

えびさん

8

立川と語ろう 立川に生きよう

August 2010

Écoutez Bien Vol.29 No.309

表紙の人 / 荻野芳廣さん、博之さん、友宏くん(富士見町)



山に魅せられて

立川女子高校山岳部

高橋流 初心者のための登山教室 ①

指導：高橋清輝

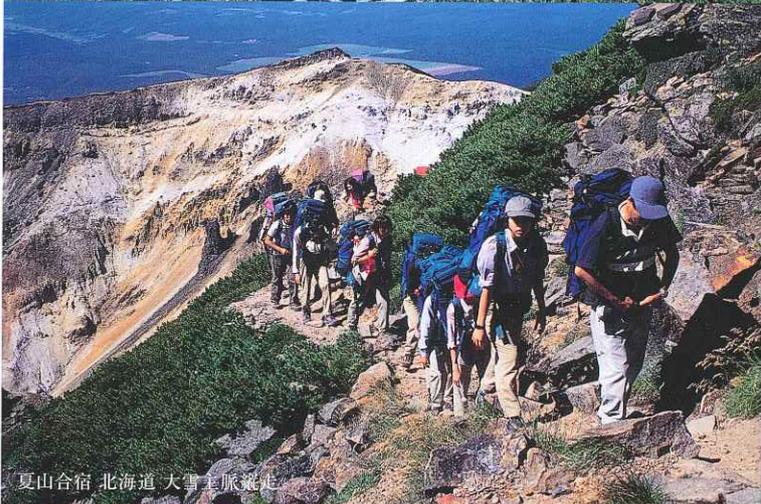
アシスタント：内山道子

山岳写真：桃井尚志、冨島和子 協力：立川女子高校山岳部、同OG

立川女子高校山岳部といえば、強い山女が揃っていたことで有名。1972年の第1次海外遠征で台湾 玉山登頂を皮切りに、大韓民国 雪岳山、ネパール ヒマラヤ ゴーギョピーク、カナダ ロッキー ツインズ北峰、ネパール ヒマラヤチュルー南東峰と次々登頂を果たし、中国 コングールIV峰世界初登頂は国内外に広く報じられた。しかし、登っているのはふつうの女の子たち。山を全く知らない女子高生が、いつのまにどうやって強い山女になっていくのか。高橋流 山を通しての教育を追いかけてみる。



夏山合宿 前アルプス北部縦走
塩見岳目指して



夏山合宿 北海道 大雪尾脈縦走



高橋校長先生(左)

山にはまったくの初心者、通称サヤが入部してきた。ハイキングどころか、今までスポーツらしいスポーツは一切したことがないという。しかし自然が好き、草花や樹木、動物が好きで山には行ってみたいらしい。口数も少なく、やりたいのかやりたくないのかははっきりしない今どきの女子高生。こちらを気に練らして対処していくが、こんな時かつての名リーダーたちがやはり頼りになる。さっそくOGたちに声をかけ、新入部員と親しくしてもらおうことにした。一声かけるとすぐさま集まって来るOGたち。山はこういった人間関係も培ってくれる。

1年間のプログラム。前半は初歩的な山登りを通して基礎技術の習得から開始。その応用編として日本アルプスなど高陵な山の夏山縦走登山で結ぶ。後半は秋山からスタートし、積雪期登山の基礎技術を学び、応用編として冬山のピークを目指す。

山登りは人間の力を超えた偉大な教育者である。大自然に接することにより、人間本来の性質が呼び覚まされ、淘汰される。そのことを通して得られる達成感、感動とともに味わい、同時に山の魅力を満喫してもらえたら、と願う。



第六次海外遠征 北米・サンフォード
アタックキャンプより



第八次海外遠征 ネパール ヒマラヤ ダンプス ピーク
デルフィニウムが美しい

内視鏡手術が上手くなりました

南極観測隊、医療隊員の真実!?

呼吸器の病気を専門にしている。30歳の時、手術中、先輩医師から南極観測隊医療隊員にならないかと誘われる。

ちょうど、仕事に行き詰まり、外科医を辞めようかと考えていたときだった。思い切った。そして、世界は開けた。

案内人 酒井光昭

プロフィール

筑波大学講師。大学院人間総合科学研究科 疾患制御医学専攻(呼吸器外科)医学博士。第41次南極地域観測隊 越冬隊 医療担当。部活の陸上に燃えていた高校2年生までは父親の後を継いで自衛官になるかと考えていた。しかし、足首を骨折し、2回に渡る手術を自分の目で見た時に感動し外科医を目指した。



——南極医療を研究されて、それで学位も取ったとか?

