



# 健友

けんゆう

板橋区退職者会会報

第95号

現在の会員数 439名

1月号

(令和8年)  
2026.1.1発行 板橋区退職者会  
編集 会報部板橋区長  
**坂本 健**板橋区退職者会 会長  
**田中 範行**

## 未来をひらく 緑と文化のかがやくまち”板橋“

新年、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おかれましては、穏やかな新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

日頃より、退職者会の皆様には、長年培われた経験と知識を活かし、区政へのご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。退職者会におかれましては、様々な行事や趣味部の活動を通じて会員の皆様の親睦を深められていると伺っております。特に昨年は、未加入の退職者の方々への「お試し参加」の取組など、会の活性化に向けた新たな

ことは、役員の皆さんと様々な事業に参加された会員の皆様のご協力のおかげであります。2026年は「丙午（ひのえうま）」の年で、丙午は干支の組み合せによって60年に一度巡ってくる年です。情熱的で力強く、物事が大きく進展する年になるとされています。

私の干支であります巳年はアツという間

## 健友の輪を広げる年に

会員の皆様には、健やかに新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

令和7年度の事業も順調に進んでおりまして、心より感謝申し上げます。

2026年は「丙午（ひのえうま）」の年で、丙午は干支の組み合せによって60年に一度巡ってくる年です。情熱的で力強く、物事が大きく進展する年になるとされています。

話は変わりますが、この原稿を執筆しているのは11月初旬です。昨日終った米大リーグのワールドシリーズは大谷翔平、山本由伸、佐々木朗希の日本人三選手の大活躍により、ジャイアーズが制覇し、山本選手が誰もが認める圧巻の投球でMVPに輝きました。皆さんもテレビ中継にくぎ付けになつたことだと思います。来季も大活躍することを楽しみにしています。

さて健友は今年の春に創立45周年を迎える。しかし、定年制度の改正等の影響もあり、会員数が年々減少しています。そのため健友会員増強の方策を検討する7名

のメンバーによる検討会を設置しました。

その中で、健

友45周年に合わせて令和8年度を会員獲得強化の年と位置づけ、各事業・活動において会員の勧誘を目的とした事業を開催し、入会促進を図ついくこととしました。創意工夫をしながら何でもやってみて、少しでも会員が増加することを期待しています。

健友は今まで板橋ウォーキング大会のお手伝い、選挙立会人への会員紹介等を行つてまいりましたが、令和7年度から危機管理対応員（防災宿日直）への協力を開始しました。板橋区の事業に協力することにより、結びつきを強め、健友事業が幅広く発展してほしいと思います。

未筆になりますが、健友の活動にご理解ご協力をいただいている坂本区長をはじめ

板橋区役所の皆様に感謝申し上げるとともに、会員の皆様のご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

昭和の桜といえば、ソメイヨシノが代表的な品種である。ところが、そのソメイヨシノの寿命は60年あまり。今、戦後に植えられた桜の多くは寿命を迎えている。また、一か所の節から小枝が鳥の巣のように放射状に出る天狗巣病という不治の病にかかりている木も多い。ソメイヨシノの場合は、まるで私たちの世代の人間にも当たるようを感じる。

日本花の会では、次代の桜として神代曙（ジンダニアケボノ）という神代植物公園で発見された品種を推薦している。ソメイヨシノより少し小型で若干ピンクが濃いという。開花も少し早い。きっと、ソメイヨシノは神代曙に時間かけて変わっていくのだろう。調べてみると、既に国立劇場前の桜並木は、神代曙に変わっているという。

一方で、区を取り巻く社会環境は急速に変化しており、基本構想で掲げた将来像実現の道のりには、退職者会の皆様の豊かな経験に基づくご助言とお力添えが不可欠です。引き続き、区政へのご支援・ご協力をお願い申し上げます。

結びに、退職者会のご発展と、会員並びにご家族の皆様のますますのご多幸とご健

康をお祈りし、年頭のご挨拶といたします。

また、昭和50年から区民に親しまれている区立こども動物園も、草屋根を取り入れた自然共生型の空間づくりと、子どもたちの居場所としての機能が評価され、同じくグッズの販売も実現しました。高台まちづくりを柱とした水害に強い都市型物流施設として評価されたものです。

今年もあとわずかで桜の時期を迎える。日本人は桜が好きだ。俳句の季語の「花」は桜を指すぐらいだ。昔、大学受験で合否発表を見に行けない地方の受験者は、電報を頼んだ。合格の場合は、サクラサクが標準的だった。不合格の場合はハナチル。北大を落とした友人は、ツガルカイキョウナミタカシだったそ

