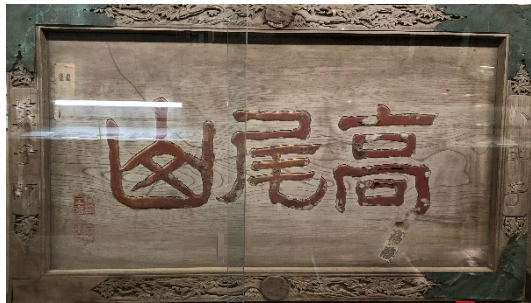
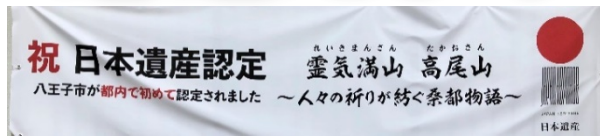


八碁連だより



霊気満山 高尾山・桑都物語が日本遺産に認定されました
八王子郷土資料館にて

令和2年11月号 第349号
発行日 令和2年11月1日(日)
発行所 八王子囲碁連盟
住所 八王子市大和田町3-17-42-110
電話 042-686-1762
発行者 成田 滋
編集者 鈴木 富士雄



八王子囲碁連盟の目的

八碁連は市民が、伝統文化である囲碁を通じて親睦を図り、健康が維持できるような機会を提供し棋力の向上を目指すとともに、囲碁の啓蒙と普及に努めることを目的とする。

八碁連HP <https://hachigoren.com>

巻頭言

コロナ禍 フレイル(虚弱) 予防を

大和田囲碁同好会 鈴木浩治

さまざまな集まりや活動も、中止や延期、規模縮小となり、人とのつながりが希薄になっています。

フレイルとは、高齢者の“老化”に関する新しい概念で、年齢とともに心身の活力(体力や気力など)が低下して、要介護状態となる危険性が高い状態です。“健康”と“要介護”の間です。予防・改善活動をすれば、健康に戻ることも可能です。コロナ禍感染予防だけでなく、フレイル対策を行っていかねばなりません。

私も後期高齢者の仲間入りです。3月からの外出自粛と雨と暑さで隔日毎のウォーキングがぼったり減りました。このためか、ますます太るお腹が気になっていました。フレイル予防の意識は全くありませんでしたが、メタボ予防からフレイル予防へのギアチェンジをすることが大切との記事を見てもっともと思いました。「普通の生活をしていたら数年かかって落ちる筋力が、外出を控えて動かないままでしたら1週間で失われる」と言われ、2~3ヶ月後が心配とのことです。

フレイルは簡単な老化判断チェックの1つ「指輪つかテスト」(東京大学教授の飯島勝矢さんらが考案)で判定可能です。親指と人差し指で輪っかを作り、ふくらはぎの太い部分を囲む。ふくらはぎのほうが太くて囲めない場合は問題なし。一方で、輪っかとふくらはぎの間がちょうどだったり、とくにすき間ができたりしたら、今後フレイルになるリスクが高い。リスクが高い人は今すぐ対策推進すべきとのことです。

対策のその1つは、筋肉の材料になるタンパク質をしっかりとる。肉や魚、卵、大豆製品をとるのが望ましい。併せて行いたいのが筋トレです。スクワットやダンベル体操などが有効だといわれます。

フレイルを予防するもう1つのカギが、“人との触れ合い”です。運動をしっかりとやっても、人とのつながり(文化活動やボランティア・地域活動)がないと、フレイルのリスクが上がるのが判明しています。

八王子市もフレイル予防リーフレットを作り予防推進しています。私もこれまで以上に、囲碁とボランティア・地域活動等で、体を動かし、人と触れ合い健康維持を図りたいと思っています。

お知らせ

◆ 会長会開催の件

11月20日(金)午後～ 支部同好会・会長会を開催いたします。

詳細は各会長宛に、追ってメール等でご案内します。よろしくご参集願います。

◆ 研修部下期開催中止の件（令和3年3月末日まで）

10月号で、研修部下期開催とお知らせしましたが、東浅川保健福祉センターの利用制限が厳しく、池口研修部統括及び幹部で検討した結果、研修部としての活動が難しいとの判断に至り、やむなく下期も中止することになりました。お詫びして、訂正いたします。

