

健友



板橋区退職者会会報

第86号 現在の会員数524名

7月号 (令和3年) 2021.7.1

発行 板橋区退職者会
編集 会報部
印刷 株式会社 弘文社

「会いたい気持ち」 温めながら

板橋区退職者会会長 茂木 良一

令和3年も既に半分を過ぎました。会員の皆様には、健やかに暮らしのことと存じます。

本年度の定期総会につきましても、昨年と同様に紙面によるご意見の聴取をもって総会に代えさせていただきまし

えておりましたが、予想されたこととはいえ、2度目の緊急事態宣言が解除されたのち、23区等を対象としたまん

延防止等重点措置が発出されるに至り、その後、再発の緊急事態宣言が発出され、それも不可能となりました。

今、私は、一人挨拶運動を行なっております。マスクをして犬の散歩をしながら、すれ違う人に「おはようございます」「こんにちは」と声掛けを行っております。場合に

よっては、ほんのひと時の立ち話し。マスクをしていては、人の表情は半分隠れてしまいます。声を潜めたその先には、息までも潜めるようになって

しまいます。屋外でマスクして挨拶をしたぐらいでは、流石に変異ウイルスもつけ込む隙は無いと思っております。

令和2年度は、突然の新型コロナウイルスの蔓延を受け、殆どの事業が中止となつてしまいました。多くの会員の皆様から、会えなくて寂しいと言った声をお聞きして

います。また、趣味部の活動についても、三密回避や飛沫防止等の対策が充分行えないと

して、11の部の中で6部が活動休止に迫られました。そのような中、役員会は例年と同じように開催し、毎

回の事業はどうしようかと話をしております。令和3年度は、この健友が結成されて40年の節目を迎

えました。そのため、40周年事業実行委員会も立ち上げ、4回にわたり委員会を開催いた

だき、その結果を役員会に報告いただきました。様々な検討をいただきましたが、例年のように総会の後に記念事業として何とかして懇親会を開催できないかと考

えておりましたが、予想されたこととはいえ、2度目の緊急事態宣言が解除されたのち、23区等を対象としたまん

延防止等重点措置が発出されるに至り、その後、再発の緊急事態宣言が発出され、それも不可能となりました。

今、私は、一人挨拶運動を行なっております。マスクをして犬の散歩をしながら、すれ違う人に「おはようございます」「こんにちは」と声掛けを行っております。場合に

よっては、ほんのひと時の立ち話し。マスクをしていては、人の表情は半分隠れてしまいます。声を潜めたその先には、息までも潜めるようになって

しまいます。屋外でマスクして挨拶をしたぐらいでは、流石に変異ウイルスもつけ込む隙は無いと思っております。

会員の皆様もご家族も心身ともに健康に過ごされるよう願っております。

先日、オンライン飲み会というものをやりました。こんな飲み会が本

当に成立するのか懐疑的な思いを持ちながらパソコンの前に座りました。

それでも、2時間以上続き、これは、結局、人とお



「川越氷川神社の風鈴」 撮影 片桐牧子

板橋観光アラカルトシリーズ

江戸の名残の加賀公園

区立加賀公園は、さかのぼること加賀藩前田家の下屋敷であった。21万7千坪余り（東京ドームが約5個分）の広大な敷地であった。

現代の公園内の緑豊かな小高い山は、江戸時代に造られた人工の築山であり、加賀藩下屋敷時代の唯一の遺構である。

江戸時代の絵図によると、当時は四季折々に彩る花畑、田畑、果樹園や広大な池が描かれていて、周辺には狩猟場もあり、鷹狩なども盛んにおこなわれていたことが記録されている。

やがて時代の変遷と共に幕末には西洋式軍事訓練も行われ、明治から終戦までは火薬を製造する板橋火薬製造所（東京第二陸軍造兵廠板橋製造所）も造られた。まさに日本の歴史を刻みながら、春には美しい桜や椿が訪れる人達を幸せ色に包んでくれる。

