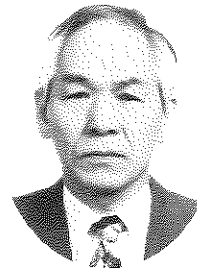




年金生活に感謝



支部長 富永孝夫



第91号

福島県退職公務員連盟 支部  
郡山支会 富永孝夫 印刷  
TEL 922-4342

私は平成11年3月に退職しました。その後は縁があり郡山市の地域公民館に6年間勤務しました。

退公連に加入したのは同年4月からでした。誰にどのように薦められたかは全く憶えていません。当時は退公連もそうですが、退職校長会や福大卒業の吾峰会にも当然加入するものとはとどのの方が考えていたと思います。翌年の4月から前任者がいわき市に転居されるという事で、退公連と吾峰会の方部幹事を引き受けることになりました。

度はベースアップがあり、3月の年末調整では結構な金額が支給されました。

私は教頭職を拝命した翌年でした。が、恩師の校長さんから「文部省教員海外派遣の一員に推薦したので行つてきなさい。」と言われました。当時は英語科の教師や市町村の教育行政に携わるような人に約1か月のヨーロッパ・アメリカ派遣事業が行われていました。また一般教員の中心から2週間程度の派遣事業を文部省で計画をしていました。

の支配下にあったチェコ・スロバキア（現在はチェコとスロバキアは分離）とイタリアと観光中心のフランスの3ヶ国でした。

成田空港を出発しアンカレッジ経由アムステルダムへ。更にオランダ航空便でウィーン経由でプラハに着。ライフルを持った警察官に誘導されながらの入国手続きは緊張しました。北ポヘミアの中心地のテプリツエ市では凄く設備の整っている幼稚園を見学し、かわいい子供達が目を輝かせて花を手渡し歓迎してくれましたが、小学校は古い建物で日本のような構えではなく事務所の入口のような所から出入りしていました。

黒板ふきは湿った布で拭き取っていました。低年齢からロシア語、英語又は独語の選択でヨーロッパ近隣諸国との文化、経済の交流は将来を考へての国家的な教育方針のようでした。

イタリアではミラノからバスで訪問のヴィジエヴァノへ。小学校では私達が入るなり子供達が日本語で「上を向いて歩こう」を歌って迎えてくれました。小学校、中学校、職業工業高校と三校見学しましたが、チェコに比べて気さくで、ピアスや少し化粧をしている子もいたように思いました。チェコもイタリアも勿論観光地巡りもしました。

フランスはほとんどが観光地巡りでした。学校訪問した町ではお世話になった関係者を招待し答礼レセプションを開きました。日本酒や祭りのハッピ、鯉幟、生徒達の絵画、郷土玩具なども大変喜んでいただきました。

帰国後は文部省への報告書の提出と、また年に1回の各県持ち巡りの思い出の会を23回も開きました。その後も個人的には韓国、イギリス、イタリア、フランス、スペイン、カナダ等の旅行をしました。今年から日本経済も少し好転し、2パーセント程度のアップがありましたが、有難いことです。私達も先輩を支え、今は現職の方々に支えられて安定した年金生活を送ることへの感謝は忘れていません。

受章

おめでどういびらます

(令和5年4月〜5年8月)

◇高齢者叙勲

瑞宝双光章

岡部 宏 様

瑞宝双光章

(13方部 桑野) 相澤 珪一 様

瑞宝双光章

(92方部 日和田町) 加藤 恭一 様

(95-1方部 うねめ町)

# 支部総会開催

令和5年度福島県退職公務員連盟郡山支部総会が郡山市中央公民館第8〜10講義室において4月20日(木)開催されました。支部合唱団「はるかぜ」のコーラス発表のあと開会。富永支部長が挨拶を述べ、10年間方部幹事を務められた3名の方部幹事を代表して宗像広義様(97方部)に感謝状を手渡しました。次に室井勝県会長よりご挨拶を頂きました。今年度の事業計画では10月の支部

## 受賞者を代表して

宇佐美 秀昭

この度は、感謝状を頂き、誠にありがとうございました。

方部幹事を前任者から引き継ぎ、はや10年が経ちました。その間、ご逝去された方、転居された方等、退会される方が目立つ反面、入会される方は、退職された方の半数にもならない担当方部でした。