再開時期に関しては現在未定ですが、令和3年3月迄には、改めて連絡させていただきます。

囲碁案内人連絡会の研修報告

本年度の八碁連の重点項目の一つが、会員の研修とか学習をとおして互いに成長しようということです。その一環として、令和2年10月5日にクリエイトホールにおいて囲碁案内人連絡会研修会を開催しました。コロナ禍による教室活動の再開と安全対策、今後の教室活動の開拓、案内人としてのスキルの向上などを話し合いました。参加者は成田会長以下11名でした。

研修における話題

- 1 「放課後子ども囲碁教室開拓や運営の手筋」 成田 滋会長
 - ・ 学校の組織や管理体制、行事、課外活動の日程などの把握
 - ・ 学校内で放子教が知られる存在となる努力
 - ・ 校内ですれ違う教職員、子どもや保護者への声かけ
 - ・ 子どもの信頼、子どもからの信頼
 - ・ 他の学校の教室のニュースや活動の校長等との共有
- 2 「普及活動の重要性と素晴らしい教育ツール」 倉内 満氏
 - ・ 案内人としての使命感
 - ・ 囲碁を覚える前に
 - ・ 囲碁に対する経緯と尊敬
- 3 「市内の子ども囲碁愛好者名簿の作成」信江 峻氏（以下、参加学校や愛好者の数）
 - ・ 中学校 12校、小学校 42校、その他 合計 171名
 - ・ 大会参加者 77名、八碁連教室 42名、生涯教室 71名、放課後教室 82名
- 4 「横川中学の囲碁部活の特徴」 小田辰郎氏
- 5 今年度の「伝統文化親子教室事業」の報告と来年度の事業申請の見通し 宮崎 洋氏



囲碁ぶらり散歩

長房囲碁同好会 池口隆久

学芸大学・英語科に入学し、同級の阿部さんという人と指導教官になった羽染竹一先生の大泉のお宅に招かれました。相手は大学の先生ですから、二人とも初めはかなり緊張していました。先生はお酒を少しすすめてくださり、専門の英語の話はそっちのけにして、「囲碁は覚えておいたほうがいいよ」と、碁盤を出して二人に囲碁の手解きをしてくださいました。

このとき、どういう話をしたかは覚えていません。簡単なルールを教わったのだと思います。かなり経ったある日、本屋で囲碁の本を買いました。「高等囲碁講座・布石法」本因坊高川格（修道社）でした。今でもこの本は書棚の隅にあります。

府中工業高校に勤めると、校長の佐藤忠男氏が碁の高段者でした。校内では囲碁が盛んで、放課後になると進路指導室で囲碁をやりに来る教員がいました。数学の山本先生、物理の田辺先生、機械の中本先生、社会の奥山先生、もちろん私もそのうちの一人でした。

日曜日と夏休みは、西八王子の碁会所を兼ねていた乙媛旅館に出掛けまして、院生あがりで八段格の上野先生から手解きを受けました。20分くらい置き碁の型を教わるとそれを碁罫紙に赤（白）、青（黒）で書き写していただき、「はい、300円！」でした。

当時は山中さん、館主の鹿島さん、青柳さんといった方々が常連でした。上野先生の出張教授には必ず同行していた川村さんという方に後で出会いました。きっかけは、長男が通っている第二小学校の校長先生が警備員の川村さんを「碁の名人です」と紹介してくださったのを、家内が保護者会で聞いてきたからなのです。私はさっそく、川村さんに会いに出かけました。

警備員の宿直室へ通されて乙媛以来の再会を喜びましたが、部屋のなかを見渡して驚きましたね。和紙・和綴りの囲碁の打碁集が山積みなのです。30冊はくだらないとみましました。彼は、道策、丈和、秀和、秀策、秀哉などの本因坊の全集を集めていたのだらうと推測いたします。もちろん碁の相手もしてもらいましたが、五子でも歯が立ちませんでした。

