

(19) 日本国特許庁(JP)

(12) 公開特許公報(A)

(11) 特許出願公開番号

特開2007-307046

(P2007-307046A)

(43) 公開日 平成19年11月29日(2007.11.29)

(51) Int. Cl.

A63B 6/00 (2006.01)

F I

A63B 6/00

テーマコード (参考)

審査請求 未請求 請求項の数 3 O L (全 30 頁)

(21) 出願番号 特願2006-137775 (P2006-137775)
 (22) 出願日 平成18年5月17日 (2006.5.17)

(71) 出願人 304033502
 廣瀬 行博
 神奈川県横浜市鶴見区生麦四丁目6番15
 -416号
 (72) 発明者 廣瀬 行博
 神奈川県横浜市鶴見区生麦四丁目6番15
 -416号

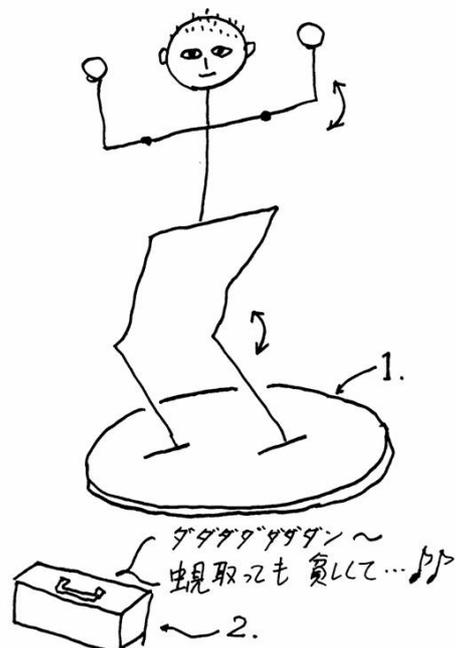
(54) 【発明の名称】 熟年のための室内体操用マットおよび、体操の方法

(57) 【要約】

【課題】 本発明は、アパート、マンション住まいの熟年層（概ね50歳以上の人）が、階下の人に騒音の問題を起こすことなく、室内で手軽に体操する際に用いるマットと、その際の室内用体操の方法を提供することを課題とする。

【解決手段】 熟年層の体力低下を防止する為に、音楽に合わせて、下肢および上腕を上下させる体操を行うにおいて、階下の部屋に体操の振動音が伝わらないようにするために、弾性体から成ることを特徴とする、室内体操用マット。弾性体は、2層であって、上層の表面には、突起物が設けられ、足の裏を適宜刺激する作用を有し、各人の感覚に合わせて上層を交換できるように、下層と嵌め合わせる構造であることを特徴とする、マット。音楽として、演歌に合わせて、下肢および上腕を上下、前後させることを特徴とする、熟年のための室内体操の方法。

【選択図】 図1



【特許請求の範囲】**【請求項 1】**

熟年層の体力低下を防止する為に、音楽に合わせて、下肢および上腕を上下させる体操を行うにおいて、階下の部屋に体操の振動音が伝わらないようにするために、弾性体から成ることを特徴とする、室内体操用マット。

【請求項 2】

弾性体は、2層であって、上層の表面には、突起物が設けられ、足の裏を適宜刺激する作用を有し、各人の感覚に合わせて上層を交換できるように、下層と嵌め合わせる構造であることを特徴とする、請求項 1 に記載のマット。

【請求項 3】

音楽として、演歌に合わせて、下肢および上腕を上下、前後させることを特徴とする、熟年のための室内体操の方法。

10

20

30

40

50

【発明の詳細な説明】

【技術分野】

【0001】

本発明は、熟年層（50歳以上）が、健康維持を目的として、室内で手軽に体操する際に用いるマットと、その際の室内用体操の方法に関する。

【背景技術】

【0002】

熟年層においては、特に無職であったり、まだ、年金が支給されていなかったりすると、外出、旅行するにも費用がかかり、運動不足になる。また、外で散歩をするにも、犬とかないと、さまにならない。かといって、犬を飼ったりするには、お金もかかるし、マンションなどでは、飼うことが許されないところもある。妻が、一緒に散歩してくれればいいのだが、妻が必ずしも、自分の言うとおりにならないこともある。また、雪や雨、強風の中での散歩は、危険でもある。

10

【0003】

すなわち、アパート、マンション住まいの熟年層がお金をかけずに、楽しく、体を動かして、運動不足を解消する用具と、どういう体操をすれば長続きするかの、提案が求められている。手軽に運動を継続し、健康維持することは、医療費の国家的削減の観点からも、必要である。また、運動用具は、大げさなものでなく、室内にそのまま置いておいても、邪魔にならないものが望ましい。日本の住環境は、特にアパート、マンション住まいの場合、大げさなトレーニング機器のような類のものを置けるスペースは、通常、存在しないのである。

20

【0004】

特開2002-65889（特許文献1）には、上面シートと下面シートとによって中詰め緩衝材が包被されてなる体操用安全マットであって、全体長さ及び全体幅がいずれも500～1500mmの範囲内にあり、且つ、全体厚さが5～25mmの範囲内にあり、更に、前記下面シートは、織物の片面に滑り止め用合成樹脂コート層又はゴムコート層が積層一体化された防滑性シート材から構成されるとともに、前記コート層を下面側にして位置されていることを特徴とする体操用安全マット。前記下面シートの下面は、ASTM D 1894による静摩擦係数（相手材：ポリメタクリル酸メチル）が1.3～2.1に設定されている体操用安全マット。

30

全体重量が1～4kgの範囲内にある体操用安全マット。

前記上面シートは、JIS L 1096による厚さが0.5～3mmであり、且つJIS L 1096による単位面積当たりの質量が200～800g/m²、JIS L 1096のカットストリップ法による引張強さ（試験片幅：2.5cm）が300～700N、JIS

L 1096のシングルタング法による引裂強さが50～150Nの特性を有している体操用安全マット。前記上面シートは、JIS

L 1096のC法による摩耗強さ（摩耗輪：H-22、荷重：9.81N、回数：1000回）が100～250mgの特性を有している体操用安全マット。

前記中詰め緩衝材は、厚さが5～25mmであり、且つJIS K 6767による見掛け密度が0.05～0.20g/cm³、JIS K 6767による圧縮硬さ（25%圧縮時）が2.0～6.0N/cm²の特性を有する弾性シートから構成されている体操用安全マット。前記下面シートを構成する防滑性シート材は、JIS

40

L 1096による単位面積当たりの質量が600～1100g/m²、JIS L 1096のストリップ法による引張強さ（試験片幅：5cm）が2000～4000N、JIS

L 1096のシングルタング法による引裂強さが150～350Nの特性を有している体操用安全マット。前記下面シートの下面における一方の側縁部及び他方の側縁部に、それぞれ互いに連結可能な面ファスナーが固着されている体操用安全マット。について、開示されている。

【0005】

50

特開平 11 - 244412 (特許文献 2) には、カバーシートの内部に緩衝材が収容された体操用緩衝マットにおいて、前記カバーシートにおける少なくともマット上面に対応する領域が、テキスチャード系による経編 2 重組織を有し、かつ目付が $400.0 \sim 800.0 \text{ g/m}^2$ の特定ダブルニット布地をもって構成されてなることを特徴とする体操用緩衝マット。前記カバーシートにおけるマット周側面に対応する領域が、前記特定ダブルニット布地をもって構成されてなる体操用緩衝マット。前記特定ダブルニット布地は、JIS

L 1018 の圧縮弾性試験法 (初荷重 7 g/cm^2) による厚みが $1.50 \sim 4.50 \text{ mm}$ に調整されてなるの体操用緩衝マット。前記特定ダブルニット布地は、JIS

L 1018 によるウエール方向の密度 (数 / 2.54 cm) が $12.0 \sim 24.0$ 、コース方向の密度が $15.0 \sim 30.0$ に調整されてなる体操用緩衝マット。前記特定ダブルニット布地は、JIS

10

L 1018 のカットストリップ法によるウエール方向の引張強さが $65.0 \sim 120.0 \text{ kgf}$ 、コース方向の引張強さが $85.0 \sim 140 \text{ kgf}$ に調整されてなる体操用緩衝マット。前記特定ダブルニット布地は、JIS

L 1018 (定速伸長形) によるウエール方向の伸び率が $30.0 \sim 80.0 \%$ 、コース方向の伸び率が $70.0 \sim 120.0 \%$ に調整されてなる体操用緩衝マット。前記特定ダブルニット布地は、JIS

L 1018

B 法 (定荷重) によるウエール方向の伸長弾性率が $80.0 \sim 100 \%$ 、コース方向の伸長弾性率が $75.0 \sim 100 \%$ に調整されてなる体操用緩衝マット。前記テキスチャード系として、見掛け織度が $200.0 \sim 450.0$ デニール (D) のポリエステル繊維製ウエール系が使用されてなる体操用緩衝マット。について、開示されている。

20

【特許文献 1】特開 2002 - 65889 号公報

【特許文献 2】特開平 11 - 244412 号公報

【発明の開示】

【発明が解決しようとする課題】

【0006】

本発明は、アパート、マンション住まいの熟年層 (概ね 50 歳以上の人) が、階下の人に騒音の問題を起こすことなく、室内で手軽に体操する際に用いるマットと、その際の室内用体操の方法を提供することを課題とする。

30

【課題を解決するための手段】

【0007】

本発明は、アパート、マンション住まいの熟年層 (概ね 50 歳以上の人) が、体操する為の、騒音あるいは振動防止用のマットであるから、その体操は、過激なものである必要はなく、また、たとえマットを利用しても、大きく飛び上がるような体操であっては、騒音・振動を防ぐことは、できないので、その体操は、基本的には、下肢および上腕を上下させる程度のものになる。したがって、その際、用いるマットは、シンプルなもので十分である。また、シンプルなものでないと、部屋の中で邪魔になってしまう。具体的には、弾性体から成るマットであればよい、また、弾性体は、2 層であって、上層の表面には、突起物が設けられ、足の裏を適宜刺激する作用を有し、各人の感覚に合わせて上層を交換し、下層と嵌め合わせる構造であるマットであってもよい。どういう体操を行うかについては、楽しく、長続きするものであることが大切であるので、音楽として、演歌である「故郷によるしく」に合わせて、下肢および上腕を上下させる室内体操が適切である。

40

【0008】

すなわち、本発明は、以下の構成を要旨とする。

(1) 熟年層の体力低下を防止する為に、音楽に合わせて、下肢および上腕を上下させる体操を行うにおいて、階下の部屋に体操の振動音が伝わらないようにするために、弾性体から成ることを特徴とする、室内体操用マット。

