

すぎなみ151便り

おとなりさん

あなたは わたしの おとなりさん
 わたしは あなたの おとなりさん
 あなたの となりは
 暮らしやすいなあ

2008年9月号
 (6.)

創刊：2008年4月
 編集・発行者：すぎなみ151
 〒168-0064
 東京都杉並区永福4-19-4 安藤ビル2-C
 Tel.: 03-3327-9225 FAX: 03-6666-8560
 E-mail: sgnm151@mx2.ttcn.ne.jp

目次

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. 【8月の主な出来事】 | 9. 【一美の密室】 |
| 2. 【8月の出来事から特集】 | 10. 【今月の「駄洒落クイズ」】 |
| 3. 【「すぎなみ151」ってな～に?】 | 11. 【重要なお知らせ】 |
| 4. 【千柳の下で】 | 12. 【20年経つんですけど・・・】 |
| 5. 【さんぽみち】 | 13. 【今月の4コマ漫画】 |
| 6. 【我ら西永福妄想族】 | 14. 【「すぎなみ151」スタイル】 |
| 7. 【今月の詩】 | 15. 【10月の予定】 |
| 8. 【エロジ「人生の詩」】 | |

1. 【8月の主な出来事】

- 8月12日(火) ソフト・バレーボール練習 永福体育館
 8月12日(火) 「すぎなみ151」脳涼会
 8月27日(水) ソフト・バレーボール練習 高円寺体育館

2. 【8月の出来事から特集】

脳涼狂騒会顛末記

今年の「すぎなみ151」の仲間たちは昨年と少し違います。11月に予定されている東京体育館での大会に向けて、自主的に体育館を予約して、ソフト・バレーボールの練習にはげんでいます。

8月12日(火)、暑さの真っ盛りの中、永福体育館でのソフトバレーの練習後、脳涼会を決行しました。

サミットでビール・ジュース類・鶏の唐揚げ・スナック菓子・スイカ等を調達し、午後3時から始まった脳涼会は、ピッツァがデリバリーされる頃は大盛り上がりで、10分後にはピッツァはテーブルから各メンバーの胃の中にたちまち消えてしまっていた。

アルコールが飲めない人は食に徹し、ここぞとばかりにビールをガブ飲みする人、アルコールを飲みたくても飲めないので、誰が何本飲んだかカウントなどして鬱憤を晴らしていた人（苦笑）等々、思い思いの時間を過ごした脳涼会でした。

中にはOさんの紙芝居あり、無くなった食べ物を別のテーブルまで漁りに来る人あり、幹事の責任から開放されて飲みすぎて体調を崩す人もありでしたが、そういう時こそ「すぎなみ151」のチームワークの見せ処！

介護する人、付き添いをする人、送り届ける人、片付けする人など、瞬く間に必要な動きをするメンバーの力に、改めて驚かされたひと時でしたが、その最中にもあくまで食に徹する人もいて正に俗物図鑑を見ているような脳涼会でした。

最後にスイカを切り分け食べる頃には狂騒会も収まり、真夏の楽しいひと時が静かに暮れていった一日でした。

おわり

3. 【「すぎなみ151」ってな～に？】

今月号も、先月に引き続きまして、現在の「すぎなみ151」の1週間の大まかな活動内容をご紹介します。としたいと思います。

先月号では、みんなで作った昼食メニューの一例を簡単にご紹介いたしました。（かなり簡単すぎだったね。）

	月	火	水	木	金
午前	朝のミーティング (昼食作りの打ち合わせ、午後のプログラムについて等)				
	ビル前清掃 (作業15分) ・室内清掃、昼食買い物、等				
	昼食作り				
	昼食 (12時から13時ころ)				
午後	後片付け (コンロの清掃、フキン洗い、等)				
	公園清掃	メンバー ミーティング	屋外活動等	ビル清掃	公園清掃
	おもいおもいの時間				

