



第 115 号

発行 者

退職校長会石川支部

内 田 賢 壽



支部長あいさつ

内 田 賢 壽

緑の眩しさを感じる葉桜の時期に、石川地区退職校長会総会が開催され今年度の活動計画について承認されました。

本会の目的は、会員相互の親睦を深め、生活の向上を図ること、石川地方の教育の振興に寄与することにあります。

これらの目的達成のために旅行委員会活動、現職校長会との合同研修会、地域貢献活動として特別養護老人センターの除草作業などの実施、また文化財クラブやゴルフクラブ、園芸野草クラブなど趣味を生かした活動を計画しています。

これら一連の活動で目指したいのは私たちの健康増進にあるかと思えます。健康維持・増進に欠かせないことは運動することや仕事・ボランティア活動をする事、さらに趣

味を生かした活動を行い、ワクワクするような高揚感や驚き、感動を持つことが大切であるとされています。

退職校長会の活動がさらに親睦を深め、会員の健康増進に役立つことを願いたいと思います。

去年の旅行委員会の活動では、野球場がスッポリ入るような大谷資料館の巨大地下空間

を目のあたりにして、これほどの地下空間を人間の手でよく作ることができたものだといへん感動しました。また、文化財クラブの研修では、南湖公園近くにある戊辰戦争時の激戦地稲荷山古戦場を訪れ

ました。この地で政府軍と奥州列藩同盟軍の若き兵士たち三百数十名の死傷者があったことを知り、たいへん驚きました。

本年六月九日には、福島県

令和八年度 石川支部総会開催される

庶務 相 樂 正 弘

公立学校退職校長会西白河大会が白河市の「シン鹿島」で、総勢百九十六人の参加者を得て開催されました。県大会の魅力の一つには、その土地の歴史や文化に触れられることがあるかと思えます。講師鈴木功氏による「史跡小峰城跡の地震被害から復興への姿」の講演は、小峰城の歴史から始まり東日本大震災による石垣崩落修復のための八年間の取り組みについて説明があり、たいへん興味深いものでした。

また、三人の方の体験発表は、退職後のご自身の趣味を生かし地域との関わりについて気づいたことなどを深く探求しての発表で、発表者の生き生きとした表情に魅せられました。

石川支部第一回ボランティア活動が、退職公務員連盟との合同開催で、平田村よもぎ荘において二十四名の参加を得て開催されました。穏やかな天気のもと会員の皆様の元気な活動の姿が見られ実施できたこと良かったと思います。

本年度のこれからの活動についてもご協力をお願いしたいと思えます。会員の皆様のですますのご健勝をご祈念申し上げます。

令和八年四月十八日、石川町「井筒屋」に於いて退職校長会石川支部総会が開催されました。会員五十七名中、十三名の参加がありました。

最初に、物故会員の霊に黙祷を捧げ、内田賢壽石川支部長から挨拶がありました。

今年は、高齢者叙勲の細谷道雄様、棚瀬英一様に記念品

富岡高春様、大樂宣和様に感謝状、木田達男様に県からの賀寿が贈られました。受章者を代表し、富岡高春様からお礼の言葉が述べられました。

次に、県退職校長会会長の福士寛樹様、石川地方町村会会長の浅川町長江田文男様、石川郡代表教育長の石川町教

育長小玉陽彦様から、それぞれ現状報告を含め丁寧なご祝辞をいただきました。県会長よりの祝辞の中では、会員の加入率を向上させることが課題であるという説明がありました。

