

## 目次

ご挨拶	スリーエムジャパン株式会社 代表取締役社長 伊藤 誠	1
ご挨拶	ソルベントム合同会社 社長 北村 隆文	2
2024年度活動報告について	3M 悠々クラブ会長 古藤 健二郎	3
定例会報告 2024年		4
3M 悠々クラブ事業報告(2024年度)		5
3M 悠々クラブ活動予定(2025年度)		6
3M 悠々クラブ会計報告(2024年度～2025年度)		7
2025年度 3M 悠々クラブ役員		7
2024年度運営協力金結果報告		8
各地区からの便り		11
2024年 札幌地区懇親会		11
仙台地区の懇親会報告		11
相模原地区		11
富士小山地区懇親会		12
第12回名古屋支店OB会		12
2024年 3M 悠々クラブ大阪地区懇親会報告		12
スリーエムジャパン九州 OB会		13
会員の皆さんからの“一言近況便り”		14
筆エッセー		32
好奇心&夢	淺見 孝男	32
ドナウ川を巡るサイクリングとドライブ旅行記（2024年8月6日～8月18日）	安藤 俊二	33
同好会便り		35
相模OBゴルフ同好会		35
Club シャングリラ		36
ウォーキングの会		36
江戸文化を訪ねる会		39
G・Gフィッシング・クラブ		39
ボウリング同好会		40
鎌倉探索の会		40
テニス同好会		42
絵画同好会		43
写真同好会		44
京都を愛でる会		45
富士小山ハイキング同好会		45
フォトトクラブ“悠々”		45
3Mそばクラブ		46
詩吟同好会		46
ゴルフクラブ〈なごやか会〉		47
3M 悠々クラブ女子会		48
囲碁同好会		48
東京散策の会		49
3M 悠々クラブ 同好会リスト		51

本部主催イベント「3M 悠々クラブ美術展 2024」	52
本部主催イベント「3M 悠々クラブゴルフコンペ 2024」	53
2025 年の本部主催イベント	54
3M 悠々クラブ第 17 回美術展	54
3M 悠々クラブゴルフコンペ	54
新会員・ご長寿会員の紹介	54
新入会員の自己紹介(あいうえお順)	56
3M 悠々クラブの歩み	58
会員の皆さまへのお願いとお知らせ	60
編集後記	61
付録	62
名簿変更情報	62
物故者一覧	65
新入会員名簿	67

ご挨拶

スリーエムジャパン株式会社 代表取締役社長 伊藤 誠

諸先輩の皆さん

早いもので社長就任から1年が経過しました。社員一人ひとりに支えられながら、なんとか重責をこなしております。

先日は悠々クラブの定例会にお招きいただき、誠にありがとうございました。諸先輩と昔話をさせていただいたり、現役社員への叱咤激励の暖かいお言葉をいたしたり、楽しい時間を過ごしました。また来年の定例会で皆さんにお会いできることを楽しみにしております。

昨年5月にCEOに就任したビル・ブラウンは、以下の3点の優先施策に注力しています。この内容と会社業績が好調なことが投資家に評価され、昨年7月以降、株価が大幅に上昇しました。



1. Organic Growth : 新製品に注力して成長する。2024年第3四半期の売り上げは、前年同期から1%成長しました。
2. Operational Excellence : オペレーション効率を上げて利益率を改善する。2024年第3四半期の利益率は23.0%で、前年同期の21.6%から1.4ポイント改善し、EPSは1.98ドルで前年同期の1.68ドルから大きく上昇しました。
3. Capital Allocation : 投資効率を上げて投資家へリターンする。2024年第3四半期は約11億ドルを株主に還元しました。

特に1点目の新製品への注力は、3MのDNAであるイノベーションへの回帰であり、社員も大変勇気づけられています。我々の勝ちパターンである「顧客の課題を当社の技術力で解決する」ことで、力強い成長を継続して行きたいと考えています。スリーエムジャパンとしても、各ビジネスグループと各ファンクションがグローバルオペレーションの中でそれぞれの役割をしっかりと果たし、3M社の業績向上に貢献できるよう努めています。

先日、北海道日本ハムファイターズ チーフ・ベースボール・オフィサーの栗山英樹氏を本社にお招きし、講演会を開催しました。侍ジャパン優勝の裏話や、栗山さんの経験から得られたリーダーシップ論など貴重なお話を伺い、社員のモチベーションもアップしました。

最後に、現役社員を代表して、諸先輩の皆さんのご健康とご多幸をお祈りいたします。

ご挨拶

ソルベントム合同会社 社長 北村 隆文

スリーエム悠々クラブの諸先輩方、ソルベントム（旧スリーエムヘルスケア）の北村です。

2024年4月より、ソルベントム合同会社（英語では Solventum）の社長に就任いたしました。この度、会報発刊に際し、ご挨拶の機会をいただけましたことを、大変嬉しく思います。

振り返れば、1998年4月に住友スリーエム株式会社に入社し、約26年間、ほとんどの期間をスリーエム社員として過ごしてまいりました。社会人としての四半世紀強、本当に素晴らしい会社に勤めることができ、幸せな日々を送っていました。



最初の所属はテープ接着剤製品事業部で、名古屋支店、横浜支店で営業担当としての日々を過ごしました。その後、マーケティング部での経験を経て、フィルター製品事業部に異動し、さらにヘルスケアビジネスグループに参画しました。皮膚創傷ケア製品事業部と感染管理製品事業部が、医療用製品事業部として一つになり、2019年末にはケーシーアイ株式会社も合流し、より規模の大きな事業体へと変化してまいりました。

ヘルスケア事業の分割のニュースは、私にとって少し寂しくもあり、複雑な気持ちにさせるものでした。一方で、ヘルスケアビジネスの専業会社として、高い専門性を持って成長するビジネスに大きな魅力を感じています。2023年11月のソフトスピン、2024年4月の会社分割（ハードスピン）を経て、スリーエムからヘルスケア部門の分社化が完了し、新たに独立したヘルスケア企業として、ニューヨーク証券取引所（NYSE）においてティックカーシンボル「SOLV」として株式の取引も開始されています。

医療業界における問題を解決する意思（Solve）とその勢い（momentum）を止めない姿勢という思いを込めた“Solventum”は、ヘルスケア、マテリアル・データサイエンス領域で画期的なイノベーションを開発し、患者さんの生活を改善するための様々なソリューションを推進してまいります。「より良く、よりスマートで、より安全なヘルスケアを提供し、生活を改善する」ことをミッションとし、スリーエム時代から積み重ねた顧客からの信頼を支えに、これからも医療業界に貢献し続けていきます。

現在もソルベントムの最大の株主は、スリーエム社（19.8%）です。日本のソルベントムも、私自身も、事業貢献を通じて、お世話になったスリーエムに少しでも恩返しができればと考えております。

## 2024年度活動報告について

3M悠々クラブ会長 古藤 健二郎

**3** M悠々クラブ会員各位、

今年度も3M悠々クラブ会報を会員の皆様にお届けする季節がやつてきました。

幹事の方々が昨年の9月より準備していただき、完成に至りました。是非愛読いただければと思います。

3M悠々クラブの2024年度の活動を、会員年齢構成の変化、本部の活動内容、地区懇親会の開催状況、同好会活動について報告させていただきます。

#### \*会員年齢の構成

**会員**員数は、1200名弱という形で推移しています。ヘルスケア部門の分社

**会員**化と早期退職者の増加により、入会会員数が100名を超える増加となりました。ソルベンタム社に転籍した方も入会されましたので、若い層での増加がみられ、平均年齢は73.8才と少し若返りました。

会員の中枢を占めるのは、後期高齢者である、75才から80才のグループと80才から85才のグループの年代が中心となっています。100才近くの会員の方も複数いらっしゃいます。長寿の見本として、大変励みを頂いています。

#### \*本部活動内容

**本部**主催の発行業務として、会報の発行、会員名簿の発行を行いました。会報の発行は今後も続けることになりますが、会員名簿につきましては、印刷費用や郵便料金の値上げに伴い、費用増加が見込まれますので、今後は、ホームページの会員名簿を参照いただければと考えています。ご協力を願いたします。

また、本部主催の行事として、2024年度も美術展の開催、ゴルフ大会の実施、定例会の開催を行いました。美術展には260名を超えるお客様が入場され活気ある展覧会となりました。

またゴルフ大会は、前年度は、台風による中止というアクシデントがありましたが、今年度は、天候に恵まれ、52名の参加があり、秋晴れの下、健康的な一日を過ごさせていただくことができました。

定例会も、11月23日に、渋谷の外部会場にて開催いたしました。79名の参加者が旧交をあたためながら、楽しい時間を過ごすことができました。定例会には、スリーエムジャパンの伊藤社長とソルベンタムの北村社長のご出席をいただき、会社状況のお話をいただきました。出席された会員の方々が、伊藤社長と北村社長のお話を熱心に聴講されていた姿が印象的でした。

#### \*地区懇親会の開催

**3** M悠々クラブの地区懇親会も開催され、地区での親交が深められています。

札幌、仙台、富士小山、相模原、名古屋、大阪、福岡で懇親会を開催しています。本部からも合田幹事が、本部での活動状況を報告するために参加し、3M悠々クラブの活動状況を各地区の方と共有化しています。

会報には、懐かしい方々の懇親会での様子が掲載されていますので、お楽しみいただければと思います。

#### \*同好会活動

**現**在20近くの同好会活動が行われています。

ウォーキングの会、そば打ちの会、ゴルフ、テニスや詩吟など多くのサークルが活発に活動しています。

会員の皆様には、ご興味がある同好会に参加され、健康維持や交友関係を築いていただければと思います。会報に、各同好会の活動報告が出ておりますので、是非ご覧いただき、参加検討をお願いします。



### \* 3M悠々クラブ運営協力金への御礼

**3** M悠々クラブは、皆様の運営協力金によって、活動を行っています。

毎年、700名を超える多数の会員の皆様からのご協力を得て、活動が維持できております。

この場を借りて御礼申し上げます。今後とも温かいご支援をお願いいたします。

予算案や決算につきましても会報の中で、会計監査の承認を得て、収入と支出内容についての詳細な説明をしておりますので、ご確認いただき、ご了承いただければと思います。

会員の皆様のご健勝を祈念し、ご挨拶に代えさせていただきます。

### 定例会報告 2024年

今年も昨年に続き社外ではあります、定例会を11月23日(土)に開催いたしました。

当日は寒い中新入会員5名を含め79名の参加者を頂き楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

定例会の初めにスリーエムジャパン株式会社代表取締役社長の伊藤 誠様とソルベントム合同会社社長の北村 隆文様の挨拶及び会社業績の説明を頂きました。これからの両社の方向性などが話され大変興味深い内容でした。



続いて古藤会長から悠々クラブの2024年度の活動報告、運営協力金結果報告及び会計報告が行われました。

次に当日の進行役から今回の定例会に初めて参加された中で、2020年以降入会された5名の方々の紹介が行われ定例会の一部としては無事終了しました。

その後3M悠々クラブ名誉会長の田村 亮二さんの乾杯の音頭で懇親会が始まりました。

懇親会は久しぶりに会われた方もありお互いの近況を交え楽しい会話をあちこちで聞こえ、アツと言う間に時間が過ぎてしまいました。

最後に記念写真を撮り締めの言葉を最高齢参加者である浅井 一蓮さんから頂き来年の再会を祈ってお開きとなりました。来年もぜひ多くの方に参加いただけるようお声を掛け合っていただきたくお願いします



## 3M悠々クラブ事業報告(2024年度)

会員数 1200名 (2024年12月末日現在)

2024年度新規加入者 40名

2024年度物故者 24名

●ホームページコンテンツの改善・更新、サーバーハッカー対策、スマートフォン対応

●懇親会日程

9月 仙台（13日）  
10月 大阪（10日）、相模原（12日）、札幌（16日）  
11月 名古屋（16日）、福岡（24日）、富士小山（28日）

●悠々クラブ会報の発行 3月1日

●地区懇親会支援

●同好会支援

●本部イベントの開催

会員名簿 変更部分発行 2023年12月31日時点（物故者リストを含む）

長寿のお祝いカードの送付（満年齢 誕生日月発送）

美術展開催 4月4日(木)～ 8日(月) 於：相模原市民ギャラリー

本部主催ゴルフ大会 9月6日(金) 於：本厚木CC

定例会の開催 11月23日(土)

●運営委員会・プロジェクト会議

## 3M悠々クラブ活動予定(2025年度)

●悠々クラブ会報(第23号)発行 3月

●会員名簿変更部分の情報発行（新会員、既会員情報変更部分のみ） 3月

●定例会及び地区懇親会の開催 時期・場所は未定

●ホームページコンテンツの改善・更新、安全対策 随時

●本部イベントの開催

美術展 4月3日(木)～ 7日(月) 於：相模原市民ギャラリー

本部主催ゴルフ大会 9月5日(金) 於：本厚木CC

長寿のお祝いカードの送付（満年齢 誕生日月発送）

●運営委員会・プロジェクト会議

## 3M悠々クラブ会計報告(2024年度～2025年度)

<u>3M悠々クラブ会計報告書</u>			(単位: 円)
	<u>2024年予算</u>	<u>2024年実績</u>	<u>2025年予算</u>
前年度未現金総額	10,544,427	10,544,427	12,298,872
特別積立金残高	(200,000)	(200,000)	(440,000)
一般会計残高	10,344,427	10,344,427	11,858,872
<b>[ 1. 収入の部 ]</b>	<b>2024年予算</b>	<b>2024年実績</b>	<b>2025年予算</b>
運営協力金	2,100,000	2,178,000	2,175,000
入会金	1,200,000	2,140,000	400,000
寄付金/雑収入	2,000	66,489	2,500
特別積立金(繰戻)	0	0	0
<b>単年度収入合計</b>	<b>3,302,000</b>	<b>4,384,489</b>	<b>2,577,500</b>
<b>[ 2. 支出の部 ]</b>	<b>2024年予算</b>	<b>2024年実績</b>	<b>2025年予算</b>
活動補助金	1,150,000	937,244	1,035,000
本部運営費	300,000	301,018	320,000
出張旅費	250,000	160,333	170,000
文書作成費	800,000	829,088	870,000
通信費	370,000	402,361	420,000
雑費	3,000	0	0
特別積立金(繰入)	200,000	240,000	260,000
<b>単年度支出合計</b>	<b>3,073,000</b>	<b>2,870,044</b>	<b>3,075,000</b>
一般会計残高	10,573,427	11,858,872	11,361,372
特別積立金残高	400,000	440,000	700,000
<b>当年度未現金総額</b>	<b>10,973,427</b>	<b>12,298,872</b>	<b>12,061,372</b>

2025年1月11日

## 会計監査報告書

私たち会計監査人は 2024 年 1 月 1 日から 2024 年 12 月 31 日までの  
年度における会計について、会計簿 (Excel ファイル)、預金通帳等の関係書  
類により監査を行ないました結果、いずれも正確に入力並びに処理されてい  
ることを認めます。

監査実施日時 : 2025 年 1 月 11 日

監査実施場所 : 二子玉川薦屋書店 シェアラウンジ

監査人 : 中山 宗彦  
中山 宗彦監査人 : 矢崎 繁  
矢崎 繁

## 2025年度3M悠々クラブ役員

&lt;任期: 2025年1月1日～12月31日&gt;

会長	古藤 健二郎	内田 英世	岸 秀俊	木田 朗
名誉会長	田村 亮司	成田 隆人	万膳 義太郎	水元 振一郎
幹事兼運営委員	安西 信行	山田 信彦	鈴木 敏郎	原田 孝
	合田 昌弘	佐治 俊		
	安田 宣広	松本 昭三		
運営委員	安部 悅子			
	福原 卜千子			
地区運営委員	札幌地区	別所 真春		
	仙台地区	石川 智一		
	相模原地区	安西 信行		
	富士小山地区	佐藤 友和		
	名古屋地区	山下 司		
	大阪地区	吉村 正剛		
	福岡地区	大黒 隆		
会計監査	中山 宗彦	矢崎 繁		
会社側コンタクト	上浦 孝一郎	(総合報酬サービス部)		

## 2024年度運営協力金結果報告

2022年から導入しました運営協力金については多くの方々からご協力を頂き有難うございました。昨年以上の726名の方々から合計2,178,000円もの金額になり、お陰様で年間運営を円滑に進めることができました。ご協力を頂いた方々にはこの誌面を借りてお礼と感謝を申し上げます。なお今後も運営協力金については3,000円募らせて頂きますので、よろしくお願いします。

下記に協力を頂いた方々のお名前を記載させて頂きます。(あいうえお順)

青井 一樹	青井 武	青木 尚三	青山 朝洋	赤松 可計	秋葉 哲雄
秋元 正樹	秋吉 孝則	浅井 一蓮	浅野 徹	浅野 直康	浅見 孝男
浅見 光夫	芦原 修	安部 悅子	阿部 浩一郎	阿部 真一郎	阿部 憲康
阿部 美佐男	雨宮 和人	荒井 達爾	荒井 剛	新井 幸雄	荒井 敬彦
新井 益道	荒川 傳三	有坂 敬忠	有友 嘉紀	有賀 詔	安西 信行
安藤 源治郎	安藤 俊二	安藤 敏男	安東 久夫	安藤 文康	家近 明
井口 清	井口 修一	池 隆夫	池上 智和	井沢 文夫	石井 信義
石井 真	石井 善夫	石川 健治	石川 智一	石川 安夫	石郷岡 熱
石崎 康文	石田 明愛	石村 友正	磯秋 政美	磯部 芳郎	市側 祐司
井手 清	井手 征男	井手口 利広	伊藤 和彦	伊藤 伸次	伊藤 恒
伊藤 裕幸	伊藤 文優	伊藤 光敏	糸雅 成和	糸園 哲二	稻村 一馬
戌亥 芳秀	犬養 裕	井ノ上 早苗	井上 進	井上 卓也	井上 順之
井上 誠	井上 正治	井上 光治	井上 良久	井口 研治	井口 英昭
猪俣 賢司	今井 敏雄	今井 正昭	今村 宏治	岩井 恵美子	岩井 法子
岩尾 信治	岩金 靖夫	岩城 徹	岩崎 栄雄	岩崎 行雄	岩月 英仁
岩村 隆夫	上田 廣實	上野 正道	上平 隆治	植松 康久	上村 尚史
宇佐美 憲幸	薄井 一雄	碓井 幸男	内田 晃	内田 英世	宇治田 光代
内田 宗和	内野 真	内橋 滋	浦上 昭一	浦田 昌伸	浦野 義之
江口 智	江田 一行	江成 明夫	絵鳩 文行	海老名 敬一	蝦名 正人
江森 憲央	圓 裕親	遠藤 恵美子	遠藤 武志	生沼 昇一	大石 道広
大石 陸平	大石 雅敬	大泉 雄司	大柿 裕一	大川 寛司	大神田 正己
大久保 弘史	大熊 潔	大坂 忠孝	大塙 武俊	大島 和男	大島 哲夫
大島 秀一	太田 英二	太田 勝朗	太田 誠一	太田 人士	太田 光洋
大武 篤	大塚 康夫	大塚 好夫	大槻 一弘	大坪 悟	大西 進
大橋 学	大畠 健治	大堀 恵一	大宮 直行	大森 隆志	大屋 晴夫
岡 正己	岡 勝	岡崎 健司	岡崎 洋一	岡田 直人	岡野 義昭
岡部 勇治	岡本 英男	岡本 陽一	奥川 春輝	奥添 泰樹	奥田 耕源
奥野 肇	長田 良一	落合 徳三	小野 賢吾	小野 博彦	小野 吉彦
帶金 幹夫	開 隆嗣	隆嗣 香川	恵 垣花	泉吉 角山	喜和子 景山
笠原 清	笠原 康宏	柏木 朦	梶原 太一郎	片岡 美智子	片桐 正博
片山 木念	加藤 喜代治	加藤 三省	加藤 達也	門重 政司	金子 信一
金子 剛一	金子 千賀子	金箱 裕司	金平 貴二	金平 幸子	紙谷 義和
亀山 健夫	唐澤 文男	刈敷 廣功	鷹野 道生	川合 正人	川上 禧和
川崎 嘉昭	川島 邦彦	川島 部	川端 和己	川端 武雄	河原 弘幸
川部 勝弘	川俣 裕章	川俣 誠	河原畑 濃	閑歳 幸治	神作 敏男
神田 友直	神野 周二	菊池 晋	菊池 高彦	菊地 規芳	菊池 保雅
岸 秀俊	岸和田 博義	北 強	木田 紀行	喜田 稔	北川 達夫
北村 隆章	吉川 重克	木野 伸吾	木下 熱	木下 芳雄	岐部 熊弘
木村 欽弥	木村 奎	木村 裕治	清重 利昌	清原 克郎	楠田 浩二
口田 潤一郎	國岡 克匡	久保 一如	久保木 世紀	久保田 雅己	熊田 邦弘
栗林 健一	栗原 康通	黒川 圭二	黒田 和義	黒田 紘一	黒田 宗隆
桑子 進	古池 逸郎	古池 雅人	小池 岳昭	合田 昌弘	幸道 敏寛

神山 繁人	古閑 彰士	小酒井 雅人	越田 寛	小島 良雄	児玉 俊一郎
古藤 健二郎	後藤 信二	古藤 雅俊	後藤 昌弘	木場 貞成	小林 健司
小林 善憲	小林 吉宗	古村 俊一	小室 信義	小森 茂	小森 康廣
小山 敏男	小山 登	小山 幸彦	金 慶次	近藤 紀人	近藤 義男
財津 修	斎藤 一太	斎藤 勝廣	斎藤 成敏	斎藤 滋	斎藤 静夫
斎藤 淳一	斎藤 雄二郎	斎藤 裕輔	斎藤 芳徳	酒井 俊朗	坂口 正之
坂下 由紀子	鷺山 正文	佐々木 淳博	佐々木 茂	佐々木 智之	佐々木 誠
佐々木 信	佐々木 義明	笛田 稔夫	佐瀬 誠一郎	笛生 稔	佐藤 雄章
佐藤 樹一	佐藤 公俊	佐藤 清	佐藤 四郎	佐藤 新一	佐藤 友和
佐藤 忍	佐野 興一	佐野 進一郎	座間 光	澤田 友宏	澤田 光紀
澤田 良一	澤野 哲紘	澤登 正生	椎名 敏雄	塩川 康雄	志賀 忠次郎
鹿野 昌尚	零田 治夫	篠崎 敏泰	篠崎 盛昌	篠宮 悅典	渋谷 和久
渋谷 弥一	嶋田 哲夫	嶋田 弘志	島田 正志	島田 正憲	清水 栄蔵
清水 隆	清水 歳夫	清水 敏英	清水 規章	清水 日出雄	清水 正之
志水 美子	下橋 誠	莊司 忠男	上坊 武夫	勝屋 進	白石 恭三
白木 辰夫	城子 貢	城下 武之	新開 六郎	新保 靖志	末沢 正則
末次 亨	杉崎 六朗	杉村 直樹	鈴木 一男	鈴木 邦彦	鈴木 彰一
鈴木 孝	鈴木 健夫	鈴木 武司	鈴木 敏郎	鈴木 則男	鈴木 寛
鈴木 宏則	鈴木 紀紘	鈴木 友紀	鈴木 茂	須田 寛美	須藤 恭子
須藤 房子	住友 俊行	清田 謙	関 宗司	関岡 寿夫	関口 和夫
瀬崎 正彦	千賀 信可	仙石 幸一	宗野 明利	曾根原 規	園田 康一
大黒 隆	大東 慶幸	大保 公比己	大門 誠	高木 茂	高須 信一
高瀬 一郎	高田 豊三	高野 慎一	高橋 勝行	高橋 潔	高橋 秀毅
高橋 宏彰	高橋 靖昌	高橋 彦雄	高橋 嘉子	高橋 良彦	高畠 志郎
高柳 健一	高山 良明	高良 富夫	瀧 浩三	瀧本 英利	田口 保雄
田熊 進	武井 哲夫	竹内 敏文	川上 秀幸	竹下 保章	武田 逸郎
竹田 幸三	武田 直士	竹中 清史	武安 義紀	田崎 睿一	田代 耕造
田所 文男	田中 清隆	田中 晃次	田中 三郎	田中 淳一	田中 健彦
田中 次郎	田中 慎	田中 真夫	田中 康弘	田中 良三	谷岡 哲
種村 敏明	田野倉 進	田野倉 武	田淵 幹雄	玉置 喜一	玉木 徹
玉崎 健次	玉村 浩通	田村 一比古	田村 年夫	田村 恒	田村 亮司
近田 昭泰	千葉 俊一郎	千葉 弘幸	津軽 承芳	辻 正明	綱島 駿
角町 和久	坪内 範久	鶴崎 俊雄	鶴丸 智彦	寺井 善也	寺田 克夫
寺田 嘉之	問山 容子	富樫 洋子	徳永 賢次	富岡 萬守	富森 秀直
友田 留義	外山 静生	鳥養 崇	内藤 和子	内藤 隆司	長尾 英夫
中川 英治	中川 昌衛	中里 勝	長島 貞郎	中嶋 信義	中島 正晴
中島 実之	中島 米造	仲田 博昭	永原 耕史	中原 陽	中道 靖也
中村 隆夫	中村 富忠	中村 達也	中山 丞	中山 雅史	中山 宗彦
中山 裕	名倉 寛充	梨羽 浩一	鍋田 敏一	浪川 研吉	成田 浩一郎
成田 隆人	成島 悅子	成瀬 茂	成瀬 隆文	成瀬 季則	新野 恵司
西尾 美信	西川 勝美	西田 嘉郎	西谷 憲一	西辻 豊	西出 訓史
西戸 彰	西原 秀一	西堀 宗雄	西村 宣昭	二ノ宮 昭夫	二宮 精治
二宮 敏行	沼田 明幸	根津 康宏	野上 哲郎	野口 浩一	野口 二郎
野澤 聰	野津 英夫	野村 順子	芳賀 宗夫	萩原 潔	橋田 篤廣
橋本 邦明	長谷川 和夫	長谷川 貞男	秦 俊朗	秦野 武	波多野 幸雄
羽鳥 幸子	花島 香織	浜出 恵子	林 誠一	原 和平	原生司
原 徳太郎	原 昇	原口 功	半谷 克博	日江井 植男	樋田 謙吾
一柳 肇	平井 清	平野 敏彦	平本 忠一	比留間 由孝	深川 昭芳
深沢 信吾	福井 明	福井 守正	福田 純子	福田 積子	福田 義昭
福原 豊	福室 紘二	藤木 保男	藤崎 剛	藤沢 了二	藤島 保

