

交流会第2幕 藤沢・厚木地区 藤沢市民会館

交流会第3幕 平塚・小田原地区 小田原市民交流センターUMECOに集う

# “吉川さおり”参議院議員決意表明!

## 退職者の会ニュース

NTT労組退職者の会 神奈川県支部協議会

NO.153号  
2024年 6月6日

【発行責任者】  
新井 陽太郎  
【編集者】  
池田 明

安心・信頼  
生きがいあふれる  
二十一世紀  
みんなと共に!

### 藤沢・厚木地区交流会 4/19(金)



この交流会は、NTTの退職者から、藤沢市民会館へ会場を移した。少人数の参加となりました。司会者は柴原副会長。はじめに新井会長主催者挨拶では、①能登半島地震の安否確認とカンパ状況について②今年の退職者の会入会状況③自民党の政治資金問題④緊急連絡先情報登録等の話がありました。

この交流会は、NTTの退職者から、藤沢市民会館へ会場を移した。少人数の参加となりました。司会者は柴原副会長。はじめに新井会長主催者挨拶では、①能登半島地震の安否確認とカンパ状況について②今年の退職者の会入会状況③自民党の政治資金問題④緊急連絡先情報登録等の話がありました。

#### 参議院議員 (全国比例区)

#### 吉川さおり議員【活動もよう】②

1985年に設置され以降、参院においては一度も開会されることなかった政治臨時審査会ですが、今回の自民党と政治資金を巡る問題で実質的な審査が初めて行われる事態となっています。

参院政倫審は野党委員で3分の1を有しており、2月21日、野党4党の委員は32名の議員に対する審査申し立ての件について議決を行った結



#### 問題の構造を明らかにして 政治の信頼回復を

明するとして、3月14日、3名の議員に対する弁明と質疑を行いました。実態解明にほぼ遠く、今も規定に即した形

果、与野党全員が賛成して審査入りとなつていくのです。重い事態であるとの証左です。

実際の審査に入るにあたっては、「弁明の機会を与えなければならぬ」とする規定に則り、32名全員に意向確認を行いました。弁明の機会をめぐり、32名全員に意向確認を行いました。弁明の機会をめぐり、32名全員に意向確認を行いました。

### 平塚・小田原地区交流会 5/20(月)



今年是小田原市民交流センターUMECOで73名の参加で開催。ご多忙の中、吉川さおり議員が交流会に駆け付けてくれました。第一部の冒頭で挨拶をいただき、挨拶後は参加者の拍手に送られながら、すぐに引き上げるといふ慌ただしさ。小田原に来るのは2018年の地区交流会以来6年振り、来年の参議院選挙への意気込みが強く感じられました。



新井会長からの挨拶は、能登半島地震、安否確認の状況、カンパの状況、今年度の退職者の会への加入状況、自民党の政治資金問題等について、そして緊急連絡先情報の登録等について語られました。次に竹田グループからは来年度の参議院選挙について現退一致で取り組んでいきたいとの強い決意表明がありました。最後に池田事務局長より神奈川支部協議会の取り組みについての説明があり、活動記録委員作成のフォトムービーが放映されました。そして連絡報告事項として、緊急連絡先登録の必要性や、登録状況についての説明等がありました。

## 第二部 学習会 テーマ

### 『家族のための終活について』

(株)全国儀式サービス 営業部営業課係長 小泉英子様

藤沢・厚木 平塚・小田原



葬儀は生活する中で、避けては通れない大切な行事の一つです。今回の学習会「家族のための終活について」は身近な問題として会員の皆様も真剣に聞いていました。大変参考になりました。有難うございました。

【栗林千明】

#### 吉川さおり参議院議員挨拶



新井会長と吉川参議院議員

私は平成11年にNTTに入社しました。生まれが四国で学校に通ったエリアが関西でしたので西日本で営業の仕事をしていました。私たちの責務として義務づけられている電話のユニバーサルサービスが来年にかけて国会で大きな議論になる予定です。すでに先月17日もNTT法の一部改正案が可決成立しましたが来年に向けた細やかな公布改正であつて、私たちの事業や雇用を取り巻く状況は大きく変動しつつあります。現役の仲間の皆様条件が変われば先輩方が受け取るさまざまなものにも場合によっては大きな影響が生じることもあります。先輩方の後輩の

