

在ブダペスト

日本人会会報

平成9(1997)年

新春号

NO. 30

ドナウ通信

目 次

新年の御挨拶	2
領事部からのお知らせ	4
1997年度ハンガリー日本人会役員	5
会社紹介	5
1996年度日本人会活動報告	10
婦 人	12
補習校便り	14
随 想	18
文 化	23
スポーツ	29

「折り込み特集」

討論の広場

ドナウ通信アンケート調査

中間集計報告

新年の御挨拶

日本国全権大使 田中 義具

明けましておめでとうございます。

ハンガリー在住の皆様方にとって、本年も又、益々明るい展望の開ける年であることを祈っています。

幸いこの国の一般の暮らし向きも、ゆっくりとはありますが少しずつ好転しつつあるようで、美しいブダペストの町の移り変わりにも何かそれを感じてのような気がします。特に本年は、ハンガリーの人達が、かねてからの念願であった「ヨーロッパへの回帰」を達成する上で最重要と考えてきた、NATOとEUへの加盟に向って、大きく前進する年であることが期待されています。

わが国とハンガリーとの関係も、皆様方の御活躍によって益々拡大しつつあります。TDKやソニーが当国に建設した新工場は、今年からいよいよ本

格的な操業に入ります。インターコンティネンタル・グループの傘下に入ったフォーラム・ホテルは、今年から装いを新たに、日本からの訪問客の本格的な拠点になることでしょう。JAIDOの支援で完成した最新式ビルには、新たに日本料理店が開店すると聞いています。当地において予定されているわが国企業の新たな活動を全て列挙することはとてもできない様です。両国間の文化交流も益々盛んになってきました。

昨年はマジャール民族定住千百年祭ということで、日本からは多数の訪問客があり、又皆様方の絶大な御協力を得て数多くの日本の文化行事が催されました。その結果、ハンガリー人の日本の伝統や文化に対する理解と関心が深まり、日本関係行事は益々企画し易くなりました。今年もすでにいくつかの計画が進行中で、一層豊かな内容の文化交流が実現することを期待しています。

政治のレベルでは、ハンガリー外務大臣の訪日等が今春に予定されており、両国関係は本年も又あらゆる分野にわたって一層の発展をみるものと思います。こうした明るい環境の下で、皆様方には存分に御活躍頂き、共に当地での幸せな生活を築いていかれることを願ってやみません。

ブダペスト日本商工会幹事

伊藤忠商事所長

丸山 和正

日本人会の皆様、新年明けましておめでとうございます。

ブダペスト日本商工会は現在26社からなり、又、在ハンガリー日本大使館にも名誉会員としてご参加いただいて在ハンガリー日本邦人が円滑なる活動ができる様情報交換しておりますが、日本人会運営におきまして本年も微力ながら商工会として側面より少しでもお役に立てればと願っております。

ハンガリー日本人会会長

三菱商事ブダペスト事務所長

小澤 正明

みなさん、明けましておめでとうございます。

ハンガリー建国1100年で盛り沢山の催しが続いた昨年と違い、今年は落ち着いた年になりそうです。

さて、昨年末の日本人会総会でもご披露しましたが、小学館の隔週刊誌S A P I O の96年11月27号特集「こんな日本に住み飽きた」で、日本人が海外移住希望都市の第1位に選んだのが、何とこのブダペストでした。ちなみに第2位はカナダのハリファックス、3位スペインのコスタデルソルです。

この選考方法については良くわかりませんが、各都市に永く滞在されている日本人のPRの強さと予想されます。ブダペスト代表はみなさんが家族呼び寄せなどでお世話になっています。ベルハウス・ハンガリーの的場社長で、彼の強力なプレゼンテーションが

奏効したものと思われれます。

海外に定住し、その生活を楽しむ送るためには、まず、その国を好きになることが第1条件です。そのためには、その国の文化や歴史、生活習慣の日本との違いを拒絶するのではなく、積極的に受入れしっかり自分のものにした上で、自分なりの生活パターンを作る上げることが大切だと思います。

また、理由はいろいろ違うと思いますが、ハンガリーに定住している以上、日本とハンガリーの経済や文化の交流を高めることも、日本大使館や政府機関だけの役目ではなく、われわれひとりひとりの役目でもあると思います。

日々の日本の友人や取引先にハンガリーを訪問してもらったり、手紙などで面白いことを書いたりして、ハンガリーを良く知って貰うことから始めましょう。

長短はありますが、人生の一期間をこの国で過ごすわけですから、将来に思い出として残る何かをしっかり実行

することを薦めます。その一助として、本年度もいろいろな行事を企画していますのでみなさんの積極的なご参加をお願いします。

なお、前に述べましたハンガリーの生活に役立つ情報として補習校のおかあさんが一生涯懸命作られた「ブダペスト・生活マニュアル」改訂第3版がとて役に立ちますので購入をお薦めします。

では、今年も元気でブダペシュト・ライフを大いに楽しみましょう。



領事部からのお知らせ

海外でのパスポートの盗難紛失が増加しています。パスポートがなければ次に渡航先に移動できません。盗難旅券が改ざんされた上、不正使用される可能性さえあります。

昨年一年間の旅券の盗難被害や紛失は一万百件で、このうち百三十四冊がパスポート紛失地以外の空港において不正使用摘発されました。国際的な信用度が高いため日本のパスポートはブラックマーケットで高額で取り引きされているとの話も耳にします。

パスポートは重要な公文書であるばかりではなく、国際犯罪に悪用されていることを考えれば、大切に管理・保管する必要性が痛感されます。

盗難のケースの大部分は置き引き・スリ等ですからパスポートを鞆やセカンドバッグに入れないことが無難です。日本人はお金持ちと思われているので狙われやすく、現金とパスポート

をいっしょに持ち歩くのは大変危険です。また、場所としては、大勢人の集まる、例えば、空港、ホテル、レストラン、美術館（博物館）、駅（バスターミナル）、車内等での盗難が目立っています。

万が一海外でパスポートが盗難にあったり紛失した場合は、速やかに管轄の警察署に対して盗難（または紛失）の届けをし、その受理証明書の発行を受けたうえ最寄りの在外交館で再発給申請を行って下さい。パスポートの再発行申請手続きは次の通りです。

①引き続き旅行を継続するか、滞在する方

パスポートの再発行

へ通常再発行には二週間かかります

・一般旅券再発給申請書 2通

・日本国籍を立証する書類

（運転免許証等） 1通

・写真（3.5インチ×4.5インチ） 2枚

・紛失届 1通

・現地警察署発行の盗難（または紛失）届出証明書 1通

・手数料

10年有効期限 一六二〇〇フォリント

5年有効期限

一〇八〇〇フォリント

②急いで日本に直行帰国する必要のある方

「帰国のための渡航書」の発給

へ通常、渡航書は一週間以内に発給されます

・渡航書発給申請書 1通

・日本国籍を立証する書類

（運転免許証等） 1通

・写真（3.5インチ×4.5インチ） 2枚

・紛失届 1通

・現地警察署発行の盗難

（または紛失）届出証明書 1通

・手数料 三四〇〇フォリント

1997年度ハンガリー日本人会役員

会長 小澤 正明

三菱商事ブダペスト所長

総合理事 副島 豊次郎

日本大使館公使

運動理事 丸中 博史

さくら銀行ブダペスト所長

レジャー理事

天野 泰次

住友商事ブダペスト所長

ドナウ通信理事

盛田 常夫

野村総合研究所研究顧問

会計・事務担当

酒井 由美子

バルトーク音楽院教諭

会社紹介

JICA生産性向上プロジェクト

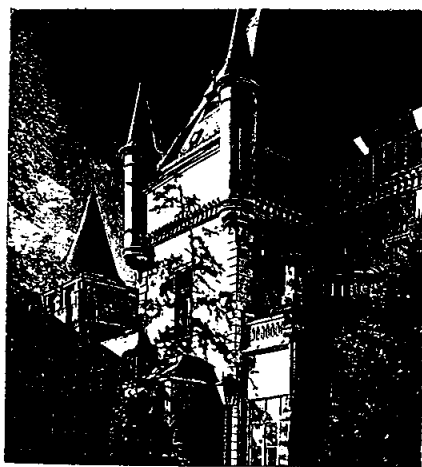
横山 勝雄

当プロジェクトは国際協力事業団が（JICA）が、日本政府の市場経済以降支援の一環として、ハンガリー政府（工業商業観光省）の依頼を受けて日本の「生産性向上技術」を、（財）ハンガリー生産性センター（HPC）を通じてハンガリー産業界に伝え、同時にHPCの確立を図るというものです。95年から99年末までの5年間の時間プロジェクトで、専門家派遣、機材教材供与、カウンタートパートの日本研修の3本柱からなっています。

JICAでは、同種事業を、83年から7年間シンガポールで手がけて以来現在、コスタリカ、タイ、ブラジルでも実施中です。ハンガリーでは、国際経験豊かな5人の専門家が常駐する

他、年間約7人の短期専門家も含めトレーニングコース、スピーチデリバリ、企業診断、スタディツアーなどを実施しながらOJTで、HPCスタッフ（全12名）を指導しています。指導企業のひとつヘレンドが先月初の「国家品質賞」を首相から受賞しましたが、われわれとしても喜ばしいところです。

戦後日本は、米国から、近代的経営手法、大量生産システム、品質管理（QC）などを学習し、これに、チームワーク、現場志向、小集団活動、QCサークル、労使協調など日本的なものを付加して、TQC（全社的品質管理



）を打ち立てました。その後、80年代には逆に米国が、これを勉強してTQM（全社的高品質経営）に体系化し、欧州では、ISO9000シリーズを作るきっかけになりました。KAIZEN、5Sは、その世界では、英語化しつつあります。私たちはこの世界に共有され実証された管理技術体系を伝えようとしています。

読者の皆さんの経験と知恵もHPCの授業内容に使えるかもしれません。ご興味のある方は（このことに限らず）ご連絡を！

TEL 343-9727, 1929



JAIDO（日本国際協力機構）

山田 寛治

私どもの会社をご存じない方の為に、自己紹介と当地での活動状況の御案内を致します。

私共の日本語の会社名は表題に書いてある通りで、英語名はJAPAN INTERNATIONAL DEVELOPMENT ORGANIZATION（略称 JAIDO）です。

経団連所属の大会社132社と海外経済協力基金（日本政府の機関で円クレジットを発展途上国に提供しています）が出資して7年前に出来た投資会社で、中央ヨーロッパ、東ヨーロッパにも多数の投資をしています。

ハンガリーでは断熱材を作っているシャリゴリアン・グラスウール会社、ピザハット・ケンタッキーフライドチキン・ダンキンドーナツの会社、ビル会社のCENTRAL BUSINESS CENTERの3件の投資をしております。