酒井 そうですね。南極環境、特に低温の中での人体の変化については、昔から欧米を中心に研究されています。僕はその研究ではない。南極の大気はものすごくきれいです。そのきれいな環境に身を置いたとき、肺を中心とした内臓にどんな変化が起きるか、それを調べました。

——きれいな空気だと人体に変化が起きるんですか?

酒井 普通はいろいろなゴミや大気汚染がありますよね。それら吸ったものは鼻や口から入ります。粗い粒子は途中で捕捉されて唾とか痰になって出る。でも細かいものはズーッと肺の奥まで入っていきます。肺の中にはマクロファージって白血球のひとつですが、悪いものを食べちゃうものがあって、パクパク侵入者を食べる。

でも自分だけじゃ食べきれない。マクロファージはある物質を出す。それがサイトカイン。サイトカインは血流の中を伝書バトみたいに飛んで行って、血球の工場である骨髄の中で在庫として眠っている白血球を呼び起こす。起きた白血球がたくさん血流に乗って肺に集まってきます。そしてまた悪者を殺す。この循環が働くから、例えば肺炎になったりすると白血球の数値が上がったり、サイトカインは発熱物質なので熱が出たりする。つまり、人間は常に入ってくる悪い物質によって汚染されるので常にやっつけているわけです。ところが、南極に行くと、空気がきれいなので入ってくる悪い物質がない。肺で待ち構えていたマクロファージが暇になっちゃって、サイトカインも出ないんです。そうすると抗がん剤を投与しているときのように、血流の中の白血球がグーンと減っちゃうんです。

——へへ。となると、病気にはならない?

酒井 逆に例えばアトピーの方とか、喘息の方とか、治っちゃうのを見ましたね。持病のある人は1年分の薬を持って行きなさいと出国前にお触れが出るのですが、南極に行くとまず使わない。

——すごい!

酒井 外敵から身を守る好中球っていうのがあるんですけど、不思議なんです、それもやはりドンと下がっちゃう。

——外敵がないから働く必要がない!イメージ的には寒いし、なんだか風邪引きそうですけど。

酒井 引かないですね。細菌やウイルスなどの病原体がない。自分が持ち込んだもの以外はないので、抗生物質を持って行ってもほとん

ど使わないです。南極からの帰りは面白いですよ。春先に帰って来ますよね。オーストラリアに近づくにつれて花粉症の隊員がクシュンクシュンやりだす。

——(笑) ケガしても破傷風にもならない。

酒井 なりませんね。ただ精密検査ができないので、ケガや病気を正しく診断することはむずかしいです。レントゲンしかありませんから。

——南極ではどの程度の医療行為ができるのですか?

酒井 手術室もありますし、歯医者もやりますし。

——えへ、呼吸器なのに歯医者やるんですか?

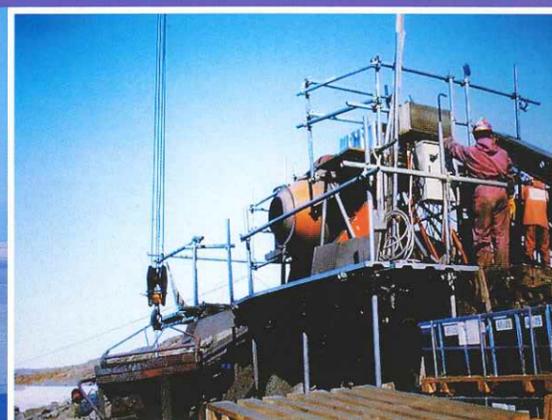
酒井 やりましたよ。南極に行く前にちゃんと歯医者で教えてもらいましたから。意外に歯科治療は多いんですよ。

——虫歯なら南極に行く前に治せるでしょ?

酒井 虫歯じゃないんですよ。やっぱり面倒くさくて歯を磨かないとか、内陸旅行に行くとき水が貴重なので磨かない。お茶碗いっぱい湯は途中までお茶飲んで、残りで茶碗洗って、歯を磨くとかね。だから歯周病ですよ。自分の持っているバイキンで。あとは詰め物が取れちゃうとか。ものすごく冷たい空気を吸いますよね。冷気による歯の収縮率と詰め物の収縮率が違わしく、これを繰り返していると詰め物が取れちゃうんです。厄介だったのは医療機器のメンテナンス。これは手術の写真です。医務室はオングル島にありますから、「温俱留中央病院」。



やまと山脈 福島岳



酒井生コン会社

——あら? 医療隊員は2人じゃないんですか? 何人も手術着てる。

酒井 彼らは子供の頃に医者になりたかった人たちなんです。通信隊員と当時はまだ使っていた航空機の整備士。両方とも海上保安庁の人で、こういうの着させてあげると喜ぶんです(笑)。これは背中におできができた隊員に対して実際に行った手術です。

——医者になりたかった人が手伝うんですか(笑)?

