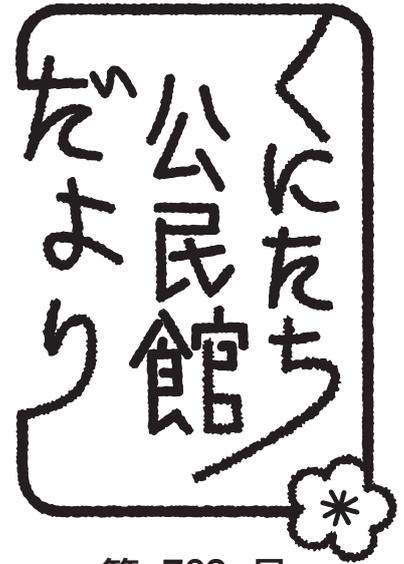


【講演要旨】多文化共生事業(2023年4月8日実施)

# 「台湾生まれ 日本語育ち」

講師 温又柔(作家)

幼少期に台湾から日本へ移住し、台湾語まじりの中国語を話すご両親のもとで育った温さん。日本語と中国語と台湾語、それぞれ別の意味合いにおいて母語なのだと思うことができるようになったという温さんのこれまでと、今思うことについてお話いただきました。



第 762 号

2023年 8月 5日

(令和 5年)

「くくにたち公民館だより」

ホームページの QR コード▶



講師の温又柔さん

## ■日本で暮らして40年

私は両親と一緒にこの国に、1983年、3歳のときから住み始めています。日本に来た理由は、私の父親が東京で仕事をすることになったからです。妹は日本で生まれました。我が家には、日本に中长期滞在する外国籍の親に伴って来日した私と、そのような親を持つ日本で生まれた妹がいるという状況です。私や妹が第2世代というふうに呼ばれるとすれば、今、妹は第3世代目を育てています。妹の子どもの名前は日本人である妹の

夫と同じなので、一見、祖父母が台湾人だということばかりありません。もしかしたら、今、町の中には妹の子たちのような子どもは結構いるのかも、とよく思います。たぶん私や妹が子どもだったときよりも、今の方が圧倒的に増えているんじゃないかなというふうに想像しています。

私は生まれたときは台湾にいて、両親とも台湾人なので、私が生まれて初めて触れた言葉というのは、日本語ではなく台湾語混じりの中国語だったんですね。これも台湾語って言っちゃおうと、説明がややこしくてそのために1時間終わっちゃうこともあるので、今日は台湾語とざっくり言います。

私は日本に来て、見よう見まねで何とか、その言葉が意味していることに追いついていきました。あるとき、幼稚園の年中さんだった私は、幼稚園で誰かにぶつかっ

たときにとっさに考えました。今、自分がぶつかった相手が先生や年長さんだったら「ごめんさい」って言わなきゃいけないよね。でも、相手が年中さんだったら、自分と対等というか同年なので「ごめん」って言えばいい。もし年少さん、自分よりちっちゃい子だったら「ごめんね」って言ってあげなきゃ、と。

もし自分が台湾にいたら、謝るときは表現して1つしかないんですけど、ところが、日本語だとその相手との関係をはかって選ばなきゃいけないということ、5歳のときの私は「発見」したんです。今思うとそのときに、私は日本語の中に一歩深く、踏み込んだんじゃないかなと思っています。

■私は「日本語と暮らしている」やがて大きくなった私は、自分が日本語を使っていなかった時間のことを日本語で書きたいという思いで、最初の小説となる『好去(こうきょ) 好来歌(こうらいか)』を書きました。

それが2009年のことで、私はそれからずっと十数年ぐらい、小説やエッセイを書き続けて、今に至っています。その間に、本日の講演のテーマでもある『台湾生まれ 日本語育ち』と題した本も書きました。これはエッセイ集な

んですけども、この本を通して私は、台湾に生まれただけで、日本語の中で育ったということを書いてたんですね。それを幼少期から、どんなふうに関心して経験してきたのかということを書くことを通して、自分でそのことをふり返った本とも言えます。

台湾に生まれただけで日本語の中で育った、台湾に生まれて「日本で育った」ではなく、わざわざ「日本語の中で育った」と私が強調しているのは、どうしてだろうと思う方もいると思います。それは、私にとっては、日本というよりも日本語と暮らしているという言い方をしたほうが、何か安心できるというか、日本よりも日本語のほうが、私にとって確実に帰れる場所という感覚が、実はあるんですね。

## ■日本国籍がない私

ここからはちょっと心苦しい話になるんですけども、日本という国は、時々妙に、私みたいな人に対して冷たいところがあるなと感じることがあります。具体的な話で言えば、私は40年、日本にいて、この国で何となく運命共同体的に生きている人たちが、どうにかもうちょっといい気持ちで、この時代、この国で過ごせたらって、

