

ベスト フレンズ



中津市の花木 さつき

箭山会福岡支部

支部長 吉井陽二

〒 811-1346

福岡市南区老司 3-48-6

TEL 092-566-4713

事務局長 渡辺 隆

編集責任者 熊埜御堂 康輝



箭山会福岡支部の平成 15 年度の活動状況

月/日	場 所	行事など	参加者など
4月18日	上陽 GC	第6回福岡北九州支部合同ゴルフ会	参加者 20名
5月24日	ホテルセントラザ博多	第36回福岡支部総会	参加者 46名 (会員 37名・本部 6名・北九州 3名)
9月27日	このみクラブ	北九州支部総会	福岡支部より役員 6名参加
10月6日	相部宅	福岡支部ホームページ開設	http://www1.bbiiq.jp/yayamakai/fyayama.htm
10月10日	若宮 CC	第7回福岡北九州支部合同ゴルフ会	参加者 20名
10月25日	壱岐	第3回壱岐ぐるり旅	参加者 19名、秋の一日バス旅行
11月23日	吉富亭	箭山会本部総会	福岡支部より役員 7名参加 ホームページ開設の紹介
12月13日	アークホテル博多	沖代会	参加者 26名 新会長に渡辺一敏氏(20回卒)就任

役員会

4月2日	5月10日	6月13日	6月27日	8月3日	9月3日	12月13日	2月10日
ロイヤルカントリーパーク 9名	セントラザ博多 11名	セントラザ博多 10名	慶尚苑 10名	相部宅 11名	さかな市場 11名	アークホテル 14名	ソフィア西鉄 13名

沖代会 懇親会

12月13日、沖代会の懇親会が中津市より合林箭山会顧問他多数のご出席を頂き、アークホテル博多『那津の間』で開催された。総勢 26 名の参加で、中でも 14 回生の大石正美さんが 90 歳にして、はじめて同窓会に参加され、現在尺八のお師匠さんをなさっておられますが、大変お元気のご様子で、会では話題をさらい、大変盛会裏に終

わることが出来ました。今回、新会長に渡辺一敏様 (20 回生) を選任。

世話人：稲尾公朗 (40 回生)



「総会へのお誘い」

福岡支部長 吉井陽二 (37 回生)
第 36 回総会は平成 15 年 5 月 24 (土) ホテルセントラザ福岡で 46 名のご参加者を得て盛会裏に開催されました。ベストフレンズ 3 号発行に当たり同窓会へのお誘いです。私事ですが 15 年前でしたか、付き合い程度の気持ちで同窓会に参加しました。回数を重ねるうちに、友達の輪が広がり、限られた人たちの会の運営から多くの実働するスタッフの広がり生まれ、そして更に癒しの輪を広げる手助けに沖代会、ゴルフ会、旅行会、趣味の会が生まれました。当然の結果、ベストフレンズが生まれ、今日では箭山会福岡支部のホームページを開設するまでになりました。同窓の先輩後輩に会うことは新しい遭遇と発見です。人生の試練を乗り越えてこられた方、中でも大先輩のかくしゃくとした姿には感動があります。福岡支部は年々進化しています。まずは総会に参加して癒しの輪を広げようではありませんか。皆様のご参加を心よりお待ちしております。



壱岐ぐるり旅

市丸幸子（38回生）

今年の旅行同好会では昨年のイルカウォッチングに続き、福岡と対馬の間に位置した玄界灘に浮かぶ壱岐の旅行を計画しました。今回は箭山会の皆様へご案内して19名の参加申し込みがありました。10月25日(土)午前8時20分博多駅筑紫口に集合し、

久しぶりに顔あわせた参加者はそれぞれ会話が弾むうち第一観光バスツアーに合流、乗車して一路・佐賀県呼子港へと向かいました。バスの中では色々

と袋詰めしたお菓子やおつまみを配り、また吉井支部長から缶ビールの差し入れもあり、呼子の船着場に着いた時はほろ酔いの気分の人もあり、和やかな雰囲気のまま10時40分発の九州郵船・フェリーに乗り込みました。晴天に恵まれた船上では思い思いに船旅の思い出とカメラの前でポーズしたりで時間を過ごした。12時00分印通寺港に到着し、バスで期待の「ウニ飯とジャンボ豆腐」の民宿へ、そこで、またビールで喉を潤し昼食で満腹になりました。午後からは、まず史跡「原の辻原遺跡資料館」を見学して、“鬼の岩屋”を車窓から眺め、次に“東洋の砲台跡”を見学して、“猿岩”公園で休憩した。島巡りの最後はお土産店“九州物産・海女心本舗”のウニ工場見学とショッピングを楽しみ、島内観光を満喫した。参加者全員が壱岐の特産のお土産を両手にバスに乗り込み、再び壱岐の玄関・印通寺港へと向かい16時00分に乗船して呼子港へ・・・と、船上から眺めた太陽が沈む風景はまさにサンセットクルーズ!! 呼子港からバスで二丈・西九州有料道路を快適に博多駅へと、バスの中では壱岐の旅の疲れを癒すかのように一眠り二眠りする間に博多駅へ到着、参加者全員が無事に楽しい旅行を終え、お互いの健康と次回会うことを約束し合い解散しました。



