



千叶县“健康增进学习班”访问记 追求“归国者有、归国者治、归国者享”的健康广场



千葉県「健康増進教室」訪問記 ~帰国者の、帰国者による、帰国者のための健康広場をめざして~

在一个风和日丽的上午，一些上了年纪的人，三三两两地聚集到千叶县美滨区的某公共设施一隅。一时间打招呼声、闲谈声处处可闻，当然都是中国话。这儿应该就是传闻中的、由归国者自行组织的“健康增进学习班”了。据说大部分的成员都住在附近，是骑着自行车来参加活动，但其中也有人属于坐电车参加的“电车小组”。其间有的人一边有意无意地瞟着我这

个陌生人，一边安放录音机，或者整理桌椅，动作娴熟地做着准备。

(接下页)



穏やかな秋の日の午前、千葉市美浜区にある公共施設の一室に、年輩の男女が三々五々集まって来る。あちこちでいさつや世間話が始まる。もちろん中國語での会話だ。ここが噂の帰国者自主組織「健康増進教室」らしい。近在から自転車で通う人が大半だが、電車組もいると聞いている。見知らぬ訪問者である私をちらっと目に留めながらカセットテツキを運ぶ人、机を整理する人など、慣れた様子で会場準備が始まる。

(次頁に続く)

(接前页)

问候一声“你好”，近处的人便用绽开的笑容回应我。紧接着有人给我介绍了K先生，他的名片上写着“中国归国者自立互助会副会长”。之后，从旁侧为“健康增进学习班”提供支援的归国者支援团体K先生、N女士也来了。时针指向十点时，电视上出现了打太极拳的图像，于是20多名成员和着乐曲“远古文明”的旋律，开始练习简化24式太极拳。虽然练习场地设在室内，可是那种气氛跟我在公园里看到的、集体练习打太极拳的情景完全一样。于是我禁不住手忙脚乱地拍起照片来。

接下来进行的是“与日本支援者之联谊茶话会”。由N女士和K先生两名支援者领头，大家玩儿起了平假名及汉字的纸牌游戏。还有一些学员们和N女士一道，一边看着绘有厨房用具、并写有日语的资料，一边轻松地进行着对话。其间感受不到学习的死板和枯燥，相反



我听到的是愉快的笑声。

接着前面提到的副会长走上前去，主持只有归国者参加的碰头会。据说在一星期后举行的地区祭祀大会上，“健康增进学习班”计划推出临时饺子馆，并借此机会为学习班筹措资金。碰头会结束后，接下来是练习跳盂兰盆会舞。“大渔节”、“白浜音头”等千叶县特有的曲目一曲接着一曲。最后是同好者之会。大家在二胡奏出的旋律中放声齐唱。今天唱的是中国歌，据说有时候也练习唱日本歌。就这样，不知不觉送走了不到两个半小时然而却是无比充实的时光。这使我信服了大家所说的“增强了体力”这句话。

在这儿，归国者担当着主角。场地及器械

(前頁より)

「ニイハオ」と声を掛けると、近くにいた人たちが笑顔で応えてくれた。早速紹介されたKさんの名刺には「中国帰国者自立互助会副会长」と書かれてあった。やがて「健康増進教室」を側面から支える帰国者支援団体のKさん、Nさんも現れた。時計が10時を回った頃、テレビ画面に太极拳の映像が映し出され、「遠古文明」のメロディにあわせて、20名余りのメンバーによる簡化24式太极拳の練習が始まった。会場は室内だが、雰囲気は中国の公園で見かける太极拳の集団練習と変わりない。慌ててカメラのシャッターを切った。

続いては「日本人支援者との茶話会」だ。支援者のNさんとKさんがリードして、ひらがなや漢字のカルタ取りゲームを行う。さらに台所用具の絵とその日本語が書かれたプリントを見ながら会話を楽しむ。学習という堅苦しさがなく笑い声が漏れてくる。

続いて先程の副会长が進み出て、帰国者だけの打ち合わせ会が開かれる。一週間後に開かれる地域の祭りに餃子模擬店を出店し、教室の活動資金を調達する計画だそうだ。次は盆踊りの練習だ。大漁節、白浜音頭など千葉県ならではの曲目が続く。最後は有志による中国音楽の集い。胡弓奏者が奏でるメロディにあわせて合唱を楽しむ。今日は中国語の歌だが、日本語の歌を練習する時もあるそうだ。2時間半足らずの濃密な時間が過ぎた。「体力がついた」の声に納得する。

ここではまさに帰国者が主役だ。会場や機器の予約も分担している。プログラム

的预约预借等事宜，都由大家来分担。活动内容也是根据大家的意见设计的。据说今后还要把跳交际舞纳入活动内容之中。我听说支援者方面的意向在于始终恪守尽可能帮忙的辅佐性立场。

“健康增进学习班”是三年前诞生的。而其诞生的契机，是中国留学生H女士立志全心投入地为归国者及其家人解决健康问题。她汲取中国的健康健身思想，策划了一种基于太极拳、一周练习一次的健身强心活动。而当地的归国者支援团体也站出来支援H女士的行动，在归国者中招兵买马，以回应她的一片热情。H女士回国以后，她的意志仍然被归国者们继承和发扬。我曾经耳闻福冈县也有一个类似的组织。



正因为生活在异文化社会里，人人都可能感觉到紧张和不安，因此，每一名归国者才会发自内心地渴望自身疾病能够得到改善，身心健康能够获得增强。那么其它地区是不是也可以这么做呢？我感觉只要归国者能跟别的中国人结识，并齐心协力的话，成立一个这样的“健康增进学习班”不会只是梦想。至于怎样才能借用到公共设施或公园等运作方面的必要知识，自立指导员、日语志愿教师以及住处附近的人们，或许会站出来帮您出谋划策。

从今天起，我们衷心地期待着归国者相互帮助、为增进自身健康而迈出了可喜步伐的好消息，能从各个地方不断地传来。（H）

会场：千叶县美浜区“真沙共同体中心”
联络方式：河村
电话：043-279-5882

づくりにも自分たちの意見を反映させる。
今後は社交ダンスにも取り組みたいそ
だ。支援者はできるだけお手伝い役に徹し
たい意向と聞く。

「健康増進教室」は3年前に誕生した。
中国留学生Hさんが残りゅうこじかぞく
の健康問題に取り組む決意をしたのがき
っかけだった。中国の健康思想を取り入れ
て週一回太極拳をベースにした心身の健
康増進活動を企画した。Hさんの熱意に呼
応して地元の帰国者支援団体が支援に乗り
出し、帰国者に参加を呼びかけた。Hさん
の帰国後もその志は帰国者自身によつ
て引き継がれてきた。同様の事例は福岡県
でも耳にしたことがある。

異文化社会の中でストレスや不安を抱
えるからこそ、帰国者の誰もが病気の改
善、心身の健康増進を心から願っている。
他の地域でも同様の取り組みができないだ
ろうか。帰国者や中国系住民が出会い、
力を合わせれば夢ではない気がする。公共
施設や公園の使用法など必要な知識につ
いては、自立指導員さん、日本語
ボランティア講師、近所の人など協力
者が現れるかもしれない。

これから先、帰国者自身が助け合って健
康づくりへ一步踏み出した、そんな朗報が
一つでも多くの地域から届くことを願つ
てやまない。（H）



会場：千葉市美浜区
「真砂コミュニティセンター」
問い合わせ先：河村
電話：043-279-5882