

火宮
退職校長会
会員だより
第57号
発行責任者
藍川達雄

もう一度鍛える



副会長 金子泰久

気づけば「アツ」という間に70歳を超えてきた。団塊の世代が60歳、65歳、70歳と通過するたびに「少子高齢化だ」「超高齢化社会」「医療費高騰」と叫ばれ続けている。高齢ドライバーによる交通事故はセンセーショナルに繰り返し報道される。もちろん池袋の悲惨な事故は忘れてはならない。私の住む自治会の前会長は75歳を過ぎてバイクで接触事故を起こしたところ、家族に免許証を仏壇に納めさせられたという笑えない話も聞いた。一方で高齢者の運転事故は本当に増えているのだろうか。総務省の交通事故統計を

を送り続け高音を響かせてきた歌手の小田和正（74歳）は70歳を過ぎてからもライブツアーで全国を回っていたが、コロナ禍の自粛で初めて思うように声が出なくなつたという。今は歌うために腹筋で体を鍛えなおす決意でいるという。

昨年毎日新聞の余録に「心豊かに歌う全国ふれあい短歌会」（宮崎県社会福祉協議会）の様子が紹介されていた。『むかし見た「カサブランカ」のロマンスに胸はときめく卒寿の今も』作者は95歳の女性である。ときめきを今も胸に秘めている。

「数独」や「クロスワード」等が人気で脳トレブームだ。しかし、地域の老人会の会長は「高齢者は増えているのに老人会は先細りだ」と嘆く。これからの10年、20年、やがて免許返納や独居生活の覚悟を含め様々な現実が迫ってくる。ここで自らを鍛えるには、一人での努力とともに、他人とかかわることも心身を鍛える秘訣ではないか。退職校長会もそのためにあるように思う。

令和3年度史跡めぐり
武蔵一宮
氷川神社を訪ねる
星 美千也

11月16日午前8時50分、大宮駅「豆の木」に22名が集合。今回の講師は5名の大宮観光ボランティアガイド会の方々である。藍川会長の挨拶の後、早速、大宮駅東口から4班に分かれての各々の史跡巡りが始まった。

まずは、太宰治滞在の場所へ。太宰治は「人間失格」を完成させるために2週間（昭和23年4月29日〜5月12日）大門町3丁目に滞在した。今回、主な場所として、執筆先（旧小野沢宅、現一般住宅）、銭湯（旧松の湯、現蓮見病院）、散歩先（現平成ひろば）、結核治療先（現宇治病院）等を巡った。

次は（大宮）氷川神社へ。当社は全国的に有名であるが、班別のきめ細かなガイドと遠藤権禰宜の直接の御説明をいただき、多くの再発見



があつた。明治天皇の行幸以来、歴代天皇の御参拝や毎年の勅使の御差遣が厳かに続いている。勅使齋館（写真）は年2回のみ開かれるが、日々清められていた。改めて、皇室との関係の深さを感じた。そして数多い献納記念碑の中には、大隈重信や渋澤栄一の名もあり、当社と近代国家形成との深い関わりも感じた。さらに遠藤氏の「本社は片倉大宮製糸所内近くにあつたため、絹の輸出を通じた横浜市やシアトルなどの都市発展にも関わっている。また最近では、若田光一宇宙飛行士との関係も深く、参道から世界へ、そして宇宙にまでも続く『氷川ロード』が存在している。そう考えた時、大宮や埼玉はまさに誇り高き場所である」という話には大きな拍手が起こり、改めて故郷大宮の素晴らしさを感じた人が多かった。

このような中、令和3年度史跡巡りが班別に終了した。

シリーズ 私の健康法 ②

趣味から転じて 必然の健康法

川本 順一

中学校、高校と陸上部に所属し、主に中長距離を専門としていた私は、20代になってからランニングを再開し、年間数レースはロードレースにも出場していた。しかし、中学校の陸上部・駅伝部顧問をしていた40代半ばを最後にレースへの出場はもとより、走ることからも遠退いてしまった。それから運動らしい運動もせず、健康状態が気にならなっていた。

最終勤務校に着任した年、受診した人間ドックの成績報告書を開いてみると、メタボリックシンドロームの診断である。腹囲が、基準値の85センチをわずかに3ミリほど超えていた。しばらくすると公立学校共済組合から無料の特定保健指導の案内が届いた。私は、病院での動機付け支援を申し込んだ。栄養士から

