

地域にはばたく市民パワー！



ところざわ倶楽部「広場」

所沢市民大学修了者の会 広報紙

2025年7月号(第194号)

発行責任者 松尾 基昭



真田幸光先生
「今後の世界情勢を占う」

時局講演会 ご報告

事業部長 野口 喜美夫

7月2日(水)に開催された時局講演会のアンケートを纏めました。

入場者：118名(会員84名 一般34名) アンケート回収81名(回収率69%)

評価 「良かった」75件(93%) 「普通」2件(2%) 「未回答」4件(5%)

どこから来た? 「所沢市」75人(93%) 「飯能市」2人(2%) 「鴻巣市他」4人(5%)

講演会をどのように知った? 「広場を見て」45件(56%) 「友人・知人に勧められて」17件(21%) 「チラシを見て」10件(12%) 「“定年時代”を見て」3件(4%) 「“熟年ばんざい”を見て」2件(2%) 「その他+未回答」7件(9%) (※複数回答有り) 詳細は理事会で報告します。

多数のコメントを頂き、ありがとうございました。一部を紹介します。

- 現在の世界の構造を分かりやすく説明してくれた。非常に面白かった。
- 目から鱗、国際情勢の見方が変わりそうです。ありがとうございました。
- ネットやTVで片寄った報道が多い中、リベラルな最新の生の情報を聞けて有難かった。
- 真田先生の講演会を定期的にやって欲しい。また聞きたい。
- トイレ休みが欲しかった。講演会無料で、会員になっている意義があり良かった。
- 内容も大事だが、明るく元気な方の話が分かりやすく良い。



第 32 期所沢市民大学がスタート！

第 32 期企画委員長 下村 直也

昨年 10 月に修了式を迎え、第 30 期所沢市民大学の受講生としての生活を終えた私たちは、翌 11 月の半ばに集まり第 32 期企画委員としての活動を開始しました。

企画委員として残ったメンバーたちは、各自様々な考えや思いを持って参加しましたが、次の新しい期を更に良いものにしたい、という気持ちは間違いなく一緒でした。お互いに率直に意見を交わし、毎回熱くなりがちな議論を何度も何度も重ねながら、講座の企画・準備を着々と進めていく時間は、受講生であった頃とはまた別の意味で貴重な経験となったように思います。

一・二年次で学習する 7 つの講座（「日本の芸能」「音楽」「脳の科学」「健康スポーツ」「地域の自然」「地方自治」「所沢地域史」）は、基本的には第 30 期と同じですが、二名の先生に同じ講座をご担当いただく、という初の試みも一部取り入れました。

1	所沢の歴史と文化
2	心の処方箋
3	日本の芸能（2 年次対象科目）
4	地域の自然（2 年次対象科目）
5	所沢地域史 1（2 年次対象科目）
6	地方自治（2 年次対象科目）
7	健康スポーツ（2 年次対象科目）
8	所沢市の財政
9	脳の科学（2 年次対象科目）
10	音楽（2 年次対象科目）
11	所沢地域史 2（2 年次対象科目）
12	食の安全
13	しづの源氏語り
14	美術
15	所沢の福祉
16	現代の環境問題
17	地元企業の経営学

単発で行う講座に関しても、継続して開催するものもあれば、企画委員の新しい発想を取り入れて新機軸の科目もいくつか準備しました。アドラー心理学に関するもの（「心の処方箋」）や源氏物語の考察（「しづの源氏語り」）、あるいは地元企業の方にお話を伺う（「地元企業の経営学」）など、色々とアイデアを駆使しました。

講座が確定した後は、より実務的な作業として募集案内、ガイドブックの作成などに追われながら、それでも何とか無事スケジュール通りに開講までの準備を終えることができました。熱心に取り組みご協力下さった企画委員メンバーの皆さま、大学事務局の方々には、この場をお借りして御礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

そうして去る 6 月 3 日火曜日、生涯学習推進センターにて第 32 期所沢市民大学の開講式が執り行われました。朝からの雨を物ともせず、続々と約 70 名の新しい受講生の皆さんが会場に集まり賑々しく式が行われたことで、ここまで様々な準備作業に奔走してきた企画委員一同もやっと少し胸を撫でおろすことができたのではないかと思います。また、どこか報われたような気持ちも味わったかもしれません。