一人としてNTT法をはじめとする法律対応を頑張っていきたいと思います。また今の国会では自民党の政治とお金は大きな問題です。私はNTT法が扱う総務委員会と参議院ではロッキード事件を担当として設置された政治倫理審査会があります。参議院では昭和60年に設置されてから今年の2月まで一度も開かれることなく、私は野党側の筆頭幹事を務めていましたので参議院で弁明や質疑を行いました。殆どの方が出席をして説明してくれないので、今回の問題は集团的・組織的に20年近くわたって裏金化していた問題が一向に解決せず、この10年間一党状況が続いたアベノミクスも、弊害があるわになつてきた。だからこそ政治、国会に緊張感ある状況をもたらすために社会保障、年金、平和な話に国会を戻していく。私自身、2006年7月に退職して平成19年の参議院選挙で選挙権を預けて頂き17年たちますが、来年に向けては随分悩みましたが、もう一回だけ挑戦をさせていただくことを決めた次第です。引き続きのご支援をお願い致します。

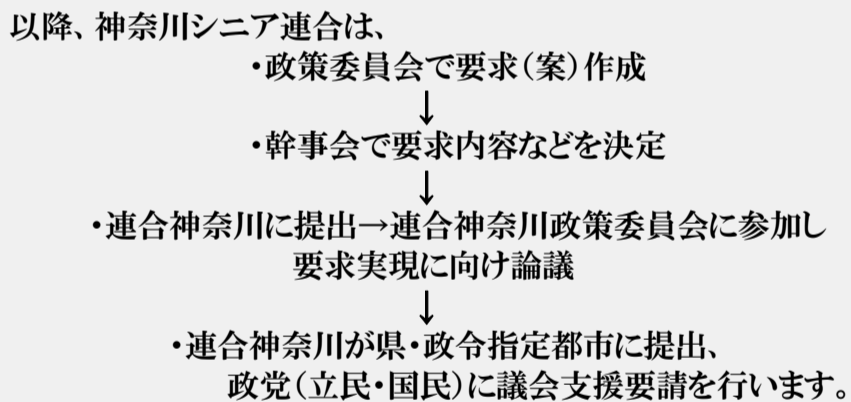
【松本健二】



◆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。

▼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  
 ます。よろしくお願ひ致します



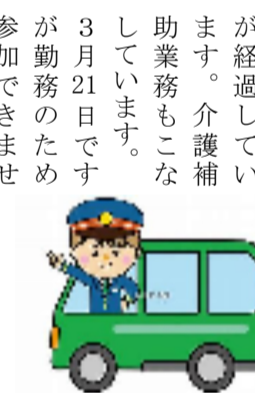
『近況報告』  
 『皆さんお元気で暮らしてですか』  
 会員皆さんの声を支部協二ニュース紙面に  
 お届けいたします  
 順不同 敬称略



▼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  
 工の骨頭が入っている所に痛み  
 がでて、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  
 て頂きます。よろしくお願ひ致  
 します。  
 ▼横浜市港北区 横道 章

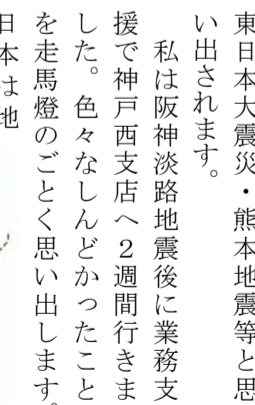
▼ガーデニングで  
 東京都大田区 西沢 茂美  
 都合により欠席します。現在  
 はガーデニングで山野草、多肉  
 植物、球根、ラン、果樹、花木  
 等300鉢以上を育てています。  
 その他には、バードカーピング、



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  
 てすでに9年  
 が経過してい  
 ます。介護補  
 助業務もこな  
 しています。  
 3月21日です  
 が勤務のため  
 参加できませ  
 ん。よろしくお願ひ申しあげま  
 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、近かくの児  
 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。



