

第2号

アクトス

文芸集団 ACTOS

平成二十一年四月

アラトスの夢の世界にたゆといし書籍の海の吾ひとしづく

明達光輝

※アラトス(Aratos)は、紀元前三世紀に活躍した古代ギリシアの詩人。古代マケドニアで活躍した。ギリシア神話の記述者。

はじめに

文学は文楽である。

日記は、それが結果として自己以外の人の心に響くメッセージか否かによつて、文学と峻別される。

言葉は命である。その言葉を、文学は文字という記号を媒体として表出する。記号である故に、その構成と判別に知性と経験を必要とする。とともに、組み合わせられた記号は、その記号以上の意味と感情を含み、一定の時間と空間に影響を及ぼすものとなる。

それを踏まえつつ、事実の伝達のみでなく人の情感を伝えるもの、それが文学の誕生である。

したがつて、文学は、いかなる形であれ、驚き・感動・好奇心・悲哀という「心を動かす」ものでなければならぬ。「文学は文楽である」という意味の「楽しさ」はそういうことである。

また文学は文芸であり芸である。良いものを取り入れて「消化して昇華」し、作家として常に技能・内容を高めねばならない。

本誌は文芸活動を通じて文化芸術の振興と、それが個々の人生の糧となるように努めるアクトス集団の機関誌である。ために相互の研鑽・理解を深め、よりよい創作活動と、豊かな生涯を形成する内容を目指す。

本誌の構成は、短詞型（詩・柳歌・短歌・俳句・川柳）・小説・随筆・児童文学・紀行・評論などのすべての文芸ジャンルを含む。

多くの方の参加と、関係各位の協力を望む。参加同人の、苦しいが楽しい、コツコツと積み上げる個人的努力と、互いに刺激し成長し続ける「和」の、アクトス活動でありたい。

平成二十一年一月一日

アクトス会長
編集長

大西生一



目次

隨筆……僕とランニング 柴小路秀磨	1
隨筆……ももに誓う 永井組若芽	6
俳句……小川悦子・高畠成子	10
中学一年の創作集……	12
童話……赤い糸 はなのはなこ	15
隨筆……肥満糖尿山へのぼる 大西生一朗	25
短歌・冗句・川柳……小川悦子・高畠成子	31
柳歌……生 ^い 切 ^き る音 ^ね ミシミシミシと老 ^お いの音 石川柳歌	36
短歌・詩……大西隆史	42
短歌……明達光輝	47
編集室から	50

「エッセイ」

僕とランニング

柴小路秀麿

―僕は何故走るんだろう―

息を潜めていた冬將軍が北山を白く染めあげて、その凍りついた刃で脂肪をまとわぬ僕の瘦身そうしんを鋭くえぐつてくる。鴨川の寒風に抗う愚かな行為に酔いしれる自分に思わず問いかける。

「僕はなぜ走るんだろう?」……。

今でも心に鮮烈に焼きついている一つの映像がある。中学校の真つ暗な講堂

に座してオリンピック記録映画を見ていた僕は、そのモノクロ画面に写し出された一つの映像に大きく心を揺さぶられた。夜の帳とばりがおりたローマの石畳を、独り駆け抜けていくマラソンランナー、それがアベベであった。この映像との出会いが、僕のランニング人生のスタートとなった。

人は誰しも何か他より優れた能力を持ち、優位に立ちたいと願うものだ。頭の良い者はテストで上位になれるだ

ろうし、体力のある者はスポーツで差をつければよいわけだが、悲しいかな、この僕はその両方に恵まれていなかった。とりわけ男子にとつて体力に恵まれぬといふことは、人格形成に関わる重要な問題となる。

幼い頃は喘息もちで、その上並はずれて瘦やせつばちの僕は、ピノキオの如き手足では他を圧することも出来ず、非力故に、極力他人との闘争を避け、独り山歩きを楽しむことが多かった。大人になつてからも、日本人の多くが好む野球とかバレーボールといったチームプレ

イの中では、仲間ばかりに気を遣う余り、己の肉体を充分に燃焼させ切れぬまま、精神的疲労のみを残し、スポーツの楽しさを存分に味わうことが出来ないのである。そんな僕が中学時代に見つけた人並みの運動能力、自分の持てる力を精一杯発揮し燃焼し尽くせるもの、それが「走る」ことであつた。

以来、僕は肉体的コンプレックスを払ふっしょく拭する思いで今日まで走り続けてきた。あの瘦身の勇者アベベの姿を追いつめて……。

ただ、学生時代には、一時いつとき、陸上競技

部に籍を置いた事もあつたものの、苦しい練習に耐えうる体力もなく、「走らされる」ことを嫌う傲慢ごうまんさもあつて、選手にはなれず、自おのずとランニングからも遠ざかつていた。その僕が教職に就き、陸上部を顧問する中で、自分の意志で走り、練習し、記録の向上する楽しさを初めて味わい、本格的にランニングにのめり込んで行つた。そして退職するまですつと若い部員達と共に走り続けてきた。その間、部員達は僕の肉体の衰えに反比例するようにどんどん成長していった。今、その教え子達も親となり、己のメタ

ボ対策に悩む年頃となつている。そんな彼らと、今だに昔の体形を維持した僕が、たまに競技会で顔を会わせて、互いに競い合えることは極上の喜びである。

『新年の誓い新たになつかしき子らと共に走る喜び』

(平成20年 元旦市民マラソンにて)

