健友 KENYUU

板橋区退職者会会報
第85号　現在の会員数528名
1月号（令和３年）2021.1.1
発　行　板橋区退職者会
編　集　会報部
印　刷　株式会社 弘 文 社

謹んで新年のご祝詞を申し上げます

令和三年　元旦

新年、明けましておめでとうございます。

板橋区退職者会会長　茂木　良一

会員の皆様には、健やかなお正月を迎えたこととお喜び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスという思いも寄らぬ試練にさらされました。

会員の皆様には、昨年の年頭には想像もできなかったような自粛生活や新しい生活様式への転換を余儀なくされ、不自由な思いをされた方も多かったことと存じます。

健友の活動も多くが中止や延期に追い込まれ、皆様の笑顔を見る機会が激減してしまいました。誠に残念な思いでいっぱいです。そのような中においても、コロナウイルスの影響が少ない一部の趣味部では、創意工夫を加え活動されている様子を伝え聞き、ホッとすることも度々でした。

また、役員の皆様には、毎月のように打ち合わせに参加いただき、様々なご意見をいただき、論議をすすめることができましたことを深く感謝申し上げます。

健友は、今年の春には設立40周年を迎えます。昨年8月には、記念事業実行委員会を立ち上げ、コロナウイルス対策を講じながら、どのような記念式典を行えるか腐心して会議を進めているところです。委員の方々にもご労苦をおかけしますが、どうぞよろしくお願いいたします。

健友のような退職者会が長年にわたり活動できたことは、皆さんが現役時代に、いかに濃密な関係の中で仕事をし、アフターファイブを楽しみ、休日には趣味の活動を行って来たかという証明のようなものであると思っています。

このような活動を止めてはいけないという気持ちで、会長就任時に参加者の増加・財政の健全化を目指して、楽しい会にしていきたいとお話ししました。その目標に向けて力を注いでまいりましたが、このようなコロナウイルスの蔓延により、志も半ばというより全く前に進めることもできず、申し訳ない気持ちでいっぱいです。会員の皆様にも行事が少なくなり、ご不満をお持ちの方もいらっしゃるとは存じますが、近い将来には、活動再開があると信じて、健友を継続させるようご理解ご協力をお願いいたします。

このコロナウイルスの蔓延は、まるで波のように引いては押し寄せ、中々終息を見ることが出来ませんが、近頃はワクチン開発などで希望が見え始めています。

コロナ感染者の増加により、保健所スタッフなど後輩の職員達、医療従事者等への負担が増大し、疲労困ぱいしていると聞いています。重症化するリスクが高い健友の会員が日頃から注意を払い、感染しないことがこの方々への負担軽減と最大の支援と思います。

皆様一人ひとりの意識変革や行動変容、社会全体としての検査体制の充実とワクチンの普及等により、皆様の生活が以前に近いような状況になり、一日でも早く健友の活動が安全に安心して実施されることを願い、それまで、知恵を出しあっていきたいと思っています。

末筆になりますが、健友の活動にご理解ご協力をいただいている板橋区長をはじめ板橋区役所の皆様、俳句や折り紙などの指導をしていただいている方々に会を代表して感謝申し上げるとともに、会員の皆様の今年一年のご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

「いたばしNo.1実現プラン2025」のスタートに向けて

板橋区長　坂本　健

明けましておめでとうございます。

板橋区退職者会健友の皆様には、ご家族おそろいで、穏やかな新年を迎えられたことと心からお喜び申し上げます。

さて、退職者会におかれましては、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、様々な事業が中止となり、例年同様に会員間の親睦を図るには難しい一年であったと伺っております。

一方で、職員作品展への折り紙や写真、俳句の出品など、区主催事業にご協力をいただくとともに、区の平和都市宣言記念事業による中学生の広島・長崎への訪問に合わせ作成いただいている原爆死没者に捧げる折り鶴を、昨年は訪問の中止にもかかわらず現地に送っていただくなど、コロナ禍においても充実した生活を送られる姿は区職員の手本となるものです。退職者会の皆様の区に対する変わらぬご支援に深く感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、春先から急拡大した新型コロナウイルス感染症は、区においても甚大な影響を及ぼし、いたばし花火大会、区民まつりといった主要なイベントが開催中止となりました。そのような中でも、区はＩＣＴ技術を活用し、４月には、区民栄誉賞を受賞した人間国宝の神田松鯉氏をはじめとした区在住の芸人たちによる「板橋おんらいん寄席」の動画配信を行ったほか、10月から11月にかけ、「板橋うまいもんマルシェ」と題して、区民まつりや農業まつりに出店していた物産をインターネット販売いたしました。

