

# VOICES 声 みんなの

2015(平成 27)年 7 月 1 日発行 第 23 号 (通常隔月 25 日発行)

社会福祉法人 サンプルズ 法人事務局地域福祉推進担当広報

〒167-0023 東京都杉並区上井草 3-33-10

☎ 03-3394-9833 Fax 03-3394-9834

メール hozumi-kaneko@3friends.or.jp

ホームページ <http://www.3friends.or.jp/>



地域のアチラコチラから  
元気な声が届いてきます

阿佐谷南児童館に毎年飛来するツバメが、今年も卵を産み現在 5 羽のヒナが育っています。5 月初旬に 3 羽のツバメが飛んでいて、カップ麺の巣に帰って来たのを確認しました。その後、卵を産んで温めている様子でしたが、6 月 9 日には、ヒナの頭が見えていました。肉眼では 4 羽しか確認できませんでしたが、写真ではハッキリと 5 羽が大きな口を開いているのが写っています。朝から夕方まで 2 羽の親が交代で餌を運んで、子ツバメの大きな口に入れていきます。日増しに大きく育つのが楽しみです。7 月初旬頃には、5 代目のツバメが巣立ちをしたいと思います。その後は 2 番子の誕生が楽しみです。児童館に来る親子や通りすがりの人達が楽しみにしてツバメを見上げているのを傍で見るのもまた嬉しいひと時です。(6 月 9 日、阿佐谷南児童館にて撮影。レポートと写真を提供してくださった小峯重信さんについて、2 ページ「連載 この人・この曲」で紹介しています)

## サンプルズ上井草納涼祭のボランティアさん募集中

特養・上井草園 8 月 23 日(日) 13 時から 16 時

デイサービス・上井草ふれあいの家 8 月 24 日(月)、25 日(火)、26 日(水) 9 時から 16 時

※ある時間だけの部分参加も可能です。

### お手伝いいただきたい活動

利用者さんの付き添い(車いす介助等)、浴衣の着付け、お化粧、屋台の店員、配膳の補助、盆踊りやゲームへの参加など、普段より多くのボランティアさんにご協力を願っています。

車いす介助が初めての方には 4 ページの『かんたん車いす操作講習会』も用意しました。

場所：サンプルズ上井草(上井草 3-33-10、西武新宿線上井草駅から徒歩)

お問合せ・ご相談：サンプルズ地域福祉推進担当 3394-9833



# 連載 この人・この曲 ~第21回 小峯重信さん オペラ「リゴレット」より「女心の歌」~



小峯さんと梅寿会・手話ダンスの美女達。6月16日、セシオンホールの杉いき連高円寺地区連合会福祉大会にて

今回のゲストは、高円寺地区内のいきいきクラブ（地域老人会）梅寿会の会長、**小峯重信さん（こみねしげのぶ）さん**です。私（地域福祉推進担当、金子）が小峯さんに初めてお逢いしたのは昨年末のこと。ゆうゆう堀ノ内松ノ木館からのご紹介で、梅寿会の誕生会に公開音楽会の場を設けていただいたのがきっかけでした。参加してまず感じたのは、男性役員さんがよく動くこと。その先頭に立って、カメラ片手にあちらこちらに気を配りながら動き回っているのが、小峯さんでした。翌日にはさっそく私のメールアドレスに音楽会の写真が届きました。私もサンフレンズの広報活動に従事するゆえ、お返事ついでにイベント情報等を送らせていただいたところ、すぐに小峯さんから次のイベントの情報が…。そういう関係が今も続いています。情報発信に関して相思相愛だったようです。小峯さんは、メール、ブログ、デジカメ写真など、ITを活用した発信力が素晴らしい方で、梅寿会のこと以外にも地域のいろいろな情報をリアルタイムで届けてくださいます。6月10日には、今号巻頭のツバメの親子の写真と心温まるレポートが書かれたメールが届きました。

小峯さんは昭和14年、東京生まれの東京育ち。終戦後すぐの昭和21年から杉並にお住まいです。現役時代は仕事一筋でしたが、退職後は「サラリーマン時代にはできなかった地元の役に立てる活動をしながら、元気に体を動かし仲間をつくりたい」と、ご自身が住んでいる地域での住民活動に参加されました。現在、梅寿会の他にも、地域防犯パトロール、

