

組合員数116,881人  
支部数 935  
読者数 70,144人

(5日現在)

(連絡先) ☎03(5978)2751 FAX03(5978)2777  
E-mail:honbu@nenkinsha-u.org  
ホームページ/年金者組合と入力し検索して下さい。

# 年金者しんぶん

第355号 2019年7月15日(月)  
(通巻第554号)

全日本年金者組合中央本部

〒170-0005東京都豊島区南大塚1-60-20天翔大塚駅前ビル  
発行人 金子 民夫 月刊 1部100円(組合費を含む)  
昭和57年6月30日第三種郵便物認可

## 暴走政治ストップの年金大運動へ

全日本年金者組合 第24回定期大会



全日本年金者組合は6月19、20の両日、静岡県伊東市の「ホテル聚楽」で第24回定期大会を250人の参加で開催しました。政府・金融庁が「老後に2000万円の金融資産が必要」と報告し、公的年金が生活を支えるものとはなっていないことと国民の怒りが沸騰している今こそ、「年金者組合の出番」。結成30周年を祝う式典・レセプションも行い、30年の成果・前進を確認し、「若い人も高齢者も安心できる年金制度」実現へ、金子民夫委員長、廣岡元穂新書記長を先頭に地域から運動を進め、参議院選挙勝利、14万組織への発展を決定しました。

国民の怒り、期待うけ署名、宣伝訴える

若者も  
高齢者も  
安心できる年金制度を

大会は議長に平川節夫さん(北海道・兼子隆昭さん(神奈川県・南保易弘さん(兵庫県)を選出し、大会諸役員を承認して議事に入りまし

た。まず、金子民夫委員長が署名活動、年金裁判、仲間づくりなどの運動で全国の仲間が奮闘してきたことに感謝をのべ、その経験・教訓をみんなのものにしようと呼びかけました。そして、憲法を改悪して戦争で

### 参院選勝利へ地域で行動 新書記長に廣岡元穂氏

報告を熱心に聞く  
代議員のみなさん



経験報告し、方針案の強化へ質問・提言を行いました。

議事をいったん中断し午後4時30分から結成30周年記念式典を行いました。

した。

年金裁判弁護団の小平正治弁護士からミニ講演(2面に要旨掲載)を受け、田中諭書記長が冒頭に「老後2000万円必要の報道以来、支給日宣言などでの国民の反応が

レセプションのフィナーレで大いに歌い上げ前進を誓いました

変わり、政府への怒りと年金者組合への期待が高まっている」とのべ、総括と活動方針(1号議案)を提案しました。

討論では38人(文書発言を含む)が、県本部、支部での活動をふまへ、

東京弁護士事務局長(6面掲載)から、連帯と激励のあいさつを受けました。

6時30分からの記念レセプション(6、7面に掲載)では来賓、中央本部役員OBとともに、き

たがわてつさんの歌と前進の踊りを楽しみ、フィナーレは仲間の合唱で、「歴史に学び未来をひらく」にふさわしいものでした。

2日目は1号議案を賛成多数(保留1)で採択した後、仲間づくり、署名、共済、機関紙の顕彰、表彰を行いました(5面掲載)。

決算、予算、会計監査報告、全労連決算・監査報告を全員の賛成で採択しました。規約改正(3号議案)は、賛否意見があり、金子委員長の「次期大会まで討議を続け決定する」とのまとめを確認しました。

新中央役員(3面に掲載)を選出し、大会宣言とアピール(2面に要旨掲載)を採択し、議事を終了。退任役員からあいさつをうけ、「団結がんばろう」で締めくくりました。

(2、7面に関連記事)

### 風雪

▼「京都府本部の30周年祝賀会で、年金者しんぶん5月

号掲載の替え歌特集ページのコピーが配られ、皆で合唱したよ。こう金子委員長に聞かされて、梅雨模様だった気持ちがパッと晴れになった。

▼編集部には、今も替え歌が送られてきていて、秋にでも第二弾をやりたいと考えている。全国の仲間たちに感謝するばかりだが、読者に募集するだけでは怠慢ではないかと、「風雪」子も作ってみた。元歌は守屋浩の「有り難や節」である。

▼「金がないので何にも買えず妻に逃げられ泣いてます。腹が減ってもおまんま食えず寿命あるのあの世行き。ありがたやありがたや。近頃年金下がり今も未来も真っ暗だ。だて行くことたくさんござる。天国無理でも、地に地獄。」

▼暗すぎると叱られそうだが、こんな歌を実感こめて歌わないため、参議院選挙「ストップ安倍暴走。一緒に頑張ろう」。

結成30周年祝い、式典・レセプション  
6、7面



## 6 年計画を超過達成 高齢者比率を常に追求

楽しみ活動で拡大進む  
是非とも500人支部を

春の仲間づくり月間で  
札幌西支部は35人増やし

## 大会代議員の発言から

仲間が増えると自信に  
2年で300人の組織を

仲間増やしの日向支部  
の経験をお話したいと思  
います。

仲間を増やさなければ減る、2カ月の議論を経

今年5月末までに230人の支部にしようと決定しました。パンフレットと紹介カードを作って全組合員に配布、みんなでやるなら統一行動を計画。毎回10人ほど参加しています。仲間が増える

札幌地裁判決に怒り  
交流広げ経験に学ぼう

「ち」も抜本的に改善し、編集委員会を6人に強化、23人の配達体制を作り、月初めに一斉に配布、中旬には中央と府本部の機関紙を配布し、月2回、支部と組合員を結んでいます。

昨年6月以降、毎月新しい仲間を迎え52人に到達し、目標の230人に達しました。定期総会では2年間で3000人の「組織を作ろう」と確認し、今年30人、来年40人の実増に挑戦です。

20万円以上はわずかに11・6%、15万円以上では40%、残る60%が15万円以下です。この低い年金をマクロ経済スライドによって減額するわけですから怒り心頭です。裁判闘争と年金制度のあり方を

埼玉県・土井清

年金裁判では、残念な

から札幌地裁から敗訴判決が出されました。不当判決に気落ちせず、11万人の組合員と多くの国民に依拠して、勝ち抜きましょう。提案ですが、まずは都道府県との交流から始めませんか。各県の推

