

第  
20  
号

2020年(令和2年)3月

発行 中央大学学会「白門50会」支部  
編集 白門50会広報部

# 中央大学中長期事業計画 Chuo Vision 2025 の進捗状況

中央大学は創立130周年を機に、今後10年間の「中長期事業計画 Chuo Vision 2025」を2015年10月に策定しました。「世界に存在感のある大学」を目指していくうえでのMission(使命)及び5つのVision(将来構想)のもと、4つのApproachを中心に事業が展開されています。

◎**Mission** : グローバルな視野と実地応用の力を備え、人類の福祉に貢献する人材の育成

◎**Vision** : ①教育、②研究、③社会貢献、④キャンパス、⑤経営

計画策定時から令和の時代にかわったこの4年間あまりに、入学定員管理の厳格化、東京都特別区(23区)の定員規制に関する法律の施行等、社会の動向及び大学を取り巻く環境に大きな変化がありました。

その中で、計画初年度である2016年から2019年度までの取組み及びVisionに関連する**2020年度の重点政策の紹介**がありました。(清野 強)

## 2020年度重点政策 策定の基本的な考え方

- ▽教育・研究：グローバル化や少子高齢化の進展及びSociety5.0の到来による社会構造の変化に対応し、健康スポーツ、AI・データサイエンスなどの新しい領域にウイングを広げた教育研究を実現する組織と制度の整備に向けて、具体的な計画を策定し実行する。
- ▽研究：全学的な研究をより一層向上させるために、外部資金を活用した研究活動財源を確保するとともに、学際融合コンソーシアムなどの研究推進体制を構築する。
- ▽社会貢献：「持続可能な開発目標(SDGs)」の実現に向けた取組みを可視化に努めて推進し、「ダイバーシティ」を推進する組織を整備する。東京オリンピック・パラリンピックを契機として、全学一体となったスポーツ振興を社会連携によって強力に推進する。
- ▽キャンパス：各キャンパスの特性をいっそう活用し、各キャンパスの連携を強化して、地域連携重視と学生起点のキャンパス整備を推進する。
- ▽経営：各種の施策を迅速に推進できる大学ガバナンスと教育マネジメントを整備し、財政構造を強化する。新規事業計画(キャンパス整備計画等)への支出に対応して、各種収入(補助金、事業、寄付金等)の増加と経常的経費の適正化を図り、教育研究経費と学生支援経費の支出を高める財政構造の構築に向け、計画を策定し、実行する。

多摩に学部共通棟、  
茗荷谷に新キャンパス、  
駿河台記念館建て替え

## Approach

1. 教育組織の改編・創設
2. キャンパス整備
3. グローバル戦略
4. スポーツ振興事業

### Approach 1 教育組織の改編・創設

- ☆ 学部増設による総合大学としての魅力向上 ☆  
(8学部26学科へ)  
現代社会が直面する課題に応え、かつ総合大学としての更なる魅力向上を目指して、教育研究体制の再編を検討しています。
- 2019年4月、国際経営学部を多摩キャンパスに開設(入学定員300名)
- 2019年4月、国際情報学部を市ヶ谷田町キャンパスに開設(入学定員150名)
- 健康スポーツ科学部(仮称)については、開設に向けた手続きは再度延期する。

### Approach 2 キャンパス整備

- ☆ 2大キャンパス体制の形成 ☆  
多摩キャンパスと都心キャンパスのそれぞれの魅力を明確化させ、多摩キャンパスは緑豊かで施設設備の整ったグローバルキャンパスを目指し、都心キャンパスは後樂園キャンパスを中心として先進的な教育研究とプロフェッショナル養成に注力したキャンパスを目指します。 ⇒2面に続く

⇒1面から続く

### ◆ 多摩キャンパス ～(キャンパス整備:2021年目標)

多摩キャンパスの将来像は、「豊かな自然環境のナチュラルなイメージとダイバーシティに富むグローバルキャンパス」としています。

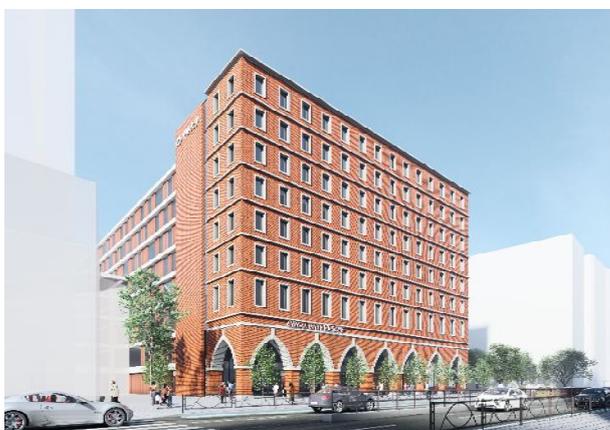
- グローバルな教育研究が可能となる施設設備を整えた「**グローバル館**」と、オンキャンパスで「生活」と「教育」が融合する「**国際教育寮**」が完成し、供用が開始されます。
- 学部横断的な教育研究施設となる「**学部共通棟(仮称)**」は現在建設中で、2021年4月から供用開始予定です。