酒井 医者1人では治療がうまく進まないんで、こういうときにシミュレーションしておくんです。清潔不潔っていうのはこういうことだとか、器具はこう持ってたか。要するに非常事態の緊急医療支援隊の教育です。

——ああ、なるほど。先生が滞在中は大きなケガはなかったのですか?

酒井 ありませんでした。ある隊はあるんですけど。ただ、医者も2タイプあって、やたら医療行為をしたがるタイプとまったくやらないタイプ。つまり「こいつがいるから俺たちの越冬は大丈夫だ。この医者に任せておけばいい」というタイプと、「こいつに診てもらおうと大変だから、ケガだけはしないようにしよう」と自分で気をつけさせるタイプ。どっちが安全かはわかりません。

——自分がヒマラヤに行っちゃうようなお医者さんだと、南極でやらなくていいことはやらないようにしようって思うんでしょうね。先生は

内陸旅行に行かれたんですか?

酒井 行きました、行きました。僕はやまと山脈にいきました。隕石旅行隊と3ヶ月。

——何人で行ったんですか?

酒井 旅行隊リーダーでフィールドアシスタントである中学校の理科教師と、隕石資源センターの方と、地学の研究者と、医者と通信隊員と大原鉄工所の人の6人です。

——大原鉄工所って雪上車の会社ですね。南極観測隊の写真をよく見せられるんですけど、みんな日に焼けて真っ黒でヒゲ生やして、まったく誰が誰かわかりませんね(笑)。

酒井 内陸旅行で3ヶ月風呂入ってませんからね。でも臭くないですよ。汚れないし。

——汚れないんですか?

酒井 いや、汚れてると思いますよ。汚れないって言うだけで(笑)。

——なんだ(笑)。やまと山脈ってどんなところなんですか?

酒井 上半分が青で、下半分が白。

——そこに隕石が転がっているんですね?

酒井 そうです。

——隕石だと思って拾ったら人糞だったって聞いたんですけど……。

酒井 あります、あります。隕石も人糞も黒くて区別つかないんですよ。凍ってるし。それで雪上車に持ち帰って、今日の収穫はこれだっけ出すんですけど。「何だ? なんかに匂ってねえか?」って話になって。雪上車の中は温かいん

でね。慣れたヤツが溶けたブーツを探し出して、「これだ!」ってバイオハザードのマークをマジックで書いて廃棄物入れに捨てちゃうんです(笑)。

——本当にあるんですね。

酒井 おもしろいことはいっぱいありますよ。氷山とペンギンが描いてある板ガムありますよね。あのキャッチフレーズが「南極のさわやかさ」。本当にさわやかかどうか試そうって持って行った。噛めませんよ、硬くて。もうこんなの噛んだら死んじゃうよって。噛む時点で-50、60°Cですから。

——噛めないんですか?。お医者さんとして南極で大変だった事ってメンテナンス以外になんですか?

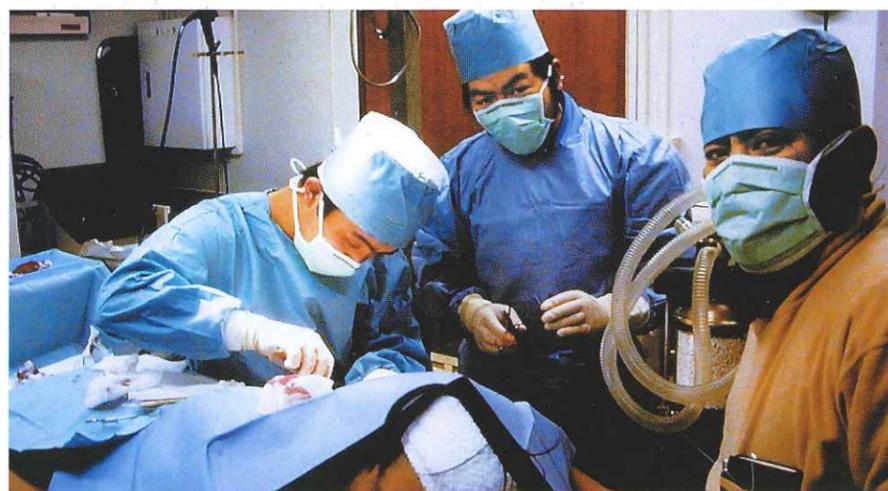
酒井 あっちは診療以外の仕事がほとんどですから。医者以外のことができないなら行くと言われてました。「僕は医者ですから」なんて言って雪かきしなかったら、「医者はな〜」「あいつは医者だからな〜」って言われちゃいます。ですから、どちらかと言うと何でも進んで自分からやらないとみんなが認めてくれない。僕は毎日必ず調理隊員の手伝いをするようにしていました。作業が終わって5時になったら、すぐ飛んで帰ってエプロンに着替えて。あと手空き総員作業も出るようにして。

——何て?

