指定販売所などで購入してください。

助成券の利用期間は平成22年6月1日から平成22年12月31日までです。

市から送られた助成券は、本人以外が使用したり、他人に貸与・譲渡したりすることはできません。また、乗車証などの払い戻しや返品もできませんので、購入前に、利用するバス・電車・モノレールをよく確認してください。

〈問合せ先〉

鎌倉市高齢者いきいき課
TEL 011-309-300

会社名／問合せ先	商品名	運賃等	券種と助成前の額
江ノ電バス 本 社 0466(24)2714	オレンジ ワンコイン バス	運 賃 (1 乗車毎に) 現金で 100 円	3 カ月券…3,000 円 6 カ月券…5,000 円 ※注 1
神奈中バス 大船駅 西口サービスセンター 0467(43)5698 東口サービスセンター 045(891)3843	かなちゃん 手 形	運 賃 (1 乗車毎に) 現金で 100 円	3 カ月券…3,000 円 6 カ月券…5,000 円 1 年券…9,000 円 ※注 1、注 2
京急バス 鎌倉営業所 0467(23)2553 鎌倉駅前販売所 0467(22)4740 大船案内所 0467(48)5163	ふれあい バス	運 賃 (1 乗車毎に) 支払いなし	3 カ月券…12,000 円 6 カ月券…20,000 円 ※注 1、注 2
バ ス 回 数 券		回数券による 支払い	3,000 円 (有効期限なし) (3,000 円券のみ対象)
江ノ電電車 本 社 0466(24)2713	おでかけ 電 車 回 数 券	回数券による 支払い	回数券…5,000 円 有効期限は、購入日から 平成 23 年 5 月 31 日まで
湘南モノレール 大 船 駅 0467(45)0135 深沢本社業務課 0467(45)3185	は や か ご モノレール 回 数 券	回数券による 支払い	回数券…5,000 円 販売期限は平成 22 年 9 月 30 日、有効期限は、平成 23 年 1 月 31 日まで

※注1 路線バスのうち、空港バス・高速バス・観光バス・深夜急行バス等は除きます。

※注2 神奈中バスの全券種、京急バスの6ヶ月券については、販売日及び有効期限日が決まっていますので、詳細は各バス会社にお問い合わせください。

第10回横須賀・三浦ブロックスポーツ大会

2009年10月29日 (グラウンド・ゴルフ)

鎌倉 雨中戦を制し男子の部にて

優勝(我妻 謙二さん)、準優勝(大木 芳蔵さん)を見事達成

150名が参加して、各地区の精銳が覇を競い、鎌倉代表は第9回大会の女子の部優勝（小林 マサエさん）に続き、今回も男子優勝の偉業を鎌倉にもたらしてくれました。

我妻さんのスコア28はご立派であり、ご健闘くださいました選手の皆様、本当にお疲れさまでした。

◇成績	男子の部 (敬称略)
優 勝	我妻 謙二 (鎌倉) 28
準優勝	大木 吉蔵 (鎌倉) 32
3 位	出綱 喬重 (逗子) 22



(33° 11'部 油田 俊四)

（鎌倉郵趣会会員・
七里ガ浜明和会会員

高齢者いきいき課に聞いてみました

高齢者の福祉と介護の現状

シリーズ第2回(全3回)