(2) 弾性体は、2 層であって、上層の表面には、突起物が設けられ、足の裏を適宜刺激

50

する作用を有し、各人の感覚に合わせて上層を交換できるように、下層と嵌め合わせる構造であることを特徴とする、マット。

(3) 音楽として、演歌に合わせて、下肢および上腕を上下、前後させることを特徴とする、熟年のための室内体操の方法。

【発明の効果】

【0009】

本発明により、アパート、マンション住まいの熟年層（概ね50歳以上の人）が、階下の部屋に騒音・振動の問題を起こすことなく、楽しく、永続的に体操することができ、健康維持が期待できる。

【発明を実施するための最良の形態】

【0010】

熟年層の体力低下を防止する為に、音楽に合わせて、下肢および上腕を上下させる体操を行うにおいて、階下の部屋に体操の振動音が伝わらないようにするために、弾性体から成ることを特徴とする、室内体操用マット。弾性体は、2層であって、上層の表面には、突起物が設けられ、足の裏を適宜刺激する作用を有し、各人の感覚に合わせて上層を交換できるように、下層と嵌め合わせる構造であることを特徴とする、マット。マットの大きさは、概ね円形の場合、直径1メートル、厚さ0.5～3センチメートル。弾性体の材質は、ゴムあるいは、床で滑りにくい、弾力のあるプラスチック体（エラストマーなど）がよい。体操は、基本的には、自分の好きな曲に合わせて体を動かすことであるが、音楽として、演歌である「故郷によろしく」に合わせて、下肢および上腕を上下、前後させることを特徴とする、室内体操を推奨したい。

【実施例】

【0011】

以下に実施例により、本発明を詳述するが、本発明は、実施例に限定されるものではない。

熟年層（2006年において、50歳～70歳の人達）において、音楽の好みは広範囲である。

1. 演歌
2. ムード歌謡
3. フォークソング
4. ロックンロール、ジャズ
5. J-POPS
6. 民謡
7. 童謡
8. クラシック

等々、いろいろな分野の音楽に興味を持っている。そんな中で、熟年層の心を最も惹き付けるのは、演歌である。演歌の良さはなんと言っても、詞に味わいがあることである。しかしながら、演歌で体操しようとする、適当なものがなかなか見当たらない。そんな中で、手軽に体操するのに都合がいい。すなわち、曲に合わせて、下肢と、腕が自然に動くという作用を持っている曲が存在することがわかった。

【0012】

この曲は、「故郷によろしく」というタイトルの曲であり、2002年に発売されたCDアルバム「さゆり」の中の一曲である。（作詞：吉岡治、作曲：岡千秋、唄：石川さゆり）

この曲が曲に合わせて、下肢と、腕が自然に動く体操に都合が良いのは、1.唄が始まる前に、ジャジャジャジャジャジャ、ジャジャジャジャジャ、・・・・タタタタタタ、タタタタタタと三味線に合わせた調子の良いイントロが約1分間続くことである。2.続いて石川さゆりさんの唄が入り、この唄も、イントロの調子に乗り、軽快である。詞も味わい深い。まことに、熟年の体操の曲に適しているのである。

「蜷取っても 貧しくて 身を切る寒さの 十三湖

10

20

30

40

50

空からはてなく 降る雪に このまま春はこないよな
 そんな気がして・・・ ヒュルルー ヒュルルー ヒュルルー
 風が泣くたびに 上りの夜汽車を思い出す
 都会でゲンキにやっていると 仮眠のベットで 海老折り寝
 棄てた訳じゃない せめて夢で飾れ
 故郷に 故郷に ああ よろしく」

熟年層には、故郷は捨ててないが、帰れない訳のある人も多いのであろう。

したがって、以下に述べる体操用マットと、体操方法も、演歌「故郷によるしく」に合わせて、下肢と、腕を動かすことを前提として述べるものである。

【0013】

体操の基本型は、図1に示すような両足を平行に揃えて立つものと、図2に示すように両足を前後させて立つものの、2通りである。膝は、少し曲げて、屈伸運動ができる状態が望ましい。腕は、図1に示すように、両手を挙げて、上下させてもよいし、両手を前に出して、曲げたり伸ばしたりしてもよい。足型と腕の組み合わせは、まったく自由である。また、腕は、ぐるぐる回したりするのも、おおいに結構である。要するに、かような、型で立っていれば、「故郷によるしく」の曲が始まると、自然に下肢、腕が動いてくるのであるから、摩訶不思議な曲である。1曲約5分であるから、6回で30分の体操を楽しくできる。この際、アパート、マンション住まいの人には、階下の人にめいわくにならないか気になるが、床で滑ってけがをすることの防止も兼ねて、簡単な弾性体のマットを利用するのが望ましい。ただし、マットを利用したからといって、飛び上っては、階下の人にめいわくになるので、飛び上がることは、避けたい。

10

20

【0014】

両手には、本人の体力にあわせ、ダンベルなどの錘を適宜持つのも良い。

【0015】

マットは、ゴムあるいは、プラスチックの弾性体が、滑って転倒しないので、望ましい。大きさは、足を前後させる型をも配慮して、直径1メートルもあれば充分である。両足を揃える型であれば、50センチメートルでも良い。もちろん、図3のように円形でなくても、四角でもよい。好みにより、図4のように、足の裏を刺激する突起を設けておいてもよい。この場合、足の裏の感覚(皮の厚さ)は、個人差があるので、また、感覚も変化するので、図5のように2層構造のマットであってもよい。上層の取り付け方法は、図6に示すように、数箇所を嵌め込む構造が例示でき、その断面構造は、図7のようになる。マットの色調や柄を工夫して、体操に利用しないときは、そのまま、床の敷物として置いておいても、違和感のないものにしたい。マットの厚さは、室内の床構造にもよるが、0.5~3センチメートルの範囲のものが、適当である。

30

【0016】

当然、曲の選択自体は、本人の好みでよいのであるが、音楽(特に歌謡曲、演歌)を愛する本発明者が、手軽な室内体操にとってよい曲はないかと、いろいろ検討し、57年の人生の思い出の曲をひもといてみた。その結果を以下に示すが、室内体操にとって、体が自然に動くという観点から、最もふさわしい曲は、「故郷によるしく」しか見当たらなかった。

40

【0017】

以下に本発明者が、本発明品を用いて行う体操として、ふさわしい曲を検討した実績の一部を示す。結論としては、「故郷によるしく」が最も、熟年の演歌にあわせる体操としては、最も適していた。

【0018】

「カスバの女」。二十世紀の名曲たち、第3集、に収録されているこの曲は、コンサートで聞いてみたい曲の一つです。エト邦枝、大高ひさお作詞・久我山明作曲/昭和30年で、石川さゆりさんが生まれる3年前に世に出た唄です。当時、6歳であった私には、エト邦枝さんの顔の記憶はまったくありません。テレビがまだ一般の家庭にはありませんでした。

50

6歳の子供心を妖しく惹きつけた唄でした。阿久悠さん(当時18歳)も、この曲の妖しい魅力に惹きつけられたと、「愛すべき名歌たち」(岩波新書)の中で書かれています。

私も、阿久先生も、3番の詞が気に入っているようです、ただ、阿久先生は、「明日はチュニスか モロッコか」、私は、「恋してみたとして 一夜の火花」の部分です。もちろん、これは、6歳の時のではなく、大人になってからの私です。藤圭子さんが歌ったCDも持っていますが、石川さゆりさんのほうが、歌に品があります。声としては、藤さんのほうが、エト邦枝さんに似ていると記憶しています。

「涙じゃないのよ 浮気な雨に
ちよっぴりこの頬(ほほ) 濡らしただけさ
ここは地の果て アルジェリヤ
どうせカスバの 夜に咲く

酒場の女の うす情け」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0019】

「風の盆恋歌」。作詞：なかにし礼。

詞、曲、さゆりさんの声が一体となり、名曲の一つです。

さゆりさんも、発売当時、私的事情とも重なり、特に、3番の「命をかけてくつがえす」の部分に惹かれるものを感じたとNHK「そして歌は誕生した」の番組の中でも、述べておられます。

「生きて添えない 二人なら

旅に出ましょう 幻の

遅すぎた 恋だから

命をかけて くつがえす

おわら恋唄 道連れに」二人は生きて下さい。死ぬのは、歌の中だけにしましょう。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0020】

「かくれんぼ」。石川さゆりさんのデビュー曲。作詞：山上路夫。なかなか好きな人が待ち合わせ場所に来てくれなかったとか。。。待ち合わせ場所にはお互いに一度来たのに、すれ違ってしまったとか。。。

・・・私は、そこまで想像力を膨らますことはできませんでした。

いや、男性にとっては、初恋(私の場合、小2)は、永遠に鮮明に記憶に残ります。そして、初恋の人と結婚する機会は、失われる場合が多い。だから、思い出に残ります。私の初恋の相手は、約50年も前の私のことなど、すでに記憶にないと推察します。その学校に1年間しかいませんでしたから。ただ、私は、二人で学校裏の小川に沿って歩いた記憶があります。記憶はただそれだけですが、彼女のお口の甘い匂いまで頭にのこっている錯覚をしています。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0021】

「天城越え」。作詞：吉岡治。私には、特に、石川さゆりさんの、第37回紅白のトリの時、の記憶です。歌詞はすぐには理解しがたく、妙に、妖しい感じを受けました。

それよりも、トリをとられたことと、衣装というか、着物と髪につけた、彼岸花をイメージする飾りが強烈な印象でした。さゆりさんの紅白の衣装は、大げさすぎず、品がりあますが、この紅白の天城越えの衣装は、本人の持つ、雰囲気と調和して、みごとに、江戸川乱歩のサスペンスに出てくるような、妖しさというか、不思議さが、いい意味で出ておりました。

その後、この歌の歌詞の解釈に対するに興味と、カラオケで歌うことの難度さが、かえって、多くの人を引き付けたものと思いのます。

歌う要領は、すでに、林檎さんらに紹介されていますが、さゆりさんも、最初は、「ころしていいですか・・・」の「こ」を強く歌っていた記憶があります。

10

20

30

40

50

途中、「こ」を小さく歌われるように、なされたのではないかと思います。小さく歌った方が、詞全体の表現としては、感じよくなりますね。

ただ、この歌は、難易度が高いので、歌えるようになったことをもって、すぐに、カラオケで他人に披露されるのは、遠慮されるのが、よろしいでしょう。(できれば、録音して、自分で下手さかげんを確かめるのがマナーかな。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0022】