一生懸命考えてるつもりなんですけれども、日本国籍がないので選挙権がないんですね。選挙の季節になって、候補者たちの演説を聞いて、何か思っても、もう最初から投票の選択はないんですね。そんなときは寂しい気持ちになります。

一方で、日本人として日本の政治に投票という行動で関わることもできるのに、選挙があってもほとんど関心がない人たちもいます。この落差って何だろうとよく考えます。

そもそも外国人、日本人って何だろうと。私が日本に対して色々思うことがあって、例えばそれをツイッターかなんかで発言するとおまえみたいな外国人が日本について口出しするな、と批判されたりする。あるいは、そんなに日本のことに口を出したいならさっさと帰化でもして日本人になってから言え、とか。そういう批判をされるたび、なんか変だなあと思うんです。日本に帰化して日本国籍さえ持てば、何を言ってもいいっていうのは逆に言えば、日本国籍がなければ何も言っちゃいけないってことだし、でもその割には、最初から日本国籍がある日本人が今の日本に対して何にも言わないのってどうしてなんだろうな、と。

日本に対して物を言いたきゃ、まずは帰化して忠誠心を示してからしろ、と言われる度に、日本国籍があっても、この国がどうなろうと知ったこっちゃない、みたいになってる人も少なくないのじゃないかと思うんです。選挙の投票率が低いために私はもどかしい。日本国籍がない私は、お前は外国人だ、日本人ではないんだ、だから黙ってろ、と口を塞がれるけれど、じゃあ私の、この日本とか、自分が3歳の頃から40年も住んでいるこの国に対する愛着や、思いみたいなものはどうやって表現したいのになら。私は日本に長く暮らす台湾人として、日本のことを大切に感じている。それなのに日本国籍がないだけで、この国は外国人であるおまえのものではない、と言われるのです。

■小説家として書きたいこと

だからこそ、日本にはこういう私みたいな存在もちゃんとしているんだよ、ということを私は小説に書きました。なぜ小説だったのかというと、ただ単に、小説が好きだったというのが大きいんですけど。私はエッセイも書いてきたんですけど、いつも小説を書くために書いてるっていう自覚があります。

例えば、私が今まで書いてきたエッセイ集のタイトルを並べてみます。私が1冊目のエッセイ集として世に出した本のタイトルは『台湾生まれ 日本語育ち』です。この本を書いたのが2016年で、その次が2019年の、『国語』から旅立って。その次に、これは私家版なんですけど、『日本語に住みついて』。その次が、『私語』というタイトルです。

それぞれ単体、単独で書いてきたけれども、こうして見ると、たまたま一つのことをいろんな角度で、いろんな方法で、ひたすら書き続けてきたなど、よく思います。私書きたいと思ってる、書こうとしているたった一つのことは何かと言えば、日本語は私のものでもあって、私はこの自分のものでもある日本語を使って、私にとつての世界を小説の形で表現したい。

ただ、強調したいのは、「温さんはそういう生い立ちだから小説



質問・感想が多くてました

を書くようになったんですね」じゃないんですね。私のような生い立ちの人達はたくさんいるけれども、たまたま私は小説を書いているだけだっというところ。

その意味で、こういうテーマで私にできるのは、私の話をするのと。私自身を代表すること。だから、もう矛盾しているようですけども、外国にルーツを持つ人間の話、私のような子どもがもう既に大人になっていくということを皆さんに聞いてほしいって願いつつ、でも、私が彼らの代表じゃないっていう、私は彼らのうちのたった一人で、私が私自身を探すことで、私のような生い立ちを持つ私ではない彼らについて、皆さんの想像力を刺激できたらうれしいな、思っているんです。

■多文化共生を阻む差別意識

幸か不幸か、私は名前を言わなければ誰がどう見ても日本人にか見えません。

小学校の高学年ぐらいの頃にはナニジンかなんて特に意識することもなく、私も、友達やクラスメイトと同じで、自分も日本人のよいうな気分の日々生きていました。友達もそんな感じだったんですけど、でもやっぱり、「あの子ってナニジンなの」ってうわさ

されたことはあるんですね。で、陰口をたたく子もいたんですね。「あの子って日本人じゃないんだって」、「台湾人らしいよ」っていうふうには、私のその部分を、悪口として言い回す子もいたんです。でも、肝心の私自身は何でそれが悪口になるのか、正直、ぴんときなかつた。

私の場合、両親も自分たちが台湾人であることを恥じてなかったし、すごく堂々としたものでした。だって、恥じることはなかつたので。

しかも私の小中学校の頃の友達も、私を台湾人だからどうだとか、あの子は台湾人だから変だとか、そういうことは全然言わない友人や同級生たちに恵まれた。自分は運がよかったと思う一方で、外国にルーツを持つ子どもたちがそういう環境にいられるかどうかは、彼や彼女たちの運にかかっている、みたいなふうには終わらせてはならない話だと思います。