築山の頂上からは、まさに東京スカイツリーが望める絶景である。

坂本 富江



令和3年度 第41回健友総会

昨年からの新型コロナウイルス感染症の流行が未だに収まらず、今年度の総会も郵送での議案資料送付、意見聴取とさせていただきます。会員の皆様のご理解とご協力に感謝いたします。

令和3年度 総会主な決定事項

■事業計画

例年同様、左記の各事業を決定いたしました。ただし、今年度においても、各事業の執行については、新型コロナウイルスの感染状況に大きく左右されますことをご了承ください。

・ 会報の発行 7月（4ページ）及び創立40周年特別号（4ページ）1月（4ページ）

・ 親睦旅行 秋の日帰り・春の1泊 各回バス2台

・ 趣味部同好会活動助成 10部

・ 共済事業 米寿・喜寿のお祝い、弔慰金の支給

・ 創立40周年記念事業の実施（記念品の配布・記念式典の開催）

■予算・決算

・ 2年度一般会計決算

歳出 1, 522, 197円

・ 3年度一般会計予算

歳入・歳出 5, 467, 000円

■役員関係

長年役員をお勤めいただきました田代成昭さんと越沼和己さんが退任され、相談役に就任していただきました。後任の副会長に西谷昭比古さん有手千麻さんがまた、監事に細井榮一さんが就任されました。その他の役員につきましては、6月中旬に送付いたしました総会資料の14ページをご覧ください。

健友珈琲館

浪江 じん

今年の誕生日で90歳となります。私は80歳を超えた時から「死」という世界を考えてきました。現役中はかなり元気で仕事や遊びを楽しんでまいりましたが、この年齢になりましたら、心身の老化が進み老いを実感すると共に日常生活上、不自由な事柄が生じ人生の限界を感じない訳にいかなくなりました。そして、人生の侘しさも・・・しかし落ち込みは禁物、老いてこそ生き甲斐を積極的にさがし求めて、自分で作り出すことが必要であると思い、毎日その努力をしながら頑張つて生きています。健友役員の皆様、お世話になりましたがとうございます。

荒井 操

コロナ禍の中なかなか外出もできない状況でも、自分なりに工夫をして自宅で結構楽しく過ごしております。一日でも早くコロナが収束して、健友のいろいろな行事に参加できる日が早く来ることを楽しみにしております。皆様の元気な顔を早く見たいです。

松浦 勉

定年退職から10年、再任用終了から5年を経過し、区役所での日々を懐かしく思い出すことが多くなりました。1月に70歳（古希）を迎え、医療費が2割負担となり助かっています。高血圧、心房細動、緑内障、前立腺肥大などで病院通いは相変わらずですが、1日1.5〜2万歩のウォーキングで体調は悪くありません。「板橋史談」に現役時代の経験記を掲載してもらつていて、現在も「区政つれづれの記」のタイトルで連載中です。地元のアキバ東武市で民生委員・人権擁護委員、文化財保護審議会委員などを務め、地域に関わっています。仲間との農園作業や弦楽アンサンブルも楽しんでいますが、「旅行になかなか行けないのが残念に」思っています。

小林 時也

板橋区本町上町会の会長を10年以上やっています。又町会連合会の監事をやっています。コロナ禍の時代、会報の役割が大変重要であり情報を伝達して下さい。

難波 市雄

健友役員・事務局の皆様ご苦勞様です。

私事ですが、50数年ぶりに住み慣れた東京の亀戸を離れ、風光明媚な某所に転居しました。食べるものは何でも美味しく、空気がとても新鮮です。また、年間を通しての気候が居住するにとっても良