「津軽海峡・冬景色」。作詞：阿久悠。

1. 石川さゆりという歌手を知ったのは、この曲「津軽海峡・冬景色」が最初であった。当時は、私は28歳であり、男性歌手では、春日八郎(「別れの一本杉」「赤いランプの終列車」)、小林旭(「さすらい」「純子」「女房きどり」)、女性歌手では松尾和子(「再会」「誰よりも君を愛す」)の歌が特に印象に残っていた。・・・石川さゆりさんも、後に、春日八郎、松尾和子さんの曲は二十世紀の名曲たちの中に数曲入れられている。また小林旭さんとは、数年前、NHK「二人のビッグショー」で競演されている。

10

2. 私は、1977年当時、石川さゆりさんの「津軽海峡・冬景色」は、完成度の高いものとして聞いていた。しかし、現在の「津軽海峡・冬景色」は、1977年よりも断然進化している。このことは、阿久悠さんも、例えば、30周年アルバム「とき」の冊子の中でも指摘されている。

3. いつの吹き込みかは定かではないが、1994年発売の「津軽海峡・冬景色」CDシングルは、まだ成熟度が低い、1998年発売の大全集「行」の「津軽海峡・冬景色」は現在のさゆりさんのレベルに近い、・・・そうして考えると石川さゆりさんは、40歳近くになってから歌の成熟度が増してきているようである。これが、現在なお、進化しているのだから驚きである。

20

4. 「津軽海峡・冬景色」は、「さよならあなた・・・」の繰り返し部分が省略されないのがいい。また、最後は、後ろ向いて手を上げる動作が付くと、大満足である。また、この曲は、気楽に「さゆりい、さゆりい」と叫べるのも楽しい。「津軽海峡・冬景色」は、私の人生にとって、長い友達である。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0023】

「北の女房」。作詞：吉岡治。若い人は、結婚というものをどう考えているのでしょうか。多分前途多難なものと考えていると思います。

30

私の子供達(3人、20代)も、結婚は、誰もしないかもしれないと思っています。社会的問題と、人生の価値観の問題があり、解決策は容易に見当たらないのが現状です。個人的には、パート、アルバイトの時給の引き上げというか、正社員との差の是正がまず、第一歩と考えています。

さて、私のような団塊世代は、気楽に結婚したものでした。

まさに、加山雄三さんの「君といつまでも」1966年、のように、お気楽な気分で。

明日の日本は、今日の日本より、良くなるという共通認識を持ってました。

しかし、結婚して夫婦になると世間の現実、厳しい。

その中で、夫婦はがんばるしかない。これを表現しているのが、「北の女房」1995年、だと思っています。北の漁師の生活ですが、具体的な職業を描いており、リアリティが出ていると思います。

40

「海が時化れば 眠りも浅い

ましてオンボロ オンボロ船だよ

帰れば いいっしょ しばれていたら

熱いからだで 抱いてやる

ヤンレーヤンレー ヨイトヨイトマカシヨ

北の女房はヨー あんたの港」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0024】

50

「サーカスの唄」。作詞：西條八十。小学生の低学年の頃、すなわち、今から約50年前、一度だけ、田舎町にやってきた、サーカスを見たことがあります。サーカスの演技には、さほど感動を覚えませんでした。ただ、クラリネットの「サーカスの唄」が子供心に滲みしました。

子供達は、出演もあり、学校に少し顔を出して、また、1ヶ月もすれば、転校していきま

「旅のつばくろ 淋しいか
おれもさみしい サーカス暮らし
とんぼがえりで 今年もくれて
知らぬ他国の 花を見た」

10

小林旭さんの歌がベストですね。一時的に結婚（入籍されてなかった）されていた、美空ひばりさんも、収めておられます。

フォークの神様と呼ばれた岡林さん？も、サーカスの唄が好きだと言っておられました。さゆりさんに、カバーしてほしい曲の一つです。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0025】

「赤いランプの終列車」。唄：春日八郎。作詞：大倉芳郎。私の父は、国鉄（JR）で、岐阜の高山線を中心に勤務していました。家は、国鉄の宿舎で、駅の近くにありました。駅の中ではありません。高山線は、今だに単線で、電化されておりません。幼少の頃は、もちろん、蒸気機関車。汽笛の音で目が覚めます。機関車が、動き出す時の蒸気の量の凄

20

さは目に焼きついています。そして、日が暮れると、列車の最後尾には、赤いランプ。もちろん、終列車ではなかったと思います。一番、生活の長かった「那加駅」の駅舎は、建て直しされました。

今は、無人駅。インターネットで見られます。この駅のある各務原市、冬のソナタと良く似た並木道があるとかで、観光に力を入れているようです。両親は、この駅の近くにひっそりと生きてます。

「白い夜霧の 灯りに濡れて
別れ切ない プラットホーム
ベルが鳴る ベルが鳴る
さらばと告げて 手を振る君は
赤いランプの 終列車」

30

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0026】

「忘れな草をあなたに」。作詞：木下竜太郎。

ドナウ川の川辺で若者が恋人の為に

小さな美しい花を摘み取った。

そのとたん、足を滑らせ川に落ち

急流に流されてしまった... 若者は

「forget-me-not(僕の事を忘れないで)」

と言ってことくれた。

40

残された少女は若者の墓にその花を植え

彼の最期の言葉

「Forget-me-not」

をその花の名前にしたという...

いろいろな人が歌ってますね。菅原洋一さん、倍賞千恵子さん、それぞれよさがあると思います。さゆりさんが、歌えば、また、よさがあるでしょう。

「別れても別れても心の奥に

いつまでもいつまでも

憶えておいてほしいから

幸せ祈る言葉に換えて

50

忘れな草をあなたにあなたに」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0027】

「夢の浮橋」。唄：石川さゆり。作詞：吉岡治。

大経師以春（だいきょうじいしゅん）の妻「おさん」と「手代茂兵衛（てだいもへい）」の悲恋の物語。おさんは美しく優雅な女性でした。おさんはある日、実家の商売の資金繰りに困り果て、茂兵衛に工面を依頼。密かに心惹かれていた茂兵衛は承諾し、以春の判を使ってしまいます。しかし番頭に見つかり以春に咎められたところ、茂兵衛を慕っている女中お玉に「私が頼んだんです！！」とかばわれ。心痛めたおさんはその夜お玉の部屋にお礼とお詫びに行くと、「以春がお玉の部屋に通っている」事実を知るコトとなり。

10

夫を懲らしめようとお玉と寝床を交換します。ソコに来たのは茂兵衛。かばって貰ったお礼を言いに来たのですが。。その様を見ていた番頭。しっかりばっちり以春に告げ口。2人は「不義密通」というあらぬ罪を掛けられ逃亡するコトに！！

誤解から思わぬ運命に翻弄される2人ですが、やがてお互いの秘めていた思いに気がついて。。1度は「死のう。。」と思ったおさんでしたが、「可能な限り2人で生きていきたい」と思い直すのでした。。さて。2人の運命はいかに??

このお話は江戸時代に実際あった「姦通事件」を題材にされているそうです。

この時代。「不義密通」は死罪に当たり、散々逃げたけど最後には見つかってしまい（密告?）

磔になったそうな。2人の仲を取り持ったお玉さんも獄門になったとか。

20

作詞：吉岡 治/作曲：弦 哲也/編曲：若草 恵

「契らぬ恋でも 罪ですか

比叡おるしの 吹きさらし

つれて行ってよ

ああ つれて逃げてよ 運命のままに

冬の鳴かない こおろぎのように

闇にすがって 泣くおさん」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0028】

「喝采」。唄：ちあき なおみ。昭和22年9月17日、東京都板橋区に生まれる。

30

昭和45年には「四つのお願い」が大ヒットし、第1回日本歌謡大賞・放送音楽賞を受賞。

昭和47年「喝采」で第14回日本レコード大賞を受賞、歌手としての頂点を極める。

その後、「夜間飛行」「さだめ川」とヒット曲を発表する中で、TVドラマにも出演、役者としての評価も高まる。

昭和53年、結婚を機に休業。

昭和56年以降はシャンソン、ジャズ、フアドなどのアルバムを発表。TVで歌うことはほとんどなくなり、ドラマ、映画出演など女優としての露出が増える。

昭和63年、5年ぶりのシングル「役者」で歌手業を本格的に再開。同年「紅とんぼ」がヒット。11年ぶりの紅白歌合戦出場を果たし、平成元年には藤田まさと賞を受賞。

順調且つマイペースな活動を続けていたが平成4年、夫の死去に伴い活動を再び停止。

40

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0029】

「高校三年生」。作詞：丘 灯至夫。舟木一夫さんの高校三年生が大流行したのは、私が、中学三年の時であった。中学生ではあったが、いい歌だと思った。ところで、中学生では、フォークダンスをやった記憶はあるが、高校生は、3年間、男子生徒のクラスであったので、フォークダンスの思い出はない。ほんとうに、当時の高校生は、フォークダンスをしたのであろうか。舟木一夫さん、今でも、新橋演舞場で、年1回の1ヶ月公演をしている。オバ様の人気は、今だ健在のようです。

「赤い夕陽が 校舎をそめて

ニレの木陰に 弾む声

50

ああ 高校三年生 ぼくら
 離れ離れに なるうとも
 クラス仲間は いつまでも・・・」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0030】

「君だけを」。唄：西郷輝彦。作詞：水島哲。これも、私が中学三年の時に大流行した歌である。私は、舟木一夫よりも、西郷輝彦の方が好きであった。クラスの中で、かなりきれいだった女性に、この詞を手紙に書いて、送ったが、まったく無視された。中学三年は、男子は男の子、女子は女性であった。今は、もちろん、舟木一夫のほうが歌は、上手い。

10

「いつでも いつでも 君だけを
 夢にみている ぼくなんだ
 星の光を うつしてる
 黒い瞳に 出合うたび
 胸がふるえる ぼくなんだ」

水島 哲 作詞、北原じゅん 作曲

ここにも、「黒い髪」、そうか、昔は、茶髪なんてなかったのだ。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0031】

「別れのブルース」。作詞：藤浦 洸。いつこの歌を耳にしたのか記憶は、さだかではない。たぶん、10歳の頃であろう。淡谷のり子さんの容貌と、歌声が強烈な印象であった。

