



さいたま市

2010年  
7月15日発行  
第13号

# さいたま来ぶらり通信 Saitama Library

## ボランティア活動してみませんか？

### —図書館ボランティアのご案内

図書館は調べ物をしたり、本やCD等を借りたり、勉強するだけ…という方が多いと思いますが、中にはこんなに深く図書館と関わっている方もいらっしゃると思います。もっと図書館に関わってみたい！と思っている方はぜひ、ボランティア活動に参加してみませんか？

中央図書館で音訳グループ木曜会に参加している方にお話を伺いました。

**Q、木曜会に入って何年目ですか？ 始めたいきさつなどを教えてもらえますか？**

**A、おとこしの11月に木曜会に入りました。その後、5月から勉強会に参加しています。朗読に興味があつて、始めました。**

**Q、始めるためには何か準備が必要でしょうか？**

**A、木曜会に入ること自体は何も必要ないです。ただ、朗読の勉強を始めることは勧められませんでした。**

**Q、これから図書館でボランティアをしようとする人へ何かアドバイスがあつたらお願いします。**

**A、特に専門知識は必要ないのですが、音訳したものをパソコンで残しているのです。多少パソコンに慣れているほうがいいです。でも、お互いに教えあひながら作業しているので、難しいことは全然ありません。興味を持たれたらいつでも見学に来てください。**

団体の活動内容や活動日時など、詳しい情報については、図書館ホームページをご覧ください。各団体の担当図書館にお問い合わせください。



中央区のブックスタートで読み聞かせをするえほんの会のメンバー



点訳グループこでまりの点訳作業



中央図書館友の会による本の修理

## 図書館関連ボランティア

【】の図書館名が担当館です。

### 図書館の仕事のサポート

さいたま市図書館友の会 修理や資料の配架など  
中央支部【中央図書館】、北浦和支部【北浦和図書館】、南浦和支部【南浦和図書館】、東浦和支部【東浦和図書館】、桜支部【桜図書館】、岩槻支部【岩槻図書館】

### 音訳・朗読ボランティア

音訳グループ木曜会【中央図書館】  
与野朗読ボランティアひびき【中央図書館】  
岩槻けやきの会【中央図書館】

### 点訳ボランティア

点訳グループこでまり【中央図書館】  
点訳絵本グループかたつむり 【中央図書館】

### 朗読ボランティア

朗読グループさくらの会【桜図書館】

### 16ミリフィルムやビデオ上映

浦和映画サークル【北浦和図書館】  
与野16ミリサークル【与野図書館】

### 布の絵本製作ボランティア

布の絵本製作ボランティアさくら草【東浦和図書館】

### 読み聞かせ、おはなしボランティア

さいたま市よい本を読む運動推進員会【中央図書館】  
おはなしボランティアおはなしチユウチウ【中央図書館】  
おはなしボランティア【南浦和図書館】  
多文化子育ての会Cocoon（ここん）【南浦和図書館】  
おはなしボランティアびんべり【東浦和図書館】  
緑区こども文化推進連絡会【東浦和図書館】  
おはなしボランティアさくらんぼ【桜図書館】  
おはなしの会 えくほ【桜図書館】  
大宮おはなし箱【大宮図書館】  
大宮こども文庫の会【大宮西部図書館】  
大宮おはなしポケット【大宮西部図書館】  
ものいうなへ【宮原図書館】  
りんこの木【春野図書館】  
おはなしの家【与野図書館】  
ゆめのはこ【与野図書館】  
えほんの会【与野図書館】  
おはなしがこ【岩槻図書館】  
二水会【片柳図書館】

ボランティアによる特別イベントをご案内しています!第6面へ

さいたま市

# 大宮盆栽美術館

## に行ってきた!



盆栽庭園では、前後左右から鑑賞できる。

東武野田線大宮公園駅の改札を出てしばらく行くと、木々の緑の鮮やかな閑静な住宅街がひろがる。みれば、生垣の向こうには立派な盆栽が…。それもそのはず、ここはその名も「大宮盆栽村」。関東大震災で東京から逃れてきた盆栽園が集まってできたこの地区は、海外にも知られている盆栽の名所なのだ。そんな盆栽村を歩くこと10分、たどりついたのが、この3月28日にオープンしたさいたま市大宮盆栽美術館だ。今回この美術館の大熊敏之館長にインタビューすることができたので、美術館と盆栽の魅力を紹介しよう。

