

秋の旅行会

箱根・熱海・伊豆の植物園・美術館を巡り、

サービス付き高齢者住宅を見学



秋の旅行会は、熱海周辺の箱根・伊豆を周遊しました。参加者は23名で、ここ数年では盛況な旅行会となりました。

健康、年金、住まいなど老後をどう生きるか、関心や不安が高まっている中、選択肢の一つとしてサ高住の見学を企画、場所も熱海と比較的近場ということもあり、参加者は23名と大盛況でした。

箱根の自然と 最高の芸術の両方を堪能

9時にマイクロバスで区役所を出発、一路箱根路へ。最初の行先は箱根。

仙石原で箱根湿性花園を散策。湿性林、落葉広葉樹林、エゾリンドウ、ワレモコウ、などの花や植物に感嘆し、一時間ほどの散策を楽しみました。銀色に輝くスキの草原を車窓から見ながら元箱根へ。

芦ノ湖畔で昼食を取った後、二つ目の見学地はMOA美術館。

初めての人にとっては、広大な斜面に立つ壮大な建物にまず驚かされます。尾形光琳が描いた国宝「色絵藤花文茶壺」、黄



「サ高住」の室内

「サ高住」見学は、老後の生き方を考える機会に！

ました。

続いて今回のメインの場所・

サービス付き高齢者住宅「中銀

ライフケア南熱海」を見学。一

時間ほど担当者の方から国交省

のサ高住の考え方や中銀の事業

などについて説明を受け質疑応

答を行いました。

入居の方と一緒に、いなり

寿司ランチをいただいた後、3

グループに分かれ施設内を見学。

居室以外にも大浴場や娯楽室、陶芸室など入居者の交流のスペー

スも見せていただきました。

職員の方々に見送られ最後の

子代田
区職労

退職者会ユース

第2019-7号
19年10月20日
退職者会ス
ニ編集委員会

観光+テーマのある旅行会

秋の三部旅行会は、熱海にあるサービス付き高齢者向け住宅を見学しながら、周辺の箱根・伊豆を周遊しました。参加者は23名で、ここ数年では盛況な旅行会となりました。

今回はサービス付き高齢者向け住宅（サ高住）の見学をメインに、箱根、熱海、伊豆方面へ10月6日・7日の二日間の日程で行いました。

健康、年金、住まいなど老後をどう生きるか、関心や不安が高まっている中、選択肢の一つとしてサ高住の見学を企画、場所も熱海と比較的近場ということもあり、参加者は23名と大盛況でした。

秋の三部旅行に参加して 吉岡 民子

金の茶室、能楽堂、重要文化財の絵画、美術品を堪能しました。宿泊先のホテル大野屋での懇親会では、旅行会4年目となつたフルートとピアノのミニコン

初めて参加した旅行会、緊張しながら集合場所に行くと、笑顔で対応してくださいました担当者の声にホッとした。退職以来久しぶりにお会いする方、初顔合わせの方もいましたが安心してバスに乗りました。

天候は曇りでしたが、箱根湿性花園に入園する頃には青空になり、いろんな花を見て歩きました。季節的には花には遅く、紅葉には早いようでした。芦ノ湖畔で昼食後、MOA美術館へ初めて行きましたが、見応えがあり良かったです。

夕食前にミニコンサートがありビックリしましたが、癒しの一時でした。宴会ではみなさん自慢の歌で盛り上りました。就寝前「ローマ風呂」に入り良い気持ちで部屋に戻りました。

朝は出発が遅かったので、「展望風呂」を楽しみに行きましたが、衝立が景色を遮り残念でした。

バスでアカオハーブ＆ローズガーデンへ入園、そこで数種類のハーブを購入し、その後「中銀ライフケア南熱海」を見学。説明を聞きながら各部屋を案内していただきました。私は住んでいる所で見学をしたことがあります、都内と違いゆとりがあり、羨ましく思いました。

最後に世界遺産「垂山反射炉」を見学しました。担当者の皆様、大変お世話になりましたがとうございました。楽しく有意義な二日間でした。



垂山反射炉の前で

見学地は世界文化遺産「垂山反射炉」。日本に進出してくる西洋列強に対峙するために、幕末に建造され実際に大砲を製造した反射炉、興味深いものでした。二日間の行程を終え無事に区役所に到着。今回もマイクロバスの少々狭い車内で、参加された方にはご不便をおかけしましたが、次年度に向か工夫を凝らし、多くの会員の皆様にご参加いただきました。三部旅行を企画していきたいと思います。

