



「健康ウォークの会」足柄峠・金時山
登山、箱根温泉一泊コース

4月12日(月)~13日(火)は絶好の日本晴れ、有志1
行ワゴン車で足柄峠へここから金時山登山、大平
荘一泊、かつての金時娘も今では私たちと同世代。
二世の金時乙女のお母さんです。(金時山頂にて)

退職者

こだま会報

No.26

シルバーは、地域社会の
知恵袋・力袋、さらに
夢をもたらす夢袋・福袋に

総会開催御案内

「退職者こだま会」

第九回定期総会

・とき

六月二十八日(月)

午後二時~四時

・ところ

横浜市中区海岸通り一~二

横浜市港湾労働会館

(電話)〇四五(201)三八四二

「加入のおすすすめ、と
会費納入ご案内」

「退職者こだま会」へ加入ご希
望の方には、規約・入会申込書、
会費振込用紙などお送りします。
お申込ください。

・所在地

〒231 横浜市中区本町四の三七
神奈川県職労事務局内

「退職者こだま会」宛
(電話)〇四五(201)一一一
(内線七九五三)

振替口座 〇四五(一一二)三一七九

横浜銀行県庁支店

普通預金口座番号 八七八一三九

神奈川県労働金庫本店 普通預金口座番号 一一四八六四二

郵便振替口座 横浜五 一六六五八〇

会費関係

(1)入会金 一、〇〇〇円

(2)終身会費 二〇、〇〇〇円
なお、年会費二、〇〇〇円もあり
ます。

当会の評価も高まり、この
ところ入会が増えています。
有難とう。未加入の方も当
日、来場大歓迎。お誘い合
わせの上、ご出席ください。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

なお、ご出席の方には交通費(車
代)として粗品を進呈します。

また、総会終了後引き続き県庁新
庁舎裏側の農協会館地下食堂に於
て懇親会を開催いたします。

「退職者こだま会」ならではの
心温まる一日にしましょう。

第九回定期総会

議案

(二~五頁参照)

第九回定期総会報告・議案

一九九二年(平成四年)度 経過報告

一九九二年は、バブル経済崩壊後の深刻な経済不況に追打ちをかけるように、佐川急便疑惑に端を発した金丸前自民党副総裁なる最高権力者の脱税容疑逮捕という後世に汚点を残した年でもあった。

私達に直接関係のあるものとしては、五年毎に行われる公的年金制度の改正に向けて首相の諮問機関である社会保障制度審議会の年金数理部会が、平成四年九月十七日、明後一九九四年の年金制度改正に向けた報告書(当会報第24号3頁参照)を発表した。これには一部の世論づくりを狙ったとの反発を受けたが、いづれにせよ当退職者会としては情勢と動向を見極めつ、対応が求められている。以下、主要項目別に記述する。

○執行体制の概況

前回の第八回総会で提案、採決を得たように、副代表幹事庄司三雄、田中英子両氏からの病氣等の理由による辞任申し

出を受けたが、役員改選期でないため空席とした。また、補充として新川宜満新幹事を選出したが、会の運営に支障が生じないように、代表幹事、事務局長を中心に、和田、小野田幹事による、ボランティア乍ら毎週火曜日、事務局出勤による常勤的体制で臨み、随時、明田、新川両幹事の応援を受けつ、執行体制を維持してきたといえる。

また、退職者会での役員は、現職時代と異なり、財政的にもボランティア活動に依存せざるを得ず、個人的事情、老病患や勤務状況により一率に律することは不可能に近いことも考慮して運営に当る必要があった。

○全労済関係業務

当会の厚生事業の中心である全労済は、火災共済が圧倒的比重を占めており、当会報誌上で広告を兼ねた、「全労済、ここが魅力で、ここが得」と題して、全労済の非営利、低掛金、保障額は再取得価格などの有利性のPRと、退職予定者に対する県職労厚生部との協同呼び掛けもあって加入者も漸増している。しかし、年会費会員の会費未納者による火災共済