■出足好調な盆栽美術館  
さいたま市大宮盆栽美術館は、旧高木盆栽美術館の所蔵品を引き継ぎ、関連する絵画や歴史資料なども収集している、公立としては世界初の盆栽専門の美術館。

盆栽というと「和」のイメージだが、お会いした大熊館長はひげをたくわえたなかなかダンディな方。観覧者も年配の方が多いのかと思っただけ、雑誌でも紹介されて「若い方も多いですよ」とのこと。入館者数は、年間目標の5万人に対して、5月末ですでに2万人を超えた。そんな出足の好調さにもかかわらず、大熊館長は「関東近県や全国的には、まだ知られていないんです」と楽観はしていない。「だから、知っていただければ来館者になる可能性のある方々がたくさんいるということ」と話す。

■「休館日は木曜日」の理由  
「一番知っていただきたいのは、木曜日が休館日ということなんです。」

美術館というと月曜日休館が多いなか、盆栽美術館の休館日は木曜日。せっかく来ても休館日で、観覧できずに帰っていく人もあるという。では、なぜ、木曜日にしたのか？

「盆栽村の盆栽園が木曜日休園なので、それに合わせたからです。だから地区全体を見学してほしい。」

さらにお話をきくと、盆栽村全体を「産業観光」という観点から盛り上げていくと考えていることを教えてくれた。

「産業観光はいま開拓すべき分野。たとえば、観覧者の目の前で盆栽の手入れや水やりをすれば、その場で質問があがったりして、即席のレクチャーになる。そうした現場をみていただきたい。そして実際に盆栽をはじめてみたいという時には、盆栽園に行っていたきたい。そうしたことが、伝統産業の活性化につながると思うのです。」

盆栽園と連携して盆栽村全体を「エコ・ミュージアム」としたり、同じ北区の鉄道博物館と連携したりといったアイデアも。盆栽美術館は、研究や教育の場であるだけでなく、地区の活性化の拠点でもあるのだ。

扱つのは別の苦勞もあるのでは？

「屋外に展示しているので、風や雨は時間ごとに変化しています。風向きによっては盆栽の向きを変えたりもします。だから台風などでは観覧も中止します」とのこと。また、盆栽は太陽光が必要なので「室内は5日が限度。だから毎日展示替え状態。こんなに展示替えをやっている美術館はないですよね。」つまり、毎日ちがう展示に出会えるということだ。盆栽だけでなく「美術館も生きていくことを教えてくれた。」