地域包括支援センター・在宅介護支援センター

地域包括支援センターと在宅介護支援センターは、地域の保健・医療・福祉など様々な面から総合的に支援しています。お気軽にご相談ください。

	地域包括支援センター	在宅介護支援センター	担当地域
鎌倉地域	鎌倉市社会福祉協議会 住所:御成町20-21 電話:61-2600	かまくらしるばーほーむ 住所:雪ノ下1-10-4 電話:22-0013	十二所、浄明寺、二階堂、西御門、雪ノ下、扇ガ谷、小町、大町、材木座、由比ガ浜、御成町、笹目町、佐助、長谷、坂ノ下、極楽寺、稻村ガ崎
	特養鎌倉静養館 住所:由比ガ浜4-4-30 電話:23-9110		
腰越地域	聖テレジア 住所:腰越1-2-20 電話:38-1581		腰越、津、津西、西鎌倉、七里ガ浜東、七里ガ浜
深沢地域	湘南鎌倉 住所:山崎1090-5 電話:41-4013		梶原、寺分、山崎、上町屋、手広、笛田、常盤、鎌倉山
大船地域	ふれあいの泉 住所:今泉2-4-10 電話:43-5977		山ノ内、台(一丁目を除く)、小袋谷、大船、岩瀬、今泉、今泉台、高野
玉縄地域	ささりんどう鎌倉 住所:城廻270-2 電話:42-3702		台一丁目、岡本、植木、城廻、関谷、玉縄

高齢者相談のご案内

各担当地域の地域包括支援センターが、支所(行政センター)等に出張してご相談をお受けします。

腰越行政センター(腰越864)
毎月第3水曜日 13時~16時30分

深沢行政センター(常盤111-3)
毎月第3火曜日 13時~16時30分

大船行政センター(大船2-1-26)
毎月第3・4水曜日 13時~16時30分

たまなわ交流センター(台1-2-25)
毎月第3火曜日 13時~16時30分

⇒地域包括支援センターについての問い合わせ先

高齢者いきいき課 介護保険担当 ☎ 61-3948

前回このコーナーでは、鎌倉市における介護保険の現状、高齢者いきいき課の業務内容、そして図解で介護保険の申請から認定までの流れについて、また、介護保険認定後のサービス利用者負担について、また、地域包括支援センターについてお伝えしました。今回は、介護認定で要介護1~5の認定を受けたら、その後は? 居宅介護支援事業者などに相談して、自分にあったケアプランを作成してもらい、サービスを利用するなどになります。

サービスには介護保険の中で行つものと、自費で受けるものもありますが、介護保険の中では1割負担でサービスが受けられます。費用が1万円かかる場合なり、

★介護認定で要介護1~5の認定を受けたら、その後は? 居宅介護支援事業者などに相談して、自分にあったケアプランを作成してもらい、サービスを利用するなどになります。

★『心の健康』で介護予防 介護保険がスタートしたのは2000年ですので、ちょうど10年を迎きました。スタート時の概算は40億円でしたが、昨年は介護保険の給付費だけで100億円を超え

★『心の健康』で介護予防 介護保険がスタートしたのは2000年ですので、ちょうど10年を迎きました。スタート時の概算は40億円でしたが、昨年は介護保険の給付費だけで100億円を超え

スタート時は、まだ介護に付けていた地域で、自分らしくいきいきと生活していくため、老人クラブ(みらいふる鎌倉)に入つて活動してみる、また、働ける方ならシルバー

★地域包括支援センターとは? 介護予防のことや介護保険のことなど、わからないといふ方がまだまだいらっしゃると思います。市内に5カ所ある地域包括支援センターは、そうした高齢者の皆さんや家族の方々の相談を受ける地域介護の拠点です。保険師や社会福祉士、主任ケアマネジャー等が様々な相談を受け情報を提供しますので、介護認定を受けているかどうかにかかわらず、どなたでも利用できますので、お気軽にご相談いただきたいと思います。

人材センターに登録するのもいいでしょ。こうした地域の団体に入つて『心の健康』を促進することが、介護にかかる、すなわち健康寿命を延ばすことにつながるのだと思います。

★

地域包括支援センターとは?

介護予防のことや介護保険のことなど、わからないといふ方がまだまだいらっしゃると思います。市内に5カ所ある地域包括支援センターは、そうした高齢者の皆さんや家族の方々の相談を受ける地域介護の拠点です。保険師や社会福祉士、主任ケアマネジャー等が様々な相談を受け情報を提供しますので、介護認定を受けているかどうかにかかわらず、どなたでも利用できますので、お気軽にご相談いただきたいと思います。