石川支部では役職定年者がなかったため、新会員の紹介やあいさつはありませんでした。

議事に入り、議長は古殿方



祝 高齢者叙勲

自分を知る

細谷 道雄

この頃、高校生の言動には驚く。臨済宗の専門道場には、十二月一日〜十二月八日明けまで、横にならない行がある。終ると、「耐えられるんだ」

・・・自分を知る・・・

今、行動を起こす時に、何をやるのか、何を準備すればよいのか、と考えるものだが、他人に誘われるままに行動している。総て他人まかせである。

人は、一步を意識して歩いてみると、自分の心の状態が足取りに表れていることに気づきます。

驚いた時には、歩を止めてしまします。焦っているときには、歩みが速く、足音が大きくなります。

憂鬱な時には足どりが重くなり、怒りがある時には地面を強く踏みつけるような歩き方になったりします。

そんな時には、歩くことに意識を向けてみるのもよいのではないでしょうか。

歩き方を調えることで、こころも調ってくると思います。体と心は別々のものではない

く、一つのものの、心と体の両面であるからです。

姿勢をただして、呼吸調え、一步一步を丁寧に歩むことで、自然に落ち着き、前後の関係が目に入ってくるものです。

一步一步を大切にすることは、一瞬々々を大切にすることです。

私たちは常に、何かの目的のために歩いていきます。

務め先に行くために歩いたり、家に帰るために歩きます。

目的地に着くことばかりに気をとられるのではなく、この一步、この一瞬を振り返り振り返り、着実な道を進むのです。

「今は何をする時なのか」

「これをなぜするのか」

「その後どうなるのか」

その時、その時の自分の歩むべき道を考え、選んで進むべきである。

それには、自分を知らることから始めたい。

「臨済禅修業の体験より」



祝 高齢者叙勲



高齢者叙勲受賞のこと

棚瀬 英一

昨年度の石川支部総会では“米寿の寿詞”を頂き、今年度は、図らずも“高齢者叙勲受賞の記念品”と引き続きお祝いを頂いたこと、会員の皆様には心より感謝しています。

振り返ってみますと、在職中は児童生徒・保護者・教育関係者、そして退職後は地域の皆様の長年にわたる心温かいご指導ご支援を頂いたからこそ今日を迎えることが出来ました。自分一人では何事も出来なかつたと思ひ返しています。

これからは、受賞の榮譽に恥じないよう一層精進するとともに健康で過ごす時間を伸ばすことに心掛け、充実した日々を送りたいと考えています。

会員の皆様には、変わらぬご交誼とご指導をよろしくお願いいたします。

祝 感謝状



感謝状を受賞して

富岡 高春

今年度総会時に感謝状を受賞し誠に感謝申し上げます。

副支部長を二期四年、支部長を一期二年勤めました。

役員中の一番の思い出は、何といつても第五十三回県大会石川大会開催です。小規模の支部が全県下二百八十名の参加を得ての開催。ところが諸事情により急遽、私が庶務から事務局長を仰せつかり不安でしたが諸先輩や事務局の温かい協力により無事成功裡に終え、一同安堵したことです。

また、コロナ感染対応等様々ありました。そのたび会員のご協力で乗り越えてきました。仲間がいることの有り難さ、楽しさを感じています。

今は年二回の書道の展覧会出品、地域の高齢者集いの計画運営、年二回の仲間との親睦旅行、孫や家族との生活に生きがいを感じています。

祝 感謝状



感謝状を受賞して

大樂 宣和

令和八年度退職校長会石川支部総会で、富岡高春前支部長とともに感謝状を頂きました。誠にありがとうございます。

この二年間本会副支部長として、微力ながら会の運営に努めて参りました。その間会員の皆様方からは、多大なる御支援・御協力を賜わり感謝申し上げます。

さて、季節は風薫る五月、新緑がまぶしく感じられます。春と言えば山菜。我が家でもタラの芽の天ぷら、竹のこご飯、フキ、ワラビ等の山菜を味わっています。ホロ苦い中にも季節を感じ、山の幸をいただける環境と健康のありがたさを感じています。

今、人生百年時代を迎えております。今後も季節の恵みを頂きながら、健康に配慮し元気に過ごしたいと考えております。

県大会参加報告

有賀真道

六月九日、白河市のシン鹿島において、節目となる第六十回県大会西白河大会が開催されました。本支部からは支部長含め七名が参加、県内各地から約二百名の参加を得て盛大に行われました。

