



藤沢・厚木地区

平塚・小田原地区

第三部 懇親会

『近況報告』

『皆さんお元気でお暮しですか』

会員皆さんの声を支部協ニュース紙面が
お届けいたします

順不同 敬称略



健康に気をつけて、日々過ごしています。

▼横浜市青葉区 小田 健生
元気にしています。

▼バスの運転手を
横浜市戸塚区 荒井 一夫
戸塚区内のケアプラザでデイサービスのバスの運転手をやっています。9年が経過していますが、介護補助業務もこなしています。

川崎 地区

▼一人では外出が出来ない
横浜市旭区 永田 惇子
昔変形関節の手術をして人の骨頭が入っている所に痛みが出て、一人では外出が出来ないため、残念ながら欠席させていただきます。皆様によりしく!

▼腰痛が酷い
横浜市磯子区 野口 行夫
役員、ご担当の皆様には大変お世話になっております。退職後、腰痛が酷く、最近痛みが膝周辺にまで及び外出を極力控えておりますため、欠席とさせていただきます。よろしくお願致します。

▼ガーデニングで
東京都大田区 西沢 茂美
都合により欠席します。現在はガーデニングで山野草、多肉植物、球根、ラン、果樹、花木等300鉢以上を育てています。その他には、バードカーピング、

▼備えあれば憂いなし
横浜市金沢区 上原 勝
交流会は欠席します。良い一年を期待しましたが、一月一日に能登半島地震が発生し多くの人が被災された。阪神淡路地震・東日本大震災・熊本地震等と思われ出されます。

私は阪神淡路地震後に業務支援で神戸西支店へ2週間行きました。色々なしんどかったことを走馬燈のごとく思い出します。日本は地震 大國「備えあれば憂いなし」です。皆様忘れないうちに!

▼マラソンは卒業
東京都目黒区 宮澤 武正
残念ながら所用のため欠席させていただきます。いつもありがとうございます。フル&ハーフマラソンは勝手に卒業(笑)最近スロージョギングとボウリングに活路(?)を見い出しています。

▼横浜市戸塚区 佐々木 清
退職者の会ニュースを楽しみにしています。元気にやっています。

▼一日一万歩目標
横浜市戸塚区 平井 政広
健康維持のため日々のウォーキングを一日一万歩目標に歩いています。

▼週四日で元気に働く
横浜市栄区 浦崎 信夫
交流会の開催おめでとうございます。現在、週四日で元気に働いています。当日は、勤務のため欠席とさせていただきます。

▼横浜市 高橋 清司
所用のため欠席とさせていただきます。よろしくお願致します。

▼横浜市港北区 横道 章
お世話になっております。退職後、腰痛が酷く、最近痛みが膝周辺にまで及び外出を極力控えておりますため、欠席とさせていただきます。よろしくお願致します。

▼外出に支障となり
横浜市栄区 柳下 博
足と腰の痛みが有り、外出に支障となりました。運動不足もあり訓練しているところです。

▼草花や野鳥観察を
横浜市保土ヶ谷区 吉田 義明
21日は通院日と重なり、残念ですが欠席させていただきます。最近遠出をせず、近隣の児童公園なども植物園にて、季節の草花や野鳥観察を楽しんでおります。

▼週3日のアルバイトに
横浜市港南区 山口 保男
当日は、都合により欠席させていただきます。自身の健康の為に週3日のアルバイトに励んでいます。

▼働いています
横浜市港北区 飯野 正秀
変わらず医者にお世話になりながら働いています。

▼週3日程度仕事を
横浜市港南区 滝沢 武彦
ニュース、毎回楽しく拝見さ

去年入院したので体に気を付けながら生活しています。

▼横浜市磯子区 川村 清治
幹事の皆さん毎年の連絡をありがとうございます。

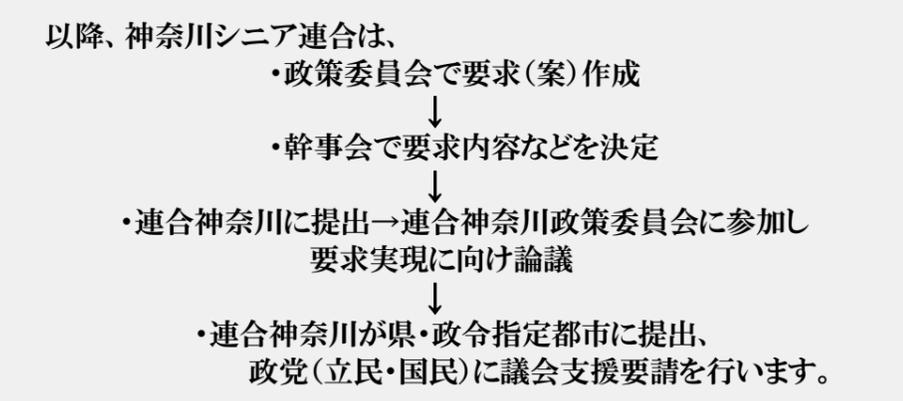
▼犬の散歩、家庭菜園で
横浜市保土ヶ谷区 千葉 清
犬の散歩、家庭菜園で毎日過ごしています。

◆2025年度政策・制度要求について◆

誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現

2025年度予算編成を意識した連合神奈川「政策・制度要求と提言」に対する、神奈川シニア連合の「要求事項」募集に、支部協会員から次の意見が出されました。

1. 政府は2026年以降、所得税控除を38万円から25万円、住民税控除33万円から12万円への縮小を予定しているといわれますが、高齢者の医療費・介護の負担増加も想定される中で、所得税の控除額減少の対象者は高額者に限定するべきと考えます。
2. 2022年10月1日以降、後期高齢者医療費負担増が2割負担となった。その他外来の負担増加を月3,000円に抑える配慮措置として「令和4年10月1日～令和7年9月30日まで実施する」こととなっているが、昨今の高齢者の生活実態に鑑み延伸しさらに長期間行うよう要請します。