僕は今でもよく、各地で催されるマラソン大会に参加している。「高い参加料を払つて、何のために走るのか？」と、よく聞かれるが、そんな時、「走り終わつた

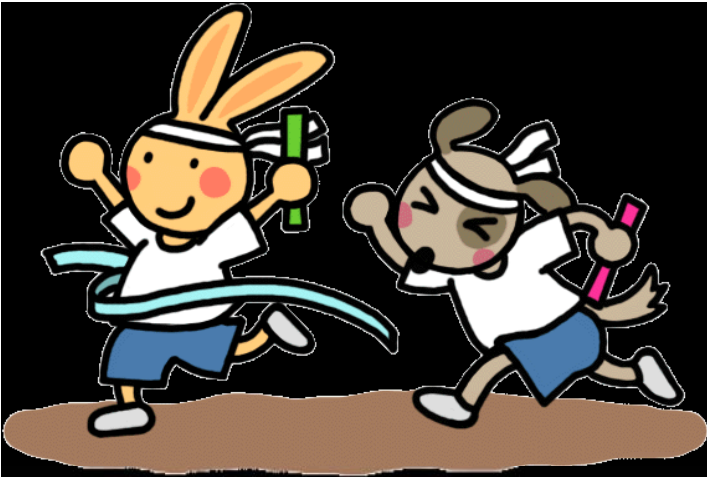
後のビールのうまさを味わうため」と、
答えられない僕は、「自分をいじめ抜いた後の解放感のすばらしさを味わうため」と、答えることにしている。実際レー

ス中に僕の頭にあるのは、上位に入賞することよりも、ひたすら「この苦しきから早く解放されたい」という思いである。ならば、走る事を止めれば、いや、少しスピードを落とささえすれば、その苦しきからはいとも簡単に解放されようが、それではゴールの喜びは味わえない。レース中の敵は他でもない、楽になりたいと思う自分の弱い心なのだ。己の弱い心の

誘惑に打ち勝つてこそ、真の勝利が得られ、喜びが味わえるのだ。僕にとつて、マラソン大会とは正に、自分の弱い心との闘争の場であると言えよう。

今、僕は若い頃のように記録を求め、がむしゃらに走るということは出来なくなつたが、自分にとつて走ることはすでに生活の一部であり、楽しみでもある。そして、マラソン大会に出場することにより怠惰な生活に刺激を与えている。京都に住む僕は、今日きょうも独り、鴨川をランニングしながら、四季の移ろいを肌で感じ取っている。

「走らされる」苦しさに耐えられなかつた僕が、「走る」楽しさに目覚め、そして今、「走れる」喜びを噛みしめながら。



ももに誓う

永井組若芽

どつ、と爆笑が教室に充満した。

一九七八年四月、私はあなたと初めて出会ったのだ。それは大学の入学式が終わり、クラスごとに教室に分かれて自己紹介をしていた時だ。何人目だったか、背の高い女の子が立ち上がった。

たった十秒にも満たない時間であなたは初めて出会った六十人の乙女の心を鷲づかみにし、その日から「もも」もしくは「ももちやん」と親しみを込めて呼ばれるようになった。

「大原麗子です」

私がいっ、どんなきつかけであなたと話をしようになったのかは、三十年も前のこと

「本名は？」

なので覚えていない。バレー部のキャプテンで「超」が付くほど陽気な性格のあなたと、

絶妙のタイミングでどこからか声が飛ぶ。

大学に入つてまで学級代表にされてしまう私とのペアは風変わりな感じだったかもしれない。

「山口百恵です」

れない。

そんな私たちの共通のキーワードは「読む」「書く」ということで、おもしろいと思う本の話をよくしていた。当時は灰谷健次郎さんが全盛で『太陽の子』が流行っていた。

情報通の彼女が、本を何冊も出版されている有名な先生が国文科におられると聞いてきたので、早速二人で聴講生になった。好奇心はいつも旺盛で、行動力は抜群。いつも引つ張つていかれたという感じだったが、波長はばっちり合っていたのだと思う。とにかく楽しかった。

その授業は文章教室で何遍かの作文を書いた。私はその時に書いたものでAの評価

をもらったことを今も大切に思っている。

四年の月日は流れ、ももは故郷の新潟県柏崎市で希望どおり小学校の先生になった。

卒業後に彼女と顔を合わせたのは柏崎での結婚式だけだった。その時には訳あって新婦側の出席者は、大学のバレー部の先生と私のたった二人だけだった。

柏崎と神戸という距離。互いに就職、結婚、三人の子どもたちの育児に追われ顔を合わせるという機会をつくれなかった。

二〇〇八年七月二十八日。夕飯の支度をしているときだった。ももの訃報が届いた。

結婚式にご一緒した大学の先生だった。先生の名前を聞いた瞬間に理解した。

「悪い話ですね。ももですね。」

何年前か、乳がんの手術をしたことは知らされてきたが、うまく切り抜けていると思っていた。

彼女との最後の会話がまざまざとよみがえってくる。二〇〇七年七月、『新潟中越沖地震』柏崎市は震度六強だった。地震発生後二、三日後お見舞いの電話をかけた。話し始めて五分程度で大きな余震があり「怖いから外に出るわ」という会話が最後になった。

高校の友人が二十歳過ぎで白血病で亡くなつ

た。父、姑、祖父母や伯父、伯母の死も経験しているし、私もいつかは死ぬことは分かっている。

でも、ももが亡くなったことはとても堪えた。「死ぬんだ」と、すっと心に落ちた。そう、私も死ぬんだ。

彼女にはまた小学生の次女がいる。今の年齢では、まだ子どもたちにしてやらなければならぬことがたくさんあるのだ。逆縁ということもある。

まだ何もしていないという焦りのような感覚。

「人生の棚おろしをしなくっちゃ」妙な焦りがその日から私の胸に折り重なった。

「いったい私は何がしたかったのか」「今から

何ができるのだろうか」。

何度も煩悶しながら気が付いたことは『書く』ということが好きということだった。細々とも続けてきたことは、文章で表現することだった。

「アクトス」で書くことは、友人、ももの死に背中をぐいつ、と押されたからだ。

ももちゃん、五十歳近くになっても何がしたかったのか分からない情けない私だけど、書くことを続ける努力をしてみるよ。あなたの分までとは思わないけれど、ももちゃん、ちよつと頑張つてみるよ。

