

関東支部会報



令和5年春季号
支部長:大野吉郎

もくじ

巻頭言

・三月のある日のこと

支部長 大野 吉郎

会員だより

・写真―教職四十年

中川 廣子

・私と仏像彫刻

長谷 岑二郎

・私とボランティア

黒沼 律子

・ライフワーク

内田 智代

・みんなが笑顔になる

羽生 奈々美

・短歌

久保田 光則

はなやのつばし



白杵城址のさくら



国指定史跡岡城址（竹田市）のさくら

大分は城址のさくらが似合います



巻頭言

三月のある日のこと

豊友会関東支部長



大野 吉郎

(S48年卒・埼玉県坂戸市)

三月に入り「梅の香がほんのり

届く早春賦」(大野作)の季節を感じ

るようになりました。因みに、

唱歌 早春賦の作詞者は大分県

出身の吉丸一昌、作曲は中田章

(中田喜直の父)となっています。

日ごとに春の陽気を感じられる

ようになったかと思うと、今度

はスギ花粉が勢いを増し花粉症

の方にとっては、なんとも複雑な

季節でもあるようです。

会員の皆様におかれましては

常日頃、同窓会活動にご協力をい

ただき感謝いたしております。皆

様におかれましては、各々のライ

フスタイルやライフスタンスあ

るいはライフステージにおいて

ますますご健勝でお過ごしのこと

とと察しています。

新型コロナ感染の猛威はウイ

ルス変異を経ながらも、ようやく

大幅な減少がみられ、国策として

「3月13日からはマスクの着用は基本的に個人の判断に任せるとのメッセージが発せられました。また、特定の施設や病院等では警戒を要するようですが、以前の日常が徐々に戻ってきそうで、気分も少し晴れやかになってくるようです。

ところで、最近の心もとないニュースが多かった中、3月2日は朗報がありました。私事で恐縮ですが、近隣に在住の次男宅に次女が無事に誕生しました。ブラボーです。また、夜のニュースでは名古屋大学の研究チームが素粒子「ニュートロン」を用いた技術を駆使してエジプト ギザのクフ王のピラミッド内部の構造を透視して巨大空間の存在を発見できた。と報じられていました。これもブラボーです。

もう一つは、夜寝つきが悪くてNHKの「ラジオ深夜便」に耳を傾けたところ、国際ジャーナリストの堤美佳氏がご自身の健康と有機栽培、循環型農業の勧めについて話されていました。私自身、病院勤務(理学療法士)を定年退職後、かれこれ10年近く、無農

薬、有機野菜栽培を細々と続けている手前、つい聞き入ってしまった。ご自身は米国での生活で多忙な中、ファーストフードをよく食していたそうです。やがて、体調を崩され、受診すると西洋医療では、悪くなった組織は除去したほうが良いという方針に疑問を持ち、本来生体に備わっているホメオスタシス（恒常性）に基づき、いま、体が必要としているものを摂る生活を心掛けるようにしたところ、数か月のうちに体調がよくなってきたとのことでした。米国も日本も大量生産、低コスト化農業を進めてきたため、日本の有機農業は技術は高いが普及が低いのが現状とのこと。一部の自治体では経済的支援を導入して、学校給食に有機農法による地産地消の野菜や穀物を取り入れ、循環型農業を推進している。と報じていました。確かに、いろんな工夫や労力を要する有機農法は根気を要するようですが、土壌にも良い影響をもたらさず、未来永劫続けられる循環型農業だと実感はしています。私自身が動く間は細々とでもよいの

で続けていこうと思っています。

そのためでもあります。一健康法として、雨天の日以外は夕食後1、2時間後に20〜30分散歩した後、①つま先立ち（かかと上げ）運動、②スクワット運動③片脚立ち運動（最低60カウント）④体幹回旋ストレッチと回旋運動30回を習慣づけています。2週間以上も続けていると、動きが軽くなり、精神的にもよいように感じます。できる限りこの2つは続けていこうと思っています。