自分がナニジンであろうと受け入れる友達とか、そういう人たちが社会が増えていけば、自分が日本人じゃないことをコンプレックスに思う人って、絶対に減るんです。ただ、私の時も、日本人じゃないことがマイナスだと思っただけ、私は確実にいました。でなければ、

そういう陰口は言われません。陰口でなくて、「君は名前さえ言わなきゃ日本人に見えるから、安心しなよ」と面と向かって言われた時は衝撃でした。でも、その言ってきた相手というのは、よかれと思ってるんですよね。それがまたすごく厄介なんです。

実際は台湾人であろうと、ほかのアジア人であろうと、日本人ではないということ自体は何も悪いことじゃないというか、そのラベル自体は何の意味もないんです。問題はそのラベルの上下関係を勝手に内面化している人が、その価値を、当の日本人じゃない私に対して押し付けてくることです。

日本人に見えるから安心しろっていうのは、まるでこちらが日本人になりたいと望んでいる、日本人でありたいと望んでいる、当たり前のようにそれを望んでいるというふうな、決めつけているから言えることなんです。「あの子って日本人じゃないんだって」という陰口も根っこは同じですよ。

要するにある人たちにとっては、日本人じゃないというのは劣等感を抱くべきことであって、私のようなアジアにルーツを持っている外国人はみんな日本人にならなければならないと、そういう思い込みを持っている。

これまでお話したように、私はこういう人間で、限りなく日本人に近い台湾人で、台湾人であろうと日本人であろうと、私のような生い立ちの人も他にいるのだけれども、それを上回る私の個性みたいなものがあって、ただ、私の個性の中に日本人ではない部分であったり、でも、日本で育った部分があったり、本当は一人一人をそいうやってのぞき込むところな要素があるはずで、そういうところを丁寧に見ないといけないと感じるんですね。

自分と異なる属性、多くの人は異なる属性を持っている人と出会ったときに、その属性に気を取られ過ぎて、その属性を持っていて人の個性が見えなくなってしまう前に、その属性と個性と一緒に想像してほしいんです。実はその中にはいろんなグラデーション、いろんなバリエーションがあるっていうことを、もっと気軽に思い出せるようになると、ある意味、多文化共生にとってもすごくプラスなことじゃないかなって、私はよく思います。

■「私も日本人である」

小説家になってから自作を朗読する機会に時々恵まれるんですけど、あるとき、あるフレーズに

「あるとき、試しに声に出して言ってみた。『私は、日本人だ。』まるで、禁断の言葉をつぶやいてしまったような高揚感があった。続けてみる。『私も日本人だ。私が日本人だ。私は日本人だ。』」

「……」声が、弾んだ。かつて味わったことのない解放感の中で、どうして今まで、この日本語を口にするのを私は自分に禁じていたのだろうか？と興奮した。あのと以来、私は、自分も日本人なのだと思ふようになった(ただし、それと同じぐらい台湾人だとも思っている)。こういう日本人もいる。こういう日本人がいる。日本語で、そう呟くときの私はとても愉快である。日本語は、私みたいな日本人がいたっていいよね、と思うに至るまで、私を育ててくれた。私も日本人である」。



朗読をする温さん

この、私も日本人である、私が日本人である、私は日本人であるという3行を初めて人前で声に出して朗読したとき、何かが解き放たれるのを感じました。私も日本人。これでいいじゃないかと、何とこの、今までの自分は、自分は両親が日本人じゃないし、国籍も日本じゃないし、まあ、ちよっと日本人っていうには足りないよねっていう気持ちです。でも、両親が日本人じゃないとか、あるいは国籍は日本だけれど、おじいちゃん、おばあちゃん、誰かが日本以外の国の人であるとか、何かさういう、日本以外の要素をどこかに含みつつ、この国で生まれたり、育つたりしている人たちのことを、新しい日本人として、日本にいるみんなが思えるようになっていったらすごくいいのになって思うんですよね。

これは本当に難しく、本当に繊細な話なんですけれども、「大丈夫だよ。名前言わなければ日本人に見える」って言うときの日本人とは違う。私は、日本人に見えない、日本人でありたいって、今までの古いその条件を全部兼ね備えた日本人になりたいんじゃない、私のままで、こういう日本人もいるんだよっていうことを、みんな

が面白がってくれるような、そういう日本社会を夢見てるんです。恐らくこの夢は、そんなに難しいことじゃない気がします。私みたいな日本人がいたら、ちよっといいかもねって言う人が、少しずつだけ確実に増えているっていうふうに、私自身は感じていきます。今日、私のような日本人がいて、私もまた日本人なのだ、でもそれは決して、日本人じゃない要素を全部かき消して同化したっていう意味ではなく、私の雑音めいたものも含めての日本人ということを、こういう人たちが私以外にもたくさんいるんだよっていうことを感じてほしいなと思っています。今後は私は、私のものでもある日本語を用いて、私にとっての世界を小説の形で表現したいというふうに考えています。

