

かねざわ 第96号

2026年（令和8年）5月

- (P-2) “わ”の会 今年度方針
(P-4) 分科会 今年度方針
(P-16) 『東海道五十三次・奥州街道 歩行の旅』



“わ”の会今年度方針

- 2 新年度を迎えるにあたって
“わ”の会代表 鶴岡 重典

分科会今年度方針

- 4 「寺社を巡る会」 代表 松崎 寛
5 「古文書を読む会」 代表 真田 雅行
6 「ふれあいの道歩こう会」 代表 江口 正彦
7 「懐かしの映画を観る会」 代表 鶴岡 重典
8 「浮雲俳句会」 代表 中村 猛次
9 「パソコンを使いこなす会」 代表 高橋 敏英

学習会記録

- 10 公開歴史講座
『中世の甲冑 中世前期と後期の
比較を中心にして』 編集委員 橋本啓治

会員からの寄稿

- 16 『東海道五十三次・奥州街道 歩行の旅』
“わ”の会会員 中寺 泰介

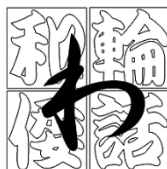
分科会からの便り

- 21 「寺社を巡る会」活動記録
26 「古文書を読む会」学習記録
28 「ふれあいの道歩こう会」実施概要
31 「懐かしの映画を観る会」鑑賞録
36 「浮雲俳句会」抄録
40 「パソコンを使いこなす会」実施報告

行事予定

- 44 2026年6月～8月の予定

【お願い】 会員の皆さまの寄稿をお待ちしています



金沢区生涯学習“わ”の会

ホームページ：<http://Kanazawa-wanokai.in.cocan.jp/>

メール：asahina5rou@gmail.com

“わ”の会今年度方針

新年度を迎えるにあたって

“わ”の会代表 鶴岡 重典

【環境認識】

新緑の映える一年中で最も心地よい季節になりましたが、会員の皆様はいかがお過ごしでしょうか。超高齢化の波は金沢区にも及び、わの会会員の平均年齢も78歳前後になっております。幸い、2025年度は21名の新入会員を迎えることができましたが、高齢化に伴う担い手不足という現象は続いております。

【2025年度の実績】

“わ”の会の主たる事業は学習会の実施です。“わ”の会では、例年8回の学習会（内訳は通常の学習会6回、探訪1回、公開歴史講座1回）を企画立案しており、2025年度も同様の計画を立てました。幸い2025年度はすべての学習会を実施することができました。

学習会以外の活動として広報活動があります。“わ”の会を金沢区民の皆様に広く知っていただくという観点から、10月上旬に、六浦地区センターで行われた「六浦フェスタ」に出展、また11月中旬の「フォーラム KANAZAWA」へも出展しました。なお、出展に際しましては、新たな資料を作成せず、できるだけ同じ資料を使用して、労力と費用の削減に努めました。また、初めての試みとして地元金沢のFM局「金沢シーサイドFM」の1時間番組に出演して“わ”の会のPRを行いました。

【2026年度の計画】

当年度も、年8回の学習会を予定しております（内訳は例年同様、通常の学習会6回、探訪1回、公開歴史講座1回）。

学習会の講師およびテーマ選定の方針として、①テーマは地元を中心にする、②講師は馴染みの講師と新たな講師とのバランスをとる、③“わ”の会会員を起用することを考慮して決定しました。また、恒例の秋の探訪は、久しぶりに地元金沢区に回帰して「釜利谷地区」を探訪することにいたしました。当日の運営も自力消化を目指し、“わ”の会会員にガイドを依頼する予定です。なお、学習会の会場ですが、能見台地区センターと金沢地区センターを3回ずつ確保しております。（2025年度は能見台4回、金沢2回）

【運営委員会】

“わ”の会の会員数は2026年4月25日現在で105名となっています。会員の高齢化は依然として進行しておりますが、今のところ会員数は安定しています。それを可能としているのは強固な分科会の存在です。“わ”の会の最大のストロングポイントは6分科会の存在であると私は認識しております。今後とも、分科会との連携を維持、強化することが重要と考えます。

会を主導的に運営する運営委員会のメンバーは現在7名となっています（代表1名、副代表2名、運営委員3名、顧問1名）。この数は前期と同数で過去からの推移をみても最低水準です。7名のメンバーで、年8回の学習会をこなし、広報活動として年4回の会報を発行、ホームページはほぼデイリーに更新しています。現在の7名でこれだけの業務をこなすのは限界に近づいていると感じています。このような状態が続けば会員へのサービスの質を落とさざるを得ない状況です。そこで、運営委員を補助する組織としてサポーター制度を導入いたします。即戦力が期待できる運営委員経験者や、将来を見据えて会員の中では比較的若く会員歴の短い方との関係を強化し、今後の“わ”の会の運営を担う人材の育成に努めていきたいと考えています。まだ、試行錯誤の段階できちとしたものではありませんが、「歩きながら考える」というスタンスでスタートいたします。

また、財政面の強化として、初の試みでしたが「神奈川県高齢者居場所作り等支援金」の申請をして支援金を受領いたしました。

それ以外にも、2年後の2028年には“わ”の会は30周年を迎えますので、30周年記念事業に向けての準備などやるべき課題は山積しています。これは、運営委員だけでは到底できない仕事量です。幸い、“わ”の会には有能な人材がそろっております。その皆様のお力を結集して課題に取り組んでいきたいと思っておりますので、是非ご協力のほどよろしくお願いいたします。

今年度の方針 「寺社を巡る会」

代表 松崎 寛

寺社を巡る会は、「わ」の会の分科会として平成14年5月(2002年)に15名で発足し、今年で24年目を迎えます。毎月の例会と年一回の特別バス探訪を通じて、寺社や旧跡を訪ねながら歴史を学び、仲間とともに歩く楽しさを大切にしてきました。今年度も、無理なく歩き、学び、語らいながら、心と体の健康を保てる活動を続けていきたいと思えます。

<2025年度実績>

昨年度は、鎌倉・金沢区・横須賀を中心に9回の月例探訪に加え、博物館見学、座学(DVD鑑賞)2回を実施しました。月例探訪は、鎌倉・金沢・横須賀の各ガイド協会にご案内いただきました。

高齢化にも配慮し、可能な寺社では昇堂拝観や住職・宮司のお話を伺う機会を設けて、理解を深める探訪としています。7月には薬王寺、10月には禅林寺で住職のお話を伺うことができました。

座学ではDVD「国宝へようこそ」を鑑賞し、8月は第3巻(日月凶山水屏風、春日大社)、2月は第4巻(西本願寺、鳥獣戯画)を取り上げ、映像を通して文化財への理解を深めました。

9月は、横浜市歴史博物館で学芸員の説明を受けながら展示を見学しました。

特別バス探訪では「紅葉の甲州 武田家ゆかりの寺を訪ねる」をテーマに山梨県を巡り、多くの参加者に好評をいただきました。とくに、一般の観光では訪れにくい栖雲寺では、住職から開山の様子など貴重なお話を伺うことができました。

1人ではなかなか昇堂し、住職のお話を聞くことは難しいものですが、それが実現できることこそ、この会の大きな魅力のひとつです。

<2026年度計画>

今年度の月例探訪は、横須賀・鎌倉・金沢区・横浜山手など、多彩な地域を巡る9回を予定しています。近代化遺産、密教遺跡、古刹の昇堂拝観、中世都市鎌倉の遺跡、明治の洋館群など、幅広いテーマを取り上げます。また、今年度は昨年度までのガイド協会に加え、神奈川区のガイド協会にもご協力いただきます。

8月と2月は座学とし、今年度からDVD「五木寛之の百寺巡礼」を鑑賞します。以前にも鑑賞しており、今回は2度目となります。8月は第1巻(室生寺ほか)、2月は第2巻(當麻寺ほか)を予定。

9月には、横須賀自然・人文博物館で、学芸員の展示説明を受けて見学します。

特別バス探訪は「紅葉の足利氏ゆかりの寺社と史跡を訪ねる」として、11月に実施する予定です。会員以外の参加も歓迎します。

集合場所はすべて鉄道の駅とし、高齢化に配慮し、歩行距離や高低差にも注意しながら、安全で無理のない探訪を心がけます。

<会の運営について>

2026年4月現在の会員数は、会員32名・準会員13名・休会1名の計46名です。世話人5名で運営し、サポーター制度も継続して活動を支援していただきます。会員の高齢化に伴い、世話人の負担が増えている状況もありますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

これからも多くの仲間とともに、楽しく学びながら寺社巡りを続けていきたいと考えています。新入会員も随時募集していますので、ぜひ一緒に歩き、歴史に触れてみませんか。

今年度の方針

「古文書を読む会」

代表 真田 雅行

当会は今年度で発足後24年目を迎えました。当会の性格上内容が特殊などの理由から他の分科会とは性格を異にしていますが、少人数ながら23年間活動を続けています。

昨年は11月までは江戸住人の箱根への温泉への旅日記『箱根浴湯記』を学習しましたが、12月からは「古文書の読み」から講師が日本通史の中からテーマを選び、講義する方法に変更しています。

古文書を読む基礎知識はこれまでの学習でほぼ学んだと判断し、あとは継続と慣れの積み重ね如何です。「古文書の読み」の上達はこれ以外に方法はありません。

2026年度の活動計画としては日本通史の内講師が選んだテーマのうち、原則古代から現代へと古い順に採り上げる予定です。期間は1年以上かかるものと予想しています、確定分として下記「学習予定表」を参照して下さい。

学習予定表（昨年12月以降の実績分を含む）

学習予定表	
開催日	学習内容
2025年 12月11日（木）	(1) 日本語の発祥について (2) 古事記と日本書紀
2026年 1月 8日（木）	(1) 出雲王朝は存在したか (2) 法隆寺と夢殿の謎
2月12日（木）	江戸時代の主な災害 (1) 宝永地震と安政三大地震 (2) 宝永の富士山噴火と浅間山の噴火
3月12日（木）	(1) 藤原鎌足の墓発見 (2) 藤原不比等と基皇子の死 (3) 残された藤原一族とりわけ政権の 女性が抱いた怨霊の恐怖
4月 9日（木）	(1) 令外の官 (2) 古今集仮名序 六歌仙の不思議
5月14日（木）	(1) 源氏物語（雨夜の品定め） (2) 枕草子と紫式部の清少納言批判 (3) 藤原道長と末法思想
6月11日（木）	(1) 保元の乱と平治の乱 (2) 崇徳天皇の怨霊
7月 9日（木）	(1) 源頼朝と蛭が小島以降の強運 (2) 吾妻鏡のミステリー

今年度の方針 「ふれあいの道歩こう会」

代表 江口 正彦

お陰様で「ふれあいの道歩こう会」は創設 22 年度目(当会は年度の仕切りを 1~12 月としている)に入っております。今年度も創設時から標榜してきた安全・安心な山歩きを第一に、かつ、チームワークを大切にしながら分科会活動を継続して参ります。「関東ふれあいの道」144 コース終了後は会員からのアンケートでコース案を募り関東周辺のハイキングコースや軽登山コースと「関東ふれあいの道」のアンコールコース、花や紅葉などコースごとのベストシーズンを考慮したうえで立案し月例会を実施しています。現在は、通算コースのみで回数を管理しており、この 4 月で通算 216 回となりました。

【今年度の月例会について】

今年度も 8 月の夏休みを除く 11 回の月例会が組み既に 1 月~4 月の 4 回が実施されました。標高差や歩行距離、時間さらに登山道の状況などから、「1. やさしい」「2. ふつう」「3. きつい」の 3 段階に分類、11 コースのうち、「1. やさしい」が 2 回 「2. ふつう」が 7 回 「3. きつい」が 2 回となっています。

例年 1 泊例会を 1 回/年入れていましたが、コロナ以降は日帰りのみにしています。今年も厳しい天候が予想されますが、良い天気の中で山行できることを期待しています。会員数は 15 名(男性 11 名、女性 4 名)、出席率は目安としている 80%を超えています。

【安全・安心への対応】

昨年度は 6 月からは暑さが厳しくなり、7 月からは熱中症アラート警告がでる猛暑が 10 月まで続く天候でした。そのような異常気象の中での活動で結構苦労したコースもありました。今年度は、コースの状況・天候を確認して安全・安心の山行を実施したいと考えております。

最近では、異常気象による、登山道の通行止、迂回路に加え、バス路線での本数削減や廃止まで増えてきておりますので、しっかりした下見・事前調査などを行い、安全・安心な山歩きを第一として、会の運営を行ってまいります。

【2026 年度の計画】

2025 年 12 月の総会で承認された『ふれあいの道歩こう会 2026 年コース計画表』に基づき実施します。2026 年度のコースは、県内 6 回、県外 5 回の計画となっています。また、高齢化は進んでいますので、コース選定にも気を遣って計画を立てています。

現状では、気温の高温化(猛暑など)等もあり、安心・安全の山歩きを実施するためには、状況によってはコース変更などを考える必要となることもあると思っております。

新会員の募集は継続しております。現在は、65 歳から 87 歳と年齢層は幅広くなっています、平均年齢は 78 歳(4 月 1 日)と高齢化しています。また、常時登録のビジターの方も 6 名で毎回山行を楽しんでいます。興味のある方は、ビジターでの試し参加で山歩きを楽しんでいただけます。

