

つなぐ

ふるさと宇和島／南予

新春号
2020 No.9

ご自由にお取りください



特集
1

四国のはずれの町から出た 3人のオリンピックメダリスト

特集
2

東京の中の宇和島

インタビュー

第18回オリンピック東京大会
体操／跳馬・団体 金メダル

松田 治廣

C o n t e n t s

- 01 撮り歩きなんよ「三間 中山池の風景」 北濱一男
- 03 エッセイ「宇和島からマンハッタン島まで」 ローゼン千津
- 04 インタビュー 第18回オリンピック東京大会 体操 跳馬 / 団体 金メダル
松田治廣 公子 「諦めないこと」
- 06 特集 四国のはずれの町から出た 三人のオリンピックメダリスト
 - 08 メルボルンオリンピック体操団体第2位（銀メダル） 河野 昭
 - 10 メルボルンオリンピック競泳 200m平泳ぎ第2位（銀メダル） 吉村昌弘
 - 12 東京オリンピック体操 跳馬 団体 第1位（金メダル） 松田治廣
- 14 特集2 東京の中の宇和島
- 20 ふるさとの **カタチ** 宇和島健康体操教室 / 菓子工房 KAZU
- 22 2018 ミシュランプレート選定店 一食の幸一 ひだまり
- 23 ツナグ昭和館 思い出の夢のキネマ通り一吉田町本町一 田部 司
- 25 フレイルを予防しましょう 沖内科クリニック 副院長 沖 良隆
- 26 戦争より怖いビタミン欠乏 広島修道大学 教授 藤井 文子



表紙 / 「ねずみの親子」
作 / ありま三なこ

プロフィール

1987年生まれ、愛媛県宇和島市出身。
子供の頃から絵を描くことが好きで、大学の卒業制作でしかけ絵本を作り、それから絵本に興味を持つ。2016年第8回 be 絵本大賞受賞、絵本作家デビューを果たす。
現在は個展やイベントへの出品等で活動中。



三間町土居中の梅（撮影 / 北濱一男）



つなぐ新春号 No.9

〒798-0041 宇和島市本町追手 2-8-21

0895-23-7000

年4回発行（季刊誌）

配布先 / 宇和島信用金庫各支店ほか

発行 / 宇和島信用金庫

本誌掲載内容の無断転載を禁じます。

撮り歩きなんよ

アマチュアカメラマン北濱一男が撮りためた南予の風景



「三間 中山池の風景」

三間には、ため池が108もあるそうです。その中でも中山池は寛永年間に造られた灌漑用ため池で一番大きいそうです。中山池に霧が出る季節になると早起きしてカメラと三脚を車に積んで撮影に出かけます。ここは池の中に取り残された樹木が水面から数本出ている四季折々景色が変化するので面白い場所です。

とくに秋から春にかけては、鬼北町から湧き出た霧が三間盆地に流れてきて中山池は幻想的な風景になります。

そんな風景を求めて今年も出かけます。また、5月から6月にかけては、池の冬枯れしていた木が芽吹いて鮮やかな緑色の葉を茂らせる新緑の中山池も見逃せません。



北濱 一男 アマチュアカメラマン

1945年生まれ 宇和島市在住 学生時代からカメラをはじめるが、本格的な写真歴は約20年。現在は、奈良県明日香の写真家 上山 好庸氏に師事し毎月奈良へ通う。撮り歩きなんよ（ブログ）<http://uwatu.blog135.fc2.com/>

巻頭エッセイ 新執筆者

宇神雪翁さん、矢間大蔵さんに加え新たに4人の方にご執筆頂くことになりました。



ローゼン 千津
rosen chizu

いつき組俳人 / 藍生俳句会会員（俳号：朗善千津）

1959年 愛媛県生まれ。宇和島東高校、大阪芸術大学舞台芸術学科卒業。
姉夏井いつきの元で俳句を始める。平成2年、黒田杏子先生の藍生俳句会に入門。ニューヨークで2人の娘を育て、平成23年帰国、
俳句を作りながら俳都松山を歩く。ガイド一号になる。
現在は、アメリカ人チェリストのナサニエル・ローゼンと山中湖村に住み、夫の演奏旅行の付き人として世界中を回っている。
ナサニエル・ローゼン公式ウェブサイト <https://nathanielrosen.net/>
ミセス・ローゼンの富士日記 <https://blog.goo.ne.jp/msgecko>



石口 孝治
ishiguchi koji

原子力規制庁 伊方原子力規制事務所 上席放射線防災専門官

1958年 津島町（現宇和島市）生まれ
宇和島東高校卒業。東京大学大学院新領域創成科学研究科修了。
病院職員、大学教員等を経て、原子力規制庁に入庁。現在、八幡浜市にある伊方原子力規制事務所に勤務。通常勤務の傍らで、JAXAや国立天文台の研究者を招き宇宙講演会を開催している。また、県立三崎高校内にできた伊方町公営「未咲輝塾」の非常勤講師（無報酬）をやりながら、高校生達からエネルギーをもらっている。
趣味は、料理（餃子は得意）と俳句（いつき組）。



花れん
karen

シンガーソングライター

1976年 宇和島市生まれ 宇和島文化大使
宇和島南高等学校卒業後、早稲田大学入学と同時に上京。シンガーソングライターとしての活動の他、舞台音楽・映像音楽やアーティストへの詞曲提供・コーラスアレンジ・歌唱指導・CM音楽制作・ゲーム音楽歌唱にも携わる。故郷のために作った曲「おかえり」は、宇和島信用金庫の協賛により、土居裕子・大石昌良はじめ宇和島出身アーティストが参加する「おかえりプロジェクト」のCDとしてリリース。地元の子供たちや市民と一緒に作り上げる「おかえりコンサート」「おかえりコンサート2」を南予文化会館で開催し成功させている。



吉田 淳治
yoshida junji

画 家

1951年 宇和島市生まれ
1970～76年東京、以後は宇和島にて制作。現代画廊・紀伊國屋画廊・始弘画廊（東京）、砂丘館・新潟絵屋・画廊 Full Moon（新潟）、ギャラリー小蕪亭（長野）、マエダ画廊・Gallery 芽楽（名古屋）、ギャラリー島田（神戸）、町立久万美術館・松山三越・田都画廊（愛媛）、宇和島市立伊達博物館・べにばら画廊（宇和島）など、企画による個展多数。ほかにグループ展。画集3種とオブジェ・エッセイ集の出版がある。
アトリエ堀端絵画教室主宰。
現在、愛媛新聞のコラム「四季録」を連載中。

私の名前は、ローゼン千津。アメリカ人のチェロ演奏家と結婚し、ユダヤ系に多いローゼン姓を名乗る事になった。国際結婚とは華やかなようで、実は地道な努力の積み重ね。全く文化の違う土地で育った者同士、努力なしに理解し合えるわけがない。行事一つとってもそう。日本では重要な年行事は正月とクリスマス。花見、七夕、盆、月見、紅葉狩。夫のニックと一緒に祝える行事は一つもない。そもそもユダヤ新年は一月一日ではない。今年の新年(ロシシュ・ハシヤナー)は、九月三十日から始まった。お節なし、雑煮なし、初詣なし。それどころか断食を行う！十月八日の日没から九日の日没まで二十四時間、ヨム・キツパーの断食をし、罪を悔い改める。断食の前にたっぷり食べるのが正月のご馳走と思えなくも無いが、献立は骨付き小羊肉、じゃが芋、ブロッコリーなど野菜のオーブン焼に赤ワインなので、正月気分はゼロ。「日本の正月を一緒に祝ったらどう？」と友人達は言う。しかし、私が十年余りニューヨークに暮らした時、正月に日本式のお節を食べ、数時間遅れの紅白歌合戦を見る嬉しさは格別だった。異国に居るからこそ、母国の行事や食習慣を続けてさせてあげたい。相手の身になる事が、国際結婚の秘訣だと、私は思う。今年の春



「宇和島からマンハッタン島まで」

ローゼン千津

には樹齢二千年『山高神代桜』と一緒に見た。「僕もこの老桜に負けず、老いて益々美しくチェロを弾こう！」と感極まっていたニックの横顔が嬉しかった。

私は昭和三十四年、愛南町の漁村に生まれた。虫歯が痛むと、祖父が船で宇和島の歯医者に来て来たから、子供の私には宇和島は怖い歯医者の町。初めてブレザーの制服を着た高校生の私には、宇和島は初めての「お町」。初めての映画館。初めての喫茶店。宇和島で初デート。苔むした石垣の清々しさは忘れられない。やがて人生初の大会大阪へ。大阪芸大の入学式が行われたフェティバルホールで初めのクラシックコンサートに夢中になった。阪神大震災後、東京へ引越して、ニューヨークへ引越して、JFK空港からイエローキャブに乗り、マンハッタン島の摩天楼を蜃気楼の如く見た。同時多発テロの炎も五番街からこの眼で見た。ニックと再婚して日本へ帰国。姉夫婦の住む道後温泉で十年の汗を流し、山梨演奏会を契機に富士山麓に引越して現在に到る。我が人生の放浪の旅が宇和島から始まった頃は、こんな人生になるとは夢にも思わなかったし、まだ旅は終わらない予感がする。



ローゼン 千津 ろーぜん ちづ

1959年 愛媛県生れ。宇和島東高校、大阪芸術大学舞台芸術学科卒業。姉夏井いつきの元で俳句を始める。平成2年、黒田杏子先生の藍生俳句会に入門。ニューヨークで2人の娘を育て、平成23年帰国、俳句を作りながら俳都松山を歩く。初代ガイドになる。現在は、アメリカ人チェリストのナサニエル・ローゼンと山中湖村に住み、夫の演奏旅行の付き人として世界中を回っている。

ナサニエル・ローゼン公式ウェブサイト <https://nathanielrosen.net/> ミセス・ローゼンの富士日記 <https://blog.goo.ne.jp/msgecko>

諦めないこと

第18回オリンピック東京大会 体操 跳馬 / 団体 金メダル

＜

MATSUDA HARUHIRO
KIMIKO

松田 治廣 / 公子

56年前の東京オリンピックで光り輝いた、宇和島出身のゴールドメダリスト松田治廣（旧姓・山下）さんにお話を伺うため神奈川県川崎市のご自宅を訪問した。

現在も日本体操協会の顧問を務める松田さんにとつて開会まで数ヶ月となった「東京2020オリンピック」をどのように受け止められているのだろうか聞いてみた――

「日本の体操は強くなりました。僕たちの頃の体操と言えば、脚が開いたり曲がったりしていましたけど、今の体操は実に美しい。東京オリンピックはとにかく楽しみです。僕たちの時も勝てたのですから、ぜひ勝ってほしいです。ただ、ここ最近、内村航平と白井健三の二枚看板の調子が悪いので少し心配しています。そもそも技の完成度は高いので、とにかく失敗しない演技をしてほしいと思います。そうすれば必ずと結果はついてくると信じています」