〈温さんの本〉

- 『台湾生まれ 日本語育ち』(白水社)、『真ん中の子どもたち』(集英社)、『魯肉飯のさえすり』(中央公論新社)、『永遠年軽』(講談社)、『祝宴』(新潮社)、『小説家・木村友祐との共著で「私とあなた」のあいだ』(明石書店)、『李良枝セレクション』編・解説(白水社)ほか

# 第62回 国立市民体育祭

主催 国立市体育協会  
 主管 国立市体育協会加盟団体  
 後援 国立市教育委員会  
 くにたち文化・スポーツ振興財団

## ソフトボール大会

とき 一般男子の部9月3日(日)  
 10月29日(日)の日曜日、小学生の部9月10日(日)、同予備日9月17日(日)  
 ところ 谷保第三公園、処理場上公園

代表者会議 8月19日(土)小学生の部夕4時、一般男子の部夕5時、会場未定  
 連絡先 森本090(4597) 4062

## 秋季軟式野球大会

とき 9月3日(日)~10月1日(日)の日曜日(雨天順延)  
 ところ 多摩川河川敷公園野球場  
 資格 市内在住・在勤者で編成したチーム  
 新規加入チームの申し込みは、常時受け付けていますので、左記へ連絡してください。

連絡先 森田080(6513) 0353



## 少年軟式野球大会

とき 9月10日(日)~11月26日(日)の日曜・祝日  
 ところ 処理場上部グラウンド  
 一部(小学5・6年生)、二部(小学4年生以下)  
 資格 国立市少年野球連盟加盟チーム  
 連絡先 稲葉090(2907) 8137

## サッカー大会

とき 9月10日(日)~11月3日(祝・金)  
 ところ 多摩川河川敷公園サッカー場  
 資格 国立市サッカー協会加盟、市内在住・在勤・在学者  
 種目 小学校1~6年生男女の部、中学生の部、シニアの部  
 連絡先 和田090(3685) 8734



## ソフトテニス大会

とき 中学男女 10月1日(日)朝9時、予備日10月8日(日)一般及び高校男女 12月16日(土)朝9時、予備日12月23日(土)  
 ところ 広場テニスコート  
 試合ダブルス個人戦  
 資格 市内在住・在勤・在学・連盟会員  
 参加費 1人500円(中学生無料) 高校生200円  
 申込先 国立市ソフトテニス連盟  
 連絡先 平野090(9149) 5191

## バレーボール大会

○秋季市民大会  
 家庭婦人の部(9人制)  
 とき 10月1日(日) 朝9時  
 ところ 総合体育館  
 抽選会 9月15日(金) 夜7時  
 総合体育館 2階会議室  
 資格 連盟加盟チーム及び市内在住・在勤者で構成されたチーム(但し、4月1日現在35歳以上の未婚者も参加できる。)  
 ※審判は帯同審判で行う。  
 ※スポーツ保険に加入している。  
 参加費 加盟チーム 3千円 未加盟チーム 5千円

## 秋季ターゲット

パードゴルフ大会  
 とき 9月14日(木)昼12時~3時 雨天 9月21日(木)

申込締切 9月1日(金)  
 連絡先 戸咲(576) 6712  
 ※申込・詳細は連絡先まで



## スポーツウエルネス吹矢

とき 10月28日(土)昼1時~4時半  
 ところ 総合体育館  
 資格 市内在住・在勤・在学・国立市S.W.F.協会員・国立市カールチャースクール支部・同好会所属者  
 参加費 1人500円  
 申込締切 10月10日(火)  
 連絡申込先 坂井090(2449) 9175

## 水泳大会

とき 10月29日(日)受付9時  
 ところ 総合体育館 室内プール  
 資格 市内在住・在勤・在学・在クラブ者  
 参加制限 1人2種目以内(ただし、リレーは除く)  
 参加費 個人1種目300円、リレーは1チーム千円※小学生は、個人種目・1種目200円、リレー・1チーム400円。ただし、リレーは実施可否検討中。

申込方法 9月16日(土)、17日(日)いずれも昼1時半~4時、総合体育館ロビー。小中学生の参加は父母の承諾書が必要(要印鑑)。電話による申込みは受付けません。申込書は総合体育館ロビー。  
 連絡先 武政(574) 2879(夜)

※リレーは実施可否検討中	性別	自由形	平泳ぎ	背泳ぎ	バタフライ	個人メドレー		※メドレーリレー
						100m	200m	※リレー
小学校1・2年生	男女	25m	50m	100m	200m	100m	100m	※リレー(160歳以上)
小学校3・4年生	男女							
小学校5・6年生	男女							
中学生	男女	25m	50m	100m	200m	100m	※リレー(240歳以上)	
高校生	男女							
一般	男女							
40歳以上	男女	25m	50m	100m	200m	100m	※リレー(160歳以上)	
60歳以上	男女							
※リレー(160歳以上)	男女	100mリレーは4名の合計年齢が160歳以上・240歳以上を参加条件とします。						100m
※リレー(240歳以上)	男女							