20

「窓をあければ港が見える メリケン波止場の灯が見える
 夜風夕風恋風乗せて 今日の出船は何処へ行く
 むせぶ心よはかない恋よ 踊るブルースの切なさよ・・・」

「メリケン波止場」とは、外国船の出入りする港のことであるが、私は、横浜港と知っている。石川さゆりさんは、1990年？に、若州一滴文庫で、この歌を弦さんのギターに合わせて、唄われた。淡谷のり子さんよりも、すがすがしい、「別れのブルース」であった。

略歴：1907年生。

30

淡谷のり子は戦前・戦中・戦後と激動の昭和を駆け抜け、現役歌手のまま92歳で静かに逝った。日本を代表する女性シンガー。軍部ににらまれても軍歌を拒否し、自分のスタイルを貫いた歌手でもある。東洋音楽学校（現東京音大）出の淡谷さんはこの「別れのブルース」を唄う前はシャンソン畑にいました。

流行歌だけでなく、ジャズやタンゴ、シャンソンなどをレパトリーとして幅広く歌い続け、1971、78年に日本レコード大賞特別賞、1972年には紫綬褒章を受章し、1998年に青森市の名誉市民に選ばれている。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0032】

「美しい十代」。作詞：宮川哲夫。これも、中学三年の頃であったらうか、三田明の「美しい十代」の歌に、感動した。自分自身が十代であったことにもよったのであろう。子供心に、美少年とは、こういう人のことかと感じた。今は、中高年の味も出てきている。十代とは、まばたきする間に通りすぎた気がします。

40

「白い野ばらを 捧げる僕に
 君の瞳が あかるく笑う
 いつも心に 二人の胸に
 夢を飾ろう きれいな夢を・・・」

この歌の詞は、一番がいいですね。

「白い野ばらを 捧げる僕に
 君の瞳が あかるく笑う」

50

これで、決まりですね。

なお、花を捧げるという経験は、私にはありません。

さゆりさんのコンサートでも、花束を持っていった経験はありません。

ダサイ日本のおっさんの典型なのでしょう。

ただ、富司純子（藤純子）さんには、鉢植えを送ります。誕生日とか、公演（最近少なくなりましたが）で。藤さんは、「姉さん」という感じ、私は、まだ認められていない「子分」、ヤクザ映画馬鹿ですから。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0033】

「再会」。作詞：佐伯孝夫。松尾和子さんの「再会」が流行したのは、私が10歳頃だったと思う。とにかく、声が独特で強烈な印象を受けた。当時は、歌詞の意味は、当然解らなかった。やがて、我が家にも、テレビが登場し、彼女の容貌を見て、大人の女性の貴祿を感じました。

略歴：

昭和30年代に入って人気が出てきたムード歌謡に彼女の甘く悩ましいハスキーヴォイスがぴったりで、フランク永井と組んだ『東京ナイトクラブ』、和田弘とマヒナスターズとともに歌った『グッドナイト』『誰よりも君を愛す』、そしてこの『再会』など数多くの吉田正作品を歌ってヒットさせました。

一番の詞の冒頭部分だけでも、すばらしいですね。（全文は、著作権遵守のため省略）

「逢えなくなって 初めて知った

海より深い 恋心」

さゆりさんも、二十世紀の名曲たち、10集、で収録されていますが、ステージで歌われる時も、松尾和子さんの雰囲気とは違うんですけど、とか、言われてから歌われることもあります。

美空ひばりさんも、松尾和子さんの歌は、歌いにくかったと思います。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0034】

「恋いのバカンス」。作詞：岩谷時子。ザ・ピーナツの思い出。私が10歳の頃、昭和34年（1959年）“可愛い花”でデビューし昭和50年（1975年）「良い状態の時に惜しまれながらカッコよくやめたい」と綺麗さっぱり引退してしまい、文字通り伝説となった歌手。「恋のバカンス」「恋のフーガ」「情熱の花」「ウナセラディ東京」「ふりむかないで」等々膨大な曲数を吹き込んでおられる。ザ・ピーナツが歌うと、すべてが名曲になると言っても過言ではない。

「恋のバカンス」の最初のフレーズ：

「ため息の出るような

あなたの くちづけに・・・

この一部だけでも、ザ・ピーナツのハーモニーが耳に浮かぶ。

石川さゆりさんも、二十世紀の名曲たち、7集、に収録されている。

たまに、「NHK・喉自慢」で、この曲を歌う二人が登場するが、幻滅する。依頼、この番組は、石川さゆりさんがゲスト出演する時だけになった。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0035】

「コ・ヒ・ルンバ」。中沢 清二 訳詞。西田佐知子さんの思い出。1957(昭和32)年・19歳の時に『浪花けい子』という芸名でデビュー。1959(昭和34)年・21歳『西田佐知子』と改名。

コ・ヒ・ルンバ。アカシアの雨が止むとき。エリカの花散るとき。東京ブル・ス。赤坂の夜は更けて。信じていたい。涙のかわくまで。あの人に逢ったら。アカシアの雨が止むとき。1970年、女の意地。この後、関口宏さんと結婚・引退されたものと記憶している。少しハスキーな独特の魅力、それに美しい人だと、子供心に感じました。

石川さゆりさんは、「アカシアの雨が止むとき」を、二十世紀の名曲たち、5集、に収録

10

20

30

40

50

されていますね。

アカシアは、2月の終わり頃から3月一杯くらいまで、黄金の花をつけます。小さなボンボンのような花が房状にたくさんついています。葉は羽状複葉で、白銀色のかかった緑色です。

詞は、かなり暗いですね。「アカシアの雨に打たれて このまま死んでしまいたい・・・冷たくなった私を見つけて あのひとは 涙を流して くれるでしょうか」作詞・水木かおる。さゆりさんの歌も、いいですね。・・・でも、やはり、少し詞が暗いかな。「エリカの花散るとき」も好きですが、これも暗い。特に、3番の終り、
「・・・エリカ エリカの花が散るときは

恋にわたしが 死ぬときよ」作詞・水木かおる。

エリカはツツジ科エリカ亜科の常緑低木で、花は春から夏咲き、夏から秋咲き、冬咲きのものなど種類によってさまざまです。ヨーロッパからアフリカにかけて分布していますが、とくに地中海沿岸と南アフリカに多く見られます。詞のはじめの「伊豆」にも生えているらしいです。

西田さんの容貌から、悲恋の女性が合っていたのでしょうか。ご本人の実生活は、幸福だと思います。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0036】

「逢いたくて逢いたくて」。作詞：岩谷時子。今から40年ほど前に、中尾ミエさん、伊東ゆかりさんと共に「三人娘」として一世を風靡した園まりさんの思い出の曲には、石川さゆりさんが、二十世紀の名曲たち、9集、に収録されている、「逢いたくて逢いたくて」がある。

「愛した人は あなただけ
わかっているのに

心の糸がむすべない ふたりは恋人・・・」岩谷時子作詞

恋人で愛を認識し合っているのに、心の糸がむすべない。

・・・難解。もっといい人を探しているのではなさそう。

こんな、歌がラジオから流れると、ほのぼのとした気分になったのを記憶している。

園まりさん、週刊誌の表紙にもなったりして、買った記憶もあります。

「夢は夜ひらく」という曲も印象的でした。

「嘘と知りつつ 愛したの

あなたひとりが 命なの

だからひとりに させないで・・・」作詞：中村泰士・富田清吾

ソフトな声で、こう歌われると、ラジオ聞きながら、つい夜更かし。

私が、青年から大人になる時に存在した歌手でした。

今も、時々、拝見しますが。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0037】

「黒い花びら」。作詞：永六輔。石川さゆりさんが、二十世紀の名曲たち、4集、に収録しておられる「黒い花びら」は、1959年の水原弘（肝硬変のため42歳の若さで他界）のヒット曲である。この曲は第一回レコード大賞を受賞している。1959年は、平成天皇が美智子様と結婚された年でもある。

そして、伊勢湾台風という、子供心にも鮮烈に、そして消えることのない恐ろしい体験をした年でもあった。

「黒い花びら 静かに散った・・・」

子供ながら、唄いながら、学校に通った。水原弘のダイナミックな声と強烈な歌詞の内容に影響されたのである。

「・・・だから だから もう恋なんか したくない したくないのさ」

もちろん、恋の苦しさを知っていたわけではない。

ところで伊勢湾台風について：

10

20

30

40

50

昭和34年9月26日。5000人を超える死者・行方不明者を出した伊勢湾台風は、正式には台風15号である。災害対策基本法制定のきっかけにもなった。伊勢湾の西を通過したのは夜。名古屋市南部は満潮時と重なり水浸しとなり、流木で埋まった。名古屋台地は水にはつからなかったが、一抱えもある大木が根こそぎ倒れた。

当時は、まだ堤防工事が整備されていなかったのであろう。私は、中学校の体育館に避難したが、ボロの国鉄官舎は、倒れずに残っていた。名古屋大学の歴史にも、授業を相当期間、休講にして、被災者の救助活動を行ったことが記されている。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0038】

「南国土佐を後にして」。この曲については、NHKの「そして歌は誕生した」に、この歌の誕生のいきさつが語られている。戦地に行った人達の歌だったのである。 10

歌手ペギー葉山さん、その輝かしい経歴。1933年生まれ。

現在までにレコーディングした曲数は約2000曲、発売したシングルは200枚、アルバムは60枚というベテラン中のベテランである。今だ、衰えをみせない声。

ピンク・クロスビーやフランク・シナトラの歌声に魅せられて歌い始めたペギー葉山は、米軍キャンプ廻りを経て、53年にデビュー。最初から洋楽志向が強く、ジャズ歌謡的な「つめ」などをヒットさせるが、皮肉なことにその人気を決定付けたのは、民謡調の「南国土佐を後にして」である。この曲を歌うことに彼女は不快感を示したらしいが、意に反して大ヒットし、当時としては驚異的な100万枚のセールスを記録した。以降も「学生時代」「ラ・ノビア」「ドレミの歌」などのヒットを連発。西洋的な甘くソフトな歌声が一世 20

私のこの歌の思い出は、10歳の頃、町中にこの歌が流れていたことである。

小林旭さんの渡り鳥シリーズに「南国土佐を後にして」があったのを知ったのは、大人になってからであった。

二十世紀の名曲たち、5集、に収録されていますが、この曲が日本全国に広まり、さゆりさんが歌うことになったのは、ペギー葉山さんの、歌唱のきっかけによるものでしょう。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0039】

