

# 十一ノ関東 会報

NARP (NIPPON ASSOCIATION FOR REFRESHING PERSONS)

(第274号) 令和七年 2025年7月号



6月15日(日)梅雨の合間で晴れて蒸し暑いなか相模原北公園へ紫陽花を鑑賞して来ました。参加者は8名です。相模原北公園には、200種、10000株のアジサイが植えられており、神奈川県内のアジサイの名所として知られる鎌倉の明月院や長谷寺などにも匹敵するアジサイの名所として有名です。鎌倉ほど混雑しておらず、穴場スポットです。結構広い公園でした。

当公園は、大きく「アジサイの丘」「アジサイの谷」「アジサイの山」という3つのエリアに区分されています。アジサイ園には散策路が張り巡らされており、その道を歩いてアジサイを鑑賞することができました。バラ、ハーブ、菖蒲などが一年を通して楽しめる公園です。 (報告 山本 豊)

# 相模原北公園

(撮影 山本 豊)



アメリカアジサイ



ジャパニュー・ミカコ

# ふれあい広場

(No. 260)

1853年6月3日黒船来航

真田 徹

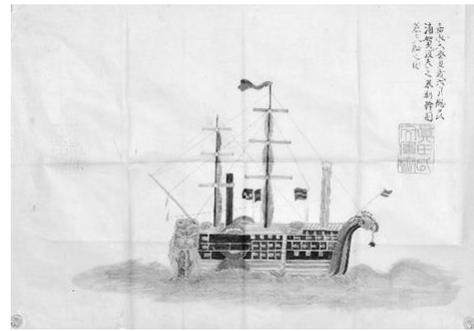
1853年6月3日、蒸気船が浦賀に現れた。

ペリー来航である。突然現れて大騒ぎということになっているが、幕府にはオランダから一年前には来航情報が入っていたし、ロシア船は以前からも通商を求めて来ていたし、ある日突然、驚天動地と言うことではあるまい。厄介事を先延ばししていたらとうとうその日がやって来たということか。黒船は18世紀後半になると日本近海にウジャウジャやって来ていた。日本の浜から沖の黒船がよく見えたとのことだ。浜の者には馴染みの風景だったのかもしれない。

当家の真田喜平太（伊達藩参政）の生まれた文政17年（1824）に仙台近郊の浜に異国人がやって来た。沖の黒船から小舟で四、五人が浜に乗り上げたという。袋を肩にかけてやって来た。浜には漁師の女房連が浜仕事や畑仕事をしていたのだが、上陸して来た異国人は畑の野菜を物色し始めたそうだ。そこは気丈な漁師の女房。何が欲しいんだと身振り手振りで問う。野菜が欲しいのだろうと丁度収穫時期の大根を数本抜いてやった。畑の外れのリンゴの実を採ろうとしていたのでこれも呉れてやった。どうせ食いきれないからと。異国人は肩に下げた袋に大根とリンゴを入れ、赤い被り物（婦人用の帽子だろう）を押し付けて来た。お礼のつもりだろうが貰ったら後で役人がうるさいからと受け取りは断り早く帰ってくれと促したそうだ。女房連は番所には届けなかった。煩いことになるのが嫌だったから。しかし、この騒ぎは番所でも知っていて異国人が立ち去った後、押っ取り刀で役人がやって来たそうだ。女房連に事情を聞くことも無く、なにもなかったように巡回して戻っていったとのこと。

