



蔵

豊かな明日をつくる  
健康総合誌

●ヘルズ特集  
意外に多い  
貧血  
に悩む人

●ゴルフの生体力学  
下半身を  
生かして使え

●別冊付録  
'76改正版  
ゴルフルール  
全文

5

# 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。



◇お申込方法◇  
本誌愛読者に限り市価9千円のところ7千2百円で頒布します。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ください。

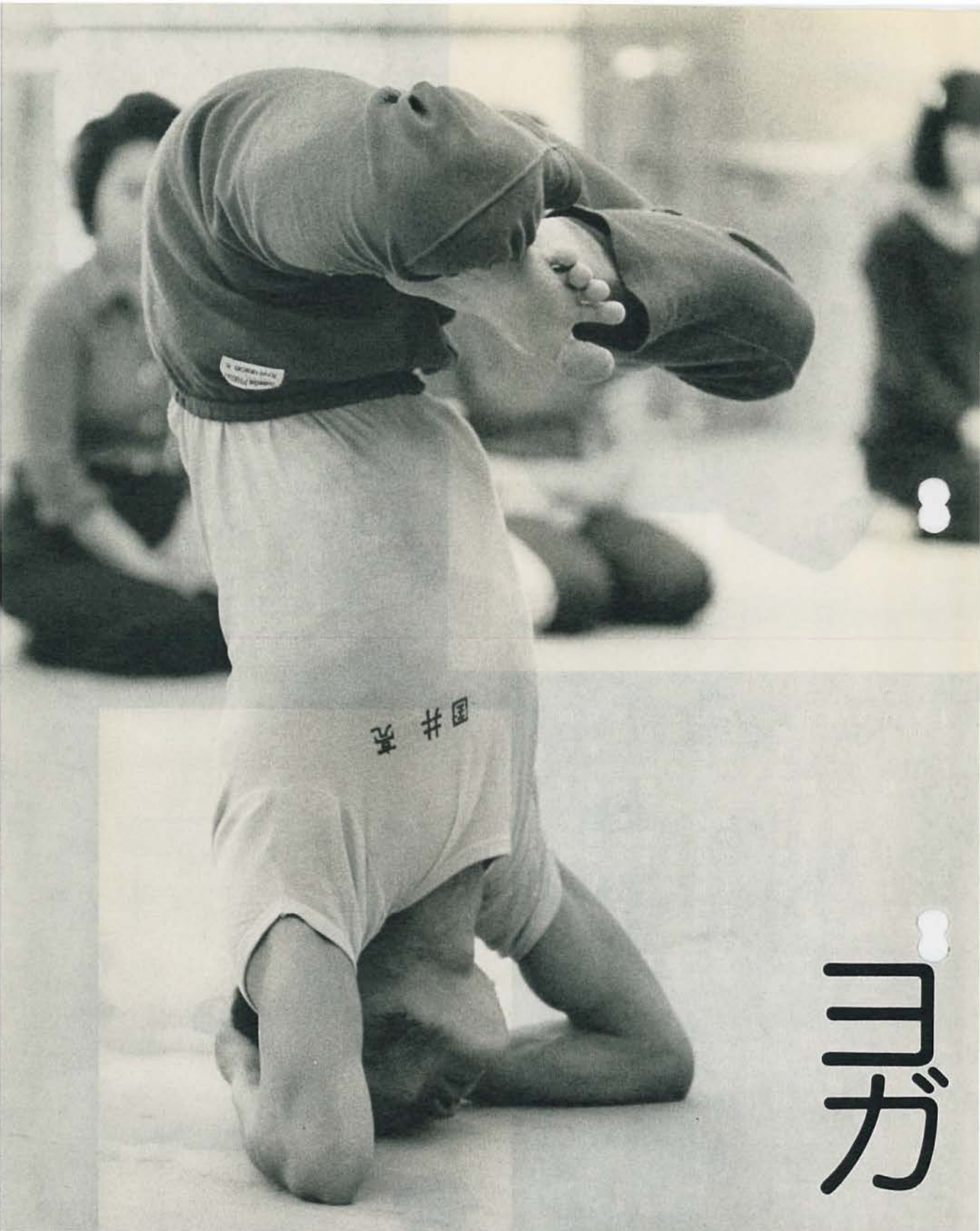
東京都医師協同組合連合会推奨品

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が酸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。

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



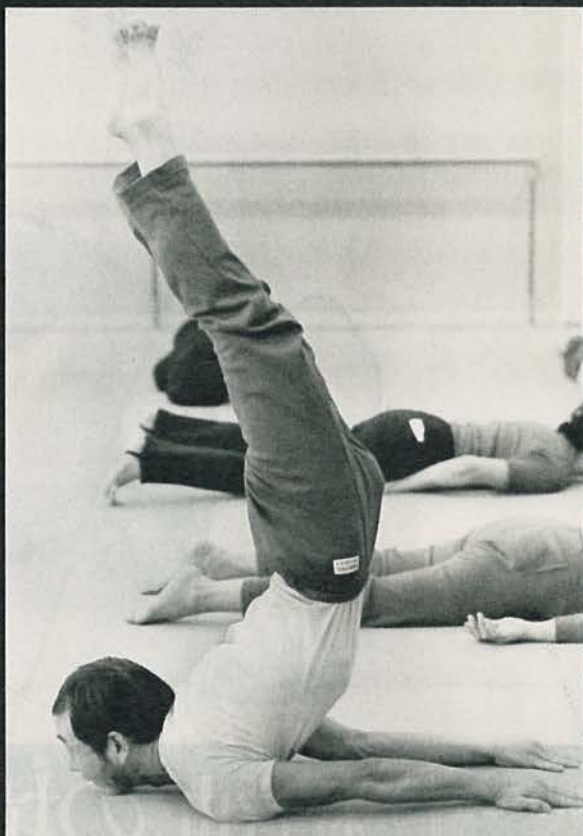
# ヨガ

ルポルタージュ  
実践健康術

“精神”の境地を開く瞑想行

すべての体操はヨガに始まりヨガに終るといふ。ヨガはインドで生まれ、その歴史は三千年とも五千年ともいわれている。インドで悟りを開いた釈迦もこのヨガを修行した。「シヤカムニブッタ」の「ムニ」とはヨガの冥想行者という意味だそうで、日本の弘法大師もこのヨガの流れをくんでいたらしい。そういうところが「ヨガの最終目的は冥想行にある」といわれるゆえんであろう。ヨガはバランスという意味だが、我々が想像するヨガは頭の後方に足をもちあげ

てみたり、手足を自由自在に体に巻きつけたりする奇妙キテレツなものだが、これは身体的ヨガと呼ばれ、体だけを鍛練するインド独特のもの。このインドのモガに中国の動禅、それに日本の静禅をとり入れたものを、日本のヨガの第一人者、沖正弘氏があみだした。これは体の修正法をふくめ現代的にアレンジしたもので沖ヨガと呼ばれる。この沖ヨガは日本はおろか海の向こうのアメリカまで普及され、「OKI DOU」として人気を呼んでいる。



もつともむずかしいポーズをいとも簡単にやっつけてのける中級者

大都会・新宿の超高層三角ビルの上四階に沖ヨガの教室がある。毎週月・木・金・土曜のいずれか一日、家庭の主婦や勤め帰りのサラリーマンがこの教室に集まってくる。新宿の街並みが眼下に見下ろせる教室では、二三人の生徒が指導員のかげ声に合わせてヨガの基本ポーズをとっていた。

基本ポーズには魚のポーズ、弓のポーズ、鋤のポーズ、コブラのポーズ、バツタのポーズ、孔雀のポーズなどがあり、二時間ぐらいて一通り行なう。動物の姿勢をまねることで人間をバランスのとれた状態に導くためだといふ。それを教えるポーズ

をとるたびに「ハーハー」という呼吸音が教室に響く。息をはくということは体の筋肉をゆるめることになり、呼吸に合わせて体を動かし意識の集中をはかることが最も大切なことだといふ。

一つのポーズが終わるたびにくつろぎのポーズをとる。これは体の中の気の流れを感じとることと、次のポーズに移るまでに間をもたせることに効果がある。このポーズは他の健康体操にはみられない沖ヨガ独特のもの。ヨガを行なうと毎日体を動かすのが楽しくなるという。あなたもひとつ冥想行者になって「健康」を考えてみてはいかがかな。





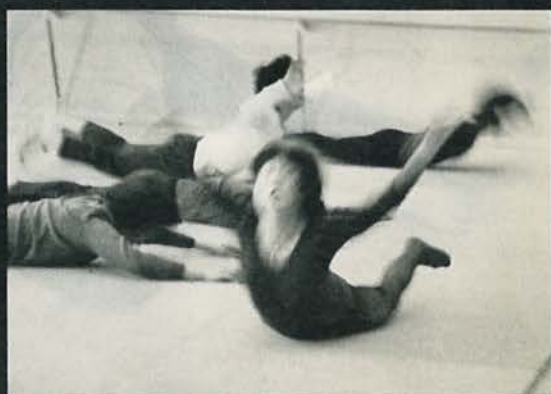
五つの禅からなるヨガ、結跏趺坐を組んだままバツタのポーズをとる



若い人たちに混って中年の女性も熱心に練習する



次のポーズに移るために必要なくつろぎのポーズ



基本ポーズに入るまえの準備体操



ヨガで大切なのは正しい呼吸法を身につけることである。この呼吸のとり方が非常にむずかしく、初心者がすぐ疲れるのは呼吸のとり方を知らないからである。呼吸に合わせてバランスをとり、さらに意識の集中を加えてさまざまなポーズをとるのは呼吸による調整力を生かして体のある部分のうっ血や硬化や歪みをのそくためである。

# Life Magazine Shika

## 1976/5 目次

ルポルターージュ「実践健康術」ミナ「精神」の境地を開く瞑想行

ヘルステ集 **意外に多い貧血に悩む人**

押阪忍の  
ぶっつけ対談

**男と女の裏側を極端に見ちやうとダメになるよ**……ゲスト●水の江滝子さん……



P.3

〈別冊付録・保存版〉  
**'76JGA改正版  
ゴルフルール全文**

- 4年に1度の改正新ルールを全文掲載
- 本誌36ページの解説もゴルフファン必読

易学考 村上隆と兎と亀と

青い目の日本イチャモン帖 結婚したら「何もできない」ってウソね 宮川イタリナ夫人

松柏天

酒の話／ブランデー(下)

ウイスキーは「静」、ブランデーは「動」の熟成法 澤井慶明

22

職人道／古の合戦の地で灼熱の鋼を錬る

刀匠兼元二十七代目 金子孫六さん

24

花物語／気高く清しい春の女王

シヤクナゲ

はらだまさよし

26

株式投資／健康法 高く売って安く買い戻す…香山檜次郎

31

ゴルフの生体力学(中) 上達をあきらめた人のために――

下半身を生かして使え

中山博夫

32



P.26

'76改正ゴルフルールの解説

浪越徳治郎の夫婦指圧教室 スタミナ料理より効果は大

スタミナ源シリーズ マナカツオのはなし うまくて脂肪に富んだ万人向きの魚

点と線 世界駆けある記 コペンハーゲン巻

マイライフ

コント こんと

福島充

賞品付クロスワード・パズル

41

Z I G Z A G

47

表紙カラージュ  
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  
布田 健

1976© 鹿友倶楽部  
無断転載使用・禁



P.13

意外に多い

# 貧血に悩む人

「私、貧血がみでねえ、朝早く起きるのがとても苦痛なの。起きても午前中はボーッとしてることが多いワ」などと嘆く女性が意外に多い。よく、小・中学生のころ、朝礼などが長引いたりするとバタバタとたおれる人がいたが、あれもほとんどが貧血がみの人だった。貧血というと、病氣というより症状として軽く考えがちだが、その割に恐い病氣の前兆である場合もあるからあなどるのは禁物。そういう人のために、今回のヘルス特集は貧血をとりあげてみた。

## 貧血はどつして起るのか

よく、貧血と低血圧を混同している人がいるが、貧血と低血圧とはもともと全く違う性質のものなのである。低血圧とは血管内の血液の圧力が低いことをいうもので、貧血とは、血液中のヘモグロビン（血色素）が正常値より少ない状態を指している。血液中の赤血球は、ふつう、骨髓から産出されて血液中で120日間働いたのち寿命がきて、脾臓や肝臓内の細網内皮系細胞というところで処理されてしまう。つまり、一日に血液中の全赤血球の0.8パーセントが毎日こわされていくのである。そしてそれを補うため、それに相当する赤血球が骨髓から産出されてバランスを保っているのである。

ヘモグロビンは、この赤血球の中に含まれていて、諸臓器組織に酸素を運ぶ働きをしている。したがってヘモグロビンの量が少なくなると、諸臓器の組織は酸素が欠乏して、いろいろな障害が出てくることになる。この状態を指して貧血と呼ぶ。ヘモグロビンの正常値は年齢や性別によって違ってくる。新生児期には生涯をとうじて最も高い値を示し、一ヵ月から一年にかけて一番低い値になり、それから徐々に増えて、いわゆる正常な大人の値になるのだが、13〜14歳頃、つまり、二次性徴が現われる思春期から男女の差が出てくる。これは、妊ホルモンが骨髓中の赤血球産出を亢進する働きをする

ため、どうしても女性に比べて男性の値の方が高くなる。

もうひとつの原因としては、女性の月経による血液の喪失があげられる。しかし男性でも性成熟期を過ぎて男性ホルモンの分泌が少なくなるとヘモグロビンの量もそれに比例して少なくなり60歳を過ぎる頃から男女の差はなくなってくる。

貧血のなかでも最も多いのは、鉄欠乏性貧血である。鉄分はヘモグロビンの組成に必要欠くべからざるもので、これが欠乏するとヘモグロビンが生成されず貧血になる率が高くなる。この鉄欠乏性貧血は特に女性それも月経があり子供を産む年齢層に最も多い。

われわれの体の中には約4gの鉄分が含まれ、正常な状態では排出はごくわずかしかなく、腸粘膜上皮

や皮膚上皮などの脱落によって失われるにすぎない。その排出された量はごくわずかだから食事によって一日の吸収量は十分に補われている。また、ヘモグロビンを生成するのに必要な鉄分は、老化してこわされた赤血球のヘモグロビンから遊離した鉄分で主に補給されている。このように代謝が少ないので、いったん、何らかの事故で吸収される鉄分が少なくなったり、出ていく鉄分がふえたりすると容易に鉄分の欠乏状態になり、貧血を起す。たとえば女性の月経である。この際に失われる鉄分の量は食事からの吸収量ギリギリの量に相当するため鉄分の少ない食事をしたり、月経量の多い場合は容易に鉄欠乏性貧血になりやすい。また妊娠時の胎児の発育のために鉄分の需要が高まり、鉄







赤血球のまわりや血管などにある場合の二通りにわけられる。

赤血球に異常がある場合

- 1 赤血球の膜に異常がある場合  
赤血球の膜を構成する蛋白や脂肪質に異常が起きて、とくに脾臓において破壊されやすくなるのである。これは、先天的なもの、他の病気が原因となる後天的なものがある。
- 2 赤血球内で、糖をエネルギーにしたり還元したりする系路に先天的に異常があるために起こる

## 貧血による症状をつかむ

貧血の共通の症状としては、皮膚や粘膜が青白くなる、頭痛がする、

耳鳴りがする、失神、全身倦怠感、心悸高進、などがあげられるが

貧血。

3 ヘモグロビンに異常がある場合

ヘモグロビン蛋白を構成するアミノ酸の合成が低下するため、赤血球が変形したり、こわれやすくなったりするもので、先天的なものが多い。

赤血球以外に異常がある場合

1 抗体による赤血球の破壊

よく知られているのは血液型があわなくておこる溶血である。新生児の溶血性貧血はこれに当たる。また、自己の赤血球に対する抗体が現われる、自己免疫性溶血性貧血というのが最近増加しつつあって注目されている。

2 血管の異常による貧血

赤血球は血管の中を非常に早いスピードで流れている。このため、ガンなどで血管の壁が変形してくると、赤血球がそこを通過するときにひきちぎられてこわれてしまうのである。また、マラソンなどのように、長時間足の裏の血管に衝撃を与えると、その中の赤血球が破壊されて起こる場合もある。

それぞれの場合について述べてみよう。

①皮膚、粘膜

あなたが貧血気みであるかどうか、手のひらや指頭の色で判断できる方法がある。これは以外に評価されている。ヘモグロビン（血色素）はその文字の通り、血の色つまり赤色なので、貧血であれば、ヘモグロビンが少ないわけで、当然、皮膚の色は青白くなってくる。胸部にクモ状毛細血管がういていたり、手のひらに紅斑があれば肝硬変による貧血。爪の異状は鉄欠乏性貧血によるものが多い。舌炎は鉄欠乏性貧血や悪性貧血によくみられる症状。

②消化器管

食欲不振、便秘などになることがある。悪性貧血になると、胃酸の分泌が減少して胃の中が無酸状態となり、下痢になることが多い。潰瘍やガンなどからの出血で鉄欠乏性貧血になることが多い。高齢者の鉄欠乏性貧血の場合は、胃潰瘍やガンなどの診察をうけるのが賢明であろう。