集まった受講生の皆さんは、50 代から 90 代までと実に幅広い年代の方々です。ご経験や価値観、知識も考え方も異なる皆さんが、同じ一年次生としてこれから色々な場面で切磋琢磨していくことができるとても貴重な時間が始まります。お互いをリスペクトしながら議論を交わし、大いに楽しみ、久し振りの学生生活をぜひ謳歌して欲しいと思います。

私たち企画委員も、またこれからが本番です。受講生の皆さんと伴走しながら、改めて一からの学びの期間を、まずは全員で明るく楽しく、そして健やかに過ごせるように心から祈念しています。

「脳腸相関」を整えることが健康長寿への第一歩

脳活サークル 石井 明子

6月23日鶴野沢実豊会員の「今明らかになる脳腸相関」の講演をとても楽しみにしていました。というのも以前NHKの「人体」シリーズで腸を取り上げた時、【すべての病気は腸から始まる】というフレーズに衝撃を受けたからです。そして、すべての臓器は各々信号を出し合いコントロールし合っているということでした。

講演では脳と腸の秘密直通電話のメカニズムを「脳」と「腸」の基礎知識から入り、脳から腸への伝達事項・腸から脳への伝達事項に具体例を挙げ、秘密電話の相関を3つの伝達系（内分泌系・自律神経系・免疫系）で説明されました。特に免疫の鍵ともいわれる腸は免疫細胞の約7割が集まる臓器です。自身の腸内環境はどうかしら？と心配された方も多かったのではないのでしょうか。主に大腸の内部に生息している腸内細菌の善玉菌と悪玉菌のお話・ストレスとの付き合い方・マインドフルネス等、中でも脳内の伝達物質であるセロトニン（心身のリラックス効果）が90%、ドーパミン（快感や多幸感）が50%も腸で作られている、という脳と腸の相関関係はとても勉強になりました。

腸のご機嫌を損ねないよう免疫力アップの食品や腸内環境を整える食材を参考に「笑う腸には福来たる」を実践していけたらと思いました。

第5回 ところざわ倶楽部 まつり 開催案内

事業部 野口喜美夫

開催概要

日 時	2025 年 9月 26 日（金）
舞台部門	12：00～16：00
展示部門	11：00～16：30
会 場	所沢まちづくりセンター ホール&ホワイエ

舞台部門 特別出演 黒澤誠登氏（ストラディバリウスによるバイオリン演奏）

ところざわ倶楽部 6サークル

- * 所沢シニア世代地域デビュー支援の会【スマイルパイレーツ】
- * ドラマティック・カンパニー * 民話の会 * 所沢の自然と農業
- * 謡曲・仕舞を楽しむ会（観世流） * 懐かしの映画・鑑賞会

展示部門

ところざわ倶楽部 全 14 サークルの紹介 / 個人の作品（個人の作品出展は7月末までに各サークル理事に申し出て下さい。）

推進体制 全体プロデュース：野口事業部長 舞台部門：芝間理事 展示部門：鹿嶋理事

ところざわ倶楽部会員みなさまの積極的な参加・協力をお願い致します。

環境問題シリーズ第 44 章

今後、私達が環境対策として考えなければならない

紙おむつの回収、再生の重要性

地球環境に学ぶサークル 尼田 康

1. 紙おむつの組成

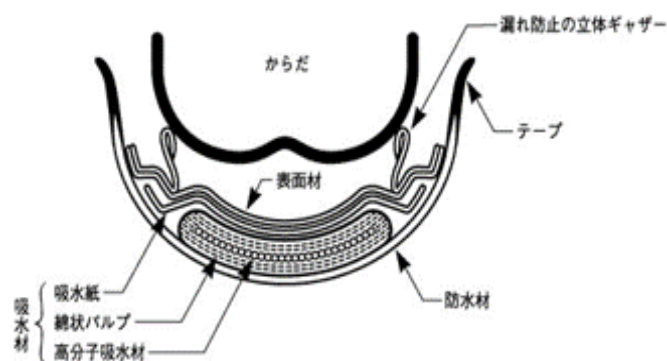


図 1

(一社) 日本衛生材料工業連合会

2. おむつ使用人口と排出量の推移(算出概要をグラフ化)