12月には、板橋こども動物園が草屋根や壁面緑化により環境に配慮したＳＤＧｓを推進する施設としてリニューアルオープンいたしました。やぎの高い場所へのぼる習性をいかした橋渡りなど、動物の生態や行動を観覧できる仕掛けや、絵本に親しめるキッズルームが設けられ、オンラインでは得られない実体験やコミュニケーションが深まる施設となることを願っております。

来たる3月には、恒例の板橋Ｃｉｔｙマラソンをオンライン開催とし、デジタル技術を活用した新たな事業に挑戦いたします。

今後も、オンラインと対面の利点をそれぞれ積極的に活用することで、ＩＣＴになじめない方々への配慮も怠らず、さらなる区民サービスの質の向上をめざしてまいります。

令和3年度は、激変する社会経済情勢にしっかりと対応しながら、区政の持続的な発展を可能とするため、「いたばしNo.1実現プラン2021」を一年前倒しで改訂し、「板橋区基本計画2025」の後半5年間におけるアクションプログラムとして「いたばしNo.1実現プラン2025」を策定する年となります。区の財政がかつてない厳しい財政状況となることが予測される中、これまでの成果を踏まえつつ、重点的に取り組む事業を選択し、戦略的かつ着実に推進していく必要があると考えております。

そのためにも、緊急かつ重大な課題である新型コロナウイルス感染症対策にスピード感をもって取り組みつつ、ポストコロナ時代における「新たな日常」の構築・定着を見据え、経営革新の基本理念である「もてなしの心」「未来への責任」「高い使命感」に立ち返り、質の高い区民本位の区政経営を推進してまいりますので、引き続き、退職者会の皆様には、さらなるご支援とご協力をお願いいたします。

結びに、退職者会のご発展、会員並びにご家族の皆様方の益々のご多幸とご健康をお祈りし、年頭のご挨拶とさせていただきます。

板橋観光アラカルトシリーズ

板橋区平和公園の今昔

東京教育大学（現筑波大学）の学生寮の跡地に板橋区平和公園が誕生したのは、昭和六十一年十二月であった。板橋が平和都市宣言をしたことに因み池の形は「へいわ」の文字をかたどっている。池のほとりには核兵器の廃絶と世界の恒久平和の実現を願うシンボルの「平和の灯」のモニュメントがあり、設置以来平和の火が灯されている。

広島市平和公園の「平和と灯」と長崎市平和公園内の「誓いの火」を合わせた灯である。

さて、今春三月にはこの公園内に板橋区立中央図書館が誕生する。常盤台公園隣接の中央図書館の施設や設備の老朽化に伴った新設移転である。いたばしボローニャ子ども絵本館も併設され期待の輪も広がっている。

立地を生かした緑あふれる屋外テラスなど、屋内外が利用可能な新たな取り組みにも注目したい。

坂本　富江

板橋区退職者会事務局
場所＝板橋区役所９階
正面玄関側エレベーター
トイレ左奥
「総務課分室」
・水曜休み
住所＝〒173－8501
板橋区板橋2－66－1
総務課内
電話＝03－3579－2749

大正 14 年生まれ（96 歳）

●柿田　仁司

「新年の初めに一筆啓上します」

先日は胃カメラと大腸の検査をしました。いずれも正常との結果に一安心しました。普段は花の水やりや植木の剪定で忙しく、またテレビ等でスポーツ観戦を楽しんでいます。小生も後４年で白寿となるため子供たちも、いろいろ計画をしているようです。毎朝、体温等を測っています。丑年は早くはないですが、一歩一歩人生を進んでいます。皆様もお元気で人生を楽しんで下さい。機会があればお会いしましょう？

●佐藤　昇

「趣味部で楽しんでいます」

昨年は新型コロナウイルス感染の影響で、地元でのボランティア活動や、地域行事の参加、親睦会等も自粛され、在宅の時間が多く経験した事のない大変な年でした。「健友」では囲碁部と麻雀部に参加し、脳トレの一助となればと思って、退職後から継続して参加しています。しかし、囲碁は年々棋力が低下しています。麻雀は、時の運とツキで勝ったり負けたりです。そして、楽しみとしているのが観光で、近年の国内旅行を中心に、家族、友人らと楽しんでいます。私は今の処、歩くことは苦にしませんが、最近は言語の反応も鈍くなり「あれあれ、それそれ」が多くなり困ったものです。でも、これからは、何事も前向きに考え過ごしていきたいと思います。