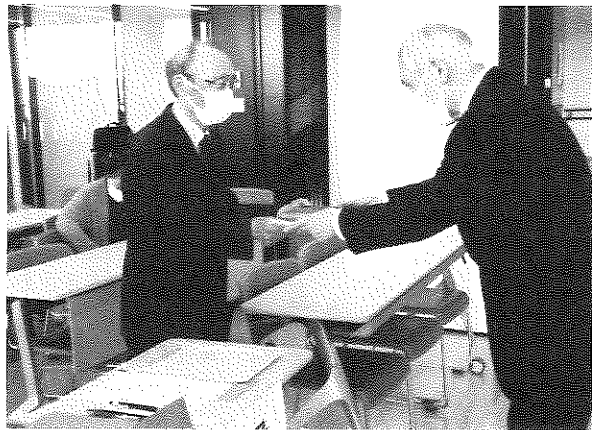
今、私が心がけている事は、年会費を集める日時を予めプリントしてお配りし、その月日は、4月の年金受給の翌日としている事です。

今後も後継者が見つかるまで、できる限り務めさせていただきます。

会員研修旅行などの計画が発表され、議事はすべての議案が可決承認されました。第5号議案の支部役員の一部改正では半沢通副支部長が退任され新たに吉津等氏が選出されました。総会終了後は県退公連年金部長秋山時夫様より「年金制度の現状と今後の動向」と題してご講演を頂きました。

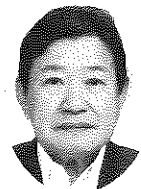
## 〈感謝状受賞者〉

石澤 敏 弘様  
宇佐美 秀 昭様  
宗 像 広 義様



〈感謝状授賞式 宗像広義氏〉

## 退任のご挨拶



半沢 通

いよいよ夏の到来を迎え、ご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて私こと、このたびの支部総会におきまして、諸事情により副支部長を退任させていただきました。任期中の退任により、大変ご迷惑をおかけしましたことに深くお詫び申し上げます。また、在任中は、活動に参加できないことが多く、至らないことも多々あったものと思いますが、皆様からの温かい心遣いに感謝を申し上げる次第です。

私は、副支部長を6年ほど務めさせていただきましたが、退公連活動は、年金や会員相互の親睦活動のほか、会員一人ひとりが惜しみなく協力し合って地域社会とのふれあいなど、地域の和を支える尊い活動をしているというのを改めて勉強させられとても感心しているところです。とにかく、生涯忘れ得ない楽しい思い出となりました。今後は一会員として微力ながら活動に協力させていただきます。

郡山支部の益々のご発展と皆様のご健康、ご活躍を祈念し、退任の挨拶とさせていただきます。有難うございました。

## 令和5年度の会員研修旅行

### 秋の紅葉山形・蔵王の旅

【日時】10月19日(木)

\*郡山駅前発 午前7時45分

\*市役所前 午前8時

\*郡山市帰着予定 午後5時半頃

【費用】8,500円

\*昼食費、バス代、入場料、旅行傷害保険料等を含みます。

《おすすすめポイント》

・斎藤茂吉記念館(山形県上市市)

斎藤茂吉の自筆の書画や原稿、その人となり伝える数々の遺品がテーマ別に展示されています。

・丹野こんにやく番所(昼食場所)

山形のソウルフードの一つである玉こんにやく。素材を生かした懷石料理をじっくりと楽しみます。

・蔵王の紅葉&御釜

紅葉を背景にした御釜の雄大な景色の中で、ゆったりとした時間を過ごします。また、蔵王山頂レストハウスでのショッピングも楽しめます。

【募集人数】30名 (バスの座席には余裕があります)

【申込先】10月6日(金) 締切

次の担当者へお申し込みください。

小林伸行 ☎9233-15353

(FAXも兼用)

川前照幸 ☎938-3260

※参加申込の際に、バスの乗車場所をお知らせください。

★感染防止のためお願い★

朝の検温とバス車内並びに施設内でのマスクの着用にご協力ください。

今年度の郡山支部新入会員をご紹介します。今後の活躍に期待します。

遠藤 佳子 (21-1方部)