注1) 原の辻原遺跡 芦屋町と石田町にまたがる大規模環濠集落で「魏志倭伝」に記載された「一支国」の中心と考えられている。注2) 鬼の岩屋 長い間、鬼の住家として伝えられてきた古墳で、ほぼ全島に分布、古墳時代の代表的遺跡。注3) 猿岩 黒崎半島の突端にある奇岩。高さ45m。海の侵食作用により出来たもの。注4) 東洋の砲台跡 大口径の二連砲で、平常は地下に潜り地上からは見えず、その破壊力と長い射程距離は当時東洋一。

「箭山会福岡支部ホームページ開設」

IT分科会（会長）梶屋孝太郎（33回生）・梶田義富（44回生）・相部喜久代（50回生）

福岡支部の活動目標の重要な柱に「会員への情報提供サービスの充実と会員の拡大」「母校や本部・各支部との情報交換の強化」がある。その具体的な活動として、一つは情報誌の発行、もう一つがインターネットサービスの開始、つまり「支部独自のホームページ」の開設である。HPの開設は、技術面・環境面・運営面それに経済面など多くの克服すべき問題が多々有り、着想は早かったが完成するまでに実に3年の歳月が費やされた。そんな中“IT分科会”を設け取り組みを加速しようとの、梶屋顧問の提案により、目標とした平成15年10月20日に、念願のサービスを開始することが出来た。早速ネットサーフィンしてみましょう。懐かしい母校の正門が迎えてくれます。URLは <http://www1.bbq.jp/yayamakai/fyayama.htm>



ここで開設までのエピソードをちょっと。

- ①まずはIT委員でかつ基地を提供してくれた相部さん。(写真) 自宅を我ら「箭山会福岡支部IT基地」として、パソコンなどのIT機器・回線一式丸ごと、ほんの薄謝で、、、加えて母校や中津市周辺の取材に、雨をつけて行って頂いた。重ねて謝謝!
- ②ISPはQtネット。URLの取得は出来ていたが、いざサーバへのファイル転送が出来ずに四苦八苦。とうとう梶屋分科会長にムリをお願いし、プロの無償支援出動を仰いだ。休みににもかかわらず何度も何度も、、、。謝謝!
- ③支部役員及び本部合林先生他、見るに見かねて「勉強会」と称してハッパ掛けにやって来た。見通し着いたねえ、、、。(写真勉強会)

④IT分科会は度重なる会合をさる「名島の店」で開き馬力を付けた。会合の回数の割には作業の進捗は少なかった、しかし満足。

⑤技術より口数の多かった反省会員、もうホームページ見るのもいや?!ともあれ約束のリリース日程を守れほっとしている。

今後は「鮮度の維持」「サービスの向上」、そして本部・各支部の開設促進と繋ぎなどが課題である。



わが尺八と人生

大石虚童(14回生)



昭和7年、卒業の前年、母校は大火災に遭い全焼の憂き日に遭いましたが、元私立中学校が廃校になり校舎が空いて居りましたので、何とか卒業式を迎えることが出来ました。或る日、受持ちの向野先生が、餞別の意味か聞かせてくれた尺八の音が、心の奥に残って忘れる事ができなかった或る日の事です、先輩に勧められて、尺八を始める事になりました。昭和15年、皇紀2600年(西暦1941年)記念行事として三曲(三味線、琴、尺八)大会が、鹿児島市の山形屋百貨店で開催されてまして、初出演、何しろ上って仕舞って何が何だか分からぬまま、控え室に戻った時はもう着物の袖は絞らんばかりかの冷汗でした。翌16年には太平洋戦争が始まり、国民総動員の戦時体制となる。緒戦の勢いは長続きせず、