酒井 手空き総員作業。手が空いている人全員集まれ。ブリザードの後の除雪とか、キャベツ総点検とか。医者は病人がいなかったら仕事ないだろうって、実際は違うんだけどみんなそう思ってますから、なるべく行くようにしていましたね。

——医療行為しないでいると腕が落ちませんか?

酒井 南極でパワーショベルとか散々やったんですけど、あの技術は使えますよ。南極で医者が重機やると、それ面白〜って言われますが、やっていることはその辺の工事現場でやっていることと変わらないと思います。それを内視鏡手術の技術向上に活かそうとしたのは、多分日本では僕だけでしょうね。

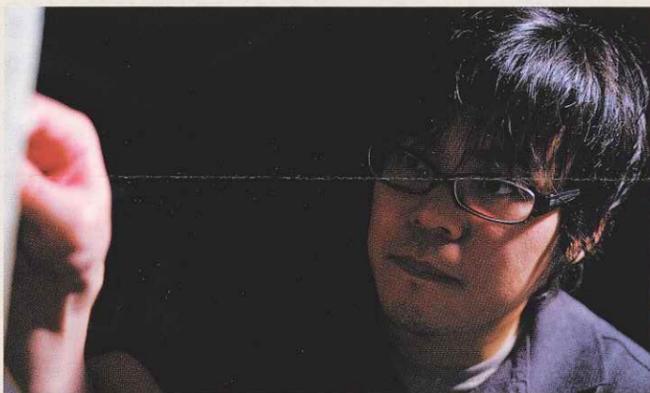


手術(緊急時訓練)

孤独な作業が歴史を護る

絵画修復士 —— 清水俊之介さん

ノーベル平和賞を受賞したワグネル・マータイさん。2005年に来日して感銘を受けたのが美しい日本語「MOTTAINAI」。いつの間にか「捨てる文化」が台頭して、日本人が本来持っているはずの温かい気持ち「もったいない」が消えようとしているのではないか。コツコツと孤独な作業をしながら、絵画修復士は世の中に問いかける。