空腹時血糖の説明や食事指導などを受けた。そして実施すべき3項目を指示され、記録用紙を渡された。その内容は、(1)速歩1時間を週1〜2回、(2)ビールは500ミリから350ミリに変更、(3)夕飯の白米は茶碗2分の1に、であった。これらを毎日、記録していくのだ。そして半年後に最終報告をした結果、やや改善が見られたが、引き続き努力するように指導を受け、それから9年後の現在も記録を続けている。

それから、定年退職後の再就職先が昨年度未で任期満了になり、仕事がなくなったのを機に、毎日1時間歩くようにした。そんな中、公民館長に欠員が出るため、6月から勤務してほしいとの話が舞い込んだ。私は、引き受けたが、駅から遠くバス路線もないので、今では毎日、武蔵浦和駅から往復40分歩いている。万歩計の歩数も1日の目標を確実に達成している。

また、公民館の主催事業で「バランスボール」「コア・エクササイズ」「腰掛貯筋体操」など、健康や体力づくりの講座には、できるだけ自らも参加し、身体を動かすことに努めている。これからも、意識して健康の保持増進に努めたい。

今度はスポーツクラブの指導を選んだ。半年間は月1回の特定保健指導日があり、施設を無料で利用できる。インストラクターの指導の下、器具を使用しての体作りやスタジオでのエクササイズへの参加だった。その結果この年以來、腹囲が基準値を上回ることはなかった。



バランスボールに興じる筆者(右手前)

会員の声

超高齢化時代を迎えて

木内 千代子

「眼鏡かけ眼鏡を探す…」と、誰かの俳句にあったが、自分も同じことをして笑ってしまう。

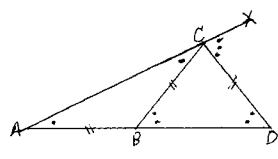
或る医師の対談で、83歳を過ぎる頃から、人の体は変わるといふことを知った。

90歳を越えた自身の体調も、この為かと納得する。

筆を持つ手が震える。筆を持つても力が入らない等の変化は、先輩からお聞きしていたが現実である。これを普通と考え乗り越える勇氣、気力の大切さを感じている。

「角の3等分は可能か」への取っ付き

海老澤 昭 男



上図を参考に、左から右へと二等辺を辿れば、角DCXは角BACの3倍となる。逆に右から左を俯瞰すれば角DCXの3分の1が角BACである。即ち角DCXが3等分されて角BACとなった。…と考えると、ユークリッド以来不可能とされて来た角の3等分が可能となる感触が芽生えて来た感じがします。

学校と地域の連携について
吉岡 由和

青少年育成さいたま市民会議植水地区会会長や小中学校の学校評議員長を10数年。さらに小中学校チャレンジ実行委員会会長として子ども達の学習活動に参加しているので現職を離れて今だに子ども達とふれあうことが出来る喜びを感じています。現在における学校の課題は「コロナ」対策であり、地域では学校評議委員会からコミユニティースクールの導入により地域との連携が一層推進されます。

小鳥たちへの贈り物
河田 捷一

隣家の柿の木に3個の実をつけた。10月20日メジロ、シジュウカラ、ヒヨドリがやってきた。二階の窓越しに見ていると、先にメジロが4、5羽やってきて熟した実をついばみ始めるとシジュウカラが、次に体の大きいヒヨドリが占拠する。そんな光景が3、4日続くと実は食べつくされ小鳥たちも来なくなった。隣には80半ばのおばあさんが住んでいる。柿は小鳥たちの餌にと残しているのか。ふと「布施柿」を思い出した。

いま抱えていぬ悩み

松本 昇

不眠症を患って永いのですが、なかなか良い答えが生まれません。暖かくして寝るのが良いと確実に分かっているのですが…。

昨年の秋に、柿取りに夢中になり、脚立の上から落ちてしまいました。

その結果、腰を地面に強く打ちつけてしまい、新年を迎えても立つて歩くこともできず、家の中で過ごしています。食欲も大分少なくなり、寂しく思います。

「写真が語るさいたま市百年」を開く

坂井 俊夫

過日12月発行の表題の本を購入した。昭和38年度に大宮市内の小学校に奉職してから58年がたった。桜木小開校40周年の人文宇航写真(教員になった年)。更に、昭和52年の大砂土東小学校の入学式。育てて戴いた小古瀬校長先生が中央に。同年同校の運動会写真。プレハブ校舎が写り、児童数2千人位の大規模校。1年生11組。島小へ分離する前年。思い出の懐かしい写真があちこちに見られる写真集。見ていて若返った気分…。