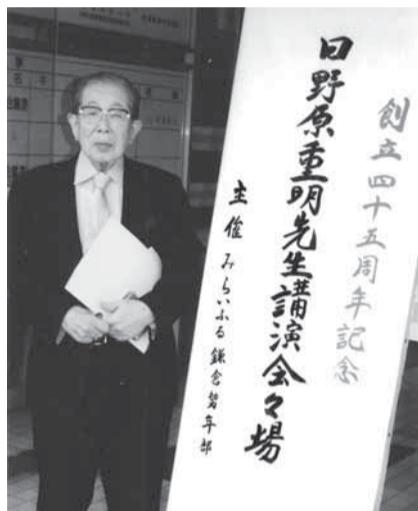
50年以上前は65歳からを
老人といつていきましたが、
医療の進歩によって寿命が
延び、人口は65歳以上7%
から、2010年には20%
を超えて、2055年には
40%と倍増する予想です。
従つて100歳以上の人も
現在の鎌倉市の人口のうち
該当者も数倍にもなるで
しょう。

定するかということです。人生の後半は自分のために自由に使えることをもっと自覚すべきです。やりたいことを勇気を持って新しいことに挑戦、目標を立て自分の使命を考えて何をすべきか具体的に考えることが肝要と思います。人はそれぞれ両親からもらった2万2千の遺伝子があり、認知症や早老、肥満傾向すべての病気の遺伝子が含まれています。また逆の成果が見られ、その能力を社会に還元することができると考えられるのです。自分の才能を低く評価することなく、種が育たなかつたのは煙がなかつたからで、積極的に希望を上手に作れる人は生き方が上手な人といえるわけです。創める・こと・さえ・忘れ・な・け・れ・ば・老・い・る・こ・と・は・ないといえます。そして常に激しく生きるパッションを持つことです。

長寿は結構なことだが、生き甲斐のある人やかな長寿でありたいものです。年をとれば誰しもどこか悪いといつづるのがあるもの。その病気はその人間の属性であり、心・体の病気から完全に解放されることはない。病気を持つしていても、すこやかにさわやかに、どのようによく生き・老い・病み、

昨年11月13日「みらいふる鎌倉45周年」記念として、聖路加国際病院の日野原重明理事長を招いて、商工会議所地下ホールで講演会が開催された。

先生は98歳、年間170回も伝道師のように全国を飛び回つていらっしゃる。先生のお話を直接聞いた参加者は大いに笑い、そして、励まされた感銘深い講演会でした。



「高齢者の健やかな長生きのコツ」

۷۷۰

に抑えて います

今一つ、長生きのコツとして当然のことながら運動と食事と体重について自覚するべきです。私はもう100歳に近いから今さらメタボにはならないが、食事の摂取カロリーは基礎代謝に近い1300カロリー