2024年度は、連合神奈川が自治体に「政策・制度要求と提言」を提出した日(8月21日予定)に、神奈川シニア連合としての「要請書」を提出することとなっています。

第95回 神奈川中央メーデー

4月27日働く者の祭典、連合の「第95回かながわ中央メーデー」は、主催者発表で約4100人の参加者を迎えて横浜西区の臨港パークで開催されました。

情報労連はA、B、C、Dと4ブロックに分けられたCブロックを割り当てられ松の木の下にブルーシートを広げました。

元気に暮しております 横浜市泉区 三枝 利之 昨年10月に前立腺の手術を行いましたが無事に退院し、今は元気に暮しております。

喜寿を迎える事が 横浜市鶴見区 大蔵 弘 お陰様で、喜寿を迎える事ができました。これからも元気で頑張りたいです。

横濱市 若林 宏 退職者の会の皆様お元気ですか、当日所用が有りまして欠席致します。

「メーデースローガン」 『連帯の力で平和と人権を守り誰もが安心して暮らせる新たなステージへ！被災地の復興へ復興へ向けてみんなで支え合い助け合おう！』



祝 第95回メーデー

【柴原 一喜】

4月に75才になる

横浜市中区 池田 博 役員の皆様いつもお世話になっております。今年4月に75才になります。病院通いも多くなり、交流会は欠席させていただきます。

ライブツアーの追っかけ

横浜市鶴見区 泉 信夫 いつもありがとうございます。毎日のジョギングでストレスを解消し、地域貢献の事も多く元気にやっています。



はつきり見えるように

川崎市 明石 秀夫 元気で過ごしております。眼科医のすすめにより白内障の手術を一月末に行いました。結果は、はつきりと見えるようになりました。

横濱市中区 安海 一正

元気にやっております。 いろいろな仕事 皆様、大変ご無沙汰しております。横浜市シルバー人材センターで、いろいろな仕事をしております。

会社の仲間とハイキング

横浜市磯子区 黒沢 明三 私がCHC(ハイク名)ハイキングに参加して早25年近くになります。会社のOBの仲間と健康と親睦(お酒?)を兼ねて年に11回(8月は夏休み)これまで250回以上です。

孫の成長を楽しむ

横浜市南区 荻野 正司 元気にしております。孫の成長を楽しんでいます。 横濱市金沢区 関口 敏彦 法事のため残念ですが出席できません。元氣生活してきます。

舞台に立つ

横浜市金沢区 加藤 珊吾 1月に兄が脳梗塞で倒れ入院しました。兄は一人者の為、私と妻とで見ています。2月に都筑公会堂にて吟詠発表会が行われ私も舞台に立つ事ができました。何かスッキリしました。

年をかさねました

川崎市宮前区 金井 明紀 年をかさねました。皆様の健康をお祈りしております。 横濱市旭区 持丸 未博 仕事のため欠席させていただきます。

会報を楽しく拝読

横浜市磯子区 西野花 尚江 毎回会報を送っていただきありがとうございます。皆様の活躍の様子を楽しく読ませていただいております。まだ体調がはつきりしませんので今回も欠席させていただきます。

マンシヨン管理の仕事

横浜市金沢区 池田 吉明 平日は、マンシヨン管理の仕事をしており、休暇を取得出来ず、欠席いたします。ご盛会をお祈り致します。

週一で鍼治療

横浜市磯子区 黒沢 晴美 役員・編集委員の皆様いつもお世話になりました。退職者の会ニュース、毎回楽しみに拝読しております。今回の地区交流会は残念ですが、都合によります。



元気で仕事に

横浜市保土ヶ谷 桐ヶ谷 喜朗 いつもありがとうございます。元気で仕事にはげんでいます。 横濱市戸塚区 斉藤 敏一郎 4月で80才です。苦勞もありませんが廻りに助けられ楽しく過ごしています。

まだ現役です

横浜市保土ヶ谷 福島 和雄 まだ現役で月曜日から金曜日まで仕事をしていきます。3月は年度末で繁忙のため欠席させていただきます。皆様にお会いできる日を楽しみにしています。 横濱市瀬谷区 土屋 弘 元氣です。

元気にボランティア

横浜市金沢区 富本 鈴子 いつものことですが大変お世話になります。残念ながら予定が入っております。私事、席させていただきます。

静かに余生を過ごして

横浜市中央区 根本 千代子 代筆長女 認知症対応グループホームにて静かに余生を過ごしております。 横濱市南区 湯浅 弥生 70才過ぎから医療へ通っております(5年目)。「しっしん身体中、骨折は良くなったと思うと、白内障(年末)の手当など、身体変が多いです。手元は、老眼?不明瞭ですが遠目は明るくなりました!」この所季節の病(インフル?コロナ?)花粉症

サークル活動で汗を流す

横浜市金沢区 諸星 実 事務局の皆様お世話になっております。今年の2月に喜寿を迎えました。コロナも落ち着いて今は、毎月スポーツ吹矢・ウクレレ・ボッチャ等サークル活動で汗を流しています。3月21日の川崎・横浜地区交流会は用事があり欠席します。 川崎市宮前区 今井 義和 お陰様で元気でボランティア(市のヘルスメイト)に入っております。

体調不良

横浜市南区 湯浅 弥生 70才過ぎから医療へ通っております(5年目)。「しっしん身体中、骨折は良くなったと思うと、白内障(年末)の手当など、身体変が多いです。手元は、老眼?不明瞭ですが遠目は明るくなりました!」この所季節の病(インフル?コロナ?)花粉症

楽しんでます

横浜市磯子区 穀野 生人 退職3年目、週1ゴルフを楽しんでいます。北海道や九州・四国へ2週間づつせめてから1年目、2年目とやれなかつた事を楽しんでいきます。先輩方ともゴルフでつながっています。 横濱市港北区 石川 祐治 お疲れ様です。ゴルフ、野球をやっています。元氣です。

ゴルフ、野球で元氣

横浜市港北区 石川 祐治 お疲れ様です。ゴルフ、野球をやっています。元氣です。 横濱市磯子区 小林 勉 体調不良のため欠席します。 元氣です 横濱市都筑区 宮川 勝彦 今回は仕事で出席できません。次回は出席したいと思っております。 横濱市港北区 桐ヶ谷 彰 私用のため欠席いたします。元氣で頑張っています。皆様によりよくお伝え下さい。

ボランテア登録

東京都大田区 岡 とき子 役員の皆様いつもありがとうございます。大田区の「ふれあいパーク活動」にボランテア登録して近所の児童公園の清掃、草取り等、日々やっています。 横濱市緑区 半浦 義之 今回の地震を受け不用品のかたづけに励んでおります。 横濱市磯子区 渡辺 義男 旅行のため欠席いたします。

散歩と家族麻雀で楽しむ

横浜市保土ヶ谷区 大友俊光 帷子川沿いの散歩と週一の家族麻雀で楽しんでいます。 横濱市磯子区 斎藤 幸夫 退職者の会支部協議会役員の皆様、お疲れ様です。退職者の会ニュース他 毎回来しく拝見しております。 今年1年間で良い年でありますように祈っております。

元気で終活中!

