

三田4・5丁目・高輪
白金・白金台発行：高輪地区総合支所
協働推進課

みなとふ

Takanawa Community News Magazine

地域の環境・・・②

古川の今昔

この街にこの人あり・・・③



野球解説者

江本 孟紀さん

私は健康のため高輪地区から五反田・目黒あたりまでウォーキングをしています。

さんぽみち・・・④⑤

高縄の街道と 坂道をたずねて

地域のイベント・・・⑥

シロカネ グローバルフェスタ 2010 清正公大祭 どんぐり公園 ころころ市

地域のHOTな人たち・・・⑦

健康を守る

表紙写真撮影

山内 英徳さん (歯科医・白金台在住)



国立科学博物館付属自然教育園

健康なまちに

健康でありたいと思うのは、区民だれもの願いですが、健康なまちの条件は、どんなことが考えられるでしょうか。

第一に医療機関が充実していることです。

人口約5万人の高輪地区(三田4・5丁目、高輪、白金、白金台)には、病院が3施設、医院・診療所が27施設もあります。病院や医師が不足している地方に比べれば、十分すぎるほどですね。港区全体では病院は15施設、医院・薬局も含めると259施設もあります。さらに港区医師会では、これら病院・医療機関の連携システムをつくり、地域医療を支えようとしています。

第二に予防、検診体制がしっかりしていることです。

港区では、乳幼児、小中学生、高校生、高齢者など特定の年齢に対応した適切な予防接種が無料で受けられます。高齢者のインフルエンザや新型インフルエンザの予防接種が無料で受けられるのは、特筆すべきことです。検診では、30歳代の30(さんまる)健診、40～74歳までのメタボ検診、75歳以上の基本健診、またがん検診では年齢、性別、からだの状態に応じて、各種がんの検診が無料で受けられます。予防、検診体制については、完全とは言えないまでもかなり充実していると言えます。

第三に健康に関する情報・知識を得られることです。

港区医師会が発行する「みんなと医療BOOK」(無料)には、医療・健康に関する情報が満載です。また町会やマンション集会所に港区医師会の医師から派遣される「出張健康講座」も無料で受けられます。さらに健康、子育て、医療などに関する情報は港区、医師会、保健所、病院から、講演会、インターネット、相談窓口などの手段で受けることができます。初めて港区で実施した「救急医療情報キット」の配布も素晴らしい試みです。

第四に、健康が維持できる住環境を備えたまちであることです。

私達のまちは都心部にあるので、東京郊外部や地方に比べると住環境の面では及ばない面もありますが、緑や小公園も多く一定の居住水準は確保されています。ウォーキングができる散歩道がもっと整備されるとよいと思います。このように健康なまちとしての条件は整っていますが、なにより大切なのは恵まれた環境を活かす一人一人が健康を保とうとする意欲を持ち、普段の節制や努力をすることではないでしょうか。さらに、自分の体のことをよく理解している医師や医療機関との信頼関係を保つことも大事です。病気になった時も安心して治療を受けることができます。

(担当 / 安藤)

昔の古川の今

川のあらまし

古川は「新宿御苑などに源を持つ、長さ約11キロの小さな川」です。この川は、暗渠化された下水道とほとんど見分けがつかない上流



相模殿橋(現 四之橋)

四之橋の銅版レリーフ:採拓者 大野哲司くん(小学4年生)

域、渋谷区内を流れ「渋谷川」と呼ばれる中流域、「古川」と呼ばれる港区内を流れ東京湾に至る下流域の3流域に分けられます。ここでは古川と呼ばれる流域について紹介します。

川の歴史

その昔15世紀頃の古川は、おおよそ一の橋から四の橋位まで、古川池と呼ばれる大きな沼地の状態で流れていたこと。そして江戸時代以前には、現在の川筋に加え、三の橋あたりから慶応大学前を経て東京湾に注ぐ流れもあったそうです。それを江戸時代の中期など、船の往来が容易なようにと川幅を広げたり水深を深める為、人力によって流れを整えました。それら工事によって古川は、現在の川筋に至ったこととす。麻布十番の「十番」という地名は、この河川工事の工区番号に由来すると言う話は結構有名です。その結果、運河としての流域が当時活発に利用されました。川からの陸揚げ拠点は河岸と呼ばれ、魚や米穀、木材なども荷揚げされていたこととす。面白い例としては、綱吉の時代「白金御殿」の資材を運ぶ為、四の橋付近に河岸を設けた記録があるそうです。

明治大正昭和と時代が経るに従って、古川の運河としての役割は低下してゆきました。また、それまであまり利用されていなかった河川沿岸部に、中小の工場が林立してきました。周辺の工業化に伴ない、古川は雨水や排水を運

ぶだけの地位に追いやられ、においの悪評もこうむる有様だったとのこと。しかし近年、環境への関心が高まり、下水の処理方法の改善等もあって、古川の水質は良くなってきました。その結果、1メートルより水深があっても、川底が見通せるようになっていきます。

