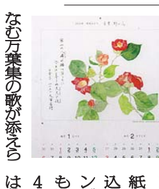

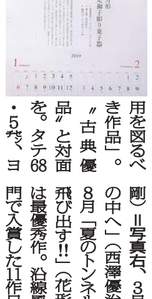

ひと

県高校駅伝で初V

鎌倉学園監督

保田（やすだ）　進（すすむ）さん

陸上部監督就任から40年、わずか13人のメンバーを率いて神奈川県高校駅伝で悲願の優勝を果たした。鎌倉学園はこれまで通算13回の準優勝。あと一歩の悔しい思いをしてきただけに喜びもひとしお。12月23日京都での全国大会は「初出場なので胸を借りるという感じで頑張りたい」。

勝因は、1区10㌔に、5000㍍で県高校新記録を樹立したばかりの2年生を起用したことだという。2位に50秒近い差をつけた。そこから波に乗った。アンカーの3年生も区間新記録を出す力走だった。監督の采配に応え「選手たちがうまく走ってくれた」と振り返る。

優勝の報に、涙をのんだ80人近いOBが祝いに駆け付け、胴あげしてくれた。「うれしかったなぁ」と声を詰まらせた。

日大陸上部で駅伝メンバーだった。全日本には出場したが、箱根駅伝は補欠だった。「悔しくて、教員になって駅伝選手を育てようと考えた」。

1973年、鎌倉学園の保健体育の先生に、そして陸上部の顧問に。陸上部OBで箱根駅伝出場者は20人を超えた。自分が顧問である間に30人輩出するのが夢という。

監督生活で苦労したのは、グラウンドがなかったこと。笛田公園にトラックを造ってみたり近隣住宅地を走ったり。自らも一緒になって運動場の崖を切り開くなどして、1周できるグラウンドになったのは就任15年目だった。

進学校なので、勉強との両立も頭が痛い。年5回テストがあり、テスト中と1週間前は練習ができない。でも「選手たちはがんばってくれた」。

40年で練習方法も変わった。昔は「赤ん坊に固形物を食べさせるかのように」量をこなしたと言う。今は1㌔走のタイムを速くし、走る回数を少なくしている。時代にあわせ、スピードを重視し選手の自主性を重んじるようになったという。

「一人一人の個性を考えてくれる。朝は誰よりも早く姿を見せライン引きなど率先してグラウンド整備をしてくれている」。部員の一人が監督についてこう話してくれた。

横浜市瀬谷で生まれ育った。朝練習があるので15年前に学校に近い戸塚に転居。二人の息子がいる。うち長男は英語の教師になり「陸上部をみている」とうれしそうに語る。書が趣味。63歳。

（文・写真　三浦準司）

健康百科通信 (114)

糖尿病はこわい病気？

日本糖尿病学会専門医　高橋　正典

糖尿病と聞いて、「私には関係ない」と思う方がいるかもしれません。しかし、成人の4人に1人が糖尿病、あるいは予備軍といわれており、小児糖尿病の増加と合わせ、年々糖尿病患者は増える一方です。

では、糖尿病になると何が悪いのでしょうか。それは、糖尿病が様々な病気を引き起こすからです。神経や目、腎臓、心臓や脳、足の切断の他にも、手や骨の病気、歯周病、認知症、うつや癌など、糖尿病の合併症は広く全身に及びます。

また、2型糖尿病は前段階から10年程で発症するともいわれ、野菜不足や運動不足、あるいは肥満傾向の時は特に注意が必要です。

巷には健康情報が溢れていますが、これだけで糖尿病が良くなるといった魔法の薬は存在しませんし、医者が糖尿病を治すわけでもありません。地道な食事療法や運動が予防や治療の基本です。

何よりも糖尿病を予防しよう、あるいは治そうというご本人の意思が大切です。かかりつけの先生をパートナーに、糖尿病について今一度ご相談してみてください。

大船　睡眠・糖尿病内科
院長　〒247—0072　鎌倉市岡本2—1—10—201
☎0467・38・7555

いざっ!! 鎌倉てらこや (53)

