

# 竹の会 TAKENOKAI

Take Düsseldorf e.V.

デュッセルドルフ交流サポートセンター 竹

おしらせ

2025  
No.12

## 竹の会 活動予定

竹屋コミュニティ 第3火曜日 12月16日 14-17時 Pavillon Oberkasseler Str.53  
Atc 遊び竹 第2金曜日 12月 なし  
お隣り会 12月 未定  
寄り合いカフェ 第4金曜日 12月 お休み  
竹コアコンサート 12月12日(金) DSH 15時半～ その後zpO でクリスマス会  
予告 新年会 1月9日 詳細は後日ご案内が届きますので、この日程を忘れずに！

### ●趣味のグループ

ウクレレ 12月4・18日(木) 11:00-12:00 zpO  
担当者 ikedasprotte@googlemail.com 授業料 竹会員 €3、非会員 €7  
竹コア 毎月第2(・4)金曜日=12月12日 13:30-14:30 DSH Bistro  
伴奏者の謝礼と雑費を含み 年間約 20 ユーロ。新しい参加者を歓迎します！  
担当者 kanuma-koezer@t-online.de  
ヨガ教室 毎月第3木曜日=12月お休み 17:30-18:30 zpO 参加費 1回 €5  
新しい参加者を歓迎します！ 担当者 kiyoko.liebelt.koizumi@googlemail.com  
折り紙 毎月第2木曜日=12月11日 15～17:00 zpO 新しい参加者を歓迎します！  
担当者 akko2402@t-online.de

zpO(Diakonie に於ける竹の会の活動拠点) 12月スケジュール

3ヵ月毎に発行されるプログラムの中から竹の会会員に役立つと思われる催し。

すべての催しに予約が必要です: 電話番号 0211 58677 116

月曜日 14:00-17:00 カフェ宝箱 日本人認知症者のための集まり

同 14:30 または 15:30 PC、携帯電話(アンドロイド)の使い方 (ドイツ語)

火曜日 11:00 iPhone の使い方 (ドイツ語)

水曜日 14:30・15:30 PC、ラップトップの使い方 (ドイツ語 ちょっと日本語)  
金曜日 10:00-14:00 なんでも相談室 bitte-dojo@gmail.com (日本語)  
12月2日(火) 14-17:00 手回しオルガン演奏とグリュウワイン  
12月4日(木) 15:00 待降節(Advent)コンサート 入場料 5€  
12月9日(火) 15:45 ピアノコンサート・歌曲  
12月10日(水) 15:00 音楽大学生によるクリスマスコンサート 指揮者 Prof. Kameda  
12月11日(木) 15:30 プロテスタント礼拝式  
12月17日(水) 15:45 ピアノコンサート  
12月19日(金) 15:30 カトリック礼拝式  
12月25日(木) 15:45 クリスマスコンサート

## 第3回 定款と規約を考える会合

- ・日時:2025年11月21日14:30~16:00
- ・場所:Zentrum plus Oberkassel (対面 + オンライン)

主な内容(議事録ではありません)

- ・法人法に照らし合わせて、理事数の変更、2人理事長の可能性などを確認。
- ・理事会(現在3名)から体制強化と今後役割分担の必要性を認識。
- ・将来のために若手の方に Erweiterter Vorstand(開かれた理事)として加わって頂く案。
- ・退会の手続きの方法(退会届の義務、メール可)の明確化が必要。
- ・会計処理に関して専門家の助言を得ていく必要性。
- ・ウェブサイト、メール管理など IT 領域の充実を図る。
- ・名誉会長の規定を規約に設ける。
- ・会の活動と守秘義務の解釈と開示についての記載、その他。

今後の予定 ・理事会 / 運営委員会が中心となって議論の上で案を作成、次回の会合(2026年1月16日)で集中審議する。

- ・改定が望ましい場合は、来年の総会にて話し合いをする。

会員からの竹の会への連絡先 kontakt@takenokai.de  
お知らせへの投稿、問合せ先 take-dus@gmx.de

## 町内会

今年3月の総会で『町内会、スタートします』と口頭でお話しして以来、各地域で展開されている町内会について、その意図、ルール、そして既にスタートした地区の現状報告も含め、ご説明します。

