

【ヒンシュク覚悟！？ブラ <sup>たぐり</sup> 田栗 で 打倒 コロナ】



原因不明の肺炎が中国武漢市で発生というニュースが流れ始めたのが去年の末。それからわずか三カ月……。不要不急の外出するな！都市封鎖の可能性！（四谷や高輪大木戸の江戸を再現して出入をチェックするの？）、世界恐慌の再来・コロナ倒産やら買占め、全てのイベントの延期・中止……。未だに先が見えないどころかこれからが更なる拡大期！なる見通しも……。我々は政府やメディアの大騒ぎに踊らされてはならず冷静に判断し明るく対応しなくてはならないと思う今日この頃です。

新年に「**少年の如き2020年の誓い・目標**」を定め、冬眠・惰眠ばかりしてはおれぬ！と本年がスタート。まずは**3か月間**やってみて軌道修正なりをと考え**それなりに実行**。内容薄き何らの参考にもならない事は重々承知でこの「悪あが記」（備忘録）をダラダラと書きました（老眼仲間の為に大文字、枚数ばかりが増えてしまって恐縮）。コロナに飽き飽きの御仁に斜めチラ読みでもして頂ければ有り難く思います。

【**少年の如き2020年の誓い・目標**】

正月、立てた今年の目標は、①体力の維持（特に足腰） ②脳トレ ③春以降の4～5泊程度の短期車中泊旅であった。

(1) **体力維持して健康第一** 【**一カ月の目標**】

- **アルバイト**：平均 **10** 日：小学校用務員。樹木剪定、校内安全点検、軽微な用具・修繕など健康的、体力が必要(平均1万歩)

【あんな事も、こんな事も・・・初めての経験！楽しい！！】



剪定Before



after



落葉清掃



書棚製作



側溝配管

➡全てベテラン先輩に教えていただきながら・・・

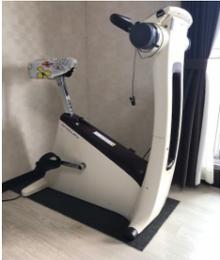
- **ウォーキング**： **10** 日：16～17 扣の地元ルーティンコース & 思いつきの20 扣以上のロングコース。時速6キロでのこれまた一人行動。3月はプール無くいつもの倍近い距離を歩くはめに・・・

- **プール**： **10** 日：1回1時間+ジャグジー。泳ぎはわずか。水中での脚力強化とほぐし。2月末以降閉館中で3月は皆無(民営プールはやっているのに?)。足腰の弱いお姉さま方、お兄様方も多くこの間歩くこともままならずどうしているのか? 引籠りが心配! 仲間との口の運動(おしゃべり)も健康に大事ですよ。

- **エアロバイク**：これが一番の苦手! テレビ観ながらやるがどう見ても檻の中の熊の体。やっててどうにも楽しくない(泣)。雨天、プール休館、二日酔い(笑)などの時に中程度のペダル負荷で30分程度。

◎知人・友人との**肝臓**のトレーニング：月平均2、3回?(晩酌毎日)

	アルバイト	ウォーキング	プール	エアロバイク	運動ゼロ
1月	9日 【90キロ相当】	8日 【143キロ】	5日 【300分】	6日 【180分】	3日

2月	10日 【100キロ相当】	7日 【120キロ】	8日 【480分】	4日 【120分】	0日
3月	10日 【100キロ相当】	14日 【251キロ】	0日 30分で休館！	6日 【180分】	1日
	 徒歩10キロ/日 換算 		  良かったね！	  © Can Stock Photo	

(2) ロングウォーキング(200以上)