金融庁の「老後に200万円貯蓄が必要」との審議会報告は「欺瞞」です。夫婦で月20万円程度もらっている人が何人いるでしょうか。

埼玉県本部の調査では、3116人の回答で

退任役員

|          |          |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|----------|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 田島 茂副委員長 | 茶谷實信副委員長 | 安齋 通中執 | 飯島明子中執 | 岡本毅一中執 | 小田憲郎中執 | 佐々木長中執 | 田中金春中執 | 田村照代中執 | 橋本廣子中執 | 藤田孝一中執 | 藤巻恵子中執 | 松原光男中執 | 峰野康子中執 |
|----------|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|

大会で選出された  
中央委員

[illegible]

# 大会代議員の発言から

## 命尽きるまで一緒にと 定着への努力を続ける

神奈川県・石黒 良行



まず、春の仲間づくりで中央の特別顕彰基準を突破した2支部について報告します。

一つ目の綾瀬支部は、12月末から組合員数を14%増加させました。中央の提起する「行政区ごと支部づくり」を土台に

支部で新組合員を迎えましたが、「1万1000人の峰」の目標には苦戦し、6月30日まで月間を延期して達成を目指します。

## 地域に「支援する会」作り、 裁判運動を住民とともに

大阪府・勝井 正



大阪の裁判では、6月の裁判を含め27人が意見陳述しました。公正裁判

毎月の年金相談会や共同墓所で仲間は着実に増えています。しかし「1万1000人の峰」の目標には苦戦し、6月30日まで月間を延期して達成を目指します。

を求める署名は一方を超えました。裁判運動の特徴の一つは、地域に「支援する会」をつくり、地域住民とともに運動を進めています。学習会もほとんどの支部で開き、裁判募金もワンコイン募金だけでなく物資販売などを進めています。

2000万円貯蓄問題

## 原発ゼロめざす「力」を 信じ、新しい峰に挑戦

福島県・佐藤 征司



も47・6%、低い町は4・4%です。

福島の原発事故はまだ終わっていません。復興庁は今年3月に原発による避難者は4万1000人と発表しましたが、実際はもっと多いといわれています。避難指示解除区域の居住率が高い町で

現在、原発被害者が賠償を求める裁判が多く行われています。10件の判決が出されましたが、すべてで東電の責任が認められています。なかでも福島地裁の「生業裁判」は、1審も2審も裁判官自身が現場に足を運び、被災者の声を直接聞いたことで注目されました。年金裁判でも、原告の意



熱心な議論の末、議案に賛成する代議員たち

## 初の女性交流会を生かし 全支部に女性部作りたい

愛知県・渡辺 博子



大阪維新の会による、

いわれる維新政治が市民生活を危険にさらしており、こんなだからこそま

すべての支部に女性部をつくらうと、初めて女性交流会を開きました。楽しいことをやって女性部づくりはいいことだと

なか8支部7人が参加、そのうち女性部がないところが8支部。

男性支部長らが女性2人を連れ女性部総会に参加。今年女性部を作ろうと、今すすんでいます。

女性部があるところ、何も言わなくても女性が集まってくる、そして増

えています。こんな雰囲気が出てきたらいいなあと発言しています。

支部の中で女性部は1人でも2人でもいい、そこで活動することが大切だと思います。

女性の役員は増えていますが、支部長がまだ少

## 女性は低年金で苦しい 増えれば元気も出る

熊本県・尾方 邦代



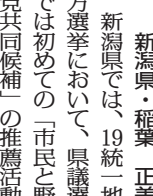
熊本支部では、組合員数が今年大きく落ち込みました。指導部の高齢化や病気による活動の低下のためです。

女性部を中心に楽しい催しをやりながら、世代交代を図っています。熊本、荒尾、人吉球磨、菊池の支部長を女性が担うまでになっています。熊本支部はよい祭り・健康祭りに参加した人たちが働きかけ、一気に目標を突破しました。

「低年金は仕方ない」と、自助の論理が社会に蔓延して、なかなか声を上げられない人がまわりに多数います。こういう人を、支部の学習会や楽しい文化活動などに誘いながら、多く仲間を迎え入れ、一刻も早く「最低保障年金制度」を確立させたいと思います。

## 参院選の勝利で高齢者の 願い実現する政治に

新潟県・稲葉 正美



新潟県では、19統一地方選挙において、県議選では初めての「市民と野党共同候補」の推薦活動に取り組みました。広範な民主勢力とともに地方政治の革新を目指し、共同候補擁立と当選のために頑張りました。

推薦基準は、主に年金者組合の基本要求①最低保障年金制度の創設②基

ない。60支部中7支部です。これから女性役員を増やしていきたい。

愛知県名古屋市中区全国女性代表者会議が来年開かれることになりました。現地実行委員会をつくりみなさまをお迎えする準備を進めています。

女性の低年金は深刻です。熊本では女性の82%が10万円以下です。「高度成長」を陰で支えてきた女性たちが、いま低年金で苦しんでいます。生活保護以下の年金の人もいます。

参院選挙は、日本の命運を分ける歴史的選挙です。高齢者・国民の暮らしと権利を守る政治への

安倍暴走政治を終わらせるために力を尽くすことが、今こそ年金者組合に求められているのではないのでしょうか。参院選に勝利するため、暮らしと日本の未来がかかった選挙であることを共通認識とし、「投票に行こう」と訴えましょう。

(文書発言)



拡大顕彰を受ける群馬県本部

# 仲間づくりなど

第24回定期大会

## 県本部・支部を顕彰

第24回大会では組織拡大、機関紙「年金者しんぶん」拡大、年金署名について、都道府県本部と支部を次の通り顕彰しました。

〈都道府県本部顕彰〉

- ・全支部が目標を持ち成果「群馬県、和歌山、神奈川」
- ・春の月間で県目標を達成「鹿児島」
- ・6力年計画の組合員目標を達成「和歌山」

上「①埼玉 ②山梨、③高知

・「年金者しんぶん」拡大率(105%以上)「①広島、②鹿児島、③茨城、④香川、⑤高知、⑥徳島、⑦滋賀

・年金署名数(1人あたり5筆以上)「①鹿児島、②大分、③三重、④長崎、⑤和歌山、⑥長野、⑦福岡

〈支部関連顕彰〉

- ・基本目標達成支部「山梨・中央市川三郷、山梨・上野原
- ・特別賞「北海道・音更、栃木・足利、安蘇、山梨・韮崎、埼玉・白岡、千葉・富里、愛知・江南、佐・岡山、備前、山口・山陽、広島・福