学部共通棟のイメージ図  
＝中央大学提供

### ◆ 都心キャンパス ～(キャンパス整備:2023年目標)

- 法学部の都心展開について(2023年度からの移転準備)  
文京区大塚一丁目(最寄り駅:地下鉄丸ノ内線「茗荷谷駅」)の新校地と後楽園キャンパスへの移転が確定する見通しです。
- 大学院法学研究科の移転について(2023年度から新校地に変更)  
法学部の都心移転に伴い、大学院法学研究科についても新校地に変更します。



茗荷谷新キャンパスのイメージ図  
＝中央大学提供

- 後楽園キャンパス近隣地の取得について  
都心キャンパスでは、当該キャンパスの機能拡充を図るべく近隣地の取得を検討していた結果、この度、文京区春日1丁目の物件を取得するに至りました。

### □駿河台記念館(創立100周年記念館)の建て替え(並びに専門職大学院法務研究科及び戦略経営研究科の移転)について(2023年3月完成を目途)



駿河台記念館は、2023年3月完成を目途に建て替えが予定されており、専門職大学院法務研究科と戦略経営研究科を移転させ、教育研究施設として展開するほか、学生会本部機能や諸機関の利用にも供することになっています。

建て替え後の駿河台記念館のイメージ図  
＝中央大学提供

### Approach 3 グローバル戦略

#### ☆ グローバル化の推進 ☆

- 留学生の受け入れ  
2025年までに、年間受け入れ数1,000人を目指します。2019年に開設した国際経営学部では、設置科目の7割以上が外国語(主に英語)により行われ、中央大学では初めて卒業に必要な単位の全てを英語で行われる科目で習得することが可能となります。
- 学生の海外派遣  
2025年までに、年間派遣数2,200人を目指します。2019年度に開設した国際経営学部では、海外短期留学を必修化しました。
- 学年歴における授業時間割等の見直し  
2019年度から8学部ともに授業時間割を変更(10分×14週、9:00開始)しました。
- グローバル・プロフェッショナルの育成  
すべての科目を英語等で教える全学的教育プログラム「グローバルFLP(Faculty-Linkage Program)」を2018年度開設。本プログラムは、実践的要素と実務的海外体験を取り入れた外国語による、全学的な国際化教育プログラムを提供しています。

### Approach 4 スポーツ振興事業

- 選手育成強化による実績の向上と、スポーツに関する伝統の維持・発展の両面を重視し、大学としてスポーツ振興を図るための独自の施策を展開します。
- ☆ **スポーツ振興事業の目標** ☆
- 2020年度東京オリンピック・パラリンピックに20人以上の本学代表選手(在校生・卒業生)の派遣を目指しています。
- 箱根駅伝は2020年までに5位以内、2025年までに優勝を目指します。 ⇒3面下に続く



# 伊香保温泉 昭和の郷愁

## 白門50会 冬の旅

本多 俊彦

2019年12月8日～9日

今年の50会旅行は4名の少数参加となった。師走という時期が影響したのだろうか。特に厳しい選抜？が行われたとは聞いていない。少数になったので列車から車に交通手段を変更する。渋川のインターを降りると、冬の雰囲気を感じ始めた榛名山が迎えに来てくれる。昼食の水沢うどんは何十年ぶりだろうか。秋田の稲庭うどん、香川の讃岐うどんと並んで三大うどんと称されるだけにさすがに美味しい。

榛名山にはロープウェイを使う。天候に恵まれたこともあり、山頂からは眼下に榛名湖、近くには赤城山、谷川連峰、浅間山や北関東の平野部が、遠方には秩父連山のほかアルプスの山々と富士山までも遠望できて、すばらしい眺望だ。山頂にはパワースポットの富士山神社もある。麓の榛名湖は静かな佇まいでいかにも山の湖といった感じ。いくつかの流行歌の舞台にもなっている。「湖愁」という唄をご存知だろうか？昭和38年に松島アキラが唄ったヒット曲（ちょっと古いか）。失恋の痛手を湖に語りかける内容で作者の実体験に基づいているそうだ。

さらに、榛名神社に向かう。創建は6世紀後半で1400年を越える歴史を誇る。近年、パワースポットとしても注目されているという。山門をくぐり、参拝して戻ろうとしたが、パワーに呼び込まれ、

宿では同世代グループと「臨時懐メロ合戦」に

参道をすこし歩いてみる。鞍掛岩、矢立杉、双龍門などを通過するうちにパワーが漲ってくるのを感じる。結局、20分くらい歩いたろうか。もらったパワーを今夜のカラオケに注ぎ込もうかと神社が苦笑しそうなことを考えながら、今宵の宿、伊香保温泉グランドホテルに入る。

