



東京八王子プロバスクラブ

創立 1995 年 10 月 18 日

2024~2025 年度 テーマ

# プロバスだより

## 第347号

2024 年 10 月 10 日発行

編集・発行 情報委員会

語り合いたい場、語れる場、学び高まる場

### 第 347 回例会

日 時 令和 6 年 9 月 12 日

場 所 八王子エルシィ

出席者 31 名

(会員総数 43 名 欠席 8 名 休会 4 名)

#### 1. 開 会

井上例会副委員長

第 346 回例会を開催します。

本日の出席者数は 31 名、出席率は 79.5%です。

#### 2. 会長挨拶

塚本会長

今日の例会も「語り合いたい場、語れる場、学び高まる場」にしましょう。

明日、八王子市の初宿市長を表敬訪問してまいります。初宿市長は市長になられてまだ日が浅いので八王子プロバスのことについては十分に情報が伝わっておられないと思いますので、その点を心得、本クラブの案内パンフレッドを持参し訪問してまいります。

残念なお知らせですが今月をもちまして松本会員が退会することになりました。

会員皆様には今年度の主な事業として合唱祭、宇宙の学校をあげていることはお伝えしたと思います。改めて会員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。すでに「宇宙の学校」は歩み始めておりますので、まだ一度も足を運んだことがない方は是非自分の目で確かめる機会を持ってほしいと思います。よろしくをお願いいたします。

会費の件では皆様お一人お一人のご理解と、会の諸活動の内容や範囲、経済動向をも加味し、理事会をはじめ、例会にて出来る限り協議をし、会員の相



互理解のもとに決めていきたいと思えます。今期が皆様のご支援、ご協力で盛会に運ぶことを願っております。

#### 3. ハッピーコイン披露

一瀬副会長からハッピーコイン 18 件の披露がありました。(5~6 ページに掲載)

#### 4. パースデーカード贈呈

9 月生まれの岡部治会員、馬場征彦会員、野口浩平会員に池田会員手作りのパースデーカードが贈られました。



左から野口会員、塚本会長、馬場会員

#### 5. 卓 話

八王子の狛犬達

増田 由明

今月の卓話は、元会員の増田由明さんをお願いしました。増田さんはかつて八王子税務署長の要職を勤めながら、広く八王子の神社・仏閣を巡り、狛犬や康甲塔を研究されました。市内で狛犬を擁する 27 の神社のお話を伺いましたが、本稿では皆さんご存

知の神社を中心にいくつかご報告します。なお、本紙への掲載は例会の閉会報告後にまとめて掲載してあります。(文責・会員・研修委員会 池田ときえ)

## 6. 幹事報告

### 齊藤幹事

本日の卓話は元プロバス会員の増田由明さんをお迎えしての「八王子の狛犬達」のお話でした。ありがとうございました。狛犬は守り神なので怖い顔しているのは当然と思い、今までよくみなくて残念でした。増田さんを通すとお人柄がそうさせるのか狛犬の表情・仕草が優しく感じられたのが不思議でした。これからは、しっかり観察しようと思います。

橋本鋼二会員の健康の秘訣は、よく食べ、よく飲んで、楽しく生活してストレスをためないこと。食生活や毎日の歩行等健康にも気をつけ、碁で頭を使う、文章を書くことでバランスの良い精神を保てるのだと感じました。いつまでもお元気で過ごされますよう願います。また土井会員にも改めて健康についてのお話をさせていただきたいと思います。

重陽の節句も過ぎましたが太陽の刺すような熱さのみが残り、秋は確実に来ているのに移ろいを感じない今年でした。

会費については現在エルシィでの食事の金額のところが事業費との兼ね合いで座礁しています。もう少しお待ちください。

宇宙の学校プロジェクトリーダーの杉田会員が体調を崩され暫くお休みです。代わりに野口副リーダーに代理をお願いしました。

先程会長からもお伝えしましたが、松本会員が退会されました。

## 7. 委員会報告

### 会員・研修委員会

11月の例会は、「夕やけ小やけの里例会」として開催します。

日時 令和6年11月14日(木) 11時～15時の予定  
会場 「夕やけ小やけふれあいの里」

(童謡「夕焼小焼」のふるさと)です。八王子市上恩方町

深まりゆく里の秋を楽しみながら、会員交流・意見交換の場としたいと思い企画しました。皆様のふるってのご参加をお待ちします。

## 8. 八王子プロバスクラブ創立30周年事

来年秋の八王子プロバスクラブ創立 30 周年の記念事業については、クラブ本体の予算に迷惑をかけることを念頭に、小・中学生を対象とした宇宙飛行士講演会を計画しておりますが、物理的に「いちょうホール」の会場予約が出来なくなりましたので、現在会場変更の検討をしております。