“厄介事は見ないでおこう”。

太平の日本国。令和の世になってもこんな体質はあまり変わっていないようである。



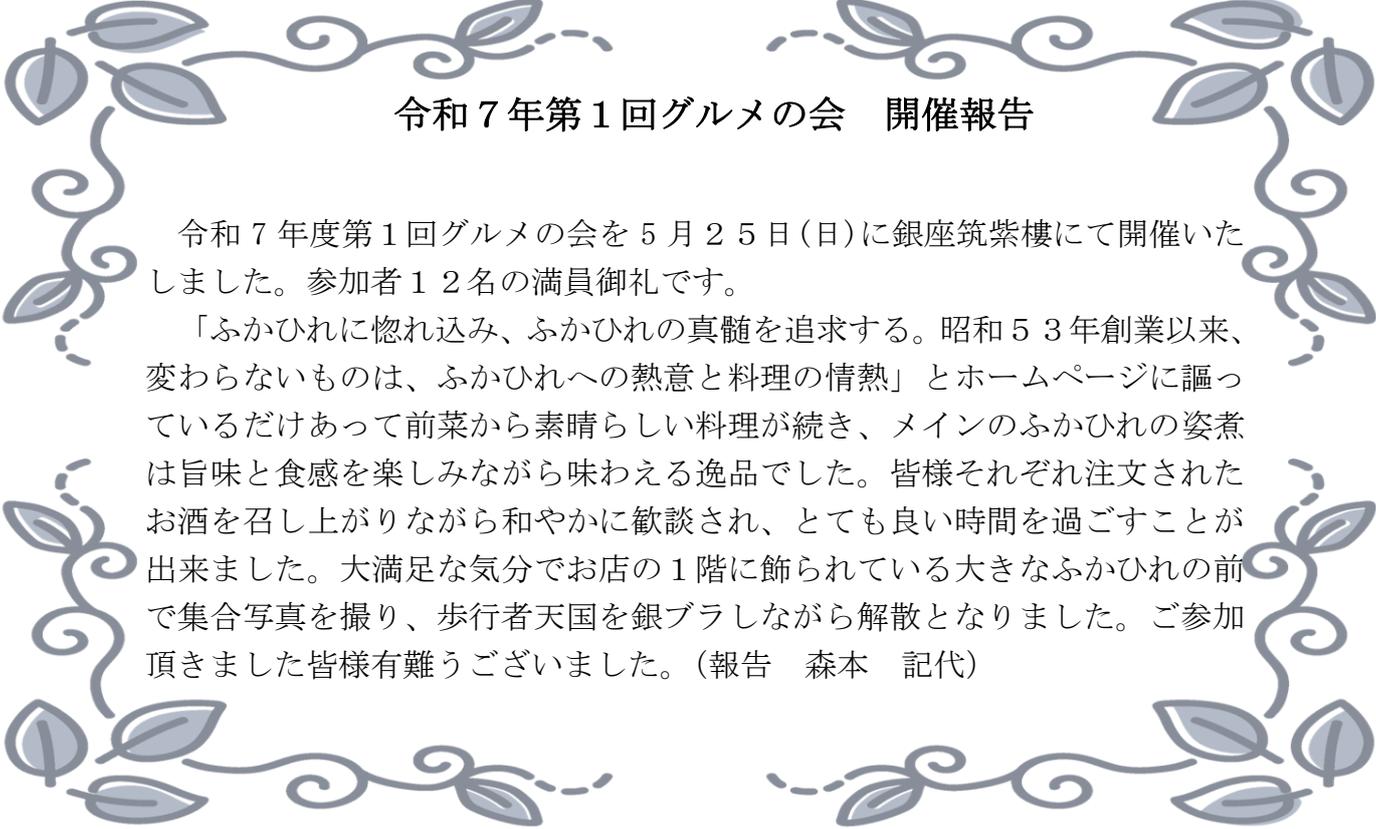
## 7 月 号 目 次

- 1 頁 リフレ&写真同好会（集合写真）
- 2 頁 上記スナップ写真
- 3 頁 ふれあい広場 No, 260（真田 徹）・7月号目次
- 4 頁 NARP 関東7月度行事・同好会、役員会予定
- 5 頁 令和7年度第1回グルメの会報告・第40回合同誕生会のご案内
- 6 頁 健康麻雀上期チャンピオン大会報告・ボウリング同好会1周年企画報告
- 7 頁 新松戸雑記帳（1）（中島 茂夫）
- 8 頁 つれづれ雑記（杉田 清）
- 9 頁 同好会だより（健康麻雀・写真・ボウリング・カラオケ・ビリヤード）
- 10 頁 7月のお誕生日の方、おめでとうございます・5月度運営委員会報告
- 11 頁 健康麻雀上期チャンピオン大会・ボウリング同好会1周年企画写真
- 12 頁 グルメの会報告（集合写真・歓談写真・料理の写真）

