

ナープ関東 会報

NARP (NIPPON ASSOCIATION FOR REFRESHING PERSONS)

(第279号) 令和七年 2025年12月号



令和7年度ナープ関東定時総会は、10月25日の土曜日に東武池袋店バンケットホールにて29名が参加して開催されました。総会の議事は会長挨拶、各議案報告・承認と順調に進んで終了し、その後懇親会に入りました。懇親会では新卒寿者への記念品授与、運営委員紹介、参加女性皆様のスピーチ、くじ引き等楽しく過ごしました。 詳細は6頁（報告 森本 記代）

R 7 年度定期総会・懇親会

(撮影 山本 豊)



会長挨拶



会計報告



卒寿者表彰



ふれあい広場

(No. 265)

府中市 「大國魂神社と暮らす」

城戸 猛

府中市の駅前から延びる参道は大國魂神社（おおくにたまじんじゃ）へと続くケヤキ並木。大國魂神社は創建が景行天皇 41 年（西暦 111 年）とされており 1900 年以上の歴史があります。武蔵国の守り神として大國魂大神（おおくにたまのおおかみ）が祀られております。また本殿の両側には小野大神、小河大神、氷川大神、秩父大神、金佐奈大神、杉山大神、御霊大神、国内諸神が祀られており、本殿には 6 柱以上の神様が鎮座しています。大國魂神社を参拝すれば 6 社参拝したと同じパワーが得られるパワースポットです！

私は青森県黒石市に生まれ中学生まで暮らし、弘前市に 3 年、東京都調布市に 2 年暮らした後、府中市に引っ越し 40 年以上になります。子供のお宮参り（孫も）、初詣、酉の市、すべてが大國魂神社に参拝します。お祭りも多く開催され 5 月の例大祭「くらやみ祭り」をはじめ、すももまつり、栗まつり、商工会まつりなど多くの出店が並ぶ祭りがたくさんあり賑わいを見せています。子供たちにもたまらなく楽しい神社になります。府中駅からも近いため近隣区市町村の方も多く参拝されます。

大國魂神社は大化元年（645 年）大化の改新の時に武蔵国の国府が境内に置かれ武蔵国の中心となりました。武蔵国は埼玉県から東京、神奈川県の一部（川崎、横浜、相模原など）の中心地だったのです。

こんな歴史ある大國魂神社に皆様も一度参拝されてはいかがでしょうか！



12月号 目次

- 1 頁 令和 7 年度ナープ関東定時総会・懇親会
- 2 頁 上記スナップ写真
- 3 頁 ふれあい広場 No. 265（城戸 猛）、12月号目次
- 4 頁 NARP 関東 12 月度行事・同好会・役員会予定
- 5 頁 新宿山の手七福神めぐりの案内
- 6 頁 健康麻雀下期チャンピオン大会のご案内・令和 7 年定時総会・懇親会の報告
- 7 頁 新松戸雑記帳（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 12 月のお誕生日の方おめでとうございます・10 月度運営委員会報告
- 11 頁 懇親会（続き）
- 12 頁 リフレ&写真同好会

ナープ関東 12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
12/ 4 (木) 13:00 12/18 (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
12/10 (水) 14:00 12/24 (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
12/12 (金) 13:00 詳細は 6 頁	健康麻雀 下期チャンピオン 大会	J R 四ツ谷駅 四ツ谷口 麻雀 高樹	城戸幹事 090-4703-8906 柴原幹事 080-3480-8888
12/14 (日) 10:00	リフレ& 写真同好会	荻外荘(てきがいそう) 入場料 300 円 J R 荻窪駅 東改札口	山本幹事 090-4092-9975 佐々木幹事 080-5456-4116
12/19 (金) 13:30	ボウリング同好会	J R 池袋駅 北改札 (大塚寄) 13:30 集合 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
12/26 (金) 13:30	運営委員会	浅草文化観光センター	佐々木幹事 080-5456-4324 橋本幹事 080-6687-3186 竹村幹事 090-1999-5389
1/4 (日) 10:00 詳細は 5 頁	新春七福神巡り (新宿山の手)	J R 飯田橋駅 西口改札口 (神楽坂方面)	山本幹事 090-4092-9975 佐々木幹事 080-5456-4116
予告 1/17 (土) 11:20 詳細は 1 月号にて	令和 8 年度 新年会 銀座ろくさん亭	東京メトロ各線 銀座駅 A 2 出口から徒歩 5 分 東京都中央区銀座 6-9-9 かねまつビル 8 階	竹村幹事 090-1999-5389 城戸幹事 090-4703-8906 森本幹事 090-6477-7724