放課後かまくらっ子〜子どもたちの放課後に寄り添いながら〜

鎌倉てらこや事務局　豊田　晋

鎌倉てらこやでは、市立深沢小学校で実施されている「放課後かまくらっ子」にて、月1回程度プログラムを実施している。

放課後かまくらっ子とは、施設内のフリースペース、小学校の校庭等を遊び場としての利用や、地域のボランティア等が実施するプログラムに参加ができる「放課後子ども教室」と、「学童保育施設」が一体となって運営されている、子どもたちが放課後を過ごす居場所のことである。

これまで鎌倉てらこやでは大学生のパワーやフレッシュさを活かした「てらこや運動会」を行ってきた。綱引きやリレー、ドッジボールといった競技を大学生ボランティアと子どもたちがチームに分かれて競い合う。参加する子どもは毎回70人ほど、1チームあたり15〜20人になる。

運動会の良さとして、大人数を受け入れられ、多くの子どもたちに体験を届けることができる。そして、全体で盛り上がりやすく、一体感が生まれる。

一方で、運動が苦手な子や、静かに過ごしたい子が参加しづらいことや、子どもの多さから一人ひとりの子どもの声を拾いづらいといった気づきもあった。そこで、運動会ではなく子どもたちが自由に遊ぶ中に大学生ボランティアが関わる「てらこやの大学生と遊ぼう！」というプログラムを実施した＝**写真**。

普段関わらない上級生の女の子とのおしゃべりや、男の子とじっくり将棋を指したことなど、一人ひとりの子どもとじっくりと放課後を過ごした。子どもたちの中にはこうして大学生とゆっくりおしゃべりができるような緩やかに関われることを望んでいる子もいるのではないだろうか。

「放課後かまくらっ子」は12月から関谷小学校、来年度は新たに7校でスタートする。今後は運動会のような全体を巻き込む催しと、一人ひとりとじっくりと関われるような催しを織り交ぜながら、子どもたちの放課後に寄り添ったプログラムを展開していきたい。

鎌倉てらこや事務局
☎0467・84・9746
（平日13〜17時）
http://kamakura-terakoya.net/

様々な鎌倉の姿 生活の潤いに

彩り豊か2019年版カレンダー

四季の風景身近に

鎌倉

鎌倉市観光協会発行のカレンダー。同協会が開催した「鎌倉プロモーションフォトコンテスト2018」の入選作品を中心に構成されている。「〝ココロときめく鎌倉〟をコンセプトに募集しました。鎌倉には自然の姿を求めるファンが多いので、四季折々の花の見所を紹介することに」（小室裕司さん）。1049点の応募があったが長谷寺のアジサイを取り上げた「蒼い雪崩」（5・6月、塩谷憲司）＝**写真上**＝や妙本寺の散り敷く花びらを取り上げた「夏のすがすがしい朝」（7・8月、藤野輝雄）などいずれも見る人の心に迫る作品。末尾にはその他の入賞作品21点が紹介されている。

B3判二つ折り、各月の行事予定、花暦付きで市内散策、写真撮影に便利。6900部印刷し、税込み1200円。協会事務所（鎌倉市御成町）のほか市内、近隣の書店で販売。同協会☎0467・23・3050

鎌倉彩光

「今の鎌倉」の魅力を多くの人に…。自然の姿と歴史、寺社の魅力が渾然一体となった鎌倉の四季折々の美しさを追い求める〝古都グラファー〟原田寛さんの作品集。海蔵寺のシダレウメ（1・2月）に始まり、建長寺のボタン（3・4月）、円覚寺のアジサイ（5・6月）、妙本寺のノウゼンカズラ（7・8月）＝**写真**左、東慶寺のキンモクセイ（9・10月）といずれも見事な花々、その美しさには迫力も。「今年は花々にとって最良のお天気の年でした。建長寺のボタンは花付きがとても良かったですし、妙本寺のノウゼンカズラがこんなに立派に咲いたのは初めてです」（原田さん）。末尾の「鎌倉の花暦」は撮影に便利。B3判2つ折り。3千部制作し、鎌倉市内書店と有隣堂各店で販売。税込み1080円。星月企画☎0467・23・3694

自然豊かに

北鎌倉・台峯の四季

「シジュウカラ」（1月）、「老人の畑にて」（2月）、「アケビの花」（3月）、「山笑う」（4月）、「ウグイス」（5月）＝**写真左**＝と台峯の豊かな四季の姿とそこに生きる動植物のリアルなショット。いずれも日本野鳥の会会員池秀夫さんの作品。発行はNPO法人「北鎌倉の景観を後世に伝える基金」。