うだが・・・

宴會のため、上野の山で朝から場所取りをしたことがあります。職場の仲間での花見宴會はもう出来ないが、この春には、冥途の土産に新しい桜の見物ぐらいはしたいものである。

## 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」  
・水曜日休み

住所：〒173-8501  
板橋区板橋2-66-1 総務課内  
電話：03-3579-2749

令和に生きる  
茂木良一

**20年後も健康で生きるために**

三邊 陽子 昭和29年(72歳)

介護にコロナ、酷暑に冬の積雪量と、家に籠る生活で社会との繋がりが希薄になる。

少しでも落ち零れず関心を広げられるようにと、市民向け講座に申し込み、参加した。

数年間は『生活の中の和漢薬』だったが、昨年より大学の講座も受講するようになり、学生の時以来の化学式などにわくわくしている。自然科学・脳機能・和漢医薬学と、内容は難しいが質問にも答えてもらえる。長期の深い研究と、広い領域をカバーしている教授陣の講義を聴く事ができるだけでも楽しい。

様様な角度や観点から考えることができ、心と脳にはとても良い刺激になっている。

**旨年を迎えて**

猪俣 正伸 昭和29年(72歳)

70代を過ぎますと、自分自身や周囲で多くの「事柄」が多発しているようです。今更ながら健康のありがたさを痛感しています。

幸い脚力（馬力）は人並みのようで、いまだに幕営山行を楽しんでいます。昨年は青海黒姫山や横尾山など、地味でも景観を堪能できる山を訪問しました。テント生活がいつまでできるかですが、歩ける限りは頑張ります。

長期の縦走は無理でも、夜の静寂の中での旨酒や朝霧に覆われての旨珈琲が味わえる瞬間は、至福そのものです。運が良ければ山の恵みにも預かれます。なめこの鍋物や山ウド、姫芋など旨々の馳走が待っています。

今年も旨年全開です。（熊さん注意で）

**寄る年波**

花井 敏次 昭和29年(72歳)

若い頃には、6回目の年男を迎えることなど想像もしていなかった。今では、ご多分に漏れず、高血圧に糖尿病、中性脂肪といった成人病を抱え、朝起きると体のあちこちに謎の痛みが。

そんな私の日課は、近くの公園で1時間のウォーキング、後はテレビを観て過ごしている。

耳が遠くなり大音量になったテレビの前で、大谷選手の活躍に心躍らせ、卑怯な犯罪の報道に憤慨している。一方で、今どきの音楽は早口で聞き取れない。グループ名も覚えられないし、皆同じ顔に見えて識別できず、時折やるせない気持になっている。

以前は読書の時間もあったが、老眼が進みそれも億劫になってしまった。

それでも食欲だけは健在で、ボケ防止のため、安くてもうまいランチを求めて極力外に出るようにしている。

**合同同期会**

堺 ヒサ子 昭和17年(84歳)

中学校の周年記念に同窓会として記念品を贈るため、同窓会を合同で行い、資金を集めることになりました。それで始まったのが第1期から第10期までの「合同同期会」でした。私も幹事に参り皆で同窓会名簿を整理し、「合同同期会」開催案内に「寄附」のお願いを加えて出席を呼びかけました。寄附のみの申し出もあり、大勢の方々から協力を頂き、学校から希望された「ひな壇」を贈呈することができました。この時50周年でした。この「合同同期会」は今も継続（当然寄附募集はありません）、コロナ禍で中断後令和5年再開、2年に1度で、令和7年も開催し、今は29期までに広がっています。因みに令和6年度の卒業式は、第76回でした。

**私の1週間の過ごし方**

日野原 志津江 昭和5年(96歳)

1年を通して毎朝6時30分から、地域にある公園で、ご近所の皆さんと一緒にラジオ体操を続けています。

趣味である俳句を1日1句作っています。今年も健友俳壇に投稿できるように励みたいと思っております。

毎月曜日には加賀のシルバーピアに行くことになりました。シルバーピアには大勢の人が集まり、雑談をしたり、お茶を飲んでぎやかに過ごしています。昼食も出ますので楽しいです。

火・金曜日は「ゆず」という施設に行き、筋肉運動をして過ごします。

水・木・土・日曜日は、特に予定はありません。

私の1週間は、その程度です。

年女の今年も、楽しく過ごせるようにがんばります。

**自然の神秘、発見の楽しみ**

杉浦 美津子 昭和29年(72歳)

