

創立40周年記念号

maturity

マチユリテイ

2025-JAN

120

いきいきシニアライフ

公益社団法人 日本産業退職者協会
(略称 JARP)



SDG s の取り組み

負の遺産を子どもたちに残さない

JARP

いきいきシニアライフ

公益社団法人 日本産業退職者協会

〒104-0032 東京都中央区八丁堀 3-17-13 TMY ビル 10F
 TEL 03-6240-9381 FAX 03-6240-9382
 URL <https://jarp.or.jp/> E-mail jarp@isis.ocn.ne.jp

身近な自然の竹や木、あるいは廃材を利用したおもちゃを手作りし遊びます。また、海や川の清掃活動も行っています。自然の恵みや環境の大切さ、あるいは手作りの面白さを知ってもらい、自然と共生する社会を目指していきたくと願っています。

参加することで生きがいを感じていただけるよう、活動の場を提供していきます。

<p>4 質の高い教育をみんなに</p> 	<p>教育の場で、子供たちの健全な育成と学習に役立つ、竹とんぼなど自然素材や廃材を利用したおもちゃの手作り工作や環境保護活動を提供し、子供たちが楽しみながら学べる機会を作ります。</p>	<p>竹とんぼ</p> 	<p>ガリガリヘリコプター</p> 
<p>11 住み続けられるまちづくりを</p> 	<p>地域社会で、多くの人が集まりやすい手作りのコミュニティーを創り、地域の共助の空間を作ります。</p>	<p>バランスとんぼ</p> 	<p>トコトコ人形</p> 
<p>12 つくる責任 つかう責任</p> 	<p>買い与えるのではなく、工夫し工作する喜びを子どもたちに伝えます。</p>	<p>歩け歩け</p> 	<p>体操小僧</p> 
<p>14 海の豊かさを守ろう</p>  <p>15 陸の豊かさを守ろう</p> 	<p>石油に由来する材料を使わず、廃品を活用して地球環境の大切さを訴えます。NPO 法人と協働で海や川の清掃活動を行います。</p>	<p>海岸プラ清掃 (協働)</p> 	<p>廃材活用タグボート</p> 
<p>17 パートナーシップで目標を達成しよう</p> 	<p>企業、学校、介護施設や各種団体の皆さんと協働してSDG s 活動を推進します。私たちはこれまで、区と連携した認知症予防活動や学校と協働で竹とんぼ教室などを行ってきました。これからは、さらに企業研修や地域おこしなど皆様と共にSDG s 活動を推進していきたくと願っています。</p>		

目次 maturity 2025年／第120号

年 頭 所 感	新年のご挨拶	永濱 光弘	2
〈特集〉日本産業退職者協会 40年の歩み			
新旧理事長対談	日本産業退職者協会創立40周年を迎えて	吉川 敏孝 塩山 哲郎	4
地域会責任者座談会		地域会責任者	6
「いきいきシニア塾アンケート結果・分析」		西村 康治	11
チャリティコンサート10年を振り返る		石井 憲	22
個人会員親睦会	「はつらつふれあいの集い（40周年記念回）」開催報告	恒成 憲一	24
社会貢献活動	SDGsの取り組み	西村 康治	26
	認知症予防活動「きたざわサロン」とは	安藤 隆夫	27
〈年表〉日本産業退職者協会40年の歩み			29
ふれあい トークサロン	〈第49回〉「暮らしと環境」—水環境から地球環境まで—	松尾 友矩	31
マチュリティ 談話室	ボッチャ体験記	石川 義明	34
	「まほろば会」旅行に参加して	白石 崇	34
	一冊の手帳・雑感	湯藤 哲	35
	久し振りの帰省	大友 彰	35
	私の読書	山本 英子	36
会員対策委員会	みんなで仲間をつくりましょう	大友 彰	37
ひとこと	「私と本屋」		38
	高島進一／豊田和子／西村 修／小野利明 潮見亭苦三味／小林繁治／菊田 宏／鈴木隆生 佐古 登／畑村耕一／小越昭子／下江英昭		
同好会だより			40
	自然を楽しむ会／詩吟会		
地域会・			41
広島支部だより	神奈川会／埼玉会／西東京会／京葉会／広島支部		
法人・団体会員名簿／役員名簿／編集後記			

表紙写真 『郷の冬景』 田中英司（埼玉会）
裏表紙 石井憲（埼玉会）／福島龍郎（西東京会）
高津和史（広島支部）／藤崎章（広島支部）

年頭所感

新年のご挨拶



公益社団法人 日本産業退職者協会

会長

永濱光弘

あけましておめでとうございます。
本年も何卒よろしくお願い致します。

ちょうど一年前の年頭まさに元日に、能登半島地震が発生しました。震度七の未曾有の大地震です。お亡くなりになった方々に改めて心から哀悼の意を表します。また、ご遺族の皆様、被災された皆様にお悔やみとお見舞いを申し上げます。一日も早い復旧と力強い復興を祈念致します。

大きな天災で幕を開けた昨年は、文字通り激動・激変の一年となりました。我が国を含め先進各国で重要選挙が続きましたが、そのいずれもが政治・社会の枠

組みを大きく変容させかねない結果となりました。米大統領・議会選挙でのトランプ氏再選とトリプル・レッド、英国総選挙での労働党勝利、ドイツ地方選での極右政党躍進、仏総選挙における左派勝利、そして我が国衆議院総選挙での与党過半数割れ。今年は、この新しいパラダイムの中で、政治・経済・社会の重大事に対処していくこととなります。

ウクライナの戦火は未だ止まず、パレスチナの紛争はレバノンにまで拡大しています。偏狭なナショナリズムと宗教・民族に因る極端な排外・排他主義の跋扈が憂慮されます。新たな世界の枠組みがこれら諸問題に正対し速やかな解決をもたらすことを期待しますが、私たちが見る現実はいくつもの逆向きベクトルを持って

いるように感じられます。新しい年の門出、満ち満ちた清新の気の中で、世界の平和と人々の幸せを願わずにはいられません。

さて、昨年六月、当社団は設立四十周年の節目を迎えました。設立来皆様から頂戴したご支援とご協力に改めて感謝申し上げます。奇しくも、社団が設立された一九八四年は日本が実質世界一の長寿国となった年です。以来四十年、我が国の平均寿命は延伸し、直近では、男性が八十一歳、女性八十七歳となっています。七十五歳時点での平均余命は、男性が十二年、女性は十五年超です。男女ともに九十歳は当り前、百歳超も珍しくはないという状況になってきました。まさに「人生百年時代」の到来です。他方、所謂「健康寿命」は、男性が七十三歳、女性が七十五歳です。近時、平均寿命の伸びよりも健康寿命の伸びが大きいと言われてはいますが、このギャップを踏まえれば、高齢者にとって「健康であること」がいかに大切であるか、その重要性が再認識されます。

個人的にもこれは大きなチャレンジです。重篤化の可能性が高い基礎疾患のみならず、加齢に伴う身体諸機能の減退劣化への対処もポイントとなってきます。

身体の不調がメンタルに与える影響も無視できません。少しでも長く心身ともに健康であることを目指し、年を通して「一日平均四キロ」を目標にウォーキングを実践しています。風雨降雪・酷暑極寒により外出できない日もあるので今の自分には野心的な目標ですが、今年も引続き日々の努力を続けたいと思っています。

高齢者雇用安定法改正を契機に多くの企業において退職年齢の実質後倒しが順次実施されつつあります。今後の我が国の労働力需給を勘案すればこの動きは不可逆な流れでしょう。意思さえあれば、高齢になってなお、やり甲斐ある仕事に従事できるのは本来に素晴らしいことです。その為にもまずは「健康維持」が肝要です。一緒に頑張りましょう。

二〇二五年が皆様にとって幸多き年となりますようお祈り致します。

日本産業退職者協会創立40周年を迎えて

創立40周年を迎え、吉川敏孝前理事長と塩山哲郎第8代理事長とで、30周年以降の10年間の歩みと、今後の協会のありかた等について対談しました。

◎日退協のこの10年間

塩山 1984年に当協会が設立され第一ステージ（1984-2005）では、個人会員の増強や各種イベント活動、講演会・研修会などに注力し、高齢者の社会参加活動を支援しました。第二ステージ（2006-2014）では、2012年に「公益法人」としてあらたに発足しました。社会貢献活動をより一層充実するため、認知症予防を目的の「きたざわサロン」、施設入居者を招待する「チャリティコンサート」、エンディングノート「私の大切な覚書き」など様々な活動を展開しました。

吉川さんは2016年に当協会の理事に就任され、直近4年間の大変な時期は理事

長としてご尽力いただきました。2015年以降この10年間の協会の歩みについてお聞かせください。

吉川 企業が大変な時期（20世紀末金融危機、2008年リーマンショック）などを経て、100社を超えていた法人会員数も7割以上減り30社以下となってしまいました。

2013年に始まったアベノミクス、2020年からのコロナ禍、2021年の高齢者雇用安定法の改訂など社会構造が大きく変化してきて、70歳まで働けるよう企業は努力義務を負う一方で退職後の面倒をみるのがむずかしくなってきました。企業としては独自の社会貢献活動を行う方向となったこともあり、会員企業と当協会のシニアが協力して社会貢献活動などを行うことへの期待が薄れていきました。当協会への抱える課題は当協会の独自のものではなく社会全体の中の動きの問題でした。世の中が変わっているのにも関わらず、当協会

の対応が遅れました。

2016年から5年間赤字が続き正味財産も1924万円から2020年には373万円になり8割減と危機的でした。

塩山 赤字に転じて3年目の2018年に活性化委員会が発足していますね。赤字対策の緊急会議も開かれました。広かった秋葉原の事務所から狭い八丁堀のビルに2020年に移転もしました。

吉川 本部事務所家賃は月額245千円から105千円となり年間168万円削減し、広島支部事務所は2022年に廃止し、年間17万円削減しました。

職員数も4人から3人にし出勤日数も減らすなどして年間200万円を削減しました。活性化委員会では経費削減策だけでなく、活性化の具体的方策や社会貢献事業を検討してきました。老若男女に親しみやすく会員になりました。老若男女に親しみやすく2019年に「いきいきシニアライフ」というセカンドネームを採用しました。

2020年に理事長になってからは、世界が求めているSDGs、フレイル防止などの取組を順次推進してきました。23年から始めた「いきいきシニア塾」も活況を呈



開催し、「東京都社会福祉協議会」会長感謝」を受賞しました。

◎日退協の今後の在り方

塩山 これまでの10年間を省みてきましたが、今後の在り方はどうお考えでしょうか。

吉川 世界が求めているSDGs、フレイル防止活動を始めましたが、これらを事業としてみる感覚が協会内で欠如していると思います。事業の在り方、事務のありかたを絶えず考えていかなければならないですし、時代変化に対応しながら、公益法人として何をやるかを、より明確にすべきと考えます。

8年間の協会活動の中で、当協会の人材豊富なことに感銘しました。自分達のスキルや経験・趣味を活かし、協会内にとどまらず広く社会の中で活躍し続けることが望まれます。

塩山 様々な取組を事業化する協働先を見つけることが必要で、事業化をまとめる人材確保も課題となります。

吉川さんのおっしゃるとおり当協会の豊富な人材のネットワークを駆使して今後は、次のような活動を展開していきたいと思

ます。

1. フレイル防止活動の推進

厚生労働省の発表によりますと2030年に高齢者の14%にあたる7人に1人が認知症患者になると予測されています。フレイル防止に繋がる家に引きこもりがちな高齢者に社会参加して貰うため、魅力あるイベント・サークル活動を企画・推進していくことが協会の大きな役割かと思えます。

2. 会員増強運動の推進

広島支部はこの3年間で新入会員が約110名入会され、そのうち7割が女性です。女性の多数加入のお陰で組織が活性化されているとお話です。関東地区も女性会員をもっと増強したいですね。

3. 地域会活動の充実

SDGs協働事業、フレイル防止活動をはじめとした社会貢献活動を、地域会ごとに立ち上げたいと考えます。(きたざわサロンモデルの新サロンなど)

4. 同好会の活性化・新設

シニアに社会参加と生きがいの場を提供する有力な手段は同好会だと思えます。これまでに以上に同好会の活動領域を広げたいと思

していると思います。

塩山 法人会員数は退会する企業がある一方で、精力的な働きかけで新規加入していただいた企業もありほぼ会員数は横ばいです。コロナの影響も落ち着きイベント活動も活発となっています。2024年1月には久しぶりに大規模なチャリティコンサートを

地域会責任者座談会

「地域会責任者座談会」2024（令和6）年
10月25日 協会事務室にて

出席者（敬称略）

神奈川会 石川 義明
埼玉会 石井 憲
西東京会 塩山 哲郎
京葉会 長嶋 良一
司会進行 畠山 忠昭

地域会は協会活動の柱であり、地域会組織の充実は協会の重要課題です。そこで各地域会の責任者にお集まりいただき、お話を伺いました。

なお、現在、埼玉会代表は・白石崇氏、西東京会代表・恒成憲一氏ですが、新任のため前任者の石井憲氏、塩山哲郎氏にご出席いただき、司会は顧問の畠山忠昭氏にお願い致しました。

「地域会の歴史と現況」

畠山 皆様お集まりいただきありがとうございます。当協会も40周年を迎えました。

本日は各地域会の責任者の方々にご出席いただき、日頃の活動状況や課題等について率直にお話ししていただくことといたします。それで

はまず、2004年4月発足と一番歴史の古い神奈川会から「地域会の歴史と現況」についてお願いいたします。

石川 協会ホームページの「神奈川会」の設立経緯にあるとおり、越中幸夫初代表幹事が、県下の観光地・名跡・工場見学・講演会など様々なイベントを楽しむ企画を試みたことから始まっています。今年が20周年ということになります。

世話人は、男性7名、女性3名の計10名で会員は24年9月末で84名。毎月1回定例会（世話人会）を第2火曜日に実施。1時間半ぐらいかかっています。

イベントは、かつては年に3〜4回・四半期に1回のペースでしたが、世話人の数が減少して来まして、運営が難しくなってきたことで、現状は年に2〜3回実施となっています。

定例会で日時・場所、担当を決めるのですが、現状は、女性グループ、男性グループに分けています。それは、なかなか女性がイベントに集まらないことから、女性目線で決めてもらうこと。それと女性の世話を増やしたいとも考えていますので女性グループ主眼でやっています。



出席者一同

畠山 有難うございます。それでは埼玉会はいかがですか。

石井 神奈川会設立の中心メンバーだった越中幸夫さんの働きかけや、当時の西江博俊理事長からの強い要請があり、2009年10月に2番目の地域会としてスタートしました。

概要として9月末の会員数は90名で世話人は16名(男性14名、女性2名)です。定例世話人会は毎月第2木曜日午後1時半から、さいたま市大宮区の公共施設「シーノ大宮」で開催、定例会後、居酒屋で有志による懇親会です。

イベントは年次に年間予定を立て、毎月開催を原則としています。そのほかゴルフ会を年4回、カラオケ会は始まって3回ほどですが毎月開催しています。総会は毎年5月に開催し会員に案内しています。

また、「埼玉会だより」を2014年8月から4半期ごとに年4回発行し、今月発行で第42号になり、埼玉会の活動を会員に知らしめる共有手段としています。

社会貢献活動として、イベント、世話人会、懇親会などに参加する方々にワンコイン運動の



塩山哲郎氏

ご協力をお願いしています、その寄付金を埼玉県社会福祉協議会に贈呈しています。



長嶋良一氏

畠山 有難うございました。それでは次に西東京会にお願いします。

塩山 西東京会

は、東京本部の会員が多すぎるため本部と会員を結ぶ小回りの利く組織が必要との考えから、既に存在していた神奈川会を参考にして西東京地区の会員に案内して2010年11月に設立したのですが、2020年の10周年記念の催しものは残念ながら、コロナ禍で中止となりました。世話人は15名(男性12名、女性3名)。会員数は、9月末で85名です。