町内会発足のきっかけは、色々な会員から聞く、『ZPO(Zentrum plus Oberkassel )へ行くのは大変、自宅から遠い』という声。ZPO は私達竹の会がスタート当初から長年無償で利用させてもらっている貴重な活動場で、それは今後も変わりありません。Oberkassel で、無料駐車も出来、電車の便もいい、と好条件ではあるものの、年齢を配慮して車の運転やめた方、歩行困難、そして昨今増加したデュッセルドルフ市外、他の州から活動に通う会員にとって、遠いと感じる方が増加していると耳にします。そんな会員の現状に伴い、何らかの新しい『出会いの場』、全員は無理でも『つながる』『日本語環境』が必要ではないかとの発想が浮上したのです。特に冬になると『雨や雪で足元が緩いと歩行怖い』『早く日が暮れる秋冬は、会合が17時過ぎると帰宅時真っ暗で、電車やバスの乗り継ぎ怖い』『一人でタクシー乗るの嫌だなあ』などの声。だから『冬眠に入ります、また春になったら会いましょうね』とも。

竹の会は『Begegnung=出会い』が目的です。全員で ZPO で会うことが難しいのなら、せめて点在する、意外に地域によっては5~10人ぐらいきれいに分布している町内をグループ化し、その方々で地元で出会うというのはどうかな、と提案しました。それならローカルな話『あそこのドイツスーパーでなめこ売ってるよ』『あのカフェ、今月でなくなるんだって』『OX さんのおこさんがあそこで開業してるんだよ』などがよりピンポイント理解し合えるでしょう。実際にもし何か困ったときは、『遠くの親類より近くの他人』の諺があります。徒歩でさっと行き来出来るエリアに竹会員がいると、相互支援がしやすいのではないのでしょうか？ 幸い竹の会から初回町内会のドリンク代(一人5ユーロまで)は負担すること(ルール1)となっています。

前置きが長くなりましたが、時間をかけて会員居住地分布図というのを作り、町内会を発足させてみました。お気づきの通り、かなり人工的で、つまり郵便番号の近い方をグループ(ルール2)としてみたのですが、無理があったり、交通の便から言って隣町に入れた方がいい地区などもあります。前回の例会で、『一体どんな町内会が現在作られているのかが分からない』という声がありましたので、グループ名を挙げておきます。

●Derendorf/Zoo 地区 ●市内中央地区 ●Meerbusch ●Krefeld 地区 ●Neuss 地区 ●Erkrath 地区、それ以外にも ●Oberkassel 地区、●Ddf北地区、●Ddf 南東(Wersten 周辺)などありますが、お世話人適任者がなかなか見つからない、そしてそもそも人数多すぎ、強引にくっつけてる感など色々な難点が浮上しています。先日の例会でもお話しした通り、越境あり(違う地域だけど、そっちの方が交通の便がいいからそちらに参加、ルール3)、またグループによっては、竹「お知らせ」に次回の町内会日をオープンにし、他区域からの参加も募集 OK としています。

町内会に参加した会員からは、『偶然新入会員さんが町内会に来られ、足の不自由さがあるから、次の竹の会合には一緒に行きましょうと約束した(そしてご一緒に ZPO へ来られました)』『あなたもこんな近くに住んでたんですか？20年余りよく顔は合わせたけど知らなかった』『一人暮らしでなかなか新しくお友達を作る機会がこれまで竹の会合ではなかったけれど、帰路方向が一緒だった



からおしゃべりが尽きなかった』『ライングループで、町内会でもらったからし菜のお浸し写真を見せあった』など、色々なお話しが飛び交います。

1回目はお茶代が竹の会から出るし、お互い知らない同士いきなり自宅っていうのもねえ、という懸念から、まずカフェやレストランなど『外』で会うこととなりますが、以降どのようになさるかは、各町内会でゆりとお決めください。持ち寄りパーティーしよう！という提案の出た町内会もあります。町内会は、自分が主催者で、自分がアクティブにその場へ行き、会合を盛り上げる立場、つまり、本当の意味での会員の為の会員による活動です。竹の会はもうすぐ20周年を迎えますが、せっかくこの時と空間を何かの運命でほぼ同時期に共有する仲間たち、同じ目線で物が見れる関係になるといいですね。

面白いことに、どの町内会でも、人数が少ないせいか、地元の集まりだからか、とてもリラックスして、参加される方々皆が『次は何時かしら』と心待ちにしている、とほくほく顔で話してくれます。もし皆さんにも町内会の案内が(メールで)来ましたら、面倒くさがらず是非ご参加してみてください。まだ一度も連絡来てないけど、という方も理事の方へご連絡ください(迷惑メール)。

