

JAPAN FEDERAL MEDICAL COOPERATIVE ASSOCIATION

JMCG NEWS

全医協連ニュース



発行—全国医師協同組合連合会

平成 22 年 7 月 1 日発行

No.117

蒼翠号

第38回通常総会開催地案内 ②

金沢でいんぎらっとしまっし



◆ブロック便り

九州医師協同組合連合会 職員研修会報告
平成22年度 第1回「医師協四国ブロック協議会」報告

CONTENTS

<特集> 第38回通常総会開催地案内② 2

金沢でいんぎらっとしまっし

- 6 寄稿 ————— 「ビクトリア・フォールズ」……………西村篤乃
- 10 NUMBERS③④ ——— 南蛮図……………菅原克郎
- 12 薬になる植物 ——— 「黄精(ナルコユリの根茎)、シソ(紫蘇・紫蘇子)」……………渡邊一幹
- 14 寄稿 ————— 「趣味のゴルフ旅行」……………岡田勝彦
- 18 旅のブラックエッセイ — 「お稲荷様の御利益! こんな事があります! 年賀はがきの大当たり!」……………松井昭男
- 28 水彩の旅 ————— 「旅の風景・スケッチ日和」〈第3回〉……………大森俊次
- 30 旬の食べ物紹介 ——— 「新宮章好氏の“京茶漬”(京都)、「アップルマンゴー」(沖縄)、「生わかめ、乾燥糸わかめ」(徳島)
- 32 郷土生まれのお勧めの品 — 「稲むらの火、稲むらいと」……………三好壮一
- 34 全国温泉巡り ——— 「箱根・翠松園、熱海ふふ」
- 36 ブロック便り ——— 九州医師協同組合連合会 職員研修会報告
平成22年度 第1回「医師協四国ブロック協議会」報告
- 42 医師協の雑誌から ——— 「いわて医師協だより、
京都保事協ニュース」……………河辺忠郎
- 43 書籍紹介 ——— 「運命の人(山崎豊子)」
- 44 ————— 理事会だより……………岩田章男
- 48 ————— JMCギャラリー(三好壮一、坂西義人)

20	<p>【購買部】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・購買部取扱い商品のご案内 ・「平成22年購買担当職員研修会」が岡山にて開催
24	<p>【福祉部】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全医協連取扱い保険商品一覧
26	<p>【調査企画部】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成22年事務局代表者会議実施要領(骨子)
46	<p>理事会・部会だより／マンガ</p>



表紙・目次写真

夏、どこにでもあふれるこくありふれた花、アサガオですが、どこでも誰にでも撮ることの出来る被写体こそ、美しく見えるように撮影するのが、実はたいへん難しい対象なのだと思っています。

写真提供(表紙、目次)：栗原真純(京都保事協)



金沢駅

第38回通常総会開催地案内 ②

金沢でいんぎらっとしまっし

石川県医師協同組合理事長

小森 貴

前号では、古き伝統を伝える金沢について主にご紹介いたしました。しかしながら、金沢には新しい文化を取り入れる力もあります。

上の写真は金沢駅を正面から見たところです。一見お寺の山門にも似ていますが、柱の部分は何やら不思議な幾何学模様を描いています。これは和楽器の一つである鼓の形を表しており、「鼓門」と呼ばれています。手前に並ぶ松の木は能舞台の一の松・二の松・三の松を思わせませす。鼓門の内は近代的なガラスドームに覆われていて時にはイベント会場ともなり、また市民の憩いの場所ともなります。古い伝統の形を現代建築の形で表現されているようです。

この建築計画ができたときには金沢にこんなガラスドームは似合わないとの反対意見もあったことは事実です。しかし、今では市民もすっかりこのガラスドームを受け入れてしまったようです。

金沢は以前、駅前はまだ人通りが多くなく、買い物はもっぱら武蔵が辻や香林坊、片町といった金沢駅からは少し離れたところで行っていたものですが、最近では金沢駅隣接の専門店街である百番街や駅前の金沢フォーラスといったファッションビルの開業で、県内外の若い人たちが金沢駅周辺にも集まってきています。

新しい文化の訪れを告げたひとつはオ



金沢21世紀美術館



オーケストラ・アンサンブル金沢の誕生です。城下町、伝統芸能の町というイメージには似合わないクラシック音楽の楽団が、石川県や金沢市が中心となった石川県音楽文化振興事業団を運営母体とし、故岩城宏之氏を音楽監督に迎えて活動を開始したのは1988年のことでした。この楽団は地方を本拠としながらも出

身・国籍にかかわらず幅広く人材を募り、毎年数多くの公演を重ねてきました。その評価は高く、これまでクラシック音楽にあまり興味のなかった一般市民も、これを機会にクラシックファンになったという人も少なくありません。こんな楽団が一地方都市に誕生することは大変珍しく、その辺にも金沢の人たちの文化に対する意識の高さが表されているのかも知れません。

もう一つ、金沢21世紀美術館の開館も大きな反響を呼びました。こちらはクラシックな絵画や彫刻ではなく、現代アートの美術館で、同時に教育、創造、エンターテインメント、コミュニケーションの場としてなど、「まちの広場」としての役割を担う新しい美術館活動を展開します。建物は表と裏のないガラスのアーチサークルが採用され、明るさや開放感

に配慮されています。服を着たままで入って外を眺めるプール(?)といった楽しい作品もあります。

ロケーションも兼六園、金沢城公園などから程近く、市民や観光客がいつでも気軽に訪れることができ、様々な出会いや体験が可能となる公園のようなスポットになっています。平成18年に全医協連の福祉研修会を金沢で開催した際に、当時この美術館長であった蓑 豊氏のご講演をいただいたので、ご記憶にある方も多いと思います。

また、金沢での楽しみの一つは食べ物がおいしいことです。冬の味覚の代表格はズワイガニが有名ですが、今年の解禁日は11月7日と聞いています。残念ながら総会の懇親会には新鮮なズワイガニを提供することはできませんので、カニを食べたい方はぜひ総会後にもう一度金沢にお越し下さい。

金沢には「近江町」と呼ばれる市場があります。かつて近江商人が作ったことからその名で呼ばれていますが、金沢市民の台所として賑わっています。カニ漁解禁の日にはいっせいにズワイガニが並ぶことになります。そのほか甘エビなど日本海の魚介類や加賀野菜など新鮮な食材を求めることができます。

この市場は観光ガイドなどにも紹介されていて、団体客が大型バスで乗り付け



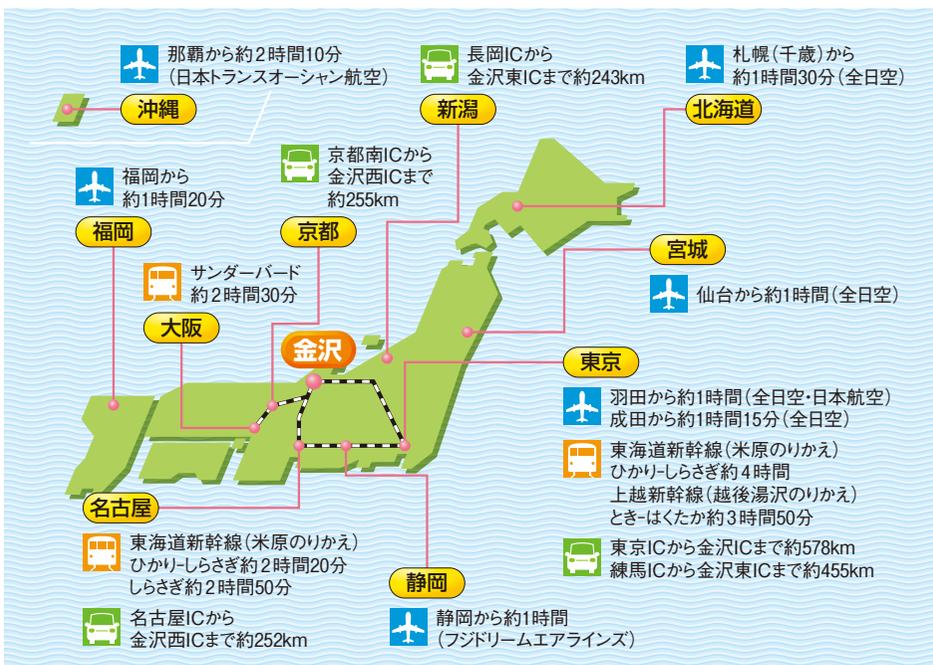
(写真提供・金沢市)