米寿を迎えて

三 富 健 三

88歳になった。子供達が、お祝

いをしてくれた。7年前に妻が亡くなつてから、ずっと1人暮らしなので、大変うれしい会。

息子の家族が3人、娘の家族が6人、賑やかで楽しい会だった。

2歳のひ孫は、元気いっぱい。テーブルの下にもぐりこんだりして楽しませてくれた。

これから先、子供や孫たちとどれだけ交流できるだろうか。できるだけ多く交流の機会を作り、生きる張り合いを持ちたいものだ。

囲碁は、楽しくタメになる

小河原 乙 浩

学生時代に、囲碁と麻雀を覚えてよかつたと、しみじみ思う。麻雀の勝敗は「ツキ」に多く左右されるが、囲碁はあくまで「実力」がものをいう。その点、シビアである。しかし、ヘボはヘボなりに、わからなかつたことが、実感として「わかるようになり、上達を意識できる。囲碁は、深い。局面に対する「考え方」そのものが問われる。どう打つか、難問の連続である。ボケ防止には、最適であると思う。

ひ孫

大木 忠 司

「無事生まれました」の朗報が昨年四月に届いた。女兒のひ孫を授かった。孫は男子4人なので、

殊更いとおしい。

現役時代は仕事優先、我が子を風呂に入れるのが精一杯、育児にはさほど関われなかつた。孫の時には、時間にゆとりも生まれ、可能な限りの手助けが出来た。

その孫の一人が父親となり、育児を担う姿に、感無量。そして、私にも、ひ孫の成長を楽しむという希望がまた一つ増えた。

徒然なるままに

金子 有 次

全日本書籍の人囲碁大会を開催した。人気ベスト三対局、①平清盛―源頼朝、②紫式部―清少納言、③在原業平―小野小町。決勝、織田信長―徳川慶喜。二人は共に日本武将大学に学ぶ。その美学は勝つこそ最高の善である。対局は好局。信長の読違いが因で局面急転。勝つこと能はずと読んだ信長が投了。琵琶法師の語る…盛者必衰の理…が流れてきた。慶喜は必衰なる善もあると決断して、新しき文明へと最高の布石を打った。

青天の霹靂

安 藤 正 徳

6月4日、一抹の不安を感じつつワクチン1回目接種。副反応もなくホツとする。3日後の朝発熱、倦怠感あり。掛りつけ医でPCR検査。陰性。当日の代診医に問診

後、総合病院での精密検査を奨められる。諸検査の結果即入院。入念な検査が施され、診断は慎重を極めた。1週間後「コロナではなく、腹膜炎と思われる」と。退院には更に1週間を要した。新たな禍患に医師も苦悶されている。が、何か釈然としない凝が今も残る。

おもいで

中 村 克

子どもの頃は、遊びが全てである。その時の外遊びで、兄などは軟庭の球を追っていた。普段から球を追いながら育つた。高等学校では、兄が3年、私が1年で軟庭部に親しんだ。この時は先生が熱心に指導をしてくださった。大学に進んで、先輩の方がいろいろと親切に教えてくれた。特にU君と組んで他の大学の方々と試合をした。若い時代の思い出である。

これから

中 野 治 代

年月が驚くほど駆け足で過ぎて行き、残りの日々をどう生き、どんな最後を迎えるのか、ふと立ち止まって考える年齢になった。お世話している90歳近い一人暮らしの女性が最近、来し方を後悔の念で嘆く姿を見た。彼女は長い職業生活の中で地位も得、最近ま

で社会に貢献し多くの後輩にも慕われている。他人から見たら充実した人生であろう。私は掛ける言葉を探しながら、つい自分のこれからを考えてしまう昨今である。

さいたま市と鳩山町に貢献

野 □ 一 夫

○さいたま子どもエコ検定委員長
栄小学校学校評議員
学校関係者評価委員
運営協議会準備委員長

○鳩山町幼児・児童教育の今後のあり方検討委員長
地域福祉推進プラン策定委員
教育振興基本計画検討委員

さいたま市と現在勤務する鳩山町(山村学園短期大学)から右記の委嘱を受け適進している。
ラジオ体操
中山 亮



いるようです。寒さの厳しい早朝の時間、仲間の存在が継続の力になっています。



人生90年？

大野光雄

新年を迎え、窓からの陽ざしも一段と明るさを増してきました。人生90年となった現在、38年の現役期間に劣らず、退職後も長い道のりです。しかし、あつという間の12年、半分近くが過ぎていきま