●廣瀬　博章

「湧水のまち」

東久留米に住んで約 60 年になります。平成 20 年には東京都唯一の名水百選に指定を受け、この南沢湧水群は１日１万トンもの水が沸いています。週末には多くの人達が散策に訪れています。この湧水群がある落合川遊歩道を手押車で散歩するのが日課になっていて途中で行きかう人達との会話が楽しみです。現在、要支援２を受けており、週２回のリハビリに通っています。送迎あり半日理学療法士の指導をうけ体力増強につとめています。これ以上悪くならないよう元気で過ごしたいです。遠出はできませんが近場の紅葉を楽しんでいます。

●帯津　清美

「充実した毎日」

現在、民生委員として２期目となりましたが、コロナ禍のため、今年は活動もままならない状況です。また、自宅では今年もコンバインによる稲刈りを行ないＪＡいるま野に出荷しています。そして、夏にはキュウリ、トマト、ナス、スイカ、メロンなど夏野菜の栽培が終わり、今は冬物野菜でキャベツ、ブロッコリー、ダイコン、シュンギク等の苗を植え充実した毎日を送っています。体調面では３回の入退院をした膀胱ガンも今ではすっかり良くなり多忙な農作業の毎日を送っています。

●堀野　勉

「人生百年。まだまだ「青春時代」」

令和３年、私達夫婦は、金婚式を迎えます。妻には感謝、感謝、感謝の無限大。共に 50 年。72 歳。人生百年時代と言われている今、まだまだ『青春時代』であり続けたいと強く思います。

●町田　賢治

「え！定年から 12 年？」

え！もう「年男」！定年から、もう 12 年もたった？あっという間の 12 年。これからの 12 年。海外旅行もあと 50 回は！もう昨年のような１年はごめんです。

昭和 12 年生まれ（84 歳）

●川口　義忠

「思い返せば夢の中、残る余齢を有意義に」

気がつけば、板橋区で生を受け、戦前・戦中・戦後の国家存亡や小学一年生で学童疎開を体験し、悲しくも、辛い時を過ごした。その後木っ端役人として職も得、良き友人、知人に恵まれ沢山の思い出も出来た。退職間近に怪我をし、転地療養を兼ねて田舎暮らしで当地に来て学童疎開先で農家に預けられた際の野良仕事が役に立ち猫の額程の菜園づくりで俄百姓を始め、耕運機と格闘しながら健康を取り戻し、焼酎の産地でありながら酒量回数、体動も減り、日本男子の平均年齢を若干超えるまでになり、長い間の目標であったユニクロの色物衣装が着られる様になりました。新型コロナ終息後、上京の折仲間を驚かせたいのが余齢の夢か現か一寸悩んでいる 84 歳高齢の灰色の青年だよ。

●鈴木　裕志

「健康第一」

中道公園にて朝の６時半からのラジオ体操が１日の始まりです。月２回町内パトロール、コロナ発生する前は蓮田体操（ハスピー体操）他に吹矢、サロン、カラオケ等をやっておりました。これからも健康管理に努めたいと思っています。

●田中　聰行

「これまでの活動を愚鈍に継続」

毎号の会報「健友」を拝見し、懐かしいお名前を目にしては在りし日の面影をしのび、過ぎし日の追憶にふけっています。年を重ね、いつの間にか我が国の男性の平均寿命の 81.4 歳を超えており、健康で今日を迎えられたことに感謝の日々です。今更新年を迎えての抱負でもありませんが、これまでの活動を愚鈍に継続してまいりたいと思います、毎日の万歩歩き、体育館でのヨガと筋トレ、同好の士との淡彩水彩のスケッチ行と江戸博での古文書講座等の受講、最寄りの寺院での参禅などがその内容です。欲をいえば、コロナ禍で中断を余儀なくされている山歩きと宿泊旅、同期の友との飲み会を復活することです。

昭和 24 年生まれ（72 歳）

●姉﨑　吉夫

「さあ、これからだ！」

会報１月号の楽しみは、何と言っても「年男・年女」で先輩方の近況や新年の抱負を読むことでした。そんな私がなんと投稿する年になりました。私は、現在、緑と花を活かしたまちづくりを目指すＮＰＯ法人に所属し、市民の森や地元の何か所かの公園の整備のお手伝いをしています。真夏の作業は玉の汗ですが、後のビールの美味いこと、美味いこと、一気飲みです。さて、次の年男の掲載に向けて「さあ、これからだ！」。