て買い物する姿も多く見られます。以前はほとんどの店は日曜休業が多かったのですが、平成21年に再開発ビル「近江町いちば館」が完成、現在は日曜日でもかなり多くの商店は営業していますので、これまで以上に観光客が訪れることが増えたようです。

また、茶の湯が盛んであったことから多くの銘菓が生まれました。金沢は京都・松江と並ぶ三大和菓子処として知られています。

表題に書いた「いんぎらっとしまっし」というのは金沢弁で、「ゆったり(のんびり)して下さい」ということです。恐らく先生方は学会や会議等で金沢を訪れたことはあっても、なかなかゆっくりとはできないことが多いのではないのでしょうか。11月の総会にはなるべくゆっくりとした日程でお越しいただき、「いんぎらっと」していくことをお勧めします。



おおひ 大樋美術館と おおひ 大樋長左衛門

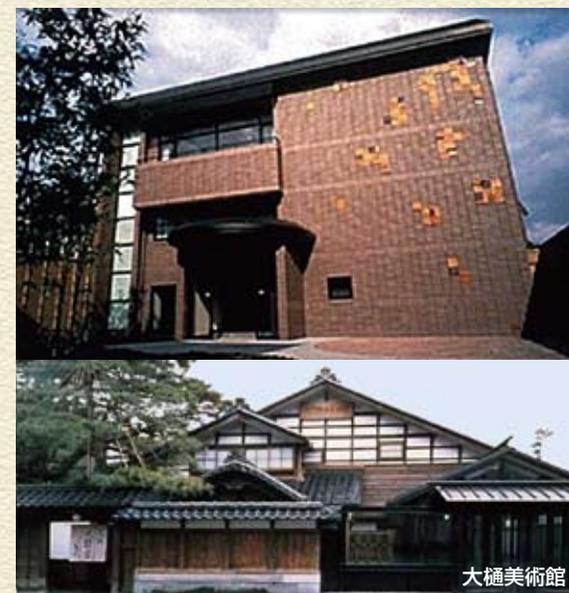
金沢の焼き物といえば皆さん九谷焼を連想されるでしょうが、大樋焼もまた江戸時代から伝わる金沢の代表的な焼き物です。

大樋焼は、寛文6年(1666年)加賀藩の茶道奉行として裏千家四代、千宗室仙叟せんそうしゅうせんそうが五代藩主前田綱紀公の命により招かれた際、京都在住の楽一入の門人、土師長左衛門はしろうざえもんを金沢に同道した事より始まりました。長左衛門は金沢東郊の大樋村に最

良の土を見出し、仙叟の好みの茶器を焼成、340年余、十代にわたる大樋焼の祖となりました。

初代長左衛門の作風は京都の楽焼とは異なり、その作品は一見稚拙にも見えますが、荒々しさを残した雅趣あめゆう ゆうやくに富んだもので、大樋焼の大きな特徴である銚釉あめゆうの釉薬を用い、加賀の茶陶として独自の道を切り開いていきました。

現在、金沢市橋場町にある「大樋美術館」では、初代長左衛門から現代まで、歴代の大樋焼と加賀金沢の茶道文化に触れることができます。楽家から贈られた銚釉、仙叟好みの意匠、そして代々の創意が加えられた歴代の作品を中心に大樋焼340年の歳月と現在、そして新たなる伝統を重ねる姿を三つの展示室に展開しています。



大樋長左衛門

第一室には茶道のみならず加賀の美術工芸に大きな影響を与えた裏千家の始祖・四世仙叟宗室居士と初代長左

衛門の作品を展示されています。

それまでの均整のとれた唐物とは異なり、手で捏ねて形づくり、焼成時に自然に発色した素朴な茶碗の色はまさに侘びの心に通じるものです。

加賀の地には加賀の茶道を、そして加賀にふさわしい茶陶をと生み出した意匠の一つが渦文です。仙叟の屋敷近くに流れていた川に泳ぐ川海老を水指の摘みに、胴には川の流れをあらわす水波紋を

刻んだ「銚釉海老摘手付水指」は仙叟好みの意匠と、初代の優れた造形力が合わさった作品です。その姿は利休にはじまる茶道の心を伝え、侘びの極意を知ることができます。師弟関係を越え、芸術家同士の人間的なつながりを通じて、互いに高めあった仙叟と長左衛門の交流が、加賀金沢に侘びの心を伝え、茶陶の道を開きました。

今般金沢で全国医師協同組合連合会の総会を開催するに当たり、参加者記念品として、当館長である十代大樋長左衛門氏(文化功労者・日本芸術院会員・日展顧問)に作品製作を依頼しましたところご快諾をいただきました。どのような作品が出来るか、どうか皆様楽しみにご来沢下さい。

(写真提供：大樋美術館)



●大樋釉海老摘手付水指
初代長左衛門作
石川県指定文化財
(大樋美術館所蔵)



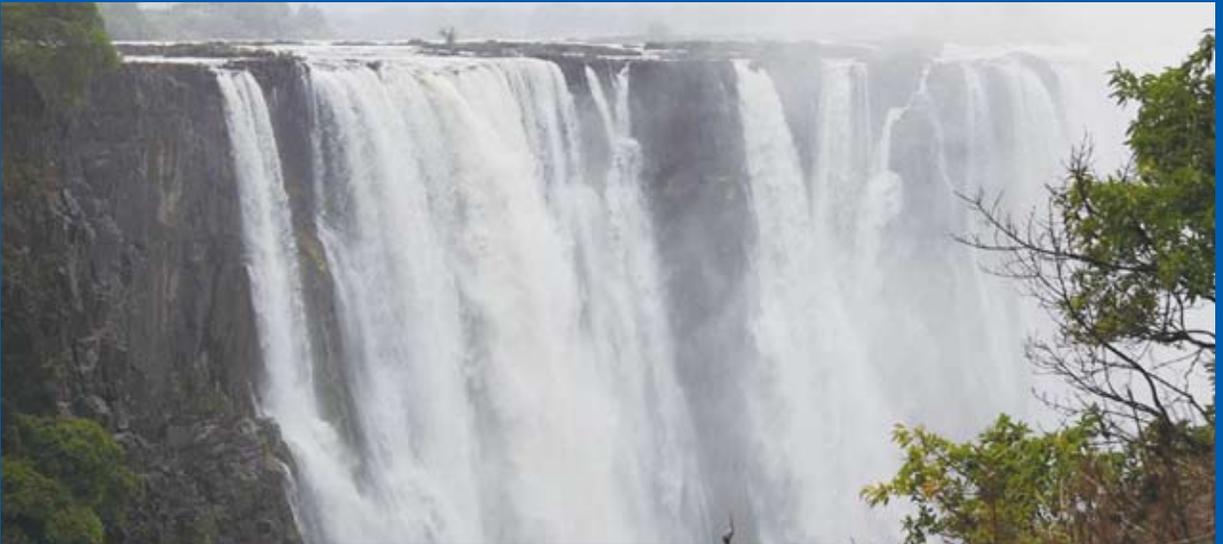
●大樋釉茶碗 銘「聖」
初代長左衛門作
(大樋美術館所蔵)