サービス付き高齢者住宅を訪ねて

一中銀ライフケア南熱海

松浦 永司

そこは熱海駅から下田へと向かう海沿いの道を南へ車で20分ほど走り、急坂を上った高台にありました。バスを降りるときれいに手入れされた芝生に白いベンチが設置され、目をその先に転ずると伊豆の海が広がっています。目の前に初島、右のずっと先には大島も見晴らすことが出来ます。



三部合同旅行会は毎年様々なテーマを持っていろいろな訪問先で見分したり学習したりしてきました。高齢者にとって老後の生活は最も関心のあるところです。そこで、今回は高齢者向き住宅を訪ねて、私たち高齢者にとって先々どのような暮らしの形があるのか、施設の方の説明に耳を傾けながら考えてきました。

中銀ライフケア南熱海（写真）の事業主体である中銀インテグレーション㈱は、熱海の10か所を中心に北海道、神奈川、千葉でも施設を運営しています。

施設の内部の見学、昼食の試食、生活相談員からの説明など、11時半ころから2時ころまでしっかり学習することが出来ました。

今回の施設はサービス付き高齢者住宅（以後サ高住）と言って介護付きではなく、高齢者向けのサービスが付いているマンションといった感じです。分譲もありますが基本的には賃貸契約で、25m²で月に108000円、また希望により食事（三食で1700円）も提供されます。

介護付きではないので、健康で自立的な生活が出来ることが入居条件になっています。高齢者にとって問題なのは、身体が不自由になり介護が必要になった時にどうするかということなので、サ高住は終の棲家にはなりえないと言われています。中銀の施設でも介護付き有料老人ホームがあり、ライフケアから転居することも出来るということです。

それではサ高住の存在意味はいったいどこにあるのでしょうか。生活相談員の話では、食事を含め日常の煩雑な生活雑務から解放され、趣味や嗜好、旅行などの自由な行動、それらを通じて豊かなコミュニティやサークル活動をすることで、充実した老後の暮らしを図る、ということのようでした。

一人暮らしや夫婦二人だけになった高齢者が、新しい環境と新しいコミュニティを求めて第二の人生を切り開いていく、そんな積極的な考えと行動を持ち合わせた人たちがサ高住に向いているのかもしれません。

しかし、決して安くはない入居費とケアが必要になった場合の事、あるいは入居してもその環境に馴染めなかつた場合などを考えると簡単にサ高住を選択と言う訳にはいかないでしょう。

人生の最後に安心して身を任せる施設として、サ高住に期待することは出来ないかも知れません。しかし視点を変えて、老人ホームのような「施設」としてではなく新たな「住まい」としてみたとき、サ高住は一定の評価が出来ると思います。

生活相談員の話によると、身体が不自由になったとしても必ずしも退所する必要はないと言います。つまり、ケア付き施設に行くのも可能ですが、そのまま、地域包括支援センターなどを通じて看護、介護、医療の公的ケアを受けながら、最後まで住み続けることが可能なのです。

国はこれから老人介護・看護の中心を施設から在宅へと推進しようとしています。各地に設置された地域包括支援センターを柱として、介護、看護、医療を24時間自宅で受けられるとすれば、それは歓迎すべきことです。

今、この流れに沿って、サ高住は施設ではなく暮らしのサポートがついた新しい住まいとして位置付けられようとしています。住み慣れた我が家から新しい環境で余生の可能性を広げようとするなら、これも一つの選択肢として考えることが出来るのかも知れません。

消費税増税直後に社会保障費を減らす謀議が…医療・介護の大改悪が始まる

10月9日に開かれた財務相の諮問機関・財政制度審議会分科会に、財務省は社会保障費の抑制に向けた「改革案」を示しました。

高齢者に関する主なポイントは、

- ① 後期高齢者の医療費の窓口負担を原則1割から2割へ引き上げ
- ② 外来受診した際の窓口負担に一定額を上乗せ
- ③ 介護保険サービスの利用者負担を原則1割から

2割に引き上げ
というものです。

介護保険サービスを巡つては、「要介護1、2」の介護サービスを、すでに改善した「要支援1、2」のサービス同様、介護保険から外し各自治体が実施するサービス事業に移行する案や、ケースワーカーが作成するケアプランを有料化す

る案も出ています。
安倍首相は、消費税増税分の財源は社会保障費に充てると、何度も何度も繰り返したその舌の根も乾かぬうちから、増税を実施した途端の9日後には、社会保障費をいかに減らすかという議論をしているわけで、「國民を馬鹿にするな！」と言わずにはおれません。