山・東広島、高知・中芸、宮崎・県西・都北、東京・三宅島、青森・むつ・川内、千葉・印西、栄、愛知・津島、兵庫・神戸北、和歌山・有田、愛知・岡崎・尾張旭

〈共済活動顕彰〉

- ・組合活動・事故見舞共済「①福島、②埼玉、③新潟、④千葉、⑤奈良、⑥交通災害共済」①埼玉、②神奈川、③千葉、④愛知、⑤静岡
- ・火災共済「①大阪、②静岡、③千葉、④埼玉、⑤熊本
- ・火災共済キャンペーン(5件以上増やした支所)「①大阪、②埼玉、③静岡、④千葉、⑤兵庫、⑥神奈川、⑦福岡、⑧愛知、⑨熊本、⑩京都、⑪北海道、⑫茨城、⑬東京、⑭広島、⑮群馬、⑯鹿児島

## 機関紙コンクール審査結果

### ◎都道府県本部の部

- 最優秀賞 (1点)**  
「年金者しんぶん神奈川県版」
- 優秀賞 (3点)**  
「年金者しんぶん福島」  
「兵庫年金者組合」  
「和歌山年金者組合」
- 入賞 (3点)**  
「年金滋賀」  
「年金者しんぶん大阪」  
「年金者しんぶん熊本県版」
- 努力賞 (4点)**  
「道年金者組合ニュース」  
「年金者しんぶん秋田版」  
「ねんきん埼玉」  
「京都年金者しんぶん」

### ◎支部の部

- 最優秀賞 (1点)**  
「星のまち交野」(大阪・交野支部)
- 優秀賞 (8点)**  
「ねんきんオトブケ」(北海道・音更支部)  
「年金いずみ」(宮城・泉支部)  
「年金みぬま」(埼玉・さいたま見沼支部)  
「ねんきん品川」(東京・品川支部)  
「年金のなかま平塚」(神奈川・平塚支部)  
「港南支部ニュース」(神奈川・港南支部)  
「伏見」(京都・伏見支部)  
「大村年金者しんぶん」(長崎・大村支部)
- 入賞 (11点)**  
「ねんきんにし」(北海道・札幌西支部)  
「支部ニュース」(岩手・一関支部)  
「ねんきん富士見」(埼玉・富士見支部)  
「年金ちくさ」(愛知・千種支部)  
「ゆうすい」(静岡・三島支部)  
「甲賀ねんきん」(滋賀・甲賀支部)  
「たけのみち」(京都・向日支部)  
「年金者はびきの」(大阪・羽曳野支部)  
「年金者たかつき」(大阪・高槻支部)  
「ありだ」(和歌山・有田支部)  
「年金ひがし」(福岡・福岡東支部)
- 努力賞 (13点)**  
「年金者組合三八支部ニュース」(青森・三八支部)  
「きすな」(秋田・秋田市支部)  
「年金よねざわ」(山形・米沢支部)  
「支部だより」(埼玉・川越支部)  
「年金かわら版佐倉」(千葉・佐倉支部)  
「すぎなみ」(東京・杉並支部)  
「年金者八王子」(東京・八王子支部)  
「かがやき」(長野・松筑支部)  
「たんご」(京都・丹後支部)  
「北のもず」(大阪・堺北支部)  
「ねんきん但馬」(兵庫・但馬支部)  
「年金紀の川」(和歌山・紀ノ川支部)  
「那覇支部だより」(沖縄・那覇支部)
- 特別賞 (1点)**  
「年金の仲間」(神奈川・相模原支部連絡会)
- ◎女性部の部**
- 優秀賞 (1点)**  
「あさひ女性の会」(神奈川・旭支部女性の会)
- 入賞 (2点)**  
「女性部だより」(北海道本部・女性の会)  
「ひまわり」(和歌山県本部・女性の会)
- 努力賞 (2点)**  
「かたくり」(北海道・札幌女性部)  
「しゃぼん玉」(神奈川・平塚支部女性の会)

## 第30回機関紙コンクール講評

### 驚くばかりの充実ぶり

#### 仲間づくりの追求にひと工夫を

日本機関紙協会事務局長 白岩 壽光

今年は節目の第30回機関紙コンクールでした。第1回から審査をさせていただいた私にとって、昨今の機関紙の充実ぶりには驚くばかりです。

本部最優秀賞には今年も神奈川県本部が選ばれました。仲間づくりも組合員からの訴えをトッパにし、目標などを細分した記事で、一目で中心課題が見える紙面構成は見本となるものです。お勧めは連載の「私の支部自慢」。短い記事ですが、



機関紙コンクールで最優秀賞の表彰を受ける神奈川県本部(上)と大阪・交野支部

読み応えがありました。兵庫は短い記事が多く、見やすい紙面です。仲間のたよりもあり親しみ感があります。仲間づくりが訴えだけになっていないのは残念です。和歌山は仲間づくりを月間毎号トッパに。図表も活用し、支部を励ましています。

支部機関紙の最優秀賞は「星のまち交野」(大阪・交野支部)。多彩な紙面づくり、大きな文字で読みやすい紙面です。仲間づくりも組合員からの訴えをトッパにし、目標などを細分した記事で、一目で中心課題が見える紙面構成は見本となるものです。お勧めは連載の「私の支部自慢」。短い記事ですが、

問づくりも毎号トッパ。素晴らしいのは、新組合員をきちんと紹介していることです。

優秀賞は8紙。特徴的なのはいずれも仲間づくりをトッパにし、「増やす」ことを追求した紙面をつくっていることです。その上に、組合員の日頃の活動を詳細に伝えていきます。サークル活動や組合員登場の多彩さに驚かされます。また、コラムを持っている機関紙が多いことには感心しました。読者を引きつけようという意思を感じさせます。