さて、今月は先月に引き続きまして、昼食作りの様子をお伝えいたしましょう。

ところで、料理を毎日毎食作り続けるって、意外とたいへんですよね。巷のお母ちゃん達は、狭い台所で、実に手際よく、短い時間で何品も作ってしまうんですものね。そんなことを、何年も何十年も家族の為に坦々とこなしているんですから。世のお母ちゃん達は偉大です。

「すぎなみ151」では、人間の生活の三大要素である、「衣・食・住」のうち、昼の「食」をみんなで作っています。

料理を作るのって、一人で一から十まで作るほうが、大勢で作るより簡単かもしれないですね。でも、「すぎなみ151」の場合は、作る量が多いから、一人で作るっていうと、これは大変。

大勢で料理を作るのは、これはこれで、結構難易度が高いものです。レストランみたいに、シェフが一人いて、完全に役割分担されていれば、そうでもないのかもしれませんが、「すぎなみ151」では、そんな風に完全に役割分担をするわけにもいきません。

なぜかって？

毎日、誰が「すぎなみ 1 5 1」に出て来ることができて、誰が昼食作りに参加することができるのかも、その日になってみなければわからないのですし、昼食作りに参加しようと思っても、疲労感等がいつ襲ってくるか、いつやる気が出てくるか、その時になってみなければ、本人ですら判らないんですものね。

ですから、各自が参加できる可能性の範囲で、「皆で作る昼食作り」＝「皆で作る社会作りの一部」に参加し、貢献できるようになっているのでしょうか。

一言に昼食作りとってしまえば、「そんなの、大したことではないでしょ」とおっしゃる方々もいるかもしれません。

だけれども、その過程には、やらなければいけないことが思いのほか沢山あるのですね。

ご飯を炊くには、誰かが米を研がなければなりません。米を研ぐにはお米がなければなりません、お米が必要なら誰かが買ってこなければなりません。ご飯を炊くには、食べる時間から逆算して、誰かが適時に釜を火にかけなければなりません。

調理を始めるには、誰かがまな板や包丁を調理台に並べなければなりません。料理を作るには食材が必要ですが、誰かがその食材を買ってこなければなりません。食材を買ってくる人は、一人 300 円ずつ集めたお金の範囲で、必要な食材を調達しなければなりません。

食材が揃ったら、誰かが食材を切ったり、下ごしらえしたりしなければなりません。人数が多いので、下ごしらえする食材の量も多いですよ。

食材の下ごしらえが進むと、材料を放っておいても料理はできません。「すぎなみ 1 5 1」には魔法の鍋はないのですから。誰かが茹でるなり、煮るなり、蒸すなり、焼くなりしなければなりません。

調理が進み、まな板や包丁、ボールにザルなど、洗い物がでてくると、誰かが洗わなければなりません。沢山の調理器具が洗い場にでてきますから、一人では大変です。

誰かが洗い物をすると、水切り籠には沢山の調理器具が溜まってきますが、誰かがフキンで調理器具の水気を拭き取らなければなりません。

茹でたり、煮たり、蒸したり、焼いたりしても、味付けをしなければ、おいしい料理は完成しません。誰かが、合わせ調味料を準備したり、味付けをしたりしなければなりません。

