



豊かな明日をつくる  
健康総合誌

●ヘルス・ジャーナル

さようなら  
更年期

〈新連載〉

●メンタル ゴルフ セミナー

仕掛け人は  
だれだ?

●押阪忍のぶっつけ対談

女の肌って豪華絢爛でしょ、  
だから田舎に憧れちゃったの

ゲスト/深沢七郎氏

7  
合併号





今月の一品

エマン スト・ボー モンモランシイ  
Emanance de Veau Montmorency

仔牛肉の細切りとシャンピニオン  
のクリームソース焙焼

この料理は、グラタン皿にスパゲッティのバターいためを敷いた上に、仔牛肉の柔らかい部分の細切りをして洋蔥、野菜といっしょにいため、白いワインで蒸し焼きにしたものをのせ、クリームソースと粉チーズをふり

かけ、それから、オーブンで焼き色をつけ、ベーコンを焼いたものをそえればできあがりです。

クレーム ソワール ド ロッポンギ  
Crème Soir de Roppongi  
冷製コンソメとクリーム二段スープ

なお、料理についておたずねになりたい方はヴィヴィ調理部久江田にお電話ください。

☎(03)402-6281



汗を流したあとの  
サウナが好きで。

山谷親平さん  
(評論家)

「いつもからだを動かしていないとなんとか不安でねえ」

という山谷さんは、ことしの二月からヴィヴィへ通うようになった。学生時代は明けく暮れても馬にばかり乗っかっていただけあって、背筋はピンと伸び、柔軟なからだというスケジュールを軽々とこなしてしまっただけ。

「週に二回、仕事のあい間をぬって飛んだり跳ねたりしてるんですよ。汗を流し、グツタリしたあとのサウナがたまらなく好きでねえ、慢性化しそです」と白い歯を見せていた。



VIVI 鹿友倶楽部

六本木ロアビル4F-6F ☎(03)402-6281(代)

会員募集中 = 個人20万円

／ アスレティックジム・サウナ・プール・クリニック・ゴルフ練習場  
メンバースラールン・レストラン・スキー場・ゲームルーム

# Life Magazine Shika

## 目次 (7)

PAGE 4

ヘルス・ジャーナル 豊かな人生をおくるために

### さようなら、更年期

PAGE 8

押阪忍のぶっつけ対談 ● ゲスト / 深沢七郎氏

女の肌って豪華絢爛でしょ、  
だから田舎に憧れちゃったの



PAGE 20

《新連載》メンタル・ゴルフ・セミナー ● 久能千尋

### 仕掛け人はだれだ？

PAGE 12

食べる健康法⑦

“不老長寿の妙薬”  
ローヤルゼリー

PAGE 14

青い目の日本イチャモン帖⑥ ● 山手バット夫人

伝統を捨てるって  
悲しいことです

PAGE 19

“株式投資、健康法⑩” ● 香山檜次郎

「性格別」株式投資

PAGE 22

読者サービスコーナー

PAGE 25

賞品付クロスワード・パズル

PAGE 30

コントこんと 北から南から

表紙コラージュ / 池田源英  
1976 © 鹿友倶楽部  
無断転載使用・禁



本文イラスト / 中村章伯 布田健

更年期——というと、もう人生も終りだなあ、と感じるご仁もさぞや多いことだろう。特に、女性の場合に限っていえば、それはすでに「女」としての役目を果たし終えて、歓迎すべからざる老年期に入るための一歩手前の時期といえる。そして、この時期こそ、心身ともに大きな変調をきたし、種々の愁訴が襲いかかってくる時

ヘルス・ジャーナル

# さよなら、更年期

豊かな人生をおくるために

でもある。一般的に、更年期といえは、女性の月経閉止の時期ということではあるし、それによ

ってきた更年期障害が、女性ほど顕著ではないにしろ、男性にもあるのだということを知っていたくために……。

## ●更年期とは

何か？

人間の一生は大きく、小児期、成熟期、老年期の三つに分けることができる。それぞれの間にはもちろん急激な変化があるわけではなく、小児期と成熟期の間には思春期、成熟期と老年期の間には更年期と呼ばれる移行期があつて、全体にゆるやかに変わっていくのである。

成熟期に旺盛な活動をしてきた体内の諸機構が老年期にむかつてその機能を徐々に低下させていく更年期では、特に女性の場合には卵巣の機能低下が急激にすすみ、50歳を中心に約一年くらいの間にその機能をほとんど失ってしまうほどになる。

成熟期の卵巣は約一カ月の周期で卵子を排出し、黄体ホルモンと卵胞ホルモンを分泌する。これらのホルモンも規則正しい周期で増減しながら分泌さ

れていて子宮内膜を増殖させるのである。これは妊娠のための準備で、卵子が受精しなければ両ホルモンの分泌が減少してきて子宮内膜はがれて出血を起す。これがいわゆる月経である。卵巣の機能が低下すれば、当然のことながら月経も起こらなくなる。

どうして卵巣が他の内分泌腺に比べてそんなに早く衰えるのであろうか。妊娠、そして分娩といったいわば生殖作業がその母体にどれほど大きい負担をおよぼすかは周知のとおりだが、これから老年期に入ろうとするからだにそれが耐えられるはずがないだろう。卵巣が早めにその機能を失なうのも、そうした負担から解放し、老年ながら安定したからだの状態を保つための自然の摂理と考えられはしないだろうか。

それでは、卵巣をもたない男性には更年期はないのかという疑問もでてくる。たしかに、かなりの高齢にもかかわらず、生殖能力をもつ男性は多い。し



かしこれは個人差によるもので、男性においても性腺は年とともに萎縮してくるのが普通だ。しかもこれが非常にノロノロしたテンポでしか進行しないため女性のように大きな変化がみられないのである。

## ●更年期障害とは

何か？

こういった衰えという変化から当然何らかの障害があるだろうとは考えられる。特に女性においては短期間に大きな変化をみせるのだから、からだの諸機構のバランスが乱れて何らかの症状を示すのはあたりまえのことである。これがいわゆる更年期障害と呼ばれるものである。

更年期障害といえは、だれしも女性の月経閉止の前後に起こる症状を指していることぐらいいは知っているだろう。たしかに45〜50歳ころの女性の多くが、不眠症、偏頭痛、肩こり、めまい、冷え症、



その他ありとあらゆる愁訴をもっている。これは月経閉止が原因というわけではなく、前にも述べたが卵巣機能が衰えるために起こるもので、月経閉止もその結果にすぎないのである。

われわれのからだの諸機構は、内分泌系と自律神経系のバランスによって正常に保たれているが、中でも女性の卵巣は比較的早くその機能を失ない、他の内分泌腺に一時的にはあるが混乱をあたえ、自律神経に影響をもちたしている。この状態が更年期障害である。つまり、卵巣の機能が衰え、卵巣ホルモンが欠乏することによって起こるのである。

このことは、卵巣ホルモンのひとつである卵巣ホルモンを投与することによって更年期障害の多くが軽くなることからあきらかだ。

しかしながら、この年代の女性すべてに更年期障害が起こるわけではない

ことも確かで、ただ単に卵巣ホルモンの欠乏だけが原因ではなく、もっと大きな機構、たとえば、卵巣の機能とバランスをとって働いているほかの多くの臓器についても考慮に入れなければならぬ。

卵巣の機能低下によってバランスがくずれても、ほかの臓器の働きで早めに調整することができるなら、その人は更年期障害を訴えなくてもすむか、あるいは非常に軽くすむはずである。

女性の性腺は脳下垂体—卵巣系統に支配されており、そのため更年期障害は自律神経系の異常によって起こる症状が多いことから、自律神経失調症の一種であるといわれている。

症状は種々雑多で、のぼせ、冷え症、手足がしびれたり、皮膚がムズムズしたり、針で刺すような痛みを感じるといった知覚異常、さらには、不眠症、偏頭痛、肩こり、心悸亢進、めまい、

耳なり、健忘症、憂鬱、疲労感、関節痛、その他実に複雑怪奇な症状を訴える。

### ●更年期障害は男性にもあるのか？

女性にくらべて男性の場合はどうかという点、前述のような女性特有の症状を訴える人はほとんどいない。だからといって男性には更年期障害がないと断定することは早計すぎる。

男性の性腺は脳下垂体—睾丸系統で支配されているのではないかと近年になって考えられるようになったが、このことから察すると男子性腺も年とともに自然萎縮するのだから、更年期障

害が起こりうるかと考えてもおかしくはない。しかし実際には、更年期障害があっても非常にまれで、また女性の比較にはならない。どうして女性と男性の間にこれほどの差異が生じるのであろうか。

それは、女性の卵巣の機能の急激な変化に比べて、男性の場合は前にも述べたとおり性腺の萎縮のテンポが非常に遅いためホルモンのアンバランスもごく軽くてすみ、体内で容易に補正されるからである。だから男性に更年期障害が起こるとすれば、体内的要因に加えて体外的要因を考慮に入れる必要がある。

この年代の男性は家庭では大黒柱であり、また社会的には重要なポストを

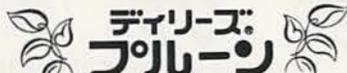
## カリフォルニアの太陽を!!



毎日の栄養食品として  
美容と健康に!!

朝タスプーン一杯のプルーンエキスがあなたの美と健康をお約束します。天然濃縮エキスですからすばやく吸収され1日の栄養源になります。

お申込方法はP23参照ください。



発売元=株式会社デイリーフーズサプライ ● 東京都千代田区外神田3-4-10 神田寺文化センター3F8号 ☎(03)255-4348(代)

占めて責任の重い立場にある人が多く、そのような精神面への強い刺激が性腺萎縮によるわずかな神経内分泌系のアンバランスをさらに混乱させうるからである。女性ではホルモンの欠乏、あるいは失調がほとんどであるのに対し、男性では精神神経的症狀が最も多いことからその察しはつこう。

具体的には頭痛、頭重、不眠、感情的になる。さらには注意力が散漫になつたり、記憶力が低下したり、仕事にあきやすく、生活に対する興味や自信を失なつたりする。また、ひどいものになると自殺を考えたり、また実際に自殺をくだてるまでになるといふ例もある。このような症状はこれまででは動脈硬化神経症、老人性憂鬱症、退行性精神病などと診断されてきたが、ホ

ルモンの失調が原因であるとはあまり診断されなかつた。

ある患者の例をあげてみよう。53歳の会社重役である。二年近くも前から前述の症状と全く同じ症状が続き、さらに思考能力が減退し、自己嫌悪感がつきまとうようになり自殺を考えたとともにあつたらしい。あちこちの医師を一年くらいの間、転々としたが少しもよくならなかつた。ところが、ある医師に性ホルモン投与の治療をうけたところ、目にみえてよくなり、一ヶ月半の入院治療によつて快復し、今では最少維持量のホルモンを用いるだけで、精神的に活動している。

男性の更年期障害は女性の場合のようにはっきりした形をとらないため、かえつてやつぱりである。前述の症状

のほかに顔面のほてり、後頭部の圧迫感、しびれ、異常発汗、めまい、動悸、息切れもよくみられる。疲労感や倦怠感はずつきまとい、非常にシヨックかつ当然のことながら性欲、性感の減退、不能という症状は90%以上にもほる。

### ●更年期障害の 治療法

したがつて、男性の場合の更年期障害は、老年期に入る前の準備期間といふふうに精神的におだやかにとらえへいた方がよい結果が得られる。

よほどひどい症状でないかぎり医師の治療をうける必要はない。医師にかかるよりも日常生活の中でいかに自分を律していくかが最も重大な課題である。更年期は誰でもかむかえなければならぬ生理的なものであるから、容貌の衰えを気にしてクヨクヨしたり、またすでに起こつて

いる更年期障害を心配することがかえつて症状を悪化させることにもなりかねないのである。

更年期障害はいくつかの症状が同時に現われたり、また、自分でもどこがどう悪いかをはつきり説明できないような苦痛であつて、とにかく症



●鹿沼72CCへ5分・45鹿沼CCへ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)