藤嶋 博幸	藤代 千秋	藤末 創	鮎子田 成一	藤田 誠三	藤田 哲夫
藤野 正弘	藤野 雅也	藤野 稔	藤村 昌之	藤原 義和	二間瀬 孝啓
二見 道雄	船曳 俊宏	降幡 実	古川 幸彦	古澤 靖弘	古屋 利徳
別所 真春	宝喜 敏秀	星野 泰	堀井 澄子	堀内 昭忠	本田 雅章
本間 博	前川 周三	前川 次郎	前田 広司	前野 傑	巻苑 潔
正木 かほる	眞島 晃一	町田 武志	町谷 米司	松井 憲一郎	松尾 虔一
松尾 孝一	松岡 宏行	松崎 泰二	松下 均	松田 淳一	松田 光紀
松宮 啓一	松村 啓之亮	松村 章之介	松本 明	松元 健	松本 茂
松本 昭三	松本 忠雄	松本 三津夫	的野 義明	真鍋 峻	丸子 勝基
丸山 亨	丸山 春望	万膳 義太郎	三浦 康憲	三角 俊夫	三神 昌宏
三木 茂	水野 暢	水野 麻里	水船 幹也	水元 摩一郎	溝口 銳夫
溝口 正裕	満岡 巍	光永 修司	宮井 雅敏	宮浦 幹博	宮川 英昭
三宅 敏弘	三宅 良郎	宮崎 静夫	椋梨 隆	村上 成紀	村川 賢
村瀬 純一	村瀬 康彦	村山 和久	室井 大平	室崎 靖	望月 一弘
物江 繼一	森 孝	森 隆治	森 のり子	森川 勝彦	森口 博仁
森久保 認	森崎 清次	守田 昭	森田 準	森田 誠一	森永 修平
森村 安博	守谷 康男	守山 隆敏	矢我崎 正章	八木 信行	屋後 章
安井 興充	安井 裕	安岡 義信	安田 清忠	安田 宣広	柳川 英一
柳 晴彦	柳澤 憲一	柳田 陽子	矢野 美久	矢吹 敏生	山門 健三
山口 茂雄	山口 真司	山口 隆夫	山口 武	山口 博明	山口 弘隆
山口 房勇	山口 好孝	山崎 憲	山崎 健一	山崎 進吾	山崎 建夫
山崎 文子	山下 旭	山下 司	山田 一博	山田 健二	山田 志津夫
山田 十三男	山田 信彦	山田 泰章	山名 貞夫	山之井 悟	山内 眞木
山本 邦夫	山本 茂樹	山本 謙二	山本 信一	山本 勝昭	山本 雅之
山本 又弘	山本 芳子	山森 慶昭	湯沢 千代美	横 成之	横田 正義
横山 惣一	横山 博昭	吉岡 誠敬	吉崎 貞夫	吉田 和夫	吉田 辰之
吉田 昌之	吉野 数人	吉原 裕幸	吉村 正剛	余田 一男	和歌 康寛
若林 利則	若林 英男	若松 裕成	和氣 一久	和田 久世	渡瀬 稔彦
渡辺 晃	渡辺 和彦	渡辺 建	渡辺 徹	渡辺 敏明	渡部 幸太郎

## 各地区からの便り

### 2024年 札幌地区懇親会

札幌地区懇親会が10月16日（水）に昨年と同じ海鮮処「三海の華」で開かれました。本部からも合田さんに来ていただき、合計6名の参加と少なめでしたが、一年に一回の再会であり、恒例の近況報告、新庄監督の采配で見事に花開いた北海道日本ハムファイターズの話、年々夏が熱くなる温暖化の話等で大いに盛り上がりました。

予定していた2時間は瞬く間に過ぎ、来年以降の懇親会の日程を決め、最後に恒例の記念撮影を行い、再会を約束して閉会となりました。（別所 真春 記）



### 仙台地区の懇親会報告

今年の懇親会は暑さが続く中に開催となりました、仕事の話やら病気の話で予定の二時間はたちまち過ぎ楽しい時間を過ごす事が出来ました。

皆様協力有難うございました。

(仙台地区 石川)



### 相模原地区

今年の相模原懇親会の出席者は、40名となりました。コロナ前の私が懇親会の幹事をさせて頂いていた全盛期は、80名を超えていました。かつては、本社勤務だった方の出席も多かったのですが、相模原勤務の方が大方を占める様になりました。出席者も年を追うごとに常連さんを見かけなくなり、今の3M社の情勢を反映して、まだ若い方の出席も見られるようになりました。

会場は、駅からおよそ950mと離れた所に位置しています。出席者の若干の若返りを反映してか、おお方の人は、送迎バスを利用せず自分の足で歩いて来られる方がほとんどでした。1時20分から会は始まり、乾杯、そして歓談と進み、今年は、番号による抽選で現金が当たる催しを企画しました。準備した料理も昨年よりは豪華になりました。他の地区懇親会と同様に、悠々クラブから補助金を頂きましたので、そうした企画が実現しました。

今年も、多くの人と歓談できました。元会社の事、今の会社の事、同僚の様子、悠々クラブの事、そうした中で私が気になったのは、パソコンで悠々クラブの木



ホームページが見る事が出来ても、スマホでは認証の問題でそれが出来ないと言う話でした。もっと気軽に聞いて頂ければ、良いのにと思った次第です。

もう何年になるのか、コロナの4年間を抜いても随分前から相模原の幹事を務めてきた気がします。それも今年を最後に、バトンタッチを致します。80歳の現役プログラマーを目指して、ホームページのプログラミングに注力します。この場を借りて、お礼を述べさせて頂きます。ありがとうございました。

(成田 隆人 記)

## 富士小山地区懇親会

2024年11月28日富士小山地区懇親会を開催しました。87名の会員名簿からメルアドが記録のある44名に開催案内を送り、当日は13名が参加されました。

傘寿を越えた会員も増えてきました。

去年と同様に小田原での開催で、“小田原名産品グルメコース”+飲み放題で盛り上がりました。

20年以上会っていない先輩、昨年退職・悠々クラブに入会し、やはり20年以上会っていない方とともに懐かしい再会でした。

1973年富士市ATCで開所から50年が経ち、半世紀も前の田子の浦の洪水を思い出し、懐かしいひと時を過ごしました。

皆さんの近況報告に“オオー、すごい！、いいなあ～、さすが！、ガンバロー”と楽しい時でした。来年の再会を約束し、散会しました。（記 佐藤友和）



## 第12回名古屋支店OB会

11月16日名古屋地区懇親会を名古屋駅前の四川菜園で行いました。

初参加者は大西潮さん、水野明美さんで、昨年同様東京から、波多野幸雄さん、井手口利弘さんが参加され、総勢15名でおこなわれました。二次会も栄のスナックでカラオケ大会を行い、楽しい1日を過ごしました。来年も健康で会えることを楽しみにしています。

(記 山下 司)



## 2024年 3M悠々クラブ大阪地区懇親会報告

2024年3M悠々クラブ大阪地区懇親会を10月10日大阪梅田にて開催いたしましたので報告いたします。

今年の開催は大阪地区会員の方々の高齢化も進み出席者数の減少がみられるため、今回より多くの方に出席いただく様に関西以外に在住で大阪支店に長くかかわりのあった方、または思い入れのある方にも懇親会

開催の案内をさせていただきました。

その結果、宮崎元支店長など3名のゲストを迎えることができ出席者数は計29名となり大変有意義な会になりました。

出席していただいた方々の中には病み上がり後、手術後間もない方々もおられましたがこの会を楽しみにしておられるという言葉に感謝する次第で今後もこの年一回の交流の場をますます盛り上げていきたいと思います。

懇親会は一柳さんからの乾杯の発声をいただき本部合田さんより悠々クラブ運営状況の説明のあと各同好会の活動報告、初参加出席者の方のスピーチを交え一年ぶりの再会もあつという間に時間が経過してしまい最後に記念撮影をし大盛況にて終えることができました。

大阪地区世話役一同もほっとし次回の盛り上がりを期待しております。

(記 吉村 正剛)



### スリーエムジャパン九州OB会

2024年度も9月に夏ビアガーデン（現役との交流）、11月に総会を開催。本部合田さんから悠々クラブの現況報告、九州OB会の会計報告と新入会員3名紹介。宮崎から澤野さんが出席。

今回は80代5名、70代4名、60代1名、50代1名の11名。

懇親会は最年少の四辻さんの乾杯の音頭で始まり、各自の近況、入社当時の話など大いに笑い2時間がアツという間に過ぎました。

所属事業部が異なりますが色々な会話ができるのは支店があったからだと思います。また来年も元気に再会しようと散会しました。



(記 大黒 隆)

## 会員の皆さんからの“一言近況便り”

会員の皆さんから多数の便りをお寄せいただきました。2024年9月～11月に到着したものを掲載しています。

<b>あ行</b>	
<b>相澤 英治</b> ゴルフとアルバイトに頑張っております。	<b>有友 嘉紀</b> 一人生活となり 3 年余が過ぎましたが真に後期高齢者生活となり、運転免許証を返上したため、不自由を感じる毎日です。趣味の詩吟を継続していますので、それなりに忙しい時間がボケを防いでいるようです。
<b>浅井 一蓮</b> 91 才になり、そろそろ限界に近づいています。PC でブログ「浅井一蓮」をのせて楽しんでいます。また、毎日新聞に短歌を投稿しています。	<b>有山 進</b> 元気で過ごしています。
<b>浅川 秀明</b> 穏やかな日々を過ごしています。	<b>有吉 広之</b> 会の成功を祈ります。
<b>浅野 徹</b> 10 月で胃の手術後二年過ぎ元気に過ごしています。また海外へ旅に出たい。	<b>有賀 詔</b> 相変わらず旅行と社交ダンスに明け暮れています。コロナ期間中はお休みしていた海外旅行も再開しました。ただ歳ですので医療がちゃんとしない国・地域は敬遠です。
<b>浅野 直康</b> 月 1 回の釣行、射撃会、スポーツジム通い、2 回位の居酒屋探訪、晩酌を可能にする為 7 千歩を歩き規則正しい生活をしています。	<b>安藤 俊二</b> 大病もなく元気で過ごしています。ご近所の自転車仲間とのサイクリングや3MのOB仲間との月毎の登山を楽しんでます。8月に日本の猛暑から脱出して自転車仲間3人で2週間ドナウ川沿いを自転車と車で旅して良い思い出になりました。
<b>浅見 孝男</b> 都下三鷹市に永年居住。当地大澤の水車解説員をしています。江戸時代からの水車展示です。皆様のご来場を歓迎します。	<b>安藤 義雄</b> 元気でやっています。
<b>安部 悅子</b> 日々老いを実感しながらも仕事、ボランティア、地域活動にと社会参加を心がけております。	<b>い行</b>
<b>阿部 真一郎</b> 今年の秋はヒマラヤに行けなくなりましたが写真展の出展で忙しくしております。	<b>飯田 裕一</b> ゴルフなかなか上手くなれません。
<b>阿部 憲康</b> 可もなく不可もなく暮らしています。食事は何でも美味しく食べています。	<b>家近 明</b> 糖尿病の進行で食事や運動制限等があって、日常生活が退屈になってさみしい限りです。まあ年相応？か。気持ちは元気で毎日過ごしています。
<b>阿部 美佐男</b> 腰痛のリハビリに通っていますが元気に過ごしています。	<b>井口 修一</b> 元気に余生を楽しんでいます。
<b>天野 治</b> 元気で生活しています。	<b>池上 俊之</b> 歩行困難のため、現在リハビリ中です。
<b>荒井 達爾</b> 退職してはや 16 年、老いを感じる年となりましたが 3MOB の仲間とテニス、ゴルフと楽しく過ごしております。	<b>池島 久雄</b> 脳トレのため、20 年ぶりにマージャンを始めました。
<b>荒井 敬彦</b> ガンや心臓病など大病を乗り越えながら元気です。今年も 17 年間続けている「かわさき市民第九」を歌います。合唱、俳句など心豊かに過ごしています。ボランティア活動も行っています。87 才です。	<b>井桁 弘之</b> 老妻と二人で元気に暮らしています。コロナ禍も落ち着いたのでパスポート有効期限が切れる前に 4 月に台湾を訪問し、友人達と久しぶりに再会し旧交を温めできました。
<b>荒川 傳三</b> 元気にしております。ボケ防止の為、週 4、午前のみのアルバイトをしております。バウンドテニスを家内共々楽しんでおります。	<b>石井 真</b> こちらは元気でやっています。我が家の最近のブームは近所に脱サラでオープンしたコーヒー屋の旦那と閉店後にお気に入りの豆を焙煎をして好みの味を作ることです。焦げる直前（フレンチとイタリアンの間くらい）で止めて作る美味しい深入りコーヒーを目指しています。家族は苦すぎると言いますが、私は素晴らしい味だと確信することにしています。
<b>有坂 健</b> 元気にしております。	

**石崎 康文** 現在、英会話教室を運営しており、10月からは後期に入ります。又、3ヶ月前から韓国語の勉強を始めました。

**石野 英雄** 「光陰矢の如し」を身をもって感じる年代となり四捨五入すると90才!?何はともあれ健康な体で誕生、育成してくれた明治生まれの両親に感謝!今はボケ防止のためアマチュア無線で世界中のアマ無線家とモールス信号を用いた英文電信で交信を楽しんでいます。

**石橋 邦夫** 変化なし

**磯秋 政美** 健康的な毎日を送っております。

**磯崎 望** 毎月の登山も毎週2回のソフトボール練習で健康を維持しています。

**市側 祐司** 70歳になって以降、3Mの方々との交流はほとんどなくなりましたが、コーラスの仲間と楽しい時間を過ごしています。

**井手 清** まだフルタイムで働いています。できるだけ働ければと考えていますが楽もしたいと思っている今日この頃です。

**井出 隆** おかげ様で元気です。

**井手口 利広** 今年喜寿を迎えるました。最近は小学校から大学まで同級会、同期会が多く、親交を暖めている状況です。

**伊藤 文優** あちこち身体にガタが来てましてメンテナンス中です。

**伊藤 光敏** 元気に暮らしています。

**糸雅 成和** 今年は自治会の役員をやっています。

**戌亥 芳秀** 元気にやっています。9月に3週間南カリフォルニアを旅行し、約2000キロ車で走行しました。

**犬養 裕** お世話になりました。主人は9/18に間質性肺炎のため突然亡くなりました。家で静かに生活して、亡くなる直前まで野球を見たり（広島応援）テレビを楽しんでいましたが、2日間ほど食欲がなくなりアッという間に息をひきとりました。（妻）

**井上 卓也** 84才、7回目の年男となりました。おかげさまで元気に過ごしています。

**井上 正治** 野菜作り少々がんばっています。

**今井 正昭** 健康に気をつけて過ごしています。

**今村 宏治** 朝夕の散歩で体力維持に努めています。

**岩尾 信治** 秋、野鳥の渡りのシーズンになったので、南足柄の足柄峠から矢倉岳に登り、山頂から南に渡っていく鷹たち（サシバなど）を見送りに行ったりして過ごしています。東京湾の干潟も渡り鳥で賑わっています。

**岩城 徹** 今年の暑さにもまげず、元気でやっています。

**岩崎 栄雄** 元気です。柔軟体操、散歩、料理、戻って来たコロナ禍前の行事などを楽しんでいます。

**岩崎 行雄** 令和6年末に89才で運転免許証を更新します。

**岩月 英仁** 今年の夏は熱中症に3回かかり苦労しました。年相応の生活を努めています。

**岩村 隆夫** 毎日が出張で、土日はぐったりしています。

## う行

**上平 隆治** 相変わらず平日は畠仕事で、土日はテニスを楽しんでいます。

**植松 康久** 10月1日にケアハウスに母と一緒に入居します。母の年めざしてガンバります！

**薄井 一雄** 元気で過ごしています。自治会、お宮、民生委員などの仕事も終わり、中学の同級と2か月に1回17、8人とウォーキングなどして身体を動かしています!!幹事の皆様ご苦労様です!!

**内田 晃** 数年前に「脊柱管狭窄症」になり、現在は杖を友として毎日を元気に過しております。

**内田 英世** いつの間にか75歳を越え、後期高齢者の仲間になりました。認知症の検査をパスし、運転免許の更新。後期高齢者保険証に切替。また、ちょっと運動すると腰の痛みが頻発するようになり、身体の様子を見ながらゴルフをやっています。パットとアプローチの改善に特化し、ハンデキャップの維持に努力しています。家の雑物の整理、隣との境界の樹木等の剪定と悠々クラブの幹事業務でなんとなく忙しく日々過ごしています。

**内田 宗和** 幹事の皆さん、ありがとうございます。大変ご苦労様です。

**内山 誠** 今年3月にソルベントムに転籍し、本クラブへ入会しました。よろしくお願いします。

**浦上 昭一** 92歳の高齢により、自粛します。妻の安全運転に、診察・囲碁対局の送迎を頼っています。自宅居住で立ち居の自由な共生により、晩年の幸を感謝しています。

**浦野 義之** つえについての歩行となりましたが何とか元気で過ごしております。

### え行

**江口 智** 日本人男性の平均寿命が81歳とのこと。2月に86歳となり後期高齢者の一人として感謝以外に言葉もありません。健康長寿を祝う9月9日の「重陽の節句」も無事祝うことができました。次は88歳米寿に向かって頑張ります。

**海老名 敬一** 皆様によろしく。

**蝦名 正人** 一力や芸舞妓の美冬めきて青山(祇園花見小路)

**江森 憲央** 暑さの為、あまり活動はしていませんが、一応元気に過ごしております。

**遠藤 恵美子** 人間ドックと病院ツアーをしながら今のところ元気に過ごしています。最近、保育園児とかかわりができ、楽しく勉強させてもらっています。

**遠藤 武志** 年相応に生きております。皆様もお健やかに。

### お行

**大石 陸平** 元気でやっておりますが、4月より約3ヶ月間腰痛でベッドの生活でした。9月には大分回復して創作活動が出来るようになりました。

**大泉 雄司** 3年半で腹腔鏡下手術を2回(大腸ガンとヘルニア)受けたので、めっきり体力がなくなりました。

**大柿 裕一** 老いて増々元気に過ごしています。生れ故郷の北海道には毎年出掛けております。

**大神田 正己** 毎日野菜作りや、植木等の手入れ、週2回の卓球を夫婦で楽しんでいます。好きなゴルフは肩の手術以降3年以上休んではますが、元気です!皆さんに会える日をたのしみにしてます。

**大久保 弘史** 何とか日々、ちょっと元気に過ごしています。

**大澤 登美子** 10/12はどうしても都合がつかず欠席いたします。

**大塩 武俊** 特に変わりなく日々元気に過ごしております。

**大島 和男** 新築の家に移って5ヶ月たちました。毎日庭を草の"原っぱ"にしており、手入れの真最中です。皆様にはごぶさたしておりますが、元気でやっております。

**大島 哲夫** 年々体力は落ちてきておりますが、元気で過ごしております。時々、現役時代の仕事をしている夢を見ます。来年80才で傘寿になりますが、元気な80代になるよう頑張ります。

**太田 英二** 歩くこと歩けることが一番のこの頃です。皆様ご苦労様ありがとうございます。

**太田 人士** 元気にしています。いつもネット上の悠々クラブ情報を見ていています。

**大武 篤** 月に1~2回のゴルフ、野菜作り、庭の草取りをして何とか元気に過ごしています。でも「雑草魂」には負けっぱなしで悔しい思いをしています。

**大塚 康夫** 元気です。相変わらず近辺の山道、林道を歩いています。

**大槻 一弘** 80才になってすぐに「76」5回目のエイジシートを達成しました。ゴルフ(月5回)早朝ウォーキング(70分)蓼科高原ハイク(年4回)島津亞矢コンサート追っかけ(年7回)まだ続けられる健康体に感謝の毎日です。

**大坪 悟** 9月も後半と言うのに夏日のようですね。今回の懇親会は予定が合わず欠席とさせてください。今年は結婚50周年にあたり妻と一緒に米国3M.St.Paulを訪問しました。36年前に長期出張の時に住んでいたタウンハウスはまだ健在で懐かしく思いました。Stillwaterにも行きましたが、雨の影響でミシシッピ川の水位が上がり、遊歩道は水浸しとなっていました。。

**大西 進** 今回都合がつかず欠席させていただきます。元気に過ごしております。

**大場 仁史** まだまだ元気で勤めています。

**大畠 里佳** コンサルタントやセラピーをやっております。特に心理療法であるヒプノセラピー(睡眠療法)で少しでもクライエント様のお役に立てればと思っております。

**大村 元子** 当日用事があり欠席させていただきます。11月で私も70才古希です。70才になつてもスーパーのレジでがんばっています。ぼけ防止にもなつてゐる気がします。P.S.パソコンがこわれてしまいメールが確認できなくなりました。

**大森 隆志** 皆さん、お元気にしてますか?70歳を過ぎたら楽隠居と思っていたが、未だに働いてます。お陰様で元気です!!

**大屋 晴夫** 元気にやっています。毎朝ペットと散歩してます。

<b>大屋 守正</b> 元気で趣味を楽しんでいます。土曜日はダンスを指導しているので出席できません。
<b>岡 勝</b> 悠々クラブ事務局の皆様、いつもありがとうございます。86才になりましたが毎日頑張っています。これからも頑張って行きます。
<b>岡崎 健司</b> 健康のため、今年6月から働き始めました。
<b>小笠原 肇</b> 免許証返上により趣味が減りました。まだ続いているのはコーラス（混声・男性）と陶芸です。
<b>岡田 直人</b> 趣味と実益を兼ねてゴルフ場でアルバイトしています！
<b>岡西 誠二</b> 今年2月末で定年退職しました。4月より3M特約店に勤務しています。返信が遅くなり誠に申し訳ありません。
<b>岡野 義昭</b> 健康維持に努めています。
<b>岡部 和香</b> 今年は7月に鷲羽岳、水晶岳（黒岳）、8月に白馬岳、五竜岳、鹿島槍ヶ岳に登り、9月の登山も予定していましたが、台風10号から天候が悪く、秋雨前線の影響順延になりそうです。百名山残り16座です。さすがに重いザックは背負えないです。
<b>岡本 陽一</b> 元気で過ごします。
<b>奥泉 信吾</b> 体調異常ナシ
<b>奥添 泰樹</b> 8月末に娘が猫を飼いたいとの理由で住み慣れたマンションから近くの一軒家に引っ越しました。まさか、この歳で引っ越しなんて、考えもしませんでした。9月も終わろうとしてますが、家はダンボールの山です。
<b>奥野 肇</b> 元気に過ごしています。悠々クラブのゴルフコンペに参加しています。
<b>長田 良一</b> これといった病もなく、日々平々凡々と過ごしております。頭の鎧止めの川柳は続けてますし、体の方はゴルフを卒業し、現在はグランド・ゴルフに月3回遊んでもらってます。それと悠々クラブの蕎麦教室で毎月会員の皆さんと楽しんでいます！
<b>小澤 猛</b> 傘寿を迎えました。健康を維持していますが、少しずつウイングが狭くなってきたようです。
<b>落合 徳三</b> 本年卒寿（90才）を迎えまして体が少しきつくなつて参りました。従つて両会は欠席とさせて頂きます。ごめんなさい。
<b>小野 賢吾</b> 岩手県北上市で元気で過ごしております。お近くに来た際は、ご連絡ください。