横浜市南区 荒木 義憲 元気で終活中!昨年仕事も辞め、毎日家の中の整理と、近所の簡単な修理を趣味でやっています。 横濱市 関野 富美榮 歩行困難のため申し訳ありません。皆様のご健康をお祈り申し上げます。

元気で頑張ってます

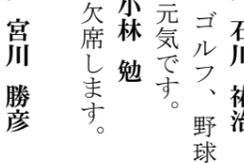
横浜市港北区 桐ヶ谷 彰 私用のため欠席いたします。元氣で頑張っています。皆様によりよくお伝え下さい。

昨年12月に米寿を迎え

横浜市戸塚区 金子 弘 昨年12月に米寿を迎えNTT退職者の会、関東電友会等からお祝いの記念品をいただきました。ありがとうございます。 尾道市 神盛 英夫 尾道の実家に住居を移し魚釣り三昧の日々を過ごしています。

サラリーマン生活終わる

当日は勤務のため欠席いたします。これまで10年間メックスサポートの派遣社員として横須賀別館に勤務してまいりました。3月末でサラリーマン生活を終わります。皆様のご支援あつてこそと感謝です。ありがとうございます。 横濱市港南区 石井 清治 グループホームに入居しました。





大町温泉一泊二日の旅 大王わさび農場と 国宝仁科神明宮

4/16~
4/17

4月16日コロナ禍の影響もあり、久しぶりの一泊ワクワクス旅行です。参加人員は40名、横浜ビブレ横で点呼を取り乗降場へ移動し8時10分いざ出発!! 2、3日前の天気予報では最悪の雨マークでしたが、朝から好天に恵まれました。途中二ヶ所休憩取りながら小諸へ。桜満開の懐古園内の蕎麦屋草笛で昼食を取りました。懐古園は武田の軍司山本勘助の居城跡です。駐車場は桜満開で気持ちも満開でした。昼食後上田城へ向かいます。上田城は真田昌幸の居城で関ヶ原の戦い前で徳川秀忠が上田城を落とせなかつたので、遅れた事で難攻不落の名城として有名です。今は、櫓、土塁、石垣と真田神社が残っていますが、桜も綺麗でした。その後、安曇野で休憩取りながら、大町温泉ホテル(緑水亭景水)へ向かいました。17時頃到着、まずはお風呂!! このホテルの温泉は葛温泉からの引き湯です。18時から宴会でくじ引きなどで、楽しかったです。



国宝仁科神明宮



大王わさび農場



楽しい宴会



オートバイを楽しむ

横浜市 遠藤 好治

昨年7月に長年憧れていたオートバイを新たに購入して湘南海岸を毎週末に2、3時間の朝ツーリングをのんびり楽しんでます。20歳から45年間、飽きもせず乗り続けています。



晴れた日は立石海岸、稲村ヶ崎、江の島から見える丹沢、伊豆箱根、富士山の山々がとてもきれいです。80歳まで乗り続けたいと思います。

定期的な食事会

横浜市港北区 大石 次夫

今回も欠席です。すみません。愛犬との散歩、近所の夫婦と定期的な食事会などとして忙しくしております。

元気に過ごしています

横浜市磯子区 石田 宜徳

役員の皆様ご苦労様です。お蔭様で元気に過ごしています。仕事のため欠席させていただきました。

元気に過ごしている

茨城県筑西市 仁平 亨

役員・諸先輩の皆様には、大変お世話になっております。今のところ、体調等の不具合もなく、ごく普通に日々過ごしております。2023年の5月に、新型コロナウイルス感染症の位置づけが「5類感染症」になり昨年11月に45年ぶりに実家(茨城)に戻ってきました。



神奈川(横浜)と違い、家から徒歩で行けるスーパーが無く、車を所有していないため、1時間の電車ではなく「自動車」に乗りリュックを背負っての買い出しです。諸先輩の皆様におかれましても、健康に留意してお過ごしください。

アクティブに動く

横浜市港南区 小松 久美子

コロナも少し落ち着いてきました。

ます。ご盛会をお祈りいたします。

家庭菜園楽しむ

横浜市保土ヶ谷区 白井 善之

唯一の健康維持として家庭菜園に励み、仲間との会話もあり楽しく過ごしています。

油断禁物

横浜市 妹尾 弘

お世話になっております。仕事のため、欠席させていただきます。退職してからの仕事は継続し5年経ちます。70歳になり体力も落ちコロナやインフルエンザなどのウイルスに感染しないように気を付けています。『油断禁物』です!

区役所で働く

横浜市 妹尾 富美子

お世話になっております。予定が有り欠席させていただきます。昨年の12月28日までの2年間区役所で新型コロナウイルスワクチン相談員として勤務しました。大半は高齢者の方々でしたが聴覚障害の方や外国の方々などが来たので海外に住んでいる娘の所に一ヶ月程行ってきたり、石垣島へ10日間のんびり旅行したり、アクティブに動いています。

91才頑張っています

横浜市南区 三枝木 重晴

健康に注意しながら家事全般をしています。私は91才で頑張っています。妻が令和5年9月に骨盤骨折し後側に金属を入れる手術をして現在車いす使用で介護老人保健施設に入施設中です。

サークル活動楽しめ

横浜市青葉区 清水 清

心は元気、体は病気、膝痛で通所リハビリ2年生。N退者のサークル活動が楽しみです。役員の皆様感謝です。

年のわりには元気

横浜市都筑区 田中 昭彦

5年振りにカゼを引きました。

庁され要件を聞き取るまで大変苦労したことを思い出します。コロナは落ち着いてきましたが行動範囲が広がりがまだまだ油断出来ません。今も『マスク、手洗い、消毒』は欠かせません。

仕事・ボランティアの毎日

横浜市戸塚区 高木 満雄

役員のみなさま、お疲れ様です。私ども相変わらず仕事やボランティアでの毎日です。民生・児童委員では毎月の編集に携わり、季節の記事を探したり、写真を撮ったりと忙しい毎日を送っております。

人間は社会的生き物

横浜市鶴見区 貫山 貞樹

いつも役員さんにはお世話になってます。今回は行事が重なって欠席します。国際秩序の立て直しが急務。国内でも安全安心に平和等々立て直すリーダーもいない。人間は社会的生き物、



最近疲れが取れにくい

横浜市緑区 古矢 正孝

今回は所用のため不参加とさせていただきます。適度の運動(テニス、ゴルフ、水泳)と仕事で体調管理してますが最近疲れが取れにくい体質となってきました。何事にも積極的を

