迎春

たちやま

第４８号

発行　富山県社会保険倶楽部
富山市湊入船町３—３０
ＫＮＢ入船別館２階
富山県社会保険協会内
発行日　令和８年１月１日

「新年にスタート・ダッシュ（石畑池）」　堀 清保さん　撮影

直江会長 年頭挨拶

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様には新しい年をどのようにお迎えでしょうか。

昨年は、社会保険倶楽部の事業も順調に実施することができました。これも会員の皆様のご協力の賜物と感謝申し上げます。

さて、昨年の12月、高市総理の「存立危機事態」発言を契機に日中関係が悪化する中で、中国軍機が自衛隊機へのレーダー照射を行い、日中の緊張が一気に高まりました。

平和だからこそ、家族や友人と楽しく過ごしたり、趣味やスポーツを楽しみ、好きなことに没頭できるのだと思います。

そういう意味では、昨年ほど平和のありがたみを痛感した年はなかったのではないでしょうか。

また、流行語大賞における室井滋さんの選考評は、「さぞかしパッと華やいだ言葉が並ぶものと思いきや、実際には私たち国民の生活に余裕がなくなって来ているのが浮きぼりになった。誰もが笑顔で話したくなるような流行語がもっと、もっと、もっと登場しますように」でした。そうなのです。大切なのは平和と笑顔です。

ところで、ＯＢと現役の皆様が集い、旧交を温めるのが我が社会保険倶楽部です。

70歳以上が約46％と高齢化率の高い組織ですが、ＯＢには、長い人生の中で培った知恵があります。

ＯＢとの交流は、第二の人生をどう生きるかということに必ずや役立つものと思います。

現役の皆様には特に、これまで以上に社会保険倶楽部の活動にご参加いただきますよう切にお願い申し上げます。

それでは、本年が皆様に平和と笑顔をもたらす良き年となりますよう、心からご祈念申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

年男・年女の皆さん お健やかでしょうか 通信

「午年」ってどんな年？

今年は「午年」であり、十二支の七番目です。

午年をイラストで表すと「馬」になりますが、漢字は「午」ですよね。これは、もともとは24時間を半分にし、干支で表していた12の漢字で使われていたことに由来しており、「午の刻」はちょうどお昼の12時頃を指し、午の刻より前を「午前」、午の刻より後を「午後」と表します。

午年生まれの明るく元気で行動的、これだ、と思ったらまず動き出すという、素晴らしい行動力の持ち主です。また、人見知りせず積極的に声をかけていくことができる社交的なので交友範囲も広く、人気者です。

午年生まれの著名人として、昭和29年生まれでは、ポップス界の歌姫 松任谷由実や富山生まれの落語家立川志の輔がいます。続いて昭和41年生まれでは、小泉今日子、元少年隊のメンバー東山紀之がいます。そして昭和53年生まれでは、歌手の浜崎あゆみ、平成14年生まれでは、天才棋士藤井聡太がいます。

ところで今から12年前といえば、平成26年になりますが、この年は昼の長寿番組「笑っていいとも」が放送終了、御嶽山が7年ぶりに噴火し50人以上が死亡、日本人3人がノーベル物理学賞を受賞されました。日本エレキテル連合が繰り出した「いいじゃないのぉ」「ダメよ～ダメダメ！」が流行語大賞でした。

今年は60年に一度の丙午になります。「火災が多い」年と言われています。転変地変には充分注意して過ごしましょう。

それでは、午年生まれの会員の方々のご近況を以下のとおりご紹介いたしますので、ぜひご一読ください。

青山　裕子さん（昭和17年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
4年余りの介護あり趣味のものは全部やめたので、今は特に何もしていませんが草取りが大変になってきました。空いている所に草対策として地這いの野菜類を植えて食べる喜びとあげて喜んでもらえる喜びを感じています。

〈今、取組み中のことは？〉
週2回プールへ行き、友達づくりをし、話しながら1時間余り水中歩行を行っています。

〈ご健康の秘訣は？〉
出来るだけ人との会話に努力し、自宅の階段を足腰の運動のつもりで上り下りしています。

〈ご自身のモットーは？〉
物事を忘れやすくなりましたので人に頼らず出来る事は自分でするようにしています。

花の名所をドライブして楽しんでいきたい。

〈新年に向けての抱負〉
一日でも長く人に迷惑をかけず元気でいられますように健康に気を付けていきたい。

團　幸子さん（昭和17年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
家事の合間にテレビ・新聞を見たり（読むとはとても言えない覚えておれない）して、ゆったりと過ごしています。

