

# 互助 あづま

## 第 33 号

令和5年10月25日

山形県教職員互助会  
退職互助部東南置賜支部

発行者 山口 和 夫  
住 所 米沢市南原横堀町2809  
T E L (0238)38-5281



### 活動再開に思う

副支部長 二瓶 直 樹



新型コロナウイルス感染症は、令和五年五月八日から五類に移行され、季節性インフルエンザと同様の位置づけになりました。それに伴って、人々の意識や生活の在り様も、ウィズコロナからアフターコロナに転換しつつあるようです。

東南置賜支部の諸活動は、令和二年以来、相次いで中止を余儀なくされましたが、今年度は四年ぶりに再開できて、本当に嬉しく思います。久しぶりの再会は笑顔の挨拶に始まり、会場のあちこちで人の輪ができました。懐かしい思い出話や近況報告で大いに盛り上がり、瞬間に時が過ぎました。同じ時代に東南置賜の教育に携わったご縁に感謝し、これからも大切にしたいと思えました。

先日の研修会では、健康寿命について学ぶ機会をいただきました。日本は世界有数の長寿国になりましたが、健康寿命はそれほど延びていないのが実状です。しかし、この度の講演を拝聴して、これからの暮らし方次第で健康寿命は延ばせることを確信しました。

よく耳にする「健康第一」の言葉は、健康が幸せの基盤であり、万人共通の願いであることを表しています。当支部におきましても、皆様の健康長寿を願いながら、事業運営に取り組んで参ります。

新型コロナウイルスは、未だに特效薬がなく、感染が繰り返されています。会員の皆様には、感染予防対策を継続し、健やかに過ごされますようお願いいたします。



令和五年度 第31回 東南置賜支部総会

四年ぶりに開催



山口和夫 支部長

令和五年度東南置賜支部総会は、六月十七日(土)、南陽市熊野大社澄誠殿を会場に、三十四名の出席者で開催されました。コロナウイルス感染症が五類感染症に位置付けられたのを受けて、今年は四年ぶりに総会の後、研修会と親睦会も行うことができました。開会の言葉に続き、山口和夫支部長のあいさつでは、総会を開催できなかった期間中の支部活動の状況や役員改選などについて報告がありました。また、米寿・喜寿の方々へお祝いの言葉が送られました。

その後、議長に南陽地区の高橋哲雄氏を選出し、協議に入りました。令和元年度～三年度事業・会計予算決算報告並びに監査報告、令和四年度事業報告、令和四年度会計予算決算報告並びに監査報告があり、承認されました。続いて佐藤鐵舟氏を委員長に選考委員会を行い、令和五年度新役員が提案されました。朽木慶一副支部長、鈴木淳一副支部長、岸順一監事、小林知可志幹事の四名の新役員をはじめ新役員体制が承認されました。令和五年度事業計画案として、本年度は一日研修を飯豊町白川荘で実施することや支部会報三十三号を発行することなどが提案されるとともに実施のための予算案も提案され、すべて原案通り承認されました。閉会の後、山形県教職員互助

びに監査報告があり、承認されました。続いて佐藤鐵舟氏を委員長に選考委員会を行い、令和五年度新役員が提案されました。朽木慶一副支部長、鈴木淳一副支部長、岸順一監事、小林知可志幹事の四名の新役員をはじめ新役員体制が承認されました。令和五年度事業計画案として、本年度は一日研修を飯豊町白川荘で実施することや支部会報三十三号を発行することなどが提案されるとともに実施のための予算案も提案され、すべて原案通り承認されました。閉会の後、山形県教職員互助