松田さんの体操人生は常に転換期にあつたように思われる。近年では白井健三選手が捻りの代名詞のように言われるが、体操競技に捻りを取り入れたのは、前回東京大会で松田さんが披露した「新山下跳び」がさきがけと言える。

松田さんが入学当時の日本体育大学（以下…日体大）には宇和島出身の河野昭氏（あきう）を含む、日本体操界を代表する錚々たる顔ぶれの指導者がい

た。体操部には約450人もの部員がいて、小さな体育館は他の部との共用だったため、練習時間はわずか1時間15分しかなく、器具の前にはいつも長だの列ができていた。

同じ日体大体操部員だった公子夫人によると――

「やっと自分の番が来て練習していたら後ろで待っている人から『早くどきなさいよ』なんて言われてました」これが、当時の日本体操界の現状で、松田さんたちが結果を出し、その後徐々に練習環境が整備されていった。

1960年代の跳馬は前方転回から体を伸ばして前に跳ぶのが主流だったため、松田さんの新技は、まだ国内では評価されなかった。転機がおとずれたのは東京オリンピックの2年前にチェコのプラハで開催された世界選手権だった。

大会の直前練習で松田さんが跳ぶ新技が世界体操協会の役員目のにとまり、大会で披露されるや「ヤマシタサルト」と称され、体操の技に日本人として初めて名を刻むことになった。その一方で、身体能力の高い外国人選手にこの技を真似されたら東京オリンピックでは勝てないと考え、試行錯誤の末、山下跳びに捻りを加えた「新山下跳び」を編み出すのだが、技が完成したのは本番8ヶ月前の事だった。

本番当日、ユニフォームを選手村に忘れるというアクシデントに見舞われたが、自身も驚くほど落ち着い

ていたと言う、その証拠に助走中アウンサーの「山下、スタートしました」という声もはつきり聞こえたという。満を持して披露した「新山下跳び」では脚が少し乱れたものの最初に跳んだ「山下跳び」で金メダルを確実にし、種目別跳馬と団体総合優勝という偉業を成し遂げた。

松田さんは、オリンピックの閉会式直後の1964（昭和39）年10月29日に結婚式を挙げた（新婚旅行での思い出深い2大珍事を伺ったのでご紹介する）。

ついでこの間開催されたオリンピックの金メダリストが結婚すると言うのだから、披露宴と言うより祝賀会のようなだったと振り返る。そして、結婚を機に伯母の家へ養子に入り松田姓を名乗ることになった。二人は愛車のホンダS600乗りこみ行き先も決まらずに新婚旅行に出かけた。

途中、絶景スポットで車を停めて景色を眺め、車を走らせたところで公子さんのハイヒールを先ほどの場所に忘れてきたのに気がついて引返すと、人だかりが出来ていて、皆が崖の下を見ながら「おーい、おーい」と誰かを探していた。そう、靴だけがそろえて置いてあったので自殺と間違われたのだ。そこに居た人たちが平謝りして早々に引き上げた。

その後、とある温泉街のホテルに宿をとり、大浴場に行くとき周りの人に気づかれてサイン攻めにあつてしまった。さすがに遅くなったので途

中、丁重にお断りして部屋に戻った。翌朝、出発しようと車に向かうとなんとタイヤの空気が4本とも抜かれていた。どうもサインをしてもらえなかった誰かが嫌がらせをしたようだ。仕方ないのでホテルで自転車の空気入れを借りてどうにか走れるほど空気を入れて、近くのスタンドで修理してもらって事なきを得たが、今思えば懐かしい出来ことだと笑顔でお話いただいた。

松田さんは現在、病気で目が見えにくくなっておられるが、オリンピック観戦についてお尋ねすると――「チケットは毎回届くので多分、今回も届くと思います。世界中から体操界のレジェンドが集まりますので、目が見えなくても会場に足を運んで雰囲気を感じたいと思っています」と約6ヶ月後に行われる2回目の自国開催のオリンピックを楽しみにされているようだ。

そして最後にメッセージをお願いしますと――

「選手の育成には指導者と環境が重要です。そして、とにかく諦めずに粘り強く努力してほしいと思います。そして故郷宇和島から私に続くオリンピック選手が出る事を心から願っています」と力強い言葉頂戴した。

7月24日から始まる「東京2020オリンピック」での日本人選手の活躍に刺激を受け、地元から松田さんに続くオリンピックアンが巣立つことを願うばかりだ。



自宅リビングで春と小春といっしょに寛がる松田さんと公子夫人

プロフィール／宇和島市出身 1938 (昭和 13) 年生まれ 日本体操協会顧問 愛媛県立宇和島東高等学校卒 日本体育大学へ進み、1964 年に開催された東京オリンピック体操競技の跳馬と団体総合で優勝し、金メダルを獲得 (詳しい経歴は後の特集で紹介する)



四国のはずれの町から出た 三人のオリンピックメダリスト

これまでに、愛媛県南予からオリンピックに出場しているのは、

- 宇和島市 河野 昭（メルボルン／体操）、吉村昌弘（メルボルン／競泳）、松田治廣（東京／体操）
大塚 裕子（ソウル／新体操）、濱田初幸（アトランタ／柔道日本代表コーチ）
松本慎吾（アテネ・北京／レスリング）

- 西 予 市 小野 誠治（ソウル／卓球）

- 愛 南 町 和田映子（メルボルン・ローマ／競泳）

※メルボルン大会での河野昭、吉村昌弘の銀メダルは愛媛県初のオリンピックメダル 敬称略

本号では、2020 東京オリンピック開催にあわせて、3 人のメダリストに敬意をこめて特集する。

写真 / 1964 年オリンピック東京大会での松田治廣
（旧姓：山下）の演技（山下跳び）

写真・資料提供・協力 / ・宇和島市・宇和島東高等学校・宇和島体操協会・宇和島東高水泳部 OBOG 会・上月 晶・松田治廣・吉村文子
参考資料 / 写真でみる愛媛のスポーツ史 愛媛県体育史 私と体操 松田治廣教授退職記念誌 近代オリンピック 100 年の歩み ほか



まつだ はるひろ
松田 治廣

1964 年 東京大会 体 操
跳 馬 優勝 (金メダル)

〈略 歴〉

1938 年 宇和島市生まれ
1957 年 宇和島東高等学校 卒業
1961 年 日本体育大学 教育学部 卒業
1962 年 第 15 回世界体操選手権 (プラハ)
団体優勝、床 4 位、跳馬 2 位、平行棒 4 位
1964 年 オリンピック 東京大会
団体優勝、個人総合 6 位、跳馬優勝、鞍馬 4 位
1979 年 日本体育大学 教育学部 教授
1981～91 年 (財)日本体操協会
女子体操競技委員長・常務理事
1987～90 年 JOC 選手強化本部委員
1991 年 世界体操競技選手権大会
日本選手団々長
1993～97 年 日本体育大学 教育学科長
1995～99 年 (財)日本体操協会専務理事
1998～01 年 日本体育大学体育専攻科長
2000 年 宇和島市名誉市民称号授与
国際体操殿堂入り
2001 年 (財)日本体操協会顧問
1999 年 紫綬褒章受章



よしむら まさひろ
吉村 昌弘

1956 年 メルボルン大会 競 泳
200m 平泳ぎ 第 2 位 (銀メダル)

〈略 歴〉

1936 年 宇和島市生まれ
1955 年 宇和島東高等学校 卒業
同年 200m 平泳ぎで世界新記録を樹立



世界新記録認定証 (国際水泳連盟)

1956 年 オリンピック メルボルン大会
競泳 200m 平泳ぎ 2 位 (オリンピック新記録)
オリンピック後、「死ぬほど泳いだから」
と水泳との関わりを絶つ
2003 年 9 月 27 日 66 歳で永眠



こうの あきら
河野 昭

1956 年 メルボルン大会 体 操
団 体 第 2 位 (銀メダル)

〈略 歴〉

1929 年 宇和島市生まれ
1947 年 宇和島中学
(現：宇和島東高等学校) 卒業
日本体育専門学校入学
1949 年 日本体育大学開学
1951 年 日本体育大学卒業後
同校助手になる
1952 年 全日本体操競技選手権大会
鞍馬優勝、鉄棒 2 位
1954 年 第 13 回世界体操競技選手権大会
(ローマ) 団体総合 2 位
1956 年 日本体育大学 講師
全日本体操競技選手権大会 総合 3 位
オリンピック メルボルン大会
体操競技団体総合 2 位
1957 年 全日本体操競技選手権大会
鞍馬優勝
1964 年 愛媛県体操協会理事長
1974 年 愛媛大学教育学部教授
1982 年 愛媛大学教付属中学校校長
1991 年 愛媛県体操協会会長
1995 年 愛媛大学退官
同年 12 月 25 日 66 歳で永眠



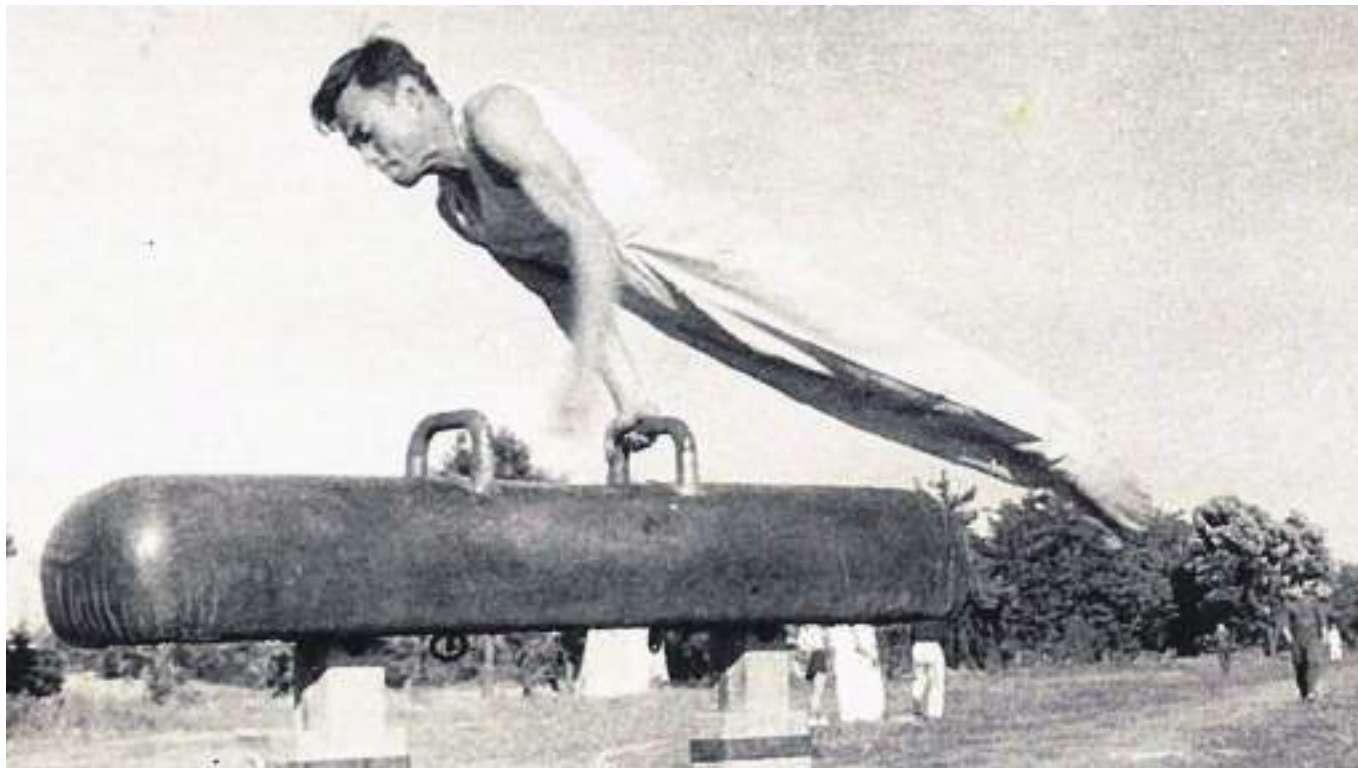
宇和島市に寄贈され、宇和島市総合体育館に展示さ
れている松田さんのオリンピック東京大会の金メダル