状の現われ方が天候や家庭内や職場の状況などに影響されてくるから、日によって痛みや症状の起こる場所が変わったり、ひどくなったり軽くなったりする。

この時期にはまた悪い条件が重なりがちになる。例えば成人した子供たちが離れていこうとすることなど、今まで平和に築いてきた家庭に波紋を投げかけるようなできごとなどで症状が起こる場合もある。こういうときこそ、その事態を正しく認識することが更年期障害を軽くする一つの方法でもある。

更年期障害は老年へ向かってのからだの変化にともなつて一時的に起こるものであり、その意味では病気とはいえないのである。ふつうは特に治療をしなくてもたいした苦痛はなく、比較的短期間で治るものがあるが、人によってはその苦痛が強く、日常生活にもさしつかえるような場合は医師による適切な治療をうけなければならぬ。

この場合、症状に合わせて色々なホルモン剤や精神安定剤などを用いるが、これらは副作用を考慮しなければならぬので素人療法は絶対にさけるべきである。そして更年期障害は薬によって完治するものではないことを

認識 ● 薬に頼りすぎる気持ちを持たないことが最も重要なポイントであろう。

● 豊かな人生をおくるために

また、この時期に起こりやすい病気に心臓疾患、癌、糖尿病、高血圧症、甲状腺疾患、ある種の精神病があるがいずれも始めのうちは更年期障害と似たような症状を示すことが多いので気をつける必要がある。また女性の子宮癌の初期症状としての出血が更年期ホルモンのアンバランスによるものと間違われやすいことも見のがせない。

更年期障害そのものは特に心配するほどのことでもないが、症状のひどい人は素人判断で更年期障害と決めて放つ

ておくよりも、更年期障害以外の病気の早期発見につながるので、一度医師の検査をうける方がよいだろう。

男性にしろ女性にしろだれしも年をとることはいやなものだが、いくら嘆いても悩んでも肉体の老化を止めることはできないのだから、むしろいさぎよく正面からこれを受けとめる方が精神衛生の面からみて望ましいといえる。そして残された人生を積極的に生きることを考える方がより有意義なことはいふまでもない。

更年期によって失なわれるのは生殖能力だけということもすっかり理解してほしい。多少の肉体的な衰えはしかたないとしても仕事や日常生活は今までと同じようにできるのだから更年期、老年期といつて悲感するにはあたらな



いのである。今まで蓄積してきたものが衰えていくのではないのであるから、その蓄積してきたものを、これからいかに發揮していくかという時期に入ると考えてもよいのではないだろうか。したがって、精神的にゆったりとゆとりを持ち、仕事以外の趣味に没頭することなどが望ましい。一日一日のけじめをしっかりつけて、明日への活力をくつろぎの中で養う……。そして、稔りある豊かな人生を……。

# 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

押阪忍のぶっつけ対談

[5]

ゲスト 深沢七郎氏



女の肌って豪華絢爛けんらんでしよ、  
だから田舎に憧れちゃったの

あるときはギターリストになり、またあるときはひなびた山の中で百姓仕事に精を出し、そうかと思うと今川焼き屋を開いてみたりと、気儘な生活を送っておられる異色の作家・深沢七郎氏が今回のゲスト。かの有名な『檀山節考』をひっさげて華々しく文壇にデビューしたのが二十年前。今回の対談は趣向をかえて南埼玉郡の「ラブミー農場」で自然と暮らす深沢氏を訪ねることにした。柔かい初夏の陽を浴びて、そこはまったく別天地だった。

「檀山節考」は

厄年(四十二歳)の作品

押阪 おじゃまいたします。おやつ、豆を煮ていらっしやるんですか。おやつ、匂いすね。

深沢 ミソをつくるんです。もう一昼夜こうして煮ているんです。

押阪 (畑を見渡しながら) いろいろありますね、エンドウだとかパセリだとか、これは何ですか。

深沢 アスパラですよ。食べきれないほどあったんだけど、きのう、東京から来た人が新鮮だからって、ずいぶんとっていったんです。このボケもよく咲いていたんですよ。いまリンゴの花が咲いているでしょう……。私は紫外線に弱いんで、中へはいってください。

押阪 失礼します。ホォー、真新しい畳ですね。

押阪 それはどうも……。  
深沢 いまは心臓が悪くてね。心筋梗塞といういちばん重いのを最初にやりましてね……。  
押阪 あれはこわいですね。  
深沢 もう二百貫ぐらいの石を胸に抱かされて押えつけられたような苦しみですよ。一、三分の間に死ぬんだ、死ぬんだ、と思っちゃたですよ。  
押阪 ここでですか。  
深沢 ええ、ここで。医者と呼ばなくて治ったんですが……。それから今度、心臓ぜんそくというのをやりまして、入院して一年か二年ぐらいその病気が続いたんです。顔なんかグミ色になりましたね、紫色のグミがありますですよ。

押阪 それはたいへんでしたね。ところで、ぼくは、何年前ですか、『檀山節考』を拝読して、これはたいへんだという感じを受けたんですが……。  
深沢 二十年前ぐらい前ですけど、忘れちゃったですよ。あんなものを書くほうが純情だったし、人生なんてことを考えたり、その前、二十歳ごろはもつとロマンチックだったですよ。『檀山節考』は四十二の厄年でしたな。

私は食いしん坊なの

だから心臓が悪いんだ

押阪 『檀山節考』をお書きになったとき、正宗白鳥さんがえらく讃辞を贈られたそうですが、文壇のおつき合ひも含めて、そういったおつき合ひはずいぶんとございましたよ。

深沢 正宗白鳥という人はあまりつき合ひのなかった人でしたからね。あと、井伏鱒二先生、『檀山節考』のときの審査員だった武田泰淳先生。そのくらいです。私はパーティーとかああいいうものに出るのはいやだし、テレビなんかも前には出たことがあるんですけど、なんかいやでね。出なくなっちゃった。押阪 ペンをおとりに……。前は何をな

さってたんですか……。  
深沢 私のうちは、明治の初めまで宿屋だったんです。本陣なんていって、甲府の殿さまが泊ったりしたんですけど武士がなくなつたから、印刷屋を始めたんです。  
押阪 本陣といえたいへんなかまえてすね。  
深沢 戦争中はヤミ屋だったんです。私はいぶ自信がありましたね。とにかく私がいちばん先に、一升三円だか出して米を買ってきたんです。そして、おふくろとか、おふくろの妹が東京から疎開していたんだけど、真つ青になつちやっただ。こんなこととして死刑になるんじゃないから、というわけで……。「だじじょうぶだよ、死刑になるんならおれがなるんだから」といって、みんなに食わせたの。そのうち二、三ヵ月たつたら、ヤミで米を買うなんてことあたりまえになつちやっただ。だから、買い出しの隊長(笑)



い。このうちには何かがあるだろう、このうちへ行けば何かあるだろうと思っ  
て行くところがおもしろかったです。  
だから、私は食いしん坊でしょう。食  
いしん坊の人はみんな心臓が悪くなり  
ますね。  
押阪 ああ……、そうかもしれませ  
ね(笑い)。

### 楽器屋の出戻り娘と

ギターを買う約束をして

押阪 そのころからギターもおやりに  
なっていたんですか。  
深沢 ギターは中学の初めのころから  
……。これも、ギターを弾くんじやな

くて、益のかつこうを見たことがな  
いものですから、いいだろうな、あ  
んなのでやったら、お姫さまみたい  
な楽器だな、と思っちゃったんです。  
押阪 当時としてはめずらしかったで  
しょうから……。

深沢 古いのですが、十四円五十銭  
だったんです。甲府の楽器屋さんで、  
マンドリンとかバイオリンとかハー  
モニカがある中に、ギターが一つだけ  
あったんです。そのかつこうを見て、  
買いたいな、買いたいな、と思って……。  
その店に、嫁に行つて出戻った娘が  
いて、「あんた、これをちよいちよい見  
にくるけど、買うなら買ってやるよ、  
教則本も一冊つけてやるよ」  
と。そういう約束していたん  
です。おやじに、三回も四回  
もタダをこねて、買うときは  
おやじがついてきたの。子ど  
もにしちや十四円五十銭とい  
うのはたいへんな金だから。  
帰ってきてから、「七郎は買  
いものがうまいな、一円ま  
けてもらって本までまけさせ  
た」といって、ほめられたん  
です。

押阪 その後、日劇ミュージ  
ックホールにご出演なさつた  
とか……。

深沢 あれはスパニッシュの  
踊りで、ミュージックホール  
というのはヌードですよ。芸  
術的な香りの高いものです  
けど、私はスパニッシュの女  
人と組んでいたから……。

押阪 ダンサーというヌードとは  
別なんですか。

深沢 ヌードの人ではなくて、やっぱ  
り、あそこへ出るスパニッシュは、長  
いスカートをはいていても、オッパイ  
なんかかなり出してましたね。

押阪 日本の方ですか。

深沢 そうです。ギターと踊りと組  
んで出っていたんです。そのときに「楢山  
節考」が……。中学の四、五年ころか  
ら短歌なんかつくるのが好きで、小説  
も二十歳ごろからたまに書いていま  
したね。私の書いたものは音楽的なあれ  
で、題なんか「アタージョ」「ア  
レグロ」とか「フーガ」とかい  
う題なの。で、私が歌なんかつくとおふ  
ろがうんとおこったね。つまらんもの

深沢 七郎氏 メモ

大正3年1月、山梨県東八代郡に生  
まれる。昭和6年3月山梨県立日川中  
学を卒業。のちクラシック・ギターの  
研究を始め、昭和14年に第一回研究発  
表会を開催。昭和12年から16年まで富  
国徴兵保険会社に勤務。昭和27年より  
丸尾長頸氏に師事し、日劇ミュージッ  
クホールに出演、同時に文学を学ぶ。  
昭和31年「楢山節考」で中央公論第一  
回新人賞を受賞。著書には「笛吹川」  
「庶民烈伝」など多数。

を書くんじやない、もし残ったら困  
るよって。歌なんかおふろのほう  
が好きで、万葉集なんか読んでいたん  
です。そういうものは尊ぶけど……。  
押阪 そうすると、お母さんの血をひ  
かれていますか。万葉集なん

# 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
  - ★新東京個人タクシー指定工場
- (車検ローンも取扱っています)



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

かも、習い覚えるというか……。深沢 そうですね、好きで……。でも、おふくろは小説というよりも、歌だけです。いまでもホロホロになった短歌の本を続んでいます。よく、私がそれを枕にして寝たんです。おこられたもんですよ。

### どんな豪華な衣装だつて 女の肌にはかなわない

押阪 文筆とギターと……。ミュージックホールでそういうふうなブレイヤーとして組んでお出になつたということは、永井荷風さんのな、そういうことではなかつたんですか。

深沢 そうじゃなかつた。ミュージックホールに出ている間に『楳山節考』を仕上げたんですが、だいたい『笛吹川』という小説を書きたかつたんです。ああいう自由業は、一興業出ると、あと休みがありますから、ある寒い晩に、『笛吹川』という小説を書こうと思つたんですが、長くなるから、『楳山節考』を先にしようと思つて、途中、ミュージックホールへ行って、書きかけのを書いたりしていったんです。あとで考えると、ヌード劇場というのは女の肌でしょう。こんな豪華絢爛なものはないです、女の肌というものは。そういう豪華絢爛なものばかり見ていたから、山の辺びなところにあこがれたんですね、私の気持ちのなかで。それで、『楳山節考』のようなものを書いて



みたくなつたんだと思うんです。

押阪 ヌードというのは、そんなに豪華絢爛ですか。お仕事の場がそうであれば、そういうものはむしろ、あまりお感じにならないんじゃないか、と。深沢 いや、豪華ですね。女性の肌というか、体というものは、どんな衣装だつてかなわないですよ。そういう豪華を見ていますと、むしろ、山の中というか、ひなびたところにあこがれちゃうんです。

押阪 そういうもんなんです。ミュージックホールは長かつたんですか。深沢 いや、小説が出てからギターもあんまり一生懸命やらなかつたです。それで食わなくちゃならないって気が全然ないでしょう。勝手なときに書いて、勝手なときにやめちゃうんです。わがままで、私ぐらゐわがままな者は世の中にいないといわれたんだから。ゲタをぬぐと、こつちに片方、あつち