③呼吸器、循環器

動悸、息切れ、目まいが最も多い症状である。軽いうちは、体を動かすときにしか感じられないが、貧血がひどくなると、

●鹿沼72CC～5分・45鹿沼CC～10分

お気軽にお電話ください

# 松屋旅館

冷暖房 駐車場 完備

栃木県上都賀郡栗野町深程1660  
☎0289(85)3310(代)



鉄分の欠乏になりやすい思春期や妊娠時には鉄剤を内服するのもよい。その際は注意することは、副

●鉄欠乏性貧血  
 基本的には鉄分の多い食物をとることがたいせつだ。しその葉、パセリ、ひじき、あみ、卵黄、レバー、納豆、ほうれん草、ゴマ、いんげん、青のり、あわびなど。ふつうは、よほどの扁食がないかぎり、食事による鉄分の欠乏はまずない。

## 貧血の治療と予防法

④神経症状  
 頭痛、めまい、耳なり、立ちくらみ、失神、疲労感、集中力低下、手足の冷えなどの症状がある。悪性貧血になると、脳などの神経障害も出て、物忘れ、幻覚、躁鬱状

⑤腎臓症状  
 貧血が極端にひどくなると腎臓の機能がおとろえてくる。このため、むくみが出てくる。また溶血性貧血では色の濃い尿がみられる。この他にも多くの症状があり、発熱を伴うこともある。また先天的な貧血による骨格関係の発育障害などまだまだたくさん症状があらわれてくる。

作用がなく、しかも大量の鉄分を含むものを用いることである。鉄分は体内への吸収量が決まっているので、多くとっても鉄分過剰で障害を起こすことはない。吸収の効率をよくするために必要量より少し多めにとることが必要である。  
 また、お茶を飲むではいけないといわれているが、これは、お茶の中に含まれているタンニンと鉄が結合して鉄が吸収しにくくなるためである。しかし、これは鉄さびの一種である環元鉄を用いていたころのこと、最近では、薬剤の改良がすすみ、濃いお茶を多量に飲みすぎさえしなければ多少お茶を飲んでもかまわな



鉄剤をのみはじめると、よくなくなってくる。ために、貯蔵量が正常になる前に、薬をやめてしまうことが多いが、そんな場合は、また短期間のうち、再発することがある。もう治ったと思ってもしばらく薬を飲み続けたいものだ。  
 ●ビタミンB<sub>12</sub>欠乏症  
 ビタミンB<sub>12</sub>は動物性蛋白質に多く含まれている。貝類、レバー、たらこ、小麦胚芽、納豆など。ビタミンB<sub>12</sub>が体内に入って吸収されるまでには複雑な過程を経なければならず、この過程に異常が起こったり、障害

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。



浅田の  
 ダイエット甘味料

シユカー  
 カント

# 高速時代の 安全性を 確実に守る



## 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ピ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  
大阪市福島区福島7-21-10  
TEL 06 (458) 7751  
名古屋市東区葵町1-1-21  
TEL 052 (931) 5361  
仙台市中倉3丁目17番街区  
TEL 0222 (95) 4270

があるとB<sub>12</sub>を含むものをいくら食べても欠乏症になってしまふ。こんな場合は注射による治療しかないので医師にまかせせる方がよい。

### ●葉酸欠乏症

葉酸はその字のごとく、ほうれん

しその葉 特に青じその葉は、いかなれば貧血の特効薬。鉄分をほうれん草の3倍も含み、牛レバーに匹敵するといわれる。

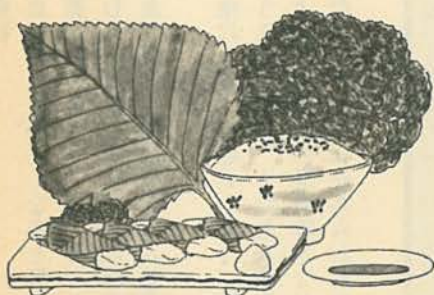
### ●刺身のしそ巻き

①刺身にレモン汁をふりかけ、わざわざしょう油をつける②しその葉の大きさにあわせてのりを切つてしその葉に重ね③をのせる④穂じその実を少し入れて巻く。

### ●塩じゃけと青じそのませご飯

①青じそはきれいに洗って水気をきって細いせん切りにする②塩じゃけは焼いてあらくほぐす③①②とこはんをよくまぜ合わせる。  
バセリ 大変栄養価の高い野菜で、

## ●貧血に効果のある食べもの●



草などの緑の葉の野菜類に多く含まれている。また動物性蛋白質にも多く含まれているので、日本では葉酸欠乏症にかかる人は極めて少ないといわれている。これも日本人好みの米食による葉酸摂取量が多いためと

考えられる。

小腸で細菌が増えたりすると葉酸は吸収されなくなつてしまつたり、発熱などで消費が高まつてくると、体内の葉酸貯蔵量が少ないので欠乏症になる可能性が高い。また葉酸の

もちろん鉄分も多く含む。料理にそえられているパセリもレモン汁と塩をふりかけて食べるとなかなかおいしい。またみじん切りにして何にでもふりかけて食べるようにしてもよい。

### ●ゴマ 鉄だけでなく、カルシウム、

蛋白質、脂肪、ビタミン類も豊富に含み、これらが総合的に働いて貧血を予防する。毎日少しずつ常食すると効果がある。ゆつとすりつぶした方が消化吸収がよい。ご飯にふりかけたり、ほうれん草のおひたしなどにふりかけると香りもよくおいしい。

吸収をさまたげる薬剤もある。経口避妊薬がそれである。これは長い間服用するために欠乏症を起しやすい。またてんかんに用いる抗生物質も葉酸の吸収障害を起しやすい。薬剤としての葉酸は吸収しやすいので、服用をはじめると貧血は治るが、鉄分の吸収障害を起すという副作用がでてくることが多い。葉酸欠乏による貧血は治つてもすぐに鉄欠乏性貧血を起すことが多いので、すぐに鉄分欠乏の治療をしなければならぬから、医師の指導を仰ぐ方がよい。

●再生不良性貧血や溶血性貧血などは、治療はすべて医師にまかせられない。欠乏症ではないので、食餌療法も特に必要ないが、他の欠乏症を併発しないためにバランスのとれた食事をとり、食欲を維持することもたいせつである。

もたいせつである。



# 男と女の裏側を極端に

## 見ちやうつとダメになるよ

SKDで「男装の麗人」として日本中の女性を熱狂させ、一世を風靡した「ターキー」こと水の江滝子さん（本名・三浦梅子）が今回のゲスト。SKD退団後、日本初の女性プロアユースーとして活躍し、数多くの俳優を育てたこともあった。小学生時代、学校を抜け出しては近くの厩舎に行き馬を引き回して遊んだという思い出が息づいているのだろう、いまは富士山の麓で「愛馬とともに」悠々自適の生活を送っておられる。

### 人に見られるのが

### いやだったの

押阪 ターキーさんは北海道のお生れだそうですが、ご幼少のころに東京へいらつしやったんですか。

ターキー ご幼少もご幼少、二歳のときだから。うちは北海道でよかつたらしいんだけど、こま物問屋か何かをやっている、おやじさんの道楽で夜逃げ同様に東京へ来たらしい。

押阪 芸能界に入られたのは、もともとそういうことが好きだったから？ターキー いや、うちの小さい姉が好

きだったの。姉は自分がやりたかったんだけどアチシの名前で出たしんです。アチシに何も知らせないで……。浅草見物に連れて行ってやるからといってへんなところへ連れていかれ、足を見せろとか何とかいわれて……。〔笑い〕

押阪 ビックリしたでしょう。

ターキー アチシは勉強がきらいで遊んでばかりいたの。それもほら穴探検とか剣劇なんか〔笑い〕。それによく競馬場へ行きました。そして、自分のひいきの馬をつくっておいで、馬丁さんが休んだりすると、引かして、引かしてと頼んで、目黒の町の中を馬を引いてずうーっと回ってくるんです。そういうことが夢だったんです。まったく

歌とか踊りには興味なかったの。押阪 SKDにはどのくらいまでいらつしやったんですか。

ターキー 昭和十二、三年ぐらいまでもういやになって、いっぺんやめたの。好きじゃないことをやっていたからすぐあきるのよ。人気のあるまっ最中にやめて、アメリカへ行っちゃった。押阪 そうなんですってネ。それは踊りにあきたからですか。

ターキー いや、人に見られるのがいやなの。いまでもいやよ。

押阪 でも、信じられないですね。あのステージ華やかなりしころ、私は「男装の麗人」というのはターキーさんのことで覚えたようなもんですが、それは会社の方針だったわけですか。

ターキー そう、アチシはいつでもその他大勢だったの。それで、いつでも背が一人だけ高いから、休んでらっしゃいといわれて……。

押阪 女性の上に大がつくという……。ターキー というより、ゴボウというあだながついていたんです。色が黒くて細くて長いというんで、お化粧もしていないかったし、アチシだけ子供だっ

たの。当時、二五、六歳の人がいたんです。

押阪 男性の役をやりだしたのは……。ターキー 何かの芝居で幕間がなくて舞台転換ができないから、だれかいないかってことになって、アチシがいていと。じゃ、男役やるから髪を切れよといわれて、いいですよといったの。二日目、三日目とだんだん拍手が多くなって、そのうちに楽屋へ面会に来たりなんかして……。その次にはもう、何もできないのに主役だった。

押阪 そういう華麗な舞台を続けていらつしゃって、おやめになったというのはどういうことなんでしょうか。

ターキー 男装でしょう。女の人に熱っぽい目で見られるのよ。当時の女の人、男の人との交際が自由じゃなかったでしょう。少女歌劇を見ているっていうと親は安心するのね。それで、男としてアチシを見るから……。アチシはノーマルなんですよ、たいへん。だから女の人に情熱的な目で見られるのが気味悪くなつちやうって。

押阪 なるほど、そういうふうになつちやうんですか。

ターキー そうよ、アンタ。スゴイ情熱的な目で。ソレツキがあつたらいい気持ちだけれど、まったくないものアチシは(笑い)。

押阪 ホホオ……。それがいやで……。ターキー いやなの。ノイローゼになつちやうって、女の人の熱っぽい目がそこいら中にいっぱいあるような感じがして、これじゃ体をこわしちゃうと思

って、それでアメリカへ行つちやうって。

## 楽しかった

### プロデューサー時代

押阪 いちばん印象に残っている舞台にはどんなものがありますか。

ターキー 好きなのは「忘れな草」とか「リオグランテ」とか、いちばん有名だったのは「タンゴローザ」。その時はレビューが全盛で宝塚がよく出てきて、宝塚と松竹のレビュー合戦というのがあつたんです。

押阪 ターキーさんというのは、水の江滝子さんからきたものですか。それとも華麗七変化から……。

ターキー いや、そうじゃないの。昔のレビューというのはヘンなレビューで、お姫様が道中していると山賊に襲われて、そこへアチシがウエスタンのかつこうで出てきて、二丁拳銃でお姫様を助けるの。「おまえは何者だ」、「おれはターキー水の江だア」(笑い)。そこで、とたんにバックが西部に変わつて、カウボーイの踊りが出たり……。だからストリーも何も無い、バラエティですよ。

押阪 その後、日活のプロデューサーとしての活躍もずいぶん長かったですねえ。

ターキー アチシはひと区切りが一〇年なの。一〇年やるとあきちゃうらしい。

押阪 プ



の方がついたのは初めてじゃないですか。

ターキー そうなの。アチシはそのとき失業していたの。ブラブラしていたら、やってみないかといわれて……。やるわ、といったのはいいんだけど、プロデューサーなんて何やっていいかわからなくて、九ヵ月ぐらい月給もらつて新聞読んでいたの。おまえ、何をしているんだ、とえらい人に呼ばれて、仕事しないのか、といわれたから、するんですか、と(笑い)。

押阪 何本ぐらいとりましたか。

ターキー 本数は覚えてないね。百本以上はとっているんじゃない。裕ちゃん(石原裕次郎)が入ってから、台本を三冊ぐらいかかえて、スツとんで歩いてきたときがあるもの。

押阪 それで、かなりおもしろくなつてきて……。

ターキー そう、自分がま

てすむから。いいものができあがつたときは、みんな自分のもののような顔しているけど、ここは自分がこうしたからよくできたとか、自分自身の満足感みたいなものがあるでしょう。俳優さんというのは、あくまで人に、ああやれ、こうやれといわれてやるものである程度よくても、監督がよかつたらだ、ということになる。役者がいいといわれるようになるまではたいへんでしょう。

押阪 そうですなえ。

## 似た初恋の人

ターキー 愛馬はいま何頭ですか。

押阪 二頭。一頭は駄馬で一頭はサラブレッド。

ターキー 男性ですか、女性ですか。



ターキー 片方はダマシっていうのかしら、去勢してあるから(笑い)。もう一方は美青年よ。

押阪 馬というのは、かわいいものだからです。

ターキー 乗馬クラブにあずけてあるけど、帰るとき必ずバイバイっていうの。すると、フフォンとかいって鼻を鳴らしたり、よその馬にニンジンをやっているの飛び上ってヤキモチをやくの。知ってるんです、自分の主人を。

押阪 ターキーさんは、アチシというんですが、自然にそうなったんですか。

ターキー 自分ではアチシっていうから、舌つ足らずなんだね、きつと。

押阪 いまテレビで、結婚し・ま・す・です。あれがウケているようですね。

ターキー ああ、コマーシャルですか。とうていできない人が、したいっていうからじゃないかしら(笑い)。

押阪 い。それはわからないです。でも、恋愛をしたことはおありでしょう。

ターキー あるよ(笑い)。なきやおかしいよ。なけりや、いまごろヒステリーババアになってますよ。

押阪 所帯を持つと思つたことは？

ターキー それはないですね。だいたいの男の人のめんどろを見るのができないですね、アチシには。逆にめんどろ見させるほうだろうね。お台所仕事

がきらいだし、お裁縫はいやだし……。

押阪 ずっとあきらめつばなしなんですか。

ターキー アメリカでいい人を見つけて結婚するはずだったけれど、戦争でだめになっちゃったから……。

押阪 といいますと……。

ターキー 二世で、美男子だったよ。面喰いなかな、フフフ……。向こうで知り合つて、日本に帰るといとき

二重国籍はだめだといわれ、つちをとるかというとき、結局アメリカのほうをとっちゃつたの。あきらめてくれ、という手紙が来て、そのまま。

押阪 オン年いくつときですか？

ターキー 二十二三歳かそこら。ケリー・グラントに似てすてきな人だった。戦争が終つて日本へ来たとき会つたんだけど、ものすごくテブになつていた。

よかつたわ、結婚しないで(笑い)。

## 犬、ネコ、馬の

### めんどろ見で忙しい

押阪 めんどろをみるというより、楽しんでみませんか。

ターキー でも、ネコかわいがりはないの。犬でもネコでも粗相をしないように基本的なことだけ教えて、あとは何も教えない。だからうちの犬はお座りひとつ知らないですよ。

押阪 飼われているほうも楽ですね。そうして動物と遊んだり、馬に乗ったりすることが健康法につながるんですよか。

ターキー ええ、そうですね。リユーマチをやつてから思うように乗れないですけど、お天気がよければ一日中馬場にいますよ。よその馬をからかつたりして遊んでいるの。

押阪 スポーツとしてはいい運動になりますね。ほかに……。

ターキー 昔はゴルフをやつたんです。こんなに全盛になる前にやつただけ

れど、リユーマチが出てからやめたね。

押阪 どのくらい昔ですか。

ターキー 川奈のゴルフ場が焼ける前のころだから、だいぶ古いよ。

押阪 ウワア、それは古い。

ターキー 人がワツとやりはじめるとやめちゃうの。

押阪 当時、女の人

がゴルフをやることはほとんどなかったでしょう。

ターキー 日本人がやっているのはめづらしかったね。いまはもうできないね、ひざを悪くしてから足がねじれないもの。歩くとすぐに水がたまつちゃうし。

## 推理小説って

### すごくおもしろいね

押阪 麻雀のことはさつき伺ったんですが……。

ターキー 勝負ことは何でも一通り知ってますよ、ポーカーでも麻雀でも、オイチョカブでも……。

押阪 一応、たしなむわけですね。お酒はどうですか。

ターキー いまは全然飲まないです。押阪 飲んでたころは……。

ターキー ウイスキーを一本あけてみたり……。でも、そんなに酔わなかったですよ。

押阪 いつころの話ですか。ターキー 日活にいたころだね。回り

が男ばかりだったでしょう。つき合いで飲んでます。飲みながら話をしてるとけっこう飲めるものね。男のほうに先に倒れちゃう。

押阪 で、以来あんまり飲まれない？ターキー ウン、もうこれはいたいして

おもしろくないと思ったから、プロテューサーをやめると同時にパットとやめちゃった(笑い)。

押阪 いまテレビでは飲ちゃんの家族オールスターですか、あれの審査員のお仕事とモーニングジャンボで、ター

キーの野次馬インタビュー<sup>TM</sup>をやっていますか……。

ターキー あれが今月(三月)いっばいでやめになって、来月から人生相談ですって。人生相談されるようなこと

やっていないから、アチシなんか。押阪 だからいいんじゃないですか。

ターキー アチシは人生なんてそんなに複雑なものだと思っていないから。めんどうくさかったら一人になりなよって……。

押阪 じゃ、悔いもないわけですね。ターキー 結婚？ それはね、自分の

回りに姉さんとか兄さんとかの結婚生活はずいぶん見ているけれど、楽なものじゃないと思うね。でも一通りセ

ットになつてるのよ、メイを養女にして孫もいるし……。

押阪 アッ、そうですか。なるほど、ところで、いまの生活はどんな風ですか、空気のいい富士の裾野に住んで……。

ターキー これは馬がいたときからの習慣なんだけど、馬に水をかえてやって、おやつを少しやって、九時にはお

ふろに入る。それから一服して、ふとんに入って推理小説などを読むんです。乱読ですが本はよく読みます。

押阪 いま金田一耕助(横溝正史作品)ブームですね。

ターキー 子供のころ読んだからだいたい覚えてるわね。アチシは少女俱樂部じゃなくて少年俱樂部を読んでいたんです。

押阪 じゃ、やっぱり男の人なんだワ、ハナツから……。

ターキー そう(笑い)。アチシはね、前半は女ばかりの中の生活で、後半は男の中に女一人の生活でしょ。女の裏側、男の裏側を極端に見ちゃうとダメ

ですね、中性になっちゃいますよ。



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)