## NARP 関東 7 月度 行事・同好会、役員会予定

日 時	行 事 名	開催場所・集合時間等	申 込 先
7/ 3 (木) 13:00 7/17 (木) 13:00	カラオケ同好会	J R 新橋駅 カラオケ館 新橋外堀通り店	竹村幹事 090-1999-5389 西井幹事 090-7707-8722
7/ 9 (水) 14:00 7/23 (水) 14:00	ビリヤード同好会	J R 高田馬場駅 山水ビリヤード場	西井幹事 090-7707-8722 廣瀬幹事 090-9305-4267
7/11 (金) 13:00	健康麻雀	J R 四ツ谷駅、四ツ谷口 麻雀 高樹	橋本幹事 080-6687-3186 廣瀬幹事 090-9305-4267
7/13(日) 10:00	リフレ& 写真同好会	重要文化財 明治生命館 見学 集合場所： J R 東京駅 丸の内南口改札口	山本幹事 090-4092-9975 栗生幹事 090-7721-3445
7/18 (金) 13:30 ※場所が変更になりました。	ボウリング 同好会	J R 池袋駅 北改札口 (大塚寄り) 13:30 集合 会場： 池袋ロサ会館 7 階 ロサボウル	森本幹事 090-6477-7724 佐藤幹事 080-6710-0586
7/29 (火) 13:30	運営委員会	浅草文化観光センター	佐々木幹事 080-5456-4116 橋本幹事 080-6687-3186 竹村幹事 090-1999-5389
予告 8/23 (土) 12:00	合同誕生会 日本料理店 「丸しま」	千代田線「湯島駅」 5 番出口から地上へ 徒歩約 3 分	橋本幹事 080-6687-3186 栗生幹事 090-7721-3445 山本幹事 090-4092-9975

※ 予定変更になる場合があります。各幹事と確認をお願いします。



## 令和7年第1回グルメの会 開催報告

令和7年度第1回グルメの会を5月25日(日)に銀座筑紫樓にて開催いたしました。参加者12名の満員御礼です。

「ふかひれに惚れ込み、ふかひれの真髓を追求する。昭和53年創業以来、変わらないものは、ふかひれへの熱意と料理の情熱」とホームページに謳っているだけあって前菜から素晴らしい料理が続き、メインのふかひれの姿煮は旨味と食感を楽しみながら味わえる逸品でした。皆様それぞれ注文されたお酒を召し上がりながら和やかに歓談され、とても良い時間を過ごすことが出来ました。大満足な気分でお店の1階に飾られている大きなふかひれの前で集合写真を撮り、歩行者天国を銀ブラしながら解散となりました。ご参加頂きました皆様有難うございました。(報告 森本 記代)

### 第40回「合同誕生会」の案内

下記の通り「第40回合同誕生会」を開催致します。

今回は7月8月9月に誕生日を既に迎えられた方、これから迎えられる方が対象となりますが、いつもの事ながら一般の会員の方もご参加いただき会員相互の交流がより深まる機会になれば幸いと存じます。

多くの会員の方のご参加を心よりお待ちしております。

記

日 時	8月23日(土) 12時~14時(11:50集合)
会 場	日本料理店「丸しま」 文京区湯島3-13-8 湯島不二ビル1階(03-3835-1729) 千代田線「湯島」駅5番出口から地上へ出て右方向へ徒歩3分
参加費	4,000円(飲み代各自負担)
定 員	20名(先着順)該当者を優先いたします。
申し込み	8月18日(月)までに下記幹事まで申し込みください。