今年度の方針 「懐かしの映画を観る会」

代表 鶴岡 重典

活動内容	会場に設置されている大型スクリーンを使って映画の鑑賞会を行っています。 採りあげる映画は懐かしの名画を中心に新しい映画を含めて、年間 24 作品。 (外国映画と日本映画を 2 : 1 くらいの割合でご覧いただきます) 観賞日に先立って事前にメールで解説書を送信します。当日は上映前と上映後に 口頭で解説を行います。
会員数	男 : 40 名 女 : 39 名 合計 : 79 名
活動場所	金沢地区センター 大会議室
活動時間	12:15~映画終了まで (約 2 時間程度)
活動頻度	2 回 / 月 (原則、第 2 と第 4 月曜日)
参加要件	映画が好きな方でメールが使える方
会費	年会費 1,000 円
募集人数	制限はありません
連絡先	代表 鶴岡 重典 電話 045-785-6151

今年度の方針 「 浮雲俳句会 」

代表 中村 猛次

活動内容	<p>1. 初代代表の後継者太田元代表及び小俣前代表は、北野イズムを踏襲しながら、俳句作りの楽しさと幸せをお互いに享受できる句会づくりを目指された。今後も、方向性をかえることなく継続していく。</p> <p>2. 前代表も主宰を置かない体制に挑戦し順調に活動を続けてこられたが、引き続き、句会での会員全員による合評を柱とした句作りを継続することで、全体のレベルアップに繋げることを目指す。</p> <p>3. 昨年の会員 13 名から退会 4 名、入会 1 名で現在会員は 10 名となり、過去最少となった。新入会員のために、初心者用に作成したテキスト「はじめての一步」、入会後は太田元代表が提唱新会員のフォローアップの仕組み(ブラザー&シスター制度)を活用し総会をはじめあらゆる機会を捉え新しい活力の導入に努める。</p> <p>4. 句会の進め方と内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 毎月 1 回 2 時間の句会(会場:晴嵐かなざわ)を開催する。但し 10 月は吟行会とする。 ② 当季雑詠 3 句、月毎の兼題 1 句を投句し、会員による選句、披講、選評を行う。 ③ 句会での会員全員による合評の更なる充実と向上を図る。 ④ 特選句を“わ”の会ホームページ・会報に掲載発表し、句作りの励みとする。
会員数	男：6名 女：4名 合計：10名
活動場所	句会：いきいきセンター・晴嵐かなざわ 吟行：金沢区内と周辺
活動時間	10：00～12：00
活動頻度	1 回/月(原則、第 4 日曜日)
参加要件	男女を問わず、俳句に興味をお持ちの方で E メールでのやり取りが可能な方
会費	年会費 1,000 円
募集人員	2～3 名
連絡先	代表：中村猛次 電話 045-786-4040 副代表：大黒栄子 電話 090-1556-2175

今年度の方針 「パソコンを使いこなす会」

代表 高橋敏英

下記の概要にて 2026 年度の活動を進めます。

概要

活動内容	<p><設立趣旨> 当分科会では、パソコンでお困りの会員、パソコンをもっと上手に使いたい会員のためにノートパソコンを持ち寄って、みんなで問題点を解決する事を目的として活動を進めて行きます</p> <p><設立> 2008年(平成20年)2月 ※今年度で18年経過</p> <p><2026年度取り組み> ICT(情報通信技術)を活用して、心豊かな老後を！ パソコンやインターネットを活用して、コミュニケーションや情報収集をすることが出来ます。当会は初心者でも分かるよう十分な説明をして講座を進めます。</p> <p>講座内容 (年間24講座)</p> <p>① Internet 講座 7回 Google マップ、Clipchamp アプリで動画作成、Gmail、写真・音声データのテキスト化、YouTube Music、テレビ・ラジオをPCで、Google フォーム</p> <p>② スマホ講座 7回 ChatGPT・Gemini・CoPilot、Google フォト、スマホの設定、便利アプリの紹介、AIの得意なこと・不得手なこと、AIの躰け方、AIをあなたの秘書に</p> <p>③ WORD 講座 5回 パンフレット、書式設定、図形</p> <p>④ EXCEL 講座 2回 VLOOKUPの使い方、テーブル</p> <p>⑤ LINE 講座 1回 基本見直し及び便利機能</p> <p>⑥ Programing 講座1回 小学生のプログラミング</p> <p>⑦ 画像処理講座 1回 写真の管理</p>
会員数	男性：15名 女性：4名 合計：19名
活動場所	八景コミュニティーハウス、晴嵐かなざわ
活動時間	9：30～12：00
活動頻度	2回/月、原則として第1、第3火曜日
参加要件	ノートパソコンを持参下さい オンラインで開催する場合があります
会費	入会時1,000円、年1,000円(不足時に追加徴収あり)
講師	林 洋、高橋敏英、水野昭枝、熊谷信雄、橘 博章 (何れも会員)
連絡先	代表 高橋敏英 E-Mail rft02rft@gmail.com

2025年度 公開歴史講座
『中世の甲冑 中世前期と後期の比較を中心にして』
編集委員 橋本啓治

開催日：2026年2月14日（土）
9:30～12:00

会場：能見台地区センター

講師：有識故実研究家
近藤好和氏



【はじめに】

近藤講師は古武具の専門家であり、武具の著書も多く出版されている。“わ”の会での講演は今回が初回であった。講演の内容は中世（平安時代中期（10世紀）～信長時代（16世紀後半））の戦闘、武具についての内容で、準備された資料の内容は大学の講義として10時間程度のボリュームであった。講演時間の関係で少し省略する点があることをご了承頂きたいと最初にお断りがあった。

講演は武具、戦闘について馴染みのない専門用語が多々出てくるために、理解を深めるために初めに用語の定義を資料とスライドの合戦絵巻・図等で解説をして頂いた。

1. 前提事項について

明治以前は甲冑の防御具と弓・刀剣の攻撃具は表裏一体で発達したが、明治以降は鉄砲類の発達により甲冑は衰退していく。中世の武具に関しては平安・鎌倉時代（10～13世紀）の中世前期と南北朝～信長時代の中世後期で大きな様式の変化がみられた。甲冑の本来の意味は甲（よろい）、冑（かぶと）であるが、10世紀以降は曖昧で甲（かぶと）、冑（よろい）と理解されている。本講演では甲（よろい）、冑（かぶと）で統一した。

2. 中世の戦士・戦闘形態について

戦士は騎兵と歩兵で構成され、武具は弓矢・火気等の（飛道具）と刀剣等の（衝撃具）を使用した。戦闘形態は飛道具騎兵・衝撃具騎兵・飛道具歩兵・衝撃具歩兵の四戦闘形態となる。中世前期の戦闘形態は弓射騎兵・打物歩兵・弓射歩兵で構成され、中世後期は打物騎兵・打物歩兵・弓射歩兵になる。この内、武士と呼ばれたのは騎兵であり、歩兵は武士団構成員・非武士と呼ばれていた。

（中世前期の武装・戦闘形態）

合戦絵巻から分かることは、戦士は弓射騎兵・打物歩兵であり、弓射騎兵は星冑・大鎧で武装

し、弓矢・太刀・腰刀の攻撃具を備えていた。弓矢・太刀は馬上で使用して、落馬（下馬）後に太刀・腰刀の格闘戦を行った。打物歩兵は冑・鎧の装備は無く腹巻で武装し、太刀・長刀・鉄熊手の打物と腰刀で攻撃に備えて、地上での組討に対応した。

（中世後期の武装および戦闘形態）

弓射騎兵が衰退して打物騎兵が主力となった。これは武士の主要攻撃具が弓矢から打物に移行したことによる。歩兵は打物歩兵が増加するとともに弓射歩兵も増加した。打物騎兵は星冑・大鎧で武装して太刀・長刀・鎧・鉞等の打物・腰刀の攻撃具を携えていた。打物歩兵は筋冑・腹巻・胴丸で武装して打物・腰刀の攻撃具を携帯、弓矢歩兵も同様に筋冑・腹巻・胴丸で武装して弓矢・打物・腰刀を携帯した。打物騎兵は馬上打物・下馬打物・組討で応戦し、打物歩兵は徒歩打物・組討、弓矢歩兵は歩射・徒歩打物・組討で応戦した。

3. 中世の甲（よろい）について

中世の甲は大鎧・腹巻・胴丸・腹巻鎧・腹当の5種類である。この5種類の甲には違いがあるが、基本の構造は何れも衡胴（かぶきどう）・立拳（たてあげ）・草摺（くさずり）から成る。

- ・衡胴：胴部の保護具
- ・立拳：衡胴の(前)胸・(後)背中の上り上がった部分の保護具
- ・草摺：臀部・大腿部を覆う

これらの甲は全体の90%は札(さね)から成り、残りの10%は金具廻と革所から成る。

（札の構造）

札の材質は（牛の革を加工した 撓(いため)革か鍛鉄）で（長さ7~8cm×幅2~3cm）の小板を加工する。札はこの板に複数の小孔（こあな）を設けた小板で、2行13孔札（並札：革札製）、3行19孔札（三目札：革札製）、2行14孔札（伊予札：鉄札製）の3種類がある。革札は鉄札より軽量のため革札が主流となった。衡胴（かぶきどう）・立拳（たてあげ）・草摺（くさずり）は、札を横につなぎ（横縫い）で札板を作る、札板を縦につないで（威）を形成する。横縫いには韋(かわ)緒を使用し縦に連結する威には組紐・韋緒・布が使われた。

（金具廻と革所）

金具廻は札を除いた甲の鉄製部品を言う。金属廻りの表裏に文様を染めた革（画革：えがわ）を張って覆輪を行った。この革製部を革所と言う。

4. 大鎧について

大鎧は平安時代に成立し鎧・着背長・物具・式正鎧とも呼ばれた。大鎧は騎射戦での矢に対する防御を考慮した騎射騎兵用の甲である。冑が付属し、重量は冑を含めて30kg前後である。中世後期は儀礼用として使用された。

（基本構造）

札板の段数は衡胴が4段、前立拳は2段、後立拳は3段、草摺は5段である。また付属具が多く右脇に脇楯、左胸に鳩尾板、右胸に栴檀板、両肩に袖、背面に総角、頭部に星冑・大鎧を備えている。衡胴は（正面・左脇・背面）が一連となっており、右脇は間隙である。右脇の間隙に脇楯、草摺1間を装着する。前立拳に札・威の上に画革を張り矢がひっかからないように革所とし

た。後立拳の内側に逆板・揚巻を施し体の自由度を確保した。

（中世後期の様式変化）

戦闘方式は前期の騎射主体から後期は打物主体に変化してきた。其れにより、衡胴は腰開型から後期は腰締型に変わり、草摺裾は鋸撓なしから後期は鋸撓が成立する。胸板は大型化してくる。鳩尾板・梅檀板は小型化する。衡胴左側面は脇板がなかったが、後期は左側面に脇板を敷設するようになる。

5. 中世の冑（かぶと）について

中世の冑は、平安時代に成立した（星冑）と南北朝時代に成立した（筋冑）の2種類であるが、星冑は室町時代に消滅して筋冑だけ残った。星冑は大鎧・腹巻鎧の付属具として、筋冑は大鎧・腹巻・胴丸・腹当の付属具として発達した。

（星冑・筋冑の基本構造）

どちらの冑の構造も鉢と鞆(しころ)からなる。鉢は台形状小型鉄板金を複数枚重ねて鉾留で張合わせ鉢状にする。鞆は札板5段からなり鉢下端の腰巻板に取り付けられる。

- ・星冑：台形板金を張合わせる鉾が笠鉾を使用する。笠鉾の頭を星と言い、鉢表面に並ぶ。
中世が進むと鉢が大型化し地板幅が狭小になり笠鉾が使えなくなり筋冑に移行する。
- ・筋冑：地板幅が狭くなり円柱状の平鉾を使用する。鉢の表面は地金折り返しの筋だけ残る。
- ・鞆：中世前期の様式は葺卸(ふきおろし)鞆であったが、中世後期は笠鞆が主流となる。
- ・装飾：冑の前面に鍬形(台・角)を設ける。中世前期は一部の冑しか鍬形は無かったが中世後期の冑には鍬形は必須であった。

講演時間を超過したため、甲(よろい)様式について(腹巻)と(胴巻)、その他簡単な説明があった。

- ・腹巻：中世後期に主流となり、騎兵・歩兵が使用した。右引き合わせで、付属具は杏葉(金具廻)のみであった。
- ・胴丸：鎌倉時代後半以降に成立した様式で歩兵用の甲である。背中合わせで、付属具はない。
- ・武具の製作：武具の製作は地域の特徴が余りみられない。現在の奈良地域で製作されていた。
- ・武具の補修：美術館等で展示されている武具・甲冑は昭和25年以降に修理された物が殆どである。

【おわりに】

講義を受講する迄、甲冑についての知見は正直乏しかった。今回の講演は戦闘・甲冑の構造・部品等の専門用語も初めであり新鮮でした。各々の甲冑の構造はスライドで説明を受けその時は理解したが、復習の時点では忘れていた点が多く、受領した資料に構造図も載っていると出せるので助かった。今後、美術館・博物館で甲冑を鑑賞する際には、今日の知見を基にして興味が広がると思う。

中世の甲冑 - 中世前期と後期の比較を中心にしてー

講師：近藤好和氏

出席者		一般会員	委員	計 (出席率%)	ビジター	合計	アンケート (提出率%)	
	男	43	6	49 (56.3%)	3	52		38(66.7%)
	女	10	1	11 (36.7%)	1	12		
計		53	7	60 (51.3%)	4	64	38/57	

