

# どすこいかわら版

発行 墨田区 編集 NPO法人てーねん・どすこい倶楽部

## 団塊世代トリビュート企画

### 両国フォークロアセンター

「愛すべきフォークは、「自由な風」とともに」

冷たい雨が降りしきる午後、千歳は一の橋近く、フォークミュージックの殿堂である、ライブハウス「両国フォークロアセンター」を訪れた。見かけは蕎麦屋さんを改装した古民家風の懐かしい雰囲気。今回の「あの頃誰も」が口ずさんだ名曲を思い出して、元氣をお届けしよう！のテーマにふさわしいな：と、思ったのも束の間、主宰者の國崎清秀さんからは「フォークは懐メロじゃない。生きていく。」の熱いメッセージで当方の意図はあつという間に溶かされた。國崎さんは、いでたち・発する言葉からフォーク魂をひしひしと感ぜさせる「フォークのサムライ」という言葉がふさわしい雰囲気の方。取材冒頭は現代フォークミュージックの史的発展論



(※) 米国の代表的なフォークシンガー(1919~2014)「花はどこへ行った」は日本でも知られた楽曲

の講義から。うーん、勉強になった。「下町にあつても、聖なる森で暮らし続けた伝説のフォークシンガー、ピート・シーガー(※)の心と同調できる空間の創出」を願って、1970年にこの場所は設立されたところなるほど。

き。民族文化からフォークイベントの記録集、さらには内外の著名フォーク歌手の来訪時(ライブ時)の写真などが所狭しと飾られ、ライブハウスにしみ込んだ人々の想いが地熱になって伝わってくる。フォークが席巻した70年前後。時代も自分も若く、何かが変わる予感が世の中を包んでいたなあ：そんな事を長年来の親友の如く國崎さんと語らつた。音楽、文学、映画の話は溢れんばかりなのに、この方、自分のことを語るときは照れ臭さそう。そばの江島杉山神社で、ここ数年行われている「隅田川フォークフェスティバル」の仕掛け人をされていて、将来的には検校(けんぎょう。江戸時代の視覚障害者の官職名。)さんを祀った神社だけに「国内外の視覚障害を持つミュージシャンによるライブイベント」を企画したいとのこと。夢の大きさがうらやましい。最後にこれからの目標はと聞いても照れ笑いのみ。ただ、「儲けは少しいい。その代りに、得た収入を社会に還元できる意識づくりをし、新しい支えあいを生み、優しい世の中を作ってみ、優しい世の中を作っていけたら。」そんなことを呟いてくれた。無意識まで管理される現代。その息苦しさに気が付いてしまったとき、愛するフォークとともに生きる國崎さんのそばで心地よい「自由な風」に吹かれることをお勧めする。

センターは、建物2階でふらりと立ち寄れる開放スペースになっている。中は、高校時代に遊びに行った音楽好きの友人の部屋といった趣味で最大10人程度が入れる秘密基地といった趣

合あり

※開館時間の変更される場合あり

フェイスブック・「両国フォークロアセンター」  
ツイッター・「国崎清秀」  
施設住所・千歳1-5-15  
2階(1階もコミュニティスペース「二ツ目ギャラリー」  
として開放中)

電話・3631-8273  
開館・12:30~17:30  
(木・金・土曜日のみ)

トイレが近い

街をいろいろイルミネーションが年末の訪れを教えてくれる季節となりました。このところ急に冷えこみ、寒さが身にしみます。

夏と違って、汗などで外に出ていくものが減り、体の中の水分量が増えてトイレが近くなりがちです。これは生理現象なので心配はありません。けれどもトイレに行ってもまたすぐに出したくなる時は頻尿ひんせうと言います。原因によっては治療が必要となることがあります。

尿は腎臓でつくられて膀胱にたまります。一般的に二〇〇mLで尿意を感じ、三〇〇から五〇〇mLまでためられるそうです。トイレに行く回数は人さまざまですが、一日に約5〜6回が目安です。このペースがくずれて回数が八回以上になることを頻尿と言います。

考えられる原因としては膀胱炎があります。多くは細菌感染によっておこり、排尿するときの痛みやにごった尿が出るこ

があります。また、何かの理由で膀胱が外から押されたり、精神的な緊張が続いたりすること  
で尿意を感じてトイレに何度も行きたくなることがありますね。他には過活動膀胱という可能性もあります。膀胱にたまった尿は少ないのに、突然、我慢できないほどの強い尿意を感じます。間に合わずにもれることも