橋本 幹事 (080-6687-3186)

栗生 幹事 (090-7221-3445)

山本 幹事 (090-4092-9975)

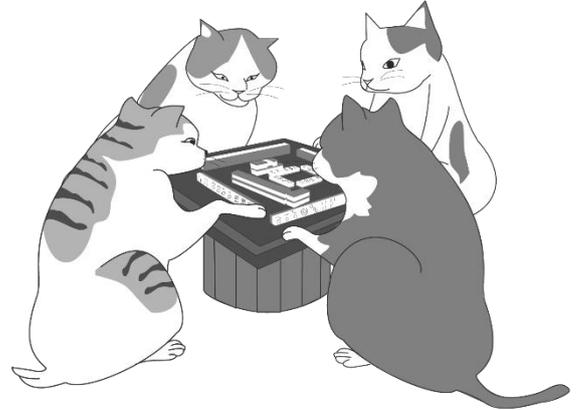
(注1) 7月~9月生まれでご参加の会員にはお祝い品を進呈致します。

(注2) 8月20日(水)以降の取り消しは会費を頂きます。

## 健康麻雀上期チャンピオン大会 結果報告

今年度上期チャンピオン大会は6月13日(金)に参加者9名で行われました。2卓と少しさみしい大会でしたが、いつもの様に賑やかに楽しみました。結果は下記の通りです。

優勝	嗟峨さん
二位	黒田さん
三位	廣瀬さん
ラッキー7賞	嶺川さん
ブービー賞	真田さん
当月賞	柴原さん
参加賞	その他3名



7月(下期)から、また皆さん楽しく頑張りましょう。  
多くの方の参加をお待ちしております。

## ボウリング同好会再開1周年企画 開催報告

休会していたボウリング同好会が昨年6月18日に再開して一年が経ちました。最初は少人数で楽しんでおりましたが、最近は少しずつ参加者も増えて2ゲームの楽しみ方を変えてみたりプレイ後の懇親会も賑やかになってまいりました。

そこで、6月は感謝の気持ちを込めて手作り参加賞を準備して皆様にプレゼント。また城戸会員から協賛品として様々な社名入りグッズをご提供頂き、上位3名にお渡しいたしました。

そんな記念すべき日に限って高田馬場グランドボウルが他団体の貸切でプレイ出来ず、急遽池袋のロサボウルに会場を変更するハプニングもございました。それでも皆様とても楽しんでくださって本当に良かったです。マイボール持参でゲスト参加された方の素晴らしいプレイに感化されて、全体的に良いスコアでした。

優勝	阿部さん(ゲスト参加)	スコア合計	316
二位	黒田さん		276
三位	太田さん		253

これからも会員の皆様とボウリングを楽しんでまいります。  
奮ってご参加ください。お待ちしております。



## 一人暮らし6ヶ月

中島 茂夫

昨年12月に家内を亡くして早くも6ヶ月が経過した。近くに住む友人は一人で生活するのはたいへんでしょうと会うごとにいうが私はもう慣れたから大丈夫と返事をしている。たしかに初めて経験することが多いが今までの経験を生かせば何とかなるものである。さいわい鎌倉にいる息子が定期的に見まわりに来てくれるので困ったことがあればその都度相談している。ただ初めて経験することが多いので、皆さんにも参考になるかと思う。