バイキングの夕食を終えて、カラオケタイムの時間になった。個室はすでに予約で一杯のため、共用できる部屋を利用することにした。部屋というより、フロアといった感じですごく広い。順番に唄い続けているうちに他のグループとのさながら歌合戦となり、昔のディスコいやゴーゴー喫茶の時代？の女性グループもいて、懐かしい曲を披露し合った。「湖愁」はさすがに古すぎると思い、唄うのをためらったが、今思えば唄っておけばよかったと思う。



ノスタルジックな雰囲気溢れる石段街を散策する参加者たち。伊香保温泉で

翌日は、伊香保温泉名物の石段街を散策する。昔ながらの射的場、風情のあるお土産店をひやかしながら、ノスタルジックな温泉街を堪能する。伊香保温泉は何十年か前に来た記憶があるが、初冬のこの季節も風情があってすばらしい。趣のある静かな旅となった。

⇒2面から続く

### ☆ 推進体制 ☆

□2016年4月にスポーツ振興・強化推進室を設置し、その下に「オーナーズ部門」「スポーツ振興部門」の2つの専門部門を設けて、中期的・長期的な強化策を一体的に推進できる体制を整えました。

□「オーナーズ部門」においては、優秀選手の確保・育成のための強化策を実施し、オリンピック・パラリ

ンピックへの選手輩出に向けた支援、駅伝強化計画の策定・実施などに取り組んでいます。

□「スポーツ振興部門」においては、本学スポーツの伝統の維持・発展のため、体育部会が主要競技会での優勝を果たせるよう強化支援に取り組み、中大スポーツ全体の競技力向上と、すべての構成員の帰属意識の向上を図っています。

⇒9面下へ続く

## 学員時報 新年号から

### 硬式野球部 15年ぶりの優勝！

東都大学野球秋季リーグ戦は10月17日(木)、神宮球場で行われ、中央大学が立正大学を7-6で下し、2004年秋以来となる15年(30季)ぶり通算25度目のリーグ優勝を果たした。この結果、明治神宮野球大会に出場したが、一回戦で敗退した。まだまだだね。

### 駿河台記念館閉館！

50会で、幹事会、総会のたびに利用させていただいたお茶の水駿河台記念館が、建て替えのため、昨年11月末で閉館された。この記念館は中央大学創立100周年記念事業の一環として計画され、1988年(昭和63年)に竣工した。地上7階で、学員会事務局や、教育・研究施設、国内外の大学や研究機関との交流や学員間の交流の場として利用されてきたが、31年でその幕を閉じた。

お茶の水に通った50会の面々には、少し寂しい気もするが、2023年春には新施設開館する。新施設にはロースクール・ビジネススクールが開校される。白門の聖地にそびえ立つ新施設に期待しよう。駿河台記念館建て替えに伴い、学員会本部事務局が2020年1月14日以降下記に移転しました。

- ◆ 移転先住所 〒101-0003 東京都千代田区一ツ橋2-6-3 一ツ橋ビル4階
- ◆ 最寄り駅 東京メトロ半蔵門線/都営新宿線・三田線「神保町」A1出口徒歩2分
- ◆ 電話 03-6261-1615 FAX 03-6261-1617

### 茗荷谷新キャンパス計画！

2023年、法学部が文京区の新キャンパスに移転する。130年を超える歴史と伝統の中で優れた人材を輩出し続けてきた中央大学が、知の拠点を茗荷谷駅に新設。日本と世界の未来を創る中央大学の「グローバルリーガルマインド」を新キャンパスで育成する。  
(以上、学員時報新年号から転載)

(山井俊昭)

\* 1、2面に関連記事

## わたしの 近況

舞子スキーリゾート



櫻井和仁(経) 東京オリンピックのチケッとは1次も2次も運が無く外れた。しかし何かに係わりたくて東京駅等で観光客に対し観戦施設等の交通案内・乗換案を行うボランティア活動に応募。語学に自信はないが進化したスマホの翻訳機能を頼りに頑張りたい。  
(横浜市南区)

浅川 覚(法) 2年ぶりにスキーに行ってきた。今年は暖冬でここ(舞子スキーリゾート)もかなり少なく積雪は15cmぐらいしかなく滑ることができるコースは1本しかなく大変でした。圧雪車も入れずかなりでこぼこでした。でも3日前は0cmだったので滑ることができてよかったです。本当に暖冬です。ゲレンデには若いボーダーが多くおじさんスキーヤーはよけて滑るのが大変でした。しかし楽しかったです。滑った後は温泉に入っただけです。また来シーズンもいく予定です。  
(東京都東大和市)

# 開かない パソコン

## 遺された者が困らない対策を

いきなりですが、本年明けて1月13日、私の所属する不動産協会の支部事務局長が急逝しました。前日まで何事もなく談笑していた人が、翌日には帰らない人になってしまい大変ショックで悲しい思いをしました。66歳の若さ、定年を延長してまだまだ働いてもらいたいと会員一同が期待していた矢先のことでした。急性心不全とのことです。人間いつ何があるかわからないと改めて思いました。