台風19号で被災された皆様、心からお見舞い申し上げます
秋の旅行会では箱根や熱海を訪ね、芦ノ湖畔では湖を眺めながら、また熱海では温泉に浸りながら、至極の時を過ごさせていただきました。そのわずか5日後、各地で台風19号による未曾有の水害が発生しました。退職者会は、被災された皆様方に心よりお見舞いを申し上げるとともに、一日も早い復興を願い、可能な支援をするつもりです。会員の皆様のご協力をお願いいたします。

多くの反対の声があつたにもかかわらず、10月1日から消費税率が10%に引き上げられました。実際1日にスーパーに行くと値札が張り替えられていて実感が湧くとともに怒りました。

ニュースでは深夜0時を過ぎた直後に10%に切り替わったコンビニや居酒屋の混乱ぶりを報道していましたが、複数税率や「景気対策」としてキャッシュレス払いへの「ポイント還元」などの導入が各地で混乱を引き起こしています。

48回目の国会前集会

退職者会は戦争法（安保法）強行成立4周年の9月19日、毎月19日に行っている国会前集会に今回も8人が参加しました。

他国を武力で守る集団的自衛権の行使容認を柱とする戦争法は4年前のこの日、アベ政権の強行採決の暴挙により成立しました。退職者会は反対し、また成立後も一貫して反対の立場で毎月の集会に参加してきました。

猛暑も一段落して、風が冷たく感じられる国会前で、国会に向けてシユプレヒコー

主催した市民団体や各党代表が挨拶し、安保法制の廃止をそれぞれの代表が怒りと悔しさを込めて訴えました。



81歳の前会長・水上末二さんは、9月16日に行われた「さよなら原発全国集会」に参加し、次のような手記を寄せてくださいました。

さよなら原発全国集会に参加して 水上 末二

9月16日、前夜の雨も上がり、さよなら原発全国集会が代々木公園で開催、8000人が参加。千代田退職者会からは私を含め4人が参加しました。

震災、原発事故から9年にもなりますが、全国からたくさんの支援のボリュームが立ち、たたかいの根強さを感じました。福島原発事故刑事訴訟支援団から、19日に判決公判を迎える東電の旧経営陣の裁判での証言、遺族の証言などの報告がありました。東電旧経営陣は厳しく責められて当然です。（厳しい判断を下してほしいと願っていましたが、この集会から3日後の19日の判決では、被告の東電旧経営陣全員が無罪という判決が下り、だれも責任を取らないまま、あの事故が収束してしまうのかと暗澹たる思いがしました。）

立憲民主党からもあいさつ、日本共産党などと共同提案した「原発ゼロ基本法案」審議は与党的妨害などで進んでいないが、成立に向けて頑張りたいと話されました。落合恵子さんは「あきらめずに前へ進もう」、鎌田慧さんは「原発と人間は共存できない」と述べていました。

りづつと参加者が多いよう

多くの反対の声があつたにもかかわらず、10月1日から消費税率が10%に引き上げられました。実際1日にスーパーに行くと値札が張り替えられていて実感が湧くとともに怒りました。

ニュースでは深夜0時を過ぎた直後に10%に切り替わったコンビニや居酒屋の混乱ぶりを報道していましたが、複数税率や「景気対策」としてキャッシュレス払いへの「ポイント還元」などの導入が各地で混乱を引き起こしています。

多くの反対の声があつたにもかかわらず、10月1日から消費税率が10%に引き上げられました。実際1日にスーパーに行くと値札が張り替えられていて実感が湧くとともに怒りました。

ニュースでは深夜0時を過ぎた直後に10%に切り替わったコンビニや居酒屋の混乱ぶりを報道していましたが、複数税率や「景気対策」としてキャッシュレス払いへの「ポイント還元」などの導入が各地で混乱を引き起こしています。

消費税値上げの影響は？

副会長 西 本 優

る制度自体が富裕層に有利で、これには財務省出身で東京財團政策研究所の森信茂樹研究主幹の「富裕層が得をするような雑な制度」の1日当たりの決済額は平均で約202億円、導入すれば、全国民が等しく負担するはずの還元額は約8億2千万円に上るとの試算を発表し、「順調な滑り出しだ」と評価しましたが、実態は参加店舗は対象の約4分の1の5

また、消費税増税によって、JRや私鉄の

な気がする、5千人はいる
んじやないかな」と国会前の熱気を感じたのか、参加者の一人が呟いていました。

このキャッシュレス決済のポイント還元制度について11日、経済産業省は開始1週間の1日当たりの決済額は平均で約202億円、導入すれば、全国民が等しく負担するはずの還元額は約8億2千万円に上るとの試算を発表し、「順調な滑り出しだ」と評価しましたが、実態は参加店舗は対象の約4分の1の5

