

Face to Face

[フェイス トゥ フェイス]
笑顔でつなぐコミュニケーション

Vol. 174
TAKE FREE

発行
星野新聞堂

www.shinbundo.com

2021
6月号
June



Face to Face Talk

日本の心とインドの心。

ヨガ講師

タルン・シェクハル・ジャ

Tarun Shekhar Jha

この一年、新型コロナウイルスの蔓延により図らずも自分と向き合う時間が増え、人生の意義を見直したという人も多いかもしれない。生き方そのものに目を向けるチャンスを得た今、よりよく生きるために“ヨガ”のものの見方・考え方に触れてみるのはいかがでしょうか。日本でヨガといえば、フィットネスや宗教の一種、はたまたサーカスのような超人的なポーズを取ることで知られている節があるが、富士市在住のヨガ講師、タルンさんにお話を伺うと、古来からの知恵と哲学に裏打ちされたヨガ本来の姿が見えてきた。時に冗談を織り交ぜながらハヌマーンヨガの魅力を紹介するタルンさんのYouTubeチャンネルは、その名も『Omoshiroi Gaijin (面白い外人)』。そんなユニークでおふざけ感のあるネーミングとは裏腹に、インタビューは生き方そのものについて深く考える時間となった。

ヨガとタルンさんの切っても切れない数奇な運命

10年前に来日し、静岡はもちろん関東圏を中心に多くの生徒を抱えるインド人ヨガ講師、タルンさん。雑誌やテレビ出演もこなし、コロナ禍以降はオンラインレッスンで海外の生徒も増えるなど活躍中だが、意外にも仕事としてのヨガ講師を意識したことはなかったという。

「インドに生まれ、子どもの頃からヨガは生活の中にありました。でも、小さな頃に夢中になったのは空手で、日本の時代劇やアクション映画に憧れて近所の道場に通い詰めていました。そのうち今度はムエタイにのめり込んで……という風に、特にヨガ自体に向き合ってきたわけではないんです。」

空手では、インド国内でチャンピオンになり、ムエタイも突き詰めて鍛えた末に体重別で金メダルを獲得ほどまでになった。その後、旅行で日本を訪れた際、富士山の見える富士市を気に入り、この地で暮らすことを決める。しかし、10代から続けているモデルの仕事などをこなしながら過ごしていたある日、自転車で事故に遭ってしまう。

「僕に向かって車が突っ込んできたんです。とっさに両脚を高く上げて避けたら、自転車にはぶつかりましたがなんとか転ばず、ケガもありませんでした。」

車をよけきったあのバランス感覚は、絶対にヨガのおかげだと確信したタルンさん。さらに思い返してみると、ヨガに救われたのはこの時だけではなかったと気づく。

「ムエタイをやっていた頃、事故で両手首を骨折したことがあったんです。両手にギブスの生活も辛かったし、もうムエタイも続けられないかも、と気持ちが沈みました。でも幼い頃から染みついていたヨガを実践していったことで、精神的にも肉体的にも回復していったんです。」

ヨガの持つ力を再認識したことで、その良さ、奥深さを日本の多くの人に知ってもらい、役立ててもらいたいと、ヨガを教えるに至る。

誰にでもフィットするのがヨガ

レッスンを始めたものの、生徒の中には短期間で

ライセンスを取ることを目的にする人や、はやりに乗って始めたものの、すぐほかに興味が移って辞める人がいるなど、もどかしさを感じることもあったという。欧米を経由して日本へ入ってきたヨガは、フィットネスとしての印象が強い。その誤解を解き、ヨガの哲学も含めて誰もが安全に楽しめる、人生に無理なく取り入れられるヨガを伝えたいとタルンさんは話す。

「いつも最初に生徒にこんな例え話をします。半分水が入っているコップを見せて、『水が半分空っぽ』と捉えるか『半分も残っている』と受け止めるか。あるものに目を向け、事実を肯定的に受け止める物の見方というのも、ひとつのヨガなんです。」

エクササイズのように、その場で身体を動かして終わりではなく、ヨガの考え方や見方を取り込んで日々の生活に活かしていくことこそ、タルンさんの伝えたいヨガだ。

「体が硬いからヨガは無理でしょうって聞いてくる人がいますが、そんなことはありません。ポーズが取れるようにするのが目的ではなく、ヨガの方法を使いながらじっくりメンタルバランスを整えたり、身体を強くしていく、その道のりこそが大事なんです。ヨガは誰でもできるもの。それぞれに合うヨガがあると知ってもらいたいですね。」

ある時、タルンさんの教室に78歳の女性が訪ねてきた。別のヨガ教室では年齢を理由に門前払いだったそうだが、タルンさんのヨガレッスンに通ううち、みるみる前向きになっていったのだ。

「その人、『年だからもう自転車に乗るのはやめる』って毎回言っていたのに、どんどんパワーアップしてついに新しい自転車を買っちゃいました(笑)。」

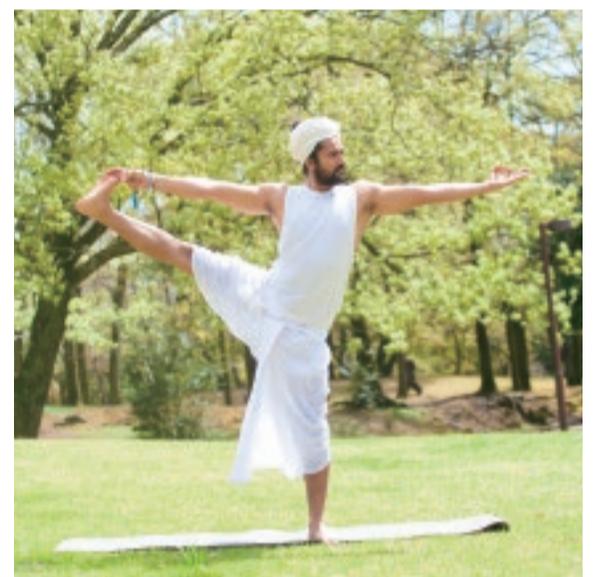
呼吸を整えることから始めよう

「ヨガをやる時に、いちばん大切なのは呼吸です。緊張している時や怒っている時は、浅く速くなってしまうもの。反対に、すごくリラックスしている時はゆったりと深い呼吸をしていますよね。呼吸と感情は密接に関係しているから、自分でコントロールできる呼吸を意識することで、感情も徐々にコントロールできるようになります。呼吸を中心に、ヨガ