一回忌を前に、バレエ部の仲間に入れて

もらつてあなたのお墓参りにいくよ。神戸からバスをチャーターして。

こんな現実、ありえない。



〔俳句〕

山茶花をさしだす我にほほえみて

冬の空荒野のようにひらけたり

野いちごに幼きころが重なりて

小川悦子

ほころびて梅の香ほのか春近し

節分の豆まく声が春を呼ぶ

南天を真綿がくるむひっそりと

寒椿くれないに染まるりんとして

アクトスの例会あとはさわやかなり



「俳句」

高島成子

父母逝きて身の分限をしる夜^よ中の月^わ

中学一年生の創作集

ろいものがあつた。少しあげてみる。作品うしろの名前はペンネームである。

ある中学一年生の「生き方学習」の講師に招かれた。「作家」という仕事について話す。

お父さん はやくやせろよ腹まわり

その時間の中で、「何でもいいですからペンネームで短詞型の作品を創りなさい」と課題を出した。いきなり、ほんの数分なので、少し無理かもしれないと思つたが、中にはなかなかにおもし

お母さん 美人といわれうちようてん
竹中 ポン太郎

数学の 授業で一回 たたされた

ローンだよ

渡なべ ゆう

リアデイゾン なんでもけつこん しちや
つたの？

学校に おくれてきたら 四時間目

マキシミン・リフクネ

理科☆

あと五分

先生

まだ眠いから
あと十分

不思議な人
色々なことを
知っている

しんどいな

なぞの人

何もしないが
言ってみる

羊 美佐子

胴出模 以胃人

俳句なんて 考えるだけでも つかれ
ます

今はペン

カバ

将来もつのは

人間の

疲れしところ

いやす海

いのち終われど

海は終わらじ

マダムバタフライ

七色の夢の集まりきれいな

ラズベリー

とまあ、「詩でもいいから作れ、何でも可」といつてせき立てた。もちろん短歌や俳句の表記方法も説明などしなかつたので、バラバラである。俵万智を引き合いに出したので、「万智もどき」がだいぶあつたが割愛した。時間がゆつくりあれば、子どもたちは面白いものを作るだろうと思つた。子どもたちは体を使う体育やクラブは上

手い。だから脳細胞を運動させる文学も同じことで出来るはずだ。ただ慣れないだけなのだ。そしてなるほど慣れない肉体運動（脳も肉体である）は疲れる。ちなみに無理やり担当の先生にも参加していただいた。ご容赦。

※リアディソン Leah Donna Dizon (22歳) アメリカの歌手、モデル、レースクイーン。※マキシミン・リフクネというのは、無料オンラインRPGゲーム「テイルズウィーバー」に出てくる架空の17歳。

（ゲームはネクソンの製品。ネクソンは韓国にあるオンラインゲーム会社ネクソン（英表記：NEXON）の子会社。主にNEXONで作られたMMORPG（多人数参加型ネットワークRPG）を日本語化している。）

●「生き方学習」は「キャリア教育（生き方・仕事）」の一環である。二年生になつての「トライやるウィー

ク」に繋がるらしい。「作家」であるから、新聞記者・ミ
ニコミ記者・図書館・雑誌社といったところが直接に関
係するか。何でもどん欲に興味を示して、情報技術
と情報そのものの大切さを掴んで欲しい。どの分野に
進んでもそれは大切なことだから。

「童話」

赤い糸

はなの はなこ

さちは、みどりようちえんのたんぽぽ組。

今、ようちえんでは、あやとりがはやってる。さちは、このごろやつと、ほうきを作れ

るようになった。それから、ひとりとりも。

今日もさちは、ようちえんから帰るとカバンも置かずに、居間にとびこんだ。

「かあさん、橋の作り方をおしえて」

「おやおや、お帰り。あやとりの糸を出してごらん」

「はい」

はじめはかんたんだ。

「つぎは、こうやつてくるりと返す。はい、できあがり」

けれど、なかなかかあさんのようにはいかない。なかゆびを、くるつと返すのがむずかしい。

「あー、しつぱいしちゃった」

またはじめからやり直し。なんでもしつぱいして、ようやくできた。

「できた！あしたようちえんに行ったら、みんなに見せてやろつと。ねえ、みんなのあやとりの糸は、きれいな色の毛糸であんの。わたしのもあんで」

「きようはいそがしいから、またこんどね」

さちは、小さくため息をついた。

（かあさんは、またこんどばかり）

つぎの日、ようちえんに行くと、みんながまちこちゃんのまわりにあつまっていた。

「さっちゃん、おはよう。これママにあんでもらったの」

赤い毛糸であんだあやとりの糸をみせながら、まちこちゃんがとくいそうに言った。

さちの糸は、白い毛糸をにじゅうにしているだけだ。さちはまちこちゃんの赤い糸で、橋を作ってみたくなくなった。

「ちよつとかして」

「いやよ」

まちこちゃんは、せなかを見せて首をよこにふった。

「わたし、橋が作れるようになったのよ。まちこちゃんの赤い糸で作ってみたいの」

まちこちゃんは、へんじをしないで外へ行ってしまった。

この前も、まちこちゃんは、

「ママに作ってもらったの」

と言つて、フリルのついたかわいいピンクのワンピースを着てきた。

いいなあ。まちこちゃんのママはなんでも作ってくれるんだ。

おべんとうを食べたあと、さちはひとりでブランコにのつていた。

すると、少し先のじめんに、なにか赤いものがみえた。

「なにかなあ」

近づいてみると、それはたしかに、まちこちゃんの赤い糸だった。ひろいあげたさちは、しばらくながめていたけれど、ゆびがかつてにうごいていた。

そうして、いつのまにか、赤い橋ができていた

「それ、まちこちゃんのですよ」

うしろでふいに声が出た。ふり返ると、よしえちゃんだった。

(うん。ここでひろったの。まちこちゃんにわたしてあげようと思ってー)