また、消費税増税によって、JRや私鉄の

さらに政府のポイント還元は9ヶ月後には終了することから、さらなる消費の落ち込みを指摘する声もあります。引き続き「消費税増税は反対」の声を上げていきましょう。

先行きに「不安」が70・9%を占めるようになります。

さらに政府のポイント還元は9ヶ月後には終了することから、さらなる消費の落ち込みを指摘する声もあります。引き続き「消費税増税は反対」の声を上げていきましょう。

先の共同通信の調査でも日本経済の先行きに「不安」が70・9%を占めるようになります。

さらに政府のポイント還元は9ヶ月後には終了することから、さらなる消費の落ち込みを指摘する声もあります。引き続き「消費税増税は反対」の声を上げていきましょう。



福島の被災者の訴えもありました。ほかにも力強い連帯のあいさつがたくさんありました。

国や自治体は被災者の身になって復興を迅速に進めるべきです。被災者への支援を打ち切るなどとんでもありません。

原発ゼロに向けて今後も連帯して取り組むことが重要だと思いました。集会終了後、二手に分かれテモ行進が行われました。

前回は遠方のお墓や将来の不安などから檀家を離れるための墓じまいについてお話ししました。今回からは新たに墓石埋葬するのではなく、新しい形の埋葬方法について調べてみましょう。

近年、様々な事情からお墓を作らない、作れない場合が増えていきます。その代わりの埋葬方法としては、
 ①樹木葬、②散骨、③手元供養、④骨仏などがあります。いずれも墓石埋葬より経費がかからず、また先々の供養についての心配もあります。順を追ってお話ししましょう。

① 樹木葬



新シリーズ 現代お墓事情 その2 豊かで楽しい終活のために…

- メリット
 - * 自然に還ることができる。
 - * 墓石のお墓よりも費用が安い。
 - * ほとんどが一代限りのお墓。
 - * 後継者や管理の心配がない。
 - * 交通アクセスが悪い可能性が高い。



△ 樹木葬のメリット・デメリット

個別区画型とは一本の木を共有しても名前を刻んだプレートなどを設置して個別のスペースを設けて埋葬するもので、スペースには何体かの遺骨を納めることができます。さらに一本の樹木を独占して個別のスペースに埋葬するケースもありこの場合は経費はかなり高額となります。

ります。

里山型とはお寺や靈園が所有・管理している自然の里山になるべく手を入れないで自然のままに埋葬するものです。四季によって雰囲気は大きく変わるので冬場は寂しく厳しい感じを受ける場所もあります。

また、公園型、里山型それに埋葬方式として「個別区画型」と「合祀（合同）型」があります。「個別区画型」と「合祀（合同）型」があります。

合祀（合同）型とは骨壺から遺骨を取り出し、ひとつのシンボルツリーの周囲に埋葬するタイプです。他の人の遺骨と一緒にするため費用も安く、管理料もかかるいか少額であります。

個別区画型とは一本の木を共有しても名前を刻んだプレートなどを設置して個別のスペースを設けて埋葬するもので、スペースには何体かの遺骨を納めることができます。さらに一本の樹木を独占して個別のスペースに埋葬するケースもありこの場合は経費はかなり高額となります。

シーンを使います。インターバルウォーキングをやり、その後自転車こぎ、たまに胸筋開き。ひと汗かいて風呂に入り、さっぱりしてから帰宅します。1時から4時までのアフタヌーン会員で、火曜日から金曜日の4日間とは言え、運動量もあり老化防止、ボケ防止と思い、休まず続けています。夕食時のビールがうまいです。

その他は月1回の御代田9条の会と佐久ピースアクションなどに参加します。講演会も多く、最近は望月塑子さんや堤未果さん、伊藤千尋さんの話を聞きました。本当に考えさせられる内容で勉強になりました。

映画の話題作は長野市に電車に乗って見に行きます。7月は「主戦場」、8月は「新聞記者」です。去年見た韓国映画の「タクシー運転手」や「マルクス・エンゲルス」も忘れない作品です。

せっかく1時間もかけて長野に行ったのだからうまいものを食べてから帰ります。田舎暮らしの中でのちょっと贅沢な長野行きです。

この地でこんなふうに過ごしながら早くも5年。口うるさい妻とケンカしながらの毎日です。



樹木葬と書かれていたりいろいろな種類があります。環境公園型とは平地で芝生などに整備された場所の一角に樹木（バラなどの花木の場合もある）を植え、その周りに埋葬するもので比較的交通の便の良い場所にあります。