①学習会内容評価

A. たいへん良かった	B. 良かった	C. 普通	D. つまらなかった	チェック無し
9名	24名	5名	0名	0名

- ・ 武士の甲冑とひとくくりで認識していましたが、その変遷を知り学問として成立することに驚きを感じました。今後展示物を拝観するとき、見方がかわるだろうなと思いました。
- ・ テキストに絵を入れて説明してほしかった。
- ・ 鎧の構造など考えたこともなかったので、大変興味深く聞くことができた。講師の方の声が大きく聞き取りやすかった。また話の進め方にも「図の方をご覧ください」「文章に戻ります」とその都度一声あり大変分かり易かった。
- ・ 想定外の講演内容だった。大声で聞き取りやすかった。
- ・ とても難しい講演だったが、丁寧に幅広く世界史も含め教えてくださったのが良かったと思います。
- ・ 今後、展示されている甲冑の見方が変わると思います。
- ・ 専門用語が多くわかりにくい。時代ごとにどうして甲冑が変わっていったのか説明が不足（甲冑だけの説明を聞いたイメージでした）。レジュメに甲冑の写真、部品の名前を出してほしかった。
- ・ 甲冑がとても細かい色々な部品でできていることが良くわかりました。今日で全部を理解することはとても難しく各部の名称もとても覚えきれませんが、今後博物館などで甲冑を見た時に今までより興味を持って見ることができると思いました。このように手の込んだものを戦の時に何千何万と用意するのがだれで、どのような機関でどれほどの財力があるのかという想像が膨らみました。学問って正しいことを曲げてしまうことがあるのですね。
- ・ 展示されている甲冑を今後見る機会があったら違った見方ができるように思います。構造が実的に工夫されていて、日本の職人技の原型を見る感じです。
- ・ 初めて甲冑の話が聴けて有意義でした。
- ・ 大鎧は日本文化と工芸のすばらしさを表している。その歴史・構造の総てが良くわかった。
- ・ 武士の「衣装学概論」面白かった。こういう観点から歴史を考えるとということも大切だと思う。
- ・ 話が具体的で良かった。図の説明も多く分かり易かった。

- 甲冑の構造については全く素人であり説明を聞いてもあまり理解できず、むしろ甲冑の美術的な面に興味あり。鉄板西洋甲冑と違い軽く細かい装着により動きやすかったと思われる。(防衛力はかなり劣る) 弓射騎兵から打物騎兵へ主体が移ったことで装備変化が起きたことは理解できた。
- 元々あまり興味あることではなかったが、研究は深いなと思いました。熱心にお話しいただき理解が深まりました。細部の話は難しい。
- 興味は十分にあった武具に関する話で少し理解ができたが奥深い物なので今回の話を入口として個人的に深めていきたい。言葉の意味がまず理解不能。講師も言っていたように、1~2度では到底理解できないだろうと思った。現物を指し示しながらの詳細説明が必要と思う。
- 甲冑の中世前期後期の比較が良くわかった。
- 甲冑という漢字を初めて書いた。構造を中心とした講義でかなり専門的であり初心者には難しかった。甲冑の見方、変遷の特徴といったような平易な講義を聞きたかった。
- 難しかった。資料に絵を添付してほしかった。1回では難しく、数回に分けた方がよい。
- 甲冑の変遷とは面白い演題。戦い方や対応武器による甲冑の変化の説明に関心が持てた。
- 知らないことばかりで甲冑を今後見る時に大変参考になります。
- 戦闘の形態や甲冑の基本的なことが学べたので、今後は実物や時代物の絵や画像を見る際の視点が変わると思います。
- 甲冑の珍しい細部にわたる解説で分かり易かった。
- 専門用語が多く理解するのが難しかった。着脱の説明も具体的にできれば分かりやすいかなと思う。
- 珍しいテーマで興味深く聞くことができた。今度、国立博物館で見てみようと思いました。バラバラな知識(知っていた言葉)が体系づけられた。目が悪くなったので、絵巻だけでなく図解があると良かった。動作も一緒に考えられるところが新鮮だった。
- 詳しく聞きたい話だったが理解力が衰えているためもっとゆっくりと話をしていただければ最高であったと思います。
- 甲冑の変化を知ることができて良かった。
- 時代劇の見方が変わった。戦闘シーンの甲冑に関する知識、兵隊の甲冑に対する役割。
- 時代の流れと武具の説明が良かった。
- 図版は別紙でも添付してほしかった。
- 説明がわかりにくかった。ご自身の自論のみしゃべってもらったのが良い。

②近藤先生にご講演頂きたいテーマ

- 戦国期の鎧には大航海期の影響で和洋折衷タイプの様式があると聞きましたので東西比較の鎧講座とか、小札を作るワークショップ講座。
- 実物を使っての名称の確認と着付け。
- 甲冑のモデル(プラモデル、五月人形)を使った説明。
- 刀剣について。
- 何のテーマでも良いが中世に興味があります。
- 実物を見ながらの講座を設けて頂きたい。

③学習会の運営について

A. たいへん良かった	B. 良かった	C. 普通	D. 良くなかった
13名	19名	4名	1名

記入なし1

- 運営委員の方々のご努力に感謝します。
- 早朝より、委員の方々ご苦労様です。
- 地域の皆さんで色々な学習機会を作ってくださいありがとうございます。とても難しい内容でしたが勉強になりました。
- ご苦労様です。
- 運営大変ご苦労様でした。引き続きよろしくをお願いします。
- 色々と企画され、そのご苦労に感謝いたします。
- 講義中にもかかわらず事務的な話声で集中できなかった。受付の段取りが悪い。
- プリント落丁あり

④”わ”の会について、何でもお書きください。

- 会場設営が的確。

運営委員代表の意見・感想

毎年、年度最後の学習会は会員以外にも門戸を開放した公開歴史講座という形態で行っています。本年度は有識故実研究家の近藤好和氏に「中世の甲冑—中世前期と後期の比較を中心に—」と題した講演をしていただきました。当会としては珍しいテーマでほとんどの方は初めて聴かれた内容であったと思います。大きなテーマだけに1回では難しかったようですが、今後、時代劇を見る時や、博物館などに行かれるときには新たな視点で観賞できると思います。

“わ”の会代表 鶴岡重典

東海道五十三次・奥州街道 歩行の旅

“わ”の会会員 中寺 泰介

東海道五十三次 実績一覧 日本橋～三条大橋：21.11.2～23.3.30

回数	実行年月日	区間	距離	歩数	通過・宿泊	備考
1	2021.11.02	日本橋～新橋	3km	4,280歩	有楽町	会社OB会后、歩く
2	2021.11.09	新橋～品川	4.3	6,140	三田	大学OB会后、歩く
3	2021.11.20	品川～雑色	10.0	20,500	立会川	品川宿、元気あり
4	2021.12.03	雑色～神奈川新町	10.7	21,448	川崎宿	川崎宿元気モリモリ
5	2021.12.20	神奈川新町～保土谷	7.0	18,600	台	神奈川宿の田中屋
6	2021.12.24	保土谷～戸塚	8.0	19,586	品濃一里塚	権太坂、境木
7	2021.12.30	戸塚～遊行寺	8.0	20,123	戸塚宿	沢辺本陣跡
8	2022.03.28	遊行寺～茅ヶ崎	8.0	17,521	藤沢宿	藤沢宿は元気一杯
9	2022.04.06	茅ヶ崎～大磯	10.8	22,960	平塚宿	南湖左富士
10	2022.04.09	大磯～国府津	10.4	23,133	大磯宿	大磯の松並木良し
11	2022.04.19	国府津～箱根湯本	11.4	26,098	小田原宿	蒲鉾、外郎、干物
12	2022.04.23	箱根湯本～箱根関所	9.2	22,608	畑宿	箱根の石畳歩き辛い
13	2022.05.03	箱根関所～三島	14.9	28,543	三島宿	三島、桜や鰻美味し
14	2022.05.19	三島～片浜	11.0	22,006	沼津	千本松原・黄瀬川
15	2022.05.30	片浜～吉原	12.2	23,436	原宿	富士山、眺望良し
16	2022.06.10	吉原～蒲原	14.2	29,756	吉原・蒲原	原・吉原・蒲原(三原)
17	2022.06.13	蒲原～興津	13.4	25,539	由比宿	薩詫峠、桜エビ
18	2022.06.27	興津～府中(静岡)	17.2	30,809	静岡泊	初めての宿泊嬉し
19	2022.06.28	府中～藤枝	21.5	36,828	藤枝泊	35℃猛暑、バテバテ
20	2022.06.29	藤枝～金谷	14.6	32,607	大井川	帰宅：基本2泊3日
21	2022.07.24	金谷～掛川	14.9	25,896	掛川泊	西行：小夜の中山
22	2022.07.25	掛川～見附(磐田)	19.0	31,115	見附泊	東海道ど真ん中袋井
23	2022.07.26	見附～浜松	12.5	22,711	天竜川	雷雨の中歩く
24	2022.09.30	浜松～新居	17.1	28,505	浜名湖泊	舞坂松並木・新居関所
25	2022.10.01	新居～吉田(豊橋)	22.8	39,769	豊橋泊	白須賀・二川宿
26	2022.10.02	吉田～赤坂	13.4	25,712	御油松並木	国の天然記念物指定
27	2022.10.18	赤坂～岡崎	18.5	35,057	岡崎泊	藤川宿、矢作川
28	2022.10.19	岡崎～知立	21.0	35,049	豊明泊	角久の八丁味噌工場
29	2022.10.20	知立～宮(熱田)	14.3	28,001	有松・熱田	熱田蓬萊軒で鰻喰う
30	2023.02.27	桑名～四日市	15.7	33,116	四日市泊	宮～桑名間はJR
31	2023.02.28	四日市～庄野 亀山～関	14.2 5.7	35,213	亀山泊	足裏にマメ発生し 庄野 ～亀山はJRで移動、 後日34回で再挑戦
32	2023.03.01	関～土山	14.9	34,064	土山泊	関宿・鈴鹿峠越え
33	2023.03.02	土山～立場山	10.7	23,117	田村神社	大風雨、マメ、寒さの 三重苦：ヘトヘト帰宅
34	2023.03.27	庄野～亀山 立場山～水口見附	10.0 3.8	26,780	水口泊	31回目の庄野・亀山再 挑戦する。
35	2023.03.28	水口見附～手原	17.0	33,380	甲西泊	石部宿を通過
36	2023.03.29	手原～大津	18.5	40,640	草津泊	一里山観桜・瀬田
37	2023.03.30	大津～京三条大橋	10.3	26,283	お礼参りに石 清水八幡	爛漫の桜の中を感動の ゴール。帰宅
合計 37回		494.1km		976,929歩		

< まとめ・感想 >

1. 東海道歩きを始めた動機：

コロナ禍の健康管理の一環として散歩を始めたので、その延長として当初は箱根越えを目指す。三島まで達すると次には浜松迄の歩きを目指した。その内に知人らから唆されて結局「京三条大橋」まで完歩することになったが、途中からは自分自身の楽しみとして前のめりになっていた。

2. 長距離の歩きで留意する事：

矢張り足回りを固めることが第一で、歩き決行の前日には足の爪を切り、魚の目は削っておく、足の裏のマメが出来やすい箇所には底マメパッド等を貼っておく。靴下は厚めの物を履き（私は山歩き用使用）、靴は爪先から15mm以上長目のランニングシューズを履く。私は時間が十分あるので基本的に雨が降らない日を選んで日程を決めた。宿泊を伴う場合は2泊3日を基本とした。出来るだけ荷を軽くし万一の雨具、帽子は被り指南本は常に携帯する。この指南本にはお世話になりました。とは言え、何力所かに分かりにくい表現箇所もあり実際にミスをしてしまったが。

3. 参考にした指南本：

山と溪谷社「ちゃんと歩ける東海道五十三次」東&西編 各1冊

著者：五街道ウオーク・八木牧夫氏

あとはネット検索で「五街道ウオーク」HPで詳細も紹介されている。

4. 街道歩きをして良かったと感じたこと：

- ① 歩いた街道筋の地理、山川、歴史、言葉、人情、特産品、食べ物等が丸ごと身に入ること。
- ② 日本の自然、人情、歴史的遺産が素晴らしいことに改めて気づかされたこと。若いころは外国に移りし日本を疎んじていたが、今では逆にリスクが高い海外に何故行くのかなあと感じてしまう。歴史的にも鎖国以降近世、日本に渡来した外国人（欧米人が多いが）はほぼ例外なく日本の国土、特に自然の美しさ（四季の移ろい、緑濃く覆われた国土、深山幽谷）、美味しい水、伝統工芸品の美しさ、食べ物、そして何より優しく勤勉な国民性に感動している。退職し時間の余裕がある中で、それらを日本人として改めてしみじみと味わうことが出来たこと。日本って本当に素晴らしい国だな、日本人って素敵だなあと誇りに思えたこと。 I LOVE JAPAN !
- ③ 敬愛する西行が齢69歳にして2度目の奥州行きをこころみた時謳った「小夜の中山」越えを、71歳で私も果すことが出来たことが大変うれしかった。これがあの小夜の中山か！と、心が震えた。
「年たけて また越ゆべしと思いきや 命なりけり小夜の中山」

- ④ 今回の東海道歩きは桜の満開の下、桜吹雪を浴びながらと念じていたが、その通りの願いが叶った。平日の京都三条大橋、快晴、満開の桜。三条大橋西詰めにある弥二さん、喜多さん像を写真記念にパチリ。三条大橋到達後、その足で大願成就を感謝して源氏の氏神・石清水八幡宮に「お礼参り」をして完結とする。