『人薬(ひとぐすり)』という言葉をご存じですか？ いまだに認知症には完治薬はありません。でも、同じ時間と場所と感情を共有する、つまり『寄り添う』関係を作ること、人は孤独や不安から解放され、毎日生活する場に『居場所』を見つけられ、自分らしい生き方を獲得できると思います。認知症の方には、何よりも『人薬』『寄り添う人』が不可欠。町内会の活動を通して、自分が誰かの人薬になり、誰かが私の人薬になってくれ、皆さんが元気にそれぞれの居場所で自分らしく毎日を暮らし、そして定期活動にも町内会の仲間と一緒に顔出しに来てくださることを切望しています。顔見えないとホント心配するんですよ。

竹の会の『新しい変貌に伴った』新たな活動『町内会』へ、奮ってご参加ください。(YFH 記)

## デュッセルドルフ イベント スケジュール

除夜の鐘 12月31日 オーバーカッセルの恵光寺で代わる代わる鐘を打つことができる。

Opernhaus

ナテフカ 12月9・13・29日・2026 1月8日

コウモリ(ヨハン シュトラウス) 12月6・31日・2026 1月17・23日

ピノッキオ 12月16日

カチャ カサノバ(ヤナチェク) 12月7・12・28・2026 1月7・25・2月8日

バレエ いばら姫 12月11・14・20・25・30 2026 1月2日

オープン エア 児童合唱団 クリスマスの歌 12月7・14・21日 17:00 無料

Tonhalle German Bras クリスマスタイム 12月8日 20:00

バレエ 白鳥の湖 2026 1月31日 19:30

テノール歌手5人 ウィーン国立オペラやミラノ・スカラ座などでカンツォーネ公演 1月7日

Mitsubishi Elektrik Hall バレエ 白鳥の湖 2026 1月8日

Robert-Schumann-Saal 日本の大太鼓演奏 2026 5月29日 20:00・30日 16:00

Apollo 演芸ショー Extravaganza 1月11日まで 食事しながら観劇も 州議会館/Knie 橋下

展示 コペンハーゲン王宮陶磁器展 Hetjens Museum Schulstr.4 2026年1月4日まで

女性美術家絵画展 1800年代からの作品 Kunstpalast 2026年2月1日まで

文学者・詩人ハイネの作品から受ける印象を絵画や彫刻に作成し、見える化した展示。

Heinrich-Heine-Institut, Bilker Str.12-14 月曜日は休館

Sex now NRW-Forum Ehrenhof 2 2026年3月3日まで

リペアカフェ 作動しなくなった電気機器や自転車などを無料で

直すボランティア活動。第2土曜日 10-12時 オーバーカッセル Grevenbroicher Weg 5  
Pfarrhaus(牧師館)

48時間入場券 6つの博物館・美術館で通用。Kunstpalastr, Kunstsammlungen NRW K20/21  
Kunsthalle, NRW-Forum, KIT-Kunst im Tunnel

無料入場 日曜日・閉館1時間前から。Filmmuseum, Goethe-Museum, Heinrich-Heine-  
Institut, Hetjens-Museum, Siffahrtmuseum(Schlosssturm), Stadtmuseum, Theater-  
Museum

## ある日のつぶやき 34

介護士 太田まり

2023年秋、旦那の coda pon ががん告知を受ける。ドイツの病院では余命言及はなされず、セカンド  
オピニオンの医師からも「緩和ケア」だと言われただけだった。寝たきりで入院先から帰ってきた  
coda pon の「緩和ケア」日常のあれこれ、ドイツ介護施設勤務で居住者の日常に接している私の  
つぶやきを綴る「ある日のつぶやき」

今年2025年は昭和100年だそうで、メディアでも昭和時代をテーマにいろいろ語られたようです。  
竹の会の会員のほとんどの方は昭和生まれだと思います。私の日本での生活も昭和とともにあった  
と思います。ドイツに来て1年後には平成になったので。皆様の昭和はどんな感じでしたか？

話はかわって竹の会では、今年から「ご近所会」という取り組みが始まりました。実は介護の世界に  
おいてネットワークづくりは大きなテーマです。ディアコニーやカリタスでも朝食会をしたり、遊び竹  
のようなゲームの時間を設けたりしています。

生活圏内に所属コミュニティがあるのが理想ですが coda pon と私は何となく住居を構えているノイス  
よりも、デュッセルドルフに縁が深かったです。買い物、娯楽、子供の学校とデュッセルドルフに頻繁に  
行っていました。ノイスに住みながらデュッセルドルフが生活圏でした。ところが、私が介護士の職業  
訓練に入って、ノイスの学校で理論を学び、ノイスの施設での実習を通して、ノイスに生活圏が変わ  
りました。特に訪問介護実習でノイスのいろいろな場所のお宅を訪問し、ノイスのいろいろな場所を  
知りました。それ以降、私の生活圏は完全にノイスに変わりました。そして、coda pon が病気になっ  
てからは、その傾向はもっと強くなりました。そこでノイスを開拓する様になりました。お気に入りの