川の研究者

高輪3丁目に住し、「江戸の川と上水」等の本を執筆するなど江戸の河川に造詣の深い、金田大義さんに古川の歴史話を伺いました。

—何故、河川に興味を持たれたのですか。—

元々歴史が好きでして、仲間を募って東京近郊の史跡巡りなどをしていました。更に、住まいの近くを流れていた三田用水を調べているうちに、江戸の河川に対して一般的に興味があった訳です。

—江戸時代の古川関連のエピソードをお聞かせ下さい。—

江戸時代の上水道は、使わないう分の水を河川に流していたんです。その水を「余水」と呼ぶのですが、古川は、玉川上水の余水を引き受けていました。時々の大雨の時などには、玉川上水に上流から濁り水が流れ込む。江戸市中に泥水なんか配れませんから、そんな時は、四谷で上水の水を全部古川に流すん



川を語る金田さん

です。そして、水が澄んできたら取水再開。江戸時代の水道は途中で水を止めても、溜まっている分かなんかで、どうにか出たんでしょねえ。当時の河川は、上水などと連携しながら、人々の生活と不可分だったんです。

(担当／森田・坂下・渡邊)



現在の古川



広尾ふる川・古川橋南詰より上流を望む 大正8年 港区立港郷土資料館蔵

武家屋敷跡発掘!

三田四丁目の区立保育園建設に伴う区教育委員会による発掘調査で、江戸時代の武家屋敷跡が発見されました。

早速、記者達が現場を訪れました。港郷土資料館の毎田さんの説明によると「大縄地(おおなわち)」といわれる下級武士の宅地跡で、職務上同じ組に属する者がまとまって屋敷地を与えられていました。ここでは長方形の区画を細長く区切って居住していたようです。意外と狭い区画でした。

発掘された井戸は4ヶ所で、そのうち1ヶ所は未だ木枠が残っており、今でも水がしみ出ています。食器の破片なども多く出土し、往時の生活を彷彿とさせます。

(担当／真弓・伊関・中嶋)



発掘された武家屋敷跡



出土した茶碗



木枠が残っている井戸

この街にこの人あり

野球解説者

江本

孟紀さん

●地域の一人暮らしのお年寄りの見守りが必要です

—高知のご出身ですね。今、坂本龍馬でブレイクしていますか—

高知の人はあまり英雄扱いしない風土で、私が高知にいた頃は龍馬についてそれほど騒いでいませんでした。高知県の人は、少し性格がおおらかです。私の本籍は岩崎弥太郎の出身地の近くで小さい頃そのあたりでよく遊びました。

—高輪地区にはいつからお住まいですか—

8年前から白金台に住んでいます。29年前からつい最近まで白金に事務所を置いていました（今は芝にあります）ので、この地域にはなじみがあります。

—こちらに住んでみて気がついたことがありますか—

この地区に住んで特に不満はありません。住む環境としては申し分がないと思います。

ただ、こんなことがありました。

昨年暮れ、私の家から見える家の電気がいつもついているのに、4、5日間真っ暗になっていたの、どうしたのだろうと家族で話をしていました。後でわかったのですが、一人暮らしのお年寄りの方が亡くなっていたそうです。この地区には民生委員がいらないようです。孤独死を防ぐには民生委員はぜひどの地区も必要ですし、ご近所の方の見守りは大事ですね。

—この地域での活動はどんなことをされていますか—

港区や消防署などから頼まれて時々講演をしています。昨年11月にも高輪消防署主催の「防火のつど

い」で講演をしました。高輪警察署の武道始めにも毎年出席しています。

●国を挙げてスポーツ振興策を行うべきです

—地域でスポーツする場所が少なく、子どもの運動能力が低下しつつあると言われていますが、どのような対策が必要でしょうか—

参議院議員時代、スポーツ振興策について活動しました。日本ではスポーツ振興の予算は大変厳しいです

党もマニフェストでスポーツ振興についてあまり触れていませんが、スポーツ振興のための体制と予算の確保は必須だと思います。

●老後は自由な場所で暮らしたい

—これからの人生どのような計画をお持ちですか—

野球解説者としては、若い人に負けない自負がありますが、いつまでもがんばっている若い人の働く場を奪うことになるので、適当な時期に引退しようと考えています。

政治の世界には関心がありませんが、今のところ復帰する話はありません。



かつて、アメリカ、アリゾナ州のお年寄りの町サンシティを訪れたことがありますが。サンシティは素晴らしい環境でいろいろなサービがあり、老後はあんなまにに住んでみたいと思います。また、アメリカではモービルホームであちこち住まいを移動しながら生活しているお年寄りも多いようです。

が外国では相当予算をとっています。スポーツ振興のための資金を確保するために、サッカーくじの提案をしました。スポーツをギャンブルの手段にするとは何事かと随分反対にあいしましたが、5年かけてやっと法案が成立しました。サッカーくじにより、資金不足で困っていた数多くのスポーツ団体が助けられたと聞いています。私は海外の国で多くあるスポーツの設置が必要と考えています。日本では文部科学省の一部の課で行っている程度です。民主

タイ王国野球チームの総監督をした時、チェンマイの話を聞きました。が、リタイヤした日本人が多く住み、快適に生活しているそうです。固定概念にとらわれず、私も自由な場所で自由に暮らせたらよいなあと思います。