私はジャイドから出向して、ビル会社の社長として2年前から当地に住んでおります。9月にビルの建設工事が終わり、ぼつぼつ入居者が入り始めている所です。ビルの場所は2区のHORVATH UT. で、マルギット橋から5分程の所にガラスの大きなビルがあるのがそれです。

入居予定者も7割方決まりました。主なテナントは日本料理屋の天満屋、商社のニチメン、CITIBANK、CIBA GEIGY、PERSI COLA、等です。

セントラル・ビジネス・センターには、ブダペストの他のビルにない多数の設計上の工夫がされています。その内の主なものを御紹介しましょう。

・間仕切りとか壁がありません。

ヨーロッパでは社員は個室で仕事をしますが、日本では大きな部屋に机を並べて仕事をします。どちらも一長一短がありますが、日本式が段々一般的になりつつあります。管理がしやすい

情報交換がしやすいといったメリットがあるためと思われます。

当ビルでは、会議室、応接室、社長室等、間仕切りは必要に応じ、テナントにやってもらう事にしております。個室が並んでいる他のビルとは全く違う日本式のビルです。

・床と天井が2重構造になっております。

天井が2重になっているビルはブダペストにはほかにもありますが、床が2重になっているビルはほかにありません。天井裏には電線、空調用のダクト等があり、床の隙間には電話線、電線、データー線、等が入ります。

・電線、電話線、データー線は床のターミナルから取り出します。

建物の壁には空気の吹き出し口も、電気のターミナルも何も付いていません。

なお、日本料理屋の天満屋は3月に開店の予定です。

スズキ株式会社

中西 眞三

ブダペストから国道10号線を北へ約50km、バジリカで有名な古都エステルゴムに私達のマジャール・スズキはあります。

日本のスズキの工場を少し小さくしたエステルゴムの工場の生産ラインは朝6時から2勤体制で深夜1時まで動いており、パートナーの伊藤忠商事（株）からの駐在者を含め日本人駐在員21名とハンガリー人の仲間総勢1400名が“スイフト”を生産・販売するため働いています。

日本とハンガリーとの間で生まれた合併プロジェクト、マジャール・スズキは、ハンガリーで本格的な国産乗用車を製造するということで、1991年4月に話がまとまり、翌1992年10月から生産・販売を開始しました。

今年の10月でちょうど4年が過ぎたことになりましたが、当初計画の設備投

資もほぼ完了し、今年はようやく生産5万台のフル生産体制ができました。この間スズキの出資比率を80%に引き上げました。

マジャール・スズキの開所式で故アンタール首相が希望されていたように、エステルゴムで作られた車はハンガリーだけでなく、ヨーロッパ各地を始め、世界中の町で愛用されるようになっていきます。

自動車を構成する部品数は約2万点あると言われています。鉄やアルミニウムなど原材料やハンガリーの人達の好きな赤や緑などのペイントも必要です。従いまして自動車産業は他の工業に比べると数多くの部品工業がその下に裾野のように広がっており、経済的にも技術的にもその波及効果は計りしれないものがあります。

私達は車づくりを通してハンガリーの経済・産業の発展に少しでも貢献できるように目指しています。

マジャール・スズキはまだ立上ったばかりで、これから乗り越えてゆか

ねばならないハードルが山積しております。

ハンガリー人の仲間と協力してチームワークを組みこれからも頑張ってください。

JETRO

唐津 康次

「ジェトロ」の名前を耳にしたことはあっても、何の略称かご存じない方は多いかも知れません。恐らくお手元の英和辞典にも載っていると思います。が、正解はJapan External Trade Organization、日本貿易振興会が正式名称です。日本貿易振興会法に基づく政府機関として、1958年に設立されました。貿易と投資の促進を目的とした展示会や商談会、セミナーの実施、日本と相手国の理解を深めるための相互交流、あるいは調査、情報収集

とその提供等を事業の柱にしています。

当ブダペスト事務所では1991年に設置されてから今年で6年目、東欧では比較的新しい事務所です。最近の仕事の内、分かりやすいものを具体的にご紹介しますと、昨年9月のブダペスト国際見本市への出展の他、10月にハンガリー展（東京）、11月に自動車部品セミナー（ブダペスト）を開催しました。ハンガリー展では、当国の20企業・団体により食品やテーブル・ウェアを始め、楽譜や検眼技術に至るまで幅広く紹介され、ビジネスマンのみならずこれまで当国に馴染みのなかった多くの方々にもハンガリーに触れて頂く契機になったものと思います。また、この1月に50社を越える在欧日系企業の参加による当地での部品調達商談会、セミナー等を計画しています。が、これらも当国との接点のあまり無かった方々に、ハンガリーとハンガリー企業を少しでも知って頂くきっかけ

になればと考えています。2月にはハンガリー企業8社によるギフト・ショー（東京）への出展も予定しています。

今後、経済の交流を通じて両国の結び付きが一層強められ、理解が深められるよう、努力していきたいと思えます。皆さんのご支援をよろしく願います。

次の質問の答えを考えてみて下さい。

(1) 中・東欧で、外国企業による直接投資累計額が最大の国は？

(2) 当国において外国企業の投資額の大きい分野は工業、通信、そして？

(3) 当国への最大の投資国は？ドイツですが、それでは第二位は？

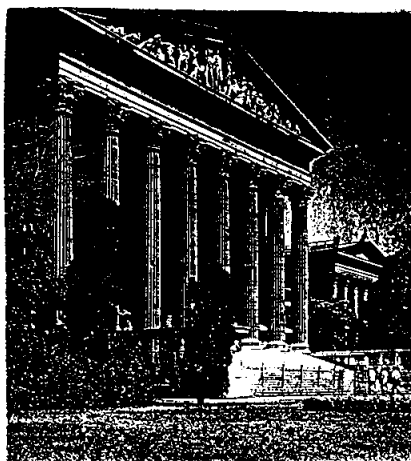
(4) 当国の総輸出額に占める外資系企業の輸出額の割合は、①約3割、②約5割、③約8割のどれ？

* * *

硬いテーマで恐縮ですが、昨年末から外資系の大型ショッピング・モールの開店も相次ぎ、日増しに強まってい

る外資の影響は、皆さんも当地での生活を通じ肌で感じておられることと思います。生活の便利を始め、技術の移転や雇用の創出等のプラス面は誰しも認めるところです。他方、物価の上昇のみならず、無防備にもみえる外資の急激な導入によって国内産業への打撃、さらに国家のアイデンティティーの喪失を招くといった国民の不安をおる観念論に至るまで、マイナス面を指摘する声も事実あります。98年の選挙を控え、本件を巡る各政党の考え方も改めて問われることになるでしょう。そこで今回は、当国への外資の導入がどのように進んでいるのかについて幾つかの数字を紹介し、皆さんの認識を新たにして頂く一助になればと思います（よくご存じの方はご勘弁下さい）。

まず、(1)の答えはハンガリーです。チェコの方が市場経済が進んでいるはずではと考えられた方もおられるでしょうが、95年末時点の当国の累計



額の128億ドルは、ほぼポーランド及びチェコへの投資額合計に相当し、中・東欧6カ国にスロベニアを加えた地域への直接投資総額の約43%を占めます。因みに、同地域における日本からの最大の投資先も、ハンガリーです。

(2)は盲点かもしれませんが、エネルギー産業です。95年末に電力会社等の民営化が進んだことにより、この1月からの電力料金の24.9%の値上げを巡っては、政府当局と外資の間で困難な調整が続けられました。

(3)はGEやGM(オベル)、フォード等製造分野への大型投資により、アメリカです。以下、オーストリア、フランスが続きます。尚、トップのドイツは最大の貿易相手国でもあり、対独輸出は全輸出額の3割近くを占め、95年は貿易相手上位10カ国中で唯一ハンガリー側が黒字を計上しましたが、その背景には徐々に軌道に乗せつつあるドイツ系企業の輸出力があります。

(4)95年に20%に達した総輸出額に占める外資系企業のシェアは、昨年上半年はさらに28%にまで上昇しました。よって③が正解。尚、当地経済誌フィジエロによると、95年の輸出額第一位はオベル。また、ハンガリーの純売上トップ200社の内111社が外資系で、さらにその中で資本の過半を外資が占める企業は98社に上るという調査結果もあります。外資は既に、ハンガリー経済に深く浸透しています。

「1996年度日本人会活動報告」

96年度日本人会会長

大谷 南郎

先般12月7日の日本人会総会を持ち

まして96年度日本人会活動は全て終了致しました。レジャー、運動、文化、ドナウ通信、それぞれにたくさんの方の参加を頂きました。これも一重に会員各位の日頃のご理解とご支援の賜物と厚く御礼申し上げます。97年度も三菱商事小澤新会長以下各理事の方々に對し、引き続きご支援賜りたくお願い申し上げます。なお、各行事についての寸評は下記の通りです。

「室内ゲーム大会」

古川レジャー理事により96年度初行事としてケンピンスキーホテルで行われました。麻雀の部では日頃の修行の成果(?)で鴻上氏見事優勝!

「遠足」

大人も子供も一緒になって自然の中で楽しい一日でした。鱒の手掴みやサイクリングなど。時間を忘れて遊び、帰りの集合時間に遅れる人も…。

「巡回健康相談」

日頃の健康管理でも気付かない事がある様です。検査や相談が日本語で受けられる機会として一般在留邦人や学生の方々の参加が多く見受けられました。

「運動会」

ハンガリー建国1100年と言う記念すべき年に、初の試みとして現地のハンガリー小学生を招待。鹿目運動理事の御尽力により、参加した現地校の生徒に大好評。その後、青年協力隊の日原さんのご協力により子供達の文集が届けられました。日ハ親善に少しでも寄与できたかと自負しています。今後も続けていかれるよう願っています。

「ソフトボール大会」

第1回目は若さで大使館・一般チーム優勝、第2回目は大接戦の末スズキAチームが商工会Bチームを破り優勝カップを手に入れました。

「演奏会」

第1回目は多くのハンガリーの方々にも来て頂き、藤本文化理事のもとリスト音楽院の学生さんにより盛大に行われました。第2回目は、大使館にて小林研一郎先生の講演で同氏の生い立ちを間近で、生で聞かせて頂き感激でした。

「ドナウ通信」

盛田ドナウ通信理事を編集長に皆様のお陰で内容も益々充実。年4回発刊されました。これからも皆様からの投稿お待ちしております。

「総会」

96年度最後の行事として過去最高、総勢220名出席のもと盛大に行われ

1996年12月20日

ハンガリー日本人会会長
大谷 南郎

1996年度日本人会活動報告及び会計報告

(99Ft/Dm)