カフェを見つけたり、家の近所にアジアスーパーができれば、行ってみたり。散歩も良くするようになりました。

正直に話すと、そもそも私は怠け者で、引きこもりです。昔から小さい行動範囲が好きでした。徒歩圏内で用事が済めばそれに越したことは無いと思っている人間です。年々、デュッセルドルフが遠く感じるようになっていました。特に日本語環境においては、デジタルだよりで AI 相手にお話する日常に陥っていました。このままでは、孤独になってしまう。。とぼんやり思っていたタイミングで「ノイスご近所会」の開催です。

会場となったアイスカフェで、私はお散歩圏内の新しいお友達と知り合うことができました。日本語でお話できるお友達。なんて素敵なことでしょう！

常日頃、思っていることがあります。バックグラウンドで日本語がテレビから流れている時、私は誰かと会話しながらも流れてくる日本語を理解しているのです。ドイツ語ではそれはありません。私はドイツで生活し、ドイツで介護士の資格を取ったにも関わらず、ドイツ語は堪能ではありません。ドイツ語で仕事をするのは、大きな言語ストレスがあります。

私は新しくできた年上のお友達とおしゃべりしながら、心がゆったり穏やかな状態であることを感じます。「竹の会に入ってよかった」と心から思いました。入会していなかったら出会いは無かったので。一步を踏み出すことが大切です。

「ご近所会」が皆様に新しい出会いを与える機会になることを切に祈ります。

## 12月のこよみ

Dezember: ラテン語 decem 10 番目 (ギリシャ語 deca キロキロ とヘクト デカ けた メートルが デシ におわれて センチ ミリミリ) 紀元前153年に、それまで3月が年の始めだった慣例を1月に変更したので、2ヵ月のずれが生じた。

1日 大東亜戦争 1941: 日本軍のアメリカ・イギリス・オランダに対する開戦が御前会議で決まる。  
1週間後にハワイ・真珠湾を奇襲。

愛子様 2001: 現在の皇室内親王として生まれる。

2日 1億人を突破 1970: 10月1日実施の国勢調査で判明した日本の総人口 1億370万3552人。  
2025年1月1日時点では 1億2065万3227人。近年は減少が続いている。