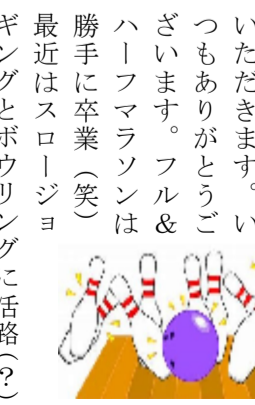
仏像彫刻 色鉛筆画、杖道、大極  
 拳等を楽しみながら過ごしてい  
 ます。  
 ▼備えあれば憂いなし  
 横浜市金沢区 上原 勝  
 交流会は欠席します。良い一  
 年を期待しましたが、一月一日  
 に能登半島地震が発生し多くの  
 人が被災された。阪神淡路地震・  
 東日本大震災・熊本地震等と思  
 い出されます。  
 私は阪神淡路地震後に業務支  
 援で神戸西支店へ2週間行きま  
 した。色々なしんどかったこと  
 を走馬燈のごとく思い出します。  
 日本は地  
 震 大 国  
 「備えあ  
 れば憂い  
 なし」で  
 す。皆様  
 忘れない  
 ように！  
 ▼気をつけながら生活  
 横浜市港北区 古賀 隆

▼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。

▼横浜市港南区 山村 裕八郎  
 地区交流会担当役員の皆様、  
 日頃は大変お世話になりました  
 有りがとう御座います。交流会  
 当日は当家のお彼岸のお墓参り  
 で親の兄弟が集り、大変忙しい  
 ので、残念ながら、欠席させて  
 いただきます。

▼横浜市保土ヶ谷区 伊丹 明男  
 体調不良のため欠席します。

▼毎日5km歩く  
 横浜市 小林 伊佐雄  
 元気です。健康維持のため、  
 毎日5km歩いていきます。



去年入院したので体に気をつ  
 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。

▼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。  
 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。

▼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  
 て頂きます。身内の介護と自分  
 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

▼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  
 毎日を過ご  
 しています。

▼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  
 毎日を過ご  
 しています。



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!被災地の復旧・復興へ向けてみんなで支え合い助け合おう!』

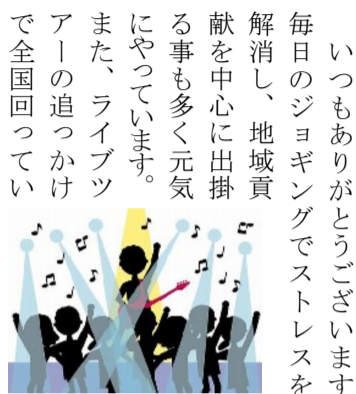


祝 第95回メーデー

【柴原 一喜】

4月に75才になる 横浜市旭区 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。

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。

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 横浜市磯子区 加藤 健一 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。

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。

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。

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。

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。

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。

楽しく暮らす 横浜市戸塚区 齊藤 敏一郎 4月で80才です。苦勞もありません。

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ます。

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。

横濱市瀬谷区 土屋 弘 元気で。

横濱市緑区 半浦 義之 横濱市緑区 半浦 義之 今回の地震を受け不用品の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。

静かに余生を過ごして 横濱市中区 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。

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。

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。

横濱市金沢区 嘉陽 登美子 日々変わらぬ元気に過ごしております。

元気に過ごしています 横浜市鶴見区 剣持 重行 当日所用があり欠席いたしました。健康に留意し元気に過ごしています。

ボランティア登録 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。

不用品の片づけに励む 横浜市緑区 半浦 義之 登録して近所の児童公園の清掃、草取り等、日々やっております。

元気で頑張っています 横浜市港北区 桐ヶ谷 彰 私用のため欠席いたします。元気で頑張っています。

横濱市港北区 桐ヶ谷 彰 グループホームに入居しました。

気力・体力を維持強化 横浜市緑区 野口 忍 仕事を卒業して間もなく2年になります。

健康に気を付けています 川崎市高津区 石澤 敏美 近くの物流倉庫で若い人達に交って働いています。

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)。

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。

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、野球をやっております。

元氣です 横浜市都筑区 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。

元氣で頑張っています 横浜市港北区 桐ヶ谷 彰 私用のため欠席いたします。元気で頑張っています。

横濱市港北区 桐ヶ谷 彰 グループホームに入居しました。

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。

ニューズ他毎回楽しく拝見 横浜市磯子区 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。

元氣で終活中! 横浜市南区 荒木 義憲 元気で終活中! 昨年で仕事も辞め、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。