[支出]	[実績額]	[参加者一人当りの 日本人会負担額]	[参加人数]
1) 室内ゲーム大会 (年1回) (3月9日)	DM. 1,358.-	Ft. 2,240	60名
2) ソフトボール大会 (年2回) (5月12日) (10月6日)	DM. 3,087.-	Ft. 1,273	120名 120名
3) 演奏会 (年2回) (10月13日大使館共催) (10月29日大使館、商工会共催)	DM. 3,045.-	Ft. 1,160	180名 80名
4) 遠足 (年1回) (6月23日)	DM. 8,415.- (臨時会費収入 DM.2,515) (日本人会負担額 DM.5,900)	Ft. 6,563	89名
5) 巡回健康相談 (年1回) (6月24, 25日)	DM. 154.- (1回分)	Ft. 218	70名
6) 運動会 (年1回) (9月7日補習校共催)	DM. 5,327.-	Ft. 3,516	150名
7) ドナウ通信 (年4回) (四半期毎)	DM. 3,055.-	Ft. 1,108	273部
8) 総会 (年1回) (12月7日)	DM. 17,152 (臨時会費収入 DM.5,360) (割引収入 DM.4,552) (日本人会負担額 DM.7,240)	Ft. 3,258	220名
9) 事務局費	DM. 12,000		
支出合計	DM. 53,593 (100%)		

[収入]

商工会より	DM. 38,300 (71.47%)
繰り越し金より (前年度)	DM. 1,468 (2.74%)
日本人会会費	DM. 1,400 (2.61%)
臨時収入	DM. 12,425 (23.18%)

1) ~ 8) 小計

Ft. 19,336.-

婦人

ました。福引き景品としてJALやANA、ベルハウスより航空券など、また商工会及び各社の多大なご協力により、景品総額250万円前後と言う大型福引き大会になりました。関係各社の皆様にこの紙面をお借りして深く感謝申し上げます。

上記各理事及び山地一般理事、酒井事務担当の方々により96年度日本人会行事が滞りなく行われた事に対し御礼申し上げます。

「ブダペスト生活マニュアル」

志治 由利子

ブダペストで暮らし始めて3年半。最近でこそめったに見ることはなくなりましたが、ここへきた当初は、街へ出るにも、ABCへ行くにも持ち歩き、タクシーを呼ぶとき、医者へ行く時には必ず事前に調べたのが、「ブダペスト生活マニュアル」でした。

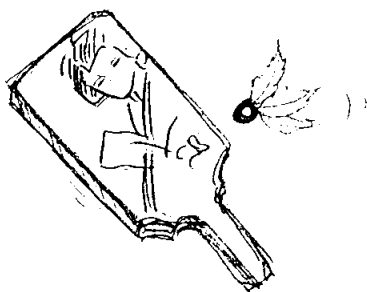
野菜や果物の名前、肉の部位など、毎日の生活に必要なハンガリー語の単語がたくさん載っていましたし、公共機関や公衆電話の利用の仕方なども丁寧に説明されていて本当に助かりました。

6月以来、日本人補習校の保護者有志により改定作業を行って参りましたが、何とか昨年末に改訂版を出すに至りました。現在は、物も豊富になり、英語の通じるお店も増え、以前ほどの

必要性はなくなったものの、ここへきたばかりの方や、日常生活に良く使うハンガリー語が今一つといった方にはお役に立つことも多いかと思っています。ポーラッシュセンターまでが載っているという鮮度の良さが売り物ですが、何といっても目まぐるしく変わっていくこのブダペスト。作業を始めてから、終えるまでの間にも地下鉄料金の仕組みが大幅に変わりましたし、つぎつぎに大型ショッピングセンターがオープンするなど、思いがけないほどの変化で、情報がすぐに老朽化(?)するのではと心配です。

ただ、今回改定作業に一員として参加できて、ブダペスト市内の変わりゆくさまを意識して見たこと、楽しい仲間とおしゃべりしながらいろいろ検討したことなど、心に残る一年となりました。

なお、残部は僅かとなりましたが、補習校などに置いてありますので、ご入用の方がいましたら、ご連絡をお願いします。



新年にふさわしいサラダとぬか漬けの代りになるつけ物を御紹介します。

マカロニゼリーサラダのプロセス

(材料)

さけ缶	1/2個
マカロニ	100g
玉ねぎ	大さじ1
セロリ	大2
パセリ	大1
粉末ゼラチン	10g
トマトケチャップ	大さじ4
粉チーズ	大3
マヨネーズ	大4
サラダ油・塩	各少々
マスタード	適量
レモン汁	少々

(作り方)

①大さじ4の水に粉末ゼラチンをふやかす。

②さけ缶の汁に水を加え、1カップにして鍋にうつし、泡立器でよくかきまぜ、火にかける。

③煮立ったら、トマトケチャップ、粉チーズを加える。

④次に、①のゼラチンを煮とかし、火からおろしてあら熱をとる。

⑤さけ缶は缶から出して、骨を取り除き、細かくほぐしてレモン汁少々をふりかけておく。

⑥マカロニは、たっぷりの熱湯の中で塩少々を入れゆでる。湯あがったらマカロニはザルにとり軽く塩、サラダ油をふり広げて冷ます。

⑦玉ねぎ、パセリはみじん切りにして水にさらして水気を切っておく。

⑧ボールにさけ、マカロニ、セロリ、玉ねぎ、パセリを入れ、マヨネーズ（好みでマスタード）を加え、さらに混ぜる。

⑨小型のパウンド型にサラダ油を塗り⑧を入れる。

ぬかがなくても出来る、漬け物の方法

パンのぬか漬

(材料)

※食パン	10〜20枚
ビール	約100cc
リンゴジュース	約50cc
塩水（濃いめに）	
胃薬（粉末）	なんでもよい少々

(作り方)

①タッパー等密封出来る容器に※を全部入れて手でこねる。

②浅漬けなら半日、しっかり漬けるなら1日漬ける。

③水が上がつてきてぐちゅぐちゅになってきたら、また食パンと塩を入れて混ぜ、何度も繰り返し漬けられる。

(可児)



補習校便り

特集「学習発表会」

ブダベスト日本人補習校は12月21日に終業式を行い、1月5日までの冬休みに入りました。クリスマスからお正月にかけて国外旅行やスキー、あるいは家族水入らずでのんびり過ごすなどそれぞれ楽しい計画があるようです。時代は変わっても子どもたちにとって長期休業は楽しみなものです。

二学期は季節的にも期間的にも最も学習や運動に適した学期であり、子どもたちは充実した毎日を通じてきました。そんな中で準備を進めてきた学習発表会は、とりわけ子どもたちの心に残る一大イベントでした。学習発表会は運動会と並んで出席率が非常に高い行事です。視聴率度外視の教育番組のような学校行事もあるにはあるのですが、学習発表会や運動会はちょうど紅白歌合戦のような勢いで、よほどの事情がない限り例年100%の出席率

を記録しています。成長した我が子がステージの上で活躍する姿を見たいという保護者のみなさんの熱い思いがひしひしと伝わってきます。

この行事は、子どもたちの創造力・主体性が大いに発揮できるという点で、他のものとは性格がちよっと異なります。今年の出し物は何にするか、どのように組み立てていくか、役割分担はどのようにするか、自分たちで決定していかなければならないことがとてもたくさんあります。(ちなみに本補習校の出し物は他の日本人学校と比べてもバラエティーに富んでいるようです。)

運動会が終わってホッと一息つく、と、教員にとって悩みの日々が始まります。焦る担任の気持ちなどにはお構いなしで、子どもたちは自由な発想を繰り広げます。それぞれ素晴らしい想像力を持っていますので、限りなく夢は広がります。しかも、一年前の楽しかった思い出はすっかり頭と心に刻み込まれている反面、苦労したことはそ

の場に置いてきていますから、口を酸っぱくして時間が足りないことを説明しても焦る様子はありません。この子どもたちの怖いもの知らずの発想こそ創造力の源であることを改めて感じさせられます。大人になるに従って、このような伸び伸びとした、一見無茶苦茶な考え方はしたくてもできなくなっていくような気がします。

案の定、本番が近づくにつれて今度はお本人たちが焦り始める番となります。中には練習があと3、4回になった頃になって「先生、何でもっと早くから始めなかったんですか。」などと怒り出す子どももいたりで、思わず笑ってしまいます。しかし「先生、時間が足りないから休みの日もやりましょう。」などと言われると、「休みは休みだからダメ。」などと言ってはおれず、おつき合いますことになります。自主的に級友の家に集まって劇の練習をしている子どもたちもいました。自分たちの課題を主体的に捉え、解決に向けて行動を起こす子どもたち。頼も

しい限りです。

楽しいことも苦しいことも織り交ぜ、いろいろな経過をたどって本番にたどり着くわけですが、平日は全員が顔を合わせることはありませんから、お互いに発表を見合うことでいい刺激を受けているようです。小さい子のかわいらしい発表を見てノスタルジーに浸る中学生。「さすが先輩はやることは違う。」と、感心する小学生。終わったとたん、来年に思いを馳せる子どもも多く、祭りの余韻はしばらく続きそうです。

さて、3月には派遣教員が交代いたします。3年間、保護者の方々をはじめとして日本人会の皆様にはたいへんお世話になりました。この場をお借りして厚く御礼申し上げます。4月には後任者が参ります。今後ともよろしくお願い申し上げます。



学習発表会

二年 田中 香織

わたしは、学習発表会で力太郎をはじめにやりました。わたしはドキドキしました。わたしは、さいしょに人形をうごかしました。そして、いよいよわたしがよむばんです。わたしは、きんちょうしてあるときにまちがえたりとまったり、でもおわたたら「フー」と言いました。でも、また人形をうごかしました。そして、力太郎がおわるとみんな、れつになっておじぎをしました。そしてはくしゅをしてもらいました。とってもたのしかったです。

そして、つぎの学年を見ました。その学年は、4年生の「ちていの王国」を見ました。とってもおもしろいです。ようせいが「たすけてください。」と言いました。そしてたんけんたいがたすけてあげました。そして、ようせいは、金色の玉をたんけんたいにわ

たしていつてしまいました。そして、ころしやがでてきました。そして、ふしぎなこながでてきました。そして、たんけんたいにふりかけました。そして、たんけんたいの二人は、石になってしまいました。そして、のこっていったたんけんたいの一人が玉に「どうか二人をもとにもどしてください。」と言いました。そして、二人はもとにもどりました。ころしやは自分にまほうのこなをかけてしまいました。そして、うごけなくなっていました。そして、そのつぎには、火の川がでてきてそしてたんけんたいの一人が、「どうかこの火の川をわたらせてください。」そして、いきなり火の川が、はんぶんになつてしまいました。そして、たんけんたいは、あるきつづけました。そして、さいごの金の玉に、「どうかちじょうにもどしてください。」と言った。そして、たんけんたいは、ちじょうにもどれました。

そして、さいごの中学三年のは、は

くりよくがありました。わたしは、はじめにドキドキしました。そして、はじまりました。ほしゅう校がホテルのかわりになっていました。そしてホテルに3人のおきゃくさんがでてきました。そしてホテルの人が「もう1人いますよ。おみえなれますか?」「はい。」そして、ホテルの人がかいだんをのぼてへやのドアをあけたらしたいを発見しました。その人は、かいだんをかけおりて3人のおきゃくさんに、言いました。おきゃくさんは、そのへやにいきました。そして、おきゃくさんの一人は、たましいをよびだせるそうです。そして、たましいをよびだしはじめました。そして、なんだかわからない本をだしてよみはじめました。二人の女の人は、「うそ、うそ。」と、てんであいてにしかったです。そして、パソコンを見ました。メッセージがかいてありました。でも、わすれた。そして、さいごにホテルの人が男の人からくすりをもらいにへやの中にはいってもいないのでつくえの中をさ

がしました。そして、ちだらけの手ぶくろがみつかりました。そしてへやに3人つれてはなしました。そして、はんにんはわかりました。それは、金ばつの女の人でした。わたしは、「やっぱり高学年は、すごいなく。」と思いました。とってもおもしろかったです。がくしゅうはっぴょう会は、だいせいこうでした。とっくてもたのしかったです!