仕事をやめたら、時々仲間の高知での生活を楽してみたいと考えています。自然豊かな地方でゴルフや釣りをして過ごすのもよいのではないかと思います。また、地方の活性化の手伝いできたらと思います。

—お若くみえますが、江本式健康法は—

ウォーキングとゴルフです。ウォーキングは高輪地区から五反田、目黒あたりまで行きます。ゴルフはうまくはないですが、広い芝生の中でプレーをするのが、よい気分転換になります。日本人はゴルフをやるとき、真剣になりすぎて暗い顔でプレイしているように思います。外国人のようにのびのび楽しんでらよいと思います。

●野球人生を振り返って

—野球を本格的に始められたのはいつ頃からですか—

本格的には中学時代からですが、小学校の頃から、一番上手なものが投手をやるので、私は最初から投手をやっていました。いくつかの高校から勧誘がありました。高校野球の名門・高知商に入学しました。三年生の春、甲子園の選抜に選ばれましたが、部員の不祥事で行くことができませんでした。法政大学に入学し野球を続けましたが、プロ野球からドラフトされず、社会人の熊谷組に入社し、普通のサラリーマン生活も経験しました。

そして、最初プロ野球に入ることができなかったのですが、1年後ドラフト外で東映フライヤーズにやっとなり入団できました。その後、113勝してプロ野球生活を終えました。

●今年のプロ野球の予想は—

—最後に今年のプロ野球の予想は—
やはり、巨人が図抜けた戦力を持つているので、勝つ確率が高いと思います。阪神は、昨年より抑え投手の力が落ちていたので、よくて昨年並みではないでしょうか。しかし、各チ

江本 孟紀 (えもと たけのり)

1947年高知県香美郡土佐山田町生まれ。高知商、法政大学、熊谷組を経てプロ野球入団。東映フライヤーズ、南海ホークス、阪神タイガースの投手として大活躍。野球引退後、アメリカ独立リーグのバイスコミッショナー、クラブチーム京都ファイヤーズの監督、タイ王国ナショナルベースボールチーム総監督を務める。また、1992年～2004年まで参議院議員として政治活動を行う。現在、テレビ、ラジオの野球解説者として活躍中。

(担当)安藤・河村・滝川・坂下

ム、一人一人の選手の働きをすべて予想することは難しいのでなにか起こるかかわりません。昨年パリーグで優勝した日本ハムも下馬評は低く、優勝が予想された西武ライオンズがBクラスでしたからね。

—菊池投手の活躍は—

プロで通用する力を持っています。が、ペナントレースは長いのでずっと体力を維持していけるかどうかは鍵ですね。

◆インタビューを終えて

190センチの長身、年齢を感じさせないスリムな体形、さすがスポーツマンという方でした。

野球界では辛口の鋭い論客として知られていますが、おだやかなで物静かな印象を受けたのは意外でした。記者たちのあちこち飛躍する質問にもいねいに答えていただきました。



坂道をたずねて

名屋敷や寺社が多く点在したため緑の多い江戸のたたずみ、その昔はすぐそこまで海の迫る丘陵であったため、景をみることができます。さあ、あなたの知らない「高縄」

(担当/田中・伊関・安藤・真弓・滝川・河村・安)
イラスト図：和田三枝さん

散策コース --- 泉岳寺①～⑪ コース 90分
----- 品川駅⑫～⑲ コース 90分

⑰高輪教会

建築家フランク・ロイド・ライトの弟子である岡見健彦の設計により昭和7年(1932)に建設されたライト風教会です。

知られる不動の境内の湧き水と金運上昇のうです。

④松光寺

16世紀半ばに開基、1650年ごろ高輪の地に移転しました。上山松平家の江戸の菩提寺になり、明治5年(1872)我が国最初の鉄道を敷設したとき、英国人技師の宿舎になりました。本堂は、細川家の屋敷の一部を移築したものです。

③興意親王墓

廣岳院墓所の隣に「正親町(オオギマチ)天皇皇孫 興意親王墓」があります。宮内庁書陵部陵墓課が管理する都内3箇所(都内)の陵墓の1つで、毎年11月1日に宮内庁による祭祀が行われています。

⑥承教寺

17世紀半ばに当地に移転してきた寺院で、山門と赤い仁王門、鐘楼は18世紀のもので、山門脇に二本榎の碑が、また境内には江戸中期の画家である英一蝶の墓があります(都旧跡)。

二本榎出張所

習作設計により、昭和当時流行していたを受け、建物に曲線建設された時は、またそうです。



⑧東芝山口記念会館

W・メレル・ウォーリスの設計により大正14年(1925)に建設された旧朝吹常吉邸で、赤瓦屋根等の外観から日本のスパニッシュ建築第1号とされ、東京湾を見下ろす洋風庭園もつくられました。現在は東芝の迎賓館となっています。



⑨高輪神社

15世紀末に創建され、御自作とされる聖徳太子十六歳の尊像が安置されています。太子堂を囲む石塀の彫り物「龍虎」は、昔は表を向いていましたが、疫病等が続いたため内側に向けられました。

⑪高輪大木戸跡

当初札の辻に芝口門を設置していました。1710年に現在地の両側に石垣を築き木戸を設けて江戸への出入りを検問し、夜間は閉鎖しました。今は海側のみに石垣が残っています。また、伊能忠敬の測量基点でもあります。