(写真：右) オリンピック東京大会記念碑の序幕式の様子 (和霊公園) 左端が河野昭氏、その二人右が中川
千代治市長、右から二人目が松田治廣氏 (写真上) 宇和島市総合体育館にある記念碑には宇和島から排出
されたオリンピックの名が刻まれている (写真：左下) 総合体育館内にあるスポーツ顕彰コーナー

メルボルンオリンピック体操団体第2位（銀メダル）

河野 昭 ころの あきら



当時の鞍馬の新技、下向き全転向を最初にマスターし日本一となる（1953年 日体大グラウンド）

河野さんは、小学生の時から鉄棒で大車輪をこなす運動神経抜群の少年だったが、進学した宇和島中学には体操部はなく、本格的に機械体操を始めたのは日本体育専門学校（現・日本体育大学）へ進んでからだ。在学中も自身の鍛錬の傍ら母校宇和島東高等学校を度々訪れ、体操部設立や指導に大いに貢献

し、宇和島東の後輩で後に東京五輪で金メダルを獲得した松田治廣さんを日本体育大学に導いた。大学には助手として残り、オリンピックを目指し練習に励んだ。持ち前の手足の長さで器用さを活かして、それまで外国人選手から大きく差をつけられていた、あん馬で自らの演技を世界レベルにまで高め、日本を代表する選手に成長していった。それを世界に示したのがメルボルン五輪の2年前に開催されたローマの世界選手権での自由演技だった。

元々ヘルシンキ五輪（1952年）に標準をあわせていたが間に合わず、出場したメルボルン五輪（1956年）では力みから個人的には不満の残るものだった、それだけにローマ五輪（1960年）の最終予選で肩を痛め出場出来なかったのが心残りだと、後日語っている。

当時の宇和島東高の「宇東高新聞」には河野さんのお父上、河野辰市氏へのインタビュー記事が紹介されている。



（左）第13回世界体操選手権団体総合2位（1954）（中）第16回オリンピックメルボルン大会団体総合2位（1956）（右）第14回モスクワ世界体操選手権団体総合2位（1958）



第10回全日本体操選手権大会 跳馬自由演技での大伸身跳び（1956年 東京都体育館）

「昭は、小さい時から約束したことは必ずやりとげる、といった実行力に富んだ子でした。あれが明倫小学校の三年生のときでしたか『1年間全優をとったら、京都、大阪へ連れて行ってやる』といったところ見事、全優をとり、四年生に進級する時の春休みには約束どおり遊びに連れて行きました。このように、一度決心したら必ずやりとげる、という信念を持った子でした。宇和島中学では、水泳もやれば剣道もやる、といった様に、いわば万能選手でしたが、中学を卒業して吉田中学に体操の教師として一年間勤め、どうも体操を専門にやった方が向いているということで日本体育専門学校に入学したわけです。去年の4月に結婚いたしました、将来は、これは昭本人の希望如何ですが、多分、体操の方面に進むだろうと思っています」

河野さんの愛媛体操界への功績は大きい、宇和島はもとより、愛媛体操の基礎をつくったと言っても過言ではない。

体操と故郷を愛した河野先輩



創部を記念して撮影された体操部の集合写真 前列中央右が河野昭氏、その左が顧問の中井祐一先生 後列の左端が上月晶さん、その右端が利根さんだ 河野氏はこの6年後にオリンピックで銀メダルを獲得することになる (写真提供：上月晶)

昭和25（1950）年、宇和島東高等学校（以下…宇東）3年生の時、利根武志君と私は体操部の設立を提案し創部が認められ中井祐一先生のもと正式に発足した。しかし、資金はなく器具は全く不備そのものであったが中井先生の行動力と部員の熱意で種々工夫をこらしてひとつひとつ克服していった。

空襲の焼け跡からなんとか残っていた鉄棒のバーを拾い出して組み立てたり、マットは、予科練^{※1}の払い下げで中は藁で薄っぺらだったが、敵^{かたき}のように使って身体づくりを主眼に練習した。平行棒は、外庭に支柱を4本立て、その上に青竹を取り付けた。後に知り合いの製材所からカシの木を2本もらい受け、それを舟の櫓^こを削る人に削ってもらい、生徒の父兄の鉄工所へ頼んで約3cmは上下調整ができる金具をつけて平行棒らしきモノを作った。

あん馬と跳馬は、大工さんに頼んで馬体を作ってもらい、その上にマットの廃物からとったスポンジを入れ、その上に帆布を張り、河野昭氏から頂いたボメル^{※2}を取り付けた。脚は焼け跡で見つけた古いあん馬の脚を取りつけた。吊り輪も河野氏からお古をもらい使った。このように、すべてお金をかけず河野氏のご指導を受けて手作りの器具で第一歩を踏み出した。

お蔭で翌年から県高校総体で優勝者（当

※1）海軍飛行予科練習生の略で、旧海軍の航空兵養成制度の一つ 現在の宇和島市坂下津産業団地にあり、上月さんたち東高生は一時予科練跡を校舎として使っていた ※2）あん馬種目に使う馬体に取り付けられた2つの把手のこと

初団体は無かった）を輩出、その後、団体でも連勝し、河野氏は宇東体操部の基礎を築かれた恩人と言える。

昭和35（1960）年の第15回熊本国体の四国予選には河野氏も愛媛チームの一員として出場され、偉大な選手と競演できたことは名譽で懐かしく思い出される。これは私の憶測ではあるが、オリンピックにまで出られた方が四国予選に出場されるということは、プライドを捨て、ただただ愛媛への恩返しのおつもりだったのではないだろうか。

今は、体操クラブなどで正規の器具で専門の指導者が怪我をしないよう安全対策をとって安心して練習ができる環境が整備されているが、河野氏が小学生のとき（昭和15（1940）年頃）は、校庭に固定された鉄棒で大車輪をされていたというから、その度胸と器用さには敬服する。

河野氏が愛媛大学退職時に「これから自由な時間ができるからゴルフをして楽しむよ」とおっしゃっていたが、その年の年末に急逝され、さぞかし無念であったらうと思うばかりである。



あん馬の練習をする上月さん



上月 晶 こうつき しょう

1931年 宇和島生まれ（宇和島東2期）
社会人になった後も体操競技を続け、20歳から9回連続で国体出場を果たす。
愛媛県体操協会顧問 宇和島市体操協会顧問
日本体操協会功労賞受賞

メルボルンオリンピック競泳 200m平泳ぎ第2位（銀メダル）

吉村 昌弘 よしむら まさひろ



力強くターンをする吉村さん



200m平泳ぎで表彰台にあがった、左から吉村氏、金メダルの古川勝氏、銅メダルのハリス・ユニチエ氏（ソ連）

当時、全国でも水泳の強豪校として知られていた宇和島東高で平泳ぎを始めて、わずか数年で世界のトップスイマーにまで登りつめた影には吉村さんの才能に加え恵まれた環境が「世界の吉村」を育てたのかもしれない。

吉村さんのオリンピックでの活躍ぶりを当時の宇和島東高の校内新聞が伝えている。1年生に在籍していた弟の元行氏がインタビューに答えているので紹介する。

「小さい時から須賀川の通称『わく』という所で泳いでいて、水泳を本格的に始めたのは和霊小学校の5年生の頃で、城北中学では背泳ぎをやっていました。東高へ入ってから平泳ぎに転向しました。決勝レースのあった晩は水泳部の人や先輩が大勢押しかけてラジオの前で手に汗を握って応援していたのですが、兄さんが世界の強豪をしりぞけて二位に入賞したことは嬉しいです」

※1) 宇和島東高には昭和13（1938）年に完成したプールが、和霊小学校には、昭和15（1940）年、県下の小学校で最初に完成したプール（戦時中、鉄筋がなかったことから、竹を代用した竹筋プール）があった。

また、同校の冊子「鬼ヶ城7号」に吉村さんご本人が「メルボルンの思い出」と題した文章を寄稿されているのでご紹介する。（前文略）試合前夜である。過去数年にわたる血の出るような練習の結果は、明日の数分間で決められるのだ、と思うと眼が冴えてなかなか眠れない。真夜中も過ぎて二時頃になってようやく眠れた。（中略）6時30分、夕闇迫るオリンピック・プールのスタート台に立つ。予選の時とは、だいぶ違った気持ち、私は7コースだった。隣は同僚の古川選手、ユニチエは3コースだった。号砲一発、水煙をあげてスタート、ただ隣の古川さんをマークするだけ、百五十メートルのターンからは、ただ夢中で潜った。デンマークのグライエ選手とは、ほとんど同時にゴールイン、最初は3位と聞いていたが、プールから上がると、すぐに2位入選が確定した。

※2) メルボルンオリンピックまでは潜水泳法が認められていて以降禁止になった。

表彰台で「君が代」を聴きながら、ひるがえる日章旗を見つめていると、何となく目頭が熱くなって、涙が頬を伝って流れるのをどうしようもなかった。（中略）

同郷の河野選手には、毎朝オリンピックク村の食堂で顔を合わせていたし、色々力になってもらった。（後略）



オリンピックメルボルン大会で獲得した銀メダルとケース。吊るし紐を通すところがなく小ぶりだ。

吉村は大の努力家だった

吉村とは宇和島東高等学校（以下…宇東高）水泳部に入部してから付き合になる。当時、宇東高水泳部は水泳強豪校で、OBの指導があまりに厳しく「OB出入り禁止令」が出されるほどで、私が入部した当初30人もいた新入部員で残ったのは4人だけだった。