令和5年3月31日に定年退職を迎え、心軽く4月1日から過ごしていきます。平日に出かけることの楽しみと、家族との時間の穏やかさに、こんな暮らしもあったのかとしみじみ思う今日この頃です。

新入会員の紹介

この度は、郡山支部の一員としてお世話になります。どうぞよろしくお願ひいたします。また、ご縁がありまして、「花がつみ」広報委員のお話をいただき、微力ながら精一杯力を尽くしていきたいと思ひます。

佐藤 理香 (35方部)

ドライブが好きで私は、ゆつくり旅行に行けることを待ち望んでいました。早速、5月に母と北海道の稚内までドライブしてきました。新緑と地平線、水平線を眺めながら、今後の自分の生き方を少し考えることができました。母が元気に外出できるうちにどんどん旅行を楽しみ、親孝行をして行こうと思ひます。

渡邊 和彦 (45方部)

「趣味をもたないと退職後にやるのがなくて困るよ。」と家族によく言われましたが、年金受給が65歳からになり、退職後も働かざるを得ない状況にはありますが、幸いなことに、再就職先がこれまでの経験が生かせる職場で、やりがいを感じながら働けることを幸せに感じている今日この頃です。

芳賀 俊幸 (62方部)

4月6日より守山小に在籍し、算数・数学学力向上アドバイザーとして、谷田川小、御代田小、守山中の計4校に勤務しています。少しでも貢献できるよう努めております。

教職をとりまく状況は、決して樂觀できるものではありませんが、明るく楽しいニュースを届けられるよう取り組みたいと思ひます。

山本 浩 (66方部)

令和5年3月末で教職生活にひと区切りをつけました。在職中は、体を鍛えること、音楽と向き合うことなど、忙しさを理由に手をつけなかったことがいっぱいありました。

現在は、自分で時間を管理できません。朝の散歩をはじめとして、無理せず楽しみながら第二の人生を歩んでいきたいと思ひます。

吉津 等 (70方部)

この度、当連盟の皆様にお世話になる事になりました。どうか宜しくお願ひします。

私は、東日本大震災の年に警察官を退職し、福島県安全運転学校において講師の職を6年間勤務、その後、警備会社に就職、現在に至っております。休日は、体調管理に配慮しながら健康ゴルフを楽しんでいます。

星 篤 (70方部)

郡山第六中学校を最後に退職致しました。家の中の整理や庭の手入れをして、のんびり生活し、趣味の剣道で体をケアしながら、国内・海外旅行を楽しもうと考えていましたが、現在も再任用として中学校勤務を継続しています。気力・体力を高め、生徒や同僚の先生方に支えられながら、もう少し踏ん張ります。

阿部 秀昭 (70方部)

宮城中学校で退職後、引き続き部活動指導員として学校へ顔を出しています。原則週3回、主に陸上競技の指導に関わっています。陸上競技は高校・大学と自分が取り組んでき

た競技(種目は長距離)ですが、練習内容も変化してきており、どんな指導がベストなのかを書物や動画などを参考にしながら考える毎日です。

佐々木 富美子 (99方部)

度重なる地震でポロポロになった我が家を今春リフォームしました。甦った我が家をすっきりとした居住空間にしたく断捨離を始めました。

ところが、長く使った物には愛着があり捨てられず、使っていない物はいつか使うかもと根拠のない期待で元に戻すといった日々が続いています。まだまだ時間がかかりそうです。

柳沼 啓之 (43方部)

再任用教諭として、初任者研修コーディネーターの役割をいただき、初任者の指導を行っております。

現在の教職員を取り巻く環境は厳しい状況ではありますが、明日の教育を担う初任者のため、もう一踏ん張りがんばりたいと思ひます。

退職公務員連盟の皆様には、今後ともよろしくお願ひいたします。

そのほかに次の方も加入されましたのでお知らせします。

● 根本 康浩さん (70方部、緑ヶ丘東)