年齢はプラス。体力はマイナスの現状ですが、日々元気に過ごしたいものです。

父が植物好きな為、幼い時から植物に囲まれた環境にありました。当時は草むしりの記憶が残っていますが、1つだけ大人になって分かった事があります。

夜、父が「今日は早く寝ないで起きているんだよ」と言います。何だろうと思ったら植物の花のつぼみが、時間と共に少しづつ開き大輪の白い花を咲かせました。

当時は分かりませんでしたが、「月下美人」だったようです。父は子供達に見せたかったのでしょうか。今になって思い出します。

私は、定年になって自然に目が向くようになり更にカメラを持ってからは自然の神秘、発見があり楽しくなりました。

これからも元気でより多く、様々な自然との出会いを楽しみたいと思います。

**72歳、私のあれこれ**

大脇 美矢子 昭和29年(72歳)

72歳、私のあれこれです。

①ゴルフ 歴20数年、相変わらずヘタだが、稀にナイショットがあるのでやめられない。

②ネイル ネイリストの真似事をして10年余。喜んでもらえることが、私の喜び。

③猫 3年前、小豆沢公園で保護された2匹の子猫がうちに来た。私を笑顔にてくれる。

④太極拳 始めて1年半思ったより難しい。道のりは遠い。

⑤ラテン 無謀にもラテンフィットネスを始めた。足はもつれ、ステップも覚えられないが、リズムにのって動くのが何とも楽しい。

こんなことをしつつ、今日に感謝し明日も良い日であるよう願って1日を終わらせています。

**的に向かい金的を狙って**

鈴木 素直 昭和29年(72歳)

学生時代から続けていたものの、遠ざかっていたアーチェリーの練習を60歳の定年を機にまた始めた。

オリンピック選手と同じ弓具を新しく揃え、板橋区立洋弓場に通った。射場では昔の弓友に再会し一緒に的にに向かった。学生の合宿にも参加して若い後輩との交流もできた。アーチェリーを再開してよかった。

2年前からは「リカーブ部門」から、照準器やスタビライザーを使わない「ペアボウ」を始めた。矢の先で的を狙う。原点に戻ったような感覚だ。金的（中心の黄色）に矢が吸い込まれると、たまらない快感である。

昨年からは、ペアボウ仲間が多い宮代アーチェリー場が新しい練習場になった。少し遠いけど、車で移動できる間は弓に夢中になって金的を狙おうと思う。

**趣味を楽しみにしながら**

橋本 一裕 昭和29年(72歳)

60歳の定年退職後に、社会福祉法人で高齢者福祉施設の施設長を経験し、5年間勤務しました。第2の定年後に、自宅で母親の介護をしていましたが、4年前に母親が永眠しました。翌年から、再び社会福祉法人に勤めていますが、今後は児童福祉関係の法人で役員になり、常勤で勤務しています。

毎日、混雑する電車に揺られて出勤するのは、辛く感じることもありますが、テニス、水泳、旅行等の趣味に楽しみを見出しています。健友テニス部に所属して、合宿や講習会に参加したり、自宅近くのスポーツ施設でテニスや水泳に汗を流しています。

また、休みが取れれば、旅行に出かけています。今年も北海道、九州の他に、近場の温泉地等へ出かけました。仕事をいつまで続けるか分かりませんが、これからもずっと趣味を楽しんでいきたいと思います。

**古希から喜寿・傘寿へ健康第一で**

橋本 正彦 昭和29年(72歳)

2年前に常勤職を卒業して建友の活動に参加できるのを楽しみにしていたのですが、孫の関係等の所用で毎週3日間拘束されることになり、趣味部の活動日と重なって中々参加ができずにいます。

加えて一昨年に早期の癌を発症し、昨年は2月から頸椎狭窄症で半年間左肩腕の痺れと痛みで苦しみ、70歳台に入ってもまだ元気でいられると思っていましたが、「古希」という人生の節目がある意味で実感しています。

そんな中で、健歩部のハイキングに2回参加させていただき、昨年夏には釣部のタコ釣大会に誘っていただき、何年かぶりで健歩部・釣部の皆さんともお会いして懐かしく楽しい時間を過ごすことができました。タコ釣では釣果も自身過去最高の成果で今も冷蔵庫に冷凍したタコがあり正月に江戸前タコを美味しいいただきます。