米寿を迎えます

大和市 渡辺 久丈

いつも連絡ありがとうございます。いつまで生きていられるのか、ちよつと心配になってきた今日このごろですが、まあ何とか一杯会や麻雀会等に楽しく参加しています。

ジムで運動

横浜市鶴見区 田中 雅雄

週に4、5日、ジムで筋トレやウォーキングして元気に過ごしています。

ここからは藤沢・厚木地区

藤沢 地区

何とか米寿を迎えることとなりましたが、寄る年波であちこちが故障し、そのメンテナンスが大変な時間を削くようになりましたが「認知症」に声をかけられないのが幸いです。

海老名市 渡辺 卓司

横浜市 渡辺 卓司

いつもお世話になっております。出席いたします。

交流会初参加楽しみ

鎌倉市 林 敏夫

初めて参加させて頂きます。退職後、元気に過ごしています。皆様のお顔に接したくなりました。当日はよろしくお祈り致します。

奇しくも94才の誕生日が

藤沢市 草野 義博

元気で病院で設備メンテナンス

生活の病をあまりだして毎年の進出で自分を発見し前向きに前進し人生を楽しみ、イライラを解消。

毎日孫の世話

横浜市港南区 篠山 高雄

孫が近所に引っ越してきて毎日世話をしています。盛会を祈願します。

腰痛が治らず

横浜市港南区 加藤 延行

腰痛が治らず普段の行動が制限されています。喜寿のお祝いありがとうございます。

現在リハビリ中

横浜市保土ヶ谷区 市川 勝

交通事故にて股関節骨折にて車椅子生活となり、現在リハビリ中です。幹事さんには大変お世話になっており感謝しております。今回も欠席とさせていただきます。よろしくお祈り致します。

介護のため千葉にいます

横浜市保土ヶ谷区 村杉 正裕

介護のため家族の千葉にいます。今回は欠席とさせていただきます。

鎌倉市 西川 八重子

鎌倉市 西川 八重子

幹事さんには、いつもお世話頂き、ありがとうございます。交流会ハガキのメ切り3月28日は奇しくも私の94才の誕生日なのでびっくりしました。

健康維持で働いています

座間市 千葉 勝男

何だかんだと云いながら私も10月で80才になります。健康維持のため週2、3回はパートで電話工事、LAN工事をやっています。

藤沢市 草野 義博

藤沢市 草野 義博

元気にやっています。



投稿記

赤札 開帳奉修 川崎大師

5月10日(金)に「関東の厄除け三大師」として有名な「川崎大師」に行つて来ました。令和6年5月は10年に一度の吉年「赤札大開帳」として大勢の参拝客が訪れます。「川崎大師」を降りて左手の「表参道」を歩いて行き「川崎大師入口」を右折して松屋の「とんとこ餅」を切る音に誘われて進みます。左右の商店には名物の「せき止め餅」や「濡れ煎餅」住吉の「久寿餅」が売られています。大本



仲見世通り

堂に着くと高さ10メートルの供養塔があり、本尊と結ばれた手綱に触れてお祈りしました。「赤札」は午後4時から最終祈禱の時間に合わせて3時から待機。の列に並びました。1列4人の並びで1000人以上の人数で並んで待機している人は、赤ん坊を抱っこしているママさん、腰の曲がったお年寄りまでの老若男女です。祈禱が終わる暇がないご本尊の間に狭い通路でお賽銭を入れてお祈り出来ました。「赤札」は渡り廊下を進み「信徒会館」で「貫首」(住職)様から授かりました。



供養塔

横浜市 後藤 豊

パソコンサークル 「関数を学習」 横須賀教室 5月例会

横須賀パソコン教室5月は20日(月)に講師は黒金、参加人数は15名で開催しました。

題材は3月に横浜教室の真砂さんが行ったEXCEL関数をリメイクして、復習を兼ねて完成まで行う予定でしたが、またしても時間切れになり、最後の項目は来月に持ち越しです。

内容は仮想の町内会名簿を利用し、以下の手順で7つの関数を学習しました。

- 1、生年月日から現在の年齢を自動計算
2、年代を計算
3、班単位の男女比の表作成
4、班単位の男女年代別表作成
使用する関数の意味を説明し、

いつにも増して真剣なまなざし



【黒金 洋子】

健康・体力維持に努めて

茅ヶ崎市 野中 政敏
余生を元気で自立した姿で楽しく過ごせるよう週2回(沖縄唐手と太極拳)の稽古とウォーキング等健康・体力維持に努めています。

藤沢市 関野 茂

お世話様です。よろしく。町田市 出水 延光
体調を第一に散歩を続けております。皆様の健康をお祈りします。

退職してから10年

海老名市 松本 武幸
退職してから10年!今の年齢に達したからこそ、できる自分の発想を精一杯考え実行して行くべく楽しんでる!

藤沢市 島山 宣喜

血糖値が不安定で病院通いが続いていますので、欠席させて頂きます。会員の皆様によりしくお願ひします。

鎌倉市 高木 信吉

相模原市 土井 喜久男

元気に畑を耕しています。ウォーキングで巡る

藤沢市 高島 実

役員の方々には日頃よりお世話になっております。相変わらずウォーキングで藤沢、横須賀、鎌倉を巡っております。当日は所要のため出席できず申し訳ありません。

毎日体力維持

綾瀬市 三宅 明
元気にしています。毎日体力維持のためウォーキング・筋トレに励んでいます。(旅行・スキー等に行けるように)

まだまだ元気に

鎌倉市 石井 羊一
役員の皆様、お世話になりました。最近、物の名前、人の名前を思い出すが、まだまだ元気に暮らしております。

健康増進のため

藤沢市 金谷 裕幸
健康増進の為、毎日のウォー

派遣社員で働いています。

街歩きガイドと城巡り
東京都町田市 青木 孝文
当日は申し訳ございませぬが、仕事のため参加できません。趣味と健康を兼ねて街歩きガイドと城巡りでプラブラ出歩いていきます。

相模原市 井口 欣也

返信遅くなり失礼しました。元気でジム通い

藤沢市 有道 敏明

一昨年心臓大動脈弁取替手術をし、昨年は前立腺ガンと診断されましたが、体調は良く、元気でジム通いなどしております。

相模原市 西村 武司

体調が不良のため今回は欠席します。座間市 奥山 亨
会員皆様元気でやっています。欠席しますがよろしくお願ひします。

欠席しますがよろしくお願ひ

キングと週1回2回の水泳・サウナでリフレッシュして、シーズン毎に舟にて海釣り、二・三泊の旅行を楽しんでいます。

注意したのにコロナ感染

厚木市 内野 範子
コロナ禍での「引きこもり生活」で副産物と覚しきは、重症の「坐骨神経痛」でした。更には痛みに耐え乍ら辛い毎日を送る中、昨年二月の新型コロナ感染は青天の霹



まだ大きなショックでしたが、お陰様で今は、元気にになりました。これらの経験から「普通の生活がある」・「当たり前の毎日を送れる」事に感謝し、明るく高く過ごしていきたいと思