丸田 静枝

長野にイターン（都市部から出身地とは違う地方に移住して働くことを指します）して6年目の春を迎えました。市道に面した家ですが、1日に通る車は上下合わせて30台以下です。玄關を出て右を見れば彼方に北アルプスの白馬から蓮華岳がそびえ、左には地元の山、聖山が見えます。今は4月、アルプスは雪ですが、我が家の畑には、昨年秋季に植えた玉ネギ、ニンニク、ほうれん草、スナップエンドウ、先日植えたレタス、キャベツ、長ネギ・・・昨日は、ラディッシュを蒔くなどこれから夏にかけて種を蒔いたり、苗を植えたり、ここに来てから始めた畑仕事を楽しんでいます。

島田 あい

今年も健友総会及び他のサークルや旅行も中止、新型コロナウイルスに加え、変異型の拡大で3回目の緊急事態宣言、高齢の私は只々自粛の毎日、2年続きで同僚にも会えませんでした。季節は春たけなわですが、長丁場のコロナ禍を避け足腰の筋力維持をするため近くの公園でウォーキングしています。収束をじっと待つのみです。役員の皆様お世話になります。

細井 榮一

引き続き仲町地域センターに再任用で勤務しています。健友テニス部の練習にも励ん

でおりますので、今年もよろしく願います。

大塚 榮司

コロナ感染に注意をしながら生活しています。早くコロナ感染を気にせず生活したいですね。

大平 美千代

コロナという不気味なウイルスの暗躍に世界中が凍りついてから1年以上。ウイルスの特徴は少しづつ解明されつつも、未だ収束の気配は見えてきません。日本中、世界中に閉塞感が漂い、重苦しい毎日ですね。昔から、疱疹、ペスト、コレラ、麻疹、スペイン風邪、サース、マーズ等々、人類は感染症との闘いの歴史を生きてきましたが、その中でも超一級ほどの今回のコロナ禍です。なぜ今！と思いませんよ。でも、一度しかない私の人生、負けてたまるかと、今できることを予防対策し、工夫しつつ行っています。家の片づけ断捨離もかねて「メルカリ」に挑戦、図書館で小説の他にCD文庫を借りてウォークマンで聴取、山ほどある布地や着物地で、マスクやマスク袋、大中小の巾着袋作り、時には青空に誘われて近隣の町の富士山探しドライブ、平林寺の雑木林公園でマスクをしながらの健康体操（これがとても優れた体操で、体の隅々にまで、血が行き渡り、筋肉や筋がしっかり伸びるような気持ち良いものです）を週数回行う、等々、無理なくできることを楽しんでいます。今は「早くこいこい、

ワクチン注射」とばかり、肩を磨いています（笑）退職者会の皆さんがさびない（？）内に皆で元気でお会いしたいものです。

新村 信也

コロナのこともあり、行動範囲が狭まれています。最近バラ（5鉢）の育成に取り組んでいます。また、トマトやオクラも植えて、自分の日光浴時間の確保にも努めているところです。残り少ない人生を健やかに老いることを願って多方面に関心を拡げたいと思っています。

田村 孝裕

健康に気をつけて日々を過ごしております。

三邊 陽子

昨年の5月末より、母の体調のこともあり、実家に居ります（現在、富士市に居住中です）。冬の間、北陸の豪雪で、毎日のように雪かき、春になつての庭の草むしりも「まだ、寒いからいいわよー」の声に甘えていたら一面に草が被つており、細かな花を沢山付けていました。休日の散歩で、道草を楽しみ、足元の草花の写真を撮とり、野草図鑑で知らない名前を調べていたりした私にとっては、庭の草もなかなか楽しい眺めなのです。山草や樹木、茶花に親しみ庭を愛でたい母にとつては、不要な草です。暖かくなってきたので「生え、伸びる」と「抜く」のたたかいが始まります。

梅澤 輝男

会計年度任用職員として、区立小学校で学校事務に携わっています。近所の俳句サークルに入り、俳句を学んでいます。

的野 信一

再任用1年目、いきなり異動で大原生涯学習センターから成増生涯学習センターで勤務を始めました。といつても年度末に母が危篤で休みをいただいたので、まだ、戸惑いながら頑張っています。なかなか先が見えない状況ですが、よろしく願っています