11月の準備委員会の発足に併せて方向性の確定を考えておりますのでその節は宜しくお願い致します。

## 9. プロバス賛歌

起立・斉唱

## 10. 閉会

### 一瀬副会長

9月になっても本当に暑い毎日で高齢者には堪えるメッセージがたくさんありました。何とか乗り切っていきたいものです。卓話では元会員の増田さんから「八王子の狛犬たち」という興味深いお話をいただきました。普段何気なく通り過ぎているものの奥は深いようですね。

合唱祭・30周年記念事業など前に進んでいるようで結構なことと思います。会費問題はなお課題を残していますが。来月の例会はシニアダンディーズと歌声という企画もあるようです。楽しみにまたお会いしましょう。

### 八王子の狛犬達

増田 由明

#### ① 狛犬の歴史

ルーツは古代オリエントの獅子。エジプトのツタンカーメン王の王座の装飾にその姿が見られる。大陸を伝ってインドでは仏教と結びつき、中国には漢の武帝の時代に入ったと言われる。その後、日本には遣唐使を通じて伝えられた。平安時代には宮中の御座所の調度品として使われている(例栄華物語、枕草子の室内描写、徒然草 236 段など)。



鎌倉時代になると狛犬は精悍な表情に変わり、江戸時代には神社の参道に神域の守りとして石造りの狛犬が置かれるようになった。犬より獅子に近い姿で、

口を開いた「阿」形、閉じた「吽」形が一对になる。獅子舞の獅子頭や沖縄のシーサーも同系であろう。

## ② 身近な神社の狛犬達

### ・八幡八雲神社 横山町2丁目

昔から両社と称し、八幡神社は八王子創始の地主神、八雲神社は八王子の地名発祥の神と言われる。主殿に近い一对はどちらも「阿」形。鳥居の近くに獅子山があり、こちらは阿・吽の一对がある。八幡神社の祭神は誉田別尊(ホンダワケノミコト)、15代応神天皇で文武両道の祖神。八雲神社は須佐之男命(スサノオノミコト)。



### ・子安神社 明神町4丁目

元子安明神と称して奈良時代の創建と伝わる。安産、子育て、縁結びの神。

近隣の明神町、子安町の地名の由来でもある。大黒天を祀った社の入り口に面長な狛犬1対がいる。祭神は木花開耶姫命(コノハナサクヤヒメ)。



### ・市守大鳥神社 横山町25

甲州街道に面した赤い鳥居が目印。市守神社は「出世稲荷」とも言われ市場の守護神。

祭神は倉稲魂命(ウカノミタマノミコト)。大鳥神社は殖産、武勇の守護神で祭神は天日鷲命(アメノヒワシノミコト)。いずれも開運出世、商売繁盛、学業成就、縁結び、交通安全の神様。毎年11月の酉の市には多くの露店が並び、熊手を買う人々で賑わう。

この狛犬は昭和32年造立と新しいが、個性的で風格がある。



### ・多賀神社 元本郷町4丁目

八王子の西半分の鎮守として西の総社と呼ばれる。東の総社は先述の八幡八雲神社。

国土豊穰を願い、滋賀県多賀大社から分祀と伝えられている。祭神は伊弉諾尊(イザナギノミコト)、伊弉冉尊(イザナミノミコト)。市指定有形文化財の千貫神輿がある。

ここにも厳しい表情で見応えのある立派な狛犬が一对ある。



### ・日枝神社 大和田町4丁目

徳川幕府9代に渡り御朱印を賜っていた由緒ある神社。祭神は大己貴命(大国主命)。

阿・吽ともに注連縄をつけた古風なタイプだが品格がある。



### ・諏訪神社 諏訪町1丁目

農耕守護、五穀豊穰、武運長久を願い、信濃国一ノ宮諏訪大社を勧請と伝わる。

祭神は建御名方命(タテミナカタノミコト)、八坂刀売命(ヤサカトメノミコト)。8月の例祭には厄除けの饅頭祭りや四谷の龍頭舞奉納がある。この狛犬は、くるっとした目に特徴があり、可愛らしい感じがする。