ました。自分に言い聞かせて心がけると、それは「自立した生活」です。「自立」とは、自分でできることです。早い遅いに拘らず、足元をしつかり踏みしめて、これからも歩んでいきたいと思えます。

「前世の記憶？」

染谷清

「勝五郎再生記聞」を読み日野市を訪ねた。これは文化文政期に平田篤胤が書き、仁孝天皇に献上され大宮御所（女院御所）にも回覧された。内容は6歳の時疱瘡で亡くなった藤蔵が数年後、隣村に勝五郎として生まれ変わり、前世の記憶を頼りに藤蔵の生家に行った話だ。勝五郎の子孫の案内で、藤蔵と勝五郎の墓や生家跡等の縁の地を回った。桜咲く多摩丘陵を歩

き、心地よい疲労感と共に不思議な世界に身を置いた一日だった。孫との戯れ

金子泰久

正月に小学校3年になる孫が来た。ある時炬燵でブツブツ言いながら持参してきた漢字ドリルをやっていた。「誰が漢字を作ったんだよ。平仮名だけでいいのに」。「漢字は、中国から来たんだよ」というと「何だよ、中国！コロナまで持ってきて」。笑いながらも、この情報はどうやって小学校3年生の耳に入ったのだろうか。トランプ

流の話が子ども達にすんなり入っていく。学校での先生の話は聞いていないようだが、何気ない大人の話は聞いているのだろう。子どもの前では丁寧で配慮ある会話を心掛けたと思う。

退職校長会大宮書道愛好会のこと

菊地豊

私が入会したのは8年前である。毎月1回の例会に課題を持参し、合評する。これは今も同じである。当初、驚いたのは手本が無い事。例えば「春夏秋冬」を楷書、行書、草書にするかも各自に任せられた。辞書「五體字類・西東書房」が頼りだった。しかし、この独学経験はボケ防止に貴重だったと今思う。「字は人なり」ともいう。現在は

同じ手本を基に書いているが、字に個性が滲み出て、実に面白い。貴方も私達とご一緒しませんか。常識を見直す

関根廣

母校の中学校で土チャレの数学を担当している。立体感覚を養うために正多面体を作り、頂点、辺面の数を数えたことがある。正多面体が5つしかないことは教科書では「2千年以上も前から知られています」としているが、生徒から「どうして5つしかないの？」という質問に詰った。常識と考え

ていたことも、その根拠が曖昧なことがある。一度足元から見直すことが、より深い理解に繋がることがあるのではないかと。友の誘い

鶴沼邦雄

古希を機に新たな挑戦として水彩画教室の門を叩いた。絵筆を執るのは高校時代以来だ。新鮮な気持ちで画面に向かったが、やがて提示される題材を描いているうちにマンネリ化が気になってきた。そんな折、友達から『三人展』への誘いを受けた。私で良いのかとの迷いもあったが、今では生活の中の大きな支柱となっている。今日も友の誘いに感謝しつつ、楽しみながら絵筆を執っている。

日野原さんを目指して

柿岡文彦

一年一山

金子有哲

「長くとも四十に足らぬ程にて死なんこそめやすかるべけれ」と書き連ねた吉田兼好は、70歳前後まで生を長らえたと言う。私は、昨年11月に古希を迎え、学校での相談業務の職歴が10年となった。ここが一つの節目である。

その一方で、定年延長の機運が高まる中で、スクールカウンセラーの採用条件の70歳未満が外されつつある。ここは、日野原重明さんを鑑として、老醜をさらしつつ、生涯現役を貫くのも佳いかなどと思いを巡らせている。

和顔愛語

入江知彦

思い出したこと

菊地三郎

歯のかかりつけのK先生は、確かな腕と優しい人柄で評判の先生である。いつも柔和な顔で、患者や職員さん、周りの人々に優しく言葉かけをしてくれる。そして、その口癖が「ありがとう」。先生は多忙な仕事をしながら数日の休みが取れると、お四国参りをずつと続け、結願がなんと40回を超えたそうだ。四国出身の私にもご利益を分けてくださるといので、人には優しい気持ちをお忘れなようにしたいと思います。