学習発表会

二年 平尾 奈々恵

わたしは、力太郎の話でナレーターになりました。そしてわたしがさいしょに出るからドキドキしました。けどわたしはなれてきたらそんなにドキドキしませんでした。主人公の力太郎はなおひさくんでした。

ちていの王国は探検隊がおとしあなにおとされて、ちていの王国に行った話。ちていの王国は四年生がやりまし

た。おもしろかったところは、一人の探検隊が二人が石になっているのを見て、びっくりしたところです。石になっている人がうごかなかったからすごいと思いました。

三年とうげは三年生がやりました。みんな大きな声ではっきり言ったのがいいと思いました。そしてうたも声がそろっていてじょうずだと思いました。おもしろかったところは、三年、六年、九年そしてどんどん数がふえていくところです。おじいさんがころんで、たいこがドンとなったのでびっくりしました。

たぬきの糸車は、一年生が紙しばいをやりました。絵がじょうずにかけていました。読むのもじょうずでよかったです。さいしょのたぬきの糸車と言うところがすごく大きな声で、いいと思います。

一年生から三年生のうたは、さんぼとドレミのうたです。さんぼのうたの中で一ばんすきなところは、さいしょの「あるこう、あるこう」のところで

す。ドレミのうたのとちゅうから一、二年生と三年生は、ちがうパートをうたいました。そんなにむずかしくはありませんでした。いろいろなげきや紙しばいがありました。おもしろい話やかなしい話があったけど、どれもよかったです。

学習発表会

四年 バログ ナターリア

十月のすえにたんにんの仲川先生が「もうすぐ学習発表会だから、何をするかきめよう。」と言いました。みんなでげきにするか、かみしばいにするか話し合って、げきをすることになりました。まずさいしょにみんなで本からおもしろい話をさがしました。いい物語を見つけることができなかったの、仲川先生が国語のきょうかしょにのっている「げきをしよう」を読んでみようと言いました。みんなで読んで

みたら、ちょっとださいお話だったのでストーリーをかえることにしました。まずだい名を「地底の巨人国」から「地底の王国」にかえました。そのあと、いろいろかえたので、ぜんぜんちがう話になってしまいました。大どろろと小どろろも私たちが作りしました。げきのはじまるまえは、どきどきしました。私は、らいねんもげきをしたいとおもっています。

はれときどきぶた

中二 横山 瑠璃

物語を想像して書くのは、楽しいことだ。単に「でたらめ」と言ってしまうとおしまいである。例えば、「晴れときどきぶた」。私は、二年生の時に読んだっきりであったが、最近学習発表会での雑誌作りで思い出した。中二が作った雑誌は、真面目な記事（環境問題）の他に、占い、広告、パロディ

事件などがあり、私が楽しんだのは後者である。勝手な物事を本物らしく書き上げ、公衆に読んでもらうことを私は大変魅力的だと思ったのである。もっとも、うその記事ばかり書いていてもしようがない。そこで小説や、フィクションストーリーがあるのだ。

私に、想像することの楽しさを教えてくれたのは、雑誌のパロディ記事であった。いつか「晴れときどきぶた」みたいな本が、書けたらいいと思う。と思わしてくれたのだ。

そして、私に雑誌を作らせた学習発表会も、そう悪くはないかもしれない。私が、何かを習ったのだから。



随 想

JÓ NAPOT BUDAPEST

須藤 里美

約15年間勤めた会社を退職して、不安と楽しみな気持ちを抱えて一足先に当地、ブダペシュトに赴任していた主人と合流したのは、5月中旬の事でした。

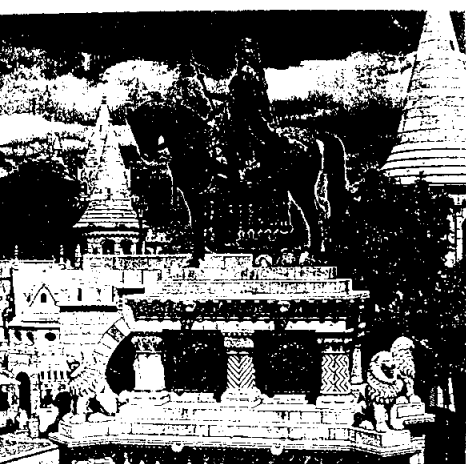
あれから、半年以上が経ち、今年も終わろうとしています。この間に沢山驚いたり、考えさせられたり、感心したり……と。

その事を少しここで、お話させていただきます。

こちらに来て、何と言っても一番初めに驚いた事は物資の豊富さです。東京で事前に読んだ本には、「日本ほど品物は揃っていないのであるべく沢山持参した方が良い」と書いてあったの信じた私は引越し荷物の中にありとあらゆるものを詰め込んできました。

先輩駐在員の方々に伺いますと、物資面が急速に揃ってきたのはここ1・2年のようなので、日本の参考資料の改廃が追いつかない位、ハンガリーは変化しているのだと思いました。また、皆さん同じだと思いますが、ハンガリー人のハートの暖かさにもとても好感を持ちました。

それから、日本に比べて物価の安さの驚きもはずす事ができません。日本よりかなり安いとは聞いておりましたが、まさかここまで……と言った感じでした。日本より高いものは殆ど無い、と断言しても嘘ではないと思います。



でも、何を買っても私達が「安い」を連呼するので、マジャール人の友人がある日「マジャール人にとっては高いです」と言うのを聞き、思わず黙ってしまいました。物価の高い東京での生活に慣れきっていた私達にとっては、何をとっても安いのですが、昔からここに暮らしていた人達にとっては、インフレの波はすごい物があると改めて考えさせられました。

友人のその一言を聞いてからは、「安い」を連呼するのを控えるようになりました。それに、半年ちょっとの間にすっかりこちらの物価に慣れてしまった私は、間違いなく東京では何も買う事ができないと思います。

これから、どんどん変わっていくであろうハンガリーの姿を実際に国内から見る事ができ楽しみに思っています。前向きなハンガリーを見習って、先輩駐在員の皆様方にサポートして頂きながら初めての海外生活をなんとか元気にエンジョイしていきたいと思っています。

ちよつと思ひ出話

青年海外協力隊

鬼塚 禎之（剣道）

私は現在ウィーンとブダペストのちようど中間点にあるジュールという街からバスで30分程離れたジュールザーモイという農村で暮らしております。

ここはドナウ川とその支流に囲まれた中洲でシゲットクズイと呼ばれている地域に位置します。私はこの村では週3回剣道の指導にあたっております。

その他の日は剣道の防具を担いで地方各地をどさ回りのように活動しているのですが、やはりこの村に対する思い入れは格別です。日本から遠く離れた、この小さな村の小さな小学校の、それとは不釣合なくらい大きな体育館で、多くの少年少女が剣道で汗を流している情景を見ると、今でも不思議な気分になります。

ハンガリーでの2度目の年の瀬にあ

たって、今からこの村の子供達とのおちよつと思ひ出深い出来事を書いてみようかと思ひます。村の子供達と私の関係が、まだ、人見知りをする田舎の悪ガキどもといつも仏頂面をした変な東洋人という関係だった頃のことです。

私が活動を開始して1か月もたない頃、スイスのチューリッヒでの剣道大会へこの村のクラブが参加することになりました。父親たちの運転で家用車3台を連ねて、早朝この村を出発しました。車の中には剣道の防具、寝袋、パン、サラミ、チーズ、水、ビール、ワイン、りんごなどいっぱいでした。居場所もないくらいでした。物価があまりにも違いすぎてホテルに泊まることも、外食をすることもできそうになかったからです。

延々と走り続けて日も暮れてしまった頃、ようやくチューリッヒに到着しました。チューリッヒ武道館を訪ねてそこで雑魚寝をさせてもらいました。

翌日は選手登録の時刻までまだ間が

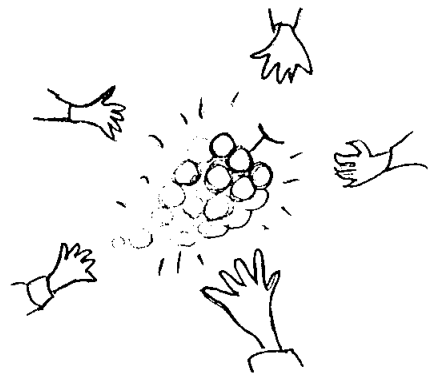
あったので市内を観光しました。バス代ももったいないので、ひたすら歩きました。

子供達はチューリッヒの街を走る車が新しくて高級でピカピカしているのに驚いていました。特にポルシェを見つけるとワーワー騒いでは車を取り囲み、中を覗き込んでいました。一度持主にしかかれてしゅんとしていました。が、別のポルシェを見つけてまた同じことをやっていました。ショーウィンドーにへばりついて離れない子供もいました。湖で船を清掃しているおじさんを見つけて、「手伝うから乗せてくれ！」とハンガリー語で叫んでいました。

何もかもが高くて、ただただ歩いてはワーワー騒いでいるだけでした。チューリッヒの街では、私達はやけにみすばらしく見えました。そんな中にあるのも悪びれた色を見せない子供達を見て、なんだか好きになりました。この時初めて子供達をいとおしいと思ひ

ました。何か甘いお菓子でも買ってあげたくてしょうがなかったのですが、私にはできませんでした。なぜなら、ハンガリーに到着以来豪遊しまくり、トラベラーズチェックも使い果たし、次の海外手当の支給日までスッカラカンの状態だったからです。「いったい俺は何やってんのやろ」と自己嫌悪にさいなまれました。

