

☆地元の自治会長を15年勤めておりました。自治会

★足が悪く杖を使つての生活でなかなか外出が出来ていません。上半身は大変元気です。皆様のご健康をお祈り申し上げます。(梅澤輝男)

☆山歩きが好きで、自宅周辺の奥武藏の山々でハイキングを楽しんでいます。「俳句とおしゃべりの会」に参加して俳句を詠み、交流を深めております。

(内田晋)

★田植の準備で忙しい時期となりました。

(宇治川恒夫)

☆卒寿を迎える年になります。大師会も鬼籍に入り中山茂さんと私で約半世紀に亘続けています。

(植竹佳隆)

★先日運転免許証更新のための「認知機能検査」のお知らせが届きました。高齢者の運転事故が取りざたされることが多いと思いますが、安全運転を心がけ更新することにしました。(植竹佳隆)

(大平美千代)

☆卒寿を迎える年になります。大師会も鬼籍に入り中山茂さんと私で約半世紀に亘続けています。

(縣久夫)

★3月から特養で働いています。健康のありがたさを痛切に思う毎日です。(伊藤智恵)

(稻垣千恵子)

☆この4月から社寺総代という神社と寺の世話役を仰せつかりました。私的には毎日5km前後のウォーキングで健康を保っています。(新井正)

(天野福久)

★退職者会の園芸部に入会しており、花の配布、観察会、4月は藤の花見学があり楽しみにしています。

(遠藤康二)

☆去年夏に新型コロナに感染しましたが、今は回復し元気でいます。(縣久夫)

(小林時也)

★退職者会の園芸部に入会しており、花の配布、観察会、4月は藤の花見学があり楽しみにしています。(遠藤康二)

(北川容子)

皆様より寄せられたお便り59名全員を掲載いたしました。(文字数の調整の為、文面の一部を割愛させて頂いた個所があります。ご了承ください)

たくさんのお便り有難うございます!!

健友珈琲館



行かれる皆様が羨ましい次第です。(川口義忠)

療の甲斐あつて現在は杖無しで歩ける様になりました。(田村久仁子)

(田村孝裕)

(堀野勉)

(丸岡義勝)

(牧野新子)

(坂田伸雄)

(松浦勉)

(松崎ケイ子)

(中村泰之)

(永山加秀)

(佐藤雅子)

(川口義忠)

(田村久仁子)

(北川容子)

(遠藤康二)

(小林時也)

(北川容子)

(遠藤康二)



リレー随想

近況報告もろもろ

丸山 弘

480名の健友会員の皆さま、初めまして、あるいはご無沙汰しております。

その1 マルヤマつて何ものだ

マルヤマは、昭和32年1月生まれ、67歳の若輩者です。板橋区には昭和54年4月に入戸しました。

当時の熊野出張所（以下当時の名称です）を振り出しに、経理課契約係、今はなき消費生活課、企画課、広報課、監査委員事務局、交通対策課、区政情報課、戸籍住民課、介護保険課、再任用職員として観光協会、旧工場ビルに勤務しました。

当時の上司の皆さん、同僚の皆さん、関係各課の皆さん、いろいろとお世話になりました。この場をお借りして改めて感謝申し上げます。

その2 マルヤマつて何處に住んでるの

マルヤマは、千葉県流山市在住です。現役時代は、板橋区役所まで1時間15分の遠距離通勤でした。

流山市の売りは、「母になるなら流山、父になるなら流山」、子育て世代の呼び込みに力をいれ、人口20万人を超えるました。板橋区とは異なり、新興住宅地を中心ですが、それなりに住みやすいところです。

その3 マルヤマ今なにしてる

マルヤマは、週4回地元でテニスをしています。月水金の3回はシルバーチームで、土は現役勤労者チームで活動しています。

60代から80代までの現役シルバーチームでは、花の60代と呼ばれ、30代から60代までの現役チームでは長老です。

年長は、マルヤマより20歳先輩です。健康寿命の延伸に努め、これから20年現役で活動したいです！

健友趣味部のテニス写真は、マルヤマ家のネコたちと、今年の4月に旅したセブ島のジンベイザメツのものです。

部でも、毎月新河岸テニスコートで開催される練習会に参加しています。練習後の飲み会も楽しみに。

その4 マルヤマつてテニスだけ

マルヤマは、地元自治会の副会長も仰せつかっています。定年退職時から8年目になります。新興住宅地とあって、戸建て住宅を中心に約1400世帯の会員がいます。夏祭り、餅つき大会など、従来からのイベントに加え、フードドライブ、子供服交換会、地域中核病院との連携講座など新たな取り組みも行っています。地域コミュニティの活性化のため、微力ではありますが、今後もガンバッてまいります。