支部事務局は彼と女子事務員との二人体制です。会員1100社のデータ管理と、支部運営のほとんどを彼が担っていました。彼が支部のことをすべて把握していたので、何事も電話一本で事が進められ便利でした。彼のパソコンにはそのすべてがデータとして集積されていました。

その体制が問題だと気付いたのは、彼がなくなってからのことです。彼のパソコンにはパスワードがかかかっていて開けないのです。パソコンは残り、すべてのデータは残りました。しかしそのパソコンを開けないのです。明日の委員会、今月の理事会、議事録もすべて見る事ができない状態です。どこかにパスワードがないか探しましたが、見当たりません。彼の誕生日、電話番号、住所からいろいろ想像しながら試したものの駄目でした。人のパスワードを探すってホントに大変です。よくもまあ、なりすましやら、ハッカーやらネット犯罪者が他人のパスワードを当てるものだと、妙に感心してしまいます。

世の中には、どんなことにも専門家がいるもので、パソコンを開くくらいのパスワード

は、システムを分かっている人間には朝飯前のように、外注して開いてもらいました。業務が戻ったのは彼の死後3日後でした。

終活が話題に上ることも多くなりました。終活ガイド資格の認定を受けました。自分が死んだ後、残された者が困ることはないか、生きている間に何をしておかないとならないのか、よくよく整理し、対策を取っておくことが大事です。相続を含め、後世に承継すべきことを整理するのは元気な今のうちにやっておくべきことです。

万が一の場合、自分の死んだことを誰に知らせてほしいか、インターネットバンキングなどのネット系のパスワードの一覧、その他人間関係で気になっていたことなどをパソコンに書き込んで保存しておきましょう。紙に書いておくのもいいのですが、何度も書き直すのには、パソコンの方が便利です。そして、その情報をいざというときには、残された者が開けるように手配しておきます。EvernoteやDropboxで「〇〇へ」というフォルダーを作って、そこに全て納めておきます。〇〇さんへは、いざというときはEvernoteとDropboxを見てね、とパスワードと一緒に伝えておきます。生きているうちには見て欲しくない情報もあるかもしれませんが、自分がいなくなって本当に困る人を作らないために何でも残してあげましょう。

不動産の方でも、誰のものか分からない不動産が問題になっています。空家問題も我々の年代には身近な問題になりました。

(山井 俊昭)



▲ ミステイクオフ



▶ 強風に気を付けて



▶ 隣家のペット



## 楽しいインスタ

2年余り前からインスタグラムを始めました。同時にデジカメで撮った写真をきれいに仕上げるために画像編集ソフト「フォトショップ」も購入し、写真の加工を楽しんでいます。

明るさや色彩の調整はもち

ろん、霞んだ景色をくっきりさせたり、不要な被写体を消してしまったりと便利です。その機能を利用して投稿し一人悦に入っています。写真は「うやうや作った」作品です。御笑覧下さい。

(山下 史雄)



# 僅差 **26秒** 総合10位 本戦切符を手に!

予選会 (2019年10月26日)

予選会中大トップの15位森選手(2年)



## 清野 強

箱根駅伝本選に先立ち、昨年10月26(土)に国営昭和記念公園の21.0975kmコースで10人の合計タイムで順位を競い、本選への出場権をかけて予選会がスタートした。

本会(白門50会)は、JR青梅線西立川駅公園口に集合し、参加16名全員ゴール地点から100mほど手前のコース脇に陣取り、今や遅しと選手を待つこと40分、最初の選手が通過するや本学の選手の大方向の通過順位と人数のカウントに入る。本学の選手10人が通過したことを確認した時点では8位か9位と予想され、何とか予選会を突破したかに思えた。全選手がゴールしたことを確認した後、発表会場の「原っぱ」に場所を移す。

すでに各大学は、幟を立てて場所を陣取り、発表の舞台の前には各大学の卒業生等応援者でござった返していた。いよいよ発表の時間となった。第1位が東京国際大学、第5位が創価大学にも驚いたが、第6位に筑波大学が入ったことにはさ

## その瞬間 どよめき走る

らに驚かされた。第7位に日本大学、第8位に国士舘大学が入り、この時点で中大より前にいたと思われる早稲田大学が未だコールされていない。早稲田大学が9位に入らなかったら中大は11位以降となる可能性もでてきた。これは“まずい”と思った矢先に、第9位に早稲田大学がコールされたことで、残りの1枠はどこの大学なのか、祈るような思いで緊張が走る。

一瞬間が空いた後に第10位の大学として「中央大学」がコールされたときは、どよめきと大きな割れんばかりの拍手が会場一帯に響き渡った。我々一同、しだいに安堵の表情に戻り、中大の選手と監督等関係者が待ち構える集合場所を覗き見ながら、懇親会場を目指して歩き出した。