**小野 伸一** 元気にはしています。東京国立博物館でボランティア3年目になります。最近は、外国からのお客様が多くなりました。

**小野 博彦** 元気で過ごしています。

**尾上 静一** 初めての出席となります。今後ともよろしくお願ひします。

**小野寺 弘隆** ほぼ日課としていたウォーキングを昨年来の猛暑を避けて、早朝に切り替えて丸一年になります。その間近くの公園で行われている、3年間無休のラジオ体操会に参加、中国の健康体操・ラジオ体操第1・2とウォーキングをセットの1時間を朝食前に終え、今や早寝早起きが生活のリズムになっています。この習慣を大切にして、来年迎える90の壁を乗り越えていきたいと思っています。

**帶金 幹夫** 母校（大学）の同窓会事務局で働いています。同窓生一人ひとりに楽しんでもらえる企画を実施して行くお手伝いができると思いま事をしています。

### か行

**垣花 泉吉** 元気ですごしています。

**笠作 募** 当日不参加で申し訳ございません。体は健康で毎日走り廻っております。来年を楽しみにして居ます。皆さんに元気な様子をお伝えください。暮々もお体大切に！！

**笠原 清** 岐阜の田舎で家内と二人、恙なく暮らしています。二人で出かける旅行と言えば、駒沢とあざみ野にいる長男家族、次男家族の孫たちの顔を見に、年に1~2回出かけるのを楽しみにしています。先日、上京して、両家族合同での会食をしたのですが、二人の知らないところで、私の喜寿祝いをサプライズ企画してくれていました。家族全員元気な顔で、一同に会することができる事はありがたく、只只感謝！

**笠原 康宏** 早いもので、リタイアして22年が過ぎました。今は毎日ジムに通い、ジム仲間と飲み食いを楽しんでいます。好きだったゴルフも肩を痛めクラブをおいていますが、毎日元気でやっています。乱筆にて。

**加藤 喜代治** 代替医療研究所での仕事で東北各地での予防医学の講演会を行っています。家ではブルーベリー畠の仕事をしています。地域では、小学校運営協議会の委員をして毎日忙しく働いています。東北でも今年は毎日暑い日が続いて大変な年でした。元気に働けることを感謝しています

<b>加藤 三省</b> 岐阜県可児市に実家に移住してから、6年が過ぎました。諸々のボランティア活動等をしているうちに、地元の知人も増えてきまして、元気に過ごしております。そのほか、少しばかりの土地で自然と闘いながら、野菜作りをしています。
<b>加藤 昌</b> 血液検査的には全てOKです!
<b>加藤 ゆみ</b> 2024年2月に退職し、今は母の介護中です。仕事とは違う大変さはありますが、自分の時間も大切にしつつ元気に過ごしております。
<b>門重 政司</b> 自然に恵まれていることが自慢である広島ですが、さすがに今年の酷暑には参っています。歳の割には元気と言われ、孤老という言葉と向き合っています。
<b>金子 剛一</b> 81歳になりましたが元気で毎日を過ごしています。健康づくりには週3-4回のウォーキングと週1-2回のゴルフをしています。65才から始めたそば打ちも続けています。加えて年3-4回の旅行も楽しみの一つです。昔の仕事仲間との飲み会も増やしていきたいです。
<b>金子 秀樹</b> 日々元気に過ごしています。
<b>唐澤 文男</b> いろいろ忙しく、元気です。
<b>鷹野 道生</b> 80路、気持ちは若く、若生氣分も体力的にはかなりの衰えを感じています。週に一度のグルメ堪能とWJBL全日本女子バスケットボール富士通レッドウェーブ観戦を楽しみにしています。
<b>川上 禧和</b> 最近、知己が突然身罷ったり寝たきりになって居ます。会える時に会うように気を付けて居ます。
<b>川北 肇</b> 生まれた地尾道、育った地大阪、そして人生(82才)の半分を過ごした地東京とそれぞれの思い出を懐かしむことが多くなりました。病院通り中心の生活ですが生きております。
<b>川崎 嘉昭</b> 記録的な猛暑の今夏は小生何とか無事に乗り切りましたが、最近家内の病に転移が起り、外出も控えている現状です。
<b>川島 邦彦</b> 元気が一番！健康に感謝します。
<b>川島 部</b> あちこちのクリニック通いですが元気です。皆様のご健勝をお祈りいたします。
<b>川俣 裕章</b> ウォーキングの会で活動中です。音楽活動も継続中です。
<b>川部 勝弘</b> 寄る年波には勝てず動作も頭も鈍くなってきた（認知症予備軍）？

**閑歳 幸治** 皆様、元気でお過ごしかと存じます。当方、お陰様で変わりなく元気です。勝手乍ら、今回の一言、普段の思いを記させて頂きます。＊私のモットー：1日1善、人への感謝、褒めること、後、譲り合いの精神私のルーティン：毎日、2時間ほどの散歩、常備薬（アリナミン、アムロジン、アリセプト）服用健康元気で、呆けずに長生きいたしましょう!!

**神田 友直** 数年前に始めたポール・ウォーキング講座を受講し仲間達と話をしながら、緑道や公園を歩いたり又、室内の体操教室で体力維持に努めています。

### き行

**菊池 晋** 元気に老人やっています。

**菊池 高彦** おつかれさまです。暑い中ありがとうございます。当日皆様とお会いできる事を楽しみにしております。

**菊地 規芳** カメラを手に野山を歩いています。今年は8回目の二科展入選を果たしました。80歳までに10回の入選を目指に8010（ハチマルイチマル）が目下のスローガンです。

**岸 秀俊** 健康維持のため毎日5~6キロを歩いているが、スマートウォッチからは1日の消費カロリー、歩いた距離、心肺機能、歩くペース全てが前年より下がっているとワーニングが出されています。今年の猛暑では仕方ないと天候のせいにしていますが、実は歳のせいかも???

**北川 達夫** 今年76才、以前は80才までは元気と思ってましたが、今は85才までは…と思いつつ少しずつ終活中。しかし、中々、物が減りません。

**北村 隆章** ひとまず元気です。

**吉川 重克** 元気で過ごしています。散歩の毎日です。

**岐部 烏弘** 高血圧等の基礎疾患がありますが、とりあえず、畠仕事、スポーツジム、福祉施設でのボランティア等元気にやってます。

**木村 裕治** 相変わらず元気です。数は減少していますが、国内旅行、沖釣りを楽しんでいます。

**木村 吉隆** そろそろゴールに近づいています。毎日プールでクロール、月曜日は長唄、午前中は店番で幸せです。

**清重 利昌** 残念ながら欠席させていただきます。盛会を祈念いたします。

### く行

**口田 潤一郎** 2023年11月末で定年退職し、10ヶ月たちました。コロナ以降、1人で楽しめる山登りやソロキャンプ等を楽しんでいます。今年は、中国地方最高峰の大山に登りました。10月から週の半分は、アルバイトで仕事に行くことになりました。

**久保木 世紀** 年相応の身体に体力維持のため、ほぼ毎日ウォーキング等で元気に楽しんでいます。

**久保田 敦** 地域ボランティア活動に参加中です。

**久保田 雅己** 毎日暑い日々が続きますがなんとか元気にガンバッテいます。

**熊倉 信隆** 元気に過ごしています。

**熊田 邦弘** お蔭様で元気に過ごしています。今年は猛暑の夏を大谷翔平の活躍をテレビ観戦して過ごしました。秋には車で九州旅行の予定です。父が他界し母も老人ホームに入って空き家になった実家の後始末が課題です。

**栗原 康通** 体調に気をつけて、孫と遊ぶのを楽しみにしています。

**黒田 和義** 元気に暮らしています。

### こ行

**小池 岳昭** 合唱、水彩画、歴史小説の三本立てやっています。合唱は9/29(日)福岡アクロスでコンサート、水彩画は市の文化サークルで年1回展示、歴史小説は、安倍龍太朗の「ふりさけみれば」を読了。

**小泉 正弘** 心臓大動脈弁・人工弁に変えて早や10年、弁の耐用年数は10年ぐらいと言われています。終活に力を入れています。

**合田 昌弘** 今年のハイライトは金毘羅宮のお参りです。苦しみながら758段の階段を上って本宮にお参りしました。登り切った時はある種の爽快感がありましたが、その後の下りの階段は膝に応えました。翌日から3日間筋肉痛でした。普段脚には不安はありませんでしたが、鍛え方が足りないとつくづく思った次第です。

**幸道 敏寛** 脳出血のため、右半身が麻痺し、生活全般に介助が必要なために、介護老人保健施設に入所しています。テレビを見たり、ラジオ聴いたり、時々ハーモニカを吹いて過ごしております。(代筆)

**越田 寛** 九月で喜寿を迎えたが元気です。上記2日とも仕事の関係上出席できず残念です。

**児玉 俊一郎** 地区卓球クラブで運動しています。

**古藤 雅俊** 年齢とともに体力の衰えがわかるようになりました。猛暑の中で庭の中は雑草だらけでも外に出て草取りする気力もありません。でも週に6回はジムに通って涼んでいます。

**木場 貞成** コロナ禍で行動範囲が狭まり近くでのボランティア活動が多くなりましたが、元気で動きまわっています。

**小林 弘幸** 山梨へ移住してそろそろ3年。適度に元気にやっています。

**小林 吉宗** 元気です。

**小南 満洋** 元気にブラブラ毎日過ごしています。10月家内が手術入院の為、残念ながら欠席させていただきます。

**古村 俊一** 返信が遅くなり申し訳ありません。現在週3日働き残りは実家の両親のケア・介護に時間を使っており、東京と長野の間を行ったりきたり忙しくしております。

**小森 茂** 日々無難に過ごしておりますが、出来る事がひとつ失っていくのが感じられる毎日です。皆様もお元気で。

**小山 敏男** 毎日ウォーキング、その後テニスに掛け帰宅してビール。楽しい毎日を過ごしています。

**小山 幸彦** 大病もなく、元気でやっています。但し加齢には勝てず。

### さ行

**齋木 義明** 86才の老人になりましたが日々元気に暮らしております。日々最大の仕事は朝・夕の愛犬の散歩です。

**齊藤 功** JR東日本「大人の休日俱楽部」フリーパスを利用して鉄道ブラーひとり旅を続け楽しんでいます。昨年は6月北海道(苫小牧・帯広)9月甲府、松本、新潟、秋田、青森各市を訪れました。時として同じように旅している同輩に出会うのも旅の伏線です。

**齋藤 勝廣** 役員の皆様、お世話様です。田畠の農作業を楽しんでおります。今回稻刈りの為、欠席させていただきます。

**齋藤 成敏** 今年の暑さには参りました。好きなDIY・ウォーキングなどは手つかずになり体がなまっている今日この頃です。気候が良くなったら無理をせずDIYを再開したいと思います。

<b>齋藤 滋</b> 元気にはしています。病院の診察券は増えていますが。
<b>齊藤 静夫</b> 相変わらず野菜作りと週に一度は居酒屋さんでお酒を飲みながらカラオケをやっております。今回は用事がありまして出席出来なくて申し訳ありません。
<b>西塔 淳</b> 昨年末に3Mを退職しました。小さ目のコンサルタント会社に勤め、日々、クライアントサポート業務に邁進しております。今回は日程調整つかず欠席となります。またの機会を楽しみにしております。
<b>齊藤 芳徳</b> 今回(2024年)の定例会と懇親会は既に必須予定が入っており出席できず、失礼致します。近況としては昨年末より始めた2団体での男性合唱団、週末は地元でのソフトボール協会理事活動含めて多忙な生活をエンジョイしております。
<b>坂口 正之</b> 脊椎管狭窄症の手術後、リハビリをしていますが、歩くのに苦労していますので、今回は欠席させていただきます。
<b>坂下 由紀子</b> 元気に過ごしております。
<b>佐々木 淳博</b> 大リーグ大谷選手の大活躍で毎日我ことのように喜んでいます。現役の頃引っ越しが多く見つからなかった、野球部1965年の"三冠王"の盾が出てきて当時のことを思い出し、密かに喜んでいました。また当時共に仕事、遊びを共にした坂本君、井出さんたちと昔話、何十年ぶりに盛り上がりました。素晴らしい冥土の土産になりました。乱筆にて失礼します。
<b>佐々木 茂</b> 元気にはしています。
<b>佐々木 信</b> 生涯現役で頑張ります。あっという間に75才です。
<b>佐々木 義明</b> 厳しい猛暑続きのこの夏は両眼の白内障手術を受けたこともあり、家にひきこもりのゴロゴロ生活をしていました。
<b>佐々木 良一</b> 元気に生活を楽しんでいます。3Mの仲間と音楽活動をしています。
<b>笠田 稔夫</b> ご連絡をいただきありがとうございます。諸先輩、同僚が段々といなくなり淋しいことです。

<b>佐藤 雄章</b> 四月よりマンション管理組合の副理事長で多少忙しい日々です。一方 87歳で高齢者の集いにも参加して楽しい時間を過ごして居ります。毎日 1Kg の「黒ニンニクの燻製」を作つて夕食後に 100g のヨーグルトと 2粒のニンニクを健康食として食して居ます。
<b>佐藤 樹一</b> 古希を過ぎ身体の衰えを感じるようになりましたが、悠々クラブのテニスに頑張って参加しています。
<b>佐藤 公俊</b> 退職後に二種電気工事士の資格をとり設備の会社に再就職して働いています。
<b>佐藤 四郎</b> 役員の皆様、御苦労様です。お陰様で相変わらず暮らしています。皆様に宜しくお伝え下さい。
<b>佐藤 治興</b> 元気です。
<b>佐藤 雅美</b> 元気です。相変わらず写真活動をしています。今年に入り日本写真協会の会員となり富士山写真を続けています。
<b>佐野 興一</b> 昨年勤続39年で早期退職。その後はのんびりとした生活を送っています。
<b>座間 光</b> 闘病中
<b>澤田 友宏</b> それなり、年なり、元気なり。
<b>澤野 哲紘</b> リハビリを兼ねてほぼ毎日ゴルフの練習を行つてますので今のところは元気でいます。
<b>し行</b>
<b>塩川 康雄</b> 幹事の皆様、ご苦労様です。小生の方は薬のお世話になりながらも健康に過ごしております。
<b>零田 治夫</b> 残念ですが都合により欠席させていただきます。盛会をお祈りいたします。猛暑の夏をなんとか乗り切るため、無理せず自宅で過ごしています。今後とも、よろしくお願ひします。
<b>篠崎 盛昌</b> 元気で自治会の活動をしています。
<b>柴田 啓次</b> アフターコロナに転換してやっと今年から旅行に出かけるようになりました。元気にしております。
<b>柴田 英之</b> 元気にやっています。今回は所用にて参加できませんが、次回はぜひ参加したいと思います。
<b>渋谷 和久</b> 退職して2年が経ちました。ゴルフ、山登りなど体力の劣えと戦いながらも楽しく過ごしています。
<b>嶋崎 宗彦</b> 9/20 今の所健康です。

<b>嶋田 哲夫</b> 体調は良いのですが、最近、声が出てきないので治療中です。
<b>島田 正志</b> 非常勤で少し働き、また趣味のゴルフを時々楽しみながら元気に過ごしています。
<b>清水 隆</b> 毎日農業や趣味で忙しく動いています。当面元気で行動できる様気をつけています。
<b>清水 敏英</b> 再就職し、故郷との二拠点生活しています。
<b>志水 美子</b> 晴耕雨読と、週3日の仕事で毎日元気にしております。もう70代ではなく、まだ70代の気持ちです。
<b>下橋 誠</b> 毎日ウォーキングして健康維持に努めています。
<b>莊司 忠男</b> 過去の住友スリーエム社は、現況如何なものを詳しく識り度いと考えています。よろしく！！
<b>莊司 徹</b> 皆様お元気ですか？最近は年を重ねるにつれ、身体のあちこちで異常が出て薬漬けになっております。週に三日はジムに通って足腰を鍛えているつもりですが現状維持が精一杯の今日この頃です。最近はオオタニさんを追いかけています。
<b>上坊 武夫</b> 今年で80になりましたが、幸いにも日常生活に支障は無く、馬齢を重ねています。日々の食事は酒と共に美味しい味わい、恵まれた老人生活かと思っています。
<b>白木 辰夫</b> 2回の心臓手術にも耐えて、元気に生きています。
<b>城下 武之</b> 9月末で毎日勤めていた仕事を卒業します。ゆっくりすると共に何か新しく取り組むことを考えているところです。まずは運動不足にならない様にOBの方達とのゴルフを楽しみたいと思います。
<b>す行</b>
<b>末沢 正則</b> 鉄道旅と地方の街歩きを続けています。また、むかし聴いた青年時代の音楽を今まで思い出しながら聴いて楽しんでいます。
<b>末次 亨</b> 猛暑が長かった夏もこよみ通り彼岸の訪れと同時に涼しくなりました。暑さも彼岸迄の言い伝え通りになりました。
<b>杉田 英明</b> 今年で80才になり…これからも体に気を付けてガンバッテ行こうと思います。
<b>杉村 直樹</b> 暑かった今夏の終わりが待ち遠しいです。秋はGOLF(ヘボ)を楽しみ冬は北海道でSKIを楽しむ生活です。

<b>鈴木 茂</b> 相変わらず義母の在宅介護で「巣ごもり」をしております。義母はひとりでは起き上がりせず、多くのことに介助が必要なため、私は外出を控えるようにしています。
<b>鈴木 彰一</b> ドジャース大谷選手、山本選手を見にロスアンゼルスに行きました。大谷のホームラン、山本の力投での勝利。十分満足しました。でもアメリカは物価が高いです。ウォーキングの会は幹事として活動しております。
<b>鈴木 武司</b> 昨年、脊柱管狭窄症の手術、一年間の休養、今は週3回のテニスを楽しんでいます。今年で81才になりますが健康に感謝です。
<b>鈴木 健弘</b> 元気でやっています。
<b>鈴木 知之</b> 元気です
<b>須田 寛美</b> 最近年寄りクラブに行き色々な器具を使用した体操等を行っております。なんとか一人で頑張れるように頑張っております。
<b>須藤 恒子</b> 早いもので退職してから1年が経とうとしています。最近、デッサンとスケッチを始めました。せっかくなら、練習の様子を動画にしてYouTubeチャンネルの開設を目指そうと考えています。ところが、動画編集のため新しいデザインアプリに挑戦し始めたところ、AIでイラストを描かせたり、AIに書かせた物語を動画にしたりするのがすっかり楽しくなってしまい、肝心のデッサンの練習はほぼ進んでいません。
<b>住友 俊行</b> お世話になっております。当日、所用があり、出席できませんが、定例会のご盛会をお祈り致します。
<b>せ行</b>
<b>関岡 寿夫</b> 眼はぶどう膜炎でみにくいでまちづくり会議、辻堂青少年会館の活動を行っています。定例会とまちづくり会議とぶつかっているので残念ですが不参加とさせていただきます。
<b>関口 和夫</b> 元気で生活しています。
<b>瀬崎 正彦</b> 元日から車の運転をやめました。公共交通機関を利用すると世の中の変化が眼の前に拡がり楽しんでいます。喜んでいたら雨の日転倒。腰の痛みが消えないので整形外科を受診したら脊柱管狭窄による大腿部神経痛と言われる。仲々治らず苦労しています。8月に2回目のコロナ感染。そんな訳で今年の後半戦は苦労しています。
<b>仙石 幸一</b> いつもお世話になっています。私は老化が進んでいますが、特に問題なく暮らしています。

そ行	
<b>曾根 秀治</b>	夫婦とも健康で元気に暮らしています。
<b>曾根原 規</b>	早いもので定年後 5 年が経ちました。水泳、ゴルフに励んでいる毎日です。
<b>園田 康一</b>	残念ながら別件あるため欠席させていただきます。元気でやっています。クラブのご発展を期待しておりますので、皆様に宜しくお伝えください。
た行	
<b>大東 慶幸</b>	恙なく暮らしています。
<b>大保 公比己</b>	相変わらず、ボランティア、家庭菜園でがんばっています。
<b>大門 誠</b>	元気に過ごしております。
<b>高杉 久</b>	週 2~3 回の自宅～海岸までのウォーキングを続けています。体調も良好です!!
<b>高橋 潔</b>	酷暑に負けず、相変わらずのペースで元気に過ごしています。高校時代の山仲間に誘われ 18 年ぶりのゴルフをしたり、コロナ後の世の中に少しずつ順応しています。世界中の懸念が大きいなる懸念で、日々拡大している報道に心を痛めています。
<b>高橋 敬一</b>	昨年10月に車の事故(自損事故)をおこし、救急車で順天堂病院に入院しました。20 日間の入院でしたが、足の働きがすっかり弱くなりました。ハンドルで胸を強打したためしばらく痛みが続きました。今はそれまで続けていた卓球、テニスは足腰が弱くなりできなくなりました。車の運転も止めました。
<b>高橋 秀毅</b>	御陰様で、変わらず元気に過ごしております。皆々様にお会いできること、会社の現況などについて拝聴できることを楽しみにしております。
<b>高橋 宏彰</b>	昨年、10月末で少し早めに退職しました。今はのんびり職探しをしながら週3~4回のテニスと時々ゴルフを楽しんでいます。
<b>高橋 彦雄</b>	何故かすこぶる元気です。相変わらずボランティア活動（博物館と文化財調査・普及員）の両方を継続しています。ウォーキングと読書 10 冊／月を止めるつもりはありませんが図書館の在庫を心配しています。
<b>高橋 良彦</b>	テニス週2回、ワンちゃん2匹散歩毎朝毎晩、車3台メンテナンス、AUDIO機器類調整週1回、ギター＆ベース演奏毎日、その他2、3アイテムにて日々充実した日々を過ごしています。

<b>高畠 志郎</b>	五体異状なく、元気に過しております。時々出かけております。城廻りはもうすぐ 200 城です。
<b>高柳 健一</b>	元気でやっています。80 才になりました。
<b>瀧 浩三</b>	今年は暑かったです。が、元気で居ります。
<b>田熊 進</b>	悠々クラブ(写真同好会) で趣味を同じく楽しむ方々と有意義な活動をさせて頂いております。
<b>武井 正樹</b>	3M 悠々クラブのスタッフの皆様、ありがとうございます。退職一年生、何か続けられるものが見つかればと思い地域のサークルや活動に参加中です。
<b>竹内 敏文</b>	2024 年 9 月本厚木カントリークラブに入会しました。ハンディキャップを取得し、クラブ競技に参加します。
<b>武安 義紀</b>	元気にしております。週2~3回テニスをして汗をかいています。
<b>田崎 翠一</b>	趣味を楽しみながら暮らしています。
<b>田代 伸一</b>	元気に過ごしております。
<b>橘 昭廣</b>	80歳を迎えました。ここまで大病もなく來ました。これからも残り少ない人生を元気に送りたいと思います。
<b>田所 文男</b>	ジム、ゴルフ等極力外に出かけ刺激をもらう事にしています。お陰様で今の所は健康です。
<b>田中 清隆</b>	元気に暮らしています。
<b>田中 晃次</b>	健康のためスポーツジムでウェイトトレーニングを中心に汗を流しています。又、地元の写真クラブで活動しています。仕事は、本社が渋谷にある会社で非常勤の監査役として勤務しています。
<b>田中 三郎</b>	毎日元気で仕事を続けています。
<b>田中 淳一</b>	軽い運動をしながら、元気で過ごしております。
<b>田中 次郎</b>	ついに今年喜寿になりました。定期に通院しており体調は問題ありません。まだ現役で感謝される仕事とボランティア活動を行っています。週一テニスで汗を流したり、旧友とはライングループで連絡を取り、時折飲み会に参加し歓談などして過ごしています。
<b>田中 慎</b>	元気にしております。

**田中 真夫** 元気でがんばっています。住んでいる町の職員に採用され丸一年になります。行政の中に入り民間とは全く違うやり方に戸惑いながらも楽しくやっています。

**田中 康弘** 東京散策の会やウォーキングクラブに参加させていただいている。

**田中 芳信** テニス、俳句 etc.夫婦とも元気にやっています

**谷岡 哲** 毎日元気で仕事に励んでいます。

**田野倉 武** 今年も大根、白菜を蒔くことができました。あと何回続けられるか?

**玉置 喜一** 今年も楽しく旅行しています。千葉、静岡、長野、埼玉の休暇村に宿泊で食事とドライブを楽しんでいます。10月からは紀州白浜、富士、広島、京都と楽しめます。旅行と絵画を楽しんで元気になります。

**玉木 徹** 地域の活動に、通院の合間をみていそしんでおります。毎日、心穏やかに暮せればと思います。女房と2人で…。

**玉崎 健次** 猛暑続き、水筒、自前のバッグ、がんばっての罪ほろぼしでは追いつきません。無力感の愚痴こぼし。ただ、香港の友人の来日、五年前75歳でのカナダに移住、精神的疲労からの決行を。この夏で良かったことを思い出します。

**玉村 浩通** お陰様で今年2回目のゴルフプレーを致しました。身体もよく頑張ってくれました。感謝致します。

**田村 年夫** 年相応でボチボチ生きてます。

### ち行

**千葉 亮** 今年8月31日に定年退職しました。セカンドステージは現在検討中ですが、暫くはゆっくり過ごしたいと思っております。

**一寸木 正** 気力・体力は低下しているもののそれなりに元気になります。皆様によろしく。

### つ行

**辻 彰一** 何とか体力知力低下に抗ってゴルフ、JRA、数字遊びに頑張っています。

**辻 正明** 元気にしております。

**角田 要** 2024年は管理組合の理事長として2年間は長期のトレッキング等には出かけられず、予定していたヒマラヤ遠征（カンченジュンガ）は断念しました。富士山撮影は相変わらず週1、2泊程度で南アルプスを含め近郊の山に行き撮影を続けています。趣味のスケッチも鉛筆画、水彩鉛筆等で鳥や高山植物、昆虫の絵を続けています。興味のある方はホームページ <http://ktsunoda.sakura.ne.jp>で検索すると趣味のサイトが見られますので是非ご覧ください。