- (1) 葬儀その後～葬儀はかねて契約していた松戸会堂が主導してあっという間に終わった。彼女のために購入した仏壇は横55センチ、奥行き45センチ、高さ75センチとマンションサイズとしてはやや大きめだが、私が毎日利用するパソコンと隣り合わせで毎日彼女と話しながら囲碁や麻雀ゲームをやっている感じである。朝一番で熱いお茶を入れ、ローソクと線香に点火して拝むのが朝の行事である。最近友人に貰った「におい」の少ない線香を使っているので「におい」は玄関まで届かない平凡な一家のスタートである。
- (2) 食事～朝パン、昼うどん、晩日本食が基本、彼女がいたときとほとんど変わっていない。彼女がいたときは自宅と施設を往復し、週4日は自宅で生活していたので、その時の食習慣を踏襲している格好である。近所に中華料理店やレストランがあるが一人で行く気がしない。食材はネットスーパーや生協を利用している。
- (3) 家事～掃除、洗濯は極力セーブしている。掃除は息子がくれたロボットを時々使っている。洗濯は朝、自動洗濯機に放り込んでおき、終わったらベランダに干すのが私の仕事になる。それと週1回のごみ出しが主な私の日課である。
- (4) 病院巡り～高血圧症や不眠症など長年の付き合いのほかに新しく5月初めから左ひざの調子が悪くなって、週2回駅前の整形外科にリハビリに通っている。この前の検査では骨密度が0, 299で若い人の58%と最悪、ケガなど絶対にしないよう嚴重注意を受けた。4月下旬に息子と一諸に5年ぶりに新幹線に乗り、名古屋と伊勢松阪にいる二人の弟に会い、田舎の両親の墓参りに行ったのが最後になりそうである。
- (5) 墓地探し～3月頃よりパソコンを頼りに墓地探しを始めた。基本は宗派に関係ないこと、清潔なこと、自宅から近いことの3つ。彼女は樹木葬の希望であったが、適当なものは少なく、結局埼玉県三郷市の「エバーグリーン金町」の永代供養家族墓に決めた。自宅から車で10分、江戸川の向こう岸にあたり、寅さんの故郷葛飾柴又の上流にあたる。6月末には桜花を刻んだ中島家の石碑が完成し、7月には彼女が第1号で入居、私も第2号で入居の予定である。
- (6) 彼女の部屋の後始末～実は彼女の部屋はほとんどそのままである。親戚等へ形見分けとして少々差し上げたが90%以上は乱雑なまま放置してある。日常使っていた衣服は勿論のこと、彼女が大ファンだった羽生結弦の多くの本や雑誌、その他諸々の物がそのまま置いてある。どう処分するかが私のこれからの最大の課題である。

## カラオケ同好会の長期間運営大成功の背景を考える

杉田 清

健康増進を願って、ナープ関東・カラオケ同好会のお世話になってから、20年余の歳月が流れました。カラオケ通の老知人の一人が「20年以上も、カラオケ同好会が続いているなんて奇跡！ 普通は、10年も続けば大成功。なかなか続かないものだよ」と感心しておられます。

今後の当同好会運営のご参考にもなるかもと、大雑把な考察ですが、当会運営に関連する主要な課題等について、以下に要約してみました。

### (1) 参加人数：

“10～20人が最適”と思います。10人以下では、盛況感に乏しく、活気も、歌曲の多様性も不足しがちです。また、20人を超えますと、参加者一人当たりの歌唱回数が不足気味となります。どなたも、毎回3～4曲は唄いたいでしょう。当同好会の現状は、理想的だと思います。

### (2) 参加者の男女比率：

男女いずれも30%以上が望ましい。理想は50%—50%ですが。

### (3) 参加者の年齢構成：

当同好会の場合は、特に問題はありません。一般論として、参加者の年齢構成は、歌唱曲種に大きく影響しますので、十分な配慮が必要です。

### (4) 開催頻度：

現状の毎月2回は、私には理想的。他の会員各位も、多分同様かと推察しています。(月1回では物足りない。3回以上は忙しすぎる?)

