



第83号
 ■発行者■
 退職校長会相馬支部
 支部長山下富夫
 ■印刷者■
 (有)ライト印刷

次年度は…



副支部長 浜名 俊明

が続いていることに困っています。

更に、ロシアのウクライナ
 侵攻により、世界情勢が不安
 定になり、物価が上がり、生
 活不安が増すばかりです。世
 界規模での解決策はないので
 しょうか。

昨年度より副支部長を務
 めさせていただいております
 が、新型コロナウイルス感染
 症の広がりにより、名前だ
 けで活動ができない状態にな
 り、本当に申し訳ない気持ち
 です。

会員同士の交流も殆どで
 きなくなり、会の活動自体さ
 えも何をすればよいのかわか
 らなくなっています。

来年度こそは、コロナ禍前
 の様な活動ができることを願
 っています。

このコロナは、いつになっ
 たら終息に向かうことができ
 るのでしょうか。昨年末にす
 でに第八波になってしまいま
 した。全く先が見えない状態

「親睦PG大会」は、年一
 回は実施してきました。一番
 は体力維持が目的ですが、会
 員との交流も兼ねています。
 PGは外での競技なのでコ
 ロナの影響はあまりありませ
 んでしたが、PG場が閉鎖さ
 れることがありました。その
 時は運動不足とストレス増加

でイライラの生活でした。
 やはり、運動不足は体ばか
 りでなく心にも悪影響を及
 ぼすようです。健全な生活を
 送るためにも、適度な運動を
 することを勧め致します。

意欲もなくなってきたように
 感じます。
 でも今ここで、老体にむち
 打って、気持ちだけは若くし
 て生活していきたいと思うこ
 の頃です。
 今後も会の発展のために、
 会員の皆様のご支援とご協力
 をお願い致します。

稿 家族の触れ合いをとおして

福島県教育委員会教育長 大沼 博文



（相馬市立中村第二中学校
 2年 岩本瑠華さん）
 「いつの日か 親子で出た
 い 夢語る」

（父 岩本宏美さん）
 「相馬地方の伝統行事であ
 る野馬追に、父が馬に乗り
 ながら法螺貝を吹いたり、
 行列に参列したりしている
 姿が勇ましく、憧れている、
 その思いを込めました。」

（瑠華さん）

いづれの発表でも、何気
 ない日常生活の中で心を通
 わせ合った光景が浮かんで
 きました。また、ふるさと
 の素晴らしさを、世代を超
 えて受け継いでいこうとす
 る思いにも溢れていて、目
 頭が熱くなりました。

平成十四年に始まったこ
 の事業には、毎年たくさん
 の児童生徒に参加いただい
 ています。二十一年目とな
 る今年度も、四万二六三五
 組の応募がありました。こ
 れも、各学校が夏休みの時
 期に取り組んでくださった
 いる成果であり、事業に対
 する家族の理解があつての
 ものと感謝しています。ま
 た、審査に御協力をいただ
 いている退職校長会の皆様
 にもこの場をお借りして御
 礼申し上げます。
 応募作品と共に寄せられ
 た感想を併せて読んでみる
 と、親子や家族の関係づく
 りにも一役を買っているこ
 とを実感します。
 「夏休みのお昼には家族
 で食卓を囲み、『今日は十七
 字を考えよう』と、家族の
 様々なシーンを思い浮か
 べ、毎回笑いの絶えないひ
 とときを過ごしています。」
 子どもたちが、家族との
 触れ合いの中で他者と関わ
 る力の基礎を育み、様々な
 体験を通して心豊かに成長
 していけるよう、引き続き
 先生方や保護者の皆さんと
 ともに、事業を継続、進化
 させていきたいと考えてい
 ます。

年末年始、いくつかの行
 事に出席する中で、子ども
 たちの言葉をたくさん聞く
 ことができました。特に、
 「ふくしまを十七字で奏で
 よう」表彰式では、家族の
 触れ合いが感じられる素敵
 なシーンに出会いました。
 最優秀賞を受賞した十組
 が、作品を詠んだきつかけ
 や思いをそれぞれ語ってく
 れました。
 「野馬追で 父の背を見て
 あこがれを」