日毎に悪化を辿る19年、印度洋のベンガル港に点在する一小島のレーダー基地に出征する事になりました。やっと辿り着いた任地は既に数次に及ぶ、爆撃、艦砲射撃を受け廃物同然の姿であったが、何とか之を補修しシンガポール防衛に役立て様と使用中の処又やB25の爆撃を受け、指揮所もレーダーも全焼壊滅、再起不能の状態、敵が上陸すれば、只玉砕を待つみの状態で、何等為す術もなく、時折防空壕より取出した尺八で無聊を癒すのがせきの山でした。20年終戦、21年復員帰郷。食糧はなく、小麦粉の粕で造ったパンや芋カボチャ等で、不馴れの百姓の真似事をしながら、夜は尺八を吹く事が多くなりました。28年中津市に出て、小さなミシン店を始め細々と暮す内、親会社の直営店となり、豊後高田に支店を開設、其後長崎、久留米、福岡と転勤を重ね現在地に安住する事になった。尺八のお陰で、詩吟や民謡界との関連も出来て、大宰府の文化協会、福岡三曲協会、財団法人民謡協会筑紫部の皆様方と楽しく又時折ボウリングで体調を整えて居ります。

アフリカ最高峰キリマンジャロを登る

西野三叔(22回生)

ナイロビ空港に着くと、どっと汗が吹き出て、アフリカ独特の臭いが鼻をつく。そして市外に出るとトムソンガゼルやキリンが居るのにびっくりした。蜂塚も多い。国境では自分の着ているシャツを土産物と交換、又は買へと迫る群衆に辟易し、タンザニアへ。入ると人は全然ない。社会主義国家で服装も、貧しい。我々11名はセラングートでコック、ポーター、ガイドを入れた22名で登山開始。ジャンボ「今日は」と挨拶をしたら登るが、外人は皆鼻の上に三角の紙を貼って、



紫外線による日焼けを防いでいる。途中子供が「ハングリー」と言って食べ物をねだって、五・六人もついてくる。ポレポレ(ゆっくり)と掛け声をかけて1000m登ってコンダラハット着。これから又300m登って降りる。これは高度順応させ高山病を防ぐ為である。次は3780mのホロンボハットへ。富士山の高さだ。途中外人全員を乗せた一輪車を四人のポーターが猛烈なスピードで駆け降りてくる。高山病だ。着いて一人隊員が倒れた。横浜から若青年が凄いスピードで登ってきて、これも倒れた。高度順応の為一日滞在。気分が悪い。次の日は4703mのギボハット着、きつくて怒りっぽくなる。外は吹雪で防寒衣を着ても眼鏡は凍り、鼻水、ひげは氷で固まり、咽喉はヒリヒリする。0時30分、カメラのシャッターを凍らないように包んで出発、ライトをつけ岩を登る。一寸登ってはガイドにストップと言って転がり休憩、ゴーと言って起き上がる。この儘では凍死すると言われ必死で5685mの山頂に着いた。空気は凍ってキラキラとダイヤモンドダスト。山頂は噴火口の氷河だった。10分の滞在で早々に下山したが、途中で吐いた。早く降りると高圧になり肺がやられる。ポレポレの言葉で猛暑酷寒の五日間だったが征服感で感無量だった。



四国八十八ヶ所巡礼紀行

‘単独徒歩巡礼’ — 焼山寺の巻 — 中川良一(24回生)

四国巡礼の最初の難関は、焼山寺の遍路転がしの険しい山路である。4月8日晴れ午前5時30分民宿を出発、藤井寺(標高、140m)前日参詣済の本堂横焼山寺登り口、午前6時15分出発、直ぐ山路に入る。起伏のある険しい山坂、谷越えの難路の連続である。焼山までの場所名と標高と登り口からの距離は次の通り。



長戸庵寺 H500M、3.4k m → 柳水庵寺 H500M、6.6 k m、湧水あり水の補給はここだけ。 → 一本杉 H740M、10 k m、3mのジャンボ修業大師の像あり。 → 左右内 H400M、一番深谷底で H300M 位か。 → 焼山寺 H700M、約13 k m。



一本杉を過ぎた尾根の、風通し良く陽の当たる場所で大休止、生乾きの洗濯物を乾かし、早い昼食をとる、大握り飯二個と副食の沢庵に舌鼓を打つ。充分な休養をとり後半の山路に備えた積りが、左右内で標識を見誤り、往復3 k程の山路を無駄歩き、大きな痛手を受けた。谷底の小橋の向こうが、焼山寺の入り口であった。目前の急峻な崖道に一瞬気後れするも、巡礼の皆さん最後コース3 k m、元気で頑張ってください、という伝言板に励まされ登坂。最初300歩で小休止が200歩、100歩、50歩となり、最終的には10歩登っては一寸休止、10歩登っては膝から崩れ、装備を身につけたまま腰から着地する体たらく、疲労困憊、最後の石段を這うようにして登り、境内横手に出る。汗と泥にまみれた着衣を水洗いし乾かす、一息ついて傍のベンチに腰掛けた途端、疲労と安心感とポカ陽光に誘われ、つい仮眠、目覚めた時は4時半過ぎ、大急ぎで乾かし物を取り入れ、慌てて宿坊に駆け込む始末、だだっ広い宿坊に人影疎ら。大きな湯槽の一番風呂に大満足、夕食は広い新居に唯一人、質素な精進料理に注文の般若湯コップ二杯が添えられ、忽ち酩酊、布団の中で極楽往生。体力の限界を知らされた一日であった。