ナポレオン戴冠式 1804: 1789年の革命で貴族勢力を倒して皇帝となった。

5日 国際ボランティアデー 個人のボランティア、コミュニティグループ、非営利団体、組織にとって、地域、国、国際レベルでの貢献を促進する機会。

官位12階 603: 宮廷に仕える聖徳太子が制定。600年前半、功績や能力に応じて 徳・仁・礼・信・義・智 を大小2段階に分けて官位を与えた。

官位12階 603: 宮廷に仕える聖徳太子が制定。600年前半、功績や能力に応じて 徳・仁・礼・信・義・智 を大小2段階に分けて官位を与えた。

広島・原爆ドーム 1996: 厳島神社と共に世界遺産リストに登録された。日本で最初の登録は 1993年法隆寺・姫路城から始まり現在26件。

- 6日 聖ニコラウスの日 343年に亡くなった修道院司教の命日。子供・未婚の女性・商人の守護神。
- 7日 Zweite Advent 待降節(カトリック) 降臨節(プロテスタント)第2週目の日曜日。  
アドラー号 1835: ドイツ鉄道が開業して処女走行した蒸気機関車(Nürnberg-Fürth)。  
200人の乗客を乗せ時速は35km。翌年の7月11日、乗客以外に初めて貨物を運送、これがビール樽だった。  
クリスマスツリー 1886(明治19): 前年横浜に1号店を開いた明治屋が飾りつけた。  
横浜は早くから外国人との接触があり、外国文化にふれる機会が多かった。
- 8日 ハワイ真珠湾攻撃 1941: すでに中国との戦争を戦っていた日本は中・英・米・オランダなど  
連合国との全面戦争に突入した。
- 9日 ロシア船打ち払い令 1807(江戸時代後期): ロシア船によるたびたびの蝦夷地(北海道と  
近隣の島々)襲撃に対抗。
- 11日 新大陸へ移住 1620: イギリス国教会の信者たち約100人が官憲の圧迫を逃れてオランダ  
へ行ったが、ここは同じ新教のカルヴィン派の支配地で居心地が悪く、さらにアメリカへメイフラワー  
号の船で逃亡、信仰の自由を求め、神の国を築こうという高い清教徒的理想に燃えて移住した。こう  
して新大陸にまかれた一粒の種はアメリカ合衆国という豊かな実りをもたらすもともになった。
- 12日 リニアモーターカー 1979: 実験走行で時速504キロの世界新記録。現在日本では6都市  
東京・大阪・横浜・仙台・福岡・神戸 で営業運転している(地下鉄が多い)。
- 13日 ハイネ誕生 1797: 詩人・文芸評論家でデュッセルドルフ出身。「ローライ」で知られる。  
知人から勧められた日本をテーマとした本を読んで、私は日本人になりたいと言った。
- 14日 最後の蒸気機関車(SL) 1975(昭和50): 国鉄最後の旅客列車走行。室蘭-岩見沢  
(北海道)でサヨナラ運転。10日後には貨物列車も。1台は東京交通博物館に保存。
- 16日 和服女性が災難 1932(昭和7): 東京でデパートが全焼し、下着なしの和服女性が裾を  
気にして押さえ脱出命綱から手を離して落下。死者14人中13人が和服着用の女性だった。  
以後女性の下着 ズロース 着用が普及した。  
ユーロが誕生 1995: 従来の欧州通貨単位 ECU の 1:1(1.175ドル)比率での置き  
換えとして、国際金融市場に会計通貨として導入された。ユーロ硬貨と紙幣は2002年  
1月1日に流通開始され、ユーロは当初の参加国の日常業務通貨となり、2002年3月  
までに旧通貨から完全に置き換えられた。現在1€ = 180円、1.16ドル。
- 18日 東京駅完成 1914(大正3): 落成式が行われ、2日後から営業を始める。  
日本の国連加盟 1956(昭和31): 国際連合が全会一致で承認、80番目の加盟国。
- 19日 義務教育 1619: 宗教改革で知られるマルティン ルターが6-12歳の子どもを対象に  
ワイマールで実施。制度化されたのは約100年後。  
キリスト教徒が処刑 1596: 長崎でスペインの宣教師と日本人信者26人。彼らは後に  
ローマ法皇から「聖人」の称号を受けた。
- 22日 冬至 Winteranfang(冬の始まり), Wintersonnenwende(太陽の変転)  
庶民のための学校 828: 空海が綜芸種智院を開く。
- 24日 クリスマスイヴ ツリーの下で贈り物の交換。

- 25日 クリスマス キリストの降誕祭。紀元400年頃から行われるようになったといわれ、ツリーを囲み、プレゼントの交換などをして喜びを分かち合う。26日も祝日。  
翌日から大晦日の真夜中、年越しの花火の販売が許可される。  
カール王が皇帝に 800: ローマでレオ3世から神聖ローマ帝国の皇帝の位をさずかった。  
ソビエト連邦の崩壊 1991: ソ連はさまざまな民族の共和国から構成されていたが、脱退して独立の国を目指そうとする指導たちが「ソビエト連邦はもはや存在しない」と宣言した。
- 26日 大戦後29年 1974: 1945年に第2次世界大戦が終わってから約30年、戦地インドネシアの森の中に隠れていた台湾出身の日本軍人が発見され、故郷へ帰国した。
- 27日 日本でドイツ札 1871: 明治政府は改新紙幣の印刷を技術の進んだドイツに依頼したことからドイツ札と呼ばれた。
- 30日 日本の人口 1912(大正1): 内地 5252万2753人(東京市200万9980人を含む)・在朝鮮 1456万6783人・在台湾321万3221人・在樺太2150人。合計7030万4907  
2025年10月29日現在 1億2288万7657人。東京都2025年9月1日現在 1418万3261人。  
シーボルト事件 1828: 国防上の理由から日本国外への持ち出しが禁止されていた地図などが帰国日に発覚して国外追放となり、幕府の関係者が処分を受けた。
- 31日 Silvester 大晦日 335年この日に没したキリスト教皇の名。真夜中の花火で年越しを祝う。  
除夜の鐘 108回打つのは人間の煩惱を追い払うとする説がある。眼・耳・鼻・舌・身・意の六根のそれぞれに好(気持ちが好い)・悪(気持ちが悪い)・平(どうでもよい)があつて18類、この18類それぞれに浄(きれい)・染(きたない)の2類があつて36類、この36類を前世・今世・来世の三世に配当して108となり、人間の煩惱の数を表す。  
除夜の鐘をラジオ中継 1927(昭和2): NHK 放送局が東京・上野寛永寺から。  
シンデレラデー 童話「シンデレラ」に由来し、魔法使いによって美しいドレスに着替えて舞踏会へ。でも、夜中の0時を過ぎると魔法は全部解けてしまう - 世界中でカウントダウンが行われ、「3・2・1 -」と新年を待つこの日は、まるでシンデレラのように何度も時間を確認しながら過ごすことから。  
敗戦近し 1942: 大東亜戦争、日本大本営がガダルカナル島からの撤退を決定。派遣した兵士3万人のうち2万人が戦死・餓死・行方不明。  
ヨットで太平洋横断 1988(昭和63): 今給繁恭子(いまきいれ きょうこ 23歳)が203日(約7ヵ月)ぶりに鹿児島に帰港。女性で初の単独往復。  
ドイツ国内移民 1988: 分裂していた東西ドイツ併合の1年前までで東欧から西ドイツへ移ったのが20万人。初めの頃は西ドイツ政府が移住者においておいで歓迎金を出していた。  
ロシア大統領 1999: エリツィン大統領が辞任し、プーチン首相が後任に指名された。  
パナマ運河 1999: アメリカが1914年以来管理していたが、パナマに返還。現在のデータによると、中国はアメリカに次ぐパナマ運河の第2の利用国で、パナマに大規模な経済投資を行っている。トランプ大統領は通行料が高すぎると非難した。