には大きく8つのステップがあって、精神に作用するものと身体を鍛える両輪で成り立っているんですよ。」

身体面なら例えば、まず足首をしなやかに強くしていくと股関節のゆがみがなくなる。そうすれば内臓の位置が整って腹筋が正しく動くので便秘も解消されていく……。ヨガと聞いて多くの日本人がイメージする、あの人間離れしたポーズは、このようにひとつずつの積み重ねの結果として現れるもの。また、深い呼吸や瞑想で自律神経の調子を良くし、心のバランスを整えるヨガは、ストレスの多い日本社会にはうってつけだという。コロナ禍でのお勧めは1分瞑想。背筋を伸ばして目を閉じ、呼吸に集中するとういそう。

「身体の声聴き、自分をいたわることで、周りにも幸せや優しさを分けてあげられます。」



日本人は働くために生きている？

日本人が勤勉なのは世界の共通認識だが、来日後に会社員として働いた経験もあるタルンさんは、当時は大変だったと振り返る。

「会議も多かったり、残業もあたり前……。僕も会議で寝てしまったことがたびたびあります。ある友人は、インドにいた時に3人分働くと表彰されたけど、日本に来たら『みんな6人分働いてる!』と驚いていました。」



タルン・シェクハル・ジャ

ヨガ講師 / モデル

インド・デリー出身 富士市在住

Tarun Shekhar Jha / インドの首都デリーで、ヒンドゥー教寺院の僧侶の家系に生まれる。幼い頃から日本の武道や映画に憧れ、2011年に来日。当時はアクション俳優の事務所に所属し、殺陣などの技術を磨いた。ファッションモデルの顔も持ち、『東京コレクション』での出演経験も。旅行で訪れた富士山を気に入り、富士市への移住を決意。自身の生活の一部であったヨガの価値を再認識し、その思考や実践法を広める活動を開始。現在はプライベートレッスンを中心に、富士市内のフィットネスクラブ『J-MAX』^{ジェイマックス}でもヨガのインストラクターを務めている。モノづくりが趣味で、これまでに富士市の国際交流イベントやフリーマーケットにも参加し、自ら作ったジュエリーやせっけん、ヨガのウェアの販売も行なっている。

幸せな人生は、幸せな瞬間の積み重ね



ワークライフバランスという言葉が叫ばれて久しいが、有給休暇が取りづらい企業もいまだに多く、ましてや男性の育児休暇など取るうと考える人はほとんどいないのが現状だ。勤勉さは美德だが、それが行き過ぎると、生きるために働くのか働くために生きるのか分からなくなってしまうかもしれない。

「ときどき、自分の仕事が大嫌いなんですと言ってくる人がいますが、僕はそういう人には『辞めたほうがいいよ』ってアドバイスします。嫌いなことをずっと続けるほどストレスが溜まることはありませんから。仕事を辞められないならせめて好きになってほしい。隣の席の人と仲良くなるとか、デスクの上を自分の好きな仕様に変わるとか、5分早く出社して瞑想してみるとか。なかなか変えられない現状でも、ヨガのものの見方や呼吸などを取り入れることで、ストレス量は少し下がると思います。」

いくら嫌いだからって、そんなに簡単に仕事は辞められないよという声が聞こえてきそうだが、ただ我慢を重ねることに反対するタルンさんには、明確な信念がある。

“今” がベストなら人生は最良になる

仕事を辞める、辞めないはひとつの例としても、少し立ち止まって考えてみてほしい。幸せな人生を送るために必要なこととは何か。それは、幸せな“今”を積み重ねることにほかならない。

「平日はひたすら我慢して、土日だけ好きなことをしますか？本当にそれでいいですか？人生は週末

だけではありません、毎日のことですよ。」

タルンさんは「ヨガとは“今”と表現する。今の状態を肯定すること、肯定できる今を送ることが、前向きな人生を送ることにつながっていく。

「いくら大金持ちになって大金を積んでも、時間だけは取り戻せないでしょう。嫌な気持ちで過ごした過去をやり直すことは誰にもできません。人生は有限だからこそ、与えられた時間は最善のものにしたいですね。」

もうひとつ、幸せな今を手に入れるために大切なのは“比べないこと”だという。

「雨が降ったら天気が悪いなと思ったり、冬は寒くて嫌だ、夏は暑すぎると感じたり。私たちはつい、そんな風に不満に思うけれど、その良しあしは頭の中で勝手に作り出した基準と比べているからです。そういう意味では、五感は信用できません（笑）。僕にとっては吹雪だっていい天気ですよ。」

ありのままの今を受け入れる、心地良い今を作り出す。ヨガは幸せに生きるための手助けをしてくれる存在。そういうことを伝えたくて、みんなにハッピーになってほしくて、ヨガの先生をしているのだと力を込める。