「誰よりも君を愛す」。川内康範 作詞 吉田

正 作曲。昭和34年12月発売。石川さゆりさんは、縁あってか、松尾和子さんの歌を収録 30

されているが、この曲もその一つである。二十世紀の名曲たち、5集。

「誰にもいわれず たがいに誓った
かりそめの恋なら忘れましょうが・・・誰よりも 誰よりも君を愛す」

「愛した時から 苦しみが始まる

愛されたときから

別離(わかれ)が待っている

ああ それでもなお・・・誰よりも 誰よりも君を愛す」

「あなたがなければ

生きてはいけない

あなたがあるから

明日(あした)も生きられる・・・変わることなく 誰よりも 誰よりも君を愛す」 40

・・・誰よりも君を愛す」というのは、過去、現在、未来形の総合形でしょう。

ムード歌謡(今となっては、古い用語ですが)で、愛を謳った究極作ですね。

・愛されたときから 別離が待っている」この部分、子供心に人生を教えてもらいました。「会うは別れの始め」という言葉、・・・そんな歌もあったか?・・・にも、共感覚えま

す。人生、いつかは一人旅たつ。・・・あまり暗いこと、これ以上考えるのはやめましょう。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0040】

「自動車ショーの歌」。作詞：星野哲郎。小林旭さんの独特の高音と、のりで歌われてい 50

るこの曲も、さゆりさんは、自分の感じで上手く歌われている。二十世紀の名曲たち、5集。1964年に出た曲で、このあたりから、日本人の関心が車に集まったのでしょう。以前、二人のビッグショーで、さゆりさんと、小林旭さんが競演され、この曲を二人で歌われています。

なお、私自身は、小林旭さんの「恋の山手線」のほうが好きです。

「上野オフィスのかわいい娘、声は鶯 谷わたり

日暮里笑ったあのえくぼ、田端ないなア好きだなア

駒込したことアぬきにして、グッと鶯鴨がイカすなア

始め大塚びっくりにデートさそいに池袋

ところが男が目白押し、そこを何とか連れ出して

高田のバーで酔ったとき、胸の新宿うちあけた

あっあ～ あゝ恋の山手線・・・」作詩：小島貞二 作曲：浜口庫之助

まったく、けっさくな歌。人生楽しく生きられますね。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0041】

「ルイジアナ・ママ」。二十世紀の名曲たち、10集に収録されている。

「あのこはルイジアナ ママ、やってきたのはニューオーリンズ・・・」1964年。

アメリカのロカビリーの影響を受け、このあと、日本の歌謡界は、演歌から、J-POPへと、ジャンルが広がっていった。

(飯田 久彦(いいだ・ひさひこ)(株)テイチクエンタテインメント代表取締役社長のヒット曲。1941年(昭16)8月23日、東京生まれ。61年「悲しき街角」で歌手デビュー。)

「外資系レコード会社が演歌をやらなくなった。それに僕は歌手だったから、ほかの人よりは歌手の気持ちができる。謙そんでなく、それだけのことですね」(飯田社長) 飯田社長、歌手としての才能大きくなかったから、経営者として成功したのかもしれない。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0042】

「愛と死を見つめて」。「まこ・・・甘えてばかりで ごめんね

みこはとっても 倅わせなの

は かないいのちと

しった日に 意地悪いって

泣いたとき 涙をふいて

くれた・・・」

作詞：大矢弘子、作曲：土田啓四郎、唄：青山和子。

あまりにも悲しい実話なので、映画は見ませんでした。

吉永小百合さん、60歳とは思えない美しさ。(17歳の「キューポラのある街」の時よりも美しいというか。)

コンサートで、吉永小百合さんの話が、さゆりさんから出てましたね。

文通を書籍化したものである。映画化やテレビドラマ化、ラジオドラマ化もされた。

1964年、吉永小百合、浜田光夫(日活)

・・・不治の病と聞かされた道子は、誠に別れの手紙を出すと、淋しく、病室に横たわった。手紙を受け取った誠は、病院にかけつけるとくじける道子の気持ちを責めた。道子も誠の誠実な愛情に号泣するのだった。一方主治医は、道子の生命を守るために、道子の顔半分がつぶれるという、大手術が必要だと言った。話を聞いた道子の動揺は激しかった。だが誠の愛情の大きさに、ついに道子は決意をきめて、手術を受けた。元気になって社会奉仕をしたい、道子の願いは、病床の中で強く燃えあがった。大手術のあと、容態は順調であった。道子の顔は左半分、白いガーゼで覆われたが、日増しに明るくなっていった。だが再び、手術台の上で道子は二十一歳の誕生日を迎えた。手術半ば、道子はこの世を去った。道子の日記帳には誠との楽しい生活を夢みた、数々の青春の悲しみと喜びが記して

10

20

30

40

50

あった。・・・

今は、文通はメールになりました。

日記も、パソコンに inputs、IT 技術の進化は、著しい。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0043】

「おんな船頭唄」。作詞：藤間哲郎。二十世紀の名曲たち、7集。三橋道也の名曲の一つ。さゆりさんも、三橋さんに、民謡を習ったと話されている。

「嬉しがらせて 泣かせて消えた

にくいあの夜の 旅の風

思い出さすえ ざんざら真菰・・・」

「ざんざら」は「ざわざわ音がする」という意味、真菰は水辺に生えるイネ科の多年草で、1、2メートルの高さになる。「ざんざら真菰」は、風に吹かれてざわざわ音を立てている真菰、という意味。

三橋美智也は北海道上磯町出身。5歳で民謡の初舞台を踏み、9歳で全道民謡コンクールに優勝して、民謡界の天才と呼ばれた。昭和30年(1955)には、この『おんな船頭唄』が大ヒットした。昭和58年(1983)には、史上初めてレコード総売上げが1億枚を突破。私が、6歳の頃の歌ですが、三橋美智也の名曲の思い出は多い。声の伸びと渋さの絶妙なバランスですね。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0044】

「テネシー・ワルツ」。二十世紀の名曲たち、4集。これも少年時代の思い出。それに、高倉健さんの「鉄道員」でも流れました。ひばりさんも歌ってます。ひばりさんの歌が、レベルとしては、一番でしょうか。

「I

was dancin' with my darlin' to the Tennessee Waltz

When an old friend I happened to see

I introduced her to my loved one

And while they were dancin'

My friend stole my sweetheart from me.・・・」

「去りにし夢 あのテネシー・ワルツ

なつかし愛の唄

面影しのんで 今宵も歌う・・・」

「・・・別れたあの娘(こ)よ 今はいずこ

呼べど帰らない」

占領軍の戸塚キャンプで歌っているのを認められて51年暮れ、キングレコードに入社。

「テネシーワルツ」「カム・オン・ナ・マイハウス」は空前の20万枚を記録した。また、長谷川町子の漫画を映画化した「サザエさん」に出演、役柄ぴったりで大好評を得る。

59年、東映の若手2枚目・高倉健と結婚。夫を「ダーリン」と呼ぶ仲の良さだったが、自宅が火事で全焼したのをきっかけに不運が重なり、あげくに夫の浮気を邪推して離婚。11年の蜜月(みつげつ)だった。やがて誤解がとけ、チエミはわびを入れて再縁を望んだが、高倉は静かにこれを拒否した。通説は、義姉(異父姉)による横領事件などがあった。46年にチエミ側から離婚を申し入れたとされている。(すでに記者にいろいろと、ニュースが流れていて、健さんも後戻りする気になれなかったのでしょうか。今だ、毎年、チエミさんの墓参りに行っていると聞いています。)

チエミさんが死去する約2年前の1980年5月にロサンゼルス公演で「唐獅子牡丹」を歌ったそうですから、健さんのこと好きだったのでしょね。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0045】

「有楽町で逢いましょう」。作詞：佐伯孝夫。昭和32年、フランク永井のヒット曲の一つ。二十世紀の名曲たち、9集。

10

20

30

40

50

「あなたとわたしの 合言葉 有楽町で 逢いましょう～」

昭和32年（1957）11月に発売された「有楽町で逢いましょう」が大ヒット。フランク永井の「魅惑の低音」は一躍全国を席卷した。あなたとわたしの合言葉「有楽町で逢いましょう」は文字通り当時の恋人達の合言葉となったのである。（多分、有楽町駅の切符売り場周辺で待ち合わせたカップルが多かったでしょう。もう、彼らも高齢者層。）

昭和30年前後の流行歌といえば、春日八郎、三橋美智也、藤島垣夫、青木光一などに代表される高音で歌う、地方をテーマにした望郷歌謡が全盛であった。

「そごう」は、昭和32年（1957）4月、日本テレビで音楽番組「有楽町で逢いましょう」をスタートさせる。5月25日午前10時、まだ闇市の面影を残し、街自体が雑然としていた東京・有楽町駅前に、エア・ドアやエスカレーターなど最新鋭の設備を備えたモダンな百貨店が開店した。

10

夜霧の第二国道 1957年（昭和32年）・・・今は、何故か「1国」と呼んでます。

羽田発7時50分 1958年（昭和33年）・・・大阪へ飛んだのでしょうか

西銀座駅前 1959年（昭和34年）・・・今の丸の内線の銀座駅の昔の名称です

東京ナイトクラブ 1959年（昭和34年） 松尾和子とのデュエット曲

東京への憧れは、私が10歳になる前に、フランク永井の歌の影響によるものかもしれない。

ただ、ご本人は、愛人との間の子の養育費の請求を苦に、首吊り自殺を図ったとい聞いているが、理解しがたい。他に借金があったのであろうか??? 自慢の低音にハリがなくなっていた事を苦にして自殺を図ったという説もあるが、この方が理解しやすい。

20

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0046】

「街のサンドイッチマン」。宮川哲夫：作詞、吉田正：作曲。二十世紀の名曲、第7集。

これを歌う鶴田浩二は、仁侠映画のスーパースター。

「ロイド眼鏡に 燕尾服 泣いたら燕が 笑うだろ 涙出た時や 空を見る

サンドイッチマン サンドイッチマン

俺らは街の お道化者 呆（とぼ）け笑顔で 今日もゆく・・・」

鶴田浩二：

大正13年（1924）、東京大田区で生まれましたが、母親は、父親の実家の反対で入籍することができなかつたため、母方の祖母の手で育てられました。たまに母親が会いに来るのが楽しみだったそうです。母親はその後、別の男性と正式に結婚、浩二は、祖母の死後、母親の嫁ぎ先に引き取られました。大戦中は学徒出陣兵として横須賀第二海兵団に入団、特攻攻撃に向かう多くの仲間を地上で見送るという辛い経験をしたといひます。

30

サンドイッチマン：

「サンドイッチマン」というのは和製英語のように聞こえるがこれはれっきとした英語（sandwich man）。ところで、日本にサンドイッチマンが最も多くいた時代がある。それは第二次大戦後の昭和24年頃。多くは戦後の混乱で職場が得られず、チンドン屋のように楽器を演奏したりもできない人々だったらしい。

