



# 東京鷹桜同窓会報



## ご挨拶

会長 今憲行 (S43年卒)



日頃より東京鷹桜同窓会にご理解とご協力をいただきありがとうございます。1951年に創立された本会も今年で74年を迎えることになりました。会報の表紙を飾る総会の集合写真をみるたびに、近年の減少が気にか

かります。かつてお会いした方々のご健勝をお祈りしつつ、今後はより多くの同窓生の皆様にご参加いただけますことを、心より願っております。

昨年12月には、5年ぶりに会員名簿が改訂されました。これを機に、初めてこの会報を手にする方も多くいることと思います。また従来からの会員の皆様にはおさらいの意味をこめて、あらためて当会の運営について紹介させていただきます。

最初に、本会は「会員相互の親睦を図り、母校の発展に協力すること」を目的としています。役員は9名で、学年幹事は「会務を審議し、また同期生との連絡に当たり、本会の活動に

協力する」役割を担っており、現在約42名体制で活動しております。いずれも皆、ボランティアとして取り組んでいただいております。また会員同士の親睦を深める場として現在、ゴルフや俳句などの同好会も活動しております。本会の運営は皆様からの会費・ご寄附、そして同窓会本部からの助成金により支えられております。活動の紹介や情報共有の場としてホームページも運営しておりますのでご覧ください。

さて今年は10月18日(土)に総会・懇親会を予定しております。当日は本部の同窓会会長や母校の上浦校長先生(長高59年卒)もご来賓としてご出席いただく予定です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

同窓会は世代や卒業年次を超え、新旧の垣根なく交流できる大変魅力的な場です。元気をもらえる栄養剤のような役割を果たしていただくこともあります。新たな出合いや、同窓生の思いもしなかった多才な一面・豊かな経験などに触れることで、いままで気付かなかった発見・共感が生まれることもあります。長井北高校、長井南高校、そして長井高校と歴史と伝統を受け継ぐ学校で育った同窓生はかけがいのない財産です。今後とも多くのご支援をいただき、同窓会がますます大きな絆の輪として育っていくことを願っております。

## 校長ご挨拶

長井高校 校長 上浦 勤 (S59年卒)



日頃より東京鷹桜同窓会の皆様には、多大なるご支援をいただき心から感謝申し上げます。昨年、鷹桜同窓会から校地南側に校訓看板を設置・寄贈いただきました。一昨年に東京鷹桜同窓会から寄贈いただいた校名看板と

並んでの設置により、本校の存在を一層際立たせていただいております。

6月14日鷹桜同窓会総会・同窓生のつどいが盛大に執り行われ、170名を超える同窓生の皆様にご参加いただき、和やかで楽しいひとときを過ごすことができました。東京支部からは今憲行会長様、井澤小一副会長様にご出席を賜り、ありがとうございました。お二方からは、長井高校に対する想いや東京支部総会の参加者数増に向けた取り組みをお聞きしたところです。

学校の近況ですが、今春の卒業生159名のうち40%を超える64名が国公立大学に合格。最後まで粘り強く取り組み、素晴らしい結果を残しました。令和7年度高校総体では、陸上競技男子800m・女子400mハードル、弓道男子個人、競泳男子200m個人メドレー・女子100m背泳ぎ・200m背泳ぎで東北大会出場を決めています。令和6年度末には、Change Maker Awards という英語による探究プレゼンテーションコンテストがあり、2年探究コースの生徒が東日本予選で金賞・銅賞を獲得、その2チームが東京で行われた全国大会に出場し、1チームが銅賞に輝いております。

このように、学業面・特別活動面ともに、各自の能力を最大限に発揮している現役生たちです。「萬物我に備はる」の教育精神の下、「長井高校で伸びる、長井高校で伸ばす」をモットーに、教育活動を実践してまいりますので、益々のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

## 同窓会会長ご挨拶

会長 大竹 仁 (S53年卒)



この度の役員改選で、新しく会長を務めることになりました大竹仁（おおたけ ひとし）と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

東京鷹桜同窓会の皆様には、日頃より長井高校鷹桜同窓会への多

大なるご支援とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、6月に行われました鷹桜同窓会総会並びに「第49回同窓生のつどい」には、東京鷹桜同窓会からも今憲行会長様、井澤小一副会長様にご出席をいただきました。当日は、170名を超えるご参加があり、盛会のうちに終了することができました。誠にありがとうございました。