日本を元気にして菅総理の笑顔が見たい

テレビ出演やYouTubeの投稿で、多くの人にヨガの良さを知ってもらおうと励むタルンさん。目標は国内のヨガ人口50%だ。

「コロナの終息とヨガ効果で日本全体のストレスが

下がれば、いつも難しい疲れた顔をしている菅総理にも笑顔が出るかも……。菅さんの笑顔を見ることが今年の大きな目標です（笑）。あとは、コロナの影響もあって何度か計画倒れになったヨガツアーを実現させて、生徒を連れてヨガをしながらインド各地を旅行したいです。近年の報道でインドは女性には危険な国というイメージがついてしまったので、それを払拭したいなと思ってます。それから、コロナが落ち着いたら駅の近くでヨガスタジオも再開して、直接教えたいです。みんな、『もうオンラインじゃ足りない！』って言ってますからね。」

日本の時代劇やアクション映画に憧れ、日本の映画文化をインドの映画界に持ち帰って広めたいと願ったひとりのインド人男性は今、インドの魂を日本人の幸せのために、惜しみなく伝えようとしている。



Title & Creative Direction/Daisuke Hoshino

Text/Chie Kobayashi

Photography/Kohei Handa

タルンさんの情報発信チャンネル

YouTube
Omoshiroi Gaijin



Instagram
@tarunshekhharjha

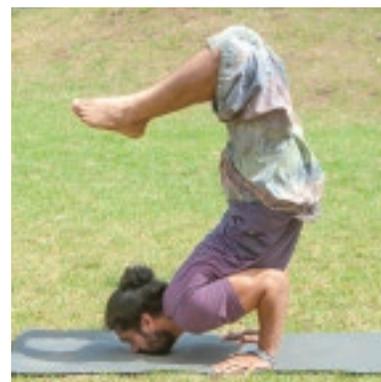
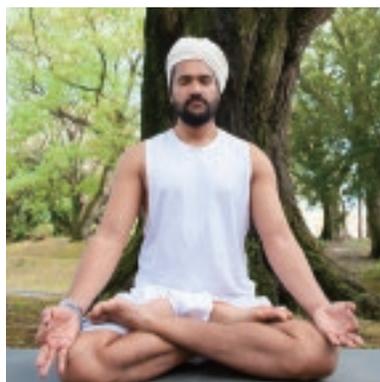


タルンさんにヨガを習いたい方は

LINE
Tarun Shekhar Jha



Mail
tarunshekhharjha@gmail.com



Event ざんまい!

富士・富士宮周辺イベントスケジュール

参加にあたってはマスクを必ず持参し、
「手洗い徹底」「体温チェック」「体調不良時の欠席」など
感染防止対策を忘れずに!!
また直前中止や場所・内容変更の場合もあります。

奇石博物館 開館50周年記念 企画展 『五十年の軌跡展』

開催中 ~ 7/4 (日)

今年、奇石博物館はおかげさまで開館50周年。この節目の年を記念し、奇石博物館が開館するに至った経緯やそれに関わった人と石、展示の特徴などをご紹介します。

時 | 9:00~16:30 水曜休館
所 | 奇石博物館(富士宮市山宮3670)
料 | 個人入館料大人700円 小中高生300円 幼児無料
問 | 0544-58-3830(奇石博物館)

【体験の風をおこそう】 ことわざ英語かるた道場

5/16(日)・23(日)・30(日)・6/6(日)・13(日)・20(日)

大会 6/27(日) **要申込**

本紙Vol.152に登場した勾坂桂子さんの考案した「ことわざ英語かるた」で、楽しくゲーム感覚で英語のことわざを覚えよう!6/27(日)には大会を開催(大会参加無料)。定員各回先着20名。

時 | 13:30~15:30(6/27大会は~16:00予定)
所 | 富士市ロゼシアター4階和室
料 | 1家族1回500円(教材・おやつ込)
対 | 4歳くらい(保護者とペア)~大人
問 | 0545-60-5088(ワンダーラビット・クラブ)
karuta@wonderrabbitclub.com

にゃんこ譲渡会

5/16(日) ~ 毎週日曜 **要申込**

殺処分対象だった子猫たちを中心に保護しています。乳飲み子から育てているので性格の良い可愛い子ばかりです。命をお金で買わない選択を。譲渡条件あります。Instagramに子猫掲載中(berceau1210)。

時 | 14:00~16:30
所 | YAYAカフェ(富士市富士町16-1)
料 | ワンドリンク(活動費用にいたします)
問 | 090-8861-5148(小林)
berceau1210@softbank.ne.jp

第19回ふじ創作表装会

5/21(金)~23(日)

創作掛け軸づくりを趣味としているグループです。1年間の作品の展示をします。ぜひいらしてください。

時 | 10:00~17:00
所 | 富士市立中央図書館分館市民ギャラリー
問 | 090-2126-8445 (ふじ創作表装会 ホサカハルコ)
hosaka.2.13.13@gmail.com

色鉛筆体験教室

5/22(土) **要申込**

初心者の方歓迎。年齢問わずお楽しみいただけます。詳細はお電話にてお問い合わせください。

時 | 13:30~14:40
所 | コミュニティf(富士市吉原2-10-20)
問 | 090-1781-0068(かわべ)

横山幸雄のまるごとベートーヴェン

5/22(土)

日本を代表するピアニスト横山幸雄が天才作曲家ベートーヴェンになりきって、ユーモアあふれるトークとともに不朽の名曲を管弦楽団を率いて贈ります。

時 | 開場14:00
開演15:00
所 | 沼津市民文化センター
大ホール
料 | 一般4,000円
※未就学児不可
問 | 055-932-6111(沼津市民文化センター)



第3回「能と茶と」オンライン視聴

5/22(土) **要申込**

呈茶の席と、本紙連載でおなじみ能楽師・田崎甫さんによる能。日本文化をゆったりと満喫します。臥牛敷舞台での客席はおかげさまで完売ですが、オンラインでのライブ配信にご参加いただけます。チケット購入は↓こちらから。
<https://hajime-noh-ippo.stores.jp>