① 小田原・箱根湯本エリア(23キロ)：1月19日



?十年ぶりの小田原城



二宮尊徳神社



箱根湯本：今なお登山鉄道運休

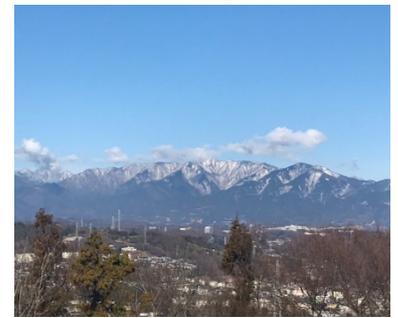
② 二宮吾妻山往復(23キロ)：1月20日←ここからの富士BEST！



富士と菜の花と猫と



今や超アイドルのチャミちゃん



丹沢山系



東名と富士



左は金時山

③湘南江の島18海里(34キロ+寄り道で計40キロ)：1月29日  
【逗子→鎌倉→江の島→茅ヶ崎→平塚→大磯→二宮の湘南ウォーク】



奥に江の島

逗子駅立食い蕎麦 逗子海岸スタート

材木座・由比ガ浜

稲村ヶ崎



弁ヶカレー旨し！『珊瑚礁』



スラムダンク、アニメの聖地の踏切



これぞ The 湘南！



手作り弁当が・トンビに襲われ奪われた・これ実話！富士と湘南大橋、茅ヶ崎→平塚



大磯→二宮



丁度40キロ

④丹沢・戸川公園(26キロ、自宅から往復)：2月3日



大山と我が町 秦野盆地



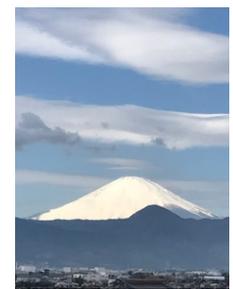
戸川 風の吊橋



寄(栲)のロウバイ

地下に芦ノ湖の2倍の水が溜まり湧水豊富!

⑤曾我梅林&松田の河津桜(31キロ自宅~小田原~松田) 2月12日



【富士5連発】



⑥相模川(21キロ：厚木~河口~平塚駅)：2月15日

全長113k。源流は山中湖。神奈川県民の60%の水を供給。江戸時代には馬入の渡しなど60以上の渡し場があった。川幅広くこの時期水量も少なく、流れを楽しんで歩くと言うより、河川敷の野球場やサッカー場などばかり多く並走する圏央道など風情に欠けるが、途中桜並木なども有り季節良き時に再訪する価値あり。



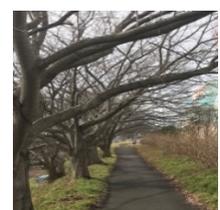
相模川を真っ二つに!



昔左のビルに勤務



対岸には圏央道



桜並木の歩道



サッカーも野球も女子増



配管技の極みの工場



馬入



河口(先日渡った湘南大橋)

⑦汽笛一声ウオーク(新橋～横浜・桜木町33km+α=35km)：3月1日

明治5年、日本で最初に開通した鉄道路線。実際歩いたのはほぼ15号線(第一京浜)。偶然にも一般参加は中止となったが一流選手達が参加した「東京マラソン」

の日。時間調整して品川の折り返し地点で観戦。流石に“すごいスピード！”



新橋・井川遙に見送られ



芝浦付近



大迫選手



女性白バイ 何撮ってる？



大井・仙台藩など下屋敷多し



鈴ヶ森刑場



多摩川



鶴見川

八百屋お七もここで処刑



あわや 日英戦争！



桜木町 鉄道発祥の碑



そして、友人との飲み会

熱燗にて洋風雑炊食す！

⑧快晴に誘われ都下公園巡り(新宿～花小金井25km)：3月11日



新宿 ウォーキング日和 井之頭公園 桜は未だ 井之頭弁財天 玉川上水 太宰入水 山本有三記念館  
女性の神様嫉妬しボートのカップル別れるはめに? 『路傍の石』

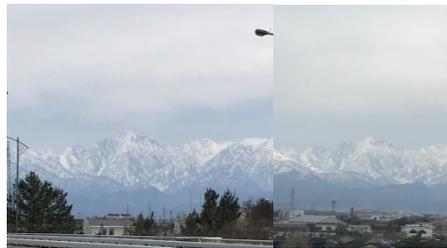


三鷹禅林寺太宰墓 禅林寺森鷗外墓 小金井公園かつての我が庭 我が休憩所 9年住んだ花小金井

⑨急に思い立って息子が住む富山へ電撃訪問(市内から富山湾25扣)



勤務するリハビリ病院



立山連邦(久々の快晴で見事!)