その5 ネコのはなし

今回のリレー随想にあたって、健友の担当さんから「愛猫」のことでも良いとお話しをいただき、快諾いたしました。このため、ネコのはなしです。妻の友人が保護ネコ活動をおこなっていたことから、現在2匹いるねこの母は「飼い主のいない猫」です。生まれてすぐ保護され、姉妹で我が家に来て10年になります。

ネコその1は、マルヤマの再任用1年目に尿管結石を発症し、これまで4回の手術を行いました。発症から7年経過した現在も、週2回の点滴（マルヤマがやります）と1日2錠の腎臓薬、4か月に1度の検査が必要です。

保険も効きませんので、ネコの医療費は大変ですがマルヤマやその妻、娘たちは多少の持病はあります、それなりに健康ですので、家計は何とかなっています。

その6 この随想つてリレーするの

マルヤマは、次回の執筆者を指名しないことで、今回のお話をお受けしました。健友の担当さん、よろしくお願いします。

健友会員の皆さん、締まらない話にお付き合いをいただき、ありがとうございました。

趣味☆活はじめませんか

沢山の会員の方が魅力ある事業に参加し、楽しんでいます。
お試し体験も大歓迎!! 詳しくはホームページをご覧ください。



囲碁将棋部
(24名)



ゴルフ部
(28名)



写真部
(11名)



マージャン部
(29名)

テニス部
(18名)



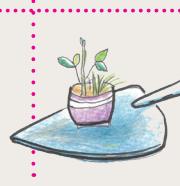
釣部
(22名)



民謡部
(12名)



健歩部
(66名)



園芸部
(12名)

健友ホームページ 投稿大募集!!



健友ホームページを随時更新中。是非、覗いてみてください。
新アドレス = <https://itabashikenyuu.tokyo/index/>

◀スマートフォンをお持ちの方は左のQRを読み込んで頂ければホームページにアクセスできます。

☆会員の皆さんの投稿をお待ちしております。近況や趣味に関するご投稿は、下記アドレスへお願いいたします。

So-taisyokusyakai @ city.itabashi.tokyo.jp

新会員さんいらっしゃい!!

退職者会健友入会のご挨拶

浅賀俊之

本年3月末をもって41年間の公務員人生を卒業し、健友に入会させていただくことになりました。末永くよろしくお願いいたします。

入会に際し、略歴と共に簡単な自己紹介をさせていただきます。

私は昭和58年にⅢ類で採用され、体育課、情報処理課（情報システム課）、区議会事務局、国保年金課、政策企画課、住宅政策課に配属され、平成21年からは管理職としてIT推進課長、新しい学校づくり担当課長、防災対策担当課長、清掃リサイクル課長、生涯学習課長、赤塚福祉事務所長、板橋福祉事務所長、国保年金課長を務めさせていただきました。60歳の節目を迎えて、令和6年度からの定年延長制度で61歳までは勤務可能になりましたが、次代を担う優秀な管理職候補生たちに道

を譲るため板橋区役所を退職することを選択いたしました。

在職中は多くの先輩方や、仲間たちに支えていただき、沢山の思い出を作ることができました。主なものとしては、区役所本庁舎9階から情報処理センターへの情報処理課の移転、政策企画課では反対住民を根気よく説得して成し遂げた環状8号線開通に伴うバス停の新設、防災対策担当課では東日本大震災を受けて毎回100枚を超える一般質問の答弁書の嵐、清掃リサイクル課では日本初となる資源持ち去りへの罰金50万円を課する条例の制定など、非常に大変な仕事ではありましたが今となっては良い思い出として記憶に残っています。

卒業までの7年間は赤塚福祉事務所、板橋福祉事務所、国保年金課といった巨大組織に配置され、様々なこ

とを経験しました。区民生活に直結する課題が多いことから議会からの関心が高く、議会答弁では苦勞が絶えませんでした。また、窓口や電話では日々区民の怒号が聞こえる毎日で、職員の疲弊は深刻なものでした。各係長と連携して職員をサポートしつつ、組織の規律も維持していくことは難しいものでしたが、幸いにも優秀なスタッフに恵まれ、精神的に不安定になりがちな職員も落ち着ける職場に近づけることができたと思っています。波瀾万丈の公務員人生には終止符を打ちましたが、在職中からボランティア活動として車椅子の方の移動支援を手伝ってきた経験や、福祉事務所等で見聞きしたハンディキャップを持つ方の移送の困難さを踏まえ、4月に個人事業主として介護タクシーを開業いたしました。今後も気力と体力が続く限り地域に貢献して参ります。

特集

健友春の日帰りバスの旅

植竹佳隆

3月6日、健友春の日帰り旅行に参加しました。グリーンホール前に8時集合でした。3月とはいえた冬を感じさせる小雨が降るとても寒い朝でした。

集合時間になつてもお見えにならない1名の方がいましたが、連絡がつかないため出発することとなりました。日にちを勘違いしたり、体調不良により急遽不参加となる方が出るのは、我々高齢者ではやむをえないことと思いますが残念ですね。