京・三条大橋

5. 東海道歩きで難所と言われる所：

東海道三大難所とは「箱根峠」、「鈴鹿峠」、「薩垂峠（さった）」、或いは「箱根峠」、「鈴鹿峠」、「小夜の中山」の3つを言うようですが、これ以外では大井川、富士川等の大河も昔は難儀。

- ① 箱根越えの石畳の歩きは足元がゴロゴロし滑るし、足の裏が痛かった。矢張り今も昔も難所！
- ② 一方、鈴鹿峠に関してはそれ程の難所という認識は生じなかった。昔は山賊の出没が多く、それ故難所と言われたのではないかと？
- ③ 「薩垂峠」は昔、波打ち際の道で波が崖を洗い、人が波にさらわれるリスクがあったようですが、今では江戸時代に峠道が開削され比較的安全に進める。

奥州街道 実績一覧 日本橋～平泉 : 23.5.25～24.4.14

回数	実行年月日	区間	距離 km	歩数	通過・宿泊	備考
1	2023.05.25	日本橋～草加	15.8	28,740	浅草	駒形鮠・雷門
2	2023.06.01	草加～一ノ割	18.4	28,900	春日部	草加煎餅・千本松原
3	2023.06.04	一ノ割～幸手	15.7	24,099	杉戸	幸手の権現堂川の桜
4	2023.06.19	幸手～古河	15.7	26,180	栗橋	大利根川渡り古河へ
5	2023.07.07	古河～小山	16.8	30,978	小山・足利泊	古河市歴博館見学
-	2023.07.08	足利～栃木	-	-	周遊・観光	足利・佐野・栃木へ
6	2023.09.17	小山～石橋	16.0	31,653	石橋泊	石橋のヒレカツ美味
7	2023.09.18	石橋～宇都宮	14.5	22,357	宇都宮泊	大学後輩に再会する
8	2023.09.19	宇都宮～白沢	11.6	15,900	白沢	猛暑にて白沢留り
9	2023.10.05	白沢～喜連川	14.7	25,611	喜連川温泉泊	月、野鳥、露天風呂
10	2023.10.06	喜連川～ 大田原	18.5	28,795	大田原泊	途中何も無い。きみの湯にて休憩する。
11	2023.10.07	大田原～寺子	14.5	25,644	鍋掛十文字	白坂迄アクセス最悪
12	2023.10.24	寺子～白坂	19.7	29,000	黒磯・白河泊	黒磯～寺子迄 taxi
13	2023.10.25	白坂～白河	7.5	13,370	白河泊	午後白河関等見学
14	2023.10.26	白河～矢吹	16.0	25,049	矢吹	指南本なくミス多発
15	2023.11.21	矢吹～郡山	23.0	37,711	郡山泊	地図アプリ有効
16	2023.11.22	郡山～二本松	25.0	41,231	本宮泊	街道歩き最長距離
17	2023.11.23	福島～藤田	17.0	28,934	桑折	二本松、熊出没忌避
18	2024.02.13	二本松～福島	22.1	38,339	福島泊	前回忌避区間挑戦
19	2024.02.14	藤田～白石	18.5	28,058	白石泊	佐藤兄弟の甲冑堂へ
20	2024.02.15	白石～船岡	19.0	26,476	大河原	越河駅中華屋良し
21	2024.03.14	船岡～名取	21.5	35,672	名取泊	コンテナ宿、初泊
22	2024.03.15	名取～東仙台	15.3	26,675	仙台泊	夜、会社同僚に再会
23	2024.03.16	東仙台～松島	13.2	23,010	多賀城	塩竈神社。松島観光
24	2024.04.12	松島～石巻	25.8	JR	石巻泊	大河原一目千本見事
25	2024.04.13	石巻～登米 登米～谷地前 谷地前～花泉	30.0 9.5 15.0	JR&バス バス 29,492	登米・花泉泊	登米（とよま）はNHK「おかえりモネ」の舞台。観光客多
26	2024.04.14	花泉～有壁 有壁～平泉	7.5 14.5	29,129 JR	有壁・平泉	歩数は平泉市内散策を含む。桜花爛漫
合計 26 回			492.3km	701,003 歩		未踏破区間 79.8 km

お気づきの様に、正確な意味では「奥州街道は完歩」していない。未踏破の区間が約 80KM 残っている。旅は完結してはいないのである。従って小生が元気なうちにこの 80KM に再チャレンジしたい。逆に言えば、楽しみは残っているとも言える。もう 1 点不正確な点は、この道程は全てが奥州街道ではないことである。日本橋から仙台までは「奥州街道」を歩いたが、仙台から平泉迄は芭蕉の歩いた「奥の細道」の

道程を辿っているのである。松島、石巻、登米（とよま）を覗ずに平泉に行くのは余りに惜しいことゆえ、ここは妥協して変則的な街道歩きとなった。加えて、春爛漫の桜吹雪を「奥の細道」のルート上で味わいたいとの気持ちも強く働いたのは否めない。お陰様で、夢に見るような素晴らしい爛漫の桜を平泉に至るまで愛でながら歩を進めることが出来た。

< まとめ・感想 >

1. 奥州街道歩きを始めた動機：

コロナ禍の健康管理の一環として始めた「東海道五十三次」の旅は、2023.3.30 望み通り満開の京・三条大橋で完結し、その勢いそのまま奥州街道歩きを目指すのは必然であった。古くは義経、西行が歩き、近世では芭蕉も歩いた「奥州路」はやはり陸奥のロマンを感じる旅路である。その街道を自分の脚で歩き、そのゴールを平安の末に花開かせた「藤原三代の夢跡」を遺す平泉で迎えたいと強く念じたのである。

2. 参考にした本：

山と溪谷社刊 「ちゃんと歩ける日光街道・奥州街道」 八木牧夫氏著

良書ではあるが難点が一つある。それは奥州街道の指南が白河宿で終わっていること。即、白河の宿以北の街道の解説がないのである。公式な意味の奥州街道は、日本橋から白河宿迄であるから手を抜いたわけではないが白河以降の街道の解説が待たれる。この対策としてはネット検索で「奥州奥道中歩き旅」の記事や、「奥の細道歩き旅」の記事を参考にしながら栃木県、福島県、宮城県の道路地図を図書館でカラー印刷し事前にシュミレーションして対応した。

3. 奥州街道歩きで困った事・課題：

- ① 奥州路は東海道と異なり都市・街が少なく、宿と宿の間には民家も人通りも全く途絶えるようなエリアがあるということである。即、幹線の国道や鉄道から離れたエリアが多いということである。宿泊場所や食事場所が見つからない事態に遭遇することになり大変困ったことが一度ならずあった。例えば、一例を挙げると 12 回目の「寺子～白坂」の備考欄を見てほしい。当日のタイムスケジュールは、自宅 5：35 発→大宮駅 7：25→宇都宮 7：52→黒磯駅 8：58 着→黒磯駅発 9：26 TAXI →寺子十文字 9：50 着・・・降車後、白河に向かって歩き始める。黒磯駅 TAXI とは、町民の足として町が契約している個人 TAXI である。行政も町民のアクセスの確保には費用とその効果を考慮しつつ、知恵を絞っていることがわかる。この時の TAXI 代金は、僅か 200 円だった。
- ② 17 回目は本来ならば「二本松～福島」22.08KM を歩くはずであったが、この年 2023 年の冬は 2025 年冬と同じく山の裏が大凶作で、平地への熊の出没が多発したためこの区間の歩行を忌避し順番を変更し「福島～藤田」17.0km を先に歩いた。翌年春 2 月に 18 回目として「二本松～福島」22.08km を歩くことにした。

4. 嬉しかったこと、感動したこと：

- ① 基本ケチケチ旅なので宿泊も安宿を基本としたが、9回目の「白沢～喜連川」では少し贅沢をして初めて観光ホテルに投宿した。早朝、美肌の湯と評判の喜連川温泉の露天風呂に飛び込む。風が優しく吹き上げると天空に月が懸かっている。鳥たちが囀る。傍らには大きなメタセコイヤの木が聳え立ち木々や木の葉の芳しい香りが漂っていた。
- ② 19回目は「藤田～白石」で福島と宮城の県境地域を歩いたが、途中坂上田村麻呂を祀る「田村神社」の境内に「甲冑堂」がある。「甲冑堂」には、悲劇の英雄「義経」の忠臣・佐藤兄弟の健気な妻たち、楓と初音の2体の木像が納められている。義経の身代わりとなって果てた佐藤継信と忠信の兄弟の老母が二人を偲んで泣き崩れる姿に心を痛めた二人の嫁が一計を按じて、亡き夫たちの甲冑と武具を身にまとい、息子たちの姿に扮して老母の前に現れ「凱旋報告」をして老母を悦ばせたという悲話である。この話は何度聞いても不覚にも思わず泣かされてしまう。美談でもある。
- ③ 奥州路の桜の見事さには心底感動した。これを狙って計画を組み、それ故に80kmを未踏破とせざるを得なかったからである。正に桜を愛でるためなのである。その場所の桜の盛は年に一度、僅か数日巡ってくるだけである。特にこの旅では宮城県大河原の「一目千本桜」を愛で、平泉の藤原三代の栄華の跡を桜吹雪の舞う中で愉しむことを最大の望みと考えていた。そのいずれも叶えることが出来て深い喜びを禁じえなかった。



平泉・中尊寺

令和7年度

第9回 六浦の旧跡と古刹を訪ねる

開催日：令和8年1月9日(金) 天候 晴

コース：金沢八景駅(集合)～瀬戸町やぐら跡～六浦橋～六浦歩道橋～嶺松寺跡
～上行寺(本堂拝観)(解散)

参加者：25名

今回は金沢区の六浦地区の昔の海岸線に沿ったコースをまわり、上行寺で住職のお話を聞く予定であった。しかし、急遽住職に葬儀が入ったため、上行寺では本堂への昇堂と境内の案内となった。

集合は金沢八景駅。出発前の挨拶後、鎌倉道の旧道を通り、16号線を横切り、金龍院に向かう。

金龍院の崖地に造られているやぐら群(瀬戸町やぐら群)がある。平成11年度の調査で、9つのやぐらと古墳時代の横穴墓が発見された。やぐらは、13世紀の鎌倉初期から造られたとされる岩盤をくりぬいた墳墓堂で、身分の高い僧侶や武士が火葬され埋葬された。昔は金龍院の崖地にそって海岸線であったが、今は埋立てられて家が立ち並んでいる。そこは、地震には弱い土地ではないか、とガイドさんは懸念していた。



(瀬戸町やぐら群)

そこから、昔あった六浦の渡し場に行く。今の六浦交番から六浦バス停一帯にあり、その痕跡は石積みに見ることが出来る。六浦津(湊)は、鎌倉の外港として房総や江戸湾各地と交易が盛んであった。そこに海上運送に関わる問丸(船問屋兼金融業)が発達し、六浦妙法(日荷上人)等の富豪が生まれた。

六浦川にかかる六浦橋で欄干の両端にある親柱の名残りの説明を受ける。六浦橋は、現在は国道16号線に架かっているが、もとは六浦川の上流にあたる現在の川郵便局あたりにあったのではないかとのこと。六浦橋、六浦川についてはとりあげられることが少ないので、興味深かった。



(千葉氏の墓・嶺松寺跡)

「千葉氏の墓と嶺松寺跡」は、瀬戸神社の神職を務めた千葉氏一族の墓域と、臨済宗建長寺派の寺院・嶺松寺の旧跡から成る登録地域文化財。嶺

松寺は中世に創建され、千葉氏の菩提寺として栄えたが明治初期に廃寺となった。六浦の歴史と千葉氏の活動を示す重要遺構である。しかし、平成21年（2009）度急傾斜崩壊対策工事に伴い墓地は大幅に整理され、墓石の台座なども失われているのは、残念である。



（上行寺全景）

上行寺は日蓮宗寺院で、もとは真言宗・金勝寺と伝えられる。建長6年（1254）、日蓮が六浦

に上陸した際、船中で富木常忍と法論を交わした「船中問答」を契機に日蓮宗へ改宗したとされる。南北朝期には六浦の富豪の六浦妙法（日荷上人）が土地等を寄進し、日祐上人を開山として上行寺が整えられた。称名寺住職と仁王尊を賭けた囲碁に勝ち、仁王尊二体を背負って身延山に収め日荷上人となった。三本のカヤの木を持ち帰り上行寺、妙法寺（杉田）、自宅に植えたと伝わる。境内には日荷上人ゆかりのカヤの古木や墓が残っている。本堂に上がり、十界略本尊を拝む。

上行寺境内で解散し、帰途につく。

天気に恵まれ、高低差もなく歩きやすいコースであった。しかし、今日のメインの上行寺住職の話が聞けず、残念であった。

無事に探訪を終えた。

（松崎 寛 記）

第10回 DVD鑑賞「国宝へようこそ」

・第7集 西本願寺 ・第8集 鳥獣戯画

開催日：令和8年2月13日（金） 天候 晴

開催場所：金沢公会堂 多目的室

参加者：26名

1. 西本願寺（龍谷山本願寺）

本願寺は1272年親鸞の廟堂として建てられ1591年に豊臣秀吉の寺地寄進により現在地に移転した。国宝の建物群は17世紀初頭から半世紀の間に建てられた。

西本願寺の建物は僧侶と門徒が一体となって教えを聞く事が重視されるため大人数を受け入れる公共空間として設計された。西本願寺の国宝指定は、単体建築の価値評価にとどまらない。御影堂、阿弥陀堂、唐門、飛雲閣、書院群が、同一の思想と時代背景のもとで体系的に構成されている点に本質がある。