運河環水公園



ウォーキングに最適



北前船



岩絵 海鮮問屋 森家



酒屋 杉玉



市電乗車の誘惑断ち切り



富山湾の幸



今回は食さず



好みの駅そば 美味し

⑩地元いつものお決まりコース(21扣) : 3月21日 通常は17  
キロ

自宅～秦野駅～水無川右岸～加チャパーク3周～水無川左岸～自宅



暗渠の水無川 桜



清流が心地よい



愛用の図書館



パーク内ウォーキングコース



レンギョウ



ウォーキング仲間?の秋田犬



四季折々の花が



お孫ちゃまと待合わせて

⑪丹沢湖一周・西丹沢ウォーク (15キロ+α=23扣) : 3月22日

丹沢湖東岸駐車場～湖一周～中川温泉～箒杉～駐車場→帰路洒水の滝へ



一周15キロ平坦



富士を見ながら



ワカサギ釣り人も



ミツマタの里



昼飯のはずが9時には腹減りパク!



中川温泉



今回パス 箒(ほうき)杉



洒水の滝 見事!

⑫春爛漫! 百合子おばちゃんの自粛要請を冷静に受け止めて、吊皮掴まず、買い物・会話せず時速6キロにてお江戸ウォーキング(上野公園～皇居清水門～九段下～千鳥ヶ淵～上智大・真田堀～新宿までの22キロ)←特に23区内は距離短い! 翌日立入禁止に。



飲食無しの静かな花見



三カ月振りでごわす



琵琶湖を模した不忍池



アングス音楽に血が騒ぐ！顔も似ている？つい聴き入る



花満ちてボート浮かばぬ千鳥ヶ淵



真田堤



隠れたデートスポット

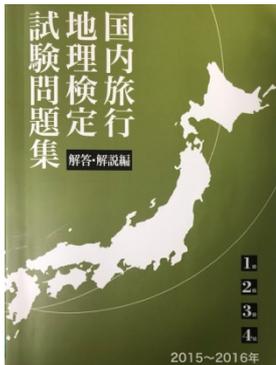


久しぶりの上智大・イグナチオ教会  
小生の結婚も学生食堂借りて挙式

## 脳トレ

- ・ 国内地理検定 ・ ・ **知らないところ多し**受験せず車中泊用基礎知識

## GET



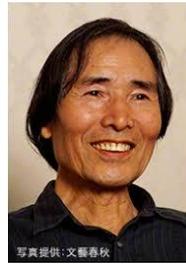
←ジュニア向け、字大きく読み易い

- ・ 藤沢周平・漱石他作品読み直し ・ ・ 今の年齢で感じることは？  
文学青年とは程遠かった10代、20代。それでも作家名や主な作品は知り、代表作ぐらいいは読んだ気になっている。改めて作品に触れ汚

れ  
切った心を浄化し(もう無理？)、もうすぐ67歳は何思うか？？



【学校図書館選定全50冊】



etc

	著者	題名	🍵 66歳の浅薄なる一言
1	夏目漱石	こころ	卑怯・潔さ・ロイズムがテーマと独断。1世紀前のこの作が今も不変なるものとして生きる事に驚愕。明治とは？
2	菊池 寛	恩讐の彼方に	昨年の車中泊でのお気に入り、大分耶馬溪の青の洞門禅海和尚がモデルとは！短編ながら完結明瞭、好感度UP
3	佐藤正午	月の満ち欠け	友人のお勧め直木賞本。輪廻転生。瑠璃。純粹無垢なる小生(笑)には少し気味悪し【学校図書選定以外】
4	武者小路実篤	友情	白樺派リーダー。「新しき村」創設。ものの5分で野島と大宮そして杉子の三角関係！と判明！杉子への妄想、一人よがりには辟易。これが友情？
5	宮沢 賢治	風の又三郎	賢治亡き後発表。風と雲と空と樹木と・・・。自然そのものから生命を感じ四季の移り変わりを肌感覚で感じて生きた懐かしい思いのする作品。欲ハナク怒ラズ、か！
6	志賀 直哉	小僧の神様 他	寿司を媒介とした小僧と議員(小僧寿しの名はここから)。貧しさと優しさと。さすが私小説の神様。車中泊で行った尾道も城崎も思い出深い。健康マインドが好み
7	堀 辰夫	風立ちぬ	長野への車中泊で記念館を訪問。「風立ちぬ いざ生きめやも」。彼と婚約者節子の抗しがたい運命の前に美しい自然と生への執着そして静かな時間の流れ。
8	石川 啄木	一握の砂	「われ泣きぬれて蟹とたわむる」「己の名をほのかに呼びて涙せし 十四の春に帰る術なし」。平易な日常言葉がしみる。26没とは！車中泊旅での函館との縁判明。