### いちばんの肥は つくる人の足跡

押阪 先生はいろいろなお仕事をおや

りになりましたが、何がいちばんびつたりしますか。

深沢 百姓がいちばんいい。というのは、いくらわがままでも、種をまくと芽が出るでしょう。いまは心臓がだめだから人にまいてもらうけど、天気が悪かつたりすると芽が出ない。でも、それはしたくないです。

押阪 天が相手では、腹を立てようにも立てられないですね。そういうこと

でだんだん、ラブミー農場というふうになつたわけですか。

深沢 そうなんです。ラブミー農場っていうのは、前にテレビで「ラブミー牧場」というのがあつて、ふざけて「ラブミー」といったら、それがいつの間にかそうなつちやつたんです。で、あんなのを（ラブミー農場と書いた看板）裏方さんがつくつてくれたんです。

押阪 自給自足の生活ですか。深沢 米は買うんです。あとは野菜ばかりですから。私と同じものを食つていたんじや、若い人はたまらないけれど、私はあまり米は食べないし……。

押阪 あきませんか、そういう毎日が……。深沢 いや、見て楽しみです。畑というの二、三日見ないともう違つてきますから。種をまいたのが芽を出して

いたり、知らないあいだにこんなところにウドが出てきたとか、フキが出てきたとか、そういうおもしろみ。百姓は、野回りっていうんですが、「一の肥は主の足跡」といって、いちばんのこやしは、つくる人の足跡なんです。

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)

要するに、足跡があるとそこを見たことになるし、見るということとは、油虫がついているとか、病虫になつているとか、かすぐ気がつくでしょう。

押阪 さきほど、豆を煮てミソをつくっていましたが……。

深沢 五、六年は近所の農家の人に手伝ってもらつてずいぶんつくつたんですよ。ほしーという人に分けてあげたり……。

いま大麦がなくなつちやつて、赤タシをつくれないうんです。大麦のコウジを入れると赤タシができるんですが、米コウジだから普通の黄色いミソです。料理屋なんかで真っ白いミソを出すでしょう。あれは漂白剤を使っているからで、カルキの匂いがあるんですが、あんなに白いミソはできません。

押阪 ここは一切防腐剤とか着色剤は使わない、と。

深沢 ええ。それと化学肥料はあんまり使わないです。桔梗とかガーベラとか観賞用のものには少し化学肥料をやりますが……。肥料は、草とか野菜くずを積み上げて腐らせて、それを使っています。

### 「夢屋」の主人から

### 「松江堂」の書店主に

押阪 今川焼き屋さんはどうなさつたんですか。

深沢 やめたんです。もうあきらめた(笑い)。



押阪 もうからなかつたですか。

深沢 しまいにはもうからなくなつちやつた。最初は二十五円で、二〇円もあつたんです。いま二十五円の今川焼きを売つても五円しかもうからない。自衛隊で十機も飛行機買ったらもうかるだろうな、なんて(笑い)。いま、みんないいですよ。やつぱり、相当もうかつてるね、買ったほうも、売ったほうも……。二十五円の今川焼きとロッキードじゃ、格が違うなあ、なんて……。去年あたりから経営がメチャクチャでね。小豆は上がる、粉が上がる、砂糖が上がる、でしょう。

押阪 経営者の悩みが出てきたわけですね(笑い)。

深沢 それでもうドッコイドッコイ、働いた分だけ損しちゃうんです。だから、やめて、今度は本屋をやらんです。草加のほうで。

押阪 本屋さんですか。

深沢 文房具、書籍です。私はそういうことをやるのが好きだから、どうせうちがあいてるし、だれかにやらせ

るんです。押阪 先生もお店に出ておやりになるんですか。

深沢 まあ、冬なんかはここは寒しい、農業もひまだから……。

押阪 なんという屋号ですか。

深沢 松江橋という橋のたもとで、松江堂という……。

押阪 今川焼きさんは何でしたっけ。

深沢 夢屋。

押阪 ああ、そうだ。今度は松江堂の店主ですか。

深沢 私はやるとしても、冬中、一週間か十日ぐらいやるだけです。案外、ワァーワァーやつてるほうがいいんです。病氣なんかの副作用だの、なんだかんだでしんみりしているといやですけど……。

押阪 先生は、お忙しいほうが健康である、と。

深沢 気が散つてるほうがいいんです。心臓病で、入院したり、退院したりの繰り返しでしょう……。きょうはうんとくあいのいい日なんです。ゆつくりしていただくください。

押阪 どうもありがとうございます……。やつぱりその日によつて違いますか。

深沢 ええ、みんなもびつくりして、初めてかな、というぐらいいい日なんです、きょうは。

押阪 そうですか。いいときにお伺いしました。どうもありがとうございます。ニラをおみやげにいただいてまいります。

(ラブミー農場にて)

## 武蔵野の緞通

●あらゆる現場ニーズに応える建築設計カーペットの最高峰!!

《東京消防庁》防災性能試験結果合格品

### 武蔵野緞通の特徴

- カット模様及びはめ込みの高度な技術により、緞通と同様の柄物が制作され、更に文字、絵画等の自筆のものも入ります。
- どの様な広巾でも、特殊な技術により殆んど壁目の見えないように制作されます。
- ツイード、ミックス、ストライプの製品は、色彩の指定により自由な組合せも可能です。

■営業品目 武蔵野緞通製造販売  
自由サイズ・無地・柄物

4.5畳より色彩及び柄は自由に  
御指定の上御注文下さい。

## 武蔵野絨氈株式会社

東京営業所 東京都中央区日本橋人形町1の22番地  
電話 (666) 0426(代)~7番  
本社工場 埼玉県北葛飾郡杉戸町下高野47番地  
電話 04803(2)2233番(代)

## ローヤルゼリーの起源

世界的に「不老長寿の妙薬」としてセンセーションを巻き起したローヤルゼリーは、その後も驚くべき勢いでそのブームは高まってきている。今から二千年数百年前の昔、ギリシヤのアリストテレスは、すでにその著書のなかに、ローヤルゼリーに気

センセーションを巻き起すきっかけとなったのは、一九五〇年ローマ法王のピオ一二世の病状がはかばかしくなく、危篤状態におちいったとき、主治医だったガレアジー・リシ博士が女王蜂の食物であるローヤルゼリーを投与したところ、まったく奇跡的に甦ったことからだった。

このことが、その五年後の一九五

# 食べる健康法



## ローヤルゼリー “不老長寿の妙薬”

人体の健康を著しく増進し、人間の寿命をのばす力を持っている。このローヤルゼリーは、完全とはいわないうまでも、永久に若さを保ちたいという人々の願望を実現するために大変役立つことだろう。

という大演説をぶった。

そして一九五八年のローマでの第一二回国際養蜂大会に出席したピオ二世が、ローヤルゼリーの神秘的な力を激賞するにいたって、ローヤルゼリーが一挙に世界中の耳目を集めることになったのである。

それから十数年、このローヤルゼリーの神秘性を探究する科学者がどんどん増え、その正体が次第に明らかにされていった。

### ローヤルゼリーとは何か

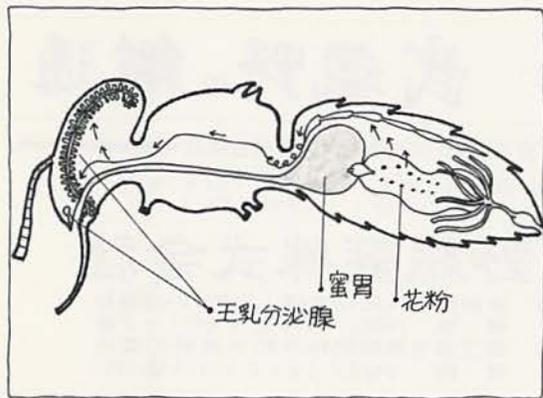
このように一躍、最高の長寿の素としてもはやされるローヤルゼリーとはいったい何なのだろうか。簡単にいえば、ミツバチの、主として女王蜂になるべき幼虫の食物としてたくわえられる乳白色の酸味を帯びた液体で、日本では「王乳」と呼ばれるものなのである。

これは、働きバチ（メス）の唾液腺から分泌され、働きバチになるべき幼虫にもふ化した直後、ごく短期間与えられる。しかし女王蜂には働きバチよりも五・六、分多くのロー

ヤルゼリーが与えられる。これによって、女王蜂は働きバチの約二〇倍（四〜五年）も長生きし、約一二〇万個の卵を生む能力を持つようになる。もう少し詳しくミツバチの世界をのぞいてみるとこうである。

ミツバチの一族は、卵を生むメス女王蜂が一匹と、三万〜四万匹の大家族の九割までが働きバチで、その他がぐうたらなオスバチという構成になっている。

早春の晴れたある朝、新しく誕生した女王蜂が高空高く舞い上がるとそのあとを追って、オスたちも一斉に飛び立ち、そのなかからの数匹だけが交尾の光栄に浴する。女王蜂に



づいたことが記述されているが、一七世紀になってオランダのスワンカルトムが、ローヤルゼリーの存在を確認し、ついで、一八世紀には、スイスのミツバチ学者であるフランソワ・コベールが盛んにゼレ・ロワイヤル（仏語でローヤルゼリー）という言葉を\_using\_している。

ローヤルゼリーが、現在のような

五年になって、西ドイツで開かれた国際生物遺伝会議で、フランスのクロード・エル教授が、ローヤルゼリーについて詳しい発表をする端緒となったのである。

このとき、エル教授は

「私の実験の結果、このきわめて強力な栄養剤は、人体の成長を助ける」と、強い殺菌力を持つもので、

とって、その日が生涯で最初で最後の交尾の日となるのだ。オスバチたちは、この日のためだけに生きていくだけで、この厳粛な儀式が済んで秋になると働きバチたちによって巣から追放されて、のたれ死にする運命が待ちうけているのである。

女王蜂は、オスから受けた精子を受精囊にたくわえ、卵を産むとき、受精させて産むことも、精子を加えないで産むこともできる。受精した卵からはメスが生まれ、そのなかから選ばれた一匹だけがローヤルゼリーで育てられ、これが女王蜂となりそのほかは蜂乳で育てられ働きバチとなるのである。また、受精しない卵からはオスバチが生まれる。

女王蜂の寿命は、ふつうの働きバチがせいぜい一〜二ヶ月ぐらいであるのに比べて、四〜五年と長く、成長力も一週間に五〇〇倍、体格も働きバチの約三倍もあり、毎日産卵する量も、体重の約二倍の二〇〇〇〜三〇〇〇個という驚異的なスタミナを持つのだ。

これが、ローヤルゼリーで育ったハチと、そうでないハチとの差だといふから、いかにこのローヤルゼリーが素晴らしいものであるかがわかるだろう。そのローヤルゼリーは、花ミツと花粉が働きバチのからだの中で消化吸収されて、完全な代謝成

分として、生まれて三〜四日までの若い働きバチの咽頭腺から分泌されるものなのである。

### すべての病気に卓効がある

さて、そこでローヤルゼリーの成分は何なのかをみてみよう。現在でもいろいろなとその化学分析が進められているが、すべてがその神秘のペールをぬいだわけではない。ローヤルゼリーの成分としてわかっているのは、しよ糖、果糖、ブドウ糖、たんぱく質、脂肪、ミネラル、水分、それにもっとも有効な成分といわれるR物質からなっている。そのほか、非常に多くの種類のビタミンB<sub>1</sub>、

B<sub>2</sub>、B<sub>6</sub>、B<sub>12</sub>、葉酸、ノシット、ニコチン酸、パントテン酸、コリン）を含むことも知られている。

R物質のうち、最近解明されつつあるもののひとつにアセチル・コリンがある。これはビタミン類のひとつで、神経伝導に重要な役割を持ち、迷走神経に働き、末梢血管の拡張、腸管の蠕動、消化器の分泌促進、便秘の防止に有効であるとされ、美容にも著しい効果をあげる働きがあるという。

このように、まだすべてが解明されておらず、謎に包まれた部分もあるが、若い働きバチが分泌した直後のローヤルゼリーは乾燥しやすく、空気にふれると分解したり、醗酵したりするから、その保存が大変むずかしい。また、そのまま服用しても胃液で破壊されてしまい効能が著しく低下するといわれるほど微妙な物質なのである。