何ができるか、自分のための趣味の時間、ボランティア活動、社交上の時間、何が重要であるか自分が決めます。今からでも遅くないのです。

う使つてゐるか、今、改め
てこれからどう使うか、今
からでも遅くないから考え
るべきなのです。自分のた
め何がやりたいか、自分は

です。60歳を過ぎると夫婦間でもお互に、今後は干渉しないで別々にやりたいこともやれる筈である。この豊富な時間があなたはど

さて寿命とは与えられた自分の時間のことです。人は命の長さではなく、どのくらい生きるかによって

一、愛し愛されること。感
性を高めて人に同情できる
人となること。許しあえる
こと。
二、創めること。バイタリ
ティが生まれてきます。
三、つらいことに耐える、

自分は5時頃で充分、毎日7時の自覚ましで起床します。

中に元気が湧き、精神的にも満足感あり、健康には上手な細かい現実への順応の仕方が大事なのだとつくづく思うのです。睡眠については各自の習慣であって、

背筋を伸ばし、両の脚ひざを
闊歩する。そして左の手を胸の
大股で歩くより心掛けね
です。」のようないふとでも
心して望んでやる」とは体

2段飛び、エスカレーターも使わず空港では動く歩道を側から10kgの鞄を持って速歩に近い歩きで早く着いて快感を味わう。歩き方ま

運動は極端に少なく、せいぜい1500～2000歩しか歩きませんので、機会ごとに歩く旨をうなづいてお仕事

と。耐えることにより成長します。そして子どもたちに平和と愛の大切さを教えることを念願しています。心に希望を上手に作れる人が生き方上手な人といえるでしょう。

さあ上を向いて勇気をもつて夢を追い、残された命を大切に生かしましょう。

そして鎌倉はエリートの方が多いのだから、鎌倉から長寿の見本となる生き方を発信してほしいと思います。

木々の匂いを感じながら鬱蒼たる長い石段を登り、門を過ぎると梅花が清楚に空を彩っていた。又、数々の句碑・歌碑が目に映る。

瑞泉寺住職・大下一真氏は、きびきびした佇まいの中にも気さくな雰囲気で迎えて下さった。案内していただき本堂はひんやりとし、厳かな静謐を湛えていた。漆黒の廊下を渡った先の座敷は禅寺らしく清々としている。



《開山夢窓国師像》(国重文)

◇瑞泉寺と花
「偉そうな」とは言えたものではなくて、檀家の方々へ言うのも『庭のお花を見ていくと、心が安らぐから見ていらっしゃいよ』ぐらい。先代なんかも、人に話をして聞かせるよりも『黙つて花を見て帰れば良い』というところがありました。それが瑞泉寺流のかも知れません。自分の説法の代わりに花を育てるというようなね。命を大事にすることとは全ての基本になるわけですから、そういうことは心懸けようかなと思います。自然を守ると

木々の匂いを感じながら鬱蒼たる長い石段を登り、門を過ぎると梅花が清楚に空を彩っていた。又、数々の句碑・歌碑が目に映る。

かまくらびとく聞く
瑞泉寺住職 大下 一真氏

山崎方代といふる歌人

大下 一真(瑞泉寺住職)



(撮影) 湯山 晃敏

花をつけていて、踏みつぶして

花をつけていて、踏みつぶして

こんなところに釘が一本打

たれいでいじればほとりと

落ちてしまふた

例えば納屋に入つて、な

んでこんな所に打たれてい

たんだつけていう古い釘に

出会うことがあります。ど

うといつことはないが気に

なつて、いじつてみたらほと

りと落ちてしまつて、あつと

思う瞬間、古いさびた釘で

も、自分の仲間になつてしま

うのです。釘には釘の生

命があるようなのです。

犬のふぐりの細かき花にか
こまれて小屋から一歩も出
られない

古釘一本だつて友だちの
花ともなれば、これはもう
とても親しい。春になつて

気がついたら、家の周りにはイヌフグリがたくさんのはなさうだけれど、なんだかそれも友だちを踏みにじるようで、できない。だから「小屋から一歩も出られない」と言つ。なんとも心根のやさしい人がいたものです。それにしても「一歩も出られない」という「小屋」とはなんでしょう。

「こういうやさしい歌を作

つたのは山崎方代という歌

人で、生まれは大正2年11

月、ところは山梨県の甲府

盆地南端の右左口村(現甲

府市)。貧しい農家に生ま

れた次男坊は、兄や姉たち

が生まれてすぐ亡くなるこ

とが多かったので、「生き

放題死に放題、勝手にせよ」

と「方代」と名づけられ、

これは自分でそう言つてい

ます。「方代」は「ホーダ

イ」と読みます。「カタヨ

「マサヨ」と読んで女性と

間違われますが、れつ

きとした男。後にふるさと

を離れて横浜に出て、やが

て戦地に招集され、南方戦

線で砲弾片を浴びて右眼失

明、左眼0・01となつて

帰還。戦後は傷痍軍人教育

で身につけた靴の修理や、
横浜港の港湾労働で生活し
ながら、青年期から親しん
だ短歌を作り続けました。

紆余曲折あつて、歌人とし
てやつと世に認められたと
き、もう50歳になつていま
した。そして、戸塚田谷の
農家の手伝いを経て鎌倉は
手広に迎えられて住むよう
になつたのは、昭和47年の
ことでした。鶴岡八幡宮前
に中華料理店を営む根岸洋
(撮影) 湯山 晃敏