〈ご健康の秘訣は？〉
お弟子さんへのお茶の稽古と自分の稽古、月3回が物忘れや元気の素かな？

〈ご自身のモットーは？〉
毎日感謝の気持ちで穏やかに過ごすこと。

〈新年に向けての抱負〉
まわりの人たち、皆、健康でつつがなく暮らせますように。

松尾　イツ子さん（昭和17年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
畑へ通い季節ごとの野菜作りを楽しんでいます。

〈今、取組み中のことは？〉
趣味で書道教室へ通い、友達と語りあうのを楽しみにしています。

〈ご健康の秘訣は？〉
パークゴルフやシャフルボード（キューというスティックを用いたカーリングのようなもので、一種の陣取りゲーム）など家から一歩外へ出ての仲間づくりを大切にしています。

〈ご自身のモットーは？〉
いつも「おかげさま」の感謝の気持ちを大切にしています。

〈新年に向けての抱負〉
健康であること！
我が身を労り乍ら、穏やかな年になるようにと願っています。

朝野　圭子さん（昭和29年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
毎日パークゴルフの練習と年間（4月～11月）の35試合のため、県内のパークゴルフ場で楽しんでいます。

〈今、取組み中のことは?〉
私にできる小さなことですが、地区のパークゴルフ愛好会の役員を続けることです。

〈ご健康の秘訣は?〉
ストレスを溜めないように、日記を書いたり、好きなドラマを録画して観ています。現在は「レックス・シリーズ」（シェパード犬と刑事の各国編）にはまっています。

〈ご自身のモットーは?〉
まわりの人達の話や意見をきいて、自分の考えや行動を今一度見直すように心掛けています。相手の立場に立って考えるようにしています。

〈新年に向けての抱負〉
健康に気をつけていくこと。パークゴルフを続けていくこと。パークゴルフの技の向上と、試合中の集中力・判断力を磨きたいです。

尾野寺　正徳さん（昭和17年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
空き地の雑草防除を兼ね、家庭菜園で汗をかいでいます。今年の春には「絹さやえんどう」夏には「茄子」「スイカ」等の収穫を。
しかし歳には勝てず病院通いは欠かせません。寒い冬期間は老夫婦2人での暮らしは厳しく、長女宅（横浜市）に身を寄せることも考えざるをえません。

〈今取り組んでおられることがあれば教えてください〉
月2日「水彩画」を習っています。今年も6月に作品展を開催します。世話役をしていることもあり、来月あたりから会員の意見を取りまとめて準備作業に入ります。

〈ご健康の秘訣は?〉
天候そして時間に余裕があれば、片道2キロ程度は歩く、また、5キロ程度は自転車で用を足すようにしています。手軽な運動で気分転換できます。家庭菜園で汗をかいだ後は馴染みの銭湯でサッパリ、リフレッシュです。中学生時の幼馴染、数人で月に一回ランチし、その後、各人健康状態、悩み、思い（政治・経済・今では時効の悪さの言い放題等）時間を忘れ生存確認を兼て心の洗濯です。これも健康の秘訣では?

〈ご自身のモットーは?〉
「老いては子（孫）に従え」
歳を取るごとに体力は衰え、記憶は衰退していくのは身に沁みます。若い方々に少しでも迷惑かけず、心配をかけずに過ごしたいものです。
「そんなこともあるわ」「まあ、いいか」
この歳まで生きてきて、一人一人生き方、立場により考えは相違しますから、前述の「」の言葉を頭の隅におき、暮らしていければと思っているのですが、難しいですね。

〈新年に向けての抱負〉
昨年から家系図の作成に取り組んでいますが、祖父母、父母から聞いた先祖等の記憶を辿り保管されている戸籍等に照合して明治の中期あたりまで判明しましたが、せめて江戸時代の後期（200年前）からのものでと思案しています。祖父の実家等（小松市）に出向き聞き取りし、参考資料等閲覧、確認のうえ完成させ自分の一族に配布できたら満足です。

長谷　文雄さん（昭和17年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
毎日が日曜日の筈が、病院、スーパー通いの日課、「晴庭雨テレ」の生活。大谷君と水戸黄門様に元気を貰っています。

〈今、取組み中のことは?〉
現在、30件程で管理する消雪組合の役員をしています（老齢化限界組合の）。

〈ご健康の秘訣は?〉
60代70代に前立腺がん、十二指腸乳頭がん、白内障、無呼吸症候群等との戦い、現在は、6種類の薬とサプリメントを服用して生きている。それを忘れないのが、健康の秘訣かな。