ちょっと虚ろな気分ですいているときれいなフルーツ店前で子供達が立ち止まってコソコソやっているのが見えました。一人ずつ、陳列されているぶどうに近づいては一粒ずつ盗んで来ているのでした。子供達は私が見ているのに気付いて、ちょっと恥ずかしそうにニヤツとしました。ぶどうをほおばって、とても嬉しそうな顔をしました。私は咄嗟に、「おっ、これは俺の出番やな」と思いました。やっと活躍できる場を得て、虚ろな気分も吹っ飛びました。私は黙って無表情にぶどうの陳列されているところへ行き、驚愕



みに一房盗んできました。ぶどうなんてハンガリーでは珍しくもなんともないもののはずなのに、子供達は急に輝いた目をしてキャッキヤ言って喜びました。私もいい気分になりました。父親達は「子供の前で何してけっかんねん」という表情を一瞬見せましたが、腐っても一応センセイということらしく、何も言いませんでした。

その翌日の試合は惨敗でした。しかし、この時から私達は打ち解け、目に見えないつながりができたような気がします。

子供達は日に日に成長し、厳しい稽古にもよく堪えました。

この子供達が、今春、ヨーロッパ大会のジュニアの部で優勝と3位という快挙を成し遂げ、秋の国内の諸大会では大人に混じって出場し、成人女子の部で優勝（14歳）団体戦でも優勝（14歳2名、15歳2名、21歳1名）するという信じられない結果を残してくれました。来春、日本の京都で開催される世界大会へは、この村から男子2名女子1名が出場する予定です。

私は彼らの戦う姿を見て、何度となく熱い思いが込み上げてきたものです。そして、「私も頑張らなければ」と勇気が湧いてくるのです。

盗んだぶどうのお礼にしては、ちょっともうかりすぎのような気がします。

『とべよ孔雀』を歌って

松山 三恵

皆様、よい新年をお迎えでしょうか？

今回、思いがけずここに書かせて頂く事になりました、約半年前ブダペストに到着し、家のテーブルの上に置かれた「ドナウ通信」をはじめて読んだ時の事が思い出されました。

その中に「夏の思い出」というテーマで、お母様との思い出を書かれた随想があり、とても素敵な思い出をお持ちの方がいらっしゃるのだなあ、と暖かい気持ちになった事をよく覚えています。その後も人それぞれの個性がある文章を楽しむに読ませて頂いております。

ところで、前号で紹介されていました“女性コーラスグループ”の事を覚えていらっしゃるでしょうか？女性十三人が集まり、高橋美智子先生の指導の元、コーラスの練習をしたり、音楽史

の講義を聞いたりしているのです。私も仲間に入れて頂き、楽しい時間を過ごしています。もちろん私も「ソロではちょっと」と言う奥ゆかしい性格

(実力の程)の持ち主ですので、仲間の声にまぎれる事幸いに、一人悦に入って気持ち良く歌わせてもらっています。時々、音はずしてしまっても笑って許して下さる(「顔で笑って:」)でしょうか?)先生や仲間の思い出や、日常の雑事から離れてひととき、耳をすませてハーモニを合わせる努力をするのも良いものです。なにしろ家で「アー」と練習でもしようものなら、あちらの部屋から「やめてよ!」と子供達の声が飛んできますので。それともう一つ、ハンガリーの歌を知る事が出来るのも嬉しいことです。日本でどの位ハンガリーの歌が歌われているのか分かりませんが、遠い異国の歌として歌うのと、ここに住み、日々風景や季節の移り変わりを目にしながら歌うのではやはり違いがあるの

ではと思います。

また、哀愁を帯びたメロディーは日本の民謡とも似ている所があるようにで親しみを感じます。

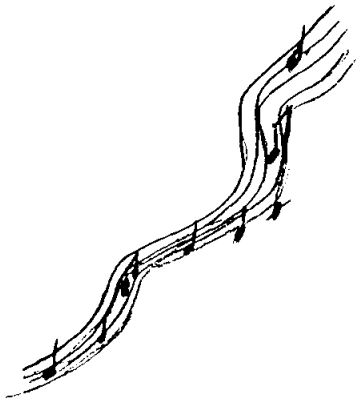
中でも印象に残るのは、“Rózi” Dive Rózi、飛べよ孔雀、という歌です。ずいぶん古くから歌われている民謡のようですが、政治犯として囚われの身になった人々が、空に羽ばたいてゆく孔雀に託して自由を求める心を表したものだそうです。コダーイ・ゾルトンが1938年頃にこの歌を元に管弦楽曲を作っているのご存じの方もしらっしゃるかもしれません。

彼は古いハンガリーの民謡を集め、それを元にハンガリーの音楽を作ろうとした人ですが、彼の考えでは音楽には人々に伝えるメッセージがあるべきであり、彼にとりそれは、自由と解放を求めることであつた様です。

孔雀の歌も囚人の歌というだけでなく、全てのハンガリーの人々の他国の支配からの解放を願う思いが込められている事を思うと、重苦しい旋律と共に

に、この国の辛い歴史が心に響いてきます。そして、島国である日本とは全く違った歴史を持つ国があることを改めて感じます。わずか9小節程の短い歌ですが、歴史の解説を読む以上にその時代を生きた人々の心を実感させてくれる音楽の力を認めずにはいられません。その他にも自然の歌、恋の歌など、いつか日本に帰った後も、ハンガリーでの暮らしにうるおいを与えてくれたものとして、いつまでも心に残る大切な思い出になることと思います。

最後に、日本大使主催の新年会で私達の歌を聞いて下さった皆様。有り難うございました。



孤児院を訪問して

渡邊 節子

クリスマスも真近に迫った十二月十七日、『マールナの会』で、ハンガリーの孤児院を訪問しました。それに先駆けて十一月十九日に、訪問の為のバザーを開催しました。自分達でペイントしたハンガーやケーキを焼いて売ったり、家のタンスの中で眠っていた洋服など沢山皆が持ち寄りました。当日は大盛況で大勢の方が協力して下さい、収益も上がり孤児院に持っていくための古着・雑貨等も集める事ができました。

こちらの孤児院は、薬物中毒や貧困など様々な事情で子育てのできない親から子供を預っているそうです。私の訪問しての第一印象は、清潔で暖かい雰囲気だなあという事でした。クリスマスのリースが沢山飾られ、おやつを保母さんと作ったりして子供達は皆楽



しそうでした。私達の側にそっと近寄ってきて手を握ったり、膝の上にチョコンと座ったりするあどけない笑顔を见ていると、何かホッとする思いと共に、一番甘えたい年頃に両親と離れているという事は、寂しいのだろうかとも思いました。

今回、私達は、物質的な面では、少しは子供達のお役に立てたと思います。でも次回訪問する機会があれば、何かもう少し違った形で訪問できればなあ、とも思った一日でした。

文化

オペレッタの楽しみ

横山 勝雄

オペラのここブダペストが初めてく
らい音楽音痴だった小生がひょんなこ
とから、オペレッタ（＝OPERA、劇
OPERETTA、喜劇OPERETTE）の虜になっ
ている。紹介したくもあり、はたまた、
自家蒸籠中としたくもある。エエーイ
！究極のボランティアかお節介か、皆
様のOpportunity Loss忍びず、一筆つ
かまつる次第。

1 初めてのメリーウイドウ

95年9月、たまたま子供がアメリカ
ンスクールの秋旅行でいない。家内は
当地でパフォーマンス見るのも初めて
の頃。何でもいから夜夫婦で街に出
よう。英語案内誌の「パノラマ」か「
プログラム」で探したら、オペラが無

くて、「Operetta」という項目に、
Merry Widow(陽気な未亡人)・喜劇Die
Lustige Witwe、ハA Vig Gzevgy)とい
うのがある。何か前に聞いていたよう
な気がして、切符屋へいったが直接
Operetta劇場へ行けということらし
い。買って夜行ってみた。

歌・音楽、演劇（コメディ）、踊
り、衣装、舞台がバランスがとれてい
て、陶然とした。ぐんぐん引き込まれ
た。パリはボンテヴェドロ（架空だが
南スラブのモンテネグロをイメー
ジせる）王国大使館の物語。大富豪未
亡人ハンナ役のカロチャイ・ジュジャが
絶品。歌良し、劇良し、スタイル良
し、気品あり。また、恋の鞘当てをし
て最後にハンナのトリックに引かか
って愛を告白するダニロ伯爵役のヴィ
ラグ・ヨージェフがこれまた、長身声
良し、なぜか日本の吉幾三にちよい似
で時々吹き出しそうに。曲中に要所に
出てくる二人の踊りと二重奏（メリイ
ウイドウワルツ）は曲だけ聞いた方も
多いのでは無からうか。

恋の鞘当て、絡みは、大使夫人に言い
寄るフランスの伊達男との「火遊びは
やめて」の歌や、小型コミカルプリア
（準主役…仏語で「スプレット」とい
う。）であるオルガ役のオズワルド・
マリカと複数の館員の間でも。オズワ
ルドのいきが良く舞台狭しと踊りまく
る様には、観衆一同惜しめない拍手。

また、大使役のコーシュ・ヤーノシ
ユ、クロモウ役のベンコーツィ・ゾル
ターインら脇役も個性とユーモアがあっ
て目を離せない。ほかに、ダンス専門
の人達のセクシーな素晴らしい踊りも
ある。面白いのは、1曲が終わったと
ころで幕中でもブラボーがかかったり
拍手が入ること。またその後サービス
で、短いリピートを入れながら次に進
行していくことがオペラとの大きな違
い。中規模の劇場の観客と舞台が一体
の感じを十分味わえる。また、作曲家
はハンガリー人のレハール（Johann
Strauss）。1905年ウィーン初演。
話が大変良く練られた一品。

96年1月には、ハンガリー国立ブダ

ペスト・オペレッタ劇場の日本公演が東京、大阪を始め8都市で開催され好評を博したとのこと。小生当地で計3回見た。一部出演者が「裏番組」の日もある。知人と見てその方がウィーンのフォルクスオーパーの同演目の日本公演のビデオを送ってきてくれたので見たが、遥かにハンガリーのシネタール・ミクローシュ監督の舞台が良い。

2 チャルダッシュの女王

(Csárdas Királynő, 姫Csárdas Queen)

昔ドイツにいた方がこれがいいというので、96年5月に日本のお客さんとタリア劇場に行ってみた。人気がある。やはりハンガリー人の作曲家カールマン (Kálmán Imre) の名曲のこと。ザドン・アンドレアというパンチの効いたおぼはんがプリマ役であるシルヴィアに、チャルダ (娯楽劇場) の人気女優シルヴィアが青年貴族エドウィンと結ばれるまでを、身分を超えて婚約契約書にサインしたところで、やはり