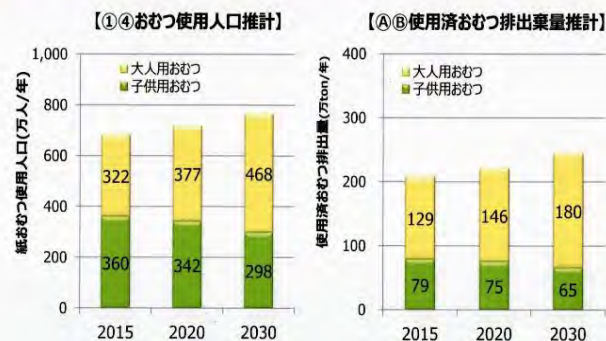


図 2

1963 年、日本で赤ちゃん向けに、現在の構造と機能を備えた本格的な紙おむつが発売されました。以降、開発が繰り返され、今日では乳幼児をはじめ、高齢者、障がい者、さらにはペットに至るまで、「使い捨て」の利便性から使用量が増え続けています。その結果、今後も使用済み紙おむつの排出量は、さらに増加していく傾向にあります。(上図 2 参照: 国内の紙おむつ排出量: 2020 年 221 万トン、2030 年予測 245 万トン/日本衛生材料工業連合会統計)

現在、こうした使用済み紙おむつのほとんどは、全国の各自治体の管理のもと、焼却炉で処理されています。所沢市においても、2 つのクリーンセンター(東部クリーンセンターに 2 基、西部クリーンセンターに 3 基)で、紙おむつを「燃やせるごみ」として焼却処理しています。しかし、西部クリーンセンターの旧式炉を廃炉にする計画があるため、東部クリーンセンター内で処理可能な量まで「燃やせるごみ」を削減することが急務となっています。

使用済み紙おむつは個別に多くの水分を含んでおり、焼却の際にはこの水分を蒸発させるために大量の燃料(灯油・重油など)を必要とします。その結果、CO₂排出量が増加するという課題があります。

所沢市は 2020 年 11 月に「ゼロ・カーボンシティ」を目指すことを宣言し、省電力・省エネルギーの取り組みを進めていますが、CO₂削減といった環境対策には、市民一人ひとりのさらなる協力が不可欠です。

現在、「所沢環境市民の会」*では、生ごみの廃棄をできるだけ減らすため、「生ごみ処理器」の普及活動を行っているほか、市に対しては紙おむつの資源化についての検討を提案しています。

現在の紙おむつは、上の図 1 に示すように、パルプ、樹脂、高分子吸収材(SAP)などで構成されており、洗浄・殺菌など適切に処理を施すことで、再生可能な素材です。回収・再生を行うことで、焼却炉の負荷軽減や焼却量削減を通じた環境対策(CO₂削減)につながります。

一昨年(令和 5 年)、環境省はこの「紙おむつの再生利用等の促進プロジェクト」に関する検討結果を取りまとめ、各自治体に対して方針を示しました。しかしながら、課題も多く、分別・回収方法の整備や再生処理にかかるコストなど、さまざまな問題が残されています。

今後、私たちが考えなければならないのは、以下のような点です。

- 使用済み紙おむつは、今後、自治体(焼却炉)にとって大きな負担となっていくこと
- こうした仕組みを通じて、環境対策(CO₂削減)や少子高齢化といった社会問題に対応する視点を持つこと

*「所沢環境市民の会」: 所沢市の「2050 カーボンシティ宣言」を受け、2023 年 1 月に発足した環境活動市民団体。ところざわ倶楽部会員も多く参加している

ある日 あの時

花は葉っぱからできている

傍聴席 保里 正子

趣味として菊の花を仕立てています。今年は、みごとな花のような葉が 4 月下旬ごろから見られるようになりました。

昨秋には、本来の菊の花（管物）が咲き、楽しみました（写真 1）。

今年の挿し芽が根づくまで、そのまま廃棄せずにいたところ、驚いたことにその株の葉っぱが花のようになりました。（写真 2）。

（写真 1）2024.11.14 撮影



（写真 2）2025. 4. 26 撮影

葉っぱの集合体が花になると生物学者は言います。最近の中学理科の教科書にも書かれているということです。「まさにこれ！ 葉っぱの花」、大変に珍しい現象と思いましたのでご紹介します。トトロの森 12 号地のボランティア仲間にも見せましたところ、（YouTube : <https://youtu.be/K7QBFFuhAoE>）に取り上げていただきました。