## 乗馬は腰とひざ

### のバランスが大事

ターキー 話は違うけど、日活で、日活芸能学校というのがあるんです。その中に演技科というのがあるって、芸能部の先生になってくれたっていわれたの。教えるものないからと断わったけど、冗談に乗馬部でもつくつたらめんどろ見てもいいよ、といったら、ほんとにくっくっちゃったの。

押阪 最近ですか。

ターキー いや、もう一年になるかな。けがをさせたいやだから、希望者だけにして、初め十五人ぐらいいたけど最後まで残ったのは七人ですよ。いま

の若い男は返事も満足にできないのねえ。乗っていて「あなた、姿勢はそうじゃないよ、直しなさい」といっても黙っている。「耳あるのか」「あります」「あんなら返事しろっ」というもの、すごいんだ、アチシの教え方は（笑い）だけど、最後まで残った連中はキチツとしてきましたよ。

押阪 俳優さんであれば、人生の底辺の役柄もあるだろうし、馬に乗れるだけじゃいけないわけですね。

ターキー そうなの。それと、馬に乗るには、ものすごく反射神経を要するんです。相手あつての自分でしょ。

相手のことを考える習慣がつくんです。この馬はどんな馬かな、どんな動きをするかな、どんな性質かな、という、いろんなことを考えなきゃ、ウマが合

わないわけですよ。そう、のは、ほかの勉強に全部通することなんです。押阪 いまの若者は、男女を問わず、乗馬をやりたい、と……。

ターキー 乗馬でなくても、何でもいからスポーツをやったほうがいいと思う。野球でもホッケーでもスキーでも、全部、腰とひざのバランスです。

押阪 そう思いますね。  
ターキー いま、アチシ、回教に興味を持っていらっしゃるんですよ。  
押阪 回教ですか……。

ターキー そう、キリストだって死ぬときは神に祈っているし、親鸞にしても仏を求めているでしょう。そういう宗教家が求めている神なり仏なりは何だということを見ると、結局、宇宙ということになるんです。だから、アラの神には偶像もないし、お葬式もやらない。別れを告げて土に埋めるだけ。今度、日本で、新しいものをつけた人がいるんです。すべてはゼロから出発する、というテーマで、これにたいへん共鳴したんです。

押阪 いまはそちらのほうの研究と実践で……。  
ターキー そんなに夢中になつてわけじゃないの。自分なりに考えて、それが向こうの人と合うか合わないかがこれからの問題ね。

押阪 お元氣なお顔を拝見できてまたテレビの上で、アチシ、アチシでがんばっていただきたいと思います。どうもありがとうございます。

(協力) レストラン・V I V I

# 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)

## 易学考

# 村上隆と兎と亀と

松柏天

むかし昔、〈兎と亀〉はマラソンレースを行なった。駿足において兎は圧倒的に秀れ、容姿の華やかさ、挙動の優雅さでも亀は下馬評にもものほらなかつた。だが兎の高慢と油断のためにレースは亀の勝利に終り、駿足は駿足におぼれ、鈍足には寿命の永い根気が与えられることが立証されたのである。

このイソップの寓話を持ち出せば読者諸賢は兎がジャンボ尾崎やコンコルド青木であり、亀を村上隆にたとえるつもりだろうとお察しくださるであらう。もつとも尾崎はウサギ年でもなく、村上はカメ年と言うのでもない。(元来十二支にはカメは登場しない。現在、中共ではタツが架空の動物ゆえに追放され、新しくクマが登場したとか)村上隆はサル年に生れた。生れ月はヘビで生れ日はウシである。この三つの動物をかけ合わせるに数々の星が生まれる。先祖から自分を経て、子孫にいたるタテの線、社会に働きかけるヨコの線上に点々と星が並ぶのだが、タテよりもヨコの線上の星が異常に大きい。

それは〈帝王〉とよばれる巨星でしかも二個、最高、最強の氣力に満ちているのが見える。この帝王星をいただく者は地上最高の榮譽と最強の氣力が与えられると言われている。だから村上隆が単なる鈍足のカメではなく、兎の高慢と油断のために起きたハブニングでもない。丘の向こうから突如あらわれた猛牛だったのである。

ところが、タテとヨコの線の交点にふんばっている星が妙に閉鎖的である。〈墓〉と言う星である。つまり村上は〈墓〉の日に生れたのである。昨年11月号で〈長生〉と言う星を紹介し、春の日に草木が生い茂る明るい心情の持主だと言ったが、それとは対照的なのが〈墓〉であり、〈長生〉が光なら〈墓〉は暗黒に沈没する影である。したがってヨコ線にどんな星がいようと〈長生〉の日に生れたジャンボ尾崎や青木、そして巨人の長嶋のように華麗でのびやかなスター性はみじんもない。あるのは内向的な孤独性、一辺の虚飾もなく、ありのままであり、軽卒な華美を拒否する姿である。内部にエネルギーを蓄え、満タンにな



ると爆発する〈墓〉。めったなことでは扉を開かない。だから内部に何が隠されているのか見当がつかない。無駄口もたたかない。一切の虚飾がとりはらわれ〈実〉そのものである。花よりタンゴ、男は黙って〇〇ビールである。そう言えば三船敏郎が〈墓〉である。丹波哲郎、黒沢年男も〈墓〉の日に生れた。たとえ、どんな思想や才能があっても実力以上に評価される〈長生〉と違って〈墓〉はその評価においても飾られない。空間に寂寞として立つ墓は〈石〉〈岩〉と同義であり、若木が未来の大樹を思わせるような希望の飾りがないのである。それだけに〈墓〉が開いた時の恐ろしさ、即物的に想像しただけでも身の毛がよだつ。執念は岩をもくだくエネルギーである。三島由紀夫が〈墓〉であった。もつとも生涯開かないままの〈墓〉もあって廠の如き信念で生きている。認められなくても黙々として生き、営々と貯蓄にいそしみ、実利以外は何の価値も認めず、口は食すためにのみ存在し、言葉を吐くところではないと……。なかにはため込むだけが人生とばかりに金庫をふくらませ世間からドケチ呼ばわりされる人もある。金や物だけではなく、思想や才能までため

指数表

年号		各月の指数											
日本	西歴	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	34
32	1899	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9	39
33	1900	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14	44
34	1901	15	46	14	45	15	46	16	47	18	48	19	49
35	1902	20	51	19	50	20	51	21	52	23	53	24	54
36	1903	25	56	24	55	25	56	26	57	28	58	29	59
37	1904	30	1	30	1	31	2	32	3	34	4	35	5
38	1905	36	7	35	6	36	7	37	8	39	9	40	10
39	1906	41	12	40	11	41	12	42	13	44	14	45	15
40	1907	46	17	45	16	46	17	47	18	49	19	50	20
41	1908	51	22	51	22	52	23	53	24	55	25	56	26
42	1909	57	28	56	27	57	28	58	29	60	30	1	31
43	1910	2	33	1	32	2	33	3	34	5	35	6	36
44	1911	7	38	6	37	7	38	8	39	10	40	11	41
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	52
3	1914	23	54	22	53	23	54	24	55	26	56	27	57
4	1915	28	59	27	58	28	59	29	60	31	1	32	2
5	1916	33	4	33	4	34	5	35	6	37	7	38	8
6	1917	39	10	38	9	39	10	40	11	42	12	43	13
7	1918	44	15	43	14	44	15	45	16	47	17	48	18
8	1919	49	20	48	19	49	20	50	21	52	22	53	23
9	1920	54	25	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29
10	1921	60	31	59	30	60	31	1	32	3	33	4	34
11	1922	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9	39
12	1923	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14	44
13	1924	15	46	15	46	16	47	17	48	19	49	20	50
14	1925	21	52	20	51	21	52	22	53	24	54	25	55
昭和1	1926	26	57	25	56	26	57	27	58	29	59	30	60
2	1927	31	2	30	1	31	2	32	3	34	4	35	5
3	1928	36	7	36	7	37	8	38	9	40	10	41	11
4	1929	42	13	41	12	42	13	43	14	45	15	46	16
5	1930	47	18	46	17	47	18	48	19	49	50	51	21
6	1931	52	23	51	22	52	23	53	24	55	25	56	26
7	1932	57	28	57	28	58	29	59	30	1	31	2	32
8	1933	3	34	2	33	3	34	4	35	6	36	7	37
9	1934	8	39	7	38	8	39	9	40	11	41	12	42
10	1935	13	44	12	43	13	44	14	45	16	46	17	47
11	1936	18	49	18	49	19	50	20	51	22	52	23	53
12	1937	24	55	23	54	24	55	25	56	27	57	28	58
13	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	8
15	1940	39	10	39	10	40	11	41	12	43	13	44	14
16	1941	45	16	44	15	45	16	46	17	48	18	49	19
17	1942	50	21	49	20	50	21	51	22	53	23	54	24
18	1943	55	26	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29
19	1944	60	31	60	31	1	32	2	33	4	34	5	35
20	1945	6	37	5	36	6	37	7	38	9	39	10	40
21	1946	11	42	10	41	11	42	12	43	14	44	15	45
22	1947	16	47	15	46	16	47	17	48	19	49	20	50
23	1948	21	52	21	52	22	53	23	54	25	55	26	56
24	1949	27	58	26	57	27	58	28	59	30	60	31	1
25	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	11
27	1952	42	13	42	13	43	14	44	15	46	16	47	17
28	1953	48	19	47	18	48	19	49	30	51	21	52	22
29	1954	53	24	52	23	53	24	54	25	56	26	57	27
30	1955	58	29	57	28	58	29	59	30	1	31	2	32
31	1956	3	34	3	34	4	35	5	36	7	37	8	38
32	1957	9	40	8	39	9	40	10	41	12	42	13	43
33	1958	14	45	13	44	14	45	15	46	17	47	18	48
34	1959	19	50	18	49	19	50	20	51	22	52	23	53
35	1960	24	55	24	55	25	56	26	57	28	58	29	59
36	1961	30	1	29	60	30	1	31	2	33	3	34	4
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	14
39	1964	45	16	45	16	46	17	47	18	49	19	50	20
40	1965	51	22	50	21	51	22	52	23	54	24	55	25
41	1966	56	27	55	26	56	27	57	28	59	29	60	30
42	1967	1	32	60	31	1	32	2	33	4	34	5	35
43	1968	6	37	6	37	7	38	8	39	10	40	11	41
44	1969	12	43	11	42	12	43	13	44	15	45	16	46
45	1970	17	48	16	47	17	48	18	49	20	50	21	51
46	1971	22	53	21	52	22	53	23	54	25	55	26	56
47	1972	27	58	27	58	28	59	29	60	31	1	32	2
48	1973	33	4	32	3	33	4	34	5	36	6	37	7
49	1974	38	9	37	8	38	9	39	10	41	11	42	12
50	1975	43	14	42	13	43	14	44	15	46	16	47	17

込んで、そのために行き詰まる人も出て来るのだが、華美が悪いのではなく質素が悪いのでもない。そのバランスが大切なのである。

「墓」は文学的ではなく哲学的である。世に哲学者と呼ばれる人の多くは「墓」の日に生れている。医学者であり、哲学者であったカール・ヤスパーも「墓」の日に生れた。彼は「哲学はどんな事実や可能性をも押しつけてはならない。哲学は禍いと思えるものも平然とみつめることを教える。哲学は平穩な世界を乱す。だが禍いが避けられないと思うことを拒む。われわれにとって問題なのは、何が生じることか」と語っている。

「墓」の日に生まれた者は、生れながらにして哲学者なのかもしれない。

うつろい易い華やかな世界よりも地味で安定した世界を愛し、孤独をかじりながら飢えをしのぐことができる。花よ蝶よと浮かれていても季節が過ぎれば枯れ、死んでしまふ浮世の哲理を知っていればこそ、不動のものにあこがれ「国破れて山河あり」とばかりに不動産を抱えこむ。花よりダンゴ、名よりも実をとりたいたのが実業界、そこ

この世界に「墓」の生まれが集中するのである。いかに出費を少なくして高い収益をあげるかに全力をあげ、地位は求めても決して名声を求めない。はじめに楽しむより最後に笑えればいいではないか。兎は名声に酔って油断を生じ、兎は名もなくみすばらしく、それでも最後に笑ったではないかと。

「兎が本気で走ったら、亀なんて……」

こんな言葉がささやかれるのを聞きながら、それでも亀は再びレースにいとむに違いない。だが名声さえも兎は過大評価され、亀はありのままに評価される。

村上隆はいま夜である。もう一年経てば恐ろしく圧倒する重戦車となって台頭するにちがいない。そして実力によって得た地位を不動のものとし、もっと大きな世界へ地味に食い込んで行くだろう。注意すべきは肝臓、痔、骨、手足である。消化作用への配慮がキー・ポイントとなる。

は戦前巨人軍の遊撃手、白石克己、大洋の近藤和彦などが目にとまる。現在では広島の水沼、佐伯

ルトの武上、浅野。大洋の長田、太平洋の白仁天などが続くが、どちらかと言えは地味でグラウンドを華麗に染める花ではない。

ひよっとしたら、あなたが実力主義の「墓」なのかも知れない。またはあなたの愛する人がそうで、たとえ愛の表現が地味であってもあなたの顔や姿ではなく「美の心」にぞっこんほれ込んでくるかも知れない。もし、あなたのそばでモクモクと仕事にいそしみ哲学者の風ほうでジツとみつめる友がいたら彼女、彼女に対して態度を変えなければならぬかも知れない。莫大な富を地下倉にかくし、ユダヤと結んで世界の経済を動かしている大物かも知れないのだ。だが「墓」はしっかりと扉をしめて決してあなたに秘密を明かしてはくれないだろう。

「墓」の出し方

生まれ年を横にたどり、生まれ月の数字に生日をたし、それが14、20、23、26、29、35、38となれば「墓」の日の生まれ。たした数が60を越えたら60を引いてください。23は少し飾りのある墓、29、35は烈しいエネルギーを秘めた墓となります。

「こんにちは、はじめまして。遠かったでしょう!?」二人の可愛い女の子の手を引いて、表通りまで迎えに来てくれたイタリナ夫人のあいさつに、まず驚いてしまった。確かに夫人はポルトガル人なのに、言葉だけでなく、そこには日本人の雰囲気しか感じられなかったからである。子供も、母親と日本語でしか話さない。東京郊外にある住まいは、日本人が住む、ごく一般的な二階家だった。椅子にかけて話しているうちに、じゅうたんの上に正座したりする。ずっと以前から知っていた、日本人のような気がする。四年間で、こんなにも日本に馴染んでしまった夫人と、いろいろおしゃべりがしたくなった。

## 男についてのは同じよ

ポルトガルと日本は、よく似ているわね。物価が高くて狭くて暮らしにくいこと、男を大切にすること、アジアイワシなど、サカナが安くておいしいこと、教育を受けてないと就職が難しいことなど、たくさんあるの。私の両親は暮らしやすいブラジルに移民したけど、私はハイスクールを出るまではポルトガルにいて、十八歳で大学に入る時からブラジルのリオに住んだの。その後ロスで英

語を勉強している時、主人に会ったの。

主人は、私が初めて信じた男性よ。英語もあまり話せなかったせいか、口かずは少なかつたけど、日本の生活を全然知らない私に、よく話してくれたわ。これだけのサラリーでアパート暮らしだから、ただ生きていくだけかもしれないと。でも絶対ウ

両親も、八十五歳のおばあちゃんもやさしくしてくれるし、お互いに相手が好きなの。日本の男性と結婚してウマくない人をたくさん知ってるけど、それは日本の男性が日本人の生活をしたいのに、させないからじゃないかしら!?