そう言おうとしたのに、思いがけないことばが口をついてでてきた。

「これわたしのよ。わたしもかあさんにあんでもらったの」

そのとき、先生のよぶ声があった。

さちもよしえちゃんも、走つてもどつた。へやに入るとすぐに、よしえちゃんはまちこちゃんをほうへかけて行つた。

「まちこちゃん、赤い糸もつてる?」

「ううん。それがね、さつきからどこにもないの」

まちこちゃんは、こまつたようにあちこちさがしている。

「さつちやんがね、まちこちゃんの赤い糸とおんなじのもつてたわ」

さちが下をむいていたら、まちこちゃんが近づいてきた。

「さつちやん、赤い糸みせて」

「いや。これ、わたしもかあさんにあんでもらったの」

さちはでまかせに、とんでもないことを口ばしつてしまった。

「うそ。さつちゃん、赤い糸なんかもつてなかつたでしょう」

「ほんとやわ。白い糸しかみたことないわ」

よしえちゃんも、まちこちゃんのみかたをして言った。

「さつちゃんのうそつき」

「うそつき」

ちようどそのとき、先生がこつちのほうをチラツとみた。

「さあ、大きな声でうたいましょう」

そう言うどピアノをひきはじめた。二人は、さちのほうをぐつとにらんだ。

家に帰つてからも、さちははずつと、まちこちゃんの赤い糸のことを考えていた。

赤い糸は、つくえのひきだしに入れてある。ひろつたときは、ゆびがかつてにうごいたけれど、いまはみるのもいやだった。

「さち、おかわりは？」

ばんごはんのときも、元氣なくへんじをした。

「もう、おなかいっぱい」

「へんねえ、どこかぐあいでもわるいの？」

「ううん、どこも」

ベッドのなかでも、赤い糸のことが、心のすみにひつかかっていた。

（まちこちゃんのくつばこに、入れとうかな。おちていたところにもどしておくほうがいいかなあー）

そのばんさちは、なかなかねむれなかった。しばらくすると、のどがかわいてがまんできなくなつた。だいたいどころにいくと、かあさんがお米をといでいた。

「かあさん、あやとりの糸をあんでほしいの」

「かたづけがおわつたらね。もうおそいからねなさい」

「はあい、おやすみなさい」

つぎの日、さちが目をさますと、テーブルにピンクの毛糸であんだあやとりの糸が
おいてあった。さちはかあさんにだきついた。

「ありがとう、かあさん」

さちは、いつもより早く家をでた。ようちえんのもんところで、まちこちゃんがくる
のをまっていたら、ピンクのワンピースがみえた。

「これ、まちこちゃんのだったの。かあさんにあんでもらったなんて、うそをついてごめん
なさい」

さちは下をむいたまま、そつと赤い糸をさしだした。

「ううん、わたしも、いじわる言っでごめんね」

まちこちゃんは、さちから赤い糸をうけとると首にかけた。

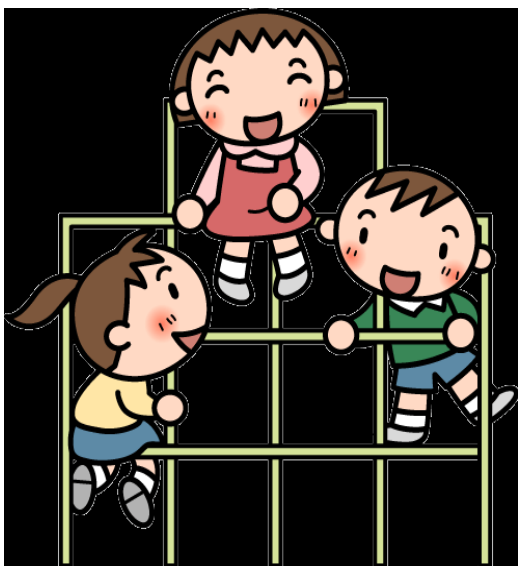
「さつちゃん、そのピンクのあやとり、おかあさんにあんでもらったの？」

「うん！」

さちは、うれしそうにうなずいた。

「かわいいねえ。わたしピンクだいすき」

二人は手をつないで、すべりだいのほうへかけて行った。



—文芸集団— アクトス 機関誌創刊!



『文学は文楽』文芸活動の参加募る



和気あいあいと和やかに開催される例会の様子

神戸・明石を拠点に文芸活動を行う「文芸集団「アクトス」(大西生一朗会長)は、1月1日に機関誌を創刊した。アクトスは昨年9月に設立。文芸活動を通じて文化芸術の振興と、個々の創作活動の評価の場を提供する。

今後、活動は月1回の例会(毎月第2土曜午後6時/白時・サンピア明石)と、機関誌を年2回発行し互いに創作活動を刺激し成長していこうとアクトス賞を創設し、機関誌の号毎に会員投票等により優秀作品1点をアクトス賞次点2作品に奨励賞を授与する予定。短詩型(詩・柳敬・短歌・俳句・川柳)・小説・随筆・児童文学・紀行・評論など全ての文芸ジャンルが対象。同会大西会長は「書いてみたいが書きたくない」「活動に興味がある」だけでも気軽に参加してもらいたいと、同会への参加を呼び掛けています。

お問合せ・入会申込は
同会 ☎078・922・4562 (FAX可) 大西 生一朗
メール
actus@actusnet.nifty.com

ミニコミあかし 2009/1

上のように、一月下旬に紹介された。早速問い合わせがあり、冊子を送りした。

後に載せている「あいあいAI」でも紹介して頂き、結果、新しい入会者をお迎えする事になった。

輪が広がるのは有り難い事である。素人集団。興味のある方はどんどん来て頂きたい。義務は月千円の会費と、年に二回作品を出す事だけだ。(例会は出席自由)