また、一昨年は、東京鷹桜同窓会より校名看板をご寄贈いただきましたが、昨年は、同窓会として、校名看板の横に「萬物我に備はる」の看板を設置いたしました。お陰さまで、グラウンド南西の道路沿いには、2つの看板とともに長高生の活躍を記した横断幕も飾られております。長井高校の伝統と今の生徒達のがんばりがわかる一角となっておりますので、帰省の折はぜひご覧いただければ幸いです。

本同窓会の目的は、「会員相互の親睦と母校長井高校の発展に協力する」ことです。同窓会として、会員相互の交流が一層図られるような環境整備に努めるとともに、少子化の影響による長井高校入学者減少を踏まえ、学校教育活動への支援や高校の魅力発信等、「魅力ある学校づくり」に何らかの支援や協力が必要と考えております。同窓生の皆様にもご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

結びに、会員の皆様のご健勝と東京鷹桜同窓会の益々のご発展をご祈念申し上げ、ご挨拶いたします。



校名看板と校訓看板がそろう踏み。(母校テニスコートの南側、道路に面した場所に設置)

# 総会・懇親会レポート



学年幹事長 井澤 小一  
(S45年卒)

2024年10月19日(土曜日)レストラン「アラスカ」で2024年東京鷹桜同窓会総会・懇親会が開催されました。

出席者をご来賓を含め61名で、例年より少し少なめでしたが、その分盛り上がった会になったのではと感じられました。佐藤副会長の開会の言葉に続き、工藤前会長の後を引き継いだ今会長の挨拶があり、中山様(昭和45年卒)の議長によるスムーズな議事進行で総会は無事終了しました。和やかな雰囲気の中、写真撮影、休憩に入り、その後は今回初めての小樽様(平成11年卒)の指導によるストレッチ体操が行われました。普段の運動不足解消にとばかりに皆さんで必至に体を動かしました。心地よい運動の後の酒席はまた格別ですね。

懇親会は藤野副会長の開会の言葉で始まり、小関本部同窓会会長、上浦 勤校長先生のお話が続き、黒澤様(昭和31年卒)の乾杯で会場は青春時代にタイムスリップしたようです。コロナのせいで、個別に出された料理に舌鼓をうちながら、お話も弾みました。会の途中で参議院議員の芳賀道也様(お父さんが芳賀 秀次郎校長先生)よりいただいた祝電の披露がありました。終盤には八木様(昭和51年卒)の伴奏で合唱、校歌斉唱があり、横山様(昭和45年卒)のエールで締めました。

会員の皆様のご高齢化に伴い、参加者が漸減しております。健康に留意され、是非、元気なお姿を見せていただきますよう切にお願いいたします。

## 同窓会という新境地 小樽 奈々子 (H11年卒)



昨年より学年幹事となりました。母が勝手に娘がやると決めてしまったことがきっかけですが、母姉妹、祖母兄弟、そのまた昔の親戚達も長井高校卒業生であるし、話をきくと知っている人がいることもありました。同級会とは違う楽しさもあるものだと思います。

総会では、新人ながら懇親会前にストレッチ体操のコーナーを担当いたしました。突然身体を動かせと言われて、転倒したり肩を痛めたりしないかという不安もありましたが、皆さま上手に身体を動かし、楽しそうでしたのでスムーズに誘導することができました。飲食前の内臓機能の活性化と、悪酔いしないための小脳の調整は成功ですが、これを機に今まで運動習慣がなかった人も運動してみようと思うきっかけになればと思います。

日々、ヨガやピラティス、トレーニングなどの運動指導を行っておりますが、不調がでてから運動を習慣づけることは安易ではありません。始めるなら今ですよ。

そして、同窓会は楽しくなければ意味がないと思います。楽しみながら輪を広げていきたいと考えております。何もわからないものですが皆さまどうぞ宜しくお願い致します。



## 高梨 功司 (S45 年卒)

私が初めて東京鷹桜同窓会に参加したのは、2017年の総会・懇親会でした。思い起こせば遙か昔1970年代に、お茶の水駅近辺の会場で行われていたOB会参加の記憶があるのですが、新潟・仙台と転勤が重なり案内が途絶えたものと思われます。その後30数年を経て、ふるさと長井会などを契機に吹奏楽部の同期の紹介での当会への参加でした。