Victoria Falls

ビクトリア・フォールズ

全医協連監事
西村 篤乃

ケープタウンで開かれた学会(FIGO)出席の前に
世界三大瀑布の一つビクトリア・フォールズを訪れた。
今回は、その旅内容をご紹介します。



FIGO(Federation of international Gynecology and Obstetrics) : 国際産科婦人科連合

今、南アフリカは、サッカーのワールドカップ(W杯)で脚光を浴びている。日本からも多数のサポーターが行くであろう。入国へのルートは種々あるが、筆者は宮崎↓成田↓シンガポール↓ヨハネスブルグのルートで、シンガポール航空を利用した。

ケープタウンでの学会前に、ビクトリア・フォールズ見物を計画した。今までナイアガラ、イグアスの滝を見ているので、この滝を見れば世界三大瀑布を見たことになる。

成田↓シンガポールまで7時間、シンガポールからヨハネスブルグまで10時間のフライトであった。ヨハネスブルグで乗換えて、南ア航空でビクトリア・フォールズに向う。手助けしてもらったのは日本の旅行会社と提携している現地旅行会社で、その職員が出迎えてくれた。インターネットのお陰で、名前を漢字で印刷したボードを掲げて、ゲート出口で迎えてくれた。

ヨハネスブルグ空港では、荷物の紛失が多いので、ビクトリア・フォールズまでの通しとせず、面倒でもヨハネスブルグで一旦荷物を受けとって下さいとのアドバイスが、日本旅行社から出発前にあった。トランジットで少々時間があり、ヨハネスブルグ空港内の土産店を見て廻



写真② 空港内の土産店



写真① 土産品の駝鳥の卵と鶏卵



写真④ ホテル玄関へのプロムナード



写真③ 空港より市街地への道

った〔写真①②〕。

ヨハネスブルグから2時間でビクトリア・フォールズ空港に到着。宮崎空港ほどの小さい空港だが、観光客は非常に多い。

ジンバブエ入国にはビザが必要だが、インフレ率が数十%とかで、入国ビザの料金は30米ドルで取得。ジンバブエでは、米ドルが便利と聞いていたので、両替する必要はなかった。本によるとクレジットカード使用も要注意とのことだったので、極力キャッシュで支払うと決め、小額の米ドルを沢山用意した。

空港より20分でビクトリア・フォールズホテルに到着〔写真③④⑤〕。あまり使用しない英語もなんとか通じたのはありがたかった。

ビクトリア・フォールズホテルは、1904年創業で歴史あるクラシカルかつ優雅な内装で、テラスからはビクトリア・フォールズ大橋が正面に見える。英王室や各国首脳も宿泊した伝統あるホテルである。

ホテルの裏庭には、イボイノシシが草を喰べており、首が短かいために、喰べる時は前足をつけて喰べるのだそうだ。またジャカラランタの花が今が盛りと美しい紫色で迎えてくれた。

朝食堂〔写真⑥〕への道には、石像の彫



写真⑥ 朝食堂



写真⑤ ビクトリア・フォールズ ホテル



写真⑧ ビクトリア・フォールズ 入口



写真⑦ クルーズ

刻が両側にあり目を楽しませてくれた。石像については、ジンバブエ国内に住むシヨナ族が作り始めたシヨナ彫刻が有名である。ユニークな形をした石の彫刻で欧米で評価を得ている。

サンセットクルーズ…ビクトリアの滝の上流、ザンベジ川をゆったりと進むサンセットクルーズに出かけた(写真⑦)。

ザンベジ川は、ザンビア西部を縦断し、ジンバブエとザンビアの国境線を形成する、アフリカ第4の大河である。

船は双胴船なので広く、屋外レストランの雰囲気である。広大な川に沈みゆく太陽を満喫できた。この日は暑かったので、ここよい川面からの風と夕日のお陰でビールもとても美味しく感じた。

ホテルに帰り、ディナーの予約していたメインホールのリビングゲストルームに向かった。このリビングゲストルームは、かつては舞踏会が開かれ、厳格なドレスコードがあった格調高いレストランである。近年は旅行者がモーニング等持って旅しないので、スマートなカジュアルも許されるが、一応タイでもしめて、それなりの身づくろいで夕食に着席した。南ア産のワインと音楽で2〜3時間もかけて夕食を楽しんだ。たまにはこんな夕食もいいですね。

ビクトリアの滝…1885年イギリス



写真⑩ リビングストーン ホテル



写真⑨ ビクトリア・フォールズ



写真⑫ 縞馬



写真⑪ ホテル裏庭から

の探検家リビングストーンによって発見された。当時のイギリス女王の名をとり、ビクトリア・フォールズと命名された写真⑧。ザンベジ川の緩やかな水は轟音をとどろかせビクトリア滝壺に落ち、水煙となつて150m以上も上空に舞い上る。最大幅1700mで道順が表示されるメインフォールズ、レインボーキャラット、デビルズキャラット等写真⑨、六つのパートに分れている。あいにくの雨のため、レインボー滝には残念ながら虹はでてなかった。

午後は雨も止み、国境を越えてザンビアから滝を見に行った。昼食は、リビングストーンホテル写真⑩で取るように車をまわしてもらった。滝の上流に位置するこのホテルの裏庭からは、ビクトリアの滝の水煙が上っており、庭にはのんびりした縞馬を見ながら昼食写真⑫。

翌日は晴天で、ヘリコプターによる滝上空遊覧は壮大で虹もかなり素晴らしかった。ヘリに搭乗する時と降りる時の我々カップルのビデオ写真をビデオの前と後に編集し、中は観光用に撮影された上空からのビクトリア・フォールズCDを記念に購入した。なかなか商売上手である。午後には学会参加のためケープタウンに向った。

民間生薬はナルコユリの根茎(黄精)を、漢方生薬はシソ(蘇葉・紫蘇葉)を取り上げてみました。



京都保事協
渡邊一幹

参考

ナルコユリに似た植物に同じユリ科のアマドコロ(生薬名: 萎蕤、玉竹)がある。同じく滋陰薬であるが、こちらは漢方生薬として使用され、経絡では肺・胃経絡に入るため、肺胃の津液が虚になり燥熱が生じた時に他の生薬と共に用いられる。