の引続きの加入問題、また、当会員の団体加入と非会員の個人加入とのメリックト、デメリックトなど解決しなければならぬ課題が多かった。

○「趣味の会」の増加と充実

会員の希望と期待に応じて、まず、平成二年九月に、荒井太郎会員の提唱とご協力により発足した「歴史教室並びに歴史散歩の会」を皮切りに、平成四年七月には「旅行の会」が発足、部会員が早くも三十名を突破したので、平成四年九月十五日～十六日、神奈川県観光協会の協力を得て第一回目として草津温泉旅行を、次いで十二月三日～四日は伊豆熱川温泉、三月八日～九日は第三回目として、栃木県奥鬼怒川上流の湯西川温泉行を実施、参加者は毎回十名前後乍ら、内容的には好評で、今後次第に活況を呈するものと思われる。

前述の歴史教室は回を重ねること十二回、歴史散歩の会は六回を数えている。いづれも参加者は毎回二十名を超えている。

「新ハイキングの会」と名付けて発足したこの会は、部会員としての申込みも三十余名となり、七月二十三日、大磯高麗山、湘南平へ、さらに、三月三日、金沢文庫、天園ハイキングを実施している。参加人員は十名以内と今のところ少数で

あるが、今後、「健康づくりウォーキングの会」略して「健康ウォークの会」として保健づくりに力を入れようとしている。

年二回程度、県職労壮年部との共催で実施予定の「第二回料理教室」は九月五日(土)、桜木町駅前の横浜市健康福祉総合センター内料理研修室で定員一杯の二十数名が参加、壮年部役員の厚木病院調理師、飯塚武弘氏指導による「魚料理の仕方」の実習と試食を行い、好評であった。

○当会員入会状況と加入への取り組み

昨年三月末日現在の会員数は四八〇名(年会費八三名、終身会費三九七名)で年々漸増の傾向にある。ことに、昨年から、県職員課主催による「退職予定者説明会」に、他の退職者会である、「かもめ会」「いちよう会」と共、競演する形で退職予定者に対する、PRの機会を県職労厚生部と共に与えられたので、退職予定者も比較評価され、それぞれの会へ加入すると思われるので、従来以上の加入者の増加を期待している。

本年度三月末日現在の当会員数は五五三名(年会費一〇九名、終身会費四四四名)であり、この一ケ年間で七三名の増加となった。(注、本年三月末現在からも(次頁へつづく))

(前頁からつづく)
会約二、二〇〇名、いちょう会約一三〇名

なお、昨年から県職労としても退職者対策に力を入れられ、退職予定者(再雇用非常勤を含む)に対し、各支部単位で懇親会と記念品贈呈を行い、当会も役員が出席加入促進に努めている。この外、退職予定者に対する火災共済契約切替に際しての当会加入へのPRなど、いろいろな機会を捉えて加入増加をはかって来た。

○ 神奈川県自治労連退職者会の設立

退職者はその社会的、政治的に弱い立場にあるにもかかわらず、退職者会は全国的にも極めて少なく、公的年金受給者(国民年金を除く)のうち僅か二割程度の共済年金受給者を対象とした退職者会が殆んどで、このうち退職者会への加入者といえば、またこのうちの二―三割程度という状況である。

また、退職者の生活を左右する政治的、社会的条件は、中央官公庁を対象とするため、中央交渉が大きな意味をもつ。

このこともあって、県自治労連と県職労からの呼びかけもあり、先輩格の横浜市退職者会と、92年7月から数回にわたり、四者間で県下自治体退職者会間の大同団結を促進すべく、神奈川県自治労

連退職者会を設立のため協議をした結果、93年1月30日(土)、横浜市従会館にて設立総会が開催された。

要請に応じて、当会からは、役員として、会長、副会長、事務局次長、幹事、監査として、それぞれ、川村、新川、明田、和田、串田各氏を推せん、当日、それぞれの要職に就任された。

その他

昨年度第八回総会の活動方針では、県等に対する提言などがあるが、その前提として当会の存在意義などを示し知ってもらう必要がある、県職員課、労務担当参事室、老人福祉課、福祉政策課に対しては、会報発行の都度、持参ないし送付し交流を行なっている。

しかし、提言の具体策については、執行体制の現状では十分検討することも困難であったこと、路線価と相続税との逆転現象など善良なる市民やその相続人の直面する問題、そして借家生活年金生活者の家賃上昇の負担能力など身近かな問題も多発しているため、国から県、そして市町村に分けて対応する要請など検討整理し、新しく設立された原自治労連退職者会や自治労連とも協議、調整すべく、この課題を次年度へ先送りすることとした。