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。

尾道で釣り三昧 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 無記名 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。

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日間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。



17日、9時出発!! 最初に国宝仁科神明宮で参拝してから、安曇野の大王わさび農場へ向かいました。集合写真を撮って40分ほど、わさび漬けなど土産を購入して残り時間散策しました。天候も暑いくらいで遠くには、雪を被った八ヶ岳が見えました。お昼は、おぎのや諏訪



大王わさび農場



楽しい宴会



国宝仁科神明宮

## 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時間の電車だけでなく「気動車」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行ったり、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。

## サークル活動楽しむ

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勞したことを思い出します。コロナは落ちつ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。

役員のみなさま、お疲れ様です。

## 仕事・ボランティアの毎日

横浜市戸塚区 高木 満雄

私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、



ボランティア

## ジムで運動

横浜市鶴見区 田中 雅雄

(近頃の流行病ではない!) マスク生活に慣れたこのころですがマスクを取ったばかりにこのていでは。自治会の行事の為欠席します。年のわりには元気で自分では思っています。皆々様にはご自愛の程お願いします。

## ここからは藤沢・厚木地区

藤沢地区

設備保守で頑張っている 茅ヶ崎市 本間 清

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進み人生を楽しみ、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。盛会を祈ります。

## 日々是好日

横浜市港北区 高橋 寿一

盛会をお祈り申し上げます。

## 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。今回は欠席させていただきます。

## 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。いつまでも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。

## 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。

## 奇しくも94才の誕生日が

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



仲見世通り

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

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。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。祈禱が終わる暇かな本堂に入り普段は通れ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。

▼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!

▼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んが、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プラ歩いています。

▼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え手術をし、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

▼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

▼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)

▼余暇を楽しく  
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りましたが、杖について歩いていると良いことも有ります。前から来るほとんどの方が道を譲ってくれること(有難いことです)その他交差点の横断歩道を渡っていて右折車や左折車が来た時、以前は大きく手を振って急いで渡る振りをしたものですが、今は「この杖が目に入らぬか」と言った気分です。

▼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くしております。よろしくお願致します。

▼耳が遠くなる  
藤沢市 山口 勝美  
耳が遠くなりましたが元気でいます。当日は予定が有り欠席します。

▼何とか元氣  
藤沢市城南 石山 一夫  
幹事の皆様お疲れ様です。あいにく所用のため欠席とさせていただきます。盛会をお祈りしております。何とか元気にやっています。

▼子育て応援  
座間市 馬場 義道  
2021年1月から無職、気楽なのんびり生活が3年経過。そろそろバイバイして何かをはじめなければと広報さま・社協広報を拾い読み、座間市社会福祉協議会主催の「ファミリー・サポート協力会員になるための講習会」を受講。協力会員として登録、子育てを応援してほ

▼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した。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。

▼和とグラウンドゴルフ  
厚木市 大野 長契  
ご苦勞様です。畑仕事とグラウンドゴルフ等、楽しくしております。皆様もお元気で過ごして下さい。

▼ラジコンヘリコプター  
藤沢市 内田 勤  
役員の皆様ご苦勞様です。喉頭がんの手術から2年がたちました。話せない、汁物をすすれない、鼻もつまらない等、不自由は多々ありますが相変わらずラジコンヘリコプターに行つて、ゴルフは誘ってくれる友達がいるので楽しく過ごしています。

▼元氣に働く  
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。病氣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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

▼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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

▼元氣に働いて  
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。病氣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。