肥満糖尿 山へのぼる

大西 生一朗

少し背中がぞくりとした。

目の前には、視界の四分の三ほどを占める晩夏の青空が拡がっている。

大きな岩肌が、割れ目を伴いながら急激に下に落ち込んで、そのまま碧空に吸い込まれそううだ。

男性の急所が縮み上がるのがわかった。

「これ、下りるんですか……」

喉あいだに声が引つかかつて戸惑いながら出てきた。

「間あけてな」K先生は軽い声を出した。「滑らんように」

快晴が続いた鷹ノ巣から続く岩場は、水を含んだ滑りやすさはない。ただ、岩肌の表面にある砂粒や砂利に乗ると危険そううだ。

「かなわんな……」

嫌とも言えず、K先生に続いて、僕はスニーカーの右足を下に伸ばした。

お尻と腰は低く下ろして、上体は後ろに反り返っている。もちろん、両手は身体の後ろ左右だ。

つまりへつぴり腰で、右足だけが伸びている。

左足をおろすには、やや上体をたてねばならない。岩が急角度になると、身体を起こした途端、頭から落ちていきそうな気になる。

甘いリュックサックの肩帯なので、下を向くとリュックが頭の方にずり上がる。そうすると重心が上にあがって、余計に身体が不安定だ。

「ゲッ……」

冷たいものが背中を流れる。

落ちるのではないかという恐怖心だけが、頭の中を占めている。

止めたくなるくらいだが、六十を越えた男性が「怖いからやめた」とも言いにくい。

(ま、落ちへんやろ、死なへんやろ、みんな行くんや……)

と自分に言い聞かせて、足を交互に踏み出していく。

降りるより登る方がええやろなあ……とチラリと思う。目の前の岩肌だけを見ていればいい。本来なら降りるときも岩肌に正対するのだから、中途半端な岩肌である。岩に背を向けた仰向けの姿勢なので、どうにも動きにくい。

もう何も見えていない。足元の岩肌と、スニーカーの先だけである。後はK先生に遅れないように、必死に前に続くだけだ。

※

高御位山たかみくらは、高砂市の北、加古川市境にある、高さ304メートル程の里山である。JR西

の宝殿駅ほうでんからバスで成井なるいまで来て、高御位山頂たかみくらまでは、夏場には汗びつしよりになるとはいえ、石段などの登山道も整備されている。

だが、山頂まで来て一休みの後、西に向かつて先に進むとすると素人には少しきつくなる。家族連れなどは、まずここから引き返す人が多いらしい。ぼくが山に入った日も、夫婦連れや、高齢者は先に進まなかった。

高御位たかみくらの山頂神社から、尾根伝いに二つ上り下りすると『鷹ノ巣たか』の山頂に着く。だがここまでの道も踏み分け道と岩肌の道で、登りは急で、ややもすると滑り落ちそうになる。

『鷹ノ巣たか』に着くと、「やれやれ」と一段落だが、それも束の間、そこからは転げ落ちそうなる岩場を降りることになる。

頑張ってきた家族連れなども、ここで引き返すという。もし、初めて山に登る女性連れなら、

やつぱり無理な気もする。

時にはお尻をつき、手もついて降りていくという有様になった。

後から冷静に考えると、高さは20メートルもない岩肌である。それがお鍋を伏せたように弓なりに湾曲しているだけだ。

冬の日本アルプスに挑むような本格的な登山家はもとより、六甲山の縦走をするような人から見れば、岩場とも言えない場所だろう。けれど僕にしてみれば、結構難儀な、大袈裟おおげさに言えば「命に係わる」というほどの岩肌なのだ。

高さが20メートルというのは、ピルの5、6階ほどになる。僕は、やや高所恐怖症気味で平屋の屋根でさえ「高い」と足が竦すくむ。だから、これはもう天空から飛び降りるような高さだ。「ちよつと大変やったな」

里山登りに誘って下さった68歳になるK先

生も、頭をかく。

なにせ、初登山の一回目は、神戸の塩屋から旗振り山に登って、汗をかいて降りてきただけなのに、二回目でこれである。

「ズックとな、手拭い、水とおむすび、軍手もあるといいかな」

と言われて、家にあつたりユックを背負い、駅前のコンビニで買ったおにぎりと、ペットボトルで始めた「還暦登山」なのだ。

一回目はそれで十分だったが、二回目で「あかん」と思い知った。

※

もともと肥満体である。僕の体重72キロは、標準体重より11キロも多い。腹の出た中年体型である。重力に逆らって上に登るのは最も大変である。なにせ手ぶらでも、筋力に比べ多い脂肪分、約11キロの荷物を背負っている。実際は

リュックの中に、弁当と水と着替えなどが入っているから、山登りでは、14、5キロを担ぎ上げるに等しい。

スポーツは苦手、不器用だ。だが、誘われたときは少し自信があつた。

退職数年前から始めたスポーツジムでは、ストレッチに筋トレ、1時間ほどのマシンウォーキングを続けている。日常生活でも10キロくらいの道のりならば、快適に歩ける。

「ま、300メートルほどの里山なら、マイペースで登れば、ついて行けるやろ」

と思つて参加したのだ。

だが、2回目の岩場からは散々であつた。

まず、膝が笑い出した。

「ケッタ、ケタケタ」と笑うのだ。

その度に身体が僅かに沈み込み、「このまま支えきれぬのか」と足と心が震え出す。

「ケッタ、ケタケタ」

「ケッタ、ケタケタ」

誰が名付けたかは知らないが、『笑う』とは言い得て妙である。

だが、不思議なものでそれに耐えると、なんとか歩けた。

日頃のウォーキングのおかげで、筋肉痛はない。ところが明るる日からは、今度は足の親指辺りが唸り出した。

痛くはない。

「ジン、ジン、じん」

「ジジンのじん」と呻くのである。

二つの尾根の登り下りと、岩場の踏ん張りで、ズックの中の指先に負担がかかったらしい。

「ジン、ジン、じん」と言う指をさすりつつ、「靴買わなあかんなあ」と、僕は考えた。

なんと、山登りに懲りたのではないのだ。

『登った』という達成感が面白い。『還暦を過ぎて登山できた』という自信が楽しい。

※

三度目の山登りは妻と出かけた。

初めての所は高御位たかみくらで懲こりていたので、僕の故郷、神戸市長田区にある高取山に登ることにした。登山道は整備されているし、岩場があることもない。こどもの頃から何度も登ったことがある。