事務局だより (主な行事など)

(1992.4.1~1993.3.31)

年月日	項 目	年月日	項 目
1992.4.23	歴史散歩(第5回)「小田原城跡及びその周辺の史跡」於現地	1993.1.14	1月新年幹事会
5.12	1991年度決算監査	1.30	神奈川県自治労連退職者会創立総会於市従会館
5.19	歴史教室(第9回)「鎌倉の佛師と鎌倉彫の歴史」於自治会館	2.1	こだま会報第25号発行
5.21	5月定例幹事会	2.15	職員課主催県退職予定者説明会に当会役員出席
6.1	こだま会報第23号発行	~3.18	2.15平塚、2.18自治会館、2.25厚木3/18自治会館
6.16	こだま第8回定期総会於横浜市港湾労働会館	2.25	「歴史教室」(第12回)「東海道藤沢宿の史蹟」横浜市福祉センター
7.23	「新ハイキングの会」(第1回)「新緑の高麗山・湘南台」串田世話人	3.2	3月定例幹事会
9.5	シルバー料理教室第2回「魚料理」於横浜市社会福祉センター	3.3	「新ハイキングの会」「金沢文庫・天園ハイキングコース・鎌倉」新川世話人
9.15~16	「旅行会」第1回「草津温泉」県観光バスにて	3.5	県職労主催県退職予定組合員懇談会へ当会役員出席
9.18	9月定例幹事会	3.5	3.5「横浜北」、3.11「西湘」、3.12「三浦半島」、3.15「愛甲」、3.18「本庁」、3.18「湘南」、3.22「横浜南」以上7支部へ役員分担で参加
9.22	神奈川県自治労連退職者会結成準備打合せ於市従会館	3.8~9	「旅行会」(第3回)「栃木県湯西川温泉」県観光バスにて
9.24	歴史教室(第10回)「日本人と鐘」於自治会館		
10.1	こだま会報第24号発行		
10.16	「歴史散歩の会」(第6回)「鎌倉彫と佛師の歴史を訪ねて」荒井講師		(備考) 原則として毎週火曜日に代表幹事、事務局次長、事務局次長、幹事が出勤し事務処理等に当たった。
11.12	11月定例幹事会		
11.25	「歴史教室」(第11回)「本県郷土史こぼれ話」横浜市社会福祉センター荒井講師		
11.26	神奈川県自治労連退職者会結成準備打合せ(第2回)於市従会館		
12.3~4	旅行会第2回「伊豆熱川温泉」県観光バスにて		

一九九三年(平成五年)度

活動方針(案)

○執行体制の充実と役員発掘

会の盛衰を左右する役員の選出と執行体制の確立は、最も重要な課題である。とくに労働組合と関係はあるといっても労組関係者とか政党関係者に偏重してはならない。

中広く会員から、人材を発掘し、中立公正な立場に立つ適材適所の役員によって執行体制が維持されるよう努力する必要がある。

しかし、現実には会員からの自発的立候補者が望めないのが、現役員が可能な限り前述の立場に立つて候補者の発掘に努め、今期の役員改選に当たっての新執行体制づくりは勿論、更に将来にわたってもこの方針が絶えまなく継続される必要が欠かせない。

○永続的財政基盤の確立

当退職者会は、他の退職者会と同じようにに会費収入による常勤職員の雇用が困難なため、県職労から事務費に対する助成金の協力は得ているもの、なお会員の増加と事業の増加充実のため、時と共に必要経費が増加している。

したがって、役員ボランティア活動に依存しつつも、必要経費が増加しているため、前回の総会に提案承認を得たとおり、経費の節約に努め、「会存立預金」といふべき定期積立預金を設け、最低限度、会員数に比例して、会員五百名なら五百万円、六百名になったら六百万円を最少限度積立て、この利息によって、不足分の会の必要経費に充当するため、不文律としてこの方針を永続的に実施してゆく必要がある。