9	森 鷗外	山椒大夫 高瀬舟	“安寿と厨子王”の伝説の鷗外版。残忍な部分は切り捨てた繊細・優しい感覚。絵巻物さながらの美文に驚嘆。その後の3人の行方は？三鷹の禅林寺に何故か太宰の隣に眠る。津和野訪問時、もっと触れ合ってくればと後悔。中学時代に学校で聴いた安楽死テーマの「高瀬舟」も興味深い。
10	山本有三	真実一路	人間生まれ生きて持つ真実と嘘と事実でない真実。何が真実かは結局死する時までに自分で見つけ出すしかない(小生の真実は？)。「路傍の石」ももう一度読もう
11	芥川龍之介	蜘蛛の糸 杜子春	気が付くとこれほどまで縁のなかった文豪はいない。羅生門でさえ映画で。短編、日に180本の煙草、漱石師事、自殺など印象悪。この児童向け2編は素直に○
12	伊藤左千夫	野菊の墓	切なく無垢な幼き恋心。小生の目にも涙。聖子や百恵主演で映画にも。幕末の元治元年生まれ、漱石より年上の左千夫に何故にこの小説が書けたのか？民子～！
13	林 芙美子	放浪記	車中泊で訪れた著者と縁深き桜島と尾道。日記調の貧しい放浪記は極めて読み難いが生きるに必死な一人の大正時代に生きる女性の一筋縄ではいかぬ生きざま。川端康成が葬儀委員長とは・・・驚き！
14	有島 武郎	生まれ出づる 悩 み 小さきものへ	妻の病死7年後、3人の幼子を残して愛人と自殺したクリスチャン。白樺派にありながら如何にも不健康。結局のところ己のみを愛した？「行け勇んで小さき者よ！」は自分への応援歌？他作品読む気になれず。俳優森雅之が遺児だったとは・・・
15	壺井 栄	母のない子と 子のない母と	「二十四の瞳」の大石先生同様おとらおばさんは作者そのもの。こんなのだかな島にまで戦争が。「英霊なんぞになりなさんなよ」。今の時代こそ読むべき一冊
16	井上 靖	しろばんば	のどかで自然豊かな伊豆天城での少年洪ちゃんとお縫いばあさん。著者の回想的小説。・・・が特に印象的。 「あすなる物語」「天平の薨」ももう一度読んでみよう。

17	石坂洋次郎	山のかなたに	「青い山脈」の姉妹編。戦後間もない時期でありながら、日本は本当に戦をしたの？と思わせるような今と変わら口語調・平易な文・明るい青春大衆娯楽小説。一方、終戦直後でありながら、あたかもそんな時代をとっと忘れてしまいたいとでも言うような反省・悔悟無き大衆娯楽小説は、その後の経済成長には大いに寄与せども心に沁みない。娯楽映画の原作として楽しみたい。
18	樋口 一葉	たけくらべ 十三夜	 未読
19	倉田 百三	出家とその弟子	初めての戯曲。親鸞(「歎異抄」)と弟子唯円。愛と罪と死。天上の親鸞を地上、人間界に降ろしてくれた?
20	太宰 治	斜陽 走れメロス	久しぶりの太宰。何故か気恥ずかしい気持ちになるのは、小生にもあった十代のころに相応に感銘を受けた事実があるから?時として読みたくなる麻薬のようでもあり細やかで生真面目な精神世界に触れたい。女性を道ずれしての入水自殺はやはり受け入れ難い。
21	高村光太郎	智恵子抄 道程	「東京には空がないという。ほんとうの空が見たいという」「あなたはだんだんきれいになる」珠玉の言葉!

