

- ①ご家族や勤務先の状況など
- ②健康状態や「私の健康法」など
- ③趣味やボランティア活動など
- ④会員としてのご希望や、
日比谷同友会に対するご意見など
- ⑤その他

会員の広場

母校で玩具の病院の手伝い

中澤 始 (74) 西東京市

- ①長男は数年前に結婚して都内に住んでいますが、孫の気配はありません。30台後半の娘二人は独身のままで。妻は糖尿病と宣告されていますが友人達とのテニス、山行と歳の割に元気です。現在、上の娘と妻と私との3人で生活しています。
昨年6月の株式総会をもって、NTT、ナカヨとほぼ半世紀に渡った勤務生活から離れました。
- ②3年前の暮に旅行先で発症した椎間板ヘルニアが完治せず下手なゴルフ、テニスからも離れています。日常生活に支障はありません。健康法と言えらるかは疑問ですが、努めて歩くこと及び、時に寝過ごすこともあります。朝のラジオ体操は続けています。
- ③NTT技術史料館、母校（電通大）の玩具の病院を手伝っています。また勤務生活の最後の数年間常勤監査役をしていた為か、今年よりNPOのBHNテレコム支援協議会、及び情報通信国際交流会（IFIS）の監事を引受けています。
*BHN：Basic Human Needs
- ④ナカヨを退職してしばらくの間展示会見学の折等で名刺のない不便を感じました。
同友会の名刺サービスは大変有難かったです。
- ⑤電々同期入社の仲間10数人と毎月会い、時に旅行に行くことが楽しみです。一期一会という言葉はありますが、同窓、同期、地縁等々で長い付き合いの仲間を大切にしたい。

オーケストラでコントラバスを練習中

中島 誠一 (70) 文京区

- ①妻と2人暮らしですが、数年前から娘夫婦の転勤に伴い、2世帯住宅に入ってもらいました。孫のお稽古の送り迎えや塾もどきで、妻とも忙しい毎日をごしております。
- ②普通の高血圧症で薬を常用しております。特にこれと言った健康法は行っておりません。

- ③若い頃から音楽を聴くことが好きで、いつかはオーケストラで演奏してみたいという夢を持っておりました。定年後はと思い、大人から始めても入口の敷居が低く、かつ奏者の少ない楽器をSEし、コントラバスを定年間近から習い始めました。初心者でも受け入れるオーケストラに加わり、年2回の演奏会に向けて練習に励んでおります。普段の練習ではいろいろと団員に迷惑を掛けていますので、練習会場探しや演奏会準備などの裏方を積極的に引き受け、なんとか帳尻を合わせています。また、練習後の飲み会では若者との会話を楽しんでおります。

農作業の楽しみをブログアップ

中島 汎仁 (74) 朝霞市

- ①妻と二人暮らしです。娘と孫二人は川崎に住んでいて、孫も高校生となりそれなりに忙がしいようで、遊びに来る回数も減り、最近ではもっぱら時代の流れに乗って、家内とのメールのやりとりが盛んになっています。
- ②お陰様でお医者様の薬は飲んでいませんが、歳相応に体力の低下を感じています。これといった運動をしていないので努めて歩くよう心がけています。
- ③八ヶ岳の麓、蓼科で高校時代の友人達と畑をやっている、もう10年以上となりました。月1で4～5日の農作業に汗を流し、時々収穫に喜び、年令を忘れて楽しんでます。この内容を中心に勝手な記事をブログアップすることによりデジタル機器に触れています。同友会では、園芸友の会に参加して専門的な事柄の勉強や会員皆様の体験話など楽しみながら学習しています。
- ④同友会会報を楽しみに読ませて頂いています。事務局の皆様へ感謝します。

