



2018 年 6 月号  
(通算 87 号)

探見とは「ひたすら歩いて、見て  
聞いて、触れて、知ること。そして  
そのことを楽しむこと」である  
編集人 酒井憲一 発行人 森治郎

「そこ」で知り合った仲間たちで公園を歩く。「そこ」で身体を動かしながらボイストレーニングをする、歌う。「そこ」で淹れ立てのコーヒーやお茶を楽しむ——「そこ」は住宅街の中のカフェ。マスターは吉村文成さん（78）である。元は世界を飛び回っていた朝日新聞記者。大学でも文化人類学やメディアについて教え、今は地域の人たちの集いの場の縁の下での力持ち。そんな吉村さんにコーヒーを淹れる手をちょっと止めていただいて、カフェの活動や、そこから新しく生まれそうな「介活」を紹介いただいた。『探見』読者にとって非常に参考になりそうなので…。（編集部）

## 「世界が舞台」から「地域が舞台」へ

### 記者変じてカフェ・マスターの 「情報交差点」づくり 吉村文成

20 年前、30 年前のわたしを知る方には想像もつかないことだと思います。わたしはいま、ごく小さなコミュニティカフェのマスターをしています。もう 8 年になります。黒いエプロンをして、コーヒーを淹れ、サラヤカップを洗い、花を飾り、机を拭き、床を掃き、合間には庭の草取り……。そんな雑用で日々が過ぎて行きます。

東京都の北のはずれ、埼玉県に近いところに光ヶ丘団地という大きな団地があります。戦時中に特攻機が飛び立った「陸軍成増飛行場」が急造成され、戦後は米軍宿舎「グラントハイツ」として利用された土地です。そこにいま、約 1 万 3 千戸、人口にして 3 万人ほどが生活しています。交通機関でいえば、団地のほぼ中心に新宿や都庁前から北に延びる、都営大江戸線の終点・光が丘駅があります。

その巨大団地の東側道路を越えて一筋はいったところに、わたしのカフェがあります。「団地の中」ではなく外なのですが、都営大江戸線光が丘駅で降りていただければ、あとは、5 分ほどで到着しま



開店から 8 年。黒いエプロンの  
マスター役が板についてきた

|      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 短見長見 | <b>絶滅危惧種になった鯉のぼり</b><br>こどもの日の前日、内房・外房線で南房総を一周した。薫風に泳ぐ鯉のぼりを見たかったが、ゼロだった。尚武を廃したいまでも、男の子の生長を祝う習慣は残っていて、戦時中、伝統文化と戦意高揚のため、鯉と武者のぼりに肩入れされたことを想うと、文化はいいが、戦争につながりそうでひっかかってはいた。ゼロだったことは、絶滅危惧種ということで衝撃だ | った。明治の改暦時に五節が太政官布告で廃止されたことがあった。それとは違って現代消えつつあるのは、平和のためなのかと妙な感覚にとらわれた。戦前回帰をもくろむ一強政権の時代、きな臭いといわれながら、そののぼりが奨励されないのは、平和の根強さでもあり、微妙な安堵を覚えたりした。古鯉を集めた川渡り行事はあるが、それは博物館的であり、絶滅危惧であることには変わりない。（さ） |
|      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |



ボイストレーニングには  
心身のリラックスが大切

す。

角地に建つ木造二階建て住宅階下の和室と洋室、それに台所とトイレが、カフェのすべてです。強い特色をあげると、和室の隅にピアノがあります。洋室の真ん中は、6人掛けの食卓が占めています。

名称は、「コミュニティカフェ・チャイハナ光が丘」。カフェに「コミュニティ」とつけたのは、地域の人々の集いの場になるように、という願いを込めています。

また、「チャイハナ」は、新聞記者としてニューデリー支局長をしていた1980年代前半、しばしば戦場取材で訪れたアフガニスタンの「茶店」からとりました。「チャイ」はお茶、「ハナ」は建物を意味しますから、厳密に言えば、「お茶の館」となるのですが、現実のアフガニスタンのチャイハナは、たいていが薄汚いテントハウスでした。そこに大きな土のかまどがあり、ダブダブのアフガン服を着た男たちがコーヒーや紅茶を淹れてくれます。

メニューを紹介しておきます。

飲み物は定番のコーヒーと紅茶、それにニューデリー時代に覚えたチャイ、ベトナム取材で知った独特のサイフォンを使うベトナムコーヒーがあります。アルコール類も、ワインとビールをお出ししています。いずれも、一杯500円です。ケーキ類もあります。