ポルトガルの奥さんは日本の奥さんとよく似ていて、結婚したら主人



青い目の  
日本  
イチャモン帖  
④

## 結婚したら

## 何もできないうつて

## ウソね

## 宮川イタリナ夫人

ソをつかなかつたし、つましい生活はポルトガルで経験してたから、日本に住むことに何の抵抗もなかつたわ。目の色や髪の色や習慣が違って、大切なのは心だと思ったから。日本に来てからも、不愉快なことは今まで一

につくして、自分のやりたいことはできなくなるの。私も結婚したらおしまいだと思ってたけど、それは違ってたわ、何でもできるの。主人は私がやりたいということに一度も反対したことがないし、ほめてくれる。結婚前は自分に全然自信が

けど、それでだんだん自信がついたし、自分のためになることをいつもしていたと思うようになったわ。英会話を教えていても、日本のことがすこく勉強になったんだもの、何かをするのはよいことよね。

## 会社は会社、家は家、へんね

ポルトガルの母親も、どこの国の母親も、みんな同じように子供が好きだし可愛いけど、日本の母親は子供を大切にすぎるみたいね。その点はポルトガルと違うわ。子供もママとはかりつき合っていると、幸せではないわね。母親も子供のことばかり考えていると、頭がダメになるみたい。だから子供がいても近所の人と協力して、預かったり預けたりして、母親も好きなことをする時間をつくるほうがいいわ。

それから男の人が会社と家と二つの世界を持っているのは、どうもわからない。ポルトガルの奥さんは、主人の会社の人のことをみんなよく知ってるわ。遊ぶときもお酒を飲むときも、日本みたいに男だけで行くんじゃない、奥さんも一緒に連れてつてくれる。そのほうが楽しいじゃない!? 日本人と結婚したいろんな

国の奥さんを知ってるけれど、みんなそのへんが一番不満みたいね。

主人はそんなことはないわ。主人の友だちはみんな私の友だちよ。だから私は日本人の友だちのほうが、ずっと多いの。でも奥さんが主人以外の男性と特別なつき合いをしたり、離婚した女を見る目は、とても厳しいわ。

### 五目ごはんはポルトガル製かも

私はとても料理が好き。テレビや雑誌でポルトガル料理を紹介したこともあるの。おにぎり、おすし、何でも好きだし、納豆も一年半前から好きになったわ。

それにしても、日本とポルトガルの料理って似てるんで、びっくりしてるの。五目ごはん、もしかしてポルトガルから来たんじゃないかしら？ 味はしょう油のかわりに鶏の血を絞ってつけるから違うけど、見た目は同じのがあるのよ。結婚式やカソリックの洗礼を受けたお祝いの時には、砂糖と牛乳と卵で味付けした甘いごはんをつくるのも、日本のお赤飯と同じしきたりね。カステラもお祝いの時のお菓子よ。天ぶらのように、しょう油のかわりに衣を塩で

味付けして、ものもあるのよ。

着物はやはり日本人の体型に合わせてできてるから、日本人が一番似合うし、布団は干すのがめんどうだけど背筋が伸びて健康のためにいいし、日本の狭い家にはぴったりね。日本人の肌がきれいでおばあちゃん



になってもあまりシワがないのは、日本のお風呂がスチームみたいにして蒸気が上がるせいかしら。

### どこの国の人か？より心が大切

日本の子供は頭がいいわね、英会話を教えてても、すぐ憶えてくれる。一生懸命勉強しないと上の学校に行けないのは、ポルトガルと同じね。でも日本のほうが先生は生徒に厳しいし、生徒も先生を恐がってるわね。

だから憶えがいいんでしょ。

英会話を教えていても、子供のほうが恥ずかしがらず聞いたまま発音するから、憶えが早くて楽しいわ。うちの子供たちもその時一緒に教えてるのよ。普段は近所の子供と遊べなくなるとかわいそうだから、日本

語で話させてるの。

日本の奥さんが子供に一生懸命英語を習わせようとしているのは、とても良いことだと思うの。日本語だけでは、いろんな国の人とコミュニケーションできないから。

いろんな国に住んだし、これからもういろんな国に行きたい。それが一番私にとっては勉強になるから。でもツーリストとして町を歩いたり、景色を見たりしているうちはどの国も同じね。そこにある生活や人が違

うのよ。それは言葉で話してみてもめてわかることだし、心も通じあえるのね。いま英語を教えている子供たちが大人になったら、いろんな国でいろんなことをやるだろうと思うと、教えていてもとても楽しくなるわ。

私は、自分がどこの国の人か、わからなくなる時があるの。そしてどこの国の人でもよいと思うの。私の国は良くて、あの国は悪いなんてことはないと思う。悪いのではなくて、違うだけなの。どんな国の人でも、大切なのは心なのね。(談)

ポルトガル人の宮川イタリナ夫人は英語の勉強に行っていたロサンゼルスで、やはり、いすゞ自動車<sup>TM</sup>のデザイナーとしてロスに派遣されていた芳晴氏と五年前再会し、一年後日本で結婚した。渡日後、夫人はすぐに英会話学校の教師をしながら、日本語会話をマスターしてしまった。二歳七ヶ月と一歳六ヶ月の女の子の母親となつてからは、週に四回、自宅で大人や子供の英会話教室を開き、さらに翻訳の仕事もしている。ご主人は、二カ月前からフリーのデザイナーとして活躍を始めた。夫人はポルトガル語、日本語、英語のほか、仏語、スペイン語、伊語もマスターしている。二十八歳。

すでに述べた通り、ブランデーはワイン（ぶどう）が原料です。このワインを蒸溜するのがブランデーの歩む道ですが、蒸溜機はウイスキーの時に使うポットスチールとは異り、「ランピック・シャレンテ」（LAMBIK・CHARENTAIS）という銅製のたまねぎ型の蒸溜機を使います。直火にしてウイスキーのモルトを作る時と同じように二回蒸溜を繰り返して、七〇度ぐらいのコンьяックの原酒「オー・ドウ・ウィー」を作ります。この原酒をオーク材の樽につめて熟成させるわけです。

熟成の方法もコンьяックとウイスキーとはまるっきり違うのです。ウイスキーが女性的で静かなら、コンьяックは脱白坊主的な面があります。ウイスキーは空気の乾燥していない所で、しかも温度もあまり変化のない倉庫で静かにじっくりと熟成させるのですがコンьяックは逆に通気のある所で温度も適当に変化するのを好み、樽に入っても時々移動し熟成させるのです。

このように、動のコンьяックは蒸発度もウイスキーよりも多く、初めの一年で二〇%ぐらい蒸発してしまいます。この方法で作るようになるまでにはいろいろな話があります。

その一つに、コンьяック業者が外国に輸出するために舟を出したところ、悪天候にあい、舟はさんざんにゆれて輸入業者に手渡されたのです。受取った輸入業者は心配しながら、樽をあけて味をみたところ、今までにない香りとコクがあり大喜びをしたという話を製造業者が知り、自分達の倉庫に眠る樽を動かしてみたり、時々、扉を開けて明りを入れ、空気の入れ換えをしたりして今日の熟成方法になったともいわれています。

さて、コンьяックといわれるブランデーにするには三年以上樽で熟成させなければいけません。普通、皆様の飲んでるスリスター「★★★」クラスで一般には一〇年物といわれていますが、実際の熟成年数は五年ぐらいで、「V.S.O.P」(VERY SPECIAL)でも二〇年

# 酒の話

ブランデー(下)

## ウイスキーは「静」 コンьяックは「動」の熟成法

澤井慶明

■全日本ブランデー協会 国際局長 株式会社 S.A.W.A. オリオネ社社長 ■九六七年世界ウイスキーコンクール優勝者

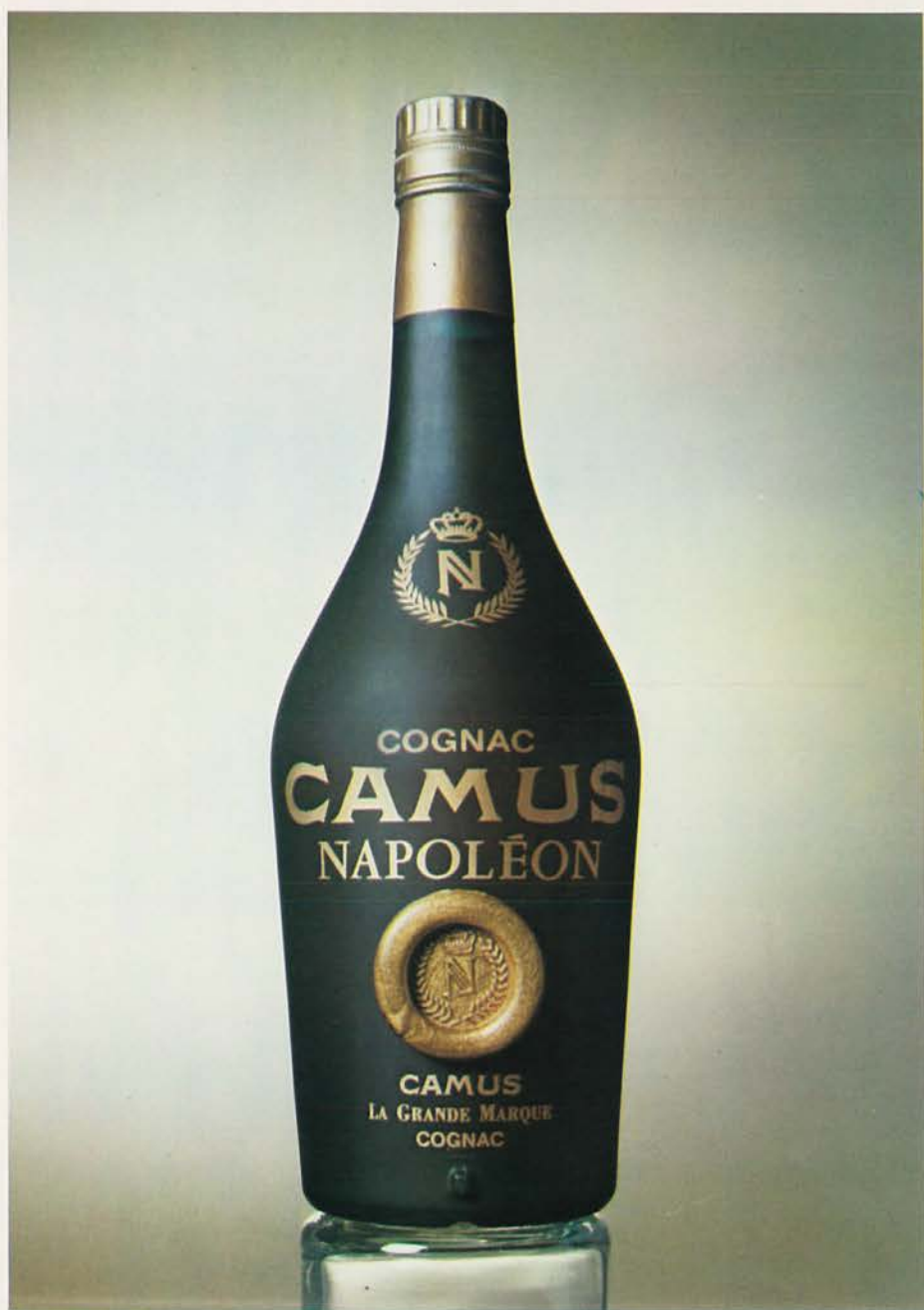
といっていますが、一〇年ぐらいの熟成なのです。エキストラ(EXTRA)の七〇年は三五年ぐらいで一般に公称年数の半分の年数の熟成です。五〇年以上のコンьяックになりますと長い年月による蒸発で樽にはいくらか残っていないので各製造業者は家の宝物にしています。

皆様はよく、ナポレオンという名前を聞かれるでしょう。ナポレオンはナポレオンが飲んだ酒ではなく一八一一年にナポレオンに男子が生まれ、それを祝って各業者が記念に売り出したのが今日まで続いているのです。このフランスが生んだ英雄の二世誕生に最上のコンьяックを使い祝ったので、一躍有名になり、ナポレオンといえは高級品だといわしめたのです。今日のナポ

レオンは二〇一五年、公称五〇一六〇年物を使っているようですが、ナポレオンについては名称登録も熟成年数のきまりもなく、各業者が自由に行っているのです。日本という「灘の生一本」と同じようなものです。

いずれにしても、コンьяックはフランス政府のお墨付きの名酒中の名酒です。よいコンьяックを選ぶには名前にとらわれず、まろやかな、そして香ばしいかおりがあり、色の濃い、コクのあるものを選んでください。

アメリカでの製造歴史は一〇〇年ぐらいですが、二五〇年もの古い業者も加わっているといわれるカミュ(CAMUS)が、最近、流行しているようです。皆様がバーに行つてコンьяックを注文する時に栓が抜いてあつてラベルの古いものを見たとき、古いほどブランデーは価値があり美味この上もないと思つておられるようですが、一度栓を抜いて三四年もするとアルカリ成分が少しずつ溶出し劣化してきます。味もかおりも失われ、まずい飲み物になってしまうのです。日本ではコンьяックそのものは値段も高く、いつでも手軽にというわけにはいきませんがストレートで飲むならV.S.O.Pクラスを温めたブランデーグラスでゆっくりと口の中で味わいながら彼女と一緒に飲むのもオツなもの。 / ンランデーはナイトな飲み物なのです。(丁)



# 職人道

いにしえ

## 古の合戦の地で灼熱の鋼を錬る

はがね

### ● 刀匠兼元二十七日目

### 金子孫六さん(五十三歳)

戦国乱世のころ、岐阜県美濃地方の野面は血塗りの白刃と白刃、いりみだれて争う陣馬の悲愴ないななきが木霊した合戦の地である。

二十七日目兼元、金子孫六さんは名刀匠、関ノ孫六兼元の血を受けてきょうもここ合戦の地で鋼を錬る。「戦国時代の美濃は日本を東西に分ける境界の地で、戦略上重要なところ

ろだったんです。それだけに激しい合戦も多かったらしいです。戦でいたんだ刀を明日の合戦に間に合わせるために、当時の関鍛冶は夜を徹して槌を振るつたそうです。この仕事の速さはいまもなお関鍛冶に受け継がれています」

し鍛錬とは、千度に熱した玉鋼を向こう槌で二十センチほどに叩き延ばし、それを真半分から折り曲げて、また延ばすんです。一枚が二枚、二枚が四枚と折り返しては、また延ばす作業を十五回繰り返すんですよ。すると三万二千六百六十八枚の層の鋼になり、鉄さえも斬るといふ刃鋼ができるわけです。兼元の刀は柔かい鋼を芯に、中質の棟鋼、皮鋼と硬質の刃鋼をあわせてつくる(四方詰鍛錬)のですが、先ほどの折り返し鍛錬で鍛えた最も硬い刃鋼が、刃の部分。この四鋼からなる刀は折れず曲がらず斬れるという実戦に即した刀となるんですよ。先年作家の三島由紀夫さんを介錯した刀は悲しいことに私の先祖、二代目兼元が鍛錬した刀だったんです」



吹きあげる火焰は歴代兼元の狂りを見るようだ

直視した眼は火焰と玉鋼の温度を計る。火焰の中に火花が散る。金色に燃え灼熱に輝く玉鋼に瞬時をまたず向こう槌が打たれる。にぶい槌音が胸を打ち鋼の叫びともいえる烈しい火玉が八方にとびかう。鍛錬衣の袖からのぞく金子さんの腕と手はとび散った火玉で斑点状の火傷の跡が残っている。

「むかしもいまも変わらず孫六の特徴は折り返し鍛錬と四方詰鍛錬なんです。折り返

なお変わらぬ鋭い光を放つ。関ノ孫六の重責を負って灼熱の鋼にいどみ続ける兼元の気魄も千年一日変わることがない。



千年一日、刀造りの道具はどれひとつとして変っていない



振り降ろされた向こう槌に玉鋼は悲鳴をあげ火玉を飛ばす





# 花物語

第2回

## 気高く清しい春の女王

### シヤクナゲ

文・写真 はらだまさよし

シヤクナゲの漢字は「石南花」で当然、音読みから和名になったものだが、中国でいう石南花は実はまったく別のバラ科植物のことだそう。誰がいつ頃このまちがった名を冠したのかはさだかではないが、ともかく我が国のシヤクナゲはツツジ科植物の女王。北海道から屋久島までの山岳帯にいくつかの品種が自生し、また最近では庭木としての地位も高



吾妻八重ハクサンシヤクナゲ（ネモトシヤクナゲ）は自然の改良種



外来園芸種は日本種との交配による改良品種もある

ちよつと限られた場所だが、低地では室生寺の境内（自生ではなく庭木、花期は四月下旬頃）の群落も幽遠な寺の雰囲気によくとけこみ、印象深いものだった。——葉は枇杷の葉の子供、花はつつじの花の大きいお化け



淀君草の名があるミヤコグサ

感じに、私は都会的な疲労を見出した。いろいろな種類の疲労のうち、都会の色や形や音から来る感覚の疲労が、山に三月もいた私に一番欲しいものである。——これは昭和のはじめ、伊豆湯ヶ島に滞在していた故川端康成がエッセイとして残したものの（昭和9年刊、川端康成集）で、シヤクナゲのすべてを言いつくしているように思える。



ごく身近なところで見られるオカスミレ

く、ツクシシヤクナゲ、アズマシヤクナゲなどの和種や多くの外来園芸種が植木屋の店頭を飾るようになった。私は山を歩いていたこともあってシヤクナゲとの出会いは古く、想い出も多い。尾瀬の景鶴山で初めて見た純白のハクサンシヤクナゲや吾妻山系の八重咲き、笛吹川東沢でのアズマシヤクナゲの等々……これらは