教えることの難しさと喜びを感じて

中嶋 信平 (67) 小平市

①NTTAT (IPS所属) 卒業してすぐに、ひょんなことから、乙種4類危険物取扱者の免状を取りました。ガソリンスタンド等で働く人に必要な免状です。知人が免状取得の特訓道場を開いています。月のうち半分ぐらいは手伝いをしています。時には私一人で十数人を教えに出向きます。甲府沖縄長野鹿児島宮崎仙台に行きました。手伝いでは名古屋に5回福岡に2回行きました。講習を受ける人たちは今まで出会ったことのない人たちでした。教えること、伝えることのむずかしさ、楽しさ、喜びを感じています。年輩の人、若い人、男性、女性、不思議な感動を与えてもらっています。

妻と子供たちは元気です。孫たちはさらに元気です。母は病院のお世話になっていますが元気です。月に一度帰省します。「みな元気か、おまえも無理するなよ」と意識ははっきり。九十九才になりました。

②ジョギングは続けています。元気あふれる孫たちの相手が健康の維持になっています。

③お世話になっている畑のおじさんの里芋に花が咲きました。四十年以上で初めてだそうです。わが畑の里芋は普通に育っています。

④同友会からいろいろおしえていただきありがとうございます。

ボランティア・マジックを楽しむ

中村 紀典 (73) 桶川市

①妻、長男と3人暮らし。

②心臓の調子が悪かったので10年前に、心臓ペースメーカーをとりつけました。

健康法は、朝夕に気育て体操(自律神経のバランスをとる体操)とストレッチを30分しております。また毎朝7時に公園で行っている太極拳に参加しています。これで健康を保っております。

③私は現役時代から、マジック以外の趣味は何もできない人でした。ただマジックだけは、心から好きでクラブに入って研究したり、職場の集まりのときにはマジックを演じておりました。やがて退職して、自分に何が残っているかと考えたときマジックしか残っておらず、その後はマジッククラブ(東京アマチュア・マジシャンズ・クラブ)で活動するとともに、高齢者施設や小学校等でボランティア・マジック

クをして楽しくすごしております。

④同友会報楽しく見ております。事務局の御苦勞に感謝しております。

通信業界の競争が激化し、NTTグループが苦戦している報道を聞くとつらい気持ちになります。NTTグループを心から応援しております。



町内会で絵の会を実施中

中村 就一 (90) 柏市

(勤務先) 柏市

①家内と二人暮らし。娘3人に孫娘5名、さいきんヒコ2名が生れて元気なのが、ありがたい。

②頭が少しボケたが、身体どこも異状なし。

家内が病弱なので、買い物、台所、家事一切を委され毎日、けっこう忙しい。これが健康の主因か。

③1947年逓信省で始めた油絵サークル活動は、電電公社まで50年続け、十月会の歴史を作った。その後、町内会の絵の会を2回実施。家内の先祖しらべは、菅原道真の第4夫人の男子が房総半島の長南に住み、それ以来現代まで長南氏の歴史研究を出版。全国長南会を立ちあげ活動中。

④現役者に忠告。仕事以外に生涯の目標を定めて努力せよ。もちろん退職後も同じ。誰でもやる囲碁、ゴルフなどで時間をムダにせず、日本中誰もやっていない事に終生努力せよ、必ず世のためになる。なにしろ一度きりの人生ムダにするな。

⑤目標は1000年、一族の歴史研究をまとめて、子孫に残すことをすすめる。

志ある人へは、おてつだいます。

一番嵌っている趣味は写真

中山 進 (60) 世田谷区
(勤務先) テルウェル東日本株式会社

- ①妻と娘の三人暮らしです。
現在の勤務は平成18年にNTT西日本静岡支店を退職し、NTTコムウェアを経てテルウェル東日本に平成22年に入社しまして現在、4年目に入りました。
- ②今年10月に還暦を迎えました。年齢相応に生活習慣病と仲良く暮らしています(笑)健康法としては、3年前から近所のジムに通い始め月6回トレーニングをしています。筋トレや自転車をこいだり、エアロビクスに挑戦したりプールで水中歩行したり一回に3時間ほど身体を動かし汗をかき、ストレス解消と健康維持に努めています。
タバコはやめて久しいですが、課題はお酒の量をいかに減らすかですがなかなか難しいです。
最低でも週二日の休肝日を設けることに努めています。
- ③現在一番嵌っている趣味は写真でデジタル一眼レフカメラに変えてから月に1～2回撮影に出かけて撮影を楽しんでいます。また、写真サークルに入りSNSに投稿したり写真展に出品するなどの活動をしています。ボランティア活動としてはNTTコムウェア社時代に創立10周年を記念して青梅に企業の森(コムウェアの森)の立ち上げに参画し最初の植林作業に参加しました。
現在では環境サポーターとして登録し毎年二回の下刈りに参加して成長を見守っています。