今年の菊の挿し芽も順調に生育中です。5 月には 5 号鉢へ、6 月には 9 号鉢へ、そして去年の株はなごり惜しくもありますが、処分します。

花の命は短くて、花のような葉っぱもそろそろ見納めです。

付記 トトロの森 12 号地ボランティア募集「毎月第 4 火曜日 10:00~12:00（7.8.12 月休会）雨天中止、北中運動場付近」

体験希望の方は保里 ☎ 04-2928-1336 まで。

あの日 あの時

南 禅 寺

楽悠クラブ 中西 文江

また行きたいところがあります。それは、京都の南禅寺です。

南禅寺は鎌倉時代に創建され、京都五山の中でも別格の扱いを受けています。



南禅寺三門（重要文化財）

かつて京都には修学旅行でしか行ったことがなく特別興味があったわけではありませんでした。

主人の会社の保養所が南禅寺近くにあったので、近年は京都には度々訪れていました。

南禅寺境内に植えられた桜、新緑、紅葉などの木々や雪景色がとても綺麗です。

また明治時代に作られ今も使われている水路閣は古代ローマを思わせます。

テレビドラマでみると嬉しくなります。さらに塔頭の金地院は綺麗な庭園と重要文化財の茶室等を間近でゆっくり拝観することができとても良いところです。

南禅寺界限は見るところが多いですが、私が一番気に入っているのは三門です。日本三大門の一つに数えられ江戸時代前期に再建されたものです。

歌舞伎「楼門五三桐」で石川五右衛門が「絶景かな、絶景かな」と見得を切る舞台としても知られています。

こちらの三門は「五鳳楼」へ上ることができます。

階段を上がり外へ出ると、京都の街が一望できます。あの三門の急な階段が上れる健康なうちにまた行ってみたいと思っています。

そして、静かな早朝、参拝できれば最高ですが。

サークル活動報告

中国少数民族の世界



アジア研究会 山下 正作

アジア研究会では、世界の政治経済動向及び異文化や宗教などの他、会員の海外駐在経験談など幅広いテーマを報告し合い意見交換を行っています。

5 月は、中国留学生の早稲田大学大学院人間科学研究科修士課程在籍の胡格溶さんによる『中国の少数民族』について詳細な報告がありました。中国の国土は日本の 26 倍、人口は 11 倍もあり、多くの少数民族や異言語が点在していることはある程度理解していましたが、報告によると中国の人口約 14 億人の内漢民族は 91%、少数民族は 9% と少ないものの 55 の多民族が点在しているとのこ

とです。

中国では、すべての国民に漢字の他、漢字と英文・ハングル・チベット・アラビア文字を併記した 5 種類の居民身分証(姓名・性別・民族・生年月日・戸籍・公民身分番号・写真・指紋)が制度として付与されており、少数民族に対しては、自治権の保有、一人っ子政策の免除及び税制や大学入試の優遇、最低生活保障など広範囲の恩恵を憲法で保証されています。日本と異なり、広大な国土と多民族国家で構成される中国の諸制度や政策について改めて再認識する良い機会となりました。



みんなの広場

寅さんと 007



ドラマティック・カンパニー 吉田 紘之



柴又の風来坊、車寅次郎と世界を救うスパイ、ジェームス・ボンドにはいくつかの共通点がある。①一匹狼である。②女性にモテる。③旅(移動)が基本構造である。(寅さんは日本国内、007 は世界を股にかけて)④型にハマったキャラクターである。(寅さんはちゃらん

ぽらんで口が達者、でも人情には厚い。007 はクールで有能、ウイットに富み、危険もどこか余裕でこなす)⑤娯楽映画でありながらその時代の価値観や社会像を反映している。⑥「現実にはいなさそうだけど、どこかにいてほしい」と思わせる存在。永遠のヒーローである。

ウンウンと頷く人もいるだろうし、ん？と首を傾げる人もいるだろう。

しかし二人の映画がシリーズ物で長寿であるという点では誰も文句は言えないだろう。「男はつらいよ」は 1969 年から 1995 年まで 48 作。007 は 1962 年から現在まで続くスパイ映画シリーズ。(007 役は 6 代目が終わって次の 7 代目は女性かも知れないという噂もまことしやかに流れたりしている)