同会の月毎の「山の手入れ」「山歩き」予定も表示。A4判、税込み1000円。島森書店、たらば書房、大里書店、あらいやで販売。望月さん☎0467・45・7420

能

公益財団法人「鎌倉能舞台」が発行するカレンダー。表紙の「天鼓」にはじまり「淡路」（1月）、「胡蝶」（2月）、「屋島」（3月）、「夕顔」（4月）＝**写真下**、「木曽起請文」（5月）と、能の古典13作品の名場面が紹介されている。

見開きA3判、税込み1200円。申し込みは同舞台（鎌倉市長谷3—5—13）。☎0467・22・5557

天下禅林

北鎌倉の建長寺で作られているカレンダー。臨済宗建長寺派管長建長寺第二百四十世栢樹庵吉田正道老師の揮毫の書と墨絵で構成されていて、現代語訳が「寒梅的々西来の意」（1・2月）、「語尽くす山雲海月の情」（3・4月）、「一物を説似せば即ち中らず」（5・6月）＝**写真左**＝など添えられていて理解の助けに。作品は台紙から取り外せるので、墨書作品として飾ることもできる。タテ72㌢、ヨコ31㌢、税込み1500円。総門左側の朱印所で販売。建長寺☎0467・22・0981

壽光

臨済宗円覚寺派管長横田南嶺老師の揮毫による同寺発行のカレンダー。「萬歳」（1月）＝**写真右**下、「梅花　雪中に開く」（2月）など自身の言葉や法句経の教え（4月）が月毎に横田老師の筆で。墨絵が添えられている月も。卓上タイプ。タテ10・5㌢、ヨコ20・5㌢で税込み594円。境内売店で販売。円覚寺☎0467・22・0478

紡ぐアート

小町にある特定非営利活動法人「道」の発行。同法人が運営する「道工房」の在籍者の作品集。アート活動を通して支援活動をしている同工房、カレンダーの表紙に「想いほっこり、鎌倉で」とうたっているように「使う人の温かい真心が誰かの心にほっこりと届くような作品を選びました」（須田みどりさん）。12枚の作品は、その意図を実証するかのようにどれも明るくソフトなタッチの仕上がり。特に「ハムスターのケツ鑑賞中」（3月）＝**写真左上**＝には温かいユーモアが。見開きA3判壁掛けタイプで税込み900円。島森書店と松林堂書店、同事務所（☎0467・23・8772）で販売。

今日の道しるべ

一般社団法人「倫理研究所」発行の標語カレンダー。1日目「朝の過ごし方が一日を決める」、2日目「あらゆるところに学びがある」というように31日分の指針が日めくりになっていて、袖に解説文が付いている。壁掛けタイプでタテ38㌢、ヨコ13㌢、税込み500円。倫理研究所☎03・3264・2446　FAX03・3239・7430

＊愛読者プレゼント

「鎌倉」を5人、「能」を10人、「江ノ電」を1人に。往復ハガキに希望カレンダー名と住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、1面題字下の住所の鎌倉朝日へ。12月8日消印有効。多数抽選。

万葉　野の花

1・2月は椿＝**写真**下、3・4月はつぼすみれ、5・6月はかおばな、と旬の花とそれにちなむ万葉集の歌が添えられている。野の花画家阿見みどりさんの作品で「万葉集にうたわれている花を描きました」。

A4判の額絵カレンダー（壁掛けタイプ）は和紙を使用し英訳付き、税込み864円。ミニカレンダー（壁掛けタイプ）も和紙を使用し税込み540円。卓上カレンダーは英訳付きで税込み1620円。

各2000部制作し、KKRわかみやと銀の鈴社で販売。銀の鈴社☎0467・61・1930

鎌倉ならでは…

鎌倉彫

鎌倉の伝統工芸品、鎌倉彫の歴史的名品が紹介されている。「六方形二疋獅子彫り菓子器」（1・2月、明治時代）＝**写真左**、「菊花文硯箱」（3・4月、大正時代）、「菊蝶文方盆」（5・6月、江戸時代）と「知名度を高め技術資料としての活用を図るべき作品」。

〝古典優品〟と対面を。タテ68・5㌢、ヨコ33㌢。5000部制作し、由比ガ浜の鎌倉彫工芸館と小町2丁目の鎌倉彫会館で販売。税込み1440円。伝統鎌倉彫事業協同組合☎0467・23・0154

