

# ユーモアスピーチ船橋

2025 (R7) 年 12 月 11 日発行

ジョークは暮らしの調味料・ユーモアは人生のかくし味

227 回船橋ユーモアスピーチ

2025 年 12 月 11 日 (木) 3 分間スピーチ

スピーチテーマ 「一年を振り返って」  
「自由題」「失敗談」

ロングスピーチ

岩瀬 緑朗さん：「ボランティア活動～楽しい  
ひととき、出前どころ～」

11 月 13 日の参加者：山中、松本、関岡、中久木、  
山本、佐々木、長井、山田、後藤、藤原、岩寺、町田、  
12 名

主催：NPOシニア大楽

ユーモアスピーチ共和国・船橋支部

支部長：長嶋秀治 043-261-5832

発行者：長嶋秀治

編集&事務局：町田雅和

267-0066 千葉市緑区あすみが丘  
5-26-7 T/F 043-294-2911

mac555new@ybb.ne.jp

参加費 500 円

見学科 1 回無料

開催日と場所 (原則)

毎月第②木曜日 14:00～16:30

会場 船橋市勤労市民センター

2 階 特別会議室 部屋は変更有

前回のロングスピーチ (11 月 13 日)

「人生後半戦どう生きるか」

関岡 直樹さま

予告の題名は「人生後半戦をどう生きるか」でしたが、配布した資料の題名どおり、前段に「山極寿一著『老いの思考法』に学ぶ」が付きますので、その順序で話を進めます。

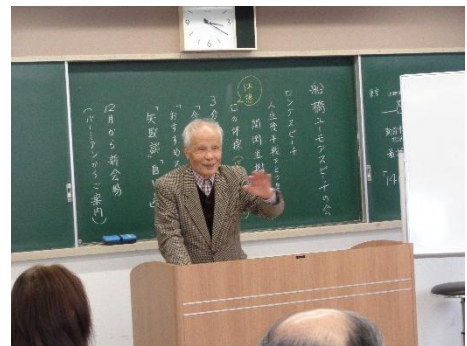
山極先生の専門とされた学問は霊長類学です。我々ヒトも霊長類ですし、ゴリラとチンパンジーもそうです。この 3 種は熱帯雨林をすみかとしていましたが、ヒトだけがそこを出て草原をすみ家にしたのです。草原にはライオンなどの肉食動物がいます。襲われたら逃げる樹木が少ないですから大変不利です。ところが、ヒトは脳を巨大化することに懸けたのです。それには二足歩行を完成させなければならない。二足歩行になると産道が狭くなり出産時女性に大きな負担をかける。加齢とともに腰のトラブルに悩まされる人が多くなるなどの不利益もありますが、ヒトは巨大な脳のおかげで文明社会を築きました。大成功です。

そして霊長類学のおかげで、ヒトの特徴の理解が深まりました。

ゴリラはリーダーのオスを中心にオスメス子供が混ざった十数匹の群れを作り生活します。しかし、この群れ同士が近づくとメスの移動が発生したりするので緊張関係になります。群れの連合のような共同体(コミュニティ)はありません。チンパンジーはより大きな数十匹の集団を作ります。厳しい序列で集団の秩序を維持しますがその中は乱婚状態です。共同体はありますが家族はないと言えます。「我々人間は家族と共同体の両立に成功しためずらしい生き物」なんですね。

最後に、山極先生が提案される「老いの気構え」を紹介しましょう。松下電器産業の創業者・松下幸之助氏の{リーダーになる三つの条件}というのがあります。①愛嬌があること＝親しみやすく惹きつけるものがあって、そこに壁を作らないこと。②運が良さそうに見えること＝この人について行けば何かいいことがあるに違いないと思わせるオーラ。③背中で語ること＝その人のなかにある自信。

これらはそのまま良い老い方の三つになると言われます。



## 3 分間スピーチダイジェスト

## テーマ 「今年の漢字一字」「お勧めスポット」

後藤 文男:「私のおすすめスポット(台東区 循環バス東西コース)」

東京 23 区には多くの区内循環バスがあります。私が住む墨田区でも3コースあり、観光や地域の人の生活に重要な役割を果たしています。

今回私が推薦するのは、台東区の循環バスです。通称「めぐりん」です。北、南、東西コースの3コースがありますが、東西コースがお勧めです。雷門前のセブンイレブン前から15分間隔で出発し、台東区役所、上野、各博物館、芸大、寛永寺、谷中、池之端、合羽橋を回り再び雷門に戻ります。所用時間は80分で料金は100円/回です。一日乗車券300円を買えば何度でも乗り降り自由、3コース全て有効です。歴史上の名所旧跡が多く、樋口一葉、森鷗外等多くの文学者の居住跡もあります。外人はなぜか谷中が好きなようです。

山本 成夫:「ユーモアの成せる技 ～最期の和(なご)みのプレゼント～」

臨終の床にあった姉のベッドの周りには、不安そうに見守る親族が集まっていた。姉が突然、「まだ死なへんで～」と言った。

私は「やったな！」と直感したのであります。なぜなら、私はかつて姉に終末期を笑って過ごせるよう、いろんな笑いを収集し、「老楽笑歌」と題して送った中に、自分の死をコメディで飾った、ある母親の話を入れておいたのです。私は最後にコメディを演じて欲しいという思いでこの話を入れた心理的仕掛け人だったのです。

姉は自分らしく逝くことを人生の最終目的とした時、ユーモアが深く結びついた。ユーモアで皆の緊張を解し、最期の笑いのプレゼントはユーモアの成せる技、それは愛だったのです。