少しは元気に

藤沢市 関野 保美

自治会役員の仕事を

座間市 柴田 烈
健康状態良好です。自治会役員の仕事を続けています。リハビリ中です
海老名市 杉山 稔
昨年10月に腰の手術を行い、今はリハビリ中です。(順調です)

藤沢市 藤巻 昭一

当日は仕事で参加できません。残念です。余暇を楽しむ
海老名市 鈴木 利夫
シルバー人材センターの仕事を始め、9年目になります。主に公園施設の管理業務をしています。余暇には、ウォーキングや地域のソフトボールチームに入って練習、大会参加など楽しく過ごしています。

この杖が目に入らぬか

海老名市 伊地智 栄二
93歳になり、外出時には杖が手放せなくなりましたが、杖を歩いて歩いていると良いことも有ります。前から来るほどど



家庭菜園とサークル活動

茅ヶ崎市 伊藤 正孝
いつもお世話になっております。自分も今年で80才を迎えます。日々退職者の会のサークル活動に参加させて頂き楽しい日々をさせて頂いて居ります。これからも家庭菜園とサークル活動を楽しみにしております。よろしくお願ひ致します。

元気に過ごしている

い人のお子さんを保育園まで送迎するお手伝いを始めました。子育てをしたのは30数年前、孫は他県に住んでおり子育て応援をしたことのない私は不安もいっぱいあります。が「小さな友達」との登園、降園を楽しんでいます。

月1サラブレットの鑑賞会

海老名市 西村 幸次郎
元気に新保土ヶ谷ビルで派遣社員として働いております。月に1度は、先輩方とサラブレットの鑑賞会を行いながら楽しいひとときを過ごしています。今回の交流会は欠席します。

元気に働く

鎌倉市 勝山 正行
退職してから半年後、福祉関係の仕事をしています。病気もせず元気に働いています。当日も仕事のため欠席させていただきます。出席される方はますます交流を深めてください。

完全リタイヤです

藤沢市 澤田 隆夫
いつもお世話様です。当日は所用あり、欠席させていただきます。退職後、10年余り駐車場管理や駅清掃業務をやっておりましたが3月を以て完全リタイヤとなりました。

海風と太陽にあたり

藤沢市 平田 雄司
役員の皆様さまご苦勞様です。元気に頑張っています。江の島と富士山を見ながら家庭菜園を楽しんでいます。海風と太陽の陽にあたり元気をもらっています。6月に収穫する野菜のお世話をしています。収穫が楽しみです。皆様も毎日の健康対策をして元気に頑張ってください。

海老名市 伊藤 正孝

大和市 西脇 光越

元気に暮らしています。畑とゴルフ
厚木市 大野 長契
ご苦勞様です。畑仕事とゴルフ等、楽しくしております。皆様もお元気で過ごして下さい。

一日一日を大切に

茅ヶ崎市 中込 和行
一日一日を大切に生きています。ポケ防止のためクロスワード等を行っています。



第26回 麻雀大会



4年ぶりに開かれた第26回麻雀大会は5月22日(水)7卓28名の参加で開かれた。今年のサークル新代表富所真一さんから開催あいさつ、三島真一さんからルール説明。1回戦50分とし、4回戦のトータル点数を競うゲームとなります。集まった会員は麻雀歴を数十年経験したつわものばかり。だれが勝つてもおかしくない。今日の運(ツキ)があった人が優勝となる。取材に訪れた私は、珍しい聴牌を探していたところ『国士無双』を14〜5種目で聴牌していた人(森瀬輝親さん)を見つけた。和了した瞬間のベストショットを待ち望んでいた。



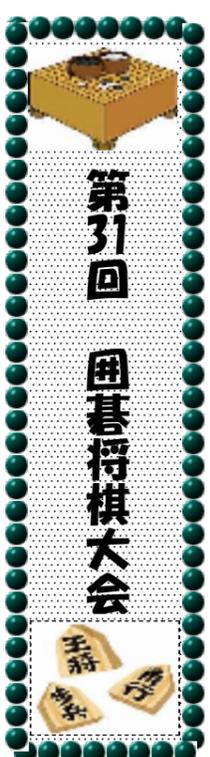
国士無双が聴牌した 森瀬輝親さん



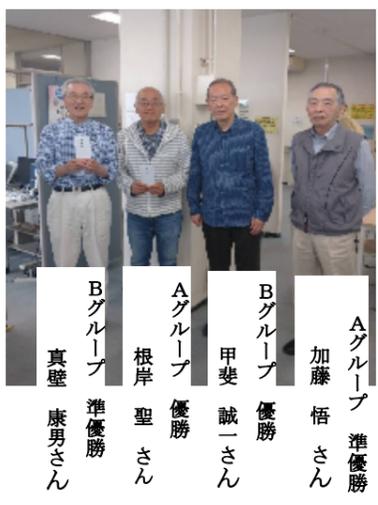
優勝 大澤昭彦さん 準優勝 羽吹晃一さん 第3位 羽島柳治さん

しかし下家が暗刻で(中)3枚持っていたため残念ながら流局となった。上がっていれば優勝したと思われる。この運が左右する麻雀ゲームは2度と同じ手は出来ない。予測を想定し頭脳をフル回転、何回やっても飽きがない、相手の和了牌を詠みながらのスリリングなスポーツだから楽しいのだと思う。(上位3人は写真のとおり)1次会は終了し、懇親会は11名が参加最後まで今日実施した麻雀話題で持ち切り楽しい一日となりました。次回は11月再会を期して解散しました。【大内栄】

第31回 囲碁将棋大会



囲碁・将棋サークルでは、4月20日(土)に「第31回囲碁大会」を横浜北ビル(退職者サロン)にて開催しました。囲碁の部は12名の参加者が、二つのグループに分かれて熱戦を繰り広げました。将棋の部は参加者が2名だったので交流会として開催しました。次回は多数の将棋の参加者をお待ちしております。初心者の方もボケ防止のために一緒にやりませんか。今回は6月24日(金)です。ご参加をお待ちしております。なお、今大会結果は以下のとおりです。



Aグループ 準備勝 加藤 悟さん Bグループ 優勝 甲斐 誠一さん 準優勝 根岸 聖さん Cグループ 優勝 真壁 康男さん

【岩月 松子・松本 行雄】



薬はのんでません

海老名市 菅亨 1日7000歩(目標)の散歩と、車で30分の週一畑作業で体がサビないように動かしております。今のところ薬は飲んでません。役員の皆様案内状ありがとうございました。どうぞよろしくお願いします。