当たり前前に

感謝して

武山 弘



某テレビ局の歴史ドラマで「運命に逆らうな！」という名台詞がありました。新型コロナウイルスに伴う非常事態のさなか退職し、早三年の月日が過ぎようとしています。長年のデスクワークのつけなのか、筋力及び視力の低下が顕著に

なつてきました。(とほほ…) 人生百年時代と言われる今、『健康寿命』という視点が注目されています。WHOの定義では「健康上の問題で、日常生活が制限されることなく生活できる期間」とのこと。心身ともに自立し、できるだけ元気でありたいものです。

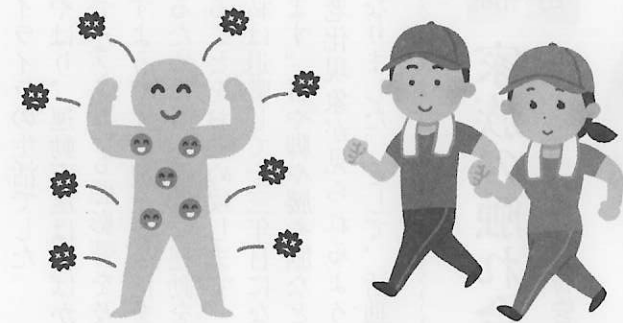
さて、自分はどうと、特別なことは何もしていません。しいて言えば、「自己の見えない免疫能力」を信じて、ごく当たり前の生活を積み重ねていることぐらいです。午前は主に、四季の変化を楽しみながら散歩等をしています。いい汗をかいて血液の循環をよくし、体の中の毒を外に出しています。午後は、家事・終活等にあてています。

ところで、とある六十年代のユーチューバーが『定年後の生き方』について解いていました。①今までできなかったことを徹底してやる。②自分の心地よい居場所を作る。③新しい場所に行ってみる。この三つのヒントをもとに、自分の目で見て、耳で聞いて、心に感じたこと

を実践しています。

最近、昭和の時代に活躍した著名な方の訃報を耳にすることが多くなりました。命とは「自分が使える時間」という人もいます。ある程度自分の意志で自由に使える時間があるということは、この上ない幸せなのかもしれません。残された時間がどのくらいあるのかは神のみぞ知るですが、様々な当たり前に感謝しながら、一歩一歩前に進んで行きたいと思えます。

その日、その時が来るまで。「運命に逆らわず！」



夢で人と会う

村山 正之



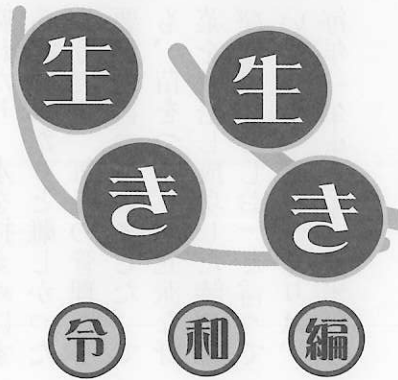
豊かな？自然に囲まれているわが家周りの草木竹の処理、この齢には重荷になってきた。健康の維持には、散歩、仕事など運動ばかりでなく、人とのつながりがとても大切なのだという。

齢と医者に相談しつつ、公民館活動、合唱など地域の方々と出会いそれなりにつながっている。加えて毎晩三六五日夢をみる。授業に間に合わない夢、旅行で取り残された夢、トイレが見つからない夢など焦っている場面ばかり。心ときめくシーンは殆どない。ただ、夢にでてくるのは自分が若い頃の人たちである。夢の中で毎日出会えるのでいいことかなと勝手に思っている。医者からは熟睡できてないと言われるのだが。