●川岸　真知子

「心を閉ざさず、思いやりを忘れずに」

年女も６回目となると、おまけの人生ともいえますが、私は、定年後に引き受けた非常勤の仕事のかけもちをしています。精神科医と産業医として、少しずつでも働けることに感謝しつつ、新型ウィルス予防には緊張の日々が続きそうです。演劇やコンサートを我慢するのは辛いけど（１回だけ、ウィーンフィルの誘惑に負けました）、保健所や感染症治療最前線の人たちの苦労とは比べ物になりません。重症化リスクの高い高齢者としては、人との距離をとりながらも、心は閉ざさず、思いやりを忘れない生活を大切にしたいと思っています。

●手塚　暁美

「少年少女も老い易く」

６回目の年女。光陰矢の如し。少年少女も老い易く学成り難しボケ易し。実感です。お陰様で、多少のさびつきはありますが、日々元気に過ごしております。ここまで生かして下さったのですから、これからは時の流れの速さを嘆くより、今日一日をつつがなく日々是好日となるよう暮してゆきたいと思っています。今年こそコロナも収束して皆さんと健友でお会いできるのを祈っております。

●新井　正

「2011 年の歴史を忘れない」

2011 年、今年は東日本大震災から 10 年となります。私は、井上ひさしの「吉里吉里人」との出会いから東北人の素朴さを知り、震災前二度の個人旅行で三陸の自然に魅了されました。2010 年９月、田野畑村の「東北の万里の長城」と言われた防波堤、「ひょっこりひょうたん島」の大槌町、陸前高田の松原、気仙沼大島の亀山リフト、金華山の女川町や仙台空港の亘理町など車で巡りました。その半年後 2011 年３月に大震災が起こりました。津波の衝撃的な映像にいたたまれず、三度目になる９月、バスツアーに参加した先々での瓦礫の山、鉄道路線の寸断、港湾の沈下、船が市街に乗り上げた景色を目の当たりにし、本当にショックを受けました。でも、地元の人たちの前向きな言動や仮設の街並みの賑わいに、驚きとともに、一縷の救いを感じたことを、今でも鮮明に覚えています。この経験から、私は、年賀状に「2011 年の歴史を忘れない－陸前高田の一本松」として、東北の応援メッセージをしています。

●坂本　富江

「人生はいつも始発駅」

押入れの中に大きいダンボール箱が２個ある。称して「文の宝箱」と「日記の宝箱」である。古い日記は中学２年の夏休みから始まり読み返すとまるでドラエモンの扉を開けたかのように青春時代にもどしてくれる。多感だった 10 代、悩みながらも人生を謳歌していた 20 代、昭和、平成、令和へと続いている我が日記は半世紀を遥かに超えた。「生きることは変化を受け入れること」だとある哲学者は著書で述べていたが、“人生はいつも始発駅”だと日記帳が教えてくれた。一歩前へ歩みゆけば新しい世界が広がっているにちがいない。さて、12 年後の日記には何が書かれるだろう。

●山田　常雄

「楽観論の DNA」

七十過ぎまで生き延びるとは思いもしなかった。生命線が途中で切れているし、父が 53 歳で亡くなり、俺も長生きはしないと思った。しかし、父の年齢を越えた時には、孫も生まれて、母は 96 歳で天寿を全うした。「俺は長生きの DNA だったんだ」と悟った。「団塊の世代が長生きしたら大変だ」との悲観論に「イイヤ DDT を頭からかぶって長生きなんかしないよ」と納得していたのに。でも待てよ！「健友」があるぞ。みんなで楽しく長生きすれば赤信号なんか怖くない！時間はタップリある。

●島田　あい

「新型コロナに負けない余生を」

コロナ禍で自粛中、終活をはじめました。先ず断捨離からとガラクタの整理と同時に居間と台所のリフォーム（床、壁紙、水回り）給付金の 10 万円では不足でしたが有効に使えて満足です。新しくなった部屋で丑年の新年を快適に迎えることができました。未曾有の新型コロナはいつ終息するか予測の出来ない中、八回目の丑年に向かって正しく予防と自衛で余生を送りたいです。

●中澤　淳二

「家庭菜園」

定年後に始めた家庭菜園（約 40 坪）も早や 20 有余年経過いたしました。最近は、足腰の衰えもあり止めようかと考え始めた矢先、新型コロナ感染予防のため、外出もままならず、菜園ならと続けることとし、雨天以外は、車で約 10 分ほどかかりますが、運動のためと思いながら、１～２時間の作業と菜園仲間との情報交換などの日常生活が健康維持につながっているのかなと思っています。今後も健康維持のため続ける予定です。