定例会(世話人会)は、毎月第2火曜日15時から中央線武蔵境駅前の居酒屋で開催、定例会終了後はその場所で懇親会です。10月の定例会は、20日・21日に軽井沢の某企業の保養所で開催しました。毎年実施していたのですが、コロナで中断してしまして久しぶりの開催となりました。

畠山 それでは京葉会にお願いします。

長嶋 京葉会はいちばん新しい地域会で、東京都区内と千葉に地域会があった方が良くということから2012年4月に設立されました。現在世話人は7名、男性4名、女性3名で、新しく世話人をやっていただける方を募集中です。世話人は毎月定例会を第2水曜日にこの事務室

をお借りして開催しています。会員数は約100人ですが、イベント参加者が固定化しつつあるので増加を図ることが課題です。コロナ前は春・秋の2回開催していましたが、一時コロナ禍で減ったものの現況は元に戻りつつあります。世話人会で意見を出し合って場所を決めています。最近では他の地域会との合同開催を企画しているのが現状です。

「活動状況と課題」

畠山 次に「活動状況と課題」についてですが、思い出に残るイベントや企画にあたってのご苦労話なども交えて話していただけますか。

石川 神奈川会は、第一回のイベントが2004年の8月に開かれまして、現状としては、いま75回になっています。かつてはかなり参加者が多くて80名ぐらいの時もあったようですが、現状としては、参加者数が徐々に固定化されて、だいたい20名前後が一番多いということです。

最近参加者が多かったのは、2年前に企画した「鶴見の総持寺の見学と精進料理」で43名の参加を得ましたが、逆に人数が多いとお世話が大変になります。遅れたりどこかに行つてしまつたりで、食事があると一人欠けたら始まらないとかで、人数が多くなることは嬉しいことですが大変でもあります。

現在、実施は年2〜3回、神奈川県下および近隣の工場見学や文化施設などを訪問していま



石井憲氏

すが、工場見学は人気が高く、例えば「崎陽軒」はネットの予約開始時間に操作しても瞬間的に

ダメで、何回やっても無理でした。

講演会は過去年1回くらい開催していましたが、コロナ禍以後は講師および会場の都合もつかず開催はありません。

課題は定例会メンバーの高齢化でリタイアが増え、数年前約25名のメンバーが現在10名と激減、女性も5〜6名が3名となっており、決める事も難しくなっており、積極的に係ってくれる人も減ってきて、活動に支障をきたしています。

神奈川会は独自の同好会を毎月実施しています。カラオケ会、パソコン教室、ボウリング会を毎月定例で実施していますが、参加メンバーが固定化され新規入会者がほとんどなく、責任者は危機感を持っています。

妙案も浮かばないですが、継続は力なりの精神で休みなく実施しています。

畠山 埼玉会は、いかがですか。

石井 イベント責任者（現在5名）を決めています。して、世話人会開始前に次回のイベントの場所の決定、前回の反省点など話し合い、その結果を世話人会で発表して共有しています。

イベントも人気があるもの無いものがあって、

参加者は10〜22名で減少傾向にあります。下見会もやっていますが、労力を使うのでどのようにやっていくかがあります。どの地域会もそうですが、イベント先が枯渇してきている中で、何か良い方法が無いか考えていますが、先程のようにイベント担当者が毎月集まって話し合っています。それでも同じようなところばかり出て来るということで、世話人の方に1月〜12月にどこに行きたいか、やってみたいというような希望をとりまして、10月の世話人会でまとめました。それが全部実現できるかどうかは別として、イベント責任者で採んでもらうことにしています。

参加者の人数が少なくなっている上に固定化されていて、それも世話人に集中している状況なので、埼玉会のメンバーにもどんどんお誘いをしていかないと広がらないと思います。今年度末で86回を数えるのですが、以前行ったことがあって楽しかったところをピックアップするのも一方法として考えています。

以上述べた対応策として、
・新入会員および参加したことがない会員へ世話人が積極的に声掛けして孤立しないようにする

・埼玉県内に限らず候補先を探す。他地域会との共同開催を提案したい
・魅力あるイベントにするために、案内人を積極的に活用

の3点だと思います。

今年度は栃木県の大谷石見学がありますが、県外、東京を問わず積極的に企画をして行きたいと考えています。

畠山 ありがとうございます。次に西東京会をお願いします。

塩山 イベント活動は、コロナが落ち着き、年5〜6回実施しています。観桜会、紅葉狩りはだいたい春秋で決定しています。それと2月に梅を見る会を開催することもあります。それと懇親ゴルフ、寄席・落語鑑賞会などがあり、直近の寄席・落語鑑賞会は21名でした。好評だったイベントは、「料理教室を体験し認知症予防と食事について卓話をする」でした。コロナ感染拡大で中断しましたが再開したいイベントの一つです。

あとキューピーマヨネーズや埼玉会と合同でやりました読売新聞社見学とサントリー工場見学も人気があり40名近く集まりました。近年は、たまたま雨天順延が多かったのですが、幹事の中に雨男がいるのか分かりませんが、2回目になると人数が減る傾向があります。

課題としては、イベントも68回やっていますが、開催場所が一巡した感があり、高尾山には2回（春・秋）行きました。参加者の顔ぶれもほぼ同じで、これからは他地域会との合同開催が効果ありと思っていますので、年に1〜2回は開催したいと考えています。

畠山 ありがとうございます。京葉会はどうですか。

長嶋 名所散策や史跡見学など年数回イベントを企画し実施しています。57回開催になっています。好評なのは、毎年恒例の木更津の伝統漁法『すだて漁』ですが、船を一艘借りて体験するイベントで7回ほど開催しています。工場見学もやっています、羽田クロノゲート見学は好評で50名近い参加がありました。また、コロナの関係で食事付きのイベントもしばらく休止していましたが、最近行った「朝倉彫塑館鑑賞と食めぐり」ではランチが美味しかったと好評でした。毎月開催の「京葉会サロン」もコロナの関係で休止していましたが会員交流の場として再開しています。

「会員間の連絡」

畠山 次に会員間の連絡について伺います。一般会員との意思の疎通についてどのようにやっているかをお伺いします。それでは神奈川会から順次お願いします。



司会 畠山忠昭氏

石川 神奈川会ではホームページを立ち上げてやっています。定例会の議事録やイベントの実施記録等をその都度掲載しています。また、同



石川義明氏

好会の開催状況も載せていますが、あまり見てもらえないのが現状です。そのため年2

回ほど簡単なチラシ程度のものを作成して、会の動向を記載して神奈川会便りとしてマチュリテイ機関誌送付時に同封し、ホームページの閲覧も依頼していますが、他の地域会のように新聞は作成してはみませんので詳しく見てもらいたいです。今年は神奈川会20周年ですので、記念誌神奈川会活動記録「10年の歩み」の発行を計画しています。これから準備委員会を立ち上げて3月完成を目指して取り組みたいと考えています。

石井 会員間の連絡は、グループLINEを立ち上げて埼玉会全体で携帯に登録している人に連絡することが出来て便利です。世話人会やカラオケ

会などの同好会の出欠確認にも重宝しています。また、埼玉会だよりを四半期ごとに会員へ情報発信していますが、郵送費が高騰している中でメルアドに登録している方の割合を高めていきたいと思っています。現在、メール登録75%、ない方は郵送25%ですので、メルアド登録を増やしたいと思っています。

塩山 会員向けに西東京通信を年2回発行しています。2015年9月20日に第1号を発行して

2024年10月25日発行で第19号になります。第19号に現在取り組んでいる「会員紹介キャンペーン」を掲載しました。なお、メールと郵送の比率のお話が出ましたが、西東京会は、たまたま埼玉会の割合と同じでメール登録75%、郵送が25%の割合となっています。

畠山 この割合はしばらく変わらないのではないのでしょうか。限界かも知れません。

長嶋 会員交流のツールとして10周年を期に「京葉会新聞」を創刊し、現在年3回発行しています。今月で第6号の発行となります。現在は、世話人が寄稿している状況ですが、会員の皆さまからも広く寄稿をお願いすることで、会員交流の場としても使っていけたら良いかと思えます。配布についてはEメールのアドレスが分かる方には配信で、それ以外の方は郵送で配っています。1/3が郵送になっています。

「社会貢献活動」

畠山 次に、「社会貢献活動」に移りますが、協会では社会貢献活動を大きな柱としています。各地域会で行っている活動を教えていただけませんか。神奈川会からお願いします。

石川 ダウン症候児支援組織の「虹の子会」のバザーの支援を続けていましたが、児童の成長と支援者の不足により活動が中止され、また支援の仕方が難しく現在は実施されていません。ペットボトルキャップの回収も二年ほど前から

業者がなくなって中止しています。ひとつあげれば、横浜市の社会福祉センターの利用団体の交流会が毎年ありまして、開催時期が「はつらつふれあい」と重なっていたので出られなかったのですが、今回12月開催の案内状をもらっていますので、我々の方と関係するものがあれば、ヒントもあるのかなと思っています。

塩山 去年「はつらつふれあいの集い」で虹の子会のクッキーや手作り品を出して頂きましたよね。今年はもうないのですか？

石川 はい。ありません。

島山 それでは埼玉会お願いします。

石井 先ほど話しましたが、埼玉ワンコイン運動を展開し、埼玉県社協に毎年寄付を行っていきます。社協に、何かできることはないかと今年の5月に問い合わせたところ、『埼玉県は、子ども食堂の展開に力を入れている。食材の運搬の仕事をしてもらいたい』と回答がありました。退職者協会ではちよつと無理だなーと思いましたが、これからも埼玉県社協と連携して、埼玉版きたざわサロンのような活動を模索したいと思います。

塩山 ペットボトルキャップ回収がありますが、世話人が二カ月に一回ぐらいの割合で、定例会の際持参し国立市の福祉作業所「天成会」が回収しています。世界の子どもにワクチンを届ける費用の一部に充当しています。ポリオワクチンは、キャップ1kgで1人分と聞きました。そ

の他、はしか、おたふくかせなどのワクチン購入に役立っています。

長嶋 今後の目標として検討段階ですが、社会貢献活動を主体に千葉地区で活動している団体「いきいきライフ千葉」と連携を図るべく事務局との打ち合わせを行っています。

島山 ありがとうございました。社会貢献活動は、協会の重要ミッションですが、なかなか難しいところがあります。社協を使うなどの方策も考えて行くのかなと思います。

「協会の目標と地域会」

島山 それでは最後に、理事長でもある塩山さんに協会の目標と地域会について伺いたいと思います。

塩山 各地域会の責任者のお話をお聞きして、日々の活動状況や課題、ご苦労がよくわかりました。先日、石井専務と広島支部を訪問し10月の二木会に参加してまいりました。二木会は毎月第2木曜日に開催され、当日の参加者は97名で大変活気があり、会場全体に熱気を感じました。

驚いたのは女性会員の出席者が多く積極的に発言されていたことです。この3年間で新入会員が約110名入会され、そのうち7割が女性で、女性会員の多数加入により組織が活性化されているとお話でした。また、同好会が活発に活動されていることも印象に残りました。

協会の目標としては大きく2つあります。

第1に「フレイル防止活動」の推進があります。厚生労働省の発表によりますと2030年に高齢者の14%にあたる7人に1人が認知症患者になると予測されています。フレイル防止に繋がる家に引き篋もりがちな高齢者に社会参加してもらうため、魅力あるイベント・サークル活動を企画・推進していくことが地域会の大きな役割かと思えます。

第2に「会員増強運動」の推進であります。法人会員は言うまでもありませんが、会員拡大は組織活性化の源泉であります。先に申し述べましたが、関東地区でも女性会員をもっと増強したいと思います。創立40周年にあたり、「会員紹介キャンペーン」を実施しておりますが、地域会活動を通して会員紹介のご尽力をお願いいたします。入会後のフォローアップが大切かと思っておりますので、これからは各地域会のご活躍を大いに期待しております。

「いきいきシニア塾アンケート結果・分析」

◎アンケート調査名

いきいきシニア塾会員アンケート

◎趣旨・目的

いきいきシニア塾で取り上げるテーマを検討するため

◎対象・方法

当協会会員750名を対象に、選択

回答式アンケート

◎回答者数・率

170名(23%)

◎回答者の性別割合

男性(72%)、女性(28%)

◎回答者の年齢別割合

60～64歳(1%)、65～69歳(5%)、
70～74歳(22%)、75～79歳(30%)、
80～84歳(32%)、85歳以上(10%)

◎同居している人数

単身(17%)
夫婦のみ(60%)
その他(23%)

◎就業状況

働いている方(19%)
働いていない方(81%)

2023年9月フレイルや要介護

状態の到来を遅らせ、人生を明るく

有意義に過ごすことを目的にいきい

きシニア塾を立ち上げました。

塾の充実を目指し皆様にアンケ

ートをお願いしましたところ会員17

0名からご回答いただき有難うござ

います。

結果は厚生労働省などの発表して

いる内容と同様のもも多々ありま

すが、協会色の強い回答も数多く見

受けられました。

仕事一筋で働いた人生をどのよう

に生きるか、そのために現状の分析

をどのようにするか人それぞれで

す。そのためにこのアンケート分析

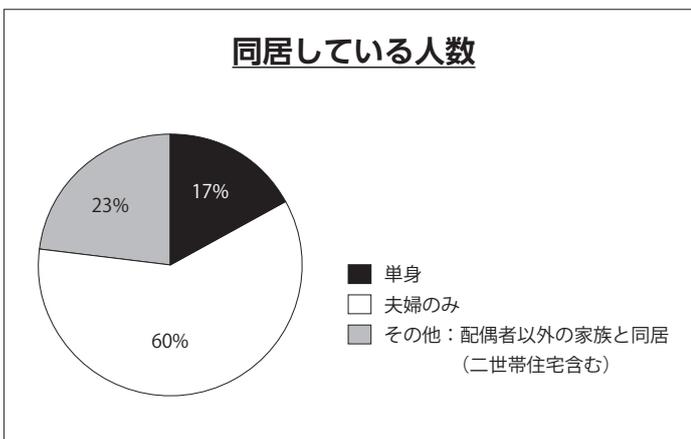
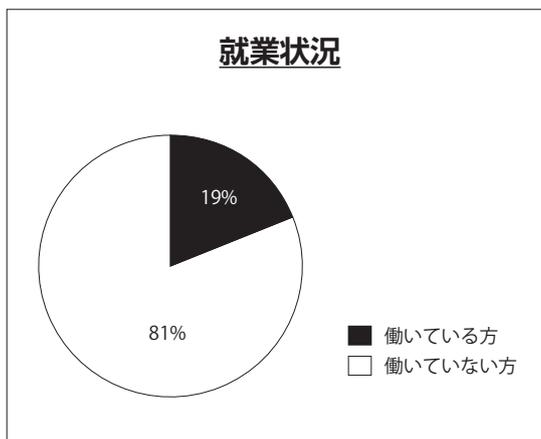
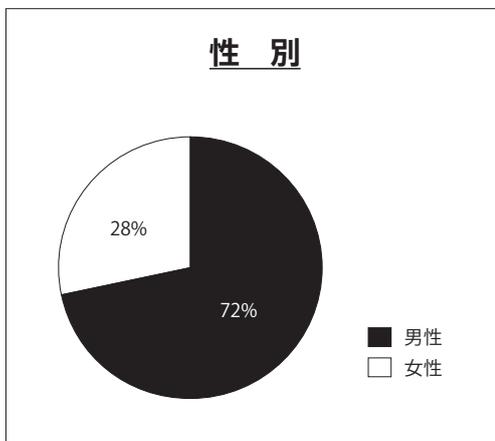
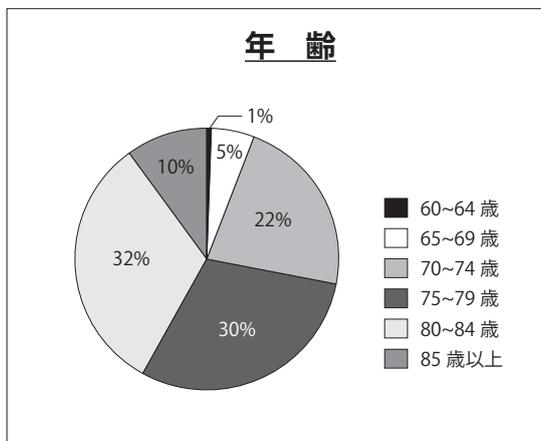
が少しでも皆様のお役に立てば幸い