シソ(紫蘇・紫蘇子) は中国由来の一年草の栽培植物である。葉も種子も日常生活には馴染みのもので、梅干・しば漬け・刺身の添え物などに利用されている。紫蘇の香りはペリラルデヒドなどの精油成分に由来し、必須脂肪酸の α -リノレン酸も含まれるため、アレルギー予防やガン予防にも効果があると考えられている。これら成分を含む紫蘇には、生臭さを消す働き、防腐・殺菌作用や魚蟹中毒防止作用が存在するために古来より利用されてきた。そのため、魚や蟹で蕁麻疹が出た時は、紫蘇の葉を食べたり絞った汁を飲んだりして毒を中和し、また胃の具合が悪く食欲がない時や風邪気味のときも葉を味噌汁に入れたりして利用される。漢方では、このシソ(紫蘇・紫蘇子)の性味は辛・温であり、辛温芳香で気をめぐらせる作用が強く、経絡では、肺・脾・胃経に入る。それゆえ紫蘇は、肺の働き(呼吸機能、気の生成作用、汗腺・体温調節・免疫機能、嗅覚機能など)を強め、脾や胃の働きを強めることによって、発汗解熱したり、気を流して鬱を治したり、脾と肺の気の滞りを治し、咳が出て胸が苦しくなるのを治したりする。また胎児安定を図ったり、魚蟹毒の腹痛吐瀉に利用したりもする。そこで古来いろいろな漢方処方に利用されてきた。蘇葉は鬱や神経症などの時に使用する半夏厚朴湯、胃腸虚弱な人の感冒や胃腸疾患に使用する香蘇散、喘息や気管支炎に使用する神秘湯・蘇子降気湯・喘四君子湯などに配合されている。



アマドコロ



斑入りアマドコロ



青シソ葉(大葉)



刺身と赤シソと青シソ



30年もの赤シソと梅干

薬 にな る 植 物

おうせい 黄精(ナルコユリの根茎) は野山に見られる多年草である。

一般には滋養・強壮薬として民間で使用されてきた。俳人一茶はともこの黄精酒を好み、52歳から62歳で死亡するまで、3人妻を迎え、5人の子供を創ったという。また江戸時代の遊女屋では東北南部で作られた黄精の砂糖漬けが、精力剤としてかなり出回っていたという記載がある。この砂糖漬けの味もなかなか美味である。黄精酒の作り方は、黄精200g、氷砂糖300g、ホワイトリカー1.8ℓを密閉容器のビンに入れ、六ヶ月置く。飲用量は一回20cc、一日60ccまでが適量とされる。また黄精4~12g(一日量)をそのまま水で煎じて服用しても効果がある。この煎じ液は甘くて飲みやすい。黄精の性味は甘・平であり、経絡では脾・肺・腎経に入り、脾の働き(摂取した栄養を各組織に届け、血管を補強したりするなど)の気力を補い、脾の精を益し、肺を潤して咳を止め、腎の働き(精力機能・腎臓機能・骨や脳の機能・聴覚、大小便機能・髪 of 発育など)を補う作用がある。したがって疲れて食が進まず、お腹が張り、コロコロの便しか出ない時、口の乾燥があり、空咳や精力減退・足腰の弱り、耳鳴り眩暈などを起こす人に効果がある。



黄精煎じ液



黄精砂糖漬け



黄精酒



蕾のナルコユリ



ナルコユリの花



黄精 500g
¥1,300

趣味のゴルフ旅行 〈ドバイ編〉



写真1

京都保事協
岡田勝彦

ゴルフを始めてから30年。海外は10カ国余りをゴルフ中心に、アメリカ本土、ハワイ、オーストラリア、カナダ、プーケット、台湾、マレーシア、ドバイ、シンガポールでプレーしてきました。今回は今年2月のドバイ旅行の体験を書き、これから旅行を考えておられる方々のご参考になればと思います。

スキャンダルの中にあるタイガーウッズ選手はドバイをこよなく愛し、彼としては初めてのゴルフ場をドバイに造るよう手掛けて約2年がたちましたが、リーマンショックの影響もあり未だに完成していません。残念ながら私はタイガーのゴルフ場でプレーする目的は達成できませんでしたが、ドバイ屈指の素晴らしいエミレーツGC、モンゴメリーGC、ドバイ・クリーク・ゴルフ&ヨットクラブの3カ所でプレーすることができました。ドバイのコースはほとんどフラットで、2月上旬の気温は25度で湿度が低くボールが日本よりかなり飛びました。

しかけてきたのにびっくりして、日本語がお上手ですね」と話すと、彼は東京に40年住んでいるとのこと、2度びつくりしました。

ドバイは雨が極端に少ないのですが、コースメンテナンスは日本のコースと遜色なく、すべての木々には散水装置が施されて、豊かな緑が広がっています。ドバイの水は海水を浄化(日本の技術が生かされている)して使用していて、1リットルが35円でガソリンと同じ値段です。プレーフィーは日本の名門コースと同じくらいで、1人2.5万〜3万円(カート使用)とやや高額になるのもやむをえません。こちらのコースの特徴はサンドトラップといて広い砂地が広がって、灌木や草むらが生えていることです。ここはソールをしてボールを打てるようになっていきます。また、距離もかなり長くブルーティから6700Y位あり、パー3で190Yアゲインストには苦労しました、そしてクリークも所々に配置されています。日本での周囲の風景は一面木々に囲まれた山の中ですが、ドバイでは周囲が高層ビル群が乱立している所に囲まれている、異次元の世界のような光景でした(写真1)。

二日目のモンゴメリーGCはリンクス・ランドスタイルのコースで、メンテナンスも申し分なく、フラットで直線上

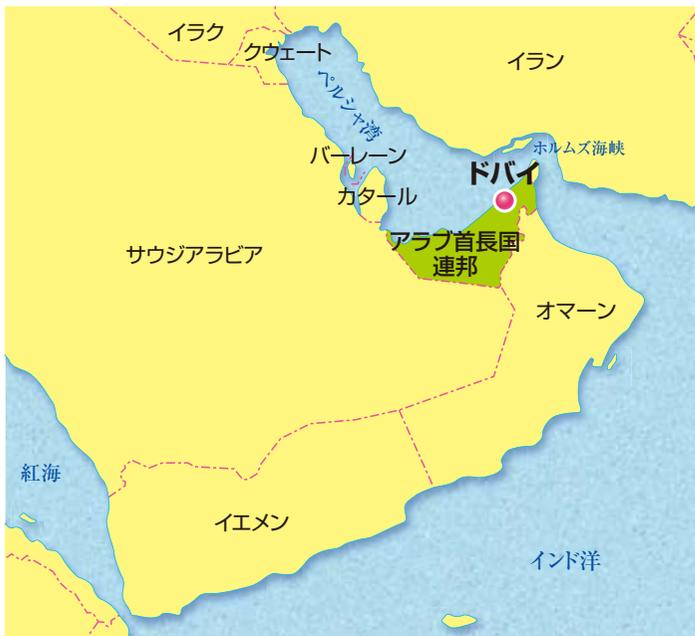


写真2

にグリーンがほとんど見渡せるコースです。10フィート位の高速グリーンで、常に中東のベストコースの1, 2を争っている素晴らしいコースでした。フランス人とパートナーになりましたが、商社の経営者で英語に堪能で、ドバイに来るたびにこのコース専用の5つ星の宿泊施設に滞在すること。このコースには洗練されたレストラン、有名なトルン・ゴルフアカデミーが開設されており、そしてスパ等の施設がそろっています。もし再びドバイにくる機会があればこの5つ星コテージで泊まってゴルフを楽しみたいと思っています。

最後のコース、ドバイクリーク&ヨットクラブ(写真2)は街の中心にありながら素晴らしい光景のクリーク沿いに広がるフラットで、ウォータハザード、サンドトラップがいたる所に配置されています。最終18番ホールはクリーク越えのグリーンを狙うショットには、かなり高度で勇気のいるショットが要求されます。ここではカナダ人とパートナーとなりました。3日間とも日本人のプレーヤーには会いませんでしたが、2月上旬という時期のせいかもしれません。