謡曲めぐり

謡曲竹生島 合林三範(27回生)

3日間で竹生島、三井寺、鞍馬天狗、大原御幸のゆかりの地を巡る「近江京都の旅」謡蹟の宝庫であるこの地を訪れました。さて、琵琶湖は滋賀県中央部にあたる断層陥没湖。湖中に沖島、竹生島、多景島、沖の白岩などの島がある。近江の海、入島の海、形が琵琶に似ているからその名が付けられたそうである。京都、大阪、兵庫の上水をまかなう巨大な水がめであり、またその多彩な風光美は数々の詩歌や絵画にたたえられ、古くから近江八景が選ばれている。竹生島は琵琶湖北部にある島、周囲2kmの樹木が繁茂し、切り立った崖を削って開いた急傾斜地に都久夫須麻神社や宝厳寺が建てられている。急傾斜の階段を登り、期待の奉謡を全員で行う。さて都久夫須麻神社、その本殿は国宝、慶長7年(1602)関白秀吉が時の天皇をお迎えするため伏見桃山城内最高の建物を移築し神殿として寄進したもので、絢爛豪華な桃山文化の代表的建築物。その神殿前の狭い廊下に登壇し厳かに合唱する。最高の気分であった。その後、渡廊下(重文)に渡り観音堂(重文)玄関にあたる唐門(国宝)を参観し西国第三十番礼所である、宝厳寺に参拝、こちらは昭和17年に再建された鮮やかな朱塗りの大きな建造物で、江ノ島、宮島と並ぶ「日本三弁財天」の一つだそう。謡を習っている者、一度は行ってみたい竹生島。次に謡曲の竹生島とはどういう内容なのか。延喜帝に仕えていた臣下、江州竹生島の弁財天が霊神である由を聞いて、御暇を頂いて従者を連れ竹生島詣でを思い立った。入島の浦に着いて暫し休んでいる所に、女を乗せている漁翁の釣舟が漕ぎ寄せて来たので、それに便乗して湖上の人となった。やがて舟は竹生島に着いたのである。老人は御道しるべをしようとして、臣下を弁財天に案内し、竹生島に女人禁制の謂れはないことを説いて臣下の疑を晴らし、女は我は人間にあらずといって、社壇の内に消え去り、老人はこの海の主ぞと言ってそのまま海中に姿を没し去る。臣下は社壇に詣でて渴仰しておると、御殿しきりに鳴動を始め、弁財天出現して舞楽を奏し給うところに、湖面が俄かに波高く荒れ、その中に龍神忽ち現れ出で、金銀珠玉を捧げ来て、これを臣下に与えたる後、ある時は天女の形を現して、有縁衆生の諸願を叶へ、またある時は龍神となって国土を鎮めるなど、衆生済度の誓いをあらわし、弁財天は社壇へ鎮まり給い、龍神は湖上を飛行し、波を蹴立て、再び龍宮へ帰り去るのである。



ぶたの起源

ぶたの起源 梶屋孝太郎 (33回生)

平成15年12月から養豚経営を兼務することになりました。養豚経営については頭の中では理解できていましたが、実務となると気力・体力が必要です。古希を過ぎたいま、養豚経営と取り込むことに生甲斐を感じています。今回は会社紹介にとどめておき、次回からシリーズで養豚事業の紹介を致します。

豚の起源について

イノシシが豚になった理由

イノシシの肉は美味で、古来シカとともに狩りの対象として重要な存在でした。イノシシが簡単に捕獲できる間は、飼慣らして繁殖させる家畜化の必要はありませんでした。しかし、人口が増加し、食料の確保、安定供給が要求されるようになって家畜化が始まりました。人間側の要求により、一部のイノシシは家畜化されて豚へと変身していったのです。

イノシシが豚になれた理由 —家畜化しやすいイノシシの性格—

野生動物が家畜化されるには、人間側の家畜化を必要とする動機と、それを可能とする動物側の条件の両者がそろわなければなりません。イノシシのこんな性格が家畜化される条件を満たしました。