吉村は才能溢れるスイマーだったが、人一倍の努力家だった。朝練、昼練は当たり前で、カエルの足の動きを研究して脚の関節を柔らかくする工夫と訓練も怠らなかった。その努力が実を結んで入部当初こそ部内で2番目だったが、1年生最初の県大会で優勝、2年生では四国大会で1位、2位を争うようになり、3年

生では全国で3位になった。

彼は、早稲田に進学したかったようだが、当時から水泳の強豪として知られていた日本大学（以下…日大）の村上監督からスカウトされて特待生で日大に進み、すぐに塗り替えられたとは言え1年で世界新記録を樹立、翌年のオリンピックで見事、世界第2位にまでなった。

彼と一緒に泳いだのは高校3年間だけだが、彼が宇和島に帰省すると水泳部の同期で集まり大学時代のエピソードなどを聞かせてくれた。その中で特に印象に残っているのは、1956年に上映され大ヒットした映画「狂った果実」のヒロイン役（石原裕次郎の奥さん）の北原三枝さんに飛び込みの指導をした時の話だ。日大水泳部に依頼がきたが、みな怖気づいて引き受け手がいなかった。そこで吉村が名乗り出て指導をしたという。この事で大会に出場する度に北原さんから花束が贈られていたという。何事にも物怖じしない吉村らしいエピソードだ。そんな彼も16年前に逝ってしまった。



吉村さん（左端）が帰省すると、水泳部の同期が集まっていた。脇野さんは（右端）



脇野 達 わきの とおる

1936年 宇和島生まれ
宇和島東高等学校水泳部で
吉村昌弘氏と同期

1位でなければ2位もビリも一緒

ご主人のお話を伺うため東京のご自宅に文子夫人をたずねた。

「3年前のリオ五輪で荻野選手と瀬戸選手が4百メートル個人メドレーで金と銅のメダルを獲得したときにテレビで『60年ぶりの快挙』といって、本当に久しぶりに主人の名前を聞いてとつともうれしかったのを覚えています。」

子どもの頃は須賀川の太鼓橋から飛び込んで遊んでいて、足も速かったので運動会では花形だったそうです。主人はよく『練習嫌いだ』と言っていました。が持ち前の負けん気で主人なりに努力はしていたと思います。よく、『足首がもつと柔らかかったら世界一だったかも』と笑っていました。

当時は、まだ食料事情も悪くサツマイモを主食に外国米や麦入りご飯ばかり食べていたので栄養失調を起こして厳しい練習に絶えられず失神してプールに浮かぶこともしょっちゅうあったそうです。

オリンピックの決勝当日の様子を、『普段緊張することがなかったのに、コースに立つと緊張のあまりフライングしてしまっただが、それで肩の力が抜けて平静に戻れた』と言っていました。また『1位じゃなきゃ駄目だ、2位もビリもいっしょだ』とも言っていました。

社会人になってからは『死ぬほど泳いだから』と言って水泳界からは一切身を

引きました。営業の仕事をしていたこともあってゴルフが唯一の趣味でしたね、あつという間にスコアシングルになったんで『プロになったら』と言われたこともありました。

50歳で糖尿病を発症して、その6年後に脳梗塞で倒れ右半身不随になって10年間の闘病生活の間、一言の愚痴も言わずに闘いぬきました。

昨年は十七回忌で主人が総務部長をしていたとき新入社員でいらした方が退職の報告を兼ねて訪ねてきて下さり、改めて歳月の流れの早さを感じ、今でも主人を慕って下さる姿に感動いたしました。」



吉村 文子 よしむら ふみこ 1939年生まれ 福岡県出身

松田 治廣 まつだ はるひろ (旧姓 : 山下)



宇和島市で行われた東京オリンピック優勝祝賀パレードで紙吹雪を浴びながら商店街を歩く松田さん (写真提供 : 上月晶)

優勝だ。金メダルだ。

「皆さん、ありがとうございます！」私は表彰台の上で思わず叫んでいました。お世話になった周囲の人々、応援してくださった観衆の人々、テレビを通して声援をおくってくださいました日本中の人々、私はすべての方々に対して感謝の心でいっぱいでした。

1964 (昭和39) 年10月23日、東京オリンピック大会男子体操種目別決勝の跳馬。

ひよんなきっかけで体操を始めて11年。いろいろな人との出会いに恵まれ、私は地元開催のオリンピックというこの晴れの舞台で、是非つかみ取りたいと願っていた個人種目の金メダルを獲得することができたのです。

これは、松田治廣教授退職記念誌「私と体操」の冒頭に書かれている文章だ。松田さんは、宇和島

市大浦で三人兄弟の末っ子として生まれた。中学3年生のある日、突然母から東京の学校へいって将来は医者になってほしいと頼まれる。東京の大学に通っていた兄が居たこともあって3学期から東京の中学校に編入し、翌年の春には都立千歳が丘高校に進学した。

高校に入ると「自分自身を器用だと思っ人はぜひ体操部へ」の勧誘に導かれ体操部に入部する、初め少し戸惑ったものの徐々に体操の虜になっていき練習にのめりこんでいった。そんな様子に呆れた兄から母に報告がいき、結局高校1年の2学期から宇和島東高等学校 (以下・宇東高) に転入することになった。しかし、このことが体操への関わりを更に強めることになる。

当時、宇東高は体操の名門として知られていて体操の四国チャンピオンでもあった野本迪甫先生が体操部を指導されていたのだ。当時の宇東高体操部のことを以下のように述懐している。

「千歳が丘高校では屋外に鉄棒と木製のあん馬にマットがあるだけでしたが、東高には6種目すべてが練習できる環境と、当時全国的にも珍しかったおが肩のピット[※]があつて怖さもためらいも感じることなく思い切って練習をすることが出来ました。こうして、すばらしい指導者と環境、仲間に恵まれメキメキと頭角をあらわし、やがて日本体育大学 (以下・日体大) に進学することになる。

日体大体操部の学内新人戦で優勝し、学年トップの称号を手にした翌年、河野昭氏のメルボルンオリンピック帰国報告会が宇和島で開催されることになり、同行して演技を披露したのだが、失敗の連続で自分につかりして強い危機感をもった。この時のことを自伝に「あとで振り返れば、その後の自分において非常にいい薬となった失敗経験

※ピット…体操競技の技を安全に練習できる穴。現在はクッション材などがしき詰められ、より安全に配慮されている

だった」と記している。

慶應義塾大学に就職も決まり卒業を待つばかりとなった2月、栗本学長から「東京オリンピックを目指す気はないかね」と予想もしていなかった言葉をかけられる。こうして大学に残り東京オリンピックを目指すことになる。

そんなある日、体育館である学生が跳馬で見たこともない凄じき跳び方をしているのが目に止まった。生来、ひらめきで突拍子もないことをやってみるのが得意だったこともあり、これに工夫を加えて完成したのが「山下跳び」だ。

自伝「私と体操」には、金メダルを獲得したときの様子が以下のように記されている。

「(前略) 成功すれば金メダル確実という声もあるほど、私への地元の期待は大きかったのですが、(中略) 私はリラックスできていました。(中略) 私は助走路に立ち、跳馬をにらみつけながら、大丈夫だ、今までやってきたことをそのままするだけでよい、やるんだ、絶対やるんだと自分に言い聞かせ、ぐつと跳びました。会場が沸きます。自分で手応えを感じるより先に、大観衆の拍手が私への評価を物語っているようでした。(中略) 本当にうれしい優勝でした。うれしいという他に言葉が見あたらないほど、後にも先にも、これほどうれしいことはありませんでした。(中略) 私は表彰台の上で思わず『皆さん、ありがとうございます！』と無意識のうちに大声で叫んでいました。観客席の中には、両親と兄と松田の伯母ら、私の家族も見に来ていて、晴れの姿を見てもううことができました。(中略) 私はことあるごとに、金メダルを取れたことは、努力したことへの『領収書・あかし』をもらえたようなものだと思っています」

※新山下跳び…前回東京オリンピック直前に完成した、山下跳びにひねりを加えた演技。

度肝を抜かれた転校生の演技

宇和島市立城南中学校（以下…城南中）の1年の時、体育祭で組み体操をやったのをきっかけに体操部に入ることになった。中学校の体操競技は、ちょうど1年前に県総体正式種目になったばかりで、しかもその初代優勝校が城南中だった。

中学校時代は県下で敵なしだったこともあって、宇和島東高等学校（以降…宇東）へ進学しても当然体操を続けた。当時、宇東体操部はメルボルン五輪の体操団で銀メダル獲得していた河野昭先輩のご指導により、屋外ながら鉄棒や吊り輪の場所にはビットと呼ばれる大鋸屑を入れた大きな穴を掘って、安全に大技の練習ができる環境が整っていた。



帰省した河野 昭さん（中央）を囲んで、後列左から私、柿内、岡森、井上、後輩の中田。前列右が松田（旧姓：山下）、左が上月 晶さん。



島原 傳喜 しまはら でんき

1938年 宇和島生まれ 株式会社島原かまぼこ会長

《経歴》宇和島蒲鉾組合理事長 / 愛媛県体育協会総務委員会理事
宇和島市体育協会会長 / 宇和島体操協会会長 / 愛媛県スポーツ協会顧問
《表彰》愛媛県知事表彰 / 黄綬表彰 / 農林水産大臣表彰 / 旭日双光章
愛媛県体育協会スポーツ功労賞
2019年10月 文部科学大臣表彰（生涯スポーツ振興功労賞）

そして、1年の2学期に転校してきて体操部に着て来たのが松田治廣（旧姓…山下）だった。練習で彼は、人並み外れた跳躍力と思い切りのよさ、そして特製ビットのおかげで「ハッ」とするような大技を披露しては皆を驚かせた。

3年生になったある日、全国区の活躍をみせていた彼にこんな話をしたのを覚えていいる。「治さん。オリンピックに絶対間に合うけん頑張れよ」と。

高校卒業後、日本体育大学に進んだ彼は、私の予言どおり、1964年東京で開催されたオリンピックで見事大輪の花を咲かせた。

治さんは、練習嫌いの天才肌

松田さんの宇和島東高時代の同期や体操関係者が毎月集まる宇和島体操協会の定例会（お講）にお邪魔して松田さんの思い出話を伺った。

「高校時代の彼を言い表すと、くそ度胸で型破りな天才肌でしょうか。練習嫌いな彼は、ふらつとやって来ては『今、どんなの練習しよるん？』と聞くので私たちが二、三週間かけてようやくマスターした技をみせると、パツとやってのけるんです。そうかと思うと、小学生でもやれるような簡単な技を本番の大会で失敗したりしていましたね。そもそも彼は、試合で巧くやって点数を稼ごうとか考えて