時 | (午後の部)14:00~ (夜の部)16:50~
所 | オンライン
料 | 700円
問 | 0545-38-9939 (たのじ合同会社 たざき)

二胡体験教室 楽しく二胡を弾いてみよう♪

5/23(日) (受付締切3日前) **要申込**

うっとりするような優しい音色の伝統楽器、二胡。ふだんは目にする機会の少ないこの中国古来の弦楽器に自分の手で触って音を出してみよう!時間があればピアノと二胡の生演奏も予定しています。無料。

時 | 13:30~15:00
所 | 富士市ロゼシアター第2練習室
対 | 中学生以上
問 | 090-3309-6659 (toshiki二胡学院 高橋)

水玉のきぶん2

5/23(日)

水玉が大好きな主催者が「水玉」をテーマにしたイベントを開催。各ブースが水玉で彩られ、水玉の作品販売やワークショップを行います。ドレスコードはもちろん水玉のもの。ぜひいっしょに、水玉に染まる一日をお過ごしください。なお6/6には同内容で三島楽寿園でも開催します。

時 | 10:00~15:00 (雨天順延5/29)
所 | あさざりフードパーク(富士宮市根原449-11)
問 | rosso616@yahoo.co.jp (小粋なイベント屋さんnicoli)

丸火★星座観望会「皆既月食を見よう」

5/26(水) (受付5/12~19) **要申込**

星座や天体を望遠鏡・双眼鏡で観察する、おなじみの観望会。今回のように雨天曇天で開催されない回は「星座観望会」と名称が変わりました。皆既月食を見るので集合時間厳守です。定員30名(抽選)。詳細はWebで。
→ <https://www.fuji-marubi.jp>

時 | 18:50集合~20:00 雨天曇天中止
所 | 富士市立少年自然の家
料 | 4歳以上200円(資料・保険代等)
3歳以下100円(保険代等)
持 | 上履き(スリッパ等)・防寒着
問 | 0545-35-1697(富士市立少年自然の家)
info@fuji-marubi.jp

グッドライフ健康講座

5/26(水)・28(金) **要申込**

「冷え」「疲れ」「もの忘れ」「眠れない」など様々な悩みをかかえる現代人。あらゆる病気や不調の原因は「脳」と「腸」の疲れにあった!脳疲労と腸疲労を改善し、明るく前向きに生きるためのヒントをお伝えいたします。無料。

時 | 13:30~15:00
所 | 5/26富士市交流プラザ(富士市富士町20-1)
5/28駅前交流センターきらら(富士宮市中央町5-7)
問 | 054-204-3320 (ビーアンドエス・コーポレーション 畑)
k-hata@bandscorp.jp

親子でなろう!生き物ハカセ ~ムササビウォッチングに挑戦~

5/29(土)・6/5(土) **要申込**

ムササビは夜行性の動物。簡単にはお目にかかれぬ彼らに、動物たちに詳しい自然塾スタッフといっしょに会いに行きましょう!空飛び姿に驚き、可愛い姿にきつと癒やされます。

時 | 各日17:45~19:45 少雨決行
所 | 田貫湖ふれあい自然塾(富士宮市佐折633-14)
料 | 親子2名3,000円(1名追加+1,000円)
対 | 4歳(年中)以上とその保護者
問 | 0544-54-5410 (田貫湖ふれあい自然塾)
info@tanuki-ko.gr.jp

富士市交流プラザ サロンコンサート

5/30(日)

交流プラザ前の芝生広場で、気軽に楽しめるコンサートを開催します!出演は富士見高等学校吹奏楽部の皆さん。日曜の午後のひととき、ぜひ安らぎに来てください。無料。

時 | 開演14:00 雨天中止
所 | 富士市交流プラザ
平垣公園芝生広場
問 | 0545-65-5523(富士市交流プラザ 山崎)



富士本町おかみさん会 楽々市

5/30(日)

毎月末恒例、富士本町の気楽で楽しい朝市。新鮮野菜や惣菜、ピザ、ラザニア、唐揚げ、リサイクル品、手作り小物など販売。

時 | 9:30~11:30頃 雨天実施
所 | 富士駅北 そば食事処金時~ヤマダスポーツまで
問 | 0545-63-8027(香り処ギャラリー池田)

LOVE&PEACE&HAPPY with ART! ～絵画と洋服と陶器の展覧会～

6/1(火)～15(火)

6月は、画家の本田照男さんと洋服・陶芸家の杉山理絵さんによる、カラフルな色彩の展覧会です。

時 | 10:00～17:30
(会期中無休)
所 | 芸術空間あおき
(富士宮市青木平243)
問 | 090-6203-6010
(芸術空間あおき 屋久(やひさ))



型抜きブリキアレンジ体験教室

6/2(水)～7(月) 要申込

花器にはブリキを使用。お花は紫系の色合いをメインにシックなアレンジを作ります。各回1組、先着6名。

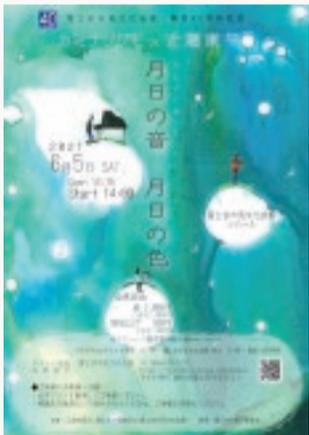
時 | ①10:30～11:30 ②13:30～14:30
所 | Little Bridge(富士市伝法573-2)
料 | 3,850円(材料費込)
持 | 持ち帰り用袋
問 | 0545-67-2550 (Little Bridgeリトルブリッジ)
little.bridge.chichester@gmail.com

