

http://www.shiminkatudo-hachioji.jp/gorakuren/

#### 第193号

発行日 平成19年8月25日

発行所 八王子の碁を楽しむ活きいき連合

住 所 下恩方町1733-1 TEL(042)651-3535

 発行人
 真辺 保幸

 編集者
 三浦 和夫

#### 碁楽連の目的

碁楽連は、八王子市内に居住する高年 者が、囲碁を通じて親睦を図り、かつ、 健康を維持できるようにその機会を提供 し、高年者の福祉の増進に寄与すること を目的とする。

## 活きいき地区大会前半を終えて

碁楽連会長 真辺 保幸

碁楽連には11地区があり、7月で前半を終了いたしました。大会を開催するには、会場の確保が大切です。現在各地に建設されている市民センターを使用させていただいております。

八王子市には、各種の文化活動団体があり、文化連盟として組織されています。<del>碁楽</del>連も今年度加盟いたしました。この文化連盟には、40余の団体が加盟しており、市民センターを拠点として活動しているようです。それで、年々会場の確保が困難になっているようです。

囲碁は日本文化の一つとして継承されており、和室で、静かに、座しての対局が慣習となっているようにおもいます。しかし、現在は椅子席での日常生活が多くなり、坐る機会も少なくなっております。さらに、春楽連は高齢者の団体であり、残念なことですが、徐々に足、腰も弱くなりつつあります。今も椅子席の会場もありますが、できれば、大会の会場はすべて椅子席の会場にしたほうが良いのではないでしょうか。

現在、碁楽連での昇格の機会は、地区大会が主となっております。そして会員であれば、どこの地区大会にも参加できます。従って、各地区大会には、他地区からの参加者がいます。その中で、何地区かに参加した人から、今年度は感情にはしる人がなくて気持ちの良い大会になっている、との感想をいただきました。

地区大会は昇格の機会であり、例会とは異なる緊張した雰囲気を醸成しております。それ故、一局が終了するごとに勝敗に関係なく誰もが、ホットー息をつくような安堵の様子が、会場にみなぎります。この大会は一日700円で、弁当・お茶が用意され、三位までの勝者には、賞品付です。企画運営する役員の方々の苦労は一入かと存じます。

役員の方々のご苦労に感謝申し上げます。

# 第17回若去い去回妻北野大会のご案内

日 時 平成19年9月23日(日) 受付 午前9時00分~9時30分

会 場 北野市民センター(北野町545 3きたのタウンビル7・8 階 電話 635 8028)

主 催 北野寿囲碁同好会(会長 刀根正樹 電話 635 -7749)

後 援 八王子市、八王子市教育委員会

参加資格 八王子市に在住している60歳以上で10級以上の囲碁愛好者

参加費 800円(弁当代を含みます。 碁楽連会員は700円です。)

競技方法 2ないし3のクラス別に行い入賞者に賞品を進呈します。

申 込 先 会長 刀根正樹 絹ヶ丘1 62 4 電話 635 -7749

申込期日 平成19年9月16日

申込方法 なるべく所属同好会の会長を通して申し込んでください。

注意事項 自家用車でのご来場はなるべくご遠慮ください。

失格にならないように定刻においでください。

# 第17回游台10各回游長房大会のご案内

日 時 平成19年10月7日(日) 受付 午前9時00分~9時30分

会 場 長房ふれあい館 (長房町588都営長房西1号館1階 電話 676 8123)

主 催 長房寿囲碁同好会(会長 市川隆一 電話 661 7306)

後 援 八王子市、八王子市教育委員会

参加資格 八王子市に在住している 60 歳以上で 10 級以上の囲碁愛好者

参加費 800円(弁当代を含みます。 碁楽連会員は700円です。)

競技方法 2ないし3のクラス別に行い入賞者に賞品を進呈します。

申 込 先 会長 市川降一 並木町 34-12 電話 661-7306

申込期日 平成19年9月30日

申込方法 なるべく所属同好会の会長を通して申し込んでください。

注意事項 自家用車でのご来場はなるべくご遠慮ください。

失格にならないように定刻においでください。

# 第17回游去い去回悲合町大会の結果

平成19年8月5日開催

参加者数 50 名 ( 台町 21、浅川 4、恩方 2、元八王子 1、大和田 1、由井 1、北野 15、長房 2、非会員 3 )