### ◆女性部◆

#### 活動に喜びを見つけて

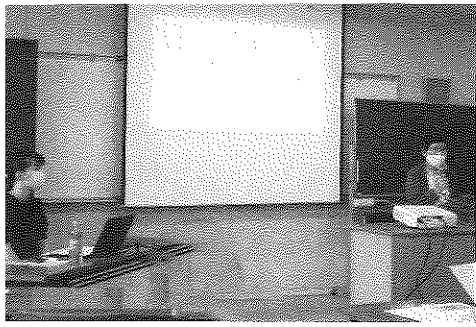
#### ◇令和5年度部会

6月10日(土)さんかくプラザにて女性部会を開催しました。近年は会員の高齢化が進み24名の参加でした。今年度は、会員の交流時間を多く持つ為に一日行事を計画しました。午前には協議と研修会、昼食を挟んで先輩方との経験豊かな話題の多さに学び、有意義な部会となりました。

#### 1. インターネットトラブル

橋本 史絵氏(消費生活相談員)

昨年に引き続き、誰にでも陥りやすいインターネットによる通信販売や点検商法等の実際の相談事例をもとに対処法について詳しい説明がありました。普段から生活の心得や知識



を身につけて、毅然とした態度で行動できるよう改めて考えさせられました。楽しく学ぶことができました。

#### 2. 棒体操で筋力アップ

鈴木 洋子(会員)

10数枚程度の新聞紙を固く丸めて作った50センチ位の長さの手作りの棒を使って運動する体操が棒体操。最近、この体操を奨励しているインストラクターがいます。紙の棒なので、誰にでも気軽に使用可能です。今回は、「365歩のマーチ」の曲に合わせて、簡単な動きを紹介していただきました。継続することで筋力アップになります。



#### ◇女性部会としてのこれから

- ・7月7日(金) せいわ園訪問について、今年度も中止となります。
- ・8月30日(水) 絵手紙収集と発送については、女性部会の時にハガキを配布しましたので、持ち寄って鑑賞し合い、役員で発送します。
- ・10月11日(水) ふれあいコンサート好評につき、今回も公会堂で実施されます。詳細は9月はじめにお知らせ致します。

#### 女性部会に初めて参加して

佐久間 尚子(70方部)

「今度退公連の女性部会があるんだけど、参加してみない。」

ご縁のあった大先輩の鈴木洋子先生にお誘いを受けて、私は初めて女性部会に参加しました。

会場では、久しぶりに顔を合わせて、懐かしそうに挨拶なさっている様子が伺えました。

最初の研修は、消費生活相談員の方による『大人のインターネットラブル予防講座』でした。普段から何となく心配だと思っていた各種の通信販売について、特によく分かりました。うまい話は大きな文字で書いてあるけれど、細かい契約内容は小さく分かりにくく書かれているので、最後までしっかりと確認するようにということでした。

体操もあり、歌もありと楽しい活動が続きました。交流の時間に、先輩方の近況報告を伺いました。詩吟、ラジオ体操、フォークダンス、お花など、それぞれの方々が好きな活動を続けて、人生を楽しんでいらつしやる様子を、出席者全員で共有することができました。出席されていた皆様、笑顔にあふれ、きらきらと輝いていたのが忘れられません。私も、先輩方のように元気に人生を楽しみたいと感じた一日でした。

### ◆福祉部◆

#### 本年度の努力目標

- (1) 会員相互の親睦活動
- (2) 健康と生きがいのある生活
- (3) 社会貢献と会員相互の交流

#### 活動計画

☆9月13日(水) 教養講座 10時

会場：さんかくプラザ集会室

題名：開成山公園の歴史

講師：矢部 洋三氏(元日大教授)

知っていますか？1904年(明治37年)から1956年(昭和31年)までの半世紀以上競馬が行われ、安積地方を中心に県民の憩いの場としてにぎわっていました。その歴史を社会の変化に合わせて明らかにしていきます。

☆9月28日(木) 健康講座(料理教室)

10時から 駐車場あり

場所：今泉学園 郡山市大町

今泉学園は改築されて、内覧会と共に料理教室を行います。手軽にできて、おいしい料理を作ります。エ

レベーターもありますので、ぜひ参加してみてください。

例年行っていました南東北病院医学講座は今年もコロナワクチン接種会場です。中止です。福祉部は、

その他4回の会合を持ち、親睦を

図り、交流を深めています。

# 生きがいを求めて

―わたしの近況・心境―

## 私の生きがい



古川 将男  
(37 方部)