### 剣道大会

とき 10月29日(朝)9時  
ところ 総合体育館

試合 基本の部、小学校低学年(4年以下)、小学校高学年(5年以上)、中学生個人・男子、中学生個人・女子、中学生団体戦(男子5名+補欠)、中学生団体戦(女子3名+補欠)、高校生個人(男子)、高校生個人(女子)

資格 市内在住および在校生  
参加費 国立連盟会員外500円  
申込先 国立剣道連盟にて受付、稽古日(日曜日朝9時~11時、水曜日夜7時~9時、第五小学校体育館にて)に持参もしくは郵送・ホームページから。  
主管 国立剣道連盟  
連絡先 樋口(575)7599

### アクアスロン大会

とき 11月3日(金・祝)  
ところ 総合体育館及びその周辺

種目 小学生低学年の部  
スイム50m・ラン0.5km  
小学生高学年の部  
スイム100m・ラン1km  
一般の部A(中学生以上の男女)  
スイム200m・ラン2km  
一般の部B(中学生以上の男女)  
スイム300m・ラン3km  
親子の部A(小学1~3年生と保護者)  
スイム50m/100m・ラン0.5km  
親子の部B(小学4~6年生と保護者)  
スイム100m/100m・ラン1km

資格 小学生以上の健康な男女  
参加費 小学生・中学生は千円、一般の部A/B共に高校生以上2千円、親子の部A/B共に2千円

申込先 ウェブ申し込み エムスポエントリー 9月上旬より申し込み開始  
締切 10月22日(日)  
連絡先 吉野090(7176)1068

### 秋季卓球大会

とき 11月12日(日)朝9時開場

資格 総合体育館  
ところ 市内在住・在勤・在学・在クラブ・在サークル所属者  
種目 年代別男女、小学生・中学生・青年・40代・50代・60代・70代・80代・一般男女(年代別重複可)※状況により種目の変更あり  
参加費 小中学生と60代以上は500円、一般と他の年代別は800円(変更有り)  
申込締切 10月未定 詳細は9月初旬、体育館掲示板及び卓球連盟ブログにて発表予定  
ブログ <https://kunitakuren.blogspot.com/>



### 陸上競技大会

とき 11月12日(日)朝9時(雨天決行)

ところ 一橋大学陸上競技場  
種目 一般男子(12種目)100・

200・400・800・1000・1500・2000・3000・4000・5000・10000m(35~39歳・40歳以上)、400mリレー、走幅跳、走高跳、砲丸投。

一般女子(8種目)100・200・400・800m、5000m(40歳以上)、400mリレー、走幅跳、走高跳。  
高校男子(9種目)100・200・400・800・1500・5000m、400mリレー、走幅跳、走高跳。  
中学男子(11種目)100・200m(学年別)、500・3000m、400mリレー、走幅跳、走高跳。

中学生女子(10種目)100・200m(学年別)、800m、400mリレー、走幅跳、走高跳。  
小学生 100m、800m、400mリレー。  
参加制限 リレー除き1人2種目、女子は一般、高校の区別なし

資格 市内在住・在勤者  
参加費 一般600円、高校生600円、中学生500円、リレーのみ千円、小学生500円  
受付 郵送のみ 9月10日締切  
連絡先 〒185-0013 国分寺市西恋ヶ窪1-43-15 立石静男 090(8331)7095

### 市民ゴルフ大会

とき 11月14日(火)(雨天決行)  
ところ 武蔵カントリークラブ豊岡コース(貸切)

資格 市内在住・在勤者およびゴルフ協会役員が認めた方  
方法 18ホールストロークプレー(新ベリア方式)  
登録費 2千500円。賞品代・通信費・参加賞(申込み時前納)  
プレー費 特別価格1万9千810円

70歳以上1万8千610円  
募集人員 120名先着順にて締切  
9月1日(金)より受付開始  
連絡申込先 時田(575)1188

### パドミントン大会

とき 11月19日(日)朝9時

資格 総合体育館  
ところ 市内在住・在勤・在学者  
種目 一般男女ダブルス(一部・二部・三部)  
参加費 1ペア 2千円  
申込受付 10月28日(土)夜6時~7時 総合体育館 会議室  
連絡先 丹野(576)8852 明田(575)2372



### スキー大会

とき 令和6年1月28日(日)  
ところ 北秋田市阿仁スキー場

種目 大回りと小回りとタイムレースの複合競技  
資格 市内在住・在勤・在学・連盟会員  
参加費 1人千円  
申込 令和5年12月末締切  
連絡先 田中070(5456)8291  
国立市スキー・スノーボード連盟



