

手元に置いて、何度も何度も読み返して、寝入る時も手にしながら、好きな本を読んでいても、100%記憶出来ないのが、手元に置いて、何時でも見られる様にしている。 昨今、体が老化したので、午前中だけ、作業をして、午後は休養している。頭がボケない様に、トレーニングするのは、文章書きが良いと思われる。

(1日1杯)

近所の本屋で『脳のおそうじスーパ』内野勝行著 アスコム社の本を1430円で買って読んでみた。

表紙の帯書に、「ベストセラー12万部突破! スーパーの食材でできる簡単おいしいスーパ 脳トレには効果がなし、大事なものは〔脳のおそうじ〕自粛生活による認知機能の低下に効果的」とあります。

2022年8月24日のレシートが裏表紙の底にはさまっていて、他にも1冊買った様です。

66頁から、「5人に1人が認知症になる!？」の章が始まる。 認知症のおもな症状

- 記憶障害
- 理解力・判断力の障害
- 見当識障害
- 実行機能障害
- 感情表現の変化

79頁から、「もうひとつおすすめしたいのが料理です。料理は完成形をイメージして、材料を買いに行き、買いそろえた食材を切って、煮て、焼いて、調味料を入れて、味を調えてと、さまざまな段階で脳をフル稼働させる必要があります。そういう意味では、料理は最高レベルの脳トレと言える

のです。』とあります。

10月の12~14日の3連休後の作業は、をに置き換えたので、各々のフレーム面に取り付け、ベベル(bevel)を取った。10cm位のコマを文々々々に取り付け変える作業をYとZ人でやった。前作の1/4の1頁と2頁の写真に、各々のフレーム(合板)に10cm位のコマが取り付けられているのが写されている。合板は層間にネジや釘を入れると割れる為、木材25~35%を木工用ボンドと36%のコースレットを使用して固着してあった。コースレットを抜いて、ノミとハンマーを使って、取り出し、のり付けしていき、綺麗な面にのり付けして、又下穴を開けて、コースレットで固着した。ノミを何処に入れるか、どの位の力でハンマーを叩くか、ボンドを多くつけると、C型クランプで挟んで絞めつけるのに、苦労する。毎回に手にやろうとすると脳トレになる。完成形をイメージする料理と全く御同様なお話です。

以前から、カレーライスが出来れば、船が作れると若い人に説明していたが、『それなら私もやってみたい...』と云う人には、出合わない。

世の中便利になり過ぎて、手作りの良さがわかる人が少なくなったのかも知れない。

横浜や横須賀に出向くと、昔は木造のヨットを作っている造船所があって、建造風景を見物出来た。茨城の土浦のOボートが、148年のオイルショック時に、木造の28ftのケッチを進水させた。オーナーは124年生れの、タンカー乗りの

航海士でした。航海中に原油が値上りして、手当が「こんなに多くもらっていいのか……」と思ったそうなの……。法政大学出版局から出された『カイミロア Kamiloa』も座右の書で、精神安定剤になっている。57頁に、「二つの船体が進み、数日後、甲板はとりつけられた。『カイミロア』は誕生したのだ！」

初めに前檣の柱を取り外す。それが大檣を立てるのに役に立つ。……われわれは、これらのことをみな誰の手も借りずにやった。……一つの自慢の種だ。」とあります。

先にフォア・マストを立て、フォア・マストを利用して、メイン・マストを立てる、二段構えで賢明な作業法です。カイミロアの本の表紙や写真から見るとメインマストの80%位の長さのフォア・マストを使用している。フォア・マストの太さは、メイン・マストの半分位で軽量化されているものです。

霞ヶ浦のクルーザー集りの有志は、太平洋でセイリングするのを、熱望していた。各船、それぞれ工夫して、フォア・マストを使用して、メイン・マストを立てる、作業法に到達した船もあった。知っているのと、出来るのは全く違うが、自立で、マストを立てたり、倒したり出来るのは、外洋船の理想形と思える。