板宿から育英高校前を抜けるコースはよく知っているので、西代から高取団地を経て育英高校の北に出、登山道に入る。

「山まで結構あるなあ…」と、地図を片手に改めて思う。

山陽の西代駅を出ると東の文化体育館を睨みつつ、西に歩む。そしてすぐに北上する。住宅街を通る坂道である。

常盤短大横からは、急な坂道である。秋の初めだが、高取団地に出るともう汗びつしよりだ。そこからいよいよ山登りである。

『毎日登山』をする人の会がある山なので、石段が整備されていて登りやすい。「こんにちは」と挨拶も心弾む。都会地では見知らぬ人と挨拶するなど考えられもしないが、山ではそうするのがルールである。

どう見ても80歳は優に超えておられる方が、スタスタと僕たち夫婦を追い越して行かれる。脱帽。

高取山は茶店が多い。公衆トイレもある。だから登りやすい。

頂上にある高取神社で食事を済ませるのが良いだろうが、僕たちは先に西の尾根道から妙法寺に下りることにした。堂の下というバス停から市バスで板宿に出るのだ。

だが、そこからが少し誤算だった。

雑木林を縫って下る山道は、整備されていない。文字通りの足場の悪いガレ場も多い。危険と言うことはないが、時折は木の枝に掴まり、小石に乗って滑らぬように注意しつつ進んでいく。

膝こそ笑わなかつたが、やはり後から「ジン、ジン、じん」「ジジンのじん」と足指が呻くことになつた。

膝や足への負担は登るときより下りるときと
いうが、まさにその通りである。

「靴買わんといかんなあ」というのが本当になつた。

※

トレッキングシューズ、新しいリュック、伸縮式の杖、機能的な下着と、妻と二人で買い込んだ。年金暮らしの還暦組には痛いだが、僕は優良粗大ゴミである。賭け事はやらない。発泡酒の晩

酌を楽しむ。エッセイを書く。そして健康を心がける。

さて、次はどこに登ろうか…。

終



〔短歌〕

小川悦子

砂遊び長いトンネルさあできたとどめさしたる怪獣かな

小走りにかけよつてくる天使かなそつと抱き寄せ大空あおぐ

〔冗句〕

高畠成子

おお！夜あけ森羅万象深呼吸

〔川柳〕

高畠成子

破顔一笑 ツバメのこして 逝つた友

せいてんどう



なんとなく粹な感じだろう。

店内のつくりも良いし温かい雰囲気もする。

手前のテーブルにはワイン。ピアノにコントラバス、歌い手。そう、ジャズが演奏されている。

昔々、明石駅前の地下にちよつと感じの良い店があつたが、あれより遙かに広くて素敵だ。

店名は「青空堂」と書いて「せいてんどう」という。明石市のJR大久保駅の南、ビブレ・サティの道を挟んだ前にある。オーナーは一階が仕事場で、二階に興味の店を拵えた。

ひよんな縁で、二時間半ほど楽しませてもら

だいた。神戸市の三宮まで出なくても、この頃明石には少しづつ、こんな類のお店が増えているらしい。嬉しいことだ。「生一朗」

例会報告

いずれも場所は 兵庫県学校厚生会サンピア明石会議室 C
第1回例会

平成21年1月10日(土)午後6時

初めての例会で5名が集まった。お茶のお世話をしていただいているOさんが、家からお菓子を持ってきて下さった。するとUさんもご主人が経営されている洋菓子店からショートケーキを持って来て下さった。お正月とはいえ豪華なお茶菓子になった。初回なので、僕の用意した新聞掲載の小説などを題材にして話の後、「アクトス1号」の最初の作品について合評会をした。2時間がとぶように過ぎた。

新年会は別の日と僕は思い込んでいたが、「例会後」と前に言っていたようだ。どうも物忘れが……(*-*)で、膳屋で十時過ぎまで全員で過ごした。これもあつという間の時間であった。

第2回例会

平成21年2月14日(土)午後6時

今回も5名が集まった。Uさんがまたまたケーキと、なんとチョコプレートをもってきてくださった。そうこの日はバレンタインデーなのだ。前回の参加者の内1名が都合が悪くて、新しく来られた方が加わっている。この方はあ

山頭火の遠縁に当たられるらしい。第1回はエッセイの合評だったが、今回は俳句である。短詞型（俳句・短歌・川柳など）は、歴史があり、型があり、それ故にこだわりもある。だが、文学は文楽である。人の心を震わせる面白さが必要とぼくは思う。

終了後は、そのまま散会になった。ちよつと残念だった…。

第3回例会

平成21年3月14日（土）午後6時

今回はエッセイを2編。Oさんのものと、Sさんのものの予定である。（生一朗）



「柳歌」 第2回

生^{いき}切る音 ミシミシミシと 老いの音

石川 柳歌

老いの音ミシミシミシと歩くたび修理もきかぬ廊下の軋み

書齋から居間へ出掛けて立ちすくむはーあてさてさて何しに来たの
信号の青の明滅睨みつつ動かぬ足を叱咤激励

新聞とテレビと酒と昼寝して頭は次第にラリラリランよ

高齢のクラブに出たら若造と使い走りの六十四歳

携帯とパソコンネットにiPodさわらぬ神にたたりなしとて

新しき老眼鏡をズリ上げて新聞を読む夫を盗み見

無精髭とかぬ頭に加齢臭こんな男と過ごした半生

退職後出掛ける散歩わざわざと稼げぬ夫は動く粗大ゴミ

ああいやだ朝昼晩と食事して棧の汚れを物言う男

携帯を片手にお喋り朝昼晩ウィッグ被つてフィットネスへ

お茶しましよ海外旅行に趣味の会夫は一人でおいてゆくまま

老いの音シンシンシンと染み渡る陋屋ひとり布団にくるまる

◎「老い」は万人に訪れます。身体は25歳頃から、そして心もこの頃から。夫婦の老いは、相手が心の負担になるときから。ただし、心に溶け込めば新たな世界が開かれます。ちょうど脳細胞のシナプスが70歳になつても増え続けるように。