※予定変更になる場合があります。各幹事にご確認をお願いいたします。

『七福神めぐり』のご案内

七福神めぐりは、元旦から七日までの間に、七福神を安置してある寺社を巡拝して開運を祈る行事です。七福神とは、室町中期頃に、はじめは竹林の七賢にならい、また經典の七難即滅、七福即生に基づいたものともいわれ、人間の七福を七神にあてたものです。

お正月恒例の『七福神めぐり』は、今年は『新宿山ノ手七福神めぐり』をおこないます。

記

日 時	2026年(令和8年)1月4日(日)
集合場所	JR 飯田橋駅 西口改札口(神楽坂方面)
集合時間	午前10時00分
申し込み	12月26日(金)までに



山本 幹事 090-4092-9975
佐々木 幹事 080-5456-4116

尚、雨天の場合は、中止します。

以上

☆新宿山ノ手七福神めぐりコース…約1時間30分(5.6Km)

JR 飯田橋駅→徒歩5分(0.4Km)→善国寺(毘沙門天)→徒歩21分(1.4Km)→経王寺(大黒天)→徒歩21分(1.4Km)→法善寺(寿老人)→徒歩5分(200m)→巖嶋神社(弁財天)→徒歩3分(150m)→永福寺(福祿寿)→徒歩12分(800m)→稲荷鬼王神社(恵比寿神)→徒歩19分(1.3Km)→太宗寺(布袋尊)→食事は日本料理 三平(予定)

(七福神巡りで疲れやすい人は、善国寺以降は都営大江戸線を利用して同コースを巡れます。)

※電車(都営大江戸線)を利用の時

JR 飯田橋駅→徒歩5分⇒善国寺(毘沙門天)→徒歩6分で牛込神楽坂駅乗車→牛込柳町駅下車・徒歩1分⇒経王寺(大黒天)→牛込柳町駅乗車→東新宿駅下車徒歩・9分⇒法善寺(寿老人)→徒歩5分⇒巖嶋神社(弁財天)→徒歩3分⇒永福寺(福祿寿)→徒歩12分⇒稲荷鬼王神社(恵比寿神)→徒歩19分⇒太宗寺(布袋尊)→食事は日本料理 三平(予定)



健康麻雀「下期チャンピオン大会」のご案内



例年通り12月の麻雀会は半期に一度の「チャンピオン大会」です。
いつものように、7月から11月迄の成績1位から4位の方が1卓を囲み東南ルールで競っていただきます。その他の方は毎回と同じルールでゲームをしていただきます。
上位4位以外でも当日頑張る可能性もあります！現在の成績状況は、1位、2位の方以外は皆さんほぼ互角です。どなたがチャンピオンになっても不思議ではありません。大勢の方のご参加をお待ちしています！

記

日 時 2025年12月12日(金) 13時～17時
場 所 麻雀 高樹 (四ツ谷駅から7分、四ツ谷三丁目駅から8分)
新宿区四谷2-9 NK第7ビル B1階 TEL 080-5646-0239
会 費 2,000円
連絡先 城戸 幹事 090-4703-8906 柴原 幹事 080-3480-8888