○「趣味の会」の充実と拡大に向けての対応

「趣味の会」の各部会数の増加と部会員数の増加は、会員の要請に応えた好ましい情勢である。

しかし、このため、当役員の事務量と負担も限界に達する恐れが生じたため、今後は、各部会の世話人体制を確立し、自主的に運営を期待しつつ、当会と役員は、効果的側面援助してゆくこととしたい。

○全労済関係業務への対応

全労済は全国的にみても、歴史的にも、内容的にも優れた共済事業体であるため、県職労も設立以来、発起人として、また理事として経営に参画して来ている。

このことから、当会も設立以来県職労から、継承する形で全労済事業を当会厚生事業の中心として位置づけ協力運営し今日に至っている。

しかし、最近の全労済活動をみると、テレビCMなど商業的PRに力を注いでいるため、全労済が労働組合を母体として設立した経緯からみると、労組依存体質から脱却し、個人加入を重視しているかに見受けられる。

さらに、当会経由全労済加入の場合と直接個人加入者とのメリット、デメリットも判然とせず、対応に苦悩しているのが現実である。

したがって、このような状況にかんがみ、県職労関係の理事を通して全労済の対応を見極める必要がある。

当会としては、現在まで全労済を唯一のものとして全労済の火災共済を中心に業務に努めて来たが、これからは、自治労連共済事業や民間の生損保関係についても調査研究し、将来に向けて、会員に役立つ事業商品の開発に多角的に目を向ける必要がある。

○会報発行の恒久的体制の確立

会の表看板ともなった会報は、好評裡に、年三〜四回発行されているが、その編集体制といえば、代表幹事を中心に一〜二名の役員によって行われているとい

う現状である。よい会報にするためには、「会員本位のよい企画、よい取材内容、よい編集」が欠かせない。これを維持発展させるため、将来に向けて担当役員の充実をはかる必要がある。その一つの方策としては、県職労の輝かしい教宣活動の中で育てられた。各支部、分会の広報誌の編集者は力強い存在である。よって教宣部の協力を得て、この編集担当者の氏名、退職予定年次を記録しておくことが望まれるが、当面は編集経験のある会員の発掘に努力しつつ将来に向けて対応する必要がある。

その他

ひとりぼっち対策については、従来どおり情報提供に向けて、情報収集に努め、県福祉プラザほか市町村情報把握に努めたい。

また、県等に対する要望などの取組みについては、会員の意向の把握収集とその内容は実現可能なものに煮つめて具体策提示に努めたい。

さらに、明年度は当会設立10周年に当たるので、通常総会とは別途に研修会を兼ねた記念行事を会員の意向をふまえて、箱根辺りで一泊二日で実施する方向で検討したい。

1992年(平成4年)度収支決算書

Table with 8 columns: 項目, 予算額, 決算額, 摘要, 項目, 予算額, 決算額, 摘要. It details the financial results for 1992, including income from membership fees and expenses for activities and information.

会計監査報告 収支証拠書類、預金通帳等について監査の結果妥当に執行されているものと認めます。

1992年5月12日

監査 上野多恵子 印
本田 安親 印

1993年(平成5年)度収支予算書(案)

Table with 8 columns: 項目, 予算額, 摘要, 項目, 予算額, 摘要. It details the proposed budget for 1993, including membership fees and various expenses.

なほ、就職されない場合も、確定申告が必要で、今から準備として、給与所得の源泉徴収票、共済年金の平成五年度分支払票(年末から一月頃送られてくる)のほか、生命保険(共済)、健康保険(共済)、社会保険控除関係(健康保険料(掛金)など、袋などに準備しておく)をお知らせいたします。申告間際になってあわてないために!!

初めのため、戸迷う方が多いようです。取引ある金融機関や、市町村で税務相談をされるのもよいでしょうが、多くの場合、確定申告期間は税理士の方が忙しいので税務相談が中止されることがあります。
そこで、当「退職者こだま会」ではこの期間中、毎週火曜日(午前10時30分〜午後四時頃まで)当役員が事務局へ出勤しますので、ご相談ください。このほか、明年からはこの確定申告期間中、別途二回程度会員相談日を開催すべく検討中です。

