



スマイリング・シンデレラ

センスの良いニックネームだと感じた方は多いのではないのでしょうか。“スマイリング・シンデレラ”。ゴルフのメジャー大会である全英女子オープンを制した渋野日向子選手に現地のメディアがつけたといいます。4日間ふりまき続けたスマイルは、たしかに魅力的でした。最終ホール、5メートルをこえるバーディパットを見事に沈めて優勝を決めて、左手でバターを高くかかげた時の、はじける笑顔。ダブルボギーをたたいて一瞬うつむいたあと、気持ちを切り替えるように顔を上げて浮かべた微笑。プレーの合間、お菓子を食べたり、ギャラリーとハイタッチを交わしたりの際の、飾り気のない表情。ほんとうは負けず嫌いだそうです。実際攻めの姿勢を貫いたことが、初の海外試合でメジャー制覇。というシンデレラ物語につながりました。もちろん、高い技術があつてこそ、ではあります。と同時に感情を制御する力の強さが、あの笑顔からはうかがえました。どんなスポーツでもそうなのでしょうが、わりとゴルフは自分との戦いといいます。笑うことにはいろんな効能があるらしい。心身がリラックスしたり、免疫力を高めたり、血行をよくし血圧を下げる。脳の働きを促し認知機能の低下を防ぐといいます。どれほどの裏付けがあるのかわかりませんが、試して損は無い。気のめいる話が少なくないですが、よけいに笑顔をこころがけていきたいと思う。20歳の新星に教わった気持ちです。

都商会 鎌野

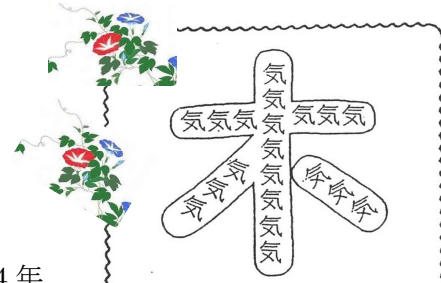


高校野球

現在、母校の沼津東高校野球部 OB 会副幹事長を3年務めさせていただいております。4年目の今年は、次年度から昇進（昇進と言えるのかは不明ですが）しそうなので、なるべく行事に参加しています。また昨年からは監督となった勝又健太監督は、小・中・高・大とすべての学校の後輩で、家も200mくらいしか離れてないので、応援せざる負えません。彼は早稲田大学の野球部を4年間続け、出場こそできませんでしたが6大学リーグ戦でベンチ入りしたことのある、名選手でした。夏の選手権大会は古豪島田商業に残念ながら1回戦で敗れてしまいましたが、秋の東部地区大会は今のところ勝ち残っています。初戦（2回戦）は、3男が現在3年生に在学しているため、私が保護者会長を務めている、昨秋の県大会覇者の御殿場西との対戦でした。試合前には西高の理事長、副校長（沼東野球部 OB）にスタンドでお手柔らかにと挨拶をして、試合開始です。初回到4点を先制されながら、何とか9回までに6対6に追いつき延長戦へ。延長12回まで決着がつかず。13回からは、近年導入されたタイブレークに突入。ノーアウトランナー1・2塁からの試合再開となります。先行の西高の攻撃を0点に抑え、裏の攻撃は1アウト満塁とサヨナラのチャンス、ここでスクイズを試みましたが、小フライとなりダブルプレーでチェンジとなり、案の定14回の表に再びタイブレークから4点を取られ万事休すと思われたのですが、その裏5点を取りサヨナラ勝ち、4時間に及ぶ熱戦を11対10で見事勝利。3回戦の相手は伊東高校、こちらの監督はこの秋から沼東野球部 OB が務めております。今回は、初回到沼東が4点を先制するも、伊東の追い上げに合い、4回終了時で8対6の接戦となってしまいました。その後追加点をあげ、11対6で勝利できました。4回戦（準々決勝）の相手は三島南高校、なんとこちらの監督も沼東野球部 OB です。この試合は、終始リードしながら8回に追いつかれ、3対3の同点で再び延長戦へ、11回表にラッキーな当たりで2点を取り5対3で勝利することができました。これで東部地区のベスト4が確定し、7年振りの秋の県大会出場を決めました。東部地区準決勝は8月30日（土）裾野球場第1試合で、強豪加藤学園との対戦です。また時間があれば、応援に行きたいと思いますが、この3試合の観戦でものすごく日に焼けて、鼻の頭がヒリヒリします。県大会の決勝ぐらいまで行けば、沼東の場合、春の甲子園の21世紀枠に引っかかることも可能なので、現役の選手にはぜひ頑張ってください。今年の3年生のピッチャー左右2人は、なかなかいいですよ。