△ 樹木葬の種類



樹木葬はもはや市民権を得た埋葬の一つの形になりました。樹木葬は山や海に散骨するのと同じ自然葬です。ただ、散骨は埋めるのではなく撒く行為なので基本的には法的な手続きや許可はいりません。樹木葬は墓石の代わりに樹木を植えて墓標とするお墓です。お墓として許可を得ている土地に遺骨を納骨するため、正式なお墓となります。なので、樹木葬は寺院の一角や靈園に作られています。

樹木葬のほとんどは、お墓を継承する必要のない一代限りのお墓です。次の世代に負担をかけることがなく、お墓の管理はお寺や靈園で行ってくれるので跡継ぎがない場合でも管理の心配がいりません。

必要な費用を支払うのは最初だけでその後は毎年の管理費などを払う必要はありません。もちろん墓石も必要ないので経費もかなり安くなります。

環境

樹木葬は費用が安いと言つても様々なケースがあり、個別区画型で一本の木を独占して名前をプレートに刻字して設置するような場合、お寺や民営の靈園では100万円以上かかります。また、合祀型でプレートも設置しなければ20万円前後で収まる場合もあります。

いずれにしても、場所や方式によって公設か民営かによつても経費は大きく変わりますので、いろいろな施設をしっかりと検討する必要があるでしょう。

次回は散骨について調べてみましょう。

御代田暮らしの近況

山岸哲夫

屋根のない病院、こんなふうに呼ばれる高原の町・御代田に完全移住して今年で5年目になりました。初夏から晚秋までは最高の住み心地です。冬は寒く、凍るのが難点ですが薪割りをします。夏は午前中、草刈りや庭の畑の野菜の世話をしています。昼食後は車で15分程のスポーツクラブに妻と出かけます。週2回のヨガは体が硬くて大変です。70人くらい入る大きなスタジオに男性は4、5人。あとは全部女性。初めてこの会場を見た時の感想は、「スゲー、だから女性は長生きするんだ」というものでした。

あと1日は中高年エクササイズをします。先生から「ヤマテツ！」と声をかけてもらひながら楽しんでいます。結構な脳トレです。まずこれらを1時間程度やった後、マ

韓国歴史散歩（その四）

平山茂さんの投稿による
韓国紀行の4回目です。

一八九五年一〇月八日：

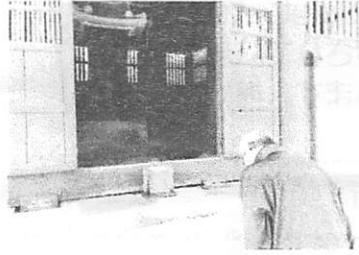
私見ですが、この日ソウルで何があつたか、知らない韓国人を見つけるのは、難しいことでしょう。一方、答えられる日本人を見つけるのは、もっと難し

いに違ひありません。韓国歴史散歩（その三）で取り上げた日付ですが、被害者側の国民と、加害者側の国民との意識は、それほどかけ離れています。

1894年に日本と清は朝鮮の支配権を争い、戦争を始めました。清国軍はソウルから南に下がった牙山（アサン）に上陸し、日本軍は仁川（インチョン）に上陸して、王宮の景福宮を占拠しました。95年4月に下関条約を調印し、日本は台湾、澎湖諸島、遼東半島の割譲を受けるなどを条件に、清と講和しました。

国母・明成皇后殺害事件

5月に入ると、露独仏が遼東半島の領有を放棄するよう勧告する三国干渉を受け、日本はやむを得ず受け入れることにしました。遼東半島からの撤兵などを決め、三国政府との間で交渉が妥結したことをソウルの三浦梧楼公使に通知したのが10月7日。翌8日早晨に景福宮で43歳の明成皇后（ミヨンソンファンフ）閔妃（びんひ・ミニ）が三浦公使の陰謀で惨殺されました。三国干涉で存在感を示したロシア



明成皇后と高宗の石碑の前で

安倍改憲発議阻止！辺野古新基地建設やめろ！東北アジアに平和と友好！

11・3 憲法集会in国会正門前

11月3日（日）14:00～
場所：国會議事堂正門前

退職者会の集合

午後1時30分に
地下鉄永田町駅2番出口
(地上に出たところ)

1. 開会式 2. 基本討論会 (3回一昼夜)
3. フル討論会 4. 両日の日 (雨天)