●江島　利治

「貧乏暇なし」

団塊の世代生まれ、幼い頃から常に競争社会を経験したため、退職後はのんびりマイペースの生活と思ったのは甘く、ボランティア、仕事と現役時同等の忙しい日々を過ごしています。還暦で赤い品をプレゼントされてからあっという間に古希も過ぎ、超特急のようなスピードでの生活が続いています。人生百年時代、生涯にわたり心身ともに健康でいきいきと活躍できるように頑張りたいです。

●多田　清

「楽しい御朱印巡り」

私は、月２、３回のペースで主に関東の神社の御朱印巡りをしています。事前に、神社までの交通、他の見どころやグルメを調べ、なるべく最寄り駅から徒歩で回るように計画します。当日は、７社程度をゆっくり回り、時々宮司さんからお話をうかがったりします。後日、いただいた御朱印をながめ、思い出にひたっています。御朱印巡りは三度楽しめます。

昭和 36 年生まれ（60 歳）

●杉田　寛

「新年にあたり」

あけましておめでとうございます。私は昭和 60 年４月に板橋区役所に入庁し、平成 13 年３月に退職しました。在職中は諸先輩の皆様には大変お世話になりました。この場をお借りして、心より厚く感謝・御礼申し上げます。現在は板橋区議会議員として４期目を務めさせていただいております。さて、今年は還暦を迎えます。振り返ると日々さまざまな出来事に直面しましたが、多くの皆様にお支えいただき、これまでの人生を歩むことが出来ました。これからも皆様方への感謝の気持ちを忘れることなく走り続けていきたいと思っております。

寄稿

追憶・ツェルマットへの誘ない

今福　悠

カラマツ等の針葉樹をまとった山肌が、鋭角に切れ込む谷間に、川が流れ、その川に沿って一本の道が、ツェルマットに続いていた。私が生まれ育った信州木曾の須原宿も、樹種こそヒノキで違いはあれども、同じような光景で驚いた。私が「ツェルマット」の存在を知ったのは、ある山行でのことである。18歳で上京後、私は夏休みを活用して、上高地や大町を拠点に槍ヶ岳・穂高岳等の北アルプスや、立山・後立山連峰の峰々に登る事に熱中していた。上高地から槍ヶ岳に入り奥穂高岳への縦走を試みた折、不運にも台風に遭遇し、軽い低体温症を経験した山行でのことである。奥穂高の山小屋で休養がてら一泊した折、「上高地ってスイスのツェルマットに似ているんだってね・・・」との一言が耳に入ってきた。

「ツェルマット」・・・その言葉の響きが、私の体の中で憧れの地として、大きな存在となっていくのがわかった。所詮、夢でしかないと思いつつも。60歳で定年退職を迎えると、それまで中断していた私の山登りは一気に加速して行った。既に退職した役所仲間との山行、上村冒険館友の会での山行、そして、時には妻と二人での山行とである。

古希を迎えた昨年末、「マッターホルン山麓ハイキングとブライトホルン登頂」の案内が届いたときは、夢のようだった。〝憧れのツェルマット〟行きが現実味を帯びたからである。

雪上のマッターホルン

だが不安要因もあった。年が明け、義母、兄がたて続けに入院したからである。万が一の時はキャンセル覚悟で申し込む決心をした。「自分の人生が大事だから、いろいろ考えても仕方が無いよ、後悔しないように行っておいでよ」・・・妻の一言が嬉しかった。

8月に入ると忙しくなった。1～2日は役所のOB仲間とで日光白根山・男体山への山行、5～6日は6月末に他界した兄の49日の法要で信州木曾へ、翌7日には香川丸亀から娘夫婦が孫を連れて帰省してきた。1週間経って、「じいちゃん　お山　ようけて　行くんでぇ・・・」香川弁丸出しの孫の一言を嬉しく聞きながら見送り終えると、さあ、旅支度の始まりである。

飛行機嫌いの私が、12時間にも及ぶフライトに耐え、ミラノマルペンサ空港に到着したのは、現地時間で8月19日の18時過ぎであった。まだ、陽ざしがまぶしい時間帯である。ここから〝ツェルマット〟への第一歩が始まる。バス、電車を乗り継いでツェルマット駅に着いたのは夜遅く、既に街は静まりかえっていた。翌朝、ホテルの部屋の窓越しに、朝日に染まった金色の雪山を目にしたとき、わが身がツェルマットに在ることを実感したのである。これから4日間に渡る「マッターホルン山麓ハイキングとブライトホルン登頂」が始まる。いやおうにも気持ちは高まってきた。