●隠れ坂と隠れ路地をたずねて

① 堀江歯科医院脇から高輪学園脇を通り泉岳寺に抜ける路地

行き止まりかと思うと続いている迷路のような道。校舎の廊下が上を超えたり、古い井戸があったり変化があって面白い。堀江歯科医院脇には、川端玉章の碑がある。



② 保安寺参道の階段

脇にある大正時代の洋館としゅろの並木が独特の雰囲気醸成し階段。階段と踊り場の間隔が絶妙である。テレビ番組「東京の名階段ツアー」にも取り上げられた。



③ 承教寺脇から高輪台小学校脇を通り桂坂に抜ける路地

承教寺の左脇から入る。戸建て住宅が並ぶ閑静な住宅地の路。なだらかに下る坂道を右に折れると、高輪台小学校の校舎が見え、小学校裏の手前で急な上り坂になる。小学校の裏の脇を通って桂坂に抜ける。



④ 高野山東京別院東から東禅寺南を抜ける路地

桂坂から小さな階段をおり、狭い路地を曲がりくねって東禅寺の南に至る。地元の人しか知らない抜け道である。



⑤ 洞坂

桂坂の東芝山口記念会館の脇から住宅地の狭い路地を通り東禅寺の脇に至る。桂坂に出る手前あたりは急坂で洞坂という。洞坂の由来は昔このあたりを洞村といったためである。



⑥ 高輪4丁目階段

港区と品川区の境界にある。道の突き当たりから緩いカーブを描きながら長い階段が現れる。テレビ番組「東京の名階段ツアー」にも取り上げられた。



②堀江歯科医院

大正13年(1924)に建設された和洋折衷住宅です。屋根は寄棟の端部を切り取った外観でコントラストのある色使いがなされています。

①泉岳寺

浅野長矩および赤穂義士の墓所があります。山門の「天井の龍」は日本彫金の祖といわれる関義則の作で、首洗い井戸の石欄は「おっぺけ」で有名な川上音次郎の寄進によります。

⑩願生寺

境内に牛供養塔の石碑があります。江戸時代は牛車町といわれ、俗に牛町と呼ばれました。これは江戸城構築と資材運搬のため寛永16年(1639)に京都車町から牛屋を召請しここに住ませたことに由来します。

●高輪：地名の由来と歴史

高輪は、坂の多い地形で南北に長い丘陵地です。その昔、東側は海に面した斜面で、その下を海沿いに東海道が通っていました。丘陵の中心部の二本榎通りが、海から眺めると高台に一直線に張った縄のように見えたため「高縄」と呼ばれ、転じて「高輪」となりました。

この地名の歴史は古く、戦国時代初期に江戸城を攻めた小田原北条軍と守る上杉軍との激戦地として「高縄原」の名が見られ、その他にも諸説あります。時代によって高縄・高鼻和・高名輪・高畷等の表記があり、「高輪」に落ち着いたのは江戸初期の「正保郷帳」の記録が最初とされています。江戸時代には、大名屋敷や明暦の大火（1657年）後に江戸市中から移転してきた由緒ある寺社が多く点在し、門前町的な所でした。明治から戦前にかけては、海を見下ろす眺望を生かした皇族や政府高官、財界人の邸宅が立ち並ぶ屋敷街となりました。近年は閑静な住宅地の中にマンションがたち並ぶ景色へと変貌を遂げています。

●高輪にあった二つの街道

■東海道

日本橋と京都を結ぶ五街道の一つで、海岸沿いの現在の国道15号のあたりが、1601年に東海道として整備され、諸大名の参勤交代はもとより、庶民の交通路として賑わいました。



東海道高輪風景 五雲亭貞秀画 港区立港郷土資料館蔵

■中原街道（二本榎通り）

虎ノ門から三田、高輪を経て丸子の渡りで多摩川を渡り平塚に至る道です。高輪付近（二本榎通り）の尾根道は、海岸沿いの東海道が整備される以前は東海道として利用されており、往古の奥州街道とも重なる道すじで重要な交通路になっていました。16世紀後半に徳川家康が初めて江戸に入府した時もこの尾根道を通りました。二本榎という地名は、当時この地にあった上行寺門前にあった二本の榎の大木を見て、街道の道標として植樹を思いついたとの故事に由来します。その後榎は何度か大火で消失しますが、その都度上行寺が植樹し、一里塚として東海道を行き交う旅人の目印になってきました。



江戸名所図会 覚心寺・承教寺絵図 港区立港郷土資料館蔵（現 二本榎通り）

さんぽみ

高縄の街道と

高輪は港区の南端に位置し、江戸時代には大名屋敷が今に残る情緒豊かな地域でもあります。また、凹凸の多い地形を形成し数多くの坂道や路地の風景を探索してみませんか。

⑩光福寺

境内に祀られている地藏（俗称幽霊地藏）は「子安栄地蔵尊」といい、子育てのお地蔵さまです。これは石にお地蔵さまをシリーフで掘り出したもので、足が細くなって描かれているので幽霊地藏と呼ばれています。