これから「喜寿」「傘寿」と云う人生の節目を元気で迎えられる様に日々健康に気を付けて建友の活動にも参加して人生をエンジョイしていきたいと思います。



米寿15名 喜寿20名の皆様、おめでとうございます。  
これからも元気で活躍されることをお祈り申上げます。

**寿 午年生まれの会員**

昭和29年 72歳	昭和17年 84歳	昭和5年 96歳
宮 猪 橋 杉 高 橋	諸 橋 千 葉 大 友	小 林 慶 德
崎 俣 本 浦 本	ヒ サ 子 喬	落 合
惠 正 伸 裕 子 子	澄 勝 子	棚 岩 小 佐
鈴 大 三 原 高 小	岩 渕 山 藤	正 力 光 雅
脇 邊 口 濑 城	棚 岩 小 佐	行 夫 夫 子
美 陽 真 正 恭	正 力 光 雅	丸 浅 梅
素 矢 子 一 典 子	行 夫 夫 子	山 見 田
花 中 橋 笹 濑 今	敏 正 浩 恵 一	茂 文 昌
井 島 本 井 川 野	次 実 彦 策 美 江	雄 章 子
千 幹 廣 代 子 子	千 幹 廣 代 子 子	日 野 原 志 津 江

喜寿	米寿	祝長寿万歳
町堀 平 関 町 嶋 堀	荒 井 霜 今 高 橋	喜 寿
田野 子 根 田 口	井 越 伸	米 寿
伸 絹 一 賢 幸	由 美 子	祝 長 寿 万 歳
雄 勉 江 夫 治 治 茂	一 節 章 雄	(昭 和 14 年 4 月 2 日 生まれ)
石 時 坂 姉 佐 野 久	宏 子	15 人
川 枝 本 崎 藤 中 田	高 並 佐 池 長 谷 川	
義 直 富 吉 信 朗	木 野 木 野	
範 江 夫 行 純 子	忠 儀 竹 溪 二	
銀 渡 岩 新 江 山	美 子 三 一 美	
林 辺 崎 井 島 田	嶋 青 吉 本 多	
謙 光 道 利 常 一	幹 廣 代 子 子	
夫 博 正 治 雄	惠 美 子 五 郎	
		20 人

リレー随想

# 氏子総代として

中村 久雄

退職20年。私は町内会副会長と地域の氏神様である「敷島神社」の氏子総代という役柄を担っています。氏子総代の役割は、1年を通じて神社における祭事の準備、宮司のお手伝い片付けと多くの仕事があり、その一部を紹介します。

敷島神社のご祭神は木花開耶姫（このはなさくやひめ）といい、靈峰富士山のご祭神を祖としています。

氏子の初仕事は正月の準備から始まります。正月には数百上る奉納提灯を数日かけて飾り、初詣の皆さんをお迎えします。除夜の鐘が鳴り終わると元日祭の始まりです。宮司による新年の祝詞奏上に続き、古いお札や神に捧げたものを焼くお焚き上げです。そして氏子総代による福だるま売りやお神酒の振る舞いが始まります。参拝者の列は朝方3時ごろまで続きます。近年は、暖冬とはいえ大晦日の晚から元旦の朝方までの夜通しの作業には辛いものがありますが、お屠蘇を頂きながらの徹夜はまた、楽しいひと時でもあります。

2月には節分祭を行います。節分の1週間前には、5円玉の穴に紅白のテープを結んだ幸せの賽銭なるものを2,000組つくり（これが大変ですが）節分豆や奉納餅などと一緒に、「福は内、福は内」と声高らかにまきます。

当神社の特徴として6月30日に行う「夏越の祓」があります。「茅の輪くぐり」ともいいます。人は知らず知らずのうちに、良からぬことや反省すべきことが多かれ少なかれありますが、これまでの罪穢れを清め健康で明るい生活を営むことが出来るよう、大きな輪をくぐり祈ります。写真の輪は、左の大きい方が人間用、右の小さい方は動物用。この輪を左に1回、右に1回、そして左にもう1回廻り拝殿に向かい

無病息災を祈ります。

この夏越の祓いが終わると夏祭りです。市内にはいくつかの神社があり、6月から毎週のようにそれぞれの神社の夏祭りが行われます。敷島神社の夏祭りは市内最大の祭りとして7月下旬に行われます。神社総代は大きな奉納提灯を高く掲げ、神輿の先頭に立ち7町会を回ります。出発は夕方5時の花火を合図に威勢のいい掛け声とともに巡行します。街に繰り出した神輿も各町内で歓待を受け、夜半には神社境内に戻ります。神が宿った神輿から神様戻す「御靈抜き」という行事を最後に夏祭りは終わります。