湘南モノレール

今年2回目となる「2019カレンダーフォトコンテスト」の鉄道部門入賞作品で表裏表紙と12カ月を飾っているが、表紙「春色の共演」（渡辺剛）＝**写真右**、3月「光の中へ」（西澤優治）、8月「夏のトンネルから飛び出す!!」（花形均）は最優秀作。沿線風景部門で入賞した11作品はカレンダー末尾で紹介されている。「季節感を盛り込んだ風景で車両が魅力的に表現されているかをポイントに選びました」（広報課）。21㌢×21㌢の見開き。税込み600円。大船駅で販売。湘南モノレール☎0467・45・3181

湘南モノレール
SHONAN MONORAIL
2019 calendar

江ノ電

藤沢市出身の画家・湯浅誠さんの描く江ノ電沿線風景7点で構成。表紙は江ノ島駅に停車する江ノ電と富士山。1・2月は雪の降り積もる日坂を通過する江ノ電。3・4月は桜咲く柳小路附近を通過する江ノ電＝**写真下**。思わぬ風景に出会う月も。タテ59㌢、ヨコ45㌢、1100部制作し江ノ電主要駅窓口や駅売店で販売。税込み1300円。

「江ノ電乗車券（引換券）付きフォトカレンダー2019」は、今夏開催した「江ノ電沿線フォトコンテスト」の入選13作品を月ごとのカレンダーに。税込み1000円。江ノ電エリアサービス☎0466・23・2351

心のふる里を行く ⑰

日本人は幸せになったのか

池田雅之

前回は、「日本人はどこから来たのか」というテーマで、日本人のルーツ探しをしてみた。最近の研究では、日本人のルーツは東アフリカのホモ・サピエンスであることが判明している。しかも現在、地球上に生存している約70億の人々の祖先もホモ・サピエンスといわれているから、人類は元々一つであった可能性が高い。

イスラエル人の歴史学者Y・N・ハラリの「サピエンス全史」（河出書房新社）によると、ホモ・サピエンスが生き残った理由は、「3つの生活革命」（認知・農業・科学）を経てきたからだという。この書は、断片的な人類史のピースを「3つの革命」でつなぎ合わせた壮大な人類史の一大叙事詩といえる。

「3つの革命」を唱えるユヴァル・ノア・ハラリ氏の著書

しかし、私のもっぱらの関心はこの人類史の「3つの革命」を経た後の私たちの人類の未来である。人類は21世紀に入ってはたして幸福になったのだろうか。日本人は今、幸せを本当に享受しているのだろうか。

そこで私たちは、画家ゴーギャンの有名な画題、「我々はどこから来て、我々は何者で、どこに行くのか」という3つの問いかけを想起する。

私たち日本人はどこから来たのか（過去）、私たち日本人とは何者なのか（現在）、そして、どこに向かって進んで行こうとしているのか（未来）。ゴーギャンの3つの問いに答えようとする試みは、これからの人類の、そして日本人のルーツと幸福探しの長い旅を予感させる。

今日の子どもの貧困問題や格差社会の病根は、科学革命のもたらした資本主義、競争社会、合理主義などにあると考えていたが、今日の不平等社会の根は、実は1万2000年前の農業革命に遡ることが分かった。

生物進化学者J・ダイアモンドの「第三のチンパンジー」（草思社文庫）を読むと、農業革命がもたらした功罪（富の分配の不平等と搾取、感染病の蔓延など）が詳しく語られており、今日の格差・不平等の元凶が浮かび上がってくる。

私たちは、人類史の気の遠くなるような過去に遡って、今日の世界規模で広がる「不幸」や「不平等」の元凶を突きとめることができた。日本人は国連などの統計を見ても、きわめて幸福度の低い国民とされているが、このへんで本当の幸せを求めて3つの革命を越え「幸福革命」の時代を構想する必要があるだろう。

（早稲田大学名誉教授・鎌倉てらこや顧問）

☆鎌倉市倫理法人会 通信

いざ鎌倉！成功への出陣 (53)

歴史と伝統のある鎌倉を梁山泊に！

経営者の成功経験を聴く

希望に燃えて起業した企業があえなく立ち行かなくなる例は枚挙に暇がありません。老舗の企業でも事業に失敗し、大きな損失を出して消えて行くという例も多く、その損失は社会全体の損失でもあります。