東京近郊 秋の花めぐり

11月を迎えると東京近郊でもそろそろ紅葉が始まります。今回は紅葉と秋の花が楽しめる都内の庭園を紹介します。



●清澄公園(江東区)一岩崎家三代が築いた明晰の庭

東京都の名称の一つの落ち着いた静かな回遊式林泉庭園です。10月中旬から12月頃ツワブキ、サザンカなどが楽しめます。11月中旬ごろにはハゼの真っ赤な紅葉と庭園の風景がとてもきれいです。

に、明成皇后が接近したのが理由と見られています。三浦公使の独断で本部次長が指揮をとつたとされています。事件後、朝鮮人3人が実行犯として処刑されていますが、日本人は、軍人7人と民間人48人がそれぞれ軍法会議と広島地裁で裁かれましたが、全員無罪になりました。

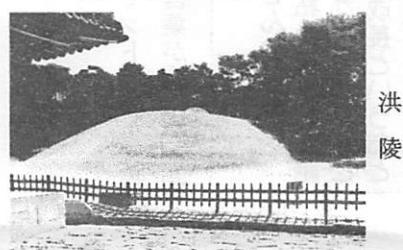
国母が日本人に惨殺されたうえ焼き捨てられ、遺体の尊厳まで奪われた明成皇后殺害事件は、韓国で繰り返しどラマ化され、人々の心に刻み込まれているそうです。

明成皇后と高宗の陵詣で

加藤哲夫さんと行った韓国歴史散歩で、どうしても平成が終わらない内に訪れたかった場所、それが明成皇后と高宗（コジョン）の陵（王の墓）、洪陵（ホンヌン）です。ソウルから地下鉄と在来線を乗り継ぎ小一時間で最寄りの金谷駅に着きます。駅から歩いて洪陵まで15分足らずです。途中親切そうな女性が歩いていたので、洪陵への行き方を尋ねました。身振り手振りで一生懸命教えてくれ、しばらく同じ方向に歩いてから、別れ際にもう一度しつかり行きました。身振り手振りで一生懸命教えてくれました。洪陵は手入

れの行き届いです。奥まつたところに、芝生で覆われた小高い丘とその上には、明成皇后と高宗の名を記した石碑が安置された、碑閣が建っています。

高宗は1919年に他の王族が東京に行っている留学生や加藤さんがいくら謝っても歴史は守に突然亡くなり、毒殺説が有力視される非業な最期を遂げています。石碑に向かい礼をして、「申し訳ありませんでした」と心から謝罪しましたが、どうやら謝りません。やはり、やんごとない方が詣でて、真摯に祈ることが重要です。



交通：都営大江戸線・東京メトロ半蔵門線「清澄白河」下車徒歩3分 都営バス「清澄庭園前」下車徒歩3分 入園料 65歳以上70円 駐車場なし

●小石川後楽園(文京区)

回遊式築山泉水庭園で、金閣寺や銀閣寺など全国に9か所しかない「特別史跡」と「特別名勝」の2つに指定されている庭園です。水戸徳川家2代藩主光圀の代に完成しました。園内に入ると紅葉と冬桜が迎えてくれます。

冬桜は10月から1月ごろに咲かせます。紅葉と桜の美しいコントラストが楽しめます。

交通：都営大江戸線「飯田橋」徒歩3分
JR「水道橋」「飯田橋」徒歩8分
東京メトロ「後楽園」徒歩8分
入園料 65歳以上150円 駐車場なし



小石川後楽園冬桜



退職者会 秋のハイキングと食べ歩き

横浜で秋を味わう 国指定名勝・三渓園(さんけいえん)と 中華街 「皇朝(こうとう)」予定

【日 時】2019年11月26日(火) 【集 合】午後1時 JR根岸線・根岸駅改札 【参加費】2,000円

三渓園は、製糸、生糸貿易で財を成した実業家・原三溪が明治39(1906)年に開園した敷地面積18万平方メートルの広大な日本庭園です。東京ドーム4個分の広大な敷地には京都や鎌倉などから集められた歴史的建造物17棟が自然豊かな園内にたくみに配置されています。園内にある臨春閣や旧燈明寺三重塔など10棟は、重要文化財に指定されています。梅や桜、ツツジ、紅葉などの名所として知られ、横浜でも有数の観光スポットです。