ツェルマットに滞在した4日間の行程で19人それぞれが味わった感動は、おのずと異なっていたであろう。私は4日間の感動を自身で撮影した写真から振り返って見ることにした。私がこの旅で撮影した写真は、全部で365枚。内容は、マッターホルン112枚、ブライトホルン22枚、アルプスの高山植物110枚、他の山54枚、その他の写真67枚である。この結果が示すように、私は、圧倒的にマッターホルンの雄姿と可憐なアルプスの高山植物に見とれたようである。マッターホルンは、時を変え、場所を変えても112枚それぞれに、いずれもが個性的な表情を見せてくれた。・・・が、常に威圧的であり父親のような強い雄姿であった。比べて、我々が登頂したブライトホルンは、ふくよかであり穏やかな慈悲深い表情で私たちを迎えてくれた。まるで母親のような優しい姿である。

「霧に育まれ　短い夏の日に　花開く
山の花　岩影の一輪にも　路傍の一輪
にも　人の心を　慰める　詩がある」

私が山登りを続ける理由の一つは、常に可憐な表情を見せてくれる高山植物との出会いが、たまらなく恋しいからである。シーズンから少し外れていたようだが、それでも、たくさんの本場アルプスの小さな高山植物は、私たちを最高の姿で歓迎してくれた。まるで、〝急いでいる人は、路傍の私たちを見失うよ！風が愛撫するときの私たちの輝きを、知りえないよ！〟とでも言っているかのように。長倉さんご夫妻に出会えたこと、このことが今回の私の山旅の楽しさを、倍加させてくれたものと思っている。初めて目にする名の知らない植物の数々、ひとつひとつ親切に教えてくださった。とても嬉しく、感謝をし、お礼を申し上げたい。教えていただいた彼ら（植物）の名前は、決して忘れまい。私たちをあれほどまでに歓迎してくれた彼らに対する礼儀だから。

ツェルマット滞在最終日、全員でのオーバーロートホルンへの登頂が、至福の4日間のフィナーレとでも言えようか。頂からの360度の展望は圧巻であった。まさに天空の何とやら。

8月24日、いよいよ「憧れのツェルマット」との別れの時が来た。ミラノマルペンサ空港を定刻より少し遅れて離陸したアリタリア機786便が、高度10，000メートルに達したとき、眼下の光景に驚いた。真っ白な氷河に抱かれたヨーロッパアルプスの無数の山々が、我々の成田への飛行を見送ってくれているかのように広がっていた。一方、翌朝8時00分、客室乗務員のアナウンスでブライトホルンを上げると、そこは一面純白のカーペットが敷かれた世界で、我がアリタリア機がその上を成田に向けて滑っているかのようだった。飛行機嫌いの私にとっても、ほっとするひと時であった。かくして一週間のスイスツェルマットの旅は終わった。

（2016年8月、植村冒険館友の会有志での「スイスブライトホルン登頂」に参加した時の旅行記で、植村冒険館友の会役員会だより寄稿したものである。）

寿　丑年生まれの会員　47人

大正14年（96歳）　3人

臼井　善平
柿田　仁司
大口　善次郎

昭和12年（84歳）　15人

吉田　勝道
間宮　隆
中村　聰子
田中　裕代
鈴木　登美
佐藤　光代
小島　登美
勝部　俊子
丸川　廣
廣岡　中
中瀬　武
武澤　島
島井　佐
佐田　川
川崎　義
義博　忠
淳雄
時夫
あい
茂
雄
二
章
勝

昭和24年（72歳）　28人

石川　利義
江島　真知
姉崎　信
佐藤　直
川岸　和
鈴木　と
関　直み
田中　信
時原　充
枝　行
中　子
久保　子
林　治
堀田　朗
町田　夫
山口　恵津
田　幸
田　直
口　と
田　和
常　信
賢　真
雄　知
治　子
茂　行
子　子
恵　子
津　治
子　朗
二　夫
範　子
子　充
子　行
子　治
子　朗
子　夫

山内　新
町田　井
堀野　野
平谷　井
針中　田
野塚　本
手田　津
多根　野
関田　井
嶋本　
坂津　
帯野　
内井　
裕　
伸　
絹　
一　
暁　
一　
幸　
富　
清　
令
司　
雄　
勉　
江　
通　
純　
美　
清　
夫　
治　
江　
美　
子　
正