以上

ナープ関東令和7年度定時総会・懇親会の報告

令和7年10月25日(土)に東武池袋店14階のバンケットホールにて「令和7年度ナープ関東定時総会・懇親会」が開催されました。参加者は29名です。

定時総会は竹村さんが司会、佐々木会長が議長となって進行されました。ボランティア活動について佐々木会長から「ナープ関東としてできる活動があれば是非ご提案ください」とのお話がありました。また会員の皆様の活動について発表会等は心から応援し参加できる時は会員の皆様を募って参加できればとのお話もあり「楽しい仲間とともに」を実践していこうというお気持ちを強く感じました。続いて山本さんから会計報告がありました。物価上昇の影響で会報関係の経費が今後増加傾向にあることが次年度以降の課題になるとの内容でした。会報が一番の支出項目ですが、毎月会報を楽しみにしてくださっていると有難いお声もあり、また今のところ印刷会社様のご協力もごございますので出来るだけ長く続けていけたらと思います。

懇親会では城戸さんが司会となり「日本の首相も女性となったので女性の方々にお話を伺いましょう」と仰って参加した女性全員が一言ずつお話くださいました。皆さまの個性を知る機会となり、とても良い時間だったと思います。

今年度も宜しく願い申し上げます。 (報告 森本 記代)

(新松戸雑記帳 3)

入院生活 8 週間の報告

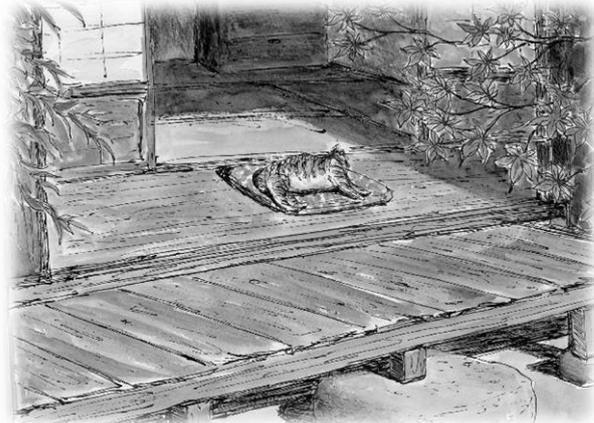
中島 茂夫

前回「健康の有難さ」で左ひざの故障についてかなり楽天的な見通しを述べたが現実にはヒアルロン酸の注射で完治するほどの単純な病気ではなかった。ちょうど前回投稿した直後、具体的には8月14日の午前3時ころ、急に左ひざが痛み出し、歩けなくなってしまった。急遽119番で救急車を呼び、松戸総合医療センターに入院、手術を受けることになった。病名は左ひざ関節炎、内視鏡による手術のせいで表面の傷は小さいがかなり時間はかかった模様。原因は注射時にウイルスが入り込んだとか、ヒアルロン酸の注射は毎週1回、12週続けていたが、初めは慎重だったが、慣れてくると注射当日に入浴したりしていたのが原因かも知れない。

医療センターでは手術後2～3日後からリハビリ生活が始まった。午前中定刻になると理学療法士か作業療養士が迎えに来て車いすでリハビリセンターに行き、歩行訓練や階段の上り下りなど約30分間の運動を毎日続けた。4人部屋だったが交流は一切なく大部屋を4つに仕切った個人部屋の生活が4週間続いた。息子が週1回のペースで見舞いに来てくれたがそれ以外の見舞客はなく、生まれて初めての静かな4週間の入院生活だった。

9月10日、リハビリ専門の松戸リハビリテーション病院に転院し、連続してリハビリを受けることになった。同院は今亡き家内が3ヶ月リハビリを受け、私が見舞いに通った因縁の病院で、今度は私がお世話になることになった。さいわい一人部屋になったので、比較的気楽な毎日を送ることが出来た。具体的には個々にリハビリ総合実施計画書を作成、目標に達したら無事退院となるとなる仕組みだが、私は1ヶ月での退院を強く希望した。毎日4人の理学療法士か作業療法士が交代で合計3時間、180分のリハビリの実施である。担当により内容は違うがかなりのハードスケジュールである。何とか目標を達成し、無事10月7日、8週間ぶりに自宅に帰ることが出来た。