11位の麗澤大学とは僅か26秒の差であった。気温が予想より高く、走りづらかったとはいえ、条件は一緒なので弁解の余地はない。藤原監督も肝を冷やしたことだろう。この経験を本選で生かして、シード権奪還に繋げて欲しいと願うばかりである。  
⇒7面に続く

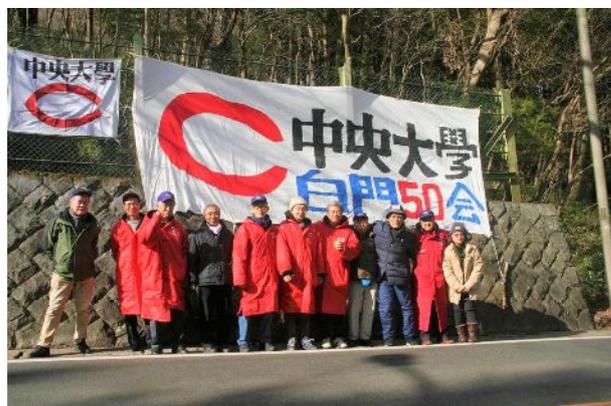
# 記録を更新も シード届かず

本戦 (2020年1月2日・3日)

⇒6面から続く

年が明け、いよいよ箱根駅伝本選を迎えることとなった。箱根の現地応援場所(ここ十数年間同一場所=小涌谷「うたゆの宿箱根」前)までは、応援者12人(内、日帰り2人)が2台の車に分乗(出発地周辺から乗車又は箱根湯本駅9時30分に合流して乗車)して現地に向かう。

現地に着くと本会会員で地元(芦ノ湖ゴール地点近くに居住)の杉本氏が応援グッズ(幟、小旗、太鼓、横断幕等)を車から降ろし、応援参加者を待ち受ける。清野(会長)と杉本氏でホテルに挨拶(駐車場、電源及びお手洗い借用等で、菓子折



本戦に駆け付けた本会の応援参加者

りと小旗、駅伝パンフ等を持参)に向かう。その後、参加者全員で応援の準備に入る。小一時間で「白門50会」の幟を約40本組み立て、道路の両サイドにはほぼ等間隔(5m位)に杭を打ちそこに紐で括りつける。距離としては50m程になるうか、その一帯はまさしく“中大通り”を思わせる感さえる。

設営が終了した段階で、持参した軽食(お茶とおにぎり、それに杉本氏が差し入れてくれた箱根駅伝参加校名入りの缶ビール1ケース)をとりながら談笑。選手が到着するまでは暫く間(2時間

白門50会の応援  
場所(5区・6区)



応援の上り坂、  
さながら  
“中大通り”

5区(山登り)を  
力走する畝選手  
(3年)

近く)があるが、これよりホテルから借用したコンセントからの電源を延長コード2台で伸ばしながらCDラジカセにつなぎ、中大の校歌、応援歌等をボリューム最高にして、さらに太鼓を叩いて本選さながらの応援機運を高めていく。

先頭の選手が到着(通過)してから、最後の選手が通過するまでは参加大学の全選手にエールを送る(\*マナーです)。上り坂で選手はさぞ苦しいと思うが、沿道からの声援は励みになり元気が出



畝選手  
区間9位の走り

ることだろう。特に中大の選手には中大のCマークの幟が道路の両脇を埋めつくしており、大きな声で選手の名前を連呼しながら熱い声援を送るため、きっと勇気づけられていると思う。5区の畝選手(3年生)は目の前を15位で通過(区間9位の走り)したが、芦ノ湖のゴールでは順位を2つ上げて往路13位(1位の青山学院大学までは10分24秒差、シード権内の10位拓殖大学までは1分52秒差)となり、シード権獲得の可能性ができた。

⇒8面に続く



6区(山下り)を快走する若林選手(1年)

⇒7面から続く

全選手が通過した後、毎年のことではあるが、直ぐ近くにある郷土料理店「たきの家」(予約)で日帰りを含む参加者全員で“猪鍋”をつつき、新年会を開催した。約2時間後、今日の宿となる小田原駅近くの「万葉の湯」に2台の車で向かう(運転手の2人は飲酒なしで我慢!)。途中、小田原駅で日帰り参加の2人が降車。宿は駅伝応援者等でごった返していたが、お風呂でゆったり身体をほぐしたのち、二次会で大いに盛り上がり、ほろ酔い気分のまま仮眠室で眠りにつく。

翌早朝、食堂で朝食を済ませ、6時50分に集合して2台の車で再び小涌谷の「うたゆの宿箱」前の応援場所に向かう(車が約40分)。午前8時を過ぎたころから、ホテルの宿泊客50~60名がホテル前の道路脇に集まりはじめ、小旗を手に持ち、駅伝の応援ムードを高める。

午前8時22分頃、先頭の青山学院大学の選手が通過、中大は先頭と10分以上の差があったため、一斉繰上スタートとなり、6区の若林選手(1年生)が目の前を通過した時点では他大学の選手とほぼ並走していたが、中継所におけるタイムは1時間を切る59分25秒で区間10位の好走