昭和36年（60歳）　1人

杉田　寛

祝長寿万歳

米寿12名、喜寿18名の方が今年、お祝いを迎えられます。おめでとうございます。

これからもお元気でご活躍されますようお祈り申し上げます。

米寿（昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ）

金井　兼子
小山　直正
小川　利一
森　ハツ子
梯　幸弘
矢部　登喜子

熊田　守雄
宝田　博之
菅原　良教
小島　基之
金井　武男
島田　信男

喜寿（昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ）

三條　直行
鷹野　ヤヱ
飯泉　悦子
渡辺　勝榮
川島　新一
溝井　清
大塚　榮司
本橋　五十夫
鈴木　幸男

小針　勇
一ノ瀬　睦
堀江　枝
小榎本　清次
岡田　重
江澤　孝
森　美
公和　恵
松尾　子宏

寄稿

Withコロナ～模索の中から～日々是好日へ

高橋　恭一

今年は退職者会「健友」創立40周年を迎えます。設立当初、役員はじめ会員の皆様が一団となって、会員の拡大・趣味部の拡充に取り組み活動の基礎作りを進めたそうです。それが今日の活動に繋がっていることを考えると、改めてこれまで運営にかかわってきた方々に敬意を表するとともに感謝する次第です。

「健友」では、以前から新入会員数の減少と会員の高齢化が課題となっておりました。

社会・経済の進展に伴い、高齢者が長い老後を生き生きと過ごすための方策が公私にわたって拡大、多様な生き方ができるようになったことが背景になっているものと思います。「健友」においては、この課題に対応し趣味活動や会員同士のコミュニケーション拡充等色々と工夫をしており、現在会員数500人を超えていることは、多くの会員の期待に応えた運営がされているからではないかと思います。

昨年は年初以来、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、私たちの社会生活は大きな影響を受けております。「健友」にあっても活動の停止が多くなってしまい、本当に残念なことでした。園芸部でも部員の高齢化が進み、部員のニーズが微妙に変化してきており、昨年度から観察会・見学会等出かける活動から室内でできる「鉢植え教室と懇談会」へと方向転換を図ったところですが、「重症化リスクが高い高齢者は一層の自粛を」との要請の下、活動を停止せざるを得ませんでした。昨年11月下旬1年ぶりに例会を開き、部員の皆さんが体調を崩すことなく元気に過ごしていたと確認でき、安心しあったところです。皆さんの話によると、感染拡大防止のため「外出時のマスク着用・手洗い・手指消毒・三密回避等」を守りながらも体力維持のため体を動かすことと、友人等とのコミュニケーション確保は積極的に努めていたとのことで、結果としてこのことが功を奏したのではないかと思います。

ウイルス感染拡大が、何時終息を見ることができるか見通しがはっきりしない中、日常生活に不安が付きまとう日が続くと思いますが、感染予防の基本を守りつつ心のバランスを整え、前向きに生きる日々を重ねていきましょう。また「健友」の活動が回復し、一層盛り上がることを期待しています。何はともあれ、世界中に拡がっているウイルス拡大の終息が少しでも早まることを期待し、ワクチンの実用化・有効な治療薬の開発を願っております。

職員作品展

「一粒の宝石」
杉浦　美津子

「明日への希望」
丸田　静枝

「春うららら・・・・」
坂本　富江

「ベルギー」
町田　賢治

「春・夏・秋・冬」
佐藤　昭弥

その他の出品者

ご出品いただいた皆さんありがとうございました。（出品者全員、健友俳壇は、第12回・第13回分です。折り紙は、講師鎌原美子さんと友人の野中節子さんのご指導により健友役員、事業部員及び健友有志の方々が参加して制作した共同作品です。）