料理が完成しても、鍋やフライパンから直接食べるわけにもいきません。誰かが、料理に合った食器を人数分そろえなければなりません。

食事をするテーブルは、タバコの灰や、こぼれたジュースやお茶やコーヒー、それにホコリも積もっています。誰かが、テーブルを台布巾でふかなければなりません。

料理が完成すると、器に盛り付けをする必要がありますが、誰かが盛り付けをしなければなりません。主菜、副菜、汁物、ご飯等、複数料理がありますから、一人では大変です。

盛り付ける器の数も多いですから、盛り付ける人に誰かが器を渡してあげると円滑に盛り付けができますよね。盛り付けのお手伝いもそれぞれの料理毎に必要です。

盛り付けが終わると、誰かが配膳しなければなりません。お箸やスプーンなど、食器がなければ食べられません。誰かがその日の料理に合わせた食器を並べなければなりません。

行程の途中から参加したり、途中で抜けて休んだり。それでも、目的の料理は完成します。

みんな食事が終わって一息つくと、後片付けをしなければなりません。

自分で食べた食器は、各自が洗って食器棚に戻します。

調理で使ったガスコンロは油やこぼれた汁で汚れています。誰かが手入れをしなければなりません。

調理器具や食器を拭いた布巾、テーブルを拭いた台布巾、手を拭くタオルも毎日洗わなければ不潔です。誰かが洗わなければなりません。枚数も多いし、手洗いなので一人では大変です。

誰かが洗った布巾、台布巾、タオルなどは絞ったままでは乾きません。誰かが干さなければなりません。

日によっては、疲労感のある人が多くて、とっても動いているように見える人だけが台所で寡黙に調理をしていることがあります。そうすると、さすがに「あんた達、休んでばかりいないで、手伝いなさいよ！」とこの人の怒りが爆発することもあります。

とっても動いている人だって、実は無理を押しつけて調理場に立っているんですよね。意外と皆さん、普段そういうことを忘れてしまいがちですよ。

体調が芳しくないのは皆同じ。だから、少しずつでも参加して、負担が偏らないようにしたいものですね。

はぁ～！ 今日も疲れました。それでも、誰かが、どこかの行程に参加し貢献することができたようです。

「すぎなみ151」ではこんな昼食作りを、ほぼ毎日行っているんですね。

ところで、「すぎなみ151」の先人達は、どのような経緯で昼食作りを始めたのか。詳しいことは判りませんが、「すぎなみ151」で昼食作りをしていることは、今日的には大きな意味があるような気がします。

来月号へ つづく

4. 【千柳の下で】

われやらず
ひとにはできる
アドバイス

ゆ
過く夏を
惜しむとばかり
蝉の声

5. 【さんぽみち】 ~ 河田隆利エッセイ ~

「ある珈琲屋での他愛ないひと時」



開店したばかりの珈琲店の贅沢は、朝一番のむせるようなコーヒー・フレーバーの良い香りだ。

行き着けの珈琲屋は吉祥寺・中道通りにあり、この朝一番の香りをひとりで愉しみたい処を入れていくと、まるでその愉しみを遮られたように怪訝な顔をする。

ここのオーナーの A 氏は珈琲を点てながら、まるでメイン料理のあとのデザートを選ぶかのように、次にかけるジャズのレコードを頭に描いていて、珈琲を点て終わるとそそくさと棚のレコードから引っ張り出し、次にかける準備をする。

その顔が至福の歓びのような顔つきになるのだ。

ある日、私が入って行くと新しく手に入れたCDをかけていて、じつと私が聴いてから「あっ、これ中々良いね。これ誰？」等と迂闊に聞くと、待っていたかのように饒舌に説明するのだ。

「これを聴いて、何も感じないような人は友達である事を断ろうと思っていた」と、満面の笑みで語りかけるのが可笑しいから、こちら也大いに笑ってしまった。

そうこうしている内に、この店にケーキを卸しているパテシエリの葉子さんが入ってきた。

彼女は以前、吉祥寺で自転車を駆使してケーキを運びながら売り歩いていたのだが、それが評判となり、今は三鷹に工房を持つようになった努力家で、次はどんなケーキを作ろうかと悩む事があるらしく、そう云う時には三田のコート・ドールのシェフが書いた「十皿の料理」を見て、気を紛らわすそうだ。



この本は、フランス料理店「コート・ドール」のシェフが、思い出深い“十皿の料理”に寄せて語る、若き日の記憶や料理や夢、そして友との邂逅とフランス各地の名店で学んだエスプリに、独自の視点を交えた誠実な料理作りによって、フランス料理ファンから絶大な信頼を集める著者らしく、その料理にかける心意気を余すところなく、料理人として、人として、何気ない毎日のなかに求め続ける至高の精神を語った本で、フランス料理ファン必読の滋味溢れる一冊と云う事らしい。