**角町 和久** 母の介護も落ち着き、7月より仕事を始めました。ワークライフバランスを取って健康に過ごしています。

**鶴崎 俊雄** 元気に野菜作り楽しめます。

### て行

**寺井 善也** 元気です。

**寺田 克夫** 今年の夏も酷暑、猛暑、異常高温など表現は様々ですが一日中クーラーをつけっぱなしで過ごす出不精の毎日でした。庭の手入れもままならず、唯一の庭作業は四年前に植えたブルーベリー採りで、たくさんのジャムを作りました。運動不足を解消しようと涼しくなったら近所の砧ファミリーパークの一一周 1.7km のジョギングを始めようと思っていますが…。

### と行

**問山 容子** 昨年の退職後何をしたらよいのか悩んだ時期もありましたが、今は週一日、世田谷区の生涯大学に通学、週3日パート、週3日映画鑑賞や美術館めぐりと健康（ボケ防止？）と楽しみのためのささやかな生活に着地しました。

**徳永 賢次** 還暦、古希、喜寿、傘寿の祝いと称して小学校のクラス会を重ねてきたが今回はクラス全員が 85 歳を迎える本年 4 月を機に故郷の桜の花見と国立劇場の立て替えに伴い 20 年振りに里帰りをしている平櫛田中翁の「鏡獅子」を鑑賞会として最後の小学校クラス会になった。関東、関西、中国地方から 15 名 +1 名（夫婦で参加）が集合し、岡山県の最西端を流れる小田川の堤の満開の桜見物を堪能し、食事を楽しみ、書、詩吟、手話と童謡の合唱等多彩な芸や趣味の披露を満喫し、最後は平櫛田中美術館へ移動し田中翁が 22 年の歳月をかけ 86 歳の時完成させた木彫の高さ 2 メートルを超す大作「鏡獅子」をガラスケースなしで目の当たりに鑑賞し、107 歳の長寿を全うした田中翁が揮毫した書「わしがやらねばたれがやる」をみて誰となく「次は米寿だな」と早くも 3 年後のクラス会をしながら散会となった。

**富岡 萬守** 移動のつらいカラダになりましたので、定例会・懇親会は、欠席します。盛大な会になることを祈っています。

**友田 留義** 元気で田舎の自然を楽しんでいます。

### な行

**内藤 隆司** 週 4~5 回の水泳で体調を維持しながら、老人ホームでのドッグセラピーと多摩市社協の生活支援員を楽しんでおります。

**中川 英治** 2023/07/31 に定年退職し、1 年経過しました。山形 7 年からの復帰後、家や相続等一段落し、趣味の音楽と健康（ランニング、筋トレ）を中心に過ごしはじめましたが、最近少しコンサルの仕事を開始しました。まだ少しはお役に立てると思っています。

**中里 勝** 元気です。

**中嶋 信義** 幹事様、いつもお世話になります。昨年は都合で欠席しましたが今回は出席させていただきます。元気にぼちぼちやっております。

**仲田 博昭** 日々元気に過ごしております。毎回のご案内に事務局の方々に心より御礼申し上げます。

**中村 孝一** 半世紀続けたタバコをやめました。成果は 5kg 増えました。

**中村 隆夫** 猛暑にも負けず、月 2 平均のゴルフと週 1 の仕事を続け、元気に過ごしております。

**中山 丞** いつもクラブ運営ありがとうございます。私は 2021 年 6 月に定年退職をして個人事業主として IT 系コンサルをしています。自由時間も多いので年 1 回くらい妻と沖縄に帰省し友人とライブをしてたのしんでおります。

**中山 宗彦** お陰様で元気にしております。

**名倉 寛充** ゆっくり静かにくらしています。テニスと孫と遊ぶことを楽しんでいます。

**鍋田 敏一** 喜寿を迎え、元気に過ごしています。富山に戻り、のんびりと田舎生活楽しんでいます。

**浪川 研吉** 古藤様、先日 E-MALL でお知らせした様に、フォトクラブ悠々は今年は 3 人体調不良で中止にしましたが、来年はできれば昨年のように東京地区の方にも参加していただき、NTT 京都支店“三条コラボレーションプラザ”にて東西合同で展示会行なえればと考えております。

**成田 隆人** 4 月になれば、後期高齢者の仲間入り。そろそろと思い、庭終いを計画。植木を切って遮光シートを張り砂利を被せる。これは、植木の維持管理よりも大変だ。

**成瀬 茂** 健康に気をつけてすごしています。

**成瀬 季則** 足、腰が弱ってきましたが元気で過ごしています。

**南里 征人** 暗いニュースが多い昨今、ドジャースの大谷翔平の大ブレイクに酔いしれて唯一の楽しみです。

### に行

**新野 恵司** 毎日の生活を楽しく、大事に過すよう心がけ、家事の多くを引き受け、健康に過して居ります。

**西出 訓史** 元気でやっております。

**西戸 彰** 2023 年末、心臓冠動脈の手術を受けましたが、幸運にも日本屈指の名医の先生の執刀により、無事回復しました。また、長年の課題だった大阪にあった両親の墓を、私が住む町田に移しました。これで肩の荷が一つ下りた気持ちです。月数回ある英語スピーチのサークルは 10 年以上継続しています。

**西堀 宗雄** 今夏 77 才（喜寿）になりました。体力維持の為、朝夕のウォーキングをはじめ、できるだけ歩くようにしています。外へ出かけ、多くの人と喋るように心掛けて、ボケないよう頭の体操にも力を入れています。

**二ノ宮 昭夫** 今年は暑かったですが暑さをさけつつ家庭菜園、ゴルフと元気に過ごしています。

**二宮 敏行** 元気です。（世話役の皆さんに感謝いたします。）

### ぬ行

**沼口 敏一** 皆様お変わりなくお過ごしのことと思います。私も先輩の皆様のお仲間になり、定年退職後早いもので10年があつという間に過ぎ去りました。免許証も認知症講習を受けて三年更新になってしましました。3月からは後期高齢者健康保険証になり、3割負担で、夫婦別々に健康保険税が届き、今迄の国民健康保険税より合算すると高額になっています。今更ながら、なんと退職後の税の大きさにびっくりしています。60年近くやっていたテニスも卒業して、73歳から弓道に切り替えました、今の時代に、○○ハラが横行する時代の方々が多く難儀しています。段を取ってからは幾らかうるさくはなくなりましたが。さいわい、健康で病院は歯医者くらいで、目の前の歯医者で少し具合が悪いと、先生なんとかして、修理していただいています。未だ山小屋も好き勝手に改修やデザイン変更などで遊んでいます、JEITA経産省の客員も今年度で卒業します。年齢制限を5年超過でも辞めさせてくれませんでした。今年の11月のIEC東京会議が最後の頑張りどころです。皆様のご健勝を祈念しました。この辺で、11月23日にお会いできることを楽しみにしています。

### ね行

**根津 康宏** 猛暑の夏でしたが、なんとか過ごしております。しかし体力は少し劣えたようですが元気です。ここ、鹿嶋は暑いばかりで、雨が少なく庭の手入れが大変でした

### の行

**野口 浩一** スーパーの広告を見て献立を考えあちこちで買い物をして料理を作り、カミさんと一緒に大谷くんのホームランを見ながら食べるという生活を楽しんでいます。

**野口 隆二** 9月前半2週間で20万歩のハイキングを行ないました。よく歩き、よく食べた半月でした。

**野澤 聰** 78歳。自粛していた外食や家族旅行を今年から再開できたのは家族そろって健康だからと感謝しています。公的機関の若者向けキャリアコンサルタントの仕事も9年になりました。立ちすくんでいた彼らが、行動し、自己肯定感をもって前を向いて歩いてゆくのを楽しみにしています。これまで述べ6000人以上を支援してきましたが、一人一人違い、その新鮮な一期一会を大切にしています。とはいって、片道2時間の通勤と8時間の勤務だけでなく、遊びや学びの時間も大切にしたいので、この4月からの契約は週3日にしてもらいました。週1~2日は自宅で日本全国の相談や勉強会に参加しています。また先日久しぶりに「野澤家釣り大会」を開き、2人の息子や孫と船釣りを楽しみました。

**野津 英夫** 4月に体調が悪くなりどうなるかと思いましたが、何とか回復しました。猛暑にも負けず、畠仕事を続けていますが、出来栄えは、今一度素人には難しいと思いつつ頑張っています。

**野中 英治** 今年の5月末で定年を迎え6月より悠々クラブのメンバーに加えて頂きました。9月下旬から仕事を始めました。人工透析の患者様を自宅から病院までの往復を送迎するドライバーです。両日共、仕事や所用の為欠席になりますが、今後宜しくお願ひします。

### は行

**芳賀 宗夫** 古い万年筆を探してきては修理して使えるようにしたり、本格的なルリユール（西洋工芸製本）を習ったり、日々を楽しんでおります。

**萩生田 聰** 元気でやっております。

**萩原 潔** 今年古希を迎ましたが大病もせず平穏な日々を過ごしています。健康維持のために50代で始めたロードバイクは年間5000キロだった走行距離が今年はたぶん2000キロを切りそうで体力の衰えを感じています。一つ違いの妻(旧姓山崎恭世)はゴルフテニスコーラスと活動の場を広げておりこの歳になると女性の方が元気なようです。

**萩原 滋** お陰様で元気にしております。毎日表にて作業を行ない充実した独居生活をしております。

**萩原 孝茂** 元気に過ごしております。

**橋田 篤廣** まもなく81歳になりますが、3M社とSolventum社の回復成長に元気をもらっています。80歳の節目を迎えて、又新たなチャレンジが出来ることに感謝です。

<b>橋田 陽太郎</b> 相い変わらず、がんばってます。通知ありがとうございます。
<b>羽鳥 幸子</b> 腰痛以外は元気で週一テニス楽しんでいます。
<b>花島 香織</b> ご案内ありがとうございます。生憎、両日共すでに予定あり、欠席とさせていただきます。昨年 11 月末に退職し、半年強親のサポートをしながら骨休みをしておりましたが、一段落ついたので、又少し働き始めたところです。
<b>馬場 英明</b> 元気です。
<b>原 和平</b> 今年の夏は記録的な暑さだった。やっとの思いで乗り切りました。78 才頑張ってます。
<b>原 生司</b> 元気で過ごしております
<b>半谷 克博</b> 来年傘寿を迎ますが、健康第一の為には、足のおどろえを防ぐ為にジムでのエアーバイクを中心につかえて、現在も練馬区テニス教室でのインストラクターとして 4 時間頑張ってます。
<b>ひ行</b>
<b>日江井 樹男</b> 元気でやっています。
<b>樋田 謙吾</b> 北海道は何度となく行きましたが、今回初めて初夏の利尻、礼文島を旅してきました。この地域は比較的悪天候が多いとのことなので重装備の用意をして行きましたが、4 日間快晴が続き装備品も使わずに無事帰宅出来ました。たくさんの花の中を歩けたので素晴らしい感動の旅でした。
<b>一柳 肇</b> 未だ人智及ばぬもどかしさ（外交安全保障、猛暑・地震・記録的大雨）忘れぬ人はいるけど名を忘れ（行動力、判断力の衰えでご迷惑しきり） 宝塚の閑人閑中忙あります。
<b>日隈 信一郎</b> 真の後期高齢者になりましたがどうやら猛暑を無事通過しました。
<b>平井 清</b> 毎日元気に野菜づくりをしています。
<b>平岡 喜郎</b> 週 2~3 回のテニスで楽しんでいます。
<b>平本 忠一</b> いつも欠席で申し訳ありません。何とか元気で町内会の業務を行なっています。
<b>ふ行</b>
<b>深川 昭芳</b> 每日、元気に歩いています。毎年 400 万歩以上歩いています。
<b>福島 克利</b> 2023 年に 3M シンガポールで早期退職しました。今は中小企業に再就職し、趣味のゴルフ、釣り優先で毎日楽しくやっています。
<b>福田 積子</b> 1 日 8000 歩を目標にしています。

<b>藤井 勇成</b> 研修を実施する会社を立ち上げ奮闘中です。社会に貢献できるように頑張ります。
<b>藤沢 了二</b> 現在、マンションで管理人の仕事をしております。適度に体を動かす健康に良い仕事です。定例会も懇親会も偶然、別予定と重なり参加できないのが残念です。またの機会を楽しみしております。
<b>藤島 保</b> 「フレイル」の予防に努めていますが、残念ながら良い結果が出ません。
<b>藤嶋 博幸</b> フレイルを感じ、ゴルフ、自動車の運転を止めました。自宅でのストレッチと近辺のウォーキングを日課に体力維持を目指しています。
<b>藤代 千秋</b> 中学生のころを思い出して、星空写真撮影をするために準備中。涼しくなる時を待っています。
<b>藤末 創</b> 体調は良く気力もありますが、年齢と共にゴルフの飛距離は望むべくもありませんが、なんとかしてエイジシートを達成すべく努力しています。
<b>鮎子田 成一</b> 今のところ元気です。
<b>藤田 哲夫</b> お世話になります。足が悪く出席出来ません。会の発展を祈念致します。
<b>藤野 雅也</b> 今年も昨年以上酷暑で長かった。5 時起床、体操し家庭菜園に潤えと収穫作業、帰宅。汗は鈴鹿の町水道 16℃で流し昼寝が日課。ようやく時期らしい季節で土を耕し、秋・冬野菜の種まき、移植段取り、毎年のこと慌てず焦らずマイペース。以上
<b>藤村 昌之</b> 100%仕事から離れて 3 年経ちました。健康維持の為、早朝の多摩川散歩を続けていて、大過なく毎日を過しています。
<b>二見 道雄</b> 畑仕事とジムで健康維持に努めています。子供たちや孫との食事や時間を楽しんでます。
<b>降幡 実</b> 元気に過ごしております。皆様によろしくお伝えください。
<b>古川 幸彦</b> お世話になっております。おかげさまで元気で 2008 年 7 月に妻と始めた"音楽カフェ・ブロッサム"を今も続けています。来年の春には、80 歳になります。今後とも宜しくお願ひ申し上げます。
<b>古瀬 浩史</b> ほぼ変わらぬ日々元気に過ごします。
<b>古屋 利徳</b> 元気で仕事にスポーツジムと頑張ってます。

ほ行
<b>宝喜 敏秀</b> 年齢が身体に表れて来ていますが、何んとか心臓が動いていてくれます。皆様に宜しく!!
<b>穂坂 欽也</b> 運動不足を補うためプールに通って数年経ちました。今では生活の一部になっています。
<b>堀 英躬</b> 元気で過しています。
<b>堀井 澄子</b> 愛犬を失って一年半すぎ、散歩の時間・距離が減り、健康不安が増し、久しぶりに人間ドック、脳ドックを受診して見ようかと思い立ちました。でも元気にゴルフを楽しんでおります。また昨年末には写真の個展を行い、日々忙しくしております。
<b>堀井 まや</b> お世話になります。会合へは参加いたしませんが、HPで皆さんの近況は拝見させて頂きます。夫の1周忌が終わり、ぼちぼち落ち着いております。
<b>堀内 昭忠</b> 体の中に風が吹きぬけましたが、まだまだ歩み続けたい。
<b>本田 雅章</b> 仕事、テニス、ゴルフ、旅行と毎日駆けずり回っています。
<b>本間 博</b> 定例会の案内を頂き、昨年の会報を又読みましたが、会員情報が充実しており懐かしく定例会を楽しみにしております。ウォーキング等楽しみながら元気です。
ま行
<b>正木 かほる</b> 暑さにうんざりしながら、おかげ様で元気に過しております。
<b>眞島 晃一</b> 昭和12年生まれで年齢相応に元気に日々を過ごしております。皆様にはいつまでも元気に過ごされますように。
<b>町谷 米司</b> 昨年1月早々に脊柱管狭窄症の手術をしました。XLIF/OLIFという最新の低侵襲手術で、術後4日で退院出来ました。経過は順調で、そろそろゴルフとスキーの再開を考えています。
<b>松尾 虔一</b> リハビリで体力の動きを保持していますが、行動範囲が細くあります。
<b>松岡 捷也</b> いつもご案内ありがとうございます。元気にやっています。
<b>松田 淳一</b> 月1ゴルフに奮闘中です。
<b>松宮 啓一</b> 2022年10月ごろ腰を痛め、現在リハビリ中です。早く皆さんとお会いしたい。
<b>松村 啓之亮</b> 比較的元気にはしています。

<b>松本 茂</b> 定例会、予定が重なり欠席させていただきます。おかげ様で元気にしております。皆様のご健勝を祈念します。
<b>松本 賀</b> 1日7,000歩のWalkingとテレビ体操を健康維持のための日課としています。カントリー音楽とのつき合いは70年を越えました。
<b>松本 忠雄</b> 今回も、一人車で旅行。相模原から、三陸まわりで北海道。宿泊は道の駅で車中泊。ケチケチの旅をしてきました。ウン百万のキャンピングカー、手作りの変わったキャンピングカー、見ていると楽しくなるよ。
<b>松本 芳幸</b> 身体が不自由なので参加できません。
<b>的野 義明</b> 暑さにも負けず頑張っています。元気でいます。
<b>真鍋 峻</b> 下半身が不自由になり、自由に外出が難しくなりました。頭はまだまだスッキリしていますので、屋内で楽しめるものを見つけて、もう少し人生を楽しみたいと思っています。
<b>丸子 勝基</b> お蔭様で毎日元気で暮らしています。2001年から入会している相模原中ロータリークラブで役職を担いながら、社会奉仕活動等を楽しんでいます。
<b>丸山 亨</b> 元気な積りで何となく毎日を過ごしています。
<b>万膳 義太郎</b> 詩吟同好会に属しています。声を出すことは健康にとても良いです。年末には結婚50年を迎える予定で、家内と記念旅行を企画中です。二人共元気なことに感謝しています。
み行
<b>三浦 晃揮</b> 原口功様に注意されると思いますが、私、月に一度長距離ドライブ旅行をしています。1日(12時間)、片道850kmを最長にした旅です。1週間、知らない街に滞在します。意外に行けるものだと感心しています。
<b>三浦 康憲</b> 7月30日、84才を迎えました。持病の腰痛も最近はおさまって、早朝散歩は夫婦で歩いております。お世話に成ります。
<b>水落 勝久</b> はて?老人に一言近況といわれても??-->まだ息しているよーかな。
<b>水元 擁一郎</b> 悠々クラブHPのボランティアに応募。HPの作成や運営のアレコレを楽しく学ばせていただいている。目標は自分自身のHP開設と2025年中の公開です(できるのか!笑)

<b>溝口 正裕</b> 腰が悪く長時間の歩行は困難ですので今回は欠席します。また長寿祝いのハガキも不要です。(経費節減のため)
<b>溝岡 巍</b> 腰痛改善の為、プールで歩いてます。かなり良くなっています。
<b>溝瀬 文彦</b> お世話様です。遠方のため、両会合には欠席させていただきます。
<b>宮浦 幹博</b> 昨年は久し振りに定例会にも参加し、又、同期会も開催されたので、なつかしい方々とお会いすることができました。このつながりを今後もより長く続けて行きたいものです。
<b>宮川 英昭</b> 元気に過ごしております。
<b>宮崎 静夫</b> あまりの暑さで夏バテしていますが、元気にしております。早く秋の到来が待ち遠しいです。
<b>む行</b>
<b>椋梨 隆</b> 昨年11月に右腎臓の手術を受け、不自由な生活を強いられており、日常生活が困難な状況です。
<b>村上 成紀</b> 大田区東蒲田から川崎に転居しております。
<b>村上 雅一</b> 家庭菜園に勤しんでいます。
<b>も行</b>
<b>望月 一弘</b> 八王子商工会議所が2025年版観光カレンダー用写真を募集していたので応募(2023年5月に行われた第6回八王子流鏑馬の写真)した所、カレンダーに使用していただけることになりました。応募した写真を2025年4月に予定されています第17回美術展に出展する予定です。観に来てください。
<b>本村 繁憲</b> マラソン、トレイルラン、ガーデニング、畠仕事、山道整備、古民家再生など楽しんでおります。
<b>森 孝</b> 和歌山県のFM橋本から15分番組3週間分録音したいと申し込みあり、ムハマドユヌスとの出会い、徳田虎雄との縁、ユージン・アクショノフ医師の津軽華子との出会いを書いた。
<b>森岡 晓彦</b> 区の健診でも特に悪い所は発見されませんでしたので、まだ4、5年は安泰でしょう。

<b>森口 博仁</b> 昨年より、同好の仲間と米作りを始めました。今年は中古機ながら、トラクター、田植機、コンバインを揃え、作付けも約2倍の4反弱を手掛けました。うるち米に加えもち米も。収穫前は水不足で心配しましたが、何とか台風前に刈り入れました。今は新米を毎日おいしくいただいています。
<b>森久保 認</b> 5年前に心臓冠動脈のバイパス手術をしてから体調が思わしくなく唯一のゴルフもできなくなり、最近は庭の手入れや草花の育成に時を費やす日々です。
<b>森崎 清次</b> 元気です。
<b>守田 昭</b> 今年運転免許証を返納しゴルフも止めました。病院に行く不便を感じますが坐骨神経痛のリハビリ治療に歩いて通っています。
<b>森田 準</b> 完全にリタイアして今は趣味のジャズ演奏と旅行に明け暮れています。
<b>森村 安博</b> とりあえず元気にはしております。
<b>守谷 康男</b> 元気です。暑い時期は、早朝散歩で頑張ってます。
<b>や行</b>
<b>八木 信行</b> 足、腰が弱ってきましたが、元気に過ごしています。
<b>屋後 章</b> 月1~2回のゴルフと、朝の散歩と、ラジオ体操で、体を動かす日々を過ごしています。
<b>安岡 義信</b> 元気にしておりますが、年相応で体のあちらこちらに不具合が出ています。今回は欠席させていただきます。盛会をお祈り申しあげます。
<b>柳 晴彦</b> 昨年初に転居し現在住まいリニューアル実施中。住みながらの改装は労力要します。日常は永年の趣味関連で全く退屈しません。時計:会員60名程の会の世話役をしており何でも鑑定団時計鑑定師に講演依頼。ついでに持参時計の鑑定もらいました。カメラ:カメラ修理の会の20年来の友人達と蒐集品の自慢会定期開催。カメラ、時計相変わらずコレクション増殖中。困ったものです。
<b>柳田 陽子</b> 3Mを定年退職してから5年が経ちまして、今年3月に古希を迎えました。定年後に働いていた仕事も3月で第2の定年を迎えたが、引き続きアルバイト登録をして、月に数日ですが楽しみながら働いております。
<b>山口 充代</b> 明るい介護生活を送っています。息抜きにおいしいお店を見つけて料理の参考にしています。

**山口 茂雄** 今年は暑い日が続き体の方もなかなか調子が年齢のために疲れてきました。また、目の検査をしたところ白内障で手術を 10 月することになりましたので、相模原懇親会は欠席致します。よろしくお願ひします。

**山口 真司** 元気に毎日過しております。

**山口 武** 傘寿の年になり、なんとか健康を保っています。体の動くうちは、子供食堂の手伝い、認知症の方との散歩のボランティアを続けていきたいと思います。みなさんも元気で過ごして下さい。

**山口 弘隆** 夏野菜作りと畠仕事しています。

**山口 好孝** 元気にやっています。

**山崎 慎** 幸いなる哉、惰眠と濫読三昧の日々を享受しています。因みに今繙いている永井荷風の日記「断腸亭日乗」は殊の外読み応えがあります。P.S.偏々に願う諸氏の安きを

**山崎 健一** デスクトップ PC で毎日 YouTube を楽しんでいます。

**山崎 進吾** 残念ですが一身上の都合により欠席させていただきます。後期高齢者になって健康第一を考えて毎日5千歩以上の散歩を心がけています。今年からWorldWingフィットネスジムで初動負荷トレーニングに励んでいます。スリーエムジャパンの現役、先輩、OBの皆様の益々の発展とご健勝を祈願して居ります。