ちょっとドイツ語 名前の元

Fisch(魚) → Fischer フィッシャー(漁夫) / Backen(焼く) → Bäcker ベッカー(パン屋)  
Mühle(粉ひき器) → Müller ミュラー(粉屋) / Schneiden(切る) → Schneider(服の仕立て屋) / Schuh(靴)machen(作る) → Schuhmacher シューマッハー(靴屋)

# デュッセルドルフの歴史

西暦150年ごろ ローマカトリックおよびギリシャ正教の Apollinaris がデュッセルドルフの守護者。

695 Swidbert が修道院を作り、ゲルマン民族の中でキリスト教を布教。

1135 Dusseldorp=初めての地名記載録。

1288 6月5日 ケルン大司教軍との戦いで勝利、8月14日 都市権を得る。

1380 Berg(Solingen)伯爵領の居住地となる。

1510 Berg 大公国の主都となる。

1679 Johann Wilhelm II(Jan Wellem)が君主となる。

1699 ライン川の両岸を結ぶ渡し舟が運行。

1773 領主 Karl Theodor(バイエルン系の選帝侯)がロココ様式のベンラート城を建設。

1795 フランス軍による占領、30年続く。

1797 歌曲「ローレライ」で知られる詩人ハンリッヒ ハイネが生まれる。

1805 ナポレオンが領主となり、翌年 Berg 大公国を設けて主都とした。

1815 ナポレオン後 Berg を含むラインラント全域がプロセン王国(ドイツ帝国時代)となる。

1825 初めてバラの月曜日(カーニバル)行進。

1838 初めての鉄道 Düsseldorf-Erkrath、3年後 Wuppertal-Elberfeld まで開通。

1845 ケルンと結ぶ鉄道線が開設。

1862 7月17日 日本から38名のサムライ遣欧使節団が親善訪問、中央駅で下車。  
デュッセルドルフ出身の Louis Kniffler が長崎出島で通商条約を締結。

1900 馬車運行が終わり、市電となった。

1925 フランス軍が撤退。

1927 空港が開かれる。

1940 アメリカ軍による空襲。

1945 アメリカ軍が占領。

1946 Nordrhein-Westfalen の州都となる。

1952 日本から初めて駐在員が来る。2年後には家族が同伴、在留者約20名。

1963 初めての運動会が開催される。

1964 日本クラブ創立。独日協会が設立された。約750人の日本人、日本企業が68社。

1965 2月 日本総領事館が開設。

5月25日 イギリスのエリザベス女王が訪問、50万人の人出。

デュッセルドルフの人口が70万人以下になる。現在は63万人。

1966 6月5日 ライン川にクジラが遊泳。

1968 9月1日 空路 ルフトハンザ 東京 - コペンハーゲン - デュッセルドルフ が開通。  
独日親善ライン下り、船上で日本児童の合唱、折り紙、柔道を披露。