矢島 富廣

長引くコロナ自粛に本棚から「日本の歴史・中公文庫・全26冊」を取り出し再読中です。併せて浦島伝説もある「日本書記・全30巻」を、図書館より「同名の岩波文庫（1）（5）」を借り受け読書中です。浦島は浦島子とあり、亀を釣り亀は女（おとめ）となり結ばれます。竜宮城も玉手箱も無い意外な展開です。古き世に魅せられています。

佐藤 昭弥

コロナ禍発生から400日以上経過し、様々な紙面で中止の文字が日増しに広がる生活の中で、コロナ疫病退散に繋がりに私にできるアクションはないかと考えた時、町内の重林寺境内にあるお地藏さんに願掛けに通うことが、朝の体操仲間と決まりウォーキングと兼ねて、自身の腰のケアをしながら続いています。こ



whether the pleasure of making a daisy-chain would be worth the trouble

was too dark to see anything; then she looked at the sides of the well, and noticed that they were filled with cupboards and book-shelves

loveliest garden you ever saw. How she longed to get out of it

さあ！！ 趣味部で会いましょう！！



カラオケ部 カラオケ部は休部！！残念！

いつから始まったか判らない程（記録はあり）長く先輩方から引き継がれてきたカラオケ部は、コロナウイルスの影響で活動ができません。昨年も休部状態でしたが今年は当初から休部せざるを得ないと決定しました。カラオケは室内で、音が出るので扉や窓は締めて、更に必要不可欠なマイクを使う。どれもウイルス蔓延に悪条件ばかりと世間の風当たりも強い活動の一つになってしまいました。女性部員が大半で女性歌手の歌が多い中、五木ひろし・三山ひろし・福田こうへい等の男性歌も難無くこなすメンバーの声が聞けない、お会い出来ないのは寂しい限りです。コロナが収まり静まり穏やかな日常を迎えて心おきなく活動出来る日を体力、ノド力鍛えて待っています。（カラオケ部一同）



テニス部 心も体も健康に！！

風そよぐ新緑の季節に、爽やかにテニスを楽しみませんか？
昨年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、合宿や親睦会などを開催することが出来ないままに1年余が過ぎました。それでも区立新河岸テニスコートで7月以降は月1回練習会を開催してきました。懇親を図ることは厳しい状況でしたが、通信を発行したり、SMSを駆使した情報のやり取りなども行ってきました。
今年度は発足5年目。練習会を充実していく予定です。コロナが収まり次第、毎月の練習会を中心に、年に2～3回は都会を離れて合宿や交流会を行います。のんびり試合を楽しみ、温泉と美味しい食事、そしてお酒を堪能したいと思っています。そのほか仕事をしている人にも参加可能な夜間に、懇親を深める会合も予定しています。
さあ、テニスを通して健康づくりをしましょう。新しい友を待っています。お試し参加も大歓迎です。



園芸部

室内や家周りで草花の世話を楽しんでいる人は多いと思います。園芸部では、草花に関心のある人が花の世話の経験や情報交換を通して容易にできる育て方を知る機会としながら、部員相互の親睦と健康増進を目指しております。例年の活動には、季節による草花を観察するため「植物園・花の名所」を訪ねる観察会、季節による草花の育て方講習会があります。
本年度の活動予定
・6月19日（土）講習会 鉢植え教室
・10月16日（土）観察会 神代植物園・深大寺
・11月20日（土）講習会 季節の花（花鉢配布）
・2月26日（土）観察会 浜離宮恩賜庭園（梅）
「鉢植え教室」は、講師指導の下、短時間で誰にでも簡単に作れるものです。観察会では、花苗や花鉢を入手できる機会もあり、施設職員やボランティア等による説明を通して知識の幅を広げる機会となると思います。部員以外の方で関心をお持ちの方は、事前に連絡をいただければ詳しいご案内をいたしますので、気軽に参加してみてください。