女性部の優秀賞は「あさひ女性の会」(神奈川・旭支部女性の会)。旭支部女性の会。手書き新聞ですが、ひとつひとつの見出しに工夫がなされ、手書き新聞の見本とも言えます。入賞の

『女性部だより』(北海道本部)は20年の歳月をかけた紙齢が100号に到達しました。おめでとうございます。同「ひまわり」(和歌山県本部)はカラー印刷できれいに仕上がっています。いずれも、支部紹介や取り組み紹介が組合員の声で報告されているため親しみやすい紙面をつくっています。

今年の機関紙も年金裁判に多くの紙面が割かれていました。一方、拡大月間中にもかわらず仲間増やしを追求する紙面が非常に弱く、まったくない機関紙も多く見受けられました。仲間が増えない組織は活力をなくします。組織活動の中心は機関紙です。機関紙で訴え、行動を伝える紙面が元氣の出る組織活動につながります。



# 結成30周年記念式典

## 歴史に学び 未来を語る集い



大会1日目の閉会後、結成30周年記念式典とレセプションを行いました。全日本年金者組合は3996人の組合員、138支部、5000部の機関紙でスタートしましたが、今では組合員11万6883人、933支部、7万2888部の機関紙へと大きな前進をとげました。



伊東市 市長

私は現在58歳で、年金をもらうにはまだ間がある。

の提言、ひとりぼっちの高齢者をなくす楽しみ活動を全国各地で繰り広げています。

レセプションでは、その歩みを再確認しました。そして、さらなる躍進を誓い、ともに飲み、歌い、語り合いました。

小野達也さん

私ですが、先輩から指導をいただいたと、年金者組合伊東支部の大会には毎年参加しています。これからさらに高齢化が進みます。社会保障制度も変わっていくかも知

れませんが、健康寿命を伸ばしていく施策をとりたと思っています。年金者組合がますます

発展され、私たち自治体にも積極的にかわっていただきたいと思います。

中央社会保障推進協議会 事務局次長



是枝一也さん

年金について国家的な詐欺が行われていることが明らかになっていま

「ストップ 安倍による詐欺被害 国民はだまされない」というキャッチフレーズで、国民を踏んだり蹴つたりの目にあわせている政治を、参議院選挙で変えましょ



年金裁判東京弁護団 事務局次長 本田伊孝さん

日本の社会保障を守るため、年金裁判は重要です。皆さんと力をあわせて年金裁判勝利に向けて全力でがんばります。

### 大会メッセージ

日本アジア・アフリカ・ラテンアメリカ連帯委員会、教宣文化社、全日本教職員組合、全国印刷出版産業労働組合総連合会、全日本損害保険労働組合、全国自動車交通労働組合総連合会、映画演劇労働組合連合会、消費税をなくす全国の会、全国建設労働組合総連合会、国民の食糧と健康を守る連動全国連絡会、日本国家公務員労働組合連合会、日本医療労働組合連合会、日本高齢期運動連絡会、婦人民主クラブ、原水爆禁止日本協議会、日本婦人団体連合会、新医

子。の充実に国民大運動実行委員会、沖縄の風参議院議員・糸数慶子、日本共産党参議院議員・倉林明

子。協、特殊法人等労働組合連絡協議会、全国農業協同組合労働組合連合会、日本母親大会連絡会、平和・民主・革新の日本をめぐす全国の会、日本新聞労働組合連合会、全国福祉保育労働組合、JMITU通信産業本部、新日本婦人の会、全国商工団体連合会、全日本民主医療機関連合会、全国金融労働組合連合会、郵政産業労働者ユニオン、自由法曹団、全国保険医団体連合会、軍事費を削って、くらしと福祉・教育

の充実に国民大運動実行委員会、沖縄の風参議院議員・糸数慶子、日本共産党参議院議員・倉林明



オレンジ色の法被で挨拶する金子民夫中央執行委員長



▲歴代中央執行委員長と来賓による鏡開き。右から森信幸さん、富田浩康さん、金子民夫さん、年金裁判弁護団の小部正治弁護士、全労連副議長・岩橋祐治さん



▲三上利栄副中央執行委員長(前列右から二人目の発声で「乾杯」)



### 信州の旅

関東甲信越全域・北陸・東海などの幹事さんご指定の場所より発着致します

◆1泊2食 税込料金

12,800円

※毎夕お酒1本付

バス代無料!

15名様以上

湯楽ゆうざんは、バス会社を併設お得なグループ旅行を提案します!

信州 戸倉上山田温泉 湯楽 ゆうざん

〒389-0821 長野県千曲市上山田温泉2-3-2-11

TEL 026-275-2333

費用とコース書送ります まずはお電話を



▲前進座の女優さんたちが踊りを披露



▲歌手のきたがわてつさんと一緒に！ステキな思い出!!



▲中央本部OB役員を紹介



▶司会：馬場百子(副委員長)と田中節子(議長)



大いに飲み歌い語りあい  
晴れやかに30周年を祝う



前進座俳優の藤川矢之輔さんもお祝いに。役作りのために無精ヒゲを伸ばし中とか



思いっきり  
歌いました



**年金者組合 神奈川本部30周年旅行**  
**沖縄本島 2泊3日コース**  
11月29日(金) 12月18日(日)  
旅行代金 77,000円 (定員40名 最少旅行30名)  
11月29日(金) 12月28日(月)  
旅行代金 124,000円 (定員40名 最少旅行20名)

**神奈川本部30周年旅行**  
**沖縄本島+石垣島 3泊4日コース**  
11月29日(金) 12月28日(月)  
旅行代金 124,000円 (定員40名 最少旅行20名)

企画・実施、資料請求 (株) 富士国際旅行社  
〒160-0022 東京都港区新橋2-11-7 新橋ビル4階 TEL: 03-3357-3377 FAX: 03-3357-3317

**アンネ研究者 工藤芳弘氏が同行・解説**  
**ホロコーストの真実を探り学ぶ**  
**もう1つのアンネの日記を訪ねる旅**  
9/30(金)~10/9(金) 399,000円 9/16(日)  
10/18(金)~10/25(金) 318,000円 9/6(日)