道元禅師の正法眼蔵が座右の友

中村 幸夫 (81) 横浜市

- 老妻と共に健やかに暮らしております。すでに47歳になった長男は浦和市に住み、ソニー本社で働いています。
- 長女は舞踊の先生になって数十年がたち、それぞれ独立して暮らしています。
- 私ども夫婦は健康で、老年を過ごしています。80年を超えるライフタイムを健康で平凡に暮らすのは僥倖かと存じております。
- 日中はパソコンで、旧友とコミュニケーションをして指の運動をしております。時にはITU-T研究委員会(CIAJ OB会)のメンバーとの会合や委員会に出席したり、旅行会に出席したり、夕食にはかるく一杯の酒を飲んで健康を確かめながらテレビを見て休みます。読書は十数年研究した仏教の書籍から、道元禅師の「正法眼蔵」4巻を座右の友にしてすごしています。
- このような訳で、健康について何か不安になったり、老化による困難もなく 不自由のない生活をしています。まあ、次第に老化が進み平凡な日常です。
- みなさまのご発展とご健勝を心よりお祈り申し上げます。

最近の医学に感心、感謝

中山 義一 (93) さいたま市

- ①妻(90才)と長男夫婦(64才、62才)の4人暮らしです。他に長女も居りますが東京で世帯を持っています。孫は長男が2人(女、男)、長女は3人(女、男、男)で夫れ夫れ東京で世帯を持って暮らしています。
- ②まるで病気のデパートのようで、糖尿病、高血圧、前立腺肥大、心筋梗塞、(心筋梗塞は今年1月倒れ、救急車で入院)老化も進み足の痛みもあり杖をかりて歩行、眼が霞んで見えなくなり、(今年9月左眼、10月右眼)白内障を、(93才)の高齢で手術して良く見えるようになり、新聞、雑誌等も読め、字も書けるようになりました。
- 最近の医学の進歩に感心すると共に、今日まで助けられたことを有難く感謝しています。
- ③趣味は多彩で、野球、囲碁、将棋、麻雀等何でも中途半端で上達せず、満足のものはありません、それも若い時の話で、現在は病気治療の方が優先で趣味はもっぱら、テレビ観戦で満足しています。
ボランティア活動はありません。

④たまに掛けて来る「お元気コール」に感謝しています。そして会報は楽しく読ませて頂いています。事務局の皆様方のご苦勞と努力に感謝申し上げます。

怒るな、転ぶな、風邪引くな

長尾 泰一郎 (88) 横浜市

- ①高血圧症、前立腺肥大、加齢黄斑変性等とつきあいながら、喘息の老妻と老々介護の日々ですが、米寿までも生かしていただいたことに感謝の日々です。子供3人孫7人ひ孫それぞれ自分の道を歩いていますが、孫たちの動きは子供とは大きく違って驚く事の多い毎日です。大学は建築で今は古民家で健康食品の食堂を始めたり、子育て中の主婦が社会活動やアルバイトに熱中したり、ブランド靴の支店長から引越しのなんとかへ転業したり、今春大学院を卒業してすぐ起業したり、ホテル勤めで結婚しそうな娘がいたり、多彩さに、爺婆はハラハラするばかり、今の世の縮図を見る思いです。
- ②前記の諸病が安定しているので、ここ数年呼吸法を取り入れた健美操という体操の講習を受けています。
- ③趣味の小唄は、春日流師範の看板だけ、書道は、或る団体の審査会員で臨書の研究をしています。
- ⑤昨年転倒事故で、歩行の回復にほぼ一年かかりました。会員皆様どうぞ「怒るな、転ぶな、風邪引くな」特に転倒にご注意を。
同友会活動には感謝あるのみです。