ライブドローイングイベント カミナリグモ×近藤康平『月日の音 月日の色』

6/5(土) 要申込

音楽と即興絵描きが融合するライブ・セッション。演奏はギター&ボーカル、キーボードの音楽ユニットのカミナリグモ、絵画はライブペインティングパフォーマー/絵描きの近藤康平さん。市民文化会館40周年記念事業のひとつです。

時 | 開場13:15
開演14:00
所 | 富士宮市民文化会館
(富士宮市宮町14-2)
料 | 前売 一般2,000円
高校生以下500円
当日 一般2,500円
高校生以下700円
問 | 0544-23-1237
(富士宮市民文化会館)



宮田大&大萩康司 デュオ・リサイタル

6/6(日)

小澤征爾から絶賛された、今最も注目されるチェリストの一人、宮田大と、国内外で熱狂的な支持を得ているギタリスト大萩康司による夢のコンサート。曲目はサティ、ラヴェル、ニャタリ、ピアソラ等を予定。

時 | 開場13:00 開演14:00
所 | 沼津市民文化センター大ホール
料 | 一般4,000円 ※未就学児不可
問 | 055-932-6111(沼津市民文化センター)

紙のリユースを楽しむ ～「祭」文字と遊ぼう!～

6/9(水) 要申込

今年もコロナで中止が続く「お祭り」寂しいですね。不要に

なった広告・パンフレット・雑誌などにある「祭」文字を切り抜き、台紙上に身近な紙素材と自由に組み合わせて祭コラージュを楽しんでみませんか?完成した作品はインテリアやグリーティングカードに!未就学児も保護者と一緒にお楽しみします。

時 | 13:00～15:00
所 | ふじさんエコトピア
(富士市大淵676 富士市新環境クリーンセンター内)
料 | 500円(材料費込)
問 | 090-9179-7807(紙っと!プロジェクト石原)
kamittproject@gmail.com

第35回富士中央文学講座(連続講座全8回)

6/11(金) 要申込

文学の専門家を招いて、古典から現代文学、外国文学まで古今東西の文学作品を読み解く講座。今年度の第1回は静岡英和学院大学元教授の古郡康人先生を迎え、森鷗外の『独身』を取り上げます。

時 | 10:00～12:00
所 | ラ・ホール富士(富士市中央町2-7-11)
料 | 1,000円/1回(全8回分7,000円)
問 | 090-9124-1682(ぬきな)

大井健リサイタルツアー 2021 『PIANO CLASSICS』

6/12(土) 要申込

オペラユニット「THE LEGEND」の専属ピアニスト、ピアノデュオ「鍵盤男子」を経て新たなステージに臨む今大注目のピアニスト・大井健さんのリサイタルツアー!チケットはロゼ公式Webにて→<http://rose-theatre.jp>

時 | 開場13:30
開演14:00
所 | 富士市ロゼシアター
中ホール
料 | 一般4,000円
学生1,000円
問 | 未就学児入場不可
学生は25歳以下対象
0545-60-2500
(ロゼシアターチケット窓口)



親子でなろう!生き物ハカセ ～探索!サワガニとのかくれんぼに挑戦!～

6/19(土) 要申込

きれいな水に棲むサワガニ。田貫湖周りにも暮らしている彼らを、自然ガイドとともに森の中へ探しに行きませんか?

時 | 9:45～12:15 少雨決行
所 | 田貫湖ふれあい自然塾(富士宮市佐折633-14)
料 | 親子2名3,000円(1名追加+1,000円)
対 | 小学1年生以上とその保護者
問 | 0544-54-5410(田貫湖ふれあい自然塾)
info@tanuki-ko.gr.jp

沼津寄席 三遊亭小遊三・林家三平 落語会

6/20(日)

人気テレビ番組でおなじみ「三遊亭小遊三」「林家三平」が目見え!お楽しみに!

時 | ①開場12:30 開演13:00 ②開場16:00 開演16:30
所 | 沼津市民文化センター大ホール
料 | 一般3,600円 ※未就学児不可
問 | 055-932-6111(沼津市民文化センター)

たぬきこ森のようちえん ～夏～

6/26(土)・27(日) 要申込

自然の中で子どもの「生きる力」を親子でいっしょに育みませんか?自然ガイドがふだんの生活では味わえない「自然とのふれあい方」を、季節ごとの体験を通してお伝えします。

時 | 10:00～14:00(両日同内容)
所 | 田貫湖ふれあい自然塾(富士宮市佐折633-14)
料 | 親子2名3,000円(1名追加+1,000円)
対 | 4～6歳(年少～年長)と保護者
問 | 0544-54-5410(田貫湖ふれあい自然塾)
info@tanuki-ko.gr.jp

エスパルス協力 トゥインクルメイト 出逢い応援イベント

6/27(日) 要申込

独身男女の皆さん、歩いてプレイするサッカー「ウォーキングサッカー」を通じて出逢いませんか?1対1自己紹介タイムに始まり、エスパルスのスタッフによるレクチャー付きウォーキングサッカー、そしてフリータイムの後はカップルの発表。成立したカップルはエスパルスホームゲームにご招待!