写真部 よい光をさがそう

“東風吹かば 匂いおこせよ 梅の花” 香りが春を告げる梅に始まり、次々に届く開花の知らせは香気運び青葉が茂る。この大切な刻に大敵コロナが蔓延し、自由を縛られたが「奇々怪々」ならぬ「喜々快々」なシニアを目指したいものだ。健友の皆さん「趣味の部お試し参加の制度」を活用し写真部の扉を訪ねてください。上手に写したい、この様な悩みにピンと合わせて、プロの写真家を撮影会にお迎えしてテクニックを学んでいます。その一コマを紹介します。“写真に相応しい光とは” 参考にしてみても如何ですか。光と影をどう捕らえるか、光の特長を確認してみましょう。被写体の周りが透きとおおり、美しさが倍増する逆光。光と影、双方を捉え立体感を出すには、斜光が一番と効果的です。後ろから差してくる順光は、影の部分は無く平面的に写りますが、色彩は奇麗に出ます。よい光は人に感動を与え琴線に触れます。朝・夕の時間帯を選んで逆光、斜光に挑戦をしてみましょう。



釣部

健友釣部は、川や湖での釣りや東京湾での船釣りを中心に活動しています。しかし昨年は、コロナ禍により、16回予定していた大会を全て中止しました。今年度も先行きが見えない状況ですが、幸いなことに我々高齢者は早めにワクチン接種ができそうなので、秋口には活動を再開し、10回程度の大会を開催したいと考えています。
しかしながら、当面は都県をまたがっての往来は自粛すべきとの考えから、都内か埼玉県内での川釣りをメインに活動する予定です。ハゼや川の小物がターゲットで、手軽な釣りとは言え数釣りが可能です。また、小物ではありますが、ハゼやモロコ（川の小物の一種）などは大変に美味しい魚です。天ぷらや唐揚げで冷たいビールを一杯というのも、まさしく釣人の特権ですね。
健友釣部は、もともと手軽で楽しい釣りがモットーですが、今年度は更に手軽な釣りがメインで、釣り入門には絶好です。興味のある方は気楽にお声掛けください。



ゴルフ部 健友ゴルフ部で一緒にしましょう

健友ゴルフ部の部員数は、現在、男性22名女性9名の計31名で、4・6・9・11月の年4回、コンペを開催し楽しくプレーをしています。
とは言ってもコロナの影響で、コンペを中止したりプレー後の懇親会をコーヒー一杯で切り上げている状況です。会報7月号が発行される時、社会はどうなっているのでしょうか。一日でも早い終息を祈るばかりです。
さて、ゴルフはこれまでの経験や知識をフル回転してティショットからカップインまで、いかに少ない打数でホールアウトするかを競う競技ですが、なかなか上手く行きません。
倉本プロは「90を切るゴルフ」で教えます。「ピンではなくグリーンの中央を狙うのがセオリー」だと。否、我々（私）はガードバンカーのすぐ上にカップが切られていてもピン狙い。上がってみればダボやトリプル。何事も挑戦です。80切りを狙っているのです。上手くいったことが忘れられないのです。
江連忠プロコーチは「長い間ゴルフを続けてきたのに、いまだに納得できるプレーができないとお嘆きの方、決して遅くはありません。」出直しゴルフに挑戦してみてください。きっと、あなたのゴルフは見違えるまでの進化を遂げています。目標に対して素直に立ち、素直に振る。これが出直しゴルフの第一歩です」と。なぜか素直になれないのです。
タイガーウッズは、マスターズの12番ショートホールで10打叩いた後のインタビューで「ゴルフは孤独だ」と言ったそうです。
健友ゴルフは違います。同伴競技者ですが、時にはパートナーとして楽しくプレーをしています。ぜひあなたも健友ゴルフ部で一緒にしましょう。部員一同、あなたの入部をお待ちしています。
健友会員は勿論、未会員の「お試し参加」も大歓迎です。
*写真は、平成31年4月第113回コンペ時のものです。

