

JARP

日退協

* 西東京会通信 *

【第 4 号】

公益社団法人 日本産業退職者協会

「会員増強活動について」

国分寺市 代表幹事 安藤隆夫
 会員の皆様には日頃より協会活動にご理解とご協力を頂き
 厚く御礼申し上げます。

日退協も設立 33 年目を迎えました。現在の個人正会員は関
 東地区（神奈川会、埼玉会、西東京会、京葉会）で 600 名、
 広島支部で 470 名、計 1070 名となっています。
 関東地区の男女比は男性 8 割、女性 2 割です。毎年数十名
 の方が入会及び退会に入れ替わっておりますが、高齢化の
 影響もあって近年、個人正会員数が伸び悩んでおります。

お蔭様で法人会員は昨年度 2 社新規加入し 30 社となり
 ましたが、協会活動を活性化させ更に魅力あるものにする
 為には、その原動力となる個人正会員の増強が不可欠とな
 ります。平成 29 年度のスタートにあたり会員増強活動へ
 の一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し
 上げます。

『西東京会の現状とお願い』

※ 西東京会会員数（3 月末）94 名・関東の 16%
 内訳：男性 76 名・80% 女性 18 名・20%

◆ お願い：新入会員を是非ご紹介ください。

■ 「西東京会総会」開催のお知らせ

日時：H, 29 年 7 月 11 日（火）午後 1 時開始
 場所：武蔵野市民会館 武蔵境駅徒歩 5 分
 議事：報告事項、スケジュール、質疑応答
 講演：100 歳ライブを目指して・井上国春氏
 懇親会：午後 3 時半～、於：「レストラン喫茶 上床」

☆改めてご案内いたします。是非ご出席を！！

※毎月の定例会(サロン)へのお誘い

毎月第一火曜日の午後 4 時から世話人会と称し開催しており
 ます。内容は懇談・会食・カラオケ等々です。

現在、常連として 10 名程の方がお集まりです。

和気藹々の楽しい会合です。是非お気軽にご参加下さい。

場所: JR 三鷹駅北口・「レストラン喫茶 上床(うわとこ)」

駅より徒歩 3 分 TEL. 0422-51-6000

西東京会世話人一覧表

代表幹事 安藤 隆夫
 副代表幹事 西納 政光、橋本 隆夫
 幹事 湯藤 哲、井口 紀夫、猪股 辰雄、小野 利明、
 塩山 哲郎、遠間ひで子、西村 康治、西村 修、
 比留間 文子、福島 龍郎、藤井 俊明、横堀 尚昭
 ★ 世話人を大募集中です！！

「西東京会主催：イベント報告・今後予定」

- ・ H, 28, 9, 27 落語鑑賞会 「新宿末廣亭」 22 名参加
 9, 30 秋のゴルフ会・多摩 CC 14 名参加
 11, 29 武蔵国分寺跡・殿ヶ谷戸庭園 22 名参加
- ・ H, 29, 2, 7 料理教室・酢豚、炊込みご飯ほか 14 名参加
 3, 24 春のゴルフ会・狭山 GC 18 名参加
 4, 4 神田川観桜会・高井戸～明大前 19 名参加
 5, 23 神代植物公園散策と深大寺参拝
 7, 11 西東京会総会・武蔵野市民会館
- ・ 8 月～9 月 落語鑑賞会「上野鈴木演芸場」
 // 秋のゴルフ会・場所未定
- ・ 10 月以降の予定
 * 立川防災館見学と昭和記念公園。
 * 紅葉狩り・武蔵五日市界限。
 * 新春寺社参拝ウォーク。
 * 観梅会 or 観桜会・場所未定
 * 春のゴルフ会・場所未定
 * 共催イベント、ウォーキング等



★イベントに是非ご参加ください。

会員の約 40% が未参加となっています。楽しい出会い
 と交流、イベント後は懇親会で大いに盛り上がります。
 奮ってのご参加をお待ちしております。

「ねんりんピック」

三鷹市 湯藤 哲



「ねんりんピック」をご存じですか？

厚生省（現 厚労省）が創立 50 周
 年を記念して 88 年（昭 63 年）に創
 設した大会です。「60 才以上の国体」
 と呼ばれ毎年全国を回り開催されてい
 ます。因みに一昨年は秋田、昨年第 2
 9 回は長崎でした。高齢者（60 才以

上）の方を中心とするスポーツ、文化、健康と福祉の総
 合的な発展が目的です。大会期間中は色々な催しが開か
 れ、スポーツ分野も多くの競技が競われます。例えばラ
 クビーでは次のようなルールがあります。年齢別でパン
 ツの色を分け 60 才代は赤、70 才黄・80 才紫、90
 才以上はゴールドです。自分より年齢が上の方のパン
 ツの色は下半身タックルは禁止、上半身ホールドのみとか
 高齢者に配慮したルールがあります。昨年大会では愛知
 と大阪から 2 名のゴールドパンツの選手が参加され見事
 なランニングでボールを運び拍手喝采を浴びたそう
 です。この大会について詳しくお知りになりたい方は「ね
 んりんピック」と検索されますと詳細がわかります。

第27回イベント「武蔵国分寺史跡探訪と秋色めぐり」

平成28年11月29日(火)開催、参加者22名

国分寺市 安藤 隆夫



当日は好天に恵まれ、一行は13時にJR中央線西国分寺駅前を出発しました。しばらく歩いて伝承鎌倉街道の細い切通しを抜けると先ず武蔵国分寺尼寺跡に到着。礎石がそのまま残っている尼坊跡、一段高くなったところの金堂跡等を見て回りました。そこから府中街道(旧東山道の一部)を横切って東に進むと武蔵国分寺僧寺跡に到着。寺域中央の金堂、講堂、東西僧坊、東南隅にある七重の塔など各々の跡が確認出来ました。