○御影堂 宗祖親鸞聖人の木像が安置しており西本願寺最大の建物である。内部は畳敷空間で多くの門信徒が集う法要の中心となっている。

○書院 雲とコウノトリの透かし彫りの欄間がある為鴻の間と呼ばれる対面所、門主の賓客接待等に使用され狩野派による極彩色の帝鑑図の描かれた紫明の間、金碧花鳥図が描かれた孔雀の間がある白書院、伝廊で繋がり門主の私的空間で狩野探幽の墨絵の描かれている黒書院がある。

○北能舞台 1927年の修復の際、懸魚に天正9年(1581年)の銘があったとされ全国で唯一の国宝かつ現存最古の能舞台である。

○飛雲閣 金閣、銀閣と並ぶ「京の三閣」の一つで一階は池から入る舟入の間がある。二階は三十六歌仙の描かれた歌仙の間、三階は摘星楼と呼ばれる。他に阿弥陀堂、唐門などの国宝がある。

2. 鳥獣戯画

鳥獣人物戯画は高山寺に伝わる紙本墨絵の絵巻物で甲、乙、丙、丁の全4巻からなり日本最古の漫画とも称される。全巻を合わせた総延長は約44メートルに及び、詞書を伴わず、絵のみで物語や情景を展開する点に大きな特色がある。

○甲巻 最も有名で兎、猿、蛙など11種の動物が擬人化されいきいきと描かれている。

○乙巻 馬、牛、犬、鶏など身近な動物に加え豹、虎、象、獅子、麒麟、龍、猿など外来動物や想像上の霊獣が動物らしく描かれ図鑑的性格が強い。

○丙巻 前半は動物戯画、後半は人物戯画が描かれており甲巻を見て後の時代の人々が描いたともいわれている。

○丁巻 勝負事や遊戯を中心に人物を主体として描いてある。描線、墨色等は他巻との違いが際立つ。

鳥獣戯画は高い知名度を誇りながらその成立事情や制作意図は今なお多くの謎を残している。

今回は欠席者がいつもより少し多かった。令和8年2月～7月の会費、準会員の年会費の徴収を行った。

(熊谷滋子 記)

第11回 龍伝説が眠る江の島弁財天への旅

開催日：令和8年3月5日(木) 天候 晴

コース：片瀬江ノ島駅(集合)～洲鼻通り石碑～地下道浮世絵～江の島弁天橋～青銅の鳥居～旧岩本院(岩本楼)～杉山検校福石～辺津宮～奉安殿～中津宮～奥津宮～龍宮～杉山検校墓～江の島バス停前(解散)

参加者：22名

好天に恵まれ、富士山の眺望を楽しみながら、弁財天と龍伝説の残る江の島を巡った。

集合は片瀬江ノ島駅、竜宮城を思わせる駅舎の屋根にはイルカ像がある。出発前挨拶の後、江ノ電江ノ島駅から江の島へ続く洲鼻通りへ向かった。洲鼻通りは境川の河口に由来する名で、古くから江島神社参詣の参道として栄えた道である。

国道をくぐる地下道の壁には広重や北斎の浮世絵が描かれ、江の島と対岸の浜が干潮時に地続きとなる「トンボロ」現象の様子も表されている。地下道を抜けると江の島弁天橋に出る。



(江の島弁天橋)

江の島に最初に橋が架けられたのは明治24年の木橋で、現在の江の島大橋は昭和39年の東京オリンピックに合わせて造られた。橋の入口には龍燈籠があり、江の島に伝わる弁財天と五頭龍の伝説を思わせる。伝承では、かつて深沢の沼に五つの頭を持つ龍が住み、人々を苦しめていたが、欽明天皇十三年(552)に海中から江の島が湧き出し、美しい天女弁財天が現れる。龍は弁財天に恋をし改心、夫婦となり里人を守る存在になったと伝えられる。

橋を渡ると青銅の鳥居が建つ。扁額には龍が彫られ「江島大明神」の文字が刻まれている。



(青銅の鳥居)

参道の坂道には土産物店が並び、途中には江戸時代に江の島全体の総別当であった岩本院(現在の岩本楼)がある。エスカーで辺津宮へ進むと、銭洗いの池には白龍が祀られている。辺津宮は建永元年(1206)の創建と伝えられ、現在の社殿は昭和51年に改築された権現造りで、屋根には江島神社の社紋である「向かい波の三つ鱗」が見られる。



(辺津宮)

奉安殿では八臂弁財天と妙音弁財天を拝観した。八臂弁財天は鎌倉時代初期の作とされ、源頼朝が奥州藤原氏調伏を祈願して勧請したと伝えられる。妙音弁財天は琵琶を抱えた座像で、俗に裸弁財天とも呼ばれる。江の島弁財天は安芸の宮島、近江の竹生島と並び日本三大弁財天の一つ。



(奉安殿)

さらにエスカーで中津宮へ向かい、昇殿拝観して権禰宜から丁寧な説明を受けた。天井には四季の花鳥画、壁には鮮やかな彫刻が施されている。創建は仁寿三年(853)で、社殿は元禄2年(1689)に徳川綱吉によって再建された。現在の

彩色は平成の改修によって往時の姿がよみがえったものである。



(中津宮)

三本目のエスカーで島の頂上へ進み、御岩屋道を通って奥津宮へ向かった。途中には36匹の猿が刻まれた群猿奉寶像庚申塔などの史跡が見られる。奥津宮は弘仁五年(814)に弘法大師が弁財天像を刻んで創建したと伝えられ、拝殿天井には江戸の絵師酒井抱一による「八方睨みの亀」享和三年(1803)奉納を、平成6年に片岡華陽が

復元したもの。龍が描かれた大きなしゃもじが置かれ、拝殿脇の石灯にも籠が彫られている。近くには平成五年、岩屋の真上に建てられた龍宮があり、立派な龍が参拝者を見守っている。



(奥津宮)

山を下り、参道に出る少し前に杉山検校の墓を海側斜面下方に見る。参道を下り、江の島バス停前で解散。

予報に反し風も弱く穏やかな探訪日和となった。昇殿拝観、神社からの丁寧な説明などもあり好評であった。登りは全員エスカーを利用、少し時間オーバーしたが無事に探訪を終えた。

(横山 美智男 記)

「古文書を読む会」 学習記録

開催日時 会場 テーマ	学 習 内 容	参 加 者
2026年 1月8日 (木) 金沢公会堂 第2会議室 「出雲王朝は存在したか」、「法隆寺と夢殿の謎」	<p>本日の講義は、(1)「出雲王朝は存在したか」と(2)「法隆寺と夢殿の謎」についてであった。</p> <p>(1) これまで銅剣、銅鐸、銅矛の発見は、主として近畿および北九州とされてきたが、近年、出雲でも大量の銅剣(358本)銅鐸、銅矛が発見されたことから、出雲王朝の存在が注目されるようになった。さらに、国譲りではなく出雲王朝は大和王朝との戦いに敗れ滅亡されたため、その見返りとして高層の出雲大社を立て監視されるにことになったのだと推察する見方も出されている。</p> <p>(2) 日本書紀にいう天智9年(670)に焼けたのは若草伽藍の斑鳩寺であり、現法隆寺は焼けていない。次に、奈良時代に建造(739)に建造された法隆寺「夢殿」の本尊「救世観音」について、その像を見たものは法隆寺の僧「行信」と「光明皇后」のみといわれており、明治17年になって初めて開封された。それまで観音は白布に巻かれており、仏像の頭部釘打ちや胴と足は中空などと不明な点が多く、建立の目的は謎とされている。一説に、藤原氏が滅亡の危機に陥った直後に大量の寄付が法隆寺になされていることから、太子一族滅亡の“たたり”の封印並びに一族の鎮魂と逆に天皇家・藤原家興隆祈願の意味があるとの説も出されている。</p>	11 名
2026年 2月12日 (木) 金沢公会堂 第2会議室 江戸時代の 大災害について	<p>本日の講義は、江戸時代の(1)宝永4年(1707年)の富士山大噴火、(2)天明3年(1783年)の浅間山大噴火、(3)安政元年~2年(1854~55年)の安政三大地震、等についてであった。</p> <p>(1) この宝永の富士山大噴火により駿河、相模、武蔵の広範囲にわたって火山灰が田畑などを埋め、作物が全滅した。また、堆積した降砂のため川底が上がり酒匂川が大氾濫した。また、火山灰は偏西風により東方に流され、御殿場1m、小田原90cm、秦野60cm、藤沢25cm、江戸15cmも積ったと記録されている(最大堆積量は須走(すばしり)で約3mといわれる)。</p> <p>(2) 天明3年(1783年)に勃発した浅間山大噴火も広範囲の被害が出、特に上州側の山麓では何れ所もの村が埋没し、流失した。特に鎌原村の被害が大きく、村民約8割が死亡、家庭では生き残った夫又は妻が他家の生き残った妻または夫と再婚するなど悲惨な状況が報告され、又逃げ延びようと観音堂の階段途中まで登って力尽き熱泥流に呑み込まれた二人の遺骨が発掘されるなど目を覆いたくなる惨状の写真がある。</p> <p>(3) 安政元年の11月4日と5日の2日連続して大地震が発生したので、東南海トラフ地震という。いずれもマグニチュード8.2(津波被害甚大)といわれている。さらに1年後の10月2日には江戸に直下型大地震マグニチュード6.9がおこり、この3つを合わせて「安政三大地震」と呼ばれている。</p> <p>なお嘉永7=安政元年はわずか1か月で安政2年となり、嘉永→安政への暦年変更はかえって人災天災が絶えず、逆効果となった。</p>	12 名

<p>2026年 3月12日 (木)</p> <p>金沢区民センター AB会議室</p> <p>藤原鎌足の墓発見、藤原不比等と基皇子の死、</p>	<p>本日の講義は、(1)「藤原鎌足の墓発見、(2)藤原不比等と基皇子の死、(3)残された藤原一族、とりわけ政権の女性指導者が抱いた怨霊の恐怖、の3点であった。</p> <p>(1) 1934年に阿武山古墳から発見された被葬者は当時の有力者とされていたが、そのごの調査により死亡直前に天智天皇から送られたとみられる大織冠の一部が同じ石棺から見つかったことからほぼ藤原鎌足に間違いないとされるに至った。鎌足は天智天皇の最側近且つ藤原氏繁栄の功労者であった。</p> <p>(2) 鎌足の二男とされている藤原不比等は自身は黒幕に徹したが、「黒作懸佩刀の由緒書」からも伺えるように、その後の藤原氏の繁栄と日本律令国家建設を同時に遂行・実現した大政治家であった。</p> <p>(3) 藤原氏が苦境に陥った際には当時の藤原一族の血を引く政権の女性指導者たちは、ライバル撲滅に伴う犠牲者の怨霊を恐れ、それから免れるため食封という多額の寄付を法隆寺を中心に行ったと推察されている。</p>	<p>10 名</p>
---	--	-----------------

「ふれあいの道歩こう会」実施概要 No.51

代表 江口 正彦

通算 第213回 高川山 中谷コース

今回は、初富士山を眺めるため、一昨年も1月に登った高川山を計画しました。但し今回は高齢者の安全登山考え中谷コースを選びました。

高川山(975.7m)は、山梨県都留市と大月市の境にある山で、相模川水系の桂川と笹子川にはさまれた御坂山地の東端に位置する。山梨百名山の一峰で都留市の都留市二十一秀峰、大月市の秀麗富嶽十二景に選定されている。山頂は360度の展望が開け、富士山・三つ峠をはじめとした近隣の山々が一望できる。山の下をリニアモーターカーの実験線のトンネルが貫通しており、都留市側の山麓には山梨県立リニア見学センターがある。また、スタートの初狩駅前には、大月市初狩町で生まれた小説家山本周五郎の文学碑が建立されていた。

初狩駅前で、準備体操をして、9:07に出発。中央線尾下をくぐり、自徳寺の脇を通り車道を歩き9:39に高川山新ルート/男坂・女坂登山口に到着。左側の男坂・女坂登山口の山道を20分ほど歩くと男坂と女坂の分岐に到着し、巻き道の女坂を選択。女坂を歩き始めるが乾燥している落ち葉が多く、くるぶしが隠れるほど積もっており気をつけながら歩いた。途中沢道コースとの合流点を左折すると落ち葉は少なくなり歩きやすい道となった。10:50に男坂・女坂の合流地点に到着。合流地点付近からは、樹木の合間に素晴らしい富士山を見ることが出来た。ここからひと登りし、11:10に高川山山頂に到着昼食タイムとする。山頂からは、青空の下360度の展望が開け富士山・三つ峠をはじめとした近隣の山々が一望出来た。但し北東側は山火事の扇山は煙とで隠れていた。12:07山頂出発し下り始め、狼煙台跡を通り、古宿分岐を右側の古宿方面に下り、12:53古宿・中谷分岐を左側の中谷コースを下る。このルートは比較的緩やかなコースです。下る途中では、倒木がいくつかありくぐったり、乗り越えたりしました。13:38一般道の四差路に到着、直進するとリニア見学センターがある。今回はリニア見学センターには寄らずに、左折し稲村神社に向うが、神社手前で道路工事の為通行止にあい、右折し迂回路を歩き直接田野倉駅に14:01無事ゴールした。

実施日：2026年1月11日(木) 天候：晴れ 歩行時間：約3時間30分 歩行距離：約7km

参加者：12名(男性8名 女性4名) コース所在地：山梨県 大月市・都留市

交通：往路 金沢文庫駅 6:06発⇒6:21着 横浜駅(八王子行)6:28発⇒6:30着東神奈川駅6:31発
⇒7:29着 八王子駅 7:42発⇒7:49着 高尾駅8:01発⇒8:52着初狩駅