あります。肛門周囲の筋肉をゆるめたり縮めたりする筋力の強化や薬による治療があります。が、はつきりとした原因はわかっていません。男性の場合には、頻尿に加えて残尿感や尿の途切れ、勢いが弱いといった症状がある場合には前立腺の肥大が疑われます。このような症状があったら、水分の摂取量や排尿の時間や回数、尿意の強さや残尿感、尿の

色などを記録しておき、泌尿器科を受診しましょう。この年末、自分の体が発するサインを見直してみたいものです。



手軽にクッキング51 < 12月のお惣菜 >

「友禅あ和え」

<材料：4人分> (1人分：約40kcal)

- 大根 200g
- 人参 50g
- きゅうり 100g
- 塩 少々
- ツナ水煮缶 40g
- プレーンヨーグルト 40g
- 砂糖 小さじ1
- ゆず皮 少々
- ゆず絞り汁 小さじ1
- 辛子 少々
- 白いりごま 少々



<作り方>

1. 大根・人参・きゅうりは千切りにし、塩をふっておく
2. ツナは軽く水気を切ってほぐしておく
3. 1の野菜の水気を絞る
4. 柚子皮をおろし金でおろし、絞り汁を用意する
5. ボールにAを混ぜあわせ、ツナと野菜を加えて和える
6. 器に盛り付け、白ごまをふる

\*ヨーグルトのドレッシングで減塩に！柚子の代わりにレモンでもOK。

(協力：食育支援部)

A

# むちん むちん

大横川 水馬 あめんぼ

地方から上京して、この街で  
たくさんの相撲取りを目にした。  
朝稽古を終えた力士達が、ふ  
んどし姿のまま体を横たえてい  
た。田舎のおふくろさんと話し  
ているのだろうか、ひと気のない  
夜の公園で、電話ボックスに  
無理やり体を入れた浴衣姿があっ  
た。

日常、身近に彼らを見るにつ  
け、当たり前前の存在となつた。

墨田は相撲の街だ。

相撲と関係があるのは分かっ  
ていたが、「どすこい」とは、  
どういう意味だろう。手持ちの

『広辞苑』（第四版）を引いた。

なんと、載っていない（第六版  
には記載有り）。『大辞林』に、  
「相撲甚句（むちんく）のかけ声。『どすこい』  
の転じたもの」とある。

「オメエら、どこからでもかかっ  
て来いやー」

力士の、そんな覚悟の、威勢  
のいい言葉だと思ひ込んでいた

が、違ったようだ。

次に、相撲に関する小説を探  
した。

① 飯島和一『雷電本紀』

江戸時代の力士の生涯を描い  
た歴史小説。一九九四年初版。

② 周防正行『しこふんじやつた』  
著者の監督脚本で映画化。

③ 内館牧子『ひらり』

相撲の好きなヒロインを描き、  
テレビドラマになった。主題歌  
はDREAMS COME T  
RUEの『晴れたらいいね』

④ もりた なるお

相撲小説をいくつか書いてい  
る。直木賞候補として五度、名  
前が挙がったが受賞していない。

⑤ 鶴川健吉『すなまわり』

先日この本を読んだ。著者は  
相撲の行司だった人で、文中、  
序二段の優勝決定戦の模様を三  
千字ほどで描写している。私が  
「どすこい」に寄稿したこのエッ  
セイの三倍の長さだ。

行間から鬢（びん）付け油の香りが漂  
い、土俵の砂に浸みる汗のした  
たりが見えた。肉がぶつかる音  
と、苦しげな息遣いが聞こえる。  
そんな気がした。二〇一三年の

第一四九回芥川賞候補。

話が飛ぶけれど、芥川龍之介  
といえば隅田川を描いた『大川  
の水』の冒頭はこうだ。

——自分は、大川端に近い町  
に生まれた。家を出て椎の若葉  
におおわれた、黒塀（よこみ）の多い横網  
の小路を抜けると、すぐあの幅  
の広い川筋の見渡される、百本  
杭の河岸へ出るのである——