座間市 坂口 和弘

今年度ももちましてNTT労働を退会する予定です。お世話になりありがとうございます。お世話都合悪く欠席させていただきます。

座間市 佐藤 博文

体調不良のため欠席させていただきます。

ウクレレバンドで元気に

相模原市 森田 俊男 ウクレレバンドの仲間とデイスーパー等へ訪問し、演奏を楽しんで頂き、私たちが元気をもらい活動しています。



腰痛のため欠席

鎌倉市 端山 和子 庭先のボケの花も満開で良い季節になり、久しぶりで皆様とお会いしたいのですが腰痛のため欠席します。よろしくお願います。日々体調をくずさないよう気付けてください。

相模原市 小山 裕司

お世話になります。寄る年には勝てず。年相応に何とか元気でありますが失礼いたします。

相模原市 佐藤 克正(代筆)

2年前に脳内出血のため右半身麻痺のため欠席いたします。

厚木市 吉田 末雄

いつもお世話様です。私は元気です。 16マイルマラソンに 藤沢市 田中 登喜男 現在、派遣社員として時々働いていますが、今年4月で12年目になります。休暇の時は市民農園で野菜つくりと家でからは

薬を飲みながら頑張る

相模原市 飯田 好男 高齢と体調不良君ですが、年相応に薬を飲みながらそれなりに頑張っています。今後ともよろしくお願いたします。

藤沢市 高橋 啓二

幹事の皆様ご苦勞様です。欠席とさせていただきます。盛會をお祈りいたします。 大和市 新田 悟 卒寿になりました。毎日ウォーキングしております。

孫の成長が楽しみ

鎌倉市 青木 たけみ 育児休職中の娘が子供を連れて「たけいま」と言いやってきました。その成長は楽しみではありませんが、怪我でもさせたらとヒヤヒヤものです。弟の面倒をみつつ毎日忙しく元気で暮らしています。



接骨院に通院

上和田 木田 稔 私は現在、接骨院に通院しています。原因は車両事故に会い毎日通っています。(ある車両の事故に合っています)

高齢で体調良くない

町田市 尾田 勤 91歳と高齢になり体調も良くないので不参加とさせていただきます。皆様によりしくお願します。

横浜ベイスターズの優勝を

綾瀬市 森瀬 輝親 大変お世話になっております。コロナ感染症も5類に移行され、少しずつですが前の生活に戻りつつあります。今年、大好きな横浜DeNAベイスターズの野球観戦を、しっかりと大きな声援で26年ぶりの優勝への後押しをしていきたいと思っております。また、退職者の会のレクレー



ライプハウスデビューが夢

茅ヶ崎市 西村 和之 役員の皆様にはいつもお世話になっております。所用により、欠席させていただきます。私の方は4年前に大病を患いましたが、今は元気でやっております。昨年6月には待望の初孫も誕生し、楽しくやっております。又、病後にボケ防止に始めたパンジョーですが、今年から平塚の教室に通っています。いつの日か、平塚のライプハウスでデビューするのが夢です。

散歩で健康維持

藤沢市 堺 正由 ご連絡ありがとうございます。当日は用事があるため欠席させていただきます。健康維持のため天気のよい日は散歩で体力維持に努めています。

4度目の成人式まで健康

海老名市 竹澤 寛 (交流会の1週間後) 喜寿を迎えます。あと3年後の4度目の成人式まで健康で過したい。それが願望です。

いつもお世話になってます

座間市 刑部 明 幹事の皆様には何時もお世話になっております。苦勞様です。体調悪く参加できませんが退職者の会のご発展を心より祈念いたしております。



『詩』 『光と影』

横浜市 新倉 久男

オレンジの本が
見知らぬ街の人に恋をしました

オレンジの本が
秋のさわやかな陽ざしの中で恋をしました

オレンジの本が
口を聞く事ができないのです

オレンジの本は
一緒に歩くことが出来ないのです

このオレンジの色が
あなたへの思いを

あなたへの愛

オレンジの本が
まごころこめた贈り物なのです



私がボランテアに行っている
コミュニティカフェのボラン
ティアさんが朝どれ野菜を時々
持つてきて販売します。

ある時大根とハヤトウリが売
りに出ていました。もちろん名
前もどういふものかも知って
いましたが食べたこともどうや
つて食べるかも知りませんでした。

「漬物や煮物にしても美味し
いよ、大根と同じように食べら
れるよ」と言われ購入しました。
まずは漬物、塩もみして10分
ほど置いてから洗い流し水分を
切ってビニール袋に入れて塩こ



ハヤトウリの煮物

横須賀市 福島 英雄

▼日々元気に過す

茅ヶ崎市 牛島 城造

平素はお世話になつておりま
す。有難うございます。この都
度の退職者の会・交流会の案
内有難うございます。当日は予
定があり又、高齢でもあり欠席
をさせて頂きます。日々元気に
過ごしております。皆様も今後
もお元氣にお過ごしくださいま
せ！有難うございました。

▼スキー場で外国気分

藤沢市 堀井 和一

2月に旧友6名と北海道・富
良野へスキーに行つて来ました。
山頂に行く
ゴンドラ
(約100
人乗り)で
聞こえてく
るのは英語・
中国語・韓国語etc。
インバウンドのお客様ばかり
まるで私達が外国に来たよう
不思議な感覚でした。夕食の会
場にもほとんど日本人の姿が見



▼ハイキングで健康

大和市 古屋 幸雄

退職者の会ハ
イキングに参加
させて頂いた
健康の一助と
して歳相応に暮
らしています。



▼週四日で元気に働く

茅ヶ崎市 大津 和子

役員の皆様いつも大変お世話
様です。私は毎日、元氣で楽し
くをモットーに過ごしていま
す。

▼就活中

藤沢市 新井 一幸

65才ですが、手持ち無沙汰で
就活中です。

▼来年は参加したい

藤沢市 中村 廣一

大変残念ですが他の総会出席
のため参加出来ません。来年は
参加したいです。

▼楽しく過ごす

海老名市 加藤 洋

られずインバウンドでスキー需
要は成り立って要るような感じ
を受けました。天候に恵まれス
キー・お酒・食事と楽しい時間
を満喫した三日間でした。

▼自治会の副会長

藤沢市 飯野 幸司

いつもお世話になつておりま
す。本年度より自治会の副会長
をやることになりました。当日
は都合が悪く出席できません。
又よろしくお願いいたします。

▼季節はめぐる

藤沢市 小泉 一

朝のテレビによると、午後か
ら雪の予報でした。天気であれ
ば、はるか富士山が望める丘に
来ました。今年も、季節がめぐ
つて来ました。花をたむけ自宅へ
戻る頃、ひょうが降つて来まし
た。三寒四温とはよく言ったも
のです。また、オキナ草が咲く
頃です。あと何回！ここへ来る
事やら...