1971 4月21日 日本人学校がオープン。在籍生徒は小学部5年生-中学部3年生の43人。

10月10日 昭和天皇がケルン・ボン空港に到着。大戦後初めて。

1975 日本庭園が開園 / デュッセルドルフ北部 Kaiserswerth にナイチンゲール病院ができる。

1078 9月8日 インマーマン通りに独日センターがオープン。

1079 6月23日 サッカーチーム フォルトウーナがドイツ杯優勝。

1080 6月4日 フォルトウーナがドイツ杯連続優勝。

- 1981 地下鉄が運行を始める。カイザースヴェルト800年祭。  
6月 ロバート シューマン追悼125年記念音楽祭。
- 1985 日本航空が成田便を開設。
- 1986 独日協会・商工会議所・日本クラブ共催で独日親善ライン下り、850名が参加。
- 1987 4月29日 国催ガーデンショー開園。10月閉園まで入場者730万人。
- 1988 デュッセルドルフ市700年祭。
- 1991 日本クラブ創立25周年。記念誌「ラインの流れ」が刊行される。
- 1992 6月16-17日 欧州で初めて大相撲の第9回海外巡業、マドリード(スペイン)と並んで興行。  
最近では2005年アメリカ・ラスベラスが最後だったが、今年20年ぶりの海外ロンドンで公演した。
- 1993 天皇陛下デュッセルドルフへ。9月3日から18日までローマからミュンヘンへの途中。
- 1995 10月29日 日本人学校創立25年祭。これまでの総生徒数5000人以上。
- 2000 在デュッセルドルフの日本人数は4493人、メアブッシュ1114人、合計5607人。
- 2002 5月25日 第1回日本デー。
- 2005 千葉県とデュッセルドルフのパートナー関係締結。
- 2010 5月24日-6月14日 シューマン生誕200年祭。
- 2011 6月 日独友好150年祭で皇太子がドイツを訪問。
- 2013 年間デュッセルドルフ地域進出日本企業50社で過去最高。市内における10年間の直接投資額は中国、アメリカに次いで日本が3位。投下資本額は5位、新規雇用はアメリカに次いで2位。  
サッカークラブ フォルトゥーナに初めて日本選手が入団。
- 2014 日本クラブ創立50周年、記念誌「ラインの流れ」刊行。3月 ANA が東京へ直行便就航。

(参考文献 Netzwerk-Zeitung Koordinierungskreis der Düsseldorfer Netzwerke, ジュッセルドルフ Amt für Fremdenverkehr und Wirtschaftsförderung, Düsseldorf 700 Jahre Stadt, 新聞 Rheinische Post, 三丁目俊三著「ザルツカンマーグートの鯉幟」日本クラブ創立50周年記念誌「ラインの流れ」、NHK ニュース

## バウムクーヘンだけではない 日本に伝えられたドイツの食品

第1次大戦で日本軍は中国のドイツ租借地を占領し、捕虜として日本の収容所に入れられた約4000人のドイツ兵は鳴門(徳島県)、広島、東京、習志野(千葉県)などに分配された。広島で物産陳列館(今の原爆ドーム)で展示会が開催されたとき、ユーハイムのバウムクーヘンと並んでソーセージやハムも出品された。出展者は食肉加工の技術者ヘルマン・ヴォルシュケ(Friedrich Hermann Wolschke 1893~1963年)で、広島市の精肉会社でハム製造の技術指導を行い、捕虜の自由解放後も帰国しないで明治屋に雇われ、もっぱらソーセージやハムの製造指導を行い、独立してからはあちこちのメーカーにも協力した。明治屋は収容所から雇い入れたカール・ユーハイム、習志野収容所(千葉県)から雇い入れたヨーゼフ・ファン・ホーテンと合わせて3名を銀座に新たに開店した

「カフェ・ユーロップ」に配属し、ヴォルシュケをソーセージ製造主任、ユーハイムを製菓部主任、ホーテンは喫茶部支配人とした。1922年に明治屋が食料株式会社を設立し、本格的にハム、ソーセージの製造に乗り出すとヴォルシュケはその主任者になった。

昭和初期(1930-40年代)には農村不況対策として畜産振興が叫ばれ、農業会の施設で仔豚の斡旋や近隣から出荷される牛や豚の解体・加工を始めていたヘルマンさんは自営の工場を造り、ハム、ソーセージの本格的製造に乗り出した。教会のドイツ人牧師からの発案で、養護施設に毎月届けたハム・ソーセージは、学園の子どもたちの栄養向上にたいへん役立ったという。また、学園出身者を何人も工場に迎えている。

1934年に日米親善野球が行われたとき、甲子園球場で日本で初めてホットドッグを販売したという逸話も残されている。戦後は、1947年に東京都北多摩郡狛江(こまえ)にあった牛豚の加工施設の一角を借りて、ハム・ソーセージの製造を本格的に再開した。