総会の様子

会本部より、退職互助部事業実施状況について報告がありました。また、公務員の定年引上げに関わり、令和五年度から退職互助部の在り方について専門委員会を開催し、検討が始まることなど説明がありました。参加会員からは、会員の住所把握が難しくなってきたことなどに関わる意見も出されました。研修会では、置賜総合病院リハビリテーション部 技師長 井上健氏を講師に、「ロコモを防止で延ばそう健康寿命」をテーマに講演をしていただきました。久しぶりの親睦会では和やかな懇談と交流ができ、やっとなを合わせることで喜びを語り合いながら、楽しいひとときを過ごすことができました。



米寿の皆様

大変お世話になりました。

令和五年度役員

- 支部長 山口 和夫(米沢)
  - 副支部長 猪口 和男(米沢)
  - 〃 朽木 慶一(南陽)\*新
  - 〃 二瓶 直樹(高島)
  - 〃 鈴木 淳一(川西)\*新
  - 監事 高井 雄司(高島)
  - 〃 岸 順一(米沢)\*新
  - 事務局長 神尾 正俊(米沢)
  - 会計幹事 梅津 暢子(米沢)
  - 幹事 本間 勝美(米沢)
  - 〃 棚村 順子(米沢)
  - 〃 星 俊之(南陽)
  - 〃 廣居 安子(南陽)
  - 〃 小林知可志(南陽)\*新
  - 〃 石川 つぎ(高島)
  - 〃 後藤 善一(川西)
- よろしくお願ひ致します。
- 〈退任者〉
  - 副支部長 高橋 勘二(南陽)
  - 監事 金屋 慶助(米沢)

大変お世話になりました。



講演

ロコモを防いで延ばそう健康寿命

公立置賜総合病院 リハビリテーション部

技師長 井上 健氏



本講演は、健康寿命延伸の観点から、運動器機能不全（ロコモティブシンドロームロコモ）に焦点を当てて開催された。私たちが直面するであろうロコモとその予防策について、ユーモアを交えながら分かりやすく解説していただき、大変有意義な研修機会になった。講演の要旨は、次の通りである。

平均寿命は延びているが、健康寿命（医療や介護に依存しない期間）はそれ程延びていない。介護が必要になる三大要因は、次の三つである。①運動器疾患②認知症③脳血管疾患

ロコモとは、運動器障害のために移動機能の低下をきたし、進行すると要介護のリスクが高まる状態である。しかし、運動を大事にすることで、加齢による筋力の衰えや骨折等を回避し、認知症も予防できる。

自分でロコモの可能性を確認する方法として「七つのロコチェック」があり、一つでも該当する場合は「ロコトレ」に取り組むことが大切だ。二つの基本運動として、バランス能力や筋力を鍛える「片脚立ち」と下肢筋力をつける「スクワット」がある。さらに、手を後ろに振る二十分間の「ウォーキング」を勧める。

「ロコトレ」と「ウォーキング」等の運動によって、バランス能力が改善され、コアマッスル（脊柱を支える筋群）が鍛えられる。トレーニングの際には、体の動きを知り、大事な筋肉（上腕三頭筋や腸腰筋等）を意識しながら取り組むとよい。

運動は、認知症や生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸につながる。

支部活性化事業

秋の一日研修

四年ぶりに本支部独自の健康増進のための「秋の一日研修」を、九月九日、飯豊町白川ダム湖畔の「白川荘」を中心に実施しました。研修内容は、パークゴルフ、森林浴・散策・写真、陶芸、温泉入浴、麻雀など、屋内外の種目を悪天候にも対応できるように準備しました。



前日まで台風が心配されましたが、天候に恵まれ、参加者二十三名の方々が、それぞれの種目で和気あいあいと研修を楽しむことができました。昼食は、「白川荘」ならではのおいしい料理に舌鼓を打ちながら、午前中の種目について語り合ったり旧交を温めたりして、親睦を深める楽しい懇親会となりました。午後の研修を終えて、閉会行事では感想や要望を出し合いました。心身のリフレッシュにはうってつけの研修です。ぜひ参加してみませんか。



会員のページ

ナセB Aで回顧展

亀岡 博(米沢市)