### 公民館運営審議会報告

7月11日(火)第34期第9回定例会を開催。委員14名、館長、職員2名出席。傍聴人7名。

#### 報告事項

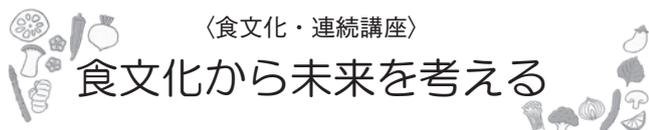
○公民館だより編集委員会、社会教育委員の会に関する報告。  
○東京都公民館連絡協議会からは、10月14日(土)の委員会研修会の講師確定など、準備に関する進捗報告があった。  
○社会教育学習会からは3月18日(土)の学習会報告とともに8月24日(木)の次回学習会「公民館の「ハテナ?」を解き明かす」の案内と趣旨説明があった。  
○事務局からは長野県で開催される9月28・29日の全国公民館研究会の案内があった。

#### 審議事項

○正副委員長から示された市長・教育長への要望書案を前回から継続審議。第33期公運審答申「新型コロナウイルス感染症拡大時における教育機関としての公民館事業について」を中心とした意見交換を行う方向で調整する。  
○館長より令和4年度公民館主催事業の報告。諮問に関わる内容の質疑や追加資料の必要性を確認。

○正副委員長より答申検討に向け、次回は第30期答申「事業評価のあり方」などの成果や課題を学ぶ内容を提案、決定した。  
次回8月8日(火)夜7時15分から3階講座室。傍聴歓迎。

【お詫びと訂正】7月5日号に掲載した本欄の6月13日委員出席者は正しくは13名でした。(佐藤)



〈食文化・連続講座〉

## 食文化から未来を考える

講師 **小山 伸二** (辻調理師専門学校、書肆粹)

現在における「食」を取り巻く様々な事象や問題を参加者のみなさんと一緒に考えてみたいと思います。

「食」を通してどんな世界が見えてくるのか、様々な事例や、本などを通して、4回にわたって考えていきます。

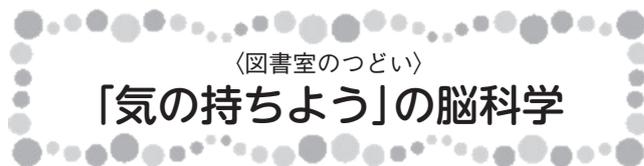
7月に総論として実施した食文化講座を受講していない方も、ぜひご参加ください。

**第1回** 9月16日(土) イントロダクション  
言葉と食文化:「おいしい」とはどういうことか

**第2回** 9月30日(土) 地域と「食」を考える  
事例としての山形県鶴岡市、そして国立市での食を考える

**第3回** 10月7日(土)  
「食」と環境【ミナマタ、フクシマ、イセシマ】  
海から考える食の話

**第4回** 10月14日(土) 想像する力と「食」  
歴史、地理、そして本から「食」を考える  
とき・ところ すべて昼2時~4時・公民館 3階講座室  
定員 30名(申込先着順、4回連続で参加できる方を優先)  
申込先 8月9日(水)朝9時~ ☎(572) 5141



〈図書室のつどい〉

## 「気の持ちよう」の脳科学

お話し **毛内 拡** (お茶の水女子大学)

調子が悪いときに、「そんな気の持ちようだ」、「心が弱い」と言われた経験はありませんか？ では、「気」や「心」というものは、一体何なのでしょう？ それは、脳という臓器のはたらきによるものです。心の病は、心が弱いせいではなく、脳の疾患の一つであると著者は主張されています。

今回は、ほんやりと掴みどころのない「心」のはたらきを、脳科学の視点からお話しいたします。心が病んでいるときの脳の状態や、心を守る脳のはたらきについてお話しいただき、心の健康を保つヒントを得られる機会になればと思います。

〈毛内さんの本〉  
表題作 (ちくまプリマー新書)、『脳を司る「脳」』(ブルーバックス)、『面白くて眠れなくなる脳科学』(PHP 研究所)

とき 8月27日(日) 昼2時~4時  
ところ 公民館 地下ホール  
定員 60名(申込先着順)  
申込先 8月8日(火)朝9時~  
公民館 ☎(572) 5141

## 版画をつくってみよう！ —プレス機体験ワークショップ—

プレス機を使って、本格的な版画を体験してみませんか？ 紙の版(ドライポイントプレート)とプレス機を使って版画を作ります。紙の版に、線を描いたり、切ったり、はがしたりして、インクを詰めて刷ると、銅版画のような作品ができていきます。

講師 **タダ ジュン** (イラストレーター・版画家)  
**さかた きよこ** (版画家)  
**山本 佳奈枝** (版画家)

とき 9月17日(日) 昼1時~4時  
第1部 昼1時~2時15分  
第2部 昼2時45分~4時  
ところ 公民館 1階市民交流ロビー  
定員 20名程度(各部10名程度)  
申込先着順・2部入替制  
申込先 8月10日(木)朝9時~  
公民館 ☎(572) 5141  
材料費 300円  
持ち物 エプロン(よごれてもよい服装)、  
ハガキサイズぐらいの下絵(なくても可)