**抑留者センター 有光健氏が同行・解説**  
**ウズベキスタン・日本人抑留者の足跡をたどる旅**  
10/18(金)~10/25(金) 318,000円 9/6(日)

**ユーラスツアーズ**  
03-6453-6633 FAX: 03-6453-6630  
tokyo@euras.co.jp https://www.euras.co.jp

**株式会社タビーズ**  
東京都港区芝5-13-18-9

**AP あかつき印刷株式会社**  
AKATUKI  
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-25-2 APビル  
https://www.alk.co.jp/  
TEL 03-3497-0531 FAX 03-3497-0043



## いま 輝く 仲間

長嶋砂夫さん(70・神奈川・金沢支部)は18年度横浜スポーツ功労賞を受賞しました。心筋梗塞、骨粗しょう症、腿鞘炎などをかかえながら「継続は力なり」を座右の銘に生涯現役スイマーとして活動しています。

長嶋砂夫さん  
(神奈川・金沢)

# マスターズ水泳で活躍

## 選手、監督、記録まで

### 横浜市スポーツ功労者受賞

長嶋さんの水泳歴の始まりは小学校4年生の時でした。スポーツは得意ではなかったのですが25歳で泳げるのは学年で4、5人、その一人でした。中学、高校にはプールがなく、活躍する機会はありませんでした。

ローン/日産などに出場しました。フルマソンは3時間7分まで記録を伸ばしましたが、腰を痛め40歳でやめました。

夏は水泳、冬はマソンというのが、横浜市役所勤務時代の長嶋さんのライフサイクルでした。

第1回横浜マソン(10歳)、第1回トライアスロン大会に初めて水泳マソン大会に参加しました。50歳で水泳で45秒1「グマガジン」から記録をとって自分で日本ランキングを作ったといういきなりのコンピュタによる

35歳で初めて水泳マソン大会に参加しました。50歳で水泳で45秒1「グマガジン」から記録をとって自分で日本ランキングを作ったといういきなりのコンピュタによる

記録を伸ばすことにしました。1961年から新聞を切り抜いたり、「スイミングマガジン」から記録をとって自分で日本ランキングを作ったといういきなりのコンピュタによる

練習のたびにラップマソンで記録している几帳面な練習が功を奏して、競泳

## 70歳目前に初優勝 年とってから記録伸ばす 全身にガタきているけれど

る記録集計・集積がない時代ですから、神奈川県水泳連盟、日本水泳連盟の記録担当として重宝がられ、公式ランキングの作成にあたりました。

成績も上がってきまして、一番得意なのは背泳で、ジャパンマスターズの2000メートルでメダルを獲得しました。心筋梗塞を発症したにもかかわらず、1500メートル自由形で27分48秒と、40歳の自己ベストを塗り替えた。さらに68歳の時に50メートルバタフライ43秒87を記録しました。前年までは47秒台がベストだったのですから驚きです。

昨年9月の日本スポーツマスターズ水泳競技大会では、4×50メートルリレーの神奈川県チーム(4人の合計が280歳以上)の第三泳者として泳ぎ優勝しました。競技大会での優勝は69年の人生初めてのことでした。

長嶋さんが一番誇りにしているのは、水泳競技の全種目25歳・50歳・100歳・200歳・400歳・800歳・1500歳のすべてを、正式な大会で泳ぎ切ったことです。また、ハマ・シティスイマーズでは普通の大大会では行われない4000メートルの背泳・平泳・バタフライですべて完泳、バタフライでは60歳代の大会記録を打ち立てました。

監督・チーム代表者としては、横浜市役所チームの女子800メートルリレーでマスターズ(119歳以下)の日本新記録を樹立しました。

肺がん、肺気腫の先輩も泳げたこうした活動とともに長嶋さんは肺がん・肺気腫・パーキンソン病で酸素マスク生活の市役所の先輩后藤さんを週1、2回プールに連れて行っています。プールでのウォーキングから、この頃少

効能体験談つきでテレビCMでサプリメントと健康食品が宣伝されています。よく見ると「個人の感想です」とか「保障するものではありません」との断り書きが小さく載っているの、ちょっと調べてみました。

①「コラーゲン」を食べると美肌に。コラーゲンの多い皮膚にはハリがあるのはレヒCMでサプリメントと健康食品が宣伝されています。よく見ると「個人の感想です」とか「保障するものではありません」との断り書きが小さく載っているの、ちょっと調べてみました。

②関節の痛みに「グルコサミン」を。グルコサミンのサプリメントの成分は関節の軟骨を構成する成分です。サブリに過大な期待をしてはいけません。

③「コラーゲン」を食べると美肌に。コラーゲンの多い皮膚にはハリがあるのはレヒCMでサプリメントと健康食品が宣伝されています。よく見ると「個人の感想です」とか「保障するものではありません」との断り書きが小さく載っているの、ちょっと調べてみました。

年齢者の健康、生きがい、大きな効果をもたらすことを確信に、これからの水泳を楽しもうと、長嶋さんは決意を新たにしています。

年齢者の健康、生きがい、大きな効果をもたらすことを確信に、これからの水泳を楽しもうと、長嶋さんは決意を新たにしています。

年齢者の健康、生きがい、大きな効果をもたらすことを確信に、これからの水泳を楽しもうと、長嶋さんは決意を新たにしています。

年齢者の健康、生きがい、大きな効果をもたらすことを確信に、これからの水泳を楽しもうと、長嶋さんは決意を新たにしています。

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>東京母親大会連絡会の旅</b></p> <p>ベストシーズンに訪れる<br/><b>平和と交流、散策の<br/>中国東北部6日間</b></p> <p>●9月15日(日)～20日(金)<br/>●190,000円(成田発着基準)<br/>*一人部屋追加料金34,000円 *燃油・空港諸税別途<br/>●35名様(最少催行20名様)</p> <p>●9月20日(金)～26日(木)<br/>●253,000円(関空発着基準)<br/>*一人部屋追加料金32,000円 *燃油・空港諸税別途<br/>●25名様(最少催行15名様)</p> <p>【お問い合わせ・申込先】東京都知事官登録旅行業 第3-6101号 株式会社タビーズ TEL:03-5577-6300<br/>FAX:03-5577-6310</p> | <p>小笠原好彦先生(滋賀大名曾教授・考古学)同行</p> <p><b>中国湖南省と湖北省の<br/>漢代・三国志の世界7日間</b></p> <p>馬王堆漢墓と赤壁古戦場・荊州城</p> <p>●9月20日(金)～26日(木)<br/>●253,000円(関空発着基準)<br/>*一人部屋追加料金32,000円 *燃油・空港諸税別途<br/>●25名様(最少催行15名様)</p> <p>【お問い合わせ・申込先】東京都知事官登録旅行業 第1-1906号 株式会社タビーズ TEL:03-5577-6300<br/>FAX:03-5577-6310</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 施設入った仲間も参加