今年退職された方へ
「明年 早々、提出の平成五年分の所得税の確定申告書、提出添付書類をなくさないための準備を!!」
今年退職された方は、今年分(平成五年分)一月から十二月までの間に所得した額を、明年二月十五日から三月十五日の間に、居住地所管の税務署へ所得税の確定申告することになります。(注)二月十五日以前でも提出できます。
退職後、引続き、県再雇用非常勤または、団体、民間などに勤務される方は、給与所得と、年金所得との合算額が申告の対象になります。しかし給与所得は給与控除、公的年金は雑所得控除が適用されます。

わかりやすい解説を目指す

こだま会年金研究講座 (第2回)

お知らせ

平成五年度の年金額アップ(物価スライド)は、平均一・六パーセント。
四月より実施、ただし、支給は六月から(予定)

(解説)

平成元年十二月十五日に成立した、年金改革関連法案の成立によって、毎年自動的に前年度の政府発表による、全国物価指数が公的年金額スライド率として、次年度に公的年金に対し導入されることになった。それまでは、五%以上の物価指数の変動がなければ、原則として年金額をアップしなくても法律上はよかつたが、一九七三年の春闘での「年金スト」や、毎年のように全国的に退職者会等の陳情などの実績も反映し、特別の法的措置をとらなくてもできるようになった。

しかし、喜んでばかりいられま

せん。再三この講座でのべているとおり、五年間に一度購買するよな自動車や家電製品も、この物価指数に含まれているため、年金生活者にとって日常の衣食住の中心生活からみれば実感より低率に映るにちがいない。

喜んでいられない第二は、必ずしも年度によって、この物価スライド率どおり、公的年金額アップにつながることはないことがある。例えば、平成元年度分では関係官公庁の反対で物価及び賃金スライド、五%が四%に引き下げられたし、平成三年度分は、三・二%が三・一%になるなど、政治力のない弱い年金生活者にシワよせされることが多いのである。

今回の平成五年度のスライドアップでも、本年度予算には一・七%計上されているが、平均一・六%に抑えられてしまった。僅か〇・一%といっても、厚生年金、通算老齢年金、共済年金に国民年金(遺族年金等すべてを含む)を含めた年金受給者は平成三年三月末日統計では実に二、五八七万人年金給付総額二十一兆六三七八億円に及ぶので僅か〇・一%といっても無視出来ない金額である。

また、私たち共済年金の場合には左記のうち、スライド分が適用されるのは、一階部分(基礎年金部分)と二階部分(厚生年金部分)で三階部分(職域年金部分)は除外され、厚生年金受給者並となるので若干一・六%より減額されるのとみておかれるとよい。

この三階部分は民間企業年金相当部分に当るものとして、共済年金では、公務員の特殊性として優遇加算しているもので、年金額の約八%程度といわれている。

民間の企業年金では、まだ中小企業等では普及していないが、大企業では、厚生年金は共済年金に比べて受給額が少なくとして、労使拠出で企業年金制度にもとづき(税法上の特典あり)積立て退職後厚生年金額の補助制度として、厚生年金額と合わせ、月平均30万円程度になるようにしているところが多い。しかし、この積立資金運用も株価の低下で損失したところも多いといわれる。

なお、国民年金は、一階部分の定額部分(国民年金部分)の一・六%のみが対象となる。

この年金のスライド制も、政府関係の諮問機関の審議会では常に論議の対象とされているので、次の公的年金制度の改正に際しては、廃止される可能性も出て来ていることを忘れてはならない。

今回のスライドは昨年(平成四年度)退職された方は適用されません。今年退職された方は来年度のスライドから適用されますので念のため。

退職共済年金構図

三階部分	職域年金部分 (民間企業年金相当部分)
二階部分	報酬比例部分 (厚生年金部分)
一階部分	定額部分 (国民年金部分)

(文責 児玉)

保健情報

順天堂大

リウマチの原因解明

免疫T細胞興奮で症状

H 5 . 3 . 27

関節が痛み動かなくなる難病であるリウマチの発病機構を、順天堂大医学部の奥村康教授らの研究グループが突き止めた。炎症現場で免疫細胞が体内の正常な組織に対して興奮し続けることが、リウマチの症状を進行させているという。奥村教授

はこの「危険な興奮」を抑える物質を確認しており、リウマチの特効薬の開発につなげていきたい考えだ。リウマチの炎症部位には免疫細胞のT細胞が多いことが見つかった。このT細胞が多いことが見つかった。だが、これは炎症に集まる単なる「やじ馬」であるという見方が多かった。