私もいつも村上春樹氏の「もし僕らのことばがウィスキーであったなら」のエッセイの中で、夫人の陽子さんが撮った写真が大好きで、旅の写真はこうでなくちゃいけないと思い、事あるごとにこの本を開いて写真を見るのが好きである。

私の友人に、Tさんと云う女性がいるが、この人も村上陽子さんと同じような写真を撮る人で、旅行先の面白いドアノブや野良猫や夕映えの町並み等を撮り、それがまるで一遍の詩のように語り掛けて来る。

いつか見たTさんの写真に、夜の操車場のいる組んだ竹細工のように雨に光る鉄道の写真などは、まるでケニー・ドリュウ・トリオの佳作「パリ北駅、終着駅～印象」のような素晴らしい物だった。

何処にでもある風景が、ある人にとってはピリリと辛い鹿料理の黒胡椒のように自然に胸打つ風景に変わるのだろう。

話は「かうひいや3番地」に戻す。

このオーナーが買ってきたCDを借りて、私の音楽携帯に取り入れているのだが、最近続々と新人のヴォーカリストが出てきている。

マデリーン・ペイラー、ピーター・シンコッティ、ジョン・ピザレリ、ティル・ブルナー、今は大統領夫人になったカーラ・ブルー二等がいるが、最近ではイタリア・ウンブリア州出身のロベルタ・ガンバリーニが秀逸だ。

デビュー・アルバム「Easy To Love」がジャズ・ディスク大賞を獲得し、80歳を越えたピアニスト、ハンク・ジョーンズとのデュオ作品の2作目のアルバム「Lush Life」には唖ってしまった。

このCDを流しながら黙って珈琲を点て、「どうだ！良いだろう」と云わんばかりのオーナーの顔つきが、もう私のコメントを待ちきれないように待っている姿が、この頑固なナチュラルリストの子供っぽさに、私は心の中で笑って見ているのだ。

おわり

6. 【我ら西永福妄想族】 ~ 1 5 1 文芸部作品 ~

「こころ」

作：森重寿一

なつかしいあの頃
遠い日々
ひとりになっただけ
君は大人になった

ああ、すきとおる風が
すべてを運び去っていく

そして、僕はひとりきり
こころがふるえた

あの日、別れた時
君は無理に微笑んだ

こころに傷を持つ者だけが持つ

やさしさ

冬はつづく

7. 【今月の詩】

AIWA SHARP

作：ヨッチン

がんばるって言ったじゃない！
もう一度、戦うって誓ったでしょ！
嘘つきは、もう卒業だって！

あなたと付き合って、7年！
甘い言葉もなしに、7年！
手も握ってくれず、7年！

私は、疲れた！
私は、やつれた！
長すぎた、春・・・・・！

夜空には、^{わたし}北斗七星 と ^{あなた}北極星 - 。

ひたすら、尽くしてきた。
流星にも、目もくれず - 。

愛には、ロマンもメルヘンもある。
しかし、時として、愛は、きびしく、鋭い！

そう、AIWA SHARP ！！

8. 【エロジ「人生の詩」】

俺は、調子が高くなると芸術家になる。
そんな俺の「人生の詩」

ありがとう
人に何かをしてあげて
ありがとうと言はれるとうれしい
ありがとう
一番好きだよ言葉だなあ
人に何かをしてもらったら
ありがとうと言う
なんか顔もニッコリ笑顔に
なるんだな 不思議だなあ
ありがとう
一番やさしいひびきの言葉
人と人がありがとうと
言ううと笑顔になる
やさしい言葉葉ハッピー