第26回 麻雀大会



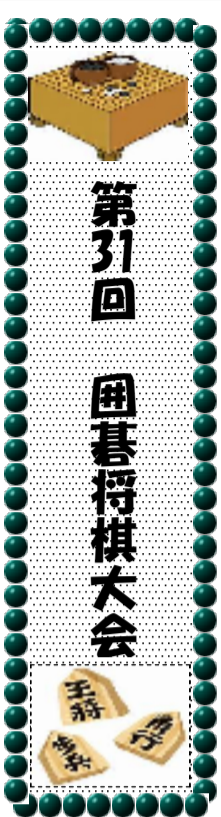
4年ぶりに開かれた第26回麻雀大会は5月22日(水)7卓28名の参加で開かれた。今年...



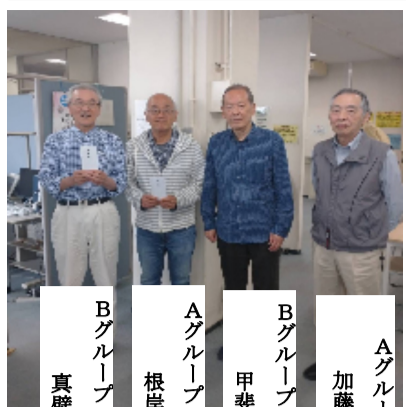
優勝 大澤昭彦さん、準優勝 羽吹晃一さん、第3位 羽島柳治さん

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。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...

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。...



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、Bグループ 準備勝 根岸 聖さん、B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

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。...

腰痛のため欠席

庭先のボケの花も今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。...

ウオーキングに励む

ここ3、4年はコロナ禍で外出を控えたので、体力の低下が著しいため体力の回復を兼ねウオーキングに励みつつあります。...

接骨院に通院

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)

元気に過ごしている

お世話になっております。お陰様で元気に過ごしております。所用のため欠席させていただきますが今後ともよろしくお願いたします。...

人間は社会的生き物

今年の1月にがんの治療後5年間の経過観察が終了し、あとは3ヶ月に一度の検診(二科目)のため、病院通いとなり一安心しております。...

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。体調不良のため欠席させていただきます。

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。

16マイルマラソンに

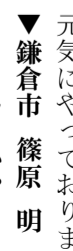
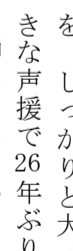
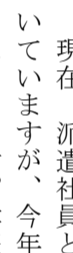
現在、派遣社員として時々働いていますが、今年4月で12年目になります。休暇の時は市民農園で野菜つくりと家でからは...

完全退職はもう少し先

ご苦労様です。私はアイレット岐建(株)で引き続き業務をしています。完全退職はもう少し先になりそうですがワークライフバランスを考えながら元気に活動しています。

横浜ベイスターズの優勝を

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。...



薬を飲みながら頑張る

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。

dヘルスケアで体調管理

元気で過ごしています。dヘルスケアで日々歩数記録・血圧・体重・体温・日々記録して、体調管理しています。...

綾瀬市 寺田 信雄

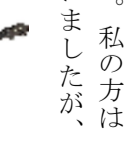
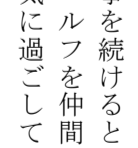
左の膝の痛みで一年半程リハビリに通って、今は階段をぎこちなく降りてこられる様になりました。足の筋肉を鍛え、体重を落とす努力を続けていく予定です。...

月1のゴルフを楽しむ

情報サービスシステムの保守と工事に携わる仕事を続けるとともに月1程度のゴルフを仲間と楽しみながら元気に過ごしています。

ライブハウスデビューが夢

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。...



孫の成長が楽しみ

育児休職中の娘が子供を連れて「ただいま」と言いやって来ます。その成長は楽しみではあります。怪我でもさせたらとヒヤヒヤものです。弟の面倒をみつ毎日忙しく元気で暮らしています。



町内会役員

元気で過ごしています。週一回のトレーニングと毎日ウォーキングを心掛けています。又町内会の役員をして動いています。...