- I 雑食性 植物性のもから昆虫、蛇なども食べる。人の食べ残しや余りもので飼養でき、さらにヒトの排泄物も始末してくれる掃除屋である。
- II 群居性 通常、5～50頭の群れをなす。1つの囲いのなかで飼育できる。
- III 多産 妊娠期間がほぼ115日と比較的短いうえ、一度にたくさん産む。子供の時から飼育でき、手なづけしやすい。
- IV 繁殖の習性が単純 イノシシの性行動は他の動物のような複雑な儀式がなく単純で、周囲の環境にあまり影響されない。飼育下でも簡単に繁殖できる。(有限会社九重ファーム 大分県玖珠郡九重町菅原 555-1 敷地 200,000㎡ 養豚 10,000頭)

九重ファーム畜魂碑



<流転>されど、酒あれば何処も住めば都 井上慎一 (37回生)

福岡→東京→青森→広島→大阪→北海道→静岡→そして福岡。

これは国内旅行の行程ではありません。42年間の転勤族で旅路の軌跡なのです。昭和30年中津東校卒業。全国的に就職難の時代。乾物店、農協、専門学校と5年を費やし、昭和36年に東京に本社のある化学工業会社に入社、以後40数年間の枷ある旅が始まりました。

<福岡>飲み屋から会社に通う様な生活でしたが東京オリンピックの年に悪友達からあげまん女房と称される家内と結婚しまともになった。まさに青春謳歌そのものの8年でした。

<東京>八重州と浦和の間を往復しながら販売管理の修業、労組の執行委員まで経験させられた机上修業時代の2年間でした。

<青森>昭和46年東京本社から青森へ転勤。水を得た魚の様に魚釣りや酒で営業開始。酒席では黒田節を得意とし、一節唄う毎に大杯を飲み干し、酒豪として有名だった。お蔭様で今でもガンマーGPTの数値は300以上、誰にも負けません。生涯の

方向を決定付けた10年でした。 <広島>流川、薬研堀などは中州にそっくりな歓楽街でした。女性達は情が深く、結果的に接待交差費が不足し他科目流用で監査法人の会計士をずいぶん困らせたものです。それでも管理職として出発点の6年間でした。

<大阪>何しろテリトリーが近畿7県に加えて鳥取、岡山の9県でしたので、年中出張し酒席に侍りまさに企業戦士そのものの3年間でした。 <札幌>すすき野に毎晩の様に現れました。転勤族のアンケートで一番人気のあるのは博多と札幌だそうです。

<流水や、住めば都の番外地>等と意気かっておりました。最後の親方日の丸時代の3年間でした。 <静岡>平成4年札幌で55歳の職位定年を迎え、会社が用意してくれた行先は子会社を通り越してその又子会社に役員としての出向でした。何しろ

設立3年目の会社で資本金3000万でその時すでに3000万の欠損金を持つなんと恐ろしい内容の会社でした。常勤役員は私一人で社長ですら非常勤でした。社員も過去あり気な人が多く正直いってえらい所に来たもんだと思いました。苦労はしましたが平成15年6月に退任した時は剰余金が資本金の約3倍、借入金ゼロの会社にまで成長していました。この様な時代にしては幸

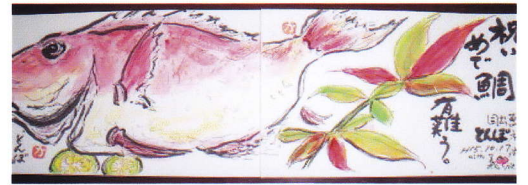
進だったとっております。自由に実力を試させてもらえた11年間でした。 <福岡>平成15年7月福岡に帰還して終焉を飾るまで<酒絶ちて余命残すや空蟬の>等と考えずに、私は<酒を友に枷なき里の鯛雲>と生きます。



(写真は母と)

私の心絵

梶田 義富 (44回生)



もともと絵画やスケッチが好きな私は、小学低学年の頃から良く絵を描いていたよと、両親が言っていた。草花や自然が大好きで、就職して社会人になってからも暇を見つけてはスケッチを続けていた。

平成元年、東京単身赴任を機会に「新東京百景」のスケッチに取り組んだ。東京には九州に無い魅力的なモチーフがいっぱいある。この時から、いったい何枚続くかなと思い、スケッチにもナンバーを付け始めた。あれから16年、今では千七百枚を越し、千枚・千五百枚記念では多くの方々にお祝いもして頂き、スケッチ冥利を味わった。そのスケッチも“私のスケッチ・アルバム”として、枚数を重ねながら今座右に有る。