**山下 旭** 元気に過ごしております。コロナ以来、遠出をすることが少なくなり、近所の多摩川できれいな朝焼け（たまに夕焼けも）を見に行って楽しんでいます。また健康のための多摩川ランニングも継続しています。（写真は先日の多摩川で朝焼けと虹）（編集都合により写真は掲載していません）

**山下 高貴** 年のせいか体力が落ちてきましたが、元気です。

**山田 一博** 月 3 回のラウンド、年 4 回の国内旅行、そして、日本 200 名城のスタンプ集めに励んでいます。

**山田 健二** 健康維持の為、毎日一万歩を目指しウォーキングしております。

**山田 十三男** いつしか老々介護の日々です。妻を介護するというにはおこがましく憚られますが、今では自身の存在意義はここにもあったとふ思うことがあります。できるだけ長く支える側の自分でいたいと心掛けるこの頃です。

**山田 信彦** 暑さのために涼しい映画・テレビ視聴、図書館籠りから、やっと少し秋の雰囲気にホツとして、ゴルフと歩きの小旅行を多く付け足す予定です。仲間との囲碁、カラオケも増えて、もっと時間と体力が欲しいこの頃です。

**山田 政幸** 今年 2 月に退職し 3 月よりデジタル庁に勤務しております。この夏からは内閣府の BRIDGE（研究開発と Society5.0 との橋渡しプログラム）プログラムディレクターも拝命し、行政保有データ等の AI 学習データへの変換などスリーエム在職中とは随分違う方向に取り組ませていただいております。

**山内 真木** 米寿を迎える、あちこちから祝い状が届き、また望外の花束を頂いたりなど思はずビックリに有難く、感謝の連続です。無理をせず、今の調子をつづけられれば、この先も、もう少し行けるのでは？と感じているところです。

**山本 邦夫** 歳なりに過しています。

**山本 健一** 元気にやっています!!

**山本 謙二** それなりに元気ですが、足/脚の劣えがあり、歩行スピードも落ちていますが、極力歩いております。10月12日（土）の集いには法事があり、欠席させて頂きます。

**山本 信一** 読書、定額音楽、犬の散歩をルーティン化していて、健康的に生活しています。

**山本 芳子** 暑すぎる夏を使って終活としての“物の断捨離”をすすめている昨今です。他方、コロナ禍でのおうち時間での産物をとりまとめたり、相変わらずの油彩画を描いています。

**山森 慶昭** お陰様で元気に過ごしています。

### ゆ行

**結城 庸三** いつも有難うございます。なんとか元気に過ごしています。

### よ行

**横 成之** 元気にしております。最後の車としてクラウンスポーツ購入したが、高齢者に向かない車とわかりガッカリ。車幅が広く、タイヤが 21 インチと大きく車体感覚がつかめない。又装着機能が使いこなせない。最新車種は安全機能が充実、一度は SUV に乗りたいと迷い飛びつき大失敗。高齢者の車選びは慎重に！皆様の参考になれば幸いです。

**横田 正義** 体力の衰えを感じながらも畠作業、ゴルフなど楽しんでいます。

**横溝 逸男** 終活すすんでいません。これから頑張ります。

**横山 博昭** 今年80歳になりました。膝に少し問題がありますが、ジムに通い何とか元気にやっています。妻も足腰に少し問題がありますので車は手放せなく、買物に、旅行にと頻繁に利用しています。懐かしい皆さんとの再会楽しみにしています。

**吉井 実雄** 暑いよ、暑いよ～。今年の夏の暑さにはまいりました。でも元気です。悠々クラブが発行されるころは寒い寒い日が続いている日々でしょう。皆様もお元気で。

**吉澤 久晴** 庭の手入れや田んぼで米作りなど元気でやっています。

**吉田 茂** 元気に過ごしております。

**吉田 昌之** 老化とボケを少しでも遅らせようと、日々運動とストレッチを心がけています。それでも、何をやっても孫たちに負けてしまう今日この頃です。寂しいやら、ちよっぴり孫の成長が嬉しいやら。

**吉原 裕幸** 早期退職して、15年、ご隠居さんを続けています。週一回のスカッシュや週一回程度の飲み会、月一回の病院通い、庭でのハーブ栽培と料理で過ごしています。

**吉村 正剛** 日々、元気にしております。

## わ行

**和歌 康寛** 相模原市緑区で気楽な独居生活をおくっています。たまに南区の娘一家のところに行ったり、ビデオ通話をします。また2ヶ月に1回10日程度、大阪に残された家・畠などのそうじ・草刈りに帰っています。こちらはある種の運動のようなものです。

**和田 顕一郎** 昨年11月に入会した和田(ELE・AAD・総務)です。総会の日は野暮用があり、諸先輩へのご挨拶へ参ずることができず、恐縮であります。現在は第二の職場で元気に働いております。

**渡瀬 稔彦** 毎日楽しく過ごしています。定年からほぼ2年がすぎましたが、怠惰な性格が幸いしているのか、全く苦にならない引退生活です。現役時代を振り返ることがあるんですが、まあ、よくやってたなと苦笑します。ほとんどは趣味と、適度なお酒と、美味しいものを楽しんでます、睡眠も十分に楽しんでます。これだけで、一日が忙しいです。食う、寝る、遊ぶ、ですね。

**渡辺 晃** 元気で野菜作りに励んでおります。

**渡辺 徹** 体を使って頭を使ってボケない様に努力しています。

今年も多数の一言近況(448件)を頂き感謝します。この機会に一言近況の内容をまとめました。使われている言葉から、会員の皆さんのが日常生活をどのように過ごしているか、どのように感じているかなどを調べました。多彩な活動をエンジョイされていることがうかがえました。  
まずよく使われている言葉上位25選(カッコ内は回数)

1. 元気 (121)	6. 日々 (28)	11. ボランティア(18)	16. 退職 (13)	21. 畑仕事 (11)
2. 暑い (42)	7. 暮らしている (25)	12. 歩いている(17)	17. 散歩 (12)	22. 自治会 (10)
3. 健康 (39)	8. 生活 (24)	13. 孫 (15)	18. 大変 (12)	23. 高齢者 (10)
4. ゴルフ (35)	9. 野菜作り (20)	14. 手伝い (14)	19. 懇親会 (11)	24. コロナ (10)
5. テニス (31)	10. 過ごしている (19)	15. 旅行 (13)	20. 地域 (11)	25. 夏 (10)

さらに、日々の生活を幸福である、楽しい、なんとかやっている、少し不安があるなどの観点からまとめて見ました。その結果以下のようないくつかの結果が出ました。

### 幸福だ・楽しい:

元気(121)、健康(39)、ゴルフ(35)、テニス(31)、野菜作り(20)、旅行(13)、孫(15)、家族(7)、音楽(4)、写真(5)、懐かしい(6)、再会(4)、交流(5)、ボランティア(18)、発展(6)、ありがとう(6)

合計頻度:341 全体の61.6%

### 普通に暮らしている:

暑い(42)、日々(28)、暮らしている(25)、生活(24)、過ごしている(19)、準備(6)、自治会(10)、仕事(9)、地域(11)

合計頻度:174全体の31.2%

**少し不安がある:**

体調(17)、フレイル(6)、体力低下(5)、腰痛(4)、白内障(3)、介護(4)、運転免許返納(3)

合計頻度:42 全体の7.5%

まとめとして会員全体の幸福度を推定しました。

- 多くの会員が幸福感や楽しさを感じていると推定されます。(61.6%)
- 日常の平穏な生活の中立的な報告を反映していると見られます。(31.2%)
- 不安や困難を抱える割合は低いと考えられます。(7.5%)

この結果を今後の悠々クラブの活動に生かしていきたいと思います。



## エッセー

## 好奇心&amp;夢

淺見 孝男

はじめに自己紹介をさせて頂きます。住友スリーエム入社1963年/昭和38年4月新卒者53人の一人でした。平成10年3月/1998年。就業35年。退職。年齢61歳。

**動物園ガイドを：**退職後10年間は就業。その後、東京動物園協会/上野、多摩、井の頭動物園でガイド。来園者の方に、動物の生態や特性のお話を、やさしい表現と間違いのないお話をすることでした。上野ではニホンザルの頭蓋骨、被毛、尻胼胝（しりタコ）の実物をもって解説とサルの母子関係等のお話をしました。青森県下北半島に生息するニホンザル冬場観測を、他の解説員と共に。慣れないカンジキを装着。現地の研究者の案内で雪山の搜索を。動物園関係者、霊長類研究者、酪農関係者、競走馬の研究者や実務家との交流は幸せな時間でした。

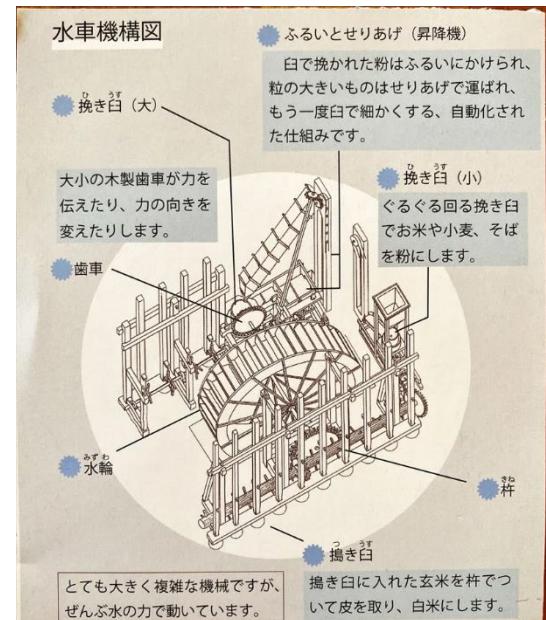


**大澤水車市民解説員を：**74歳の秋、三鷹大澤地区の大澤水車/旧持ち主・峰岸家寄贈品の市民解説員に応募、就任。水車の紹介をしています。水車は水輪の箱に水を貯め回転で次々と箱に水が入り&出てゆく。動力/エネルギーが連続的に発生。動力は歯車を使って杵10本の上下運動、石臼/174Kgの回転運動を生み出します。大澤水車は穀類/オオムギ、コムギ、コメ、ソバ等/の種の加工でした。杵&臼を介して種が持つ殻と膜を削り、種の形状と成分を活かして“粒”または“粉”的食材に仕上げます。

水車直径4m60cm、出力8~10馬力、RPM10~12、素材赤松。9年前後で朽ちる。要交換。

敷地東側を流れる野川の河川改修で取水不可発生。1968年水車稼働終止。その後、市民の運動と行政の援助で地下水を汲み上げ、地中30tタンクに貯留、逐次、水輪に供給し、回転した姿/動態展示/を提供。都指定有形民俗文化財で武藏野（野川流域）水車経営農家と指定され、多くのお客様に来て頂いています。

明治時代は、都内&都下で700台余稼働。現在では稼働するのは大澤水車。江戸時代1808年以来5代続いた峰岸家に伝わる農機具、数々の生活民具も保存すると共に、明治、大正、昭和時代、太平洋戦争&戦後に水車と電力の併存した時代の諸機械も保存、水力で電動機器を稼働させたシステムも観ることができます。



水車機構図

**全國木喰会入会へ：**我が家は某宗派の檀家。墓参、法事等に参加。僧侶の話は実感がない。仏教の案内&解説書を読むが複雑！判らない仏教徒の一人かな。2016年頃、柳宗悦作品“木喰上人（もくじきしようにん）”に出会う。木喰上人は江戸時代後期真言宗の旅僧。

生涯1000体の木彫創作を念じました。柳宗悦は作品で“直觀とは実在の直接経験である”と表現。私も同感！新潟からの帰途、小千谷の小栗山木喰観音堂を参拝。名物“へぎ蕎麦”も賞味。翌年、3M中央線

友の会メンバーを誘い中越の旅に。寶生寺/長岡市で木喰上人の作品“母子観音”に出会った。“この作品だ”帰京後に入会。木喰上人は自刻像から“微笑佛”と評されています。会の研修旅行で茨城、新潟、山梨を訪ね、訪問先の寺、または個人宅で所有の作品を鑑賞させて頂いています。中越の旅に参加した大槻規正さん、武田秀子さんは既に旅立ちました。柳宗悦が木喰佛に出会ったのは1924年1月。100年目。ご縁があったのだ！好奇心が若さ維持と夢実現の糧であると信ずる處です。木喰上人は和歌を残しています。「まるまると まるめまるめよわが心 まん丸丸く 丸くまん丸」「夢の世を 夢でくらすな 夢さめて 植えおく種は後の世のため」

好奇心が若さ維持と夢実現の糧であると信ずると共に認知症発症が海馬/脳の記憶領域/の萎縮を予防する一つの要因であるという医学論文を観て勇気付けられました。

水車鑑賞ご希望の方はmmmtasami@orion.ocn.ne.jpまでご連絡下さい。ご案内します。

### ドナウ川を巡るサイクリングとドライブ旅行記（2024年8月6日～8月18日）

安藤 俊二

**8** 月6日、以前から楽しみにしていた自転車仲間3人での12日間ドナウ川を巡るツアーを羽田からスタート。ヨーロッパは2019年のヨーロッパアルプスツアーより一続き2回目です。

Day-1,2ミュンヘンに到着後、レンタカーを借り、自転車を組み立て、岩塩の町ハルシュタットへ。教会との調和が美しい湖の周りを走る予定でしたが、途中雷雨であえなく中止し、目的地ザルツブルクに移動。ザルツブルクの市内とドイツとオーストリア国境沿いのザルツアハ川沿いをサイクリング。きよしこの夜教会やサンドオブミュージックの舞台のミラベル庭園等々訪れました。

夜は友人の紹介でモーツアルテウム財団大ホールでのウイーンフィル団員による4弦楽奏+ピアノの澄んだ美しい音色聴きました。

Day-3,4 ザルツブルクからイップスに移動しドナウ川沿いをサイクリングしウイーンへ。翌日ウイーン市内の市庁舎、王宮庭園、ウイーン楽友協会、モーツアルトやヨハンシュトラウス記念碑等々巡る。

Day-5,6 ウィーンからブダペストに移動。疲れを癒すためケイトに泊。有名な温泉保養地です。皆さん広い池の30℃程度の濁った温泉？で泳いだり、芝生でくつろいだりしてますが、日本温泉とは大違い。翌日はデウナ・イボイ国立公園でサイクリング。ベントドナウと言われ東に流れるドナウ川が南に折れ曲がる地点で、その後ブダペストから黒海に向かいます。ドナウ川流域は肥沃な大地で、特にベントドナウ辺りは小麦、大麦、トウモロコシ、残念ながら時期が終わり枯れたヒマワリの畠が地平線まで続いています。6月頃であればヒマワリの花の黄色い絨毯が見られたと思います。



Day-7 ブダペストではドナウ川の中州を80kmライド。一部砂利道（グラベルロード）で道が悪くタイヤをグラベル用に交換したのが正解。夜はドナウ川ナイトクルージング。ネオンや鮮やかな色の光が禁止され、柔らかな白熱灯に映し出された宮殿、国会議事堂、有名な鎖橋などワイン飲みながら美しい夜景を堪能。

Day-8 ブダペストからチエコのブルノに車と自転車で移動。広大な畠と枯れたヒマワリを観ながら、途中徒歩で山城チエイテ城を見学。標高600m石積みの巨大なお城で廃墟化した姿と形から心霊スポットになっているようです。

Day-9、10 ブルノからプラハに車で移動。プラハ城の混雑を避けるため早朝7時からライド開始。人の少ないカレル橋を渡り朝日に輝くプラハ城を見学。午後から人混みの中を



プラハ城内の数々のステンドグラス、旧皇宫、大聖堂。プラハから少し離れたセドレツ納骨堂に。一万人の人骨で装飾したホラー教会を見学。

Day-11、12プラハからドナウ川の源流に近い最終目的地のレーゲンスブルクへ交代で車を運転し自転車で移動。やはりドイツの自転車道の路面状態は素晴らしい快適なライドを楽しめました。ドナウ川の畔で静かな流れを見ながら11日間のドナウ川周遊の旅移動距離2300km（内約400km自転車移動）を無事終えたこと、次回にはヨーロッパ完全制覇を約束してドイツビールで乾杯！ 翌日ミュンヘン国際空港から帰国の旅へ。

## 追記

### ■ヨーロッパの自転車事情

日本では自転車使用者のマナーの悪さが問題ですが、過去2回のツーリングから私が感じた自転車先進国のヨーロッパの自転車事情です。

- ① 町間の幹線道路（70/80km制限）や町内主要道路は車、自転車、人のレーンが明確に区別され互いにマナーを徹底している。
- ② 自転車keeprightで逆走車は見かけませんでした。
- ③ 自転車レーンでの停止は厳禁。停止する際はレーンから外れて止まります。私は何回かレーン上で止まり注意されました。
- ④ 歩道走る自転車見かけませんせした。もし走ったらブーイングです

### ■その他感じた点

- ① 田舎を旅した為か、食事はパスタやピザがメイン。ハンガリーの郷土料理グヤーシュとチコのビールは美味しい。
- ② 天気は初日のハルシュタットの雷雨以外晴天に恵まれ、昼は35°C程度ですが、湿度が低くさほど苦にはなりません。夕食時（20時頃）は22度前後テラス席でのビール、ワインに食事。最高の贅沢です。
- ④ 車運転は要注意。カメラ多数設置されスピードや駐車違反の請求書（自分では認識していないが）が忘れたころに郵送されてきます。
- ⑤ 自転車旅行には車の帶同が事故や怪我から身を守り、悪天候の中予定通り旅するために不可欠です。最後に、自転車旅行は地面に触れながら各地を巡るスロートリップです。それだけ新たな発見や人々との触れ合いが多数有り感動しました。同行した二人の仲間のサポートに感謝。

## 同好会便り

### 相模OBゴルフ同好会

#### 2024年度相模OBゴルフ同好会活動報告

今年度はゴルフコンペ終了後の表彰式を復活する事が出来ました。

2024年度ゴルフコンペは予定通り年3回(3月15日、7月5日、11月25日)開催を致しました。参加者の方々にも協力頂き、事故等なく開催出来た事幹事一同感謝しております。

相模ゴルフOB会活動は2003年3月(浅井一蓮会長)に第1回のゴルフコンペ開催、現在でも第1回参加者の方々に参加していただけている事、非常に喜ばしく思っております。

今年は91歳の浅井一蓮氏の1ラウンド完走、横田三男氏の2大会連続エージシユーター等素晴らしい一年となりました。

新規会員の勧誘に努め、毎回30~40名程の方々との親睦を深め、OB会のさらなる発展につとめて行きたいと世話人一同思っております。

2025年度もゴルフを楽しくプレーしていただける様、企画させて頂きます。(柳川記)



## Clubシャングリラ

2024年度活動報告

第34回シャングリラ春季大会は4月22日に参加者24名で開催する予定でしたが雨のため中止としました。

第35回シャングリラ秋季大会は10月21日に長竹カントリークラブで開催されました。晴れ時々曇りの天気でゴルフ日和となり、16名の方に参加していただき4組でのコンペとなりました。

ここ数年はコロナとインフルエンザの感染を防ぐため、コンペを中止したりプレー後のパーティーや表彰はしない形で開催していましたが、35回からは表彰式も行うことになりました。

## 2024年度結果（敬称略）

	優勝者	準優勝者	3位	ベスグロ
第34回春季大会	中止			
第35回秋季大会	柳川英一	竹内敏文	城子貢	竹内敏文

また、参加者の高齢化を考慮し、今回からハンデ戦ではなく新ペリア方式での順位付けとすることにしました。参加される方全員に上位に入るチャンスがあるかと思います。しばらく参加されていない方や、今まで参加されていない方もぜひ積極的に参加していただければと思います。なお、次回は2025年4月28日（月）に長竹カントリークラブで開催する予定です。

（大塚 伊久夫 記）

## ウォーキングの会

会長：川俣裕章 MGR：鈴木彰一 中山裕 MGR兼会計 村山和久

ウォーキングの会は2003年3月活動開始以来12月で238回を迎えることが出来ました。今年は猛暑の8月を除き毎月開催しております。

今年の活動内容は以下の通りです。

**1** 月は恒例の七福神巡り、例年通り本間さんにエスコートをお願いし、今回は銀座八丁神社巡りでJR有楽町駅に21名の方々が集合されました。煉瓦遺構の碑を見てからまずは豊岩稻荷神社を、傍の熊谷稻荷神社を参拝後、旧松坂屋があった銀座シックスの屋上にある靄護稻荷神社を参拝、その後あづま稻荷神社、銀座出世不動尊、歌舞伎稻荷、宝珠稻荷神社、朝日稻荷神社、龍光不動尊、幸稻荷神社、宝童稻荷神社を参拝して今年も健康で元気に過ごせるようお願いしました。

**2** 月は大倉山梅林と歴史と緑の散策路を巡るコースです。東急東横線大倉山駅集合ですがいにくの冷たい雨模様で8名の参加でした。大倉山記念館を見学した後大倉山公園梅林で梅の花の美しさを堪能しました。その後師岡熊野神社、獅子ヶ谷横溝屋敷を見学しました。

**3** 月は中目黒から目黒川の桜を観賞するコースです。東急東横線中目黒駅集合ですが、この日も冷たい雨で9名の参加でした。まず目黒川に向かいましたが3月26日だというのに、寒い日が続いたことで予定されたソメイヨシノの開花が遅れたためほとんど桜の花を見ることが出来ませんでした。目黒川沿いを歩き西郷山公園を見てから南下して急勾配の行人坂を上がって目黒駅で解散しました。

**4** 月はクローバー橋を渡り東京のパナマ運河を見て清澄庭園で石を愛でるコースです。

都営新宿線・メトロ半蔵門線住吉駅集合ですが、明るくさわやかな天気となり16名の方々が参加されました。小名木川を東に行くとクローバーの形をした橋が現れます。小名木川と横十間川の合流点にかけられた橋で十字の真ん中から東京スカイツリーを眺めることができます。次に小名木川を西に歩くと扇橋閘門が現れ

ます。西側の川と東側の川の水位が違うため門を開け閉めして移動するのです。その後森下文化センターの「のらくろ館」を眺めて清澄庭園に行き、全国から取り寄せた名石を眺めて清澄白河駅で解散しました。



**5**月は横須賀から猿島を散策するコースです。夜明けまではかなりの風雨でしたが集合時間には曇天で海風に吹かれてほどよい散策となり、19名の方々が参加されました。横須賀中央駅から記念艦三笠隣のフェリー発着場まで歩きそこから出港し猿島桟橋に到着、電気燈機関舎を眺めて移動し砲台要員の兵舎や弾薬庫などを眺めながら頂上広場にたどり着きました。休憩して、帰りのフェリーで横須賀の発着場に戻り、横須賀中央駅で解散しました。

**6**月は国立自然教育園散策と歴史巡りコースです。真夏日になりそうな晴天に、JR目黒駅東口に20名の方々が参加されました。駅から10分で自然教育園に到着し、東京ドーム4倍の広さを、路傍植物園、物語の松、ひょうたん池、水性植物園、森の小道、武蔵野植物園、水鳥の池、豪族の館跡と歩いて正門に戻りました。そこから目黒駅を渡り目黒不動(龍泉寺)に向かいました。20分ほどで到着し、本堂を参拝して東急不動前駅で解散しました。

**7**月は暗渠に生まれた緑道を歩き神社・仏閣を巡るコースです。暑い時期なので緑の多いコースとしました。東急自由が丘駅に20名の方々が参加されました。少し歩くと熊野神社に着きました。境内にはケヤキやアカシアなどの大木が生い繁り、絶好の休息場所となっていました。熊野神社を出て緑道に向かいます。北に歩き呑川本流緑道に出ますので、そこをしばらく歩いて呑川駒沢支流緑道に入り、次に広い道をしばらく歩き、めぐろ区民キャンパスで休憩を取り、その後北野神社、常圓寺、八雲氷川神社を参拝し再び呑川本流緑道に入り東急都立大学駅を経て東急緑が丘駅に着き、解散しました。



**9**月は大國魂神社からサントリー武蔵野工場コースです。残暑の厳しい中、京王線府中駅に19名の方々が参加されました。府中駅を出て馬場大門のけやき並木通りを抜けて、大國魂神社に到着し参拝しました。大國魂神社を出て府中本町駅から郷土の森公園まで整備された遊歩道を歩きました。郷土の森公園でしばしの休息を取った後、サントリー武蔵野工場に向かいました。サントリー武蔵野工場では、案内係とともに90分間工場を見学しました。見学後にビール試飲会に行き、様々な種類のビールを試飲するとともに、ビールタップから自分でビールを注ぐ体験や、麦芽パウダーでビールの泡に絵を描いてもらうという楽しみを味わいました。見学後はシャトルバスで分倍河原駅に送って頂き、解散しました。



**1**0月は玉川浄水場流から散策し田村酒造場を見学するコースです。JR青梅線羽村駅に、暑さが和らぐ中、17名の方々が参加されました。羽村駅を出て南に向かって歩き奥多摩街道にぶつかり、その先に多摩川の水を玉川上水として取り入れる羽村取水堰がありました。