教育現場とはかけ離れた、私事で拙作な巻頭言となりましたことをお許しいただき、今年、会員の皆様へ総会と親睦会のご案内ができるよう、企画検討を進めていきたいと思えます。

皆様のご健康を祈念するとともに忌憚のないご意見やご指導ご鞭撻をよろしくお願ひ申し上げます。



会員だより

写真・教職四十年

中川 廣子

（S30年卒・東京都杉並区）

フォトブックは別にしてダンボール一杯の写真の整理が出来ない。懐かしく思い出して手が止まる。「見ないでダンボールごと捨てなさい。」と言われ、頭では分かっているが踏み切れないでいる。

戦前、戦中、戦後時代の小学校から高校生まではクラス写真か卒業記念の集合写真が一枚、僅かに友人とのグループ写真があるくらいで捨て難く大事に保管している。

教員志望で大学に入ったものの汽車通学することになり、朝五時起き、豊前長州駅から西大分駅へ。駄の原の大学は練兵場跡。講義が終わるとすぐ駅へ帰宅するという今では考えられないような学生生活で、部活も行事参加も出来ず、在学中の大半をこんな状況で過ごしたので、深く感傷としてありながら写真がない。バラックの校舎、板張り、机も

ふるさとジャンク①

空飛ぶクルマ

大分市で2月17日午前、二人乗りの「空飛ぶクルマ」が試験飛行に成功した。国土交通省の許可を受けた野外での有人飛行は国内初。地上約30メートルまで浮上し、最終計測値で約400メートルを3分31秒かけて自動飛行した。

「空飛ぶクルマ」はドローンなどの技術を応用し、「電動」や「垂直離着陸」が特徴とされる次世代の身近な乗り物として期待されている。また、運航費用や騒音、二酸化炭素の排出量を抑えられるとされる

山間部への配送やタクシーなど、人手不足解消につながる技術として国内外の事業者が実用化を競っている。





椅子も粗末な木製。学生の下駄の響きは今も耳に。ただ、講義される先生方の熱意に真剣に真面目に聴講していた私自身が思いつかれる。

卒業してからの就職。退職までの教員生活四十年は波瀾万丈。新卒一年、宇佐市の四方山里の分校。複式一、二年生の担任。学識も体験もなく挫折。転任希望で母校の河東部へ。当時12名の教え子には贖罪の思い出しかない。

故郷宇佐市で十年、大阪で七年、養免を取り養護学校の経験もしたが東京へのあこがれが強く、退職して上京。港区赤羽小で十年、品川区で四校十三年。教え子たちの活動や行事の写真。教職員との旅行の写真など日本のよき時代の写真がいっぱいである。

私と仏像彫刻

長谷 岑二郎

(S42年卒・神奈川県横浜市)

現役時代は体育教師として、趣味も特技もない私が何か趣味や特技を持ちたいと始めて、早くも十年近くになる「仏像彫刻」です。ご承知のように、塑像は可塑性のある素材を使い、形(像)を創り出していくのですが、彫刻は素材を彫り刻んで形(像)を創り出していく大きな違いがあります。簡単に言うと塑像はプラス(+)により像を形創り、彫刻はマイナス(-)によって像を形創っていくわけです。箇所によっては彫りすぎて接着剤で補修したり、彫刻刀が入らない箇所は切り取った後に接合したりして作品を仕上げていきます。

私のこの作品は既存の仏像を真似て作成していますが、当初は東大寺南大門の「金剛力士像」を参考に彫るつもりでした。しかし、運慶派の力強さを表現するのは素人の私にとって非常に困難で、家の近くのお寺の山門の仁王様を真似て彫ったものです。仏像彫刻の多くは檜と楠(樟)が多く用いられ、この「仁王像」の材料は樟脳の原料と