### (5) 開催時間帯：

現状の“木曜日、午後1時～5時”は、参加者の交通事情、歌唱活動への心理的開放感(週末に近い午後)などからも、好ましいと思います。

### (6) 開催場所：

新橋の現カラオケ店は、新橋駅(JR、地下鉄銀座線など)に近く、交通面の利便性は、非常に良好と言えます。さらに、その立地点は、言わば“銀座9丁目?”であり、なんとなく銀座の雰囲気も漂っております。

### (7) 天候にも恵まれて：

私の場合、傘など雨具持参の当カラオケ会参加経験は皆無。私の記憶が不正確としましても、天候にも大変恵まれてきたことは確かです。

### (8) 歌唱前の、その曲選定の背景説明も、今後は場合によりOK?：

聴く皆さんも、“なるほど・・・”と一層楽しませましょう。ただし、ごく手短かに。思い出話などは、長くなりがちですので、特に要注意。

### (9) 珍客の“飛び入り参加”も歓迎：

非会員で、臨時に特別参加される方も、原則として歓迎したいものです。私の記憶では、某有名家系ご出身の方が臨時に参加され、実に愉快的刺激・共演をいただいたことがありました。

### (10) 当会の円滑運営に感謝し、ますますの発展を期待：

諸先輩の遺産とも言えます当会の運営方式が、現役員・会員各位の歌唱への情熱、相互の温かい友情等により、“人生100年時代に絶好の娯楽”として、一層の発展を遂げられますことを深く祈念する次第です。私自身、今夏で94歳を迎えますが、現在の最有効健康法の一つが、当カラオケ同好会でありますことを、心底より感謝いたしております。

## 同好会だより

### 健康麻雀

5月9日(第2金曜)の会は、天気予報では午後から悪天候になるとのことでしたが、久しぶりに、女性6名、男性9名と大勢の方が参加してくださいました。にぎやかに楽しくゲームを進めることが出来ました。トップ賞は、長いことお休みして久しぶりに参加して下さいました大槻さんでした。

6月13日(金)に開催された「健康麻雀上期チャンピオン大会」の報告は6ページを写真は11ページをご覧ください。

### リフレ&写真同好会

6月15日(日)梅雨の合間で晴れて蒸し暑いなか相模原北公園へ紫陽花を鑑賞して来ました。詳細は1ページ表紙をご覧ください。

### ボウリング同好会

5月16日(金)に11名(男性7名、女性4名)の参加で2ゲームプレイをしました。久しぶりの方や初めて参加の方も和気あいあいとボウリングを楽しみました。今回は、いつもの「金賞」「銀賞」「銅賞」に加えて「ブービー賞」と「頑張ったで賞」を追加しました。懇親会には10名の参加。同ビル9階のサイゼリアでお食事と軽く1杯飲みながら、それぞれの活動やボウリング同好会1周年企画について歓談しました。

6月20日(金)のボウリング同好会再開1周年企画の報告は6ページを写真は11ページをご覧ください。

### カラオケ

5月は、1日(木)に男性7女性3の10名、「薫と友樹、たまにムック。」の「マル・マル・モリ・モリ!」から最後の「石原裕次郎」の「ブランデーグラス」まで52曲、カラオケ後の軽食と軽く一杯は男性5女性3の8名でした。

15日(木)は男性7女性5の12名、「Re:Japan」の「bittersweet samba-ニッポンの夜明け前-」から最後の「山田真二」の「哀愁の街に霧が降る」まで50曲を歌い、そのあとの軽食と軽く一杯は男性5女性5の10名で、楽しく過ごしました!