それでは、ローヤルゼリーはどのような病気にに対して有効な働きをするのだろうか。

世界中の科学者がこのローヤルゼリーの神秘のペールをはぎとろうと日夜分かつ研究を続けているが、これまでわかっただけでも、無数の臨床例をもとに、更年期障害、老人病、高血圧、低血圧、腎臓病、脳神経系、循環系、呼吸系、小児科、産

婦人科、外科……など、人間のかかる病気ならばすべてに対して有効であることが報告されているのだ。

つまり、ローヤルゼリーの効果は生命の代謝バランスに働きかけるもので、人間の細胞組織に異常が生じている場合、これを正常な状態に戻す強力な働きをする。

ところで、ローヤルゼリーは新鮮な生の方が効果が高いことは事実だが、生の場合、いままでその保存法に問題があったし、ローヤルゼリーそのものが胃酸によって破壊されるといふこともあって錠剤型の方が多く普及している。しかし、生のローヤルゼリーに耐酸被膜をほどこして胃酸から守り、腸のアルカリ性で吸収させるようにしたものなら、生の方がよい。

その開発に成功したのが俵三友から新発売されたローヤルゼリー・軟カプセルだ（写真）。ナチュラルなビタミンEと最高級の純正ごま油の二重膜で包んであるから、品質も安定し、胃酸に破壊されずに体内にすみやかに吸収される。

このローヤルゼリー・軟カプセルを愛読者に特別価格で頒布いたします。市価（一箱100カプセル入り）九、〇〇〇円のところ、七、二〇〇円で。現金書留にて編集部までお申し込みください。



山手パット夫人は、ワシントン大学の卒業を控えて、やはり同大学に留学中だった夫君の拓郎氏と再会した。四、五年の交際後結婚、一年後の一九六五年初めて渡日した。以来、カナダドライ・ジャパン・リミテッド代表である夫君の仕事と休暇を利用して、日本を往復している。生来、さまざまなおとに興味深い夫人は、渡日後、未知だった日本のすべてに目を輝かした。そして私たち日本人の忘れていた心と伝統を、思いのまま探求している……。

### ★住みこちいい百年前の家

私はもともと何にでも興味を抱いてしまう性格なんです。日本に来てまず興味を持ったのは、庭園や公園などの木々の様相でした。しかし、そんな日本庭園を維持する庭師も、年々少なくなっていると聞いていますが……。

雅楽も興味を持ったものの一つですが、現在はどこでも鑑賞できるものではないとのことで、伊勢神宮で特別見せてもらった時は感動しました。雅楽で奏される笙の吹き方を、ぜひ習いたいと思っています。

また日本の織物もとても気に入ります。実際に織るところ、染めるところを一度見たいと思っています。キモノ地を使って自分で洋服を作って着てますが、割と評判がいいんですよ。

日本人形の製作や彫金も習ってみたいです。日本の骨董品を見たり集めたりも

してきます。近頃は骨董品ブームとかで日本の方も古い物を見直す傾向にあるようですが、マスプロ生産ではなく、人が丹念に作った良さを、しみじみと感じるので。

山口県にある主人の祖母の家は、百年も前の家なのに、戦後建った家と違って住みこちがいいですね。戦後の家はスキマ風が入り、ホコリっぽくて。

## DISCOVER JAPAN

### 青い目の日本イチャモン帖⑥

# 伝統を捨てるって 悲しいことです



山手パット夫人

たくないですね。

★活き造りは新鮮すぎる？

私は日本のお風呂が大好きです。深くお湯がいっぱいで、熱いでしょう？ だけど旅館に泊って大きなお風呂を楽しみにして入ってみると、あまり熱くないのでガッカリです。渡日した頃は熱かったのに、日本人の好みが変わったのかしら？ ウェスタンスタイ

とてもいただけません。そんなに新鮮でなくてもいいのではないかしら？

★既製服を着せたがる学校

日本で毎年学生の自殺者があるのはとても悲しいことです。子供のころから競争心をあおられ、勝つことだけを考えるようになって、いじけてしまうのではないかしら。日本の学校は柔軟性がなく、まるで既製服を着せられたようですね。しかも高校までがきびしく、大学はゆるいですが、親子関係や社会関係も上下を重んじる縦型で、ギスギスして人間性や個性に乏しくなるような気がします。社会的責任とか、地域社会への奉仕は、横型の関係から生まれてくるものだと思いますが……。

また日本は男尊女卑ですが、それはお母さんのしつけから来るのではないかしら？ そういう風に男の子を育てているように思います。日本の男性は女性と結婚したら家にいるものと思ってるので、女性もやりにくいのかも知れませんが、一流といわれる女性が数少ないですね。アメリカは国全体の考え方として、女性が仕事をすることを受け入れてるので、数多くの女性が第一線で活躍しています。

そして近頃気になるのは、大都市における人間的交流の欠如です。それはアメリカよりも薄いように思います。どの国も人間は人間、みな同じなんですから、開りと豊かに交流することが大切なのではないでしょうか。(談)

家具にしても昔のものは古くなれば木を削り直して何世代も使えるでしょう。これは欧米諸国にも言えることです。……。それなのに古い家具を捨てて、合板製のニセモノ(ご)ばかり買っているのは信じられません。伝統的なものはなくなり、商業ベースに乗っかったものだけが残って行くのは、もっ

ルの私の家もお風呂だけは日本式で、熱くして入りますよ。

また野菜好きの私は、精進料理や山菜料理、野菜の天ぷらが好物です。関西料理も自然の味を生かしていて、おいしいですね。おさしみの中ではマグロが一番好きですが、活き造りはヒクヒク動いていたりして気持が悪く、

# 19W5S489 “株式投資、健康法①①” \$496Y0%1&30Va74Y91 香山 檣次郎

## 「性格別」株式投資

5つ子の誕生、双子のマラソン選手がマスコミを賑わした。5つ子のかおかたち、性格は、これからの生育と時の経過を待たなければ、わからないとしても、双子のマラソン選手のかお、かたちはウリふたつだが、かなり違うようだ。同じ血筋を引き、同時に生を受けた双子においても、性格の違いが生まれるのだから、かおが違う人間はその性格も千差万別。だれでも、その人自身の個性を持っているものだ。

かおのかっこうでいうと、逆三角形は、ひたいが広くて、あごの細いかおで、学者や芸術家などによくみられるタイプだが、このタイプには神経質で完全主義の人が多く。

四角ばったかおの人は、実行力に富み、筋骨質の人に多いが、スポーツマンに見かける型である。まるいかおは会社の重役タイプ、からだも太っていてほがらかな人が多く、栄養質でも名づけられるタイプである。

以上みたように、人のかおは、神経質、筋骨質、栄養質の3つの基本タイプが、いろいろ混合してできている。これを性格的に分類すると、神経質、多血質、胆汁質となる。神経質はいうまでもなく、こまかいことを気にし、完ペキを追求する人、多血質は血気さかんで感激性が強く、胆汁質は、ねばりがあって実行力に富んでいる。

そこで今回から、どんな性格・タイプが株式投資に適するかどうかを分析することにしたが、株式投資を通して「個性の自己発見」とシャレていただきたい。

慎重型と  
完ペキ型

現代は情報時代。あまりにも情報が多過ぎる。あいまいな断片的な情報で意思決定をし行動を起こさねばならぬことも、株式投資の世界

には多い。石橋を叩いて渡るのも結構だが、完ペキを期す余り、石橋を叩いて渡れないようではダメ。日ごろからこれとは思う銘柄を研究しておいて買入れ目標に下がってきても「まだまだ安くなりそうだ」と大事をとって見送りしていたのでは、永久に実行の機は訪れない。株式投資に限らず、どんな事業、仕事でも、最小の決断と勇気は絶対に必要である。この種のタイプは悪くいえば臆病型と名づけられよう。

よろめき  
雷同型

ひと口に言えば、無信念型。自分の持ち株がすこし下がると、メシもノドへ通らない。あっちへ行つて相談し、こっちへ来て問い合わせる。上がれば上がったで、「いつごろいくらまで上がるでしょう」と意見を聞く。全くもって信念のないやり方というほかない。こんな人は商売をやっても、商品の仕入れにも戸惑うだろうし、まして毎日「動く株価」で財産をふやそうという投資家の資格はないと直言したい。この種の人は、他人の儲けばなしや積極行動につられて、フワフワと買ったり売ったり「提灯をつける」ので、またの名を雷同派という。人からチップ的愛撫は受けても絶対に

尊敬されない。あっちへベタベタ、こっちへベタベタとひっついて自主性がないからである。

攻撃型と  
防衛型

昔から「攻めるはやすく退くは難し」と言われてきたが、さらに守ることのむずかしさは、戦史をひもといても数多く見受けられるところである。近くは、第2次大戦の日本軍が、緒戦の大戦果に酔って、東南アジア一帯に手を伸ばし、際限なき戦争に引きずり込まれたため、物量を誇る米軍の前に輸送と兵器の面で完ペキなまで叩かれて、ついに矢つき刀折れ敗れ去ったのが、よいお手本といえよう。株式投資でも攻撃とは勝利のためであり、ゲームセットが目的である。そのゲームセットを忘れた拡大戦、終点のないゲームはプレーにはならない。

攻撃といえども、それ一辺倒では独善型に近い。また、防御型は、それだけにかじりついていたのでは、臆病型のそしりを受けかねない。「休むも相場」という格言があるが、攻撃と防御は陰陽をなして表裏一体のものである。今回はグチ型、勇敢断行型、ガリ型などを紹介したい。

(東洋経済リサーチセンター取締役・投資顧問室長)



## 《新連載》メンタルゴルフセミナー①



# 仕掛け人はだれだ？

久能 千尋

## たった一発で 逃した優勝

「ゴルフの最大の敵は自分であつて、相手ではない」

（ゲリー・プレーヤー）  
これが入れば50を切れるというパットは九割までミスするものである。まして1パットの成否が何百万円の差になつてしまうプロのトーナメントでは30センチのパットにしびれる場面も出てくる。優勝を争うくらいのプロなら、目をつぶっていても造作無いはずなのだ。

最近のトーナメントでも、「中日クラウンズ」で優勝を目前にした宮本康弘が、大詰め17番ショート・ホール（過去にも幾多の明暗を描いた名ホー

ル）で、あり得べきことかOBを叩いて、九分九厘まで手中にしていた栄冠をD・グラハムにさらわれてしまった。

2ストローク離して残り2ホールの場面だから、形勢はほぼ決していた時点である。前の組がつかえていて、しばらく待たされた宮本だが、ここでもやOBが飛び出そうとは。パティを連続させて、波に乗った大詰めの一発——ふつうなら間違つてもOBゾーンのある左へ打ち出すことはないだろう。

ゴルフはある程度リズムが影響するものだから、自分のテンポで運んできたゲームの流れが、ここへきてほんの何分間か待たされている間にリズムをくわらせてしまうのだから微妙なものである。200メートル離れたグリーン上の熱鬧を望見する宮本の胸に去来したものはなにか。

「一つ以上のことを考えたときは、必ず失敗している。その大事な一つとはなにか。つねに同じ一つのこと。つまり、球を打つ」ということである」

（ジャック・バーク）

四日間を通じて宮本の打った、たった一発のミス・ショットであつた。まさにゴルフはコンセンストレーションである。「一つのこと」に精神集中できたかどうか、すぐ結果としてあらわれる。ほんの一瞬の気のゆるみが予想外のミスを生むのである。

日本のプロ・ゴルフ・トーナメントもアメリカ同様に毎週行なわれるようになり、北へ南へ、渡り鳥・ツアーが続く。そのほとんどが四日間のトーナメントだから体力の消耗度も相当なもの。しかし、それ以上に要求されるのは「気力の充実」である。一打一打の積み重ねが、栄光への道となる

わけで、一打たりともおろそかには打てない。

一日だけのトーナメントなら若いやつに負けない自信があるよ、と数年前にシニアの仲間入りした中村寅吉プロが語っていたのを思い出す。

四日間、72ホールを通じて充実した気力を保持するのは並みの人間には至難のワザといえよう。ましてジョニー・ミラーとかヒューバート・グリーンのような、三週連続優勝ということが、いかに驚異的な記録であるかがわかるだろう。

それも、キラ星のごとく強豪ひしめく米国のツアー・トーナメントを勝ち抜いてのことである。プロ・ゴルフ界の土壌の違いとはいえ、日本にこうした豪の者がまだ出てこないのは残念なことである。