左から龍山 義文、川崎 功、上月 晶、石丸 和美、柿内 道德、毛利 征二、岡森 輝雄（敬称略）

なくて、自分がどんな技ができるか試しているようでした」

「彼が宇和島に帰って来たとき一緒に飲んでいると『俺はハムが好きなんだ』というので、妙なことを言うなと思っていたら当時付き合っていた彼女が公子さんだったんですね。今は彼の奥さんになっていますけどね」（同期の柿内 道德さん）

「大会になると必ず、顧問の野本先生から『山下に練習したこと以外はさせるなよ』と言われていたので、彼の個人演技のときは私が補助について『治さん、頼むから練習どおりにやってくれよ』という『わかった、わかった』と空返事をしては私たちが見たこともないような技をやって、結果失敗して点数が伸びず本来の実力を発揮できない事はしょっちゅうありました。普通にやれば良い成績を残せるんですが、それで先生から叱られるのは、いつも私ですから割が合いません（笑）」

（同期の岡森 輝雄さん）

「山下さんはゴルフが大好きだったので、私が毎月仕事で東京へ行っていたときはしょっちゅう一緒に遊ばせていたかったです」（後輩の毛利 征二さん）

「前回の東京オリンピックは開会式も山下くんの本番の演技も観ましたよ」

（先輩の上月 晶さん）

東京の中の 宇和島

今年はオリンピックが東京を中心に開催されるが、東京の中で宇和島にご縁のある場所のほんの一部をご紹介します。

六本木

宇和島藩上屋敷跡

江戸時代、諸藩は江戸に屋敷を構え参勤交代による在府の居住場所としていた。上屋敷には大名とその妻子が住み、下屋敷には隠居した前藩主が住んでいた。

宇和島藩の上屋敷は現在の港区六本木7丁目にあった。諸藩江戸屋敷の多くは細切れに売買されているようだが、宇和島藩上屋敷跡には現在、日本で5館目の国立美術館として2007年に開館した東京新美術館と隣接する政策研究大学院大学がある。また、近くには、宇和島市に本社がある株式会社かどやの「かどや霞邸」がある。



政策研究大学院大学の校門

かどや霞邸

住 所 / 東京都港区西麻布 1-5-18

営業時間 / 17:30～翌 2:00 (LO1:00)

定 休 日 / 日曜日・祝日

お問合せ / 03-6447-2100

ホームページ <http://www.kadoya-taimeshi.com/>



2013年7月に東京1号店としてオープン。食材は毎日空輸で運ばれるので新鮮そのものです。愛媛の味、愛媛の旬をご堪能ください。

かどや霞邸
店長代理 宮土 知香



(写真左上) 宇和島じゃこ天 (写真右上) 店舗外観
(写真下左) 店内の様子 (写真下右) 宇和島ふくめん



大和田 建樹
おおわだ たけき
詩人、作詞家、国文学者

大和田建樹は安政四（一八五七）年宇和島市丸之内に生まれ、幼少の頃より藩校に学んだが学才すぐれ、14歳の時に藩公に召されて四書を進講するなど、早くも国文学者としての萌芽をあらわしている。若くして広島に遊学して英学を修め、ついで上京、さらに研鑽を積んで、ついに東京帝国大学講師、東京高等師範学校教授等を歴任した。後に職を辞してからは、専らその広範な学識を駆使して多彩な作家活動がはじまるのである。

上り立ち門に近い生家跡、種々の国文学の著作をはじめとし、作歌、作詞、紀行文、謡曲の註解、辞典編纂にまで及び、特に旅を愛して、自然のうつろいに人生のあわれをこめて詠んだ和歌は、実に千三百余首となっている。

旅を愛した建樹は、また故郷を懐しむ望郷の人でもあった。生涯たびたび帰郷してふるさとの詩歌を作っている。

わがふる里の城山に
父と登りてながめたる
入江の波の夕げしき
忘れぬ影は今もなお
(散歩唱歌)

と刻まれ、彼の望郷の情しのばれる。(宇和島市ホームページより)



J R新橋駅の汐留口にあるD51機関車の動輪と鉄道唱歌の碑

J R新橋駅の汐留口を出て左側、ゆりかもめ新橋駅の入り口の正面にD51機関車の動輪と鉄道唱歌の碑がある。

これは、1957（昭和32）年10月4日の鉄道開通85周年を記念日に宇和島出身で鉄道唱歌の作詞家、大和田建樹の生誕100年を記念して新橋駅に建立されたものだ。

「鉄道唱歌」は、明治時代に作詞され全5集・334番（1962年に発見された「北海道唱歌」や「伊予鉄道唱歌」を本編に含め、全6集・374番、または、全7集・399番とする説もある）。

第1集東海道編第1番の「汽笛一声新橋を
はや我汽車は離れたり：」は広く知られている。

新橋

鉄道唱歌の碑

香川・愛媛
せとうち旬彩館



「JR新橋駅」の目の前にある「香川・愛媛せとうち旬彩館」は、汐留や銀座などおしゃれな街にも近く、さらに横浜方面へもアクセスの良い便利な場所、そのため客層も幅広い。平日は主婦層やサラリーマン・OLが中心、週末は家族連れや観光客の方々が賑わっている。

1階は「特産品ショップ」、2階にはレストラン「郷土・せとうち料理 かおりひめ」と「工芸品・雑貨ショップ」があり、香川と愛媛の魅力を発信している。

香川・愛媛せとうち旬彩館

港区新橋 2-19-10 新橋マリンビル 1・2F
TEL.042-383-9835 年中無休（年始を除く）

営業 1F 特産品ショップ 10～20 / 2F レストラン 11～23
時間 2F 工芸品・雑貨ショップ 10～20

愛媛旬彩館



<http://www.setouchi-shunsaikan.com/>

かどや虎ノ門

住 所 / 東京都港区西新橋 2-13-2

営業時間 / ランチ 11:30～14:00 (LO13:30) ※平日のみ
ディナー 17:30～22:30 (LO21:30)

定 休 日 / 日曜日・祝日

お問合せ / 03-5501-0036

ホームページ <http://www.kadoya-taimeshi.com/>



当店で働くスタッフの半数は愛媛県出身者です。愛媛宇和島のすばらしさ、おいしいものを一人でも多くの皆様にお伝えすべく、料理に負けないフレッシュな笑顔でおもてなしさせていただきます。

かどや虎ノ門
店長 太田 麻弓



(写真左) 店内の様子 (写真下) ランチ：宇和島鯛めし御前 1,980円（税込）
(写真上) 店舗外観



恵比寿

宇和島藩下屋敷跡 (伊達町会)



伊達町会の立田実会長に伊達の名が残る児童公園をご案内していただいた。

宇和島藩下屋敷は、現在の港区恵比寿3丁目辺りの小高い場所であり、そのため「伊達坂」と呼ばれる坂道もある。

この辺りには渋谷川と三田用水に挟まれた豊かな水源があったことから、サッポロビールの前身である日本麦酒醸造会社が1887(明治30)

年に設立され、のちに恵比寿ガーデンプレイスとして整備される工場を設け「恵比寿麦酒」を発売する。

その後、販売量の増加に伴って出荷専用の貨物駅「恵比寿停留場」が作られ、この駅のそばに作られた旅客駅が「恵比寿駅」だったことから、次第にこの地域を「恵比寿」と呼ぶようになった。

1928(昭和3)年、伊達町が正式な町名に制定されるが、1966(昭和41)年に恵比寿3丁目に町名変更される

しかし、当時、町会長だった新美国弘が中心となり「由緒ある宇和島藩下屋敷跡を中心に発展した町の名を町会名として守りたい」との運動

がおこり、「伊達町会」の名は現在も受け継がれている。

また、恵比寿駅

から程近い所に西予市卯之町で慶応3年創業の山田屋まんじゅうの「元[Gen]恵比寿店」もある。

旧町名表札



旧町名表札



恵比寿ガーデンプレイスは、恵比寿ビール(現エビスビール)が誕生した醸造所の跡地に建てられている。恵比寿ビールと歴史を称えるエビスビール記念館の他、ホテル、百貨店、映画館、美術館、約50店のレストランなどがある複合商業施設だ。



伊達町(恵比寿3丁目:緑色の部分)を恵比寿ガーデンプレイス最上階から眺めると、遠くに東京タワーが望める。

山田屋まんじゅう 元 [Gen] 恵比寿店

住所 / 東京都渋谷区恵比寿西2-2-6

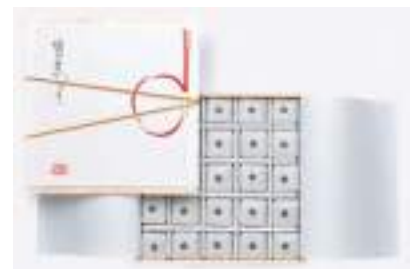
恵比寿ファイブビル 1F

営業時間 / 10:30~19:00

定休日 / 日曜日 1/1 ~ 1/3

お問合せ / 03-6452-5780

ホームページ <https://yamadayamanju.jp/>



西予市卯之町で150年前に誕生した山田屋まんじゅうは恵比寿界隈の皆様にも愛されるまんじゅう屋として、その伝統の美味を伝えられるよう日々精進してまいります。

スタッフ 木村 麻美



(写真左上) 山田屋まんじゅう・こきび・まろぶ詰合せ9個入り ¥1,296(税込)

(写真右上) 山田屋まんじゅう木箱25個入り ¥4,212(税込)

(写真左下) 店内の様子 (写真右下) 店舗外観



調布市

山下亀三郎ゆかりの 桐朋学園



桐朋学園女子部門 朝の登校風景



桐朋学園大学音楽学部仙川キャンパス

学校法人 **桐朋学園**

東京都調布市若葉町1-41-1 TEL.03-3300-2458

桐朋学園



<http://www.toho-gakuen.com/>

第二の出発をした。

桐朋学園には幼稚園から大学院まであり、普通教育も芸術教育も行われている。

桐朋学園は、一人ひとりの人格

を尊重し、自主性を養い個性を伸

長する、ヒューマニズムに立つ教

育を基本に捉え、その共通の理念

のもと、男子・女子・音楽の三つ

の部門から成り、それぞれが独自

の特色ある教育を展開している。

子どもたちを充実した環境でじ

つくり育て、人間としての無限の

可能性を豊かに開花させようとす

る一貫教育の発想とシステムがそ

れぞれにある。

卒業生には、世界的指揮者の小

澤征爾や女優の高畑淳子など多く

の著名人がいる。



山下 亀三郎

やました かめさぶろう

山下汽船・山下財閥の創業者

山下亀三郎は、慶応3(1867)年4月、吉田藩河内村(現・宇和島市吉田町河内)に生まれ、故郷を飛び出してからは、代用教員や会社員など職を転々とするがうまく行かず、明治29(1896)年、独立して横浜石炭商會を開業した。やがて「山下汽船」を立ち上げ海運業へ進出する。