に中華料理店を営む根岸洋
(撮影) 湯山 晃敏

父親の広い背中にゆび先で
伊呂波を書いて当ててもら
つた

これはお父さんを思う
歌。背中に字を書いて当て
てもらう遊びは、私どもに
もとても懐かしいものです。

これはお父さんを思う
歌。背中に字を書いて当て
てもらう遊びは、私どもに
もとても懐かしいものです。

一粒の卵のような一日をわ
がふとこころに温めている
晩年にこんな歌もありま
す。鶏が卵を温めるよう
に、自分の一日を大事に温
めているというのです。苦
しいことの多かった人生だ
けれど、まあ自分なりに一
日一日、その時その時を大
事に生きたかと、多少の自
足の思いが感じられるでし
ょうか。

以上、急ぎ足で山崎方代と
いう、晩年を鎌倉手広に住
み、逝去した歌人の紹介を申
しました。もっと詳しく知り
たいとお思いになられまし
たら、拙著『山崎方代のうた』
(短歌新聞社)に当たつて
ただければ幸甚に存じます。

この歌人の晩年、私ども
は方代さん、ホーダイさん
と呼んで親しみました。歌
のように心やさしい人とい
う印象がありますが、でも
明るい歌だけではありません
。戦争で眼を失つて、生
涯をつらぬく定職にも、妻
子とのあたたかい家族団欒
にも無縁でした。独り暮
らしの冬の夜にふと目を覚
まして寒い。それでも影は
わが仲間かと、「しみじみ
とおのれの影を動かしてみ
る」というのです。なんと
深い孤独でしょうか。

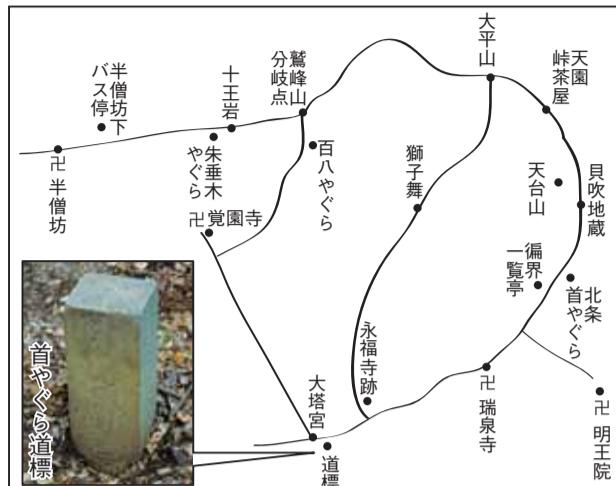
この歌人の晩年、私ども
は方代さん、ホーダイさん
と呼んで親しみました。歌
のように心やさしい人とい
う印象がありますが、でも
明るい歌だけではありません
。戦争で眼を失つて、生
涯をつらぬく定職にも、妻
子とのあたたかい家族団欒
にも無縁でした。独り暮
らしの冬の夜にふと目を覚
まして寒い。それでも影は
わが仲間かと、「しみじみ
とおのれの影を動かしてみ
る」というのです。なんと
深い孤独でしょうか。



(撮影) 湯山 晃敏

雄夫妻が、自宅の庭にとり
あえず四畳半の建物を建て
てくれたのです。これが言
うところの「小屋」で、方
代さんが昭和60年8月に逝
去するまでの終の住みかに
なりました。

馬の背の花嫁さんは十六歳
方代さんのお母さんなり
16歳で嫁いできたお母さ
んの姿を歌っています。し
かし思えば、母親の嫁入り
う気持ちが伝わります。



新田義貞の鎌倉攻めで北条高時始め一族は葛西ヶ谷、東勝寺まで退き総勢870人余が自害して果てた。ところが新田勢の追撃が早く一門の首級を隠す場も、まして埋葬する余裕もない、主人の首を持つたご家人たちは、ようやく天台山(瑞泉寺の裏山)に辿り着く。その時一体の地蔵が現れて貝吹きながら埋葬地へと案内した。後の世に無事に埋葬できたお礼供養に祀ったのが天園ハイキングコースの途中にある石造の貝吹地蔵と言い伝えられている。