今ではあまり見かけなくなりましたが、日本にはサンドイッチマンに似た職業にチンドン屋があってこちらは日本独自の文化が生み出したもの。1845年（弘化2年）、大阪千日前の香具師の元締めの子分だった飴勝（あめかつ）という若い江戸者がすっとんきょうな売り声を張り上げて大阪の町中に飴を売り歩いたのがはじまりといわれている。その後芝居の口上をまねたり、太鼓や三味線をもつようになりどんどんと進化した。

40

私は、サンドイッチマンを見た記憶は定かでない。チンドン屋の記憶はある。

現在でも日本の大都市盛り場で風俗業や金融業の広告を吊り下げて立っている。とは言っても腹側と背中側に広告を吊るす、文字通りのサンドイッチマンは少なく、長い柄の上につけた大きなプラカードを持つという姿が一般的だ。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0047】

「あざみの歌」。作詞：横井 弘。二十世紀の名曲たち、第3集。

50

いつ覚えたのか記憶がない。1950年のラジオ歌謡です。「ラジオ歌謡」は、家族みんなで歌えるホームソングを作ろうということで、NHKが昭和21年5月から37年3月にかけて放送した。1949年に作曲者が発表。翌年、ラジオ歌謡にノミネート。私が生まれた頃。

「山には山の うれいあり
海には海の 悲しみや
まして心の 花園に
咲きしあざみの 花ならば・・・」

あざみ：

野に咲くこの花の花言葉は「独立、厳格」。

野性的で、何事にもめげずに咲く花です。

また、スコットランドの国花でもあり雷草とも呼ばれます。

茎の上部で枝分かかれし、高さ60～100cm。根性葉を広げた形で冬を越します。茎は深く羽状に裂けた長楕円形。枝先は花径4～5cmの紅紫色の頭花を上向につけ、総苞片（そうほうへん）は先端がとがり表面はねばりつく。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0048】

「舟歌」。唄：八代亜紀。作詞：阿久悠。

「お酒はぬるめの 爛(かん)がいい

肴(さかな)はあぶった イカでいい

女は無口な ひとがいい

灯りはぼんやり 灯(とも)りゃいい

しみじみ飲めば しみじみと

思い出だけが 行き過ぎる・・・」

「無口な女性」に私は、一度もお目にかかったことはありません。

阿久悠さんの詞は、ありそうもないことを、さりげなく書いているところに妙味がありますね。

「無口な女性」がいるとしたら、死にかけの女性ではないでしょうか。

私の母も、一日中、しゃべっていた気がします。

妻に二人の姉がいますが、3人そろると、手がつけれられません。

別室にとじこもり、お帰りの時間を待つのみ(笑)

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0049】

「夜霧よ今夜もありがとう」。作詞・作曲：浜口庫之助。二十世紀の名曲たち、第7集。

「しのび会う恋を つつむ夜霧よ

知っているのか ふたりの仲を

晴れて会える その日まで

かくしておくれ 夜霧 夜霧

僕等はいつも そつと言うのさ

夜霧よ 今夜もありがとう」

昭和42年(1967)の歌であるから、私が高校3年の頃である。

最近、都会に霧が出ることも少なくなった気がします。

石原裕次郎：

裕次郎は、「太陽の季節」(1956年)で映画界にデビューする。「太陽の季節」は、兄・慎太郎が一橋大学在学中に書き、芥川賞を受賞した小説を、日活が映画化したもの。裕次郎は兄の勧めで、気楽な気持ちで映画「太陽の季節」に脇役で出ることになり、わずかなシーンにしか出演しなかったが、長門裕之、南田洋子らの出演俳優の中でも、誰よりも目立った存在であったという。映画は大ヒットした。当時20才、慶応大学3年に在学中であった。日活は裕次郎の本格的な主演作を準備。それが、北原三枝との共演となった「狂った果実」(1956年)で、実質的なデビュー作である。ここに、スター石原裕次郎が誕生する。

10

20

30

40

50

ドラマから始まった歌手・石原裕次郎は「ムーディーな夜の世界」を、映画同様に描いた。それはフランク永井とはまた違う、新しいムード歌謡だった。

「銀座の恋の物語」・・・定番デュエットソング。「二人の銀座」と並ぶ「二大銀座ソング」だ。メロディーに負けず劣らず、歌詞も良い。

1. 赤いハンカチ・・・なんかすごく懐かしい感じ。
2. 二人の世界・・・鶴岡雅義のレキントの音色が効いてる。
4. 恋の町札幌・・・観光のメッカ「時計台」は、この曲が発祥？と思わせる程。
5. 北の旅人・・・ドラマの挿入効果音、みたいな出だし。
6. ブランデーグラス・・・冒頭のコーラスがいやでも盛り上げる。

等々、浅丘ルリ子さんとの「地獄花」は、詞の内容に聞いてびっくり。浅丘さんは、詞の朗読をしているだけなのである。 10

石原裕次郎の天性の声の魅力によるものでしょう。歌については、彼はさほど努力しなかったし、するつもりもなかったのでは。レコーディングの時、歌詞を覚えてこなかったと、聞いています。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0050】

「地獄花」。唄：石原裕次郎、浅丘ルリ子。作詞：荻原四朗。昭和46年2月。原作は立原正秋の「剣と花」。映画化もされているようです。渡哲也さん主演作品。たまたま、5年程前に、裕次郎全曲集を買ったら、入ってました。

以下は、浅丘ルリ子さんの台詞の部分のみ紹介。ルリ子さん、女優さんだけあって、台詞が上手いです。 20

「愛しあって仕舞った者を、他人がどう見ようとそれは勝手です。

貴男は地獄を見たと仰有る。そんな地獄が怖いのですか。

誰も二人の世界には入ってこれないんですよ。

じっとこうしている限り、怖い世界など来るものですか。

怖いのは、貴男があたしを裏切った時だけです・・・」

「ほんとですね・・・あたしだけと・・・最後まで行って下さるのね・・・呼・・・嬉しい・・・さあ、今ここで・・・あたしを抱いて！」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0051】

「船頭小唄」。野口雨情、作詞中山晋平、作曲。二十世紀の名曲たち、第7集。大正12年の歌であるから、特にいつどういう思い出があるかと言えば、それはよく分からない。なにせ、私の父が生まれた年である。

「中3の夏、フジTV系の『リビング4』が夏休みの特別企画として『ちびっこ歌謡曲大会』の出演者を募集していた。さゆりは応募していなかったが、応募していた同じ音楽教室の友だちが田舎へ行くことになって欠場、そのかわりに出場したところ、1次、2次審査をあっさりパスした。そしてチャンピオン大会に出場、『船頭小唄』を歌って優勝してしまったのである。47年8月28日、まるで夢のような出来ごとであった。」また、この歌、さゆりさんは、お祖母さんから、教わったと聞いている。幼いころから、才能出てたのでしよう。 40

「おれは河原の枯れすすき

おなじお前も枯れすすき

どうせ二人はこの世では

花の咲かない枯れすすき」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0052】

「ブルー・シャトー」。作詞：橋本淳。二十世紀の名曲たち、第9集。昭和42年。ビートルズがやってきたりして、グループサウンズが一つの音楽ジャンルを形成しましたが、ジャッキー吉川とブルー・コメッツは、レベルの高いグループだったと思います。

昭和41年「青い瞳」レコードデビュー、昭和42年には「ブルーシャトウ」でレコード大賞 50

受賞。そして武道館でのビートルズとの共演、またグループサウンズでは唯一、NHK紅白歌合戦に出場。アメリカにも進出し、エド・サリバンショーにも出演。等々内外に輝かしい実績を誇るブルーコマッツは、昭和48年にメンバーチェンジ。

「森と泉にかこまれて

静かに眠る ブルーブルーブルーシャトー

あなたがぼくを 待っている

暗くて淋しい ブルーブルーブルーシャトー

きっとあなたは 赤いバラの

バラの香りが 苦しくて

涙をそっと 流すでしょう・・・」

ビートルズが日本にやってきたのは、私が高校生の時。ただ、その時は、プレスリーや、サイモン&ガーファンクルの方に興味がありました。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0053】

「ジェラシー」。唄：井上陽水。作詞・作曲井上陽水。二十世紀の名曲たち、第8集。テレビ番組でも、さゆりさんが歌われている。さゆりさんもいいが、陽水の大きな体から出る美声は、また、素晴らしい。

「・・・窓辺に佇んでる君を見てると 長い年月に触れたような気がする

夕焼けの空のどこかで忘れた愛が忍び込む

流れるのは涙ではなく汗

君に寄せる愛はジェラシー 春風吹き秋風が吹き淋しいと言いながら

君に寄せる愛はジェラシー ジェラシー

浜百合が咲いてるところをみると どうやら僕等は海に来てるらしい

ハンドバッグの留め金が はずれて化粧が散らばる

波がそれを海の底へ引き込む・・・」

国民的シンガー・ソングライター、井上陽水。“食う寝る遊ぶ”的風情のマイ・ペースな活動スタンスを守りながらも、常に第一線で活躍しつづけている唯一の存在。その魅力は無敵大である。時流を踏まえたサウンド・プロダクツ、流麗なメロディ・ラインをなぞる究極的に美しいアノ歌声、そして目まぐるしく変化を遂げる“時代という名の怪物”を端的かつシニカルにズバリ切り取った詞世界。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0054】

「大阪つばめ」。唄：石川さゆり。作詞：吉岡治、作曲：岡千秋。タイトルや歌詞に大阪・なにわ・大阪の地名・名所・人物・大阪弁などが織り込まれたもので、SP・EPレコード（CDは含まず）で制作されたものに限っても、曲数は900曲以上あるとの調査結果がある。CDを含めると1000曲以上になるかもしれない。

とるで、石川さゆりさんの大阪の曲としては、

「大阪のおんな」・・・「お酒飲まなきゃ いい人なのに いい人なのに・・・」

「大阪つばめ」・・・「雨の降る夜は人恋しくて 夢がぬれますネオンがしみる・・・」

の2つの曲が浮かぶ。「大阪のおんな」は、最近、アンコールで歌われることが多い。「大阪つばめ」はメインプログラムの中に組み込まれることが多い。作詞：吉岡治、作曲：岡千秋さんであったと思うが、私は、何故か、「大阪つばめ」の方が好きである。