復路 田野倉駅14:28⇒14:34大月駅14:47⇒15:24高尾駅15:31⇒15:38八王子
15:41⇒16:39東神奈川16:40⇒16:43横浜駅15:41⇒16:43横浜駅

コースと時間：初狩駅9:07⇒9:39男坂・女坂登山口9:42⇒10:10男坂・女坂分岐⇒女坂⇒10:50
男坂・女坂合流⇒11:10高川山(昼食)12:06⇒狼煙台跡⇒12:12古宿分岐⇒12:53古宿・
中谷分岐 ⇒中谷コース⇒13:38 四差路⇒稲村神社⇒14:01田野倉駅



初狩駅前



高川山山頂

通算 第214回 官ノ倉山(344m)

官ノ倉山は、埼玉県小川町と東秩父村の境に位置し、標高 344m の山です、「外秩父七峰縦走」起点の山として知られるがかつては山麓信仰を集める「神の倉山」すなわち神様の降臨する岩のある山だった。会としては、外秩父七峰の六峰を歩いており最後の山でした。官ノ倉山（かんのくらやま）・笠山（かさやま）・堂平山（どうだいらさん）・剣ヶ峰（けんがみね）・大霧山（おおぎりやま）・皇鈴山（みすずやま）・登谷山（とやさん）の七座が「外秩父七峰（そとちぢぶななみね）」と呼ばれています。

東武東上線東武竹沢駅前準備体操をして 10:00 に出発。安照寺を横目に集落の中を進み、「三光神社」があり、そばにある本部公衆トイレを利用、10:40 天王池に到着。途中懐かしい火の見櫓と綺麗に咲いている白梅があった。天王池は 2023 年に農林水産省の「日本農業遺産」に認定された「比企丘陵の天水を利用した谷津沼農業システム」の一つだそうです。ここが、「官ノ倉山ハイキング北コース」のスタート地点です。

池を左に眺め木立の道を登り官ノ倉峠、峠の分岐を左に登ると、官ノ倉山山頂矢印があった、そこから急登を登ると視界が開け 11:30 官ノ倉山の山頂(344.2m)に到着、集合写真撮影と水分補給。頂上からは、小川町・外秩父、スカイツリーなど関東平野の景色が見渡せた。官ノ倉山山頂から東に尾根道を少し歩くと石尊山の山頂(344.2m)に到着昼食とする。石尊山山頂からも良い景観を楽しめた。ここでも集合写真を撮影。石尊山という名前に関連するかは解りませんが、石の祠などがいくつかありました。

石尊山からは、クサリのある急な下りを、一人ずつ慎重に下った。この鎖場を下れば後はなだらかな下りとなった。暗部で尾根道はずれ、沢沿いに、広くなった道を下ると、右上に北向不動が見えた。急な石段となるので希望者が上り参拝した。

そこからは林道、そして舗装道路となり、14:15 舗装道路の T 字路を過ぎると公衆トイレがあり休憩。小川町方面に歩き途中途中素晴らしい白梅が満開でした。その先を右に曲がりホトケノザがあり、14:05 長福寺(武蔵国十三仏霊場の 10 番阿弥陀如来の寺)に到着境内を楽しむ。もとの道に戻りしばらく歩くと 14:30 八幡神社(大げやきは、町の天然記念物に指定されている名木)で参拝し、近くの埼玉県最大の穴八幡古墳を見学。また、八幡神社の方に戻り長い八幡神社の昔の参道を小川町駅に向かって歩く。八幡神社から 350m 程歩くと一の鳥居に到着。その道筋の両側は、昔は賑わった様子が伺える雰囲気を感じられた。参道の途中に無料販売棚があり美味しそうなお干し芋が置いてあり、何人かが購入した。また、白梅、蟻梅などが所々に咲いていた。一の鳥居を過ぎると、町中の車道となり突き当たりを左折、小川町の賑やかな通りをしばらく歩き小川町駅に無事ゴールした。

実施日：2026年2月19日(木) 天候：晴れ 歩行時間：約4時間 歩行距離 約9km

参加者：13名(男性9名 女性4名) コース所在地：埼玉県 小川町

交通：往路 金沢文庫駅 6:37⇒7:21 品川 7:31 山手線⇒8:00 池袋 東上線池袋駅 8:15 小川町行 ⇒ 9:28 小川町駅 9:38 寄居行⇒9:41 東武竹沢駅

復路：小川町駅 15:34⇒16:41 池袋駅

コースと時間：東武竹沢駅 10:00→10:40 天王池 10:50→11:30 官ノ倉山 11:40→12:00 石尊山(昼食) 12:30→北向不動→14:15 車道の丁字路→長福寺→14:30 八幡神社 14:40→14:45 穴八幡古墳 14:50→15:15 小川町駅



官ノ倉山山頂



石尊山山頂

通算 第215回 かたくりの花を見に行こう 草戸山

今回は、相模原市の城山にある「城山かたくりの里」に、かたくりの花を見ることを目的に、高尾山口から南高尾のハイキングコースの四辻から草戸山、城山湖、金刀比羅宮、小松城跡を経てかたくりの里に行く高低差約200mの楽なコースです。

草戸山は町田市の最西端に位置し、八王子市、相模原市の境界線上にあります。高尾山方面、城山湖方面、町田市大戸方面のどちらからでも登ることができ、様々なハイキングコースに組み込まれています。

京王線高尾山口駅まで準備体操を行い、9:00 にスタート20号線を右にいき最初の信号を左に戻るように50m行き四辻・草戸山方面に右折し登山道に入る。すぐにハナスオウ、シデコブシが咲いていた。登りはじめとしては、ちょっとキツイ登りを約30分歩くとJR高尾駅と草戸山の分岐の四辻に到着し休憩。ここからは林の尾根道の登り下りを繰り返す。右手の木々の合間に高尾山を眺めながらさらに歩くが、弱雨が降り始めたのでザックカバーとレインウェアを着用して歩くが、すぐにあがる。左側に網状のフェンスが続く何かと思うと、フェンスの向こう側の谷と林は拓殖大学の敷地であった。四辻から約1時間で草戸峠に到着ベンチで休憩、向かい側には高尾山11丁目茶屋などがみえ、またモミジイチゴが咲いていた。草戸峠から少し行くと開けた急な登り坂となり登ると町田市最高地の草戸山山頂(364m)に11:07 到着しここで昼食。草戸山頂上からはほぼ下りとなる、松見平休憩所跡を右に行くと長い石段があり、段差が大きいので苦労しながら下った。そこから少し登り「はなさき休憩所」の東屋につく。そこからは下方に城山湖が見られる。城山湖沿いの山道を歩き、城山湖散策路ゲートから散策路に入り金比羅宮側のゲートからすぐの金比羅宮に到着。

城山湖は1965年、純揚水式の城山発電所建設にともなって、境川支流、本沢渓谷に上池として誕生した「本沢ダム」の人造湖で、「かながわの探鳥地50選」や「かながわの公園50選」にも選定されています。

金比羅宮で休憩し、参道の急な石段を気を付けて下り、駐車場を抜けて小松ハイキングコースに入り、5分ほどで評議原に、またそこから15分で小松城址跡に、また10分歩きかたくり方面に右折し13:30に「城山かたくりの里」に到着。小松ハイキングコースでは、マムシグサ・スズメノヤリ・ホトケノザの草花、そしてキツキが木をつつく音が聞こえていた。

今回の目的の一つの「城山かたくりの里」では、群生するカタクリをはじめ、チングルマ・キンポウゲ・フクジュソウ・イチゲ・竜田草・ショウジョウバカマ・バイカオウレン・イワナシ等々の山草花に、ヒカゲツツジ・馬酔木・クサボケ・ミツマタ等々の花木 沢山の珍しい花々に出会えた。

かたくりの里から約20分歩き14:37城山総合事務所入口バス停に到着無事ゴールしました。

※今回は、実施日の天気が悪い天気予報なので予備日の3月20日に変更し実施しました。

実施日：2026年3月20日(金) 天候：曇り一時雨 歩行時間：約4時間 歩行距離 約8.5km
参加者：13名(男性9名 女性4名) コース所在地：東京都八王子市・町田市 神奈川県相模原市
交通：往路：東神奈川7:09⇒8:05 八王子8:16⇒8:22 高尾駅8:31⇒8:34 高尾山口駅
復路：城山総合事務所入口バス停14:41 発⇒橋本駅北口15:20着
コース：高尾山口駅9:00→登山道入り口9:12→四辻9:45→草戸峠10:45→11:07 草戸山山頂(昼食)
11:40→はなさき休憩所 11:55→金刀比羅宮 12:30→小松ハイキングコース評議原 12:43→小松城址 13:05→ハイキングコース出口 13:18→13:30かたくりの里 14:15→14:37 城山総合事務所入口バス停



草戸山山頂



金刀比羅宮

アメリカン・グラフィティ (American Graffiti)

観賞日 2026年1月26日 上映時間 110分

【参加者：40名】

【概要】

制作 1973年 アメリカ
監督 ジョージ・ルーカス
脚本 ジョージ・ルーカス、グロリア・カツ
ウィラード・ハイク
撮影 ハクセル・ウェクスラー他
出演 リチャード・ドレイファス (カート・ヘンダーソン)
ロン・ハワード (スティーヴ・ポランダー)、ポール・ル・マット (ジョン・ミルナー)
チャールズ・マーティン・スミス (テリー・フィールズ)



【あらすじ】

1962年夏、カリフォルニア州の田舎町。高校を卒えた18歳の仲良し4人組の男子。カートとスティーヴは東部の大学に進学、テリーとジョンは地元に残ることに。道はそれぞれ違いますが4人は夏休み最後の夜を過ごしていた。カートはこの期に及んでまだ大学に行くべきか決断できずに悩んでいた。車で偶然見かけた金髪美人を探すうちに、ゴロツキ仲間のファラオ団に捕まり彼らのお先棒を担がされることに。生徒会長だったスティーヴはカートの妹のローリーと付き合っていたが仲違いしてしまう。しかし、最後はローリーに負けて夢をあきらめ、地元に残ることに。テリーは拾った娘デビーとドライブ。車を盗まれたり飲めない酒を飲んで大変なことに。ジョンは13歳のおませな娘キャロルの面倒をみる羽目になるが、最後はライバルのボブとのカー・レースに勝利する。

全編を通じて流れるオールディーズのメロディに乗せて突っ走る4人のワンナイト。

ジョージ・ルーカスが描く自伝的青春群像劇。いざ出発の刻。

【解説】

■ポイント

●1962年のアメリカ

- ・1950年代：第2次世界大戦で唯一の戦勝国といわれたアメリカは1950年代に絶頂期を迎え、平和と繁栄の黄金時代を謳歌した。
- ・1960年代：ベトナム戦争への参戦(61年)と深入り、ケネディ暗殺(63年)、ベトナム反戦運動と公民権運動の盛り上がりによりアメリカ社会は分裂、カウンターカルチャーが流行した。
- ・1962年はその狭間に当たる年でアメリカが最後の輝きを放ったころ

●監督ジョージ・ルーカス(1944年、カリフォルニア州生まれ)

- ・本作はルーカスの自伝的作品であり出世作となったもの
 - ・「スター・ウォーズ」シリーズ、「インディ・ジョーンズ」シリーズの製作
 - ・S・スピルバーグ、F・F・ Coppolaと親しく、黒澤明をリスペクト
- 本作：監督 ルーカス、製作 Coppola
インディ・ジョーンズ：監督 スピルバーグ、製作：ルーカス

■見どころ

- 日本の若者が憧れた元気だった時代のアメリカ
- 当時を彷彿させる、懐かしいオールディーズの名曲
- ハリソン・フォードが敵役で出演

パッチ・アダムス (Patch Adams)

観賞日 2026年2月9日 上映時間 115分

【参加者：39名】

【概要】

制作 1998年 アメリカ

監督 トム・シャドヤック

脚本 スティーブ・オーデカーク

音楽 マーク・シャイマン

撮影 フェドン・パパマイケル

出演 ロビン・ウィリアムズ (パッチ・アダムス)、ダニエル・ロンドン (トルーマン・シフ)

モニカ・ポッター (カリン・フィッシャー)、ボブ・ガントン (ウォルコット学部長)

フィリップ・シーモア・ホフマン (ミッチー・カーマン)



【あらすじ】

1969年、ハンター・アダムス (パッチ) は自殺未遂で精神病院に入院する。そこで、彼は患者の方を真剣に見ようとしなない病院の態度に憤慨し、自ら医師になって患者を救おうと決意する。2年後、ヴァージニア医科大学に入学したパッチはそこでも旧態依然の大学の体質に反発し、患者に寄り添い、笑いによって患者の苦痛を取り除くことを実践するが、ウォルコット学部長とことごとく対立する。パッチの夢は、患者本位の無料クリニックを開設すること。親友のトルーマンや恋人のカリンが協力する。クリニックの仕事も軌道に乗ってきたころ、パッチに突然の不幸が襲う。将来を誓い合ったカリンが殺されたのだ。落ち込むパッチに、さらに追い打ちをかけるかのように、犬猿の仲の学部長から退学の命令が伝えられる。その時、絶体絶命のパッチを救ったのは・・・。

実在した医師の半生を描いた感動作。主人公を演じたロビン・ウィリアムズの熱演が光る。

【解説】

■ポイント

●ロビン・ウィリアムズ (1951年～2014年)