です。

この結果を生かし、皆様のお役に

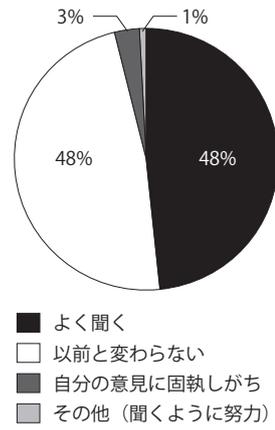
立てるいきいきシニア塾となります

ことを念願しております。

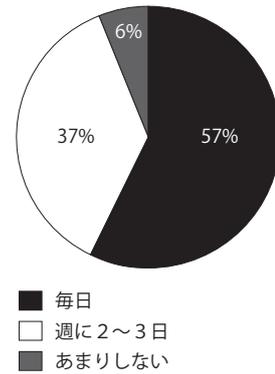


(1) 健康について

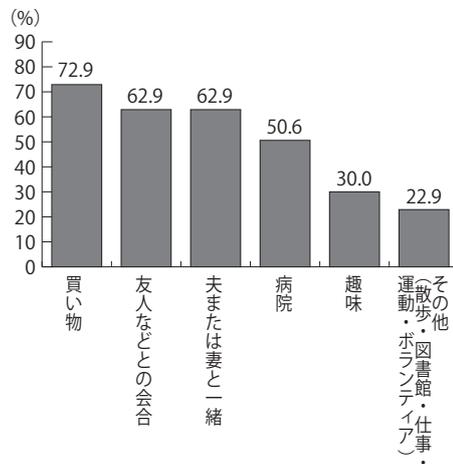
【Q1】人の話をよく聞きますか。



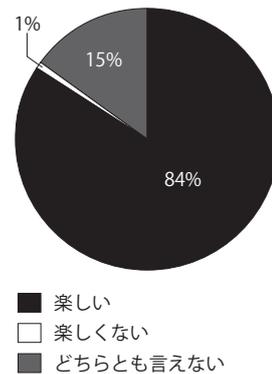
【Q2】外出しますか。



【Q3】外出の目的は何ですか。
(複数回答可)



【Q4】食事は楽しいですか。



「よく聞く」と「以前と変わらない」を合わせて96%。一方「自分の意見に固執しがち」の3%を大きく上回っている。年齢による変化はわからないが、健康な状態であり今後も継続していきたいものである。

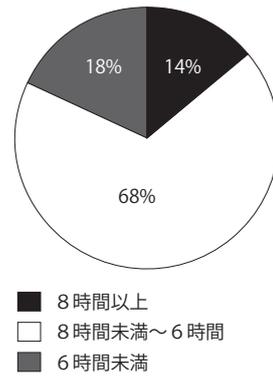
「令和4年版高齢社会白書」によればよく外出するが55・6%、たまに外出するが29・9%であり、当会員の状況は健全といえる。また、男女とも74歳未満の方が外出する頻度が高く、年齢を問わず女性の方が外出しないという結果になっている。

国交省の「平成27年度全国交通特性調査」の結果では、日常・非日常の買い物に27・1日/月・人、趣味、娯楽、食事、社交が14・9日/月・人、次いで病院が3・5日/月・人となっている。友人などとの会合が2位になっていることは会員の皆さんの健康を感じている。

年代、家族構成や買い物の便利さなどによる違いはあるものの、高齢者ほど健全な食事に気を付けているという報告が農水省からなされており、満足度は20代は男性53・4%、女性67・1%に比べて70代男性は81・7%、女性90・3%となっている。ヨーロッパのパブやバル、あるいは東南アジアの屋台のように近所のたまり場があればもっと楽しくなるかとも思う。

(1) 健康について

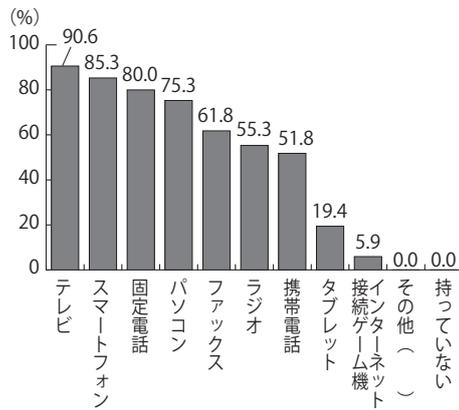
【Q5】睡眠時間はどれくらいですか。



60歳代以降は年齢が高くなるほど睡眠時間が長くなる傾向にある。長寿科学振興財団の調査では65歳以降の男性の平均睡眠時間は8・1時間、女性は7・5時間、75歳以上の男性は8・4時間、女性は8・1時間となっている。もっともこの問題は、睡眠時間だけが問題ではなく睡眠の質も併せて考える必要がある。

(2) 情報収集について

【Q6】所有している情報通信機器は何ですか。(複数回答可)



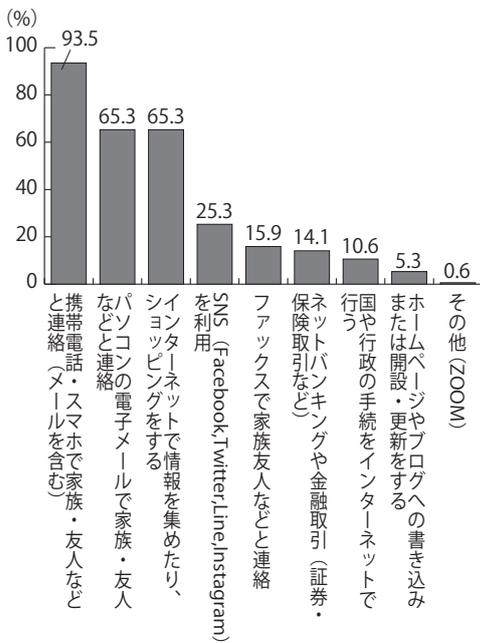
内閣府の「令和3年版高齢者白書」によれば、所有する機器の第1位はTVであり、協会：90・6%、日本：80・2%、アメリカ：80・7%、ドイツ：92%、第2位は協会：スマホ：85・3%、日本：固定電話56・6%、アメリカ：固定電話64%、ドイツ：固定電話85・4%、3位は協会：固定電話80・0%、日本：スマホ44・5%、アメリカ：パソコン62・9%、ドイツ：ラジオ81・3%となっている。FA

Xについては協会：61・8%で5位、日本：18・9%で7位、アメリカ、ドイツは8位となり協会が最も高い。

人と連絡を取る」となっている。協会、日本、アメリカともインターネットで情報を集めたりショッピングをするが2位となっている。協会はネットバンキングで金融取引や行政手続きをとるが14・1%で6位となっているがスウェーデンでは72・4%で2位となっている。(内閣府調査)

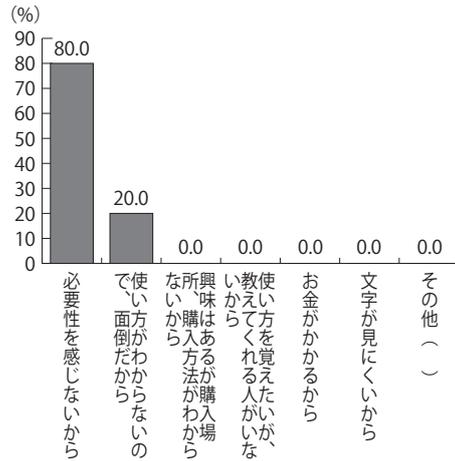
【Q7】情報通信機器を使ってどのようなことをされますか。(複数回答可)

第1位は協会、日本、アメリカ、ドイツとも「携帯・スマホで家族、友



(2) 情報収集について

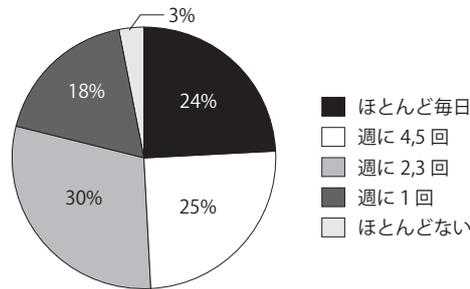
【Q8】Q6で「持っていない」とお答えの方へ、情報通信機器を利用しない理由は何ですか。(複数回答可)



当会員の情報環境を表していると思われるのが、必要性を感じないが80%に対し、日本49・2%、アメリカ56・7%、ドイツ76・2%、スウェーデン32・4%であり、使い方がわからないが協会20%に対し日本50%、アメリカ27・8%、ドイツとスウェーデンが40%となっている。(内閣府調査) 持っていない5人中4人は必要性を感じていない。

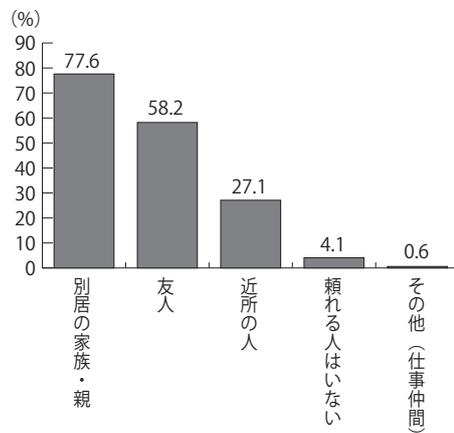
(3) 友人・知人との交流・社会活動について

【Q9】人と直接会って話をする頻度はどれくらいですか。



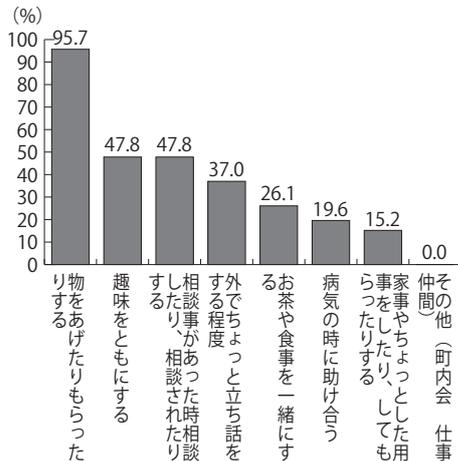
【令和2年内閣府調査】(以下、内閣府調査) によれば毎日人と会って話をする人は、日本・71・9%、アメリカ67・5%、ドイツ・64・6%に対し、協会は24%と少ない。週に2、3回以上となると80%で同等となる。

【Q10】同居のご家族以外に頼れる人はいますか。(複数回答可)



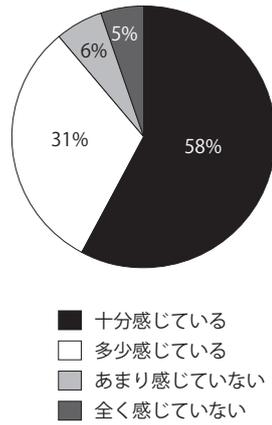
病気の時や、困った問題が発生した時に頼れるのは、別居の家族(77・6%)、友人(58・2%)、近所の人(27・1%)の順になった。いずれの項目も(内閣府調査)の日本(63・1、14・9、15・0)と比べてはるかに多い。一方で、「頼れる人はいない」は、協会：4・1%、日本：36・3%、アメリカ14・2%、ドイツ13・5%となっている。

【Q11】前問で「近所の人」とお答えの方へ、近所の人とはどのような付き合い方ですか。(複数回答可)



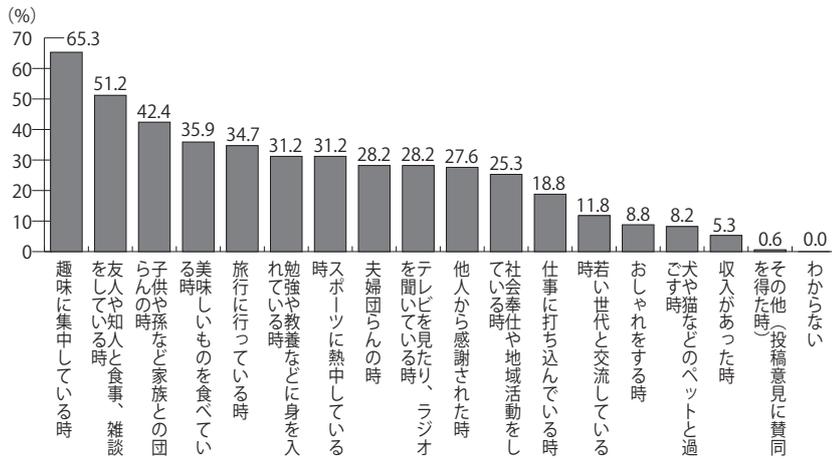
(4) 生きがい・趣味について

【Q15】生きがいをどの程度感じていますか。



今回の調査では9割の人が生きがいを感じているが、「令和3年版内閣府調査」の73・2%と較べて高い。高齢者の生きがいの概念は「生きるために見出す意味や価値」と「生きていくことに対しての充実感や達成感、満足感といった自分自身に見いだせる肯定的な感情」の二つの面がある。そのため、生きがいを得るためには、自分自身が満足感や充実感、達成感を得たいという欲求があること、行ないたいことや目標とすることがあること、生きるための価値や意味を見出すことができ、打ち込むことのできる活動をもっていることが必要。

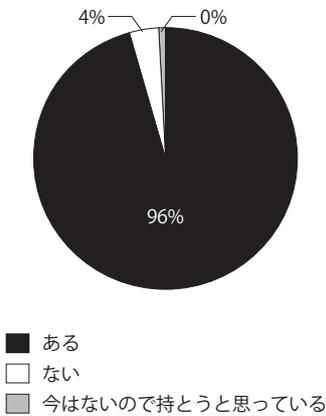
【Q16】どのような時に生きがいを感じますか。(複数回答可)



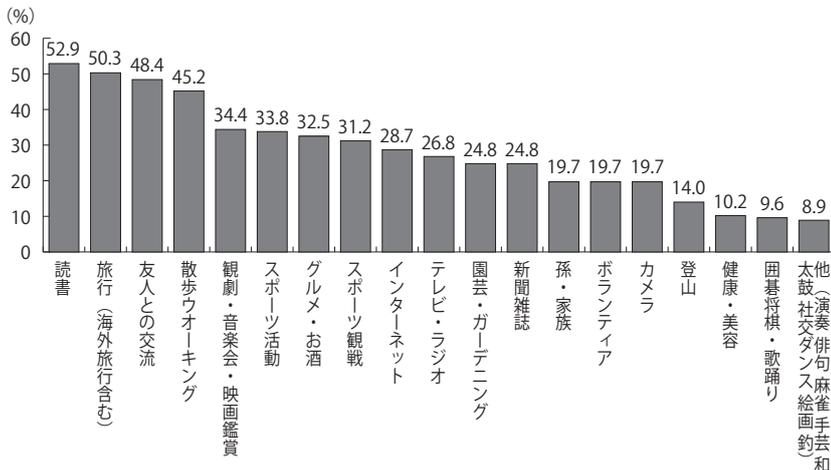
趣味、家族との団らん、知人友人との会合に生きがいを感じる人が多い。高い順に「趣味に集中している時」