丘陵地の木の間に咲くヒトリシズカ



河原に点綴するニワセキシヨウ

ヒマラヤに関する文献や紀行文を読むとどうやらシヤクナゲのメッカはこの地帯で、私は比較的内入しやすいブータンやランタンヒマールへのトレッキングを夢みている。写真で見ると色も形も多彩で気高い。また幻の名花といわれる「青いケシ」花も実在するというし……。

花言葉 警戒心が強い。



外来の園芸種はあてやかで一般に花も大きく、葉末にしても長く育つ

VIVI特選  
今月の一品  
(2)

ブーフ アラ プルギニオン  
Boeuf à la Bourguignon  
●牛ささみ肉の赤ブドウ酒煮  
(ビーフシチュー)

シェフ 久江田高行

今月は煮込み料理の代表ともいえるビーフシチューをご紹介します。今日、世界中いたるところで人気のあるビーフシチューやいろいろな煮込み料理は、元来田舎の主婦たちが日常忙しいため、あまり手間をかけずしかも栄養満点で、使用する材料によって変化のある味を楽しんだのがはじまりといわれています。それぞれの家庭独特の香りと風味が楽しめることから、やがて都会でも愛されるようになったのです。

ホテルやレストランでのビーフシチューはその店の特徴や料理人によっていろいろ作り方が異なり、家庭では出せない独特の味を作りだしています。

私どものV-V-Vのビーフシチューも、脂身の少ない牛ささみ肉にV-V-V特製スパイスをふりかけ、フランス産赤ワインと新鮮な野菜類を一晚漬けた後、長時間かけてゆっくり煮込んだもので、これらの具やスパイスが渾然と溶

け合った風味満点のビーフシチューに仕上がっております。ぜひ一度、賞味ください。





## 本場フランスより 味はいい

ニッカウヰスキー株式会社 専務取締役 竹鶴 威さん

仕事から渡航する機会が多い竹鶴さん、世界各国の料理を味わった舌は人一倍肥え、味にはうるさい。本場フランス仕込みの味覚で名を売るレストラン・ヴィヴィとしても気を許せないお客さんのひとりである。

「洋食といえばフランス料理に代表されますが、本場で食べるフランス料理はどうも味付けがしつこくていけませんね。そこへいくとヴィヴィのフランス料理はフランスの風土の味をこわさず、日本人の口にあった軽いスパイスで味付けされているせいでしょうか、フランスで食べたものよりおいしいですね。きょうのビーフシチューもしつこさがありまなく日本人向きの味で、私の好きなメニューのひとつです」

竹鶴さんはもちろん大のウイスキー党。ウイスキーをおいしく飲む方法も心得ている。ウイスキーは香りと色を楽しむものと、きょうもおつまみなして軽くグラスを傾ける。

### エリア会員募集中

- 個人会員.....20万円
- 法人会員 (記名式)1名につき.....20万円
- 法人会員 (無記名式)1口につき.....30万円
- 家族会員.....10万円



MEMBER'S ATHLETIC CLUB  
**VIVI**

六本木口アビル4F~6F ☎03(402)6281(代)

# 「鹿」愛読者特別優待券

## 福寿友の会



有限会社 福寿家具 TEL533-8811(代)

この優待券をご持参の方は「福寿友の会」会員扱いにさせていただきます。

☆割引率を一般より優遇いたします。  
☆ご予約の受付も優先的に取扱います。



福寿家具はジャパン・ファニチャー・センター(略称J.F.C.、日本家具センター)の開設以来、同センター内において、優秀な品質で定評のある広島県の家具メーカーが製作する婚礼家具などを主体とし、メーカー直結の安い価格で良い家具をお買い求めいただき、皆様にご満足いただける家具商を目指して長年努力いたして参りました。今後も、伝統の技術に新しい感覚を加えた優れた家具をメーカーともども創り出して、誠実なあきないをいたしたいと存じます。

## 暮らしを大切にされる方の、明るい家具のプランは福寿友の会で……

日頃ご愛顧いただいておりますお客様を会員として「福寿友の会」を昭和48年に創設いたしました。

- 会員の方々には下記の特典がございます。
- ☆割引率を一般より優遇いたしております。
- ☆ご予約の受付も優先的に取扱っております。
- ☆会員の方のみを対象とした「特売内見会」<現品限りの処分売出し>などを催しております。

只今会員募集中です。あなた様も早速ご入会下さい——入会金・会費は不要です。



有限  
会社

# 福寿家具

〒104 東京都中央区晴海3-10  
 ジャパン・ファニチャー・センター5階  
 電話(03)533-8811(代)・8883  
 営業時間 午前9時～午後5時  
 休日——日曜・祭日

# 株式投資「健康法」

香山 檜次郎

46  
79  
15  
24  
39  
58  
77  
63  
14  
88  
19  
56  
51  
18  
44  
25

株式投資はギャンブルじゃない

「孫子（まごこ）の代まで、株はさせない」といった古めかしい家訓がついひと昔まえまで幅をきかしたものだ。お月サマに人間が飛んで行ける現代では、こんな家訓は死語と化した感が深い、それでも「シロウトが株を買ったら大損をする」とか「株はカケと同じ」とかいふことばに耳を傾ける人が少なくない。この人達は、株式を買うのを、まるで競馬の馬券を買ったり、花札やポーカーをすることと同じように考えているのであろう。

たしかに、株を買ったら絶対にもうかるなどという「王道」は存在しないし、リスクはつねにつきまとうわけだが、競馬や花札、ポーカーのようなギャンブルとまったく違うことだけは、現代人の資格として知っておいていただきたい。というのも、株式市場が自由主義経済の仕組みの

なかで、なくてはならない一部門となつてゐるのに対し、競馬、花札、ポーカーのようなギャンブルは、人間の射倖心を満足させるゲームではあつても、経済を運営していくために不可欠のものではないからだ。

株式市場は、一国の経済（景気、企業業績、金融など）のかがみであるばかりでなく、政治、外交、社会、世界状況、そういったもろもろの現象が結集された結果として、株価に反映される。

二月初旬以降、ロッキードに明けロッキードに暮れる毎日が続いているが、高官名発表をめぐる政局不安を反映して、わが国の株式市場は①NY市場の一、〇〇〇、大台乗せ②世界景気の回復③カネ余り現象による世界的株高を横目に、ダウ四、六〇〇円大台の出世を繰り返している。政局不安が株式市場に反映される意味が、これでハッキリしよう。

株式投資への出動は、新しい時代の流れを先取りする事業経営への参画にも通ずるわけで、事業経営者としての勉強と読み、決断と実行力を養成する頭脳健康法の楽しみにもつながる点を指摘しておこう。

「高く売って安く買い戻す」

株式市場が下げ相場にはいると、「売つてもうけた」とあるいは「下げ相場でかせいだ」というひとが現れる。株式投資の本筋は「安く買って高く売る」とつねに

聞かされてゐるため普通のひとは首をかしげるかも知れない。株は上がればこそもうかるので下げ相場ではどんなにシタバタしても、もうかるはずがないし、早目に売り抜けて、損失を小さくするのがせい

いといっぱいではないか……と考える。たしかに「安く買って高く売る」のが一般の商法だが、株式市場では、あべこべの「高く売って安く買い戻す」ことが、信用取引なら可能となる。信用取引とは、手もとにカネがなくとも、担保さえ充分あれば株が買えるし、株の現物を持たなくても、



売ることができるとして、たとえ売りの場合、三五〇円の某株が高すぎると思う。ここで売っておく。やがて予想どおり三〇〇円に下げた。ここで買い戻す。五〇円の値ザヤかせぎである。つまり三〇〇円で買ってから、三五〇円で売り抜けたのと同じ計算になる。

そこで、この世界では、売りも買

いも両方やる人がいるが、これはちやうどアマ党、カラ党の両刀使いということで、胃のなかはもちろん、頭の中がおかしくなつてしまふ。両方うまくいかない

どころか、どちらも苦境に立たされてしまふのが落ちて精神健康面からもよくない。現在の日本の国力をどうみるかによつて売りと買いとにわかれるわけだが、これはその人の人観、世界観に根ざすものだけに、勝敗は相場の結果にゆだねたい。

（東洋経済リサーチセンター取締役・投資顧問室長）

上達をあきらめた  
人のために



# 下半身を 生かして使え

医学博士 中山博夫

## スウィングは一つしかない

一般のゴルフ愛好家が、その上達のために、いかに苦汁をなめつつ努力を重ねているか。ときには衆目の中で恥をかき、他のことなら許しがたい屈辱にも耐えながら、実に涙ぐましいまでに打ち込む姿を見るにつけ、私はなんとむだな努力をしているものよ、ああまで骨折り損をしなくとも上達の道はあるものを——と考えさせられるのである。

前回で、ゴルフというものが、いろいろな意味で「錯覚」する要素が多いということがわかりただけだと思ふ。つまり、錯覚がゴルフを

むずかしくしている。人それぞれだがひと言でいえば、その人の錯覚を解明して、その虚像を取り除くことにより、ゴルフは上達するといえなくもない。

練習場のプロが（多くの場合はアシスタント・プロだが）自分の聞き覚えの理論や浅い経験で、小羊のよきな生徒たちに「ある種のゴルフ」を強要している場面に出くわすが、あれはどんなものかと思ふ。といって、ひとりよがりの自己流ゴルフでも上達はおぼつかない。ゴルフ雑誌や、先輩ゴ

りに「千本ノック式」の猛練習を積んだところで、錯覚の上に組み立てられたゴルフは上に伸びることはない。

私のような医者が、専門的分野で患者を診断する場合、その人の体力や気力、肉体の老化度がそれぞれ異なり、それによって病状の変化にもいろいろなバリエーションが出てくるわけだから、一定の（固定的な）処方できない。それと同じようにゴルフにおいても、体力や体型、握力、腕ぶしの強弱により、その処方箋は変わってくるべきである。

ただし、人体固有の生理機能が一つであるように、ゴルフのスウィングも生体力学的にみて、その運動形態は一つである。

地上に静止したボールを遠くへ、しかも狙いたがわず飛ばすための筋肉運動を効率よく行なうのは、前回で述べたように、伸筋と屈筋のスムーズな関連運動である。人体構造的に正しい動き（はたらき）は一つしかあり得ないのだから、それ以外のよけいな動きを与えない方が、よりスムーズな、しかも力強い動きをするであろうことは明白である。

錯覚によって、本来の動きをむりにまげたり、よけいな動きを加えることにより、筋肉活動は有効な動きをしなくなることは容易に理解されるはずである。

私の知る限り、日本のティーチング・プロで、こうした生体力学的に理にかなったスウィングを指導できる人は指で数えるほどしかない。かれらが生体力学的な知識を会得しているかどうかは別だが、やはり一流のプロは無意識のうちにも、そうした効率的スウィングを体得しているものである。

これで最初に書いたように、練習場でやみくもに大汗かいて、何十箱もボールを打ったところで、またコースでありつたけの力でクラブを振り回したところで、ゴルフは上達しない。思いどおりにボールが飛んでくれない原因がつかめたと思ふ。つぎにゴルフ・スウィングを分解して



それぞれのパートで筋肉がどう働く

か、正しい 追ってみよう。

## ●筋肉は動かした基点に戻る

まず人体は、初めに働いたところからまたたたび逆の運動をする性質があることを忘れてはならない。いいかえれば、筋肉は動かした基点にかえる性質がある。ゴルフ・スウィングの基礎がアドレスにあることの意味がここにある。

### ●アドレス

その人のゴルフの腕はアドレスを見ればわかるといわれる。名手のアドレスには、どっしりとした安定感が漂っているものである。これから打とう（遠くへ飛ばそう、ピンにつけよう）という気迫がみなぎっているから、ある種の緊張感はあるが伸ばした両腕や腰のかまきは決して硬直してはいない。私がむかし、ビッグスリーのゴルフを見て、ひしひしと迫る緊張感に打たれたのは、実はコンセントレーション（精神集中）のためであって、よく観察すれば、硬直した状態とは異質のものであることが見ぬけたかもしれないのである。いわば嵐の前の静けさ、とでもいうのだろうか。その一瞬は、いつさの雑念をふり払ってボールを打つことに全神経を集中している。ス

ウィングを通じて、もつとも緊張を要するのが、このアドレスである。ショットの成否はここで決まるといっても過言ではない。

グリップした両腕は伸ばされているが硬直してはいない。いくぶん膝が折れて腰をやや下に落とした形。上体がわずかに前かがみになって、目はボールを凝視する。プロの写真やテレビを参考にして、鏡の前などでこの形が身につくまで研究するべきである。スウィングのかなめともなるのだから……。人体には元に戻る性質があるといったが、インパクトの形（ボールを正しくヒットできるかどうか）がこれで決まってしまうのだから重要なポイントである。すべて、初めよければ終りよしである。

### ●スウィングの始動

スウィングは「くるぶし」から始動する。グリップした手の動きより一瞬早く右足のくるぶしが動く。そして腰が……。ほんの一瞬のタイミングだが、生体力学的にみて正しい要素である。これがインパクト時のパンチを強める「右足の蹴り」に

つながる。ここでも人体の性質を思い起していただきたい。

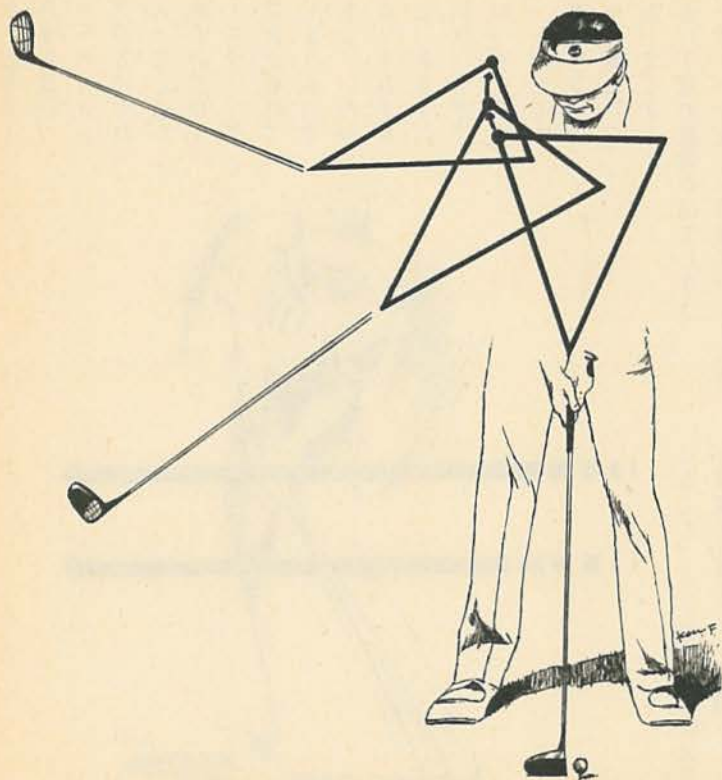
そして、スウィングするグリップがなるべく身体の近くを移動する方が、クラブヘッドが正しい軌道を通り、スピードがより強調される。それには下半身が先に動いてテークバックする手の動きを助ければ安定感も増す。ヘボのうちは、手だけが動いて下半身はつつ立ったままといい場合が多い。身に覚えのある方は、右足のくるぶしから動かしてテーク

バックに入る、いわゆるツイストアップの訓練を試みるべきである。

ニクラスやジョニー・ミラーらが「ひざ」の動きとグリップ、クラブヘッドの動きは「鉄道の線路」のようにせよ、という言葉は名手の名言といえよう。

### ●テークバック

テークバックは日本英語で、アメリカなどでは「テークアウェイ」という。つまり、飛球線をリードする



動作の意が感じられる。

正しいインパクトからフォローコースルーをつくるための予備動作と考えるべきである。したがってテークバックされるクラブヘッドの軌道が正確な円弧を描かねばならない。

それには一般にいわれるように、左肩をまわすというよりも、右肩を意識して(重ねた紙をはぐようにめくる感じで)回転させるのが人体力学にかなった効果的なやり方である。それでもできるだけゆっくりと——。プロなら別だが、よほどの名手でもなければ性急なスウィングは禁物である。テコ作用はクラブヘッドの弧が大きくなればなるほど強く働くわけだから、習字の手本をなぞるように、ゆっくり、できるだけ大きい弧を描きながら一気にトップまで持つてゆく。

さらに注意しなければならぬことは、頭は下げたまま目はボールを凝視して離れない。体の回転に伴って左肩を前に突き出さないこと。

前回にも書いたように、近代ゴルフの名手はアップライト・スウィングを身につけている。外国勢はもとより、ジャンボ尾崎も、山本善隆もこの例にもれない。尾崎が最近、調子が悪いのでスウィングをフラットに変えたいというような発言をしていたが、その真意がわからない。か

れの快調なときのフォームを見れば明らかにアップライト打法である。

もしフラットに変えたとすれば、フォームをバラバラに崩してしまわねばならない。トーナメントに追われるプロが、そんなことをできるはずもないし、またすべきでもない。

調子を崩しているのはタイミンクの問題であって、アップライト打法であそこまで成長した尾崎が、その持ち味を変えるいわれはどこにもない。そうした精神的な迷いこそ、プロの敵と思えるべきである。