これに対し奥村教授は、T細胞こそが炎症の原因であるとにらみ、炎症部に集まるT細胞の表面を観察した。

その結果、炎症部のT細胞表面には、通常のT細胞には見られない膜分子が出てることがわかった。この膜分子はラミニンやコラーゲンなどの体の正常組織に感応するため「パチンコのチューリップが開きっぱなしになった状態」(奥村教授)になり、興奮状態が続く。

興奮状態のT細胞はインターロイキン2などの生理活性物質を周囲に

分泌。これが関節付近の細胞を刺激し、骨の融解などリウマチ特有の症状を引き起こすことがわかった。

炎症部のT細胞特有の膜分子に結合する抗体たんぱく質を作り、T細胞に混ぜて培養したところ、興奮を持続させる関節組織があってもT細胞は鎮まって「パチンコのチューリップが閉じる」(奥村教授)ことを確認した。リウマチの治療は現在のところステロイド剤などを使った対症療法しかないが、順天堂大グループの手法を使えば炎症自体を抑えることができると思われる。

老人ボケ
アルツハイマー病の原因
特異たんぱくの
作用が明らかに

都神経科学総合研
ネーチャー誌に発表

老人性痴呆(ちほう)症の一つ、アルツハイマー病の原因となる特異なたんぱく質は、神経細胞に直接働き、死滅させる作用のあることが東京都神経科学総合研究所の吉川和明研究員(41)らの研究で分かり、英国の科学誌「ネーチャー」に発表された。脳内に蓄積されるこのたんぱく質の作用が明らかになったのは世界でも初めて。病気の発生メカニズムの解明につながるものと注目される。

患者の脳内にβ(ベータ)たんぱく質を主成分とする多くの粒子状沈着物(老人斑Ⅱはん)ができてることが知られ、これが同病の原因とみられている。しかし、このたんぱく質がどのようなメカニズムで神経を委縮させるかは、よく分かっていなかった。

吉川研究員らは、βたんぱく質のもととなるアミロイド前駆体たんぱく質(AβP)をつくるヒトの遺伝子を、マウスのがん細胞に導入。ビタミンAの誘導体のレチノイン酸を加え細胞

ニンジン食べて
2次ガン予防!

「ニンジンやウナギに多く含まれるビタミンAの誘導体(分子の一部が変化してできた新しい化合物)レチノイン酸が、治療したガン患者にできる二次ガンの予防に非常に有効」と、東京・国立がんセンター内の国際研究交流会館で始まった第三回国際がん研究シンポジウムで米テキサス大のS・シャント助教が発表した。レチノイン酸はガン予防の観点から最近急速に研究が進んでいる物質で、同助教は「さらに症例数を積み重ねる必要があるが、希望の持てる予防法だ」と話している。

趣味の会行事案内

(各部会入会ご希望の方はハガキで事務局まで)

歴史教室

歴史散歩の会

二月以降実施されたものは次のとおりです。

○歴史教室(第十二回)

とき 二月二十五日(木)13時30分～15時30分

ところ 横浜市社会福祉センター

1 (桜木町駅前)

テーマ 東海道藤沢宿の史跡

講師 荒井太郎氏

参加者 二十五名

○歴史教室(第十三回)

とき 五月二十一日(金)13時30分～15時30分

ところ 横浜市社会福祉センター

テーマ かながわの人物像

1 「偉大なるかな忍性」

講師 荒井太郎氏

参加者 三十名

予告

とき 七月二十三日(金)13時30分～15時30分

ところ 横浜市社会福祉センター



遊行寺門前にて

テーマ 江の島とその周辺の史跡を訪ねて

講師 荒井太郎氏

○歴史散歩の会(第七回)

とき 四月二十三日(金)

ところ 藤沢市周辺史跡めぐり

コース 船玉神社、遊行寺、正宗稲荷、常光寺、永勝寺、白旗神社ほか

講師と案内 荒井太郎氏ほか
世話人 二人
参加者 これまでの最多の三十二名

健康ウォークの会

(新ハイキングの会改称)

○お花見健康ウォーク

とき 四月五日(日)

コース 長谷大仏―鎌倉山―源氏山―鶴ヶ岡八幡宮

案内 串田、和田幹事

参加者 数名(馴染のコースなので少なかったのでは?)