今年の六月二十七日から七月二日まで、私はナセB A一階にある米

沢市民ギャラリーで、念願の米寿記念回顧展「亀さんのZAKKA展」を開催しました。市民ギヤラ

リー全室を使用し、中学時代の小品から始まり、高校、大学、中学校図工教員時代、そして退職後二十七年の水彩画、彫塑、木工品版画(シルクスクリーンの年賀状五十年)、はにわを含む焼き物、木工本棚、半分は手造りの仕事場の写真、製作に関わった雪灯籠まつり鎮魂の塔の写真、高森先生と米沢牛の恩人チャールズ・ヘンリー・ダラスのレリーフ等、今まで制作した作品一七九点をかき集め展示しました。これらの作品は中央展で活躍す

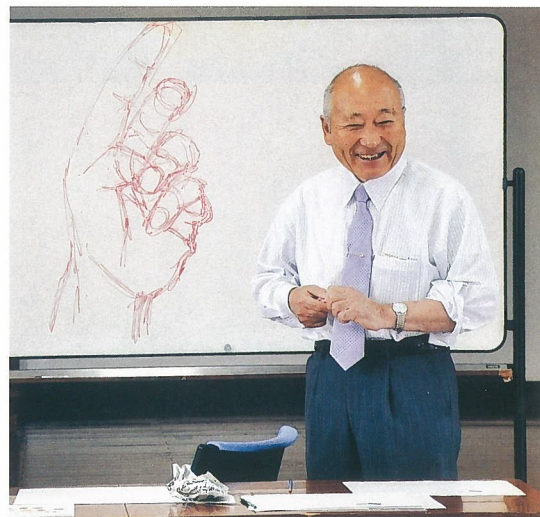
る仲間には比べられるレベルではありませんが、中学校の図画工作(現在は美術)の教員としての教材研究と言えます。図画工作の学習分野は広く、教員自ら制作することは、生徒の作品に向かう気持ちや苦勞、完成したときの喜びを共有できるからです。

以前から風景や人物を描くときは、私なりに「現場主義」と言っています。その場に行つて写生し、人物はモデルを前にして描く事を基本にしております。戦争や平和に対する心の表現、東日本大震災に対する哀悼の表現等は、抽象画で表現しました。教職員の異動では、得意種目のない私は、新任教員の事情に合わせ、バスケットボール、陸上競技、サッカー、野球、剣道、応援団等、部の顧問を担当し、応援団では横断幕や腕章の手づくり、陸上部のユニフォーム

ムのデザイン、剣道部の旗のデザインをしました。ある中学校では校名標識塔の製作をするなど、図工の技術を校内整美に生かしてきました。この回顧展は、図工教員の最後の仕事と考えます。

戦後七十数年、先輩と共に市民の作品の発表の場の建設を願い、市当局への陳情、署名運動とその他の活動を重ね、ようやく出来上がった市民

ギャラリーで個展をやりたいという願いがやっと実現しました。この回顧展開催に御協力下さいました皆様に心より御礼申し上げます。





# 教育事務所時代の思い出など

高橋 正 (南陽市)



私は県職員として四十六年間勤務した中で、知事部局から教育委員会へ出向と

いう形で、昭和五十三年から五年間東南置賜教育事務所に、そして平成十七年から置賜教育事務所に三年間勤務致しました。

東南置賜教育事務所での仕事は、総務課に席を置き庶務会計の仕事の傍ら、学校事務職員の指導という立場で、直接管内の学校を巡回させて頂きました。

そんな中で事務職員の方はもちろんのこと、校長先生や教頭先生にも、教育問題や会計事務職員の悩みなどについていろいろとお話を親しく聞かせて頂き、学校現場について全く分からなかった私にとって大助かりでした。