社員より組織の存立を重視し、上意下達を徹底させ、年功を重視してきた企業の破綻が多いのも不思議です。最近では、組織内のパワハラが組織を壊滅に追い込む例も増えています。

一方、社員の提案を積極的に採用し、社員一人一人に期待し、愛情を持って接してきた組織が、繁栄していく姿は数多くあります。年功を重視し、安定した経営を旨とする企業も、個人の尊厳を重視しなければ、長続きはしません。

11月のモーニングセミナー

組織を永続的に繁栄させるには、失敗をものともせず、捲土重来を期して再挑戦するエネルギーも必要でしょう。その根幹には自然科学や税務・法務関係の本質理解が必要なことは勿論、他人の喜びを我が喜びとする人間理解も重要です。

新たな事業を立ち上げる際、入念な事業計画、特に技術課題の解決法、収益の確保方法などを熟知することが重要ですが、それを重視するあまり、詳細な検討資料を社員に要求するとともに、多くの管理職の印鑑を必要とする資料を社員に要求すれば、現場は疲弊し組織全体のエネルギーを消耗、やがてその事業は競争力をなくし、破滅へと向かうでしょう。

経営者は直感力を常時鍛え上げておき、即断即決する力量を備えるべきでしょう。

当倫理法人会には、実際に組織を活性化させ、事業を繁栄に導いてきた多くの経営者が会員として名を連ねています。入会して彼らの講話を聴いてみませんか？

（文責・平松健男）

鎌倉市倫理法人会事務局
☎045・315・2433　FAX045・315・2434

鎌倉大町歯科
KAMAKURA OMACHI DENTAL
歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科
（各種保険取扱／初診　急患随時受付）
鎌倉市大町4−1−7
（木曜、日曜、祝日休診）
☎0467-81-4488
http://www.kamakura.dental/

お香 香炉 香道具 匂い袋 高級線香 念珠 他
鎌倉に蘇える伝統の香り　香司 鬼頭天薫堂 鎌倉
鎌倉市雪の下1-7-5 小町通り八幡宮寄り
TEL. 0467-22-1081（代）
http://www.tenkundo.co.jp/

八幡宮前・蒲焼専門店
う（ちぎ）　茅木家
☎（22）1460

朝日新聞の購読料は口座振替で
・手数料は一切不要
・手続き簡単
ASA
従業員募集
詳しくは最寄りのASAへお問合せを
・専業従業員
・婦人パート
・学生アルバイト

＜原点回帰＞
人様の家を建てることは、
人様の生命を守ること
究極の寝室
山の恵み
森の恵み
土の恵み
海の恵み
seiko
清興建設株式会社　TEL0467-24-3700

鎌倉朝日
発刊協力グループ
朝日新聞
サービスアンカー

ASA鎌倉小町　材木座一—一〇—三七—一〇三　☎22—3236
ASA鎌倉中央　長谷一—一—九　☎22—1004
ASA北鎌倉　大船二—二三—一六松栄ビル3F　☎38—7322
ASA鎌倉深沢　常盤二四七—二　☎31—1444
ASA大船西部　玉縄一—四—一　☎46—6068
ASA大船南部　大船二—二三—一六松栄ビル3F　☎38—7322
ASA大船中央　大船二—二三—一六松栄ビル3F　☎38—7322
ASA腰越　藤沢市鵠沼藤が谷三—一—二三　☎0466—27—8716
ASA藤沢南部　藤沢市鵠沼藤が谷三—一—二三　☎0466—27—8716
ASA藤沢東部　藤沢市弥勒寺三—一—一　☎0466—22—7409
ASA鵠沼東部　藤沢市鵠沼海岸二—一—一　☎0466—34—6924
ASA鵠沼西部　藤沢市鵠沼海岸二—一—一　☎0466—34—6924
ASA逗子　逗子市久木一—一—一　☎046—871—2368
ASA東逗子　逗子市沼間一—四—四　☎046—871—6845
ASA葉山　三浦郡葉山町堀内一八〇八　☎046—875—0515
ASA金沢八景　横浜市金沢区六浦一—二—一三　☎045—782—2859
ASA大船北部　横浜市栄区笠間四—一—九　☎045—891—0986