天野　ふく	絵　画	坂本　富江	絵　画	矢部登喜子	絵　画	小城　恭子	絵　画
丸田　静枝	写　真	片桐　牧子	写　真	小寺　啓之	写　真	佐藤　昭弥	写　真
町田　賢治	写　真	檜垣　敬正	写　真	杉浦美津子	写　真	椙本　三郎	書　道
田中美智子	書　道	日向日出子	書　道	宮崎　恵子	書　道	内山　常子	手芸・工芸
森川　京美	手芸・工芸	山田　常雄	手芸・工芸	日野原志津江	俳　句	高橋　洋子	俳　句
田村　弘治	俳　句	矢部登喜子	俳　句	山田　常雄	俳　句	茂木　良一	俳　句
日向日出子	俳　句	瀬川　恵美	俳　句	青山　幹子	俳　句	田中　範行	俳　句
小城　恭子	俳　句	古賀のり子	俳　句				
大境登志子	俳　句	島田　あい	俳　句				
武居　正次	俳　句	日向　義博	俳　句				
山田　博	俳　句	金井　信男	俳　句				
赤塚　きみ	俳　句	宮川　修一	俳　句				
高橋　幹子	俳　句	梅澤　輝男	俳　句				
大塚やい子	俳　句						

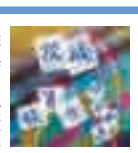
「はなと花時計と花気球」折り紙の会

退職者会人気作品投票ベスト５

総得票数241票

順位	氏　名	作品種別	点数	題　名	作品紹介	得票
1	杉浦美津子	写　真	1	「一粒の宝石」	雨上がりの散歩でみつけた植物についた雫、素敵な宝石でした。そんな人生でありたい。	48
2	丸田　静枝	写　真	1	「明日への希望」	板橋からの富士山	30
3	坂本　富江	絵　画	1	「春うららら・・・・」	近所のおじいちゃんにいただいたミモザの小枝に小花をアレンジして描いてみると、心が明るくなり〝コロナに負けないで・・・〟の力強いエールになりました。	27
4	町田　賢治	写　真	1	「ベルギー」	ブリュッセル・グランプラス、アントワープ・マルクト広場、ブルージュ（2020.1.15）	21
5	佐藤　昭弥	写　真	1	「春・夏・秋・冬」	百花繚乱、立山の夕景、草もみじ小田代ケ原、蔵王の樹氷	17

のんびり秋の日



冷凍庫掃除で銀杏を見つけ、すかさずレンジでチン　翡翠色で甘くもちもち。

瞬時に健友会旅行の温泉や紅葉と仲間の笑顔が蘇る。２０２０年は寂しい年でした。

役員は健友活動の継続に知恵を絞っているのに、季節が進むにつれて困難な現実を目の当たりにし、困顔ばかりが並ぶ役員会。ホームページでオンライン交流検討の推進役は会長。会長や皆かつて真面目な組織人が、今はすっかり自由人に変身し「おもしろびと」。ステイホームで個性が発酵？腐敗？今やおもしろ自由人。何らかの形で交流できたら、新発見が沸騰かな。折り紙の下手な人。さりげなく俳句を教えてくれる人。立派なカメラで、私を美人に撮れる人。釣った魚をおつまみできる人。下手な歌にもハモれる人。組織人そのままのミスター区役所人。より素敵に変身人。えらく年取った人。仲間は皆、自分の可能性に気づきをくれるかも。

２０２１新しい健友交流、あなたの写真や文章をここへ投稿から始めましょう。

小城　恭子

健友掲示板

●春の日帰り旅行

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、役員会において中止とさせていただきました。

●退職者会（健友）総会
創立40周年記念祝賀会

日時＝５月26日（水）
会場＝区立文化会館
大会議室（４階）

申込案内＝新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ、後日詳細をお知らせいたします。

●新入会員の紹介

令和２年７月以降に入会された方です。

大庭　方起　鈴木　豊
斎藤　栄　桧垣　敬正
清水　重治　水株　浩一

訃報

小室　義夫　92歳
令和２年４月25日逝去

市川　清　89歳
令和２年10月19日逝去

謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り申し上げます。

「健友俳壇14回」は、別紙掲載とさせていただきました。

☆各ページのイラストは、坂本富江さんが描きました。

編集後記

昨年は新型コロナウィルスの蔓延により、殆んどの行事が、延期や中止を余儀なくされた。

最近は若い方々の罹患者も増えてきているが、我々にとっては命懸けになってしまうので、細心の注意が必要となる。

其々の対応策で鎮まりかけたが、政府の経済対策等により、また感染者が増えだした。

景気を回復させないと、自治体も含めて我が国が立ち行かなくなってしまうため、止むを得ないとは思うものの、高齢者に於いては恐怖そのものである。

しかしながら、閉じ籠ってばかりでも居られないので、体力維持のために適度な運動も含め、できる限り防御力を高めて、外出することになる。

一日でも早く、コロナ騒動が終息することを願いつつ、蔓延防止対策をある程度行っている各種の行事に、自らも予防体制を整えた上で参加してみませんか？（ＭＴ）