お食事は、パスタ3種（ペペロンチーノ、ナポリタン、ミートソース）、ピラフ3種（エビピラフ、ドライカレー、チキンライス）の計6種。サラダ、スープがついて1000円頂いています。

こうして並べると派手にやっているようですが、実態は、ごく暇なカフェです。そのため、集客も兼ねていろいろな催し物をしています。

チャイハナ・ウォークは、近くの光が丘公園にあるグラウンドや森の中をグループで歩きます。

ボイストレーニングや朗読、歌声喫茶などは、開店当時から続けてきました。

「声は届かなければ…」と、ボイストレーニングで学びました。「声がこころを伝える」ことを、朗読の先生から学びました。いずれも、奥深い世界です。「話す訓練」の大切さに気付けたのは、チャイハナを始めたことの大きな収穫です。

わたしが取材で訪れていた1980年代前半のアフガニスタンは、旧ソ連軍が侵攻し、戦争が続いた時代です。そのころの「チャイハナ」は、いろいろな意味で「情報の場」でした。そこで入手する情報が、ときに生死に関わることもあります。

それほど大げさなことはないにしても、「チャイハナ光が丘」もまた、ある種の「情報交差点」です。いろいろな人が、いろいろな情報を残して行きます。

## 19日に「介活」を話し合います

カフェを始めてからつくづく思うことですが、人間はだれでも「伝えたい情報」を持っています。それを引き出す。そして、みんなの共有物とする。そんな考えで始めたのが、チャイハナ・トークです。ゲスト・スピーカーを迎えてお話を聞くのですが、ほぼ月に1度ですから、少なくとも、すでに6、70回は開催してきています。



そしていま、わたし自身かなりな程度に前のめりになっているテーマがあります。「介活」です。6月19日にはチャイハナ座談会「介活を考える」を開催します。一人ひとりが介護の経験や介護に関わる不安を出し合い、そのことで「介活」について考えるきっかけになればと思っています。

それにしても、介活？ 何でしょう？

実をいうと、ほんのひと月ほど前、お客様たちとの会話の中で、ふと思いついたことばです。何の気なしに、まるで独り言のようにいっていました。

「介活が必要だな」

「終活」ということばがあります。それでは不十分だという気持ちです。「終活」はいわば、この世と別れてあの世に行く準備活動です。しかし、それ以前に介護生活があります。だれでも、いつ経験することになるかもしれない未来です。それに備える活動が必要ではないでしょうか。そして、「介活」ということばが、ごく自然に浮かんできました。

それ以後、いらっしゃる方々に「介活」ということばをぶつけ、自分なりにも考えてきました。

このごろ思うのですが、介活にはまったく異なる3つの局面があるようです。「予防」と「対策」、それに「決断」の3局面です。予防の局面を仮に「介活A」、対策の局面を「介活B」、そして、決断の局面を「介活C」とします。それぞれの局面について、必要な活動を整理してみました。

介活A＝「健康生活引き延ばし」作戦

介活B＝「楽しい介護生活」作戦

介活C＝「決断の準備」作戦

介活Aの要点は、「介護生活にはいる時期をできるだけ遅らせる」です。とくに説明する必要はないでしょう。健康管理や養生法、住居の改造などについて、昔からいわれてきていますし、お役所やマスコミが繰り返し、さまざまな技法を伝えています。自戒を込めて付け加えれば、過度な飲酒は避ける、歩くときは足もとに気をつける——といったことも大切です。また、見落とししやすい点ですが、介護生活の先延ばし（つまり健康生活の維持）は、高齢者にこそ可能な、そして、望まれる社会貢献です。

それでも、どんなに用心しても、介護生活に入る可能性のあるのが人生です。同じことなら、質の高い＝楽しい介護生活を送りたい。人間として自然な願いでしょう。

そのための準備活動——それが介活Bです。

とりあえず、だれに看てもらおうかという問題があります。ある程度見当をつけておく、そして、その意思を伝えておく。とても大切なことだと思います。親子で話し合う中で、子どもの家の近くに引っ越した方もいらっっしゃいます。

公的な支援やそのための手続き、施設などについても、ある程度の知識が必要でしょう。終活の場合と同様、身辺整理も大切です。

しかし、実際の状況や思いは、一人ひとり違います。介活Bで大切なのは、一人ひとりが自分の置かれている状況に合わせて、自分自身の「楽しい介護生活」を構想することです。もちろん、人生は思うようにはな

最良区 高齢者のまちづくりセンター登録団体 2018.5.31.