当神社の境内には写真のような「田子山富士塚」という、「国指定の重要有形民俗文化財」があります。このような富士塚は富士山に行きたくても、行くことが出来ない庶民のために造られたそうです。世情不安な江戸後期から明治初期にかけ多くの富士塚が築造され関東地方でも数百あるといわれています。田子山富士塚は当地に住み富士山信仰に熱

い高須氏という御仁が神社内で古い板碑（供養塔として使われる石碑のこと）発見。ここに氏はいたく感動し江戸から明治という大きな変革の中、天下泰平を祈願し富士塚をつくることを決意し、明治5年6月高さ10m程の田子山富士塚を完成させました。この富士塚では毎年7月に山開きが行われます。神事に続き先達が登山者を山頂まで導きます。田子山富士塚は暑さの厳しい8月を除き1年中登ることが出来ますので、是非おいで下さい。

また、当日は昭和15年皇紀2,600年の奉祝会にあわせ当時の宮内省の楽長が作詞作曲した神樂舞「浦安の舞」が小学生の女子により披露され多くの参拝者たちを和ませます。

幼いころからこの地域に住んでいる一人として神社での奉納もまた、大切だと思い活動しています。これからも奉納の精神で神社と付きあっていきたいと思っています。

それはそれとして、健歩の皆さんとの里山歩きも私の楽しみの一つです。近年は、高い山には登れなくなりましたが、軽登山を楽しんでいます。幹事の方に案内を頂き（当方は何もせず申し訳ないと思いつつ）楽しい時を過ごさせて頂いています。これからも、よろしくお付き合い下さい。



も安心に！安全に！楽に！旅ができるのもこのバス旅行の魅力と思っています。何よりも便利なものはないと思うよ

す。高齢になるとこれほど楽しみになりました。また次回

最後に顔を出したか…雲間の富士…

参加の皆様アンケートご協力有難うございました。最後に締めの感想をご紹介！

『どんな行先でも、適宜な金額でも、古い仲間たちと顔を合わせて共にすごすのは楽しいですね。元気な今を大切に。又次回もよろしく。』

『幹事様、お陰で楽しい1日を過ごすことができました。旅行は『気』が三つ揃わないと楽しくないと言います…今回は揃つてました！天気・元気・陽気！昔の仲間に乾杯！』

Q『バスの中、探索中の話題：教えて！』  
★窓に紅葉の赤、黄色をみつけ歓喜  
★バスガイドさんときやすく、話題豊富  
★岩瀬さん差し入れの川魚唐揚げが美味！  
★大平役員のおしゃべりが楽しく、茂木前会長提供の小椋佳のCD♪良かったな♡  
★旧友の情報、趣味のこと、熊出没の話：  
★年取ってやつてしまふ失敗談自慢？  
★昔ばなし：楽しかったこと、仕事でがんばってきたこと、褒め合いました！  
★健康長寿の願い、寿命が個々に違う事実  
★インバウンドを肌で感じ満足です。  
★交通の渋滞などで臨機応変な対応に感謝です。遊覧船なくとも充分楽しめました。