私たちが滞在したのはドバイのランドマークになっているブルジュ・アル・アラブ(写真3)で、エッフェル塔よりも高いホテルです。部屋のすべてが7つのカテゴリー

に分かれたスイートタイプでアメニティグッズはエルメスで統一されています。

妻はブルジュ・アル・アラブの18階(200mの高さにある)にあるアッサワン・スパでアラビアの女王様の気分を味わってきたようで、大きなプールのジャグジーがあり、そこからは総ガラス張りアラビアの太陽がいっぱい差し込み、このプールから見下ろすジュメイラ・ビーチの眺めは筆舌に尽くしがたかったようです。エステは最高のもてなしで、コスメはLa Prairieなどの最上級のものを使用しているそうです。私達が滞在した部屋はすべてアラビア湾を望むオーシャンビューで1階は居間とトイレで、2階は寝室とバスルームとトイレになっています。しかし海外でいつも不満に思うのはどんな高級ホテルでもまだウォッシュレットが普及していないことです。プーケットのホテルではトイレの近くにホースが設置されていました。余談ですが、日本で暮らしたことがある外国人は自国に帰るときはウォッシュレットを調達するそうです。部屋にはコンシェルジュが常駐していて、色々な手配から全ての手助けをやってくれるので、非常に助かりました。

朝早く起床してゴルフのスタート前に、最上階のアラビア湾を眼下に望む温水プールでひと泳ぎしましたが、このプールはホテルの外側に飛び出していて、宙に

ブルジュ・アル・アラブ

高さは321m。世界でもトップクラスの高層建築であり、目を見張るような吹き抜けを誇る。全202室が全てメゾネットタイプとなっており、2階構造。1階が居間などで2階が寝室などに当てられており、アラビア海や砂漠の景色を一望できる。また、建物上部にある円状のヘリポートは、ゴルフ練習場や貸切のテニスコートになったりする。



写真3

浮いたプールで泳ぐという何とも言えない爽快な体験をしました。このホテルから橋を渡ってみると、白い砂浜が一面に広がっているプライベートビーチがジュメラ・ビーチ(写真4)でペルシャ湾を望む砂浜を散策しましたが、サンライズ、サンセットとも素晴らしい風景でした。ゴルフが早く終わった2日目は、夕方からアラビアン・アドベンチャーに参加しました。4WDが10台連なっており、郊外に広がる砂漠の傾斜度30度もありそうな壁のような砂丘を登ったり下りたりするドライブは、まさにジェットコースターに乗った気分です。あまりにも強烈な気分が悪くなり、冷や汗をかきっぱなしでした。それでも砂丘の頂上に着くとそこからは、さざ波模様を描いて無限に広がる砂漠に、太陽がオレンジ色の光を投げかけて沈んで行くのが神秘的でした。そのあと砂漠のキャンプでは満天の星の下でアラビア料理がふるまわれましたが、私はほとんど手をつけることができませんでした。最後に哀愁に満ちたアラブ音楽に乗って幻想的に踊るベリーダンスを鑑賞してアラビアン・アドベンチャーのツアーは終わりましたが、車酔いに終始した苦しい思い出になってしまいました。

翌日ドバイ市内を観光しましたが、ドバイには1761年に建てられた博物館があり、今の城砦のような博物館がオー

ブンしたのは1971年のことでした。紀元前5000〜8世紀の発掘品や装飾品、真珠養殖の道具など、ドバイの歴史や財産が数多く保存されています。そしてドバイの歴史をまとめた映像が大型スクリーンに映し出され、貿易の中心国から産油国、金融の中心国、そしてなんでも世界一の施設を造って観光立国へと、ここわずか30年でドバイがどんな変貌を遂げたかがよく理解できます。ドバイの人口は230万人ですが80%は他国からの労働者で、金融危機とはいうもののネイティブの人たちは働かなくても豊かな生活が約束されています。街並はどこかに似かよっているようにも思えましたが、ドバイの首長が50年前にシンガポールを参考にして街を創ったそうです。今や彼の夢見たごとく中東一のメトロポリスとなりました。水上タクシー「アブラ」に乗って入江を渡り船着き場に到着後、ゴールドスーク、金のアクセサリー、装飾品の店が連なっているとろを散策しました。特に金の値段が安いという感じはありませんでした。

ジュメイラ・モスクは、ドバイで最も美しいといわれているイスラム教のモスクで、真っ白いドームと2本のミナレットを持つその姿は、静謐で凛とした佇まいで、ファティマ朝時代の伝統を活かしながらも、モダンなイメージを抱かせ



写真4

るモスクです。ショッピングセンターはドバイ市内で大小10か所がオープンしています。が、そのうちでもモール・オブ・ジ・エミレーツは巨大モールで、ブランド商品が沢山入っているエリアと、世界の料理が入っているエリアがあります。回転寿司は見ただけでパスしました。他の日本料理や中華料理はなかなか美味でした。しかし香辛料のきいたアラビア料理にはなかなかなじみませんでした。このショッピングセンターには大型スーパーのカルフードやドバイで一番大きなヴァージン・メガストアもあり、この最大の特徴は世界最大の人工スキー場をコーヒートップでガラス越しにのぞけることです。建設途中で挫折しそうになりアブダビの首長が助けて完成させたといわれる828mのドバイタワー(彼の名を冠してブルジュ・カリハと呼んでほしいそうです)は、1週間待ちでチケットが買えず、登ることができませんでしたが、タワー前の噴水ショーは音楽に合わせて色とりどりの

噴水が舞い上がり、見事に音楽に調和した素晴らしいウォーターダンスでした。特に「Time to say goodbye」の曲が一番印象に残りました。

以上、ゴルフを中心に観光のスポットを簡単に紹介しましたが、一度はドバイに旅行して異次元世界を体験されてはいかがでしょうか。

ドバイ トラベル・インフォメーション

シーズンは10〜3月がベストシーズンで、日本の10月初旬の日本晴れの乾燥した日と似かよっています。日中は25〜26度で夜は13度になります。夕方から急に冷え込んで上着が必要になることもあります。ドバイの天気は毎日晴天で雲がなく、1年に3日位しか雨が降らず、雨が降るとお祭り騒ぎになるそうです。5月〜9月は気温が50度近くまで上昇するため、旅行には適さないようです。

交通は日本から直行便が毎日関西空港から、3月からは成田からも週3回の直行便が運行されています。

飛行機は一番人気のエミレーツ航空で、直行便で約10時間、時差は5時間です。機内食の日本料理はなかなか美味で、シャンパンは特においしかったですね。それにサービスも行き届いており、またビジネスクラス以上のシートはフラットになり脚を伸ばしてゆつくり休むことができます。機内はかなり冷えて乾燥しますのでセーター、マスクを携帯したほうがいいと思います。空港からホテルまでは、タクシー、ハイヤーやバスが利用できます。市内の移動はメーター付きのタクシーが安価で便利です。ドバイではト

ヨタ車が多いのに驚きましたが、タクシーはカムリ、ハイヤーはレクサスがほとんどでした。産油国なのでさすがにハイブリッド車はありませんでした。私たちのホテル前にはレクサスが詰めており、利用するとパキスタン人の運転手「タマラ? タマラ?」と連発し、何を言っているのかと困惑しましたが、どうやら「トウモロウ」のことでした。翌日も翌々日も予定を尋ねられ、ゴルフ場、観光と最終日まで送迎の確保を(され?)ました。