(65・3%)、「友人や知人と食事、雑談をしている時」(51・2%)、「子供や孫など家族との団らんの時」(42・4%)、「美味しいものを食べている時」(35・9%)の順となった。ペットによって生きがいを感じている人は8・2%と少なかった。「内閣府調査」では高い順に「孫など家族との団らんの時」(55・3%)、「美味しいものを食べている時」(54・8%)、「趣味やスポーツに熱中している時」(52・6%)、「友人や知人と食事、雑談をしている時」(52・6%)であった。

【Q17】趣味がありますか。



【Q18】前問で「ある」とお答えの方へ、趣味は何ですか。(複数回答可)

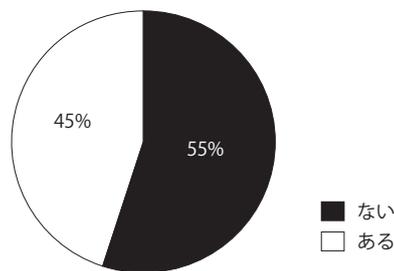


一人平均5個の趣味を持つ。高い順に「読書」(53%)、「旅行」(50%)、「友

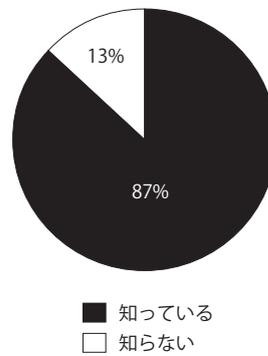
(5) 介護について

人との交流」(48%)、「散歩ウォーキング」(45%)、「観劇・音楽会・映画鑑賞」(34%)になった。趣味は個人によってさまざまであるが、生きがいを感じられる趣味は長続きするとされている。無理をせずに楽しく続けましょう！

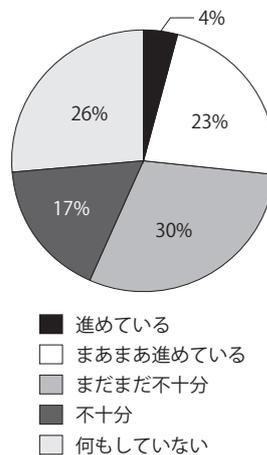
【Q19】 これまでにご家族等の介護を経験されたことはありますか。



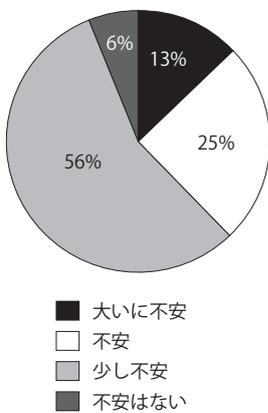
【Q20】 要支援が1〜2段階、要介護が1〜5段階あることを知っていますか。



【Q22】 ご自身が介護が必要になった場合の備えを進めていますか。



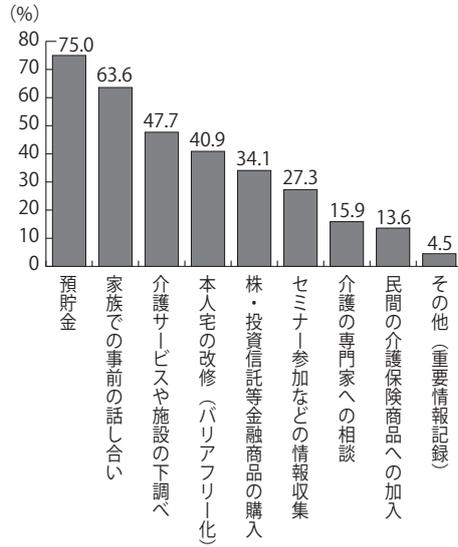
【Q21】 将来のご自身について介護が必要な状態になるか不安がありますか。



約半数の方(45%)が介護を経験している。高齢者にとって避けられない切実な問題となっている。厚労省によると要介護(要支援)認定者数は2000年の256万人に対し、2021年度は690万人となり2.7倍増加している。2040年にピークを迎え988万人に達すると予想される。

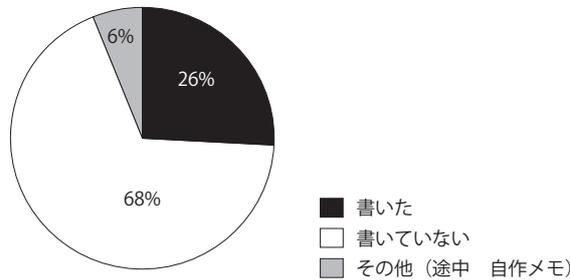
(5) 介護について

【Q23】前問で「進めている」、「まあまあ進めている」「まあまあ進めていない」と回答した方へ、具体的などのような備えを進めていますか(複数回答可)



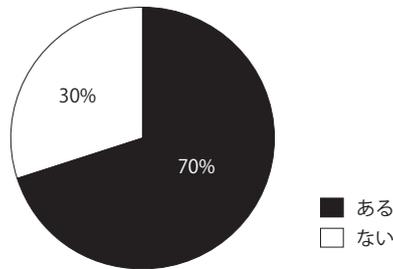
(6) 資産管理・お金について

【Q24】エンディングノートは書きましたか。



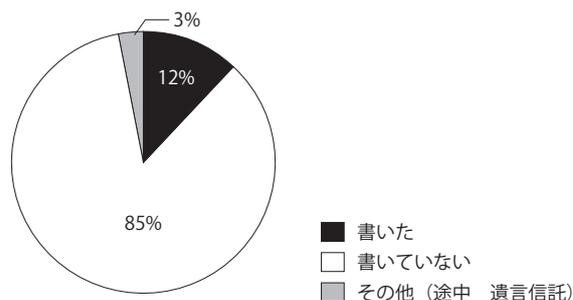
当会員でも26%しか書いていない。NTTファイナンスによる調査では、エンディングノートを利用している人は60〜64歳で6.1%。65〜69歳で8.3%、70歳以上で13.0%となっている。書かない理由は①気分、モチベーションが続かない ②締め切りがない ③自分にはまだ必要がない ④自分の死を意識したくない

【Q25】前問で「書いた」とお答えの方へ、内容をご家族に伝えてありますか。



全体の70%の人が家族に伝えている。エンディングノートは法的効力がないため、あくまで希望を伝えるのみである。エンディングノートに記載していても家族が反対ならその通りに進める必要はない。しかしエンディングノートを残すことで家族の重要なシーンで判断しやすく、また死後の手続きも進めやすくなる。

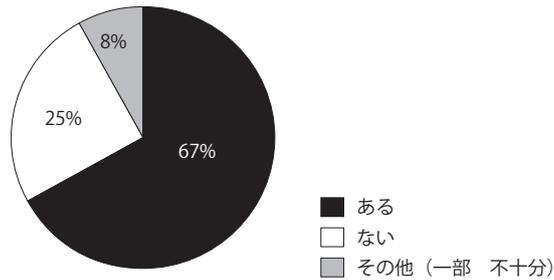
【Q26】遺言書は書きましたか。



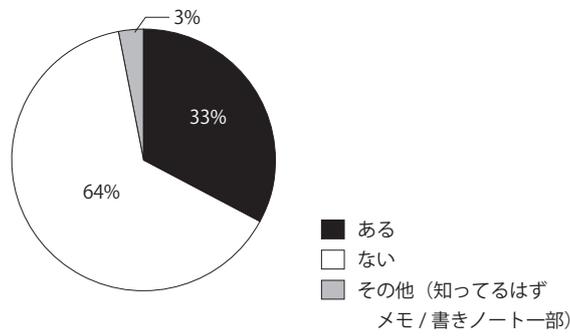
法的に有効な形で自分の意思を示したい場合には、遺言書を作成しておく必要がある。

(6) 資産管理・お金について

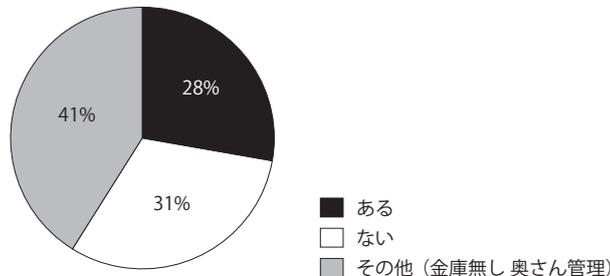
【Q27】 前問で「書いた」とお答えの方へ、内容をご家族に伝えてありますか。



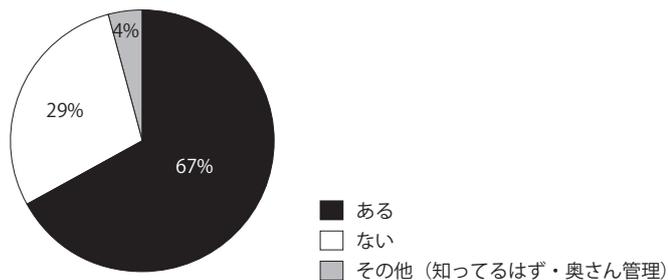
【Q28】 パソコンやカードのパスワードをご家族に伝えてありますか。



【Q29】 金庫の開け方をご家族に伝えてありますか。

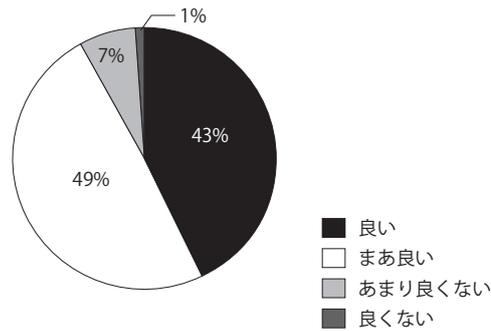


【Q30】 通帳や印鑑の保管場所は伝えてありますか。



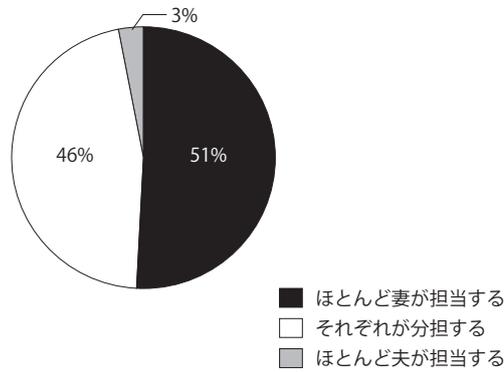
(7) 夫婦関係について（夫婦の方のみ回答）

【Q31】夫婦仲は良いですか。



野村証券の2021年調査によれば、男性は年齢が上がるに連れ満足度が高くなっているが、女性は逆に満足度が低くなっている。

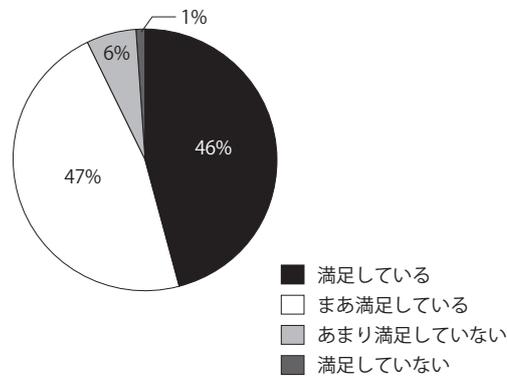
【Q32】夫婦の家事の分担割合は
どうですか。



半数近くの方が分担している。

統計情報リサーチの調査によると、分担している割合は年代別に差があるものの、女性が分担する割合は40歳代で80%以上、70歳から74歳は69.4%、75歳以上は59.9%となっているが、75歳以上は分担割合が不詳の割合が15%も増えており夫の分担も増えているのではないかとしている。だがが家庭内の諸事を主導しているのかも考察すべきと指摘している。

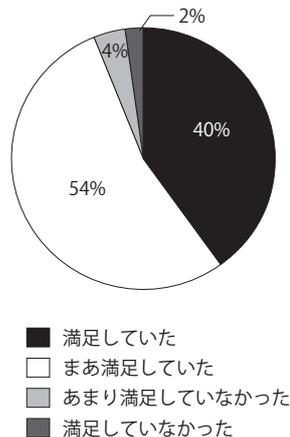
【Q33】夫婦関係に満足していますか。…現在



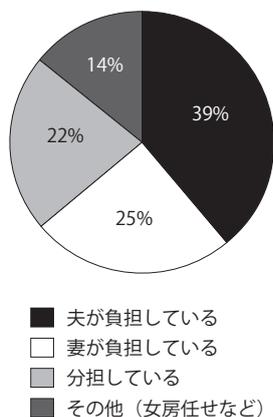
満足度は夫婦仲の良さとほぼ同数値。

東京女子大学の岡村清子教授は「定年退職と家庭生活」の中で次のように指摘している。「夫は職業（有償労働）からの、妻は主婦業（無償労働）からの引退を認め合い、家事、介護労働などを夫婦で分担し、これまでの人生でやり残してきたこと、自身自身の課題を達成するために夫婦双方で支援しあうことである」

【Q34】夫婦関係に満足して
いたか。…定年前



【Q35】食費は分担していますか。



チャリティコンサート10年を振り返る

このチャリティコンサートは、社会福祉施設の方をお招きし、生の演奏を肌で感じ、音楽に親しんでいただくことを趣旨として開催しており、2024年末には本コンサートに對しまして、東京都社会福祉協議会から「会長感謝」を受賞しております。

創立30周年の次年度の2015年に開催した第12回チャリティコンサートから第17回開催まで、10年間の歩みを別表のとおり、掲載いたしました。コンサートにご参加いただいた方、開催に携わっていただいた方に感謝申し上げますとともに、ご記憶を呼び起こしていただければ幸いです。

この10年の間に色々なことがありましたが、なんとと言っても、コロナ感染症のため、大規模開催中止（2020～2022年）を余儀なくされたことであります。開催を期待しておられた皆さまには大変ご迷惑をお掛けしましたが、現在ではコロナ前に回復しております。

もうひとつの特筆すべきことは2022年にウクライナの歌姫を招き緊急支援チャリティコンサートを開催し、募金をウクライナ大使館に寄付したこと、2023年には、自閉症という障害を音楽で乗り越えた「ノブ・タク」のコンサートを開催したことなど記憶に新しいところです。

また、第17回からは東京SDGs吹奏楽団と歌手をお招きして開催しましたが、26人の楽団員による迫力ある吹奏楽とテノール歌手の美声に酔いしれたことなど思い出されます。音楽は心を豊かにしてくれます。本当にいいものですね。

今後とも皆さまにお喜びいただけるチャリティコンサートの企画を立案して参りますので、さらなるご支援・ご協力のほどお願い申し上げます。

なお、創立40周年記念第18回チャリティコンサートの詳細は次回のマチュリティ121号にてご披露させていただきます。



演奏風景

社会参加支援委員長 石井 憲

東京都社会福祉協議会

「会長感謝」を受賞

東京の社会福祉の発展に功績のあった社会福祉関係者を表彰し、感謝の意を表する第73回東京都社会福祉大会において、「毎年チャリティーコンサートを開催し、招待券を社会福祉施設に寄付」に対して、12月24日(火)、東京都社会福祉協議会「会長感謝」を受賞いたしました。

授賞式には、石井専務理事、菊池理事とともに3名で出席いたしました。

大変名譽な賞をいただきましたことを、ご報告させていただきます。

(理事長 塩山哲郎)



「感謝状」(都庁授賞式にて)