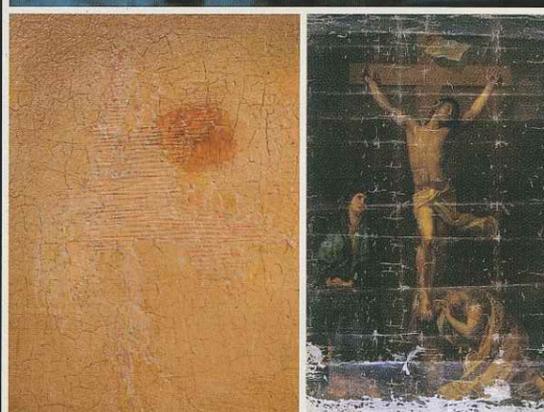
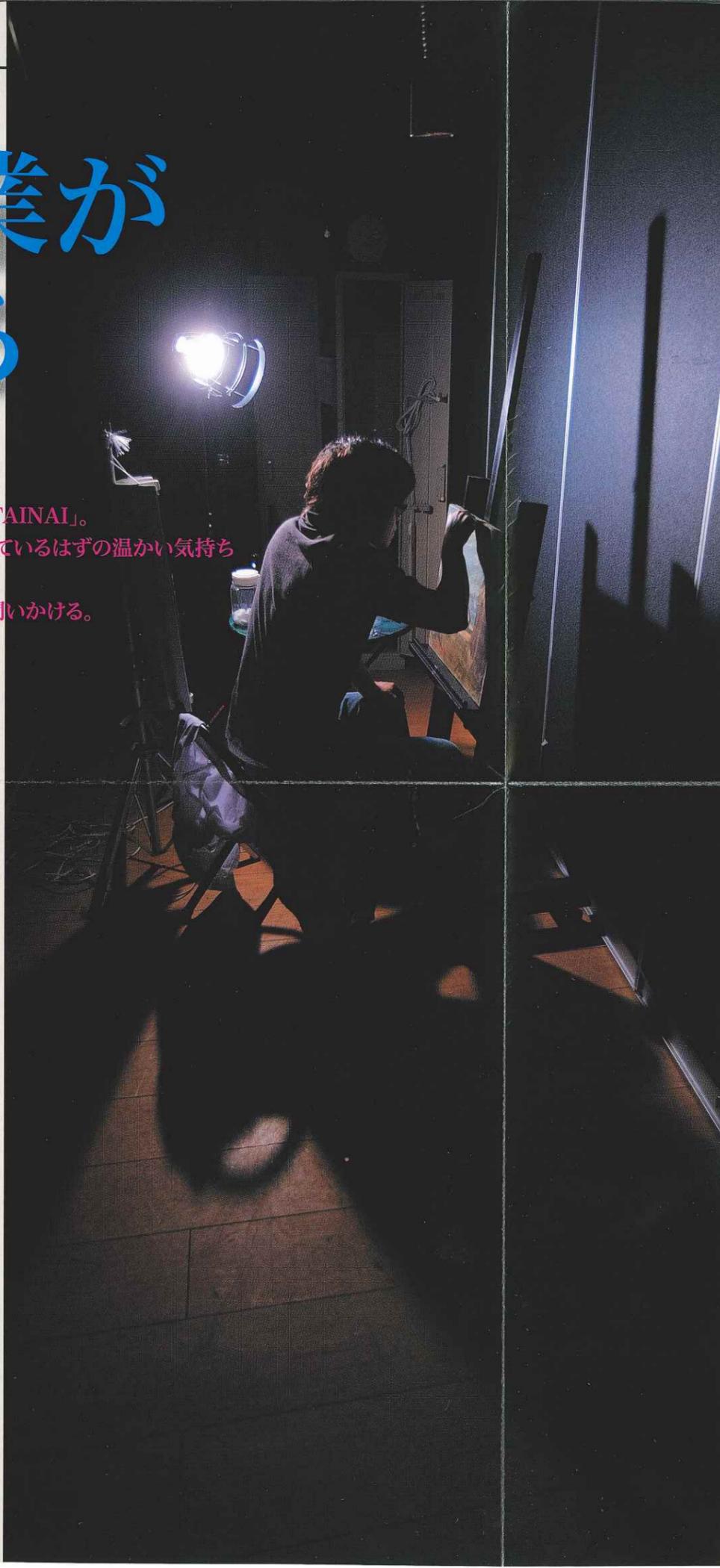


清水俊之介

26歳。絵画修復士。八王子市にあるランビエンテ修復芸術学院で修復理論・修復化学を教えている。新潟県柏崎出身。上京し大学に通っていた頃、以前から憧れていた修復士になると決意する。「プレーヤーになるよりも、チームドクターになりたい」と、単身イタリアへ留学。2007年 トスカーナ州公認修復専門技術士資格を首席で取得。パラッツォ・スピネッリ芸術修復学院を首席で卒業。2008年 文化財保存修復学会「環境に配慮した修復用マテリアル代替の可能性」ポスターを発表している。

修復するとは、絵の状態を健康にすること。修復は4つの重要なコンセプトから成り立つ。可逆性、適合性、最小限の処置、再認識性。これらは修復憲章としてイタリアでは重要視されている。

清水さんが得意とするのは修復の過程の中でも洗浄。価値が高く、傷つけてはならないものの上を、時には過激な薬品を使って洗う。知識と技術が不可欠だ。有機溶剤から酵素、石けんのようなもの、アルカリ性、酸性のものなどあらゆるものを使う。修復してピカピカになればいいのではなく、絵が持つ傷はその絵の歴史で、そういった情報は残しておかなければならない。よく使われる喩えに、80歳の女性を20歳にするのではなく、80歳の女性としてきれいにしておくこと。それが修復だ。