なる「楠

(樟)」です。

檜と楠(樟)はともに彫り進めていくと「いい匂い」に包まれ、安らぎを感じます。檜と比べ、硬くて

彫刻刀を何度も研ぎ直すなど苦労しました。まだまだ、素人で彫師の域には達してはいませんが、皆様に見ていただければ幸いです。



長谷氏ご本人提供の写真

私とボランティヤ

黒沼 律子

(S49年卒・神奈川県厚木市)

前回は久しぶりに訪れた母校大分大学の感想を投稿しました。今回は近況報告もかねて今私が出ているボランティヤについて書きたいと思います。

母の長期入院の際、病院のソーシャルワーカーの方に病状や経済面で適切なアドバイスなどを頂き精神面で助けられ心強い体験をしました。母の死を契機に私も何か社会貢献できないかと思

ふるさとユックク②

中津市の国指定史跡周辺に大型建造物の遺構

大分県中津市永添の長者屋敷官衙(かんが)遺跡(国指定史跡)の周辺で、奈良時代から平安時代にかけての役所跡とみられる大型建造物の遺構が見つかった。調査している市教育委員会は「大きさや形状などから役人が政務をしていた郡庁の可能性がある」として、国史跡への追加指定を目指している。3月18日に現地で一般向けの説明会を開いた。市教委によると同遺跡は古代の官衙(役所)がコメを管理していた巨大倉庫群。1995年、市営住宅の立て替え時の発掘調査で見つかり、2010年に国史跡に指定された。



い、定年退職まであと六年で早期退職をし、社会福祉士を目指して福祉の勉強を始めました。

通信教育を始めたものの全く福祉の知識がなかった私には、月二回のレポート提出はかなり大変でした。やっと二年の課程を修了し、卒業を前に肢体不自由の人が暮らす施設で二週間現場実習を行いました。支援する職員の方の情熱や年一回の学園でのスクーリング授業の中で全国から集まった現職の福祉関係の方々の熱心に学ぼうとする姿に驚き、感動しました。念願の社会福祉士の資格は取得しましたが、

「仕事をする前に何かボランティアをやってみるといいよ」とのアドバイスを受け、やり始めたのが音訳（音声訳）のボランティアでした。視覚に障害のある方（読者）に月に二回の広報や新聞などの情報、小説などを読んで、CDに編集し郵送する活動をしています。

団員は五十名くらいで、活動は広報、市議会・社協、新聞などの情報、小説など五つの読むグループに分かれており、月に四・五回

のグループごとの活動・月一回の定例会と勉強会・出来上がったCDのコピー・郵送と、まる一日がかりの結構忙しい活動です。その他に読者との交流として年にバスハイク一回・懇親会二回、計三回が計画されています。読者の方の「この前のCDとても聞きやすかったよ」とか「本とても楽しかったよ」という反応や、視覚に障害があっても白い杖（白杖）を上手に使用して外出も交流も前向きに楽しんでいられる読者の方の姿には、逆に私の方が励まされます。

音訳を始めて今年で十四年。先輩方に、「マイクの向こうに読者の顔を思い浮かべながら、話すように読みなさい」と言われるのですが、アクセントに苦戦し、間やピッチが上手くとれず、満足できる読みがなかなかできません。ただ声を出す機会が多いせいかわラオケの唄声は以前よりも声量がでてき



ました（笑い）

まだまだ悪戦苦闘の日々が続きそうですが、主人の送り迎えに支えられながら八十五歳を超えても若々しく元気に頑張っている先輩を目標に頑張りたいと思います。

ライフワーク

内田 智代

（S52年卒・東京都杉並区）

大学を出てすぐに大分で中学校の教員をしました。生徒とうまく関係を結べず「私にはこの仕事は無理だ」と思い、結婚を機に3年間で辞めました。

その後娘が産まれ、子育ても難しく「親は辞められないし、どうしたものか」と迷っていた時に『親業』という親子関係のコミュニケーションショントレーニングの講座に出会いました。「これだ！」と思い学び続け、インストラクターの資格を取り、30年近く親子関係の講座や講演会を開催しています。コミュニケーションのコツは、子どもの話を聞くこと、そして親の気持ちや「Iメッセージ」で伝えることと講演会等でお話します