(お詫び) 会報第25号の日時とさし込みチラシの日時が異なりご迷惑をお掛けしました。お詫びします。

○足柄峠・金時山登山と大平荘一泊の健康ウォーク

とき 三月二十三日(月)～二十四日(火)

コース 標記のとおり

案内 新川幹事

参加者 八名(ワゴン車使用) 好天に恵まれ好評であった。

○宮ヶ瀬ダム工事視察と周辺健康ウォーク

とき 五月二十二日(土)

四月から視察日が八月末日まで毎月第二、第四土曜日に変更となる。

コース 宮ヶ瀬ダム工事現場と

その周辺、11名参加
案内 小野田幹事ほか

旅行の会

○栃木・福島県境の秘境、平家落人の里 奥鬼怒、湯西川温泉郷行(第三回)

とき 三月八日(月)～九日(火)

コース 神奈川県観光(株)バスツアーに参加

参加者 十一名



湯西川温泉の夕食はいろいろ囲み名物狩場焼

予告

(第四回)「信州新緑の八ヶ岳、霧ヶ峰高原・蓼科中央高原ツアー」

(次頁へつづく)

(前頁からつづく)

とき 七月一〇日(土)～一一日

(日)一泊二日

旅行代金 約一六、八〇〇円

(注) 当会報誌上のお知らせは、発行日等不確定のため部会員にはその都度別途お知らせします。

シルバー料理教室

(第三回)

とき 六月二十六日(土)午前十時から午後二時

ところ 横浜市社会福祉センター 19F (料理研修室)

講師 横山善助氏 (元当会役員)

(内容) 「ひとりぼっちでもできる手軽な料理のつくり方」

定員 六月十五日(火)までに十五名

(注) 県職労壮年部と共催

上野多恵子氏の栄養のお話があります。

お願いとお知らせ

前記、趣味の会、各部会の行事につきまして、その都度、各部会に申込まれた会員名簿により、個人あてに連絡していますので、未加入の方は事務局まで、官製ハガキに、希望部会、住所、氏名、電話番号記入の上、お送り下さい。

新 聞 書 ら

無 職

M・N (76)



老後に趣味の必要痛感

職を辞して一年、やっと、遅刻の恐怖の夢から逃れることができた。が、働きバチもいざ、羽を休めると哀れである。生活のリズムが狂い、家の中では、ともすれば粗大ごみ扱いをされかねない。趣味とて、特別にある

わけもなく、思いついたのは短歌、俳句。マジックの必要であり、それぞれ相手の都合もあろう。絵画も、と思ったが身一つで

は動けない。そんな理由から鉛筆と手帳の範囲でできる趣味として選んだのだ。

この判断は選択基準の逸脱と指摘されれば、何をか言わんやである。ともあれ、図書館通いが日課の大半を占め、駄作を憶面もなく投稿する。

この判断は選択基準の逸脱と指摘されれば、何をか言わんやである。ともあれ、図書館通いが日課の大半を占め、駄作を憶面もなく投稿する。

隠居の領域であるとの認識であったの。老後の趣味との共存を、いかにして円滑に移行させるか、年齢相応に真剣に考慮すべきである。(横浜市金沢区)

六十の手習い

(日本の諺)



▼スポーツはも ちろん、歌よし、踊りよし、演奏よし、その他、

耳東風。ますます社会が複雑化するなかで、何かに打ち込めるものがあれば、心の健康にプラスになります。

▼この諺には、年をとってから手習いを始めても、もう遅く、とてもものにならない、という意味がありますが、決してそんなことはありません。

▼「習うは一生」ということばさえある今日、一念発起して物事をやることに、もう遅いなどということはないはずだ。

▼「六十の手習い」などの冷やかしかは馬

茶道もけつこう、華道、園芸、碁、将棋、俳句、カメラ、工作なんでもよいのです。

▼また、蒐集もあります。切手、本、陶器、絵画など、数限りありません。

▼一日、一年、一生といった区切りを考

▼人生のよろこびは、なんとといっても、自分で考え、計画し、準備し、手を下して、完成させるところにこそあります。あなたも何かやってみませんか。