### 浦和ハーモニカクラブ誕生会

5月31日、年金浦和ハーモニカクラブは、5月、6月生まれの誕生会を割烹料店のランチバイキングで楽しみました。該当者4人のうち、有料老人施設に入所した93歳のTさんが外出許可を取って参加したのを始め3人が参加しました。



お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

お祝いの花束、図書券、お祝い金、参加者が

# みんなのひろば

## 毎月実施する 年金署名活動

宮城・仙台市

高平 佳典78

私たちの支部は年金署名を毎月15日、8人の世話人を中心に地下鉄の駅前広場で取り組んでいます。

年金裁判の勝利に向けての署名活動は大切で、毎回70筆くらいいただいております。7月の行動

## 楽しくうたい 語りあいたい

福島・二本松市

佐原 淑子68

支部のうた会「ひまわり」は月1回の例会があり、楽しくうたい、語り合っています。

「年金者しんぶん」5月号に「かえうた」のページがありました。さっそくそれをうたいたいと思います。

いまから例会が楽しみです。係りの方が、その日にうたう曲やお話を用意し、おやつもあり楽しい会です。



## 私の一枚

### カワウの日光浴?

青森・むつ市

柳谷 睦夫

川べりを歩いていたら羽を広げたカワウが。他の水鳥と違って水をはじかないので乾かすために広げるそうです。

た貯蓄で生活しています。国民年金も65歳まで払うことにしました。

でも満額の6万5千円にはなりません。将来は生活保護を利用することになるでしょう。

しかし将来はもっとよい時代がきて、みんなが生きがいの持てる世の中になって欲しいと思っています。

「年金者しんぶん」には、署名の記事がありませんが、全体でどのくらいなのかと思っております。

## 安心して生活 できる社会を

埼玉・所沢市

田中 四郎73

退職後、医療生協の活動を地域で行って10年になります。週1回の高齢者向け体操を行い、医療関係の学習会などに取り組んでいます。

退職後、医療生協の活動を地域で行って10年になります。週1回の高齢者向け体操を行い、医療関係の学習会などに取り組んでいます。

組んでいます。

「だれもが安心して生活できる社会をめざす」。この当然すぎる要求をかなげていくことがますます大切になっていくように思います。

アスパラガス  
これから本番  
北海道・深川市  
岩瀬 扶83

雪解けは早かったのですが、4月の低温続きで春耕作業は、いつもと変わらなくなりました。5月に入って、やっと陽気もよくなり、菜園の準備作業が進みました。まずジャガイモを植え、玉ねぎの苗も植え、路地のアスパラがい

ま最盛期です。これから本番です。楽しみながら取り組んでいます。

## 近くの里山を みんなで歩く

愛知・常滑市

高谷 達之輔75

毎週木曜日に、年金者組合の仲間と近くの里山を1時間余り歩いています。先週はカワセミを見ることができました。もうすぐアジサイが咲き乱れます。

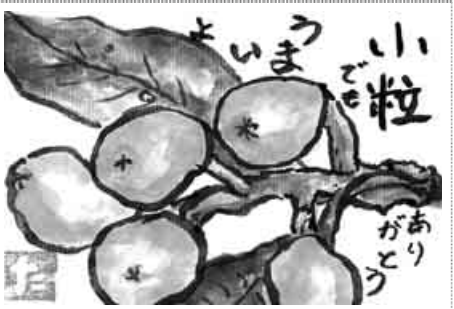
毎週、通っても変化があり、1年中楽しめます。他のグループとの交流もありがたいです。いくつになってもしっかり歩けるようにがんばりたいです。

みごとな花に  
リフレッシュ  
青森・むつ市  
都谷森 孝子79

連休明けに、友人夫妻



滋賀・守山市 太田 多賀子



熊本・益城町 禿 剛子

に誘われ、「ツツジが500本咲き競う」七戸町天王神社へ出かけました。町の「歌人」たちが詠んだ歌が短冊に書かれ、それを読みすすめながら、108段の石段を上りました。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