時 | 13:00～
所 | エスパルスドリームフィールド富士(富士市久沢237-3)
料 | 男性4,500円 女性2,500円
対 | 40歳までの独身男女
持 | 運動しやすい服装
問 | 0545-67-1177(トゥインクルメイト 山本)

まるび森の音楽会 ～初夏のボサノバコンサート～

6/27(日) (受付開始 6/8) 要申込

ボサノバで初夏の雰囲気を楽しみましょう。演奏はフルート奏者の田内早紀さん、ピアニストの皆川育代さん。先着30名。詳細はWebで→<https://www.fuji-marubi.jp>

時 | 9:30～11:30
所 | 富士市立少年自然の家 食堂
料 | 小学生以上1,000円 4歳以上800円 3歳以下100円
持 | 水筒・上着
問 | 0545-35-1697(富士市立少年自然の家)
info@fuji-marubi.jp

富士宮を歩こう～富士山本宮浅間大社～

マップとして使えるパンフレットを作成しました。大社周辺の歴史や文化にまつわるスポットを掲載しています。浅間大社の始まりや境内について詳しく紹介しています。富士宮市役所、富士宮市公式Webサイト、イオンモール富士宮などで入手できます。

問 | 0544-22-1489
(富士宮市富士山世界遺産課)



イベント募集中!
次回締切 5/18(火) 17時

対象イベント期間 6/12(土)～7/25(日)

www.facetofacefuji.com

応募は Face to Face 公式 WEBサイトから



この街が持つ価値と魅力を磨き
困難の中でも発展につなげたい

さまざまな分野で新型コロナの影響を受けている当事者の話を紹介してきた『コロナの片隅で』。今回は少し離れた俯瞰的な視点から、富土地域が受けた影響や課題を見ていきたい。取材したのは、富士市議会議員の小池義治さん (vol.44 に登場)。2011年に初当選し現在3期目となる小池さんは、大学進学とともに上京。東京のITベンチャー勤務を経て富士へ戻り、これまでにNPO法人『富士山検定協会』代表理事や市民活動センター長などを務め、議員になる以前から地元と深く関わってきた。市政に携わる中で感じたコロナの影響と、コロナ禍において富士が活かせる強みについて語っていただいた。

コロナにより富士市の産業に大きな打撃はありましたか？また小池さん自身の活動はどう変わりましたか？

「全国的な傾向と同じく、飲食業やタクシー・バス・運転代行など特定の業種が大きなダメージを受けていますが、地域経済全体へのインパクトは観光を主産業とする自治体などと比べれば限定的でした。富士市の主力である製紙業は、トイレットペーパーなどの家庭紙需要が減らなかったため、コロナの影響は軽微だったと思います。また、都心部と異なり車社会であることや、日常的に人が密集する場面が少なかったことが幸いして、病院でのクラスターは別として、感染爆発を起こさずに済んでいます。コロナ以前は街の課題でもあった“密でないこと”がむしろ反対の価値を持ったのです。しかし、サービス業をはじめもともと雇用が不安定だった人たちの困窮はさらに深刻になりました。女性や子どもの貧困など、コロナ以前からあった格差は拡大しています。この危機に、富士市はひとり親世帯の助成金を増やしたり、就学援助や給食費の面でも公的支援を続けています。僕個人の変化としては、コロナ禍でブログの執筆や自ら開設したYouTubeチャンネルの動画制作に多くの時間を割くようになりました。

コロナの片隅で ⑤
富士市議会議員 小池義治さん

た。政治活動の基本は人と会って考えや政策を伝えたり議論をしたりすることですが、コロナ禍ではそれが難しいため、違う形で発信に力を入れています。ブログでは、数字やグラフなどデータを使ってより正確にわかりやすく伝えることを意識しています。秋から始めたYouTubeでは、集会などで直接市民のみなさんとお会いする機会がないぶん、街の魅力を自分で伝える映像をとおして私の人となりを知っていただいたり、市民の関心の高い情報を伝えるため、たとえばクリニックの医師と新型コロナ感染症やワクチン接種についての対談をしたりしています。」

社会に大きな混乱を引き起こしたコロナですが、富士市が行なっている取り組みの中で、この状況が反対に追い風になるような取り組みはありますか？

「今や世界的な潮流である『DX (デジタルトランスフォーメーション)※』は、コロナ禍で一気に加速しました。そのひとつがテレワーク。富士市では、世界有数の大都市・東京から新幹線で1時間という地の利を武器に、補助金を設定するなどテレワーク移住を推進しています。土地や物価が安く、自然環境も豊かな富士市に暮らしながら、週に一度上京する——職種によってはそんなライフスタイルが可能になり、ごくふつうの選択肢の一つになるようとしています。働き方について真剣に考える人が増えたこの時代に、生活の質の向上を求める人にとってつけの場所が富士市なんだとアピールしたい。ただ、この取り組みを進めるうえで念頭に置くべきは、富士市の持つ価値そのものを磨き上げることです。人を呼ぶために、奇をてらった仕掛けや表面的なキャンペーンに頼るだけでは、一時的なブームに終わってしまいます。ラーメン屋を例に挙げると、いくらお金をかけて凝った宣伝をしても、肝心のラーメンがおいしくないと話になりませんよね。小手先の方法ではなく、こんな風に心地良く暮



富士市議会議員
小池義治さん

らし、働くことができますよという富士市ならではのライフスタイルに共感してもらうことが重要です。富士市の持つ価値に魅力を感じ、さまざまな形で関わり続けたいと感じる人たちを増やしていくことが、地域の発展につながるのだと思います。」

まだまだ気が抜けない状況は続きそうですが、小池さんから市民に向けて伝えたいことはありますか？

「スペイン風邪の流行から100年、今は新型コロナとの闘いですが、ウイルスに限らず今後も南海トラフ地震や気候変動による影響など困難は続いていくでしょう。自分自身を少しずつ変えて、そういった変化に適応していくことも大切です。国内でもワクチンが十分にいきなり集団免疫を獲得するまでは、まだしばらくそれぞれが少しずつ我慢をしながら、助け合っていけるといいと思います。」

(ライター/小林千絵)

※ DX 「ITの浸透が、人々の生活をあらゆる面でより良い方向に変化させる」という概念

小池さんのブログ『フジブログ』
<http://orz.fujiblog.jp/>



小池さんのYoutubeチャンネル
『小池よしはるが富士市のことを話したりするYouTube』

ぷろぐ ~お店からの最新情報と粋な話題をお届けする紙上のブログ~

記念日には笑顔とフレンチ



宮崎マンゴーを添えたブランマンジェ
ランチ 2,000円(平日限定)・3,300円・4,600円・6,600円
ディナー ハーフコース 4,950円
フルコース 6,600円
シェフお任せフルコース 8,800円
スペシャルフルコース 11,000円
ウイルス対策として席数を減らしておりますので、事前のご予約をおすすめいたします。上記コース料理の価格はすべて税込です。

L'Equation cuisine française
レクアション
富士市津田町 101-1 TEL 0545-52-2525
11:30~14:00(13:00L.O) 18:00~22:00(20:00L.O)
月曜・第2火曜定休 駐車場あり
レクアション 検索 <http://www.lequation.jp/> ブログ 全席禁煙

エアコンクリーニングで節電&快適!