囲碁部 囲碁に心得のある方、是非入部を考えてみませんか

囲碁部の活動内容をご紹介します。活動日は原則第2水曜日で、会場は常時グリーンホールです。
①月例会 年8回（8月・2月は休会）自由参加
②大会 年2回（9月・3月）ハガキで事前通知
③大会後の懇親会等年3回です。昨年度は、コロナ感染の影響で自粛しました。今年度は、予定の部活動ができることを願っています。
・月例会は、手すきの方と誰とでも、何局でも自由に対局でき勝敗の結果は「勝ち点」に反映します。
・大会は年2回実施。対戦相手は抽選で決め、対局は4戦し、勝率等で公正に順位を決めています。「持ち点」によるハンデ戦なので全員に優勝のチャンスがあり、成績上位者には副賞も用意されています。囲碁に心得のある方、是非入部を考えてください。懐かしい基敵に会えるかもしれません。入部は常時可能で、「お試し参加」も歓迎です。棋力は自己申告で、「持ち点」決めています。初心者・高段者・女性の方、連絡くださいお待ちしております。



健歩部 自然の中で健康と親睦！！

健歩部は、「自然の中で健康と親睦！」をモットーに、里山、史跡、名園などへのウォーキング及び七福神巡りを年6回行っています。今年度は、新型コロナの関係で実施が10月からになり、次の4回になります。
①10月23日（土）湧水と名水の南沢湧水群と落合川を歩く（東久留米市）
*西武線東久留米駅～南沢水川神社～竹林公園～落合川～東久留米駅 約5km
*今回は、「オープン参加ディ」として板橋区の退職者であればどなたでも参加できます。
②11月25日（木）武蔵野公園と野川公園を歩く（小金井市）
*中央線東小金井駅～武蔵野公園～野川公園～往路戻り 約6km
③1月6日（木）雑司ヶ谷七福神巡り（豊島区）
*東京メトロ護国寺前駅～七福神～池袋駅
④3月2日（水）招き猫の豪徳寺と梅の名園羽根木公園を歩く（世田谷区）
*小田急線豪徳寺駅～豪徳寺～羽根木公園～梅ヶ丘駅 約5.5km
歩く時間は概ね2～3時間程度で、ゆっくりのペースですので、ご安心ください。
「オープン参加ディ」に限らず、どの回も「お試し参加」という制度もありますので、雰囲気などを感じていただくためにお気軽にご参加ください。



麻雀部 よみがえれ、楽しい日々！

昨年度の健友麻雀部は、新型コロナウイルス感染拡大の影響によって、年8回の麻雀大会を全て中止にせざるを得ず休部状態となってしまいました。脳を活性化して健康維持・増進を図るという部の目的に沿った活動としてわずかにできたのは、「何を切って何待ちにする？」という郵送による麻雀クイズだけでした。
麻雀の特性として、4人で向かい合って、用具を共有して競技を進めるという点があります。麻雀店を感染源としたクラスターの発生は今のところありませんが、十分なウイルス感染防止措置が必要です。
マスク着用、手指や用具の消毒、室内換気の強化、会話の抑制など対策を講じたうえで令和3年度は7回の麻雀大会開催を予定しています。皆様の参加・入部を部員一同お待ちしておりますのでご希望の方はご連絡ください。
●直近の麻雀大会開催 = 7月28日（水）12時