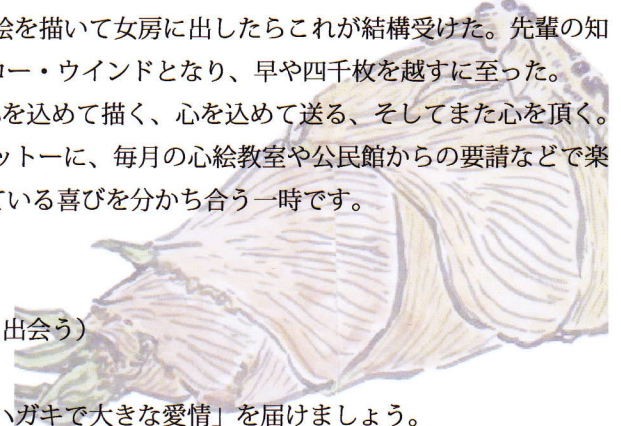
さてそんな中、平成9年頃のある日、郵便局で絵手紙教室と言う聞きなれない言葉に目を引かれた。あの小さなハガキに勢いや温かさが満ちていたのに驚き、字ばかりの便りより良いのでは？と、早速絵を描いて女房に出したらこれが結構受けた。先輩の知人から頂いた絵手紙の石川先生著「妻への絵手紙三千通」と言う本もフォロー・ウインドとなり、早や四千枚を越すに至った。

3年ほど前から絵手紙を自分流に“心絵(手紙)”と呼ぶことにした。心を込めて描く、心を込めて送る、そしてまた心を頂く。そんな願いを込めている心の絵。今では「お役立ちとボランティア」をモットーに、毎月の心絵教室や公民館からの要請などで楽しんでいる。筆を動かす喜びもさること、口を動かす楽しさが受け、生きている喜びを分かち合う一時です。

心絵八道の中から・心得3点

- 1 何でもモチーフに、心を込めて描こう。
- 2 季節感を出そう。(草花や風景を観察していると、うれしい季節感に出会う)
- 3 強弱をつけて大きく、思っている以上に大きく大きく描こう。

さあ皆様も“心絵”を始め、奥様・旦那様あるいは思う方々に「小さなハガキで大きな愛情」を届けましょう。



健康便り、サンゴミネラルと私

瀧上憲司 (41回生)

皆さん、病気には様々な体験をされていると思います。又病気になる前に、日頃から健康や病気の予防に留意されている事と思います。私も顧みますと40歳頃健診で糖尿病を煩っていたことが発覚し、53歳頃は空腹時の血糖値300、ヘモグロビン9.1有り病院の薦めで妻と一緒に栄養指導を受けました。入院して食事療法を体験するよにとの宣告です。当時、仕事の関係で空席に出来ず悩み、医師に相談、好きな晩酌をやめ、カロリー計算された食生活を実行出来るかと言われました。妻の細かい心遣い、バランスの取れた食事のお陰で大事に至らず、欠勤もせず37年間無事勤務でき、人生の区切りを全う出来て良かったと感謝しています。定年後は人それぞれの生き方で無理のないよう余生を明るく楽しく生きて行きたいものです。よく、人・物・金といいますが、何よりも大事なのは自分自身と家族の健康だと思います。父の教え、口癖の様に聞かされた言葉が「健康第一」でした、誰でも考えていることですが、お金よりも健康が第一だと痛感しています。健康や病気の予防にはお金を惜しまず使っています。人間の体の70%は水から出来ています、良質なミネラルを含みメダカが棲めるような水で健康な体を作り細胞を生き生きとさせ、いつも5歳は若い体で有りたいと考えています。私は7年前、沖縄のミネラル豊富なサンゴに出会いました。沖縄全島はサンゴが隆起して出来た島なので、土壌はアルカリ、地下水もミネラルが豊富で、生活に大いに利用されています。又沖縄産の天然サンゴは人体に必要なカルシウムとマグネシウムが2対1の割合で含んでいる事から、山之内製薬がこれが事業化を狙い、現在スリムウォーターという製品を発売していますが1ℓ当り約500円、サンゴミネラルより高い。現代は予防医学の時代で、健康の基本として良質なミネラルの必要性が叫ばれています。浜松医科大学の高田明和教授は水を多く飲む効用は生命維持、腎臓や尿路の結石予防、血液をサラサラにする、体の中の浄化作用と言っております。体の中を循環する水は、栄養素や老廃物を運ぶことだけでなく、発ガン物質やダイオキシンなどの有害物質を体外に排泄する働きがあります。健康で長生きの秘訣は①良質な生活水(サンゴミネラル)②バランスの取れた食生活(1日30品目)③体内の免疫力アップ④身体を動かす(歩く)⑤脳の活性化等だと思いますので、これらを日常生活の中で考えて実行して行きたいものですね。水は大切な命の源、大切なミネラルを自然に補給できるオンロードのカルデール5CAC活水器を使用して、私は生水を1日に2ℓ飲んでます。栄養素の中で一番不足し生命維持に必要なミネラル(カルシウム・マグネシウム・カリウム等)を努力なしで毎日の生活水の中から摂取することが出来ます。骨や歯の形成、血液の浄化、細胞の活性化に役立ち、さらに体内を弱アルカリに保ち、私たち本来の自然の治癒力を高めてくれます。ご相談ご要望の方はお気軽にご一報下さい。ご注文は右記へお願いします。出来るだけFAXかハガキにてお願いします。