コミュニティカフェチャイハナ(注)光が丘5月・6月 企画サロン

★チャイハナウォーキング

毎週(木)10時、光が丘区民センター(バス停前)1階大ホール  
1時間ほど光が丘公園で健康運動指導員が指導します。  
参加費無料・当日自由参加・雨天中止

▲チャイハナ座談会「『介活』を考える」

6月19(火)午後2時  
ある日突然、身体が自由が利かなくなる、考える力を失う、ことばが通じなくなる——「介護」は必然です。そして、そんな日に備えるのが「介活」です。どんな準備が必要でしょうか？ おんなで不安や疑問を話し合っておませんか？ アドバイザーとして最良区地域包括支援センター(光が丘)の森田衣子さんに出席していただきます。

▲チャイハナトーク「世界はいま」 5月10(木) 6月7(木) 19時~22時  
1000円(含お茶代)講師:チャイハナ主宰 吉村文成  
(元朝日新聞編集局長・読者大賞受賞)  
朝日新聞が南北戦況に驚きを出しました。その中で、「強国大國」と武器商人の取引が盛んになっています。さて、日本はどこに向かう？

▲懐かしの歌声サロン 2~4時 500円(お茶代別)

5月11(金) 6月1(金) 住吉町図書館で、  
5月16(水) 6月20(水) は、チャイハナで開催。  
童謡・歌謡、学生時代の思い出の歌、青春の懐かしい歌の歌々。おんなでいっしょに歌いましょう。

6月1日 チャイハナが主

大井町駅北口徒歩5分 最良区バスロータリー  
1階の待合室へ一室専用金をお(金)金庫→ファミマ(田サックス)平井・森田衣子(森)へ、電話に柳井クリニコへの案内がリリークリニコへ、電話に柳井クリニコへ「チャイハナ光が丘」お茶会申込可・お茶会・展示・会合に和音会等「金庫」は1階 11~13時 会合時間中は閉鎖 070-6699-3933/070-6615-7152



らない、というのは大前提です。

介活Cに移ります。これは、介活Aから介活Bの局面に移行する、その瞬間に備えた準備ということが出来ます。時間的にはごく限られた時間が対象ですが、その後の介護生活の「質」を決めるという意味では、決定的に重要です。

この点で、提案してみたいのが、「介活カード」というアイディアです。まさしく、その瞬間に必要とされる情報を書き込む。保険証と同じように常時携帯するようにすれば、いざというときにきつと頼りになるでしょう。

カードに必要な情報としては、身許や連絡先は当然として、延命治療についての意思表示があります。「楽しい介護生活」の見通しがあれば、延命は当然です。問題は、そういう可能性がほとんどない、と医師が判断したときです。延命か拒否かどちらが正しい、という話ではありません。ただ。自分の意思で決められるときに決めておきたいと思うのです。

可能な範囲で「最高の治療」が受けられるための情報も重要です。「行きつけの病院」が分かっているれば、救急搬送も早いでしょう。血液型や持病、用いている薬剤などの情報があれば、「その瞬間」を受け持つ医師も、治療がしやすくなるでしょう。

いつの日か、そんな「介活カード」の制作、配布を練馬区か国、あるいは製薬会社のような関連企業に提案してみたい。そして、将来的には、終活ノートならぬ「介活手帳」はどうだろう——チャイハナ光が丘が抱き始めた直近のユメです。

いやはや、コミュニティカフェの紹介が、とんだ話題に飛んでしまいました。

でも、コミュニティカフェには、そのような対話と思考の場という側面もあります。いろいろな人が、いろいろな経験や意見を出し合う。そうする中で、見えてくる現代社会というものもあります。

「介活」が問題にするのは、残された「生」の質です。それを考えることは、未来に希望を探ることにつながっていると思います。

6月19日（火）のチャイハナ座談会「介活を考える」は、午後2時から、チャイハナ光が丘で開催します。ちょっと覗いてみませんか？ ただし、席に限りがありますので、出席ご希望の方はできるだけ早い段階で私（070-6559-3933）にご連絡をお願いします。