#### Aクラス(7段~4段・参加者16名)

優勝 石川 進 4段/台町 5段に昇格

準優勝 山本金昭 4段北野

第3位 小沢美智子4段/非会員

Bクラス(3段~2段・参加者20名)

優勝 川村英二 2段/長房 3段に昇格

準優勝 渋谷昭男 3段/台町第3位 網野修助 2段/浅川

#### <u> C クラス (初段以下・参加者 1</u> 4名)

優勝 上田昭雄 初段/浅川 2段に昇格

準優勝 長原脩作 初段/台町 第3位 小池國雄 1級/台町

# 第17回答告い去回答由并大会の结果

平成 19年8月19日開催

参加者数50名( 由井21、浅川3、恩方1、北野16、長房2、非会員7 )

#### Aクラス(7段~4段・参加者14名)

優勝 穐本佳能 6段/由井

準優勝 喜多村靖事 7段/由井

第3位 大塚 清 5段/由井

#### Bクラス(4段~2段・参加者18名)

優勝 栗原莞次 4段/浅川 5段に昇格

準優勝 古屋常男 3段/北野

第3位 館内 茂 2段/北野

#### Cクラス(2段以下・参加者18名)

優勝 大廣俊夫 2段/長房 3段に昇格

準優勝 真辺保幸 2段/恩方

第3位 木所敷雄 2段/由井

### 会報192号に誤記がありました。

3ページ 第17回活きいき石川大会の結果

誤 Bクラス第3位 河津秀雄 2段 正 3段

4ページ 第18回地区団体対抗囲碁会の結果 下表開催日

誤 8/2 正 9/2



#### 囲碁とカウンセリング

恩方寿囲碁同好会 苫米地 憲昭

ある大学で私は、精神的な悩みや、ときには心身の病気を抱えている学生のカウンセリングをしています。その傍ら、将来臨床心理士を志望している大学院生の教育訓練にも携わっています。 最近、ひきこもりの若者や中高年のうつ病のことなどが、新聞やテレビで取り上げられることもあるので、精神的な病気やカウンセリングということも一般的で馴染みのあることになってきていると思います。

私は大学に移る前は、裏高尾にある精神病院に10年ほど勤めていました。囲碁を覚えたのは、就職して数年経った30歳の頃でした。病院では、仕事の後であるいは当直のときに、副院長や事務次長が囲碁を楽しんでいる風景があり、「かっこいい!」という憧れをもって眺めていました。というのは、囲碁には「上品で高尚」というイメージがあったからです。そんなある日、副院長が囲碁の手ほどきをしてくださることになりました。若い精神科医と心理室の同僚、そして私の3人が同時に習いはじめました。副院長は教え方がとても上手な人で、おかげさまで1年もしないうちに、私は囲碁の魅力に取り憑かれるようになりました。幸いその病院には手頃な碁敵がたくさんいたので、昼休みや終業後、暇を見てはよく打っていました。

私はカウンセリングについて考えるとき、囲碁に譬えるとわかりやすいと思うことがあります。 カウンセリングでは、クライエント(相談に来た人をこのように呼びます)との対話を通して精神的な悩みや症状の解決を図ります。われわれは日頃悩んだり困ったりしたときに、家族や友人に話して自分の気持ちをわかってもらい、慰められたり励まされたりして問題を解決することがあると思います。カウンセリングは、そのような働きのエッセンスについて専門的に研究し、その方法を確立してきています。