通貨やカードについて、通貨はディルハム(Dh)とフィルス(Fils)で、1 Dhは100 Filsで1 Dhは約25円です。クレジットカードはアメリカンエキスプレス、ダイナース・クラブ、ビザ、マスターカード等で主要なホテルや大型有名店で利用できます。

公用語はアラビア語ですが、英語も共通語として広く使われ、ビジネスや買い物物はアラビア語と英語の両方が使われます。ホテルや旅行会社には日本人スタッフ、ガイドがいるところもあり、重宝させて頂きました。治安は世界で最も安全な国の一つと評価されるくらい良好です。お土産にはアラブを代表するお菓子のデーツ(ナツメヤシ)やチョコレート、アラビックコーヒー、スパイスや、金製品、高価なベルシャ絨毯などがあります。また砂漠の砂で作った砂絵などアラブらしいお土産も人気があります。

費用は関空からドバイへ1人あたりエミレーツ航空を利用してブルジュ・アル・アラブに5〜6泊するツアーで50〜60万円、ビジネスクラス利用でプラス50万円、ファーストクラス利用でプラス70万円となります。ファーストはセパレートされるので、カップルで行かれるならビジネスで十分かと思えます。では貴兄もよき旅をされんことを!

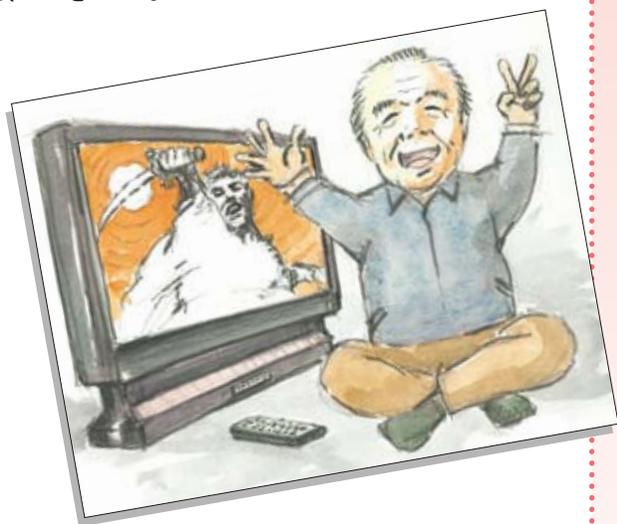
京都保事協
 挿絵／保事協事務局長 大森俊次
 松井 昭男^{まつい あきお}

お稲荷様の御利益！ こんな事があります！ 年賀はがきの大当たり！



伏見稲荷大社正面

お正月には自宅より徒歩十五分位にある伏見稲荷大社へ初詣でに行く事になっている。今年も年初三ケ日は人出に恐れをなして敬遠したが、四日には今年一年の幸福を願って敬虔なる祈りを捧げお賽銭を差し上げた。毎年している事であるがその上二百円を張り込んで御神籤を引いてみたら何と何と三十番大吉と出てきた。サア今年も良いことがあるようにと期待をこめて松の内を過ぎてしまった。年賀状は今年も沢山頂戴した。輪ゴムで括って座敷机の横に置いて何時でも調べられる様にしてあったが、籤の当選発表の日を忘れてしまい、当選番号の載った新聞も何処かへやってしまった。一月下旬になって京都の中央郵便局へはがきを買いに立ち寄ったら当選番号を記載したリーフレットが置いてあった。コレハコレハと早速一枚頂戴し家に持って帰った。夕食後暇が出来たので見えない老眼を励まして年賀はがきの番号を調べてみた。



最初の百枚位はウンともスンとも当選の字もない。今年も矢張り末等の切手シートが何枚貰えるかなあ、等と呟きながら作業を続けた。二百枚近くになって末等を三枚発見出来た。まあそれでも当たりが出てきたなあと言いながら次から次へと調べる。と三等が出てきた。三等に当たったのは何年振りかである。ああ嬉しいと思いつながらどんどん調べて行く。すると又三等がもう一枚出てきた。末等もポチポチ出てきて今年は何とついでいるなあ、と思つた途端、一瞬吾が眼を疑う事態が起こった。一等の番号が出ていたのではないか。

これは何という事、一瞬思わず息を呑んだ。信じられない事が起こった。何度



22、1、9

三十番
 総本宮
 稲荷大社神籤
 大吉

身をもやすく心も安く富草の家ゆたかにぞ千世に栄ゆる
 このみさとしは、粒々辛苦の末、家整い、財宝満ち、衣食足りる兆である。家運隆昌子孫繁栄期すがよい。

一、方がく 東南の方よし
 一、病が おいおいとよくなる
 一、うせもの まもなく出る
 一、あきない うりは中、買はいたつてよし

一、たびだち いたつてよし
 一、えんだん よし
 一、勝負事 叶う
 一、たて家やうつり よし

伏見稲荷大社社務所 (不許複製)

当せん番号

1等	9 7 5 4 2 4
2等	6 3 0 8 3 8 4 4 6 7 2 2 2 5 9 6 6 8
3等	0 9 7 7
4等	5 2 0 0
カーボンオフセット削減率 C削減定率	2 7 5 2 0

当せん期間 平成22年1月25日(月)～平成22年7月26日(月)

お当せん商品の
お引換え期間

82668組 975424

番号を見直しても間違いない。老妻と二人きりの所帯、大声出して呼び寄せて確かめあって差出人を見れば吾が息子。不思議な出来事に二人とも唾然として声なしの状態であった。翌日愚息に電話すれば吃驚と大喜び、孫と嫁と二人で「一生の親孝行がこれで済んだ、バンザイ。」と吐かした。

家族中で何を云うていても大喜びに変わりは無い。早速郵便局へ全部の当たりはがきを持って行った。受付のオネエちゃん吃驚した顔して、「これだけ一度に当選されたのはこの郵便局始まって以来です。握手して下さい。福下さい。」おまけに上司を呼び寄せて握手して貰いなさいと云って上司とも握手をさせられた。

当日カタログをみて記入し提出した。旬日後シャープの京都営業所より連絡があり、ブルーレイ付き地デジの大きいテ



“社会の窓”を閉めるのも忘れて喜んでいます

レビが納入された。今までの古いアナログテレビはもう見るに耐えない。一生に一度であろう幸運に舞い込まれたのも日頃伏見稲荷大社を信仰しているご利益に違いないと信じている。

全医協連加盟の各組合の先生方が京都に御出での節には、ついでも宜しいからは是非伏見稲荷大社に参拝される様お薦めします。唯念の為に申しておきますが、私の様な非科学的頭脳の持ち主の云うことを信じて戴けるかどうかは、先生方の判断にお任せ致します。

旅の風景スケッチ日和



〈第3回〉

歴史の現場に立って

おおもり しゅんじ

大森 俊次

(京都保事協/事務局長)



仙台

昨秋、仙台内科医会の高橋先生からのお招きで、スケッチ旅について話をさせていただきました。開会前に少し時間があつたので、青葉城址を訪れ広瀬川の流れをスケッチした。暮れゆく逆光にスキの穂が白く浮かび上がっていた。この川原に佇みながら、独眼竜政宗は天下への野望を燃やし、原田甲斐は伊達62万石安泰の秘策を練ったのだろうか。そんな歴史の現場に立って、胸を熱くしながらスケッチするひとときが僕にはたまらなく楽しい。