ここでクイズである。封切り時の題名が「007/危機一髪」(一髪ではなく一発であることに注意)だった 007 映画のなかでも一二を争う名作の今の題名は何か？



答えは「ロシアより愛をこめて」である。映画上映後にヒットした主題歌の名前に変えたいが詳細は不明。奇しくも英語の原題に戻っただけですが。

サークル活動計画

興味のある活動に参加してみませんか？

<p>1. アジア研究会 (代行 中原 幹男 080-4151-1045)</p> <p>7月23日(水)13:30～16:00 所沢まちセン8・9号室 テーマ：トランプ関税や後期テーマについてのフリーディスカス</p> <p>8月お休み</p>	<p>8. ドラマティック・カンパニー (吉田 紘之 080-3480-7760)</p> <p>7月12日(土)10:00～12:00 所沢まちセン 学習室3号 ところざわ倶楽部まつり 発表作品練習</p> <p>8月30日(土) 10:00～12:00 所沢まちセン 学習室5号 ところざわ倶楽部まつり 発表作品練習</p> <p>9月13日(土) 10:00～12:00 所沢まちセン 学習室3号 ところざわ倶楽部まつり 発表作品練習</p>
<p>2. 楽悠クラブ (田村 健一郎 2949-3434)</p> <p>7月8日(火)</p> <p>(1) 13:15～16:30 所沢まちセン3階8・9学習室 鑑賞演目：ミュージカル映画・演奏</p> <p>(2) 18:00～20:00 さかなや道場 暑気払い会</p> <p>8月例会は夏休みといたします。</p>	<p>9. 懐かしの映画・鑑賞会 (二上 拓夫 080-1250-6151)</p> <p>7月8(火)10:00～13:00 西新井町会館 洋画「明日に向かって撃て」(70年)ポール・ニューマン他 ⇒昼食と共に談笑時間をとります。</p> <p>7月15(火)10:00～12:30 西新井町会館 邦画「ステキな金縛り」(12年) 亡 西田敏行 主演 ⇒ ～七夕の会～会館内に笹竹を飾り つけうどん でも</p>
<p>3. 食を通して所沢を知る会 (矢崎 みどり 2943-4250)</p> <p>7月22日(火)10:00～ ふらっと 「消費者センターの話」 出前講座</p> <p>8月 夏休み</p>	<p>10. 脳活サークル (野口 喜美夫 090-8054-3317)</p> <p>7月28日(月)13:30～15:30 まで 所沢まちセン2階5号室 講演会「認知症を予防する栄養教室」 講師：管理栄養士(保健センターより)</p> <p>※8月：夏季の為、休会</p>
<p>4. 地球環境に学ぶ (芝間 伸剛 080-5453-0117)</p> <p>気候変動等世の中の種々の環境問題をはじめ、私たちの身の回りの生活環境について、情報を持ち寄り討議します。 時には、見学会も実施します。いつでも自由に参加できます。</p> <p>7月22日(火)9:00～11:00 新所沢東まちセン 月例会 ※ 7月度の読書会の日程は未定</p>	<p>11. 傍聴席 (石堂 智士 2947-0835)</p> <p>7月23日(水)13:00～15:00 (変更注意) 新所沢まちセン 4号室 (変更注意！) テーマ：「新人市議との意見交換か、参院選結果」 皆さんからの自由な提案・報告を待っています。</p> <p>7年9月17日(水) 予定 ※市政に関心のある方は自由にご参加ください。</p>
<p>5. 所沢シニア世代地域デビュー支援の会 (田口 元也 090-9820-5668)</p> <p>7月9日(水)13:15～15:00 所沢まちセン 学習室8号 定例会 年間テーマ「これからの地域デビューを考える」 「中国・少数民族世界の異文化を学ぶ」講師 胡 格溶 氏 ＜SP/スマイルパイレーツ練習日＞ 見学大歓迎！</p> <p>7月12日(土)13:30～16:00 生涯学習推進センター 多目的室</p> <p>7月26日(土) 13:30～16:00 所沢まちセン 8・9号室</p>	<p>12. 民話の会 (仲山 富夫 090-3902-0283)</p> <p>7月18日(金)10:00～13:00 こどもと福祉の未来館 定例会</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 民話の会作品の新編『ねずみ菓師』読み合わせ 2. 秩父市大滝村の民話『猿の嫁』読み合わせ 3. 7月25日(金)、出張「お話会」の会場ラヴィーレ(東所沢)での演目の稽古『あっちいちいの新光寺』 <p>『びんぼうがみとふくのかみ』他</p>
<p>6. 所沢の自然と農業 (稲村 洋二 090-5530-4703)</p> <p>7月10日(木)13:00～16:30 新所沢まちセン 学習室1号 17:00～19:30 暑気払い</p> <p>7月15日(火)9:30～11:30 柳瀬荘黄林閣ボランティア</p> <p>7月25日(金)9:30～11:30 柳瀬荘黄林閣ボランティア</p>	<p>13. ITサロン(ところざわ倶楽部) (玉上 佳彦 090-2497-1076)</p> <p>7月18日(金)13:00～16:00 新所沢まちセン 学習室5号</p> <p>7月25日(金)13:00～16:00 新所沢まちセン 学習室5号</p> <p>※8月は夏休みとしてお休みします。</p>
<p>7. 野老澤の歴史をたのしむ会 (茂出木 正和 2924-7533)</p> <p>7月24日(木) 懇親会</p> <p>※8月はお休みです。</p> <p>9月18日(木) 歴史講座「太平記」</p>	<p>14. 謡曲・仕舞を楽しむ会 (野口 喜美夫 090-8054-3317)</p> <p>※観世流 謡曲と仕舞の稽古・練習を行います。</p> <p>7月1日(火)9:30～12:00 所沢まちセン 学習室8・9号</p> <p>7月15日(火)13:00～17:00 新所沢公民館ホール ゆかた会 → 竹峰会(川越) 霞風会(朝霞) との合同お披露目</p> <p>8月5日(火)9:30～12:00 所沢まちセン 学習室6号</p> <p>8月19日(火)9:30～12:00 所沢まちセン 学習室6号</p>