都心の街づくりがライフワーク

永原 生治 (74) 東広島市

- ①妻と二人暮らし。平成15年に現役を卒業し、田舎の自然と共生した晴耕雨読の暮らしを送っています。子供二人はそれぞれ独立し、長男は鹿児島市、次男は広島市で頑張ってくれています。
- ②早め、早めの診察・検査・治療に努めています。もう一つは地元球団広島カープが勝った日は何故か体調が良くなります。広島カープの勝率が健康のバロメーターです。昨年は何と16年振りのAクラス入り、今シーズンは夢の優勝で健康全快を目指しています。
- ③再就職でグループの不動産会社にお世話になった際、地方都市の超大型開発プロジェクト（広島・岡山）に専務として参画させて頂きました。地元の広島大学大学院社会科学部研究科（経済学専攻）博士課程に籍を置き、地方都市における「都心の街づくり」を

テーマに研究を続けながら開発に打ち込みました。このテーマは地方都市の永遠の課題。開発後も自分自身のライフワークになっています。一昨年広島大学経済学会に研究者として再登板しました。ボランティアで若い研究者と共に研究を続けています。（写真は開発時テーマ研究に打ち込んだ学び舎の前で）

④事務局の皆様方の頑張り、大きな力を頂いています。感謝しています。

5つの同友会サークルで活動中

長山 東 (86) 練馬区

- ①11年前無職になりました。
保険会社勤めの次女と、妻3人で平穏です。
長女は近くに住み、小学校教師の仕事と、趣味で超多忙の様です。
- ②3～4ヶ月毎に心臓と消化器の健診を受けています。特に深刻な状況はありません。薬は服用していません。散歩とゴルフを適当にやっています。
私は子供の頃から病気で入院した事が1回しかありません。その「1回」は1989年、強烈な腸閉塞をおこし入院した、7時間に及ぶ「開腹大手術」でした。幸い名医チームに恵まれ、大腸の前半40cmを切除し、輸血もなんとかかせずに生還しました。術後、執刀医から「大腸癌、ステージ3の真中」と告げられました。私は365日、睡眠中ずっと夢の中にいます。（本人の思い）あの手術の間は全く「無」そのものでした。以来あれが「死」なんだと強く自覚する様になりました。
- ③多くの方と接点を持てるので、同友会のレク・サークルにはなるべく参加したいと考えています。
現在、囲碁会、王将会、氷川会、園芸友の会、通研棋友会に入っています。
個人的趣味としては、イタリアワイン、機械工作、車、オートバイ等です。
あとの2つは家族に「いい加減で」と云われています。

「第九をうたう会」の会長として13年

名倉 康秋 (80) 多摩市

- ①妻と二人暮らし。車で5分ほどのところに娘夫婦が暮らしています。
- ②10年前に前立腺癌が見つかり、以来、服薬と注射を続けています。妻はいくつか大病をしましたが、今は元気でお茶を教えています。

③地元の「第九をうたう会」に入って17年、会長を引き受けて13年になりました。もともとドイツ人のプロが歌う曲を、日本人の素人が歌うのですからうまく歌えるはずは有りません。しかし、それだからこそ止められないのかも知れません。世話役をやっているので、結構忙しい一年です。

暮れに本番を終え一息つきますが、年明けと共に今年の準備開始。

指揮者、ソリストとの契約。共演するオケ、指導の先生方との日程調整から始まり、会員募集、練習会場予約、前座の小曲選び、楽譜の準備、ポスター・チラシの作成、チケット販売、会計処理等々、15人ばかりのスタッフの役割は多様です。

そして、6月末に練習開始。総勢 約150名。毎週日曜日の午後、年の瀬へ向けて30回近い練習が続きます。今日も練習です。第四楽章の中間部。全曲中聴き手には最も感動的などころ。一方歌い手にとっては最難関。長いピアノシモの繰り返して日が暮れます。