その後、日露戦争後は巨額の借金を抱え倒産の危機に瀕するも持ち直し、第一次世界大戦での海上輸送の需要増大により「山下汽船」は日本屈指の船会社に成長する。

その一方で「人間をつくるには、まず母をつくれ」との信念から山下実科高等女学校(現・県立吉田高等学校)、第二山下実科高等女学校(現・県立三瓶高等学校)、山水育英会など多くの学校も作っている。

神楽坂

季彩や ひで

住所 / 東京都新宿区神楽坂6-23
神楽坂ガーデンA棟1F

営業時間 / 17:30 ~ 23:00 (LO22:30)

定休日 / 日曜日

お問合せ / 03-6265-3778

ホームページ Facebook[季彩や ひで]



故郷宇和島の新鮮な魚や柑橘、ジビエ等を宇和島から直送させ4年連続でミシュランのビブグルマン選定という超人気店。宇和島の食材のよさを知りつくしているだけに「絶対においしいとは言いたくない」と言い切る。

店主 大西 英樹



(写真左上) 店舗外観 (写真右上) お造り五点盛り 3,800円(税込)

(写真左下) 店内カウンター (写真右下) 宇和島から直送される新鮮な魚

荒川



吉村昭記念文学館

東京都荒川区荒川2丁目50-1 ゆいの森あらかわ内
TEL.03-3891-4349

吉村は、昭和二〇年代に起きた鼠の異常発生を調査するため、昭和四六年（一九七二）一〇月、初めて宇和島の戸島、日振島を訪れる。その取材をもとに翌年七月、初の宇和島作品「海の鼠」を発表する。以来、宇和島の歴史や風土に関心を抱き、宇和島の蘭方医学に触れた「ふぉん・しいほととの娘」や、闘牛を題材にした「研がれた角」、江戸時代の宇和島藩が描かれた「長英逃亡」など、多数の作品を執筆する。

また、宇和島の食文化や人間味にも惹かれ、生涯で五〇回以上訪問した。その交流を物語る資料も多数残されている。

「吉村昭記念文学館 常設展示図録」より



吉村 昭 1927-2006

荒川区生まれ。学習院大学在学中に執筆活動を開始。昭和41年(1966)に「星への旅」で太宰治賞を受賞。同年「戦艦武蔵」を発表し、ベストセラーとなる。戦史・歴史・医学・動物など幅広い題材を扱い、入念な取材をもとにした作品を多数執筆。日本芸術院賞ほか多くの賞を受賞。



宇和島関連作品

- ・「海の鼠」1972（後に改題「魚影の群れ」1983）
- ・「ふぉん・しいほととの娘」※第13回吉川英治文学賞
- ・「闇にひらめく」1978（『海馬』1989）
- ・「研がれた角」1979（『海馬』1989）
- ・「虹の翼」1980
- ・「長英逃亡」1984※第7回高野長英賞（2004）
- ・「花渡る海」1985
- ・「ニコライ遭難」1993



斉藤鮮魚店の湯呑茶碗

「日本の味は海の味 吉村昭」

「彩 津村節子」

記念館の宇和島コーナーに展示してある、行きつけだった斉藤鮮魚店が作った湯呑茶碗。吉村と妻で作家の津村が来店した際に書いた色紙をもとに作られた。

日暮里



谷中霊園

宇和島藩八代藩主 伊達宗城侯墓

住 所 / 台東区谷中7-5-24
墓地番 / 乙8号11側

東大

かどや山上亭・T-Lounge CREDO

住 所 / 東京都文京区本郷7-3-1

（東京大学本郷キャンパス内山上会館1階 / 地下1階）

営業時間 / 山上亭 11:00 ~ 14:00 クレド 9:30 ~ 15:30

【要予約】17:00 ~ 21:00（ビュッフェパーティー利用のみ
学内関係者の申し込みに限る）

定休日 / 土日・祝日

お問合せ / 山上亭 03-5841-2344 クレド 03-5841-2328

ホームページ <http://www.kadoya-taimeshi.com/>



東京大学本郷キャンパスの山上会館に2018年10月にオープンいたしました。平日のランチタイムまではどなたでもご利用いただけますので、愛媛の食材を使った美味しい料理を大学内の美しい景色と共に是非ご賞味ください。

店長代理 加賀城 愛



（写真左上）完熟トマトと厚切りベーコンのアマトリチャーナ 1,023円（税込）

（写真上右）ティーラウンジ クレド（写真下左）パーティーの様子

（写真下右）山上亭の店内の様子



園内に展示されている伊達家

小金井市にある、「江戸東京たてもの園」には宇和島藩伊達家が大正時代に現在の東京都港区白金に建てた屋敷の表門が移築展示されていて、総檜造りの冠木には木彫の宇和島藩伊達家の縦三引き両紋が施されている。

江戸東京たてもの園

東京都小金井市桜町 3-7-1
TEL.042-388-3300

江戸東京たてもの園



<https://www.tatemonoen.jp/>



戸梶 學館長と南豫明倫館の入り口

1883(明治16)年に宇和島伊達家から神田の控屋敷が提供される。これが明倫館のはじまりだ。そして1921(大正10)年、よりよい環境をもとめて伊達家下屋敷の一角に新築され、「侯爵伊達家明倫館」として移転されるが太平洋戦争の戦禍で焼失してしまう。
1953(昭和28)年、郷土有志の尽力で「南豫奨学会」として復興。目黒区上目黒に「南豫明倫館」を新築。1986(昭和61)年、よりよい学習環境求めて現在の小金井市中町に移転した。

南豫明倫館 東京都小金井市中町 4-18-26 TEL.042-383-9835

南豫明倫館



<http://www.meirinkan.or.jp/index.html>

小金井市

南豫明倫館 伊達家門



靖国神社にある大村益次郎像



周防国(今の山口県)に生まれた村田亮庵は早くから大坂の緒方洪庵の適塾で学び医学はもとより兵学にも詳しく、塾頭を勤めたほどの秀才だったが、その後は故郷で細々と村医者をしていたが、兼ねてより洋学者を探していた宇和島藩主伊達宗城に見出され、召抱えられることになる。
宇和島藩では100石取りの上士格で厚遇され、西洋兵学・蘭学の講義と翻訳を手がけ、宇和島城北部の樺崎に砲台を築く。
1972年に発刊された「花神」(司馬遼太郎著)には大村益次郎と楠本イネとの恋愛模様が描かれ、その後、同名タイトルの大河ドラマにもなった。

九段

靖国神社 大村益次郎像

銀座

銀座 夢酒みずき

住所 / 東京都中央区銀座 6-7-6 ラペビルB 1F
営業時間 / 17:00 ~ 23:00 (LO22:00) 月~金
17:00 ~ 22:00 (LO21:00) 土曜日
定休日 / 日曜日・祝日
お問合せ / 03-5537-1888
ホームページ <http://www.musshu.jp/mizuki/>



遊び心を忘れずに毎日楽しく食材と向き合っています。【愛媛・宇和島「徳弘水産」の鯛一郎くん】など、全国のこだわりぬいた厳選素材を丹精込めて調理いたします。合わせるお酒の酒質や味をヒントにお酒がすすむ、一味違った独創的なお料理をお楽しみいただけたら幸いです。
料理長 梅村 孝利



(写真左上) 店内にある「鯛一郎くん」の切り絵 (写真右上) お造り盛り合わせ
(写真下左) 店内のカウンター (写真下右) 酒ディスプレイ

笑顔あふれる教室！

宇和島健康体操教室（スポーティングジャギー）



教室 毎週火曜日 19:10 ～ 20:40
会場 宇和島市総合体育館 3F 剣道場
お問合せ先 090-7628-3345（金谷）



体が変われば心が変わる
心が変われば人生が変わる

私たちは30年以上続いている体操教室で週一回トレーニングを楽しんでいます。中には10年以上続けている会員さんも多く、40代から80代の会員さんが無理なく、自分にあったトレーニングをしています。

有酸素運動から筋トレ、ストレッチ、そして最後にダンスとあつという間の1時間半です。講師より体の原理に伴って筋肉を鍛えることを教わり、納得のいく指導で※ロコモティブシンドロームにならないよう健康増進につとめています。

自分自身で生命維持をし、自立した生活が出来る生存期間である健康寿命を延ばすことに意識をシフトしていき、輝ける明日を自分自身で作りますよう。

見学及び体験自由です。ぜひ一度おいでください。



代表 金谷 恵子さん

※運動器の障害や衰えによって歩行困難など要介護になるリスクが高まる状態のこと。運動器機能不全。

菓子工房 KAZU



梅シロップ 1,800 円 (税込み)



スパイシーな梅のタバスコ
600 円 (税込み)



メインの商品ラインナップ

菓子工房 KAZU

北宇和群松野町大字松丸 88 TEL.0895-49-1257

<https://www.facebook.com/aoumecake.kazu>

※土日祝日は出店しておりますが予告なしに変更する場合がございます。



代表 新改 和也さん

平成24年「菓子工房KAZU」を立ち上げ、うめ(45a)の栽培に取り組むほか、青梅、青梅、桃のムースなど、旬の素材を使用したスイーツを製造し、近隣の道の駅や移動販売車で販売するほか、県外の飲料メーカーと協力して梅サイダーや梅シロップなどを製造し、イベントや首都圏での展示会に出展して商品のPRと販路拡大に努めています。

このような取り組みの中で、もっと素材のことを知らなければ、お客様に商品を理解してもらえない、とできない、と強く感じ、地元のうちめ園地を借り受け、平成27年からうめ栽培を始めました。消費者の健康志向もあり、うめの需要は今後も伸びると感じています。さらに規模を拡大し、うめをはじめ、ふるさとの魅力を伝えていきたいと思っています。



「ひだまり」自慢のお造り

MICHELIN



店舗外観



大人数の宴会も可能な座敷



宇和島では珍しいクラフトビール

愛媛県宇和島市新町1丁目9-2

TEL.0895-23-2883

営業時間 / 18:00 ~ 24:00 (L23:30)

定休日 / 不定休



店主 元藪 陽平さん

開業して6年、移転してリニューアルした「ひだまり」を今まで以上に「ご愛顧いただきますようお願い申し上げます」。

その日にとれた新鮮な魚介類を使った魚料理が当店の自慢ですが、さまざまなジャンルの料理や媛っこ地鶏のお刺身などもご堪能いただけます。また、宇和島では珍しいクラフトビールや豊富な種類のお酒も取り揃えております。