中久木 一乗:「誤嚥性肺炎を防ぐために」

① 肺は、本来はきれいな空気を吸い込みガス交換して、炭酸ガスが多くなった気体を体外に排出するのが正常な仕組み。② 高齢になると、体力低下から空気に異物が混ざって気管に入ってしまうことが生じやすくなる。この時にムセが起こり、異物は外に吐き出されるが、異物が多い時、ムセが不十分な時は肺に炎症(誤嚥性肺炎)を生じる。特に睡眠中は危険が大きい。③ この異物中の微生物数は口腔内の微生物数が影響するので、就寝前の丁寧な口腔ケアと、1-2週に1回の口腔ケア専門家によるケアが重要。④ 65歳以上では肺炎球菌による肺炎が増えるが、これにはワクチンが有効。⑤ 日常生活では(喉の運動を含め)心身の健康管理が重要である。

長井 みどり「自由題」

息子の嫁の実家は小田原です、10月から実家の両親が民泊を始めました。中国人が2人泊まりに来た。礼儀正しい中国人で、ふとんもきちんと畳んでくれました。民泊経営デビュー成功でした。

町田 雅和:「今年の漢字一字」

私の今年の漢字は片付けの「片」です。理由は、「人生がときめく片付けの魔法」の本を読んだからです。捨てるか残すかの基準は、手に取った時、“ときめくか否か”“だそうで、お蔭で長年捨てられなかった、電子機器の予備のケーブル、空き箱、古着とネクタイ、予備のボタン、セミナー受講時のテキスト、などが整理出来ました。

家内も私の後にこの本を読みましたが、買い物に行つて余計な物を買つて来た時も”ときめいたから“と言い訳するようになりました。困ったなー

**山中 昇：「自由題」**

納豆嫌いをついに克服しました！

レシピは以下の通りです

- ・ひきわり納豆1パック ❶冷蔵庫から出して 30 分以上置いておく
- ・自家製ヨーグルト 200 グラム
- ・はちみつ 小さじ 1
- ・きなこ 小さじ 2 くらい
- ・リンゴ酢 小さじ 1

たまに、梅ジャムを追加したりしています

以上をよくかきまぜて食します

絶品！！ 臭いがまったくありませんし、味もよいと思っています

きなこの好きな子、元気な子！

そんなことして食うやつは、なっとらん！ と言われそうです

まさに完全な腸活食です。超(腸)おすすめです！

**佐々木 由美子：「お勧めスポット」**

八千代市 村上橋の中腹にブロンズ像が設置してある。佐藤忠良 作 緑と太陽の女性像二体だ。語りかけてくるような深みと、不思議なことに見るたび表情も違って見える。彼の作品をもっと観たいと思うようになり、6年前に滋賀県の佐川美術館を訪れた。

やはり村上橋のブロンズ像が“My Best 1” 皆さん、新川や市民の森の桜が満開になる頃、緑と太陽の像に会いに来ませんか。新川大橋から俯瞰する桜も見事です！

**松本 健一：「自由題」**

時は江戸時代初期 徳川家康は御触れを出しました。

江戸城に近いと……人形町吉原を奥浅草千束の葦の野原へ

また、四つ足の獣は江戸城界限では食しては為らぬと

でも、武士も町人の食している、今で言うジビエです

食べたいですね……で町人が住んでいる川向へ……

そうです大川、今で言う隅田川。武蔵国と下総国とを結ぶ両国橋です

江戸の盛り場は浅草ですが、あの浅草寺が有ったからです

単独では両国広小路です。火除地として移動が出来る屋台店や露店が許されていた。

雪の中、橋を渡ると右正面にありますお店です……

私が子供の頃は道路沿いに、黒い物体が吊されて降りました

ハイ！このお店の四つ足は何でしょう……そしてお店の名前は？

答えは……猪 ももんじや です。

**関岡 直樹：「自由題」**

山極先生のゴリラ研究の実態を、若い頃仲良くなった子供ゴリラ“タイタス”との交流と 26 年ぶりの再会のエピソードで紹介しました。

山極さんがルワンダのマウンテンゴリラ調査を始めた時タイタスは6歳。ある時雨が降ってきたので木の洞で雨宿りをしていたら、彼がやって来て膝に乗って抱き着き、その内すやすやと寝てしまった。6歳といっても体重が 100 キロ近くあるから重かったと山極さんは言われています。

それから数十年経った 2008 年のこと NHK のディレクターが来て、「昔調査していたゴリラと再会した時、そのゴリラは憶えていますかね」と言われてので「そりゃ憶えているよ」と答えたら、「それを確かめてみませんか」と言う。

**予告：1月 「船橋ユーモアスピーチの会」**

1月8日（木）14時00分～ 船橋勤労市民センター2階 第1講習室  
ロングスピーチの代り 「即題スピーチ」

スピーチテーマ 「今年の抱負」、  
「自由題」、「失敗談」

※スピーチダイジェストの送付先のお願い

期間 : ユーモアスピーチの会終了後、2週間以内を目途に

文字数 : ロングスピーチは700～1000文字程度

3分スピーチは200～300文字程度

送付形式: Word 文書で送付願います

送付先 : 町田 [mac555new@ybb.ne.jp](mailto:mac555new@ybb.ne.jp)

**会場変更のお知らせ**

新規会場は勤労市民センターです。

部屋は毎回変わります、案内表示を確認して下さい、

開始は14時です。