そこから玉川上水の右側に沿って歩きますとしばらくしてうっそうとした森の中に入ります。さらに歩くと、希望の鐘・景勝地という道標があり、そこで休憩を兼ねて寄り道しました。この日は富士山を見ることが出来、また希望の鐘を皆で鳴らしました。少し歩くと平地となり、田村酒造場が現れました。約1時間の見学で、井戸やオオケヤキを見て酒造場の内部を見学しました。最後に試飲コーナーで2種類の酒を振る舞って頂き、味わった後、参加者の多くがお土産として買い求めていました。田村酒造場を出て、福生駅に向かう途中に、旧ヤマジュウ田村家住宅があり、そこを見学した後、福生駅にて解散しました。

**1** 1月は高尾山登山コースです。気温が下がり秋らしい天候の中、集合場所の京王線高尾山口に12名が参加されました。健脚組6名とリフト組6名に別れて山頂を目指して出発しました。健脚組が登った6号路は、水音を聞きながら谷間に沿った山道をたどるコースで、途中何度かの休憩と栄養補給をしながら登りました。リフト組はエコーリフトで山上駅に向かい、女性2名は1号路で頂上を目指し、男性陣は思い思いのルートで頂上を目指しました。山頂手前に先に到着したのはリフト組の4名で、健脚組を待ってくれました。合流後最後の坂を登りきり展望台に直行すると富士山が雲の隙間からわずかに顔を見せてくれました。山頂で記念撮影後、流れ解散となりました。



**1** 2月は荻窓南の歴史を訪れるコースです。日差しは明るいのですが気温が下がり冬らしい陽気の中、荻窓駅に初参加2名を含め22名が参加されました。青梅街道の天沼陸橋を渡り、荻窓体育館の敷地にあるオーロラの碑(公民館で学んだ主婦たちの自主活動から始まった原水爆禁止運動の記念の碑)を見て、隣の中央図書館の裏にあるガンジー像を見ました。次に昭和初期に高級下宿として建てられ、今は登録有形文化財となりましたが今も旅館として営業中の西郊ロッジングを見て、大田黒公園に着きました。大田黒公園は大田黒元雄氏の屋敷跡を日本庭園として整備したもので、暫し見学と休息を取りました。色鮮やかなイチョウや紅葉がきれいで了。次に角川書店創設者の角川源義氏の旧邸宅を改修した角川庭園を見学し、次に今回の主目的の荻外荘公園に到着、ここは内閣総理大臣を務めた近衛文麿が過ごした屋敷で、昭和初期の重要な会議を行ったことで知られています。今年12月8日に再開したので良いタイミングで見学することが出来ました。その後善福寺川沿いを歩き荻窓駅にて解散しました。



来年2025年前半の予定も決まっています。

1月 莢原七福神

2月 池上本門寺・池上梅園

3月 高井戸から緑地を巡る

4月 川崎大師・大師公園

5月 高円寺周辺散策

6月 生麦事件碑・キリンビール

来年も基本月例実施、但し8月は猛暑が予想されるため休止です。自然、名所旧跡等 都内都下近県をウォーキングします。ご夫婦、お友達も大歓迎です。奮ってのご参加お待ちしております。

2024年12月 川俣裕章

## 江戸文化を訪ねる会

2024年活動経過

3月19日（火）

東京都水道歴史館

お茶の水→東京都水道歴史館→三河稻荷神社→文京ふるさと歴史館→桜木神社→「かねやす」→麟祥院→金太郎鮓



5月29日（水）

江戸小紋染付体験

早稲田の「東京染めものがたり博物館」で江戸小紋の染付を体験

その後都電荒川線で王子へ。王子神社参拝後、居酒屋「一休」で懇親飲み会



（岩金 靖夫 記）

## G・Gフィッシング・クラブ

2024年は活動休止となりました。

## ボウリング同好会

### 2024年度ボウリング同好会報告

#### <第66回ボーリング大会報告>

第66回ボーリング同好会の大会が3月23日(金)に開催されました。

今回は、参加者が10名と少し少い人数での大会となりました。

前回に続くコロナ明けの大会で、皆さん苦戦して、これまでの大会でも経験のない事が起きました。それは誰も5投までストライクが出せなかった事です。

苦戦の結果、

優勝は田所文雄さん第2位は安西信行さん第3位は佐藤四郎さんでした。

以上の結果、思い出に残る大会となりました、その後恒例の懇親会を行い、楽しい時間を過ごすことができました。



#### <第67回ボーリング大会報告>

第67回ボーリング同好会の大会が7月26日（金）に開催されました。

今回は前回よりさらに参加者が少ない（8名）での大会となりました。

ただ、1人は体調不良で、懇親会のみの参加となりました。

又、機械トラブル（投球したボールが戻って来ない等）が1ゲームの後半から何度かあり、一時はボーリング場の方からレーンを替えて行いますかと提案いただきましたが何とか2ゲームを終わらせる事ができた大会でした。

結果、優勝は田所文男さん準優勝山口真司さん第3位は望月一弘さんでした。

その後、懇親会で次回の大会を11月22日（金）と決め楽しい時間を過ごしました。

次回大会は多くの方々の参加を待っています。

会長 佐藤 四郎

会計 望月 一弘

書記 原 昇

## 鎌倉探索の会

### 2024年度 鎌倉探索の会 活動報告書

今年も8月を除く偶数月に活動することにし年5回の企画を準備しましたが、残念ながら天候に恵まれず、3回しか実施できませんでした。

**2月29日 三渓園ガイドツアー（参加者14人）**

—— 溪園は生糸取引で財を成した明治の実業家の原三溪が、全国から移築・移設した様々な古社寺、古民家、茶室、などを「大池」を囲むように配置して造成した敷地五万坪超の回遊庭園です。

昭和28年に原家から横浜市に寄贈され、現在は市が維持管理しています。参加したうち5人の横浜市民は、入園料が割引になりました。

我々は団体として事前にボランティアガイドさん（無料）を予約しましたが、少人数であれば当日のガイドツアーに参加することも可能です。

ここには鎌倉にあった心平寺の「地蔵堂」と「旧東慶寺仏殿」も移築されており、鎌倉探索の会では2017年について2回目の訪問になります。

鎌倉の建長寺のある場所は、もとは地獄谷と呼ばれる処刑場でした。建長寺が建立されるまでは、その鎮魂のために創建された「心平寺」があり、地獄谷で処刑された者の死後の救済のため地蔵菩薩を本尊としていました。建長寺が創建された後も「地蔵堂」は建長寺境内にあったのでしょうか、今回のガイドさんが建長寺を訪れた際にその場所を聞いてみたところ、現在の住職はご存じなかったそうです。

一方、「旧東慶寺仏殿」は、駆け込み寺で名を知られる東慶寺にあった禅宗様の建物で江戸初期に建てられたものです。東慶寺は明治以降衰退し建物の維持が困難になってしまいました。これを憂慮した原三溪が仏殿を明治40年に三溪園に移築したそうです。ガイドさんによると、「仏殿」の跡地は今もさら地として残っているそうです。

三溪園の海側には展望台があり、房総半島が見渡せます。陸側には富士山を望むことができますが、当曰は残念ながら視界が悪く見ることはできませんでした。

三溪園の中心に位置して案内書にもその写真が載っている旧燈明寺の三重塔を背景に集合写真を撮りました。

約2時間のガイドツアーを終え、再び桜木町行きの市バスに乗りましたが、有志は中華街で途中下車し予約したお店に向かいました。

## 6月18日 「報国寺坐禅会」（参加者9人）

**報國寺**の坐禅会は今回で5回目になります。予報通りの大雨の中、9名の参加がありました。

報國寺へは、鎌倉駅から浄妙寺までバスを使い、徒歩数分で山門に着きます。

坐禅を行った釈迦堂には人数分の座布団が準備されており、素足で席に着きました。胡坐が苦手な人は正坐や椅子に座ることもできます。

今回お世話になった導師は、建長寺で長年修行をされた僧です。初心者向けの基本作法、調身（足の組み方、姿勢、手の組み方）、調息（呼吸のしかた）、調心（半眼、視線）を教えていただきました。身が調い、呼吸が調えば、過去・未来を考えず、今この時間に心を集中できます。チーン・チーンという鐘の音に次いで、拍子木が大きく鳴り、坐禅に入りました。最初は約15分間。足のしびれをいやす休憩をはさみ、2回目は約20分。線香が燃え尽きることで時間を計ります。

導師は休憩時間に、「今日は朝から大雨で、皆さん嫌だなと思ったでしょうが、私は雨の日の坐禅が好きです。雨の音が坐禅をするうちに、ただの音に変わっていき、心が落ち着きます。」と話されました。

坐禅の後、有志で報國寺から徒歩5分くらいのところの「麺そうれ」という沖縄料理のお店に行き昼食にしました。沖縄独特のつまみで、オリオンビールと泡盛を堪能し、最後に沖縄そばで締めとしました。



## 12月3日 覚園寺とその周辺の紅葉を楽しむ（参加者11人）

**日** 指す紅葉谷（もみじがやつ）を1週間前に下見しましたが、紅葉はまだ緑のまま。その後の夜の冷え込みも弱かったため、期待どおりの紅葉が見られるか不安を抱きながら、鎌倉駅から大塔宮行のバスに乗りました。

鎌倉宮の紅葉はほぼ見ごろになっており一安心。徒歩で永福寺跡に向かいました。永福寺は源頼朝が奥州合戦の後、源義経、藤原泰衡などの供養のため、平泉の中尊寺の大長寿院・二階堂を模して建立した寺院です。しかし1400年代に焼失してしまい、現在は発掘された基礎部分と池が残るだけです。2階建ての仏殿があったことから、このあたりの地名が二階堂になったそうです。

二階堂川の小さなせせらぎに沿いながら天園へ登り大船方面に抜ける道があります。道の中腹に昔の人が紅葉とイチョウを植え、さらに道の両側に熊笹を植えて、景観を楽しんだと思われる場所があり、紅葉谷と呼ばれています。

当日の紅葉はまだ見ごろとは言えませんでしたが、赤みを帯び始めており、先に散ったイチョウの絨毯とのコンラストを楽しむことができました。

落ち葉を踏みながら天園ハイキングコースの一部を歩き、覚園寺近くに降りました。思ったより時間がかかってしまい、忘年ランチの予約時間が迫ってきたため、覚園寺の紅葉は来年以降にお預けし、鎌倉駅行のバスに乗ることにしました。



### 来年度の活動計画について

2025年も藤沢と鎌倉のガイド協会にお願いしながら、8月を除く偶数月に下記の通り鎌倉探索を行う予定です。初めての方のご参加大歓迎です。

2月26日（水）	藤沢宿の寺社巡りと義経伝説
4月	三浦半島最高峰大楠山ハイキング
6月	坐禅会（建長寺）
10月	大仏切通を歩く
12月	大町の古刹を訪ね和賀江嶋へ

会長	: 中山 裕
幹事（マネージャー補佐）	: 清原 克郎
幹事（マネージャー・会計兼任）	: 若林 利則
会計監査	: 藤村 昌之

(若林・記)

### テニス同好会

#### テニス同好会 2024年活動

##### 2024年度の活動概要

###### ● メンバー

悠々クラブの会員および家族、友人、知人で構成しています。今年2月本田雅章さんが新たに加わりメンバーは32名です。新規参加者大歓迎です。

###### ● 組織

会長：荒井 達爾 さん

ボールマネジャー（会計とボール手配）：竹内 敏文（集金：内田（利）さん）

コートマネジャー（コート予約）：武安 義紀 さん

イベントマネージャ（親睦試合）：西田 博光 さん

###### ● 負担費用と会計

新規入会金として¥1,000を徴収。コート代・ボール代として、参加者からその都度¥500を徴収しております。コート2面4時間で6,000円、新ボールが4個で凡そ1200円掛かりますので15人の参加が採算人数となります。参加者が少ない時は後半2時間をコート1面にする等で調整しています。

### ● 活動内容

毎週木曜日の午後4時間（夏期間12時、冬期間は12時半スタート）、八王子市営の松木公園テニスコートを中心とした上柚木公園テニスコートで活動しています。通常は15分ほどのアップ後は到着順にコートインでダブルスの4ゲーム先取の試合になります。

今年は夏の猛暑で活動を中止にする事態が7回ありました。特に8月は5回のうち4回中止としました。

今年の参加者は12月12日まで活動日39日延べ400名で平均10.3人です。昨年とほぼ同様です。今年は年内残り2回で計41回で昨年の47回より6回少なくなりました。

メンバーの平均年齢も上がり、夏の暑さも厳しく、病気、怪我で練習を休まれる方もありますが、参加いただいた皆様は、大いに語り、良い汗をかき、ストレスを発散し、大変満足されています。

親睦試合を6月20日14名、12月12日11名の参加で西田イベント担当マネージャの元で開催しました。真剣なプレーで楽しい時間となりました。

### ● コート手配

来年もコートの手配は武安さんに全面的にお願いすることになります。とても大変なことで、お時間をさして毎週の予約を確保して頂いていることに深く感謝御礼を申し上げます。

### ● 総会

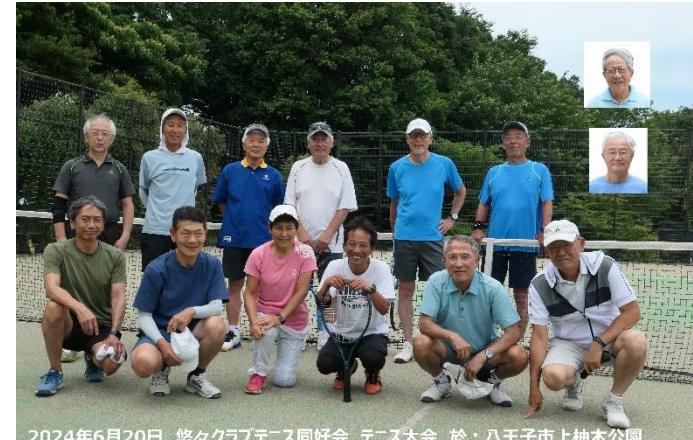
総会、親睦会は開催を見合させております。会計状況はメール配信で報告しております。

### ● 新規入会歓迎

青空の下で、木々に囲まれた公園で、汗を流し、仲間と語らい、最高の時間を過ごしていただけます。体力健康の維持、気持ちをリフレッシュしたい皆様の参加をお待ちしております。

ビジターまたはメンバーとしてプレー参加希望の方は荒井達爾会長、武安義紀マネージャ、または竹内敏文に場所、時間、アクセス等を問い合わせ下さい。（悠々クラブサイトに予定を掲載しています。名簿で連絡先は確認してください。）

（記 竹内 敏文）



## 絵画同好会

### 2024年度活動報告

4月4日(木)から8日(月)の5日間「第16回3M悠々クラブ美術展」を相模原市民ギャラリーで開催。OBの皆様、ご家族、ご友人など260名もの方々がご来場ください、展示作品の鑑賞や講評はもちろん、懐かしい話や近況報告でも大いに盛り上がり楽しい美術展になりました。

絵画同好会からの美術展参加は15名。日本画、油彩画、アクリル画、水彩画、鉛筆画、パステル画、木版画、シルクスクリーン版画、合計26点の多彩な作品が出品されました。

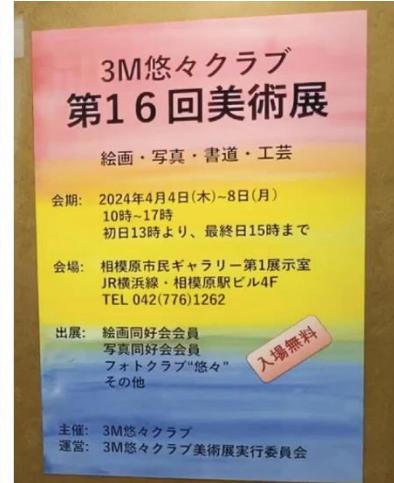
### ・2025年度活動計画

4月3日(木)から7日(月)までの5日間「第17回3M悠々クラブ美術展」を相模原市民ギャラリーにて開催決定。

最近退職された方、もちろんずっと前に退職された方も、地方で絵画制作している方、日本画や洋画、版画、スケッチなどだけではなく絵手紙やイラストなど、ジャンルは一切問いません。美術に興味のある方、発表の場を

お探しの方、是非ご参加ください。楽しいですよ！  
(こちらまでご連絡ください→ymizumoto1@gmail.com)

・会員数：15名 会長：佐野 進一郎 マネージャー：水元 擁一郎



## 写真同好会

### 2024年度活動報告

第16回3M悠々クラブ美術展を中心に活動をしました。

1) プリント会(2024年2月19日) 於；相模原市大野中公民館  
美術展に向けて希望者5名と美術展実行委員でプリント会実施

互いの写真を評価しながら和気あいあいとA3ルバプリントしました。

\* 四方邦晴さんはプリント会直前に亡くなられたのですが、プリント会の日程に合わないとの事でjpegデータとタイトルを事前に頂いていました。

2) 第16回3M悠々クラブ美術展（令和6年＝2024年4月4日～4月8日）  
於：相模原市民ギャラリー

美術展に11名23作品を出展参加：写真クラブ員以外の参加者7人13作品も展示

36作品の展示で美術展として成功であったと思っています。

\*四方さんの品は、ご家族の了解を頂き最後の作品として展示しました。

3) 写真撮影会は2023年秋に昭和記念公園で実施しましたが2024年は諸事情により実施できませんでした。来年度は企画、実施したいと思います。



(同好会役員 記)

### 京都を愛てる会

2024年度の活動がありませんでした。

(木田 紀行 記)

### 富士小山ハイキング同好会

富士小山ハイキング同好会は、コロナ感染が拡大した2020年度から現在まで活動を休止しております。

会長、マネージャー併に体調不良につき、当面は再開未定とさせて頂いております。

(マネージャー 山口陽一郎 記)

### フォトクラブ“悠々”

フォトクラブ悠々は2024年 主要メンバーの半数近くが病に倒れる緊急事態となりましたので急遽開催を中止することといたしました。

2025年はデジタルカメラ愛好家だけの展示会では開催が危ぶまれ 一方前々回からすでに出品いただいているスマホで撮った写真も広く募集したいと考えております。

10月10日開催 3M悠々クラブ関西地区懇親会で一柳元社長からも会員一般からスマホ写真を広く募集するべきだとの補足意見もいただいておりますのでデジカメ写真とスマホ写真を募集いたします。

場所はNTT京都支店 1F三条コラボレーションプラザ 期間は9月～11月の平日5日間を予定しております。 後日詳細募集要項を発表します。

フォトクラブ悠々マネージャー  
浪川研吉 記

## 3Mそばクラブ

## ● 2024年度活動報告

会員が20名になり、1月から12月まで毎月蕎麦教室を開催しました。参加者は延べ126名でした。名店巡りは、3月は町田市成瀬の「玄蕎麦もち月」（11名）、7月は浅草橋の「江戸蕎麦手打ち処あさだ」（7名）、11月は下北沢の「よんたての店打心蕎庵」（10名）と3回開催しました。



3月 もち吉



7月 あさだ



11月 打心蕎庵

## ● 2025年度の活動計画

- ①蕎麦教室 1/15, 2/19, 3/19, 4/16, 5/21, 6/18, 7/16, 8/20, 9/17, 10/15, 11/19, 12/17 毎月  
第3水曜日
- ②食事会 2/19, 6/18, 10/15 蕎麦教室の前の時間（12～13時）
- ③名店巡り 3/26, 7/23, 11/26
- ④若葉台地区センター（横浜市旭区）のそば打ち教室に毎月協力し、蕎麦文化の普及を図る

そば打ちに興味のある方は、上記の蕎麦教室または食事会に顔を出してください。美味しいお蕎麦をご馳走いたします。

会長 渡辺 徹  
マネージャー 秦 俊朗

## 詩吟同好会

JR横浜線、古淵駅から徒歩5～6分の大野中公民館会議室で、有友先生以下8名で月3回元気に練習に励んでいます。

昨今、世の中の動きと同じく、詩吟愛好者は高齢化が進み、我々が所属する碩心会では、悠々支部は若手の精鋭と言われていますが、平均年齢は約80歳となりました。

それでも益々声量は上がり、徐々にではありますが吟が上達しています。

今年は、上部団体のイベントとして、春と秋、年2回の昇段試験を含み、全部で9イベントに参加しました。

12月8日(日)、2024年の締めとして、大野中公民館の第37回公民館祭りにメンバー全員（安西信行さんと、富山県砺波市在住の鍋田さんを除く）で参加し、その後、忘年会で詩吟以上に大声で談笑し、楽しい1年を送りました。更に有志による二次会カラオケでも盛り上りました。

詩吟は吟を暗誦し、その呼吸法で血流を良くするため、ボケ防止には最適で、また大きな声で滑舌良く話ができるようになります。ご興味のある方は是非ご連絡ください。

（吉田 昌之 記）



### ゴルフクラブ「なごやか会」

2024年はなごやか会のゴルフ部としての活動は3回でした。

今年は3回とも名古屋市郊外 豊田市の名古屋グリーンカントリー倶楽部での開催でした。

2024年の開催状況です。

① 6月13日

梅雨に入るか入らないかのタイミングでしたが天気もなんとかもちました。

② 9月5日

熱中症警戒アラート発生下？での開催でしたが全員無事ホールアウトしました。



③ 12月10日

名古屋グリーンカントリークラブは東海地方の紅葉の名所 香嵐渓（こうらんけい）の近くにあります。今年は例年より1か月紅葉が遅れていてまさに紅葉のピーク時期の開催でした。



なごやか会メンバーは現在8名です。

今年はご家族のご都合やご自身の体調等の状態で全員参加の回を持つことはできませんでしたが2025年も皆さん元気でラウンドしましょう！！

(岡田 直人 記)

### 3M悠々クラブ女子会

2024年は活動休止となりました。

(福原 トキ子 記)

### 囲碁同好会

2024年は活動が有りませんでした。

(花巻 千秋 記)

## 東京散策の会

### 悠悠クラブ東京散策の会2024年活動報告

会長 清原克郎  
幹事 内野真 芳賀宗夫 田中康弘

#### 【谷中七福神巡り】

開催日：2024年1月19日 参加者：8名

晴天のもと、西日暮里駅に集合。観光ガイドの案内で青雲寺から出発し、滝沢馬琴の筆塚や修性院の「日暮しの布袋」を見学。天王寺では幸田露伴の小説「五重塔」のモデルとなった塔跡を巡り、不忍池辯天堂で江戸の風情を堪能。締めくくりはアメ横での新年会でした。第27回「下谷七福神めぐり」



#### 【増上寺＆愛宕神社】

開催日：2024年2月16日 参加者：10名

快晴の中、浜松町駅に集合。増上寺で徳川將軍家の墓所を見学後、東京タワーを眺めつつ愛宕神社へ。急な「出世の石段」を登り、NHK放送博物館も見学。最後は中華居酒屋で楽しい打ち上げを行いました。



#### 【京王百草園～聖蹟桜ヶ丘】

開催日：2024年3月7日 参加者：11名

百草園駅から急坂を上り、遅咲きの梅や吊るし雛を鑑賞。見晴台からの景色を楽しみ、倉沢川緑道や大栗川沿いを歩いて聖蹟桜ヶ丘駅へ。居酒屋での会食も盛り上りました。



#### 【ANAブルーハンガーツアー】

開催日：2024年4月11日 参加者：11名

ANA整備場で整備中の航空機や最新機種787の見学ツアーに参加。その迫力に圧倒され、蒲田での打ち上げは田中康弘さんの提案に感謝しつつ盛り上りました。



### 【世田谷線沿線散策】

開催日：2024年5月28日 参加者：9名

三軒茶屋駅から目青不動を訪れ、烏山川緑道を通って吉田松陰を祀る神社、さらに豪徳寺へ。招き猫の発祥地でもある豪徳寺で文化財を見学し、中華料理店での会食を楽しみました。



### 【浅草南部散策】

開催日：2024年6月25日 参加者：14名

浅草橋駅からガイド付きで隅田川テラスや柳橋を巡り、江戸時代の名残を訪ね歩きました。天文台跡や浮世絵レリーフを見学し、最後は中華料理店で会食を行いました。



### 【国會議事堂見学】

開催日：2024年9月26日 参加者：16名

永田町駅に集合し、厳重な手荷物検査を経て議事堂内を見学。参議院本会議場で議員席や天皇陛下の御席を見学し、御茶ノ水の中華料理店で打ち上げ会食を行いました。



### 【旧古河庭園～六義園】

開催日：2024年10月23日 参加者：12名

西ヶ原駅に集合し、秋バラが満開の旧古河庭園を散策。六義園では紅葉前の美しい庭園を楽しみ、巣鴨駅近くで会食しました。



### 【日本橋界隈散策】

開催日：2024年11月27日 参加者：16名

茅場町駅から東京証券取引所や貨幣博物館を訪れ、日本橋やパイロット本社を巡り、警察博物館で白バイやパトカーを見学。最後はイタリアンレストランでのランチで締めくくりました