新店舗には座敷もあり、30名までのご宴会も承れます。ぜひ、新しい「ひだまり」にお越しください。



『大番』で沸いた本町通り【昭和32(1957)年1月】

国道を離れて、一步入った小道や横丁にほっとするような空間を体感するのが吉田町である。宇和島から行くと住吉神社手前の最近ローソンができた辺りを右折すると、魚棚、次が本町、そして裡町へと続いていく。戦災で7割が焼失した宇和島市内と違って、町の役割を現わす町名がここでは江戸時代以来そのまま生きている。

この写真は、昭和32(1957)年1月本町2丁目の通りで東宝映画『大番』第1作のロケを見物する人々のようす。現在もある右から2番目の家の庇には30人以上の人が群がっており、道に詰めかけた大勢の人たちははるか遠くの道路まであふれんばかり。『大番』は評判となつて4部作つてられ、度々ロケクルーが当地を訪れた。

主人公ギューちゃん(加東大介)の心の恋人可奈子(原節子)の実家で町の富豪森家として登場した鳥羽酒造(写真左側)は、九代屋という吉田藩の御用商人であり、表口20間以上の重厚な土壁のお屋敷は町人町の歴史を語るのに

欠かせなかったが、今はなくなった。同酒造の当主故鳥羽泰蔵は、ひと筋違いの裡町の「吉田劇場」のオーナーでもあった。

1丁目側、桜橋たもとの人気のお好み焼き屋「ふじや」さんの角店から2軒目は「オカケや金物店」。名前通り元は両替商であり、計りに使う「分銅」の絵に「御掛屋」と縦に書かれたマークがユニーク。少し先の赤いポストの左向かい角には間口の広い「大上書店」。「大坂(阪)屋上店」が屋号だったらしい。昭和57(1982)年に付近の道路はカラー舗装となったが、往時の面影が残る町並みにはそぐわない感じがする。

さて、『大番』ロケがあった頃のあまり知られていないエピソードを……。当時3丁目の銭湯経営故山内喜平が、「ギネマ」に青春の思いを馳せて劇場「金水館」のドリーム・プランが進行中だった。思えば、銭湯に必ず映画ポスターが飾られていた昭和30年代(1960後半)、銭湯と映画館は生活の一部で、人々はやさしく気安く和気あいあいとしていた。

子息の山内準一郎さん(79歳本町)から設計図を拝見したが、完成していれば相当オシャレな洋風建築として注目を浴び、この町の新しいシンボルになっていたに違いない。残念ながら喜平の急病により計画は幻と消えた。戦後の吉田町には、吉田劇場の他に吉田東映(東小路)と映画館は2館あったが、いずれも40年代半ば(1960後半)に閉館した。



【現在の様子】上の写真で一番人が乗っている右から2軒目の家は今も残っているが、周りは閑散としていて当時の面影はほとんど残っていない。

※1) 魚棚
魚市場や鮮魚商人が居住した地域。藩政期からの御用商人ほけつやみつびきかのうたかつき法華津屋(三引・叶両高月家)があった。

※2) 裡町
ポンプ、左官、石材といった看板を今も見かける職人町。

※3) 大番
獅子文六(岩田豊雄)原作、『てんやわんや』に次ぐ南予を舞台にした2回目の映画化作品(監督:千葉泰樹)。戦後の世相や宇和島地方の人情や風俗・方言など実に見事に捉えている。渥美清(1962年フジ)や左とん平(1970年NHK)のテレビも好評。渥美版のマドンナ役は今年88歳で亡くなった名女優八千草薫。

や吉田港が描かれた『坊っちゃん』(1970竹脇無我・山本陽子主演日テレ)や『伊豆の踊子』(1973年栗田ひろみ主演KTV)がある。国道56号線の開通にともない国安川沿いの風景は激変。47(1972)年まで宇和島バスは本町から桜丁へと町の中心を走っていたが、あの頃の国道筋は松並木や白壁の町で絶好のロケーション地だった。



田部 司 たなべ つかさ

プロフィール 昭和25(1950)年生まれ 宇和島市在住 日本眼鏡技術者協会会員 シネマニア宇和島
タナベ昭和館主宰(ブログ公開中 <http://www.uwajima.com/tanabe/syowa/syowa.html>)

写真・文/田部 司

前号(秋号)の 訂正とお詫び

秋号「袋田恵美須神社」の本文中、読者の指摘により、家藤監物(けんもつ)を堅持と間違っていたことがわかりました。お詫び申し上げます。

第27回生涯学習うわじまフェスティバル事業 土居裕子コンサート

■日 時 3/15 (日) 開場: 13:30 開演: 14:00
■会 場 パフィオうわじま ホール
■入場料 2,000 円 (前売り 1,500 円)



美しい歌声で市民のみなさまに音楽による癒しと活力を得ていただこうと、宇和島出身の土居裕子さんによる『復興』をテーマにしたコンサートを開催いたします。

チケット
販売開始
1月末～

主 催: 宇和島市教育委員会
後 援: 愛媛新聞社・宇和島ケーブルテレビ
お問合せ: 宇和島市生涯学習課 Tel. 0895-24-1111

令和元年度 南予舞台芸術振興事業 ミュージカル ジパング 青春記

■日 時 2/1 (土) 開演: 14:30
(2回公演) 2/2 (日) 開演: 14:00

■会 場 南予文化会館
■入場料 4,000 円 (1 階指定席)
2,500 円 (2 階自由席)
(当日券は 500 円アップ)

主催: 「坊ちゃん劇場」
南予公演実行委員会

南予文化会館

共催: 愛媛新聞社
坊ちゃん劇場

お問合せ: 南予文化会館 Tel. 0895-24-6800



南予文化会館

<http://nanbun.uwajimahall.com/>

おしらせ

一京都、老舗人形司の技と美一 つむ ひな なら い 紡がれし雛の習ひ

■会 期 2/8 (土) ~ 3/22 (日)
■会 場 宇和島市立伊達博物館
■入場料 大人 500 円 小中学生無料

春の訪れを感じさせてくれるおひな様。令和はじめの春は、規模を拡大した、ひな人形特別展を開催します。毎年公開しています丸平大木人形店、大木平蔵作の有職雛のほか京都ゆかりの品々から伝統の技と美が感じられる作品を特別公開します。期間中の土日には各種イベントも開催します。



有職雛より女雛
宇和島市立伊達博物館蔵

お問合せ / 宇和島市立伊達博物館
宇和島市御殿町 9-14 Tel. 0895-22-7776

伊達博物館

<https://www.city.uwajima.ehime.jp/site/datehaku-top/>

宇和島地方に春を呼ぶ えんま祭り

■日 程 2/7 (金) ~ 9 (日)

◎ 2/7 大黒さま
法要 17 時～

◎ 2/8 弁財天さま
えんま釜 10 ~ 15 時
餅まき 16 時～

◎ 2/9 えんまさま
法要 12 時 30 分～
餅まき 16 時～

※商店街でも餅まきがあります。



お問合せ / 佛日山 西江寺
宇和島市宇和島市 丸穂甲 1140 Tel. 0895-22-0489



試練を背負う子どもたちへ 絵本と真珠のお守りを届ける ～若きクリエイターの挑戦～



新着情報は Twitter で

＜愛あるアートプロジェクト＞

試練を背負う子どもたちと試練が尽く真珠の主要産地を若いクリエイターが強く希望にあふれる未来像でつなぎ、それぞれが前を向ける仕組みをつくるプロジェクト。ふるさと守り隊を舞台にしたオリジナルストーリーの絵本と真珠のお守りを制作し、全国の大規模災害による被災地の児童福祉施設に届ける。クラウドファンディング挑戦中！ご支援のほどどうぞよろしくお願い致します！



フレイルを予防しましょう

厚労省は来年度から、75歳以上の人を対象に、フレイル検診を行うことを発表しました。フレイルとは、「加齢により心身が老い衰えた状態」であり、一言で言えば「虚弱」です。高齢者の介護を必要とする一歩手前の状態、とも言えます。

フレイルの状態があると、寿命や健康寿命が短くなることが分かっています。一方でフレイル状態は、ある程度回復する力が残っています。フレイルが重視されるのは、早期発見することにより、予防や回復可能な状態だからです。

フレイルの診断には、いろいろな方法があります。①体重減少、②疲労感、③生活活動量の減少、④歩行速度の低下（1秒間で歩行距離1歩未満・信号が青で渡りきれない）、⑤筋力の低下（握力・男性26kg未満 女性18kg未満・ペットボトルの蓋が開けにくい）。以上の項目のうち、3項目以上該当した場合、フレイルと診断できます。また、簡単にできる検査として、指輪つかテストがあります。両手の親指と人差し指で輪っ

かを作り、ふくらはぎを囲んでみてください。指の輪とふくらはぎの間に隙間ができる場合、筋力が減っており、フレイル状態の可能性があります。

フレイルは身体的な変化だけではなく、意欲や認知機能の低下による「精神・心理的フレイル」、閉じこもりや孤食などの「社会的フレイル」などの多面性があります。これらはお互いに影響しあっているため、フレイルの予防には総合的な対策が必要です。

そのために重要なのは、栄養と運動と社会参加です。栄養で重要なのはしっかり食べることです。三食をバランス良く食べ、特にタンパク質を積極的に取ってください。ただし、高タンパク食は腎臓の悪い方は負担となりますので、主治医と相談してください。口腔機能も大切です。歯や舌の機能が落ちると、柔らかい食べ物を中心となり、栄養が偏りがちになります。定期的に歯科受診するなど、お口のケアにも注意してください。

筋肉は使わないと衰えます。歩くだけではなく、スクワットなどの筋トレが効果的です。何も運動をしていない人は、定期的に運動をしている人に比べてフレイルのリスクが6倍になるという報告も出ています。ただ、頑張りすぎて体を痛めないように、個々にあった運動の設定が必要です。最近はジムも増えていますので、トレーナーに指導してもらうのが良いでしょう。

日常的に運動している人よりも、社会参加をしている人の方が、筋力や活力が衰えにくい、との報告もあります。ボランティアや地域活動に関わることは、自身の健康にも役に立ちます。うわじまガイや健康体操などに参加すれば、運動と社会参加が同時にできます。フレイルの予防には特効薬はありませんが、いろいろな選択肢があります。自分が心地よいと思うこと、納得してできることを、継続することが大切です。日本人の平均寿命は男性で81歳、女性は87歳と世界でもトップレベルですが、自立した生活を送れる期間