置賜教育事務所の際は総務課長

補佐として、部下の指導や事務所全般の運営などにたずさわりました。

教育事務所は知事部局とはかなり雰囲気の違いと戸惑うことも最初はいろいろと戸惑うことも沢山ありましたが、事務所の皆さんはとても親切で、日がたつにつれて居心地の良い、楽しい職場だと思えるようになりました。

今でも忘れられないのは、事務所恒例の川柳大会で「三時の茶我先に集う暇な順」の句で、最高賞の「天」を取ったことがあり、それがきっかけで川柳がとても好きになったのを覚えています。

また、当時社会教育課の加藤正人先生と二人で製作したスライド「鶴の恩返し」が、昭和五十九年度全国自作視聴覚教材コンクールにおいて文部大臣賞を受賞し、沢山の方々祝福していただいた時の感激は今でも忘れられません。

仕事では、皆さんそれぞれに、いろいろな緊張感を強いられた厳しい立場での毎日だったと思われましたが、所内の雰囲気はとても明るく活気に満ちた職場だったと思います。

県職員を退職して十三年。私も今年で「喜寿」となり、今ではいろんな役職をすべて退きました。そのためか、何かと老いを感じながらのスロウライフの日々です。

そんな中で、短歌の会「宮内アラギ会」に入会させていただきました。十年目になりますが、趣味の一環として先輩たちに学びながら、楽しく短歌作りに励んでおるところです。

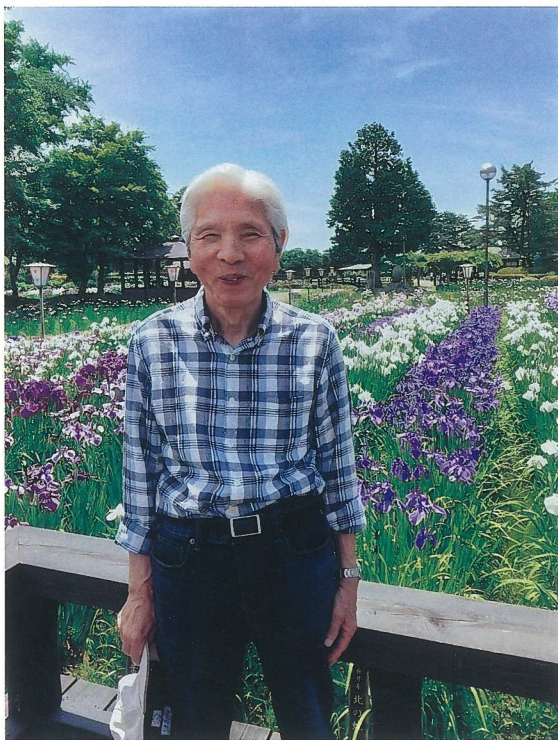
思えばこれまで、私も写真・版画・川柳・物書きなどに興味を持ち挑戦してきましたが、やはりどんなものにもそう簡単に到達出来

ない奥深さというものがあって、短歌の世界もまた同じで、私もその秘められた奥深さに魅せられ夢中になって一人です。

人は日々の暮らしの中において、夢中になって楽しめるものが一つでもあるということはとても幸せなことであり、私のような歳になるとしみじみとそう感じられるのです。

♣アラギの短歌の道に踏み込めば奥の深さに魅せられ夢中

♣身边を整理し臨む新ステージ 歳は取れども夢は大きく





# 実相坊と上杉初代藩主景勝公に関わること

横 沢 健 次 (川西町)



互助「あづま」へ掲載の原稿依頼を受け、何を寄稿したらよいか苦悩したが、

互助にふさわしいものかと思いつき、常にある私の中で生き方の教訓として（祈禱師で墓碑は金剛薩埵と記されている）と上杉藩初代藩主景勝公との間に起因するエピソードについて触れてみることにした。