**コミュニティカフェ・チャイハナ光が丘** 練馬区田柄5-14-19。大江戸線光が丘駅A1出口（光が丘地域センターのある方）から徒歩約5分。浜野クリニックの隣。

## 【大江戸まち探見】金之助少年が育ち文豪漱石が過ごした地

執筆＝**関根康太**（ツアーアシスタント・早稲田大学社会科学部4年）

まだ5月だというのに、夏日が続いている東京。まち探見が行われた19日も、25度を超え、夏日となりました。この日は雨予報でしたが、朝方にはやんでいました。蒸し暑いのは仕方ありませんが、

雨が降るよりはいいかもしれません。

この日は、都営大江戸線若松河田駅からスタートです。今回のまち探見は、夏目漱石が主人公です。漱石は、1867年（慶応3年）に牛込馬場下横町（現在の新宿区喜久井町1番地）で生まれ、金之助と名付けられました。

苦肉の命名「夏目坂通り」







父は付近 11 町の名主でした。慶応は 4 年まであるのですが、途中で明治になり、和暦の場合はふつつその年全体が「明治」で表されます。その意味では、この年は江戸時代最後の年です。つまり、漱石は「最後の江戸人」と言えます。そんな「江戸人」漱石が過ごした跡をたどっていきましょう。

駅から少し歩くと、坂が始まります。「夏目坂通り」です。

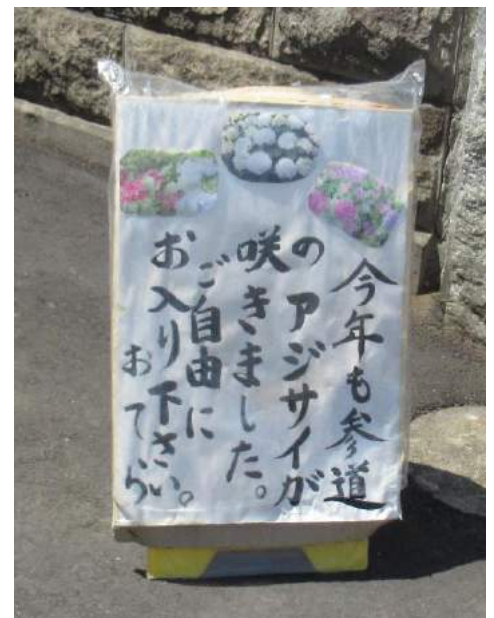
森先生からいただいた資料の中に、漱石が随筆集『硝子戸の中』に書いている一節があります。

「私の家の定紋が井桁に菊なので、それにちなんだ菊に井戸を使って、喜久井町としたという話は、父自身の口から聴いたのか、または他のものから教わったのか、何しろ今でもまだ私の耳に残っている。父は名主がなくなってから、一時区長という役を勤めていたので、あるいはそんな自由も利いたかも知れないが、それを誇にした彼の虚栄心を、今になって考えて見ると、厭な心持は疾くに消え去って、ただ微笑しただけである。

父はまだその上に自宅の前から南へ行く時に是非共登らなければならない長い坂に、自分の姓の夏目という名をつけた。不幸にしてこれは喜久井町ほど有名にならずに、ただの坂として残っている」

森先生は「今では喜久井町より夏目坂の方が有名ですよ」と言い、「実はこのあたりは、まだ夏目坂そのものではないのです」と意外なことを口にされました。「本当はここから 500 ほど下った辺りから漱石の生家あたりまでの 200 ほどが夏目坂。大正の終わりごろからの道路改修で 2 つの坂がひとつになって今の坂になったのです。昭和の終わりに新宿区がその坂に名前をつけることになったのですが、『夏目坂』としたのでは『看板に偽りあり』と言われかねないので『通り』をくっつけたのです。私も 50 年以上この道を通っていますが、今回皆さんを案内するために調べて初めて『夏目坂』と『夏目坂通り』の違いに気がつきました」。私がこの道を通るようになったのは大学に入ってから 3 年ちょっと。気がつかなかったのは当たり前ですね。

坂の途中で、もう一つ発見がありました。賽祥寺（ほうしょうじ）というお寺の門前の「今年も参道のアジサイが咲きました。ご自由にお入り下さい。おてら」と書かれた掲示です。春からの高温続きで、サクラやツツジと同じように、例年よりも早く咲き始めたそうです。お言葉に甘えて参道から本堂まで歩き、前夜の雨で生気を増したさまざまな色彩のアジサイを楽しみました。