一見何も手を加えていないかのように見える一枚の絵。紫外線を当ててみると、修復したところが黒く見えてくる。

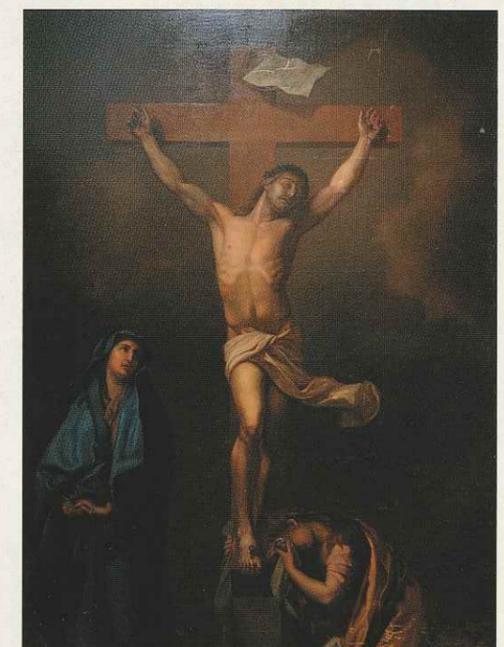
知らないうちに身に付いてきてしまった〈捨てる文化〉。人間の歴史の中で、最も〈護る〉ことへの意識が低い時代が現代か。自分たちの文化をほぼ捨てかけているように思う、と清水さんは言う。歴史は1回途切れたら、もう復旧できない。人々が命を賭けて護ってきたもの。それをさらに命を賭けて護り発展させることこそが歴史ではないか。捨てる前にもう一度直して使うことを考えて欲しい。

イタリアでは国の機関が絵画修復士養成のための学校を持っている。それだけ自分たちの文化を護る意識が高い。壊して作り替えてしまえばいいのではなく、ちょっと修理したり、職人たちが手を加えて、それはもしかしたら新しく買い替えるよりもお金がかかるかもしれないが、大切に遣そうとしている。日本もそうあってほしいと願う。

日本では、個人でも美術館でも傷んでいる作品を所蔵しているところは多い。しかし修復するだけの金銭的余裕がないのが現実だ。長野県にある無言館。第二次世界大戦で戦場に散った画学生たちの作品が展示されている。作品の芸術的価値は定かではないが、そこに飾られたものは確かに命であり、だからこそ人々の心を深く打つ。言葉無き言葉を後世へ遺したい。それこそが歴史を作ることであり、そこには修復が必要になってくる。

修復士がその力量を存分に発揮できる社会こそ、豊かな社会と言えるのかもしれない。

一部修復された「キリスト磔刑」(作者不詳) 19世紀末 エミリア・ロマーニャ派 258.5cm x 161.5cm



修復士は表現者ではない。表現者の領域に踏み込んではいらない。鑑賞者にも修復したところがわかるように、色を線で入れた例

えくてびあんの輪

えくてびあんはリストのお店にいつもあります。
今月は 錦町・柴崎町 のお店です。

錦町	アミューたちかわ	526-1311
	アミューたちかわ カフェ リルク	526-1311
	多摩信用金庫 錦町支店	528-0511
	そば処 高尾亭	522-2710
	Natural Food Restaurant シェイなほ	529-5921
	エステランテ ロズまり	529-3037
	レストランテ・ラ・ポポラリタ	527-3880
	Garden & Crafts Cafe with 多根	0120-412-877
	高齢者総合施設 至誠ホーム	527-0031
	至誠ホーム 至誠介護相談センター	527-0321
柴崎町	諏訪神社	522-2968
	毎日新聞社グループ株式会社 都下毎日広告社	522-6121
	パスタビーノはしや	521-3386
	高島ビル 1階	
	南武堂剣道具店	527-0197
	味乃 寿司由	522-3733
	トーク・スペース	527-1636
	株式会社 一心堂	527-3777
	すがの歯科	540-2675
	中華ハルビン	527-1809
	紙匠 雅	548-1388
	ピストロすぎ浦	525-9929
	ステーキ & 欧風料理 クワトロ	528-2983
	串揚割烹 トントン	524-4521
	Pasta Frolla 立川南口店	540-8033
	レンタルスペース & 雑貨カフェ 夢工房	543-7818
	パセリ ドゥーエ	525-8486
	甘味処 石や	524-0862
	不動産 コマツホーム	525-5811
	喫茶 キャリー	528-2630
	芹沢ガラス店	522-3065
	かみゆい処 わ	522-8202
	ファッションハウス ホマレヤ	525-2788
	ジョイフルプラザ スクエア	528-4250
	酒歩 たから	528-1510
	服地・洋裁材料 藤レディース	528-5101
	純中国料理 北京大飯店	522-6393
	天婦羅・うなぎ 良銀	522-4330
	田中星美堂薬局	522-3913
	生活雑貨 EAST END	523-9636