英樹



配り

第243便

勝亦製材駿河鉄骨株

住まい塾御殿場教室
TEL (0550) 87-0048
FAX (0550) 87-1237
〒412-0035 御殿場市中山518番地



火照る身をひんやりシートに終夜
沈めひたすら猛暑凌ぎつ
七十二才草取りという天職の
仕事に恵まれ導びかれたる
勝亦 りつ子
林 なをみ



体のメンテナンス



自分の体力のチェックの意味と、毎年山頂で働く友人に差し入れを持っていく為に、今年も富士山に登ってきました。今年も富士登山ルートの中でも健脚向き、最長、標高差 2336m（剣が峰まで）、登り標準行動時間 400 分（休憩入れず）の御殿場ルートに挑戦してきました。日中、日差しを遮ることのできない灼熱登山を避けるために夜間行動とし、午後 8 時に御殿場口登山道を出発。久々だというのについて山頂で星景とご来光写真を撮ろうと欲張った私は一眼レフカメラと三脚で約 3kg の追加装備で登り始めました。

久しぶりの本格登山です、ヘッドライトの明かりを頼りにゆっくりのんびり。暗闇の中登山道の踏跡を追いつながりながら一歩一歩登っていきます。二時間ほど経った頃でしょうか、登山道の火山礫がずいぶん深くなり、厳しい直登の道になりました。しばらく登ってハッと気付く。あ、これブル道だな、と。御殿場ルートは物資を運ぶためのブルドーザーの道と登山道が交差する箇所がいくつかあるのです。暗闇に紛れその交差点を誤ってブル道へ入ったようなのです。そうなることも歩みにくい。しかし暗闇で登山道がどこを通っているのか判らない。戻るか？いや、登るしかない・・・みるみる体力を消耗していきます。そして雨。冷たい雨。雨予報無かった筈だろ？暗闇で一人、冷たい雨に打たれながら延々と砂礫でずり下がる傾斜を登っていく。きついぞ、寒いぞ。

なんだこの拷問！！4時間歩き通し標高 2600m 新六合目、行程の半分を過ぎたあたりで膝も痛み出し、あえなく心折れ下山を決めました。

確実に運動不足、そして過剰な荷物。他にも反省点が山ほど。とにかく四十路の“ガタ”の来始めたこの体を少しメンテナンスしないとイケないようです。

そんな話を登山仲間にしたら一言、「とえあえず痩せろ」と一蹴。確かに最近貫禄が、、、って言われますし。うーん、とりあえずラーメンの回数を減らしてスクワットでも始めようかな・・・

柳田 敏和



ひっかかった言葉②

最近の若者は傷つくのを恐れて新しいことに挑戦できない。自分のエリアから出ようとしないんだって。傷つくのを怖がっていたら何もできないよね。それじゃあ可能性が狭まって成長できないじゃないかなあ。何より人生がつまらないような気がする。傷つかなくちや味わいなんで生まれたいんじゃないかな？コンニャクの煮しめだってそうでしょう？傷から味が染みるのもなんだから。振り返ると仕事でもプライベートでも傷ついた経験が今の自分を創っていると思います。あれがなかったら、これじゃなかったら自分はいない。これからも傷つくことを恐れぬ弾力のある心でありたいと思います。一生痛い思いをしないで済むなら幸せかもしれない、でもそれでは心の起伏、表情の豊かさも生まれません。他人の痛みがわかる思いやりのある人になってほしい。幅や奥行きを持つ大人になってほしい。傷つくことを怖がらず、立ち直る力を培ってほしい。最近私の頭に入ってきた言葉でした。

ねがみ



発酵食品

ちょこっとですが、毎夏、裏庭に茗荷が顔を出してくれる。今年めっきり姿を見せません。しば漬けも諦めていたところ、知人から沢山いただきましたので、今年もいざ！ところが、梅漬けをしなかったのが、赤梅酢が手元に有りません。はて、どうしたものかと思っていたところ、立ち寄った本屋で梅干しを利用して『しば漬け』の項がありました。梅干しなら、昨年多く漬け過ぎたのが有ります。早速試しました。三ケ日後試食。結構いけます。我が家の夏には欠かせない『ヌカ漬け』『自家製味噌』『ラッキョウ漬け』『白菜漬け』『納豆』。たかだか数点の発酵食品ですが、世界には、風土に根ざした私の未知の発酵食品が無数に在るようです。私はこのたかだか数点の発酵食品と共に、これからも、ここで・・・。



栗原



掃除



ここ最近全く手を付けていなかった自室の掃除に手を付け出しました、毎日の掃除では手が届かないところに手を入れるのですが、その筆頭はやはりエアコンです。今はスプレー状の洗浄液が売っていますので、それである程度きれいにはなるのですが、どうも奥の方に詰まった埃がなかなか取れず、結構な時間がかかってしまいました。げんなりして、結局その日はそれだけで掃除は終了です。そして数日後にはまた汚れだすわけでした他の場所も含めてほんの少しずつやるのでは完全にピカピカというわけにはならないわけです。なんともスッキリしません。どちらかという、毎日の積み重ねでやるべきなのかもしれませんが、自宅にいるときはどうにもキビキビと動こうと言う気概は湧いてこないものです。これが人様の家であったら、明確な目的があるので必要以上にきれいにしようと思うのですが...きっと来週の自分はまだ少し働き者なはずなので、それに期待しようと思います。

正樹