「おてらさん」のうれしい心遣い





坂を下り終えたところに「夏目漱石誕生之地」の碑があります。1966年、漱石生誕100年を記念して建てられたものです。生誕地の隣には小倉屋という酒屋があります。ここは1678年に創業の老舗です。『硝子戸の中』にも書かれています。堀部安兵衛が高田馬場で決闘の時にここへ立ち寄り、一杓の酒をぐいと飲んで駆けつけたという話があります。漱石が「ついぞそこにしまってあるという噂の安兵衛が口を着けた杓を見たことがなかった」という杓を、写真でですが私たちは15代目のご主人に見せていただくことができました。

その後、一行は穴八幡宮へと参ります。こちらの神社と言えば、1年間お金に苦労しないと言われる一陽来復のお札です。冬至から節分の間に頒布されるお札であり、特に冬至の日は、多くの方がお札を求めてこの神社にやってきます。また虫封じのご利益でも知られています。癩癩持ちであった漱石の虫封じのために、妻の鏡子はこちらの穴八幡でお参りしていたそうです。

さて、一行は早稲田大学へとやってきました。私にとっては、ホームグラウンドです。早稲田大学内には坪内逍遙記念演劇博物館を始めとして多くの博物館があります。中でも今年の3月のできたばかりの早稲田大学歴史館では、大学の歴史を見ることが出来ます。入館は無料ですので、お気軽にお





越してください。

大学内のレストラン「楠亭」でランチをいただき、ちょっとだけ大隈庭園を散策しました。もともとは大隈重信邸の庭でしたが、亡くなった後に大学に寄贈されました。現在は学生や近隣住民の憩いの場となっています。こちらから見える大隈講堂の時計台をバックにして、記念撮影です。

庭の一角にあるホテルの正面玄関からタクシーに乗り込み、漱石山房記念館に向かいます。漱石が亡くなるまで過ごしていた「漱石山房」と呼ばれた家の跡地に、生誕 150 年に当たる昨年 9 月 24 日開館した新宿区立の施設です。漱石山房から漱石山房記念館に至る経緯を紹介したテーマ展が開かれていました。学芸員の案内で、史料を見学しました。中でも「漱石山房」と書かれた原稿用紙に目を惹かれました。昔はそれぞれの作家が個性的な専用原稿用紙を使っていたのですね。漱石のデスマスクも展示されていました。気難しそうだけれど、威厳のある顔を拝見することが出来ました。

漱石山房記念館の裏に漱石公園があります。こちらには「わが輩は猫である」のモデルとなった猫の墓が築かれていました。また入り口には漱石の胸像が置かれています。「漱石」を囲んで記念撮影をしました。漱石からしたらいい迷惑かもしれません。

さて、再びタクシーに乗り込み、神楽坂へと向かいます。坂の途中には、善国寺と呼ばれる寺院があります。東京の縁日の発祥の地だと言われています。漱石の『坊ちゃん』にもこちらの縁日の様子が描かれています。

少し裏道に入ると、本多横丁や芸者新道など、かつて 700 人の芸者がいたという「花街」をしのべる場所があります。私たちも歩きました。今では学生である私が歩いても違和感はありません。

坂を下り終えて、今回のまち探見は終わりです。東京でも指折りの 2 つの長い坂を歩いたのに、皆さんは疲れた顔をしていません。考えてみると、下るだけで上りはなかったのです。夏目坂通りは一番高いところからスタート、神楽坂もタクシーが坂の上まで運んでくれていたのです。漱石が下駄を履いて歩いたところを、私たちはゲタを履かせてもらって訪ねたわけです。それでも、なんだか江戸と明治を生きた漱石の姿が見えてきたような気がしました。

## わたしの博物館・美術館・資料館・工房…見てある記

小津史料館（中央区日本橋本町 3-6-2 小津本館ビル 3 階。入館料：無料。休館日：日曜日、年末年始。開館時間：10:00～18:00。電話 03-3662-1184。JR 総武線快速 新日本橋駅 5 番出口 2 分、地下鉄銀座線・半蔵門線 三越前駅 A6 番出口 5 分、日比谷線 小伝馬町駅 3 番出口 5 分）