※所要時間は1時間程度です。定員を超えた場合は、締め切らせていただきます。完全入れ替え制ですので、申し込まれたお時間に間に合わない等、不都合がありましたらご連絡ください。



同時開催！

### 「はじめての銅版画」展

7月からの連続創作講座「はじめての銅版画—Etching Work Shop—」の参加者による作品展を行います。一人ひとりの個性豊かな作品をぜひご覧ください。

とき 9月12日(火)~17日(日) 昼2時まで  
ところ 公民館 1階市民交流ロビー  
問合せ 公民館 ☎(572) 5141

# 第68回くにたち市民文化祭

～出会い！発見！新たなエネルギー～



今年のテーマは、「出会い！発見！新たなエネルギー」に決まりました。以下の催しは、グループやサークルに関係なく、個人で参加ができます。ぜひ、地域の中に広げて、つなげていきませんか。お気軽にご参加ください。

### ◎総合美術展にご出品ください！

市内在住、在勤、在学（高校生以上）の方なら、どなたでも出品できます。

出品申込 9月30日（土）～10月1日（日）  
受付場所 公民館 3階小集会室  
受付時間 朝10時～夕5時



◆総合美術展開催期間  
10月24日（火）～10月29日（日）  
◆会場 公民館  
\*詳しくは市内施設で配布のチラシをご覧ください。  
事務局 公民館 ☎（572）5141

### ◎くにたち合同いけ花展のお誘い

11月18日（土）、19日（日）に「くにたち合同いけ花展」を開催します。グループ、一人でも参加できます。出展を希望される方は、下記までご連絡ください。  
会場 公民館3階  
連絡先 小野 ☎（572）7309



### ◎第52回 国立市書道展開催のお知らせ

国立市書道連盟による「書道展」を以下の日程で開催します。会場は公民館です。

◆期間 11月10日（金）～11月12日（日）  
出品に関するお問合せは事務局までご連絡ください（9月15日（金）まで）。  
事務局 青柳 ☎（571）5292



## NHK 学園高等学校共催事業 「校内居場所カフェ」のトリセツ講座

講師 小川 杏子（NPO法人パノラマ）

「校内居場所カフェ」とは、学校の一室を校内の生徒に開放し、「家庭でも学校でもない第三の居場所」にしようとする取り組みです。評価や指導を受ける場ではなく、ボランティアの方たちやみんなとの何気ないおしゃべり、ときには一人でホッとできる……。そんな居場所を目指します。国立市では現在、NHK学園高等学校で校内居場所カフェの取り組みが行われています。一緒に遊んだり、お菓子を食べたりしながら、生徒とゆるやかに関わることで、関係性を構築していく。そんなボランティアとしての関わりに興味のある方などを対象にした講座です。

今回の講座では、現在ボランティアに参加している方も交えて、若者の居場所づくりやその支援について学びあいます。

若者の新たな居場所づくりに参加してみませんか？

とき 8月31日（木）夜7時～9時  
ところ NHK学園高等学校 図書室  
定員 30名（申込先着順）  
申込先 8月9日（水）朝9時～  
公民館 ☎（572）5141  
電話、または右QRコードよりお申込みください。



## 〈親子で遊ぼう・考えよう〉 科学で飛ばそう射的あそび

講師 山田 修平  
（NPO法人東京学芸大こども未来研究所）

幼児向けの安全な射的あそびです。空気の流れ、バネの力、ゴムの力など身近な科学の力で6種類の射的を楽しみましょう。親子で工作をしてから射的遊びをします。

とき 9月10日（日）朝10時～12時  
ところ 公民館 地下ホール  
持ち物 飲み物、汚れてもいい服装  
対象・定員 子ども（3歳から小学生）と保護者15組（家族単位です）※応募者多数の場合抽選  
※市内在住・在学・在勤の方、初めて参加する方優先  
申込先 8月9日（水）朝9時～14日（月）夜9時までの間に、右QRコードよりお申込みください。