◎「柳歌」ー和歌の韻を踏んだユーモア・風刺・諧謔を中心にひたむきに生きる人生・人情を読む短詞型。石川柳歌による。

文芸集団「アクトス」会長

大西 生一朗さん (61)



グループの設立は去年9月。元日に同人誌の創刊号を出した。A5判44頁。明石、神戸、京都などの会員9人のうち5人が随筆、俳句などを書いている。文芸のジャンルは自由。年2回の発行を目指す。

(明石市在住)

30代からセミプロとして童話を書いており、現在は短大の非常勤講師(児童文学)。ある時学生に課題を出したところ、約9割が携帯からパソコンへレポートを送ってきた。アクトスも、デジタルデータでの作品提出を原則にした。

「書いたことはないが書きたい」「活動に興味がある」人も入会OK。「創作は孤独だが、一人では向上・継続は難しい」と参加を呼びかけている。

「文学は文楽。活動を通じて文化芸術の振興と、それぞれの人生の糧となるように努めたい」「将来、ここから文学賞を取る人が出るといいな」

1冊500円。HP (<http://www.justmystage.com/home/actos2008/>)でも見ることが出来る。

(吉田麻美)

★【ペンネームをつけようかという方に】 1号のものに加筆しました。

ペンネーム、考えて下さい。

いろいろ作つて、寝かせて、見直すと良いものが出来ますよ。

ペンネームは、仮名^{かめい}で書くことです。

① 自由な表現が出来る。

② 本名を出すことのリスクを避ける。(権力からの不当な干渉を免れるという意味が昔は大きかったそうです。)

③ 別人としての思考ができる

という利点があります。

本名で活躍している人も多いですが、女性なのに男性名をつけたり、夢枕獺さんなんていう、おもしろいものもあります。文豪、二葉亭四迷の、「父に『くたばつてしまえ』と言われた」ので、ダジャレでつけたものは有名です。江戸川乱歩も「エドガー・アラン・ポー」という作家の名前をもじったものです。一人で複数の名を持つ人もたくさんいます。

司馬遼太郎の本名は福田定一。夏目漱石の本名は「金之助」、俳号（俳句の時に用いる名前）は「愚陀仏」。漫画家の尼子騒兵衛は実は女性で「片根紀子」が本名です。

絵や尺八や、踊りにも、ペンネームと同じ働きものがあります。

作家は

①本名で生きる。

②ペンネームで生きる。

③作品の主人公で生きる。 ことができます。

人生をやり直したり、別の世界に生きたり、考えてみると面白いものです。では、良い筆名（ペンネーム）と作品を。

「アクトス賞」について

設立集会でご案内しました標記の賞について、『アクトス』誌2号ごとに(概ね一年ごとに)授与したいと考えています。

会員投票を行いますので、作品を読まれた後、該当するものを各自、各号5点程度選んでおいて下さい。(明達光輝作品は除く)

散文(小説・随筆・紀行など)や詩は、一編を1点とします。短歌などは一首を1点としても構いません。

「アクトス賞」は賞状・記念品と金一封。次点2作品を「奨励賞」として、賞状・記念品を授与します。選考は会員選考を参考にし、会長が決めます。

※次ページは若い同人の作品です。瑞々しい感性に脱帽。ぼくは自分の心を覗き込んで嘆息しています。

「短歌」

君は今五〇〇キロ先それなのに君を抱いた温もりはここ

第十四回「前田純孝賞」学生短歌コンクール 神戸新聞社賞

九州大学 大西隆史



〔詩〕

歩

大西隆史

人生において大切なことはなんだろうと考えてみる

答えなんて容易に出てきやしないのに

そんなことを考えることがカツコいいつて思つて

僕は今日も堂々巡りを繰り返す

朝 東に太陽が顔をのぞかせ

昼 南で太陽が大威張りし

夜 西に太陽が隠れていく

そんな毎日を過ごすことが大切なんだとかつこよく言ってみた

もし明日の朝 東に太陽が顔をのぞかせなかつたら

もし明日の昼 南じゃなくて北に太陽が昇っていたら

もし明日の夜 西で太陽が踏ん張っていたら

友達はそういうことを杞憂というんだと一笑に付した

当たり前前の毎日を生きることが大切なのか

僕は考える

変わらない日常が宝なのか

僕は思う

当たり前前のことが大切なんじゃなくて

当たり前のことを「嬉しい」と思えることが大切なのだ

変わらない日常が宝なのではなくて

変わらない日常にある新しい発見が宝なのだ

僕は一人でそう思った

ああ

今日も太陽が昇っていく

僕は東から昇る太陽をみて

歩き出す



同人募集

新しい文芸グループ「アクトス」をたちあげました。
楽しく『和』を大切にします。

◆活動内容

- 1 特定のジャンルではなく文筆全般にわたります。
①創作 ②合評(例会) ③同人誌(アクトス)の年2回発行
- 2 参加資格はありません。「書きたいという気持ち」だけで結構です。
- 3 義務は ①会費、月額1000円 入会金なし
(会費には同人誌代・郵送費等の事務費含む)
※出来るだけ1年分を前納下さい。(2回分納可)
(途中入会は月割り、退会の場合返金しません)
具体的には、以下の通りです。
①作品の提出(2月末、8月末) - 4月と10月に、同人誌(アクトス)発行
②2部受け取る
③各月第二土曜日 学校厚生会明石サンピア 午後
(例会 - 時間は問い合わせ下さい。例会出席は自由です。
出席したときは、会場代・茶菓代など1000円必要)
④概ね年に一度、アクトス文学賞を選考・表彰
※携帯あるいはネットだけの参加も可能です。