取材・執筆＝朝生千枝子

日本橋本町の昭和通りに面した史料館は、家印を白く染め抜いた海老茶色の暖簾のかかった江戸の商家を彷彿とさせる小津和紙店の 3 階にあります。

この史料館は以前何度か見学に伺ったり、お店に和紙を買いに行ったりと、私にとって親しみのある所です。

1 階は全国の手漉き和紙や色とりどりの友禅和紙、書道用の料紙、その他紙製品を扱う和紙専門店です。2 階にはギャラリーと文化教室があり、展示会の開催や書道、和紙の工芸等の講習会を行っています。3 階が目指す史料館です。藍染の半纏を粹に着こなしていらっしゃる館長の松浦節也さんに





ご案内いただき（左写真）、お店の歴史や和紙について理解を深めることができました。

小津和紙店はここ日本橋の地（江戸時代には大伝馬町とっていました）に承応2

（1653）年に、小津清左衛門長弘により創業され、以来360有余年当時と同じ場所で営業しているという老舗です。小津家は伊勢松坂の出身で、親類にはあの国学者本居宣長がいます。江戸時代は紀州藩御為替御用を務め、藩札発行に携わりました。幕末には幕府へ1万5千両を上納したという大商人でした。明治

になって東京の商法会所元締頭取に任命されたり、松坂に小津銀行（現三重銀行）を設立したりしました。関東大震災で東京3店を焼失しましたが、昭和14年に小津商事株式会社を設立し、小津産業株式会社、株式会社小津商店として現在に至っています。

史料館には創業以来の証書類や、記録帳、当主の日記、掟書など東京都中央区民有形文化財として登録を受けた古文書、約1000点の資料を有しています。古文書は虫喰いなどを丁寧に補修しており、古文書好きの私には有難く、じっくり読んでみたくなりました。そして、千両箱や商いに使われた道具類など、お店の歴史を実物や写真、パネルで説明する資料などが明るい室内にすっきりと展示され、1つ1つゆっくりと見ることができました。

同じフロアーに、「和紙ができるまで」と、全国各地で漉かれた和紙を手にとって触れることができるという嬉しい展示がしてあります。日本画に適する和紙の研究とその作品、和紙による人形、能面などの造形作品の数々も展示されています。

私に関心を持ったのは、伝統の技術を発展させ、典具帖紙（てんぐじょうし）という極薄の紙が世界の美術品修復に使用され貢献していることです。また、和紙から糸を作って衣類を製作し、なんとウェディングドレスまでありました。更に、写真の印画紙として和紙を使うなど和紙の未来へ向けてたゆまぬ努力がうかがえ、ユネスコに世界遺産として登録された和紙の面目躍如たるものがありました。まさに、「人は紙をつくり、紙は文化をつくる」です。世界に日本の文化を発信している和紙に「ガンバッテ！」とエールを送りたいです。

1階へ降りると、手漉き和紙体験工房で外国の可愛い男の子が、楽しそうに和紙を漉いていました。訪れる外国の方々も多くいらっしゃることで、この史料館が日本文化発信の一翼を担っているのを実感して、再び暖簾をくぐり江戸のお店（おたな）を後にしました。

**発行後記** 私が2010年7月からほぼ毎月案内している朝日カルチャーセンターの大江戸まち探見ツアーは、来月に満8年100回を迎える。それを記念してちょっと贅沢に「江戸文化の華・歌舞伎を楽しむ」ほか、その前月つまり今月のツアーを「99回記念」として、これも専用バスで「小江戸・佐原」に遠出を企画した。

過日その下見に行き、地元の大偉人伊能忠敬の記念館にも立ち寄った。入館料は大人500円で65歳以上は450円。「65歳以上を1枚」と言うのと、受付の女性に「何年生まれ？」と聞かれた。最近、都内の施設ではめったに聞かれなくなった。この女性には、聞く必要を感じる程度に、私は若く見えたのか。「いやいや、必ず聞くことになっているのかも」と思いつつ、ちょっとうれしくなって「1943年、昭和18年7月16日」と、西暦と元号の両方、それに聞かれてもいない月日も添えて答えた。返ってきたのはチケットと受付女性の笑顔だった。（も）

**探見6月号（第87号）** 2018年（平成30年）6月1日発行

編集室 157-0066世田谷区成城4-27-3 酒井憲一方 amenity@soleil.ocn.ne.jp

発行所 160-0006新宿区舟町13-6 森治郎方

j.mori@kurenai.waseda.jp、携帯電話 090-4538-3834、ファクス03-3359-3354