彼の強いところは、「この相手なら分からないだらうから」とごまかしの石は打たないのです。いつも正着を考えているのです。20年後、保健福祉センターで再び出会いました。「もう勉強し尽くしたでしょうから、あの打碁集を譲ってくださいませんか」と水を向けてみましたが、彼は無言でした。あの本は彼の宝物だったのでしょね。その後、しばらく会わないなと思っていましたら、風の便りで彼はもう亡くなったことを知りました。

私は、古本屋で本因坊秀哉全集と本因坊秀策全集を偶然見つけて手に入れました。もちろん値切って買いました。古本屋では値切って買ったほうがいいのです。向こうも理屈はいいんですが、結局はまけてくれます。まけて売っても儲かっているから、腹の中ではしめたと喜んでいます。まけて売っておけば客はまた来てくれるので、かえって儲かるのです。

上野先生の尊敬あたる秀哉名人の全集は、私の宝物です。秀策は並べてみると、わかりやすい打ち方をしているのが分かります。川村さんが、最後に会ったときに言いました。

「最近では秀哉が見直されているそうですね」と。



本因坊秀策

呉清源がNHKに出演し「21世紀の打ち方」を紹介した時の解説本とビデオは繰り返し見ては勉強しています。呉清源「21世紀の碁」(誠文堂新光社刊)全4巻も持っていますが、これは辞典みたいなもので、彼の打碁が話題になった時に、取り出して調べる程度にしています。とても全部並びきれものではありません。根気が続かないのです。面白いのは、呉清源と秀哉名人との対局、呉清源と木谷實との対局、興味をそそられます。秀哉名人と雁金準一との息詰まる対局も興味あります。

「方円新法」村瀬秀甫著(教育社)という本があります。これも古本屋で偶然見つけた貴重な本です。この本に収められている、秀甫と秀和との十番碁、秀甫と秀策との十番碁は、繰り返し並べてみたい打碁ではあります。ちなみに、村瀬秀甫は、天保9年(生年)から明治19年(急逝)までの、幕末、明治初頭を代表する碁打ちの一人です。当時の第一人者といっても過言でないでしょう。(2019・05・03)



呉清源と木谷實

沖縄で囲碁が発展した背景

成田 滋

日本における史上初の国際碁試合は、琉球国の親雲上浜比賀(パーチンハマヒカ)と四世本因坊道策との対局といわれます。琉球は1429年から1897年までれっきとした独立国でした。その間、明国やその後の清国に朝貢を送り続け、恭順の意を表します。1609年に琉球王国は薩摩藩の附庸国となり、薩摩藩への貢納を義務付けられ、江戸幕府に使節を派遣していきます。1682年の琉球第二尚氏時代、尚貞王のときに朝貢の随員として浜比賀も加わり、官許によって道策と対局ができたといわれます。

その28年後、徳川家宣征夷大將軍就任の慶賀のため琉球から江戸に派遣された一行に屋良里之子(ヤラサトノシ)がいて、当時七段の本因坊道知と対局したという記録もあります。琉球国が滅亡したのは、1871年の廃藩置県により首里城が明け渡され鹿児島県に併合された1897年です。沖縄は伝統的に将棋よりも囲碁が普及しています。これは明や清との交易による影響といわれます。琉球王府の譜代士族では碁は大事な素養であったことが伺われます。明や清の冊封使の接待とか、代々の王への碁の指南で活躍したのが浜比賀や里之子らです。彼らは江戸への朝貢の一行に加わり、文化使節としての役割も果たしたようです。

私が幼児教育を始めるために沖縄に派遣されたのは本土復帰2年前の1970年です。当時はアメリカの統治下で、琉球政府が沖縄を治めていました。沖縄タイムスという地元紙で囲碁欄の解説を40年余にわたって執筆していたのが下地玄忠という五段の方でした。下地玄忠氏の指導で女流本因坊4期、女流棋聖5期のタイトル保持者知念かおり六段、時本 壱九段、新垣 武九段、下地玄昭七段が育っていきます。沖縄タイムスの夕刊を楽しみにしていた毎日でした。