武蔵国分寺跡は奈良時代に鎮護国家を祈念して全国に建てられた国分寺の中でも規模が大きく、歴史的価値も高いことから国史跡に指定されています。金堂跡に残る1250年前の礎石の上に立ち遙か天平時代に思いを馳せてみました。国分寺崖線から湧き出る清水沿いに続く「お鷹の道」(尾張徳川藩お鷹場)をのんびり歩きながら途中で観た、見事に色づいた紅葉、黄葉、そして緑葉の隙間から覗く青い空、まさに錦絵のようでした。

国分寺駅近くの都立殿ヶ谷戸庭園にも足を延ばし、池泉回遊式庭園を一巡りして晩秋の国分寺界限散策を満喫しました。駅前の蕎麦屋の懇親会も大いに盛り上がりお開きとなりました。

国分寺駅近くの都立殿ヶ谷戸庭園にも足を延ばし、池泉回遊式庭園を一巡りして晩秋の国分寺界限散策を満喫しました。駅前の蕎麦屋の懇親会も大いに盛り上がりお開きとなりました。



余生

青梅市 西村 康治

いわゆる現役を引退して早十三年経った。私の場合は定年前に転職し、ジャンルの全く異なるいくつかの会社を経て今も働いているので、どこから余生なのか区分ははっきりしない。働き続けているので余生ではないのかもしれないが、心持ちとしては余生の占める割合が増えているように思う。余生といえば以前は、十分な時間があり、海外旅行や趣味、地域活動など思う存分やれる夢を抱いていた。しかし、現実はまだに働いており、趣味の油絵や俳句の締め切りに追われ、そして今は日退協の現行に追われている。現役時代とは比較にならないが結構忙しい。

リンド・グラットン「ライフシフト」を読んで余生の一端が見えた気がする。寿命が延びているのだ。この余生も現役時代の半分程度の年月を生きるのだ。半月ほど前奥多摩の山里の獅子舞を見た。男女八人の小学生と大人五人の伝統の獅子舞だ。大人たちは当然のこととして子に踊りを教えているのだろう。この獅子舞は先祖代々受け継がれてきたのだ。翻ってわが身を顧みると、子や孫に伝えるべき何物も持っていないことに気づかされる。私は私だけの余生を送っている。何を残せば良いのだろうか。

リンド・グラットン「ライフシフト」を読んで余生の一端が見えた気がする。寿命が延びているのだ。この余生も現役時代の半分程度の年月を生きるのだ。半月ほど前奥多摩の山里の獅子舞を見た。男女八人の小学生と大人五人の伝統の獅子舞だ。大人たちは当然のこととして子に踊りを教えているのだろう。この獅子舞は先祖代々受け継がれてきたのだ。翻ってわが身を顧みると、子や孫に伝えるべき何物も持っていないことに気づかされる。私は私だけの余生を送っている。何を残せば良いのだろうか。

西東京会主催の「料理教室」開催

東久留米市 橋本 隆夫



去る2月7日、折からの寒波襲来で強風吹き荒れる中、中央線武蔵境駅に集合した14名はバスで武蔵野市西部コミュニティセンターに到着、西東京会で初めて開催される「料理教室」に臨んだ。会場は1ヶ月前しか予約できないため前もって広報できず、西東京会中心の14名の参加者であったが、会場の広さを思えば結果的に丁度良い人数であったと思う。

講師は武蔵野市在住の管理栄養士の資格を持った小島先生で、紹介いただいた細田さんにもいろいろお手伝いいただいた。

当日の料理メニューは、「すぶた(活猪肉)」・「白和え」・「味噌汁」・



「変わり芋飯」の4種で、小島先生が作成されたレシピ表には材料・その使用量・作り方までぎっしり書かれており、昼までの1時間半の間に完成させられるかいささか心配であった。まず先生が一人前を手本に実際に調理していただき、包丁の使い方・火加減・調味料のさじ加減等かなり詳細に説明いただいたのだが、料理など全くしたことのない者にとっては、レシピ表と見比べるだけが精一杯であった。その後7名づつ2班に分かれスタートしたのだが、野菜を切る者、肉にした味をつける者等いつの間にか自然と担当分けができ、西東京会の女性会員2名のポイントでのアドバイスもあり、何とか時間内に完成させる事ができた。男性陣の中には包丁を器用に扱う者もいる一方、味見のみに関わる者(?)もいて普段の生活が垣間見えるようで大変興味深く思えた。そして協力し合う姿は大変有意義であったと思う。小島先生の栄養学の話聞きながらの昼食を兼ねた味見会もなかなか評判良く、素人集団が作った料理とはとても思えず美味しく、いささか食べ過ぎたほどであった。



最後に、85才にもなられた小島先生の精力的なご様子には脱帽。細田さんとお二人で前日食材の買い物もされ、当日強風の中会場まで運び、万全の準備をしていただいたお二人に感謝したい。

【お願い】

日退協「西東京会通信」を発刊するにあたり、今後、年二回の発行を考えていますが、西東京会の財政事情から、今後e-mailによるお届けを主流にしたいと考えておりますので、e-mail アドレスをお持ちの方は、是非ともご登録下さるようお願いいたします。

下記事務局e-mailアドレスにご一報方お願いいたします

「西東京会・会報」編集責任者及び問い合わせ先

公益社団法人 日本産業退職者協会

「西東京会」 代表幹事 安藤 隆夫

携帯:080-5453-5995

TEL&FAX:042-575-8520

e-mail: tk-ando416@outlook.jp

事務局 西村 修 090-8331-4448 may40love@jcom.zaq.ne.jp