民謡部

東京音頭・花笠音頭・身近な民謡を一緒に唄ってみませんか♪

昨年は、コロナの感染症による緊急事態宣言が発令され、ほとんど活動ができませんでした。特に私達民謡部にとって声を出すことが主体です。そのこと事態が自粛されましたので緊急事態宣言が発令されている期間は活動を中止いたしました。他区との交流会で毎年行われていた発表会も中止いたしました。趣味として楽しみにしていたことが欠けた1年だったように思います。コロナが収束した時分には、この1年分の思いが発散できたら最高と思っています。民謡は、歌から“ふるさと”が感じ取れるとも言われています。
日本古来の楽器の三味線、尺八、太鼓・・・このリズムの魅力に引かれ民謡を唄っていますが、若い世代には響き渡らないのが現状です。それぞれの時代に当てはまった音楽に親しみを感じ、味わうのも良いでしょう。私たちの時代は、やはり心の中に雄大な山・川・大地・海・・・生まれながらの自然あふれた“ふるさと”があります。
年齢を重ねるたびに、恋しくもなり、またこの年齢だからこそ味わえる“ふるさと”があるのです。私たちは、一人でも多くの方を募集しています。「民謡」・・・ちょっと難しいワ！と思っている方、普段なにげなく耳にする歌から始めてみましょう。みんなで一緒に唄うことで自然に覚えてきます。お腹から声をだす。健康的ですよ！是非見学いらしてください。大歓迎です。



連絡等の問い合わせは、
退職者会事務局へ
電話 = 03-3579-2749

新会員さんいらっしゃーい!!

『入会のご挨拶』

管野 隆行

健友の会員の皆様 こんにちは。

一昨年度33年間の現役生活を終え定年退職を迎え、この度晴れて「健友」の仲間入りさせていただきました。

顧みれば、高校卒業と同時に自分が小学校1年生の時に列車事故で殉職した父の後を受け継いで国鉄職員となり、一生故郷で過ごす人生設計を描いておりました。

自分の故郷は北海道の滝川市という所で、札幌と旭川のおよそ中間地点にあり、冬は豪雪地帯の人口約5万人の町に住んでおりました。

国鉄といえば、その頃、国鉄に就職したら将来安泰だねと、誰もが語っていた安定した就職先でした。

しかし、自分が27歳の時、国鉄が分割・民営化され現在のJRとなった時に、国が余剰人員を抱えていた国鉄職員の再就職先として様々な自治体の採用試験を行い、自分も一念発起し列車と青函連絡船（現在は廃止）を乗り継いで東京に何度か試験を受けにきて、運良く今の板橋区役所に入ることができました。

右も左もわからない東京暮らしは、最初かなりとまどいましたが、当時福利係にいらった宮川さん、日向さんの優しさや、最初に配属された防災課の安井課長（後の副区長）、大丸、西田、椎野係長らに鍛えられ何とか区役所生活を順調に過ごすことができました。こうして無事区役所生活を終えられたのも、その頃の皆様のお陰だと今でも感謝しております。

現在（いま）は、東京に出てきた時に2歳だった娘も間もなく36歳となり、息子も33歳になります。妻、娘、息子に「オヤジ」と呼ばれ、3人の孫たちには「じいじ」と呼ばれる日々を過ごしております。（笑）趣味はと言いますと、学生時代から続け

ていたサッカーを今でも40歳以上のシニア、50歳以上のスーパーシニアチームで年に数回の試合で汗を流しています。やはり普段から足腰を鍛えないと老化が進みますから。

さて、令和3年度を迎えましたが、依然新型コロナウイルスの脅威にさらされ、マスクのいらない生活ができるまでにはまだまだ時間がかかりそうですし、東京で行われる全世界が注目するオリンピック・パラリンピックの開催も未だ不透明な状況となっています。（この記事が掲載される頃にはアスリート達の活躍が見られれば良いのですが・・・）

健友の会報を読みますと、皆様の活動も限られたものしか実施出来ず、忸怩たる思いは察するに余りあります。また、今年の春には健友が40周年を迎えられたという事で、本来ならば大々的なお祝い会を催す予定だったのではないかと思います。こちらにもなかなか盛大に挙行することは叶わないのかなと思われ、皆様のお気持ちはいかにばかりかと・・・。