シカゴ生まれの映画俳優。父親はフォード社の重役。ジュリアード音楽院演劇科で学ぶ。77年に映画界入り。80年「ポパイ」で初主演。「グッド・ウィル・ハンティング/旅立ち」(98年)で念願のアカデミー賞助演男優賞を受賞。ゴールデン・グローブ賞は6回受賞。チャリティ活動に熱心で、自身もアルコール依存症、薬物依存症に苦しんだ。



●パッチ・アダムスの名言集

- ・「他人が見ようとしなないものを見るんだ。そうすれば新しいものが見えてくる」(アーサー)
- ・「死を遠ざけるのではなくて、生を高めるのが医者務め」(パッチ)
- ・「あなた方は卒業を阻み、私から免許と白衣を奪うことができる。でも、学ぼうとする魂は奪うことができない」(パッチ)

■見どころ

- 最愛のカリンをなくし失意のパッチを救ったものは
- 卒業式で見たパッチらしいおふざけ衣装

湯を沸かすほどの熱い愛 (Her Love Boils Bathwater)

観賞日 2026年2月23日 上映時間 125分

【参加者：42名】

【概要】

制作 2016年

監督・脚本 中野量太

音楽 渡辺崇

撮影 池内義浩

出演 宮沢りえ (幸野双葉)、オダギリジョー (幸野一浩) 杉咲花 (幸野安澄)

伊東蒼 (片瀬鮎子)、松坂桃李 (向井拓海)、駿河太郎 (滝本探偵)



【あらすじ】

湯気のごとく店主が蒸発してしまった銭湯、幸の湯。幸野双葉は娘の安澄と二人暮らし。安澄は学校でいじめられ登校を嫌がる。ある日、勤務先で倒れた双葉は精密検査を受け、ステージ4の末期癌と診断される。一度は落ち込む双葉であったが、残された数か月で崩壊した家庭を再生しようと決意する。まず手始めに、蒸発した夫の一浩の居場所を突きとめ家に連れ戻し、銭湯の営業を再開する。次に、登校拒否寸前の娘の安澄を立ち直らせる。最後は一浩が連れてきた鮎子の捜索と連れ戻し。家族の再生を成し遂げた双葉は、ある目的のため安澄と鮎子を伴って伊豆に出かける。目的地で食べるタカアシガニ。毎年このカニを贈ってくる女性との対面。安澄に告げなければならない辛い真実。その間も双葉の身体を確実にむしばむ病魔。双葉は自分を捨てた母親を訪ねるが……。ダメ夫の一浩が企てた泣かせる演出。双葉の葬式を仕切った一浩のありえない行動とは……。

湯を沸かすほど熱いエネルギーを持つスーパーお母ちゃん双葉の奮闘。双葉によって暖められた周りの人達の熱い愛を描く感動の家族ドラマ。宮沢りえ入魂の演技。

【解説】

■ポイント

●宮沢りえ (1973年～)

- ・東京生まれ。母は日本人、父はオランダ人
- ・小学6年で明星「チャルメラ」のCMに出演、芸能界デビュー。
- ・1991年発売の写真集「Santa Fe」が150万枚を売り上げ、翌年貴花田と婚約したが、わずか3か月で婚約解消。
- ・2003年、「たそがれ清兵衛」で日本アカデミー賞主演女優賞受賞。
- ・商業映画は初めてという中野量太監督の本作にほれ込んで異例の出演決定

●受賞 (2017年・第40回日本アカデミー賞)

6部門にノミネートされ、下記2部門で受賞
主演女優賞・宮沢りえ、 助演女優賞・杉咲花

■見どころ

- 母親に棄てられた娘3人
- それまでのイメージを変えた宮沢りえの湯を沸かすほどの名演技
- 夫の一浩が演出した人間ピラミッドシーンは落涙必至
- ラストで滝本が語った双葉への想いと一浩の奇想天外な行い

15歳 50歳



宮沢りえ

海街 diary (Our Little Sister)
 観賞日 2026年3月9日 上映時間 126分
 【参加者：48名】

【概要】

制作 2015年
 監督・脚本 是枝裕和
 原作 吉田秋生
 音楽 スカノ 菅野よう子
 撮影 瀧本幹也
 出演 綾瀬はるか (香田幸)、長澤まさみ (香田佳乃)、夏帆 (香田千佳)
 広瀬すず (浅野すず)、大竹しのぶ (佐々木都)、樹木希林 (菊池史代)
 堤真一 (椎名和也)、風吹ジュン (二ノ宮さち子)、リリー・フランキー (福田仙一)



【あらすじ】

鎌倉にある古民家風な一軒家。そこに暮らす香田家の三姉妹。長女幸は病院勤務の看護師、次女佳乃は地元の信用金庫の窓口係、三女の千佳はスポーツ店勤務。ある日、家族を棄てて家を出た父親の訃報がとび込み、三人は急遽山形に赴く。そこで、異母妹で中学生のすずに出会う。父を亡くしたすずは身寄りのない子になってしまったため、三人はすずを鎌倉に呼び寄せる。三姉妹が四姉妹となり四人の新たな生活が始まる。すずは早速地元のサッカーチームに入団、チームメイトの風太と仲良くなる。幸には小児科医で妻帯者の椎名、千佳にはスポーツ店の店長浜田という恋人がいる。佳乃は惚れやすい性格でいつも男に騙されてばかり。祖母の7回忌。三姉妹は家を離れた実母の都と久しぶりの対面をする。佳乃と千佳はすぐにうちとけるが幸は今でも都を許していない。アメリカに留学が決まった椎名から幸は妻と別れるのでついてきてほしいと頼まれるが、仕事と家族を選び椎名とは決別する。そして、すずもようやく自分の居場所を見つけ、三姉妹が真に四姉妹になる。

家族の形、あり方を追求する是枝作品。今回は鎌倉を舞台に家族を崩壊させた原因となった女の娘との共生と四姉妹の成長を描く。

【解説】

■ポイント

- 四姉妹：四姉妹を主人公にした代表的作品

題名	作者	ジャンル	公表時期
若草物語	ルイーザ・メイ・オルコット	小説	1868年
細雪	谷崎潤一郎	小説	1948年
阿修羅のごとく	向田邦子	TVドラマ脚本	1979年
海街 diary	吉田秋生	漫画	2006年開始

- 受賞 (2016年第39回日本アカデミー賞最優秀賞受賞)

12部門にノミネートされ下記4部門で受賞
 作品賞、監督賞、撮影賞、照明賞

■見どころ

- 個性の違う四姉妹を演じた豪華女優陣

綾瀬はるか (長女・幸)：母親代わり。しっかり者で責任感が強いが、強情で柔軟性に欠ける

長澤まさみ (次女・佳乃)：自由奔放で男に惚れやすい。

夏帆 (三女・千佳)：マイペースで二人の姉に比べるとおとなしい。姉二人の緩衝材。

広瀬すず (四女・すず)：苦労しており、末っ子らしかならぬしっかり者

- 見慣れた鎌倉の風景

江ノ電沿線風景 (特に極楽寺駅近辺)、七里ガ浜、江ノ島

用心棒

2026年3月23日 上映時間 110分

【参加者：40名】

【概要】

制作 1961年 東宝
監督 黒澤明
脚本 菊島隆三、黒澤明
音楽 佐藤勝
撮影 宮川一夫



出演 三船敏郎（桑畑三十郎）、山茶花究（新田の丑寅）、加東大介（亥之吉）
仲代達矢（卯之助）、志村喬（造酒屋徳右衛門）、河津清三郎（馬目の清兵衛）
山田五十鈴（おりん）、藤原釜足（名主多左衛門）、東野英治郎（権爺）
渡辺篤（棺桶屋）、司葉子（ぬい）

【あらすじ】

桑畑三十郎と名乗る浪人が馬目の宿にやって来る。馬目の宿には馬目の清兵衛と新田の丑寅という二人の親分が対立している。居酒屋の権爺から宿場の様子を聞いた三十郎は宿にとどまる決心をし、清兵衛の用心棒として雇われる。いざ決戦というとき、三十郎は用心棒を降り高みの見物を決め込む。三十郎の狙いは両陣営を戦わせて相打ちにさせることだ。やがて、丑寅の末弟の卯之助が戻ってくる。卯之助は拳銃の使い手で頭も切れる手ごわい相手。今度は丑寅陣営に属した三十郎は丑寅の手下を襲い造酒屋の徳右衛門の妾にされたぬいを救出、造酒屋を破滅させ、それを清兵衛一味の仕業だと吹き込む。丑寅は報復として清兵衛の屋敷に火を放ち清兵衛陣営を絶滅させる。丑寅陣営に捕えられた権爺を助けようと三十郎は丑寅陣営に決闘を挑み勝利する。そして、馬目の宿は三十郎の企み通り、静かな宿となった。

文句なしに楽しめる黒澤時代劇の傑作。

■ポイント

●各陣営

- ・丑寅陣営：丑寅（親分）、亥之吉（弟）、卯之助（末弟）、徳右衛門（支援者）
羅生門綱五郎（大男）
- ・清兵衛陣営：清兵衛（親分）、おりん（女房）、多左衛門（支援者）
- ・中立：三十郎（主人公）、三十郎の味方（権爺、棺桶屋）

●受賞

1962年ヴェネツィア国際映画賞：男優賞受賞（三船敏郎）
キネマ旬報ベストテン 1961年：2位

●続編

「椿三十郎」：1962年公開、監督：黒澤明、主演：三船敏郎

●リメイク版

「荒野の用心棒」：1964年公開、監督・セルジオ・レオーネ、主演・C・イーストウッド

■見どころ

●ラストの決闘シーン

●両陣営を手玉に取る三十郎

●後のキャラクターに影響を与える

楊枝をくわえる三十郎：木枯し紋次郎

大男（羅生門綱五郎）：007シリーズのジョーズ（リチャード・キール）

「浮雲俳句会」

抄録 NO.71

代表 中村 猛次

昨年10月に代表・副代表の交代、また、健康や体力の問題等を理由に複数名の退会者があり、多くの課題を抱えたままでの新たなスタートでした。現在人員的な縮小はありますが、会員皆様の積極的な姿勢のもと、諸先輩の築いた句会運営の考え方・方法を踏襲しつつ、これからもさらに楽しい会の運営が出来ることを確信出来る半年間でした。さらに、嬉しいことが一つ、今年1月に新入会員を迎えました。40歳前半の男性です。ご本人は初心者と言いますが、センス抜群で積極的な方ですので、大いに期待をしています。

203回句会 令和8年1月25日

会員選の特選句と自評

冬暁や色無き街を染めあげし

あきえ

早朝未だ暗いうちに家を出て、近くの公園でのラジオ体操に向かう。坂を登った所で日の出の時刻が近付く。東の空が輝き始め、今まで黒く沈んでいた家並みが、明るく照らし出される瞬間を詠みました。

老いの吾に笑顔返すや福寿草

重九

路傍に黄金色のふっくらとした花をつけた福寿草を見つけた。「おっ！可愛らしい、新年から縁起がいいね」と微笑みかけると、老いた吾(あ)に「お元気ですね！」とにっこり笑顔を返してくれた様に感じた。福寿草は名前のめでたさから正月の花とされている。

正月や昭和の影も遠くなり

あきえ

年の初めには、これまでを振り返り、新しい一年の望みを日記帳に書きます。現在は、AIなど進歩の目まぐるしい世の中。我々世代が中心になって働いた「昭和」は本当に遠くなったと実感します。

窓越しに弾くる気合ひ寒稽古

栄子

金沢文庫駅西口を出て右に進むと直に高野道場がある。剣道の道場である。冬休みだったせいか開かれた道場の窓の外に6~7人の大人が群がり、中を覗いていた。剣の道を志す少年少女たち。通りすがりの私にはその姿は見えなかったが、気合十分の稽古の声が届いてきた。たとえ将来「大谷翔平」にならずともこの経験は貴重なもの、「がんばれ」と心の中で声援を送った。

浮雲に若き句友や初句会

重九

令和8年の初句会に若き新入会員を迎えることが出来た歓迎の句である。浮雲俳句会も20周年を迎えて、高齢化のため会員の減少もあり寂しい思いをしていましたが、頼もしい40歳男性の入会があり大歓迎！ これからの句会が楽しみです。

204回句会 令和8年2月22日

会員選の特選句と自評

多点杖紅梅香る処まで

繁茂

父が病に倒れたとき、我が家にも多点杖がやってきました。程なく父は他界し、多点杖はあまり使われることなく綺麗なまま処分されることとなりましたが、多点杖について歩いている方を見かけるとその当時のことが思い出されます。多点杖を使って歩くのは大変なことで推察しますが、昨日はどこまで、今日はあそこまで、紅梅の香る処まで歩いてみよう。そんな気持ちを詠んでみました。

ほろ苦(にが)を当てに一献落の臺

重九

春の訪れを感じさせる落の臺を天ぷら、または落味噌にして、それを肴に酒を飲むのも捨てたものではない。ほろ苦い味が何とも言えない。落の臺の味もさることながら、日常の憂さも忘れさせてくれる。

淡雪に吾ひとときの詩人なり

あきえ

久方振り横浜に粉雪の舞う日、平素は雑な暮らしに明け暮れている私も、雪が庭木や庭園灯などに少しずつ積もっていく様子をリビングから見ていると、心も穏やかに洗われる思いでした。宮沢賢治の詩や、雪の歌が浮かび、ひととき詩人になれたように思えました。