➤となった。

全選手が通過したことを見届けた後、幟等の撤収に入り、約30分で撤収が完了した。その後、ホテルに挨拶に行き、参加費の清算を済ませた後、解散とした。杉本氏を除き、2台の車はそれぞれ帰路又は目的地に向かった。私は12時頃帰宅し、その後はテレビで観戦したが、総合12位(昨年は11位。優勝の

青山学院大学までは18分16秒差、シード権内の10位東洋大学までは4分28秒差)となり、残念ながら今年もシード権を奪還することはできず、“名門中央大学”の復活は叶わなかった。

## 結果は総合12位 名門復活ならず

今年の駅伝を振り返ってみると、2日間とも好条件のもとでレースが進み、10区間のうち7区間で区間記録が更新されるなど、レースの“高速化”が顕著になったことが挙げられ、今年の中大はこれまでの中大記録を更新するも、シード権には届かなかった。

それでも選手は、中大記録を更新するなど頑張ってくれたと思う。シード権は奪還できなかったが、今年のレースを振り返り、来年こそはきっとシード権を獲得してくれることを期待したい。選手の皆さま並びに関係者の皆さま、お疲れ様でした。

⇒9面に続く

## 6区若林選手(1年)区間10位の好走

⇒8面から続く

今回の結果をどのように受け止め、次回につなげていくのか。箱根駅伝を終えて、藤原正和監督が次のようにコメントしている。

『結果は往路13位、復路12位、総合12位という大変悔しい結果となりました。今年はエース不在のため、1、2区は出遅れることを想定していました。3区から10区の8区で出遅れを取り戻すプランでしたので、3、4、5区は特に重要な区間でした。各選手しっかりと戦ってくれましたが、各区间もう30秒絞り出せていれば復路の選手の展開が変わったというのが大きな分岐点だったと思います。』

記録更新も高速化で涙

復路に関しては、6区が非常にいい形で滑り出してくれた分、7、8区がブレーキになってしまったことが悔やまれます。遠くなるシード権ラインを必死に追いかける中、9、10区と中大としてのプライドを選手がみせてくれたことは、来季につながると感じています。

1年間積み上げてきた力を各々がしっかりと発揮できるようになってきたことは大きな前進であると感じています。しかし、それ以上に他校の成長速度の速さに押されているのが事実です。強化方針をもう一度改め、距離に振ったトレーニングを積んで参ります。予算の配分等も見直していき、とにかく勝てる、優勝できるチーム構築に向けて全力で改善して参ります。』

応援を続けたい

正月に今年も駅伝応援に出かけた。5区の上り残り7・8キロ地点で各校の走者に声援を送り続けてきた。当然ながら走力に差はあるものの持てる力を発揮して選手は走り続けていた。道路には警察車両をはじめ、中継車両・監督車両などが続き沿道のファンの声などでしばしの間にぎやかな雰囲気になった。往路終了時点で、予選会同様に最後の一枚に残ることを期待したが、結果はご存知の通り総合12位で念願のシード権獲得には至らなかった。

上位校は別としても、本戦出場を果たせなかった大学を含めて実力は伯仲しているのではないと思う。箱根駅伝を目指す監督・選手たちに励ましの言葉を送りたい。一方、野球に目を転じれば、昨秋母校は久しぶりの優勝を果たした。東都大学野球も勢力が均衡しているとの話である。頑張れ！頑張れ！優勝おめでとう！！今年も母校の活躍を期待し駅伝・野球に応援を続けたい。

(塩谷 治史)

## 遠い遠いシード権

2020年の箱根も12位に終わった。シード圏外で臨む箱根もすでに7回目を数えた。予選会からの応援も飽きてきた。シード内にいないと報道も相手にしなくなるし、世の中の注目度も低くなる。最多優勝校はどこだと聞かれると「青山学院」と答える人の方が多いなっています。残念なことだ。

89回の5区での棄権から苦難の道が続いている。藤原監督になって、1年、2年生を徹底的にしごいて、長躯箱根に耐えうる体力と、区間順位をマネジメントするスキルを磨いているらしい。予選会で1年生、2年生が活躍してくれると、本選でも期待してしまう。

鍛錬の結実待つ



予選会を応援する50会の皆様

予選会を10位ぎりぎりでも何とか通過するようでは、まだまだシード権は遠い夢かもしれない。早く正月の箱根で、歓喜の雄たけびを上げたいものだ。

(山井 俊昭)

⇒3面から続く

### ■就職支援に関する協定——中央大学での学びを地方創生の力へ

2019年7月に熊本県、10月に滋賀県と就職支援に関する協定を締結しました。今後、熊本県、滋賀県と中央大学はUIターン就職に向けて、産業の次代を担う人材の育成及び確保を図るため、相互に連携・協力し、イベントを開催して行く。