▼相模原市緑区 五十嵐 栄一

小生、現在80歳(1943.5.5.
16生)小田原局電力、国府津
局機械、友と共に長距離ラン
ニングで張り切っていました。現
在は歩くのがやっとですが妻に
尻をけとばされながら楽しく過
ごしております。

▼色々いそがしい

相模原市 横山 昇

色々いそがしいため申しわけ
ございませんが欠席させていただきます。
よろしくお願ひ致し
ます。

▼広報紙を毎回楽しみ

藤沢市 吉江 光男

退職者の会広
報紙を毎回楽し
みにしております。
これからも、
よろしくお願ひ
致します。



▼趣味で楽しく過ごす

座間市 岩根 実

年に一回〜二回、田舎に帰つ
て農繁期の手伝いやゴルフ・釣

▼ヘリコプターに夢中

相模原市緑区 本田 清貴

退職後早9年、ドローンには
まり今はヘリコプターにはま
つています。

▼大和市 浜田 純一

元氣であります。

▼ゲートボールと畑仕事

大和市 小野寺 孝二

役員の皆様
には大変
お世話にな
り有難うご
ざいます。
毎日午前中
はゲートボ
ール、午後は
畑仕事に専念しております。よ
ろしくお願ひします。



▼交流会に出席したい

相模原市 大内 康三

先日、退職者の会より『喜寿』
のお祝いをお願いしたところで
一年位前から、腰痛からの坐骨
神経痛が再発し、それに伴い身
体のあちこちが悲鳴をあげてお

▼リハビリ中

厚木市 石井 修

怪我のリハビリ中です。

▼地区社協、自治会の区長

綾瀬市 石部 修三

会のみなさまお世話になりま
す。現在、地区社協や自治会の
区長等を行なっています。当日
はスケジュールが入っています
ので欠席させていただきます。
今後もしよろしくお願ひいたしま
す。

▼年々病名が増える

海老名市 門沢 忠三

元氣でいますが、年々病名が
増えて、今度は脊柱管狭窄症が
加わり(左足)遠く、長く歩けな
くなった。残念である。

▼元気に暮らしている

相模原市 佐藤 國男

退職者の会交流会開催おめで
とうございます。私も今年で75
歳となりましたが、元氣に暮ら
しています。4月19日は仕事

り、腰・足・肩・腕と痛み・痺
れが。特に歩行時が大変で「亀
さん」よりのろい足どりで、皆
に追い越され、時にその場に座
りたくなります。その様な有様
なので、とても出席はかなわな
いと、今回も不参加とさせて頂
きます。一度でも良いので出席
したいとは思っています。交流
会の盛會を願っております。

▼やばい!やばい!

相模原市 大貫 誠

早食い・大食い・毎日の感触・
運動不足で血糖値・ヘモグロビ
ンの基準値がオーバーしました。
やばい、やばい、基準値下げに
努力中。

▼米寿

町田市 小林 智津子

八十八歳を迎えました。元氣
でやっております。

▼地域の団体役員

大和市 叶 森統

幹事の皆様、大変お疲れ様で
す。生憎、同日同時刻に地域の
団体の総会に向けた役員会が重
なりまして参加できません。皆
様によりしくお伝えください。
来年を楽しみにしています。

▼残念だが欠席

相模原市 出口 末徳

御世話になっております。残念
ですが欠席させていただきます。
私の「生きるための活動源(余
暇活動)」は、「FC町田ゼルビ
ア」のサポーター
です。202
4シーズンは
日本サッカー
最高峰のJ1
リーグ(18チ
ム)での挑戦で
す。サポーター
(コールリーダー・太樹隊)大旗
隊の皆さんと楽しんでます。
Jリーグ観戦が好きな皆さまグ
ラウンドで会いましょう。

▼茅ヶ崎市 磯崎 和男

特にありません。

▼元氣で過ごす

茅ヶ崎市 新倉 誠夫

病院通いが多くなりました。
毎日ウォーキングして元氣で過
ごしています。

▼町田市 迫 秀幸

役員の皆様お世話になります。

町内会の地域連合会等があり欠
席させていただきます。

▼趣味あれば毎日充実

厚木市 岡本 一

定期的にスポーツセンターで
汗を流しています。毎日一万歩
以上のウォーキング、益々元氣
です。四季の草花が咲くのが楽
しみです。今の季節殆ど毎日水
やり苦になりません。これから
の季節、ハナミズキがそろそろ
咲きそうです。
少し香りも楽しめます。趣味
があれば毎日充実、一日24時間
以上あればと思います。



なっており、支部協幹事退任早々
誠に心苦しいのですが、地区交
流会を欠席させていただきます。
ご盛會をお祈り申し上げます。
▼妻と元氣で楽しく
妻と二人、元氣で楽しくすご
しています。
▼ドライバー業務
当日は、仕事の為出席が出来
ません。私自身は現在ドライ
バー業務をしており元氣にし
ております。
▼海老名市 尾吹 利彦
体調がすぐれず、失礼ですが
欠席とさせていただきます。
▼下校時の見守り
厚木市 小池 正義
現在は小学
生の下校時
の見守りを
月曜日から
金曜日まで
行っています。
元氣で



▼通院しながら元気

相模原市 中村 正晴
今回は当日に前もって約束があり参加できません。次回は参加するようにしますので宜しくお願いします。私は病院に通いながら元気にやっています。

▼体を動かす

厚木市 村上 隆良
昨年はN.T.T労働組合より米寿のお祝いをいただきました。現在はサービステニールと平日は(体を動かす訓練に)ついでいます。自分の事はなんとか出来るようにとめています。

▼介助員をしている

厚木市 後藤 正三
近くの中学校で発達障害の生徒の介助員をしています。

▼藤沢市 神崎 平八

入院中。3月18日に退院予定。

▼奄美大島旅行

藤沢市 中田 定男
3月に奄美大島を旅しました。南の島の山には萌えるような緑

▼老化のさざ波が寄る

寒川町 渡辺 敏明
夫90歳、妻87歳、老化のさざ波が打ち寄せています。片足立ちで靴下が履けない。缶詰のプルがひけないなど、いつの間にか出来ない事が増えています。庭の山野草、群生していた南蛮ギセルも絶えてしまいました。霜柱も温暖化のせいか霜柱現象が見られませんでした。妻が小寺さんの消息を読んで、昔藤沢でお世話になったと懐かしがっていました。同僚だった武智女子が大腿骨折で入院中です。という訳で借老同穴の日々をそぞろたゆたつています。