午前の部は開会式に引き続き、「史跡小峰城跡の地震被害から復興への姿」と題し、白河市建設部文化財課文化財専門研究員鈴木功氏による講演が行われました。鈴木氏は平成五年度より白河市に勤務し、小峰城の国指定史跡認定や東日本大震災による被害復旧に力を尽くしてきました。下宿しながら白河高校に通っていた自分にとって小峰城は馴染みの場所の一つです。六月になるとバラ園が開園し、友達とたわいもない話をしながら時間を過ごしたものです。城山球場では野球の応援に声を張り上げました。当時は石垣以外に見栄えのするものはなく、史跡というイメージは薄いものでした。

て歴史、伝統、文化を生かした街づくりが進められることとなり、小峰城も国の指定を受け整備されることになりました。しかし、その矢先に東日本大震災が発生し、石垣の崩落や変形、復元建物である三重櫓や前御門の破損など大きな被害を被りました。修復作業は平成二十三年に開始。被害状況を調べると、昭和時代にコンクリートを用いて改修した部分は崩落が大きく、江戸時代に作られた透水性のある栗石の層を入れて石垣を組んだところは被害が少ないことがわかり、修復は江戸時代の積み方を基本として進められることになりました。この方法では、崩落前の写真を頼りに崩落した石の位置を確認し、元の位置に積み上げる作業を行うとともに、破損した石は、江戸時代同様に地元で採取できる白河石を用いて作り直しており、時間も経費もかかったそうです。しかし、この方法で行ったことで以前の景観が戻るとともに頑丈な石垣が作られ、このノウハウがその後地震被害を受けた熊本城を始め各地の石垣の再建などにも活用されているそうです。先人の

知恵の素晴らしさに感嘆するとともに、苦難を乗り越えながら再建に取り組み文化の街の実現に努めた鈴木氏等関係者の熱意に敬意を表します。午後は安達支部日下部善己氏の「知る 活かす 伝える ふるさとの歴史と誇り『石川弾正顕彰会』の創設と活動」、北会津支部滝沢玲子氏の「肉眼では見えない世界に迫る」、相馬支部高橋誠氏の「生かされた命を生きる『防災で紡ぐ未来(いま)』」と題する発表がありました。その後、大会宣言が読み上げられ、閉会式では次年度開催地いわき支部代表の挨拶が行われ、大会の一切が終了しました。



《すこやかライフ》

生涯現役を目指す

真田秀男

私は、あと一年足らずで古希を迎えます。いつの間にかそのような年齢になってしまったというのが正直な感想です。中国の詩人、杜甫は「人生七十古来稀なり」と言いましたが、これは「七十歳まで生きる人は古来より稀である」という意味で、長寿のお祝いを表す言葉です。

時代は変わり、「人生百年」と言われる今、「古希」の意味合いがそのまま当てはまるものではありませんが、吉田富三博士が言うようにいつどうなるか分からない人生です。で、七十歳まで生きるということは、それだけで大変尊く、貴重な人生を送ってきたということでしょう。今、自分が生きていることが奇跡であると言え言われるのも納得のいくことです。

私はこのような年齢であるのですが、この四月より県南地方の県立高校で講師として教壇に立っています。予想もしていなかった現場復帰です。教科は芸術科書道を担当していますが、年度初めの職員会

議で校長先生が、「年間を通して一人一授業を見せて貰います」と言われたので、わたしは真つ

先に手を挙げ一番乗りで授業を行いました。元小学校教師が高校で通用するのか指導を仰ぎたかったです。

書道の授業です。生徒達に何かを書いて見せようと思ひ、導入部分で全紙大の画仙紙に「日本で一番難しい漢字」と言われる(ビャン)の一字書を書いて見せました。本時で唐時代の書家・顔真卿の「多宝塔碑」を臨書するので、つながりを持たせるためにその書風で書いたのです。

個別指導は「逆さ書き」による対面指導です。手本を逆さに置き、半紙に逆さに書いてゆく練習も行いました。これは書道教師必須の「技」と言えるでしょう。

私は楷書、行書、草書について中国の古典をかなりの年数をかけて臨書してきましたので、高校教科書に出てくる歐陽詢の「九成宮醴泉銘」、褚遂良の「雁塔聖教序」などの古典が懐かしく感じられ、復習のつもりで生徒といっしょに書いています。

