

# やすらぎ

平成 21 年 3 月 1 日  
〔第 119 号〕

発行 御所モラロジー事務所 発行責任者 吉田 実  
〒639-2241 奈良県御所市茅原118-1 TEL/FAX 0745-64-3030 E.mail gose-mc@m5.kcn.ne.jp

## 女性クラブ新年の集い かもきみの湯にて



1月28日(水)10時から受付が始まり15時に終わった。講師には東大阪から植田和子講師が来て下さり、「家族の絆」の講義を聴かせて頂きました。

一講はモラロジーの説明から入り、良い心を使うと良い心が増える「心のお金持ちになりましょう!」次にニューモラル 466号と472号の中からお話をして下さい、玄関へ入った時の



感じてその家庭の温かさが分かる。又夫婦が仲良

くすると家の中が暖かくなる。家庭の絆は命の絆だと思います、等々やさしく語りかけるようなお話でした。

お昼からの健康体操の新名講師からは、新聞紙2枚で作った輪っかを使い、座ったまま出来る体操で約1時間体を動かしました。又30分のお話の中では65才以上になるとノドの乾きに気がつくのが鈍くなり、その為脱水症状になっていても気がつかない人が多いそうです。毎日体から2,500mlの水分が出て行きます。その為、口から1,500ml 食事から1,000ml 取るのですが、口からの水分が少ない人が多く気をつけて取るようにして下さいとのお話でした。

コーヒータイトムでは、植田講師のハーモニカで童謡を6曲全員で合唱し、楽しい一時が過ぎました。

上田雅代

## 三峰(みうね)山に4(死)は無かった

1月25日(日) 今冬一番の冷え込みか、我が家の最高最低温度計は-2.7度を指していた。今日は歩こう会の三峰山登山。うたい文句は「樹氷見物」。

2台の車で6人が御杖村青少年旅行村の登山口を目指す。目の前の三峰山とおぼしき山には、雪がびっしりと言いたいが、うっすら。「霧氷まつり」の開催期間中でガイド役の村人が火を炊き、地図を準備してくれている。

8:45大(おお)タイ林道コースを取ることに

する。途中、不動滝が現れる。歩き出して約1時間。急坂をあえぎながら登る。ここらあたり上空は旅客機の東西の通路になっているようで、飛行機が次々と飛ぶ音がする。気温は持参の寒暖計で-5度。更に急なつづら折が続く。あたりは植林が施されているが、もしこれらの木々が無ければ、全くの急斜面。怖い。

20人位収容される山小屋に到着。曰く、燻(いぶ)り出し小屋、けむた小屋。ありがた迷惑なおっさんが、必死に囲炉裏の火をおこそうと点火するが、煙ばかりでとても小屋内には居れない。

早めの昼食にする。私の買ってきたカップヌードルは特大サイズ。お湯を沸かして貰って注ぐのだが、たくさん要って、ごめん。

そこから、稜線に出る。風も無く、積雪は20センチ余りだが、登山道はよく踏まれ締まっている。アイゼンがキュキュと気持ちよく効く。誰かが「霧氷」ではなく「無氷」とか。そう、木の枝には、ほんの気持ちいいどの雪が付着しているのみ。寂しい。



正午、頂上に到着。標高は1235m。そう、1、2、3、5とあって4が無い。死が無い、安全な山である。道理で登山者が多い。この日も実にたくさんの老若男女が登山していた。眺望もよく、古光山(こごやま)、大洞山、俱留尊山(くろそやま)、局ヶ岳、学の洞山などが一望に。高見山もきれいに見える。雪原がきれいな八丁平へ回る。皆、雪が楽しく、はしゃぐこと、はしゃぐこと。

雪球を投げあい、遂にはすってんころりんと大尻もちを突いたのはひさん。

下山は協議の上、登り尾コースを取る事に。急な林中をゆっくりと降りる。



13:30 林道出会いの小屋に到着。アイゼンを外す。14:10 元の登山口へ帰着。

早速、近くの姫石の湯(ひめしのゆ)につかり、極楽、極楽。今日の登頂と無事を感謝しました

雪量は期待したほどではなかった。天候は良かった。登山道は整備されていた。霧氷は無氷だった。報告終わり。

米田徳七郎

### 均とマサヨの独逸見聞録 その10

ドイツ人の買い物

スーパーなどでお馴染みのショッピングカートは日本の3倍以上あります。

皆さん色々な食材をドンドンカートに積み込みますが、水、ビール、ワインなどは何箱も箱買いします。その為か駐車場の車は殆どライトバンです。

レジでは客がベルトコンベアーの上に商品を並べます。店員さんはコンベアーを回しレジを打ちます。打ち終わった商品を客が袋に入れ代金を支払います。精算機に代金が表示されるので、支払う前に「ハロー」おつりを貰って「チユース」(さようなら)、これだけ話せば買い物出来ます。