夢でもいいから好きだったのと
言われるシーンで
目覚めたい

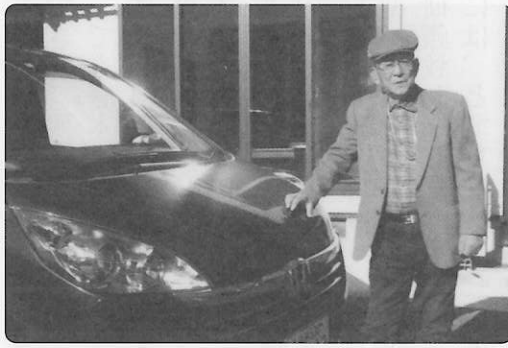
小鳥の声が耳に入った。朝だ。今日も。生きていた。ああよかったと思うこの頃なのである。





日々満足

伏見 裕方



若い時分予想だにできなかった高齡の域まできた。そんな素晴らしい人生、自分なりに満足に過ごしたいが。最近の日記に注釈をつけ、現状の一端をお知らせする。

十一月 三十日

「原稿執筆の依頼あり」

*減塩・禁煙・日歩数等健康を保つ為の努力など何一つなき故に、執筆を断ろうとしたが、何か考えをまとめて文を作ることが脳の活性化に役立つと思い、断りもせず引き受けることにした。

十二月 一日

「松枝の切断」

*前に二日掛かりで裏山の松枝を梯子に上って切り落とした。東ね易いように道具を使って切断した。後二日はかかるようだ。

十二月 三日

「娘の墓参り」

*福島市信夫山の中腹に娘の墓がある。坂道が急で老人は苦とする場所である。今年の盆・秋彼岸は悪天候で中断していたが、幸い好天だったので家内と車で自動車道を乗り継ぎ墓参した。小春日和のもとで清掃・焼香・墓石と話し合いしながら半時を過ごしてきた。



百歳賀寿を夢見て

山野辺 久



我が家の前に広がる松川浦辺には、冬の季節が来ると必ず白鳥の群れが飛来して目を楽しませてくれます。今年も間もなくその姿を見せてくれるのを楽しみにしているところです。

退職後三十余年を経過して、夫婦共々このような安泰な暮らしを続けておられる有難さを、しみじみと感じている此の頃です。

私に与えられた寿命は、もう少しありそうな気がします。許される限りの余禄を精一杯楽しんで、生きていきたいと願うばかりであります。

(川柳五句)

・職終えて気の向くまゝの

果報の日

・ハードルは持たぬ好日

きのう今日

・空高く行く浮き雲に

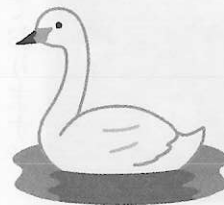
夢を乗せ

・振り向けば我慢上手な

妻が居る

・卒寿旅老い三昧と

洒落しやれている



体力テストに挑戦して

牛渡 忍



昨年九月、小高体育セン

ターで65歳以上の住民を対象に体力テスト(運動機能と認知機能検査)が行われました。主催は、大阪体育大学体育学部で教授と学生が来て検査し、その結果を

個人が自分の生活に生かすことを目的として実施されました。運動機能は、握力、10m歩行など八種目の検査です。結果は五段階で5。一方、認知機能の内容は、図形模写、時計描画、記憶など十項目の検査です。結果は、三十点満点で24点残念。因に二十六点以上が健全です。運動機能は満足な数値ですが認知機能は徐々に脳の老化が始まっていることを自覚しました。精神科医和田秀樹さんの書物の中に七十歳を超えると誰でも認知症を発症する可能性がある。しかし、「運動をする」「趣味を持ち続ける」と認知症の発症を遅らせることができると述べています。自分もこれまで趣味として、卓球、週数回の絶品な夕食作り、そして家庭菜園を行ってきたので今後とも継続し、体力維持と認知症予防に努めていきたい。



クラブ活動

園芸(庭木)クラブ

渡部 長男

今年度も開催することができず、残念：：：：。

でも庭木・野菜づくりの情報交換はしました。今年度の目標は、ビニールハウスでの栽培でした。ビニールハウスと言っても、大型のものから小型のものまでいろいろあります。主に小型ハウスでの栽培を中心に研鑽致しました。苗づくりには、とても便利だったようです。庭の片隅でも十分だったようです。