【余談】石坂洋二郎の「陽の当たる坂道」・・・ファンであった芦川いづみを思い出す。  
33歳で結婚・引退!今85歳か～～。早速アマゾンにてDVD購入(笑)



【読後】多くが100年も前の作品たち。ワンセンテンスが非常に長く四苦八苦するものも。3カ月で50冊などと意気込んだが、遅読もあって20冊程度。それでも短編含むと4～50話を一気に読むと内容が入り乱れ頭が混乱(『風立ちぬ』の許嫁の名は節子、啄木の妻も節子、他にもいたような・・・?誰がだれだったか?なんてことが・・・)。作家の生きた時代、世相、生い立ちが深くちばめられて同化させられる。どのように生きるにせよ自由勝手だが、小説を通して他人さまの生きざまを

知ることは大いに肥しになるに違いない。そういう意味で**娯楽・芸術的文学よりも私小説的文学の方がスーッと入り込み易い**。

時代は変われど人としての強さ・弱さ、異性に対する思い・怒りや喜びの感情なりは変わらないものだと思改めて思う。それにしても、彼らが生まれた**明治**とは・・・開国して間もないこの45年の明治時代とは？江戸好みの小生はイマイチこの時代がキナ臭くてロマンを感じてこなかったが、やはり凄い時代だったことを痛感する(当然ながらその下地は江戸にあり)。

今後はこの分野の作品は月に一冊程度をを末永くゆっくりと鑑賞しよう。

### (3) 今後これから

- ・ 1月～3月までの日常の継続(この3カ月の7割程度に抑えて)
- ・ 時代小説もどき 第2弾短編執筆(100枚程の明るい話)
- ・ 樹木検定・・・受験はせず、ウオキングの楽しみに。判別出来る様に



ポイント：常緑樹OR落葉樹、葉の形状、木の形態・文様 等

- ・ 富士五湖全て(約60キロ 道の駅一泊)・・・雪解け後
- ・ 改めての横浜港30扣
- ・ 車中泊旅・・・3～6日レベルの短期一人旅・・・いよいよ5月～？
  - ・ 三度目の錦秋の**奥入瀬**                      ・ **秋田**祭りと温泉旅
  - ・ ゆったり新潟、**佐渡**(5月)                      ・ 初めての**尾瀬**エリア完歩
  - ・ **富士山外周**100キロウオーク                      ・ **中山道・信濃路**旅 etc

我が愛車のシエンタ君での車中泊では無理であるが、今後は徐々にポイントを絞り、寒いところには寒い雪降る時期に、暑いところには酷暑の季節に行くようにしたい。例えば・・・



八甲田 ？mの雪壁



豪雪 酸ヶ湯



真夏の与那国島



京の夏

### 〈また機会あれば〉

マダムのブログに載せていただいた「悪あが記」も今回で第8弾。  
 ここまでチラ読みしていただいた方、有難うございます。当初  
 から今後多少心配される健忘症対策の備忘録であり、こうして書  
 く

と後に引けぬ発奮材料となり一貫した独りよがりの雑文に変わりはないが、今後とも楽しい事に挑戦出来たらと願っている。  
 コロナ旋風が吹き荒れる今はそれ相応の“自粛”と防衛対策は講じなくてはならないが、あまりに“萎縮”してしまつては別の病になってしまう。政府よ！政治家諸君！今こそ諸君の実力の発揮どころ。マスク2枚を全家庭に進呈！にはもうアングリ。よもや火事場泥棒のごとくこの隙に野望法案通しちゃえ！など思つてはいなかるうが？国民に自粛促す前に政治の健全な自重と責任ある思い切った対策を請う。正保の吉宗や寛政の定信・・・皆必死でした。今回こそは逃げず偽らず他人任せにせず国民一人ひとりに直球勝負をして！！

正しい情報のもと、正しい行動で元気を出して行きませう！

【買占め・買い溜め 我慢我慢】



2月の水仙 何とも健気な・・・

亡き愛しのジロちゃん

2年弱 3500<sup>キロ</sup>の愛靴

又 元気に！！ 