エアコンの分解→養生→水洗いで、本来の輝きを取り戻します。洗浄することで燃費が良くなり、嫌な臭いも解消できます。夏を迎える前の作業がおすすめです!



当社作業後
1台 **11,000円** (税込) 2台目以降 **8,800円** (税込)

【他にも家のお困りごとなら何でも】
● 不用品の処分 ● 倉庫の清掃作業
● 草刈り 枝切り ● エアコンの設置・撤去
● 水廻りのトラブル ● 引越しのお手伝い
代表・市川

便利サービス
便利サービス
富士市島田町1-94
☎0120-190-441 受付時間 9:00~18:00 かつ取
年中無休 駐車場あり
便利サービス 検索 <http://benri-service.net/>



やさしい
ひととき

クロカンブッシュ

DOLPHIN
シードルフィン
富士市吉原 2-2-10 TEL 0545-53-5575
営業時間 10:00 ~ 20:00
水曜定休
シードルフィン 検索 <https://cdolphin.jimdofree.com/>

循環型社会をめざして

“富士清掃センター”という名前から、市が運営する事業所と間違われることも多いと、代表の大竹政彦さんは笑う。

「先代が、富士市で一番目立つ会社にしようと思った名前です。ごみの回収日などの問い合わせはよくありますが、僕が分かるのでお答えしています。」

富士清掃センターは、家庭ごみの回収を富士市の委託事業として行なうほか、飲食店や工場などの事業所から排出される廃棄物の回収をしている。その他、引っ越しの片付けや草刈りなども請け負っている。

大竹さんは、“捨てないごみや”を目指している。つまり、リサイクル率の向上だ。

「ごみを回収している時に、そのまま捨ててしまうのはもったいないなと感じていました。そこで、こちらで可能なリサイクルの方法を選んでいきます。」

ごみとなった物を細かく砕き、リサイクルが可能な物はリサイクル加工をする事業所へ、捨てる物は埋め立て処分所へ運搬する。リサイクルというと、例えばペットボトルがシャツになるなど、新しい商品に生まれ変わるイメージがあるが、近年ではリサイクル技術が進化し、エネルギーに変わる物もあるという。

「例えば、RPFというビニールを加工した固形燃料がありますし、木製の物は、砕いてから製紙工場でボイラーの燃料として使われます。燃やす選択をしたご

モノものがたり ⑦ 富士清掃センター 大竹政彦さんと「捨てないごみ」

みでも、燃やすエネルギーで発電されるなど、なるべく再利用される方法を選んでいきます。」

その他、食品工場で製造ロスとなった食品が肥料に変わるなど、リサイクルの種類はとても多いそうだ。



真空乾燥炉で食品系廃棄物を低温で乾燥させることで、肥料ほか多彩なリサイクルが可能になる。

富士清掃センターは、大竹さんの義父が創業した会社だ。約15年前の入社当初は右も左も分からずただ作業をしていたが、廃棄物のことや処理方法について知れば知るほど面白くなっていった。

大竹さんが代表となった現在は、経営理念を“捨てないごみや”、“綺麗なごみや”、“誇れるごみや”として、業界のイメージを変えることを目指している。

「この業界は嫌がられることが多いのですが、人の生活の土台を支える仕事なので、誇りを持って仕事をしています。ごみ運搬トラックはあえてスーパーホワイトという汚れが目立つ色にして、きれいに乗ることを意識しています。家庭でのごみの分別は、手間がかかって面倒くさいと感じるかもしれませんが、全部燃やしてしまうと再生されなくなるとただ消えてなくなってしまいます。子どもの世代のためというのはも



代表取締役
大竹政彦さん

ちろんですが、まずは私たち自身のためにも、環境に配慮したごみの分別をお願いしたいですね。」

ごみを捨てる時、自分の手から離れたらそれで終わりと思いがちだった。しかし、自分の手元を離れる物が、まだ役に立つことを知ると、自分ごととしてリサイクルを考えられる。環境保護は、自分の家庭からはじめよう。

(ライター/針ヶ谷あす香)



ゴミ運搬トラックを白色にすることで、まめに洗車しクリーンに乗る意識を高めている。

富士清掃センター 富士市津田189-1
TEL: 0545-55-0174

Face to Face

バックナンバー

www.facetofacefuji.com



2021年5月号
富士聴覚障害者協会
鈴木 誠一さん



2021年4月号
『#おうち先生』
小泉 卓登さん



2021年3月号
ベルソー・デ・シャトーンズ
赤石 朔さん

快適な一日は快適な便通から

イサゴールは、インド伝承医学における健康法にも使われてきた植物の皮の種です。1袋で約3gの食物繊維と50億個のビフィズス菌がとれる『イサゴール50億』は、腸の中の老廃物や滞留便を包んで出す「おそうじ役」。ほどよい形と硬さの便を作り、腸内環境を整えることで、おなかの健康を守ります。 45袋入り 6,264円(税込)