大阪には、2度しか行ったことがない。一度は、小学生の頃、大阪城の記憶だけが残っている。2度目は、新歌舞伎座へさゆりさんのコンサート。ただ、私には、「大阪ミナミ」という言葉が印象的に刻まれている。「大阪ミナミ」とは、大阪を代表する2大繁華街の1つで、一般に難波から千日前、道頓堀の範囲を指し、都会的なキタ（梅田周辺）にくらべ、ミナミは、「食いだおれの街」と呼ばれるだけあって、エネルギーで庶民的な大阪コテコテカラー満載のエリアとの案内がされている。ただ、高倉健の「夜叉」という映画に、大阪ミナミが出てくる。・・・降旗康男監督による高倉健の魅力の集大成。日本海

10

20

30

40

50

に面した小さな港町。かつてミナミのヤクザだった修治は、漁師として暮っていた。そんなある日、ヤクザに追われた螢子という女がやって来る。・・・映画としては、素晴らしいが、大阪ミナミは、怖いところという印象が残ってしまった。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0055】

「東京ナイトクラブ」。唄：フランク永井・松尾和子。作詩、佐伯孝夫、作曲、吉田 正。東京の歌というと、これは、数え切れないであろう。「東京」、「銀座」、「新宿」、「上野」、「青山」、「六本木」等々、いろいろな地名が出てくる。山手線の駅名が全部出る「恋の山手線」なる歌もある。デュエットソングも、多い。石川さゆりさんの歌の中にも、「東京めぐりあい」がある。なんととっても、延々と歌われ続けているのは、「東京ナイトクラブ」と「銀座の恋の物語」であろう。私自身は、「東京ナイトクラブ」が好きである。

10

「なぜ泣くの 睫毛がぬれてる
好きになったの もっと抱いて
泣かずに踊ろよ もう夜もおそい
わたしが好きだと 好きだといって
フロアは青く仄暗い
とても素敵な 東京ナイト・クラブ・・・」

唄：フランク永井 松尾和子 昭和34年

私は、ナイトクラブへ行った経験はないが、「ナイトクラブの内部は、広いフロアがあり、そこに多くのソファとテーブルがまっすぐ並べられ、前方にダンスステージがあるのが基本スタイル。通常、男女で行くらしい」一方、キャバレーは、基本スタイルは似ているが、男性だけで、行くところのように理解している。キャバレーに行った記憶はある。現在は、ナイトクラブもキャバレーもなくなり、クラブあるいはキャバクラというものになった。・・・そういう場所へ行きたいと言う欲求もなくなってしまったが。

20

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0056】

「そして神戸」。千家和也：作詞、浜圭介：作曲。唄：内山田洋とクール・ファイブ。

神戸の歌。これがなかなか出てこない。さっと思い浮かぶのが、この曲。

「神戸 泣いてどうなるのか

30

捨てられた我身が
みじめになるだけ
神戸 船の灯うつす
濁り水の中に
靴を投げ落とす
そしてひとつが 終わり そしてひとつが 生まれ
夢の続き 見せてくれる
相手 探すのよ・・・」

神戸（こうべ）と、「べ」という音が詞に入りにくいのか、歌になりにくい街なのか。

40

ただ、震災記念コンサートとか、かなり開催されているようである。

なお、私の神戸の記憶は、高校生の修学旅行で神戸港から、瀬戸内海を西に向かって走る船に乗ったことだけである。神戸港の記憶自体はなく、瀬戸内海の両岸の明かりだけが記憶に残っている。大学受験を控え、男子だけのクラスで、とりあえず参加しただけの修学旅行であった。さすがに、秋吉台の鍾乳洞は、鮮明な記憶として残った。

追記：「京都にいるときゃ 忍と呼ばれたの 神戸じゃ渚と 名乗ったの 横浜の酒場に 戻ったその日から・・・」（「昔の名前で出ています」）の歌の中に神戸が出てくるのを思い出しました。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0057】

「ブルーライト・ヨコハマ」。横浜の歌というのは、多くて数えきれないが、大ヒットし

50

た曲としては、まず「ブルーライト・ヨコハマ」を取り上げるのが妥当であろう。橋本淳作詞・筒美京平作曲。

1969年、いしだあゆみさんのヒット曲。また彼女は、女優としても、実績がある。1977年「青春の門・自立編」で報知映画賞助演女優賞を受賞。1986年には文芸大作「火宅の人」で日本アカデミー賞主演女優賞を始め、報知映画賞、ブルーリボン賞等、数々の賞を受賞している。映画「駅」1981年製作（高倉健主演）では、「直子」役として、最初に登場する。

「街の灯(あか)りが とてもきれいな
ヨコハマ ブルーライト・ヨコハマ
あなたとふたり 幸せよ・・・」

10

いしだあゆみさん、その他、下記のような曲が出している。

喧嘩のあとでくちづけを(1969.11.20)

あなたならどうする(1970.3.25)

砂漠のような東京で(1971.5.10)

おもいで長崎(1971.8.25)

愛の氷河(1973.2.25)

渚にて(1973.6.10)など

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0058】

「蒲田行進曲」。唄：松坂慶子。訳詩、堀内敬三。二十世紀の名曲たち、第4集。蒲田は東京都大田区にある町。JR京浜東北線の駅があり、大田区区役所もある。大田区命名の由来は、大森の「大」と蒲田の「田」にあるとか。大正9年(1920)から、大船に移転する昭和11年(1936)まで、

20

蒲田の地で夢を作り続けた松竹キネマ蒲田撮影所。当時の蒲田周辺には俳優も多く住み、「流行は蒲田から」と言われるほどの華やかさと活気にあふれていた。区は撮影所跡付近で民間との共同開発計画を進め、

映画の上映施設も含めた区民ホールを建設。昨年だったか、さゆりさんのコンサートも行われた。「蒲田行進曲」は、撮影所を舞台に、スターと大部屋俳優の奇妙な友情、そしてこの二人の間で揺れ動く女優の姿を描く。第86回直木賞を受賞したつかこうへいの同名小説の映画化、脚本もつか自身が執筆、監督は「道頓堀川」の深作欣二、撮影は北坂清がそれぞれ担当。最初は、松坂慶子さんが歌った。歌詞のキネマとは、「キネマトグラフ」の略で、映画、活動写真、シネマ、という意味。昭和4年の歌とは思えない、澁刺とした歌ですね。さゆりさんの元気な歌声がいいですね。

30

「春の蒲田 花咲く蒲田 キネマの都

空に描く 白日の夢 あふるところ・・・」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0059】

「いい日旅立ち」。唄：山口百恵。作詞・作曲：谷村新司。二十世紀の名曲たち、9集。この曲は1978年に作曲されJR(当時国鉄)のキャンペーンソングとして山口百恵さんが歌いました。いい曲、若者が旅に出る、社会に出るといった感じです。2006年の入社式は景気回復のせいか活気があるようです。ニュース映像で知るかぎりですが。阿久悠先生も、「当時、あまりにもスタンダードな感じの歌が出たので、驚いた」と語っておられました。国鉄でしたから、谷村さんも、普通の曲を用意してみたなら、意外に出来栄が良かったと思われたのかも知りません。普通と傑作は、紙一重の違いかもしれません。

40

「・・・ああ 日本のどこかに

私を待ってる 人がいる

いい日旅立ち 夕焼を探しに

母の背中で聞いた 歌を道連れに」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

50

【0060】

「別れの一本杉」。作詞：高野公男、作曲：船村 徹。唄：春日八郎。二十世紀の名曲たち、7集。石川さゆりさんの他、香西かおり、大月みやこ、美空ひばりさんらも収録されている名曲である。いわゆる歌謡曲というものを始めて認識した曲であったと思う。小学2年の春休み、転校のため、父母と、とぼとぼ歩く私の頭の中に、この曲が流れていた気がしてならない。

「泣けた 泣けた
こらえきれずに 泣けたっけ
あの娘(こ)と別れた 哀しさに
山のかげすも 鳴いていた
一本杉の
石の地藏さんのよ 村はずれ」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0061】

「さくら貝の歌」。作詞：土屋花情、作曲：八洲秀章。二十世紀の名曲たち、3集。さくら貝は、文字通り桜色をしていて、やや透き通るような感じで、光沢もあり、ちょっと力を入れるとわれそうなくらい繊細なものである。

「美わしき さくら貝ひとつ
去りゆける きみに捧げん

この貝は去年の浜辺に

われひとり拾いし貝よ・・・」

すでにこの歌は昭和十八年に完成していた。「八洲は病で失った恋人の面影を抱いて鎌倉に住み、浜辺で見た光景に託して「わが恋の如く悲しさやさくら貝かたひらのみのさみしくありて」の和歌を作った。これを逗子町役場に勤める友人花情に示して作詞を依頼、曲をつけた。」との逸話がある。

石川さゆりさん、倍賞千恵子さんらの歌が美しい。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0062】

「春の雪」。唄：石川さゆり。岡メロディーいいですね。吉岡先生の詞、色っぽいですね。

「からだを独り もてあます
みんなあなたの あなたのせいよ・・・」

最近、コンサートで歌われてないと思いますが、35周年では、ぜひと期待しています。

昭和30年代は、今より寒くて、岐阜あたりでも、3月末や、4月の初め頃に雪が降ったのを記憶しています。当時は、伊吹山にスキー場があったと思います。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0063】

「裏町夫婦草」。唄：石川さゆり。作詞：吉岡治、作曲：岡千秋。1986年発売。この歌も、味わいがありますね。

「口に出せない 男のにがさ
かわりに背負えぬ おんなのつらさ・・・
ぬくもり一つ わけ合えば・・・」

「・・・ついてゆきます あなた 惚れてます
・・・星もうなずく 裏町夫婦草」

今は、両方が対等に助け合うのが理想形になりつつありますので、古いタイプの夫婦でしょう。ただ、「女性は、惚れてない男についていくことはできない」というのは、真実かと思えます。男の場合は、「まあ、いっか」という線をよしとする傾向あり。あまり、憧れの女性を求めても、気づかれしたり、こんなはずでなかったと、がっかりしますし。