シルバー人材センター、杉並大人塾（社会教育）、杉の樹大学（老人大学）、パドルテニス、木製帆船模型同好会、また高円寺阿波踊りや阿佐谷ジャズ・ストリートでの専属カメラマンとしての活動等、地元でのさまざまな活動に関わりながら、ITを活用してそれらの情報を積極的に発信してくださっているわけです。「現役時代から会社でパソコンを使って仕事をしていたのが幸いでした。写真は50年以上前の銀塩時代からの趣味ですが、今はパソコンで画像処理ができるので、誰でも簡単に取り組めるようになりました。デジカメ時代になってから写真を撮る趣味にする方が増えているので、友達の輪がどんどん広まっていますよ。」特技や趣味を上手に活かし、ご自身が楽しみながら、仲間が増えていく…。それが結果的に地元への貢献につながっている。素晴らしいですね。

そんな小峯さんが思い出の1曲として挙げてくださったのは『女心の歌』。数年前にウィーンのアペラ座での本場のオペラに感動されたとのこと。同行のツアー客の中から、抽選で3名が2階の個室で見られる事になり、幸運にも当選。正装してオペラ座に行き、幕間にワインを飲みながら優雅な雰囲気になられたとのこと、オペラの内容は良く分からなかったものの、歌だけは鮮明に印象に残っていらっしやるそうです。

『女心の歌 (La donna è mobile)』 この曲を You Tube で聴いてみよう→<http://www.youtube.com/>

『女心の歌』は、オペラ『リゴレット (Rigoletto)』の劇中歌として作られた有名なカンツォーネ。『女は気まぐれ』という邦題で呼ばれることもあります。『リゴレット』は、1851年にヴェネツィアで初演。19世紀を代表するイタリア・オペラの巨匠、『椿姫』『アイダ』等の作品で有名な**ジュゼッペ・ヴェルディ (Giuseppe Verdi)** の中期の傑作といわれています。

このオペラの原作である『王は愉しむ』は、『レ・ミゼラブル (邦題：ああ無情)』で有名なフランスの小説家・戯曲家、ヴィクトル・ユーゴー (Victor Hugo) が1832

年に発表した作品。不道徳的なあらすじや呪いを描いた衝撃的な内容で、かつ政治色も強く、演劇としてのパリでの初演の翌日から上演禁止となったという問題作でした。それを題材としたオペラ『リゴレット』も、同様にヴェネツィアの検閲に引っかかったため、時と場所、登場人物等に原作からいくつかの修正が加えられています。

『女心の歌』は、最終第3幕で、好色な領主マントヴァ公爵役のテノールによって歌われます。日本初演は大正5年(1916年)、東京浅草の駒形劇場で清水金太郎、田谷力三、原信子主演で行われています。私が聴いたことがあるのは**山口栄次**という人が歌った大正7年の録音で、いわゆる浅草オペラの全盛時代のものです。日本語訳詞をしたのは戦後NHKラジオの『音楽の泉』で司会進行・解説をした音楽評論家、**堀内敬三**です。山口栄次は、昭和9年に藤原義江が創設した藤原歌劇団に参加して、その後も活躍しています。

ホームページ「ウィキペディア」等から一部引用させていただきました。

歌劇『リゴレット』より『女心の歌』  
ジュゼッペ・ヴェルディ作曲 堀内敬三訳詞

風の中の羽のように いつも変わる女心  
涙ころし笑顔つくり 嘘をついて騙すばかり  
風の中の羽のように 女心 変わるよ

我が身さえも忘れ果てて 迷わされる愚か者よ  
甘い恋の味を知らず 夜も昼も夢のうちに  
風の中の羽のように 女心 変わるよ



26年前の6月に亡くなった美空ひばりさんを追悼して演奏した『あの丘越えて』。演奏終了後にこの日一番の大拍手が鳴りました

## 大正琴杉友流高円寺東講座・和泉講座が合同コンサートを敢行

指を動かしたり、指先に刺激が与えられるなどの点から、高齢者の心身の健康維持や認知症予防に良いと言われている大正琴。サンフレンズでは、大正琴を高齢者の元気づくり活動に取り入れ、講座・クラブの運営・支援をおこなっており、この活動をさらに楽しく広げていくために、2014年12月に**大正琴杉友流（さんゆうりゅう）**を創設しました。大正琴杉友流では、上手く弾けるようになることよりも、楽しく弾く遊び心を何よりも大切にします。| 「大正琴を弾くこと、聴くこと、歌を歌うことを通じて、①高齢者の元気で意欲をつくる、②人と人のふれあいをつくる、③地域のつながりをつくる」ことが大正琴杉友流の目的です。