⑮食とくらしの小さな博物館

ここ100年の「時代ごとの世相や人々のくらしの様子の変化」と「味の素グループの歴史」を2階に展示しています。また、1階には食に関する本を集めた図書館があり、登録すればどなたでも利用できます。

⑤黄梅院

高輪銭洗不動で明王が祀られてき水でお金を洗うご利益がある寺

⑱高輪消防署二本

警視庁総監管轄係・越智和8年に建設されました。ドイツ表現主義の影響が多く使われています。望楼から東京が一望でき（都選定歴史的建造物）



⑲高山稲荷神社

境内の石灯笼（おしやもじさま）は切支丹灯笼ともいわれ区有形民俗文化財です。

⑫観音堂

奈良県長弓寺にあった鎌倉時代の三重塔の初層で、室内には室町後期と推測される十一面観音踏下像が安置され、夜間ライトアップされています。この他にも17世紀中期の鐘楼や山門などが配置されています。

⑭後藤稲荷

明治初年当時の所有者であった土佐藩家老後藤象二郎がお稲荷様の夢のお告げで、自分を狙った暗殺計画を未然に防ぐことができたため祀ったと伝えられています。

⑬旧竹田宮邸

赤坂離宮を設計した宮廷建築家・片山東熊らにより明治44年（1911）に旧竹田宮邸として建設された洋館です。現在はグランドプリンスホテル高輪の貴賓館となっています。

油絵：高輪在住 佐伯庄吾さん

⑦旧木村春東邸

徳川幕府最後の将軍 徳川慶喜の侍医であった木村春東の別邸で、明治末期の和洋折衷住宅です。



どんぐり公園 ころころ市

平成22年3月27日(土) 11:00~15:00
白金台どんぐり児童遊園

元気な朝市より



白金台5丁目にある『白金台どんぐり児童遊園』で、近隣の町会や団体、個人で構成されている『どんぐりの会』の主催の「ころころ市」が開かれます。「ころころ市」は地域の方にフリーマーケットや高輪地区総合支所「コミュニティ・サロン」の協賛でカフェの出店、「公園みどりのサポーター・プレート設置式」また「NPO法人エコキャップ推進協会」によるエコキャップ回収など、地域コミュニティに密接した催しがいっぱいイベントになります。「どんぐりの会」は港区と協力し、園内に設置された「パトロール小屋」を拠点に公園の維持管理や犬の飼主さん協力の「わんわんパトロール」など地域周辺の安全、安心の見守り活動、また青空映画会、元気な朝市(夏休みラジオ体操)など様々なイベントを通して地域のコミュニティ活動を行っています。「ころころ市」の詳細は公園内のポスターをご覧ください。

地域のイベント

清正公大祭

昨年の様子

平成22年5月4・5日(祝日)
覚林寺 白金台1-1-47



最正山覚林寺は、通称「白金の清正公さま」として古くより多くの人々に親しまれてきた寺院です。毎年、5月4日と5日の両日に行われる清正公大祭では、葉菖蒲の入った「お勝守」が授与されます。これはご運の強かった戦国武将の清正公にあやかって、人生の様々な苦悩に打ち勝ち、幸運に恵まれるよう、すべての「勝負に勝つ」という意味を持ち、江戸時代から人気の高いお守りです。子どもの日にちなんで「開運出世祝鯉」(紙製の鯉のぼり)も授与されます。当日は、これらのお守りを受けるため、遠方から大勢の参詣祈願者で賑わいます。また境内周辺には多数の露店が並び、地域の子もたちも毎年楽しみにしているお祭りです。

シロカネ グローバル フェスタ 2010

フェスタ会場の様子

平成22年5月15・16日(土・日)
白金タワー・アエルシティ北側道路一帯



フェスタを運営する白金志田町倶楽部は地域青年有志の会として2006年夏にはじまり皆様のお力をお借りしながら様々なボランティア活動をしています。地域活性化事業として年1回のフェスタ開催と毎月2回の防犯防火パトロールを実施しています。また教育関連事業として子どもたちとシロカネクリーンアップ大作戦を行い、地域の学校等へのサポートや国際理解を学ぶ放課後講座・地球子ども広場なども開催しています。交流事業として白金と西アフリカのブルキナファソ国をつなぐテレビ会議や近隣の大学や他地域との交流を深めています。そして文化事業として「白金の夜にお洒落なJazzを!」プロジェクトや「落語・志田町寄席」など会員の専門知識や能力を生かして地域の中で、講座や講演などを行っています。

今年で4回目になるフェスタは、白金タワー周辺を会場に新住民・旧住民の交流を促進、地域の活性化を図り、昨年より地球のことも考えるイベントとしてスケールアップしています。公共性の高い地域イベントとして認知も高まり「地域と地球を考える」をテーマに2日間開催します。「地域による出店」「地域学校やプロミュージシャンのコンサート」「西アフリカ・ブルキナファソ国の交流・チャリティ」「PR・物産ブース」といった内容で企画を進めています。

ぜひご来場いただき、白金の地でおこっているコミュニティ活動とグローバル活動を実感してください。皆様と一緒に楽しみましょう。



白金志田町倶楽部会長
伊藤方夫さん

【問い合わせ】フェスタ事務局 ☎3444-2920

(担当/加藤 安藤 木村)