お問い合わせ
注文はこちらへ↓



環境と健康を考える

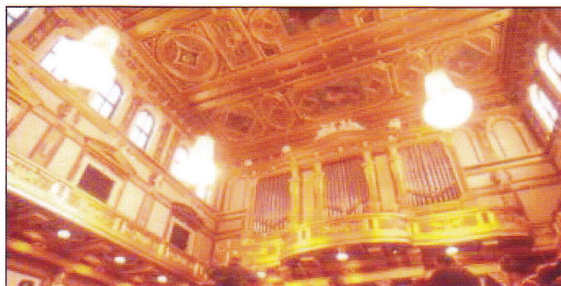
清 瀧

代表者 瀧上 憲司 (41回生)

事務所 福岡県筑紫野市二日市北6-10-26

TEL/FAX 092-925-0070

「贅沢なひととき」 井口慶子(39回生)



毎年、音楽の都ウィーンの新年は「ニューイヤーコンサート」で華やかに彩られるのをテレビで楽しみ、新年の気分ひたっていました。今年の新年は、娘がメンバーの一員として出演した関係もあって、アクロス福岡シンフォニーホールで、九州交響楽団の生演奏を聞く機会を賜りました。ドイツ在住の国際的指揮者、大町陽一郎さんの指揮による、ワルツ「金と銀」「君こそ我が心のすべて」指揮者の軽妙なトークによる曲の解説や、

エピソードで、さらに音楽が楽しいものになりました。天皇陛下の古希を記念しての「皇帝円舞曲」「あなたこそ我が心の皇帝」等、現在(いま)を把握した選曲でもありました。又ソプラノにオーストラリアの文化大使として世界各国で活躍しているエリザベート、フロイントリンガーの若くて美しい容姿にも増してシューベルトの「セレナーデ」、レハールの「愛」この世の天国よ」甘く美しいソプラノは会場に響きわたり、勉強した曲だけに、とても身近に感じたものでした。テノールの村上敏明さんは、海外でも活躍、国内で更なる飛躍が期待される若手のホープ。プッチーニの「誰も寝てはならぬ」「星は光りぬ」はもっとも人気のあるオペラで、テノールの名アリアでもあります。美しい旋律がちりばめられたイタリアオペラの傑作でもあるのです。心の中で共に酔いしれた贅沢な新年のひとつときでした。



アーユボーワン(こんにちは) スリランカ 柴田裕子(43回生)

アーユボーワン(こんにちは)。箭山会会員の皆様、お元気でいらっしゃいますか。スリランカ在住、柴田裕子です。スリランカはインドの南にくっついている小さな島、かつてセイロンと呼ばれた島国です。昨年3月末福岡市役所を退職と同時にJICA(独立行政法人国際協力機構)のシニア海外ボランティア(SV)に応募しました。これは日本政府の海外援助の一環として40歳から69歳までの識者、経験者を開発途上国政府の要請に基づいて

派遣しているもので、年2回募集があります。私は工場廃水処理のSVと一緒に政府の上下水道局に派遣されています。任期は1年です。残りわずかとなりました。毎日水道局車でコロomboの端のマンションから30



(マンションからコロombo都心を望む)



分かけて、パソコン、プリンター、デジカメ持参で通勤しています。スリランカは人口1千8百万人。面積6・6万平方キロ。北海道より小さな熱帯の島です。年間に雨季が2回ありますが、気温は30度前後で安定していて、湿度は高いものの慣れてしまえば大変住みやすい国です。魚も肉も野菜も果物も新鮮で安く、日本の食材もたい

てい物は手に入ります。紀元前3世紀以来の仏教国で、毎月満月の日(ポヤデー)は休日です。多くの仏教徒はお寺に詣でます。この20年間シンハラ人とタミル人の内戦が続いていました。人種的にはシンハラ人(主に仏教徒)82%、タミル人(主にヒンドゥ教徒)9%、スリランカ・ムーア人(イスラム教徒)8%、等となっています。2002年2月、シンハラとタミルの停戦合意が成立。その後ノルウェーを中心とした国際社会が和平交渉を仲介し、日本も和平会議を東京で開き最大の援助国となるなど懸命の努力が続けられていますが歴史的、人種的、宗教的、政治的、経済的に複雑な問題を抱えていて、今後どう推移するのか目が離せない状況です。



(よく買い物をするマーケット)



(パジャージ便利な市民の足)

福岡・北九州ゴルフ会

久恒喜成 (29回生)