会場は日本プレスセンター内レストランアラスカ、100名を超える参加者、錚々たるゲストの方々に驚いたものでした。その後も幹事の皆さまのご努力あってこそそのことでしょうか、素晴らしい講演の内容が嬉しくスケジュールがつく限り参加させていただいております。

当会への参加を通して感じることは、交流の広がりです。それまでは、同世代のそれも同じクラブ活動仲間に限られていましたが、世代を超え、趣味のジャンルを超えて多くの方々との出会いを得られたことです。違う視点で新たな発見があり、多くを学ぶことができました。

コロナ禍の中断のせいでしょうか、参加者が減少気味なことは残念ですがまた勢いを盛り返すと信じております。今後ともよろしく願いいたします。



## 藤田 健二 (S43 年卒)

昨年の10月19日に定例の東京鷹桜同窓会に参加しました。同期は、今会長、藤野副会長をはじめ合計9名が集まりました。いつものメンバーで、いつものこの一年の息災、健康や家族の話となりました。同期とは、呼び捨てで、たまには方言もあり、また高校時代の思い出も出て楽しい懇談となりました。来賓の上浦校長は、資料により分かり易く高校概況を説明され、懐かしく、また後輩の頑張りを心強く聞きました。北高先輩方の校歌斉唱も若い透き通った歌声で感心しました。締めのエールも迫力があり元気をもらいました。

私は40代には会社の多忙さや四国への単身赴任などで欠席続きの時期がありましたが、日比谷公園の眺めに富んだアラスカ開催になってからはほぼ毎年出席できたと思います。ゴルフのイーグル会にも度々参加しておりました。後期高齢者になると、音信が途絶えている仲間への同期会参加の誘いが、どうしても遠慮がちになります。今後の増々の発展を願い、多くの学年の参加が増えるように学年幹事の皆さまのご足労を期待しております。



# 2025年東京鷹桜同窓会総会・懇親会開催のご案内

日時：2025年10月18日(土) 10時30分(受付開始)  
総会 11時00分～11時30分 懇親会 11時45分～14時30分

場所：Good View Dining 東京都千代田区神田駿河台3-11-5  
TEL 050-1754-0082  
JR 御茶ノ水 聖橋口徒歩3分 中央大学駿河台キャンパス19階

会費：8,000円、年会費2,000円、寄付金1口1,000円(任意)  
同封の払込取扱票に額を記入し、最寄りの郵便局で払い込みください。

締め切り：2025年9月末までに同封葉書を提出ください。

今回初めて、総会・懇親会に参加の皆さんは特別に会費を半額の4,000円にいたします。  
会費4,000円+年会費2,000円=6,000円を払い込みください。

## 《 Good View Dining へのアクセス 》

- ◇ JR 御茶ノ水駅 聖橋口より 徒歩3分
- ◇ 東京メトロ・千代田線 新御茶ノ水駅 B1・B2・B3b 出口より 徒歩3分

QRコードでも  
ご確認ください



# 2024年度 決算報告

## 一般会計

2024.6.1-2025.5.31 単位：円

収入の部	2024 決算	2024 予算	差異
年会費	364,000	400,000	▲36,000
懇親会費	480,000	500,000	▲20,000
寄付金	227,000	210,000	17,000
本部助成金	13,000	13,000	0
会報広告収入	6,000	3,000	3,000
前期繰越金	1,081,239	1,081,239	0
お祝い金	16,000	30,000	▲14,000
受取利子	432	0	432
小計	2,187,671	2,237,239	▲49,568

支出の部	2024 決算	2024 予算	差異
総会費	223,780	250,000	▲26,220
懇親会費	438,628	500,000	▲61,372
会議費	73,732	110,000	▲36,268
名簿管理費	19,657	5,000	14,657
通信費	22,848	22,000	848
広報費	223,740	250,000	▲26,260
支払手数料	32,348	53,000	▲20,652
消耗品費	0	3,000	▲3,000
本部派遣費	148,990	110,000	38,990
支払寄付	0	0	0
交際費	10,000	20,000	▲10,000
交通費	0	30,000	▲30,000
次期繰越金	993,948	884,239	109,709
小計	2,187,671	2,237,239	▲49,568