「われわれは、これらのことをみな誰の手も借りずにやった、……」を如何に読むかで、話は変わる。マストは、メーカーの人が、マスト屋さんか、それに「直す」人が立てて、調整するものだと思っ込んでいる人は、進歩しない……。初作の7m(ミニトン)のマスト全長は11.3mあり、自力で

と増える一方で、
 術をもとめて ホワレア号の33日>ウイル・7セル7 著 加藤 晃生 訳 石川直樹 解説を手にして、ゆっくり読み始めたら、面白いので紹介します。2006年10月に青土社から¥2,400円+税で売り出されたものです。
 表紙の帯書に、『ハワイ人のルーツを解き明かし、ハワイ社会を変えた、航海カヌー大冒険の記録。英雄+イライ・トンプソンの人生をたどり、口承のみで伝わった技法を詳細に分析した類のない名著、待望の邦訳。ホワレア号、2007年5月、日本の8都市に寄港。』とあり、星と対話し、大海原で道を見出す。ハワイへ474海図なき航海とあります。自分が時間的余裕や精神的余裕がないと、本を開いても、読んで頭に入らない。見ても見えない、用きめくら症状が出るから、不思議なものです。32頁に『ポリネシア航海協会によって建造されたのは現代的な船舶建造技術と古代のデザイン』の折衷によるカヌーだった。その60フィート(およそ18.3m)の船体は合板をガラス繊維で覆ったものであり、