無氷登山から帰り、2週間後新聞を見ていると奈良版で「三峰山輝き求め」なんて記事が。「行った行った」と思いながら読み、ふと写真を見る。そこには山小屋の写真、燻りだし、けむた小屋、ありがた迷惑なおっさんが、必死に囲炉裏の火をおこそうと頑張っって少し炎が上がった時の写真です。後方に我ら6人が写っています。 きん

## 厳冬期の大峰山に登りました！

三光丸本店では、毎年厳冬期（2月）の大峰山（山上ヶ岳）登山が恒例行事となっています。今年も2月11日（建国記念の日）早朝、総勢16名が元気よく出発しました。

登山の出発点は洞川の清浄大橋です。準備体操で体をほぐした後、先達として同行していただいた吉祥草寺の山田哲寛住職にならい、全員で般若心経を一巻あげて道中安全を祈願してからスタート。敬虔な気持ちで女人結界門をくぐり抜けました。

一ノ世茶屋跡、一本松茶屋を経て「お助け水」を通過する頃から雪が次第に深くなります。今年の大峰山は例年に比べてやや雪が多く、メンバーの中には冬の大峰山は初挑戦という人も何人かいるので、寒風を避けられる場所で小刻みに休憩をとりながら慎重に歩を進めます。

洞辻茶屋を過ぎ、陀羅尼助茶屋にさしかかる頃



から、雪はますます深くなり、風も強まってきました。このあたりは傾斜も急で足場も悪く、雪に足をとられることもしばしば。そのせいか、ようです。

「頑張って行こう！」皆で声を掛け合いながら、難所を切り抜けます。

「西の覗き」の修行場では、断崖絶壁の上から少しだけ身を乗り出して“覗きの修行”の気分を

味わいました。

風雪をかき分けてなおも進み、屋根のあたりまで雪に埋もれた龍泉寺宿坊を横に見ながら、大峯山寺の妙覚門を通過。ここまでくればゴールは間近です。ラストスパートをかけて頂上手前の大峯山寺に到着、一同、寒さも吹き飛ばすような爽快な気分になりました。さあ、ここからは、しばし至福の昼食タイムです。

昼食後、雪に埋もれた本堂前でふたたび般若心経一巻を読み、帰路の無事と人々の健康を祈願させていただきました。その後、山上ヶ岳の頂上（一等三角点：1719.2m）を踏みしめ、元気よく下山開始です。

登りの苦勞はどこへやら、下りは皆、快調に飛ばします。途中通過した茶屋でもあまり休憩せず、順調に歩を進めて無事女人結界門までたどりつ

き、健闘をたたえ合いました。

下山後は洞川温泉で汗を流し、疲れた筋肉をほぐしました。



今回は先達にご同行いただき、お参りもすることができました。ありがとうございました。皆さん本当にお疲れ様!

三光丸クスリ資料館長 浅見 潤

## 運営委員会報告

2月の運営委員会は定例通り2月22日(日)午後8時より事務所で開催され、委員11人が出席しました。吉田代表世話人は「中日本センター講座受講ご苦勞さんでした。センター開設50周年、昭和37年学校へ通った当時とずいぶん変わり、感慨深いものがあります。日々伝統に感謝し、他に迷惑をかけぬよう心がけて、努力して行きたいと思います」と挨拶し議事が進められました。

### 報告事項

1. 中日本センター(瑞浪)生涯学習センター開設50周年記念体験談の募集が行なわれています。締め切りは平成21年7月31日となっています。詳細は事務所までお問い合わせ下さい。
2. 女性クラブ親睦旅行として、4月18日～19日畑毛記念館見学を企画しました。男性の参加も歓迎ですので、多くの方の申し込みをお待ちしています。

3. トイレの改修費用として総額158,400円を出費しました。
4. 2月26日大阪出張所の宿直当番に森戸美代子・田村佳世さんがあたります。

### 審議事項

1. 2009年度総会を平成21年4月12日(日)19:00～21:30開催とする。総会に続き講話、懇親会とし、講師については代表世話人と総務委員長に一任する。
2. 瑞浪分園「感謝の集い」6月14日(日)参加を本年は事務所行事として執り行う。担当については代表世話人が選任する。
3. センター講座、本部講座などの受講見舞いについては、新人、維持員にかかわらず行なうこととする。

### 編集後記

二月一日寒風吹きすさぶ中、第六回金剛葛城山下一周駅伝大会が開催され、葛城公園十二時スタート、初めて参加の、三光丸社員さんが走ること、また、参加皆さんの応援に。初参加のアンカーはKさんらしい・・・ゴール近くで帰ってくるアンカーの選手を待ち受け声援を送る。途中からたすきが赤色に・・・(先頭集団から三十分遅れると繰り上げ出発でたすきの色が変わると次から次へとゴールする、あつと言つ間にKさんが走り去った。

参加者から一言、業界の違う方々と友達になれたのがよかった。来年度はユニホームでわかりやすさをアピールするそうです。

皆さんの元気とパワーをいただいた一日となりました。