平成15年度はアフガニスタン・イラク等の国際紛争、サーズ(SARS)問題、テロの脅威に加えて、世界経済不況に伴い国内のデフレ景気は依然に好転を見ない現状、お互い年金生活で大変にもかかわらずゴルフで楽しいひと時を過ごしました。

春ゴルフ会

日時：4月18日(金) 10:30 スタート

場所：八女上陽CC 参加者：19名(福岡地区より8名)

当日は晴天に恵まれ、整備されたベントグリーンにもてあそばれながらも18ホールを無事終了。クラブの高級ホテルでゆったりと疲れを癒した後、浴衣姿で一献を傾け楽しく懇親の場を過ごしました。



秋のゴルフ会

恒例ならば秋は日帰りのゴルフ会ですが、今年は飲酒運転の規制が厳しいため、春に続き一泊のゴルフ会を企画しました。

日時：10月10日(金) 10:13 スタート

場所：若宮ゴルフクラブ 参加者21名(福岡地区より7名)

この日も晴天の下、白球を追って一球一打に一喜一憂しながら楽しく過ごしました。ホテルは何時ものグリーンヒル若宮でひと汗流した後、時間の許す限り親睦を深め、2次会3次会と楽しいひと時を堪能しました。



平成15年度箭山会福岡北九州ゴルフ会成績表

日時	平成15年4月18日(金)	平成15年10月10日(金)
場所	八女上陽カントリークラブ	若宮ゴルフクラブ
優勝	矢頭 誠(北九州38回生)	富原 常雄(福岡46回生)
準優勝	熊埜御堂康輝(福岡38回生)	荒川 員充(北九州40回生)
第3位	荒川 員充(北九州40回生)	矢頭 誠(北九州38回生)

多くの方の参加を呼びかけています。お気軽に参加ください。福岡支部ゴルフ会世話人 稲尾公朗 (40回生)

ベストフレンズ

各クラブ責任者

福岡支部の皆様お元気ですか？
支部には、右表の通り色々なクラブがあります。そして、クラブでは様々な方との出会いや楽しみがたくさん待っています。どうぞ、お気軽にお声を掛けて下さい。あなたの人生をもっと豊かに、そしてもっと賑やかにして見ませんか。

クラブ名	卒	役職	氏名	分担	卒	役職	氏名	分担
総会 懇親会	37	支部長	吉井 陽二	総括	44	幹事	梶田 義富	余興責任者
	38	副支部長	熊埜御堂 康輝	役員会議長	44	幹事	矢頭 真一	余興責任者
	38	副支部長	市丸 幸子	行事責任者	46	幹事	新貝 美恵子	
	41	副支部長	瀧上 憲司	総会責任者	50	幹事	佐藤 光吉	
	38	幹事	谷川 和子		51	幹事	牧野 金雄	
	39	幹事	井口 慶子		52	幹事	中野 久米夫	
	41	幹事	江副 節子		55	幹事	武末 和子	
43	幹事	大木 敦夫		60	幹事	安森 真奈美		
監査	34	顧問	菊北 正弘	会計監査				
沖代会	20	会長	渡辺 一敏		40	世話人	稲尾 公朗	
ゴルフ会	28	会長	久恒 喜成		40	世話人	稲尾 公朗	
					46	幹事	富原 常雄	
IT分科会	33	会長	梶屋 孝太郎		44	幹事	梶田 義富	ホームページ責任者
					50	幹事	相部 喜久代	HP基地管理者
旅行会	38	副支部長	市丸 幸子		38	幹事	谷川 和子	
					44	幹事	矢頭 真一	
ベストフレンズ	47	編集責任者	城戸崎 重夫					
俳句会	43	責任者	渡辺 隆					
事務局	43	事務局長	渡辺 隆		47	幹事	城戸崎 重夫	



マンションの谷間に響く猫の恋
豚の恋春を待たずに発情す
カラオケは想いでさがしの春の雨

幸子
孝太郎
康輝

蜘蛛の囿の月をとらえて動かさる
寄り道は飾山笠見に中州まで
玄海の色なき風の荒々し
水涸れて綿状の階ダム底へ

たか志

早梅や子はわが道を行きはじむ たか志

初心者には俳句欄を設けていただいて、三年目。俳句を数多く詠み投句するうちに、曲がりなりにも俳句の形が分かるようになり始めたこのごろです。平成十五年自選五句、俳句誌に掲載されたものからですが、まだまだ未熟。自分らしい俳句を作るように心がけたいと思っています。同窓生の方々の交流の場として、ベストフレンズに紙面を提供いただいておりますので、どうぞ俳句のご提供をお願いします。

俳句へのお誘い
俳句会 渡辺 隆 (四十三回生)