会長雑感

「危機感とレジリアンス」

成田 滋

今年は、地域で皆が楽しみにしている運動会は「体育学習発表会」という催しに名前を変え、子どもは練習を重ねています。そのため放課後囲碁教室の開始時間が不規則になったり、回数が少なくなっています。10月14日の昼過ぎ、教室を開いている副校長から電話があり、「1時間開始が早まった、教室で子どもたちが待っている、早く来て欲しい」との連絡でした。

6月までは教室再開の制約が多く、子どもと囲碁ができない状態が続きました。緊急事態宣言が解除されてから

学校は徐々に正常な姿を取り戻しました。非日常的なことといえば、子ども達がマスクをして距離をとり三々五々通ってくることです。

学校はいちはやく、どうしたら「学校を再開する」「授業を始める」ことができるかを考えたのです。子どもの学習に遅れないように「再開しない」「再開を延期する」ことは念頭になかったようです。

間近に迫った体育学習発表会では、保護者は1家族2名まで、通路は一方通行、敷物・椅子・日傘の使用は禁止、子どもと保護者のトイレの区別、などなど対策を講じています。そして発表会のスローガンにある「みんな心を一つにして」を演技と競技で披露しようとしています。

この発表会のスローガンから、困難に立ち向かう力とか課題を克服する心意気を感じさせてくれます。心理学では、困難を乗り越える精神力のことを「レジリエンス」と呼びます。自発的な治癒力を意味し、精神的回復力とか抵抗力、復元力ともいわれます。「レジリエンス」は肯定的な未来志向のことを指します。

世の中は、危機感やストレスに満ちた状態のように見えます。ですがそれを耐え難い問題と見ないで、今こそ希望的な見通しを抱き、良いことを期待することが大事だということを「レジリエンス」は教えています。



傘寿表彰者

令和2年12月末日で満80歳になられる方（別表参照）の表彰を下記の通り行います。

今年は、コロナ禍で大会が中止となり参集が難しいため、11月20日(金)に行われる予定の会長会に於いて、各支部会長に表彰者の名前を読み上げ記念品をお渡ししますので、定例会等でお受け取り下さい。

所属	三段以上	二段以下
浅川	中邑 豊	
恩方	横島清次	船山貞夫、井上紀夫、山口敦士、箕輪紀雄、小山英一
中野	野口裕司	錦織紀久雄、北久保 進
大和田		中川寿夫
台町	市川公雄	大川健治
長房	龍野紀満、芦澤靖彦	後藤克徳、刑部守彦、細貝光宏、大砂紀彦
川口		荒畑昭一、渡辺浩良
南大沢		久内延家

令和2年9月度理事会報告

日時 令和2年9月26日(土) 午前9時～12時00分

場所 東浅川保健福祉センター 創造活動室3F

出席者 成田、南(記)、高取、武中、鈴木 端山

報告事項(抜粋)