▼体調悪し

藤沢市 関谷 喜八郎
体調悪し、その為、欠席します。皆さんによろしく。

▼寒川町 宮崎 良次

元気にしています。

▼欠席します

愛川町 山口 秀雄

▼一杯でした。

改めて日本の春の素晴らしさを感しました。来年も味わえるといいですね。

▼平穏に過す

茅ヶ崎市 酒井 満
病院通いはかかせませんが平穏に過ごしております。

▼ガンと対応中

茅ヶ崎市 冬柴 光夫
前立腺ガンと対応中。次回は参加できると思います。

▼スローライフが楽しみ

茅ヶ崎市 近藤 昌一
3月末で仕事も一区切、そろそろスローライフを楽しみたいと思っています。

▼藤沢市 浅沼 利之

元気に活しています。

▼体調不良

藤沢市 川副 正
いつもお世話になってありがとうございます。体調不良のため欠席させていただきます。

▼後期高齢者の仲間入り

座間市 長谷川 優
私事ですが、とうとう後期高齢者の仲間入りを果たしました。自分自身はそれなりに体が動かし、頭もスッキリしているように思っています。いつその事に思いますが、「好奇(心)旺盛者」ならわかるけど・・・(少しムリがありますね)先日、行政の補助があるので、肺炎球菌のワクチン接種を受けました。今後も「運動」「食事」「睡眠」等を充実して元気に生きていきたいと思っております。

▼藤沢市 間彦 信俊

病気にて自宅療養中。

▼頑張っています

藤沢市 吉澤 保二
交流会は欠席とさせていただきます。役員の皆様、お疲れ様です。今年73才を迎えますが月3〜4回のハケンで頑張っています。

▼茅ヶ崎市 小山 太郎

今年で古稀です。日々楽しく、無理せずマイペースで

▼リハビリに通院中

綾瀬市 齋藤 悦一
ご連絡ありがとうございます。久々の交流会であります。現在、私は介護される身であり出席することが出来ません。リハビリに通院中で体力が戻りましたら、皆様にお会い出来る様楽しみにしております。幹事の皆様ご苦勞様です。

▼一日9000歩目指す

相模原市 菅原 直志
事務局のみなさまご苦勞様です。毎日元気に過ごしています。一日9000歩をめざして、ウォーキングを楽しんでいます。

▼元気でやっています

相模原市 松下 好美
退職者の会幹事さんお世話になっております。「ありがとうございます!!」退職後、小学校技能員の仕事についてもう丸7年になります。体力も落ち、多少の故障もあり

▼体力維持のため働く

厚木市 菊地原 雅幸
お陰様で元気に過ごしています。体力が少し落ちて来ているのを実感していますが、もう少し頑張って体力維持のため働いて行く予定です。皆様も身体に留意され、お元気にお過ごしください。

▼腰痛悪化

海老名市 荒島 良則
お世話になっております。腰痛悪化に伴い足の方も弱くなり痛めました。今は、リハビリに専念しております。

▼思ったよりガタがきた

八王子市 澤木 治彦
膝痛、腰痛他。思ったよりガタがきています。

▼古稀です

海老名市 長田 修
今年で古稀です。日々楽しく、無理せずマイペースで

▼抗ガン剤治療が始まる

無記名
もう82才です。グラウンドゴルフと旅行を楽しんでいます。今月始め前立腺ガンが発見され、抗ガン剤治療が始まります。

▼一万歩歩く

藤沢市 仲田 勇次
歳も70を越え少しも現状維持を保つ為ウォーキングを続け多い時では一万歩歩く時もあります。

▼元気で

茅ヶ崎市 池田 豊實
病院巡りの生活ですが、一応元気に過ごしています。皆様のご健康をお祈り申し上げます。

▼趣味で健康維持

厚木市 白井 敏雄
完全退職し6年、取り敢えず元気で居ます。趣味のゴルフ、バイクで健康維持しています。

▼想像以上の日常の変化

大和市 足立 伸二
退職してから1年が経ちました。想像以上の日常の変化で体調を崩しましたが少しずつ回復中です。これからは気長に楽しんで過ごせればと思います。

▼趣味は蘭と酒作り

相模原市 澤 巖男
退職者の会の幹事を辞して半年程経ちましたが、おかげさまで夫婦共々健康に大きな支障もなく毎日を過ごしています。これからは趣味でありエビネ蘭の栽培と黒ニンニク酒作りを続けたいと思っております。

▼海老名市 大嶋 七威三

今回は、欠席しますが毎日5千歩目標に歩いています。元気です。

▼相模原市 福田 諭志

体調と相談して欠席させていただきます。

▼仔犬と共に元気

藤沢市 山田 理子
幹事の皆様、お世話になります。世話になりまして、仔犬と共に元気に過ごしています。

▼夫婦とも元気

海老名市 飯塚 長子
いつもお世話になっております。おかげ様で夫婦とも元気にしています。

▼海老名市 菊地 利夫

元気でやっています。

▼一年過ぎるのが早い

相模原市 羽廣 潔
皆様、お元気ですか！一年過ぎるのが早いもので桜の咲く時期になりましたネ！私は元気にしております。皆様もお身体を大切に！お元気で！

▼大切に！お元気で！

相模原市 原 美知雄
歩行不具合で単身行動ができなくなりました。お世話になりありがとうございます。退会させていただきます。

▼毎日散歩

相模原市 安藤 秀
体調をくずしてしまいました。毎日散歩の一日です。世の中が少し変な道を進んでいるように思いますが、残された一日一日を大切に生きていきたいと思います。

▼元気に仕事

藤沢市 佐伯 雅彦
元気で仕事しています。老人ホームの宿直業務です。

▼老後を考えて

海老名市 富永 実
老後を考えた一戸建てから集合住宅に住み替え、管理組合で会計(ポラントイア)の仕事をしていきます。相

▼物故者(前号以降)順不同

三溝 康之 様 84歳 真鶴町
綱谷 勝一 様 85歳 横浜市
内藤 博 様 76歳 秦野市
浜野きよ子 様 92歳 横須賀市
西ヶ谷輝正 様 82歳 横浜市
菊地 貴子 様 82歳 綾瀬市
小野寺三男 様 72歳 藤沢市
柴 周悦 様 70歳 藤沢市
北見 雅治 様 76歳 横浜市
土田みえ子 様 69歳 横浜市
千葉 功 様 69歳 宮城県
日比 良一 様 75歳 大和市
定岡 秀雄 様 74歳 平塚市
安藤 光吉 様 91歳 小田原市
佐藤 近蔵 様 90歳 横須賀市
田辺ミエ子 様 87歳 小田原市

▼新規入会者紹介

岡本 政美様 横浜市
宜しくお祈り致します

▼お世話になっております。欠席させていただきます。よろしくお祈りいたします。

久しぶりに皆さんにお会い出来て本当にうれいいます。

▼お世話になっております。欠席させていただきます。よろしくお祈りいたします。

久しぶりに皆さんにお会い出来て本当にうれいいます。