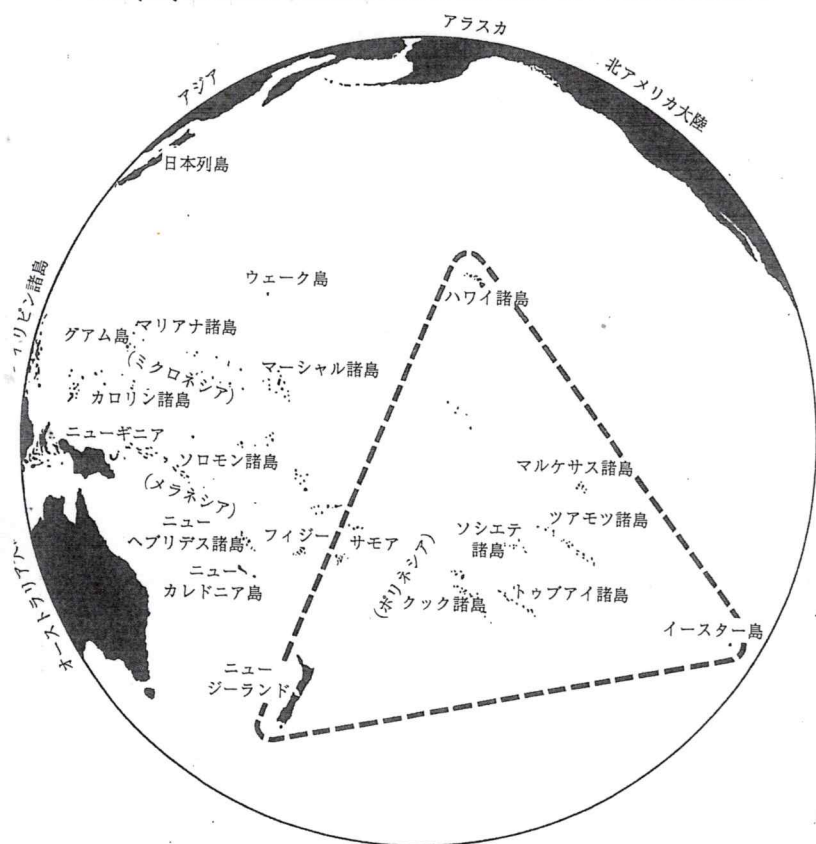


図1 ポリネシア三角海域

と増える一方で、
 読ん読していたく星の航海術をもとめて ホワレア号の33日>ウィル・7セル7著 加藤 晃生 訳 石川直樹 解説を手にして、ゆっくり読み始めたら、面白いので紹介します。2006年10月に青土社から ¥2,400円+税で売り出されたものです。
 表紙の帯書に、『ハワイ人のルーツを解き明かし、ハワイ社会を変えた、航海カヌー大冒険の記録。英雄+イライ・トンプソンの人生をたどり、口承のみで伝わった技法を詳細に分析した類のない名著、待望の邦訳。ホワレア号、2007年5月、日本の8都市に寄港。 星と対話し、大海原で道を見出す。 ハワイ人々七千海図なき航海』とあります。 自分が 時間的余裕や精神的余裕がないと、本を開いても、読んでも頭に入らない。見ても見えない、用きめくら症状が出るから、不思議なものです。 32頁に『ポリネシア航海協会によって建造されたのは現代的な船舶建造技術と古代のデザインの新表によるカヌーだった。その60フィート(およそ18.3m)の船体は合板をガラス繊維で覆ったものであり、

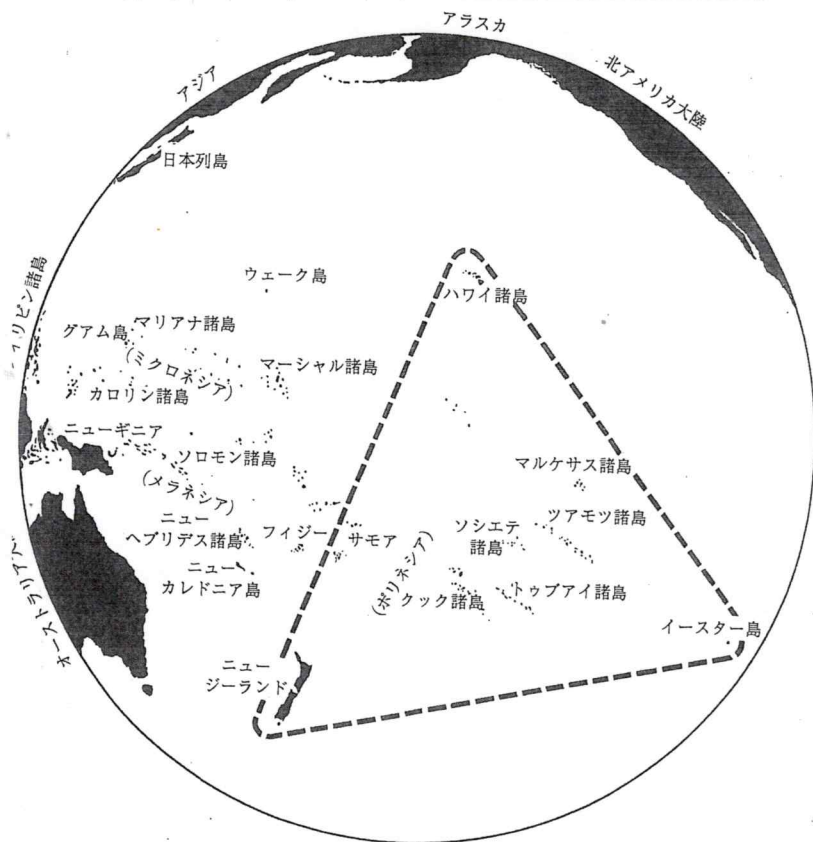


図1 ポリネシア三角海域

うない。見ても見えない、用きめくら症状が出るから、不思議なものです。 32頁に『ポリネシア航海協会によって建造されたのは現代的な船舶建造技術と古代のデザインの新表によるカヌーだった。その60フィート(およそ18.3m)の船体は合板をガラス繊維で覆ったものであり、

- (7) オーク(樫)の薄い板を何枚も貼り合せて作った木材のこと。
- (8) 横に並べた 2つの船体をつなぎ合わせるための梁のこと。
- (9) 船体内部の北密区画のこと。(?) 不沈構造とも云われている。