回数	日時	場所	参加者 総数	福祉施設 設招待	テーマ	出演者	主な演奏曲目
第12回	2015年 11月7日	ハリウッドホール	600名	228名	友情と希望	赤塚太郎、芝沼美湖、望月友美、椎葉樹人、塩入功司、谷藤万喜子	愛の挨拶、蝶々夫人より、見上げてごらん夜の星を
第13回	2017年 6月24日	ハリウッドホール	635名	250名	ふれあう・やさしい心	12回と同じ	魔笛より、ラプエタの城のテーマ、アヴェ・マリア
第14回	2018年 6月23日	ハリウッドホール	618名	252名	夢の玉手箱	赤塚太郎、芝沼美湖、望月友美、椎葉樹人、坂下忠弘、西川真利奈	結婚行進曲、峠の我が家、デイズニームロディー
第15回	2019年 6月22日	ハリウッドホール	608名	300名	世界の名曲を集めて	赤塚太郎、望月友美、トロンボーン・カルテット・ティンツ	愛の讃歌、別れのワルツ、夏の思い出
コロナ禍で2020年から23年まで大規模チャリティーコンサートは見送り							
	2022年 6月4日	紀尾井フォーラム	64名		ウクライナ緊急支援	オクサーナ・ステパニユク	ウクライナ民謡、浜辺の歌、アヴェ・マリア
第16回	2023年 3月4日	紀尾井フォーラム	52名	10名	障害を乗り越えて	ノブ(本間惟彦)、タク(小柳拓人)、齋藤綾乃	乾杯の歌、ラデツキー行進曲、熊蜂の飛行
第17回	2024年 1月8日	銀座プロッサムホール	482名	193名	SDGs	さかはし矢波、東京SDGs吹奏楽団	威風堂々、トランペット吹きの休日、千と千尋の神隠し

〈個人会員親睦会〉

「はつらつふれあいの集い（40周年記念回）」開催報告

去る11月14日、大東京の中心銀座のイタリアンレストラン「フォーエタニティ」に61名の善男善女が集い、華やかに「はつらつふれあいの集い」が開催されました。

総合司会は、はつらつ伊藤委員長です。伊藤委員長の友人である菊池愛子さんによる厳かな二胡の演奏に始まり、4本のク



塩山理事長によるご挨拶

ラッカーの号砲の中、末松常任理事による「祝40周年おめでとう」の垂れ幕披露で会がスタート致しました。その後、吉川副会長による開会宣言、塩山理事長による理事長挨拶、役員紹介、新入会員紹介、湯藤顧問による乾杯と実にスムーズに会が進行致しました。特に今回は6人の新入会員が参加され、「新鮮な新入会員」の意味を込めて「新米1kg」の贈呈がありました。

暫くの歓談のあと、いよいよお待ちかねのイベント「歌の時間」の始まりです。私、恒成の司会による各地域会代表選手によるカラオケ大会です。1曲目は紅一点京葉会代表後藤さんによる昭和の別れの名曲「忘れな草をあなたに」です。自己評価は10点満点中5点とのこと。実に謙虚です。2曲目は西東京会代表中村さんによる「北の漁

場」です。噂通り実に美声でした。3曲目は神奈川会代表高林さんによる初々しい恋心を歌った「美しい十代」です。因みに高林さんの初恋は9歳のときとのこと。そしてとりの埼玉会代表畠山さんによる「酔歌」の熱唱により盛り上がりも最高潮に達しました。各代表選手の奮闘もあり、また各地域会の楽しい応援合戦もあり、大盛況のままカラオケ大会を終えることが出来ました。代表選手の皆さま、ありがとうございました。

続きまして、プロの歌手田口さん、仲町さん先導による全員合唱です。「浜辺の歌」「青春時代」をまさに青春時代に帰った気持ちで高らかに歌い上げました。最後にお二人による熱唱で、「歌の時間」を終了致しました。

次に、待ちに待ったビンゴ大会です。今回は「ミツウロコ様」「損保ジャパン様」「丸大ハム様」より景品のご提供を頂きました。ありがとうございます。ビンゴに当たった方は勿論、当たらなかった方も景品を受け取り皆笑顔で子供に帰ったように楽しみました。

全てのプログラムが終了し、若干時間が余ったので有志により、場所が銀座であったこともあり、「銀恋」の合唱がありました。それが合わせてチークダンスを踊るカップルも何組か出現！ 皆さん、お若いのです!! 盛り上がりも最高潮の中、石井専務理事の「チャリテイコンサートのお願い」、西村専務理事の閉会のご挨拶でこの会も幕を閉じました。

最後に、お手伝いの皆さまを含め会の運営にご協力頂いた方々に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

「はつらつ」と掛けてお金持ちと解く。心は「現金いっぱい」↓「元気(ん)いっぱい」一寸無理かな？

(はつらつ部会長 恒成 憲一)



カラオケ風景

協賛法人
株式会社ミツウロコグループホールディングス
損保ジャパン株式会社
丸大食品株式会社
(敬称略)



会場風景

SDGsの取り組み

SDGs委員会 委員長 西村康治

SDGs (Sustainable Development Goals)

は後の世代に希望のある世界を引き継いでいくために、先進国、途上国を問わず193か国、75億人が2030年までに達成すべき17の目標、169のターゲットが共通の目標として2016年に国連で定められました。

協会では、既に竹とんぼ同好会がきたざわサロンとほぼ同時期に立ち上がり活動をしていましたが2020年に検討を始めました。

2021年にSDGsの第1回委員会を開きました。最初は何がこの活動にふさわしいのか悩みましたが、廃材で子供と一緒に竹とんぼを作り、飛ばして遊ぶことが目標4の「質の高い教育をみんなに」、7の「エネルギーをみんなにそしてクリーンに」、12の「作る責任つかう責任」、14の「海の豊かさを守ろう」、15の「陸の豊かさを守ろう」に該当するとの結論に達し、当面竹とんぼを中心に活動することになりました。

まず、西東京市の東小学校の放課後子供教室で竹とんぼを作り、飛ばして遊びました。

廃材で作った竹とんぼが高く舞い上がり子供たちが歓声を上げて追いかける姿に驚いたものです。この取り組みは現在も継続中です。廃材で手作りしたおもちゃで金町の複合施設のオープニングセレモニーへ参加し、また玉川高島屋で子供向けの工作教室を開催し、茅ヶ崎の海岸でのマイクロプラスチック清掃の手伝いなどを行いました。

2022年には活動の基本方針として、協会の基本姿勢を確立する活動であると定め、会員の人的資源を活用すると共にこの取り組みに参加することで会員への生き甲斐を提供することを目標にしました。そのために外部との連携を図ることの重要性も確認しました。

また、下水道協会様の好意から国際展示場ビッグサイトで開催された下水道展のパブリックゾーンにもブースを出し、手作りおもちゃで協会の活動をアピールしたところ、多数の国会議員、出展者や来場者の方々がお見えになりました。そのうえ、株式会社二友組様、株式会社ブリッジス様に会員になってい

ただくことができました。

2023年には活動の基本方針の徹底を図るため四つの地域会で説明を行いました。広島支部ではこれまでの取り組みを見て竹とんぼ同好会を立ち上げました。玉川高島屋の工作教室、札幌下水道展に出展などの活動を行いました。

2024年には、東小学校の工作教室の開催、かながわ伝統文化こども歳時記に参加し竹とんぼ教室を開催しました。また、東京ドームの下水道展で展示を行い、これを契機に日本鉄管株式会社様にご入会いただくことができました。

これらの活動を通して、協会として取り組みを定着させることが必要であり、そのためには例えばイベントで出かけた際のごみ拾いなど多くの会員の取り組みと、外部との連携が不可欠と考えています。現在、大学、地域会と協働すべく検討を始めたばかりですが、一人ひとりの問題として、身の回りを見て着実に進めていきたいと願っています。

認知症予防活動「きたざわサロン」とは

推進部会 安藤隆夫

ことの始まりは15年前、地元北沢地区で長年にわたり民生委員をされていた協会の加藤孝子さんに世田谷区から「認知症予防活動の手伝いをしてもらえないか」と持ちかけられたことが発端でした。日退協としても社会

合言葉にして前に向かって進み始めました。半年ほど経つと、口コミやアンスコや社協からの紹介によりゲストも増えはじめ、ひと山越えた感がありました。

貢献活動は重要テーマであり、協会が主体となり地域高齢住民の総合相談窓口である地域包括支援センター（アンスコ）及び社会福祉協議会（社協）と連携しながら取り組むことが決まり、2010年6月に第1回きたざわサロンが開催されました。ちょうどそのころ始まった「竹とんぼ同好会」のメンバー有志が世話人となり、まさに手探り状態でのスタートとなりました。

石の上にも3年が過ぎ、協会のサークル活動や同好会や友人知人の特技紹介などの応援を得て催し物のレパートリーも増え「きたざわサロン」の評判も高まり会場の定員超えて新規募集を見合わせる時期もあるほどでした。これでスタッフにも自信が付き、認知症予防活動の意義と重要性を実感しながらサロン運営もしばらくは順調に運びました。

素人集団の世話人（スタッフ）が参加者（ゲスト）をどのように募り、何をどのように行えば認知症予防活動になるのか課題は山積でした。悩んでいると民生委員の方から「皆さんは、お友達と気楽に笑顔で話し合い一緒に過ごしたいのよ」と言われ、少し肩の力が抜けて、「みんなで遊ぼうきたざわサロン」を

ところがサロン開催10周年を迎えた2020年に突然、新型コロナウイルスの大流行に襲われ高齢者集団のきたざわサロンとしては一時中断を余儀なくされる事態となりました。ゲストもスタッフも全員が10歳年をとっており、このまま自然解散も予想されましたが、中断から2年が経つころになると「きたざわサロンはいつ再開されるのかしら」とゲストから直接やアンスコ・社協への問い合わせが

届くようになりました。そこで急ぎスタッフ会議を開き相談を重ね準備を整えて、2020年6月に第103回きたざわサロンを再開することが出来ました。



七夕飾りの製作者たち



フルート演奏会

これはゲストとスタッフとアンスコと社協の、心の結び付きとチームワークの賜物と考えています。

しかしさすがに開始から十数年の歳月はゲストの超高齢化とスタッフの後継者問題が浮き彫りになり、なかでもスタッフの拡充は喫緊の課題となりました。

スタッフとして仲間と一緒にボランティア

活動が続けてきて、やり甲斐を感じるようになり、それが自身のフレイル予防にもなっていると実感しています。これからも毎月第一金曜日の午後には下北沢で「きたざわサロン」を開催して参ります。スタッフの仲間として

是非ご協力お願い致します。再開後のサロン内容は協会のホームページに毎回掲載されていますのでご覧ください。

是非一度お友達を誘って見学に来てください。お待ちしております。

第128回「きたざわサロン」の紹介

令和6年11月1日金曜日午後1時半〜

①誕生会

当月生まれのゲスト・ハッピーバースデー。

②催し物

「紙芝居と方言小話と小説朗読」。

③お喋り

お菓子を食べながら楽しく語らい。

④歌の時間

自作歌集から数曲を全員で合唱。

⑤体操

全員でストレッチ体操、大きく深呼吸。



〈年表〉 日本産業退職者協会40年の歩み

年代	日退協の活動状況	社会の動き
1984年 昭和59	社団法人日本産業退職者協会設立 初代会長に安井謙氏、理事長に布施 禰一氏が就任	厚生省、日本が世界一長寿国と発表
1985年 昭和60	米国視察団派遣	国民年金法改正 日航機、御巣鷹山に墜落
1986年 昭和61	松澤卓司氏が第2代会長に就任	老人保健法改正 老人保健施設創設 伊豆大島の三原山噴火
1987年 昭和62		国鉄民営化
1988年 昭和63	鎌倉探訪の会発足	青函トンネル開通 東京ドーム落成
1989年 平成元		消費税の導入 3%でスタート 年金制度改正 物価スライド制導入
1990年 平成2	奥原時蔵氏が理事長就任	1989年の合計特殊出生率が1.57と発表
1991年 平成3		雲仙普賢岳で火砕流発生
1992年 平成4	広島支部設立	リオデジャネイロで地球サミット開催
1993年 平成5	広島支部 留学生との交流会開催	細川連立内閣（55年体制崩壊） サッカー「Jリーグ」スタート
1994年 平成6	創立10周年	高齢者雇用安定法改正 60歳定年義務化 厚生年金受給開始年齢を65歳へ引き上げ
1995年 平成7	マチュリティ誌「戦後50年と私」特集（45号）	阪神淡路大震災 地下鉄サリン事件 65歳以上が14.5%となり高齢社会に突入
1996年 平成8		小選挙区比例代表並立制での初の総選挙
1997年 平成9		消費税が5% 拓銀破綻、山一証券廃業 介護保険法制定（実施は2000年から）
1998年 平成10	端田泰三氏が第3代会長に就任	長野オリンピック
1999年 平成11	久野木行美氏が理事長に就任	成年後見制度制定（2000年から施行）
2000年 平成12		公的介護保険制度創設 三宅島噴火 全島避難
2001年 平成13		中央省庁再編（22省庁が12省庁） 小泉純一郎総理誕生 歌舞伎町ビル火災
2002年 平成14	広島支部創立10周年 記念誌発行	健康保険法改正 被用者負担割合3割に 小泉首相訪朝 拉致被害者家族5人帰国
2003年 平成15	福祉厚生プランのアウトソーシング斡旋事業開始	小惑星探査機はやぶさ打ち上げ（2010年帰還）
2004年 平成16	神奈川会誕生 事務所を築地に移転 創立20周年記念第1回チャリティコンサート	新潟中越地震

年代	日退協の活動状況	社会の動き
2005年 平成17		介護保険法改正 居住費（住居・光熱費）・食費の自己負担化
2006年 平成18	西江博俊氏が理事長に就任	介護保険法改正 市町村包括センター制定 後期高齢者（75歳以上）医療制度創設
2007年 平成19	社会貢献活動委員会発足	郵政民営化 超高齢社会（65歳以上が21%以上）に入る
2008年 平成20		後期高齢者医療制度始まる（創設2006年） リーマンショック（世界的金融危機）
2009年 平成21	山本恵朗氏が第4代会長に就任 埼玉会誕生	初の市民参加裁判 鳩山由紀夫内閣発足
2010年 平成22	西東京会誕生 第1回きたざわサロン開催 エンディングノート「私の大切な覚書き」発行	日本年金機構発足 社会保険庁廃止 高齢者の居住の安定に関する法律の改正
2011年 平成23	双葉町住民が埼玉県加須市への全町避難に際し移転協力	東日本大震災 菅直人総理退陣、野田佳彦内閣発足
2012年 平成24	公益社団法人に認定 榎本郁夫氏が理事長就任 京葉会誕生 神田佐久間町河岸に事務所移転	東京スカイツリー開業 第2次安倍晋三内閣発足
2013年 平成25		富士山が世界文化遺産 日銀が量的金融緩和政策
2014年 平成26	広島支部留学生との交流会が内閣府表彰 30周年記念チャリティコンサート・記念講演会	消費税5%から8%へ 御嶽山噴火
2015年 平成27		安全保障関連法成立 2014年の実質賃金が2.4%減と厚労省発表
2016年 平成28	湯藤哲氏が理事長に就任	相模原障害施設殺傷事件で19人死亡 熊本大地震
2017年 平成29	前田晃伸氏が第5代会長に就任	「働き方改革実行計画」決定 北朝鮮弾道ミサイル日本上空通過
2018年 平成30		働き方改革関連法成立 西日本豪雨
2019年 平成31	「いきいきシニアライフ」をセカンドネーム	消費税が10% 京都アニメ放火
2020年 令和2	西浦三郎氏が第6代会長、吉川敏孝氏が理事長に就任 事務所八丁堀に移転	コロナ緊急事態（2020年から3年間） 菅義偉総理誕生
2021年 令和3	コロナ禍で活動縮小のピーク	高齢者雇用安定法改正 70歳までの就業機会確保の努力義務
2022年 令和4	フレイル防止活動を積極推進	改正民法施行、成人年齢18歳に 安倍元総理暗殺
2023年 令和5	「いきいきシニア塾」開講	新型コロナ5類へ移行 WBC日本優勝
2024年 令和6	永濱光弘氏が第7代会長に就任 塩山哲郎氏が理事長に就任	能登半島地震 石破茂総理誕生