### 【渋谷界隈トイレ散策】

開催日：2024年12月11日（水曜日） 参加者：11名

2024年最後の東京散策の会は、役所広司さんが第76回カンヌ国際映画祭で最優秀男優賞を受賞した映画「パーフェクトデイズ」にゆかりのコースを設定しました。

渋谷区の17ヵ所の公共トイレを、世界的な建築家やクリエイターが改修する「The TOKYO TOILETプロジェクト」。海外からの観光客がツアーや個人で訪ねています。今回は特にユニークな6ヵ所を訪ねました。

今年の1月から12月の参加者延べ118名でした。



**まとめ**

東京散策の会は、歴史・文化・自然に触れる多彩なコースを毎回堪能しています。各地での新たな発見や参加者同士の交流が深まり、打ち上げの会食も充実した楽しいひとときとなっています。皆様の参加期待しております。

清原 克郎 記
会長 清原 克郎
マネージャー 田中 康弘
副会長 内野 真
会計 芳賀 宗夫

**3M 悠々クラブ 同好会リスト**

<b>同好会名</b>	<b>会長 (TEL)</b>	<b>マネージャー (TEL)</b>
絵画同好会	佐野 進一郎 046-256-0983	水元 擁一郎 045-362-9295
相模OBゴルフ同好会	柳川 英一 080-4435-5210	瀧谷 和久 090-3340-1812
ウォーキングの会	川俣 祐章 070-2168-6387	(代表) 中山 裕 042-791-6203
写真同好会	望月 一弘 090-7220-0897	小酒井 雅人 080-2043-5525
悠々クラブテニス同好会	荒井 達爾 044-987-7109	竹内 敏文 042-733-1171
Club シャングリラ	井手 征男 03-6760-9387	大塚 伊久夫 03-3707-6789
江戸文化を訪ねる会	有友 嘉紀 046-875-0507	岩金 靖夫 03-3831-4306
船釣り同好会 G・Gフィッシングクラブ	休会	
3M悠々クラブ「女子会」	休会	
スリーエムOB ボウリング同好会	佐藤 四郎 042-761-5363	原 昇 042-761-8426
京都を愛でる会	木田 紀行 075-492-4170	西堀 宗雄 075-952-5122
鎌倉探索の会	中山 裕 042-791-6203	若林 利則 0466-27-6233
富士小山ハイキング同好会	休会	
フォトクラブ “悠々”	松尾 孝一 0797-35-1638	浪川 研吉 0797-32-4607
3Mそばクラブ	渡辺 徹 090-4007-4579	秦 俊朗 070-3881-6289
ゴルフクラブ 〈なごやか会〉	山下 司 090-6396-7105	岡田 直人 080-3439-2426
詩吟同好会	有友 嘉紀	吉田 昌之

	046-875-0507	090-2542-7258
囲碁同好会	休会	
東京散策の会	清原 克郎 080-6600-7447	田中 康弘 080-8557-5314

同好会に参加を希望される方は会長またはマネージャーに直接コンタクトしてください。

詳しい連絡先は悠々クラブ会員名簿を参照するか事務局(office@3Myuuyuu.club)までお問い合わせください。

新しい同好会の発足を希望される方は、事務局または運営委員にご相談ください。

発足の人数は、関東地区では5人以上、関東以外は3人以上集まればOKです。

## 本部主催イベント「3M 悠々クラブ美術展 2024」

第16回3M悠々クラブ主催の美術展が4月4日(木)~8日(月)5日間、相模原市民ギャラリー第一展示室にて開催されました。

出展者36名による写真36作品、絵画26作品、書道篆刻8作品、総数70の力作が勢揃い。会期中来場者は260名、OB、ご家族の皆様など大勢のお客様にご来場いただき懐かしい話にも花が咲きました。

来る第17回美術展は2025年4月3日(木)~7日(月)に開催します。写真、絵画、書、篆刻のほか手芸や立体作品などの出展も大歓迎です。地方からも奮ってご参加いただければ幸いです。

第16回美術展実行委員会



## 本部主催イベント「3M 悠々クラブゴルフコンペ 2024」

3M悠々クラブ本部主催ゴルフコンペ実行委員会2024年9月

第20回 3M悠々クラブゴルフコンペが2024年9月6日に本厚木カンツリークラブにて52名の参加者のもと開催されました。天気は快晴。かなりの暑さの中でのラウンドとなりました。参加者の各自の体調に応じて、ラウンドを中止される方もおりましたが、キャディさんのサポートもあり、無事終了いたしました。表彰式・懇親会は新型コロナ禍の中止で2019年以来5年ぶりの開催。初参加が10名おり、フレッシュなメンバーを加え、久しぶりに、にぎやかに行われました。今回も、飛賞、ブービー、ブービーメーカーなど、多くの賞が設定されました。

また、スタート時・パーティ・表彰式の写真を悠々クラブホームページ（会員専用メニュー→アルバム第20回3M悠々クラブゴルフ大会）に、掲載していますのでご覧いただければと思います。



第20回3M悠々クラブゴルフ大会 2024年9月6日(金) 於:本厚木カンツリークラブ

コンペの結果は

**優勝 相澤 英治さん** (グロス86、HC16.8、NET69.2) **準優勝 大塚 伊久夫さん** (グロス90、HC19.2、NET70.8) **三位 齊藤 功さん** (グロス102、HC31.2、NET70.8)

**ベストグロス 竹内 敏文さん** (グロス86: 同スコア-3名でHC上位)

<b>ロングドライブ OUTスタート</b>	No.6 内田 英世さん、No.14 竹内 敏文さん、
<b>INスタート</b>	No.6 濵谷 和久さん、No.14 中村 隆夫さん

**ニアピン**

**OUTスタートNo.4** 横田正義さん、No.7 中村孝一さん、No.11 柏崎敦さん、No.15 横田正義さん、  
**IN スタートNo.4** 本田雅章さん、No.7 野津英夫さん、No.11 中村隆夫さん、No.15 若林利則さん、  
 新ペリア方式によるハンデ戦の為、順位がわからないことも楽しみのひとつです。また、今年の春にゴルフカートに  
 順位も表示できるナビが導入され、グロスの順位が時事刻々と変わるので見る楽しみも加わりました。

**来年(2025年)も9月5日(金)同コースで開催いたします。**多くの賞品を用意しております。次の  
 参加をお待ちしております。(内田英世 記)

## 2025年の本部主催イベント

### 3M 悠々クラブ第17回美術展

第16回美術展開催予定日2025年4月3日～7日の5日間(於 相模原市民ギャラリー)。

募集要項等の詳細につきましては2025年2月頃にご案内します。

皆さんのご出展をお待ちしております。

第17回美術展実行委員会

### 3M悠々クラブゴルフコンペ

2025年9月5日(金)

会場：本厚木カンツリークラブ

►2025年については2024年に引き続き、16組（64名）の予約を取りました。本年（2024年）からラウンド後に懇親会・表彰式を再開しております。奮って参加をお願いします。募集案内は7月初旬に発送予定です。募集期間は7月初め～7月末を予定しております。

►3M悠々クラブ会員名簿より、関東エリア（東京、神奈川、千葉、埼玉、山梨）在住、及び、それ以外のエリアの方には、過去の参加者記録に基づき、メールおよびFAX等でご案内いたします。また、3M悠々クラブホームページにも掲載予定です。

►初めて参加を希望される方は、ご案内のマーリングリストに登録いたしますので、あらかじめ悠々クラブ事務所にて参加登録希望の旨、ご連絡ください。ご案内が確実にお届けできます。(担当；内田 英世)

### 新会員・ご長寿会員の紹介

◎2024年1月から2024年12月までの新規加入者（付録の新入会員名簿も参照してください。）

2024年1月	浜田 敬一 丹野 誠	佐藤 文彦 松藤 大輔	佐々木 智之 安井 豊	尾入 茂人 稻垣 真実	西塔 淳 八幡 浩章
2024年2月	武井 正樹 山本 采奈				藤井 勇成
2024年3月	岡西 誠二 山田 政幸	天野 晃子 佐藤 一也		内山 誠 八幡 浩章	加藤 ゆみ 藤井 勇成
2024年4月	大内 富士夫	藤井 哲		青島 亮太	福田 直毅
2024年5月	菅澤 晴幸	村上 雅一		青木 健二	
2024年6月	野中 英治	本村 繁憲			
2024年7月	黒崎 博史				
2024年8月	木村 登				
2024年9月	大澤 登美子	千葉 亮	郭 媛媛		
2024年11月	中村 恒久	細田 将洋	奥戸 宏和		
2024年12月	渡部 敬介	清水 勇人	吉松 亨	丸野 紀子	

◎今年のご長寿の方々です。満年齢での対象者を紹介しています。生年月日を登録された方が対象です。

### 百寿(1925年生)

無し

**卒寿(1935年生)**

岩崎 行雄	岡本 英男	小野寺 弘隆	川崎 嘉昭	楠田 浩二
鈴木 孝	友田 留義	山本 泰彦		

**米寿(1937年生)**

秋山 原宏	荒井 敬彦	岩田 清	木野 伸吾	木村 吉隆
久保 一如	佐藤 雄章	佐藤 清	莊司 忠男	白石 恭三
須貝 鶴雄	杉本 省吾	鈴木 健弘	大東 慶幸	大保 公比己
中嶋 信義	中島 正晴	橋本 浩二	原口 功	平野 敏彦
眞島 晃一	溝口 正裕	山崎 健一		

**喜寿(1948年生)**

赤松 可計	秋元 正樹	家近 明	石黒 正文	磯崎 望
井手口 利広	伊藤 伸次	井口 研治	今井 敏雄	井上 進
絵鳩 文行	太田 人士	大塚 好夫	大屋 晴夫	香川 恵
笠原 清	菊地 規芳	北川 達夫	高麗 正義	近藤 紀人
斎藤 成敏	下橋 誠	未沢 正則	杉井 新治	鈴木 寛
武沢 廉	竹下 保章	田島 康文	田村 一比古	田村 年夫
對馬 あつ子	富樫 洋子	中島 米造	中村 時雄	成瀬 茂
西辻 豊	沼田 彰	萩原 孝茂	林 成光	比留間 信雄
藤末 創	鮎子田 成一	前川 周三	前野 傑	松尾 孝一
松宮 啓一	松元 健	松本 昭三	万膳 義太郎	宮浦 幹博
森口 博仁	守田 昭	柳川 英一	吉田 茂	吉野 数人
和氣 一久	渡辺 晃			

**古希(1955年生)**

穴田 慎一	大久保 孝俊	伊藤 孝一	宇佐美 憲幸	内野 真
圓 裕親	齊藤 一太	佐藤 新一	曾根原 規	永井 勝
長崎 一郎	馬場 英明	山口 洋治	山下 俊輔	矢野 美久

**91歳以上の方**

浅井 一蓮	池島 久雄	猪俣 賢司	上西 善幸	浦上 昭一
遠藤 武志	落合 徳三	笠作 募	紙谷 義和	神作 敏男
笹田 稔夫	清水 栄蔵	田村 亮司	時崎 賢二	羽賀 正治
福田 義昭	溝口 鑄夫	山口 房勇	吉田 弘一	

◎物故者については付録の物故者一覧をご覧ください。

## 新入会員の自己紹介(あいうえお順)

2022年12月から2024年11月に加入された会員の自己紹介です。以下の質問に従って回答して頂きました。

氏名	読み	退職年月日	業務履歴	3M 悠々クラブに対する期待
大澤 登美子	おおさわ とみこ	2024/8/31	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1980 年に磁気製品事業部コンピューターサプライ営業部（本社マーケティング）に入社</li> <li>・産休後、東京支店（セールスサービス）を経て 工業用テープ事業に異動</li> <li>・その後、テープ製品製造部 製造計画（現 相模原サイトサプライチェーン）に異動</li> </ul>	OB/OG の皆様からいろいろなお話を聞ければと思います。
木村 登	きむら の ぼる	2023/10/31	<ul style="list-style-type: none"> <li>1991 年入社：ヘルスケア 研究開発部</li> <li>1994 年： ヘルスケア 技術サービス部</li> <li>2008 年： リーンシックスシグマ部</li> <li>2010 年： ヘルスケア マーケティング部</li> <li>2012 年： ヘルスケア 技術サービス部</li> <li>2023 年 10 月： ヘルスケア部門分社化に伴い 3M 退職</li> <li>2023 年 11 月～現在： ソルベンタムイノベーション（株）技術部</li> </ul>	ヘルスケア部門の 3M からの分社化に伴い、3M を退職扱いとなり悠々クラブへ加入させていただきました。現在は分社化したソルベンタムイノベーション株式会社に所属し引き続き業務を行っております。定年退職まではあと数年ありますので、その時に本格的に悠々クラブで諸先輩方と活動を共にさせていただきたいと思います。悠々クラブを通して新たな繋がり、コミュニケーションを楽しんでいきたいと思います。よろしくお願ひいたします。
野中 英治	のなか え いじ	2024/5/31	磁気製品事業部技術部 コンシューマー製品技術部 コンシューマー製品製造部 工業用製品製造部	特に期待はないのですが、集まりの機会にできるだけ参加はしたいと思っています。
本村 繁憲	もとむら し げのり	2024/5/31	化学製品、電子用製品、フィルター製品、西日本支社、セールスサポート	音信不通となった同僚などとのコンタクト紹介 希望する同好会などへの参加
村上 雅一	むらかみ まさかず	2024/4/30	財務本部	会員相互の親睦を深めるための企画
青木 健二	あおき け んじ	2013/10/31	歯科用製品事業部	若い世代でも参加しやすいイベントを実施していただけますと有り難いです
天野 晃子	あまの あ きこ	2024/2/28	電子用製品技術部	退職後 なかなか会社の先輩はもちろん同僚たちの動向など気になるのですが、自分で探す情報など限られているので情報を公開できる分だけでよいので、何か教えていただけたらばと思います。

内山 誠	うちやま まこと	2024/2/29	1991年4月入社、製造工務本部 第四工務部配属。退職時、工務本部 工務部所属。現在、ソルベントムイノベーション(株)勤務。	現状のような活動が継続されること。
加藤 ゆみ	かとう ゆみ	2024/2/28	財務本部、ソーシング本部	会社を離れても繋がれることを嬉しく思っています。よろしくお願ひします。
武井 正樹	たけい まさき	2024/1/31	工務部-ディスプレイ事業部	充実した3M 悠々クラブの運営ありがとうございます。引き続きどうぞよろしくお願ひいたします。
安井 豊	やすい ゆたか	2024/1/31	製造工務本部 生産技術部 技術本部 コーポレートリサーチ プロセスラボ コーポレートR&D	長年お世話になった方々や苦楽をともにした方々とつながれる貴重なコミュニティだと思います。
稻垣 真実	いながき まみ	2023/10/31	1982年入社、営業管理部に配属。ホームケア、DIYなどコンシューマー関連事業部でマーケティング及び営業を経て2013年に新設されたビジネスサポート部へ異動。退職時はマーケティングオペレーション部で全社のリバート協賛金管理を担当	同じ会社で仕事をしてきた同志との縁を繋いでくれる組織である事
浜田 敬一	はまだ けいいち	2023/12/31	外科用製品営業部、医療用製品事業部、マーケティング本部、総務部	運営事務局の皆様に感謝しております。今後ともよろしくお願ひいたします。
佐藤 文彦	さとう ふみひこ	2023/12/31	1987年 印刷感材製品事業部 技術部 1991年 繊維材製品部 技術部 1994年 技術本部第2研究部 1997年 AAD事業部 技術部 同上 MKTG部 同上 技術部	会報などがあるのか分かりませんが、60歳を過ぎて、老後の健康を保つ実例などがあれば参考にしたいと思います。
尾入 茂人	おいり しげと	2023/12/31	磁気製品、ディスプレイ、シックスシグマ、エンタープライズオペレーション	情報共有
松藤 大輔	まつふじ だいすけ	2023/12/31	原価部 コンシューマー事業部 経営企画部 財務本部 3Minternalaudit 3Mbusinessfinance	OB,OGの皆様との情報交換の場を提供いただけること 諸先輩方の近況がわかる事
口田 潤一郎	くちだ じゅんいちろう	2023/11/30	整形用製品(10年)~歯科用製品(25年)	

### 3M 悠々クラブの歩み

- 2002年4月 3M 悠々クラブ発足 会長:一柳肇、代表幹事:仁科康彦  
 7月 旅行サービス契約 健保レジャーセンター、ラフォーレ俱楽部  
 会員名簿第一号発行 以後年一回発行  
 10月 ホームページ開設  
 11月 第1回定例会 用賀本社にて開催 以後毎年開催  
 12月 本部主催行事第1回ゴルフコンペ開催 以後毎年開催  
 第1号会報発行 以後年一回発行
- 2003年1月 同好会創立 首都圏10、関西地区2、計12同好会  
 4月 医療サービス契約 人間ドック PL健康管理センター他  
 10月 第2回定例会 第2代 金子剛一会長就任
- 2004年11月 本部主催 紅葉の高尾山を歩く
- 2005年5月 第1回関西地区懇親会開催  
 10月 第1回相模原地区懇親会開催  
 11月 本部主催 高尾山ウォーキング
- 2006年1月 地域別懇親会補助規定新設  
 11月 ホームページ改善プロジェクトチーム発足
- 2007年4月 第1回富士小山懇親会開催  
 11月 本部主催 秋の鎌倉探索
- 2008年10月 本部主催 相模原北公園散策とサツマイモ堀り
- 2009年1月 第3代 杉井新治会長就任  
 6月 第1回絵画展 相模原市民ギャラリーにて開催  
 10月 本部主催 サツマイモ堀りと芋煮会
- 2010年6月 レクリエーション傷害保険を本部にて一括加入  
 10月 本部主催 餅つき＆芋煮会
- 2011年1月 第2代 有友嘉紀代表幹事就任  
 4月 東日本大震災義捐金に100万円寄付  
 10月 創立10周年記念懇親会各地区にて開催 総参加者416名  
 11月 悠々クラブ事務局を相模原事業所内に移転
- 2012年9月 同好会＆地区活動強化のため同好会アンケート実施  
 11月 用賀本社最後の定例会開催
- 2013年9月 スマホ用ホームページ開設(2014年PC版に統合)  
 10月 第4代 昆政彦会長就任  
 11月 御殿山新本社にて第12回定例会開催
- 2014年1月 ホームページのトップページリニューアル  
 3月 会員数1,000名突破  
 4月 会社総合福祉センターが新保養所リゾートトラストと契約 会員も利用可能に
- 2015年1月 長寿お祝いカード発送開始  
 1月 ホームページ新ドメイン設定  
 11月 奥田名譽会長ご逝去により、田村亮司名譽会長就任
- 2016年11月 創立15周年記念定例会および懇親会を本社にて開催  
 10-11月 各地区にて15周年記念パーティ開催  
 12月 各地区15周年記念行事で熊本地震への寄付を募り70,047円を寄付
- 2017年9月 “誕生日メール”的配信開始  
 10月 超大型台風の上陸により第16回定例会および懇親会の中止  
 11月 会員住所録の見直し・修正
- 2018年1月 第3代 古藤健二郎代表幹事就任

- 10月 17回定例会(本社)を初めて平日に開催
- 2019年5月 本部一括のレクリエーション傷害保険が満期終了
- 10月 18回定例会(本社)を昨年に続き平日に開催
- 2020年 新型コロナウィルス感染拡大の為に、役員会、本部主催美術展、ゴルフコンペ、定例会、地区懇親会が中止された
- 12月 会社よりクラブ事務所退去要請に伴い、返還した
- 2021年 新型コロナウィルス感染拡大の為に、役員会、本部主催、ゴルフコンペ、定例会、地区懇親会が中止された(美術展のみ開催)
- 4月 3M悠々クラブ規約を改訂(会社支援金の打ち切りに伴う改訂)  
第5代 古藤健二郎会長就任
- 2022年 新型コロナウィルス感染拡大の為に、定例会、地区懇親会が中止された(名古屋地区懇親会のみ開催)  
幹事会、運営委員会、プロジェクト会議などの会議は、リモート形式で開催することとなった  
運営協力金の開始
- 5月 美術展 5月19日(木)～23日(月) 於:相模原市民ギャラリー
- 9月 本部主催ゴルフ大会 9月2日(金) 於:本厚木CC
- 2023年 5月 新型コロナウィルス感染症の位置付けが、2類から5類に変更されたので、  
悠々クラブの活動も徐々に再開され、各地の懇親会が開催された。  
運営協力金のお願い継続(2年目)  
美術展 5月18日(木)～22日(月) 於:相模原市民ギャラリー
- 9月 本部主催ゴルフ大会 9月8日(金) 於:本厚木CC 台風のため中止
- 11月 4年ぶりに定例会が、11月25日(土) 社外施設(渋谷カルチャーカルチャー)で開催された
- 2024年 3月 運営協力金のお願い継続(3年目)
- 4月 ヘルスケア部門がスピノフし、ソルベントムとして独立したのに伴い、若い新入会員が増加した  
第16回美術展 4月4日(木)～8日(月) 於:相模原市民ギャラリー
- 9月 本部主催第20回ゴルフ大会 9月6日(金) 於:本厚木CC ラウンド後の懇親会が5年ぶりに開催された
- 11月 定例会が、11月23日(土) 昨年と同じ渋谷カルチャーカルチャーで開催された
- 12月 会員数が1,200名となった(12/10時点)

## 会員の皆さまへのお願いとお知らせ

3M悠々クラブホームページ <https://3myuuyuu.club/>  
e-mailアドレス: office@3myuuyuu.club  
会員専用のWebページを利用するには、認証が必要です。  
<https://3myuuyuu.club/Approve/> でご確認ください。  
住所：〒252-5285 神奈川県相模原市中央区南橋本3-8-8  
スリーエム ジャパン株式会社 相模原事業所内 3M悠々クラブ  
電話：050-3702-7516（5秒後に留守電になります。音声ガイダンスに従い、操作を進めてください。音声ファイルは、メールで事務局に遅滞なく届きます。）

### **1. 生年月日を登録しませんか？**

生年月日を登録していただきますと、満年齢で古希、喜寿、米寿、卒寿になった月ごとにご長寿お祝いカードをお送りします。

### **2. 住所、電話、ファックス、メールアドレスを変更した場合の変更申請手続き**

ご自分の会員登録情報は、「会員名簿の参照」から本人であればWeb上で修正する事が出来ます。

E-Mailで修正依頼を事務所宛にお送り頂く事でも可能です。

E-Mailをお持ちでない方はハガキでご連絡ください。

事務局では原則として受領後2週間以内に名簿を改訂します。

### **3. 訃報受付窓口**

ご葬儀の日程が決まり次第3M悠々クラブ宛にE-Mail、または、ホームページの「ご遺族からの訃報連絡」に入力して連絡してください。

週末や祭日に受けた訃報連絡は、会員各位への連絡が遅れることもありますのでご容赦ください。

3M悠々クラブE-Mail:office@3myuuyuu.club

当クラブ会員のご逝去につきましては、ご遺族の同意がある場合にはホームページのトップページに訃報を1か月程度掲載いたします。

### **4. 皆様からの情報・写真をお待ちしております**

ホームページの中に会員投稿のコーナーがあります。会員の皆さまの色々な活動やエッセーをご紹介することができます。「一言近況」や「写真の広場」、「会員投稿サイト」、「会員のフォト日記」、「あげます・ください」、「自由の広場・ご意見」などをご利用ください。「誰々がこんな活動をしているよ」という情報があれば当クラブから取材をすることもできます。ぜひ、ご一報ください。

### **5. 古い会報について**

悠々クラブの会報は、アーカイブとしてホームページで見ることができます。トップページの「会員専用メニュー」から「会報」選択してご覧ください。

### **6. 3M悠々クラブ運営に関するご意見・ご要望**

当クラブは会員の皆さまのボランティア活動で運営しておりますが、より良いクラブにしていくため、会員の皆さまからのご意見・ご要望をお待ちしております。どうぞお気軽に事務局へE-Mailまたは郵便でご意見・ご要望をお寄せ下さい。

### **7. 事務局について**

事務局は事務所の場所を持っていません。連絡を必要とするときは、E-Mailまたは郵便でお願いします。

### **8. ラフォーレ俱楽部、リゾートトラストの利用について**

ラフォーレ俱楽部およびリゾートトラストと会社の間で保養所契約をしています。利用方法の詳細についてはホームページの「医療・保養・葬儀支援」の「ラフォーレ俱楽部の利用」、「リゾートトラスト」をご覧ください。

## 9.この会報には個人情報も含まれていますので、取り扱いにはご注意ください

## 10.「フォト日記」、「写真の広場」をご利用下さい

日々の暮らしのちょっとした出来事を写真に収め、皆さんに見て頂く、それが「フォト日記」です。感動した場面に出会えば、ぜひ「写真の広場」でご紹介ください。

## **編集後記**

会報第23号(2025年版)をお届けします。ご承知の通り、3M悠々クラブの運営は、運営委員・幹事の方々による自主活動(ボランティア活動)で成り立っています。会報の編集・発行も同様で、幹事全員が編集委員となって、原稿集めの段階から、記事の納期管理、一言近況の入力(入力ミスが無いかの読み合わせ作業を含む)、記事の割り付け、校正作業まで全て行っております。編集委員の皆様、大変お疲れ様でした。