これが生きがいと言えるのか。私  
の場合のこんな出来事。

今から12年前。妻は予期せぬ白血  
病に倒れたが回復は望めない状況に  
陥った時に懇願された事がある。食  
事作り。料理には携わった事のない  
夫の生活を心配して、すぐにNHK  
カルチャーセンターの「男の料理教  
室」に入会する事と「妻の悲壮な  
姿に「わかった。料理を始める」と  
約束せざるを得なかった。

間もなく佐しい独居老人の身とな  
り、無縁だった料理の道に足を踏み  
入れた。はじめは米のとき方、包丁  
の扱い方、調味料の量り方など一か  
ら始めた。気の合った仲間と食材の  
下拵えをし、煮たり揚げたり蒸した  
りして、レシピの物を作っていく。  
回を重ねる中で調理の技術が身につ  
いていく。月2回、授業料・食材・  
水道光熱費等を含めて約五千円、い  
い食材でおいしく作り、口にした時

は満足感に満たされる。石の上にも  
三年、日本料理・中華料理・西洋料  
理等の調理法を身に付けていく。

10年目、そんな折り一人娘が家に  
戻ることになり、古くなった部屋を  
中心に内装工事をすすめた。その時  
つくづく調理を身に付けておいてよ  
かったと強く思った。

これからは毎日一緒に過ごし、楽  
しく食事ができる。娘も今は高校勤  
務で忙しそうに助かるに違いない。  
そんな時、いい気持ちになり、家族  
の絆が蘇り、生きがい？を感じるこ  
とができたと思う。

## 大地と小鳥に

### 恋して10数年



佐藤 秀一  
(101 方部)

「ホーラ、ホーラ、ホーラ」今日も大  
空への第一声で我が手探り農業は始  
まる。間もなく察知した小鳥たちが  
餌台に群れる。今朝は幼鳥もまじる。  
近隣の婆さんを師と仰ぎ、少しは  
様になってきたが、目立つようなこ  
とばかりやりたがる。通りがかりの  
耕運機のおじさんが、「今の若い人  
たちは違うな〜」（そんなに歳離れ  
てないのに）と褒められ悦に入る。  
欲張って果樹栽培にまで手を出し

て今、座礁の感有り。農業センター  
研修を受け試行したが、農業も果樹  
も病気や害虫、小動物とのせめぎ合  
いが続く。可能な限り無農薬と有機  
を心掛けているが悩みは深まるばか  
り。収穫目前の網掛け苺が食い尽く  
されて『一生懸命育てているので取  
らないで下さい』なんて看板立てて  
も被害は止まず、真犯人は日本語の  
分からない狸だった。



〈さくらんぼの栽培〉

ロシアのウクライナ侵攻に端を発  
した肥料やエネルギーの高騰が響く。  
自前の有機肥料を志向して行かねば  
と思うがなかなか簡単ではない。  
大地に汗して悩み、収穫の喜びを  
得て安堵し、次なる作耕の思案にふ  
けるととき認知症との闘いが始まる。  
明日もまた「ホーラ、ホーラ」で始  
まる我が農業は一等の「デイサービ  
ス」。

## 近頃思うこと



井田 勝興  
(48 11 方部)

チャットGTP、AI、IR等々近  
頃傘寿を迎えた身にはどうもついて  
いけないような言葉が身に迫ってく  
る。大学生の孫は授業で活用してい  
るそうだ。スマホをやっと活用して  
いる身としては「変わらなくちゃ、  
変わらなくちゃ付いていけない」と  
いった妙な強迫観念に縛られたりも  
する。

NHKの『街道を行く、奈良散歩』  
と言う番組の中で東大寺の修二会で  
は120年以上も前から兜率天とくそつてんに行くた  
めの修行を毎年繰り返ししているとい  
う映像があった。「これほどの長い  
時間の中で全くそのスタイルを変え  
ない」〜そこには世の中がいかがよう  
に変わろうとしても、弥勒菩薩様に  
会うためには信念や言動を一切変え  
ずに修行に励む僧達の姿が映し出さ  
れていた。もつとも、天界の1日は  
人間界の40年と言われているから1200  
年と言っても天界の3日にしかなら  
ない。そう信じ込めば、これから何  
千年と全く変わらないスタイルであ  
る寺では僧達の修行が続けられてい  
くのであろう。