ふれあいトークサロン

第49回 令和6年9月19日(木) (参加者50名)

■北とぴあ 16階会議室にて開催

〈第49回〉「暮らしと環境」

—水環境から地球環境まで— 講師 松尾 友矩

一、地球上の水の存在と水を使うことの内容

地球の水は海洋、氷河（南極大陸を含む）、地下水、湖沼、河川に存在し、蒸発と降雨を繰り返して循環している。地球は水の衛星とも呼ばれるが、循環している淡水は極めて少ない。主要な水源は湖沼・河川などに0.01%と地下水に0.76%と極めて小さい。地下水は供給速度が小さいので大容量の水源にはなり難い。

都市への給水が意識され出したのは、ローマ時代に遡るが、近代都市においては、18世紀後半から起こった産業革命以降都市への人口集中が引き金となるものである。適切な水質と水量の維持が必要となった。都市での水

利用は水質を悪化することと水を分散させてしまうことにある。社会的なインフラとしては、水道が使った水を下水道が集めて処理をする役割となる。集めれば資源ともなる。

二、水質汚濁の歴史

19世紀以降は、都市活動の増大、産業活動の増大に伴い、水質汚濁の問題は深刻になった。汚染物質としては、病原菌、有機物、重金属、栄養塩、有害化学物質等が環境汚染物質として関心の持たれる物質となった。最近ではマイクロプラスチック、コロナウイルス等も注目されている。問題となる対象に対してそれぞれに対応する対策技術の開発が進められており、現在においては、一定程度の環

境保全が維持されている。日本では60年代の多摩川や隅田川の汚染、70年代の瀬戸内海の赤潮は記憶に新しい。下水道の普及により隅田川の水質も改善され花火や屋形船も復活している。

三、地域を越える地球環境問題の展開

公害問題は地域の問題となるが、地域を越え、国境を越える問題として、酸性雨、オゾン層破壊、地球温暖化の問題が国際的な問題となり、国連が取り組むべき課題となっている。これまでの主要な国際的な動きを年代的に示すと次のようになる。

- 1972 ローマクラブによる「成長の限界」
- 1972 ストックホルム「国連人間環境会議」

- 1987 国連による「サステイナブル・ディベロップメント」の概念提示

- 1992 リオ・デ・ジャネイロ「地球サミット」



松尾友矩（まつお・ともりの）

昭和14年生まれ。東京大学工学部土木工学科卒業 工学博士。
 東京大学都市工学科教授、社団法人日本水環境学会会長、国際水環境学会（IAWQ）副会長、東洋大学国際地域学部教授、社団法人におい・かおり環境協会会長、東洋大学学長等歴任。
 現在東洋大学顧問。

1997 地球温暖化ガス排出削減量に関する京都議定書

2015 同、パリ議定書

2015 国連SDGsの採択、持続可能な社会を目指す17の開発目標の提示

2017 国連「海洋プラスチックごみ及びマイクロプラスチック」に関する決議

四、環境問題への社会的対応の重要性

ジャレド・ダイアモンド著「文明崩壊」によれば文明崩壊を導く五つの要因として、次の5項目を挙げ、失敗した事例と成功した事例を示している。

- ① 環境被害、② 気候変動、③ 近隣の敵集団、④ 友好的な取引相手、⑤ 環境問題への対応

・失敗した事例（文明の消失）

イースター島、ピトケアン島、古典期低地マヤ、ノルウェー領グリーンランド

・成功した事例（文明の継続）

アイスランド、ティコピア島、ニューギニア高地、トンガ、江戸時代の日本の山林保全

日本では、戦後の荒廃の後も緑化

運動を進めており、現代においてもOECD諸国の中では森林の割合が高い国になっている。森林面積当たりの哺乳動物や鳥類の種数が多いのも特徴的である。日本人の八百万の神を受け入れる自然観には環境保全につながるものがあるといえる。

五、GDP・エネルギー源・CO₂から考

える持続可能な社会の条件

① GDPを規定する要素にかかわる環境学的マクロモデルの提案

国内総生産（GDP） ≡ 民間消費 + 民間総投資 + 政府支出 + （輸出 - 輸入）

・世界経済が持続的であるためには、各国の輸出と輸入が均衡していることが望ましい
 ・政府支出は税収に見合っている必要があり、

税収は消費に比例する関係が望ましい

・民間投資は消費に見合って投資されることが望ましい

↓ 結局、GDPは民間消費に比例する関係が持続可能な開発にかかわるマクロ経済モデルとなる

② GDPを表すマクロモデル

（GDP） ≡ 民間消費（C）

≡ 一人当たりの（物品）の消費（F） × 総人口（P）

・人口減少下でGDPを増大させるためには個人消費をかなりの程度増大することが必要。高齢者が頑張って消費することが期待される。

③ GDPとエネルギー消費（E）にかかわるマクロモデル

E ≡ A × GDP

AはGDP当たりのエネルギー消費効率

④ CO₂発生量（CO₂）とエネルギーエネルギー消費（E）にかかわるマクロモデル

CO₂ ≡ B × E ≡ A × B × GDP

Bはエネルギー消費当たりのCO₂発生率
 ・CO₂削減のためには、GDPを小さくしていくか、GDP当たりのエネルギー効率を

上げAを小さくし、低炭素のエネルギー利用でBを下げる必要がある。CO₂はこれまでのエネルギー消費形態からはGDPに比例する。GDPを増大させながらCO₂を減少させるのは至難の業である。

六、8分目3乗、CO₂半減化策の具体的

提案

$$R \parallel \eta^1 \times \eta^2 \times \eta^3$$

R…CO₂排出削減係数を想定する

η^1 …一次的エネルギー変換効率の改善係数

η^2 …二次的エネルギー変換効率の改善係数

η^3 …過剰需要（無駄な利用）の削減係数

η^1 、 η^2 、 η^3 を現状より20%改善すると

$$R \parallel 0.8 \times 0.8 \times 0.8 \times 0.8 \text{ となり現状の}$$

CO₂排出レベルを半減化できる。

↓8分目3乗半減化計画

(例一)

発電効率×電気製品のエネルギー効率×消費者の生活の省エネ化

(例二)

自動車エンジンの効率化×渋滞解消等の社会的対応×軽自動車利用促進

・8分目を実現するためには、効率の良い新製品に買い替えることが望まれる。買い替



会場風景

え需要の経済効果は一所帯10万円として、300万世帯×10万円＝5兆3千万円となる。消費の増大はGDPの増大に効果がある。

8分目の目標達成者には奨励金をエコポイントとして還付してはどうであろうか。

・還付金の財源をどうするか。
・炭素税の導入、CO₂削減国債の発行(C

O₂の発生抑制のためであれば次世代にも負担してもらうこともありうると思えられる)

七、まとめ

地球を救う社会的対応、考え方、生活の仕方は何か？

・宗教は人間を救うことができるが、地球は救えない↓宗教は戦争の原因にもなり、戦争は環境を破壊する。

・地球を救うものは人間の理性である。

・理性を形にするものは科学であり、理性を言葉にし、納得させ、行動へ導くものは哲学である。哲学はライフスタイルに反映される。

・人々が地球を持続させる科学を学び、哲学を実践することで地球は救われる。

8分目のエコロジー哲学の提唱

- ・無理をしないエコロジー
 - ・できるところから始めるエコロジー
 - ・環境と共生するエコロジー
- (腹) 八分目のエコロジー

「8分目のエコロジー哲学」の実践でCO₂を半減化させよう！

マチユリテイ談話室

ボッチャ体験記

神奈川県 石川義明



パラリンピックの正式競技であるボッチャ、最近高齢者の間で流行しているようである。そこで戸塚区老連主催のボッチャ親睦大会に参加してみた。地域の老人会2チーム6名、先にも後にも初めての経験である。競技方法、ルール等全く分からずとにかくの参加であった。

全24チーム72名が参加、特に高齢の女性が目立った。1チーム3名の計6名の団体戦、3チームが総当たり、各チーム2試合のゲーム、我チームは男2女1で臨んだが相手チームは全て女性だった。

ルールはいたって簡単、ジャックボールという白い球を先行のチーム(じゃんけんまたはコイ

ンで決める)が投げ、続いて赤い球をジャックボールめがけて投げる。続いて青い球を対戦チームが投げ、次からは白い球に遠いチームが投げる。

各地に競技団体ができているとのこと。確かに老幼、障害者、健常者等が平等に競技ができ、体力もさほど必要としないスポーツであるが、実際参加してみると「なるほど」実に奥深い競技である。パラリンピックの種目であることが実感された。白いボールの位置や相手ボールの状況を読み、自ボールを何処にどの位の強さで投げるか、又は転がすか白いボールにどれだけ近づけるか、相手チームとの駆け引き等で頭を使うことが多い、一投で状況が変わる対抗心あるスポーツであった。競技用具があればさほど広くない室内で簡単に遊べる高齢者向けの競技である。

残念ながら我チームは1勝2敗で敗退、次なる大会を目指して競技メンバーを増やして上位入賞を狙って活動をしていきたいと思えます。

「まほろば会」旅行に参加して

埼玉会 白石 崇



11月8日～9日の2泊3日でまほろば会の旅行に参加した。まほろば会とは私が所属していた安田火

災海上保険株式会社(現損保ジャパン)の同好会として1974年に発足した古代史研究会の現在の名前である。

まほろば会の命名の由来は? 「倭は国のまほろば たたなずく青垣 山籠れる倭し麗し」古代の英雄「倭健命」が詠んだ古事記に記載がある一節で、大和は国の中で一番良いところという意味を詠っている。この一節にちなみ大和を古代史研究の原点と考えまほろば会と命名したようである。会員数は、先輩から後輩まで、総勢約60名である。年間活動は、1月初詣、7月総会、11月に研修旅行(メインイベント)を基本とし、適宜近場の見学会も催している。

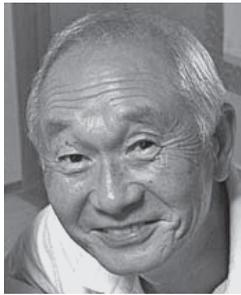
今回の旅行の参加者は30名である、目的地は50周年を記念し「まほろばⅡ大和Ⅱ奈良」である。高槻市に現地集合し、そこからバスでの見学

ツアーであった。見学対象は、今城塚古墳、牽牛牛塚古墳、高松塚古墳、キトラ古墳等の古墳、神社仏閣として、談山神社、岡寺、奈良長谷寺、安倍文殊院、その他関連の博物館であった。感動したのは、高松塚古墳の壁画である。古代にあの彩色があり、それが現代まで残っているのは驚き以外の何物でもない。また、長谷寺の登廊下（39段の階段）、橿原神宮の壮大さも印象深いものであった。やはり奈良（大和）は日本のまほろばだなど実感したものである。

最後に参加した30名のうち12名（内8名が当会会員）が会社の同期である。見学が楽しいのはもちろんだが、懇親会はさながら同期会の様相もありまた別の楽しい一時でもあった。私は、このまほろば会旅行を毎年楽しみにしている。

一冊の手帳・雑感

西東京会 湯藤 哲



私の手許に一冊の緑色の手帳がありま
す。名称は「被爆者健康手帳」となっており
ます。

昨年10月13日の報道で「日本原水爆被害者団体

協議会」がノーベル平和賞を受賞したことを知りました。大変喜ばしいニュースでした。と共に私個人にとっても小さなことが思い出されました。

この「被爆者手帳」は父からの伝言では「健康保険証の代替をなす、病氣全般に有効な保険証である」とのことでした。父は享年85歳で亡くなり、



遺品の中にこの手帳がありました。開いてみると全くの新品で一回も使用した記録はありませんでした。

父が生前申ししておりましたのは「この手帳は被曝して後遺症に苦しむ人のための保険証である。自分も被爆者ではあるが、幸いにも明らかな被曝の後遺症は無かった。よって数々の病氣にはかかったが、この被爆者手帳は一切使用せず、一般の健康保険証で対応してきた」その気持ちの裏には「自分も広島出身で、この当日も広島に行っていた。爆心地に近いところに居たが被曝後遺症は幸いにも軽度であった。自分よりも重度の被爆者のためにこの制度は使うべきである。この手帳を見るたびに、原爆の悲惨さ、恐ろしさを後世に伝えたい」と。

この手帳は長兄、次兄と渡り84歳なった私の

手許に辿りつきました。私の息子、孫にもこの手帳を通して戦争の悲惨さを語ってあげればと思っております。

しかし、人間は素晴らしい発見、発明を成す知的動物であるのに愚かな戦争、殺し合いを続けるのでしよう。日々の報道による危うい世界情勢、人々が殺しあう世界。後世の若者たちの行く末を思うと、TVの報道番組をつけるのさえ疎ましくなります。人は自然への対応だけでも充分苦労していますのに。こんな感想をノーベル賞の受賞報道を見ながら考えこみました。

久し振りの帰省

京葉会 大友 彰



田舎の長兄から父母の法事をするから帰って来いと連絡があり10月末に故郷の福井県

越前市に帰省した。私が高校生の頃には武生（たけふ）市だったのがいつのまにか「越前市」に変更されていた。父は33回忌、母は23回忌で母が元気な頃は子供達と一緒に帰省していたが、亡くなってからはここ10年ほどご無沙汰していた。

JRのたけふ駅前は今和6年NHKで放送の「光る君へ」の主人公である紫式部のポスターや幕が飾られ賑わいを見せてはいたが、街並みは私がお過ごした頃とさして変わってはいなかった。

そんな故郷にも約1000年前に紫式部は父の藤原為時が越前国に国司として下向する際一緒に来ており、この地で1年余り過ごしたといわれている。詠んだ歌がある。

ここにかく 日野の杉村 埋ずむ雪

小塩の松に 今日やまがえる

(訳) この地で、日野山の杉木立を埋めるように降り積もる雪。都の小塩の山にも、雪が降り乱れているのでしょうか

京都から来た紫式部には越前の日野山の雪景色は歌に詠むほど印象深いものだったのかもしれない。街の東に「紫式部公園」がある。この公園は3000坪の広大な敷地に日野山や、国府だった武生(たけふ)を囲む山々を借景に池や築山が配置されていて、全国で唯一の寝殿造庭園で平安時代の庭園を再現していた。

毎年、10月の初旬から11月の初旬の1カ月間、紫式部公園の近くで「菊人形」が開催されている。スマホで「菊人形」をクリックするとまっ先に「たけふ菊人形」が出てくる。今年は第73回目

の開催になり、他の地域で開催されている福島の本松の菊人形は68回、大阪の枚方にも100年の歴史を誇る「ひらかた大菊人形」があり、これも割と古くからやってたんだなと思った。

私が小学生の頃、遠足でここに来た事がある。ただ、その時の関心事は菊人形ではなく、大観覧車などの遊戯施設だった。そんなことを思い出しながら案内してくれている兄によると、今年は例年より人出が多いとか。これもNHKの大河ドラマの放映が大きく影響しているのかもしれない。帰りは北陸新幹線にした。「当たり」で予想通り空いていた。行きは東海道新幹線で来たので帰りとあわせて本州を一周した旅となったが、兄弟揃っての顔合わせもあと何回できるか。今後、一層、ウォーキングなどに励み、健康に留意しようと思った。