しかし、苦労はありました。その一つが水やりです。水をやりすぎると種が腐れたり、水を控えめになると枯れたりと難しかったようです。毎日の管理が必ずしも言っていました。でも、苗をつくり、立派な野菜を栽培し成功した時の喜びは「ひとしお」と言っていました。野菜づくりは、毎年一年生です。「来年も

がんばる」と言っていました。また、畑と話をすることも忘れてはならないと



俳句クラブ

江井 芳朗

コロナ禍の収まる気配もなく、会員相互の会、研修会開催も実施できなく寂しい限りです。

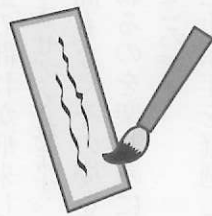
唯一の研修の機会でもある県内の大会「芸術祭俳句大会(県中大会)、相双俳句大会」も紙上句会のみで終わりました。

然し、会員の皆さんには大いに参加投句し、研修を深められました。また、各人の結社内でも活躍されました。

私事で恐縮ですが、相双俳句大会で、「足裏より黙禱はじむ終戦日」が南相馬

市教育長賞に、また、全国大会、三重県(椿大会)で、「銃弾の如き豪雨や沖繩碑」が入賞、表彰されました。

句意は、小学五年当時の早朝、敵機は原紡空襲の帰途らしく、小高町へも爆弾投下と機銃掃射があり、遊んでいて命からがら妙見橋下に逃げ込んだ私自身の体験が豪雨と共に蘇ったことでの作でした。偶然にもその日は沖繩碑(六月二十三日)でした。



ゴルフクラブ

佐藤 宗信

「多少ノ雨ニモマケズ

風ニモマケズ

多少ノ雪ニモ

夏ノ暑サニモマケヌ

丈夫ナカラダヲモツ」

六〇代から八〇代の会員が毎月第三月曜日に鹿島CCをベースに活動しています。

ゴルフはいくつになっても楽しめるスポーツです。

自分の目的を持ち、芝生の上の散歩を目的とするもヨシ。会員との談話を目的とするもヨシ。スコアアップを目的とするもヨシ。良いも悪いもすべて自己責任。

四季の景色を楽しみながら、コロナ禍の中ではありますが、毎回二十人前後の会員が参加し、和気藹々とプレーしています。

ところで、この会の略称は「GMC」となっています。設立当時の会員が少なくなってきた現在の、誰に聞いても何の略か分かりません。

是非、ご存じの方の連絡をお待ちしております。



囲碁クラブ

大谷 一裕

年間活動は次の通りでした。

○囲碁を楽しむ会

毎週水曜日の午後一時から午後四時までの間に、高平生涯学習センターの和室で、会員はもちろん、地域の方々と共に、レベルに合わせた対局を中心に、楽しく活動してきました。

○親睦囲碁のつどい

今年もコロナの影響で、例年のように開催することができないでいました。

そこで、十月二十七日(休)の午後一時から午後四時まで、原町区大町交流センターで開催することにしました。しかし、コロナの再流行で、会員の皆さんが集まらず、実施することができませんでした。

○囲碁の普及

当クラブも会員数が減少してきています。親睦のつどいを次年度は、是非開催すると共に、今後、若い年代にも興味を持ってもらえよう工夫をしていくつもりです。

パークゴルフクラブ

浜名 俊明

本年度も「親善パークゴルフ大会」を会員の協力で実施することができました。十一月十日(木)午後、東部P G場に於いて、十三名が三十六ホールに挑みました。その結果は、次の通りです。

- 優勝 梅田 正彰様
- 準優勝 浜名 俊明様
- 第三位 今野 哲生様

コロナ禍の中ではありましたが、日頃の練習の成果を充分に発揮することができました。次年度も計画しますので、多くの方の参加を願っています。

また、毎週木曜日の午後東部P G場に於いて、有志によりP G練習会を行っています。クラブ会員の方も自由に参加できます。初めの方でも大丈夫です。P Gを楽しむことを目的にやっていますので、参加をお待ちしています。