今回の編集委員は、安田宣広、合田昌弘、成田隆人、内田英世、岸秀俊、水元擁一郎、安西信行、木田朗、山田信彦、万膳義太郎の10名でした。

さて、今回、田中健彦さんから、悠々クラブ誕生の裏話が、以下の通り送られて来ましたので、ご紹介致します。

『ありがとうございます。毎回お疲れ様です。私の目標「絆作り」のキッカケを作ってきた会の話をさせて頂きたいたいと考えています。3M悠々クラブも間もなく三十年を迎えることになると思われます。平成7~8年、故板橋清行氏が健康管理室長として、社員の健康管理に努力していた頃、私が能力開発部で取引先社員(特約店販売員)の研修を担っており、人事グループの一員として健康管理室に入りをしていました。

当時管理職のOB会はありましたが、スリーエム社員の退社後に集う機会はありません。相模原工場も含めて現業員の方々も一緒に退職・退社後の交流、絆維持ができる場を作ろうと意見が一致、私がまず人事の責任者である取締役にお伺いを立てることになり、吉田取締役に事情を説明したところ、「協力はできないが邪魔はしない」という言葉をいただき、次に奥田会長に、当時スリーエム三八会(38年入社58人?)の会長兼顧問をお願いしており、話しやすい間柄とは言え、直接話しをするわけにもいかず、板橋さんにお願いして、勤労部の山本信一氏から話してもらうようにし、OKが出て第一回の発足役員会へと続いて、現在に至っております。

同好会も増え盛り上がりと共に、会員諸氏も年を重ね、部によっては存続の危ぶまれるところも出ています。発足以来、楽しく釣って美味しく食べるをモットーとして数多くの諸先輩と楽しんでまいりましたGGフィッシングクラブも休部状態に入っております。板橋さんが存命であればハイタッチを交わしていたであろうと思い残念で仕方ありません。』

## 付録

### 名簿変更情報

#### 住所変更

漢字氏名	住所
青木 尚三	194-0036 町田市木曾東 3-13-34
奥添 泰樹	651-0056 神戸市中央区熊内町二丁目 1-21
川北 肇	193-0943 八王子市寺田町 432 -地 21-204
閑歳 幸治	541-0052 大阪市中央区安土町 2-4-11 ハイタ大阪本町 1507
後藤 昌弘	252-0024 座間市入谷東 4-48-5
杉田 英明	193-0931 八王子市台町 4-7-6
星野 麗奈	230-0015 横浜市鶴見区寺谷 1-3-42-202
村上 成紀	210-0001 神奈川県川崎市川崎区本町 2-1-3-804
藤村 卓哉	240-0041 横浜市保土ヶ谷区東川島町 18-7-202

#### 退会者(2024-2025)

漢字氏名	退会年月
山口 廉寿	2024年3月
斎藤 武二	2024年3月
石戸 俊一	2024年4月
山門 健三	2024年9月
前田 広司	2024年10月
生沼 昇一	2025年1月

#### 住所、電話番号、携帯番号、メールアドレス変更

漢字氏名	郵便番号	電話番号	携帯番号	メールアドレス
鳥越 直	135-0015 江東区千石 1-9-31-301	090-4589-1540	090-4589-1540	pentapentan@yahoo.co.jp

#### メールアドレス変更

住所	メールアドレス
阿部 真一郎	zbx3ebash1n@s4.dion.ne.jp
井手 征男	yukio19440819@gmail.com
井上 光治	inoue241919@gmail.com
岩金 靖夫	iwakane@mui.biglobe.ne.jp
浦上 昭一	yoshiko_03@yahoo.co.jp
蝦名 正人	ebina123@docomo.ne.jp
太田 誠一	woodnote-24@kcf.biglobe.ne.jp
唐澤 尚子	nkarasawa.7500@gmail.com

川部 勝弘	katchan.323@gmail.com
岐部 純弘	ykibe@r7.ucom.ne.jp
久保 一如	K17K47@kcn.jp
桑子 進	smilek3412knk@r3.ucom.ne.jp
篠宮 悅典	mainichigennki@outlook.jp
清水 規章	norinorishimizu@yahoo.co.jp
鈴木 敏郎	tsuzuki3mots@gmail.com
成瀬 茂	3737snre@ezweb.ne.jp
二宮 精治	nino5264se@gmail.com
松本 芳幸	y.matsumoto623@gmail.com
丸子 勝基	kmaruko4623@gmail.com
三木 茂	miki@bay-trading.co.jp
室井 大平	削除
笹瀬 広之	hsasase0219@gmail.com
藍川 博光	celsior3302@gmail.com
伊藤 文優	fitohmmm@outlook.com

#### 住所と電話番号変更

漢字氏名	住所	電話番号
高橋 英雄	985-0034 塩竈市南錦町 5-30	070-2157-7953
小酒井 雅人	024-0004 岩手県北上市村崎野 14-49-16	削除

#### 携帯とメールアドレス変更

漢字氏名	携帯番号	メールアドレス
磯崎 望	090-8740-6493	nk-isozaki@nifty.com

#### 住所とメールアドレス変更

漢字氏名	住所	変更 e-mail
植松 康久	430-0837 静岡県浜松市中央区西島町 103 ケルン西島 501	yuja035758@gmail.com
川島 蔽	350-0215 埼玉県坂戸市関間 4-12-8 リバーフロントタウンヴィラ 1106	77skawashima77@gmail.com

**住所、電話番号、メールアドレス変更**

漢字氏名	住所	電話番号	メールアドレス
紙谷 義和	175-0083 板橋区徳丸 4-28-27 プレサンメンツ板橋徳丸104	090-6978-8857	yosshik.8520@docomo.ne.jp
半谷 克博	176-0002 練馬区桜台 2-29-1 グランドマスト練馬桜台101号	080-2077-0053	katsu.hangai78@outlook.jp
岩井 法子	285-0025 千葉県佐倉市鎌木町 270-1 佐倉ゆうゆうの里 3棟3302号	043-484-3626	noriko239ey@gmail.com

**住所、携帯番号、メールアドレス変更**

漢字氏名	住所	携帯番号	メールアドレス
斎藤 成敏	243-0218 厚木市飯山南5-25-10	090-1255-2775	ssaito-atsugi@memoad.jp

**電話番号、FAX番号、携帯番号変更**

漢字氏名	電話番号	FAX 番号	携帯番号
山口 洋治	削除	削除	070-8367-0611

**携帯番号変更**

漢字氏名	携帯番号
高杉 久	削除
原 昇	080-5184-6107
山口 房勇	090-2552-8051

**住所削除**

漢字氏名
高野 俊輔
中西 照三

**カナ氏名変更**

漢字氏名	氏名 (かな)
堀井 まや	ほりい まや

**郵便番号変更**

漢字氏名	郵便番号
片桐 正博	252-0206

## 物故者一覧

No.	漢字氏名	年月									
1	内藤 寛人	2003/12	41	米倉 博	2009/11	81	長沼 重朝	2014/01	121	白石 克子	2017/06
2	田中 穣治	2003/12	42	金森 誠	2009/11	82	安田 稔	2014/03	122	中嶋 亨	2017/07
3	濱田 純廣	2004/01	43	稻見 宏	2010/01	83	岡本 學	2014/08	123	高橋 壽一郎	2017/09
4	佐藤 隆	2004/03	44	長谷川 正躬	2010/01	84	猪原 齊	2014/10	124	小代 忠男	2017/10
5	大貫 利治	2004/04	45	大橋 弘幸	2010/03	85	佐藤 続琉	2014/12	125	森田 せい	2017/10
6	永瀬 茂	2004/04	46	高橋 恒男	2010/03	86	藤枝 詔二	2015/01	126	中野 敏明	2017/11
7	小林 英樹	2004/08	47	北岡 敬二	2010/04	87	天野 敏之	2015/01	127	鈴木 緑郎	2017/11
8	谷澤 四郎	2004/08	48	梅澤 孝	2010/04	88	石田 増一	2015/02	128	横瀬 恭平	2017/11
9	小野沢 知一	2004/10	49	堀越 仁	2010/05	89	佐藤 茂	2015/02	129	朽木 彰	2017/12
10	大坪 幸夫	2005/04	50	村井 重兵衛	2010/06	90	西村 弘	2015/03	130	安西 勝	2018/01
11	野村 昭弥	2005/06	51	堤 祐子	2010/06	91	奥田 英博	2015/04	131	島崎 三郎	2018/01
12	多々井 治良	2005/07	52	塙田 正樹	2010/09	92	栗田 清孝	2015/04	132	川崎 芳信	2018/02
13	小野沢 毅	2005/09	53	内田 稔	2010/09	93	宮崎 計一	2015/05	133	渡辺 進	2018/02
14	中田 慧	2005/11	54	板場 謙次郎	2010/10	94	伊東 正利	2015/05	134	上住 元彦	2018/03
15	高橋 洋一	2006/01	55	山口 邦夫	2010/11	95	佐藤 彰芳	2015/06	135	池田 一男	2018/03
16	加藤 丈夫	2006/03	56	石垣 伝	2010/12	96	佐藤 大治郎	2015/07	136	梅村 米太郎	2018/04
17	大面 隆雄	2006/12	57	横山 敏夫	2011/02	97	前田 欣二	2015/07	137	岩重 明彦	2018/04
18	杉田 賢太郎	2007/01	58	磯貝 朋之	2011/02	98	渡部 哲也	2015/09	138	高橋 立夫	2018/04
19	佐藤 春吉	2007/04	59	杉松 鉄治	2011/03	99	山田 義晴	2015/09	139	東海林 誠	2018/08
20	松山 洋一	2007/05	60	片寄 純一	2011/03	100	大澤 猛	2015/12	140	渡邊 辰郎	2018/08
21	菊澤 博	2007/08	61	永倉 辰夫	2011/06	101	飯野 由幸	2015/12	141	戸谷 誠	2018/08
22	櫻井 秀昭	2007/09	62	川口 正男	2011/06	102	片野 真延	2016/01	142	加藤 基頼	2018/10
23	向井 久夫	2007/12	63	石垣 順	2011/07	103	田邑 弘実	2016/03	143	星野 和正	2019/01
24	瀧本 憲孝	2007/12	64	奥谷 勇仁	2011/10	104	田所 昭	2016/05	144	未吉 優	2019/01
25	上野 英吉	2008/02	65	伊藤 恒彦	2012/01	105	菊地 義彦	2016/06	145	永田 英徳	2019/01
26	原田 稔	2008/03	66	吉田 一勝	2012/02	106	矢部 秀男	2016/07	146	野崎 稲穂	2019/01
27	矢崎 義明	2008/03	67	田辺 賢三	2012/05	107	三井田 雅俊	2016/08	147	仁科 康彦	2019/02
28	笛子 晴正	2008/06	68	寺崎 嘉之	2012/09	108	志村 別二	2016/08	148	小野沢 金藏	2019/03
29	五島 晋内	2008/08	69	藤田 碩哉	2012/09	109	津田 耕三	2016/08	149	菊池 恒夫	2019/04
30	加藤 賢介	2008/10	70	佐藤 章	2012/09	110	五十嵐 昭夫	2016/09	150	石田 卓三	2019/04
31	金子 昇三	2008/12	71	鈴木 章	2012/10	111	河原 雅	2016/10	151	中原 智	2019/05
32	桑山 大典	2009/01	72	山田 潤太郎	2012/11	112	村山 公基	2016/10	152	小宮山 正蔵	2019/05
33	大久保 孝雄	2009/04	73	大口 功	2013/03	113	山本 健治	2016/11	153	古川 喜作	2019/06
34	伊部 信一	2009/04	74	八田 嘉明	2013/03	114	落合 功	2016/12	154	紺家 正	2019/08
35	峯岸 照雄	2009/05	75	小早川 誠市	2013/04	115	落合 静雄	2017/01	155	水閔 勝年	2019/09
36	市川 正之	2009/05	76	八木 義二	2013/05	116	伊藤 朝夫	2017/03	156	尾形 清	2019/09
37	高麗 義治	2009/07	77	神子 勝	2013/05	117	並木 洋一	2017/03	157	澤井 玄治	2019/09
38	金子 哲	2009/08	78	木下 武彦	2013/05	118	和田 景史	2017/04	158	宮城 清	2019/09
39	海老原 宏	2009/10	79	田崎 正二	2013/09	119	小林 宏臣	2017/05	159	大槻 紀正	2019/10
40	板橋 靖幸	2009/11	80	松浦 俊雄	2013/11	120	高島 紀夫	2017/05	160	鈴木 信一	2019/10

No.	漢字氏名	年月	No.	漢字氏名	年月	No.	漢字氏名	年月	No.	漢字氏名	年月
161	成田 裕	2019/11	201	今西 昌平	2021/09	241	龍 秀毅	2023/04	281	川端 武雄	2024/12
162	宮崎 能久	2019/12	202	見雪 俊文	2021/09	242	柴崎 良一	2023/05	282	木村 哲	2024/12
163	山崎 康夫	2020/01	203	望月 邦雄	2021/09	243	清原 康男	2023/05	283	原 久夫	不明
164	高草木 良之	2020/01	204	梯 正幸	2021/11	244	西村 好宏	2023/05	284	吉沢 朝市	不明
165	糟谷 武嗣	2020/01	205	鈴木 要助	2021/11	245	川島 倭	2023/07	285	小渕 誠	不明
166	市村 孝夫	2020/02	206	長沼 健二	2021/11	246	畠中 秀八	2023/07	286		
167	根元 忠弘	2020/02	207	若林 肇	2021/11	247	堀井 康司	2023/07	287		
168	村上 伸茲	2020/02	208	須川 幸子	2021/11	248	斎藤 八郎	2023/08	288		
169	川瀬 恵三	2020/03	209	阿部 秋男	2021/11	249	桑島 忠孝	2023/08	289		
170	市丸 壽雄	2020/04	210	伊東 真樹	2021/12	250	長谷部 宏	2023/08	290		
171	奥村 英治	2020/05	211	田口 誠一	2021/12	251	北田 孝	2023/09	291		
172	斎藤 良一	2020/05	212	宮本 茂	2022/01	252	高木 公明	2023/10	292		
173	峰尾 勇	2020/05	213	石川 未明	2022/02	253	白崎 隆	2023/10	293		
174	糸久 篤	2020/05	214	鷹取 健仁	2022/02	254	松永 敏夫	2023/10	294		
175	板倉 昌孝	2020/06	215	藤崎 捷治郎	2022/02	255	鈴木 信也	2023/10	295		
176	折尾 弘美	2020/07	216	指宿 良三	2022/03	256	中島 弘之	2023/11	296		
177	橋本 貞通	2020/07	217	小林 昭	2022/03	257	中山 良夫	2023/11	297		
178	大家 吉夫	2020/07	218	島崎 茂	2022/04	258	生島 尚	2023/12	298		
179	樋口 安宣	2020/08	219	仙波 俊男	2022/05	259	八木 忠男	2024/01	299		
180	年繩 茂夫	2020/08	220	岡野 悅男	2022/08	260	松岡 秀忠	2024/01	300		
181	斎藤 実	2020/09	221	武田 秀子	2022/09	261	滝沢 孝	2024/01	301		
182	石山 茂	2020/10	222	西村 晃一	2022/09	262	高橋 利夫	2024/02	302		
183	富山 昭彦	2020/11	223	龜井 務	2022/10	263	四方 邦晴	2024/02	303		
184	斎藤 一郎	2020/12	224	加納 須磨子	2022/10	264	高野橋 夕	2024/02	304		
185	陣内 敏行	2020/12	225	清水 駒雄	2022/10	265	藤生 正孝	2024/03	305		
186	秋元 正雄	2020/12	226	角田 勝彦	2022/10	266	斎藤 勉	2024/03	306		
187	松元 晴哉	2020/12	227	角田 三郎	2022/10	267	泉 清一	2024/04	307		
188	齊藤 智久	2021/01	228	森合 昭男	2022/11	268	石堂 清三	2024/04	308		
189	杉浦 克彦	2021/01	229	鈴木 紀行	2022/12	269	前原 清	2024/04	309		
190	青山 廣一	2021/02	230	吉田 善明	2022/12	270	宮浦 和江	2024/04	310		
191	池田 豊	2021/02	231	奥野 恭正	2022/12	271	村瀬 純一	2024/04	311		
192	田中 健二	2021/03	232	影山 格	2022/12	272	西田 嘉郎	2024/05	312		
193	古木 清	2021/03	233	高橋 薫	2022/12	273	斎藤 誠	2024/06	313		
194	高橋 恵三	2021/04	234	石川 淳介	2023/01	274	新開 六郎	2024/06	314		
195	櫻井 仁	2021/04	235	池田 修二郎	2023/02	275	武田 逸郎	2024/08	315		
196	平岡 邦夫	2021/05	236	白井 貞夫	2023/03	276	川名 喜久雄	2024/09	316		
197	小川 勉	2021/06	237	横尾 敏昭	2023/03	277	犬養 裕	2024/09	317		
198	児玉 一郎	2021/06	238	神保 誠一	2023/03	278	薄井 和夫	2024/11	318		
199	福田 誠	2021/08	239	清水 弘己	2023/03	279	斎藤 守弘	2024/11	319		
200	綿引 啓友	2021/08	240	千葉 栄二	2023/03	280	大宮 直行	2024/12	320		

## 新入会員名簿

(あいうえお順)

(2024/1-12)

氏名(かな)	漢字氏名	郵便番号	住所	電話番号	FAX番号	携帯番号	e-mail	加入月
あおき けんじ	青木 健二	175-0092	板橋区赤塚 3-14-35 GOLDEN LEO 208			090-4797-5923	loveandpeace0203@yahoo.co.jp	5月
あおしま りょうた	青島 亮太	226-0015	神奈川県横浜市緑区三保町 2640-55	080-9210-2059			simply_blue@icloud.com	4月
あまの あきこ	天野 晃子	252-0237	神奈川県相模原市中央区千代田 2-9-5 ヴァンパウス相模原203	042-750-3914		090-1603-3190	garusono1122@outlook.jp	3月
いながき まみ	稲垣 真実	213-0002	川崎市高津区二子 3-24-1 ルッセト二子多摩川Ⅲ 101号室	044-811-5355		090-4712-3832	o9047123832@gmail.com	2月
うちやま まこと	内山 誠	186-0011	国立市谷保 7015-10	042-576-7237			muchiyama47@gmail.com	3月
おいり しげと	尾入 茂人	140-0003	品川区八潮 5-6-35-403	080-5572-5789		080-5572-5789	entertainment@gmail.com	1月
おおうち ふじお	大内 富士夫	252-0243	相模原市中央区上溝 6-24-5	042-761-2156		080-1811-5307	fohuchi@yahoo.co.jp	4月
おおさわ とみこ	大澤 登美子	168-0065	杉並区浜田山 4-31-21-105	03-3316-1284		090-9103-1969	tohsawa826@gmail.com	9月
おかげ せいじ	岡西 誠二	565-0872	大阪府吹田市上山田 5-1-508 北千里イストパーク	06-6878-9886	06-6878-9886	080-6053-7486	seiji_okanishi@outlook.jp	3月
おくど ひろかず	奥戸 宏和	206-0812	東京都稻城市矢野口 1564-12	042-378-5346	042-378-5346	09084679284	hkokudo@icloud.com	11月
かく えんえん	郭 媛媛	191-0062	日野市多摩平 4-6 多摩平の森1-1-501			080-3585-2696	prettyflyguo@gmail.com	9月
かとう ゆみ	加藤 ゆみ	213-0023	川崎市高津区子母口 794			090-1760-2971	cinnamon.y31i@gmail.com	3月
きむら のぼる	木村 登	227-0064	神奈川県横浜市青葉区田奈町 30-49			080-3553-8287	noborukimura245@gmail.com	8月
さいとう じゅん	西塔 淳	224-0021	横浜市都筑区北山田 2-27-3 ムエガーデン GS605号	045-591-5570		080-4778-3977	jsaito.8b6m@gmail.com	1月
ささき ともゆき	佐々木 智之	141-0021	品川区上大崎 1-5-58	03-5420-2482		080-8013-0860	midorimidorichan@docomo.ne.jp	1月
さとう かずや	佐藤 一也	330-0835	埼玉県さいたま市大宮区北袋町 1-601-1 D135	090-1615-1681		090-1615-1681	m180685@yahoo.co.jp	3月
さとう ふみひこ	佐藤 文彦	252-0311	相模原市南区東林間 6-12-17	042-746-7602		070-7794-3596	satoh2315@icloud.com	1月
しみず はやと	清水 勇人	252-0216	相模原市中央区清新 2-10-15 サンタピ102	090-6040-4132	なし	090-6040-4132	shimizuhyt1673@gmail.com	12月
すがさわ はるゆき	菅澤 晴幸	251-0027	藤沢市鵠沼桜が岡2丁目 11-21	070-8947-2545			stkey48322@gmail.com	5月
たけい まさき	武井 正樹	330-0073	さいたま市浦和区元町 1-19-8 メリ浦和元町201	048-885-2209		080-7803-0973	masaki.g.takei@gmail.com	2月
たんの まこと	丹野 誠	815-0075	福岡市南区長丘2-12-1-501 2-12-1-501	092-710-2628	092-710-2628	080-7006-2023	mktttn.22@gmail.com	1月
ちば りょう	千葉 亮	214-0008	川崎市多摩区菅北浦 4-15-5-301	044-945-9701		090-3804-5568	r.ch-prg31@ezweb.ne.jp	9月
なかおかよしはる	中岡 義晴	227-0055	横浜市青葉区つじが丘 9-1 ドレッセ青葉台332	045-515-2135		090-2234-6271	ynakaoka1959@outlook.jp	11月
なかむら ねひさ	中村 恒久	194-0215	町田市小山ヶ丘 3-27 セーランティ・エクス805			090-3688-2557	tsunehisanakamura97@gmail.com	11月
のなか えいじ	野中 英治	252-0317	神奈川県相模原市南区御園 4-7-5	090-8853-3409		090-8853-3409	nona0506.mf5Seiji@gmail.com	6月
はまだ けいいち	浜田 敬一	389-0601	長野県埴科郡坂城町坂城 5724-7	090-5564-6131		090-5564-6131	graham109yama5724@outlook.jp	1月
ふくだ なおき	福田 直毅	270-0101	流山市東深井 452-93	04-7155-6552	04-7155-6552	090-7162-1994	nfukuda1967@docomo.ne.jp	3月
ふじい さとし	藤井 哲	157-0061	世田谷区北烏山 5-2-24			080-5195-1067	sfujii360@gmail.com	4月
ふじい たけまさ	藤井 勇成	141-0031	品川区西五反田 8-10-14 トピア五反田905	090-6302-6922		090-6302-6922	takemasafujii@gmail.com	2月
ほそだ まさひろ	細田 将洋	408-0031	山梨県北杜市長坂町小荒間 1772-32	090-4179-2446			mhosoda20@gmail.com	11月
まつぶじ だいすけ	松藤 大輔	154-0017	世田谷区世田谷 2-9-9				dai2389@gmail.com	1月
まるの のりこ	丸野 紀子	152-0033	目黒区大岡山 1-29-22 ブル自由が丘壱番館204	03-5731-3557	03-5731-3557	080-2038-8524	noriko-maruno@solventum.com	12月
むらかみ まさかず	村上 雅一	211-0062	神奈川県川崎市中原区小杉陣屋町 2-16-18 ワタス小杉陣屋町205	044-722-2790		090-5342-5876	mmura@t03.itscom.net	5月
もとむら しげのり	本村 繁憲	187-0032	小平市小川町 2-1816-11	042-345-4433		080-6566-7021	smotomura@outlook.jp	6月
やすい ゆたか	安井 豊	252-0028	座間市入谷三丁目 27-24-207 藤和ライクタウン座間	046-252-6967		090-4522-9232	yyasui0122@hotmail.co.jp	2月
やはた ひろあき	八幡 浩章	227-0063	横浜市青葉区榎が丘 20-48	045-984-0580			heno2jp@gmail.com	2月
やまだ まさゆき	山田 政幸	279-0014	千葉県浦安市明海三丁目 2-2-804 海園の街	090-3100-9414		090-3100-9414	masayuki.yamada@gmail.com	3月
やまもと あやな	山本 采奈	142-0041	品川区戸越 5-1-11 ブルックウッドゴン207			090-6075-6842	ay9400@gmail.com	2月
よしまつ あきら	吉松 亨	222-0026	横浜市港北区篠原町 93-1 コクヨ横浜妙蓮寺406号	045-434-0968			yoshimatsu3@nifty.com	12月
わたべ けいすけ	渡部 敏介	201-0005	狛江市岩戸南 3-4-14			080-5117-4938	kwatabe0524@ymail.ne.jp	12月