① 来年度の第4回多摩地区市町対抗囲碁団体戦は、10月17日(日)府中市民会館とする旨連絡あり

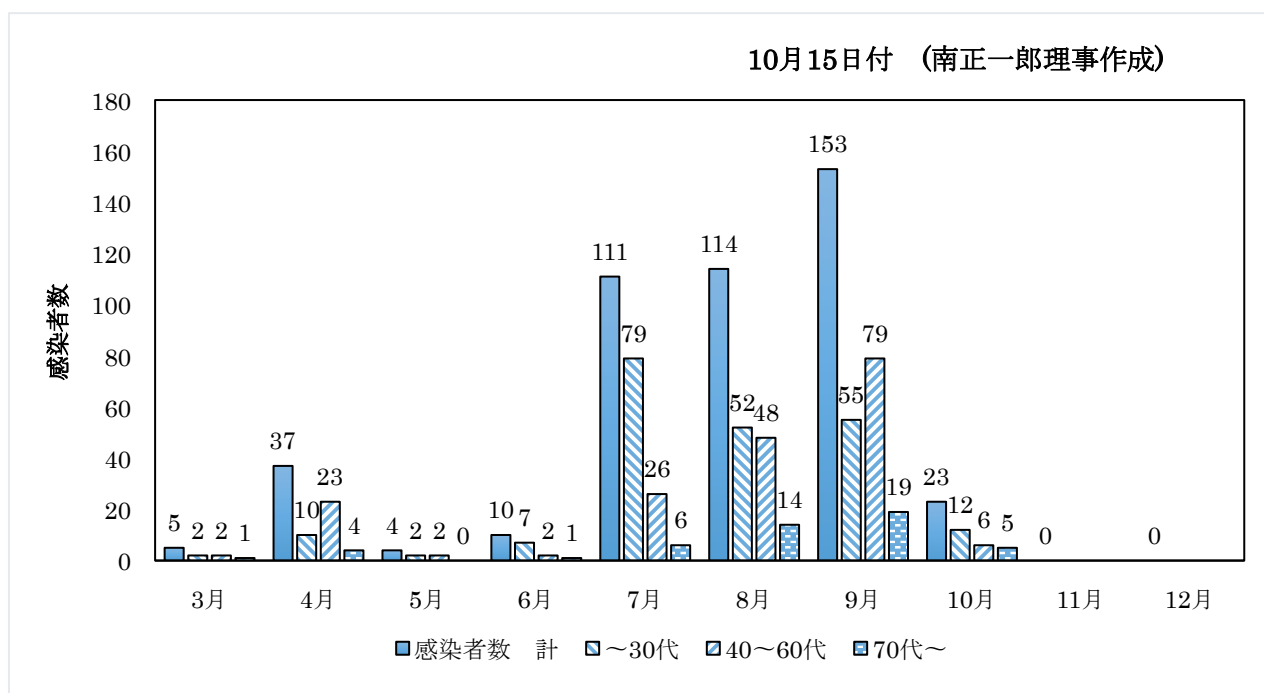
再来年は、八王子市にて開催予定

- ② 会長会開催の日程 11月20日(金) 午後を予定
- ③ 来年度の活きいき大会、本部大会の後援依頼を日本棋院に提出した。
- ④ 来年度の新理事推薦の順番は、恩方、元八王子、中野、大和田の順となる。推薦依頼は会長会後に行う。

議案の決定事項(抜粋)

- ① 会長会での提案事項は以下とする
 - ・級位認定案(理事会で決めた内容を提案)
 - ・来年度の「活きいき大会」予定案
 - ・「活きいき大会」などの非会員の大会参加費を1,500円に引き上げる案
 - ・女性囲碁大会を八碁連が主催する囲碁大会に格上げする案 段級位認定は八碁連規定に準ずる。
 - ・理事推薦の輪番制の課題につき検討する旨報告、同時に各会長の意見をいただく。
 - ・今期の本部への会費納入は、各同好会から3か月分を納めてもらう旨を提案
- ② 初心者教室への支援金支給の件
 - ・大和田同好会、恩方同好会から申請があり、それぞれに10,000円の支援を了承した。他の同好会宛にも補助申請を促す。
- ③ その他
 - ・棋聖大賞大会は中止する。 コロナ禍により、本大会の目的である八碁連諸担当の活動に対する慰労の意味が薄れている。
 - ・タイトル大会の実施可否については、現時点では、ペンディングとする。
 - ・女性大会は、令和3年1月17日(日)に予定する。 *中止した棋聖大賞大会の開催日 以上

参 考 八王子の月別・年代別感染者数 市内のコロナ感染者総数は457人で1,000人当たり0.8人の割合
(参考: 東京都 2.0 新宿区 8.4 日本 0.7 米国 24.2 台湾 0.02)



編集後記 傘寿表彰者の皆さん、おめでとうございます。囲碁は末永く楽しい良いものですね。(文責 鈴木)