寺町コンサート

第1回寺町コンサートが平成21年11月29日に大信寺において芸術活動家協会主催にて開催されました。由緒ある荘厳なお寺の本堂に、7人の音楽家によるクラリネット、オーボエ、ファゴット、ハープ、ヴァイオリンなど多彩な楽器の演奏と声楽家の歌声が響きました。クラシック音楽を身近に楽しめる演奏会でした。

第2回の寺町コンサートは平成22年4月25日(日)午後2時より三田四丁目11番26号の正覚院で「Tea Time Jazz」と題して、ジャズコンサートが開催されます。会費は1000円(紅茶付)です。

【問い合わせ】芸術活動家協会
☎6277-3745 (10時~17時)



白金高輪グリーンミュージックフェスティバル 『輪音』が開催されました!

平成22年1月24日に、高輪地区の音楽の祭典「輪音」が明治学院大学で開かれました。アマチュアとプロの音楽家たちが大集合し、楽器の演奏、歌、コーラス、ミュージカルと多彩な音楽会でした。筆者は運よく「煌く歌声~世界の名曲と美しき日本の歌~」を鑑賞することができ、池田理代子さん、村田孝高さんのすばらしい歌声に浸ることができました。会場は満員の盛況で、さすが「音楽のまち高輪」にふさわしい祭典でした。



和風ディップ

材料(2人分)

- 木綿豆腐 1/2丁
- 玉ねぎ 1/4個
- 梅干し 2~3個
- パセリ 少々

作り方

1. 豆腐は、ペーパーなどに包みしっかりと水気を切っておく。
2. 梅干しは種を除いてみじん切りにしておく。
3. 玉ねぎは、おろしておく。
4. 材料をすべてすり鉢、もしくはミキサーにかけなめらかにする。

Kaoriの「コトコト料理」

豆腐ディップ

2種



どちらも上記の分量で、
大さじ1杯(15g)で、
107カロリー
同量のマヨネーズですと、
121カロリー

洋風ディップ

(担当/山田)

材料(2人分)

- 木綿豆腐 1/2丁
- 玉ねぎ 1/4個
- にんにく 1カケ
- レモン汁 大さじ2
- マーブルシロップ 小さじ2
- 白みそ 小さじ2
- 塩 小さじ1

作り方

1. 豆腐は、ペーパーなどに包みしっかりと水気を切っておく。
 2. 玉ねぎ、にんにくはそれぞれおろしておく。
 3. すべての材料をすり鉢、もしくはミキサーにかけなめらかになるまで混ぜる。
- ※ レモン汁の代用として、お酢でも構いませんが、その際は米酢をおすすめします。
※ マーブルシロップの代用として、はちみつ、砂糖、アルコールを飛ばしたみりんでもOKです。



健康を守る 地域のHOTな 人たち

せんぼ東京高輪病院院長 与芝真彰先生

2009年4月せんぼ東京高輪病院院長に就任された与芝真彰先生を訪問しました。



高輪病院はベッド数240床、患者の約3割が港区在住の人だそうです。地域医療を重視し「待たせない医療」を目標に掲げています。「高輪管内の救急患者は基本的に受け入れるつもりでいる。」という方針を大変心強く感じました。先生は高輪に江戸時代から続く松光寺のご住職でもあり、「不幸な人がいれば自分も幸せではない。少しでも不幸な人が減るようにお互いに協力しあいましょう。」と大乘精神を語られ、医師と患者の双方が信頼し合い、医療を守ろうとする気持が大切だと話されました。又救急車を一台動かすのに約46000円の経費がかかり、闇雲に救急車を呼ぶ



のではなく、患者さんも節度と良識のある判断をしてほしい。こうしたことも医療を守ることにつながるともお話になりました。お寺での医学の知識や臨床経験を交えた法話が好評だということも納得できました。

看護師 斉藤喜美子さん

岩手県生まれで港区白金台に30年お住まいの斉藤さんにお会いする機会を得ました。白金の一角にある歴史的総合病院に勤務30年だそうです。病院のモットー「心ある医療」は「相手への思いやり」が肝要で、それは斉藤さんの趣味である茶道の「おもてなしの心」と通じるものがあるそうです。



心という字の上に申を立てるように書く「患者」の「患」になることで象徴されているように、健康な時はなんでもないことも病気の時はデリケートで傷つきやすくなりがちです。病気との闘い=治療は患者さんとの共同作業です。診療外来をより有効に受診するには「治療に関して自分の症状や気になることをあらかじめメモし、主治医に質問や確認をすること。」です。また主治医からの治療に関しての話を理解し、自分で実行しやすくする工夫としてメモすることもよいでしょう。笑顔で病院から帰られる患者さんに「お大事に」と挨拶を交わす時、ホッと幸せを感じるそうです。



ご自身の健康管理は運動と食事のバランスを考慮され、一日1万歩を目指したウォーキング、大好きな食事は「食べ過ぎず」を心がけておられるそうです。仕事のストレスを趣味で解消というバランス感覚もお持ちで、それが「いつまでも魅力ある女性となる秘訣」と感心しました。

(担当/坂下・山田・木村・伊関・安・安藤)