余談に走ったが、一般のアマチュアには意識なしにフラットなフォームで固まっている人が多いものだが私は生体力学的に考えて、何回も書くようだがアップライトを身につけるよう推めたい。テコ作用を強めるクラブの弧を大きくとれること。そして、正確なインパクトに導くインサイド・アウトの軌道をつくりやすいからである。

フラット・スウィングは、アウトサイド・インのスライス軌道をつくりやすく「手打ち」になりやすい。

### ●インパクト

ダウン・スウィングは、やはり下半身から始まり、とくに左ひざがリードする。スウィングのトップでためられたエネルギーが爆発するわけだ

が、ピギナー

のうちはバック・スウィングの方に力が入ってしまい

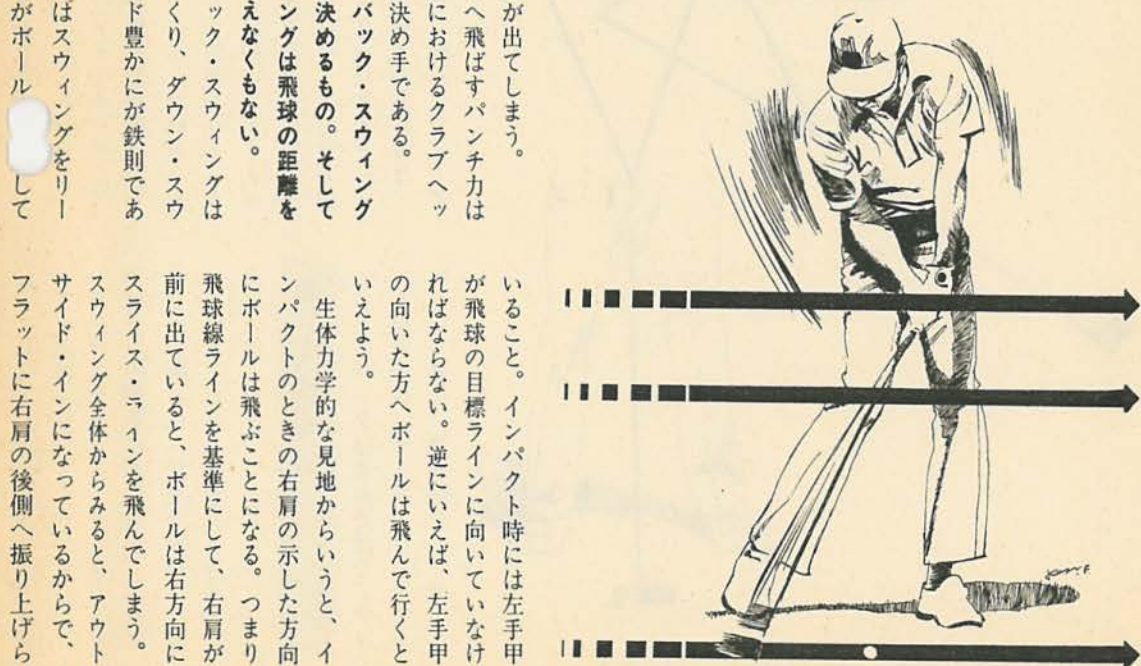
肝心のダウン・スウィングで力がぬけてしまうものである。いわゆるリキミすぎで、あまりに

気負いすぎてバック・スウィングしたためにインパクトで瞬ぬけになつてしまう

という逆の結果が出てしまう。ボールを遠くへ飛ばすパンチ力はこのインパクトにおけるクラブヘッドのスピードが決め手である。

いかなれば、バック・スウィングは飛球の方向を決めるもの。そしてダウン・スウィングは飛球の距離を決めるものといえなくもない。

したがってバック・スウィングはできるだけゆっくり、ダウン・スウィングはスピード豊かに鉄則である。

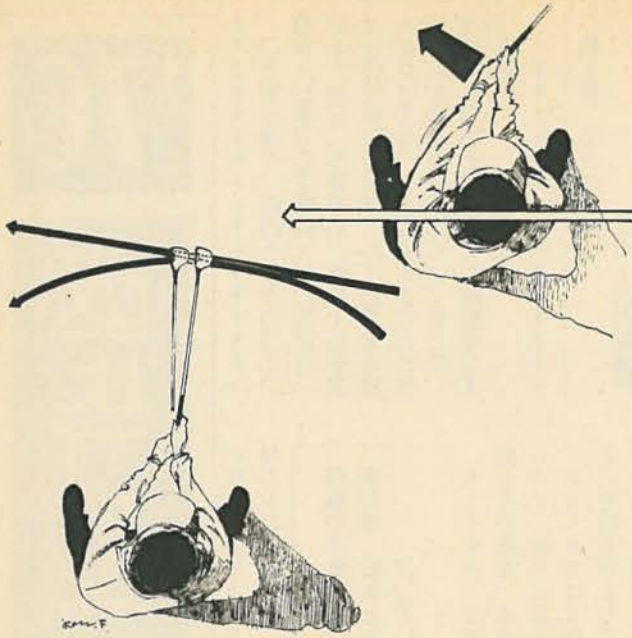


いること。インパクト時には左手甲が飛球の目標ラインに向いていないければならない。逆にいえば、左手甲の向いた方へボールは飛んで行くといえよう。

生体力学的な見地からいうと、インパクトのときの右肩の示した方向にボールは飛ぶことになる。つまり飛球線ラインを基準にして、右肩が前に出ていると、ボールは右方向にスライス・ラインを飛んでしまう。スウィング全体からみると、アウトサイド・インになつていからで、フラットに右肩の後側へ振り上げら

れたクラブがダウンスウィングで外側から懐のうちへ振り下ろされる感じでインパクトされる。このとき右肩は飛球ラインの外側にとびだした状態になっているわけである。(体が開いてインパクトされる状態)左手甲は外側(飛球線の右側)に向いているはずである。

ダウンスウィングで、右肩が飛球方向ラインで止まっていれば体の左サイドのテコ作用により、手首が早くかえってインパクトされるから左手甲はアドレスの形に戻りボールはまっすぐ飛ぶ。左肩を飛球線で



止めて打て。う人もいるが理屈は同じことである。左肩が左に開けば、右肩は前に(飛球線の右側に)出るわけだから飛球はスライス・ラインを描く。

陽気なメキシカン、リー・トレビノ。かれのスウィングは独特のもので、他人にはまねのできない特徴がある。生体力学的には、伸筋と屈筋のけんかが多いことだろうが、天性の強靱な腰と柔軟な身体が支えとなり、加えて生来の負けん気とたゆまぬ努力によって、あの独特の変則打法を生み出したに違いない。

注目すべきことは、見た目の変則打法が、スウィングのポイントであるインパクトでみごとに生かされているという点である。かれのダウンスウィングにおける右肩の動きに注意すると、飛球線に沿って実に長く尾を引いてボール

を追っているのがわかる。スウィングにもかかわらず、かれの打球が決して曲がらないのはそのためである。フェード気味のかれの打球がフェアウエーをはずすのをほとんど見たことがない。

トレビノのスウィングそのものをまねることはむずかしいことだが、あのダウンスウィングからフォローに至る肩の動きに見習うところは多い。ジョニー・ミラーの華麗さとはまた違った味がある。

### ●フォロースルー

フォロースルーは、インパクトを中心としてバック・スウィングと相似形をつくるのが理想である。一般のピギナーには、インパクトでボールをすくい上げようとする意識が働くので、フォロースルーを長くとることができない。インパクトのあと、すぐかつき上げてしまう人が多いようである。インパクトで手打ちになる人(ボールをヒットするのはクラブヘッドであることを忘れている人)に多く見られる。

長い円軌道によるクラブヘッドの遠心力によってボールを打つ感じをマスターしていれば、おのずからフォロースルーも長い円軌道を描いて打球を追う結果になるものである。トレビノの例でもわかることだが

アーノルド・パーマーの有名なハイフィニッシュにもよく表われている。かれのフォームをよく観察してみると、インパクトの直後から、打球を目が追いかけて行く。さらに、そのあとをクラブヘッドが追いかける。グリップが顔の前を通り過ぎ、頭上にかけてのぼるのを見定めるように、右腕から伸びたシャフトの先端を見すえる独特のポーズは、インサイド・アウトの軌道を如実に表現している。

右腰から左腰へ振り回されるようなピギナーのスウィングでは、とても快音を残して白糸を引くような打球はおぼつかない。

一般のアマチュアが心がけるべきことは、バック・スウィングは短くフォロースルーを長くとする感じを身につけることである。ダグ・サンダースの電話ボックス・スウィングは大いに参考になるところである。トップの位置が後頭部にまで振りかぶるようなオーバーなスウィングは決してよい結果をもたらさない。もともと腕の筋肉は、曲げたものを伸ばした方が、伸びているものを曲げるよりスピードがつくのが生体力学の原則である。

(つづく)

日本大学医学部第一生理学教室。HDCP 8



レーで損傷して不適当になったクラブは、どのクラブとも、取り替えができる。どのクラブとも、の部分が増加された。

いままでは、ドライバークラブが損傷したらドライバークラブと……しか交換できないものと、暗黙裡に理解されてきたが、これからは、「ドライバークラブがこわれたが、ウェッジと取り替えよう」もOKとなる。

### 第16条 球はあるがままの状態

### 第17条 プレー 及び

### 第27条 止まっている球を動かす

これまでは、球を動かしてしまつた場合、故意に動かした場合は16条により2打罰、その他の場合（誤つて動かす、局外者が動かす等……）は27条となつていた。それが今回の改正により、16条は、罰則や処置を伴わない単なる「原則規定」だけになり、実際の処置の方法や罰則はすべて27条にまとめられた。

また、故意に動かした場合でも、1打付加（従来は2打）するだけでよいことになった。これは故意に悪意ではないという解釈が確認されたため。

同時に、前位置にリブレース（局外者が動かした、捜索中に動かした）、球の止まつたところからプレー（誤つて動かした、ミス・インペディメントに触れて動いた）とまちまちだった処置が、すべて、前位置にリブレースに統一され、球の止まつたところから

のプレー（ドレス後に球が動いた場合のみ）となつた。

### 第17条 ライまたはスタンスの改善

### および球に与える影響の禁止

第1項のC（球をティ・アップするとき）が（ティで地面の不整を直すとき）と変わった。

どういふことかという点、旧ルールでは、（球をティ・アップするとき）は、プレーの線またはライを改善するため、固定物や生長物を動かしたり、曲げたりしてもよいことになつていたので、今回の改正で、ティ・グラウンドでは「地面の不整を直す」以外のことは禁止されることになったわけだ。つまり、ティ・ショットをするのに邪魔になるからといって、突き出してゐる木の枝などを折つたり、曲げたりすると2打罰になる。ご注意ください……。

### 第28条 プレーに適しない球

新しく「ストロークの結果として球が二つ以上に分離した場合は罰なしに再プレーしなければならぬ」という一節が追加された。

数年前までだったら、球が真つ二つに割れるなど考えられないことだったので、こんな条文は不要だった。ところが、ワンピース・ボールの出現で、打つた球が二つに割れ、一方はフェアウェイ、もう一方はOB、さて、どっちの球をとるか……といったようなケースが、ときどき問題になりはじめた

ので、この追加となつた。

### 第35条 グリーン

数項にわたつて改正されたので、順を追つて説明しよう。

第1項のd（球をふくこと）が、（球の拾い上げとふくこと）と変わり、これまで、グリーン上の球は、ふくことを目的とした場合だけ、拾い上げてもよいとされていたのが、任意に拾い上げてよいことになった。

第1項のe（バットの方向指示）の末尾に「プレーヤーはストロークするとき自己のキャディ、パートナーまたはそのキャディをバットの線の球の後方延長線上またはそれに接近させてはならない」がつけ加えられた。

これは、もちろん、バットの態勢に入つてからのことで、バット前に自分のキャディやパートナーに、ラインを読ませたり、相談したりするのはかまわない。そのへんを誤解しないことだ。



第1項h（動いている球）中の「局外者」が、旧ルールでは単に「局外者」となつていたのが、新ルールでは「動いているまたは生きてゐる局外者」と限定された。

つまり、旧ルールでは、他のプレーヤーが打つた球に当てられても、飛び出してきた犬に当たつても、キャディバッグに当たつても、いずれも、前位置にリブレース。打つたのが、新ルールでは「動いて、生きてゐる局外者」の場合だけとなつた。したがつて、静止している局外者、つまりキャディバッグなどに当たつて球がそれた場合は、単なるラブ・オブ・ザ・グリーンで、それと止まつたところからプレーを続けることになる。

第1項j（他のグリーンに乗つた球）のドロップする個所が、明確化された。つまり、旧ルールでは、単に「ホールに近づかず、ハザード外」となつていたのが、新ルールで「a、ホールに近づかず、b、ハザード及びグリーン外で最も近い地点から2クラブ・レンジス」と明文化された。

第1項k（拾い上げる球のマーク）旧ルールでは（球はそのまま）とあつて、球をふく目的以外には、拾うことはおろか触れただけでも2打罰だったが、これが全面的に削除されて、自由に拾い上げてよいことになった。（前々項で説明）そのかわりに、この項で、新たに「マークすること」が義務づけられた。うっかりマークしないで拾い上げると、2打罰となるのでご注意ください。

# 浪越徳治郎の 夫婦指圧教室

⑨



## 夫 スタミナ料理よりも効果は大

男の勝負は、なんといってもスタミナの問題です。スタミナをつけるには、スタミナ料理をとることも大切ですが、その食事を消化、吸収させることの方がもっと肝心なのです。今回はそのスタミナをつける指圧をご紹介します。

まず、ご主人はおむけに寝ます。奥さんはご主人の右側に腹の方へ向かって正座します。右手の手根部をご主人のミゾオチに当て、腰をあげて肘をのばし体重がのしかかるように静かに押えます。ひと押し約5秒、これを10回繰り返します。そして、オヘソに手を当て手根部で掌圧を5回繰り返します。さらに、オヘソのまわりの6点に掌圧を3回繰り返してください(図1)。

背筋の上に当て、左の親指をその上に重ねます。肘をのばして体重がのしかかるようにして腰の骨盤にぶつかるところまでの10点を押えます。ひと押し約2秒、これを3回繰り返します。

それから右側に座り、右の肩甲骨の下縁部の背筋の上に両手の親指の指紋部を重ね、腰の骨盤にぶつかるところまでの10点を3回ずつ繰り返して押えます(図2)。

次に、ご主人は正座してください。奥さんはそのうしろに立って、左手をご主人の額に当て、右の親指の先をボンノクボにさし込みます。そして顔を上に向かせて頭を突き上げるように押し上げます。ひと押し約3秒、これを3回繰り返します。ここはホルモン分泌の司令部ですから、脳下垂体に刺激を与えますので全身にスタミナがみなぎってくることうけあいです。

## 妻 水々しい若さを蘇らせるために

奥さんがいつまでも若く美しいということは、ご主人の生きがいともなり、仕事の能率もいっそうあがろうというものです。

プロポーションを美しくする指圧は本項ですでにとりあげましたから今回はとくに美容に関する指圧を行ないましょう。美容を代表するのは、何といっても顔でしょう。その顔もお化粧で作られたものではなく、内面から湧き出るそのまの美しさが大切です。たまにはご主人が奥さんのお顔を愛の美容指圧でみずみずしく蘇らせてあげてください。喜びと嬉しさで奥さんのお顔は生き生きと輝いてきます。