やはり我が家が一番良い。8週間の入院生活を終わって一人暮らしの生活に戻った私の実感である。今後も訪問リハビリや訪問介護を続ける必要はあるが、なるべく今の一人暮らしを大事に続けて行きたいと思っている。(2025年10月24日記)



英語俳句作品例の紹介と考察 (20)

杉田 清

year-end is coming soon
what have I done this year ?
only a bit with many thanks

(和訳例文)

もうすぐ年末
今年は何をやった？
僅かながらも、兎に角大感謝

(感想)

小生自身は、若干の体調不安定に悩まされながらも、今年8月に94歳、そして新しい年も迎えられそうで、何よりと感謝しております。

今年を振り返って、格別の業績などはありませんが、強いて申せば、今年の耐火物技術協会誌1月号に掲載の小生の回顧録「耐火物技術者人生を振り返って」があります。戦後“欧米に追いつけ、追い越せ”と奮闘しました日本の鉄鋼用耐火物技術界の諸事情や全世界を対象とした耐火物国際会議“UNITECR”を、日本の発議で実現させました経緯の紹介なども含みます。これからの担う若い諸君への参考となることを、心底より祈念しております。

every recent year-end
one melody recalls my college days
— “Tennessee Waltz”

(和訳例文)

最近年末になると、いつもある曲が頭に浮かび、学生時代を思い出す
その曲は“テネシーワルツ”

(感想)

終戦直後の学生時代、親友が当時超大流行の“テネシーワルツ”を、常時唄いまくっておりました。残念なことに、彼は10年前に他界しましたが、何故か年末の“格別に懐かしい思い出”であります。

what songs should I sing
for year-end karaoke party ?
— songs we should hand down to coming generation

(和訳例文)

年末のカラオケ会ではどんな曲を唄えばいい？
— それは次世代に引き継いでほしい曲

(感想)

(感想)

カラオケ会が、後続の世代に“良い曲を温存・伝承”できることを期待して、好例となりそうな曲を唄いたい。なお当句の、相当な字数過多は問題ですが、兎に角、来年も楽しみましょう。

皆さん、よいお年を！

同好会だより

健康麻雀

10月10日(金)、四谷の「高樹」にて開催いたしました。この日はゲストも参加されて10名(男性4名女性6名)が参加し、交代しながら2卓で麻雀を楽しみました。トップ賞を獲得したのは、圧倒的な強さで無敵の存在感を放った佐藤さんでした！12月のチャンピオン大会まであと2回。上位3名はほぼ確定かと思いますが、あと1名は誰が入ってもおかしくない状況です！皆様のご参加をお待ちしております。

リフレ&写真

11月9日(日)朝から雨が降り、冬の深まりの気候で庭園散歩を楽しんできました。参加者は6名です。

以前内藤さんとこの会で一緒に行った肥後細川庭園から神田川を挟んだ反対側にある大名庭園の甘泉園公園で紅葉(チョッピリ少ない)を見て日本庭園を散策に行つて来ました。池を取囲む森が別世界の静けさに演出し、四季を通して訪れた人々をもてなします。

甘泉園公園は江戸時代からある古い庭園で、甘泉園の名は庭園の中央に湧水があり、その清水がお茶に合うところに由来します。

ボウリング

10月17日(金)に池袋ロサボウルで開催いたしました。参加者はお久しぶりの方を含めて4名でした。準備体操を十分にして2ゲームを楽しみました。年末が近づきご多忙で参加出来ない方もちらほらいらっしゃいます。気候もようやく暦に追いついて朝晩冷え込むようになりました。つつい家に籠りがちですが、軽い運動の一つとしてボウリングに是非ともご参加ください。昼間の2～3時間、無理せず楽しめます！