芥川は、中学を卒業するまで  
両国界限に住んでいた。

しからば龍之介さんよ、力士  
と同じ土俵に立った元行司さん  
が両国の相撲を題材にした作品、

『すなまわり』に、あなたの名  
前を冠（かん）する賞を授与してくれて  
も良かったんじゃないの。

再び話が飛ぶけれど、文中、  
『黒塀の多い横網の小路』とあ  
る。横網一丁目の旧安田庭園の  
白塀は数年前、藁の灰を柿渋で  
溶いて塗料にしたものを杉板に

塗って造つ  
たという、  
『黒塀』に変  
わった。

どすこい  
どすこい

どすこい  
どすこい



## 「シニア人材バンク登録者募集中」

ボランティア活動をしたい方の登録と依頼  
に応じた派遣を行っています。

パソコン、麻雀、将棋、子育て支援、日本  
語支援、家事援助、生活支援、健康教室のお  
手伝い、各種講座、講演会の企画から会場の  
準備作業など、どなたでも気軽に参加できる、  
さまざまな活動をしています。

皆様の知識、経験、特技、趣味等を地域で  
活かしてみませんか？

☆ 墨田区では毎月1日、15日に地域のイベント  
情報等をパソコンメールで希望者にお送りしていま  
す。ご希望の方は、お名前をメールでお知らせく  
ださい。件名にメルマガ希望と記入してください。  
[tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp](mailto:tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp)



~ すみだイルミネーションスポットの紹介 ~



Sumida Illumination

**Kinshicho** 錦糸町エリア  
今年は錦糸町エリア一体となり、一斉点灯!

**Ryogoku** 両国エリア  
緑町公園イルミネーション

点灯期間 11月22日~2015年1月12日予定

点灯期間 11月8日~2015年1月19日

場所 ☆テルミナ☆オリナス☆楽天地ビル  
☆アルカタワース錦糸町エリア

点灯時間 17:00~22:00  
場所 緑町公園 (亀沢2-1-1)

**Oshiage** 押上エリア  
東京スカイツリータウン

**Mukojima** 向島エリア  
すみだイルミネーション

ドリームクリスマス2014

点灯期間 11月1日~12月25日

点灯期間 12月25日~2015年1月15日

場所 東京スカイツリータウン 内

点灯時間 17:00~翌6:00

東京スカイツリー も点灯期間中、  
クリスマスツリーに見立てたライティングに!

場所 東白髭公園 (堤通2丁目)

墨田区観光協会HPに各エリアのイルミネーション写真が掲載されています!  
※「墨田区観光協会」で検索

~お正月は伝統芸能から~

新春イベントの御案内

日時: 1月3日(土曜日)午後1時30分から午後2時まで  
1月4日(日曜日)午後1時30分から午後2時30分まで  
会場: すみだ郷土文化資料館 (東京都墨田区向島2-3-5)

電話: 03-5619-7034

内容: 1月3日 邦楽(尺八・箏)の演奏(出演:本間豊堂 穴倉もなみ)  
1月4日 春駒(祝福芸能)(出演:浅草 雑芸団)

定員: 15人(1月3日) 25人(1月4日)  
※定員を超えた場合は立ち見となります

申込み: 当日直接会場へ

入館料: ▼個人100円 ▼20人以上の団体80円 \*中学生以下と身体障害者手帳・愛の手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は無料

問合せ: すみだ郷土文化資料館 03-5619-7034

※特集展示「隅田川七福神一向島をめぐる正月行事」も併せてご覧ください。

会期: 2014年12月13日(土)~2015年2月8日(日)

※イベント期間中の休館 月曜日・第4火曜日(ともに祝日のときは翌日)及び12月29日(月)~1月2日(金)は休館



発行 墨田区福祉保健部高齢者福祉課  
〒130-8640 東京都墨田区吾妻橋1-23-20  
電話 03-5608-6168

編集 NPO法人てねん・どすこい倶楽部  
〒131-0044 東京都墨田区東向島1-17-8  
電話 03-5631-2577 FAX 03-5631-2578  
(平日午前10時~午後4時)

メール tehndosukoiclub@jcom.home.ne.jp  
http://members2.jcom.home.ne.jp/tehndosukoiclub/

本格的な寒さはもう少し先と思っていまうたが、今年例年より早く積雪があり、各地で被害も出ています。これからの時期はインフルエンザの流行に気をつけてくださいね。

編集後記