釣りクラブ

杉浦 伸吉

本年度は、コロナ禍や三月の地震の影響もあり計画を減らそうと考慮しましたが、五回の実施となりました。釣り人は家族連れや若いカップル、熟年の夫婦、そして我々みたいなりタイヤの人などで増えてきているように思います。

第一回目は、相馬港で産卵が終わる元氣回復してきたアイナメを狙いましたが、水温が高いのか(十五度以下適温)釣果は全然ダメでした。

二回目は、六月奥松島(大浜漁港)で、アジ、カレイなどを期待しましたが、小さなメバルやサヨリなどで釣れませんでした。

三回目は七月仙台港(釣り公園)でサビキ釣りをしましたが、またまた空振りになりました。一週間前までは、サヨリやイワシが入れ食い状態であったのですが、遅かったようです。

四回目は四人で石巻港の桟橋で行いましたが、狙ったサバは釣れず、イシモチやアナゴ、海タナゴなどでした。海水温度、海流の変化、それに漁港や防波堤の工事など魚の生育状況が落ちているように思います。



将棋クラブ

丹野 鐵生

五回目は、十一月に檜原湖でワカサギ釣りでした。繊細なワカサギ釣りも上達してきたようで、百匹を超える釣果で天ぶらが最高でした。参加人数が少ないので、どなたでも参加希望を募っています。

コロナウイルスのオミクロン変異株が第八波を起し感染拡大、死者も毎日四百人を超して、福島県でも死者が五百人を超した。何時になったらこのような新聞記事を見なくてすむのだろうか。恐ろしい。おまけにインフルエンザも流行ってきたようだ。前任の森義男会長が東日本大震災後、間もなく亡くなったが、こんな時どうしただろう。

そうますポーツアリーナの二階会議室が使用できず、そうま中央スポーツと合同で合わせても集まるのが八人、会場の弓道場役員室を使って指している。退職校長会の将棋クラブ員の森と私がそうま中央スポー

ツクラブ将棋に加入したため合同で将棋を指してきました。また、中央スポーツクラブの事業に放課後子ども教室を第二、四土曜日に開催して将棋も教える良い機会であったからである。しかし、次第に教室生も減り続けスポーツ中心となっていた。



最近になって中央スポーツ棋に入りたいた人が小学生も加わり十五、六人に増え、退職校長会将棋はますます影が薄くなってきた。さらに中央スポーツ将棋は毎週土曜日に指したいという。今後、校長会将棋も休会を含め一考を要するようだ。

東 西 南 北

新地地区

昨年七月に第七波のコロナの感染拡大がありました。今はそれを超える第八波の真っ只中です。すでに三年が経ち、地区会の事業は依然として休止状態が続いています。

このような中、後藤桂一先生が、多年にわたる教育界への功績が認められ、瑞宝双光章を授与されました。ことは私たちにとりましても大変うれしい出来事でした。会員一同が会してお祝い申し上げるべきでしたが、ささやかな祝い品をお贈りし、私たちの気持ちをお伝えしたところです。

間もなく、新しい年度が始まります。元に戻ることが難しくとも、少しでも前進できればと願っています。

(吉田雄二)

相馬地区

今年度の相馬市退職校長会では、九月に実施予定の



(吉内次夫)

現職校長との合同研修会「重陽会」と秋の会員親睦の「紅葉会」の行事について、新型コロナウイルス感染症の広がり終息見通しがつき次第、開催する予定でしたが、見通しがたらず、「重陽会」と「紅葉会」共に中止しました。

ここ、三年間、新型コロナウイルスウィルス感染症の影響で、数少ない行事が開催できず残念です。今年も、新型コロナウイルス感染症の拡大終息を願うばかりです。

南相馬市鹿島区

年度初めに役員会を開き、計画について確認し合い、ポイントをコロナ感染予防の中で、できることに取り組んできました。

一 定期刊行物の配布と現状把握(六月)

健やかな状況の確認 三月の地震被害に遇われた方も前向きに生活しており、元気をいただきました。

本地区自慢のものは、三年目となる「元気な便り」です。これは、会員の近況報告です。地域・会員の個性を生かした傑作とおっています。

二 区内校長会、夏季研修会、忘年会は、実施できませんでした。

三 パークゴルフ 希望で、東武パークゴルフ場にて週二回程度実施しています。

(星 和彦)