ほか、ギャラリートークや、夏休みの子どもの向けのイベントなど、展示以外の活動もある。

「新しいものをつくるのが好きなんです」という大熊館長。ぜひ美術館に足をはこんで、盆栽の伝統と新しさに接してみてください。

■大熊館長おすすめの本!  
最後に大熊館長から図書館を利用するみなさんに向けて、盆栽の本のおすすめのものを紹介してもらった。



まずあげてくれたのが「盆栽 癒しの小宇宙」(丸島秀夫、南伸庸著、2003 新潮社)だ。

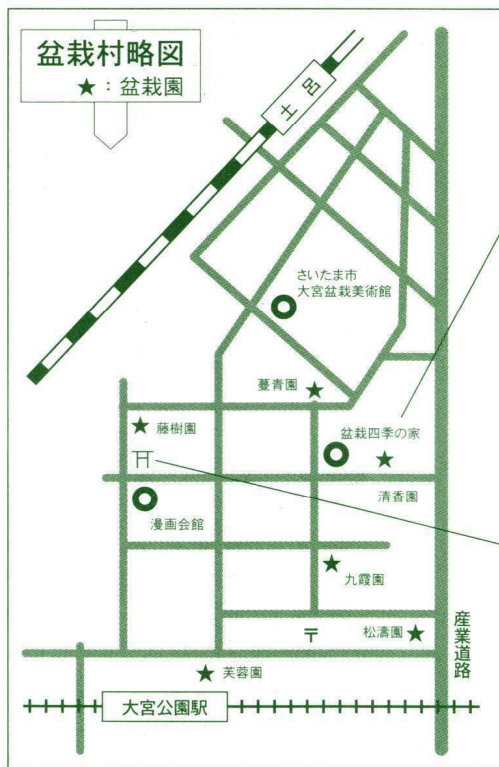
これは盆栽にこれから親しもうという人向け。写真もきれいで、「見ているだけでも楽しい」、盆栽の多様性が示されています」とイチオシ。盆栽を多少知っているという人には、淡交社ムックの「盆栽入門」(淡交社 2002)。監修者の竹山浩さんは盆栽村の園主のひとり。そ



木造和風の休憩所「盆栽四季の家」。盆栽村をめぐる疲れたときはほっと一息。



稻荷神社境内には盆栽村誕生に貢献した清水利太郎を記念して建立された石碑が残る。



盆栽村略図  
★盆栽園

■「毎日展示替え」の美術館  
そんな盆栽美術館の見どころはやはり盆栽を美術としてみてもらえるように工夫しているという。その顕著な例が3つの展示空間。まずギャラリーでは、盆栽の見どころや歴史を知ることができる。座敷飾りのコーナーでは、掛け軸と一緒に室内での伝統的な展示を再現。そして圧巻の屋外の盆栽庭園では盆栽を360度から鑑賞できる。「空間の中でどうやってよさをひきだすが、それは絵画や彫刻や工芸も同じです。現代の空間の中でどう美しくみえるかという提案もしたい」という。

しかし、盆栽は生きている。絵画や彫刻を  
して大熊館長も論者をよせている。「盆栽大事典 1〜3」(同朋舎 1983)は、各項目詳しく解説している盆栽の事典。「すでに盆栽をやっている人、マニアには必携の本です」とのことだが、かなり値がはるので、ご利用はどうぞ図書館で。そして、盆栽村でいえば「大宮盆栽村クロニクル」(宮田一也著、アーカイブス出版 2008)をあげてもらった。「歴史性や文化性を知ろうとするなら読んでいただきたい本です」。盆栽村の起りから第二次大戦後の復興までを、小説のように読むことができる。鑑賞する側からの入門書だと、NHKの「美の壺」シリーズ(日本放送出版協会)の「盆栽」(2006)や「水石」(2009)がおすすすめ。写真を通してでも真髓が伝わってきます。これはいい本です」と大熊館長も太鼓判。  
おすすめしてもらった本はさいたま市の図書館で所蔵しているので、ぜひ図書館で盆栽の世界に触れてみてください。

### さいたま市大宮盆栽美術館

埼玉県さいたま市北区土呂町2-24-3  
TEL: 048-780-2091

開館時間  
3月〜10月 午前9時〜午後4時30分  
11月〜2月 午前9時〜午後4時

休館日  
木曜日(国民の祝日のをぞく)、年末年始、展示替え期間

観覧料  
一般300円(2000円)  
高年生(65歳以上)150円(1000円)  
小学生(中学生1000円)(500円)  
※( )内は20名以上の団体料金

アクセス  
JR宇都宮線「土呂駅」下車 東口より徒歩5分 または、東武野田線「大宮公園駅」下車 徒歩10分  
駐車場有 44台

# 本棚ぶらり

# からだを動かそう!

夏といえば、プールやマリンスポーツ、学生さんなら部活、そして秋はまさにスポーツの季節。そこで、今回は体を動かすことに着目した本をご紹介します。ぜひ体を使うことを本で楽しんでみてください。

伊藤孝男の百人一首・競技かるた  
速く・強く・そして美しく

伊藤孝男著 思文閣出版 2007  
場に並んだ札を暗記し、読み手の発する音に全神経を集中させ、百分の一秒を争って札を取り合う——競技かるたは高度な記憶力・精神力・瞬発力・持久力が必要な、文化的でありながらも熱い「スポーツ」の一面もあわせ持つ競技です。