課題 「協力」

そこんとここうすりゃ時短年の功
ご助言を誰がそんなの望んでる
あの笑顔語らなくてもいい助言
川柳の指南書読んで自己嫌悪
うるさいな鳥もしきりに教えてる
何事も自分一人の浅知恵だ

リンゴ好き
海さとり
突拍子
香歩
峯声
詔笛

「自由題」

さつきまで笑っていたけどもう泣いて
暑い部屋知恵が出てくるこの机
中国がアメリカよりもよく見える
彼の国もババを引いたねトランプで
忘れんぼメモすすめてもまた忘れ
ライオンズ今年は見せろサンライズ
病気とは恐ろしいもの誰もなる
古古古米鶏も我が家も主食米

海さとり
峯声
突拍子
縄文人
リンゴ好き
香歩
詔笛
丘の河童

次回 (第108回) 課題 「感謝」そして「自由題」
締め切り…7月20日 担当…岡本まで、どなたでも
宛先 okamotosh@gmail.com

理事会報告

総務部長 中原幹男

6月9日18期第7回理事会を開催しました。

- ・「時局講演会」嘉悦大学真田幸光副学長
7/2 (水) 小手指公民館分館ホールにて開催
会員 84名、一般 34名の参加
- ・倶楽部まつり 9/25 (リハ) 9/26 (本番)
所沢まちセンホールとホワイエにて開催予定
舞台部門 エントリー6 サークル確定
展示部門 サークルと個人作品展示予定
- ・早稲田大学人間科学学術院の研究 大島ゼミ、菊池
ゼミへのご協力ありがとうございます。
- ・広報部より：広場「あの日あの時」の投稿を募集し
ております。過去の気になることなど語っていただ
ければ幸いです。

編集者から

6月、梅雨の季節ですが、私にとっては色々な思い出のある時期です。特に、5月の定年退職後にそれまで中々のめり込むことのできなかった読書の世界にダイブしていったのが6月でした。手始めに「真田太平記」(全12巻)に取組みましたが流石に一気に呵成とはいかず、3カ月かかりましたが読後の充実感は一入で、暫くは様々な場面を思い描いては悦に入っていました。次に取り掛かったのが「ローマ人の物語(全43巻)」で世界およびその背後にある歴史に目を向けるきっかけとなりました。なお、当初は全冊購入しようとしたのですが流石に大変なので、最近では専ら図書館を活用しています。どうも私は活字中毒の傾向があるようで、この「広場」も毎号、楽しみにしていますし、他の書籍・資料も読むことは苦になりません。その内、自らのテーマを展開する「書く側」への転換も密かに思い描いています。 野口喜美夫：記

「ゆかた会」のお知らせ

「謡曲・仕舞を楽しむ会」「霞諷会」
「竹峰会」の三社中による合同ゆかた会

場所 新所沢まちづくりセンターホール
開始 7月15日(火) 13:30～
内容 素謡、独吟、連吟、仕舞
終了 16:10 (予定)

皆様のご来場をお待ちしています。

連絡先：野口 090-8054-3317