ひとつもてはやされた「根性」ということばも、日本においてはなかなか割引きして考えねばなるまい。

トーナメントの初日に、予想外のプロがボツと飛び出すことがある。ところが二日目三日目と進むうちに、いつものまにか上位者ランクから消えてしまう。反対に後半になってジリジリ追いついてきたプロが、知らぬ間に優勝争いに加わってきたアッサリ栄冠をさらってしまふ場面も多い。技術的にそうそう差があるわけではないのだから、やはり精神力＝気力の勝利ということになる。トーナメントに勝てない者の中に、技術的には一級品のプロが大

勢いるのだから――。

# 相手は動かさない ボールだから

相撲道に「心・技・体」ということばがある。この三つの要素を極めた者だけに「横綱」が許されるのは衆知のことだが、このことは何も相撲に限ったものではなく、あらゆるスポーツに通ずるものだと思う。

ことにゴルフでは、「技」「体」の上に「心」があることに敢えて注目したい。技術よりも体力（体格）よりも心、つまり精神力の充実こそが奥義を極める道なのである。

最初に書いた宮本プロの例にもあるようにトーナメントの優勝争いになるとだれにもプレッシャーがかかってくる。いわゆる圧迫感というか心理的な圧力が重くのしかかってくるわけである。それを克服しないことには栄光の座にすわることはできない。ここまでくると技術以上の何かが大きく左右するのである。何でもないショットを曲げたり短いパットをはずしたりするのはみなプレッシャーの

いたである。それをのり越える精神力：ゴルフには、つねにこの「自分の中にひそむ敵」との闘いを強いられる要素がある。

他のスポーツに比べて、ゴルフがこうした心理的な強さを要求されるのはなぜか。

それは、ゴルフがいつも地上に静止したボールがあるままの状態であり、しなければならぬからである。つまり、仕掛け人は自分自身なのである。

動かさないボールを口のカップに運ぶためには、自分の方から働きかけてボールに作用を与えなければならぬ。

己れの仕掛けた作用に従って、ボールはその通りに反応する。仕掛けが悪ければ、ボールは曲がるし、カップの回りですべたりもするわけである。

野球にしろ、バレーや卓球にしても開かう相手が作用させたボールに立ち向かう。いわば受身の動きである。ところが人間の反射神経は、静止した物

体よりは、移動する物体へ対応させる方がやさしいのである。動きのあるものにすばやく対応する人間の反射神経は実にキメこまやかだが、静止したもののへの反応は鈍い。

ゴルフの場合、静止してあるがままの状態のボールをプレーするので、こちらの与える反応通りにボールは動いてくれる。

まさに動いてくれるボールの素直さが実はくせ者なのである。

なにやら禅問答的な話になってきたが、要は静止したボールに作用を与える力は、プレーする人間のものであって、その力は人間の心理的影響によって千変万化するものだというのである。ゴルフがメンタル（心理的な）スポーツといわれる所以である。

そこで技術面上の上達に心をくだくのも、もちろん結構なことではあるが、より内面的なメンタル・ゴルフの核心を抉ってみようと思う。

基本的なスウィングの心理から、コース攻略作戦まで、実戦ゴルフにおける共通の一面が、きつとあなたの共感を呼ぶに違いない。

(つづく)



# 読者サービスコーナー

★このコーナーは本誌愛読者のための特別頒布の案内板です。商品のお申込方法は商品名と数量を明記の上、広告部宛（東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル2F）現金書留にてお願いします。

## ■トランススタンサー



実際のラウンドでは多彩なホールのライにスコアは思うようにまとまらないものだ。ここに紹介するトランススタンサーはそういうコースでのあらゆるライの特徴は①従来使用している練習場とそのままセットできる②ハンドル操作だけでこれにでも簡単に作動が可能③あらゆるトランススタンスがとれ、生きたボールが打てるなど。ニコソコル製。

鹿特別価格32万円(希望小売価格40万円)10台用意してあります。

## ■クロロレラ錠

クロレラは、淡水産の単細胞緑藻類の一種。20億年も前から、太陽の光を吸収して、繁殖し続けてきたという、活力に満ちた植物。自然食品の中でも早くからクロレラには良質のタン

パク質が50〜60%含まれており、これは植物中最高である。それとアルカリ生成度が非常に高く、一般野菜や果物の10〜50倍もある。ミネラルや各種ビタミンも豊富で、ビタミンAとCが特に多く含まれている。ここに紹介するクロレラ錠は、清浄培養法によって作られた自然健康食品で、これを毎日飲み続けることによって、血液や体質がアルカリ性になり、自然な働きで健康維持に役立つ。鹿特別価格3000粒入り¥2,100(希望小売価格¥3,000)1,500粒入り¥9,500(希望小売価格¥13,500)

## ■香菇(しゃんぐい)

椎茸は昔から滋養供給、特に薬効の効果が見られ、最近では、高血圧やガンに効果があるという学術発表がなされ、椎茸の有効成分を抽出したエキスが健康食品として登場しブームを吹んでいる。



中国ではきのこのことを菇といい、高級で味の良いきのこを香菇と呼び、主に日本の椎茸をさす。ここに紹介する香菇は、椎茸の種菌より菌糸体を培養したものを椎茸・マイ茸・ヒラ茸の胞子体の粉末の中でさらに培養し、赤外線で完全乾燥させた粒状にした非常に飲みやすい健康食品である。香菇には蛋白質、脂肪、無機質(タミシ)、アミノ酸類等がバランスよく配合され、生椎茸の3倍以上の効用があり副作用はまったくない。鹿特別価格700粒入り¥3,100(希望小売価格¥3,800)

## ■フチ・ルーフル(似顔絵)

いまや、油絵もオートマテイトの時代である。家族や自分の肖像画や楽しい旅の思い出を、気軽に書き音などに飾ってみると、写



真とは違った別の趣がある。写真を送って、描き方を注文すれば、お好みどおりの油絵が、約40日後発送つきであなたのもとに届く。色彩豊かなタツ子はきつとあなたにほんもの満足を与えるはず。贈り物にインテリシアに最適である。絵の大きさ値段は左記のとおり。

現金価格表	1名様	2名様	3名様
6号 (41×33cm)	54,600円 申込金13,000円 残41,600円	61,000円 申込金13,000円 残48,000円	68,000円 申込金13,000円 残55,000円
8号 (46×38cm)	69,000円 申込金16,000円 残53,000円	76,000円 申込金16,000円 残60,000円	83,000円 申込金16,000円 残67,000円
10号 (55×46cm)	86,000円 申込金20,000円 残66,000円	93,000円 申込金20,000円 残73,000円	98,600円 申込金20,000円 残78,600円

価格は顔縁込み(W-3、W-4)  
ただし、金縁額(G-1、G-2)につき、号数にかかわらず7,500円増しになります。

それには数多くのビタミン類が含まれている。それも新鮮な生ものの方が効果が高いが、生の場合、ローヤルゼリーそのものが胃酸によって破壊されるというところもあって錠剤型の方が多く普及している。



ここに紹介するローヤルゼリー・軟カプセルはそれらの悩みを一挙に解決した健康食品である。ナチュラルなビタミンEと最高級の純正ごま油の二重膜で包んであるから品質も安定し、胃酸に破壊されず体内にすみやかに吸収される。それに1カプセルが生ローヤルゼリー換算10mgだから、市販されている錠剤1錠の約5倍に当たる。鹿特別価格1箱100カプセル入り¥7,200(希望小売価格¥9,000)

## ■にんにく玉

人間が最も古くんにくを食べたのは、今から六、〇〇〇年前、古代エジプトのことといわれる。今日では、科学的研究により、強壮作用、疲労回復、新陳代謝促進などの効力があることが証明されている。

このにんにくの成分をそのまま包んだ健康食品が「にんにく玉」である。「にんにく玉」は生にんにくを原料に、中国伝来の手法により手づかりで作られたもので、一切の混合物を含んでいない。また、にんにくの成分をこわさないために、製造上、鉄製の機械類は一切使用しない。また、元の原始的な手法によって作られている。にんにくは食後に呼吸器官を通して強い患

## ■生ローヤルゼリー

ローヤルゼリーには、しよ糖、果糖、ブドウ糖、蛋白質、脂肪、ネラル、水分、

- お申込と同時に申込金をお送りください。
- 作品送料は当社負担となっています。
- 分割払い(三回・五回・八回)の方法も可能です。



ないために、製造上、鉄製の機械類は一切使用しない。また、元の原始的な手法によって作られている。にんにくは食後に呼吸器官を通して強い患

臭を発生するが、「にんにく土」は食後に発生する悪臭を完全にシャット・アウトする。鹿特別価格箱入り¥2,800(希望小売価格¥3,500)

### ■ヘルストツプ (血圧計)

動脈は外部からそのまわりを圧迫することによって血液を容易に止めることができる。血液を止めるのに必要な外部からの圧迫力は血管内を流れる血圧とすなわち血圧に比例する。したがって腕の動脈での血流を止めたり、通過させたりしてその圧迫した力を測定する装置が血圧計である。



従来の血圧計は使用がむずかしく医師に限られていたが、これを誰れにでも測定できるようにしたのがヘルストツプだ。

常に、自分の血圧を知っていることができれば、医師に相談する時の資料になるし、安心して仕口を送れる。ヘルストツプは合理的な設計と、精密な仕上で信頼性は抜群(通産省計量検定所・検定済)誰れでも計れる簡便さと、手軽に使用できる価格で、皆さんの健康のよりよい相談相手となるでしょう。鹿特別価格¥6,800(希望小売価格¥7,500)

### ■バイター

マッサージは、血液の循環をよくし、またリンパの流れをスムーズにして体にたまってきた廃物を除去するのに大きな効果をもたらす。このような働きが筋肉を柔軟にし疲労の回復をはかり、いきいきとさせる役目を生む。

ここに紹介するバイターは、マッサージ効果を上げるために必要な重さに設計されているので体にのせるだけで十分その効果を上げることができる。バイターには2通



り振動があり、下腿および太もも腰などをマッサージする時は強振、首すじ、肩、背肌、腹部、上腕をマッサージしたりツボをおさえる時は弱振を使用する。バイターでマッサージを行なう時には基本的な使い方を理解して、正しく行なうことがより効果を上げる方法である。なお、このバイターは全国の国立病院で使用され、医師も絶賛するほどの医療機械である。鹿特別価格¥30,500(希望小売価格¥39,000)

### ■コロレラエキス

コロレラエキスとして、初めて、自然のままの緑色を保つことに成功した緑葉精。これは、コロレラを様々なお好みに合わせて楽しめるよう液状にしてある。乳製品では、乳感覚を増し、酸味を抑え、また、アルコールの臭いも消すので、カクテルなどに混ぜればまろやかな味と香りの飲料ができあがる。鹿特別価格¥13,500(希望小売価格¥18,000)



### ■磁気温油マト

直立する人間は、どうしても首の周囲と腰に神経が集中するようになる。したがって、肩の部分と腰部が最も重要な働きをするわけだが、特に、腰は上半身と下半身のバランスをとっている要である。

「磁気温油マト」は、やわらかくて温かい感触だから、通常の使用を腰部に貼付することにより上半身、下半身に使用し、装置

システムの復調をもつながら、このため「磁気温油マト」は腰部の使用に重点をおき、運動などによる足、腕、肩等の痛みの場合は直接その部分に貼付する。



なお、漢法療法の経穴に貼付しても効果があるから適官に移動させ、自分に最も適した場所をさがすよい。鹿特別価格¥4,500(希望小売価格¥4,000)

### ■ブルー

果実の宝庫として有名なカリフォルニアの太陽の輝きをいっぱい浴びて育ったブルーは、ビタミン類やミネラル類の含有量が豊富なこと、ワンダー(不思議)フルーツともミラクル(驚異的)フルーツとも呼ばれ、古くから欧米人の食卓に欠かせない美容健康食として親しまれてきた。とくに、ブルーは女性に多く見られる便秘や貧血に効果があるばかりでなく、鉄分の不足した人のヘモグロビンおよび赤血球の数を正常値に回復させる働きがある。ビタミン、ミネラル摂取不足が叫ばれている現代人にとってブルーはそれらを補うすばらしい果実のエキスなのである。