## 特別会計

2024.6.1-2025.5.31 単位：円

収入の部	2024 決算	2024 予算	差異
雑収入(利子)	1,007	20	987
前期繰越金	2,289,392	2,289,392	0
小計	2,290,339	2,289,412	987

支出の部	2024 決算	2024 予算	差異
支出金	0	10,000	▲10,000
次期繰越	2,290,399	2,279,412	10,987

## 2025年度役員

会長	今 憲行 (S43卒)	
副会長	佐藤 元保 (S37卒)	藤野由美子 (S43卒)
副会長兼 学年幹事長	井澤 小一 (S45卒)	
副学年幹事長	横山 和彦 (S45卒)	
事務局 局長	八木 倫明 (S51卒)	
副事務局 局長	大野 治雄 (S46卒)	
監査	鈴木 仁 (S38卒)	木村 清次 (S44卒)

# 2025年度 予算

## 一般会計

2024.6.1-2025.5.31 単位：円

収入の部	2024 決算	2025 予算	差異
年会費	364,000	384,000	20,000
懇親会費	480,000	560,000	80,000
寄付金	227,000	220,000	▲7,000
本部助成金	13,000	20,000	7,000
会報広告収入	6,000	6,000	0
前期繰越金	1,081,239	993,948	▲87,291
お祝い金	16,000	16,000	0
受取利子	432	380	▲52
小計	2,187,671	2,200,328	12,657

支出の部	2024 決算	2025 予算	差異
総会費	223,780	265,000	41,220
懇親会費	438,628	510,000	71,372
会議費	73,732	80,000	6,268
名簿管理費	19,657	0	▲19,657
通信費	22,848	23,000	152
広報費	223,740	265,000	41,260
支払手数料	32,348	35,000	2,652
消耗品費	0	3,000	3,000
本部派遣費	148,990	150,000	1,110
支払寄付	0	0	0
交際費	10,000	20,000	10,000
交通費	0	30,000	30,000
次期繰越金	993,948	819,328	▲174,620
小計	2,187,671	2,200,328	207,034

## 特別会計

2024.6.1-2025.5.31 単位：円

収入の部	2024 決算	2025 予算	差異
雑収入(利子)	1,007	1,010	3
前期繰越金	2,289,392	2,290,399	1,007
小計	2,290,399	2,291,409	1,010

支出の部	2024 決算	2025 予算	差異
懇親会費補助	0	80,000	80,000
総会費・広報費	0	70,000	70,000
次期繰越	2,290,399	2,141,409	▲148,990

## 2025年6月1日~2025年11月迄の活動計画

2025年 6月14日(土)	本部鷹桜同窓会総会・同窓生の集い(長井)
2025年 8月 8日(土)	後期学年幹事会案内送付
2025年 9月 6日(土)	役員会/後期学年幹事会
2025年10月18日(土)	東京鷹桜同窓会総会・懇親会(お茶/水 GOOD VIEW DINING)
2025年11月21日(金)	本部鷹桜同窓会支部連絡協議会(長井)

## 乃木坂歯科クリニック

院長 藤野よし男  
藤野由美子 (昭和43年卒)

〒107-0052 港区赤坂9-5-26/パレ乃木坂202  
TEL 03-3404-9838

年に1回は、歯のチェックを!

## 長井市アンテナショップ 長井市東京事務所

(一財)置賜地域地場産業振興センター  
東京事務所

〒144-0051  
東京都大田区西蒲田8-3-6橋本ビル1F  
TEL/FAX 03-6424-7860

博物館で過ごした人生 高橋 直樹 (S53年卒)



山形の大学を卒業したものの、地元への就職は叶わず、千葉県へ就職しました。理科(地学)の教員をめざしていましたが、偶然、スタートしたばかりの県立博物館の設立準備室に勤務することになりました。5年間の準備期間を経て博物館がオープンし、そのまま博物館の職員として30数年が立ち、本年3月に65歳で完全退職となりました。

在職中は地学分野の専門員として、展示の制作や講座・観察会などの教育普及事業、地元千葉県の地質の研究、資料の収集・整理などに従事しました。すべての仕事のベースには「千葉県の地質」がありましたので、岩石ハンマー片手に千葉県の野山や海岸を歩き回ることが基本でした。仕事の成果の一端として、同僚と一緒に「石ころ」に関する本を出版し、石ころ好き、地学好き、自然好きの子どもを増やすことができたのではないかと期待しています。