実相坊の墓碑（金剛薩埵）

時代は江戸初期（慶長九年）の

出来事で、上杉景勝公には長い間子どもに恵まれなかった。正室は武田信玄の娘菊姫で甲斐御寮人と呼ばれ、仲睦まじかったが病弱であつた。そこで慶長八年、京都から四辻大納言公遠の娘（十八歳）が側室として迎えられ、翌年めでたく懐妊したが、大難産のため、藩中の名医や神社仏閣の祈願祈禱もむなしく効験はなかつた。

そんな折り、ある家臣のひとり「城下の堀金村に安産の祈禱で有名な修験者（実相坊）があるので、彼を召し出しては如何でしょうか。」と進言した。百策尽きた場合であつたので、それこそ幸いと早速実相坊を殿中に迎え、祈禱に当たらせた。

実相坊の誠心込めた祈禱により、見事にその験が現れ、安産。母子共に極めて壮健であつた。こうして生まれたのが景勝の嫡子玉丸（後の定勝）で、景勝五十歳の時

である。（米沢市史、堀金堰史より）

この時の景勝公は「ご喜悅無限で、「ご褒美を差し上げたいので何なりと申し出てみよ。」とのことであつたが、その時の実相坊の答は実に尊いもので、「自分は修験者の独り身で、なんの財産も必要ではない。若し幸いにお許し下さるならば、私の居村堀金村一帯は田水に困難なことが甚だしいので、堰を設けて灌漑を潤沢にすることを講ぜられたい。これは誠に過大な望みであるが、村民末代までの幸福のために懇願いたします。」と願われた。

藩主はその志を嘉とし、願いを聞き入れ、早速直江兼続に命じ、鬼面川の流水を引くとともに轟方面の落水を引いて堀金方面の田水を豊富にした。こうしてできた水路が我が地域の堀金堰で、堀金全域の約二七〇町歩水田に大きな役割を果たしている。



堀金地区の広大な水田

このような歴史的な出来事をもたらした美しい心の持ち主の実相坊が、我が堀金地区に居住したことは誇りであり、実相坊の立派な行為が、川西町堀金地域の住民に感銘を与えている。後世の多くの人々にも伝えられていくことを願うと共に、我が屋敷に眠る実相坊を敬愛し、この尊い行為に感銘を受けつつ、我が人生の生き方に多少なりとも生かす努力をしたい。



おめでとーうございませす

令和五年度

米寿、喜寿を迎えられた方々を  
ご紹介いたします。(順不同、敬称略)

米寿

(昭和十一年一月一日、  
十二月三十一日生まれの方)

- 米沢市 (十六名) 島貫 ミツ・亀岡 博
- 高野 讓・後藤 義雄・鈴木美佐子
- 木村 喜雄・鈴木 啓一・佐藤 繁夫
- 須田 忠光・玉上 利恭・田中 武
- 榎 正枝・吉田 マサ・森谷 賢一
- 雨田 秀人・後藤 金子
- 南陽市 (七名) 原田 視代・菅井 ちる
- 渡部 久夫・泉妻 正路・中沢 こと
- 佐野 翠・新藤 是彦
- 川西町 (二名) 遠藤 次雄・佐藤トシ子

喜寿

(昭和二十二年一月一日、  
十二月三十一日生まれの方)

- 米沢市 (十二名) 佐藤 秀子・新藤つぎ子
- 加藤 眞琴・河野美代子・伊藤 裕子
- 伊藤 和夫・伊藤 誠一・山根 秀樹
- 安孫子発代・沖津 信也・長岡 信浩
- 手塚 宮雄
- 南陽市 (十一名) 遠藤 幸夫・高橋 正
- 菊池登喜子・菊地 史雄・山水 憲子
- 佐藤 庄一・奥山 孝・平 すみ
- 渡部つぎよ・前田みゆき・山村 嘉弘
- 高島町 (七名) 佐藤 正洋・安部 豊
- 村上キヨエ・高井 雄司・石山 勘一
- 中川 和子・野本 弘
- 川西町 (一名) 船山 孝昭