白金こどものはいしゃさん 園延まさし先生・妙子先生

みなさんにとって『歯医者さん』とはどんな人ですか？ 痛い？ 怖い？ 高い？

今回はそんなイメージを覆すべく、私は白金高輪にある日本初の子ども専門歯科医院『白金こどものはいしゃさん』と大人専用歯科医院『Sonobe Dental Clinic』の医院長園延まさし先生と奥様の妙子先生にお話を聞いてきました！



予防文化をもっと日本に広める為、2006年に開業されたまさし先生は言います。『歯に痛みを感じてから診てもらうのはもはや手遅れ。異変に気付いてからでは、痛み・時間・費用がすべて増してしまいます。』では、どうすればいいのか。 Answer: 予防です！

『定期的に歯の健康チェック&クリーニングをすれば、歯が病に侵される前に防げます。痛み・時間・費用を大幅に減らすことができます。』特に歯が生え始めのベビーから定期的に通えば、それが習慣となり、大人になっても健康な歯が維持できるとのこと！



遊園地のような医院のインテリアを手掛けた妙子先生も、歯の健康はもちろん、大人の美しいスマイルを最大限に生かす歯のビューティサポートをしてくれます。『芸能人は歯が命』といいますが、芸能人でなくても歯は命。食べる為、生命を維持するためには絶対必要不可欠。痛い時に行くのではなく、定期的なケアで健康な歯を維持し、ハッピーなスマイルを大切にしましょう！

かただ小児科クリニック 堅田先生とスタッフの方々

高輪消防署二本榎出張所の近くに2008年12月堅田クリニックを開院されました。それまでの23年間新生児から思春期への成長期間全般にわたり多くの子どもたちの診療に関わっていました。高輪地区に密接した医療をめざし、一般診療の他に予防診療も重視され、親子の心のケア、特に「愛着形成」を大切に考えています。



依然として子どもの死亡率一位は病気ではなく事故だそうです。遠因として地域社会崩壊もあるようです。核家族化が進み、社会からの孤立が深刻です。地域社会の見守り役の中に小児科医も看護師さんも加わるという和やかな地域を形成したいそうです。また事故防止の一環としてチャイルドシートの正しい選定装着について助言をいただけます。



クリニック待合室においてあるたくさんの木製おもちゃや、明るい看護師さんたちが、かわいい患者さんの診療にあたるという、この雰囲気が堅田先生の「目指すもの」であると感じました。

★カシャツと撮って Thanks!

11月から1月まで募集した「かがやき百景 in 高輪エリア」には、29名の方から113点ものご応募をいただきました。

ありがとうございます!

4月16日(金)まで、高輪コミュニティーぶらざ2階・3階通路にて展示しています。また、高輪地区総合支所のホームページでもご覧いただけます!

高輪かがやき百景実行委員会

【問い合わせ】

高輪地区総合支所 まちづくり推進担当 ☎ 5421-7664

URL <http://www.city.minato.tokyo.jp>



募集します!

- ◆ 地域に根ざし、地域を元気にする人 (お隣さん、ご近所さん、館長さん、店長さん、院長さん など)
- ◆ 地域で活動・活躍しているサークル、ボランティア団体
- ◆ 高輪地区内の美しい風景や、地域の方の笑顔の写真・絵など
- ◆ 高輪地区のことを詠んだ短歌・俳句・川柳など
- ◆ その他、地域のさまざまな情報

<応募方法>

※掲載をお約束するものではありません。

ハガキまたはFAX(作品の場合は現物を持参または郵送)で①情報・作品、②作品のタイトル&コメント、③氏名④住所⑤電話番号を書いて下記あて先へ

【あて先】 高輪地区総合支所協働推進課「地域情報紙 募集担当」

〒108-8581 港区高輪1-16-25 FAX:5421-7626

タウンミーティング TAKANAWA メンバー募集!!

高輪地区（三田4・5丁目、高輪、白金、白金台）の魅力アップや課題解決について一緒に考え、活動してみませんか。

- 対象 高輪地区に在住・在勤・在学の人、または高輪地区のために活動したい人
- 募集内容

	募集内容	任期	募集人数	会議の開催頻度	第1回会議のお知らせ
①	「白金高輪グリーンミュージックフェスティバル」実行委員 (高輪地区内での音楽祭の検討・実施)	1年間 (22年4月～ 23年3月)	10名程度 ※応募多数の場合は抽選	平日夜間 (おおむね月1回～2回程度)	4月12日(月) 午後6時30分から 高輪地区総合支所4階 会議室
②	「高輪かがやき百景」実行委員 (まちの魅力を写真等により再発見する事業の検討・実施)		10名程度 ※応募多数の場合は抽選	平日夜間 (おおむね月1回程度)	未定
③	地域情報紙グループ (高輪地区内の情報を取材し、地域に密着した情報紙づくり)		15名程度 ※応募多数の場合は抽選	平日夜間 (各号の編集スケジュールによる)	4月21日(水) 午後6時30分から 高輪地区総合支所4階 会議室
④	【仮称】高輪地区版計画書改定グループ (高輪地区版計画書の後期分の見直し作業)		2年間 (22年4月～ 24年3月)	20名程度 ※応募多数の場合は抽選	平日夜間 (おおむね月1回程度)