壇ノ浦

下関は川浪師匠の故郷なので、これまでに何回も連れて帰ってもらっているが、今回は僕ひとり夜明けの壇ノ浦で1185年(寿永4年)の源平最後の合戦を思い浮かべつつ絵筆を走らせた。若い頃は勝者の源氏側に心を寄せていたが、年を経るごとに敗者の平家側に思いが傾いてゆくのは、きつと滅びの美学にひかれる年齢になつたからかも知れない。決戦の地・早瀬の瀬を眺めていると、波間に平家の赤旗が浮かび諸行無常の響きありだった。





関ヶ原

高速道路や新幹線が集まる関ヶ原だが、石田三成が本陣を構えた笹尾山付近だけは木柵に囲まれ「大一大万大吉」の旗指物が立ち、往時の雰囲気を残している。三成の掲げたこの文字は「一人は万人のために、万人は一人のために」を意味するとも言われるから、三成は協同組合の精神をモットーとしたのだろうか。そう言えば、彼が手腕を発揮した佐和山城下での経済政策には、手工業者や商人たちの育成施策も含まれていたらしい。

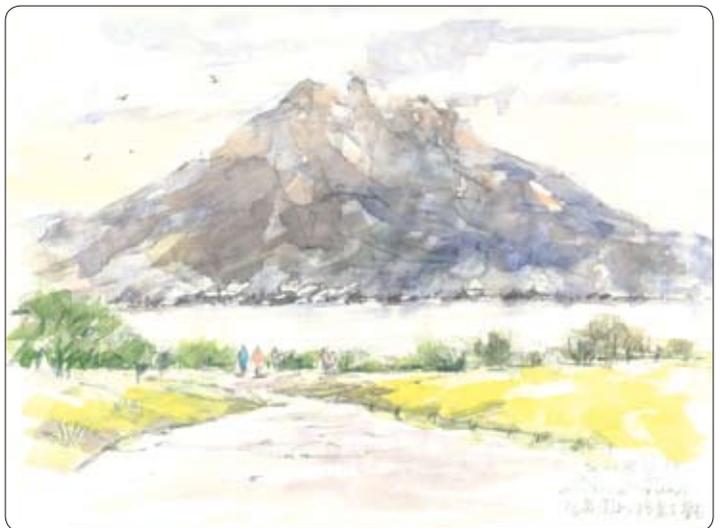
桜田門

1860年(安政7年)3月3日、雪降りしきる桜田門外で井伊直弼が暗殺された。水戸藩士・関鉄之介の足跡に沿って事件を描いた吉村昭の小説『桜田門外ノ変』が映画化・公開される。襲撃の合図の銃声が響きわたり、井伊大老の首級と共に幕末騒乱の幕が切って落とされた。そんな血生臭い桜田門も、今ではジョギングランナーや観光客で賑わっている。のどかな掘端で、恐い顔で動乱の歴史に思い馳せている時代錯誤オヤジは僕だけかいな。



桜島

日本最後の内戦と言われる1878年(明治10年)の西南戦争。最後はふるさとの城山に追い詰められた西郷軍の兵士たちは、桜島の噴煙をどんな思いで見ただろう。「わが胸の燃える思いに比ぶれば煙は薄し桜島山」と憂国の志士・平野国臣が詠んだ時から激動の日々を経て、明治日本はいつたいてどこへ向おうとしていたのだろうか。西郷隆盛も大久保利通も去り、やがて大河内傳次郎も月形龍之介も大友柳太朗も忘れられるのかな。サビシイ!



稲むらの火、稲むらいと

全医協連常務理事 三好 壮一

写真1



五兵衛のモデルは濱口儀兵衛(梧陵)であり(写真2)、彼の真の偉業は、その後私財を投じて防潮堤の建設を発案し、津波によって住む所を奪われ、虚脱状態にあった村人と共に建設に勤め、現代風に言えば災害後のメンタルケアも行ったわけである。

「これは、ただ事ではない」とつぶやきながら、五兵衛は家からでてきた。(中略)村から海へ移した五兵衛の目は、忽ちそこに吸付けられてしまった。風とは反対に波が沖へ沖へと動いている。見る見る海岸には広い白い砂や黒い岩底が現れて来た。「大変だ。津波がやって来るに違ひない。」と、五兵衛は思った。『…これは尋常小学国語読本巻十(1937)1947)に掲載された「稲むらの火」の一節である(写真1)。五兵衛はその後松明で自分の畑の稲むらに火を放ち、その火に気づいた村人が五兵衛(村の庄屋であった)の家がある高台に駆けつけ、津波に巻き込まれずに助かったというエピソードである。

「稲むら(稲叢)」とは収穫した稲束を天日で干すために稲架(はさ)に架けられたものであるが、脱穀後の稲藁を積み上げたものも「稲むら」とも呼ぶ。いずれにせよ、貴重な農産物に火を放って村人の命を救った物語で、小泉八雲が「A Living God」として発表した(1896)著作に感動した中井常蔵(物語の舞台である広川村出身)が翻訳・再話したものが、尋常小学校国語教科書に採用された。

この防潮堤は現在も広川堤防として健在で、散策路となっているし、昭和23年12月の東南海・南海地震に伴う大津波からも広川町の被害を最小限に止めることができた。近年東南海・南海地震の発生が予測されている中、津波から身を守る避難路確保や防災設備の必要性・重要性さらには大災害後のメンタルケアまでを150年以上前に提起したことは特筆されるべきである。事実東南アジア諸国へは、地震・津波の防災資料として配布されたようである。ところが、わが国では以外とこの物語を知る人は少ない。2005年インド洋大津波後にジャカルタで開催された東南アジア諸国連合緊急首脳会議に出席した当時の小泉首相が他国の首相から、日本の教材には「稲むらの火」があり、小さい頃から津波対策を教えているらしいと問われたが、小泉さんも、

写真2



照会をした文部科学省でも誰も知らなかったという逸話すらある。

最近この「稲むらの火」が64年ぶりに「百年後のふるさとを守る」という表題で小学5年生の国語教科書に掲載されるこ



写真3



写真4



写真5



写真6

とになったとの報道があった(平成22年5月7日、毎日新聞夕刊)。関西大学社会安全学部長河田恵昭氏は「私財で堤防を建設し、復興事業に取り組んだ業績こそ意義深い」と話された。前述のように住民の避難を助け、津波による直接の人命被害を最小に止めるとともに、現在にも十分通用する災害後のケア、その後の災害対策まで考えた浜口伍稜の伝記は、我々日本人全てが知るべきではないだろうか。

和歌山県広川町には百世の安堵を図れと説いた濱口梧陵記念館と併設されている津波防災教育センター「稲むらの火の館」があり、私も数度訪れたが、資料も豊富で、一見の価値がある。インターネットで「稲むらの火の館」、「濱口梧陵」で検索すればさらに詳しい情報が得られよう。さて、ここからは郷土生まれの防災・防犯グッズを紹介させて頂こう。「稲むらの火の館」にも防災グッズとして展示されている「稲むらいと」である(写真3)。当然のことながらこの製品の名前は「稲

むらの火」から命名されたもので、県主催の第1回現代版「稲むらの火」コンクールで優秀作品賞を受賞した(平成17年12月)。和歌山市内で家内工業的な会社で考案製造されている小型照明器具であるが、LED使用により単4型乾電池3個で最大12万ルクスの照度が得られ、スイッチを切っても微光が約2年間消えないので暗闇でも探しやすい特徴がある(写真4)。また、クリップが付いているので照らしながら両手が自由に使える利点もある(写真5)。この利点を生かしたポリスライトという製品もある。