jorakugajo

真如苑提供番組〈常楽我浄〉

スカイパーフェクTV：216ch
マイ・テレビアナログ：11ch
デジタル：111ch

放送時間については番組表をご確認ください。

www.shinnyo-en.or.jp

立川・多摩の話題いっぱい!
わたしとあなたとたちかわを結ぶ
街ナビネット

多摩てばこnet

tamatebakonet.jp

www.tamatebakonet.jp



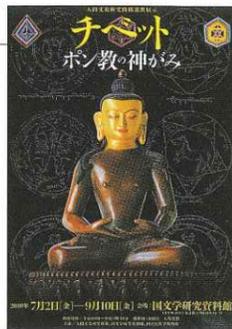
立川市柴崎町 2-1-10
高島ビル 4F
TEL 042-528-0082

街の話題

チベットを知る — 国立国文学研究資料館

緑町にある国立国文学研究資料館の展示室で、平成22年7月2日(金)から9月10日(金)まで、「チベット ポン教の神がみ」と題した展示が行われている。ボン教はチベット仏教に大きな影響をもたらしたばかりでなく、今も少数派ながら宗教集団として生き続けている。本展示では、ボン教が築きあげてきた宗教的宇宙の構造の一部を画像資料で紹介している。ボン教を知ることでチベットを理解する糸口ができてくるかもしれない。

10時～16時半までオープン。休館日は毎週日曜日。入場は無料。



いよいよです! — 国立極地研究所

南極地域観測隊でおなじみの国立極地研究所に「南極・北極科学館」が登場。平成22年7月24日(土)10時にオープンする。今まで美術館も博物館もなかった立川市に、初めてできた科学館。昭和基地のオーロラを映し出すオーロラシアターや月の裏側の石や火星の石を含む隕石、もちろん地球誕生時の岩石などが展示される。24日以降は毎週火曜日～土曜日の10時～17時まで開館。入場は無料。

国営昭和記念公園レインボープール、今年もオープン

今年もレインボープールが9月5日(日)までオープンしています。料金(公園の入園料含む)は大人(15歳以上)2200円、小人(小・中学生)1200円、幼児(4・5歳)300円。※団体割引、サンセットチケット(午後2時以降の入園で利用料が半額)有り。

えくてびあんでは招待券をペアで10組20名様にプレゼント。ご希望の方は、ハガキに、氏名、郵便番号、住所をご記入の上、7月末日までに応募ください。当選のご連絡は招待券の発送をもって代えさせていただきます。応募多数の場合は抽選となります。

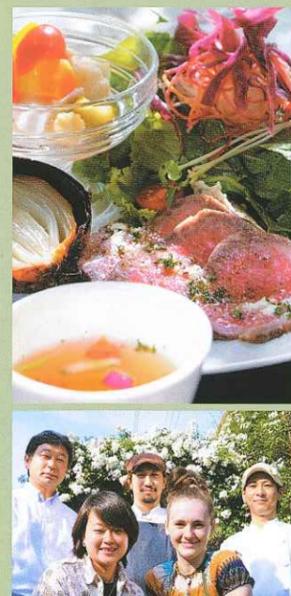
応募先 〒190-0023 立川市柴崎町2-1-10 高島ビル4F
有限会社えくてびあん「レインボープール招待券プレゼント」係



この人この店 <85>

Garden & Crafts cafe with 多根

オーナー 渡辺晴志さん
シェフ 鷲尾洋さん 大泉好伸さん 小林正子さん 小林りさん



日野橋交差点近くの歩道橋。そのたもとに、知っている人は知っているステキなカフェがあるのです。ガーデニングショップかな?と思った方は大正解。オーナーの渡辺さんは、一戸建てエクステリアの専門家。居心地のよい空間作りはお手のもの。1Fはカフェ、2Fはガーデニングとアンティーク。カフェにもガーデニンググッズやグリーンがあり、たった1本の木で武蔵野の雑木林をイメージさせちゃったりしています。シェフの鷲尾さん始め、若くて気さくなスタッフが出してくれる、目に美しく食べておいしいしかも野菜たっぷりのヘルシーメニュー。平日メニューと土日限定メニュー



があって、全部試してみたくくなります。お店の名前に「with 多根」とあります。多根さんは国分寺のケーキがおいしい果実店。立川でも多根さんのケーキが食べられるというわけです。この日はお店にいらっしやんなかったけれど、多根さん、今回は一緒に写りました!

〒190-0022 立川市錦町6-23-18 TEL 0120-412-877
営業時間 11時～21時 日曜日 11時～22時 定休日 水曜日

野菜の王国 産直レシピ ①

このコーナーはJA東京みどり 立川みなみ農産物直売所のご協力をいただいています

野菜のことは野菜をよく知る人に聞くがいい。
野菜のおいしい食べ方を、生産者に紹介してもらおうコーナーです。
今日のおかず一品、加えてみませんか?