④お世話いただく同友会の皆様、何時も本当に有難うございます。

関東電友会で水彩画サークル活動開始

名小路 明之 (69) 小金井市
(勤務先) 音羽電機工業(株)

①家内と二人暮らしです。子供3人は独立しましたが、娘の家族が近くに住んでおります。家内は、週に1、2度程、娘の子供2人の保育園への見送りをしています。この時は我が家で朝食を短時間ですが一緒にしています。楽しい一時です。

勤務は非常勤勤務ですが、月に10日程度出勤しております。雷防護システム関係の会社ですが、私は主に太陽光発電関係を仕事としています。

②現在は、日常生活には困らない程度に健康と思っております。しかし、10年以上前から降圧剤を一日に一錠いただいております。

ゴルフは健康に良いと言い聞かせて楽しんでおります。シーズン中は月に3、4回程平日を含めプレーに行きます。特に電電神奈川会でお世話になっています。しかし、お酒のためか太り過ぎと自ら反省しております。サンデー毎日になりましたら、外歩きを1時間程度実行しようと考えています。

③趣味：NHKの通信教育で俳句を10年以上教わっています。しかし、家族からは、上達せず費用を使い長続きしていることだけを褒められています。

一方で水彩画を昨年から関東電友会関東支社支部のサークル活動として月に1日、4時間程ですが描き始めました。メンバーは、描いている時間内無心となり集中しそれぞれ頑張っています。

電友会：関東電友会関東支社支部でお手伝いさせてもらっております。(6年目)

④昭和43年に入社し、先輩の皆さんに育てられ、社会から注目された企業に所属し、ある程度は実績を残せてきたと思っています。しかし、民営化、分社という過程を踏んだ現在、本体の会社が良く見えてきません。分社した会社が、比較的自由に活動しそれぞれに立派になっています。現在の本体事業を支える社員の皆さんを見れば、柵を抱え大変苦しい中で努力されていますが、トンネルを何時出られるかも判らないように見えます。NTT全体が、早く明るい将来が見えるように、諦めないで舵を取ってほしいと考えています。OBも皆なで協力したいと思います。

平日は水泳、土日はテニスとバドミントン

並木 育夫 (65) 杉並区

①現在、夫婦2人暮らしです。3人の子供は独立して、東京都内に暮らしています。約1年半前にNTT関連会社を退職し、その後フリーの状況です。

②定期健康診断で高血圧を指摘されて、毎日降圧剤を服用しています。血圧は、正常範囲で安定しており、現在では特に問題はないと考えています。退職後、体力維持、健康維持のため、平日は近所のプールで毎日午前中泳いでいます。約1Kmほど泳いだあと併設の温泉に入ってリラックス、リフレッシュしています。

③土日等はNTTの先輩等、近所の仲間と主に午前中2時間テニスを楽しんでいます。また、時には近所の体育館でのバドミントンサークルに参加することもあります。

④NTT、NTT関連会社を退職した後では、1年半ほどNTTに関する情報は主に新聞、テレビ等のマスコミからしか得られませんでした。日比谷同友会に入会してからは、同友会からの会報、メール等が送られてきますので、内容によっては懐かしく思い出したり、また参考にさせて頂くこともあり有難く思っております。

⑤日比谷同友会のテニスサークルの一泊テニスに参加させて頂きました。楽しく、有意義な時間を過ごす

ことが出来ました。

青桐日比谷句会、彩友会、書の会で活動中

新村 長門 (86) さいたま市

- ①夫婦二人の活しです。子供（娘と息子）は夫々三鷹市と戸田市に家庭を持っています。
- ②二人とも若干の不具合を抱えながら、何とか元気になっています。30年以上前に鞭打ち症にかかり、数年がかりで治癒しましたが、去年夏、八方尾根で転んだのが原因で今年5月頃から頸椎の異常が再発し、腕、腰の痛みに悩まされ、体操、強歩など一切止めていたところ、最近になって痛みがなくなったので、運動を徐々に再開しています。
- ③趣味は絵画、俳句、書をやっています。絵は彩友会で、スケッチ旅行、展覧会、研究会など楽しませて頂いています。俳句は所属していた結社「握手」が、先生が亡くなって止めになりましたが、旧結社の仲間と月1回の句会を持っています。同友会青桐会にも参加しています。他に地元の公民館2ヶ所で、前からの先生が亡くなったり、老令で来られなくなって、私が世話役のようなことをしています。書は以前先輩の石川太一郎さんに指導して頂きましたが、同じ書の会の成家の先生が近くに居ることが判り、教えて頂いています。同友会からの「お元気ですか」コール、感謝しています。