### ・薬王院 高尾町2177

皆さんご存知の高尾にも狛犬がいる。

薬王院にある四天王門と呼ばれる山門には、カラフルな四天王が奉安されているが、ここに二対の狛犬がいる。奥の院中段の1対は八王子で一番大きく重厚な狛犬である。



「阿」は頭に宝珠を持ち、「吽」は頭に角があり、かなり頑固そうな顔をしている。客殿の近くにもシンプルながら気持ちの安らぐ個性的な一対が控えている。

### ③ 八王子の楽しい眷属達

一般的に神社には魔除けの霊獣である狛犬がいて、稲荷社には神の使いと言われるキツネがいる。地域によっては狐ではなく、鹿、鶏、牛、猿、兎、狼と多岐にわたる。これらを総称して眷属と言う。

眷属とは、姿が見えない神が見える形で遣わした使い。小門町の三瀧稲荷、寺町の妙教寺、初沢町の初沢稲荷などは狐だが、犬目町の明観寺では猿、越野町の御嶽神社は狼である。こうした眷属もさまざまな姿態と表情で私達の目を楽しませてくれる。

(以上、たくさんのお話の中から、ほんの一部をご紹介します。私の手元に詳細な解説と写真の資料があります。ご興味のある方はどうぞ声をおかけください。担当 会員・研修委員会 池田ときえ)



#### わたしの健康管理

2024年5月に卒寿、現代医学と家族に支えられて長生きしたと思っている。

南米パラグアイで3年半の勤務を終え帰国、2002年プロバスクラブに入会させていただいた。八王子生まれ、八王子育ちではあるが

#### 橋本 鋼二



18歳で八王子を離れて約50年、戻ったときは“今浦島”の状態でしたが家に閉じ籠もることなく、クラブの皆様と接する機会を作ってくださいました初代会長の野聖二さんに感謝している。会員の皆様から適度の刺激を受け、ぼけの進みが緩やかであったのではないかと考えている。

食事制限なし、何でもよく食べる。朝は野菜たっぷり+自家製のヨーグルト、それに卵などでパン食。ヨーグルトは学生時代からの友人を静岡県富士市に訪ねたときいただいたものがもとで、20年余増やしては食べ、また増やしては食べている。1リットルの牛乳パックにたねとなるヨーグルトを入れてよく混ぜ、室内に1~2日静置し、豆腐状に固まったらできあがり冷蔵庫内に保存する。必要な時に出して利用、好みで甘味を加える。長年親しんだ味で、満足している。

夜は糖・デンプン質を抑えた食事+アルコール飲料で週6日楽しんでいる。食事の内容によってウイスキー、焼酎などを使い分けているが、囲碁を楽しんだ日はビールが習慣になっている。

糖・デンプン質を抑えた夜食が増えたせいか、体重、腹囲はやや低下気味で安定している。残りの1日はライスつきの夜食で新鮮な感じがする。

家の周辺を散歩(3千歩程度を週4~5日くらい)するのは健康管理の一環と思っている。加えて、趣味のラン栽培では約300鉢を管理し、年間を通じランの花が絶えない。癒やしにはなるし、多少の体力も使う。

もう一つの趣味はヘボ碁を打つことで、頭の体操、ぼけ防止策などと自称している。プロバスクラブの囲碁同好会では多年にわたり会計係を務め、精勤賞レベルの参加を続けている。毎日曜午後に開かれている北野台の囲碁同好会にも都合がつけば参加している。

時々雑文を書くこともぼけ防止の一つと思っている。同人誌に年8篇程度は書いてきた。だんだん書くことがなくなってきたが、何とか続けていきたい。

要するに、わたしの健康法はよく食べ、よく飲み、よく楽しみ、ストレスをためないことかなと思っている。

## ハッピーコイン

◆毎年恒例の第45回いちよう祭りが「みんなでつながろう」のスローガンのもとで、11月16日（土）～17日（日）の2日間、陵南本園他種々な場所で開催されます。個人的にプロビアンの皆様ボランティアの御支援御協力を賜れば大変有難く存じますので、お声をお掛け下さい。登録をさせて頂き詳細事項を御説明致します。何卒よろしくお願い申し上げます。 岡本 宝蔵