もと同じ身の上だった母親セシリアが反対して別の高貴な女性を決めているとして暗転するが、時日経過の後ボニ伯爵の「いい人」ということで身分のバランスをとった上で、再度アプローチ。今度は、それぞれのいい人が入れ替わってハッピーエンドに。

大変テンポのよい軽快な歌と踊りが決め手。ボニたちが踊りながらの「Let's dance」で始まる曲は要所で繰り返されるメインテーマのひとつ。ジプシー楽団が生演奏でこれを盛り上げる。11月に再演の予定で楽しみにしていたら、このプリマのご主人が他でやろうと持

ち出した大道具・衣装のことで訴訟となったとのこと、流れてがっくり。なお、この一団は、以前オペレッタ劇団を飛び出した別派とのこと。再起が待たれる。

ところが12月に入って、本家オペレッタ劇場で新演出で初演。回転式の舞台と、新しい衣装でやや現代的雰囲気が入っている。個人的には最初に見たものの伝統的な方が好み。しかし、お好みのジュジャ (前出) が主演女優。主演男優皇太子は若い人コバーチハジ・イシュトバン。副主演ボウニ役のツエーレ・ラースロー、スプリットのスタージ役のマリカ (前出) が大変興味ある演技で秀逸。

作曲家カールマンは、ブダペストの王立音楽院 (現リスト音楽院の前身) で、あのバルトークやコダーイと同級だったとのこと、そのときの勉強のせいで、その曲・音楽は大変しっかりしているとのこと。1916年初演。なお、このオペレッタ劇場は、1894年オープンのパラエティ専門劇場「

ショモツシー・オルフェウム」の跡地に建てられ、1923年からオペレッタ専門劇場（「エルジュベート」などのミュージカルも上演・上映日要注意！）として愛されているとのことだが、この前身のこの劇場こそは、当チャルダーシュ第1幕の舞台となった娯楽劇場であるそうです。

3 伯爵令嬢マリッツァ (ハMarica grófnő, 狹Graaffin Marica, 狹Countess Marica)

たまたま当地で講演を頼んだ方へのお礼にHPC職員が用意したのが、ジプシー演奏のCDと、この演目のオペレッタのCD。「これは私は、曲として、一番好きなオペレッタです。」伺ってみると、ウィーンに長く住み、日本オペレッタ協会の評議員とのこと。これは見ずんばおかず。10月某日某邦人とゴルフへ行った足でシャワーも浴びずカレーをぶっこんで、一緒にオペレッタ劇場へ。

これは秋に見るのがよい。第1幕の

舞台装置が秋の紅葉の森の中のお屋敷を舞台としている。同じくカールマン作曲。話の筋はやや単純だが、やはり身分違いの二人が最後に結ばれるという物語。伯爵令嬢マリッツァと同家の不動産管理人を勤めるペーターは相思相愛だが、身分の違いが如何ともしがたい。そこにボジョー・ヨージェフ演ずる滑稽な貴族ズバーンが言い寄る。

この演技は見物。思わず明るい気分になれること請け合い。令嬢の侍女リザがペーターと師弟の関係でこれは伏せられている。結局大金を親戚からもらえて、貴族の位を買って目出度く結ばれるのだが、この間に、金銭にまつわる手紙の誤解があったり、ズバーンとリザが結ばれたりのいつもの愛・恋の絡み劇。

マリッツァの入場曲がまず良い。またマリッツァとズバーンの踊り曲も軽快で楽しい。ペーターの愛の告白的なBei Cigarenも客席でも小声で歌う人があるほどの愛唱歌。なぜかカンカン踊りもあり、某邦人は次は最前列で見た

いと一言。ところが、図らずも私個人は、11月客用に4人分と取った席が2枚だけ最前列。先輩者お二人に譲ったつもりが、おひとりの方の勘違いで私も最前列に座る榮譽に浴した！結局むしろ今まで比較的遠くで見ていたジュジャを至近距離で見ることが出来て、熱が高じた。こんな熱なら結構なことだ！1924年の作品。

4 サボイ家の舞踏会 (狹Ball in the Savoy, 他は略)

紙面の関係で超短く。作曲はやはりハンガリー人ABRAHAM PÁL。この12月にマチネを拝見。ミュージカルへの移行期の様子。タップダンスが楽しい。

5 エピローグ

いろいろの巡り合わせでたまたまブダペストに生活している。そしてまたいろいろの偶然とか人のつながりの中で、ひとつの芸術というか大人の娯楽に巡り会った。ハンガリーの人達から楽しんでいることが良くわか

る。笑ったり、口ずさんだり、芝居小屋のように舞台・客席が一体になっている。ハンガリーとその国民が、このオペレッタ芸術をよくぞ計画経済時代に保存・維持し、かつこの市場経済化への急速な移行という疾風怒濤時代に発展させてきた。有り難う！しかも、主演プリマドンナのカロチャイ・ジュジャは名花の盛り。我が幸運なり。これからも日本公演が予定されているというものの日本では20〜40倍の値段になるそうだ。人生は短し。各々がた、お楽しみはお早めに！

ここに来て 君と出逢えた

オペレッタ

参考：OPERA SZÍNHÁZ の住所等

1065 Budapest Nagymező u. 19.

Tel: 1532-172, 269-3870

切符は、同劇場と、その並びのu. 17. に専門チケットオフィス(3320-535)があります。

日本人会・商工会・日本大使館主催

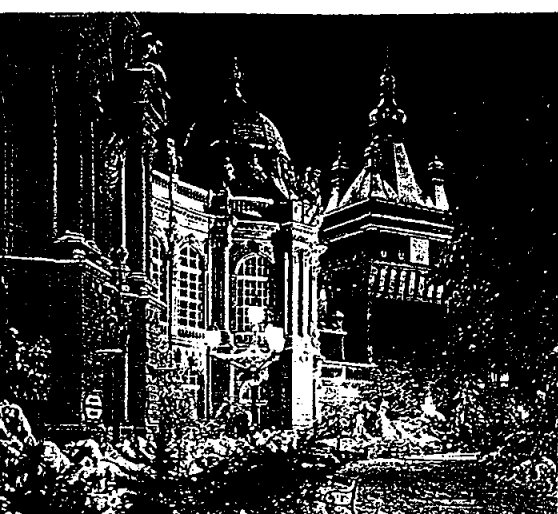
マエストロ小林を囲む会

講演と音楽の夕べ

去る11月29日(金)、小林研一郎さんを囲む講演と音楽の夕べが開催されました。当日はいくつかの行事が重なり、この会に参加できなかった方もあり、この誌面においてご報告を兼ねて、マエストロ小林の当日のお話をご紹介いたします。

会は第一部が音楽の部で、ハンガリー国立オーケストラのメンバー10名とピアノの加藤洋之(ケルン在住)さんによる小曲が披露されました。ファゴット、オーボエ、ビオラ、クラリネット、バイオリンなどのソリストたちが、それぞれピアノとの合奏を披露してくれました。加藤さんにはほとんど事前の打ち合わせなしで、ぶっつけ

本番で合わせていただきました。晩秋の夜、70名強の参加者は静かに響く音色を心ゆくまで楽しんだ様子でした。一部のプログラムの後、大使館提供によるビュッフェの軽食があり、続いてマエストロ小林の「私が歩んできた道」と題する講演がありました。以下にご紹介する講演概要は、JICA岸本さんが録音された講演記録を、同じくJICAの横山さんが起こしてくださったものです。



「私の歩んできた道」

小林 研一郎

植物人間、透明人間

私は無神論者ですが、自分の才能以外に、神・女神がついているような気がします。宇宙のエネルギーは植物に、人間を支えなさいという使命を課したかのように、いろいろの形で植物はわれわれの生活に潤いを与えている。自己主張せずに、ひっそりと、自分の音を出している。これは、絶妙な生き方といえる。私も個性を抹殺して生きてきたわけではなく、自然とこうした植物人間・透明人間のような生き方をしてきたのではないか。これが指揮者として長生き出来てきた理由かもしれない。

生い立ちと音楽との出会い

福島県小名浜生まれ。潮騒で目を覚めます。からたちの花。蜩。とんぼと大自然の中で育った。祖父は記憶力が良

くどの部分からでもお話を繰り返せた。父は体操の先生。若い頃音楽家を志す。このことを父の告別式で知る。

5才の時、父が弾いてくれた「月の砂漠」で音楽に目覚め、涙が出て、音楽家になりたいと思う。それからどんな音を聞かせてくれとせがみ、また音あてをした。9才で聞いたベートーベンの第9に感動。作曲家になろうと思った。一生をかける価値がある。母は小学校の先生。謄写版の5線譜の紙をもらった。啄木の詩に曲を小5の時につける。月光の曲をモチーフにする。「東海の児島の磯の白砂に吾泣き濡れて蟹とたわむる。」を（当日も）ピアノで弾き語り。この他自作子守歌も演奏。

小・中学校の講堂の使用禁止のピアノで練習。あたりは真っ暗。だから作曲した曲は暗いが多い。暗いとうとうしても暗くなりますよね（笑）。父の反対があり、早朝起きて、手回しの蓄音機で第9を何度も聴いた。でもこのハンディキャップが逆に曲への集中力

などを育てた。父は私が、足だけ早かったものだから、県の100m・幅跳びの記録を持っていたりしたので、困難な音楽の道よりは体育運動をと考えてでもいたのではないか。ところが、中2のときNHKの作曲コンクールに入選・ラジオで自作の曲が流れて初めて父もわかってくれた。ピアノを購入してくれた。それから、毎週朝3時に起きて東京の先生を往復したりした。芸大に入る。

芸大時代

前衛の走りの時期。混沌の時代。自分として生きるためには、ベートーベンとかブラームスとかに光を当てていこう。それで、作曲科を卒業して、再度、指揮科に入り直した。詰め襟の高校生に混じって、受験勉強し直して、29才で卒業。ところが音楽の世界に29才の壁。ここまでに世に出ている必要。その後東京交響楽団副指揮者などしていた。

ブダペスト国際指揮者コンクール

34才のとき、音楽雑誌でブダペスト国際指揮者コンクールの募集広告があって、年齢制限が35才であること発見。しかし、発売時にもう申し込み締め切りを4日すぎている。その時玄関ピンポーン。客人が結婚の報告。この話をしたら、この友人がハンガリー大使の子息（作曲家都倉俊一氏の弟）を知っているとのこと。早速連絡を取ってくれて、大使夫妻が委員会に出向いてくれたが日本人が既に7人もエントリーしているし、駄目だとのこと。しつこく大使夫人がもう一度。これでOK。

45曲・45時間分の曲を1カ月ちょっとしかない。でも1カ月ちょっともある。出来るじゃないか。月の光で楽譜を勉強したこと。記憶力は将棋4段でも培った。ゴルフの誤申告も簡単に発見。曲を猛スピードで暗譜して乗り込む。審査員20人。参加者55人。セビリアの理髪師。大きい声で最小限の指