中央大学はこれまで、群馬県、新潟県、香川県、秋田県、栃木県、石川県、広島県、北海道、兵庫県、福岡県、鳥取県、岡山県、富山県、京都府、青森県と協定を締結し、今回の2県との締結で17道府県目となりました。

## 禁酒をきっかけに

お酒を止めて5年目になります。正確には2015年(平成27年10月17日)の手帳に禁酒開始とメモが残っています。

英語ではquitとかstopどちらも止めるという言葉で理解されているようですが、微妙にニュアンスが違います。quitには続けてきたことを止めて、もう行わないと決めること(煙草を止める人はquitを使いたがるようです)。stopには続けてきたことを止めるが、また行う可能性を含んでいると言うそうです。私の場合はど

# 楽しむ炭酸水を

仲長 孝

ろちらかというstoptoに近いようです。

きっかけは?と問われると、ドクターストップです!と答えていましたが、公言をしたにも拘らず大丈夫!大丈夫!と勧める人が未だにいます。ありがたいやら微妙です。

夏冬問わず、大きめのグラスにいっぱい氷を入れ冷えたビールならぬ炭酸水を注ぎ、いっきに飲み干す咽喉ごしの爽快感は何とも言えません。そうこうしている間に色々な炭酸水を飲む機会が増え炭酸水にも沢山の種類があることが分かりましたので纏めてみました。

## 炭酸水の硬度

水1000mlに含まれているマグネシウム、カルシウム、ナトリウム、カリウム等のミネラル成分がどれだけ含まれているかの指標をいう。

**軟水:** 一般的に軟水は硬度1~100mg/L以下  
日本の水の多くはこの軟水にあたります。ミネラル分は少なめですが、飲みやすく風味を損ねないのが特徴です。昆布やカツオだしの風味を引き出し、日本茶、紅茶、コーヒー、ウイスキー等の香りを引き出し炊飯にも向いている。

**中硬水:** 硬度100~300mg/L  
コーヒー、お茶類、だし取りも問題なし、パスタをゆでる時、鍋物、しゃぶしゃぶ等に向いており、肉の煮込みなどの臭みを抑え、煮崩れを防ぐ様です。

**硬水:** 硬度300mg/L以上  
硬水のミネラルウォーターです。ヨーロッパの水は硬水が多く、マグネシウム、カルシウムなどのミネラルを豊富に含んでいる。  
スポーツ後、ダイエット中の人のミネラル補給、妊産婦のカルシウム補給、便秘の解消、アクが出やすくなり肉の臭みを抑え煮崩れを防ぐので肉類の煮込み料理に、スープストックに適している様です。

• 硬度が低いほどまろやかで甘く飲みやすく、高くなるほどミネラル成分が多く含まれているため、口当たりが重くはっきりとした味になり苦味を感じる

- 日本の水道水の硬度は60~70mg/Lの軟水で欧州やアメリカでは硬水が多い
- 日本人に飲み易い炭酸水は300mg/Lよりも低い硬度が好まれる

## 3種類の炭酸水

### 天然炭酸水、天然水炭酸水、人工炭酸水

#### 1 天然炭酸水

天然炭酸水はほとんど海外原産で硬度が高い商品が多く、取水時からもとも発泡している天然水。自然界に存在しているので産地によってミネラル成分や濃度、炭酸の強さに違いがある。発泡した状態でボトル化するためにコストがかかり価格は若干高めです。

- **ペリエ (Perrier)** 南フランス  
415度 (非常な硬水、炭酸度強)  
食事を邪魔しない等グリーンのボトルがおなじみの一番人気
- **ゲロルシュタイナー (GEROLSTEINER)** ドイツ西部  
1310度 (非常な硬水、炭酸度強)  
ミネラル成分が豊富でむくみやすい体質の人やダイエット中の方にお薦め
- **サンペレグリーノ (Sanpellegrino)** 北イタリア  
647度 (非常な硬水 炭酸度弱)  
濃厚なソースの料理やワインを楽しんだ後の口直しに適している  
きめ細かい泡が好きで強すぎる炭酸が苦手な人にお薦め

⇒11面に続く

⇒10面から続く

## 2 天然水炭酸水

日本原産の水を使っていることが多いので硬度の低い商品が多く、取水地では発泡していない水に人工的に炭酸を加えたもの。人工的に作れるので炭酸の強さは自由に決めることができる。天然水によってミネラル成分が異なり味の違いが生まれる。

- ・ **サントリー南アルプスの天然水スパークリング**  
日本南アルプス  
硬度30度（軟水 炭酸度普通）
- ・ **コカ・コーラ い・ろ・は・す スパークリング**  
日本各地  
（北海道・岩手・山梨・富山・鳥取・宮崎の6ヶ所）  
硬度27～40度（軟水 炭酸度普通）
- ・ **クリスタルガイザースパークリング（Crystal Geyser Sparkling）**  
アメリカ 硬度38度（軟水 炭酸度強）  
日本人にも親しみやすい軟水で、癖がなくてまろやかな味わい  
バナジウムを始めミネラル成分が豊富に含まれている
- ・ **サンガリア伊賀の天然水炭酸水**  
硬度10～35度（軟水 炭酸度普通）