実家が新聞販売店であったことから、中学入学と同時に新聞配達を手伝った。高校3年の7月まで5年4ヶ月行っていたが、一番の思い出は大晦日の午後折り返し入告を一まとめにして、元旦の配達に備えたことである。普段なら1回で済む配達が10回程かかった。もう60年前のことである。

読書百遍：

佐藤 薫

本は高いし、図書館は遠くなつたし。そこで近頃は棚にある本の再読が多い。読み返してみると、忘れていたこと、以前感じなかつたことなどを知り、実に楽しい。先日森まゆみさんの『明治東京崎人傳』で、あんばんで有名な「銀座中村屋」の創業者、相馬愛蔵を読んでこんな一文を見つけた。曰く「現在では日本が一律に単調化し、平面化しますますその味わいを失って行く」

今年も生きる明治人の悲憤を知る。□□ナ禍の効用？

上村 忠 男

主催事業の一つである全国公民館インターネット活用コンクールを隔年で開催しています。今年は前回の2倍の応募があり、特にQRコードの活用が目につきました。簡単に公民館につながり広報はもちろん、事業活動の様子も映像で記録されており、スマホで地域の方々がいつでも見られるように工夫されているのです。空白時間を活用し、職員が技術を高めていることに感心しました。負けないように取組むつもりです。

秘密

丸橋 西 重

昔、大宮の校長会内に秘かに活

動していた研究会がありました。会員は4名。会長は北中浅香和二校長。副会長他役員は規約もなく、会長独裁。異議反論禁止。苦情厳禁。その代り、会長が全てを決め、期日内容、資料印刷は勿論、配車運転、宿の手配等全て会長の業務で「大宮歴史街道研究会」と会長が命名しました。浅香先生の無類の笑顔と声が浮かびます。先生の笑い声と情熱が平会員NSMを魅了し、常に笑いのある会でした。

暗闇の中の犬

須田 博

半年前、わが家の犬が突然失明してしまつた。また6歳。当初はかなり戸惑っていたが、ゆっくりながら、室内ではほとんど普通に動き回るようになった。散歩に連れ出すと、初めての道ではあまり動けないが、慣れたところは後から付いて歩くようになった。声がかかると走って寄っていく。病院費用の高いこと。仕方ないが、犬にも不安感はあるようだ。が、悩みも絶望感もない。健気なその生き様に元氣と希望をもらっている。

幸運、不運の不思議

川根 快 史

携帯のケースはラバーを利用。柔らかくしつとり感覚が好きだ。栃木のゴルフ場で終了後駐車場で使用した。高速道路を使い一時

間半で帰宅。一瞬で驚きと感謝で声が出ない。何と携帯がトランクの上で貼りついていて、しつかりとイルカウォッチング。波が高い。ビューカード胸から脇ポケット深くに移し替えた。イルカ発見。急ぎポケットから携帯。何かヒラヒラと海上へ。ラバーに貼りついていたカードだった。恨めしかった。友の温かい思いと心づかい

船越忠男

昨年、喜寿のお祝いにと、50年来の親友から修善寺への宿泊旅行に招待された。宿泊先は、数寄屋造りの純和風旅館「柳生の庄」であった。凛とした佇まいと品のある店主の迎え、丁寧で奥ゆかしい仲居さんの応対。通された部屋の奥には幽玄の世界に誘う露天風呂がある。夕食は美しい器と旬の食材を生かした懐石料理。身も心も充分満たされ、友の気づかいが身に沁みた旅であった。さて、これから

秋山 隆

令和3年3月末日をもつて、退職後11年間つづけた仕事をやめた。一つの職場で楽しく働けたのは、周りの方々に恵まれたことに尽きる。本当に感謝している。さて、これからの日々をどう過ごすか。趣味もなく、孫も大きく

なり世話もない。のんびり過ごすことは性に合わない。外に出ること。午前中は、ウォーキング。午後は、グランドゴルフ。外に出て、大きく呼吸して、季節を感じながら歩く。グランドゴルフで、声をかけ合い話ができる人を増やす。