それでは、午後からの天気回復を願い出発です。

副会長のあいさつ、東日添乗員からのコース案内、旅行部役員紹介等がありました。今日の参加者は、38名です。

最初の目的地は、千葉県佐原の伊能忠敬記念館です。

首都高速・東関東自動車道を走り、酒々井で休憩、佐原香取ICで高速を降り、一般道へ。途中車窓から香取神宮の門を参拝し佐原到着。

伊能忠敬記念館入場です。伊能忠敬は、50歳を過ぎてから日本全国を測量して歩き、わが国最初の目的地は、千葉県佐原の伊能忠敬記念館です。

伊能忠敬は、50歳までの前半生の紹介、全國測量の行程紹介、数々の伊能忠敬紹介、実際に使用した測量器具（国宝）の展示。ビデオによる映像での解説がありました。測量図は正確で芸術的な美しさも備えているとのことで、その功績には感心しました。参加者の皆さんも熱心に見学していました。

11時30分小野川観光船乗船場の桶橋（ジャージャー橋）へ急ぎ橋下の桶から小野川にジャージャー？滝のように流れ落ちる水を鑑賞。

町の中は、小雨のためあまり散策できませんでしたが、町の中央を流れる小野川沿いは「小江戸」とも称される佐原の風情ある町並を見ることができました。



バス旅の思い出

伊能忠敬旧宅は、小野川沿いにあり当時の生活を想像できました。バス駐車場への帰り道に町並み交流館を見学後乗車。天候がよけいな朝になりました。

次の目的地は、昼食場所（お腹がすきました）、犬吠埼灯台を目指します。

岬近くになり、海を見ると、風の強さで大きなうねりの荒波が次々と立ち海岸近くの岩場に打ち砕ける波でさらに白波が見える風景はなかなか見ることがなく一見の風情がありました。

犬吠埼灯台となりのお食事処なぎさやで昼食です。お刺身盛り、カレイ煮つけ、いわし蒲焼、いわしつみれ鍋には火が付いて早速いただきます。テーブルのあちらこちらでお酒を酌み交わし談笑する方、黙々と料理を食する方等和やかな雰囲気でした。ビール？も、料理も美味しかったですよ。

食後灯台展望見学を予定していましたが、強風のため不可となりました。

バスを出発し最後の目的地、道の駅季楽里あさひへ。

今回のコース予定が終了です。一路板橋へ向かいます。雨も上がり、都内に入ると出発時の大朝は雨雲で見えなかつたスカイツリーが夕闇の中でイルミネーションでひかり「お帰りなさい」と呼び掛けているかのようでした。無事板橋区役所前へ到着です。

今回の旅行では、手作り参加者リボンがオス案内、旅行部役員紹介等がありました。今

日の参加者は、38名です。

最初の目的地は、千葉県佐原の伊能忠敬記念館です。

首都高速・東関東自動車道を走り、酒々井で休憩、佐原香取ICで高速を降り、一般道へ。途中車窓から香取神宮の門を参拝し佐原到着。

伊能忠敬記念館入場です。伊能忠敬は、50歳を過ぎてから日本全国を測量して歩き、わが国最初の目的地は、千葉県佐原の伊能忠敬記念館です。

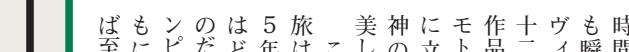
伊能忠敬は、50歳までの前半生の紹介、全國測量の行程紹介、数々の伊能忠敬紹介、実際に使用した測量器具（国宝）の展示。ビデオによる映像での解説がありました。測量図は正確で芸術的な美しさも備えているとのことで、その功績には感心しました。参加者の皆さんも熱心に見学していました。

11時30分小野川観光船乗船場の桶橋（ジャージャー橋）へ急ぎ橋下の桶から小野川にジャージャー？滝のように流れ落ちる水を鑑賞。

町の中は、小雨のためあまり散策できませんでしたが、町の中央を流れる小野川沿いは「小江戸」とも称される佐原の風情ある町並を見ることができました。



バス旅の思い出



木もれび抄

パリ五輪を目前に

(コロナ禍直前のパリ)

細井 築一

大塚 やい子 91歳

令和5年8月17日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年11月19日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年12月11日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

権名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去

椎名 好江 86歳

令和6年4月30日逝去

細井 築一

令和6年8月24日逝去

大塚 やい子 91歳

令和5年11月19日逝去

長谷川 道子 76歳

令和5年12月11日逝去

布施 明郎 92歳

令和5年11月19日逝去

本多 重行 82歳

令和6年2月6日逝去

小山 正直 89歳

令和6年3月20日逝去