地元の写真クラブで月1回例会

西川 正明 (86) 三鷹市

- ①三鷹市民となって60年。途中、13年の地方暮らしははさんで、今は三鷹の古巣で妻と2人の生活です。息子家族は目黒に、娘家族は長野の安曇野に住み、孫は男ばかり3人で、一番末が大学生になりました。
- ②幸い入院するような事もなく、無事暮らしています。とはいえ、市の健診では、血圧、糖尿、それに肝機能といった老人特有の項目がチェックにかかり、薬は飲ませられています。足腰の衰えは否めませんが、近所の公園散策など、気晴らしをかねて歩きに出かけます。朝のラジオ体操は努めて続けています。
- ③長続きしている趣味は写真です。地元の写真クラブに入り、月に一回の例会で批評を受けます。時には撮影行に遠出する事もあり、主題を決めて撮ることもあります。例えば先月のテーマは「ひかり」、今

月は「かげ」です。

写真趣味といっても、私の場合は心身の健康保持が目的で、作品は駄作ばかりです。

- ④NTT退職後、いつしか36年も経ちましたが、いくつかのNTT関係のOB会は今も続き、また同友会からはいろいろな情報をいただいたりして、老後の励みになっています。

油絵、囲碁などで多くの人と交流

西野 博 (77) 文京区

- ①妻と2人暮らし。長男夫妻と孫（男の子：中学2年生）が一軒隣に住んでいます。昨年夏、末娘（板橋区在住）に孫（初めての女の子）が生まれ、この所、よちよち歩きを始め、老夫婦、孫バカの日々で大変です。
- ②一段と体力、気力の衰えを感じている今日この頃ですが、これから寒くなり、手足の冷えに悩まされるシーズンを迎えます。漢方薬の世話になっていますが、なかなか良くなりません。又持病の自律神経不調からくる突然の失神も注意が必要です。健康法としては、この夏は近くの健康センターのプールで水中ウォーキングに努めました。現在は同センターで簡単な体操をしています。
- ③この6月で喜寿を迎えましたが、ゴルフもペースが落ち、春、秋の気候の良いシーズンのみで月2回程度です。その他、油絵の会、囲碁の会等、出来るだけ、趣味と併せ人との交流に努めています。
- ④一昨年迄、関東電友会（OB会）の仕事を引き受けていましたが、これも卒業しました。私の人生は正にNTT卒業後も、第二の人生、そして現在の第三の人生も全てNTTの名の下の人生でした。現在も、時々、日比谷同友会のサロンにも行きますが、本当に心の休まる場所です。「邂逅」と言う言葉を大切に生きてきたつもりですが、これからも、人と人との出会いを大切にして、真摯に過ごして行きたいと思っています。日比谷同友会の今後の発展を心からお祈りします。

84才まで働けて感謝

西村 誠吉 (84) 町田市

- ①家内が2年前にうつ病になり今は私が家事一切を取り仕切って居ます。家族構成は、長男夫妻と孫娘大学三年生と2所帯同居生活です。長女夫妻は長野県

に今11月より山ぐらしです。

- ②ほぼ毎日腕立て伏せを30回スクワット50回時々山歩きしています。戦時広島県宇品に居たので今も一年に四回は精密検査を行っていますけども異常ありません。
- ③84才まで小学校で施設管理員を1日おきでやりました。また他のクラブ活動の助手をつとめていました。今でも学校行事の連絡があります。
- ④84才まで働けて感謝しています。