カラオケ

10月は、2日(木)に男性7女性4の11名、坂本九の「ステキなタイミング」から東海林太郎の「名月赤城山」まで53曲、カラオケ後の軽食と軽く一杯は男性4女性3の7名でした。16日(木)は男性6女性5の11名、わらべの「メダカの兄妹」からグラシェラ・スサーナの「サバの女王」まで54曲、そのあとの軽食と軽く一杯は男性5女性3の8名でした。

皆さん、唄いなれた歌は勿論、練習のため詰まりながらも挑戦するという、ほほえましく楽しい時間を過ごされていますよ。

ビリヤード

10月は、8日(水)に男性2女性1の3名、先生の指導を受けながら5回のプレイを、そのあとの軽食と軽く一杯は男性2名でした。23日(木)は男性2名でした。8回プレイの後、先生も参加して3名でさらに6回プレイしました。そのあと、男性2名ですが、もちろん軽食と軽く一杯はありましたよ。

12月のお誕生日の方、おめでとうございます。

4日 岩元 元子さん 8日 榎山 加代子さん 15日 黒田 清久さん
15日 楠 静子さん

令和7年10月 運営委員会 報告

10月30日（木）13時半～16時15分 於：浅草文化観光センター 出席者8名

1. 会長挨拶

(1) 令和7年定時総会と懇親会が無事終わることが出来、出席頂いた会員の皆様と準備・運営に当たった運営委員の皆さんに感謝します。

2. 報告事項

(1) 10月各活動実施報告→10月会報誌参照下さい。

総会（出席29人・委任状20人、会場・料理良好）、リフレ&写真（向島百花園8人、好評）、カラオケ（22人/2回・二次会）、ビリヤード（5人/2回・二次会）、ボーリング（4人/2ゲーム・二次会）、健康麻雀（9人・二次会）、秋季ゴルフ大会（10人3組）、グルメの会（9月28日銀座三笠会館10人、好評）

➡好天にも恵まれ、皆様にご参加頂き楽しく過ごす事が出来ました。

(2) 新入会員1名（佐々木二三子様）・退会希望会員4名。

3. 会報とH/P 関連

(1) 会報11月号内容確認と12月号編集方針検討→ふれあい広場寄稿依頼者等。

(2) H/P：第40回誕生会・同好会・会員ページ更新追加、墓参・白山神社写真追加。
9月ページリクエスト件数：2302件、平均77件/日で安定している。

4. 会計報告→山本委員作成資料により年会費未入金者状況の共有・対応と今後のドリンク注文方法を検討した。

5. 確認・検討項目

(1) 今後、出欠ハガキ付き総会案内中の会報に、回答を促すため赤字でその旨を表記・明示する。

(2) 来年1月17日（土曜）の新年会会場選定協議（銀座新宿駒込横浜など）。

11月初旬迄に決定する。総会・初夏のフェスティバル会場を当面固定するか協議。

6. その他

(1) 12月号会報に総会資料と年会費納入依頼書を同梱する会員を注意深く選別し袋詰め作業実施。郵便局持込みを山本委員・森本委員に依頼。

(2) 会報誌配信の全面的電子化について協議したが当面は将来的課題と位置付け、現状維持とする。

※次回運営委員会日程：2025年11月27日（木）13時半～浅草文化観光センター

以上 （報告 竹村 忠）

R 7 年度定期総会・懇親会 (続き)



司会・竹村さん



乾杯・中垣さん

司会・城戸さん

参加女性スピーチ



柴原さん



藤由さん



福井さん



市川さん



永井さん



森本さん



嶺川さん



廣瀬さん



岩元さん



谷澤さん



丸島さん



星野さん



楠さん

甘泉園公園

(撮影 山本 豊)



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