頻尿や尿失禁は年々かえらとあきらめず、生活習慣病対策を心掛けたい。

## 北から 南から

### 花壇に花々が

北海道・岩見沢市

長谷川 ツキ82

異常に暑い日が続いたと思ったら、朝夕は暖房が欲しい日もあるなど不順な天候です。

それでも花壇には待ち焦がれていた花々が咲き誇り、楽しませてくれています。

### 大笑いしたい

宮城・利府町

安田 由起子70

年金仲間が作った替え歌、とてもよくできていておもしろいです。納得というか、共感します。職場の退職者の集まりに持参し、みんなで歌って大笑いしたいです。

「願いを託そう」東京・東久留米市 上野 聖治68

いよいよ参議院選挙です。年金だけで暮らせない人たちがまわりにも多数います。充実した暮らしができる年金を、この願いを託そうではありませんか。

つきも出たい 長野・松本市 田嶋 みどり68

加入し初めての集まりに参加しました。あちこちでお会いす

る方々がほとんどでした。女性部の集まりだったので「おしゃべり」が楽しく、つぎの会にも参加しますね。

■手放せない車 福井・坂井市 東 京子76

まだ車の運転をしていません。田舎なので免許証は手放せません。今朝、事故現場を見てしまいました。

お互いに交通事故にはあわないように気をつけましょう。

### 大雨に心配が

岡山市

明石 将敏87

春が瞬く間に過ぎ、梅雨を通り過ぎて夏を思わせる暑さ。梅雨時にまた大雨が降らなければ心配している。地球温暖化の恐ろしさを感じる。

■食事は質素に 高知・南国市 高田 仁美90

夫が亡くなって7年。1人の年金では大変で2カ月が待ちかねます。食事をなるべく質素に。戦時中を思いながら食べています。

■興味ひく旅 宮崎市 末吉 謙三郎71

本紙を読んで楽しんでいます。特に興味をひく記事は旅です。今回は四万十川でしたが、一度訪れてみたい気になりました。

# 旅



高松築港から瀬戸内を望む

る。高松城は別名玉藻城として、瀬戸内の海水を外堀、中堀、内堀に引き込む日本の三代水城の一つとなった。

桃山時代から江戸時代にかけて生駒家4代、松平家11代の歴代藩主が居城とした高松城は本丸を中心に二の丸、三の丸、

城に着かれて、高松琴平電鉄「ことでん」の高松築港駅で降りてみた。

共に残されている。老朽化を理由に明治17年に取り壊された3層5階(4階と地下1階)の

## 「城が見えます波の上」

川・市  
香高松

### 玉藻公園高松城跡

ます波の上と歌われた全国でも珍しい水城(海

運を兼ねた。城域66万㎡(約20万坪)。現在の玉藻公園は8万㎡(約2万4千坪)に満たないが、



天守閣跡。3層5階の唐造りだった



長櫓。東の丸から旧太閤櫓跡に移築復元



水手御門。海に直接出る大手門

天守のない石垣が、海と繋がる堀に守られて息を潜めて空に向かっている。近くにいた若い男性たちが「存在感あるなあ」「想像が膨らむね」「修復工事終えた天守台もいよいよ」と話してい



る。そう、天守閣再建の計画もあるというのがこの姿も好きだとの声も。海風が少し湿ってきた。井上すみ

玉藻公園管理事務所 ☎087-851-1521

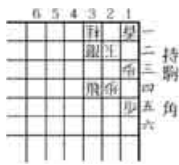
(解答12面)

## 詰将棋

九段 西村一義

初級クラス

「ヒント」銀の活用がポイントです。(10分で2級)

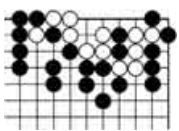


## 詰碁

九段 石博郁郎

黒先

「ヒント」一手目の妙手で白をダメツマリにします。(7分で1級以上)



## らくらくパズル

〈第356回〉

に並べ、あることばにしよう。(出題＝冒険王)

◎「」のカギ

1、知人が始めた店の開店祝いに□□□を届けた

3、ウラ□□□のない人は信頼できる

5、公共施設の耐震・□□□構造への改修

6、ケガが治るまで□□□に待つしかない

8、銃が普及するまで□□□は狩猟の大切

10、♪□□□き富士の嶺緑の江の島仰ぎ

12、刃物類は鋼材加工後に□□□入れをしてから研ぐ

13、オナガ□□、間□□、段□□、型□□

14、東海道中膝□□□

16、応接間、談話室など。ヘア□□□

18、蕎麦屋で修業を積んだので□□□分けの許しを得た

19、仏像の後ろにある金色の輪や放射線「□□□が差す」

◎タテのカギ

1、年費□□□のくじが当たった

2、砂糖が原料のふわふわのお菓子。お祭りなど屋台の定番

3、病み上がりでこしばらけは□□□を食べている

4、今日の昼食はブリの□□□だった

7、ふるさとの□□□なつかし停車場の人ごみの中にそを聴きにいく

9、旅先で買ったお□□□を組合の集いでみんなに配った

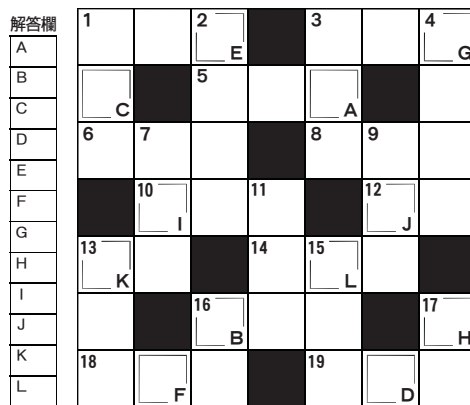
11、陶芸で使う回転力機械。木工、金属加工用も

13、□□□倒し。金属や木の牌を並べ次々に倒す遊び

15、♪□□□の花びらが風に散ったよな月夜に月夜に：

16、□□素、炭□□、□□考、□□ダル

17、足にびったり□□靴を見つけた



解答欄  
A B C D E F G H I J K L

## 応募方法

解答 ハガキ(メー

ルも可。氏名・住所

をお忘れなく。年齢・

支部名もどうぞ。

宛先 〒170-0000

005東京都豊島区南

大塚1-60-20天翔大

E-mail: honbu@nenki

usha-u.org

締め切り 8月20日

消印有効

▽正解者の中から抽選

で、20人に図書カード

を贈ります。

▽ハガキの余白に日ご

ろの感想、本紙への意

「正解 イワハダソメ

ルサツキノカ(岩肌染

めるサツキの香)

中島 麗子(北海道)

宇井 敬子(北海道)

成田 明雅(青森)

水野 厚男(埼玉)

野口 靖子(千葉)

菅野 悠子(神奈川)

石原 允之(新潟)

定石 公男(静岡)

塚原由利子(愛知)

協演 享寛(三重)

岡崎 和子(滋賀)

深井 悦子(京都)

梶間 榮子(大阪)

屋嘉比光子(大阪)

南原 富廣(兵庫)

堀 晃和(和歌山)

小阪 洋志(岡山)

松本 学(広島)

谷本 亘(香川)

幸本 保廣(鹿児島)

ハ

キ

シ

ア



三重と奈良の県境にある大台ヶ原山系が源流の清流、宮川渓流の側で

奥伊勢温泉巡り

三重・松阪支部

5月16日、14人で奥伊勢フォレストピア(多気郡大台町)へ。お迎えバスは里山を稲田や茶畑と初夏を感じる中を走り、宮川の渓流沿いにある宮川山荘に到着。バーベキューでお腹いっぱい大満足。釣り堀もあり、つじも満開で散歩を楽しみ、重曹泉、葉草風呂でゆったり。(内田圭子)