退職後は、在職中にやり残した仕事(もっぱら標本整理)のために、ボランティアとして博物館に通っています。相当な量があるために、しばらくはこの生活が続きます。

感謝の気持ちで一杯です！ 高橋 範子 (S37年卒)

今回は、同窓会会報掲載文の依頼を受け大変恐縮に存じます。

高校入学に当たり、中3の時受け持ちの平啓一郎先生より、工藤は、教育者として非常に適任者だと先生方と話し合い長南高校を受験して貰えないか…との先生方の要望のようでした。勿論父も私も、南校受験を希望。しかし入学式の当日父の絶対安静状態！申し訳無いが退学して貰いたいと…妹2人を使い美容院を山形に開いてやるからと…私の器用さを覗いての様でした。高橋次雄先生も何とでもするから…今は、ウチの事、学校は、その次で良いから心配するな！！と心暖かい言葉に救われました。いまでも脳裏に浮かびます。お陰様で就職の年も学校の紹介にて東京に…東芝関係の会社で男性14人、女性1人総務部人事課、私1人 男の方は、東京工場に2人、川崎工場、大阪工場に12人と配属本当に長南の先生方には、お世話になりました。でもその年の10月26日、父は、あの世に旅立ちました。会社の皆様から沢山のお香典頂きながらの帰郷！範子は、良い所に勤めたね！と葬式参列者の親戚皆様の声…！！



ありがとう！！感謝です。本当に今まで皆様によくして頂き、感謝しかありません。

人生の宝もの 浅野 陽一 (S44年卒)



50歳から、年に一度同級生一泊旅行をしている。コロナで中止したが、20回を重ねた。きっかけは、東京鷹桜同窓会の懇親会だった。同級生が事務局をしていたことで声がかかり数名集まった。これが実に楽しかった。卒業して20年は過ぎていた。高校時代はそんなに仲が良かった記憶もないし、顔も名前も記憶にない人もいた。それでも話が弾んだ。数回会っているうちに、50歳を記念に一泊しないとかいう話になり、20数名が集まった。飲んで騒いで笑い合った。何でこんなに楽しいの？高校時代は名前も顔も知らない人もいるのにねとまた笑った。一回のつもりが、毎年開催になり、亡くなった仲間もいるし、病气や怪我で参加できなくなった仲間もいる。それでも続いている。

東京駅で別れるときに「来年も元気で会おうな」と約束し合う。元気でいられる保障はない。それでも元気でいられる気がする。それが同級会の旅行だ。「人生の宝もの」だ。

山形の味 菊地 淳二 (S41年卒)

長井高校を卒業してから60年、故郷を離れて3倍以上も経っているが、時折田舎の事を思い出す。

先日スーパーの野菜売り場で「わらび」を見かけた。ふと田舎の母親のことを思い出した。

母が健在の頃、よく山形の山菜が送られて来た。「うるい」「たらの芽」「ごごみ」「こしあぶら」などみずみずしくて摘み立てであることが良くわかる物ばかりだ。

それと一緒に「笹巻」も入っていた。子どもの頃よく笹巻作りを手伝ったのを思い出す。笹にもち米を入れた三角の形を、い草の紐で結びつける。紐の掛け方は今でも覚えていて自然に指が動いていく。

また秋にはきのこ里芋が届いた。その時は必ず「いも煮」をお願いする。横浜生まれの奥さんが料理するのだが、なかなか山形の味が出ない。だがある時とても懐かしい味を感じた。聞けば義母から田舎の調理方法を聞いたとか。その日の夕食は、家族揃っての「いも煮会」になった。美味しく、楽しく、懐かしくいただくことができた。

故郷を離れて60年経った今でも、山形の味は私から離れていない。



やぎりんメジャーデビュー 12周年記念公演♪ 2026

やぎりんトリオ・リベルタ × 渡辺麻衣(またはTommy)

曲目: 広い河の岸辺 ほか

1月17日(土) 午後2:00 ウェスタ川越小ホール

1月19日(月) 午後2:30 としま区民センター(小)

午後6:30 としま区民センター(小)

2月2日(月) 午後2:00 千葉市美浜文化・音楽ホール

同窓会会員価格 ¥2,000 学生 ¥1,000

お申込み 080-5379-4929

yagirin88@gmail.com



## 令和7年5月17日(土)、 役員会並びに前期学年幹事会を行いました

佐藤 元保 (S37年卒)