ここに紹介するデリースブルーは、カリフォルニア産の良質なブルーを特殊な抽出法と高度な技術で濃縮した天然濃工キスで、添加物、防腐剤などはいっさいかわれていない。美容食にシヤムに多いに利用できる。鹿特別価格一セット¥2808(入五個)¥7,500(希望小売価格¥9,500)



### ■キッチンバー

よく切れる包丁も、まな板の安定度いかなによって切れたり、切れなかつたりする。また、不安定なまな板の上での調理は奥さんのケガのもと。



このキッチンバーは、もつとも合理的な設計によりまな板の安定性をはかり、調理のあとの切りクズもただ上から水をかけるだけで流しの中に落ちるといふ衛生設計。フリーサイズなので、どんな流し台にもあいつ、一度調節したあとはワンタッチで取りはずしが自由にできる。ご家庭の台所にぜひ一台ほしいもの。鹿特別価格¥8000(希望小売価格¥12000) ※一個の場合¥15000

### ■シヨートタイム・トレーナー

STT(シヨートタイム・トレーナー)は、長年のドイツ医学のデータ、研究によって生れた、最も合理的なトレーナーで、29種類の基本運動を組み合わせて、各種症状に対応することができ。

また、いままでの自転車式美容機と異なりサドルがない。立ったまま、ペダルを踏むのがSTTの特長で、サドルに座って運動する数倍の効果がある。さらに、簡単に分解できるので、足ばかりでなく、腕、腰、



腰、背など全身の筋肉鍛練にも使用できる。画期的なトレーナーである。STTは時間をとらず、座イスのみにもンバクとな

# 高速時代の 安全性を 確実に守る

## PIRELLI



### 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ビ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  
大阪市福島区上福島北 2-4  
TEL 06 (458) 7751  
名古屋市東区小川町 67  
TEL 052 (931) 5361  
仙台市中倉 3丁目17番街区内  
TEL 0222 (95) 4270

ので広いスペースを必要としない。  
主人の高血圧、糖尿、心臓、肝臓障害、肩こり、肥満、早期老化等の予防に、奥さんお嬢さんの美容、便秘、冷え症にすばらしい効果がある。このS.T.Tを10台用意しています。鹿特別価格¥16,000(希望小売価格¥22,000)

### ■ゴルフシューズ

青空のもとの豪快なシヨット、いまやゴルフシーズンだけなわである。スウィングの良し悪しを、さかんにあれこれ議論しているゴルフアをよく見かけるが、だれしも一致した意見として、基本になるのはまず足元の安定だという。そのためには自分の足にピッタリ合ったゴルフシューズがいちばんである。



今回ここに紹介するシヨノン&マーフイーゴフツィットマイ(ニューモデル)はスウィングの安定性を十分に考慮した高級ゴルフシューズ。色、柄、サ

イスとも各種そろっていますので、あなたのご希望のものをぜひどうぞ。鹿特別価格シヨノン&マーフイー¥19,000(希望小売価格¥35,000)フツィットマイ¥26,000(希望小売価格¥35,000)〈写真はシヨノン&マーフイー〉

### ■高麗人參

高麗人參の根の吸収力・蓄積力は目をみはるものがあり、これを栽培した畑には、40年間何も栽培できないという。土壌中の養分を徹底的に吸収してしまつたため、畑に植えておけるのは6年が限度。6年根でその成分は最高度に達し薬用に最適とされる。



高麗人參にはサボニン、糖、ミネラル、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>などが多く含まれており、これは、現代人の疲労回復にもつて、この健康食品だ。

ここに紹介するものは、六年根高麗人參を生そのまま天然蜂蜜に漬け自然浸透・自然乾燥させた最高級高麗人參製品である。加工にも長い日目を要するため、限りのある貴重品である。鹿特別価格¥12,000(希望小売価格¥15,000)

### ■カルチエ(フランス製)

愛煙家の心をとらえるライター、カルチエ。パリの宝石店カルチエが、宝石細工の技術をライターにとり入れたエリガントなスタイルで、性能、デザインにすぐれ、炎の調節やガスの注入をひとつのネジで行なうのが特徴。



格调ある金銀りと銀張りの2種類を用意しています。鹿特別価格¥107,500

(希望小売価格¥90,000)シルバー¥56,000(希望小売価格¥75,000)

### ■コンティ



ここに紹介するコンティは、とめ具なしのユニット家具で、自由に組み立てができて運びがいたってかんたん。しかも、シンプルで美しく、日本住宅にピッタリ合う。

基本セットはA1サイズ×A4サイズのボックス4個組みが2セットと、棚板5枚と台座2本が1セットになっている。色はメラミン樹脂化粧板貼の白と、プリント合板貼の木目のものであり、スペースにのびて形が自由に変えられ、必要分だけ買い足していただけるので非常に便利である。これを10セット用意しています。鹿特別価格¥32,000(希望小売価格¥42,500)

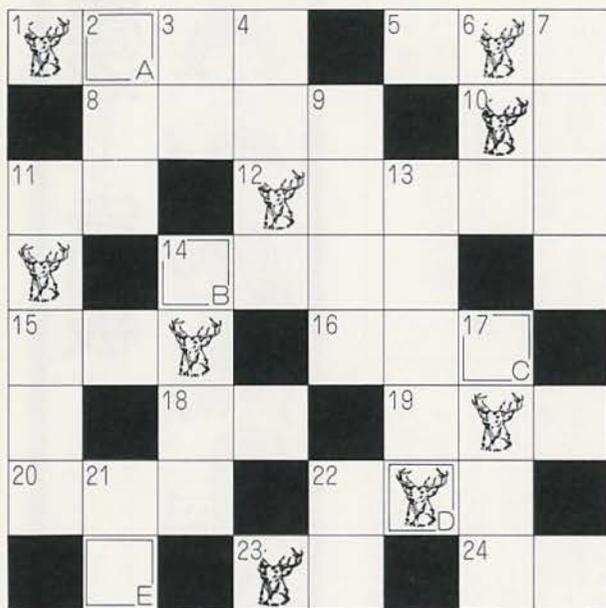
# 賞品付クロスワード・パズル



《解き方》 鹿の絵のところは、「シカ」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がわかります。これ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7月3日当日消印有効 ★発表 本誌10月号掲載  
★賞品 正解者の中から抽選の上、1名様にスイス製高級腕時計・エスカ(サンモリッツ) (市価2万6千円) を、10名様にローヤルゼリー軟カプセルへ10カプセル入り「鹿三友提供」をそれぞれプレゼントいたします。

《答えのヒント》 仕事の能率を上げるには——にす  
るほうがいい。涼しいうちにバリバリできるからね。



- 三コのカギ
- ① トーストの上にハムや野菜をのせたもの
  - ② 皮製品などの接着剤としてよく用いられる
  - ③ この国の旗はその昔、世界のあらゆるところではためいた
  - ④ 身分がちがいがいすぎる
  - ⑤ 沈黙は——という西洋のことわざもある。あまり雄弁なのも困るよなあ
  - ⑥ 貝よりも——が大好きでね。
  - ⑦ 一年のほとんどが固い氷に閉ざされている荒原
  - ⑧ あいつは女の——に迷ってしまっ、メロメロ
  - ⑨ 洋服は——で勝負
  - ⑩ 日本の古典芸能のひとつで猿楽から発展した歌舞劇
  - ⑪ 溪流の——くだりはまったくスリリングだ
  - ⑫ やめること。——を取る、などとつかう
  - ⑬ その道にひろく通じた人。ものしり
  - ⑭ ホクにはあなたを愛する——はないのです
  - ⑮ 飲み屋でね、となりの人と——投合しちまってまたハシゴさ
  - タテのカギ
  - ① ことしの巨人軍——はいきいきしている。去年とは大ちがいだ
  - ② ——ハギだらけのジーパンだけど、すごくはき心地がいい
  - ③ 捕えた魚を大きくちばしの中いっばいにためる
  - ④ 海鳥。ヒナは親の口の中に頭を入れてエサを食べる
  - ⑤ 一本足のとりおとし
  - ⑥ 夏、赤や黄色に色づいた葉のことをいう
  - ⑦ トンネル
  - ⑧ 九回裏二死満塁で——の逆転サヨナラ・ホームラン
  - ⑨ ロシアのウクライナ地方の民俗音楽に広く使われる三弦の楽器
  - ⑩ ちよっと席をはずした——の出来事だった
  - ⑪ この果実酒オイシイでしょ、——なの
  - ⑫ 貨物の重さの単位。——は、〇〇〇キログラム
  - ⑬ 貫禄がつくこと



携帯用  
生ロイヤルゼリー  
軟カプセル  
新発売!!

1ケース 9,000円

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



## スイス製高級腕時計 《エスカ・サンモリッツ》

●ファッションブルなデザインが  
あなたの腕にフィットします。

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)2971-9  
大阪市南区堂寺橋通2-42 ☎(262)5921-7

# 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/V.V.V.鹿友倶楽部

## 51年度理事長杯 大塚要作氏が優勝

45鹿沼カントリー倶楽部

51年度理事長杯決勝戦が去る四月二十五日、45鹿沼カントリー倶楽部北コース(2Rマツチフレ)で行なわれ、大塚要作氏(茨城)が富田秀男氏(栃木)を9-7で降し、栄冠に輝いた。



優勝した大塚要作氏(上右)。善戦および敗れた富田秀男氏(上左)。理事長杯の入賞者。右から3人目が優勝の大塚氏。2人目が準優勝の富田氏。

当日は好天気にも恵まれ、コースも芝の新芽が出揃って決勝戦にふさわしいコンディション。スタートより三ホールめまでは両者とも互角の攻防で熱戦が期待された。しかし富田氏が4・5番ホールで突如調子を乱し、大塚氏の2アップで最初のハーフを終了。インコースに移っても大塚氏は相変わらず堅実なプレーを続けたが、富田氏は不調に焦りが加わったかミスショット

トが目立ち、12番から16番まで連続5ホールを落し1R通算7ダウンと剣が峰にたたされた。「ワンサイド・ゲームじゃあ格好わるいから頑張りますよ」と気をとりなおした富田氏は2Rに入って猛然とラツシュ。ショットも的確に当り出したが、それも時すでに遅し、インコース11番でついに力つきた。

理事長杯を獲得した大塚要作氏は茨城県古河市在住、37歳。「鹿沼カントリー倶楽部の大会には何度か出場しましたが、きょうほどコンスタントに力が発揮できたのは初めてです。それにしても富田さんの調子のわるさに助けられたみたいですよ」とベテランらしく淡々と勝利の味を噛みしめていた。

## ハイヤー・バスでコースまで直線 レッツゴーゴルフのご案内

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリー倶楽部

今般、45鹿沼カントリー倶楽部、鹿沼72カントリー倶楽部では、東京およびその周辺にお住まいの会員各位からのご要望に応じ、ハイヤーまたはバスにて都心⇄コース間をご送迎する「レッツゴーゴルフ」を企画いたしました。終日ゆったりとした気分でごゴルフを満喫していただけるうえ、ハイヤー、バスでのご送迎料とプレー費用をパックした経済的な料金となっておりますので、お誘い合せの上お気軽にご利用くださいますようご案内申し上げます。

### ■実施期間

51年6月1日以降の(月)金曜

### ■料金

#### ●45鹿沼カントリー倶楽部

ハイヤー 4名で ¥53,480  
バス 20名で ¥212,400

#### ●鹿沼72カントリー倶楽部

ハイヤー 4名で ¥47,480  
バス 20名で ¥192,400

〈右記料金に含まれるもの〉ハイヤー・バスのご送迎料、グリーン  
フィー・利用税

〈右記料金に含まれないもの〉キャ  
デイ、ハイ、ロッカー、食  
代、高速道路料金

### ■出発(帰着)場所

原則として東京駅八重洲口または新宿駅西口。(国電山手線内に限りご指定の場所へのご送迎もいたしますが、その他の場所へのご送迎は別途料金をいただきます)