天神の梅に託せし絵馬の山

あきえ

受験シーズンの天神様に御参りすると、絵馬が沢山重ねて掛けてありました。ふと目を移すと少し離れた台の上にも山の様に積まれた絵馬。天神様もこんなに多くの願いを受けとめられるのは、大変なのではと。

春光の樹々渡りゆく栗鼠の影

二点

能見台中央公園で栗鼠を見かけることはよくあります。先日公園を散歩していると、樹々の枝を伝い移動している栗鼠の姿がありました。午前中の春の柔らかい光の逆光となって、まるで影絵の様に見えた栗鼠を詠んでみました。

公魚や湖より掬ふ銀の群れ

和女

先日河口湖で釣った公魚をたくさん頂きました。銀白色の小さな魚ですが、時には大きな群れになるとか。氷上の穴釣りの様子はよく知られていますが、氷が張らなくても、釣る方法はあるようです。

狭庭(さには)にも天の恵みや春の雪

重九

この冬は雨も雪も少なく水源のダムの水位は危機的な状況らしい。わが家の狭い庭にも2月8日朝初雪が積もり、久しぶりの雪景色を堪能させてくれたし、散水の労も不要となり、おまけに水道代の節約にも繋がり、全く天の恵みとなった。

薄氷にひととき憩ふ日差しかな

十九

薄い氷は、日差しを受けたらすぐに溶けてしまう。この句の日差しとは文字通り陰日向無く人のため世のために働いている人の意味で使った。その人が、働いて疲れて薄ら氷の上で一休みをしたら、薄い氷はすぐに溶けてしまった。世の中では、そんな皮肉なことが起きてしまうものだが句としては些か舌足らずで、特に、「ひととき憩ふ」がゆる過ぎであったかとの思いがある。

205回句会 令和8年3月22日

会員選の特選句と自評

老いてなほ宿題のあり春夕焼

栄子

夕方散歩をすると、下校中の小学生や中高生によく出会う。大きな声でおしゃべりをする5・6人の集団であったり、小袋を手に1人ぼつんと帰るランドセルの子がいたり。あの子たちの鞆には宿題も入っているんだろうな、そう思うと同時に現在の我が身を振り返った。毎月の句会には4句出句しなければならず、古文書の会の資料も目を通さなければならない。宿題は苦しみでもあるが、楽しみでもある。

春の空鳥に国境なかりけり

栄子

春になれば鶴や鴨は北に帰り、燕は南からこの日本へやって来る。自由に空を渡る鳥たちには国境など存在しない。翻って人間はどうだろうか。国境を挟んでの愚かな戦争はあとを絶たず、世界は今や弱肉強食の様相を呈している。ふと、「国境なき医師団」という組織とその活動が脳裏を過った。

帰る鶴見送る発電風車かな

十九

去りゆく者と見送る者との間には、様々な事情があり、それはまた様々な人生の色模様を作りだしてもいる。敢えて、そのような人生のドラマを避けて、季語としての意味も利用しながら、帰雁と発電風車とに舞台を借りて、別れの持つ「重さ・暗さ」を表に出さない句境を映し出してみたものである。発電の風車の心情への思いはこの句の真意である。

春昼をささやくやうに寄する波 栄子

先日、葛西臨海公園に行ってきた。園内は広く 1 日では到底回れない。「鳥類園」に的を絞り林の道を歩く。すると眼の前に遠浅の海が広がった。岸辺に腰を下ろししばしば波音を聴く。歩き疲れたせいもあってか、それは眠気を誘う心地よいものであった。

幽玄のシテの摺り足薪能 重九

寺社で薪の火で照明する能は薪能と名付けられている野外能である。能楽は世界遺産。シテ(主役)の能面をつけた摺り足による舞は篝火に照らされ、私を幽玄の世界に案内してくれた。5月3日には称名寺に野村萬斎を迎えて称名寺薪能の開催が予定されている。

春の風お日様の香(かざ)運びけり 祥代

肌を刺すような北風が、いつの間にか春風になりました。頬を撫でる風も温かくなり、何かお日さまの香りがするようです。春を言祝ぐ句で、そんな景を詠んでみました。実感です。

春疾風昇龍のごとレジ袋 二点

私はマンションに住んでいる。先日、天気は良いものの風の強い午後でした。何気なくリビングから窓越しに外を見ていると、右下から左上にレジ袋のような物が舞い上がっていくのが見えました。ビル風で上昇気流に乗ったものと思います。龍は見たことありませんが、「天に昇る勇壮な姿の龍」はこのような情景ではないかと思い詠んでみました。

瞬くや夜気の潤みに春の星 和女

暖かくなり、夜の外気も徐々にやわらかくなって来ました。見上げると、ぼんやりとした明るい夜空が広がっています。頭上には潤んだ星がひとつ大きく瞬いていました。

パソコンを使いこなす会 実施報告【24】

2026年1月～3月

2025年度 第19回分科会

- 日時：2026年1月13日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：スマホ講座 － スマホ便利技 －
 1. ラインの長押し・・・トーク部分
 2. ライン便利機能
 3. スマホ アプリ便利機能
 4. スマホ 広告詐欺表示注意点
- 参加者：16名

2025年度 第20回分科会

- 日時：1月20日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：EXCEL 講座 － 便利ワザ・上達ワザ －
 1. 大きな表の全体を確認するには？
 2. ワークシートをもっと広く使いたい！
 3. 一番左上のセルに一発で戻るには？
 4. スクロールすると表の見出しが見えない！
 5. 表の離れた場所を同時に表示するには？
 6. 一つのファイルにあるワークシートを比較したい！
 7. 一つのセルの中で複数の行を入力したい！
 8. 図形を入れてアレンジしたい！
 9. 図解を簡単に作りたい！
 10. 計算結果だけをコピーするには？
 11. セルにメモを付けたい！
 12. 時間をかけずに表を作成したい！
 13. エクセルがなくても表が見えるようにしたい！
 14. よく使うボタンは常に表示しておきたい！
 15. 連続した数字・曜日の入力を簡単に入力したい！
- 参加者：15名 + Z3名
- テキスト：パソコンを使いこなす会_2026年1月20日_テキスト



この QR コードをスマホのアプリで読み込むと、テキストを見ることが出来ます。

2025年度 第21回分科会

- 日時：2月3日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：Internet 講座 –Canva チラシ作成–
 1. キャンバ(Canva)の登録
 2. 作成方法
 3. チラシのダウンロード方法
- 参加者：17名 + Z1名
- テキスト：パソコンを使いこなす会_2026年2月3日_テキスト



このQRコードをスマホのアプリで読み込むと、テキストを見ることが出来ます。

2025年度 第22回分科会

- 日時：2月17日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：Windows 講座 – フォントの設定 –
 1. Windows 全体の文字を大きくする
 2. 文字のにじみを直す (ClearType)
 3. 画面スケーリング調整
 4. Word / Excel のフォント変更
 5. Windows のシステムフォント変更
 6. 画面サイズ別 最適設定
- 参加者：17名
- テキスト：パソコンを使いこなす会_2026年2月3日_テキスト



このQRコードをスマホのアプリで読み込むと、テキストを見ることが出来ます。

2025年度 第23回分科会

- 日時：3月3日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：EXCEL 講座 － 魅せるグラフ作成 －
 1. グラフは何のためにつくるか？
 2. 良く使うグラフ（棒グラフ・折れ線グラフ・円グラフ）
 3. 棒グラフ作成
 4. 複合グラフ作成
 5. 円グラフ作成
 6. その他参照グラフ
- 参加者：17名 + Z1名
- テキスト：パソコンを使いこなす会_2026年3月3日_テキスト



この QR コードをスマホのアプリで読み込むと、テキストを見ることが出来ます。

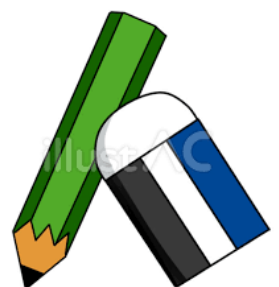
2025年度 第24回分科会

- 日時：3月17日（火）9：30～12：00
- 場所：八景コミュニティハウス
- 内容：Internet 講座 － 音声入力翻訳アプリ －
 - A. 翻訳アプリ
 - B. Google 翻訳アプリの使い方
 - C. Microsoft Translator の使い方
 - D. Google 翻訳をパソコンで使う
 - E. 演習
- 参加者：16名 + Z1名
- テキスト：パソコンを使いこなす会_2026年3月17日_テキスト



この QR コードをスマホのアプリで読み込むと、テキストを見ることが出来ます。

MEMO



行事予定

2026年6月～8月の予定

注：表中の「CC」は「地区センター」の略

	6月	7月	8月
学習会	6月20日(土) 9:30～12:30 会場：金沢CC テーマ：開港と横浜の近代	7月11日(土) 13:30～16:30 会場：金沢CC テーマ：鎌倉公方足利持氏と永享の乱 — 金沢称名寺・六浦瀬戸社 ・六浦引越道場 —	8月21日(金) 10:00～12:00 会場：県立金沢文庫 【訪問講座】 テーマ：金沢文庫展示関連 (詳細未定)
寺社を巡る会	6月12日(金) 10:00 集合場所：JR大船駅 テーマ：地底の密教加藍・田谷の洞窟を訪ねる 訪問先：大船駅=[バス]=神社前バス停～小雀五霊社～燈明寺(開扉)～小雀公園～田谷御霊社～定泉寺(田谷の洞窟)～洞窟前バス停又は 田谷バス停	7月2日(木) 10:00 集合場所：六浦駅 テーマ：六浦の古刹上行寺住職のお話を聞く 訪問先：六浦駅集合～六浦南公園～浅間神社～三艘町内会館・庚申塔～(三艘橋)(象ヶ谷橋)～六浦白梅公園～諏訪之橋～干光寺跡～(西六浦)～長生寺～上行寺(住職のお話・本堂拝観・境内案内)～上行寺バス停(解散)	8月14日(金) 10:00～ 開催場所：金沢公会堂多目的室 テーマ：DVD鑑賞 百寺巡礼
古文書を読む会	6月11日(木) 10時～12時 場所：金沢公会堂第1会議室 テーマ：①保元の乱と平治の乱 ②崇徳天皇の怨霊	7月9日(木) 10時～12時 場所：金沢公会堂第2会議室 テーマ：①源頼朝と蛭が小島以降の強運 ②吾妻鏡のミステリー	未定
ふれあいの道歩こう会	6月18日(木) 予備日19日(金) 塚山公園から大楠山・前田川 神奈川県 横須賀市 葉山町 逗子市	7月16日(木) 予備日17日(金) 裏鎌倉と六国見山 神奈川県 鎌倉市 横浜市	休み
懐かしの映画を観る会	6月8日(月) 金沢CC 12:15～ シャレード 6月22日(月) 金沢CC 12:15～ 市民ケーン	7月13日(月) 金沢CC 12:15～ 私の頭の中の消しゴム 7月27日(月) 金沢CC 12:15～ あの子を探して	8月10日(月) 金沢CC 12:15～ ウォーターボーイズ 8月24日(月) 金沢CC 12:15～ ひまわり
浮雲俳句会	6月28日(日) 10:00～ 第208回句会 会場：晴嵐かなざわ 課題：当季雑詠3句、兼題1句	7月26日(日) 10:00～ 第209回句会 会場：晴嵐かなざわ 課題：当季雑詠3句、兼題1句	8月23日(日) 10:00～ 第210回句会 会場：晴嵐かなざわ 課題：当季雑詠3句、兼題1句
パソコンを使いこなす会	6月2日(火) 八景コミハ スマホ講座 — Google フォト コラージュ — 6月16日(火) 八景コミハ EXCEL 講座 — VLOOKUP の使い方 — 9:30～12:00	7月7日(火) 八景コミハ WORD 講座 — 書式設定 — 7月21日(火) 八景コミハ スマホ講座 — スマホの設定 — 9:30～12:00	8月4日(火) 八景コミハ WORD 実用講座 — 書式設定 — 8月18日(火) 八景コミハ Internet 講座 — Google マップ — 9:30～12:00

連絡先

- ・学習会 045-785-6151 (鶴岡) ・寺社を巡る会 045-786-1023 (松崎) ・古文書を読む会 045-784-4900 (真田)
- ・ふれあいの道歩こう会 080-6755-1473 (江口) ・懐かしの映画を観る会 045-785-6151 (鶴岡)
- ・浮雲俳句会 045-786-4040 (中村) ・パソコンを使いこなす会 090-3964-3620 (高橋)

編集後記

80歳を過ぎて、年毎に足腰が弱りちょっと長距離を歩くと立ち止まって休んでしまうようになりました。前屈みで歩幅が狭くなります。整形外科を訪れたところ新発見がありました。レントゲン写真を見ると背骨が腰部で大きく側湾しているのです。それまで気がつきませんでした。壁に背を向けてかかとを壁につけて立つと、背中の上と頭が壁から離れているのです。つまり頭が左前に傾いているのです。これを直すべく、左右筋肉のバランスを整え脊柱をしっかり支えるようリハビリが始まりました。そして、歩くときに正面を見て背筋を伸ばして歩くように心掛けると、より長く歩けるようになりました。年だと諦めていたのが回復したのです。心当たりのあるかたは是非お試しく下さい。意識して姿勢をよくするだけでより長く歩けるようになります。
【浜辺 隆文 記】

発行日	2026年5月9日
発行月	年4回発行(2、5、8、11月)
発行者	金沢区生涯学習“わ”の会
編集長	星野 六夫
編集委員	浜辺 隆文 吉武 惇二 熊谷 信雄 橋本 啓治 中村 猛次 橋 博章