参加の皆さん、歌われる曲は演歌、ポップス等が多いですが、なかにはテレビのバラエティー等で聞いたことのあるような変わった歌も聞けますよ。

### ビリヤード

5月は、14日(水)に男性1女性2の3名参加、軽い練習後7回プレイを楽しみました。

28日(水)は男性1女性2の3名参加、前回と同じく軽い練習後6回プレイしました。ただ今回は廣瀬さんの一人勝ちでしたよ。

両日とも難しいときは、先生に指導していただきました。突いた球が縁にあたり、どちらに転がっていくのか、想像しながら楽しんでいきます。どなたでもぜひご参加ください。

## 7月のお誕生日の方、おめでとうございます。

5日 小林 慶子 さん 11日 佐々木 庸子 さん 13日 城戸 猛 さん  
25日 紅 淳子 さん

## 令和 7年 5月 運営委員会 報告

5月27日(火) 13時～15時半 於：浅草文化観光センター 出席者 7名

### 1. 会長挨拶

(1) 第39回合同誕生会及びグルメの会は関係者、参加者の皆様のお陰で楽しく開催でき、感謝申し上げます。

6月の初夏フェスティバルも是非！楽しい会にしたいので宜しくお願い致します。

### 2. 報告事項

(1) 5月各活動実施報告→会報6月号も参照

39回合同誕生会（18人・会報）、グルメの会（銀座フカヒレ・12人・7月会報）、リフレ&写真（晴れた芝離宮恩賜庭園・11人・浜松町料亭で二次会・会報）、カラオケ（22人/2回・日高屋二次会）、ビリヤード（6人/2回）、ボウリング（11人、3レーン・二次会も）、健康麻雀（12人）、第65回ゴルフ大会（塩山CC）皆様のご参加で各行事・同好会共に楽しく過ごすことが出来ました。

(2) 新入・退会会員 → なし

(3) 会報とH/P関連

①会報6月号内容確認、7月号編集方針：ふれあい広場・会員活動紹介記事（不定期）・ボウリング同好会1周年記事方針検討。随時お声掛けも。

②H/P：行事・同好会・会員ページ更新・追加、写真更改。4月ページリクエスト件数1,887件、平均63件/日。増加の趨勢変わらず。

(4) 会計報告 → なし

### 3. 確認・検討項目

(1) 初夏のフェスティバル(6/21パセラ新宿)の準備確認

今回も前回同様参加可否申込往復はがきは6月号会報に同封しない（総会を除く）。

各委員担当持ち場：名札/受付/誘導員/司会進行/看板/景品/飲み物注文係/写真係/お楽しみゲーム（名簿に番号・引き札作成など）手順確認。

今回の演芸/パフォーマンス依頼会員合計2名。非会員1名。

### 4. その他

(1) 10月25日の総会：東武デパート14F 12時～予約済み。表彰者その他詳細は来月以降順次詰める。

(2) 6月号会報誌袋詰め作業を全員で実施・発送は山本/森本委員にお願いした。

※次回運営委員会日程：2025年6月23日月曜 13時半～ 浅草文化観光センター  
以上 （報告 竹村 忠）

## 健康麻雀上期チャンピオン大会



参加の皆さん



## ボウリング同好会再開一周年記念特別企画



参加記念品

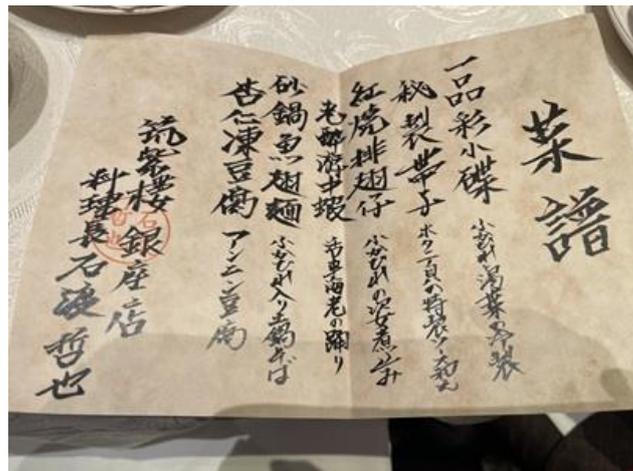


# R7年度 第1回グルメの会

(撮影 森本 記代)



参加の皆様



メニュー



ふかひれの姿煮込み



ふかひれと温菜の冷菜



帆立貝の特製ソース和え



ナープ関東「会報」発行元 ナープ関東運営委員会

広報；木村稔・西井孝之・森本記代

ナープ関東連絡先：〒353-0001 埼玉県志木市上宗岡 1-6-13

竹村忠(携帯:090-1999-5389)

ホームページ：ナープ関東 で検索 または QRコード