「変わらなくちゃ変わらなくちゃ」と焦るよりも「変わらなくてもよい」むしろ「変えちゃいけない自分」を見つけること。「自分は自分でいい」と考える方が余程大切だということをお話してくれるような番組であった。

近頃は寝る時に出来るだけその日に満足して眠るように心掛けています。ゴルフが楽しかった。友と語りあえた。旅に行けた。ご飯が美味しい等々。「もうあと何年しか生きられないと考えるのでなく、今日が私の人生で一番若い日だと考える。」脳科学者茂木健一郎さんの言葉が妙に嬉しく響いてくる。80で迷っている自分だがもう少し生きられそう。

### 夢が叶うよう



佐野 常浩  
(63-2 方部)

教職を退いて3年。夢が3つある。一つ目。日本全国を新幹線に乗って旅したい。これまでに、大人の休日倶楽部バスを利用して北海道と東日本の新幹線は制覇した。しかし、いずれも超駆け足のスケジュール。各地の名所旧跡を訪れ、ご当地グルメを味わい、名産品を求めるような贅沢な旅をしたいのだ。例えば、長

崎。あえて飛行機ではなく、いくつかの新幹線で行く。月並みだが、平和公園やハウステンボスを見て、新鮮な海の幸を味わいたい。調べ学習だけは、進んでいる。

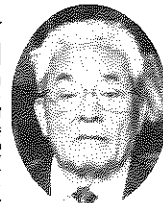
二つ目。これは、一つ目の夢と密接な関連がある。全国各地の日本酒を飲みたい。旅に出かけ、列車に乗りながら、地酒の情報収集を行い、四合瓶を一本お土産にしてのんびりと飲みたいのだ。先日、新潟の駅で、新潟全酒蔵の代表銘柄から5つ（たったの5つ）を試飲。一番のお気に入り「麒麟山ながれぼし」を購入。小さな幸せとともに味わった。

しかし、これらの夢は、健康であつてこそもの。仕事帰りに、スポーツクラブでのトレーニングを日課としている。夢を叶えるために欠かせない。なのに、お風呂会員になつてしまふ日があつて反省しきりである。

三つ目。卓球が上手になりたい。深卓愛好会に入会するご縁をいただき、毎週金曜日の午後、本気で楽しく練習している。八十歳代の先輩方のほうがはるかに上手。早く追いついて、ラリーを続けたいのだ。夢が叶うよう、日々の運動と調べ学習を重ねている毎日である。

### 会員の作品

吠える



青砥 照男  
(63-2 方部)

今回の掲載写真は、日本風景写真協会の巡回展として90点に選ばれた作品です。福岡・京都・大阪・東京・仙台で展示されました。

題名は「吠える」です。岩が吠えているような感じを表現したく試みた作品です。

撮影場所は、二本松市の阿武隈川の溪流で稚児舞台の岩場です。今後は、「花の美しさ」に挑戦しようと思つています。



「吠える」

### お悔やみ申し上げます

(令和5年3月～5年8月)

- 家久来勝美様 景山 幸子様
- 鎌田慶四郎様 熊田喜世子様
- 武藤セイ子様 須賀 路得様

心よりご冥福を  
お祈り申し上げます

### 編集後記

野菜や果物が美味しい季節です。特に桃やスイカは今が旬です。縁側でほお張りながら来し方行く末に思いを馳せるひとは格別です。さて、退公連には今年11名が加入頂き、広報部に遠藤佳子氏が強力な部員として加入して頂きました。会議は8回程度を重ね、マンネリ化しない、読んでもらえる、そんな広報誌を目指していきます。ご多用のところご寄稿頂きました皆様には心から御礼申し上げます。

紙面上、ご意見やご要望などありましたら広報部長（鷺田）までお寄せ願います。

### 広報委員

- 鷺田 洋
- 佐藤ノブ子
- 大越 清美
- 遠藤 佳子
- 渡辺 和宜
- 齋藤 榮子
- 武田 修一