南相馬市原町区

四月に開催を予定していた総会は、新型コロナウイルス感染症予防対策の観点から

書面開催とし、総会の実施に替え、今年度をスタートしました。

事業で十一月の初旬に予定していた「秋の紅葉狩り研修会」第六回松本宗雄杯パークゴルフ大会と懇親会は、コロナの感染状況などから、各役員の意見を伺い、今年度もやむなく中止とさせていただきました。

各クラブ活動は、組織の状況に応じて、新しい生活様式を定着させ、三密を避け、感染予防に努めながら、親睦を深めています。

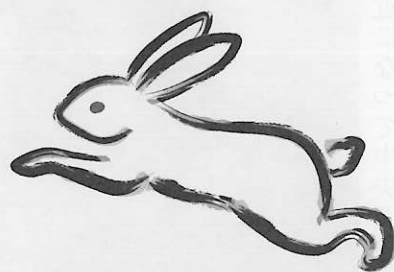
(大原正義)

南相馬市小高区

今年度は三年ぶりに総会を五月十四日に浮舟文化会館で行うことができました。コロナの感染拡大が続き、各種活動ができませんでした。それでも、「黒松会だより」を発行することができました。編集長の渡辺金作先生のご努力と小高区会員の皆さんの一致団結の賜と事務局としてはこの上ない喜びであります。小高区内の現職校長先生

との懇談会が、ここ数年開催見送りとなっています。この厳しい時期の小高区の校長先生方への御慰労を申し上げられないうちに、異動・退職されますことが大変心残りです。

(飯塚 宏)



ご冥福をお祈り 申し上げます

故 今野 喜一先生(99歳)

令和4年9月17日逝去

昭和18年大館村青年学校研究科卒。昭和23年大館小助教諭を振り出しに昭和27年大館小教諭に。原町一小、金房小教諭。昭和46年白石小教頭に。請戸小、石神二小を経て昭和53年川内二小校長に昇任。昭和58年太田小校長を最後に定年退職。

誠に

おめでとう

ございます

◆秋の叙勲

瑞宝小綬章

二本松 義 公様
(元・相馬高等学校校長)

◆高齢者叙勲

瑞宝双光章

後藤 佳 一様
(元・新地小学校校長)

瑞宝双光章

杉崎 秀 信様
(元・山上小学校校長)

瑞宝双光章

佐々木 晋様
(元・中村第一中学校校長)

瑞宝双光章

江井 芳 朗様
(元・原町第二小学校校長)

◆白寿(R4年度満99歳)

故今野 喜 一様
(元・太田小学校校長)

◆賀詞(R4年度満88歳)

後藤 佳 一様
(元・新地小学校校長)

杉崎 秀 信様
(元・山上小学校校長)

目黒 正様
(元・真野小学校校長)

武田 昭様
(元・中村第二中学校校長)

佐々木 晋様
(元・中村第一中学校校長)

荒川 澄様
(元・八沢小学校校長)

江井 芳 朗様
(元・原町第二小学校校長)

◆喜寿(R4年度満77歳)

菅野 耕 平様
(元・東白川農商高等学校校長)

渡部 長 男様
(元・八幡小学校校長)

只野 恒 雄様
(元・小高小学校校長)

堀川 肇 子様
(元・小高商業高等学校校長)

菅野 允 子様
(元・大野小学校校長)

大石 力 弥様
(元・浪江高等学校校長)

事務局の活動だより

昨年の2月の県会報松風第183号でお知らせした『本会運営とデジタル化』ですが、昨年の8月に福島県公立学校退職校長会「ホームページ」が開設されま

の様子を随時お知らせし、誰もが見たいときにいつでも閲覧できる環境を常態的に整えることにより、本会活動の一層の活性化につながることを期待しています。とありますので、ぜひアクセスしてみてください。なお、相馬支部のページもあります。今後クラブ活動の様子なども紹介していきたいと考えていますので、活動を撮影した写真の提供を是非お願いします。また、リンク集も県小・中学校長会等がありますので活用してみてください。