横浜の交流会に出席希望

2月に喜寿を迎え傘寿まで元気で過ごせるようにゴルフを楽しみたいです。追伸・横浜都市管理部出身のため『横浜』の交流会に出席させて頂きたいと思っております。...

4度目の成人式まで健康

(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

幹事の皆様には何時もお世話になっております。苦労様です。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。

ボランテアで活動

お世話になります。茅ヶ崎市 石川 邦夫

鎌倉市 青木 たけみ

育兒休職中の娘が子供を連れて「ただいま」と言いやって来ます。その成長は楽しみではあります。怪我でもさせたらとヒヤヒヤものです。弟の面倒をみつ毎日忙しく元気で暮らしています。

鎌倉市 高野 正

体調をくずし出席できません。会のご発展と皆様のご健康を心からお祈りします。

鎌倉市 高野 正

体調をくずし出席できません。会のご発展と皆様のご健康を心からお祈りします。

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。苦労様です。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。

私がボランティ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ってきて販売します。

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っ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

しょうをして自家製の唐辛子を輪切りにしてから空気を抜いて三〇分以上冷蔵庫に入れて完成、シャキシャキしてとてもおいしいです。

次に煮物を作りました。食べやすい大きさに切って豚肉、厚揚げ、人参、蒸ホタテ、ソーセイジ、かぼちゃ、ネギなど冷蔵庫や冷凍庫をあさり煮物になりそうなものと一緒にめんつゆ、醤油、酒、みりん、万能調味料などで煮てみました。

ハヤトウリは最初物足りなかつたのですが味が染みるととてもおいしくなりました。

**〔詩〕 『光と影』**

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

横浜市 新倉 久男

▼**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・交流会のご案内が有り又、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。皆様も今後もお元気に過ごしてくださいませ！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ていただき健康の一助として歳相応に暮しています。

▼**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、元気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 廣二

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

▼**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(1943.5.16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。よろしくお祈り致します。

▼**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、よろしくお祈り致します。

▼**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

▼**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

▼**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。よろしくお祈り致します。

▼**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、よろしくお祈り致します。

▼**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

▼**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すが、一年位前から、腰痛からの坐骨神経痛が再発し、それに伴い身体の内あちこちが悲鳴をあげており等で楽しく過ごしています。

▼**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。今後ともよろしくお祈りいたします。

▼**年々病名が増える**  
海老名市 門沢 忠三

元気でいますが、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、長く歩けなくなりました。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、元気に暮らしています。4月19日は仕事

▼**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、元気に暮らしています。4月19日は仕事

▼**年々病名が増える**  
海老名市 門沢 忠三

元気でいますが、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、長く歩けなくなりました。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、元気に暮らしています。4月19日は仕事

▼**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すが、一年位前から、腰痛からの坐骨神経痛が再発し、それに伴い身体の内あちこちが悲鳴をあげており等で楽しく過ごしています。

▼**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。今後ともよろしくお祈りいたします。

▼**年々病名が増える**  
海老名市 門沢 忠三

元気でいますが、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、長く歩けなくなりました。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、元気に暮らしています。4月19日は仕事

▼**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

▼**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。

▼**余暇活動はサポーター**  
町田市 松本 等

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。2024シーズンは日本サッカー最高峰のJ1リーグ(18チーム)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がラウンドで会いましょう。

▼**茅ヶ崎市 砂川 幸子**  
よろしくお祈り致します。

▼**地域での団体役員**  
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。皆様によりよくお伝えください。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。

▼**余暇活動はサポーター**  
町田市 松本 等

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。2024シーズンは日本サッカー最高峰のJ1リーグ(18チーム)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がラウンドで会いましょう。

▼**茅ヶ崎市 砂川 幸子**  
よろしくお祈り致します。

▼**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

▼**元気で過す**  
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気で過ごしています。

▼**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、益々元気です。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。

▼**妻と元気で楽しく**  
佐復 繁雄

妻と二人、元気で楽しくすごしています。

▼**ドライバー業務**  
海老名市 関 哲也

当日は、仕事の為出席が出来ません。私自身は現在はドライバーク業務をしており元気にしております。

▼**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。元気で