今回から、八木事務局長の尽力で、役員会と学年幹事会の会場が新しく、交通の便もよく割安な池袋に移され、学年幹事会会場は「としま区民センター」となりました。

議事は、昨年の総会・懇親会の総括及び今年10月の総会・懇親会の計画、会計報告案の検討と、今期の会報44号案の概要説明、で、最後には恒例の、全員の近況報告をやって頂きました。

参加者は役員、学年幹事合わせて19名でした。今回の会合では、当同窓会の健全な継続を目的に

収支の見直しを行い、総会・懇親会で借用する会場の変更も、また会報発行経費の検証も行いました。

これにより、今年10月の総会・懇親会会場は、今会長の尽力で、立地もよく貸出条件がこれまで利用してきたアラスカより緩やかで、お料理も美味しい？お茶の水駅近のGood View Dining(中央大学駿河台キャンパス19階)となり、更に参加者の増加を願って、今回は試験的に初参加者には懇親会費の半額を補助することとなりました。(年会費納入が条件となります。)\*撮影者は筆者です



## 今年も元気に春のイーグル会を開催

齋藤 隆 (S46年卒)

誰がつけたか会の名前は【イーグル会】。これは「同窓の方ならどなたでもいらっしゃ〜い!」の同窓ゴルフ会。今春は4月16日に『埼玉リバーサイドフェニックス・ゴルフクラブ』で開催しました。

当日は好天に恵まれ、参加者も昨年から4名増。にぎやかに集まった10名は、まずクラブハウスでの近況報告からスタート。まだ参加歴の浅い私でも「ご無沙汰しています。」と皆さんにご挨拶すれば「いよ、元気かい?」と温かい声をかけていただき、どこか気持ちは地元気分ではっきり雰囲気。

それでもやはりスタート前には、幹事の今さん奥山さんのもと、緊張感の中で当日ルール確認があり「今日も一日、無理せずケガに気を付けて頑

張りましょう!」の掛け声に、参加者一同「よろしくお祈りします!!」と元気な声で晴れ渡ったお天気のコースへ。

終了後はクラブハウスで和気あいあいの表彰式。結果は、初参加の黒澤栄一さんがめでたく優勝されハレのスピーチで締めとなりました。

会報をご覧の皆さん、私たちと一緒に晴れ渡った空の下、グリーンのコースで一緒に楽しくゴルフはいかがですか。今年も秋にも予定しますのでご連絡をお待ちしています。

幹事(齋藤) takashi1790122@gmail.com



\*筆者は後列右から3人目です

## 東京鷹桜同窓会 俳句 2025

宮崎 正義 (S42年卒)

仲間募集中です。連絡先: 宮崎 メール [omiyasama3830@gmail.com](mailto:omiyasama3830@gmail.com) TEL 090-1210-2864

・ 雲影の走る早苗田さざれ波  
・ 夏椿落花拾あてて玻璃に活け  
・ ふるさとの川田の果ての落暉かな

宮崎 正義 (昭和四二年卒)

・ 子規庵の見果てぬ夢や冬ざるる  
・ 針供養祖母の針箱開かぬまま  
・ 大志田 勇志 (昭和三八年卒)  
・ 何も見えないとてもカフカな五月  
・ 振花の虚無は思いをよちらせて  
・ 死に免疫ありや沙羅しやら鳴子百合  
・ 吾が吾より遠ざかってゆく緑雨  
・ 果てしなき無意味を生きて草茂る

・ 椿の実割れてこぼれて敷の中

福田 ふみ子 (昭和三八年卒)

・ 木場といふ地名や江戸の風光る  
・ 雨上がり紫陽花の白の眩しかり  
・ ファックスの音で目覚むる梅雨曇  
・ 本咲きのごとクレマチス返り花  
・ 大場 八朗 (昭和二七年卒)  
・ 青葉なき路地に住みつき五十年  
・ 老人に涼しい風とぬるいお茶  
・ この茶髪見事に結いし祭髪  
・ 病葉や掃いても掃いてもやってくる  
・ ほっとする江戸風鈴の澄し音

# この十年のこと

馬場 護 (S38 年卒)