業』では、今年度も9月に支部審査員として9名の方に、10月に県審査員として1名の方にお願いしました。ご協力ありがとうございました。9月には、各市町村長並びに教育長様に、本県教育の復興・創生・充実と会員の生活の再建・安定のための要望書を提出してきました。説明している中で、『今年の重点事項は?』と尋ねられた場面もあり、退職者の再任用や講師の登用について特段のご高配をお願いしました。

さて、令和5年度の支部総会ですが、昨年はコロナ禍のために書面開催としましたが、4月中旬に相馬市民会館で開催する予定で準備を進めています。また、県大会「郡山大会」は6月14日の開催予定で、各ブロックを代表して相馬支部が体験発表を担当することになり、新地地区の吉田雄二先生に依頼しています。世相を漢字一文字で表す「今年の漢字」が発表され、昨年は『戦』に決まりました。ロシアのウクライナ

侵攻による「戦争」、円安・物価高による生活やコロナ禍との苦「戦」、ワールドカップの熱「戦」が目撃されました。会員の皆様の「戦」はどのような形だったでしょうか。挑戦や善戦・接戦・戦勝が想起される方もおられるのではないのでしょうか。今年度も残すところ、あとわずかとなりました。この一年間の活動にご協力・ご支援いただきました。一日がとうございました。一日も早く新型コロナウイルス感染症の感染が「収束」し、やがて「終息」に向かうことを願っています。

文芸

俳句

草野 博夫

草藪化したる畑に冬野菜
冬至南瓜喰ふコロナ予防哉

梅檀の花正面に草筆る

白菜の太るを期待キムチ鍋

肌滑る柚子の香れる

柚子湯かな

荒川 澄

大年の長子に感謝永らへる

長生きを慶び師走迎へをり

故郷は災害少な冬日和

蠟梅の香り豊かに早開く

電柱のてっぺん鴨声高く

金谷 哲

子ら首迄潜りて入る大炬燵

オリオンの護衛の如く

子ら帰る

秋惜しむ無人駅の暮はやく

冬ざるる鳥居崩るる地震跡

寺の鐘氷るダイヤの星明り

江井 芳朗

凍蝶といふ晩年を焔めきて

骨カリリ秋刀魚喰ふ戦中派

冬満月一筋白き散歩道

剪定さる柵の花盛りなり

老境の老境でよき去年今年

川柳

山野辺 久

五体満足のちの重さ

噛みしめる

笑顔見せ今日の縁起を

呼び寄せる

まだいける笑いを飛ばす

老いふたり

優しさが

老いの心を和ませる

物忘れ

上手になって丸く居る

前山 利栄

失敗に目をつぶり合

五十年

健康に決まっているさ

酒旨い

クリスマス妻の頬染む

赤ワイン

賽銭を忘れたままの初詣

くしゃみ二度

あわてて今日を振り返る

安良 紀男

家内安全

元気な妻にまず感謝

幸福感違つて夫婦

おもしろい

聞き流す技で円満老い夫婦

孫の賀状

できそうもない夢あふれ

自覚症状

ないまま後期高齢者

写真

シヤガの花

平間 勝成



五月のある日、新聞の写
真で見つけた白いシヤガの
群生地いわき市の高蔵寺を
訪ねました。静寂の中、癒
される心のスポットでした。

彫刻

金剛力士像

伊達 孝行



仁王像ともいわれる高さ
三十九センチ、横十五セン
チ、幅十センチの金剛力士
像を彫つてみました。

写真は、二対ある金剛力
士像のうちの開口の阿形像
です。もう少し怒りの表情
を前面に出せればと思いま
した。

編集後記

〓老いてきて、身を軽くし
たい、我なれど、思ったま
まで日々過ぎゆく〓です。
今号に投稿された皆様方
に、感謝申し上げます。

編集委員

但野 良子(新地)

◎高橋 誠(相馬)

大谷 一裕(鹿島)

杉内 律子(原町)

飯塚 宏(小高)