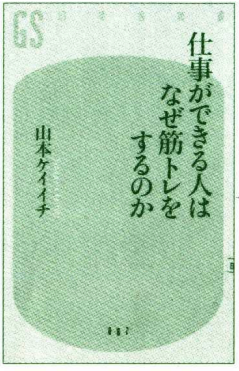
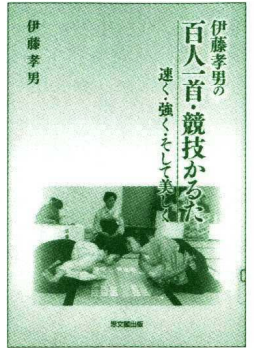
そんな競技かるたの世界を垣間見せてくれるのが本書。著者は、かるた名人になれなかった敗者の立場から、競技者や初心者に向けて様々なアドバイスを行っています。「嫌いな札を作るな」「マナーに厳しくなれ」等、当たり前とも思えるアドバイスにも、著者自身の敗戦から学んだ経験が活かされていて、競技かるたの世界の奥深さを感じることが出来ます。他にも、名人との対談やさまざまなかるた人の紹介、競技かるたの創始者・黒岩涙香(くろいわなみか)についての考察、Q&Aや専門用語解説等、内容も盛りだくさん。特にかるた人の紹介は、「かるたの世界にはこんな人達がいるんだ」と興味深く読むことができます。

知力・体力を使って戦う畳の上のスポーツ・競技かるたの世界に、この本を通して近づいてみてはいかがでしょうか。

冒険家になるには  
九里徳泰著 ペリかん社 2006

職業は冒険家と言われたら、あなたはどんなことをしている人達を思い浮かべますか？著者の定義によると「冒険とは、「誰もやっていないことを自分で計画して命がけで行う」ことを少し工夫するだけで驚くほど負担を減らすことができるのです。

たとえば、車イスを押すときにつま先を浮かせ、かかとを踏みしめます。すると身体が前に倒れようとする力が生まれ、その倒れる力を利用できます。そのときの腕は肩甲骨を開くことを意識します。すると自然に身体が全身を使おうとするので、腕力だけに頼ることなく楽に車イスを押すことができます。本書では、筋力に頼らない、身体に負担をかけない「古武術の動きと発想から発見された」冒険者の身体の負担を減らす方法を紹介しています。これは介護だけでなく、立つ、歩く、座るなどの日常動作や、腰痛、肩こり予防など日常生活にも有効な身体の使い方でもあるのです。ぜひ自分の身体で体感してみてください。



とだそつです。

この本には、色々な冒険家が紹介されています。トクアラや、高さ8000mを超える高山の誰も登ったことのないルートに挑戦する人。真冬のアラスカ、氷点下40度近くまで下がる中、距離1800kmに及ぶ大ぞりレースに挑戦する人。本人の努力と社長の太っ腹な英断でサラリーマンでありながら4年半の有給休暇を貰って、自転車世界一周をしてみたら人、など。

## 仕事ができる人はなぜ筋トレをするのか

山本ケイイチ著 幻冬舎 2008  
タイトルを見ると、「えっ？ 筋トレしないと仕事ができる人になれないの？」「、思いますよね。」筋トレしなくても、それなりに健康だったらいんじゃないの？」って。でも、「それなりの健康」というのが、実はあやしかったりするのは、人は30歳前後を境に筋力は徐々に衰えていき、「体重が変わらないから大丈夫」などと安心していても、その実、筋肉量は減って、体脂肪が増えている可能性があるんです。資本となる体を維持するためには、筋トレは必要なんです。さらには、メンタル面での効果があることも挙げています。

夏といえば、プールやマリンスポーツ、学生さんなら部活、そして秋はまさにスポーツの季節。そこで、今回は体を動かすことに着目した本をご紹介します。ぜひ体を使うことを本で楽しんでみてください。

たこの世の中においても、長い時間をかけた地道な努力が必要とされるのです。「継続することがトレーニングの目的」とさえ、著者は言っています。そして、このトレーニングを継続するための自分なりの方法を模索し、実行出来る人こそが、「仕事ができる人」につながるのです。そこで、本書では「トレーニングの原理原則」を示し、優秀なビジネスパーソンと接して学んだ「よいトレーニングを続けるための考え方」を紹介しています。