祝 高齢者叙勲

自分を知る

細谷 道雄

この頃、高校生の言動には驚く。臨済宗の専門道場には、十二月一日〜十二月八日明けまで、横にならない行がある。終ると、「耐えられるんだ」

・・・自分を知る・・・

今、行動を起こす時に、何をやるのか、何を準備すればよいのか、と考えるものだが、他人に誘われるままに行動している。総て他人まかせである。

人は、一步を意識して歩いてみると、自分の心の状態が足取りに表れていることに気づきます。

驚いた時には、歩を止めてしまします。焦っているときには、歩みが速く、足音が大きくなります。

憂鬱な時には足どりが重くなり、怒りがある時には地面を強く踏みつけるような歩き方になったりします。

そんな時には、歩くことに意識を向けてみるのもよいのではないでしょうか。

歩き方を調えることで、こころも調ってくると思います。体と心は別々のものではない

く、一つのものの、心と体の両面であるからです。

姿勢をただして、呼吸調え、一步一步を丁寧に歩むことで、自然に落ち着き、前後の関係が目に入ってくるものです。

一步一步を大切にすることは、一瞬々々を大切にすることです。

私たちは常に、何かの目的のために歩いていきます。

務め先に行くために歩いたり、家に帰るために歩きます。

目的地に着くことばかりに気をとられるのではなく、この一步、この一瞬を振り返り振り返り、着実な道を進むのです。

「今は何をする時なのか」

「これをなぜするのか」

「その後どうなるのか」

その時、その時の自分の歩むべき道を考え、選んで進むべきである。

それには、自分を知ることから始めたい。

「臨済禅修業の体験より」



祝 高齢者叙勲



高齢者叙勲受賞のこと

棚瀬 英一

昨年度の石川支部総会では“米寿の寿詞”を頂き、今年度は、図らずも“高齢者叙勲受賞の記念品”と引き続きお祝いを頂いたこと、会員の皆様には心より感謝しています。

振り返ってみますと、在職中は児童生徒・保護者・教育関係者、そして退職後は地域の皆様の長年にわたる心温かいご指導ご支援を頂いたからこそ今日を迎えることが出来ました。自分一人では何事も出来なかつたと思ひ返しています。

これからは、受賞の榮譽に恥じないよう一層精進するとともに健康で過ごす時間を伸ばすことに心掛け、充実した日々を送りたいと考えています。

会員の皆様には、変わらぬご交誼とご指導をよろしくお願いいたします。

祝 感謝状



感謝状を受賞して

富岡 高春

今年度総会時に感謝状を受賞し誠に感謝申し上げます。

副支部長を二期四年、支部長を一期二年勤めました。

役員中の一番の思い出は、何といつても第五十三回県大会石川大会開催です。小規模の支部が全県下二百八十名の参加を得ての開催。ところが諸事情により急遽、私が庶務から事務局長を仰せつかり不安でした。諸先輩や事務局の温かい協力により無事成功裡に終え、一同安堵したことです。

また、コロナ感染対応等様々ありましたが、そのたび会員のご協力で乗り越えてきました。仲間がいることの有り難さ、楽しさを感じています。

今は年二回の書道の展覧会出品、地域の高齢者集いの計画運営、年二回の仲間との親睦旅行、孫や家族との生活に生きがいを感じています。

祝 感謝状



感謝状を受賞して

大樂 宣和

令和八年度退職校長会石川支部総会で、富岡高春前支部長とともに感謝状を頂きました。誠にありがとうございます。この二年間本会副支部長として、微力ながら会の運営に努めて参りました。その間会員の皆様方からは、多大なる御支援・御協力を賜わり感謝申し上げます。

さて、季節は風薫る五月、新緑がまぶしく感じられます。春と言えば山菜。我が家でもタラの芽の天ぷら、竹のこご飯、フキ、ワラビ等の山菜を味わっています。ホロ苦い中にも季節を感じ、山の幸をいただける環境と健康のありがたさを感じています。

今、人生百年時代を迎えております。今後も季節の恵みを頂きながら、健康に配慮し元気に過ごしたいと考えております。