立教セカンドステージ大学で学び直し
二宮 靖彦 (74) 志木市

- ①家族全員、そろって元気です。私はフリーになって5年目に入った所です。
- ②健康状況、客観的には年齢相応の老化度だと思いますが、主観的には、次々と襲ってくる老化現象とバトルしているというのが正直な気持ちです。そこで健康法ですが足は痛くても歩くをモットーに、ウォーキングをやり続けております。
- ③平成22年・23年と2年間、立教セカンドステージ大学で学び直しを致しました。同大学は50才以上の人を対象とする実質2年制の老人向け大学です。そこで面白かったのは週1回のゼミでした。ゼミのアウトプットは論文ですが、そのタイトル・内容は本人の自由であり、タイトルの送先の段階、構想の段階、本文試案の段階等々で教官を中心にゼミ生相互で意見交換し、ゼミの授業が終ると、毎週連れ立って、池袋の飲み屋街に出かけ、ゼミの第2部をやるのが楽しみでした。楽しい思い出が忘れられず、今も聴講生として、週1回、立教に通っております。
- ④日比谷同友会会報、楽しく読まさせてもらっております。関係者の方々のご努力に感謝申し上げます。

「入り江のざわめき」をギター演奏
仁宮 尚之 (70) 土浦市

- ①夫婦二人暮らし、子供は独立。
- ②野菜・豆類中心の食生活と適度な運動、言論出版？、趣味活動の自然な展開。のおかげ様かどうか、今のところ心配は白内障だけ。
- ③相変わらず下手な横好きのギターと囲碁。たまに、人様の前でアルベニスの『入り江のざわめき』など迷演奏して、緊張感味う。
- ④⑤東京オリンピックどころじゃないですね。原発汚

染物質、7年間でどう始末するんですかね？消費税増税、秘密保護法、憲法改悪、日中韓問題などなど、これまた最悪モードで進行中。対するニッポンジン、これがまた大半がオール無関心！『このままいくと、あすのニッポン、列島・海洋同時汚染など内外問題重大化で第3次大戦！あえなく撃沈！』ってな展開も心配されますが、さて、皆様は、いかがお考えでしょうか。

探鳥会主催の写真展に出品
布谷 嘉章 (71) 四條畷市

- ①長男の結婚に伴い、八王子市の家に長男夫婦を住ませ、昨年4月に家内が四條畷市に転居しました。これにより、10年来続いていた住民票上の独居が解消しました。孫は一人で、さいたま市にいる長女のところに、3歳の女の子がおります。NTT-ATアイピーシェアリング株式会社から請けていた米国特許の翻訳は、今年に入って途切れました。
- ②今年の8月初旬に、突然“七十肩”で、右腕が上がらなくなりました。整形外科で治療・リハビリを受けて、幸いにも2ヶ月ほどで回復しました。これ以外は特に支障なく、まずは健康に過ごしています。時々、野草に興味のある家内と一緒に、山之辺の道など自然に楽しめる所に散策に出掛けています。
- ③相変わらず、2回/月のペースで泉北探鳥会に参加しています。我が家の庭に訪れる野鳥の写真を撮るのも楽しみで、探鳥会主催の写真展に出品しています。また、庭には鉢植えを含め、色々な草花、木々を植えており、冬期にはリビングに取り入れた鉢植えに囲まれています。
- ④関西在住のため、日比谷同友会からメールで案内される行事には参加できかねるので、日比谷同友会会報を楽しみにしています。

アートセラピスト(美術)資格取得
野瀬 純郎 (68) 八王子市

- ①妻と2人で暮しています。昨年、息子の家庭に初孫が誕生しましたが、米国(バージニア)在住のため、もっぱらスカイプで交流しています。娘は相変わらず空を飛んでおり、なかなか会えません。
- ②血圧が少し高めなので降圧剤を飲んでいますが、そのほかの数値はパーフェクトです。月に3～4回のゴルフ、1～2回の山歩きで体を動かし、読書、