## 3 人工炭酸水

基本的には硬度は0mg、工業的に生成された純

水に人工的に炭酸を加えたもので、純水にはミネラル成分が含まれていないので成分的には個性はない。

人工的に作るので炭酸の強さは自由に決めることができ、三種類の中で最も炭酸が強い商品が多く種類が多い。お酒などに入れて割って楽しむ方が向いていて、三種類の中では最も価格は低め。

- ・ **アサヒ飲料 ウイルキンソントンサン** 硬度0～10度（炭酸強）  
西宮市付近が産地、当初は天然炭酸水だったが今は人工炭酸水となっている。  
現在では明石市の工場です井戸水と河川水を適度なミネラル成分を残してろ過して炭酸ガスを入れているので、口当たりが非常に良く何の料理にも合うが炭酸はかなりきつめ
- ・ **サッポロおいしい炭酸水** 硬度0～10度  
すっきりとした喉ごしと適度な炭酸が味わえるシンプルな味でそのまま飲むのも美味しいが割り水として使用するのもお薦め

等々ほんの一例ですが、昨今スーパー・コンビニには色々な炭酸水が売られています。お好みに合わせて求めて試してみても如何でしょうか？ 因みに私の愛飲品はコストコで買い求めるフランスのPです。安いです！

飲めば命の泉湧く！？ 新しい世界が広がっています。

## 禁酒後の生活

- ・ 宴会のお座敷の数は、割り勘要員として声が掛りかえって増えているようだ
- ・ 市内のお店に行くと黙っていても炭酸水が出てくるようになった
- ・ 宴席で料理の出てくるのが待ち遠しいというより手持ち無沙汰となる
- ・ 宴席後のアッシー役を買って出ること以前より感謝をされる様になったと思う
- ・ 家内と食事に出掛ける時にもアッシーをするので感謝されていると思う
- ・ 朝の目覚めが良くなり早朝散歩の回数が増えた
- ・ 体重が減り久しぶりに会う人に顔色良いねと言われる
- ・ 実年齢と体内年齢が一年ごとに開いている（人間ドックでの検査）
- ・ 禁酒後半年ほど鬱状態になったようだったが（専門外のドクターの診立て）が直に復活した
- ・ 酒代分のお金が貯まるかと思っただがそんなことはなかった  
（ある小料理屋の壁にかかっていた標語にこんな事が書いてあった  
下戸に建てたる蔵はなし！！）

令和2年2月

## ◆編集者から◆

2001年に50会報が創刊されてから今年で20年になります。今回も無事編集作業を終え、記念すべき第20号の発行にこぎつけることができました。

この場をお借りして改めて御礼申し上げます。

今号は原稿が多く寄せられたため、初めて12ページ建てになりました。創刊以来ずっと4ページが続いていたものが、17年、18年に6ページ、19年には8ページと紙数が増えてまいりました。

その分、作業も大変になってきました。体力、気力の続く限り頑張っていますが、いつまでもつことか…。引き続き皆様のご協力を宜しく願います。

（山下史雄）

訃報 幹事長の塩谷治史さんが3月9日に急逝されました。謹んでお悔やみ申し上げます。

# 黒川で創作30年 自然を取り込み



尾崎 淳子

本年秋季、十一月十一日（水）～十一月十七日（火）、小田急新宿店アートサロンにて個展を開きます。絵を描き始めて約四十年。十回目の個展となります。

11月11日～17日まで個展

夏草図

小田急新宿店アートサロンで



## スケッチブックは宝物

多摩市と稲城市と町田市に挟まれた川崎市の先端、黒川という地に住みおよそ三十年。ここ黒川は川崎市が谷戸山まるごと保全して市街化調整区域とし、雑木林や草花や動物などの自然が豊富に残り、昔からの農家が実際に農業を行っている地域でもあります。

自然の風景や草木などを題材としている私はスケッチの材料を殆んどこの黒川で仕入れています。天気の良い日、リュックにスケッチ道具一式と水分食糧など持ち、題材の前で過ごす一日は何にも代え難い大切な時間となります。スケッチとは勿論、対象となる植物の花や葉のかたちや枚数やその付き方などの形状を確認すると同時に、そ



スケッチブック

の草花と共に身を置いた空気感や風や日差しの感触などを、自分の身の裡にとりこむことでもあります。そこに身を置いてひと時共にあったということがとても大切です。このことが後に作品に仕上げる際の大きな拠りどころになり、また力を貸してくれます。もし自分の持ち物の中で何が一番大切かと問われたら、この何冊かのスケッチブックかもしれません。分かるような分からないことを書きました、歳を取るにつれ私の絵は平明になりました。御覧いただければ嬉しく思います。



HP: [junko-ozaki.com](http://junko-ozaki.com) (作品画像掲載しております。秋ごろには展覧会用の新作追加いたします)