9. 【一美の密室】

さて、今月号も「一美の密室」で、あなたと私、この密室で楽しみましょうね。うふふふっ。

今日は、「綺麗なものには棘がある、可愛いものには毒がある」のお話、その1。わたしみたいな草花のお話ね。

その1. 『キョウチクトウ』

『キョウチクトウ』ってどなたでもよく耳にする名前よね。

花は、赤、白、桃色の品種があって綺麗だわよね。ポピュラーな草花だけに、気をつけなくっちゃいけないわよ。

花も、葉も、茎も、根も、果実も、全てに毒があるの。

火事なんかで焼けると、毒ガスをだすんですって。

くれぐれも、キョウチクトウで焚き火したり、剪定したキョウチクトウをその辺で燃やしたりしちゃだめよ。

10. 【今月の駄洒落クイズ】

今月は、言葉の魔術師『謎の男 Mr.Y』に『ある神様』が挑戦だ！
『ある神様』が出題する、今月の駄洒落クイズはこれだ！

部屋も掃除したし、心を掃除しなければ！
必要なものは何？

答えは来月号に掲載されます。

8月号の答： 同乗（同情）する

11. 【重要なお知らせ】

6月18日、「すぎなみ 1 5 1」のFax番号が次の番号に変わりました。

Fax: 03-6666-8560

しばらくの間、03-3327-9225でもFAXは受信しています。

12. 【20年経つんですけど・・・】

「すぎなみ 1 5 1」は開設から20年経ちました。

もし、どこかで『「すぎなみ 1 5 1」の試みは失敗だった』
そう思っている方がいるとしたら
それは大きな間違いです。

多くの仲間が「すぎなみ 1 5 1」に救われています。
「すぎなみ 1 5 1」の設立と維持にかかわってこられた全ての人に
感謝の言葉を贈ります。

ありがとう！

13. 【今月の4コマ漫画】

作：音成一郎



今日の**ぎわ**ちゃん

Oh! 151の傘
借りたままだ

返しに
行こーと

おはよう
ございませす
傘返しに。。。
(大雨のつもり)

。。。来ましたが
また借りませす



14. 【「すぎなみ 151」スタイル】

人の在りようは色々ですね。

みんな、わかっているはずなのに。

こういう在りようの人は価値があって、

こういう在りようの人は価値がない・・・

そんなふうに、社会はいつの間にか、

経済的な尺度を中心に人を選別したりする。

子供の頃から、気付かぬうちに、そういう選別を受けている。

こうあるべきだと押し付けられる。

そういうことをする社会の実体は？

その構成員である全ての人にちがいない。

で、社会の仕組みに大きな影響を与えているのは？

その構成員で、権力のある一握りの人かしら。

それとも、権力を手にし損ねた人の怨念かしら。

あなたは、社会で勝ち抜いてきたと思っている人ですか？

それとも、今のところは健康に心配のない人ですか？

そういう人たちが創る社会なら、私の声は所詮負け犬の遠吠え。

それでも・・・

こういう在りかたでも、一つの命。

ああいう在りかたでも、一つの命。

みんな同じ、一つの命。

一つ一つの命が大切にされる、

小さくても、そういう社会であつたらいいな。

せめて、この「すぎなみ 151」という小さな社会は。

15. 【10月の予定】

空白の欄は、平常通りの活動が予定されています。

活動予定・日程は変更されることがありますので、ご了承ください。

2008年10月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前							お休み
午後				ソフト バレーボール 永福体育館			
	5	6	7	8	9	10	11
午前	お休み						お休み
午後					ソフト バレーボール 荻窪体育館		
	12	13	14	15	16	17	18
午前	お休み	 お休み 体育の日		屋外活動			お休み
午後				三鷹の森 ジブリ 美術館			
	19	20	21	22	23	24	25
午前	お休み						お休み
午後				ソフト バレーボール 秘密特訓			
	26	27	28	29	30	31	
午前	お休み						
午後				ソフト バレーボール 合同練習			
午前							
午後							

来月号へつづく のかなあ・・・

(あゝ～、今月号は、挿絵の余裕がなかったよ。発行も遅れたな～)

「おとなりさん」のバック・ナンバーをご希望の方は「すぎなみ 1 5 1」までご連絡ください。