◆パリ2024オリンピック及びパラリンピックでの日本の活躍は目を見張るものがあります。「スポーツ大国日本」は「健康寿命大国日本」に通じるものがあります。これからも更なる飛躍を期待したいものです。 岩島 寛

◆皆さん今朝のタウンニュースをご覧になりましたか。八王子学園八王子中学校ダンス部が、全日本小・中学生ダンスコンクール東日本大会で、60チームが参加し、16チームが金賞、その中に選ばれて金賞をもらいました。顧問の先生と卒業生の大学生がコーチをし、活動しているのです。 塚本 吉紀

◆八王子学園八王子高等学校吹奏楽部がマーチングの東京都大会に出場し、金賞2校の中に選ばれました。全国大会への出場枠は1校、おしくも数点差で出場を逃しました。昨年も同じことをし、昨年の東京代表は全国大会で金賞、その中で点数では全国1位でした。今年も出場をのがし残念です。この吹奏楽部が先日の24時間テレビのフィナーレに出場し、天下のYOSHIKIと共演しました。ごらんになった方いますか。 塚本 吉紀

◆八王子学園八王子高等学校男子バスケットボール部が、令和6年度（2024）のU18日清食品トップリングバスケットボール競技大会2024年に、全国から8校選ばれた中に関東大会で優勝したことから選ばれました。

その大会が9月からはじまり総あたり制で行っていますが、現在、1勝1敗でがんばっています。

塚本 吉紀

◆本日例会で、池田会員・研修委員長から「夕焼け小焼けの里例会」のご案内があります。ご理解とご協力をお願い致します。 杉山 友一

◆我が家の狭庭に百日紅が咲いています。

そこで一句 息つまる程咲きほこる百日紅

飯田 富美子

◆おお暑い、おお暑い、暑い、暑い、暑い 早く涼しくな一れ 太陽がいっぱい！！ アランドロンがなくなり、アランドロンロスが大きいこの頃です。

飯田 富美子

◆皆さんお元気ですか。今夏は長く、暑く参っています。秋彼岸までと耐えています。あと少し、御一緒に頑張りましょう。

馬場 征彦

◆春から育てた鈴虫の音色がこの夏の酷暑をやわらげてくれました。

有泉 裕子

◆秋来ぬと 目にはさやかに見えねども 風の音にぞ驚かれぬる

そう云えば我が家の前の街路樹にもコオロギの音が聞こえます。

橋本 治義

◆スーパーなどのレジでセルフレジが多くなりました。私も先日セルフレジに並びました！そして手続き操作すると思うようにいきません。モタモタしていると後ろに並ばれてあわてて孫の11才の子の手助けで救われました！

デジタル化に押されて命がけで生きる時代になりました。昔は、Happyでした！ 持田 律三

◆chocoZAPというジムに通っています。入室するにはQRコードをかざして入るのですが入れません。仕方なく家に帰りました。電話で確認すると、支払いのクレジットカードの有効期限が切れているとのこと。前のカードのままで変更がなかったので、会員資格失効となりました。

さっそく再申請しましたが、カードの支払いが多くなった昨今、有効期限に注意が必要です。気をつけて下さい！！ 持田 律三

◆プロのバレリーナとして活動している孫娘が久しぶりに帰国して、我が家は暫し賑やかな今年の夏でした。いつか現地で舞台を見たいと思いつつ。

田中 信昭

◆あつい日が続きますので、皆さまご注意ください。

河西 成幸

◆一瀬さんに今日のハッピーコイン枚数が予定より少ないとこぼされていたので協力します。

泉 道夫

◆9月中旬なのに夏模様。気候変動なのか。秋の到来が待ち遠しい。  
一瀬 明

◆期せずして日米の国のトップを選ぶイベントが重なった。両者の違いは明らかで、日本のレベルの低さがさびしい。  
一瀬 明

## 「60」あれこれ

今から60年前の出来事をいくつか。

### 東海道新幹線開業

1964年10月1日、東京から新大阪間に夢の超特急「東海道新幹線」が営業運転を始めた。時速210キロ、東京から新大阪間を4時間で繋いだ。60年間で70億人を運んだという。現在のひかり号では、時速285キロ、2時間10分で走り抜ける。新幹線の誇りは、60年間に一度も乗客の死傷事故を起こさない安全運行にあるという。