「人間失格」

加々美 健一

太宰治は大宮の地で「人間失格」を脱稿した。その住居跡を、昨秋開催された退職校長会史跡めぐりで確認できた。場所は大宮小学校歩道橋からの路地を北に向かって3分ほどの所である。そこには小さな説明板があり、「昭和23年4月5日、太宰治は大宮市大門町三丁目103番地、小野沢清澄宅において『人間失格』を書き上げました。この道に面した場所に小野沢宅はありましたが当時の面影はありません。(以下略)」とある。

過程を楽しむ

佐藤 博 志

庭先に潤いが感じられるように花が絶えないようにしている。これまではホームセンターで気に入った花苗を買ってきてプランターに移植して水をやる程度の世話で済ませていた。4月からは時間がたつぷりとある。ただ単に買ってきて植える力業でなく、種か

ら育てたり配置を考えたりして育てる過程も楽しもうと考えている。今、パンジーが咲く傍らで、女郎花、桔梗、フジバカマなどが鉢の中で芽吹きの時を待っている。

「救独」あれこれ

小川 啓

私は公民館勤務のとき、高齢者学級で数独を講義。事前準備で数独に関する本を読んだり、様々な種類の数独を解いたりするうちに興味を持つようになった。昨年7月からは、朝日新聞の朝刊に数独の掲載が始まった(土曜には以前からbeに掲載)。これを機会に、我が家の高齢者3人は、コロナ禍何処にも出かけず、脳トレを兼ねて数独と日々格闘。そんな中、昨年8月数独の命名者鍛冶真起氏が、69歳で亡くなった。

スズムシから学ぶ

渡邊 正道

昨年6月、子どもの頃以来約60年ぶりに卵から孵ったスズムシを飼うことになった。スズムシは、何回も脱皮を繰り返しながら少しずつ大きくなり、8月15日に初めて鳴き声を聞くことができた。最初はぎこちなかつたが徐々に上手に鳴けるようになった。9月下旬には最後のスズムシを見届ける中、自然の厳しさも知った。スズムシの一生から懸命

に生きることを人生と重ねながら
教えてもらったように思った。

都道府県全部行った

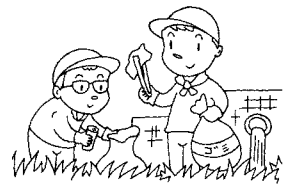
渡邊 朋久

昨年末、鹿児島を旅行してきた。
乗馬トレッキングをしたり、錦江
湾を船で観光したり、なかなか楽
しい旅であった。どこへ行っても
桜島が見えて、山に見守られてい
るような風土が羨ましい気がした。
しかし、私にとってこの旅の最大
の意味は、これで47都道府県全部
に足を踏み入れたということだ。
若いころから旅行が好きであちこ
ち行つたが鹿児島だけは行く機会
がなかった。やっと全部行けてち
よっと自慢したい気分である。

新しい老眼鏡

関根 俊幸

どうも活字を読むのがおっくう
になってしまいました。そこで、
これまでは近視用の眼鏡しか持っ
ていなかったのですが、読書用に新し
く老眼鏡を作りました。これを使
うと驚くほど活字が鮮明に浮かび
上がってきます。これまで字を読
むのを目を凝らして苦勞していた
のがウソみたいで、久しぶりに数
冊の文庫本を読むこともできまし
た。新しい老眼鏡と一緒にコロナ
禍で長くなった家での時間を、読
書で楽しみたい、と思つています。



クリーン活動に参加して

原田 守康

晩秋の11月21日、青少年育成中
部地区会主催で、大宮東中学校等
でレッツジョイン！クリーン活動
が行われた。部活単位で集まった
多数の生徒や自治会、学校関係、
PTAの方々等、中庭が一杯にな
るほどに参加者が集まった。私の
勤務先の公民館エリアでもあり、
参道、駅前通り等を生徒達と清掃
し、汗を流した。26年前にも東中
教諭として参加したことがあった
が、改めて、協力的な地域、前向
きな生徒達の姿に嬉しくなった。

分家・見沼田んぼ

星 美千也

ある日、さいたま市にある見沼
田んぼを本家、伊奈町と蓮田市の
間にある田園地域（普段の散歩場
所）を分家と考えるに至った。本
家には今まで、仕事上でも私的に
も関わる事が多く、特別な感情が
ある。そのため、分家という発想
は、普通の田園地域を空間的にも