が、娘が思春期に入った頃、私自身もなかなか娘の話を聞けず、こんな私が講師をしていていいのだろうかと思っていました。そんな時に『エニアグラム』に出会いました。『エニアグラム』とは人は9つのタイプに分かれるとする性格類型論ですが、例えば「自分が文房具で例えると」などのお題が出され、それに答えるなかで自分の価値観や動機を探っていきます。たくさんのお題と格闘し、自分は何を感じたり大事にしたり、恐がっているのかをワークシヨップに参加された方々とシェアし、自分と他者との違いに気づき、自分を尊重できるようにするという学びです。『エニアグラム』を学び続けるうちに、娘を完全に別人格と見ることができ、娘の人生をただただ応援したいと思えるようになりました。夫は8年前に亡くなりましたが、仲良し夫婦だったと思いますので、この2つの学びが私の人生を支えてくれたと感じています。

ふとしたきっかけで、この度、受講生の方と一緒に親子関係の本を出すことになりました。親子で

あつても別人格、どのような違いがあり、どんな点に注意して子育てをしたらいのかをタイプ別に記した本ですが、これまでずっと子育てに迷いながら学び続け、活動し続けた集大成、ライフワーカーのかなと感じています。

教員は続けられませんでした、別の形で子育ての支援ができるならば、迷い迷

いの人生ではありましたが、

これでもいいのかなと今は思っています。



みんなが笑顔になる

羽生 奈々美

(R3年卒・千葉県香取市)

これは、老人ホームを訪問することが決まった際に、児童が話し合つて決めたテーマだ。私が担任している四年生の十二人は、素直で優しい性格の子が多い。おじいちゃんやおばあちゃんに笑顔になつてもらうには、自分たちも笑顔になれるようなことをするのが良いと考え、ダンスや歌、クイズをすることにした。家でもダン

スの練習をするなど、子ども達はたくさん準備をした。

ところが、当日が近づいたある日、訪問を中止にしたいという連絡があった。年末年始に感染者が増えたためだ。

「あんなに楽しみにして、一生懸命練習していたのに、きつと残念がる。」そう思っていたところ、教務主任が、

「せっかく頑張っていたのだから、DVDにして届けたら？」

と助言をくれた。そこで、新たな試みとして、歌とダンスをタブレットで撮影して届けることにした。やはり訪問中止は残念がつていたが、普段YouTubeでさまざまな動画を見慣れていることもあって、動画作成はどの子も興味津々だ。

曲の歌詞に合うように自分達でカット割りを考え、撮影し、手こずりながらもなんとか編集を終えた。学級で上映会をすると、照れて顔を手で覆ったり、きやあきやあ言ったたりしながら観ていた。

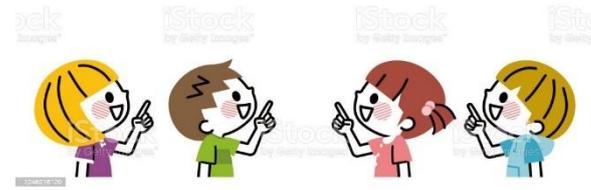
老人ホームの職員さんに届けると、「施設のみんなまで観る」と、

とても喜んでくれた。また先日、

学級懇談で保護者にみせたところ、皆さんうれしそうに「良かった」と言ってくれた。

動画の中の子ども達は、みんな笑顔で、とても楽しそうに踊っている。みているこっちも自然と笑顔になつてくる。

たくさんがんばった甲斐があったね。あなたたちの笑顔はみんなを笑顔にしたよ。



短歌

嫌じやのう

また戦争か窓の祖父

米機見上げる幼き自分

久保田 光則

(S44年卒・神奈川県横浜市)