早春の木曽福島 岐阜・多治見支部 8人で木曽町権現滝へ。2台の車に分乗し2時間少々。木曽福島に到着し、まずは御料館(旧帝室林野局支局庁舎)を見学。興禅寺内の木曾義仲公の墓を脇に見ながら、義仲が平家追討の兵を率える際に御嶽大権現に沐浴祈願したという権現滝へ。急坂も針葉樹の葉が絨毯のように敷き詰められて柔らかく歩きやすい道でした。途中、紅葉ヶ丘で昼食。中央アルプスの雪山が眺められ、気持ちの良いひと時でした。(安藤佳代子)

80人で戦跡へバスツアー

岐阜県中津川市支部



支部としては10年ぶりのバスツアー。豊川、島、長崎について昨

日本で三番目の平和公園に指定との評判もあり、バス2台80人に。最初に豊川稲荷を参拝し豊川海軍工廠(旧海軍兵器庫)へ。豊川市の郊外3300分の1の爆撃工場全体が壊滅。2544人の犠牲者が出ました。爆撃のすさまじさを感じ、平和の尊さを噛みしめました。今回2人の方が加りました。(梅村 薫)

海軍兵器庫(場)へ。豊川市の郊外3300分の1の爆撃工場全体が壊滅。2544人の犠牲者が出ました。爆撃のすさまじさを感じ、平和の尊さを噛みしめました。今回2人の方が加りました。(梅村 薫)

読者プレゼント



5月号掲載の『戦争は違法』の世界一は42人の応募がありました。抽選で次の方に贈ります。(敬称略) 松田 保(山形) 川根 進(東京) 小境 卓男(岐阜) 板野 朋衛(岡山) 石川 静子(香川) 水購入希望者は本代(1200円+税)郵送料とも負担となります。詳細は編集部まで。

雑誌の苦手がラクになる 会話のきっかけ レシピ 牧岡 治子 著 1600円+税 大月書店 ずれにさがち」な子や孫に読ませたい本です。人とうまく接しられないと、悩まぬいた著者の体験から生まれたこの本は生きる姿勢も教えてくれます。(P) 本書を抽選で3人の方にプレゼントします。ハガキに図書名記入のうえ書棚欄まで8月20日締切。

短歌

拉致されし娘の母の白髪増ゆ担当大臣幾代なるや 青森県弘前市 今井 孚82

夢に父現れ布団掛けくれぬ農に疲れてうたた寝せしが 秋田県鹿角市 佐藤 俊夫72

妹と友の命日重なりて夏椿の花静かにひらく 栃木県那須塩原市 堀越 榮子83

萬風を体いっばいペダルこぐ子らの声無き廃校の横 千葉県南房総市 新屋敷重子72

葛蒲湯につかりて思う夏の季よ妻の気使いありがたきかな 福井県越前市 日野 岳史83

この川の流れ辿ればきつと会う川魚を追う少年われに 岐阜県土岐市 中島 徹84

「お前とは喧嘩したこと無かったな」兄咳けり死の間際にて 鳥取県大山町 大久保禮吉86

散歩せず今日も過ぎゆくその訳を脚でながら真面目に探す 愛媛県今治市 大澤 博明79

令和にて時は変れど今ひとつ暮らし考え遣り切れぬ夜は 熊本県八代市 渡辺球磨男82

船底に母を残して父と我引揚船の甲板に立つ 宮崎県日向市 黒木 直行76

俳句

朝顔や縁に干したる小手拭い 北海道札幌市 松浦 紫泉

捨てる事少し覚えて鯛雲 群馬県太田市 山田 ふみ89

麦秋や明治の父の太き腕 埼玉県さいたま市 関根 道豊69

バスの席譲り譲られ蟬丸忌 千葉県千葉市 吉岡 融43

片陰や硬き沈黙バスを待つ 東京都西東京市 高杉 謙祿77

源平のひかり飛び交う里の宵 東京都墨田区 小倉 久明78

風鈴の音の知らない都会の子 東京都墨田区 村本 裕哉33

父の日や趣味はめて釣同行す 神奈川県相模原市 押切 彰子

緑陰に老人と天沈みけり 神奈川県相模原市 赤坂田家子82

若竹に美しき願いが生れし風 静岡県浜松市 松下 富義80

万縁に刻む一路やくまのみち 三重県紀北町 岩見 雅夫86

ステテコや老いには過ぎた派手な柄 大阪府堺市 金森 薫91

お政りの笛の吹き手の替わり時 青森県弘前市 齋藤 紀78

失言は防止出来ない本音だもん 埼玉県桶川市 星野 紀治79

老い二人転びなさんなど舌掛け合い 神奈川県横浜 毛利やすひこ85

手向けても還らぬ命献花濡れ 岐阜県多治見市 宮地 純二66

年金で一度行きたいヨーロッパ 三重県四日市市 鈴木 好明82

ケータイは持たされている迷子札 京都府長岡京市 関 泥鯉82

年金をむしり取って戦闘機 大阪府河内町 浅田 敏68

ゆく雲に仲間顔が流れゆく 広島県広島市 牧野サヨ子88

棄権せず危険な政治変える時 愛媛県今治市 来島 快幸79

珍しい顔見て話す医者がいる 長崎県長崎市 小浜 隆62

◎文芸はハガキで、FAXやメールで投稿の際もハガキ体裁でお願いします。

文芸欄は編集部選。優れた作品とともに多くの方の作品を紹介できるよう配慮しています。なお、グループ投稿、二重投稿はご遠慮ください。

◎囲碁の解答 黒1のホウリ込みが妙手。白2に黒3以下で白死す。黒1で2は白4黒3白6黒5白黒口同玉黒3三飛成白1玉白7で白生き。白2で3

二重まで7手詰。解説 初手黒3一銀不成は白2三玉で居ません。黒4四角で白1玉と追う。次の黒2一銀と捨てるが決め手で、白同桂なら黒3三飛成までです。

なす黒2。白2で4なら黒1で白死す。◎将棋の解答 黒4四角白1玉黒2三銀成白4黒3三飛成白1玉白7で白生き。白2で3

二重まで7手詰。解説 初手黒3一銀不成は白2三玉で居ません。黒4四角で白1玉と追う。次の黒2一銀と捨てるが決め手で、白同桂なら黒3三飛成までです。