ご無沙汰しております。東京鷹桜同窓会のサロンで「放射線の利用とリスク」と題する講演を聞いて頂いてから11年たちました。この間、新型コロナという災禍がありました。私は何とか無事乗り切って傘寿を迎え、一昨年12月には長井高校の同級生と菅間誠一先生を囲んでの祝賀会に参加できました。矍鑠とした菅間先生と元気な同級生の皆さんから大いに力をもらった思い出でした。

実は私も体調がずっと万全だった訳ではなく、膝や腰を痛めて歩くことすら辛い時期もあったのですが、結局は日課にしていた歩くことを続けることで乗り切ってきたと思っています。これには、ある整形外科医の先生の言葉が大きかった気がします。先生曰く「最終的には、患者さんががんばって身体を支える筋肉を付けてくれることが必要なんです」。また、筋肉は裏切らないという言葉も信じて、スクワットなどにも取り組むことにしております。

私の講演の中で、「人体は本来、放射線に限らず様々なリスクの悪影響を減らすためにしたたかな仕組みを備えており、その力を発揮させるには栄養、運動、正しい生活習慣が大切」と述べましたが、やはりその通りだと改めて感じます。

11年前はちょうど70才になり仕事も一段落だったので、現役時代には敬遠していたボランティアや老人会など地域の活動に参加するようになり、去年からは町内会活動などにも加わって結構忙しくしております。町内会での違う世代の人たちとの付き合いも社会勉強の機会だと考えることにして、健康寿命の延伸に向けて少しでも役立つばと思っております。

また、お会いできることを楽しみに、皆様の健康とご多幸をお祈りします。



当時の講演内容は東京鷹桜同窓会 HP の会報 34 号 (平成 27 年 10 月 1 日発行) をご参照ください。

# 編集後記

(編集長 今 憲行)

今年は梅雨入り直後から猛暑日が続き、梅雨の戻りかと思えば、あっという間に一部地域に梅雨明け宣言——まさに気候変動の影響を肌で感じる日々です。かつての「しとしと降る梅雨」は、一体どこへ行ってしまったのでしょうか。

さて、今回の会報第44号では、上浦校長先生に母校の最新の状況をご寄稿いただきました。また、新たに就任された同窓会長・大竹様からは、ご就任にあたってのごあいさつを頂戴しております。前会長の小関様には、これまでのご尽力に心より感謝申し上げます。

さらに、会員の皆さまからお忙しい中、お寄せいただいた心温まる原稿の数々に、深く感謝しております。改めて、同窓会会報に込められた皆さまの思いとご支援に、励まされる思いがいたしました。

なお、紙面スペースの都合により一部の文字が小さくなっております。何卒ご容赦下さいますようお願い致します。

来たる10月18日楽しみにしております。

## 《 学年幹事の皆さん 》

(2025年6月現在)

卒年	名	前	卒年	名	前
昭32南	横山健次郎		昭46高	樋口利美	
昭36南	末吉暁子		昭46高	桑島寛之	
昭37南	荒生保男		昭46高	竹田英也	
昭37南	大滝二三夫		昭47高	竹田茂	
昭37北	石井宏子		昭47高	中萩知彦	
昭38南	影山勝範		昭48高	鈴木俊彦	
昭38南	中本恵美子		昭49高	遠藤剛	
昭40高	黒沢輝夫		昭49高	那須優則	
昭41高	菊地淳二		昭50高	関知恵子	
昭41高	滝沢久		昭52高	阿曾亮子	
昭41高	五十嵐正樹		昭53高	高橋直樹	
昭42高	宮崎正義		昭57高	高橋好則	
昭42高	平田節雄		昭57高	佐野勝彦	
昭43高	鈴木勉		昭57高	沼澤秀雄	
昭44高	完戸康男		昭58高	鈴木祐子	
昭44高	沼沢幸雄		昭59高	菅野和彦	
昭44高	浅野陽一		昭59高	奥村慈美	
昭44高	高尾美世子		昭60高	佐藤俊之	
昭45高	中田啓子		昭63高	青木昌智	
昭45高	渡辺俊和		平04高	井上博司	
昭45高	中山和弘		平11高	小樽奈々子	

## 東京鷹桜同窓会事務局

八木 倫明  
〒120-0001  
東京都足立区大谷田 2-3-35  
ボナハイツ中川 3-1011  
TEL: 080-5379-4929  
E-mail: yagirin88@gmail.com

東京鷹桜同窓会  
ホームページ