〈ご自身のモットーは?〉
もっとー、足、腰、頭の訓練を。

〈新年に向けての抱負〉
次の午年までスタートとして健康寿命を頑張りたい。

〈余計なひとり言〉
同年の男2人、寂しいね。改めて、このような文章を書くと、時には、長生きしすぎたかなと思うこともあります。つまり、人生に何の喜びも目標もなく、のんべんだらりんと過ごしている自分ですから。書き様が無いのです。

年男・年女 現役の皆さん

竿田 麻紀さん（昭和53年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
機構本部の中部地域部で管理業務を担当しています。

〈今、取組み中のことは?〉
現在、体力つくりに取り組んでいます。

〈ご健康の秘訣は?〉
健康に生活するための体力をつけること。歩くときに、早歩き、大股歩きを心がけています。

〈ご自身のモットーは?〉
「毎日を大切に。」良い日や悪い日や特に何もなかった日、色々な日がありますが、一日一日を大切に過ごすことを意識しています。

〈新年に向けての抱負〉
一年間、健康でいたいと思います。まずは、運動するための体力をつけることから、がんばります。

田中 和幸さん（昭和53年生まれ）

〈いかがお過ごしですか〉
富山年金事務所厚生年金調査課で課長として日々奮闘しています。

〈今、取組み中のことは?〉
図書館で３冊以上本を借りて返却期限の２週間で読みきること。

〈ご健康の秘訣は?〉
毎朝通勤時に30分程ウォーキングして１日１万歩以上歩くこと。

〈ご自身のモットーは?〉
何事も前向きに考えるようにする。（できたり、できなかったりですが…。）

〈新年に向けての抱負〉
健康に気をつけて、明るく穏やかに過ごす。

以上年男・年女の皆さまからのお便りでした。年男・年女の皆さまのお声を思い浮べてお便りを読んでいただければ、皆さまのお顔が思い起こされませんか。

お知らせ

社会保険倶楽部の本部組織から脱退していますが、本部の社会保険倶楽部のホームページの支部だよりのなかに富山支部のコーナーが開設されました。

お時間のある時に一度ご覧になって見てください。全国の支部の状況が見られますよ。

訃報

昭和57年に社会保険庁へ出向され、富山の協力者であり、よき理解者であった川井史明さんが令和７年10月28日にお亡くなりになられましたことをお知らせいたします。

また、富山県人会の大先輩、高辻二郎さんが令和７年７月７日にお亡くなりになられましたことをお知らせいたします。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

倶楽部来訪者

熊谷 武夫さん	五月一三日
江尻 隆彦さん	五月一五日
清水 信治さん	五月一九日
畠山 義明さん	五月二二日
直江 重樹さん	五月二七日
丸山 俊夫さん	五月二八日
高見 直哉さん	六月二四日
朴木 哲朗さん	六月二六日
一谷 雅治さん	六月二七日
高見 直哉さん	六月三十日
直江 重樹さん	七月 八日
蜷川 恭市さん	七月 八日
森 日出夫さん	七月 九日
長永 好市さん	七月一五日
荻野 清隆さん	七月二三日
朴木 哲朗さん	七月二四日
森 日出夫さん	八月 一日
金本 清治さん	八月 六日
直江 重樹さん	八月一九日
朴木 哲朗さん	九月二五日
直江 重樹さん	九月二九日
山田 健二さん	九月三十日
高畑 稔さん	九月三十日
高見 直哉さん	十月 三日
丸山 俊夫さん	十月 十日
堀 清保さん	十月二三日
岩田 善治さん	十一月一三日
堀 清保さん	十一月二五日
長永 好市さん	十二月五日

編集後記

新しい年を迎えるにあたりまして、富山県社会保険倶楽部会員の皆様の益々のご健勝を心から願っております。

前任の事務局長から「たちやま」の発行をバトンタッチされ、誌面づくりに四苦八苦。前任の偉大さに脱帽です。「読みやすい誌面づくりを」と引継ぎを受けましたが、私の力はご覧のとおりです。面目ない…。

とにかく第48号を無事に皆様のもとへお届けすることができ、まずはひと安心できました。

今後も皆様のお力（原稿等）を借りながら、「たちやま」を発行していきます。よろしくお願いいたします。

倶楽部会員の皆様におかれましては、本年も同様に日々の体調管理にはどうかくれぐれもご留意願います。