### ■お申込み方法

左記あてプレー日の一週間前までに申込み金(内金)を添えてお申込みください。

### ■お取消し手数料

別に定める割合により申受けます。

### ■クロースの場合

ゴルフ場がクロースの際はプレー日の変更をお願いします。ただし現地到着後にクロース決定の場合は往復の交通費をお払いいただきますのでご了承ください。

### お問合せ・お申込みは

藤田観光自動車株式会社  
丸の内営業センター

電話 〇三(二一六)二〇五五

# 平日優待券(ビクター)をご利用ください

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリークラブ

本号中央部に両クラブの平日ビクター割引優待券を綴じ込んでございます。ビクターフイ、キャディフイ、昼食代その他をバックして大変割安になっておりますので、ぜひご利用ください。

# お盆のためー8月16日(月)は営業いたしません

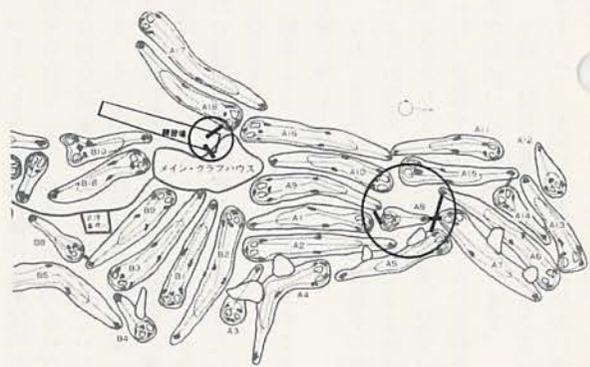
45鹿沼カントリー倶楽部

来る八月十六日(月)はお盆にあたりますため、月曜日ではありますが営業いたします(平日扱い)のご利用ください。翌十七日(火)を振替休業にさせていただきます。

# プレーをより快適にーマン・リフト、近く着工

鹿沼72カントリークラブ

鹿沼72カントリークラブではプレーの円滑を計るためマン・リフト架設工事を本年六月中に着工の予定です。架設地点はAコース18番グリーンと近日中開設予定の練習場(400ヤード・40打席)間40メートル。練習場とメインクラブハウス間44メートル。Aコース5番グリーンと6番ティーグラウンド間44メートル。Aコース7番グリーンと8番ティーグラウンド間34メ



ートル。Aコース8番グリーンと9番ティーグラウンド間35メートルの計五ヶ所です。

なお進行中のAコースとBコース内カート路舗装工事は梅雨明けに完了の予定です。(延長距離1710m・巾1.5m)

開場一周年を間近に控えた鹿沼72カントリークラブでは、お客様に快適なプレーを楽しんでいただくために、コースおよび諸施設の不備な箇所について鋭意改善に努めておりますが、プレー中にお気付きの点がございましたら、忌憚のないご意見をお聞かせくださいますよう、会員の皆様にお願ひ申し上げます。

# ラウンド・ローテーションの変更について

45鹿沼カントリー倶楽部

前号でもお知らせいたしましたでしたが、45鹿沼カントリー倶楽部のラウンドローテーションを五月一日より変更、実施しております。

なお、月例競技会の有無により左記のように異なります。

- ※月例競技会等のある場合
  - 北アウトー北イン
  - 北インー北アウト
  - 南アウトー南インー黄金
  - 南アアウトー南インー黄金
  - 黄金ー南アアウトー南イン
  - 南インー黄金ー南アアウト
- 一般ラウンド

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	鹿沼72CC着		
			經由(鹿沼CC)	鹿沼72CC着	
迎	国鉄宇都宮	都前発	○8:40	9:10	9:25
			○9:00 {年中土・日・祝のみ運行}	9:30	9:45
	東武鉄道新鹿沼	道前発	△8:40	9:00	鹿沼CCに直行
			△8:50	9:10	
送	国鉄宇都宮	都行き	15:55	16:10	①16:45
			16:45	17:00	②17:35
			17:35	17:50	③18:25
	東武鉄道新鹿沼	道行き	鹿沼72CC発	經由(鹿沼CC)	新鹿沼到着
			16:40	④17:00	
			17:40	⑤18:00	
接続列車	行き	上野発	7:00(ひばり1号)・7:04(日光1号)○印のバスに接続		
		浅草発	7:10(快速日光鬼怒川行) 7:20(特ロマンスカー) △印のバスに接続		
	帰り	宇都宮駅発	①16:51(まつしほ4号) ②17:55(日光3号) ③18:37(日光4号)にバスが接続		
		新鹿沼駅発	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)		

# プレー当日のフロント手続きについて

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリークラブ

プレー当日交通の事情などで遅れて来場される方々が多く見受けられ、スタート時間に間に合わず、以降のプレー

※月例競技会のない場合

北インー南アウト

(二ラウンド希望の場合)

北インー南アウトー南イン

南アウトー北インー黄金

北アウトー南インー南アウト

南インー黄金ー北アウト

黄金ー北アウトー北イン

(各一・五ラウンド希望の場合)

ーをされる方々に迷惑がかかることが  
ありますので、最少限スタートの二十  
分前までには到着され、フロント手続  
きをすませていただきたくお願い致し  
ます。二十分前までに手続きがされて  
いない場合には誠に申し訳ありませんが  
後続組のスタートを優先させていただきます  
しますのでご了承のほどお願い申し上  
げます。

## 娯楽施設利用税の 改定について

鹿沼72カントリークラブ

去る四月一日より右記利用税の改定  
の通達があり、従来六百円であった利  
用税が一人百円アップして七百円に改  
定されましたので、お支払いのときは  
新料金にてお願いいたしております。  
ご了承のほど、お願い申し上げます。

## キャンセルの連絡は お早目に

45鹿沼カントリー倶楽部  
鹿沼72カントリークラブ

すでにスタート予約をしていながら  
プレー当日になりましても連絡がなく  
キャンセルをされる方が最近とみに多  
くなっております。無断キャンセルは  
ほかの方々に大変なご迷惑をかけてし  
まいますので、キャンセルをされる方  
は、最少限プレー三日前の夕方までに  
必ず連絡をくださるようお願い申し  
上げます。

上記期日までにご連絡がなき場合に  
は、ピジター予約金はお返しいたしか  
ねます。また予約金の未納の方が無断  
キャンセルでプレーをなさらなかった  
場合は後日に予約金をお納めしてい  
たくようになりますので、あわせてご  
承知おきくださるようお願い申し上  
げます。

## 6月21日より当分の間 名義書換えを停止 させていただきます

鹿沼72カントリークラブ

鹿沼72カントリークラブは皆様のご  
支援のお蔭をもちまして盛況のうちに  
まもなくオープン一周年を迎えようと  
しております。

つきましては会員名簿作成準備のた  
め来る六月二十一日より当分のあいだ  
会員の名義書換えを停止させていただきます  
だき、その間に、住居変更者の確認、  
会員台帳の整理、及び会員課業務を機  
械化(コンピュータの設置)するた  
めの諸作業等を鋭意進めてまいりたい  
と存じます。

何卒よろしくご協力賜りますよう  
お願い申し上げます。

なお、会員の皆様の中で転勤その他  
によりお住まいを変更されたまま届け  
出をなされていない方が数多く見受け  
られ、会報その他クラブからの連絡文  
書がお届けできず困っております。

今般、会員名簿作成の準備もござい  
ますので、未届けの方は、お早めに会  
員サレヘセンターあてお届けくださ

いますようお願い申し上げます。また  
お知り合いの方で住所変更届け出のす  
んでおられない方がございましたら手  
続き促進方もお手数ながらあわせてお  
願い申し上げます。

理事長 柳田誠二郎  
財務委員長 鮎田昇平

## 粗造成、順調に進行中

富士御殿場ゴルフ倶楽部

富士御殿場ゴルフ倶楽部建設現地で  
は、四月末をもって調整池の造成を完  
了いたしました。五月十八日(火)よりコース  
の粗造成工事に入りました。五月二十  
八日現在、10番、12番ホールを急ピツ  
チで造成中です。(左ページ写真)

今後は、先般お届けいたしました会  
報第9号にございます工事スケジュー  
ルに従い、鋭意建設を進めていく所存  
ですので、よろしくご支援賜ります  
ようお願い申し上げます。

## 理事会が発足しました

VIVV鹿友倶楽部  
(旧称アレティッククラブVIVV)

先般、お手紙にもお知らせいたし  
ましたが、VIVV鹿友倶楽部(旧称・  
メンバーズアスレティッククラブVIVV  
の理事会がこのほど正式に発足  
いたしました。

役員は左記の各位です。

## クロスワード・パズル 5月号の正解

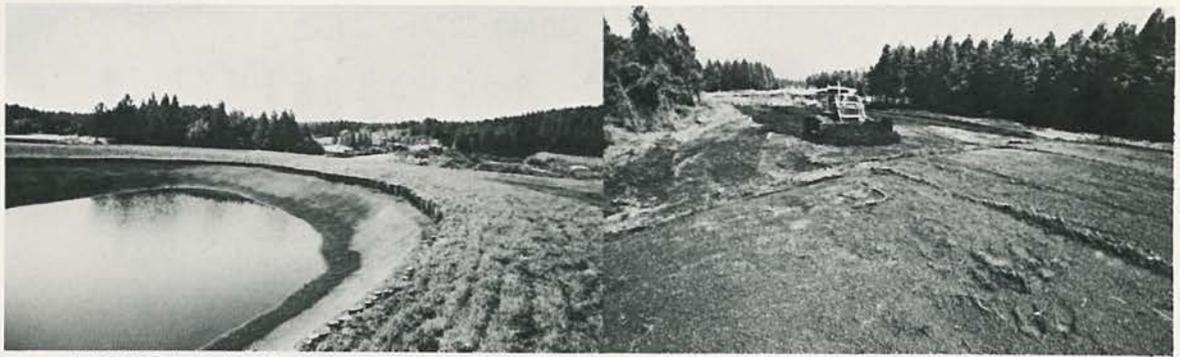


A=ゴ  
B=ガ  
C=ツ  
D=サイ  
E=イ  
『五月祭』

カ	ゴ	カ	イ	カ	ク	コ	ナ	コ
シ	バ	イ	チ	マ	ナ	シ	ガ	
ワ	ン	サ	イ	ド	ウ	ツ	リ	
デ	ノ	ミ	ア	テ	カ	メ	ツ	ラ
シ	カ	メ	ツ	ツ	ル	イ	カ	
ザ	ル	サ	カ	ゲ	ン	カ	イ	
ン								

応募総数 三、八一七  
正解は 三、二九四

〈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。  
♥ヨコのかぎ①へ違いたさ、見たさに恐  
さを忘れ…。②の鳥という歌。③組織を  
―してこの不況を乗り越えなくては…。  
⑦紙―をいまだ続けているおじさんがい  
る。懐しいねえ。⑨―になつて捜してい  
たぜ、お前のことを。⑩こんな―ゲーム  
になるとは思つてもみなかった。⑫まっ



富士御殿場ゴルフ倶楽部・造成中の12番ホール(池越え)

造成中の10番ホール



VIVI鹿友倶楽部  
新装のメンバーズサロウン(4F=上・5F=下)

(1)倶楽部名称の変更  
理事会の発足を機にメンバー本位の運営をより徹底させていく所存ですがこれに伴い、倶楽部の名称をこれまでの「メンバーズアスレティッククラブVIVI」から「VIVI鹿友倶楽部」に変更いたしました。

去る五月十日、さっそく第一回理事会が開かれ、左記事項が決定・承認されました。

理 事	柳田誠二郎氏
キャプテン	佐藤 茂氏
理 事	吉田 稔氏
理 事	伊藤 富蔵氏
理 事	竹鶴 威氏
理 事	島田 平造氏
理 事	飯島 健児氏
監査役	保坂 治雄氏

(2)会員特典の拡大および会費の納付  
五十一年度より会員各位には年会費を納付していただくことになりましたが、これに伴い会員各位の特典を追加拡大いたしました。VIVI全施設を無料にてご利用いただける(レストランを除く)など、年会費を納付いただいてもなお従来より実質的には会員各位の負担減となるよう配慮いたしてございますので、いっそうのご利用のほどお願い申し上げます。

なお、倶楽部施設へのご入場は、会員と会員同伴のビジターのみ認められます(レストランを除く)が、今後、会員の方がご入場の際は必ず所定の会員パス券をご提示いただくことになりました。会員パス券ご提示のない場合は原則としてご入場を認めませんのでご了承ください。