狛江市では2013年に市民により結成された「ヘルマンさんの会」をつくったり、生誕祭を祝ったり、波乱に満ちた人生を紙芝居に表現して毎年誕生月の7月に上演している。2014年、ヘルマン氏の故郷・東北ドイツ・ブランデンブルク州ゼンフテンベルク市でドイツ語訳された紙芝居が披露された。

参照：狛江市 / 読売新聞 / ウィキペディア

## 誤嚥を避ける口と舌の運動

高齢になって心身の活力 = 筋力、認知機能、社会とのつながりなど = が低下した状態を早めに発見して適切な対応を行うことが大切です。嚙んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰え、嚙む力や舌の動きの悪化が食生活に支障を及ぼしたりします。特に舌の持つ機能をどのように働かせるか、以下にまとめてみました。

口・舌の動きをスムーズにする体操

唇やほほ、口周りや舌の筋力をアップすることで、口の機能が高まり、唾液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて食べ物を飲み込みやすくなります。お顔の表情もイキイキしてきます。

唇を中心とした口の体操 口をすぼめてウ～ 続けて イ～ と横に開く。

ほほの体操 ほほを膨らませた後、すぼめるという動きを数回する。

舌の体操(舌圧訓練)

1. 舌を片方のほほの内側に強く押しつける。
2. 指で口の中の舌の先をほほの上から押さえる。
3. それに抵抗するように、舌をほほの内側にゆっくり押しつける。
4. 反対側でも同じこと繰り返す。

パタカラ体操 各8回

1. 「パパ……」…唇をはじくように
2. 「タタ……」舌先を上の前歯の裏につけるように
3. 「カカ……」…舌の奥を上顎の奥につけるように
4. 「ララ……」…舌をまるめるように

2 飲み込むパワー(嚥下機能)をつける体操

飲み込みに関連する筋力をアップすることで、食事中的「むせ」などの症状改善につながる。ゆっくり大きく口を開け 10 秒間保持する。しっかり口を閉じて 10 秒間休憩する。

ベロ出しごっくん体操

ベロをほんの少し出したまま、口を閉じてつばを飲み込む。

### 3 咀嚼訓練

ガムを噛むことにより、噛むために必要な筋肉を鍛えることができます。

1日2回(朝と夜)、2分間はリズムを決めて、3分間は自由に、計5分間ガムを噛む。

唇を閉じて、しっかりと噛む。ガムは1か所で噛まず、左右両側で均等に噛む。

姿勢を正して噛む。

### 食事のポイント

ひと口で30回以上噛む。/ 口いっぱい物を詰め込まない。/ ひと口ごとに箸を置く。

食材はやや大きめに切る。/ 食材をやや硬めにゆでる。/ 歯ごたえのある食材を使う。

### 4 滑舌(口唇・舌の特性)をよくする体操

口の動きをよくすることで、明瞭な発音につながり、表情が豊かになります。

レベル1 なまむぎ なまごめ なまたまご

レベル2 となりの きゃくは よくかきくう きゃくだ

レベル3 あおまきがみ あかまきがみ きまきがみ

レベル4 隣の竹垣に竹立てかけたのは 竹立てかけたかったので 竹立てかけた

### 5 舌のパワーをつける体操

「誤嚥」や「むせ」などの症状改善につながる。

舌で下顎の先を触るつもりで伸ばす / 舌で鼻のあたまを触るつもりで伸ばす / 舌を左右に伸ばす

お口の周りをぐるりと舌を動かす / スプーンなどを使って、舌に当てて押し、その力に抵抗するよう

に舌を上げます(右から・左から・前から と同様に)

参照：読売新聞 日本歯科医師会



## 海外の日本人が多く住んでいる国や都市

海外に住む日本人の人口で1位は圧倒的多さでアメリカ。2位のオーストラリアにくらべて4倍。アメリカだけで、海外在住日本人の人口の約3割を占めている。オーストラリアは長らく2位だった中国を追い越した。

ヨーロッパではイギリスに次いで2番目に日本人が多い国はドイツで43,513人(世界で8位)。

都市別ではロンドン(6位・31,621人)、パリ(21位・10,761人)、3位がデュッセルドルフ(28位・ドイツで1位・6,813人、近隣の町を含むと7000人以上)、36位ミュンヘン(4,949人)、40位・ベルリン(4,147人)、50位・フランクフルト(3,219人)。

出典：外務省「海外在留邦人数調査統計」 2024年10月1日現在

.....  
編集者：高木、太田