- ・作品の提出は、携帯メール(詩・短歌・俳句など)、パソコンメール(エッセイ・小説・紀行など)で行います。扱えない方は、相談させて頂いて郵送も可能とします。
- ・例会後は懇親会、また旅行なども計画してゆきます。
- ・運営は当分の間、例会などで相談・連絡の上、会長が決定しておこないます。
- ・平成21年、1/14(朝日新聞「あいあいA」)で紹介)1/20(神戸新聞「ミニコミあかし」で紹介)。

平成21年4月1日 アクトス会長 大西生一朗

連絡先:〒673-0031

兵庫県明石市宮の上1の17の614 大西方 アクトス編集室

Tel&Fax 078-922-4562

メール:actos2008@mbe.nifty.com



・アクトス誌のホームページ及び携帯用ページは下記の通りです。

◆HP <http://www.justmystage.com/home/actos2008/>

※PDFファイルで、1冊丸ごとご覧頂けます。

◆携帯HP <http://www.justmystage.com/home/actos2008/Top.htm>

※左のバーコードからご覧下さい。俳句・短歌・随筆のテキストのみです。

〔短歌〕

左方へば新春利き酒回り道酒蔵居並ぶ年の変わり目

沢庵と一升瓶を前にして徹夜で語つたニーチエとサルトル

梁塵秘抄そつと手に取り目を凝らす八百年の塵の向こうを

明達光輝

◆編集について

※字の大きさは編集の方で、収まるように配置します。従って、「小さくなる」場合や「大きくなる」場合、二段に
なったりする時もあります。次号以下に繰り越す事も出てきます。また、掲載の順序なども、順不同で、編集が
適宜配置します。

※一回分は概ね最大2000字程度(400字詰め5枚)としますが、内容・提出数などによって、変更します。
原則、一ジャンル一作品。複数ジャンル(複数作品)も可です。但し、編集によって掲載の可否は判断します。

※原稿は原則デジタルデータとします。返却しません。紙原稿の場合も大きな活字で印字してお送り下さい。
万一、手書きの場合も含め、短いものになります。 ※総てコピーをおとりの上提出下さい。

※カットは、書かれる方があれば、カラー・白黒を問わず使用します。ただ、大きさや配置については一任して
いただきます。また印刷は家庭用プリンターで紙質も良くないのをご了承下さい。写真も同じです。返却
しません。コピーをおとりの上提出下さい。また、出来る限りデジタルデータ、.jpg.gifと言った形式で提出
下さい。

※校正は原則行わず。いただいたものはそのまま掲載します。協議の必要があるものは大西と著者で行いま

◆司会者について

平成 21年

4月小川 5月柴田 6月佐藤(俊) 7月佐藤(由) 8月土谷 9月浜田 10月今井

11月瓜生 12月小川

平成 22年

1月柴田 2月佐藤(俊) 3月佐藤(由) 4月土谷

※以後ローテーション、都合が悪い場合は適宜各自で交渉して交代。新入会員は随時入れて行きます。

◆第4回は4/11(土)です。

以後も第二土曜日の予定です。出欠のご連絡は不要です。

※参加希望の方は奥付編集室までご連絡下さい。詳細をご案内します。

※アクトスのHPは、<http://www.justmystage.com/home/actos2008/>

※アクトスの携帯電話用HPは、<http://www.justmystage.com/home/actos2008/Top.htm>

「携帯電話でアクトスHPー携帯用画面ーを見ることが出来ます。」

※アクトスは「行動する人」の意。



編集室から

◆会員が増えた。有り難いことである。

直接勧誘と後は朝日新聞のミニコミ誌「あいあいA」と神戸新聞のミニコミ誌「ミニコミあかし」で紹介して頂いたことによる。ネットによる問い合わせもあつて、驚いた。

◆新聞やミニコミ誌では、過去に僕の自著も紹介をして頂いたことがあるが、なかなかお金を払ってまでその本を手に入れたいという方は少ない。・読んでも面白くないかもしれないからという気持ちはよく分かる。

◆だが、アクトスは「自分が書き手に参加する」のだから随分能動的だ。

会費は払わねばならないが、月千円で、年2回刊行の冊子も各2冊ずつ手に入る。例会には出ないでネット参

加も可能である。

そんなこともあつて、参加者が増えたであろうと推測している。

◆例会が三回済む。厳冬期に来てくださるのは頭が下がる。

勤めておられる方もあつたので土曜日の夕方6時からと言う時間だ。しかし、土曜ならば日中の午後でもかまわないのではないかと、という意見もある。夜よりもやすい。どの日時を設定しても難しい方もおられるわけで、4月例会からは、開催時間の変更を検討したいと思つている。

例会には、差し入れをして下さる方がある。(こう書く)「差し入れをしなければならぬのか」と気にされる方がいるが、気にしてください。(M)それはまあともかく、例会後は懇親

会をしている。一月は新年会で全員

参加だったが、居酒屋で二時間程度。

暖かくなつたら、京都から参加されている仲間のお世話で、小旅行をしようと考えている。書くことのネタが増えそう。

◆2号は、僕の関係で中学生の記事を載せたり、明石大久保のお店の紹介もした。少々脱線気味かと考えたが、「読みやすく面白い内容にしたい」ので、あえてである。

一 ページくらい、1コマ、或いは4コマというマンガもあつてもいいなあと思う。

同人外に執筆依頼も考えている。斬新なアイデアも欲しいし、記事も欲しい。どんどん提供して下さい。もちろん核は中身の「文芸」の質量を高める事だ。忘れぬように。「生一朗」

◆合評会ー毎月第二土曜日

※午後ー時間はお問い合せ下さい。

◆場所 サンピア明石

〒673-0882

明石市相生町2丁目9番20号

TEL (078) 911-2250(代表)

FAX (078) 913-1140

JR・山電明石駅から南東へ徒歩約10分

市バス「保健センター前」下車すぐ

立体駐車場有(有料)

アクトス 第2号

平成二十一年四月一日

編集 大西生一朗

発行

673-0031

兵庫県明石市宮の上一の十七の六一四

大西方

大和評論社 「アクトス編集室」

Tel&Fax 078-922-4562

actos2008@mbe.nifty.com

非売品(頒価)500円