古武術介護塾  
岡田慎一郎講師 古武術介護術編 スキージャーナル 2009

介護は身体を抱えるなど介護者への身体の負担が大きくなります。しかし、身体の使い



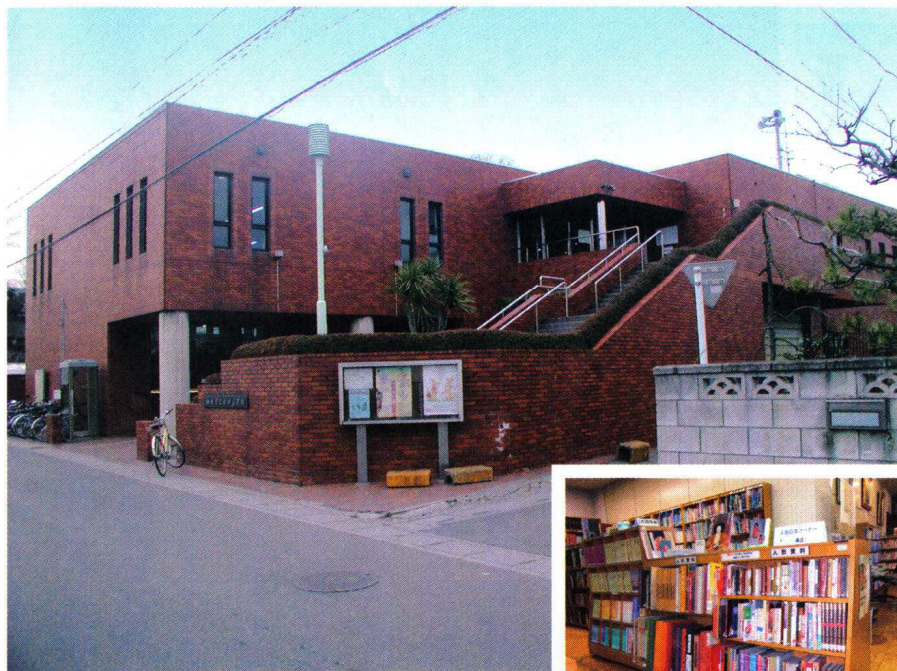
運動不足だとなぜ太ってしまうの？

4. そもそも運動不足ってどういうことでしょうか。「本質的に言うならば、運動が足りなくなるという事は、実は、運動そのものが足りないのではなくて、運動によるエネルギー消費量が少ない割に、過剰に栄養物を摂取するという二次的な害のことなのですが、それを運動不足による弊害と称しているわけです。」(運動不足とは) 小野三嗣著 風橋社 1998  
「運動不足の人は、筋肉の中にあるエネルギー製造工場(ミトコンドリア)の数が少ない状態にあります。そしてもうひとつ、運動不足の人は脂肪を分解・輸送し、エネルギー利用するときに必要な酵素(パーゼ)の働きが鈍っています。

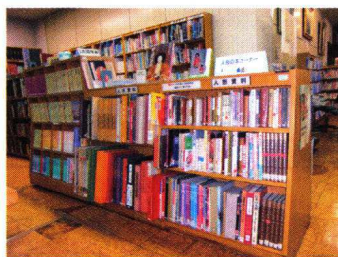
カラダは、脂肪を溜め込むばかり。「メタボリアン改造計画」西村周三ほか著 NHK出版 2009  
ところが運動をすると「筋肉が発達して基礎代謝が増えますが、運動そのものも基礎代謝をアップすることがわかっています。運動中にエネルギーが消費されるのは当然ですが、スポーツによって筋肉に消費糖がつくと運動を終えたあとも、運動しなかった筋肉にくらべて、エネルギーの消費量が大きくなるのです。」(らくらくウォーキング健康法) 佐田正樹ほか著 現代書林 2000  
「運動とはいっても何処でも時間がなくても出来るのです。」「運動は長時間やれば良いというものではありません。毎日短時間でもいいから続けることです。」「時代は進歩！おとなな体力！」菊池昭博著 文芸社 2000