まさに夢の超特急である。

### オリンピック東京大会

1964年10月10日、東京の空に五色の五輪マークが描かれた。オリンピック東京大会の開催である。八王子市は自転車競技会場となり、競技場や選手村が建設された。全市挙げての歓迎体制がとられ、ロードレースの道路整備や沿道へのカンナの植栽なども市民の手で行われた。3年前、第2回目の東京五輪が東京都内を中心に開催されたが、コロナ禍による無観客開催や大会運営に関する不祥事などにより、後味の悪い大会となった。

### ダイヤモンド婚

結婚50年は金婚式をという話はよく聞く。では60年はどう呼ぶのか。「ダイヤモンド婚」と言うのだそうだ。

私たちは1964年の4月に結婚したが、まさに東京五輪と同じ年。しかも八王子市の自転車競技の受け入れ準備のため、特設された「オリンピック事務局」へ派遣中という浅からぬ関係。

広報活動や市民の歓迎行事の準備など、毎日深夜の帰宅。甘い新婚生活を送るなどの夢の時間はなかった。私は広報活動が中心だったので、選手村の日常や競技中の写真を撮影し、選手村の広報版に掲載した。多くの選手たちから写真の注文を受け、連日町の写真屋さん無理を言って間に合わせていただいた。遠く懐かしい思い出になっている。

余談だが、ダイヤ婚を迎えた私達2人の現在は老々介護の真っ最中。人生すべて良しでは終わらない今日この頃なのである。  
(情報・河合和郎)

## 俳句同好会便り

### 私の一句(九月の句会から)

河合 和郎

灯火親しむの候。読書や創作活動に親しむにはぴったりの候季節が訪れた。今年の夏は記録的な猛暑の連日で悩まされた。秋の夜長を大いに楽しみたいものだ。

### ナイターのどよめき月を揺さぶりぬ 飯田富美子

臨場感のあふれる一句。白熱したナイトゲームの展開に観客のどよめきが。「月を揺さぶる」の措辞で球場の白熱ぶりが強調された。

### 台風も徘徊すれば大騒ぎ 馬場 征彦

今年は記録的な猛暑に加えて迷走台風が多かった。行ったり来たり、又戻ったり。台風の迷走ぶりを「徘徊」とは言いえて妙。

### 湧き出づる笠やおはらの風の盆 田中 信昭

越中おわらの「風の盆」の幻想的な光景が浮かんでくる。坂の下から胡弓の音の調べとともに踊りの列が静かに上がってくる。幻想のひと時。

### 秋彼岸問わず語りの夫なりき 池田 ときえ

お彼岸のお勤めの中で、在りし日の夫の思い出が羽化mmで来る。問はず語りのあ夫なりきの措辞に言い知れぬ哀惜の情が込められている。

### 鳶の壁雀飛び込み姿消ゆ 下山 邦夫

鳶に一面覆われて蔵造りの建物。生い茂った鳶の壁に雀が消えた。一瞬の出来事をとらえた一句。俳句作りの醍醐味を作者は味わっている。

### ゆく夏の空を広げる庭仕事 野口 浩平

夏の間を生い茂った庭の木々。手慣れた木々の剪定に作者は腕を振るう。「空を広げる」の措辞でさっぱりとした庭の光景が見えてくる。

### 敗戦の日窓に灯りし家明り 河合 和郎

あの敗戦の日から早や79年の歳月が流れた。戦時下の生活体験を持つ人々も年々少なくなってきた。灯火管制が解かれたその夜の実景。

### 編集後記

「私の健康管理」は、今月で第3回になりました。今回は、橋本鋼二会員の「秘訣」を掲載しました。これからも会員の皆様方の「秘訣」をプロバスだよりも掲載いたしますのでよろしくお願いたします。  
情報委員会