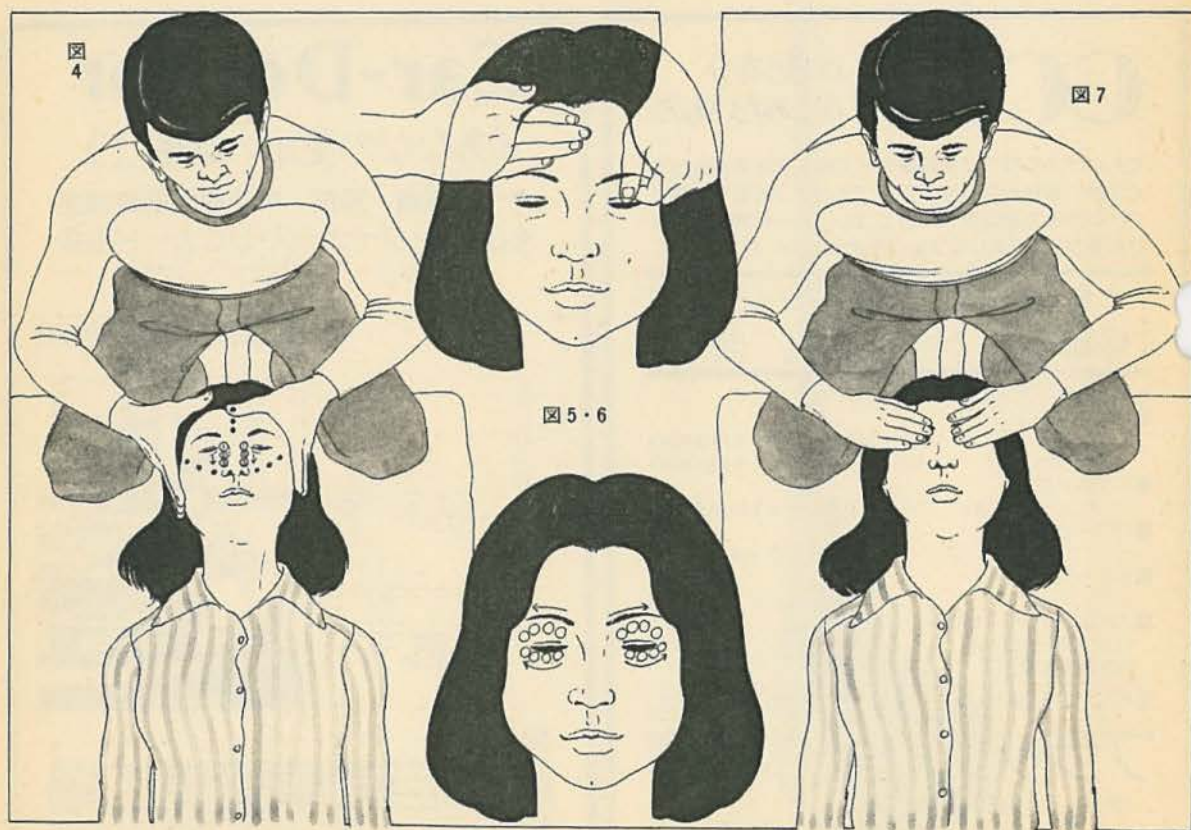
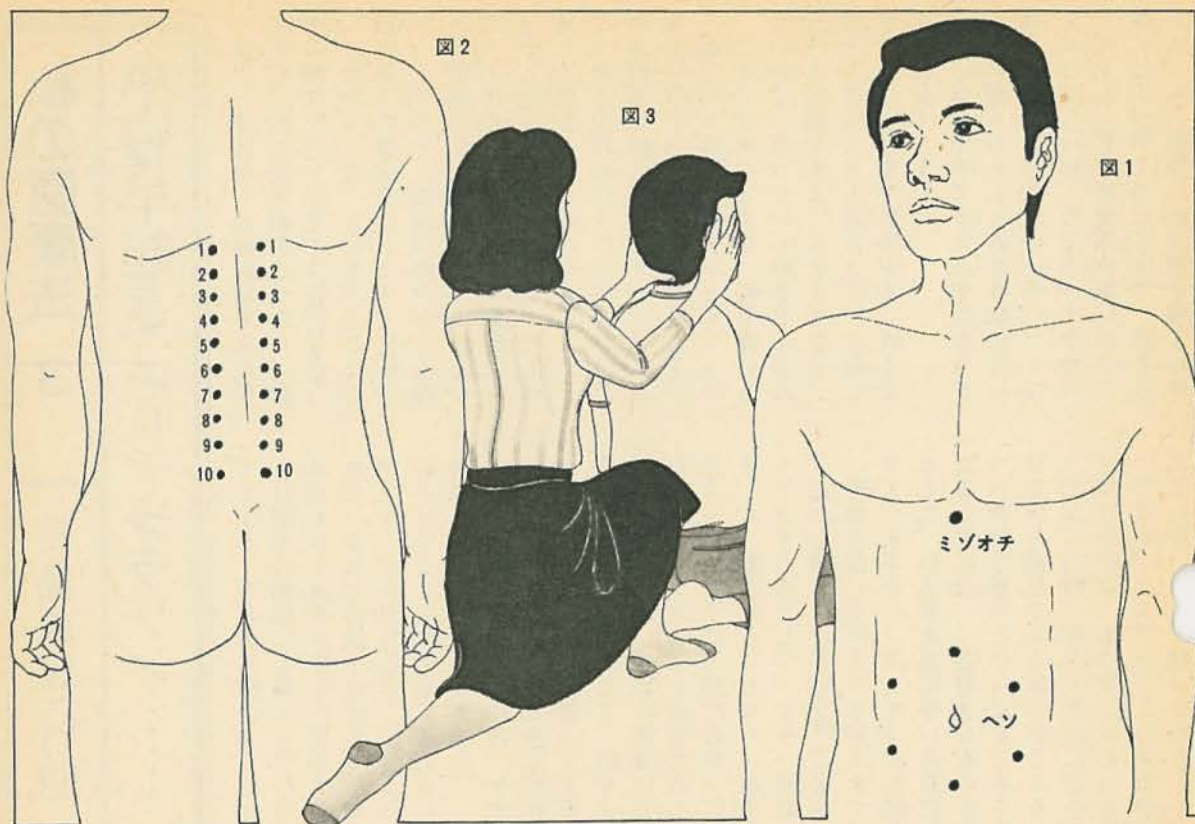
指圧の心母ごころ——**「おせば生命の泉湧く——母ごころ**とは思いやりの心です。指圧で一番大切なことは、この思いやりの心なのです。ご夫婦で愛情をこめて押し合ってください。生命の泉がグンと湧いて指圧の効果も一層あがり、ご夫婦仲も一段と深まることでしよう。

手の4本の指先で頬骨に沿って耳元までの3点を3回、両側同時に押えます(図4)。

次は、右の手を軽くヒタイに当て、左の親指で下まぶたを目がしらから目尻までの4点を1回、上まぶたを同じく4点を1回、それから、左手を軽くヒタイに当て、右の親指で右の下まぶたを目がしらから目尻までの4点を1回、上まぶたを同じく4点を1回ずつ押えます(図5・6)。

最後に両手の手のひらを軽く左右の眼球の上に当てます。ちょうど、目隠しをしたかっこうになります。この掌圧を約10秒静かに行ないます(図7)。

この指圧をご主人にやってみたら後で、奥さんは、感謝と喜びで笑顔を作ってください。女性の笑顔ほど美しいものはありません。この笑顔がホルモンを分泌して、若さと美を保つ秘訣になるのです。



# 私の健康法 3

長島茂雄(巨人軍監督)

## 早寝早起き、そしてマラソン……

夜十一時就寝、六時起床の早寝早起きが、私の長年の生活であり、健康の源になっているように思います。

それから、走って汗をかくことが私の第二の健康法でしょう。宮崎のキャンプでも、毎朝六時半から七時まで青島をひとまわり走って汗をかき、それから選手を迎え、練習に入りました。多摩川のグラウンドでも外野を一周してから選手を迎えます。

ですから現役時代よりも試合の分だけ運動量は減っていますが、食欲も変わらないし、体重も変わりません。

朝はパンに野菜にアメリカン・コーヒードですが、好き嫌いなもので、食べたいものをどんどん食べる主義ですよ。ステーキなら二枚平らげることもあります。ただしその分だけ野菜や果物を多く摂るように心がけてます。

タバコはやめてから八年になりました。酒ももともとあまり飲めないほうで、現役時代はせいぜいビールをコップに一杯、今でも一本がやっとなです。私は扁桃腺が弱いので、喉には充分気をつけてます。家ではあちこちの部屋に加湿機を備えつけ

てますし、去年の宮崎のキャンプからは選手の部屋にも備えつけたので、風邪をひく選手が少なくなりました。また、からだの調子に応じて早めにマッサージを受けるようにしてます。おかげでここ十数年、病気が少ない選手になるためには、ケガや病気など、躰の故障をできるだけ少なくするべきだと心に誓ってき

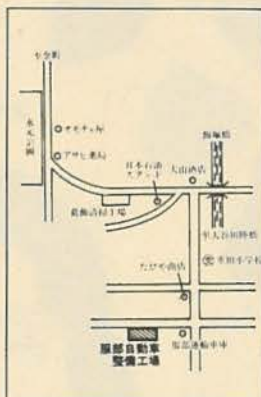
ました。スポーツ選手として、酒やタバコを節するほか、睡眠や休養に心がけ、躰のコンディションを整えることに人一倍厳しくして当然だと思ってきました。監督になった今も、選手をリードする者として、より一層厳しく己れを律しなければと思ってます。

野球を除いて何よりも好きなゴルフも、去年のシーズンオフから絶えました。巨人軍を真に率いる自己になるためには、一番好きなものを絶つべきだと思ったからです。ある程度自分の満足できる試合ができるようになった時、晴れて本当に好きなゴルフを心ゆくまで楽しみたいと思ってます。ハンディ9の実力が衰えていない、と願いながら……。

# Car-Doctor

《あなたの愛車の診断士》

- ★一般整備・車検・中古車、新車販売
- ★JCB・ダイナース・UCカード取扱  
(車検ローンも取扱っています)



# GOLF は思う存分 楽しみたいもの。

でも、ケガやクラブの損傷などで他人に迷惑をかけたことはありません。当ブラックストーン商事でお買い上げの方は下記安田火災海上ゴルフ保険で保証されますので、安心してゴルフをお楽しみいただけます。

**1年間保証つき** 《安田火災海上ゴルフ保険》

- 対人損害保障 最高2000万円
- 本人のケガ 最高250万円
- ゴルフ用品盗難・修理 最高17万円

\*しかもゴルフクラブがこの値段で!!

- ウィルソン  
X31 (4W×8I) 定価¥180,000 ⇒ ¥119,000  
1200(4W×9I) 定価¥237,000 ⇒ ¥180,000
- ベンホーガン  
プロデューサー(8I) 定価¥148,000 ⇒ ¥109,000
- パワービルト  
サンティション(柿・4W) 定価¥96,000 ⇒ ¥82,000
- トニーベナ  
ドライバー 定価¥30,000 ⇒ ¥25,000
- スポルディング・センチュリオン  
リンクス・セビール も格安でお買い求め  
他各種輸入クラブ いただけます。

都内なら3日以内、地方でも迅速にお届けいたします。

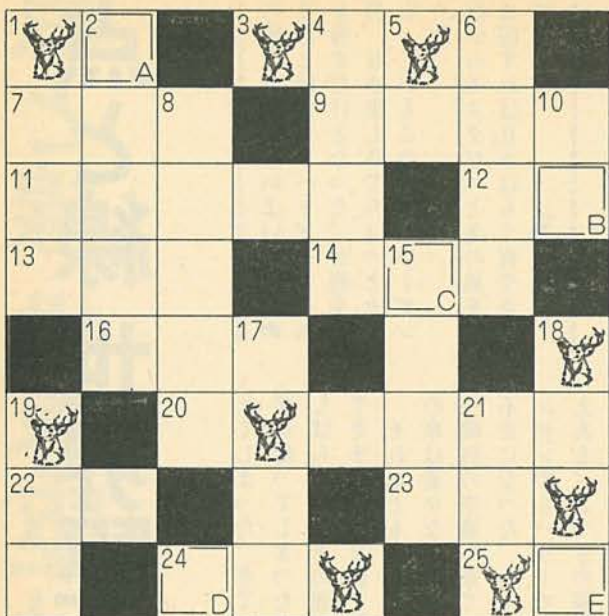
## ブラックストーン商事

〒162 東京都新宿区住吉町69 / さつきビル内  
☎03(351)7330(代) 営業直通 ☎03(357)9175

株式会社  
**服部自動車整備工場**  
東京都葛飾区水元猿町1003番地 ☎03(608)7740



# 賞品付クロスワード・パズル



〈解き方〉 鹿の絵のと「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、Eの二重カギ内を順に並べますと一つのことばができます。これだけ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。

★宛先 「鹿」編集室クロスワード・パズル係 ★締切 昭和51年4月30日当日消印有効 ★発表 本誌7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2万9千800円)を、10名様に高麗紅人參エキス、ビタ・ジン(市価7千円)をそれぞれプレゼントいたします。

〈答えのヒント〉 むかし西洋で、花の冠をかぶってその一日を楽しんだ春のまつり。

- 三コのかぎ
- ① へ達いたさ、見たさに恐さを忘れ……。 —の鳥という歌。
  - ③ 組織を —してこの不況を乗りきらなくては……。 紙 —をいまだ続けているおじさんがいる。懐しいねえ。
  - ⑦ —になって捜していたぜ、お前のことを。
  - ⑨ こんな —ゲームになるとは思ってもみなかった。まったく問題にしないこと。 —もかけない。
  - ⑫ インフレ打開に効果ある!? でもトラブルが起これなければいいけど……。
  - ⑭ 世の中、 —変りが激しいからねえ。
  - ⑯ あの人、このところ毎日通ってきてるけど、お —はあなたじゃない!?
  - ⑰ そんな —をしていると女の子にやめてないよ。
  - ⑲ —法ってよくいったもんだ。ちよろいちよろい。もらい火のこと。
  - ⑳ 奇らば大樹のカゲですよ。 —に入る。
  - ㉑ のように固く閉ざしているから真相はわからない。
  - ワテのかぎ
  - ① バンバンパンと —を打つ。
  - ② 京都、札幌などはその街並の美しいことでは代表格。
  - ④ —に長じるとは並大抵のことではない。
  - ⑤ —をかけたら、ポロツとしゃべったよ。
  - ⑥ へはるか —の白夜は明ける……。
  - ⑧ あそこまで攻め込んだのに、 —で負けるなんて。日本の代表的な流行歌の作曲家。 —メロティなどとして有名。
  - ⑩ この手すりはもつと —になるまで磨かなくてはダメだよ。
  - ⑬ おい、 —しないでやつつけちゃえよ。
  - ⑮ 半分にいっただら彼女泣きだしちゃってサ。意外とウブなんだな。
  - ⑯ もう爆発することはないよ。
  - ㉒ —注文も受けつけます。お早目にどうぞ。

ソフトカプセル・高麗紅人參エキス

## ビタ・ジン

愛読者価格  
¥5,600



★本誌愛読者にかぎり、高麗人參エキス、ビタ・ジンを特別価格で頒布します。市価(一箱65カプセル入)七千円を五千六百円です。ご希望の方は当編集部までお申込みください。

## アイヘルス

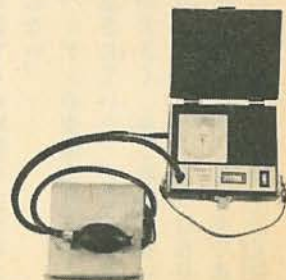
いつでも家族みんなの  
血圧が手軽にはかれる

デラックス  
(厚生省承認47日第1197号)  
定価29,800円

愛読者価格26,000円

U ウェタ興産

東京都台東区台東3-24-4  
TEL/834-0081代



# 点と線 世界駆けある記

## 第八回 コペンハーゲンの巻

福島 充

私の駆けある記もいよいよ大詰めに来てあとはコペンハーゲンとモスクワを残すだけとなった。行程も約一ヵ月、日本恋しさでちよつとセンチになったのもこのコペンハーゲンであった。

北欧からモスクワへと冬の旅を続け、帰国すれば日本はもう爽やかな初夏であろう。  
(筆者独白)



迷子を助けてくれた運転手君

フランクフルトでは気持の良い朝を迎え、私たちは空港へ向かうため車を二台用意したのだが、私は荷物とともに一人で乗るハメになった。空港へついていたが、前の一台が見当らない。ドイツ語がわからないので黙って5ドル紙幣を出したが不足らしい。10ドル紙幣の持ち合わせがないので20ドル紙幣を渡すとそのまま消

えてしまった。さてはつり銭を渡さずに帰ってしまったかと思ったが、しばらくしてその運転手が戻って来てキチンとつり銭を渡された。

それはともかくどうしてもう一台の車は着かないのであろうか。私は一瞬別の空港へ来てしまったのかと不安になった。ニューヨークでもロンドンでもバリーでも空港は二つ以上ある。さっきの運転手も心配して何回も腕時計をのぞいている。私は目立つようにとニューヨークで買ったバナマ帽をかぶり手押車に積まれた荷物のそばで、この先一体どうなってしまうのかと不安な気持ちでなすすべもなくタタ立っていたら、先程の運転手が「友達がいた」と馳け寄って来た。

ほんとうにこの時ばかりはかの運転手の好意ある親切に感謝した。何しろ間口が二〇〇メートルぐらいある空港のことだからなかなか見つからない。先方でも一生懸命さがしていたところ、大男にムンズと肩をつかまれビックリしたそうだが、「友達が待つて」というようなゼス

チャーで連れて来られ私と再会したわけだ。あー、よかったと一同大笑いであった。そして運転手君にお礼しようと思った時はすでに消えてしまっていた。

空港では婦人ばかりの団体客に出会った。洋服を着たアジア人は話をして見ないと確認できないが、このご婦人たち一行には和服姿が混っているの日本人に間違いはない。こ



コペンハーゲンの「人魚の像」の前で

の人たちはフランクフルトから東京へ直行することである。私はなぜかこの人たちがうらやましくなってしまった。ご婦人たちと別れ、われわれはコペンハーゲンに向かった。



圧巻クデンマークのポルノショップ

北欧の五カ国をスカンジナビアと称し、デンマークは南側の玄関口にあたる。コペンハーゲンはスカンジナビア最大の都市である。北極圏にあと一〇度(北緯)、樺太の北端よりまだ北に位置するが暖流のためにさほど寒くはない。

コペンハーゲンの空港にはスクーターが用意されていた。どこの空港でも建物が大きく、歩く距離は長いものである。このスクーターは片足を乗せ片足で大地を蹴って自力で進む単純なものだが他の空港では見慣れないものだった。