この短歌は令和4年歌会始の話題が「窓」の時に応募したものです。

私が五歳のころ朝鮮戦争が始まり、九州の空を米軍機が飛んでいく様子を見て祖父がつぶやいた言葉を思い出して詠んだものです。採用はされませんでした。今、ウクライナ戦争が始まり一年以上経ちます。祖父(明15年生)は小学校もろくに出していない無学の人でした。兵役の経験もありません。それでも、厭戦気分は強かったようです。そこは10軒ぐらいの貧しい山村でした。当時、日本とアメリカの国力の差は今のウクライナとロシア以上だと思えます。もし、戦争がなかったら村の若者も遺骨で帰ることはなかったはずです。



みな様からのお便りお待ちしております。気が向いたときにいつでもお送りください。

宛先 〒233-0007

横浜市港南区大久保 3-20-17-

315 鬼塚 昭政 まゆ

oni_bach_11@yahoo.co.jp

すていぞー！ 大分県の健康寿命

NHK教育テレビ「きょうの健康」で放送されました



男性は1位。女性は4位。

これは最近の「全国健康寿命」ランキングでの大分県の順位です。前回の男性36位、女性12位から大きく飛躍しました。

この改善に向けた取り組みが放送されました。ちなみに、健康寿命とは、「健康上の制限がなく日常生活を送れる期間」とです。

大分県では七年前から健康寿命日本一を目指して取り組んできたそうです。その一翼を担った医師・藤内修二氏（大分県福祉保健部理事）によると、今回の順位は「県民一丸となった大作戦」の成果の表れであるとのこと。その大作戦とは？

一つは運動。県独自のアプリ「おおいた歩徳（あるとつく）」をスマホに入れてウォーキング。歩数に応じてポイントが貯まり、ある程度貯まるとサービスを受けたり景品が当たったりする仕組みです。グループや企業同志で競い合う楽しさもあるそうです。

二つ目は食事。塩分を控え、野菜を多く摂るメニューの開発とその普及です。名付けて「うま塩・もつと野菜」作戦。食堂やスーパーの協力も得ながらの取り組みです。

三つめは事業所との連携。働き盛り50代の生活習慣病対策として若い世代から健康づくりにとりくむ作戦です。

これからも男女ともに日本一を目指していくとのこと。
（放送は令和5年1月）



ほのぼの大喜利川柳 おおきりり

（ ）に言葉を入れて詠んでみましょう

むかし酒 今は病院（ ）する

若き頃、次は二次会だ、三次会だと飲み歩いた御仁も多いのでは

（ ）して「夜眠れぬ」と医者に言い

お昼を食べた後はどうしてもこうなります。ウトウト・・・

人生も 野球も 最後は（ ）です

いつまでも我が家で健康で過ごしたいものです

まっすぐに 生きてきたのに（ ）

年とともに足腰は弱ってきます。でも、気持ちだけはシャキツとしていたいです

威張ってた 上司 地域で（ ）

退職したら現役時代の肩書は地域の中では通用しません。地域の仲間と楽しく交流するよう心掛けたいです

編集後記



◆コロナ禍も収束を迎えつつある中、春の陽気もあり大きく深呼吸をしたくなります。豊友会のみな様におかれましてはお元気で過ごしのことと存じます。

◆今回も会員の方から寄稿していただき無事に支部報をお届けすることができました。改めて寄稿いただいた会員の方に感謝申し上げます。

◆関東支部の総会・同窓会も中止続きでしたが、今年は開催の見通しが見えてきました。役員会で検討して改めて次回の支部報（秋季号）をお届けする折にお知らせする予定です。

◆支部の運営はみな様からの会費で行っております。会費減少で支部報の作成や全会員への送付を賄うのがやっとの現状です。会費納入にご協力をお願いいたします。

◆豊友会・関東支部へのお問い合わせは左記事務局まで

黒井 勝 TEL 03-3643-3849

〒515-0101 大分県中津市
大分県中津市 豊友会事務局
〒515-0101 大分県中津市 豊友会事務局