示。止められないでやっていくうちうに楽団の人も喜ぶ。1次試験パス。途中詳細は時間の関係でまたの機会に。最終審査はボザーイの新曲を一晚で勉強。上げ潮（2次3次をパスしており）の状態。なにもかもうまく行く。これとベートーベンの田園交響曲。初めてドナウを見たときに、「美しき青きドナウ」の今までの弾き方変えねばと思った。弾き方の深み。風呂を溢れさせた晩。オリンピックホテルからの通う田園風景の美しさ。世の中でこんな美しい音があるのかなと言うような音が流れてきた。いい係わりを楽団員と育めた。

126人全員が国会に嘆願書

30数年勤めた前の常任指揮者ヤーノシュ・フェーレンチークさんが亡くなった後、2年間の空白をおいて、国は2人を指名してこの中から選ぶことを指示。ところが、交響楽団126人全員が国会に嘆願書を出して、われわれ

は小林とやりたいと。国がやむを得ないと言うことで、アクセプト。東洋人（いわゆるアジア起源同士という意味）が礎の中にある。あうんの呼吸。自分の心のひだからの独特のシグナルが彼らの体の中でうまい具合に加味されて、独特な巧妙さで音に響いていて、聴衆にぶつかっていく。これが先ほど言った透明人間のような絡みのところ。実に柔らかな心でうまい具合にやっている。何か彼らの音もいつの間にか、私なりの思いの中に変化している。心の中に溶けいっていくようなほのぼのとした弾き方。もちろんドラマチックになるときもある。東洋人同士のいい意味で切磋琢磨がいい具合にいい時期に。第9の中でゲッテルフンケン神々の火花がスパークしていったんじゃないかとそんな風に思います。今日は人生の一端を紹介。機会があれば、また喜んで皆様にお目にかかりたい。同交響楽団は経済的には苦しい。スポンサーなど協力援助願いたい。

スポーツ

『ゴルフ上達へのヒント』

鹿目 俊郎

96年は私のゴルフ人生で最良の年となりました。ゴルフを始めたのが12年前、何度も止めようと思いましたが。思い通りに行かなかったり、ブランクを強いられたり、嫁さんの反対に合ったりで、皆さんも同様の経験をお持ちのことと思います。

そこで、3点程是非お試しください。①ウォーム・アップ、②集中力、③反省、です。すなわち、ティーオフの前に試打、アプローチ、パットの練習を常に心がけ、身体を暖める。ラウンド中は球を打つことに没頭し、良いショット・パットをする事だけを心がける。ラウンド終

了後、何が悪かったのか反省し、ペトナ・ヘジィへ直行し、矯正を試みる。

以上の3点を継続すれば、どなたでもレベルの向上は可能となり、日本人会コンペはますますおもしろくなるかと請け合いです。

技術面では、ひたする基本に忠実に、シンプル・スイングを心がけてみてください。簡単な図解付きゴルフ解説書を一冊だけ買い、それを依り所とします。ニコラウス、レッド・ベター、金井清一、誰のものでも構いません。しっかりとセット・アップをし、ブーンと力強く最後まで振り切ってみましょう。



最後に、2点ほど心掛けについて付け加えたいと思います。一つは、家族の理解を得る努力をし、練習とラウンド数を増やすことです。私の場合、ゴルフとスキーを除けば、運動する機会ほとんどなく、健康に支障をきたします。家族は、私が健康で生活費を捻出するため、未永く働き続けるのを望んでいます。芝生の上で歩き、良い呼吸をすれば身体に良く、フラストレーションが解消されれば精神的にもプラスです。二つは、小澤さんや小林先生のような熟練したゴルフアーと共に回らせていただき、アドバイスを受けるが、長所を盗む事です。96年のゴルフが充実していたのは、小林先生の芸術的かつ端的なアドバイスをいただき、それを実行しようと試みたからに他なりません。97年をさらに充実した年にするため高めの目標を掲げ、共に日本人会を盛り立てて行きましょう。

バルセロナの秘密

盛田 常夫

国際交渉力の欠如

このところ、日本のスポーツ界の国際交渉力を疑わせるような事態が続いている。ワールドカップの日韓共催決定や、その後の開催会場数決定などの一連の国際交渉のなかで、いったい日本サッカー協会がどれほどの交渉力を発揮したのであろうか。事の成り行きをみてみると、すでにFIFA（国際サッカー協会）内部で事前に決定されていた事柄を、強く押し返すこともなく、そのまま承ってきているようにみえる。これではまるで子供の使いだ。巨額の資金をばらまいている割に、日本の交渉力が弱いと感じるのは私だけではない。

それもそのはず、FIFAにはアジアから選出された理事で、韓国の実業

家がいる。それも元サッカー選手でも何でもない。語学が堪能なビジネスマンがFIFAに常駐し、毎日裏交渉しているのだから、会議の度に、押っ取り刀で語学もできない日本の元サッカー選手がこのこ出かけても、勝ち目がないわけだ。最初から、お金の使い方を間違っている。日本のスポーツ界が国際的な舞台で日本の主張を通そうとするなら、まず国際交渉を担当する優秀な人材をスカウトすることから始めなければならない。しかし、それが分らないところに、日本のスポーツ社会の根本的な問題がある。政治家をどれだけ後援者に付けても、国際社会では通用しない。

すべてに世界には古いしきたりや、慣習があり、外からは口出しできないのがふつうだ。とくに日本のスポーツ界は学校スポーツを基礎にしており、専門性以外の封建的な人的関係が幅を利かせている。その後進性は目を疑うばかりだ。その典型は柔道。

欧州が以前よりカラー柔道着の使用を要請していたのにもかかわらず、日本は一途に白にこだわってきたために、すでに周りは四面楚歌の状態だ。遅まきながら、カラーの畳や、ズボンにカラーラインを入れた試作品を発表したが、時すでに遅し。後手後手に回った付けは重い。柔道界などはもっとも国際化に不向きな世界であるが、すでにインターナショナルなスポーツとなった以上、世界的な普及戦略が必要なのは言うまでもない。かのウィンブルドンですら、時代の要請から白の強制は断念している。

残念ながら、国際的な活躍できるような人材は柔道界にはいない。とすれば、外から優秀な人材を迎える以外にはないではないか。そこにお金をかけなければ、日本の柔道界は欧州に従うほかに道はない。

同じことはオリンピックへのプロ野球解禁についてもいえる。アマ球界の山本理事長は、「オリンピックへのプ

口の参加は野球の普及につながらない。日本はプロの参加は必要ない」という。今時、プロの魅力のないスポーツ人口を増やすなど考えられない。

プロにも欠けるプロ精神

野球にはプロがあるから、柔道のように後手後手に回ることもないだろうと考えがちだが、清原F.A.のごたごたをみていると、日本のプロ球界も本当に経営者がいるのかと疑ってしまう。

清原をとるなら、落合は要らない。これは野球の論理からみても、ビジネスの論理からみても明らかだ。高々112年しか働けない。それも「打つだけ」という選手を、2億円を超える年俸で雇っておく意味はない。ところが巨人のフロントはこんな単純な論理を通すのに、右往左往している。「早く結論を出してくれなければ、再就職に影響する」という落合の議論が正論。いったい巨人のフロントにはどんな人材がいるのだろうか。

それにしても、清原も甘えている。

「11年前のドラフトを謝って欲しい」というのは、もうプロの言葉ではない。それを受けて謝る巨人のフロントも馬鹿だ。人を採るのも、解雇するのもビジネスだ。それを論せないフロントは情けない。

西武に行ったことで、西武の全盛時代の主砲として、十分すぎるぐらいの待遇と結果を得たはずだ。謝る必要があるのは、一度もタイトルを取れていない清原自身だ。まず西武のファンに謝ることが先だ。「11年間、身に余る高給をもらっているながら、一度のタイトルを取れず、ふがいない成績で終わってしまったことを謝ります。ここは心機一転、別の球団で野球人としての後半を期したいと思いますので、ご容赦ご勘弁を」と。

余りに日本的な

このところ日本のマラソン界は人材が払底している。それにしても悔やまれるのはロサンゼルス大会の瀬古、バ

手には、失敗に至る伏線がある。その両者に関係しているのが、日本陸連の強化委員長だった小掛照二。

小掛といえば、メルボルン大会前の三段跳びで、日本人で初めて16メートルを超え、メダルの期待がかかった選手であった。この頃は、自由形の山中毅、平泳ぎの古川勝などの懐かしい顔ぶれが、日本を代表する選手だった。

ロサンゼルス大会当時、瀬古は早稲田の中村監督とマンツーマンの生活を送っていた。瀬古の成功も失敗も、すべて中村監督との関係があったからこそ。しかし、ロサンゼルス大会は失敗だった。事前の調整ミスで、大会直前にアメリカ合宿からいったん日本に戻るというミスまで犯している。調整のミスと時差の影響で、まったく精彩のない走りに終わってしまった。

それに加え、小掛が馬鹿なことをした。日本のもう一人の代表は中山。中山は日本のスポーツ界では珍しい自己主張を通す選手として知られていた。代表選手に決まってからも、瀬古は中

村監督と練習スケジュールをこなし、中山も自分で練習をこなししていた。ところが、小掛は日本の代表選手が仲が悪いのは困るというので、選手村に入ってから、瀬古と中山を同室にするという決定をおこなった。団体競技ではあるまいし、まさに学校スポーツの合宿精神である。

本番に控えて、自らの精神的な緊張度を高めなければならぬ時に、今まで一度も一緒に生活したこともない他人と生活しなければならぬ疲れを考へられないところに、小掛の無神経さがある。

どうして「こけちゃいました」のか？小掛が強制した単純な集団主義。それは再びバルセロナ大会の悪夢の呼び水となった。夕刻出発の男子マラソン。先頭集団にいた谷口が、給水所でドリンクを取り損ね、もたもたしているうちに靴を踏まれ、靴を探すのに右往左往していた光景は多くの人の記憶に残っている。なぜ、あのようなら

たつきがあったのだろうか。ドリンクを取り損ねたのも、靴を探すのに時間がかかったのも、「色つき水中メガネ」のためだ。

日本のマラソン選手は男女とも、最初から奇妙なメガネを掛けていた。マラソンコースに注ぐ西日にたいする小掛強化委員長の発案だったらしい。ただし、自己主張の強い中山選手だけはメガネなしだった。慣れない物を装着することが、かえって邪魔になるからだろう。