申込は TEL 03-3221-0052 千代田区職労事務所まで



台風19号は本州の広範な地域に河川の氾濫を引き起こしたね。未曾有の災害となつた。。。ああ、「まことに取まつた!」と言つた政治家がいたが、こんな政治家はやめてほしい。満身の怒りを込めて言いたい。
同感だけど、国交省の20年度予算概算も問題だよ。
それはどんな?
国交省は概算要求で「河川の整備を上回るスピードで気候変動の影響が顕在化している」「今後、豪雨のさらなる頻発・激甚化ほぼ確実」と言いながら、水害対策費はわずか5623億円だよ。これはイージスアショア6600億円よりも低い。
確かに、政府は北朝鮮の脅威をことさらに煽つて、「国難」と騒ぎ立てて、Jアラートやイージスアショアに莫大な金を注ぎ込んでいる。
今や「国難」は気候変動による激甚災害の頻発にこそあるんじゃないか。豪雨、地震、噴火...、日本は災害列島と化しているよ。

国連気候変動サミットでの
グレタ・トゥーンベリさんの発言

「生態系は崩壊しつつあります。私たちは大量絶滅の始まりにいるのです。なのにあなた方が話すことはお金のことや、永遠に続く経済成長というおとき話ばかり、よくそんなことが言えますね。」

松 松 松
テツ テツ テツ
松 松 松
テツ 確かに、政府は北朝鮮の脅威をことさらに煽つて、「国難」と騒ぎ立てて、Jアラートやイージスアショアに莫大な金を注ぎ込んでいる。
今や「国難」は気候変動による激甚災害の頻発にこそあるんじゃないか。豪雨、地震、噴火...、日本は災害列島と化しているよ。

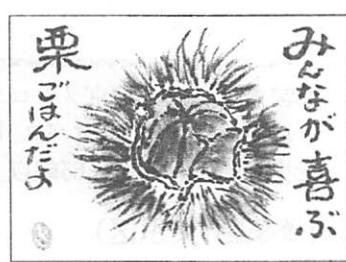
テツ 「衛」と「災」を入れ替えて「防衛省」は「防災省」に代えたほうがいい。
その時は自衛隊は災害救助隊となるのかな。確かにそのほうが役に立つだろうね。

テツ ところで、国連の気候変動サミットでの16歳のグレタ・トゥーンベリさんの言葉が胸に突き刺さります。

季節の絵手紙



絵手紙をはじめ、趣味の作品をぜひ、お寄せください。



投稿 土屋喜代子

松 松
テツ 環境問題はセクシーな課題などと発言して、世界のメディアから嘲笑される環境大臣もいるしね。ここは安倍政権に退場してもらおうことが、人類を絶滅から救う第一歩と言つても言い過ぎではない気がしてきた。
まつたくだ。身近なことから生活を見直しながら、防災問題でも政治を変えるという大命題を忘れちゃあならないな。明日の19日行動に行くぞ。
(対談は10月18日)

松 松
日本政府は石炭火力発電所の新增設など国際的に非難的になつてゐる施策を変えようとしない。温暖化ガス排出規制への世界的な動きに背を向けてゐる。
うん、この言葉を冷やかに聞き流しちゃあいけないとと思う。でどうすることがいいのかな?自分自身の身の回りのできることから...、といふことも大事だけど、オレはまず、政治を変えなければ、と思う。

さるんだ。

私のふるさと一岡山市

斎藤 道弘

ふるさとは遠きにありて思うもの

私のふるさとは岡山市の北西部、岡山駅から吉備線で約20分、靈山吉備の中山の麓です。50余年前の上京には在来線で11~12時間、新幹線でも4~5時間要し「ふるさとは遠きにありて思うもの」と感じたものでしたが、交通機関がずっと高速化した今は、決して遠き存在ではありません。しかし岡山での生活より東京暮らしが遙かに長くなった今では、ふるさとの隣人友人は減り、風景もかなり様変わりし、違った意味で遠きふるさとなりつつあります。

こうした心情の中、薄れゆく記憶を辿りながらふるさとを回想してまいります。

中山の麓には国宝吉備津神社と吉備津彦神社があり、このいずれの神社も主祭神は大吉備津彦命（おおきびつのみこと）、あの鬼退治神話の桃太郎伝説はこの両神社の主祭神をモデルとして伝承されています。

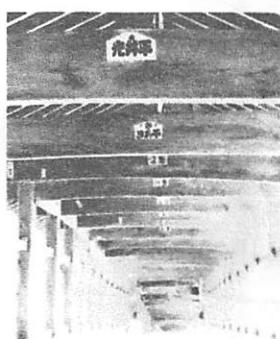
吉備津神社の前庭にはこの地出身の第29代内閣総理大臣犬養毅の銅像が今の世相を憂いながら見下ろしています。この大社の反対側には五穀を司る日本三大稻荷（他は伏見と豊川稻荷）の一つ備中高松稻荷の社殿が鎮座し、また吉備津神社と稻荷神社の間には羽柴秀吉の水攻めの高松城址の石垣が歴史を誇示しています。その脇には高松城主清水宗治の名を冠した店「宗治饅頭」があり、昔ながらの味で結構美味です。