ご来店が難しい方は電話でのご相談や商品の郵送にも対応いたします。また、各種漢方薬に関するご相談も承っております。 店主 神谷



かみやー潤天堂

かみやー潤天堂(旧 薬局ファーマシーかみや)
富士市本町16-6-2F TEL 0545-61-4000
受付 10:00~18:30 日曜・祝日定休
臨時休業あり 隣接駐車場あり



かみやー潤天堂 検索

人生の佳き日を祝うおもてなし

四季折々の会席料理と落ち着いた和室で、ご家族とのかけがえのないひとときをお愉しみください。



花会席
6,600円(税込)

お喰い初め膳

2,000円(税込)



※写真は一例です。献立は季節によって変わりますのでご了承ください。

日本料理 はせ川

日本料理 はせ川
富士市吉原3-3-14 TEL 0545-52-0343
11:30~13:30(L.O) 17:00~20:00(L.O)
日曜夜定休 駐車場あり



はせ川 検索 http://www.fujihasegawa.com/

twitter つい撮ったー。

日常の中で見つけた、つい撮ってしまいたくなるあんなモノやこんなモノを紙面上で共有♪



投稿者
: ヒロちさん

頭にボールを乗せてるみたい。

床に置いてあるボールが頭の位置に重なった瞬間！ナイスショットです♪(編集部)



「ミドリ」
じゃないよ
「エニシ」だよ♪



犬種：柴犬

えにし たいちょう
縁隊長 くん (オス:6ヵ月)

飼い主：佐野 天安子 さん



~テイル トゥ テイル~
Tail Tail
しっぽでつなぐ
コミュニケーション



出会いのエピソードや
チャームポイントを教えてください

移動販売のペットフェアで「0円」の値札がついた黒柴を見つけ、話を聞くと、「生まれつき手が不自由で売り物にならないから、無料でいいですよ」とのことでした。

先代犬が亡くなった10日ほど後のタイミングで、不思議なご縁を感じ、連れて帰って縁(エニシ)と名づけました。

これまで大型犬ばかり飼ってきたので、小型でしかも和犬というのは初めてですが、とても魅力的でかわいいです。

あなたの大切なペットを
「Face to Face」の紙面で
紹介してみませんか？
詳しくは公式WEBサイトから



読者プレゼント

A 焼きたてパン工房 いふりいと お楽しみパンセット



好きなパンを選べます!(食パン・ラウンドは除く)

5個詰め合わせ 5名様

【いふりいと】富士市上横割184-3

B 餃子工房 まんぶく 特製餃子



味で勝負! こだわり餃子のお店

6個入り 5名様

【餃子工房まんぶく】富士市松岡1814-1

応募方法

下記の内容をご記入の上、ハガキまたはメールにてご応募ください。(宛先はページ下参照)

①希望賞品名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤電話番号
⑥「Face to Face」の入手先 ⑦「Face to Face」へ一言
(今月号の感想、面白かった記事、紙面全般へのご意見・ご要望、今後取材してほしい人など)



締切 5月27日(木) 必着

いただいた感想等は、公式ウェブサイト
匿名で紹介させていただく場合があります。

当選者の発表は引換券の発送をもって代えさせていただきます。引換券から賞品への交換は店頭にてご当選者様ご自身で行なっていただきますので、ご了承ください。



おそらくヒッピー文化あたりが端緒だと思いますが、昔はよく「インドに行けば人生観が変わる」と言いました。日本の秩序正しい社会とは対極にあるのがインドだというイメージは今でも根強いと思います。それはつまり、日本とインドの間の境界線は覚悟を決めて越えなければならなくて、一度「あちら側」を知ったらもう戻ってこれないという見方です。

本当にそうでしょうか。なにも日本式かインド式かの二者択一である必要はありません。お互いのよいところをちょっとずつ取り入れて混ぜ合わせたってバチは当たらないでしょう。ただしそれは、表面的な形式だけをファッション

としてなぞるのは違います。大切なのはその根底にある哲学やマインドの部分。そしてヨガのマインドはわりと、日本人にとっての「ずっと欠けていたピース」をちょうどよく持っているような気がします。

「ヨガは心を柔らかくする」とタルンさんは言います。「宗教と違ってヨガは押し付けない」とも言われます。ひとつの人生観を否定して別の人生観へ乗り換えるのではなく、心の深層のいちばん柔らかい部分で受け止めて広げていけば、人の内面はどんどん充実してくるということですね、タルン先生。

Face to Face 編集長 星野 大輔

新聞屋さんの
ポスティング



『Face to Face』はポスティングで実験配布中!

6月のポスティングスケジュール

搬入 5(土)まで 配布 9(水)~

新聞配達
のスタッフ
が配ります

新聞を購読しない
若い世代にも
効果的に届きます

新聞オリコミと
ポスティングの
併用も可能です

中心市街地
以外のエリアにも
届きます

チラシ配布に関するお問い合わせは
星野新聞堂
広告&マーケティングチーム
☎ 0545-52-0376

【受付時間】 月~土曜(祝日除く)
9:00~17:00



『Face to Face』
公式ウェブサイト

facetofacefuji.com

星野新聞堂

Face to Face 編集部

〒417-0049
静岡県富士市緑町1-28

☎ 0545-55-0033
(コンテンツチャプター・コンテンツ・スタジオ)
facetoface@shinbundo.com

Face to Face 入手方法

- 星野新聞堂による新聞折込およびポスティング(一部地域を除く富士市)
- 富士市・富士宮市内の公共施設
- 広告掲載店その他店舗・民間施設
- 星野新聞堂本社窓口

『Face to Face』は、協賛広告の掲載店舗様ならびに、星野新聞堂から新聞を購読しているお客様に支えられて成り立っている媒体です。私たちの取り組みや紹介した人物の活動に共感していただける方は、ぜひ星野新聞堂からの新聞購読をご検討いただければ幸いです。

次号 (Vol.175) 発行日は 6/9 (水) です