私は、自宅の枕元、自動車内に常備(写真6)、旅行バッグにも常にいれている。幸いにも暗闇に取り残されたりしたことはないが、災害時停電の中でもパニックにならないように準備している。車の中で探し物を見たり、書類を見るのにも便利(<http://www.jtw.zaq.ne.jp/cfbwq106/>)。催しの際の引き出物、記念品としても手頃な一品である。購入に関しては、和歌山県医師協同組合にお問い合わせを。

華麗なる休日

いつまでも、心地よく寛ぎたい、そんな我侘を
すんなりと叶えてくれる宿が、ここにある



エントランス 至福の空間へのアプローチ



全室ラグジュアリースイートの客室



客室露天風呂、大浴場もすべて 自家源泉かけ流し

静岡県熱海市水口町11-48
Tel : 0557-86-3646 Fax : 0557-81-2363
【HP】 www.atamifufu.jp

【営業時間】 チェックイン15:00 チェックアウト11:00
【料金】 2名一室利用時 お一人様料金 ¥39,650~
(夕・朝食付き、入湯税込み)

アクセス

【お車で越しの場合】

東名高速利用
東京 → 厚木IC → 小田原厚木道路 → 国道1号
約1時間50分
御殿場IC → 国道138号 → 国道1号 約40分

【電車で越しの場合】

東京 → 小田原 → 小涌谷駅
名古屋 → 小田原 → 小涌谷駅

●箱根・翠松園、熱海・ふふについては——
直通連絡先 Tel : 070-5693-5179
医師協同組合様担当 中西



大自然と戯れ、
静謐のひとときを過ごす
懐かしき日本の「心」がここにある



箱根・翠松園



自然との共生 3,000坪の起伏に富んだ敷地



箱根の雄大な自然の中に
たたずむエントランス



樹齢300年の紅葉がお庭にある
国登録有形文化財 レストラン「紅葉」

緑深き 雄大な自然の箱根 小涌谷 に佇む、ラグジュアリー旅館『箱根・翠松園』。

開業から2年だが、早くも「名旅館」の評価を得ている。「箱根・翠松園」の名前の由来はかつて三井財閥の別荘として知られた国登録有形文化財「三井 翠松園」を敷地内にそのまま残したことによる。自然と共生を感じさせる3,000坪の起伏に富んだ敷地には、竹の青が染みる「竹の塔」、紅葉が見事な「紅の塔」など、6塔が配置され、中庭を眺めるだけで、心安らぐ自然環境を有している。23室ある客室はゆとりの広さを持ち、全室自家源泉掛け流し露天風呂付き。テレビが完備されており、ゆったりと温泉を楽しむことができる。タ

イプによりジャグジーやミストサウナも完備。館内にはサウナ付浴場も完備されている。

お食事は料理長の厳選素材を活かした懐石料理と鉄板焼きからチョイス。ラウンジBARも併設されている。

SPAは世界を代表する高級コスメティックブランド『sisley シスレー』。「即効性」と「安全性」を何よりも重んじ、植物が肌にもたらす力を無限大に引き出すシスレー製品の効果を、余すところなく体感していただけるトリートメントメニューを揃える。肌を知り尽くしたスペシャリストによるカウンセリングの後、肌質に合わせコースを選ぶことができる。究極のリラクゼーションで、至福の時間を演



全室 自家源泉かけ流しの露天風呂完備



「sisley シスレー」のSPAサロン

出してくれる。最寄り駅「小涌谷」からの送迎はラグジュアリーカー、レクサスでおこなわれ、駅からのアクセスも快適そのものだ。

神奈川県足柄下郡箱根町小涌谷519-9
Tel: 0460-86-0852 Fax: 0460-87-4000
【HP】 www.hakonesuisho.jp

【営業時間】 チェックイン15:00 チェックアウト11:00
【料金】 2名一室利用時 お一人様料金 ¥39,650~
(夕・朝食付き、入湯税込み)

『運命の人』(全4巻)

◆著者——山崎豊子

◆発行所——文藝春秋

◆定価——一、五二四円(税別)



この作品は、事実を取材し、小説的に構築したフィクションである。

「沖繩の返還なくして、日本の戦後は終わらない」の名台詞を残した佐藤栄作総理大臣は佐橋総理大臣として登場する。登場人物は、実名の政治家を一部改名しており、その都度実在人物の名前に変換して読んでいくことになる。昨今、沖繩の普天間基地移転問題で、全国的に毎日話題に上がっている沖繩がテーマの小説である。

毎朝新聞政治部の外務省詰キャップ、弓成亮太は他紙記者も一目を置く人物である。沖繩返還に関して、日米の交渉過程における外交書簡の電文が主人公記者によって漏れてしまふ、いわゆる外務省機密漏洩事件である。

史実では、3億2千万ドルかけた沖繩日本

復帰に際しての密約のうち、沖繩返還時の米軍用地原状回復補償費の肩代わりに関する密約がある。西山太吉氏(元毎日新聞記者)はこの補償費400万ドル日本側肩代わりの密約を暴露した。去年夏までの歴代閣僚は国会答弁で、密約メモの存在を否定してきたが、昨年8月末の政権交代の後、外務省有識者委員会はこの密約メモ存在を報告した。また、今年4月9日、東京地裁で沖繩密約訴訟の裁判で、国側に情報開示せよとの判決が下されたことは記憶に新しい。まさに政権が変わると真実の歴史がまた変わるのである。米国公文書館から沖繩返還時の密約に関する外交文書が見つかり、真実とは何かを考えさせられる。この小説で、弓成記者は外務省の安西審議官の部下である妙齢の三木昭子事務官を經由し

て、この外交機密電文を手に入れた。ニュースソースを絶対に明かさないと文律を信条としている記者からなぜか野党議員の手に。国民を欺いた返還であるとして、政府を追及する手段として電文コピーが利用された。しかし、国家は機密漏洩事件として徹底的に対立し、主人公を追い詰めていく。マスコミは知る権利として正当性を訴えるが、警察は「国家公務員法111条違反」で弓成を逮捕した。同法とは、職務上知ることのできた秘密を漏らしてはならないと定めた国家公務員に對して、そのかし又は幫助をした罪ということ。東京地裁では弓成は無罪となるが、高等裁判へと移り、検察局の狙い通り、情を通して得た情報に對して有罪とする。さらに最高裁でも控訴棄却され、主人公は転落の人生へ、実家の倒産、家庭もまた犠牲になるストーリーが展開される。しかし、沖繩まで流れてから、日本唯一地上戦があった沖繩の悲劇、米軍人による少女暴行事件、普天間ヘリコプター墜落事故等、米軍基地がらみの事件が実際に起こっている沖繩の現状に對し、運命の人弓成は再びジャーナリストとしての使命を果たさなければならぬと決意していく。「沖繩を知れば知るほど、この国の歪みが見えてくる。それにもつと多くの本土の国民が気づき、声を上げねばならないのだ、書いて知らせるといふ私なりの方法で、その役割の一端を担って行こう」と。普天間基地移転問題にも一石を投じる小説である。

(広報部部員 真栄田篤彦)



▼
三好 壮一(和歌山市)

「熱演」



「羽田夕景」

▼
坂西 義人(東京都)
「春の山野草」



うらしまそう…釣り糸が見えますか?



いちりんそう…やっと咲きました



むさしあぶみ…ちょっと不気味



やまぶきそう…今年はやっとさみしい



ナルコユリ



ゆきざさ