たとえば、若い女性にときどきみられる過食症について考えてみましょう。クライエントは無茶食いの衝動をなんとかコントロールできるようになりたいと相談に来ます。そのときに、無茶食いを止めることに目標を絞り、そこにこだわり過ぎると、状況が膠着してしまいます。対話としては、過食行動に対応する(局所戦)と同時に、その人の生活全体を視野に入れて話題にしていくことが必要です。このことは、囲碁で上手の人に私がやられるときに似ています。ここで戦っているのかと目先のことにとらわれていると、いつの間にかそこから離れたところに打たれます。そして、関係がないと見えていた石が、連携しながら働いています。搦め手を攻められ、こちらが一所懸命に守ろうとしていたところがいつの間にか立ち枯れしていることもあります。要するに、上手な人は碁盤を広く使って、石をいっぱいに働かせているということなのでしょう。カウンセリングでも、クライエントが症状にとらわれ、そこにしか目がいっていない状態から視野を広げ、その人の持てる力が、バランスよくいっぱいに働くように対話していくことが大切です。

今年の4月から、私は恩方寿囲碁同好会に参加させて頂くようになり、久しぶりに尊敬するN氏に2子で打って頂きました。不遜にも私は、N氏に対してかなり無理な手を打って、つぎつぎと玉砕しました。そのときN氏に「あなたは、以前はもっとしっかりした碁を打っていたように思う。精神的に何かあるのでは?」と言われました。私がカウンセリングをうける番です。この原因について、私はインターネットで碁を打っていたことに関係あると思いました。ネット碁で

は、相手が見えないことや時間に追われることのために、どうしても勝敗、結果へのこだわりが強くなります。駄目ならまたやり直せば良いという安易な考えに落ち入りやすく、一手一手のプロセスを大事にしなくなるように思います。いつの間にか、私はそのような悪癖がついていたことに気づかされました。以来、心を入れ換えてプロセスを大切に打つように心がけようと思っています。カウンセリングもまた、結果ではなくプロセスを生きることを目的にします。それはなかなか実行の難しいことですが、自分が今できることを、精一杯するということなのだと思います。

浜までは 海女も蓑きる 時雨かな 瓢水

#### 中欧3都市を駆け巡って

**碁楽連理事・中野寿囲碁同好会会長代理** 磯部 信広

7月 11 日から 18 日までハンガリーのブダベスト、オーストリアのウィーン、チェコのプラハの 3 都市をバスで (約 800km) めぐってきた。この 3 ヵ国は、ヨーロッパの中央部に位置しそれぞれの面積は北海道の 8 万 k ㎡程度で人口も 1000 万人前後である。これらの国は、その歴史を見るとフランス、ドイツ、ロシアなどの大国の狭間で小国ながらその首都として「ドナウの女王」、「音楽の都」、「百塔のそそり立つ黄金の都」などといわれ存在感を示している。特に、プラハは戦略的に重要な位置を占めるところから古来この地を制するものはヨーロッパを制するといわれまたヨーロッパの東西と南北を結ぶ交通の要地として栄えたが、時には周囲の強国に占領される事にもなった。3 ヵ国は、ハプスブルク帝国に属していたが、帝国の消滅とともに分割の憂き目に会った。また、オーストリアは第一次、第二次世界大戦の敗戦を経て、ハンガリーは 1956年の動乱、チェコは 1968 年のプラハの春という悲劇を経てともに共和国として現在に到っている。