令和五年度  
新会員

- 米沢市 (十二名)
- 榎本 文裕
- 瀧澤 孝
- 皆川 芳久
- 鈴木 一法
- 嵐田 斉子
- 徳間 由美
- 海和 雅人
- 安部 恵美
- 中村 純一
- 富所 謙一
- 小倉 聡子
- 渡邊 敬子
- 南陽市 (三名)
- 菅井 浩之
- 高橋 明美
- 高橋 俊章
- 川西町 (二名)
- 佐藤 英樹
- 田宮 健一

《喜寿の方より》  
今年も天上の花園へ

高井雄司 (高島町)



六月中旬、午前六時、十名ほどの山仲間と車に分乗して走ること一時

間余り。いよいよここから標高差一、〇〇〇m、約四時間の登りが始まる。ヒノキの仲間か、鬱蒼とした樹林の下は一面の笹の原。やがて、ナラの明るい林。登山路は斜度を増し、標高一、一〇〇m付近の溶岩台地の緑に達する。小休止のあと、やがて再び息が切れるほどの急な登山路。標高一、五〇〇mを超すころは、麓の緑の大地が足元に見える。累々とした火山岩の間、山頂に至る道は不安定で気が抜けない。幾たびもの火山活動を物語る崖には溶鉱炉から出したばかりの鉱滓が固まったような赤茶色、紺色、灰黒色、灰色などの溶岩の地層。崩れやすい火山礫の道、周辺には春から夏の季節を捉えたさまざまな高山植物が開花の準備中だ。息を切らして登っていくと、やがて眼の上に大きな火山岩の表面にはめ込まれた「不忘の碑」…。



ユキワリコザクラ

不忘山。標高一、七〇五m。忘れがたい山名、そして太平洋戦争末期にB-29の謎の山体衝突というミステリアスな歴史をふところに秘めた蔵王連峰最南端の山。  
毎年六月中旬は、近県の山・花好きの心を惑わす時期となる。不忘山とその北に位置する南屏風岳の間の急峻な吊り尾根は天上の花園。中でも秀逸はユキワリコザクラ。草丈一〇cmほどのサクラソウの仲間。火山岩の岩陰のあちこちにピンクや薄紫色に咲く花は何とも愛らしい。飯豊連峰を北限としたハクサンコザクラ。朝日・吾妻・蔵王連峰を南限としたヒナザクラの境界に挟まれたこの山域だけに自生する名花である。  
喜寿の歳、周りからは「まだ山に…?」と言われるが、うーん、まだまだ。

## 令和5年度 事業計画

### 1. 事業の目的

会員相互の連絡、親睦、ならびに福祉の増進を図ることを目的とし、次の事業を実施する。

### 2. 事業の内容

- (1)総会・研修会・親睦会の開催
- (2)支部活性化のための事業推進（支部会報「互助あづま」の発行及び一日研修の実施）
- (3)支部事業推進のための幹事会・事務局会の開催
- (4)会員の動静把握
- (5)県教職員互助会ならびに県内各支部との連携

## 令和5年度 会計予算

### (収入の部)

項目	令和5年度予算額	令和4年度予算額	増減	摘要
支部運営資金	1,096,000	1,105,000	▲9,000	720円×1,000人+400,000円-24,000円(本部預り金)千円未満切捨て
雑収入	0	10	▲10	無利息型普通預金口座のため
計	1,096,000	1,105,010	▲9,010	

### (支出の部)

項目	令和5年度予算額	令和4年度予算額	増減	摘要
会議費	250,000	20,000	230,000	幹事会・事務局会経費 会議室使用料
印刷製本費	380,000	200,000	180,000	会報印刷 総会資料印刷 一日研修案内印刷
通信運搬費	20,000	20,000	0	郵送切手代
旅費交通費	85,000	55,000	30,000	
諸謝金	150,000	80,000	70,000	日当 筆耕謝礼 講師謝礼
消耗品費	10,000	40,000	▲30,000	インク 用紙等
食料費	0	0	0	
支払手数料	1,000	1,000	0	両替手数料
研修旅行費	200,000	0	200,000	
雑費	0	689,010	▲689,010	
計	1,096,000	1,105,010	▲9,010	