- 留意点 報酬・交通費・取材費等の支給はありません。
- 申し込み方法 希望するグループの番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・FAX番号・メールアドレスを明記し、FAXまたは郵便で下記へ。
※重複しての応募はできません。①～④からひとつだけお選びください。
- しめきり 平成22年3月25日(木) <必着>

【あて先・問い合わせ】高輪地区総合支所協働推進課 地区政策係 〒108-8581 港区高輪1-16-25 TEL:5421-7123 FAX:5421-7626

毎週水曜日は午後7時まで受付

※取扱業務は限定されます。事前にご確認ください。

区民課窓口サービス係 ☎5421-7612 / 保健福祉係 ☎5421-7085

コミュニティ・サロンへおいでください!!

寺町コミュニティ事業(高輪地区総合支所地域事業)

地域の誰もが気軽に立ち寄って、お茶を飲んでのんびりしながら、
そこで出会う人と楽しく交流しましょう!

- 期間 3月16日～26日 午前11時から午後3時まで
※ はお休みです

日	月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27

- 会場 高野山東京別院(港区高輪3-15-8)
- ミニ・イベント情報
 - ◇3/19(金) 13時～「おりがみ教室」
 - ◇3/20(土) 13時～「K2ロケットづくり」(幼児～低学年向け)
 - ◇日時未定「バルーンアート」
- ※ミニ・イベントの予定は変更になる場合があります。
- ※日時未定のは決まり次第、高輪支所ホームページ等でお知らせします。

無料です!



- 注意
 - ◇雨天・荒天の場合は中止です。
 - ◇会場の都合等により予定が急きょ変更となる場合があります。
 - ◇駐車場はありません。お車での来場はご遠慮ください。
 - ◇高野山東京別院への直接の問い合わせはできません。

【問い合わせ】
高輪地区総合支所協働推進課 地区政策係 ☎5421-7123
URL <http://www.city.minato.tokyo.jp>

桜の時は、もうすぐです!

さくらリバース高輪 (高輪地区総合支所地域事業)

地域で永く美しい桜を楽しめるように、高輪地区内の公園・児童遊園に植えられている桜の木の診断・治療を行っています。

平成20年度までに診断や治療を手掛けた桜は100本以上。今後も経過観察・治療を続け、いっそう区民に親しまれる公園・児童遊園を目指します!



【問い合わせ】
高輪地区総合支所協働推進課 土木係 ☎5421-7615

お急ぎください!

平成22年度 港区民交通傷害保険の申し込みしめきりは
3月31日(水) です

※金融機関でのしめきりは3月25日(水)です

【問い合わせ】
高輪地区総合支所協働推進課 地区政策係 ☎5421-7123

編集だより

●生と死の現場で働く医療関係者のご苦労が少しわかったような気がします。このような方々の努力で我々の健康が守られていることを改めて実感しました。(注)

●江戸の公務員住宅発見!の報に飛んでいきました。思ったより狭く、今も昔も庶民の生活はおんなじだ!という感慨!(伊関)

●この一年、情報紙を通してたくさんの方々の地域の方々と出会うことが出来ました。色々ありがとうございました(加藤)

●超かっこよくてさわやかな品格を備える江本さん。この地域と住民とスポーツをこれからも未永く愛していただけたらと実感しました(河村)

●愛される「みなと」を、地域のみならずご意見と一緒に良い情報をお届けできるよう頑張ります(木村)

●高輪で 仲間の心が 通い合い 11号も 発行完了(坂下 孝子)

●江戸が感じられる町、高輪。由緒ある寺、路地、古木などが、次世代に大事に伝えられますように(滝川)

●高輪地区の坂道や路地をゆくと、そこかしこに「江戸」を発見できます。これからの季節、カメラをもってぜひ江戸歴史を探してみてください!(田中)

●この一年地図を担当をさせて頂き多くのことを学び、又多くの方とコミュニケーションができたことを学びました(真司)

●今回は健康をテーマに取材しました!一人一人が心身ともに健康であることが、この地域全体の健康につながるのだと思えました!予防をしてみんなで元気に春を満喫しましょう!(山田エミ)

●古川の今昔、欲を言えば昔の事を詳細にと想う。昭和初期の川面は今の半分の深さだった。
古川や凍てる川面に驚一羽
楽しい俳句のひとつも浮かぶ(渡邊)

- 安藤 洋一(チーフ)
木村 博史(サブチーフ)
山田 エミ(デザイン)
田中 啓子(校正)
河村 保弘
中嶋 路子
安 勢津子
- 加藤 雅彦(サブチーフ)
真司 瑞枝(サブチーフ)
坂下 孝子(校正)
伊関 則子
滝川 まり
森田 國弘
渡邊 義信

投稿作品

たかなわは 緑あふれる 静かな街
三田4丁目在住 横田 洋一郎 さん

プラチナの銀杏の落葉掃く老女
折々腰をたゝきて仰ぐ
白金6丁目在住 志村 テル さん

錦秋や母校百寿に吾れ米寿
やがて年寿よ白百寿
白金1丁目在住 渡邊 泉峰 さん