沖内科クリニック
副院長 沖 良隆

「健康寿命」が、平均寿命より男性は約9年、女性は約12年も短くなっています。これは支援や介護を必要とする期間が平均で9〜12年もあることであり、この期間を短くすることが必要です。フレイルを予防して健康寿命を伸ばし、生き生きとした老後をすごしましょう。



戦争より怖いビタミン欠乏

最近、「白い航路」（吉村昭）という小説を読みました。この小説は高木兼寛という人物の伝記として読むこともでき、日清日露戦争という日本の戦争の歴史の側面でもあり、戦争より怖いビタミン欠乏とも、また、脚気という疾患の克服劇とも見る事ができる大変興味深い読み物です。

脚気は「かつけ」と読みます。初めて聞いたという若い人もいらっしゃるかもしれません。明治時代には死因の多くを占めていた疾患です。

ビタミンB1の不足で発症するのですが当時はビタミンの存在が知られていませんでした。

高木は海軍軍医でした。脚気の原因が食事にあることに気が付き、あれこれと手を打ちます。しかし、陸軍軍医の森鷗外らには受け入れることのできない説でした。当時の日本ではドイツ医学が先行しており脚気の原因は細菌説が有力で伝染病と思われ、イギリス医学を学んでいた高木の説を正しいと認めなかったのです。因みに森鷗外は小説家として有名ですが医者でもあり翻訳家でもあり、多彩な人物であったようです。一般論ですが、才能にあふれ自分に自信のある人はなかなか他者の言うことを受け入れられないようです。高木はイギリス医学を勉強しており、日本では少数派でした。しかし、高木はあきらめ

ませんでした。脚気は精白米（玄米のビタミンB1が多い胚芽部分を取り除いたものが精白米）を食べるようになって蔓延したことから、何かしら食事に原因があると考え、洋食を導入することを提案します。当時の日本の食事は今の日本の食事と違って、副食（おかず）が少ない食事でした。ご飯とみそ汁、漬物が定番と思ってください。メインディッシュであるたんぱく質のおかずはせいぜい、め

ざしか大豆製品程度と思われる。肉体労働をするためにはエネルギーが必要なので炭水化物であるご飯の量は多いわけです。ビタミンB1は炭水化物の摂取に比例して必要量が多くなりますが、おかずが少ない食事では不足しています。ビタミンB1は豚肉などに多く含まれていますが当時の日本では肉食はまれでした。高木は肉食を取り入れるなどしました。因みに海軍カレーもここに端を発しているようです。

一方、戦争をしていた日本人の思想として「日本男児たるもの米の飯を食べるべき」という考えでした。1日六合の米が支給されるから軍に入隊する若者が大勢いたと言います。食環境が今とはだいぶ違っています。

日清戦争での陸軍の戦死者は約千人なのに、対して脚気による戦病死者は2万人であった

のです。戦争より怖い栄養不良！戦争より怖いビタミン欠乏！

ビタミンB1の存在が明らかになったのは明治43年、鈴木梅太郎博士の発見からです。（鈴木氏の発表は日本語であったため、世界的には翌年のポーランドのフンク博士発見が認められています）。高木の食事説が正解だった訳です。それでも陸軍は認めませんでした。

海軍が食事の工夫で脚気の死者が少なかったことに対し、陸軍では食事説を認めなかったことにより戦病死者が多数出ました。とても残念なことですね。

一方、世界の目は違っていました。高木は脚気の治療に貢献した人物として評価されています。南極に世界的に著名な栄養学者、ビタミン研究の功労者の名前が付けられた一帯があり、「高木の岬」なる聖地があります。そこには「日本帝国海軍の軍医総監であり、1882年、食事の改善によって脚気の予防に初めて成功した人」と記されています。日本人として誇らしいことです。そして、高木は日本で最初の私立単科医科大学である慈恵医科大学を創立しています。日本で初めての看護師の学校も創立しており、医学・看護の発展に多大な貢献をした人物です。

私が病院管理栄養士だった時に1回だけ脚



広島修道大学
健康科学部 健康栄養学科
教授 藤井 文子
宇和島市出身
きものを楽しむ会々長

気患者の栄養指導をした経験があります。30年ほど前の話ですが、当時でも「いまだき、脚気ですか？」と驚いた覚えがあります。それもスポーツをする男子高校生でした。話を聞くうちに脚気になった原因がわかりました。彼は野球だったかボートだったか忘れましたが、クラブ活動に励みました。練習時間が長く、汗もびしょり、ぐったり疲れて下宿に帰っても食事時間は過ぎていたり、食欲がわかなかつたりとろくに食事をとっていませんでした。ビタミンB1は水溶性ビタミンなので汗をかくスポーツ選手には必要量が多くなります。自分で料理はできないのでインスタント食品の摂取が多くなり野菜やたんぱく質食品の摂取は少なかったようです。30年前はまだまだ「スポーツ栄養」の考えもなかった時代です。練習量の多さとそれに見合わない食事量と内容が高校生をビタミンB1不足に陥れたのです。栄養の知識が少ないと食糧の十分な現代の日本においてもこのようなことが起きかねません。

なんでも食べられる時代だからこそ、食を選択する能力「食育」が重要視されている理由です。

お気楽 俳句

平成最後の年に、俳句界の芥川賞ともいえる「第64回角川俳句賞」を受賞したのは北海道の鈴木牛後さん。牛とともに暮らす酪農家ならではの句、生活に根ざした句の圧倒的なリアリティが高く評価されました。翌、令和元年に出版された牛後さんの第三句集『にれかめる』は句集としては異例の三刷に。そのなかからいくつかをご紹介します。「にれかめる」とは牛の反芻のことです。（小野更紗）

☆音の面白さ、オノマトペの楽しさ

羊水ごと仔牛どるんと生れて春

終戦日牛の破水のざばんと来

春動くるるるると牛の舌

待春のバターにぐぐと削り跡

ちやりちやりとタイヤチェーンの鳴る初荷

ストーブを消せばききゆんと縮む闇

☆何気ない日常のなかに発見が

福引の玉に目玉がついてゆく

農機具の錆びゆくことも秋の色

にれかめる牛に春日のとどまれり

脱いでなほ思ふかたちよ冬帽子

風邪心地わが外側に誰かゐる

足跡を道と呼びたる雪野かな

歩くとは雪から足を引っこ抜く

☆命あるものたちと生きる

仔牛待つ二百十日の外陰部

牛の名は女優の名前ゑのこ草

郭公のこゑを歩幅として急ぐ

蜘蛛の巣を見てみて空を見てしまふ

トラクターに乗りたる火蛾の死しても跳ね

牛死せり片目は蒲公英に触れて

鈴木牛後『にれかめる』（角川書店刊）より



絵：律川エレキ

1966年宇和島市生まれ
2000年頃より俳句新聞
や俳句マガジン等に挿
絵を描く。

映像作家 奈良市在住

おすすめの本

「本屋大賞2019ノンフィクション本大賞」受賞作

ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー

新潮社 ￥1,485（税込）

EU離脱をめぐる国が分断されているイギリス社会を反映するような学校生活の現をブライトン（イギリス地方都市）在住のみかこさんが息子の中学校生活の日常を通して伝えるレポートです。

「ぼく」（息子）のピュアなたくましさ genuinely まぶしくて、「誰かの靴を履いてみる」という彼の言葉が忘れられず、私は自分を守ることをばかり考えていたことに気づきました。多様性の中でどう生きるか… グローバル社会に真っ只中に居る私たちにとって本当に大切なテーマです。

協力：岩崎書店 宇和島市錦町4-16 TEL. 0895-22-0528



つなぐ美術館



作品名：親睦（油彩）
作者：梶田 勇（大人クラス）

フォルムや色彩の単純化は、近代絵画における新しい発見。瞭然として冴える平面性は、梶田さんの絵にも繋がっている。



作品名：ザクロ（油彩）
作者：笹岡洋美（大人クラス）

ためらいの筆先は絵を委縮さす。笹岡さんにはそれがない。迷っても停滞せずアクション！恐れぬ姿勢が絵を息衝かせる。



作品名：銀河のあわ構造（水彩）
作者：吉田紗青（子供クラス）

7歳にして「宇宙の泡構造」とは！さおちゃんの描く遥かなる銀河。満天の星をアッという間に手の中に。大人は子供の絵に学ぶべし！

■アトリエ堀端絵画教室（べにばら画廊） 宇和島市本町追手 2-8-6 TEL.0895-22-1104 <https://benibara.webhop.info/> コメント：吉田淳治



作品名：秋陽の中で（油彩）
作者：西鼻育子

西陽を浴びながら読書する女性を描いた作品。赤いスカートがとても印象的な油絵。



作品名：sanctuary（水彩）
作者：山田翔大

具象でありながら、様々な色を使って滲みで幻想的なイメージも取り込んでいる。さらに漁船などをペンを使いデッサンしている。



作品名：family（水彩）
作者：有田綾子

海外旅行に行くと作品に描き残されている。今回のモチーフには驚いたが、アフリカのその時の象たちの雰囲気伝わってくる作品。

■アトリエぱれっと 宇和島市伊吹町字イカリ石甲 1083-1 2F TEL.090-7784-4703 <https://art-palette.wixsite.com/> コメント：清家 由佳

ライブ情報

ナニワのブルースマン **AZUMI**

抜群のギターテクニックと唯一無二のヴォーカル！
Vシネマなどのテーマソングも手掛けるナニワのブルースマン

2/16（日）19:00 オープン 20:00 スタート

チケット／前売り 2,500 円 当日 3,000 円



■R69K JACK 宇和島市中央町 2-4-8 TEL.0895-28-6069

うわじまシティブランディング事業
宇和島市の新しいブランド・キャッチコピーが誕生しました

ココロまじわうトコロ

日々の暮らしの豊かさのなかで
人と人が関わり合い、心が通いあうー

「ココロ」には、真心・安心・愛郷心・好奇心・心意気など
人々が感じるさまざまな心や思いやりが含まれます。

「まじわう」は「うわじま」を逆から読んだもの。
交流する・交差する・混ざり合うといった意味を合わせた造語で
宇和島だけの特別な言葉です。

宇和島に関わる全ての人々をあたたく受け入れ、
様々な人や文化が行き交い、前へ、外へとしなやかに
発展していく場所でありたいとの願いが込められています。

宇和島ブランドを創っていくのは、私たち一人ひとりです。
心で、言葉で、行動で「まじわう」を実践することで
宇和島の新しい合言葉を、愛情いっぱいに育てていきましょう。

※1月末には、宇和島ブランドを発信するための新たなロゴマークも発表されます。



お問い合わせ先

宇和島市役所 市長公室 シティセールス推進係 担当:谷本
電話:0895-24-1111(内線2442)

株式会社コトヴィア 担当:小路
電話:03-6416-9195 メール:info@uwajima-branding.jp