# 岩槻図書館

東武野田線岩槻駅から徒歩6分、昔は武家屋敷が立ち並び、現在は閑静な住宅街となっているところに岩槻図書館があります。昭和46年開館の歴史ある図書館です。現在の赤レンガ造りの建物は、昭和53年に建てられました。1階が図書館、2階が岩槻本町公民館の併設館です。



外観は赤レンガ造り



人形の本コーナー

面積は、地下書庫を含んで1020㎡、ワンフロアで開放的な落ち着いた雰囲気のある図書館です。中庭をはさんで一般書コーナーと子どもの本コーナーに分かれ、中庭の緑を見ながら、ゆったりと読書が楽しめます。また、新聞・雑誌、文庫・新書、CD、調べる本、地域の本、そして人形のまち岩槻にちなんだ人形の本コーナーがあり、大正時代に出版された貴重な本もご覧いただけます。また、児童書、絵本も充実しています。絵本コーナーでは、毎月第3木曜、土曜日にボランティア

によるおはなし会を実施しています。岩槻区の中心館として地域に密着した、暮らしに役立つ図書館として親しまれ、長く利用されてきました。図書館の向かい側には、岩槻藩に仕えた儒者・児玉南柯が開設した藩校・遷喬館があり見学もできます。図書館周辺は城下町の面影をいたるところに残していますので、ぶらりと散策しながら、ぜひ岩槻図書館へお立ち寄りください。

## ボランティアによる 主なイベントのご案内

第1面のボランティア紹介に関連して、夏に開催される主なイベントをご案内します。どうぞご参加ください。詳しい内容は図書館ホームページ各図書館まで。

### 古本バザール

主催 さいたま市図書館友の会各支部  
会場 図書館友の会の支部がある図書館にて

日時 7月24日(土)、25日(日)10時～16時(北浦和図書館のみ9時から)

### おはなしフェスタ

会場 プラザイースト(東浦和図書館)  
日時 7月21日(水)～25日(日)

内容 おはなし会や朗読、人形劇、講演会などを日替わりで開催。期間中は原画展も。

対象 幼児・小学生、大人の方もどうぞ。

### 映画上映会

上映 与野16ミリサークル  
会場 与野図書館3F視聴覚ホール  
日時 8月29日(日)13時～15時30分

上映作品 「ガス灯」(144分)

対象 一般

### Coocoo(こおこ)おはなし会

語り手 多文化子育ての会  
Coocoo(こおこ)

会場 南浦和図書館

日時 8月26日(木) 15時～

内容 日本語と外国語による絵本・紙芝居の読み聞かせ

対象 小学生、幼児(保護者可)

編集：さいたま来ぶらり通信編集委員会 発行：さいたま市図書館

<http://www.lib.city.saitama.jp/> 携帯電話用 <http://www.lib.city.saitama.jp/m/> (下のQRコードを読み込んでください)

北浦和図書館 832-2321	桜木図書館 649-5871	春野図書館 687-8301	与野南図書館 855-3735
南浦和図書館 862-8568	大宮西部図書館 664-4946	大宮東図書館 688-1434	岩槻図書館 757-2523
東浦和図書館 875-9977	三橋分館 625-4319	七里図書館 682-3248	岩槻駅東口図書館 758-3200
桜図書館 858-9090	北図書館 669-6111	片柳図書館 682-1222	岩槻東部図書館 756-6665
大久保東分館 853-7100	宮原図書館 662-5401	与野図書館 853-7816	
大宮図書館 643-3701	馬宮図書館 625-8831	西分館 854-8636	

事務局：中央図書館 浦和区東高砂町11-1 TEL 048-871-2100

★★編集後記★★ 今回はオープンしたばかりの大宮盆栽美術館にお邪魔してきました。季節の移り変わりが楽しそうな場所でした。図書館も、暑い盛りから読書の秋へ、催し物が多くひらかれます。どうぞ足をお運びください。次回発行：2010年11月15日