私の読書

広島支部 山本英子



人となじめず、外遊
びも苦手な小学生の
私はたいてい部屋の
隅で本を読んでいま
した。今のようスマ

ホヤゲーム機の無かった当時は本を読む以外時間のつぶし方が無かったです。わずかな手持ちの本を同級生との間で貸し借りし児童図書館にも通いました。

中学生になると学校の図書室や兄の本棚を利用しました。読む本の多くは小説でしたが決して文学少女ではありませんでした。今思い返してみると私は小説を事例報告ととらえていたようです。この場面ではこのように言うのか、こういう選択をしたからこういう結果になったのかなど現実には体験できない他人の人生をのぞいている気分でした。

さすがに30歳代に入ると小説の世界は色々、仕事の本や雑誌を読むのに追われました。知識が増え疑問が解決する時の気分は小説では味わえないものでした。

60歳で定年退職すると何もすることがありません。幸い県立図書館と南区図書館が自宅から歩いて通える距離にありますから、二つの書庫を我が物とすることにしました。読める本の数には限りがありますからテーマを二つ選びました。一つは「ヒトとは何か」もう一つは「20世紀とはどういう時代だったのか」です。

一つ目の「ヒトとは何か」はおもしろかったです。人体や類人猿、日本人のルーツなど手当

たり次第読みました。

しかし二つ目は泥沼にハマった気分でした。大量の資料に基づいた調査研究は一般向けに書いてあっても読むのに苦しくなることが多々ありました。20世紀の後半は私も生きていたのに

何も見ていなかったとは、と自分にあきれました。結局途中で逃げました。

今はもうぶ厚い本を読む体力も気力もありません。新聞の書評欄で紹介された本や図書館の書棚からつまみ読みしています。他に時間のつ

ぶし方を知らない私はこれからも図書館通いを続けることでしょう。

みんなで仲間をつくりましょう

会員対策委員会

関東地区の個人会員数は400名を下回り11月末現在で364名、法人会員数は27社となっています。個人会員数はここ数年減少傾向にあります。その要因としては会員の高齢化と近年の新型コロナウイルスの感染拡大でイベントなどが中止となった事も大きく影響したと思われると思います。ちなみに過去5年間（2019年～2023年）の入会者数は131名、退会者数は280名で差引149名の減少となっています。

【会員紹介のキャンペーンの実施】

今年、協会は設立40周年を迎えるに当たり会員増強のため9月1日から2025年3月31日までの7か月間「会員紹介キャンペーン」

を実施しています。具体的には、新規に獲得する目標数は4地域会合計50名で、顕著な成績を上げた地域会については表彰する内容です。更に、特典として新入会員紹介者にはポイントカードのポイントを2倍の10ポイントとし、入会された新入会員の初年度年会費は無料としています。

【会員増強のお願い】

協会活動を円滑に運営し、更に魅力アップを図るには、法人会員の新規勧誘、個人会員の増強が不可欠であり、これは我々にとって「肝」と言っても過言ではありません。いま最も大切な事は会員の皆様のお力による新規会員獲得の取り組みです。

1. 身近な人を誘ってイベントに参加し協会の活動に興味を持ってもらいましょう。
2. 出身会社のOB組織に出向くなどして協会のPRをしましょう。
3. 協会で作った「仲間を増やしましょう」のちらしを各地域会で行うイベントで配って知人、友人の入会をお願いしましょう。
4. 女性会員の増加は急務であり、女性会員の方々にはお仲間イベントへの参加の呼びかけ強めていただくようお願いいたします。

最後に「まずは会員一人ひとりが声かけ」を行っていただき、会員の増強にご協力をお願いいたします。

●私がりち寄る小さな本屋さん

神奈川会 高島進一

大船駅南口改札口近くの構内にある小さな本屋さんによく立ち寄ります。

小さな本屋さんが好きなんです。そして文庫本が好きです。日常持ち歩きにも小さいから便利です。店先に平置きしてある文庫本もあまり沢山並べないから選びやすい。

本の内容は普段の日常を書いたものが好きです。店先に並べてある文庫本を眺めて、よく買います。読むのが遅いので溜る一方です。

●私と本屋 神奈川会 豊田和子

もう20年以上も前の話です。出版社で月刊のベビー誌編集責任者でした。

毎月発売5日後には必ず地元書店を訪ねて店頭での部数の動きを確認。後輩店主の協力もあり貴重なマーケティングの場でした。今は店主も世代交代して街のミニ・カル

チャーの場として強かに健在^{した}。地元

の句会では低レベルの川柳をひとりねり、絵本の読み聞かせでは老婆や動物の主人公に変身したりして、いくつになっても離れられないエンターテイメントの場になっています。店主の協力も有難かったです。今もその本屋さんには健在です。

●私と本屋 西東京会 西村 修

「本屋」との出会いには学生時代の通学帰りに途中下車して通った駿河台下の古本屋街だ。駿河台下車差点から神保町交差点までの一帯の靖国通りを一軒一軒、独特の匂いのする古本屋を覗いて、当時は文学作品の初版本を探し歩いた時期がある。

200軒近くありそう

な「古本屋」通いは、学生時代を通して習慣になった。社会人になっ



見る人が見たらエモすぎる!? 歴代のザウルスさんたち



てからの「本屋」は2000年当時

シヤープの「ザウルス」という携帯情報端末(PDA)、その中に「電子書籍」の先駆けのアプリが有り、購入して読んでいた。当時は「電子書籍」の方が実際の本より安く購入でき、重さの無いデータなので常時沢山の書籍を持ち歩いて、便利な「本屋」でありました。

●私と本屋 西東京会 小野利明

帰宅時にしばしば寄っていた最寄り駅や沿線の本屋さんも徐々に閉鎖してきます。本の種類や数は少なくとも文庫本や評判の本を買っていったの。コロナが始まって以来、終活の一環として本は近所の図書館で借りることにして、新刊のハード

カバーの歴史・時代小説を注文してきます。なかなか順番が回って来ないときはアマゾンに注文しますが、翌日には手元に届きます(殆ど文庫本ですが)。これが私の読書スタイルですが、これでは本屋さんが減っ

ていく訳ですよねえ。

●私と本屋

埼玉会 潮見亭苦三味

我が家の徒歩圏内には大型書店が7店舗ある。どこも似たようなもので、専ら行くのは、ウォーキングがてら、さいたま新都心にある紀伊國屋書店。店内を一回りしてどんな本が出回っているかチェック。70歳になるまでは本は購入するものだと思っていたが、今は年金生活者なので基本的に本は購入しない。処分に困るし。読みたい本は図書館で借りる。暇な時は嫁いだ娘たちが残していった文庫本を読む。山のようにあり死ぬまでに読み終わるだろうか。

●私と本屋 埼玉会 小林繁治

本が好きである。本屋巡りも楽しい。若いときから買い続けた。大学卒業後上京を機に一度はほとんど実家に送り返した。だが、その後も買う本はたまる一方。所帯を持ったのを機に本棚を増やさないことを前提

に一部を処分した。家人からの場所ふさぎとの不平から買うのを減らし、本屋から図書館派に転向した。だが図書館にないもの、手元に置きたいものもあり買うものは買う。だからわたしの本屋通いは減らない。その本屋が減っている。近所でもこの20年4軒中2軒が廃業した。日本の書店数は、本離れ・ネット普及などで2003年の約2万1000店から、2023年の約1万1000店と、20年で半減した。淋しいことである。

●私と本屋 京葉会 菊田 宏

私は、北陸・金沢郊外の海辺の漁師町で生まれ育った。その小さな町に文房具屋を兼ねた本屋が一軒あった。親の手伝いや正月などに僅かばかりの小遣い銭を貰うと、その本屋で漫画雑誌「少年画報」を買うのが楽しみであった。近所の子供たちと回し読みし、赤胴鈴之助の真似をして砂浜をチャンバラごっこで駆け回ったのである。中学時代には金沢の宇都宮書店に電車で出掛けた。6階建ての巨大書店は憧れの場所であった。

●鷓屋書店 京葉会 鈴木隆生

JR日暮里駅北口を出て、朝倉彫

塑館目指して左に曲がると左右に飲食店が並ぶ初音小路がある。今は喫茶店になっていく場所に鷓屋書店という古本屋があった。膝掛けをかけた女の人が店番をしていて、ちょっと長い時間立ち読みしても黙認して本を差し出すと丁寧にかバーをかけてくれた。ある時、著名な詩人の署名入りの詩集が思いがけずあり、すぐに購入した。その後、湯島に引越したと聞いたが、行かないうちにひっそり消えた。鷓屋という店名の由来を聞いておけばよかったと思っ

●駅前の本屋 広島支部 佐古 登

まだ20代であった頃の自分に職場の大先輩から「本は買って読め、家は借りて住め。」と、戒めめいた助言を頂いたのを思い出します。

その後、広島へ出張する際に駅前の本屋で専門書を購入して、行き帰りの電車の中で読んでいました。少ない給料からお金を出して本を買うことで丁寧を読むことにつながることを示唆されたのだと思います。

今では、「本は借りて読む。」になっ

●小さな本屋さん

広島支部 畑村耕一

本屋と聞いて思い出すのは、子供の頃よく行った近所の本屋さんだ。店の前の道路にはみ出す勢いでびっしりと週刊誌や話題の本が並べられていた。学校の帰りに立ち寄って「少年サンデー」を読んで帰ったものである。



飛騨高山市街で見つけた小さな本屋さん

先日、飛騨高山市の商店街で小さな本屋さんを見つけた。昔ながらに週刊誌が

店頭に並んでいるが、それ以外は子供向け雑誌と観光本だけだ。小さな本屋さんはその土地の特徴に合わせた専門店になって生き残るのかもしれない。

●親切な本屋さん

広島支部 小越昭子

30年前、アパレルの仕事をしていた頃、次々と新しい素材が出てくるので、参考書を求めてよく本屋に行きました。

沢山の中から欲しい本を探すのは大変で、何回も同じ場所を廻っても

見つからない時には、店員さんも一緒に探していただきました。そのおかげで欲しい本が見つかり取り寄せてもらった事もあります。何時の間にか時間があれば、その本屋に行っていました。

今は、仕事もやめ参考書も必要でなくなったことや、パソコンで検索出来るので、本屋に行かなくなりました。

でも、その本屋の前を通ると、よく通っていたと懐かしく思います。

●本屋は癒しの場

広島支部 下江英昭

最近、全国で本屋の閉店が相次いでいる。広島県も同様である。私の地元の本屋は名前が変わっても残っており本好きの私には心強くありたい。本屋へ行く目的には、本の購入や新刊の情報収集などがあるが、最近、知人に勧められブックカバーの収集も目的に加えた。旅行先でも本屋を覗き地域性に富んだブックカバーを探している。見つけた時の喜びは格別だ。

本屋は私にとって、心地よく時間を過ごせる癒しの場であり、これからも通い続けたい。

同好会だより

自然を楽しむ会

■第75回・六国峠ハイキング

「金沢口」

(10月25日 参加者5名)

曇り空なるも雨はないとの予報を受けスタート。

駅西へ出て谷津川沿いに北上、六国峠入口の案内板を見て三十数段の石段を上る。

道標、庚申塔等古い石塔群を横目に、踏み固められた関東ローム層の小道を歩く。

ススキ・タデ・イネ科の植物が足を塞ぐ。行き交う同年輩のパーティー、追い越して行く若者。街では聞かれない元気な挨拶に活力をもらう。

小一時間で能見堂跡地に到着。史跡案内板を見ながら小休止。

緑に囲まれた能見台地区の住宅団地を下に見て再出発。

足元でコナラ・クヌギ・マテバシイ・イガグリ等の実を踏みながら高

速道の脇道へ出る。

金沢自然公園の駐車場横道からののはな館前へ到着。

動物園見学から帰る小学生の団体、家族連れ等で賑わっていた。

我がシニアグループもここで記念撮影を済ませ、夏山坂上のバス停へ移動。

路線バスで金沢文庫駅西口へ3時に帰着。

駅東の食堂店で懇親会を実施、つがなく帰路に就いた。

(長澤征次)



のはな館前にて

詩吟会

■詩吟会に参加して

私は、以前に混声コーラス部や謡曲(観世流)の会に参加していましたが、退職・解散で唄う機会が無くなりました。その様な状況で2年前に詩吟の会がある事を知り、入会させて頂きました。

詩吟会は毎月2回のペースで、参加者一人一人先生から個別指導を受け1回約3時間の練習を行っております。

詩文は長文もありますが、一般的には4行の漢詩を吟ずるので、まず声力がある事とわかりました。私の場合はコーラス時に柔らかな発声でしたから、この違いをはっきり認識しました。続けることに一抹の不安がありました。指導者の薄井是道先生による指導で、詩吟は大きな声で元気よく真心こめて詠うもの、詩と詩の間に節を入れ、腹式呼吸で血をわかせ、活気がみなぎるので健康面でもよろしいようです。

詩吟会に参加したことで、中国・日本の偉大な作者の漢詩にふれ作者

の人生観や時代背景の一部を見る思いがします。また、発表会では各種団体の素晴らしい吟詠を聞くことが、楽しい人生の一部となっております。

(大野英明)



薄井是道先生を囲んで (撮影者 倉片厚子)

地域会・広島支部だより

神奈川会

■第75回神奈川会

第57回京葉会合同イベント

「御茶ノ水界隈の散策」

(11月1日 参加者21名)

猛暑の夏が過ぎ、長らく外出を控えていたシニア達が早めのランチあるいは遅めの朝食を済ませてJR御茶ノ水駅に集いました。今回は文教の街として知られる東京神田の御茶ノ水界隈の散策を京葉会と共催して企画しました。

○最初は駅に隣接する「ニコライ堂」です。キリスト

教三大宗派で最も古い「正教会」を日本に布教するためロシア人のニコライ大主教が明治24年に建立しました。緑のドームがひと際目立つ教会堂の中は、大祭壇・見事なステン



「ニコライ堂」にて

ドグラス・イコン・聖職者画・啓蒙の宗教画などで飾られています。ガイドの丁寧な説明で、正教会のことを少しだけ知ることができました。

○次は堅固で美しい聖橋（ひじりばし）を渡った先に建つ「湯島聖堂」です。五代將軍徳川綱吉が創設し、明治維新で廃止されるまで武家の子弟の教育施設でした。中国風の建物なのに全体が真っ黒に塗られた珍しいお堂でした。庭には身長4・5メートルの銅製の孔子様が佇んでいました。

○今日の散策の締めは「神田明神」

の参拝です。西暦730年創建の

由緒ある神社で、江戸城の表鬼門に当たるこの高台に遷座され江戸の総鎮守として保護され隆盛を極めました。今は江戸三大祭り・商売繁盛の神様として知られ、個人・企業を問わず広く信仰されています。朱塗りの絢爛華麗な神殿は一見に値します。

約3時間の散策後解散しましたが、多くの参加者が初めての見学だったようで楽しんでいたようです。

(飯田吉辰)

埼玉会

■第83回イベント

「所沢航空発祥記念館」見学とグルメ「手打ちうどん」

(9月12日 参加者18名)

埼玉会に入会後今回が初めてのイベント参加となりました。

今回は所沢航空記念公園内の「所沢航空発祥記念館」で、以前から一度見学してみたかった場所です。実物の飛行機、ヘリコプター、グライダー等の展示、フライトシミュレーターの体験、航空管制装置等をまじか

で見ることができました。

所沢航空記念公園内はとても広く日本最初の滑走路跡、YS11旅客機など散策するのが楽しい場所であるのと同時に緑も多くウォーキングコースも整備されており大変気に入りました(自身の歩数・ドアトドアで1万2492歩)。当日は猛暑で湿度が高く汗だくであったため、見学会の後の懇親会で飲んだ冷えた生ビールが最高でした!!