## 令和4年度 会計決算

### (収入の部)

項目	令和4年度予算額	令和4年度決算額	増減	摘要
支部運営資金	1,105,000	1,105,000	0	720円×1,013人+400,000円-24,000円(本部預り金)千円未満切捨て
雑収入	10	1	9	利子
計	1,105,010	1,105,001	9	

### (支出の部)

項目	令和4年度予算額	令和4年度決算額	増減	摘要
会議費	20,000	8,618	11,382	幹事会・事務局会経費 会議室使用料
印刷製本費	200,000	197,443	2,557	会報印刷 封筒印刷 資料コピー代等
通信運搬費	20,000	17,704	2,296	郵送切手代
旅費交通費	55,000	38,406	16,594	旅費
諸謝金	80,000	74,728	5,272	会報謝礼 日当
消耗品費	40,000	16,500	23,500	インクカートリッジ 等
食料費	0	0	0	
支払手数料	1,000	1,410	▲410	両替手数料
研修旅行費	0	0	0	
雑費	689,010	5,000	684,010	香典
計	1,105,010	359,809	745,201	

### 表紙写真説明

## 「大宮神社に奉納する獅子舞」

川西町下小松にある大宮神社は、安産の神と伝えられています。創建は、奈良時代の初め、伝説によれば、ある日、年の頃三十ばかりの女が産気に加え旅の疲れで困り果てていたのを、土地の老人がこれを見つけ手厚く介抱し、やがて玉のような男の子の誕生をみたといえます。その女は、「私は、遠江の国の者です。あなたのお陰は勿論、日頃信仰する大宮子易大明神のお陰で無事お産をすることができました。」との言葉を残し立ち去ったといえます。老人は、人々と相談して、社を建て大宮大明神と名付けたといえます。

古くから遠江からの参拝者が多く、維新後、村社となり更に明治四十四年四月、神饌幣帛(玉串料)を供進する指定村社となりました。この頃が神社に奉納する獅子舞の始まりとされています。その獅子舞は毎年七月三十一日に奉納されました。(写真提供、神社総代 青木忠和様)

## 東南置賜支部だより

山形県教職員互助会は、医療補助金の給付、宿泊施設利用補助や健康増進・芸術鑑賞補助、生涯学習サポート・法律相談などの事業を行っています。

当支部では、健康で充実した生活が送れるように、六月には総会・研修会・親睦会を、九月には一日研修を開催しました。今年度は、できるだけ多くの皆様に参加していただけるように、主な行事を土曜日に設定してみました。また、会報「互助あづま」を発行しています。

今後とも、皆様の声を大切にしながら支部活動を行っていく所存ですので、お気づきの点などございましたら、お知らせいただければ幸いです。会員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## あとがき

今年度も、会報「互助あづま」第三十三号を発行でき、会員の皆様にお配りできましたことを嬉しく思います。お忙しい中、玉稿をお寄せくださいました方々に、感謝申し上げます。

線状降水帯による記録的な大雨や熱中症警戒アラートの発令、いまだ続くコロナの波等々、私達を取り巻く環境はますます厳しさを増しています。そんな中で、総会を開催し、一日研修の実施をすることができ、久しぶりの再会に旧交を温める場面が見られました。

当支部では皆様の声をもとに、会員のお役に立てるようと思っています。この会報へのご批評や会への要望などがありましたらお寄せいただきたいと思います。今後ともご指導を宜しくお願いたします。

編集委員 二瓶・猪口・朽木・神尾

梅津・棚村・廣居・後藤