鎌倉散步

山腹の隠れたやぐらを探る

」で下半分は埋もれ奥に見られるやぐり条家一族のものである」と示している。

から天園ハイキング
スは、瑞泉寺山門
右側の民家脇が登り
分余で二叉路があ
へ10分余で瑞泉寺裏
に当たる處に夢窓国
てた偏界一覧亭の再
道の左側に網のフエ
しに見える。その道
に再び先程と同種の
高さ30cm)がある。
右瑞泉寺山内北条御
」で下半分は埋もれ
。この右奥藪の小高
奥に見られるやぐら
条家一族のものであ

さて今回は土地の人も観光客もあまり寄らない「北条首やぐら」をまず目標に歩いてみよう。鎌倉宮境内を右へ出た瑞泉寺参道三叉路角に一つの時代の建立か不明だが「従是左北條御一門御廟所」とある高さ60cmの石造の標識に注目しよう。

台からの景観は鎌倉の街、海、富士が見える絶景である。この先10分で大平山々頂(159m、鎌倉市最高地点)、横浜市街も眺めて30分歩くと鷲峰山頂上覚園寺への分岐点に至る。左覚園寺へ降りる道のすぐ左側上方山腹に「百八やぐら」の一端がみえる。百八煩惱に基づく命名だが、ここは一部しか見られず覚園寺背後一帯に200穴はあるとのいと。急坂を10分ほどで庚申



北条首やぐらの奥壁には風化の著しい阿弥陀立像が浮き彫りされ、納骨の小穴があつて壇上には石塔があり梵字の刻まれた竈もある。再びコースに戻り10分程で天台山南の急坂の道端に「貝吹地蔵」の小さなお堂がある。更に20分程

ある。祀られたのは武士・僧侶・文人等上流階級のもので鎌倉時代までの独特の埋葬形式で土中深く埋もれたものを含めると2000基ぐらいといわれる。点在するものは窟内の石造物は破壊取り去られ、仏像などの首は博徒の縁起かつぎにもぎとられ、当時の莊厳整備された様子はつかがい難く、歴史の残された断片をみて武士社会の当時の様相に想いを馳せる。

場が登り口はある覚園寺。在
へは100mの道に出られ
る。分岐点を覚園寺へ降り
ず真っ直ぐ行くと喚き十王
岩と展望台がある。この十
王岩一寸先を左へ降り更に
すぐ左へ行くと、「朱垂木
やぐら群」がある。天井に
朱が残り、納骨穴がなく仏
殿様式になつていて鎌倉の
やぐらの代表的なものであ
る。十王岩から半僧坊まで
は10分余、多くの天狗さん
に挨拶しつつ、建長寺まで
は下りだから楽である。

○句を期待します。

○送り先は鎌倉市役所高齢者いきいき課内みらいふる鎌倉事務局まで（鎌倉市御成町18-10）

○原稿締め切り

平成22年8月末日

○紙面割りの都合で、原稿

原稿募集・投稿規定

原稿募集
——投稿規定——

の採用、内容の一部修正等については「一任願います。原稿等は返却いたしません。

編集後記

字が小さすぎるとのござ判もあり、今号から大きくいたしました。

瑞泉寺特集で、開山夢窓国師の心、縁深き山崎方代さんについて大下住職から「心ゆたかに…」の当たり前の言葉が心に響き、方代さんについては、本紙のために改めて原稿をお書きいただきありがとうございました。(下)

◆スポンサー各位へ御礼◆

「やまもも」発行に際しご協賛いただきました各位に厚く御礼申し上げます。本紙は会員相互の交流と生きがい向上に、さらに内容の充実に励んでまいります。今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。みらいふる鎌倉

百バヤくらは大船から
泉台循環バスで「半僧坊下」
で下車、すぐの公園から
分弱で行けるので足の弱
人向きであり、また、覚
寺から登る人は瑞泉寺口
り楽かもしない。