今回のイベントでは多数の方々と会話させていただき大変有意義な時間を過ごすことが出来ました。「いきいきシニアライフ「埼玉会」」に入会して本当に良かったと感じています。

(石橋 仁)



所沢航空発祥記念館にて

西東京会

■寄席・落語鑑賞会

(8月29日 参加者21名)

今年は8月29日(木)に上野の鈴本演芸場で恒例の寄席・落語鑑賞会を実施、21名の参加でした。

前の週から最強クラスと言われる台風10号が発生。当初の予定ではとくに東北あたりに抜けていたはずが、ノロノロ台風で寄席当日にやっと九州に上陸し、東京は夕方から雨の予報。12時までには全員がおそるおそる集合しましたが、天候は薄曇りで強風もなく一安心。

開演時は平日のためか約300席に三割程度のお客の入りでしたが、「台風の際は頑丈なビルの鈴本演芸場の方が安全」などと古い木造の末廣亭にヤジを飛ばしながらの落語で始まり笑いに包まれます。

落語の合間に手に汗握る太神楽曲芸や漫才を挟んでテンポよく進んで行き、中盤で昨年の鑑賞会の末廣亭でも出演した春風亭一之輔が出る頃に

は8割ぐらいの席が埋まっています。テレビではよく見ていたものは私

は寄席初体験。演芸場の中に高座がふわりと浮かんでいて、そこからの歯切れの良い噺家の声、首を左右に振り何人分もの会話を一人でこなしますが、テレビとは違いちゃんと顔が向いている方向から声が聞こえて登場人物同士の距離感も分かるほどの生落語は予想を超えました。

落語の次に良かったのはダーク広和氏の「奇術」、ベーシックな手品でしたが絶妙にとぼけながらプロフェッショナルなマジックを次々に繰り出し大喝采。

入場前はトータルで3時間半は少々長いかなとも思いましたが、

あつという間の贅沢な笑いの時間でした。

寄席が引けてもまだ雨は降っていません。有志15名で軽く懇親会を開催し、ここでもまたひと盛り上がり。18時過ぎに解散する頃には小雨となっておりましたが、楽しい寄席鑑賞は無事に終了となりました。

(中村英明)

■第66回西東京会懇親ゴルフ会

(9月26日 参加者16名)

『天候と同伴メンバーに恵まれ優勝いたしました』

最近地球温暖化により9月も猛暑が続いておりましたが、コンペ当日はそれほど暑くはならず、丁度良い天候でした。

同伴メンバーの湊様、鈴木様、青木様、和気あいあいと昔話に花を咲かせながら楽しいゴルフをさせていただきました。ありがとうございます。

今回は5パットしたホールとかOBのホールがたままたま、ハンディホールになりました。25・2のハンディをいただき優勝することが出来ました。ありがとうございます。

小生は今年75才となり後期高齢者の仲間入りができました。もうそろ

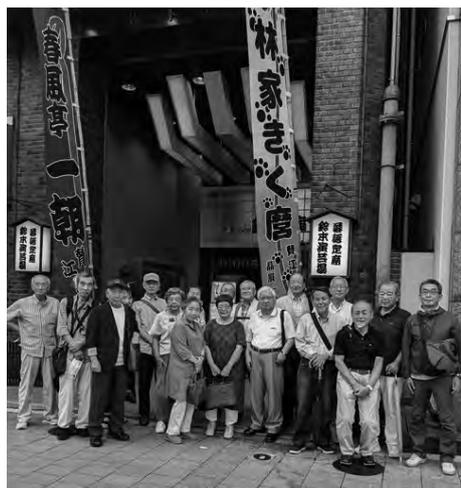


多摩カントリークラブにて

そろ、ゴルフも終了かなと思っておりました。しかし、今回も小生よりは大変ご高齢の参加者の皆様は洗練とプレーされておられるのに驚嘆いたしました。

先日、西東京会通信第19号に掲載されました福島先輩の「後期高齢者を生きる」を拝読しました。当日もコンペに参加されてお元気にラウンドされておられました。84才になられても「後期高齢者の我流生活指針」への挑戦を続けておられます。ここに紹介させていただきます。

「自動車運転免許証」は返納しない。「低スコープでもゴルフは続ける」「日程表に予定の無い日」は作



上野「鈴本演芸場」にて

らない。「毎月1回以上」は外泊の旅に出る、「年間外泊50泊」を達成する。「誘いがあれば犯罪以外」は参加する。素晴らしくアグレッシブな生活指針です。

そうか、お元気な源はこの活動的な生活を送られておられるからと勝手に想像いたしました。

翻って小生は75才のひよっ子でありながら、「日程表には予定のない日」がたくさんあります。「外泊は嫁に行った娘のところでも年間3泊ほど」ゴルフと車の運転以外はとてども福島先輩の足元にも及びません。

日頃の出不精を反省し、残りの人生、アグレッシブに精一杯頑張ろうと思った次第です。(米山 修)

■西東京会世話人会 in 軽井沢

(10月20～21日 参加者11名)

西東京会の世話人会は毎月第二火曜日に武蔵境にて実施しているが、この度コロナ禍も一段落したのを契機に、11名の参加を得て、8年振りに去る10月20日～21日の日程で軽井沢ミツウロコ保養所にて、世話人の親睦を兼ねて実施する事になった。

初日、軽井沢に入る前に碓氷第三

橋梁に立ち寄った。この橋は通称

「めがね橋」と言い、明治25年(1892年)完成、高さ31メートル長さ91メートル、使用されたレンガは200万個を超え、我が国最大のものである。翌年、信越本線の横川～軽井沢が開通、1963年に新線が建設され、アプト式鉄道が廃止されるまで使用されたとの事で、紅葉にはやや早かったが人工物と自然の調和に圧倒されたひと時だった。

その後、軽井沢星野温泉「トンボの湯」に向かい、長野県らしい林檎湯(ラッキーマスター)を堪能し、保養所に到着した。

2日目は所謂「軽井沢銀座通り」から徒歩で30分程の近くにある「雲

場池」を散策した。

この池は、四季折々の自然が美しく、特に透き通った湖面に映える春の新緑・秋の紅葉は素晴らしく、軽井沢の名所となっている。全周1キロメートル程で、池の源は上流にあるホテルの敷地内からの湧き水で、水質が良く、量が豊富であるとの事。紅葉にはやや早く、観光客の多さだけが目立っていたのが残念であった。とは言え、今回は好天に恵まれ、素晴らしい軽井沢詣だった。

世話人会は案件が多いこともあって、初日の夕食前と翌日の朝食後に実施し、充分議論できたと思う。塩山理事長はじめ参加いただいた世話人の皆様、ありがとうございました。(橋本隆夫)

京葉会

■第102回江戸東京歴史散歩の会

第56回京葉会合同イベント

「麻布台ヒルズ・六本木界限」散策

(10月22日 参加者13名)

当日は13時に地下鉄神谷町に集合。今話題の麻布台ヒルズの森JPタワーを散策した。吹き抜けのエスカ



高さ日本一ビル前にて

レーターでビルの圧倒的迫力を感じつつ5階にある「外務省外交史料館」を訪問。日本の外交文書の展示を興味深く見学した。

その後、善福寺へ。この寺は都内で浅草寺に次ぐ古寺。1859年には初代アメリカ公使館が置かれ、福沢諭吉の墓もある。境内をしばし散策して休息。麻布十番の街並みを歩き六本木ヒルズに到着した。テラスから麻布台付近の風景を遠望し本日の散策を終えた。新旧の東京の対比を感じた1日であった。

今回は江戸東京歴史散歩の会と京葉会の合同開催であったが、今後も同好会との共催を企画していきたいと思う。(長嶋良一)



保養所前にて

■京葉会サロン

(12月3日 参加者18名)

毎年恒例の年末京葉会サロン「芋煮会とオークション」を本部事務室にて開催。塩山理事長の挨拶と乾杯の後いよいよ芋煮会の始まりです。芋煮は山形芋煮と仙台芋煮の勝負です。

山形は牛肉・醤油味、仙台は豚肉・仙台味噌味です。

具材の主、里芋は木更津の吉川農園でこの日の為に大事に育てられた芋です。あつという間に山形芋煮完食。

次に仙台芋煮、これも瞬く間に完食。締めは讃岐うどんでお鍋は見事に空に。



満腹に大満足

さて、いよいよ待ちに待っていたチャリティオークションです。皆さんより優れたお品をお持ちいただきました。

目標額五万円、ちょっと目標額高すぎではと……。

まずは吉川農園で朝採れ山芋・高知産の柚・ベトナム産のんにくセット、出だし順調です。

能登の輪島塗菓子皿・高級な硯など続々紹介、皆さん会話を交えながら楽しいひと時です。

チャリティオークションの売上はお陰様で目標額に達し、売上金額の半分を能登半島支援に寄付しました。

皆さんのご協力で無事サロンを終了しました。

次回は早春のワカメ鍋を期待し……。

(増田正子)

広島支部

■「達人たちの夢」展への出展

令和6年度の「達人たちの夢」は、広島市高齢者作品展実行委員会が主催して9月7日(土)～14日(土)までひとまちプラザ4階展示会場を



日退協ブース

メインに開催されました。

当支部は、関係団体としてひとまちプラザ5階に『日退協ブース』を準備していただき、9月13日(金)～14日(土)の2日にわたって、園芸・盆栽同好会、写画する会、私が

所属する写真を楽しむ会、陶芸同好会、女性バラエティ同好会、がんす川柳会に、竹とんぼクラブが新たに参加して7同好会が作品を出展し、広く広島市民の皆様の日退協広島支部の活動をPRさせていただきました。

各同好会は代表世話人を中心として、この1年間日ごろの活動で作成した出展作品を「達人たちの夢」に

出展すべく準備を進めるのですが、代表世話人がアクセシビリティにより活動休止になると出展の危機に見舞われます。

担当者は、出展作品のレイアウトを決め、空きスペースがないように各同好会に出展を要請しますので、出展できない同好会が出ると裏方は大変な状況下に置かれます。そのようになりスクも皆様のご協力で大わらわながら、順調に開催準備が進み開催当日を迎えることができました。

岡本代表の発表では、出品者の延べ人数は76人で昨年に比べ16人増、出品作品総点数325点で前年より78点増、来場者数は239人となり74人増加となりました。

ご来場の方から、力作が並んでますね、「達人たちの夢」展で拝見するのを毎年楽しみにしています、などの称賛の声を拝聴すると、準備の苦勞も楽しみに変わりました。

出展作品の質は年々向上している、また、今年も「達人たちの夢」の展示を通じて会員の仲間意識が強まった、と思うのは身びいきのなせる業でしょうか。

(「達人たちの夢」世話人 平石純二)

法人・団体会員名簿

(2025年1月1日現在) 50音順

- 片倉工業株式会社
- 幸信商運株式会社
- 五洋建設株式会社
- 新富産業株式会社
- JFEスチール株式会社
- 損害保険ジャパン株式会社
- 株式会社千葉興業銀行
- 株式会社千代田セレモニー
- 東京海上日動火災保険株式会社
- 東京建物株式会社
- 内外汽船株式会社
- 西松建設株式会社
- 日本鑄鉄管株式会社
- 株式会社二友組
- ハーベスト株式会社
- ヒューリック株式会社
- 芙蓉総合リース株式会社
- プラスエンジニアリング株式会社
- 株式会社ブリッジス
- 文唱堂印刷株式会社
- 株式会社ベネフィット・ワン
- 丸大食品株式会社
- みずほ信託銀行株式会社
- 株式会社みずほフィナンシャルグループ
- 株式会社ミツウロコグループホールディングス
- 安田倉庫株式会社
- 安田不動産株式会社

役員名簿

(2025年1月1日現在)

役員	顧問・参与
会長 永濱光弘	顧問 関根貞夫
副会長 吉川敏孝	顧問 高島進一
理事長 塩山哲郎	顧問 谷口博
専務理事 石井憲	顧問 畠山忠昭
専務理事 西村康治	顧問 山鹿素雄
専務理事 伊藤春江	参 与 湯藤哲
常任理事 大友彰	参 与 安藤隆夫
常任理事 末松孝一	参 与 猪狩光也
常任理事 白井正明	参 与 石川義明
常任理事 清水勝	参 与 糸数富美江
常任理事 菊池正美	参 与 井上国春
常任理事 長嶋良一	参 与 岩淵芳夫
理事 出射義幸	参 与 大里璋子
理事 秋山礼子	参 与 倉片厚子
理事 尾形雅美	参 与 遠間ひで子
理事 白石崇	参 与 西村修
理事 館野操子	参 与 福島龍郎
理事 恒成憲一	参 与 藤崎大四郎
監事 長谷川芳春	参 与 満田将太
監事 倉片隆	

編集後記

先日、所属する歴史同好会の見学旅行で、久し振りに奈良県の飛鳥周辺の遺跡・史跡・資料館を散策してきました。チャーターしたバスを使い、二泊三日で1日平均8キロを歩き、普段の運動不足をつくづく感じ入りました。

当地では、「飛鳥・藤原の宮都とその関連遺産群」について、2026年の世界文化遺産への登録を目指し、文化庁で国内の候補として、推薦することが9月に決まっています。

これを受け、訪れた場所のボランティアガイドも説明に熱が入っていました。当地を含め、今まで訪れた他の地域の遺跡等のボランティアガイドの多くは高齢者ですが、皆さん地元愛と必要な知識の習得、健康維持に努めておられ、いつも頭が下がります。当会が、予防に取り組んでいるフレイル、認知症には縁遠い方々ばかりです。

身体に限らず、歴史を通して他人との会話、知識を深める脳の活性化もフレイル等を予防する大事な要素ではないかと思えます。

私の歴史に対する興味の中心は、日本および朝鮮半島、中国と関係する古代史ですが、我が国の高度成長期以降の新たな遺跡、遺物の発見や考古学調査手法の発展により、多くの新たな事実や従来の通説を覆す情報があふれ、益々知識欲が掻き立てられております。

新たな情報を得、更に学習するためには、集中力が大事で、その為には、身体の健康が欠かせないと考えております。

当協会の40周年であります。来たる50周年も元気で迎えられるよう心身ともに精進したいと考えております。(尾利出 收)

MATURITY・第二〇号

二〇二五年一月二〇日発行

※無断転載を禁ず

発行人

塩山哲郎

編集人

岸伸和

発行所 公益社団法人 日本産業退職者協会

〒104-0032 東京都中央区八丁堀3-17-13

TM Yビル10階

電話 〇三(六二四〇)九三八一

ファックス 〇三(六二四〇)九三八二

ホームページ <https://jarp.or.jp/>



▲朽ちてなお（薪能）

石井 憲（埼玉会）

埼玉県行田市の古代蓮で有名な公園で夕暮れに撮影した一枚です。華麗な着物（枯れた蓮の葉）を纏った演者が薪能の暗い舞台にまさに今、登場したかのように。



▲仲良しのサギ

藤崎 章（広島支部）

夕焼けの干潟で、サギが羽を広げてポーズをとっているところを写しました。



▲ヤマアジサイ

高津和史（広島支部）

今年も“ヤマアジサイ”がピンク色と白色の可憐な花を咲かせました。



▲上高地・河童橋から穂高連峰を望む

福島龍郎（西東京会）

毎年2～3回はこの場所を訪れる。梓川と穂高連峰の美観は変わらない。近年、急変したのが外国人客の急増と近隣ホテル代の爆騰だ！