絵画、音楽で脳を刺激しています。量は控えめにしていますが、毎日の晩酌は欠かしません。

- ③4年ほど前にアートセラピーの勉強を始め、アートセラピスト（美術）の資格を取りました。老人ホームや福祉会館等での現場実践と、気の合う仲間との勉強会を続けています。右脳が活性化されます。最近障害者が制作するアール・ブリュット（なまの芸術）に強く惹かれています。また、ロータリークラブの様々な職業のメンバーと交わり、クラブライフを楽しんでいます。来年は幹事を務めることになり、大変な1年になると思われま

秦野での田舎暮らしが本格化

野田 馨 (68) 世田谷区

(勤務先) サンワコムシスエンジニアリング(株)

- ①妻と二人暮らしで、東京と秦野（自給自足を目指した田舎暮らし）の自宅を毎週往復しています。二人の子供は独立して家庭を持っており、孫も4人（男3人、女1人）を恵まれています。関西に住んでいるため、孫達と遊べる機会が少なく残念です。NTT退職後は、日本コムシス(株)とサンワコムシスエンジニアリング(株)に勤務し、現在は後社に週1日程度出社しています。
- ②月2回程度のゴルフと秦野での野菜作り等で体は十分動かしていますが、NTT時代からの体重オーバーは今もって改善できていません。（厳しく反省）現在、体調の変化は全くありませんが、10数年来の糖尿、高血圧等はそのまま引きずって、3ヵ月毎にNTT東日本関東病院で定期検査と投薬を受けています。（担当の先生方に感謝）
- ③秦野での畑作業、暖房用薪作りや自治会の役等で結構多忙ですが、合間を見つけては、旅行（国内・海外）や写真、ドライブ、温泉めぐり等は相変わらず続いています。
- ④これからは、会員活動にもっと積極的に参加したいと思っています。
- ⑤田舎暮らしに興味のある会員の皆さんの訪問をお待ちしています。

「ブルボン吉田記念財団」の理事を務める

宮澤 正幸 (69) 須崎市

(勤務先) 新潟工科大学

- ①妻と共に自宅と勤務地との移動生活を続けています。大学では情報・通信分野の教育、研究の他、全学科対象の「科学・技術史」を担当しています。この間学科学長、地域産学交流センター長を務め、現在は就職指導委員長です。同友会各位にお世話になることも多々あり大変心強い限りです。心より御礼申し上げます。
- ②健康は妻の手料理に総てを託して恙なく暮らしております。
- ③転進後、謡曲と俳句に挑戦しています。宝生流謡曲教授の免状を頂きました。流友と共に各種の大会に参加したり、地元の謡曲会の企画運営に携わっています。大学に能楽同好会をつくり学生に教えてもいます。宝生能楽堂（水道橋）で二回の演能を経験しました。俳句は俳句誌「夏木」の同人で、「俳人協会」の会員です。平成20年に俳句集「柏崎」を上梓しました。
- ④同友会があればこそ現役で頑張れるという気持ちです。関係各位のご健闘に感謝致します。
- ⑤縁あって「ブルボン吉田記念財団の理事を務めています。平成25年9月に同財団が「ドナルド・キーンセンター柏崎」を開所しました。現在冬季休館中で3月10日から再開致します。機会がありましたら是非お越し頂きますようご案内申し上げます。
- (お問い合わせ先Tel・FAX 0257-28-5755)

瀬戸内寂聴さん、清川妙さんの講話が聞きたい

浦山 重郎 (81) 武蔵野市

この三月で、大学の教員生活が終わった。昭和三十二年にNTTに入社して以来、五十六年、職業生活はNTTと大学教員生活、半々となった。後半も情報産業論が主体で、当時の郵政省（現総務省）に関係してきたこともあり、情報通信とは縁が切れない。

長い人生なので、当然のことながら様々な起伏があったが、家族と、素敵な友人、知人に恵まれ、全力を尽くして悔いはない。

最近の哀しみは、櫛の歯が抜けるように、知人・友人がこの世を去って逝くことだ。人生が終わる時は、屑になるのか、星になるか分からないが、来生で必ず、