# ひろば



## 囲碁「碁遊会」の会員募集

楽しんで頭の体操をしませんか。現在13名で懇親に重きを置き活動中。1級位までの方を対象にしています。初心者、女性、小学生も大歓迎。丁寧に指導します。

日時 第2・4(土) 朝10時～12時  
場所 中地域防災センター  
連絡先 永松(511) 7057

## フットサルチーム「ソーラー」

市内で活動中の男女エンジョイサークルです。10～60代まで幅広い年代で毎週汗を流しています。熟練指導者によるサポート有り。体験からでも気軽に御連絡下さい。

日時 毎週日曜 昼3時～夜6時  
場所 市内小学校体育館  
連絡先 磯080(3258) 6711

## 女子ソフトボール「まぶし」

20代から70代のメンバーが活躍中です。一緒にソフトボールを楽しみましょう。高校生から中高年まで幅広く募集中です。初心者歓迎。お気軽に体験に来て下さい。

日時 練習、主に土曜日  
場所 国立、立川近郊グラウンド  
連絡先 宍戸090(304) 1836

## グリーンコーラス(混声合唱)

会員募集中です!! 合唱は楽しく、身体全体を使って声を出す事は健康にも良いですよ!! 「瑠璃色の地球」「願い」等これから一年かけてピアノ伴奏で練習します。

日時 第2・4(水) 朝10時～12時  
場所 公民館 地下ホール等  
連絡先 澤村090(5551) 5615

## お口筋を動かして健康に

「サクセスフルエイジングな滑舌サロン」へ一緒に。お口は健康の入口。全身の筋肉に繋がります。まずは楽しく。滑舌体操。朗読・早口言葉等と豊富。無料です。

日時 第1・3(土)朝10時半～12時  
場所 公民館 各月連絡します。  
連絡先 滝080(5436) 6622

## 650人採血PFASの報告学習会

多摩地域の有機フッ素化合物汚染を明らかにする会は、住人の血中濃度を調べ、汚染の実態を解明報告と健康リスク学習会を開催します。申し込み不要。資料代500円。

日時 8月20日(日) 昼2時～4時  
場所 公民館 地下ホール  
連絡先 国立支部(576) 5168

## ジュニアソフトテニス講習会

プロコーチによる初心者から上級者までレベルに応じたレッスンです。ソフトテニス連盟。対象者中学生、高校生。参加費無料。

申込締切8月19日(土)  
日時 9月3日(日) 9時～予備10日  
場所 広場テニスコート  
連絡先 平野(576) 7815

## 今月の公民館 (8月)

- 8月5日(土) 昼～ 青年講座 「初心者 山部」
- 6日(日) 昼 図書室のつどい 「旅と本と詩と」
- 19日(土) 朝 親子講座 「プラネタリウムで星を見よう！」
- 24日(木) 夜 社会教育学習会「公民館の“ハテナ?”を解き明かす」
- 27日(日) 昼 図書室のつどい 『「気を持ちよう」の脳科学』
- 31日(木) 夜 NHK 学園共催

「校内居場所カフェ」のトリセツ講座

講座の開催状況などに変更があった場合は、公民館入り口付近への掲示や、ホームページでお知らせします。ご不明の点はお問合せください。

公民館 ☎ (572) 5141

公民館の状況▶



## 10月(ロビー11月分) 会場調整会のお知らせ

申込書のポスト投入期間	8月5日(土)～24日(木)
公用使用の貼り出し	8月10日(木)頃
予約の重なりがあった団体の掲示開始日	8月26日(土) 
会場調整会	9月2日(土)朝10時～

※会場調整会は朝10時までに受付を済ませてください。

## 〈サークル訪問382〉

### 合唱サークル「国立あひるグループ」

今回は、半世紀以上の歴史を持つア・カベラ合唱サークル「国立あひるグループ」にご登場いただき。歌唱指導を務める講師の西出昌子さんとメンバーの方の話は心に残ることばであふれていた。

始まりは、三小、一中のPTAの合唱部を西出さんの母、井上瀬子さんが指導したことにある。PTAを離れても歌を続けたいとの保護者たちの思いがこのサークルを生んだ。20年程前に西出さんが指導を引き継いだ。発足時から歌い続けている人もいる。ずっとア・カベラ(無伴奏)を貫く。「ア・カベラは合唱の原点。ピアノがなくても、いつでもどこでもハーモニーを楽しめるのが魅力」

活動日は毎週金曜日だ。「月4回声を出すことによって筋肉と息のコントロールができて楽に声が出るようになる」。選曲は童謡、宗教曲、クラシックとジャンルを問わない。6月18日の「くにたち音楽祭」では武満徹の曲を取り上げた。「新しい曲に取り組み、皆と心を合わせて作り上げること

に醍醐味と喜びを感じる」「活動は体調不良があっても乗り越える原動力になっている」



「くにたち音楽祭」で日頃の成果を発表(2023年6月18日市民芸術小ホール)

最初の30分間、体操をしながら発声練習をすると声が出るようになる。声質をみてソプラノ、アルトなどに振り分けるところが多いが、ここではそれをしない。自分の歌いたいパートを歌う。「その人の気持ちを大事にします。歌を続けてほしいから。声は練習を重ねれば出るようになります。上手に歌うことも大切だが、こが来た場所以外にならばいい」と西出さんは語る。昨年のクリスマスに旧国立駅舎でコンサートを開いたところ、そこにいた60人以上の人が一緒に歌ってくれたとメンバーたちは喜ぶ。「心に響く音楽を次世代に伝え、共に作っていきたい」そんな目標を持ち続けている。

日時 毎週金曜日 昼12時半～3時  
メンバー募集中  
場所 公民館 地下ホール  
連絡先 清水(576) 4383  
kunitachi.ahiru@gmail.com  
(文・写真 中井 一人)