10本の積層オーク材によって連結されていた。船体と積層オーク材の70スプームは、全長5マイルに及びタリロンで結縛された。巾凡は化学繊維で出来ていたし、船体は(19)北密区画構造を備えていた。もちろん、これらの建造方法にはいずれも充分な理由があった。そもそも、何世紀もの間、建造されることが無かった種類の船を造るとなると、どのようにして良いのか判りらないことが決山出てくるものである。そういった時には、まず自分の手元にある技術をを用いてカヌーを造ってみるべきなのだ。...後略』とあります。ポリネシア三角海域とハワイタヒチ間の風

向、海流の図をのり付けします。

B4サイズの船読の頃トランスパツ・ヨットレース終了後の40才のチタⅢ世が、ハワイから南太平洋のフリージングに出向いて、船読にレポートされていた。

何時か南太平洋でセイリングしたいと〈サガシロス〉とか〈バリハイ〉とか、南太平洋に南ある船名は、何処のマーナでも良く見られる。

R6 10/19 伊藤

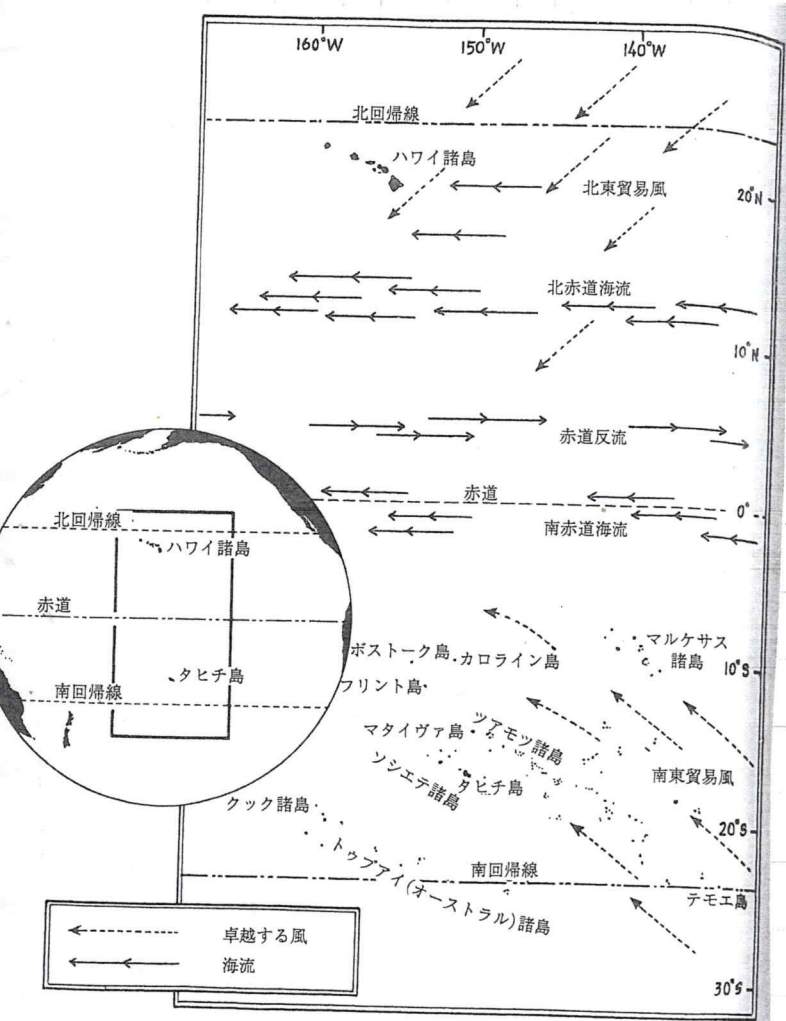


図13 ホクレアは東からの貿易風に逆らってタヒチに向かう間に、強力な西向きの海流を2度横切らなければならない