<簡単 かぶのスープ>と <スナップえんどう>

◎レシピ◎

<簡単 かぶのスープ>

材料(4人分)

- ・かぶ 4～8個 ・ベーコン 1～2枚 または 豚肉3～4枚
- ・かぶの葉少々 または ほうれん草 ・塩、こしょう少々(ブラックペッパーがおすすめです)
- ・水 900cc ・固形スープの素2個

作り方

- ① かぶは皮をむき半分が4つに切る。
- ② かぶの葉またはほうれん草を茹で、1～2cmに切る。
- ③ ベーコンは1cm幅くらいに細切りする。
- ④ なべに油を熱し、ベーコンを炒める。
- ⑤ かぶと水900cc、固形スープの素2個を入れて、かぶが柔らかくなるまで煮る。
- ⑥ 塩、コショウで味を整え、最後にかぶの葉またはほうれん草を入れる。

※パスタやハンバーグ、肉料理に合います。

<スナップえんどう>

スナップえんどうのすじを取って塩茹でします。

そのまま食べても甘みがあっておいしいですが、マヨネーズや醤油マヨネーズをつけて食べるともっとおいしい。塩茹でしてから、炒めて塩、コショウしてもおいしいです。簡単なので、お弁当の彩りにもどうぞ!「夜茹でて、朝は炒めて塩コショウ!」

表紙の人

荻野芳廣さん、博之さん、友宏くん

富士見町、奥多摩街道沿いにある酒屋屋さん(エスポアおぎの)。昨年、待望の3代目が誕生。何をやらせても半端じゃないのがこのお宅。卓球でも日本代表、ワインではワインアドバイザー日本一。そんなプレッシャー、どこ吹く風の友くん。泣かないで写真におさまるようにと、おばあちゃんとお母さんは大変でした。



かたこと

◆8月はえくてびあん創刊の月。表紙も中身もリニューアルです。表紙には立川に住んで家業を継いで3代目という皆さんにご登場いただきます。◆10年間というお約束でずっと立川の人を立川で撮り続けてくださった世界的写真家、細江英公先生。10年が1年伸びても気持ちよく引き受けてくださり、心から御礼申し上げます。本当にありがとうございました。◆山のシリーズもちょっと趣向を変えて、これまた世界を制覇してきた立川女子高校山岳部に登場してもらいます。山を知らない女子高生がどれだけ山で変わるのか、これからが楽しみです。◆パンのある風景は先月までエッセーを書いて下さった石田郷子さん。正岡子規とはさすがが俳人。◆立川は、実は野菜の王国です。北と南、また幸町にもある直売所の協力を得て、今日のおかずにもう一品。簡単でおいしいメニューをご紹介します。農家ではどうやって食べるのか。そこが知りたい、えくてびあんらしい企画です。えくてびあんスタッフ一同

えくてびあん◎

8月号 第29巻 通巻309号

平成22年8月1日発行
発行 有限会社えくてびあん
〒190-0023
東京都立川市柴崎町2-1-10 高島ビル4F
TEL 042-528-0082
FAX 042-528-0065
URL www.tamatebakonet.jp
発行人 黒須 環
編集人 芳賀敏博
企画・編集 えくてびあん編集スタッフ
デザイン 池田隆男
(WATER DESIGN ASSOCIATES)
写真 五来孝平
スタイリスト 小川町子 鈴木京子
印刷 三浦印刷株式会社

無断転載を禁じます。



『仰臥漫録』 正岡子規

朝 粥 三わん 佃煮 梅干 牛乳五勺ココア
入 菓子パン数個……

すぐに「あ、坂の上の雲……」と連想する人は多いだろう。正岡子規は毎日のように、その日食べたものを記録した。その異常なほどの健啖ぶりに読者は圧倒される。病床で晩年を過ごした子規の、もっとも知られた日記。晩年と言ってもまだ三十代半ば。好奇心に満ち、意欲にあふれていた。目に入る限りのものをスケッチし、記録した。

「菓子パン数個」もしっかりスケッチにおさまっている。当時のパンは酒種で発酵させたそうだ。「黒きは紫蘇」と添え書きしたのは温食パン、「乾いてもろし」はスコーンみたいなパン、そしておなじみのあんパンなどなど。これらを時には十個もたいらげたとは!

さて、日記は庭の描写に移り、とりとめもなく続く。糸瓜の棚に初秋の澄んだ日差しがとどき、虻の羽音が聞こえ出す。

俳人 石田郷子

今月のパン

Ohana bakery

立川市高松町 2-24-2 TEL 042-526-5655

営業時間 10時30分～18時 無くなり次第終了

定休日 日、月曜日