たく問題にしないこと。——もかけない。  
⑬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、一変りが激しいからねえ。⑮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!?⑯そんな—をしてると女の子にやめてないよ。⑰法ってよくいったもんだ。ちよろいちよろい。⑱もらい火のこと。⑳寄らば大樹のカゲです。—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。  
♥タテのかき①パンパンパンと—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—をかけたなら、ポロツとしゃべったよ。⑥—はるか—に白夜は明ける…。⑧あそこまで攻め込んだのに、—で負けるなんて。⑩日本の代表的な流行歌の作曲家。—メモロティなどとして有名。⑮この手すりはもつと—になるまで磨かなくてはダメだよ。⑰おい、—しないでやつつけちゃえよ。⑱—半分にいっただけ女泣きだしちやつてサ。意外とウブなんだな。⑲もう爆発することはないよ。㉑—注文も受けつけます。お早目にどうぞ。  
▼正解者の中から抽選の上、左記の1名様に電子血圧計・アイヘルステラックスを、10名様に高麗紅人参エキス、ビタ・ジンをそれぞれ贈呈します。  
へ電子血圧計・アイヘルステラックスへ  
◆静岡県◆山本要  
◆高麗紅人参エキス、ビタ・ジン  
◆東京都◆井上納・山田正純・中野智弘  
◆渡辺国男・原島武久・大郷順一郎◆埼玉県◆横田純◆千葉県◆尾満子◆栃木県◆石田一成◆新潟県◆二階堂敦子



# Conte・コント・こんと

## ●無用の……

公園でストリーキングをやら  
 かけた数人のグループが、公然  
 ワイセツ物陳列罪で、警察に逮  
 捕されたが、グループの中で一  
 番年長のホートンだけが、すぐ  
 に釈放されることになった。  
 「おまわりさん、どうして私だ  
 けが釈放されるんですか？」  
 「キミの奥さんが証言したから  
 だよ」

「どんな？」  
 「キミのは、もはやワイセツ物  
 ではない、とさ」

## ●心配

初潮のやってきたメリーが、  
 青い顔をして母親のところへす  
 つとんできた。  
 「ねえ、ママ、アソコから血が  
 出て、とまらないの」  
 「心配することないのよ」  
 と母親のソフィーは、メリー  
 の頭をなでながら

「そんなもの、ちよっと、油断  
 すると、すぐとまっちゃうんだ  
 から……」

## ●避難所

刑務所で、二人の囚人が話し  
 合っている。  
 「おまえさん、もう、どのくら

いになる？」

「かれこれ五年あまり……」

「で、どんなことをやらかけた  
 んだね？」

「実は、女房をうっかりぶんな  
 ぐっちゃって……」

「何、女房をなぐっただけで……  
 ……、ああ、そうか当たりどころ  
 が悪くて、死んじやったんだな」

「いいえ、びんびんしますよ」  
 「じゃ、どうして、五年もくら  
 い込んでるんだい？」

「あら、私でしたら、しょっち  
 ゅう落っこちてますわ」  
 とたんに顔面蒼白となった紳  
 士を見て、あわてたシンシア

「落ちるといっても、ベッドか  
 らですの。だって、ヘンリーっ  
 たら、荒っぽいんですもの」

「失礼ですが、もうビルの必要  
 なお年ではないようにお見受け  
 しますが……」  
 というと、老婦人は、さびし  
 げにほえんで

「わかっておりますわ。でも、  
 必要ないんだってことを自分で  
 自分にいい聞かせたくないん  
 ですよ……」

「おまわりさん、もう、どのくら  
 いになる？」

「かれこれ五年あまり……」

「で、どんなことをやらかけた  
 んだね？」

「実は、女房をうっかりぶんな  
 ぐっちゃって……」

「何、女房をなぐっただけで……  
 ……、ああ、そうか当たりどころ  
 が悪くて、死んじやったんだな」

「いいえ、びんびんしますよ」  
 「じゃ、どうして、五年もくら  
 い込んでるんだい？」

「あら、私でしたら、しょっち  
 ゅう落っこちてますわ」  
 とたんに顔面蒼白となった紳  
 士を見て、あわてたシンシア

「落ちるといっても、ベッドか  
 らですの。だって、ヘンリーっ  
 たら、荒っぽいんですもの」



## ●硬いのが好き

ゴルフショップの主人が、入  
 社したばかりの店員に、セー  
 ス・トークの特訓。  
 「キミ、ご婦人のお客さまには  
 当店の婦人用クラブのシャフト

は、すべて硬めに調整してあり  
 ます」というんだ。間違っても  
 「やわらかいシャフト」をすすめ  
 ちゃいかんぞ」

## ●落ちる

ジェット旅客機の中で、はじ  
 めて飛行機に乗ったという老紳  
 士が、スチユワデスのシンシア  
 に話しかけた。  
 「キミ、落ちる心配をしたこと  
 はないのかね？」  
 「あら、私でしたら、しょっち  
 ゅう落っこちてますわ」  
 とたんに顔面蒼白となった紳  
 士を見て、あわてたシンシア

「落ちるといっても、ベッドか  
 らですの。だって、ヘンリーっ  
 たら、荒っぽいんですもの」

「失礼ですが、もうビルの必要  
 なお年ではないようにお見受け  
 しますが……」  
 というと、老婦人は、さびし  
 げにほえんで

「わかっておりますわ。でも、  
 必要ないんだってことを自分で  
 自分にいい聞かせたくないん  
 ですよ……」

「おまわりさん、もう、どのくら  
 いになる？」

「かれこれ五年あまり……」

「で、どんなことをやらかけた  
 んだね？」

「実は、女房をうっかりぶんな  
 ぐっちゃって……」

「何、女房をなぐっただけで……  
 ……、ああ、そうか当たりどころ  
 が悪くて、死んじやったんだな」

「いいえ、びんびんしますよ」  
 「じゃ、どうして、五年もくら  
 い込んでるんだい？」

「あら、私でしたら、しょっち  
 ゅう落っこちてますわ」  
 とたんに顔面蒼白となった紳  
 士を見て、あわてたシンシア

「落ちるといっても、ベッドか  
 らですの。だって、ヘンリーっ  
 たら、荒っぽいんですもの」

「失礼ですが、もうビルの必要  
 なお年ではないようにお見受け  
 しますが……」  
 というと、老婦人は、さびし  
 げにほえんで

# Conte・コント・こんと



## 北から南から

●愛読者たより●

★御誌「鹿」毎号愛読させて戴いており  
 ます。なかでも、ヘルス・ジャーナル  
 は大変参考になり熟読いたしておいま  
 す。最近では血圧に関する記事がヒッ  
 トと存じます。ついでには小生はお蔭様  
 で元氣ですが、愚妻が近頃、神経痛に  
 よるものか、肩や背が痛いとか、腕の  
 関節が痛むとか、また、リウマチスら  
 しいとの事で、手の甲が次々とはれて  
 痛むとか申しております。もちろん主  
 治医にも診てもらってはおりますが、  
 家庭での手当の方法とか注意すべき点  
 とかヘルス・ジャーナルの特集をお願  
 いしたいと存じます。  
 (埼玉県大宮市・森 繁)

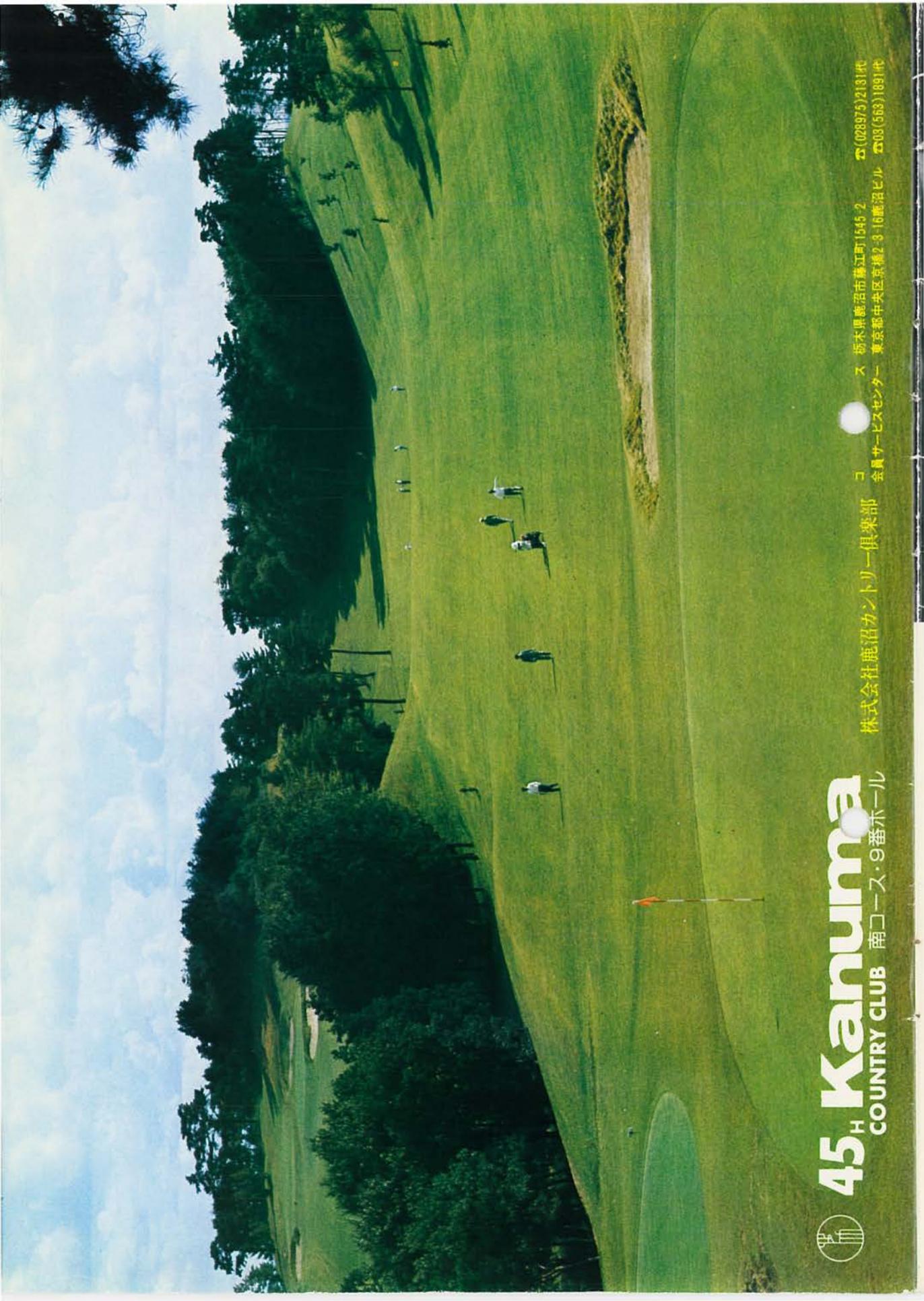
★「青い目の日本イチャモン帖」をいっ  
 も楽しく読んでいます。女性として、  
 妻として、また母親としての西洋人の  
 生き方、考え方を知らされ、それを自  
 分自身と対比させ、たいへん参考にさ  
 せていただいております。  
 今後、東南アジアの主婦なども登場  
 させていただければ、と思っております。  
 (千葉県市川市・坂井美子)

★「鹿」を愛読している一人です。内容  
 もさることながら、新年号からの貼り  
 絵の表紙が気に入っております。毎月、  
 今度は誰かなと期待しながら封を切り  
 ます。五月号は現役時代より大ファン  
 だった長島監督だったので、大切に切  
 りとり額に入れ、毎日がめでたお願  
 いします。特にゴルフアーツと野球人をお  
 願いでできればと思います。  
 (東京都町田市・野田明子)

ライフマガジン 鹿 7・8月合併号 発行・昭和51年6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150円(送料29円) 年間購読1800円(送料込) 1976 ©



# 45<sup>H</sup> Kanuma COUNTRY CLUB 南コース・9番ホール

株式会社鹿沼カントリー倶楽部

ゴルフサービスセンター  
会員サービスセンター

〒316-0293 栃木県鹿沼市藤江町1545-2

TEL (028875) 2131 代

FAX (03) (5663) 1891 代

# 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。



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