コペンハーゲンの王城内

夕食を終えてナイトクラブなどを回り帰って来たがまだ外は薄明るい。これが話に聞いた白夜か？ 薄明りの海の向こうの海岸に灯火がキラキラ美しく光っていてどこまでも続いている。聞いて見たら対岸の灯はスウェーデンだという。泳いでも行く

ことができ。ヨーロッパの複雑した事情かうかがえる気がした。デンマークはバイキングの国として有名な現在では王国である。広くて立派な王宮前での衛兵の交代は見ものだ。アンデルセンの童話に因んだ青銅の人魚像はこの国の象徴でもある。ここは社会保障が特にすぐれていて男は六六歳、女は六一歳から国の施設に収容されすべて無料になる。医療保障も完備されているし、古い兵舎を改造して外国から来るヒッピーたちに提供している。所得の約四〇パーセントを税金として収め、それが国民に還元されているのである。

街の家々の門や窓には必ずといっていいほどいろいろな人形がつけてあった。外出した子供た

ちがこの人形を目印に帰るといふ、誠に変わった愛情の表現であった。

この国の銀製品は特に有名であるが市内の目抜き通りの堂々たるポルノショップは圧巻である。雑誌、写真、フィルムなどすべて手に取って見られるように並べられている。のぞき眼鏡の備え付けもあってコインを入れると素晴らしいものが見られる。ポルノもここまでくれば太平楽だと思った。



日本の朝日新聞が一部六〇〇円

ソ連入国のためのヴィザは離日前から申請してあったのに今日まで取れなかった。コペンハーゲンまで来て取れない場合は他の国を回るほかないとあきらめていたのがやっと手に入った。コペンハーゲンの空港で旅行中初めて日本の朝日新聞が売られているのを見つけた。一部六〇〇円也。喰い入るように懐しい日本語に見入ったが祖国も平穏のようで安心した。

アエロフロート機でモスクワに向かう。約二時間の行程であるが共産

圏に入るので何かしら緊張を覚える。眼下はヨーロッパでは見られない何か見すばらしい雑多な風景が展開している。ひたすら広い荒野が続き、農場らしきものは見当らない。機内は撮影禁止だからカメラを手にすることはできない。モスクワに近づき高度を下げると郊外が手に取るように見えて来る。貧弱な農村地帯ばかりで、殺伐とした風景である。

空港は軍隊が管理している。ソ連軍隊特有の赤い線の入った軍帽をかぶっている。機中の注意により貴金屬類、各国の通貨類は全部申告することになっているので余分なものは没収されること。通関チェックは厳重を極めるものであった。何から何まで全部についてチェックされる。特に印刷物については自国に不利なものを持ち込ませない方針、すべて疑惑をもって検査される。絵ハガキ一枚一枚チェックされ、ポルノらしきものはすべて没収される。下着の中まで検査される始末。現金の検査になると、たとえば、日本の千円札と一万円札の区別ができないので申告額と合致しない。それで時間がかかる。メッキと本物の区別がつかないのでこれも申告もれと指摘される始末だ。イライラされつつ放しの通関完了で何はともあれモスクワに第一歩を印した次第である。

# 鹿沼グループ告知板

45鹿沼カントリー倶楽部/鹿沼72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/アズレティッククラブ V.I.V.I



## 富士御殿場ゴルフ倶楽部 建設の現況

3月15日現在、富士御殿場ゴルフ倶楽部建設現地では、防災関連工事（神場大橋架設・砂沢川改修・コース内調整池造成）の最終段階である5号調整池（インコース）を造成中です。

5号池は、掘削中に岩盤が出たため予定の深さ（3・5メートル）まで掘ることができず、そのぶん池の周囲を広げざるをえなくなりました（百二十メートル→百六十メートル）ので工事が遅延いたしました。深くお詫び申し上げます。

5号池が完成次第コース本造成を開始いたしますが、今後の建設工程の詳細につきましては四月下旬に会報にてお知らせする所存です。

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。

富士御殿場ゴルフ倶楽部



▶5号調整

事3月5日撮影



## クロスワード 3月号の正解

A=ヒナ  
B=ニン  
C=ギ  
D=ヨ  
E=ウ  
F=ヨ  
G=ウ

「雛人形」

1	ハ	ナ	ミ	オ	ス	カ	ル
2	ナ	ズ	ヒ	ツ	カ	リ	
3	リ	ナ	オ	カ	ウ	グ	イ
4	リ	カ	ル	ス	ト		ロ
5		ニ	ベ	ン	ギ		キ
6	ア	カ	カ	シ	コ	マ	ル
7	シ		ヨ	カ	カ	ン	ロ
8	ガ	イ	セ	ン	モ		ウ

応募総数 三、六五八通  
正解は 三、二七九通

## 二月の競技成績

45鹿沼カントリー倶楽部

### ●月例杯

Aクラス（2月22日）

- 優勝 増田 利男  
準優勝 高梨 豊美  
第三位 稲垣彦三郎  
ベストグロ 佐々木喜堂

Cクラス（2月22日）

- 優勝 高橋 利光  
準優勝 五味湖政人  
第三位 岡山 和愛  
ベストグロ 岡山 和愛  
(敬称略)

Bクラス（2月29日）

- 優勝 篠崎 修  
準優勝 阿部 久義  
第三位 二村 章介  
ベストグロ 清水 義夫
- ◆東京都 ◆太田敏正  
◆45鹿沼CC・鹿沼72CC優待券  
◆東京都 ◆加藤純・大河原正勝・小林貢・小金井寛・上野裕美・大岡忠令  
◆神奈川県 ◆泉定次郎・秋元吉美  
◆埼玉県 ◆小林正和・渡辺勝美  
◆浜野江美子・羽島ヒサ子 ◆茨城県 ◆浜野進吉・平井正  
◆栃木県 ◆東外科東武・山本正人・河野哲也  
◆堤竹吉正 ◆千葉県 ◆中尾佐和子  
◆静岡県 ◆鴨狩えい子

〈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ったそうだ。

▼正解者の中から抽選の上、左記の1名様に電子血圧計・アイヘルスアラックス、20名様に45鹿沼カントリー倶楽部、鹿沼72カントリークラブの優待券（各2枚綴り）をそれぞれ贈呈します。

〈電子血圧計・アイヘルスアラックス〉

# 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) }

5月のゴールデンウィーク

4日(火)は営業、6日(水)が休業

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリークラブ

本年5月のゴールデンウィークの営業日および休業日は左記の通りとなりますのでご了承ください。なお鹿沼72カントリークラブは4月29日(木)が祭日のため営業となりますので翌30日(金)を休業とさせていただきます。

●45鹿沼カントリー倶楽部

5月2日(日) 営業(日曜休)

5月3日(月) 憲法記念日 営業(祭日休)

5月4日(火) 営業(平日休)

5月5日(水) 子供の日 営業(祭日休)

5月6日(木) 休業(3日の代休)

●鹿沼72カントリークラブ

4月29日(木) 天皇誕生日 営業(祭日休)

4月30日(金) 休業(29日の代休)

5月1日(土) 営業(土曜休)

5月2日(日) 営業(日曜休)

5月3日(月) 憲法記念日 営業(祭日休)

5月4日(火) 営業(平日休)

5月5日(水) 子供の日 営業(祭日休)

5月6日(木) 休業(定休日)

4月10日より

スタート時間繰り上げ

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリークラブ

両ゴルフ場とも3月21日より夏期営業体制に入り、平日・土・日・祭日いずれも午前8時より営業(スタート)を開始しておりますが、4月10日より土・日・祝日に限り、さらに営業開始時間を早めることになりましたのでお知らせいたします。(左記)

●4月10日・11月20日の土・日・祭日

45鹿沼 C C 午前7時30分

鹿沼72 C C 午前7時48分

なお鹿沼72 C C はいましばらくの間土・日・祭日のプレーを1Rまでに制限させていただきます。

5月15日(土) プレー予約日は  
16日(日)

4月30日(金)

鹿沼72カントリークラブ

5月15日(土) プレーの予約日(4月29日)が祭日にあたりサービスセンターが休業となりますため、予約日を一日繰り下げて4月30日(金)に5月16日(日)分と一緒に予約受付させていただきますのでご了承ください。ようお願ひ申し上げます。

クラブバス運行時刻表 (キリトリのうえご使用下さい)

発所	駅	発	経由(鹿沼CC)	鹿沼72CC着
迎	国鉄宇都宮駅	○8:40	9:10	9:25
		○9:00	9:30	9:45
	東武鉄道新鹿沼駅	△8:40	9:00	鹿沼CCに直行
		△8:50	9:10	
送	国鉄宇都宮駅	15:55	16:10	①16:45
		16:45	17:00	②17:35
		17:35	17:50	③18:25
接 続 列 車	上野発 浅草発 宇都宮駅発 新鹿沼駅発	6:41(ばんだい1号)・6:45(日光1号)○印のバスに接続		
		①16:51(ばんだい3号) ②17:36(日光2号) 17:54(なすの6号) ③18:28(八甲田52号) 18:38(日光4号)にバスが接続		
		④17:17(快速浅草行き) ⑤18:17(快速浅草行き)にバスが接続		
新鹿沼タクシー呼出		鹿沼合同タクシー (0289-62-3188) 平和タクシー (0289-62-3135)		
宿泊旅館		橋田旅館(0289-62-2061) 黒川荘(0289-62-6161) 松屋旅館(0289-85-3310) 宇都宮グランドホテル(0286-35-2111 宇都宮市内)		

セルフ電動カートをご使用ください

45鹿沼カントリー倶楽部

45鹿沼CCでは常時40台のセルフ電動カートを用意し皆様のご使用をお待ちしております。

使用料はハーフ一五〇円で、安くラウンドでき、また操作も簡単ですのでぜひお試しください。ご希望の方は、スタートご予約の際にお申し出ください。

シニア選手権出場受付開始

45鹿沼カントリー倶楽部

51年度シニア選手権は6月6日(日)

に予選、同13日(日)に決勝が行なわれます。参加資格は満50歳以上の正会員。予選・決勝とも北コースアウト・インを使用、18ホール・スクラッチ・プレーで行ないます。

申し込み期間は4月6日(火)より5月22日(土)までです。ふるってご参加下さいますようお願い申し上げます。

なお本年より満60歳以上の出場者のうち成績上位三名を特別表彰いたします。

申し込み先は

45鹿沼カントリー倶楽部フロント

☎ 〇二八九(七五)二二三一(代)



### Conte・コント・こんと

#### ●サイズ

テキサスからイギリスへ旅行してきたオスカーが、ピカデリー・サーカスのうす暗い街角をふらついていると、ロンドン名物のストリートガールから

「ねえ、お兄さん、遊んで行かない？」

と声をかけられた。

「いいけど、いくらだい？」

「ショートで30ポンド、ロングなら10ポンドでいいわ」

「へえ、おどろいた。アメリカじゃあ、ショートの方が安いのに、こっちは、ロングの方が割引きになるのかい？」

「時間じゃあないのよ」

と、いかにも好きそうなストリートガールがいった。

「あなたのモノのことをいってんのよ」

#### ●二度目

プレイボーイを自認するパートナーにとって、その夜は、千人斬りの悲願が達成する記念すべき夜だった。

さて、一戦終わって、ベッドが、感激のあまり、ベッドの上におどりあがり

「バンサイ、これで千人斬りを達成したぞ！」

とさけぶと、相手の女、冷ややかな声で

「残念でした。まだ九百九十九人よ。あんた、わたしのことを忘れたんでしょ？」

腰のこん棒でも使ったら、どうなのよ」

#### ●どつちもどつち その2

「あんたっ、あなたの情婦と名のる女から、あなたの子どもの養育費を送れっていつてきたわよ。いったい、どう



#### ●どつちもどつち その1

夫は機動隊員、妻は寿司屋という共稼ぎ夫婦が、ののしり合っている。

「おまえのは、ほんとにガバガバだな。いつそのこと、その手で握ってもらった方が、よっぽどマシだぜ」

「なによ、あんたこそ、その

するのっ！」

リユウビを逆立てた細君に夫、いささかもあわてず

「うちのホビーの養育費をおまえの恋人のヘンリーに請求して、それをまわしてやりなさい」

#### ●イレスミ

あそこの先端にホクロがあ

ると、一生、女に不自由しないという話を小耳にはさんだ

与太郎、さっそく刺青師のところへ行つて、ホクロのイレスミをしてもらった。

ところが、それ以後、女にモテるところか、そばへ行っただけで、ウサンくさそうな顔をされる始末。たまりかねた与太郎が、刺青師を問いつめると、

「申しわけありません。あのとき、ちよどスミを切らしていたもので……」

「何を使ったんだ？」

「へえ、『黒い霧』を、ちよつと……」

#### ● Rond

「ああ、オレの青春はもう絶望だ」

「いったい、どうしたっていうんだい？」

「A子にプロポーズしたらB子を紹介してくれたんだ」

「ウン、それで？」

「B子にプロポーズしたらC子を紹介してくれた。で、今度こそと思ってC子にプロポーズしたら……」

「どうした？」

「A子を紹介してくれた」

### Conte・コント・こんと



ライフマガジン 鹿 5月号 発行・昭和51年4月1日 発行人・福島文雄 編集人・木村 勇

発行所 鹿友倶楽部 東京都中央区京橋2丁目3番地16号 鹿沼ビル2階 ☎03(561)9734

印刷所・株式会社 東漫美術印刷 定価180円(送料37円) 年間購読2400円(送料込) 1976 ©



Zig Zag

マナガツオのはなし

## うまくて脂肪に富んだ万人向きの魚

マナガツオは脂肪に富み、しかも淡白で、すこぶる美味な万人向きのスタミナ源である。

南日本からマレー群島、インド洋にかけて魚獲される熱帯性の魚で、六月頃産卵期を迎えるので五月が食べごろ。関東ではその価値があまり認められていないが、日本でも関西、さらに韓国、インド、アラブ諸国では、貴重な栄養源として高価に取り扱われている。韓国では一尾ずついていねいに紙で包み、ウロコがはがれないようにして関西の市場に輸出している。インド、アラブ諸国では

ボンフレットと呼び、最も好まれ、かつ貴重なスタミナ源とされている。大きさは四〇センチほど目方は二―三キロだが、インドでは一尾八〇〇円もする。

インドといえば、すぐカレーを思い出す。ボンベイで有名な魚料理の一つ、タンドウリは、カレー味つき焼魚（フィッシュ・カバブー）だが、その材料で最も好まれるのがこのボンフレットである。脂肪の多いボンフレットと食欲をそそるカレーとの組合せは、まさにスタミナ源として一級品

である。

腹をさき内臓を出し、カレー、トマトなどのソースをつめ、表面にもこのソースをつける。鉄の棒に刺し、底に炭を入れた土の壺の中に入れて焼く。つまり土でできたオーブンで焼くのである。

日本ではもっぱら味噌漬として賞味するのが美味とされているが、カレー味でスタミナをつけてみるもどうだろうか

（写真・安田 富士郎）









MY LIFE

# 水彩画は達人の腕前

桂小南師匠(落語家)

落語界きつての真面目人間といわれる桂小南師匠の趣味は、ありとあらゆる「絵」を集めることと、昔懐かしい郷土玩具を色紙に再現することだ。

「集めた絵は何点になりますかねえ、ゴッホ、マチス、ピカソその他なんでも揃ってますよ。千や二千じゃきかないでしょう。合計の値段は時価三十億円はくだらんでしょう。しかし残念なことに、これ、みんな週刊誌の絵のページの切り抜きなんです。本物だったら洒落にならないでしょう」

ひまをみては銀座界隈の画廊をのぞいて歩く小南師匠は、自らも筆を執る。水彩画は達人の腕前だ。題材は郷土玩具である。

「この薩摩雛は男がでっかく、女は子供みたいに小さいでしょう。薩摩の男尊女卑をよく表わしていますね。この生きた顔の京だるまはもうないそうです。異様なこの鬼面は新宿のある神社のもので、昔、癩病の患者さんがこの面に願をかけたものだということです。いまでは一枚も残っていないと聞いてます」

絵を描きながら落語の研究をするという桂小南師匠。で話ぶりに円熟味が増したと通はいう。

# 走るダイヤ

●シビエのヨーソランプはまさにダイヤの光  
夜や霧中での安全運転に偉力を発揮します

**CIBIÉ**  
PARIS FRANCE



欧州ではフォグランプはもとより、ヘッドランプも明るいヨーソ球ランプに変わりつつあり、シビエは50数年の歴史を持つトップメーカーとしてさまざまなタイプのヘッドやフォグ、ロードランプの開発をし世界各国に輸出しています。ヘッドランプは国産・外車(丸型)ともどの車種にも装着でき、フォグ、ロードランプも同様。安全で快適なドライブのために！また車のドレスアップのためにも最高。シビエをお選びください。

下の丸型はシビック専用

フランス車の純正ヨーソヘッド

仏・シビエ・ノルマ・クラクソン日本総代理店

**リミテッド**

東京都大田区綱の木1の19の15

☎(03)759-7777



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〉。



写真左から ¥125,000、¥100,000、¥116,000/度付 ¥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)2977  
 大阪市南区堂守橋通2-42 ☎(262)5921-7