いつになったら通常の行事が出来るのかは未知な状況ではありますが、いずれ何かの機会に皆様とお会いして、ぜひ交流をお図りしたいと思っております。

最後になりますが、会員皆様の益々のご健康とご活躍をお祈りするとともに、健友のさらなるご発展を願いまして、新人としてのご挨拶とさせていただきます。皆様、どうぞよろしく願います。



連載

「夏は素麺」



夏は素麺。非日常の細ねぎを薬味にと奮発。根をベラン

ダ鉢に植えればいいことがあるかもと、連れ合いに託した。翌朝の私は驚愕で口は半開き脱力半端ない状態に。2・3個纏めて土に押込み、無残にネギの根がむき出しのもの。30年以上付き合っているのに、まだまだ新しい彼を見せてくれるのだ。朝から落胆と離婚がよぎる。

さて近所の主婦は花友、「バラに名前があつて、これ「ペツ シュボンボン」あれ「スカボロ・フェア」よ。ほらパセリ・セイジ・ローズマリーもね。友人の娘さん十代で亡くなってね。命名権でバラに娘さんの名前をつけたの、そしたら元気なバラで今は庭いっぱいよ」弾む会話に朝の怒りがゆるゆる解けてゆく。

貴方の日常のこともお聞かせ下さいませんか。

さて、2021年度、役員メンバーも多少入れ代わり、副会長が2人新任となりました。会長は、引き続きホームページ拡充中。健友会報やホームページを活用して交流と応援をよろしくお願いします。

事業部 小城 恭子

健友のホームページを開設しました。

最初は、月1回の内容の更新からスタートし、徐々に更新の頻度を増やしていきます。詳細は別紙のとおりです。

アドレス = <https://itabashikenyuu.tokyo>

QRコード =



計報

成瀬 幸雄	87歳	令和2年5月24日逝去
吉田登代美	83歳	令和2年11月11日逝去
白井 善平	95歳	令和2年12月26日逝去
吉松 章	89歳	令和3年1月24日逝去
春日井 正	79歳	令和3年1月29日逝去
海野 米子	94歳	令和3年1月31日逝去
山田 治	69歳	令和3年2月2日逝去
松戸 哲朗	84歳	令和3年2月10日逝去
柿田 仁司	95歳	令和3年4月19日逝去
田辺 達也	85歳	令和3年5月12日逝去
大口善次郎	95歳	令和3年6月1日逝去
石塚 輝雄	93歳	令和3年6月10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。

健友掲示板



●秋の日帰り旅行

日時 11月9日（火）
行先 未定
定員 80人
参加費 8千円
申込方法 ハガキ

●退職者会

創立40周年記念事業
日時 10月14日（木）
会場 区立文化会館 大会議室（4階）
参加費 4千円

※旅行・記念事業ともに、コロナ禍において事業の中止等があり得ます。詳細は9月中旬発送予定の案内をご覧ください。

●新入会員の紹介

令和3年6月末まで27名の方が新たに入会いたしました。詳細は、6月中旬に送付いたしました総会資料の26ページをご覧ください。

編集後記

先日、ある放送番組の中で出演者が「ストレスを減らすためには、人と接しないことに限る。」と語っていた。そういえば、コロナ禍で殆ど人と接していないので、あまりストレスを感じなくなった代わりに、フレイル（加齢による虚弱・老化）が加速したように思う。ボケ防止のためには「きょういく（今日行くところ）」「きょうよう（今日の用事）」が必要と言われている。これからは「きょうかい（今日会う人）」も加えて、予定表に書き込める日をじつと待つとしよう。

「健友俳壇15回」は、別紙掲載とさせていただきます。☆各ページのイラストは、坂本富江さんが描きました。

板橋区退職者会事務局

場所 板橋区役所9階
正面玄関前エレベーター
トイレ左奥
「総務課分室」
※水曜日休み
住所 〒173-8501
板橋区板橋2-66-1
総務課内
電話



03-3579-2749