地域福祉推進室改め地域福祉推進担当では、2015年度からこれまでの直接指導に代えて、講座やクラブの自主運営に向けての後方支援に方針を変更しました。**自主運営支援のポイント**は、①参加者が自らの意思で集まり、楽しく会を存続できるようにする、②会の運営を引っ張るメンバーを育てる、③会の活動を支援してくれる協力者・協力団体を開発する、④演奏発表の場を開発する、などです。



中盤にはメンバーの一人による民話の朗読も…

そうしていたところ、ゆうゆう高円寺東館講座のメンバーと和泉ふれあいの家講座のメンバーが交流・合体し、自主的に演奏会を行なうことになりました。そして、この話を受け止めて演奏会の機会を提供してくれたのが和泉ふれあいの家でした。

6月26日（金）、ステージに立った（座って弾きますが…）メンバーは12人。一人ひとりが1曲ごとにマイクを持ちまわり曲目を紹介してから前奏を担当するというやり方で、アンコール2曲を含む全12曲を演奏。この日に向けての練習の成果で、課題だったリズムもピッタリと合い、力強く楽しい演奏を披露しました。今後の活動展開が楽しみなグループですね。どちら様か、出演依頼はございませんでしょうか？

## お知らせ

### サンフレンズ上井草 施設公開日程決まる

10月10(土)～12(月・祝日)

施設見学、公開プログラム、チャリティーコンサート、各種講座等、企画作成中。この機会に、ぜひ地域の皆さんにサンフレンズを知っていただきたいと思ひます。

### 井草ふるさとあかりまつり

下井草・井萩・上井草沿線の地域団体・井草ふるさとネットが主催する地域イベントに、今年もサンフレンズ上井草が参加します。『あかりまつり』に欠かせない行灯(あんどん)づくりや、地域児童との世代間交流などを予定しています。

### 物品ご寄付のお願い

毛糸(未使用)、和(着物)生地、木綿夏糸、フェルト

上井草ふれあいの家とSOS サロンの編物や手芸クラブの材料として使ひます。ここで作られた作品の一部は販売してボランティア活動支援やSOS事業等、法人の地域貢献事業の財源に充てます。

### 小鳥(文鳥)のお世話

サンフレンズ上井草の文鳥2羽のお世話を週1～2回手伝っていただけるボランティアさんを募集中です。



日時：8月7日(金)、8日(土)、9日(日)  
各日とも10時30分から11時30分まで

場所：サンフレンズ上井草

小中高生大歓迎、親子での参加もあり!

講習修了者にはもちろん特製バッジをプレゼント。夏休み中のボランティア活動の証明になるし、カバンとか帽子に付けても、ちょっとカッコイイぞ〜。

お申込み：3394-9833



## 「前に一度習ったけど、いざとなったらできるかどうか不安」なんていう方が多いのでは…?

車いすは、一昔前は特別な方だけのものでしたが、最近は町であたりまえに見かけるようになりました。「ノーマライゼーション」「バリアフリー」等の運動と人々への理解浸透とともに、これまでは歩けなくなったら家の中で助けてもらうしか方法がなかった方も、必要な時に自ら町に出られるようになったということです。一方で、車いす操作のお手伝いを自信を持ってできる人って、いったいどれくらいいらっしゃるのでしょうか?

高齢社会を乗り切っていくためには、公的施策に頼るだけでなく地域住民同士の助け合いが必要です。ましてやかならず近いうちに来るだろうと言われている震災等に備えて、車いす操作はぜひ覚えておきたいものです。

このポスターに掲載したオリジナル特製バッジは、上記イベントの他にサンフレンズでの実習や職場体験の中で車いす操作の講習を受けた方にもお渡しします。また、**ご要望に応じて、学校、町会、商店会、老人会、サロン等、地域住民が集まるところに出張講習会を承ります。**どうぞお気軽にご連絡ください。このバッジが広く普及することを願っています。