マラソンに水中メガネ。谷口の失敗はここにある。慣れない水中メガネによって、視界は著しく狭められていた。だから、ドリンクの取り損ねがおき、靴を探すのに右往左往した。私の記憶が正確であれば、靴が見つからないので、谷口はメガネを投げ捨てている。誰だって「色つきの水中メガネ」で捜し物をしてもらえない。見つかる物も見つかりません。あのタイムロスがなかったなら、谷口はメダルをとっていたであろう。

くだらない発案を押しつける小掛の責任は一番大きい。それをそのまま受け入れてしまう選手も未熟だ。水中メガネでなく、ふつうのサングラスだったらもっと結果が違っていたはずだ。全員、同じスタイルを採用するところがきわめて日本的。なぜ、自分で考え、自分に適した方法を探らなかったのだろうか。

スポーツ界に限らず、ビジネスの世界でも、日本人が必要とし、欠けているものは、自分自身にたいする自信と、それに裏付けられた自己主張であり、それをユニヴァーサルな論理で国際的な場で試す経験である。スポーツの世界の出来事は、日本社会を写す鏡として肝に銘じたい。



スイミング上達のポイント（その3）

あらゆるスポーツで同じことがいえますが、上達しようという気持ち（向上心）がなければ、絶対にうまくはなりません。テニスでもゴルフでも、一つのフォームを固めるのに、2-3年はかかります。それもどれ位の頻度で練習するかによって、違います。何年やってもうまくならない人は、向上心と忍耐力が足りないために、フォームを改善しようとする努力がない、したがって練習量が足りない、良いアドヴァイスを得えられない、良いアドヴァイスをもらっても矯正する努力が足りないなどの共通した問題を抱えています。

もちろん、うまくならなくても楽しくやればそれで結構という人もいますでしょう。でも、やり始めたからには綺麗なフォームで、力強く打ちたい、泳ぎたい、他の人よりは少しでもうまくなりたいと思うのがふつうです。

しかし、それには努力が必要です。

水に慣れる

水泳は水との闘いですから、スポーツのなかでも特殊なものです。水の中では呼吸ができませんから、とにかく水に慣れ、たやすく呼吸ができるようになるまで水に慣れることが必要です。これだけでも、毎日プールに通って何ヵ月もかかってようやく可能になります。ふつうの人はそこにたどり着くまでに、諦めてしまうのです。

水に慣れるポイントは次の通り。

まず、水泳ゴーグルを着ける。水の中の視界を確保できることで、人は安心感を持つことができます。上達するにしたがって、自分のフォームをチェックしたり、クイックターンで距離を測る場合にも、目測が大切です。したがって、ゴーグル着用は上達の基本条件の一つです。水泳キャップをしない選手はいますが、今ではゴーグルをしない選手はいません。

次に、耳に入る水を出す方法を身に

つけることです。泳ぎたいが、耳に水が入るから怖いという人が多いのです。私も、ここに来るまでは小学生時代からほとんど泳ぐ機会はありませんでした。その理由の一つはこれにあります。ふつう、病気でない限り、耳に入った水は簡単に取れます。いちいち取らなくても、泳いでいるうちに取れることもあります。耳の中は強い圧力で保たれていますから、この圧力が弱くならない限り、水は奥まで入りません。両腕を前に差しだし壁に着け、頭を前方に勢い良く振ります。何度かこれを繰り返せば出てきます。どうしてもでない場合は、再度、水に入り、水の中で1回転します。その間に水が取れるか、あるいは再度、水が入りますから、そこでもう一度、頭を振って水を出します。

少し水が残っていても、痛く感じないなら問題ありません。そのうち、蒸発します。ただ、痛い場合は、再度水の中での回転動作を繰り返し、さらに水を入れて、それから出します。

たいていの場合はこれで済みます。風邪を引いている時に、耳に水が入ると、耳の中の圧力を調節できないために、奥まで水が入ることがあります。

この場合は要注意です。

それから、水の中で息を吐くという癖を付けます。これはどの泳ぎでも原則です。背泳ぎでも、水中動作では水をはきながら浮き上がりますし、クロールの場合この動作がないと、長距離を泳ぐことはできません。「水中で息を吐く」、これは水泳での呼吸の基本なのです。呼吸がうまくできない人はたいていこれができていません。

上半身で泳ぐ

やたらに足をばたつかせたり、頻繁に腕で水を掻くのに、その割には進まないという人が多いのです。ほとんどの場合、腕の掻き方が間違っていますし、上体と下半身の動きが調和していないのです。こういう場合は、いくら力を入れても、推進力は付きません。

それどころか、早く疲れてしまい、泳ぐのが嫌になってしまいます。

どのスポーツでも、変なところに力が入っていると、うまくならないばかりか、力のロスが大きいものです。水泳の場合、泳ぎによって違いますが、少なくともクロールと背泳ぎの場合、上体の使い方、つまり腕の振りと上体の動かし方が、7-8割の重要性をもっています。足の動きは二の次です。まずこのことから理解する必要があります。

クロールの場合、足をいっさい使わず、上体だけで泳ぐ練習を繰り返すことを奨励します。太股に瓢箪型の浮きを挟み、正確なストロークで泳ぐことを心がけます。初めは大きな浮きを使い、慣れてきたら浮きを小さくし、最後には浮きなしで同じ練習をします。

この練習によって、上体の正確な動きが修得できます。正確なストロークをおこなわないと進みませんが、いったん修得すると足の動きなしでもかな

り速く進むようになります。大きなストロークを心がけるのですが、水の中で腕の動作が最長になるように、腕を掻き切るのがポイントです。

背泳ぎの場合も、腕の動きでほぼ7割が決まります。肩の回し方の修得、水中での腕の使い方、修得できれば、ほとんど足を使わなくても進みます。背泳ぎを始める場合、バサロ（水中背泳ぎ）から練習するのも面白いです。両足を揃えて、足をイルカのように振って、水の中を進むのです。これはゴーグルがないとうまく行きません。

バタフライと平泳ぎの場合は、上体と下半身の両方の動きがほぼ同じ位重要です。また、上体と下半身の調和が最も要求されます。これがバラバラだと、まったく進みません。そのことは以前書いた通りです。

クイックターンを練習する

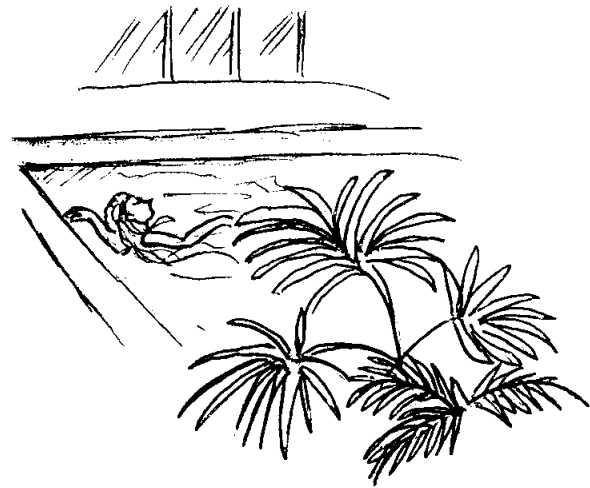
クイックターンができなければ選手になれないのはもちろんですが、素人

が楽しむ場合でもクイックターンができるかと格好が良いものです。スキー場で綺麗なパラレルができる人を眺めると同じです。

平泳ぎとバタフライのターンは基本的に同じで、動作そのものは難しくありませんが、これを素早く綺麗に行うためにはかなりの練習が必要です。タッチと同時に、両足を壁につけ、壁を蹴って水に入る動作を、1秒ぐらいの間にやってしまうのです。壁を蹴る時に、上半身が水中から出て、片腕を上には振り、半身になる形で水の中につつませるのです。競技会の場合は、この壁の使い方によって大きなタイムの違いが出てきます。

クロールのクイックターンは壁の前の前方回転です。壁の1メートルほど前で、回転し、回転途中で半身になって壁に足を着け（前方回転半ひねり）、思い切ってけり出します。

背泳ぎの場合、3種類ほどのクイックターンの方法があります。まず、背



泳ぎから平泳ぎに変わる場合、壁の前で後方回転をし、やはり足を壁に着け、再度水中発進するわけです。後ろに回転するのは心理的に怖いものがありますが、慣れればこちらのほうが簡単に行えます。壁の距離の測り方ですが、ふつう天井の目印になるものを探しておき、壁が近づいたところで首をやや深く沈め、手を伸ばしながら、壁を見るようにするのです。

次に、背泳ぎから背泳ぎの場合、壁直前で上体を裏返し、クロールのように

な前方回転して、そのまま背泳ぎの形にもっていく方法があります。この場合、クロールとは違い、半ひねりは必要ありません。多くの選手はこれを採用しています。

これとは別に、後方回転に半ひねりを加えることも可能です。クロールからクロールへのクイックターンと同じ原理です。それを体を裏返ししておくわけです。

いろいろな泳ぎ方を修得し、さまざまなターンを身につけると、スイミングの世界は大きく広がっていきます。バサロで進み、壁の前で水中に上がり、クイックターンで再びバサロに入ることができるようになれば、水は友達です。私がこれを修得するまで、ほぼ1年半の時間が必要でした。バタフライの修得には6カ月。クロールは現在もおフォーム改造中で、上半身だけで1日6000-8000メートル泳ぎます。クロールのフォーム改造は1年以上続いています。

e-mailの誘い

日頃ワープロを使っていच्छる方、あるいはパソコンのワープロソフトを使っているがまだe-mailを使っていないという方、是非、e-mailにトライしてください。すでにパソコンを所有し、「日本語ワード」あるいは「一太郎」を利用していらっしゃる方は、日本語が送れるe-mail用のソフト（8千円前後）を日本で買い求め、当地のプロバイダーと契約を結ぶだけで、すぐにe-mailが利用できます。英文だけを使う場合には、当地のプロバイダーは英文用のe-mailソフトを無償でインストールしてくれます。

1カ月の契約料金は1200フォリント。ただし、自分のパソコンとプロバイダーを繋ぐ電話代（市内電話料金）がかかります。1日20分の利用まで、月1200フォリント。1日の制限20分を超えるごとに、1分7フォリ

ントが加算されます。

e-mailはどんなに長い文書でも、一瞬のうちに送付してしまいますから、ほとんど電話料金がかかります。普通、日本でe-mailソフトを買うと、インターネットのホームページを探索するソフトが一緒に付いており、これと遊ぶと、すぐに制限時間の20分は過ぎますが、超過しても1分7フォリント。1時間使っても420フォリントです。

当地でパソコンを買う場合には、メインメモリー32メガ、モデム付きの物を買うこと。そして、日本からDOS・V用のソフト（Windows、ワープロ、表計算）を買ってくれば、日本語パソコンとして利用できます。

Windows 95版用のワープロソフト「一太郎 v. 7」は、日本語ワープロソフトのなかで、現在のところ、最高の機能を持っています。

質問、問い合わせは「編集部」まで。