この辺りの田園地帯は吉備路と称され、神社、仏閣、古墳が多い地域です。

私が通った中学校はあろうとか当時は前方後円墳の上に建っており、今更ながらなんと「罰当たり」なことと思う次第です。

今晚節に至り、成長過程で最もセンシティブな時期に毎日の遊び場だったあの神社の回廊、石段、前庭などが現在の私達を育んでくれたことを思うと「ふるさとは遠きにありて感謝するもの」の思いで一杯です。

最後に退職会々員の皆様の今後のご健康とご活躍を念じつつ失礼します。



吉備津神社の長い回廊

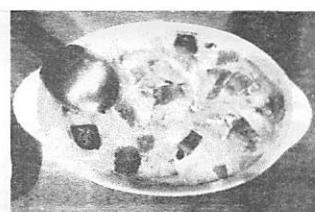


宗治饅頭

簡単レシピ

簡単キッシュ

パイ皮を使わないので、オムレツに近いです。パイ皮を使いたい方は、冷凍で販売しているのを使うこと簡単です。



- * 耐熱容器(グラタン皿が便利)に皮を剥いたりして一口大に切ったじやがいも、人参、ベーコン、あるいは、ウインナーなど入れる。野菜は、ブロッコリーとか何を使ってもいいです。
- * 塩、胡椒、オリーブオイルをかける。好みの量。
- * ふわっとラップをして電子レンジ500ワットで8~10分加熱する。(じやがいも1個で3分くらいです。)
- * ボール等に卵1~2個割り入れ、牛乳を100cc入れ、塩、胡椒で味付けしておく。(卵と牛乳は、2対1、卵液の量は、耐熱皿の大きさに合わせてください。)

連載中

「私のふるさと」

—ふるうて応募を!—

あなたの心に残る「ふるさと」をぜひ紹介してください。

原稿は400字~800字程度で。

手書き原稿の場合は「千代田区職労会」まで郵送で。メールで送つてもらえる方は、下記アドレスへ。

hatorri2@gw7.u-netsurf.ne.jp

川柳コーナー

空も見ず スマホに見入る 若者ら
年寄りにや ベイベイ? スマホじやわからんよ
消費税上げて 年金下げまくり
その金を 回せよ 災害対策に
避難には 水平と垂直あるを知る
災害は 忘れる間もなく やつてくる
困難こくなんだ 「災」 に変えろよ 「衛」 やめて
「ト」を取つて ノーベル賞とは いかぬのか
東京は 五輪も逃げ出す 暑さです
もてなしは 礼幌だつて 負けません

作品募集

* 卵液を耐熱皿に注ぎ入れ、溶けるチーズや粉チーズなどをかけて、オーブントースター200度で10分くらい焼く。(卵液は、皿の7~8分目くらいまで。オーブントースターで焼く時間も卵1個なら6~8分で様子を見てください。)

以上で出来上がりです。

脳トレ

大人のなぞなぞ

1. かけたり、たったり、つぶしたりするものは何?
2. 同じ小学校に通う花子さんと太郎さんは、運動会の日も遠足の日も、音楽会の日も同じお弁当でした。さてそのお弁当は?
3. たくさんこぼしても減らないものは何?
4. 晴れの日、雨の日、曇りの日、バッターの打率が一番低くなるのはどの天気の日?

答は5ページ

初秋の箱根・伊豆を巡った旅行会



すでに秋の深まりを感じさせる箱根湿性花園



アカオ・ハーブ&ローズガーデンの和風庭園

ミニミニアルバム

10月6日、7日に行った恒例の旅行会の写真です。

参加者の元気な様子をお伝えし、来年はもっと多くの方に参加してほしいと思います。



「中銀ライフケア」で説明を聞く



熱海・MOA美術館正面入り口前で

2日間、いつもながらのギュッと詰まった盛り沢山の旅行でした。充実した時間を過ごせたと思います。

ところが5日後、風景を楽しみながら昼食を取った芦ノ湖は水が溢れ、元箱根の町は泥水で埋まった風景をテレビで見ることになってしまいました。熱海の温泉もお湯がないと嘆くホテルの様子が…。

いつ災害に見舞われるかしれない怖さ、いつ自分に降りかかるかしれない心配をひしと感じます。

このことも今度の旅行の番外での学びとなりました。

お世話になったみなさん、お礼とともににお見舞い申し上げます。 (実行委員会)



「中銀ライフケア南熱海」の見学を終えて、担当者と記念撮影