時間的にも一変させた。よく見れ
ば、東京スカイツリーも見えてき
た。そして、夜は様々な星物語の
美しい舞台となった。俄然、散歩
中の観察が楽しくなってきた。

石田 耕一

何のための評価か
新学習指導要領が小中学校で全
面実施になり、観点別評価の「主
体的に学習に取り組む態度」の評
価が教員を悩ませている。挙手の
回数やノートのとり方で評価する
ことが禁じ手になったからである。
それ以外にも原因がある。多くの
教員が評価と言っていることは、
評定であり事後の総括に過ぎない
からである。教育評価は、学習者
が目標にどの程度到達しているか
を把握し、これをもとに教員の指
導を改善するためのものである。

城址をめぐる

松田 泰成

先日、久方振りに都内に出かけ
会食をした。学生時代の先輩後輩
とのおよそ2年ぶりの再会である。
いつもの上野駅でなく東京駅ま
で足を延ばして降り、やはり久し
振りの江戸城址経田神楽坂行であ
った。皇居となった江戸城の内堀
の姿は、平城特有の落ち着いた佇
いで、北陸富山城址や越前福井城
址を思い出させてくれた。江戸城

址の天守台に大天守が聳えること
はなかったが、威容を誇る石垣に
圧倒された。城址は、石垣だけで
も美しく想像力を掻き立ててくれ
る。

中村 秀男

捨てられていた子猫たちを保護して
晩夏の朝、散歩から戻った妻が
「子猫が4匹捨てられているの。
早く助けてあげないと、カラスに
殺されてしまうわ！」とSOS。
「それは可哀想だ」
急いでその場所へ行くと、子猫た
ちは震えながら、蹲っていました。
早速保護し、獣医に診てもらおうと
空腹のために少し弱っていたもの
の、異常は見当たりませんでした。
そして今では、子猫たちは我が
家の大切な家族となつて、毎日元
気に家の中を駆け回っています。

断捨離

福島 博子

退職の3年前、自宅をリフォーム
したのを機に、かなりの断捨離
をした。迷いながらも、大切にし
ていた、大村はま先生の国語全集
まで（地震のたびに本棚から落ち
てしまうので）手放した。結局手
元に残ったのは、写真や生徒たち
からの手紙等だった。しかし、少
し時間ができた今、また、あの本
やあの本を読みたい...という誘惑

にかられている。バブル世代。本
当の断捨離までには、まだまだ修
行が必要だ。

橋本 栄

新型コロナウイルスが猛威を奮
っていますが、私にとっては、役
立ったこともあります。オンライ
ンです。仕事が突然オンラインに
なり、初めは苦勞しました。プレ
ゼンソフトやオンライン会議用ソ
フトの使用は、かなりの緊張を強
いられました。しかし、新しい授
業スタイルに挑戦することが楽し
くもありました。オンラインの利
点も分かりました。同窓会の回数
が増え、孫との勉強もオンライン
で始めました。

近況報告とお願い

井上 馨

令和3年度より、さいたま市退
職校長会の幹事を仰せつかりまし
た。職務内容は、令和5年度にさ
いたま市で開催される予定の「埼
玉県退職校長会定期総会」実施委
員会事務局です。5年に一度さい
たま市が会場となる総会の準備や
運営に携わることとなりました。
さいたま市の各班から実施役員
を出していた、たくことになりまし
す。その節はご協力のほどよろしくお
願いいたします。

晩秋の南信州

矢内 洋

昨年、緊急事態宣言解除に伴って、晩秋の南信州を旅した。

いつかは行ってみたい、見てみたかった千畳敷カール。うまい具合にバス・ロープウェイを乗り継ぎ、千畳敷駅下車。そこは、山肌一面黄金色に染まった雄大な美しい景色が待っていてくれた。凜とした空気、雲ひとつなく360度に広がる景色、言葉では語れないほどの感動を得ることができた。

今、第6波感染拡大の不安な想いを抱くたび、あの景色を思い出す。いつになるか分からぬが、又あの場所に立ってみたいものである。

合唱は健康法の1つ

眞嶋 廣久

さいたま市PTAコーラス祭は、昨年度18回目を迎えた。現役時代見沼区の小中学校とPTA会長とで合唱するというので、初めて参加した。同時に勤務校のPTAの混声合唱団に誘われ歌い出して以来、昨年度で13回目の参加となった。