ところで、成田とヨーロッパは直行便で結ばれているがシベリア経由でもドイツのフランクフ ルトまで 13 時間かかる (時差 7 時間) 更にブタベストまで 2 時間、ホテルに着くまでは延べ 16 時間ほどかかる。まだまだ地球は広いと実感する。現地に着くとまず必要なのは、通貨である。 今回は、ユーロ圏ということで予めユーロに換金していったがそのレートは168円(当時)以上 で非常に割高だった。いつものことだが、枕もとのチップやトイレのチップなどわずらわしい。 ホテルは言うまでもなく洋式スタイルで洗面所、トイレなど一様に高くバスタオルなどは大きす ぎて使いにくい。 水は、 どの国も硬水で市販のもの(バスに携帯1本1ユーロ)を飲む。 気候は、 緯度的に北海道と同じくらいと聞いていたが今回はどの国も晴天に恵まれ特にプラハは36 と これまでにない暑さだった。学校の夏休みは7月から2ヶ月といわれ一家でバカンスを楽しむと いう。行き先はイタリア沿岸や黒海沿岸などとのこと。このため普段は質素な暮らしをしながら この日に備えているという。今、街に出ているのは主に観光客で地元の人たちは少なく車もまば らだという。ブタペストでは、私たちが泊まったドナウ川の中州のマルギット島には走行者用ア ンーツーカーがあり、カラフルなランニング姿で早朝から夕方にかけ地元の人たちが個人やグル ープで思い思いのスピードで走っていた。食事は、外出先でとるのだがそのスタイルは毎回パン を添えて前菜・スープ・メインデッシュ ( 肉にポテト風の和え物 )・ デザートがつく。 飲み物は各 自負担で主にビール、ワイン(ともに平均4ユーロ)を飲む。食事についてはその量が多いこと で女性にとっては負担だったようで食べ残しが目立った。ちなみにホテルでの朝食は、毎回バイ

キングだった。今回の旅行で感じたことは、1、石の建造物が多く、教会を中心にした広場があってそれを取り囲むように美術館、博物館、オペラ館などの文化施設が充実していた。2、経済的にはユーロ圏が巨大化しつつある。3、弱小国は、戦争が起きたときには悲惨な目にあうこと。4、日本人と欧州人の体格の違いを感じさせられた。5、海外に出て交流するには語学が欠かせないことなどである。

# 7月の聖事会報告

平成19年7月28日(土) 実施

#### . 報告事項

- 1.7月20日東浅川保健福祉センター施設使用料減免高齢者団体登録更新。
- 2 . 上記登録にかかわる個人利用登録名簿作成を各寿囲碁同好会会長へ依頼
- 3. 今年度総会の日時・市民囲碁大会の委員の選出と報告の依頼。
- 4.中央公民館主催「子どもはじめての囲碁教室」の講師との打ち合わせ。

#### . 協議事項

#### 1.10月14日(日) 春楽連大会3段以上役割分担

- 1.地区寿囲碁同好会会長への依頼事項 表彰高齢者名・参加者名簿・競技委員及び会場設営委員選出と報告。
- 2 . 成績表
- 3 . 対局表
- 4.形式は碁楽連方式
- 5.昼食・お茶のサービス
- 6. 賞状の作成
- 7.日本棋院との打ち合わせ
- 8. その他大会当日の運営担当業務

#### 2.3段以上の高齢者数

80歳 浅川・大和田・台町 各1名 ・由井 2名

合計5名

85歳 中野・北野 各1名

合計2名

90歳以上 中野・北野 各1名

合計2名

全合計9名

#### 3.9月15日(土)研修部大会

理事は、競技委員として参加

#### 4.その他

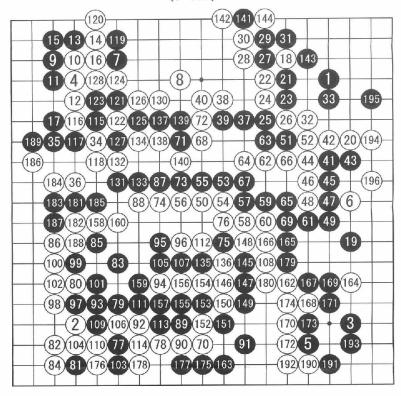
会費納入は郵便振込みでもいいです。

#### 第17回碁楽連台町活きいき囲碁大会Aクラス決勝

日 時:平成19年8月5日 持時間:各場所:台町市民センター 消費時間:白手合割:互先コミ6目半 消費時間:黒

白:石川進四段 黒:山本金昭四段

(1-196)





<1-196手 以下略> 白中押し勝ち。

活きいき囲碁由井大会に競技委員長として参加しました。

対局時計使用のご協力をお願いしましたが、時計を使われない対局が2局、時間切れが1局ありました。大変残念に思いました。

棋力停滞中の小生にとって、苫米地さんの投稿大変参考になりました。囲碁だけでなく何事もプロセスを大事にしていきたいとおもいます。