10

20

30

40

50

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0064】

「粹な別れ」。唄：石原裕次郎、作詞曲：浜口庫之助。二十世紀の名曲たち、10集。

「命に終わりがあ

恋にも終わりがくる

秋には枯葉が 小枝と別れ・・・

泣かないで 泣かないで

粹な別れを しようぜ」

「別れの朝」、「別れ上手」、「今日でお別れ」、「別れの鐘の音」、「別れの一本杉」、「別れても好きな人」、「別れのサンバ」、「お別れ公衆電話」、「また逢う日まで」、「さよならをもう一度」、「さよならはダンスの後で」、「グッドバイ・マイラブ」、「星影のワルツ」、「なごり雪」、「海岸通」、「悲しい色やね」、「ヨコハマたそがれ」、「そして神戸」、等々、別れの歌は多い。粹な別れ、別れてお互い、またハッピーになることを期待して、別れるのでしょうか。ほんとうに、ハッピーになるかは、保証の限りではないのですが、お互い、その先には、干渉しないことが、粹なのでしょう。少なくとも、未練がましくないのであることですね。

現実、ドロドロすることが多いので、別れた人に、恨まれないように。

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0065】

「シクラメンのかおり」。作詞曲：小椋桂。二十世紀の名曲たち、10集。

ヨーロッパ、地中海沿岸が原産で、現地では野豚が好んでその球根を食べるため「豚のパン」といわれていたが、それが日本の日本に入ってきて「ブタノマンジュウ」などという別名もある。咲いている姿がサクラソウに似ていると思ったらサクラソウの仲間。

シクラメンは昭和50年に布施明さんがヒットさせた流行歌「シクラメンのかほり」によって、冬の代表的な花になった。しかし「香り」のあるシクラメンは原種に近い小型の一部のシクラメンに限られる。「シクラメンのかおり」の曲名は、この曲を作った小椋佳さんの愛妻が「佳穂里（かほり）」さんだからという逸話もある。

「真綿色したシクラメンほど

清しいものはない

出会いの時の 君のようです・・・」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0066】

「奥飛騨慕情」。作詞、作曲、唄：竜鉄也。昭和55年。

岐阜県出身であるせいか、飛騨とか、長良とかの言葉に愛着を感じる。高山には、一度行ったことがあるだけではあるが。ところで、「奥飛騨慕情」で知られる盲目の演歌歌手竜鉄也さんの記念館が高山市の観光名所飛騨の里近くにオープンした。衣装やギター200点が余りの展示品、アコーディオンには触れることもできるとのこと。NHKの「そして歌は誕生した」で「奥飛騨慕情」が取り上げられたことがあったが、「つらいことが、楽しいことより、何倍も多かった彼の人生」というように、語られていたのが印象的である。石川さゆりさんの歌声でも聞いてみたい。私は、3番の詞に白百合、雷鳥と出てくるのが好きである。カラオケに行った時は、毎回歌う曲である。

「抱いたのぞみのはかなさを

知るや谷間の白百合よ

泣いてまた呼ぶ雷鳥の

声もかなしく消えてゆく

ああ 奥飛騨に

雨がふる」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0067】

「青春時代」。作詞：阿久悠、作曲：森田公一、唄：森田公一とトップ・ギャラン。昭和

10

20

30

40

50

51年。

「卒業までの半年で

答を出すと言うけれど・・・

青春時代が夢なんて

あとからほのぼの想うもの

青春時代の真ん中は

道に迷っているばかり」

「ほんとにそうだな」。道に迷い、胸に刺さすことも多かった時代から、35余年が夢のように流れ去りました。今は、若くして事業を興す人も一握りではありますが、現れています。私の時代は、とにかく組織に入ってがんばること、上司の命令に従うこと。ただ、

10

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0068】

「勘太郎月夜唄」。作詞：佐伯孝夫。二十世紀の名曲たち、7集。昭和18年。

団塊の世代でも、さすがに、この曲を歌うことは少ない。会社に入った頃、宴会で、時々、この唄が飛び出してきた。入社当時の宴会は、カラオケ装置もなく、適当に唄うのであるが、芸者さんの三味線がついたりする、豪華版の宴席では、なかなか粋に聞こえた。もちろん、唄う本人は、振りをつけていた。

若州一滴文庫での、さゆりさんの「勘太郎月夜唄」よかった。

20

「影か柳か 勘太郎さんか

伊那は七谷 糸ひく煙り

棄てて別れた 故郷の月に

偲ぶ今宵の ほととぎす・・・」

「戦時中に大ヒットした映画の中のヒーロー」である。実在の人物ではない。第2次世界大戦中の昭和18年に東宝で封切られた映画「伊那節仁義(サブタイトル「伊那の勘太郎」)」は、軍国もの一色の日本映画の中で大ヒットを記録した。軍部の締め付けが厳しい社会事情の中、この映画は幕末に実際に伊那谷を通行した水戸藩の勤王党「天狗党」を勘太郎が手助けをするという筋立てで辛うじて検閲を通過した。しかしその内容は、ふるさと伊那に帰った勘太郎が義理と人情の狭間で揺れる日本人好みの痛快時代劇。主演は元祖

30

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0069】

「湖畔の宿」。阿久悠作詞：佐藤惣之助、作曲：服部良一、唄：高峰三枝子。二十世紀の名曲たち、1集。昭和15年。

「山の淋しい 湖に

ひとり来たのも 悲しい心

胸の痛みに 耐えかねて

昨日の夢と 焚き捨てる

古い手紙の うすけむり・・・」

昭和63年(1988)2月、佐藤惣之助の手紙が見つかり、モデルは群馬県の榛名湖だとわかりました。阿久悠先生の思い出深い曲として、「愛すべき名歌たち」の書の最初にこの曲が記述されている。また、NHKの「すばらしき音楽仲間」でも、先生の思い出について、語られている。

40

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【0070】

「白い花の咲く頃」。二十世紀の名曲たち、2集。作詞：寺尾智沙、作曲：田村しげる、唄：岡本敦郎。昭和25年(私、1歳)。

50

「白い花」、何の花が想像にまかせている。「釜山港に帰れ」が好きなので、「コブシ」にさせていただきますでしょうか。

「白い花が 咲いてた
 ふるさとの 遠い夢の日
 さよならと 云ったら
 黙ってうつむいてた お下げ髪
 悲しかった あの時の
 あの 白い花だよ」

結論：この曲は、熟年層の室内体操に用いるには、適していない。

【図面の簡単な説明】

10

【0071】

【図1】演歌に合わせて行う体操の基本図（両足を揃える型）

【図2】演歌に合わせて行う体操の基本図（両足を前後にずらす型）

【図3】演歌に合わせて行う体操用マット

【図4】演歌に合わせて行う体操用マット（表面に突起が設けられているもの）

【図5】演歌に合わせて行う体操用マット（表面に突起が設けられているもの、2層）

【図6】2層マットの嵌合ポイントを示す図

【図7】2層マットの嵌合ポイントを示す図のA - A断面の図

【図8】「故郷によろしく」の曲が収録されているCD

【符号の説明】

20

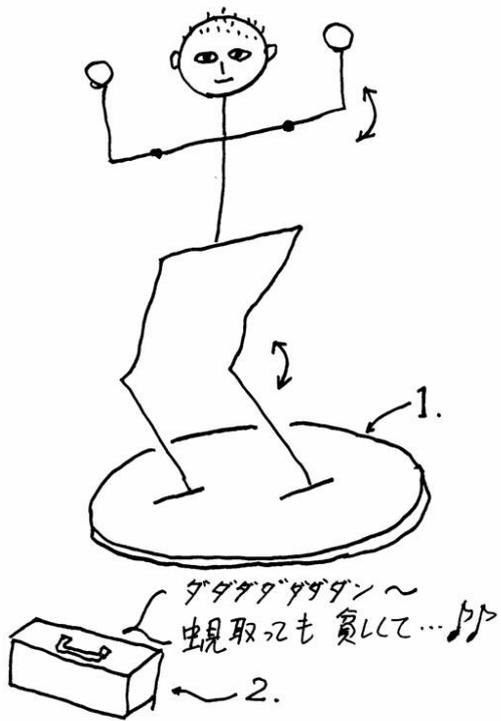
【0072】

1．演歌に合わせて行う体操用マット

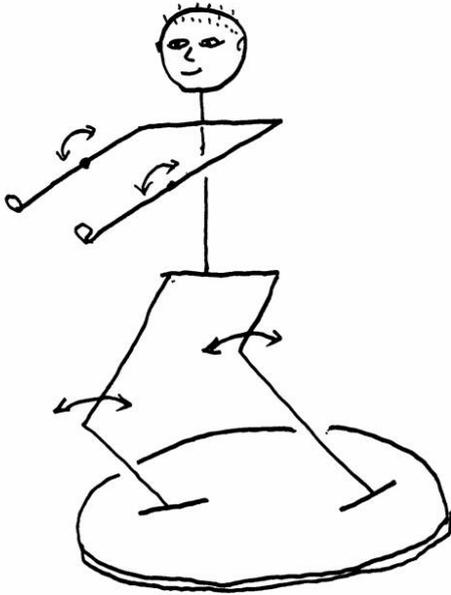
2．音楽プレーヤー

30

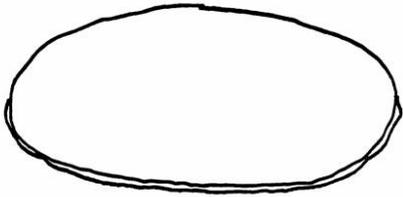
【 図 1 】



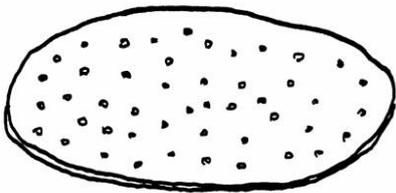
【 図 2 】



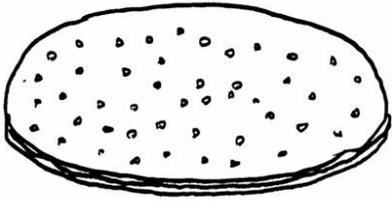
【 図 3 】



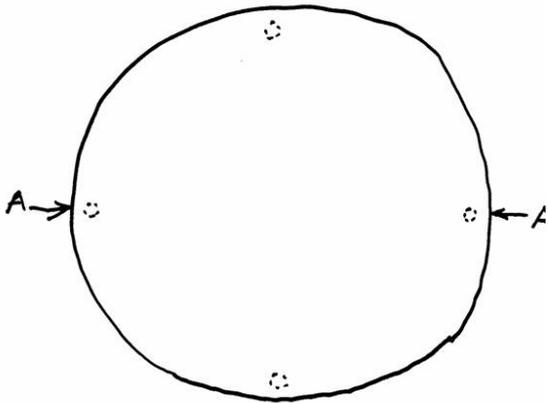
【 図 4 】



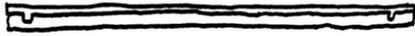
【 図 5 】



【 図 6 】



【 図 7 】



【 図 8 】