た。もともと歌は嫌いではなかったが、練習で声を張り上げて歌うことは健康の維持に役立つと気づいた。が、このコロナ禍により今年度は大会が成立しなくなった。皆で歌う日が早く来てほしい。

新会員コーナー
どうぞよろしく

『新たな趣味』

中村 英雄

4月より、公民館に勤務しております。長年勤めた学校を離れ、多少の寂しさはありましたが、新しい仕事に追われ、毎日忙しく過ごさせていただいています。最近では、公民館で開催した「男の家事教室」にお手伝いとして加わり、久しぶりに台所に立ちました。参加者の皆さんと共に楽しく調理し、自分で作った羽根つき餃子を美味しくいただきました。その後は、家でも自分で料理することが増え、新たな趣味となりそうです。

学校教育から生涯教育へ

内田 宏

令和3年3月でさいたま市立指扇北小学校を定年退職し、4月より大宮退職校長会にお世話になっています。

現在はさいたま市立領家公民館に主査として勤務し、子どもの教育から地域の生涯教育に転換しています。公民館に勤めて感じたのは地域の皆様の元氣さです。自分もまだまだ頑張らなくてはとパワーをもらう毎日です。

学校現場とは違った課題もありますが、元気で過ごしています。お世話になります。

保高 智

今年度より退職校長会にお世話になります。

4月からは、ひまわり特別支援学校の地域連携コーディネーターとして勤務しています。はじめてのことも多く、戸惑うこともありましたが、少しずつですが慣れてきて、日々仕事に励んでいます。

また、4月より今までなかなかできなかった趣味のソフトテニス、ゴルフなどにも楽しく取り組んでいます。今後もお世話になります。

が、よろしくお願いいたします。

子どもたちに救われて

田中 民雄

現在、再任用校長をしています。今年度も学校は、新型コロナウイルス対応で終了しています。いつまで続くのか分からない新しい生活様式は、子どもたちには計り知れない不安やストレスを与えていることと思います。しかし、生徒たちは一斉休校や学校行事が中止になった経験から、改めて共に学ぶ楽しさを縮

小されたとは言え学校行事への満足や喜びを強く感じています。私自身もその子どもたちの様子からたくさんの力をもらっています。

健康第一で

松井 聡

定年退職から1年が過ぎます。退職前は待望の自由な時間に数々の思いを巡らせていましたが、残念ながら足踏み状態の日々。相変わらずのコロナ禍が実に恨めしいです。唯一、年末に夫婦で伊勢志摩に出掛け、第2の人生の平穩無事を祈願してることが出来ました。健康だけは大切にしようと思

た。健康だけは大切にしようと思した。これまでの出会いと感謝を忘れずに、在職中に負けない豊かな日々を送りたいと考えています。

新たなステージの始まり

竹居 秀子

令和3年3月、生涯学習に携わる者として、コロナ禍にあっても市民の学びを保障するためにできることを模索し続ける中で定年を迎えました。予測困難な変化が絶え間なく続き、当たり前が通じない日常の中で、「思考を止めないこと」と「知恵を出し合い新しい価値を創造する」ことを学んだ1年でした。現在は、人生100年時代を生き抜くために、大学等

「学び」を更新しながら、第2の人生をデザインしています。

コロナ禍での楽しみ

加藤 明良

週3日の休日は、生活にゆとりと潤いをもたらすと実感している。自然観察や史跡めぐりが趣味の私にとつて、願ってもない環境である。コロナ禍にあつて海外も含めた長期間の旅行は、難しくなりました。前日の夜に家を出発、途中で仮眠し、朝一番の景色を楽しんで、屋に現地の美味しいものを食べて帰ってくる。渋滞もなく、人混みも避けられ、ストレス解消には一番である。

感謝の心

井山 直之

昨年4月から七里中にて学校地域連携コーディネーターをしています。今までは異なった立場で教育現場に携わると、学校が本当に多くの人によって支えられていることに改めて気づきました。このことは自分自身にも当てはまることであると考えます。教職に就いて38年、昨年3月に無事定年退職を迎えられたのは、多くの皆様のお蔭であることを忘れずに、これからも感謝の心を大切に過ごしていきたいと思います。

このことは自分自身にも当てはまることであると考えます。教職に就いて38年、昨年3月に無事定年退職を迎えられたのは、多くの皆様のお蔭であることを忘れずに、これからも感謝の心を大切に過ごしていきたいと思います。