Q『お酒を介し黒卵をお供に親交を深める』：  
★大涌谷：7年前とは風景が変わって新鮮！地球の谷、そして噴煙と黒卵！

稻毛田 さえ子

参加の皆様から  
たくさんの感想を頂きました！

『お酒を介し黒卵をお供に親交を深める』：

## 健友 紅葉の箱根路散策

# 秋の日帰りバス旅行

いやあ～笑った、  
楽しかった！

武居正次

令和7年6月20日（金）午後3時から板橋地域センター3階第一和室で開催された真打落語家2人が出演する第9回健友落語会に行つてきました。

初めて春風亭三朝さんで、演目は「くしゃみ講釈」。



次の柳家燕弥さんは、本題に入る前のマクラで大河ドラマ「べらぼう」に出演した際のエピソードを語った後、「笠碁（かさご）」に取り掛かりました。

柳家燕弥さんは、本題に入る前のマクラで大河ドラマ「べらぼう」に出演した際のエピソードを語った後、「笠碁（かさご）」に取り掛かりました。

柳家燕弥さんは、本題に入る前のマ克拉で大河ドラマ「べらぼう」に出演した際のエピソードを語った後、「笠碁（かさご）」に取り掛かりました。

柳家燕弥さんは、本題に入る前のマ克拉で大河ドラマ「べらぼう」に出演した際のエピソードを語った後、「笠碁（かさご）」に取り掛かりました。



1位 「平家の里」

2位 「さくら前線を追いかけて」  
檜垣 敬正3位 「釣り人」  
西谷 昭比古

## 来場者による人気投票数のベスト3の作品(総投票数 186票)

順位	氏名	種別	説明(キャプション)	備考
1	坂本 富江	絵画	湯西川の瀬音をきながら描きました。	2点の内、1点のみを掲載しています。
2	檜垣 敬正	写真	京都「東寺」の桜を撮りました。	9点の内、1点のみを掲載しています。
3	西谷昭比古	写真	境川の河口で、夕陽と富士を背景に釣り人を撮りました。	4点の内、1点のみを掲載しています。

※ベスト3のみを掲載いたしました。

なお、健友のホームページには、職員作品展に出品された全ての方の氏名と作品が掲載されますのでご覧ください。

1位 「平家の里」 坂本 富江  
2位 「さくら前線を追いかけて」 檜垣 敬正  
3位 「釣り人」 西谷 昭比古

※ベスト3のみを掲載いたしました。  
なお、健友のホームページには、職員作品展に出品された全ての方の氏名と作品が掲載されますのでご覧ください。

## 職員作品展

創作とおしゃべりの会「折紙」の合同制作  
「クリスマスリースとお正月の飾り物」

## 園芸部の制作「寄せ植え」

いたばしウォーキング大会に  
参加して

石井 博之



11月3日(文化の日)  
3連休中、一番の秋晴れで歩くには気持ちの良い1日でした。12kmコースを3時間30分で完歩しました。普段は仕事で車に乗って現場回りをしてるので、こんなにも歩いて板橋を巡ったのは初めてでした。見慣れない光景など新鮮な気持ちになりました。板橋区は歩いてみると、その広さがあると実感しました。参加者も1200名と大勢の区民の方と楽しくウォーキングしてきました。

スタート、チェックポイント受付での元同僚との再会や健歩部の先輩方と有意義な会話ができたのも良かったです。適度な身体の疲れも、終了後の乾杯で身も心も癒してくれました。これからも健歩部の定例のハイキング、ウォーキングに参加して親睦を深めていきたいと思ってます。

## 健友交流会の記

秋の句会(吟行)に  
参加して

島田 あい



秋の晴天に  
惠まれた10月  
17日(金)午後1時、講師  
の上田先生と  
参加者10名が  
高島平駅改札  
口前に集合し、  
「熱帯環境植物館」「こども動物  
園高島平分園」へ、いざ出發!  
熱帯環境植物館ではミニ水族  
館もあり、植物や魚をたくさん見  
ることができましたが、どのよう  
に季語を詠み込んで良いか、日本  
のように四季がない熱帯地方での  
俳句の難しさを知りました。  
俳句の難しさを知りました。  
一水槽の狹いところばかりエイの胸び  
れ(季語なし)

吟行のあと、自分の俳句を一人  
ずつ出し合い、句会開始。全  
員が選者となり、選句者が良いと  
思つた俳句を発表し、その俳句の  
作者が作った意図、想いなどを説  
明していると、時間は瞬く間に過  
ぎました。

私は、初めての吟行でしたので、  
たいへん良い勉強になりました。  
たし、とても楽しかったです。  
上田先生はじめ、同行の健友  
皆様、お世話をありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がっている。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎるのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

会の準備や段取り進行と目に見  
える見えない役員の方々に感謝。  
楽しい時間は身も心も元気にして  
くれる。ありがとうございました。

12月6日(土)、仲町地域セン  
ターホールで交流会が行われた。  
ホール階にエレベーターが停まる  
に早くも嬉しいざわめきが押し寄  
せてきた。

入るやいなやはじける笑顔のあ  
の人この人、まだ乾杯もせずアル  
コールも入っていないはず、でも  
盛り上がりが止まらない。

開会の挨拶・懇親・懇談となん  
とも賑やかなこと。土台を同じく  
する仲間の集まりは楽しくない訳が  
ない。テーブル毎の輪が交錯し、  
ビールが回り名酒を酌み交し、恒  
例の川魚の空揚げを頂き時間の過  
ぎのが早いこと。民謡部の余興  
もあり予定の時間はあつという間  
にオーバーする。最後は「板橋音  
頭」でぐるりと一周、身振り手振  
りの合わないのも一興、参加者は  
40名程という100名超の雰囲  
気である。

&lt;p