静中静高 関東同窓会 会報

静中静高関東同窓会
会報　第102号
2026年12月1日発行
静中静高関東同窓会
会報編集委員会

印高

世代を超えて広がる交流、つながりを深めた第51回総会



人生100年時代を楽しく過ごす 健康とつながり

103期　鈴木 富貴

7月4日（土）、日本プレスセンターにおいて第51回静中静高関東同窓会総会・懇親会が開催され、174名の同窓生が集いました。

冒頭、来賓の織田校長から、陸上部・松下硯斗さんの県高校総体男子100ｍ大会新、男子4×100ｍリレー優勝、弓道部女子団体の県大会優勝など、在校生の活躍が披露されました。また、野球部後援会・河村会長、濱村事務局長から野球部への期待が述べられ、同窓会（静岡）の松村会長からは、２０２８年に予定される創立150周年記念行事に向けた活動について紹介がありました。

さて、今年のテーマは「人生100年時代を楽しく過ごす　健康とつながり」。基調講演にはトレーナー界のレジェンド、同期の山本義徳さんにぜひ登壇してほしいと、2年前から依頼していました。健康について考え、交流を楽しめる一日にしたい。そんな思いで幹事期一同、準備を進めてきました。

私たち103期が再びつながるきっかけとなったのは約10年前。静岡での印高同窓会総会で副幹事期を迎え、声をかけあって集まったことからでした。LINEも携帯もない時代に卒業した私たちにとってそれは貴重な機会となり、その後も同期Tシャツで野球応援に駆け付けるなど、交流を重ねてきました。

そして今回の運営を通じ、改めて実感したのは、「多様性の価値」です。卒業から39年。それぞれ異なる仕事や経験を重ね、考え方も物事の進め方も異なります。それでも、お互いを受け止める中で自然と各人の持ち味が発揮されていきました。開催前週には台風で打ち合わせが中止となり、通しのリハーサルができないというハプニングもありましたが、前夜に集まり企画の進行を実演。遠慮ない「ダメ出し」に大笑いしながら修正を重ねました。当日も、司会進行、受付、会場設営、照明、ドリンク担当まで、一人ひとりが役割を持ち、文字通り全員参加で支えました。会場のあちこちで誰かが動き、互いに声を掛け合いながら進行していく。103期のチーム力が発揮されたように思います。

幹事期関東代表の日下さんがよく口にしていたのは「とにかく楽しもう」。当日の挨拶では、静高伝統の「仮装」を思い出したとも語っていました。時に意見をぶつけながら一つのものをつくり上げ、最後には皆で笑い合う。「仮装」と同じく、幹事期の活動も、その過程そのものが強い記憶として残りました。

また、もう一つ印象に残ったのが、新しいつながりが生まれることです。高校時代に接点がなかった同期と新たな関係が始まり、先輩や後輩とも言葉を交わす。大人になった今、同窓生と新しい関係を築いていく。つながりとは、懐かしい関係を取り戻すだけではなく、時間や世代を越えて新しく生まれ、広がっていくものなのだと思います。

普段の生活の中で、母校を思う機会はそう多くないかもしれません。それでも、時を経て人と人を結び直し、新しい関係まで生み出してくれる。そこにも同窓会の価値があるのだと思います。そのきっかけを与えてくれた母校と、長くこの伝統をつないでくださった皆さまに、改めて感謝申し上げます。

目　次

3頁　講演後記　山本義徳（103期）　5頁　異業種交流会
7頁　希望の歌プロジェクト　倉沢千明（91期）
8頁　静高野球史を読んで　上田尚亮（79期）・100名城と一緒に巡る全国隠れ名城の旅　佐藤友男（102期）
9頁　連載「私の冒険人生②」松隈道雄（71期）
10頁　恩田脩布子さんの講演を聴講　鈴木忠善（91期）
11頁　Save Iwate　日下淳（92期）　12頁　GREEN EXPO 2027をご存じですか　見宮美早（107期）・地域医療を組成する服部智任（95期）　13頁　岳南球友会　松永啓（94期）

会長挨拶

84期　杉山 順一

ご紹介にあずかりました関東同窓会の杉山でございます。本日はお忙しい中、また鬱陶しい梅雨空の中、多くの皆さんにお集まりいただきまして、大変ありがたく思っております。また静岡から、遠方からも多くの同窓会幹部の皆さんにお越しいただきました。執行者を代表して御礼を申し上げます。ありがとうございます。

２０２８年11月に静岡高校は創立150年を迎えます。同窓会としてはこれを記念に体育館周辺の再開発、そして在校生の海外研修などいくつかのプランを考えました。ところが、築年数がかなり過ぎている体育館の改修工事について県教育委員会あるいは静岡市の担当課の方々にも何度も静岡高校にお運びいただいて意見交換をしていた最中に、県から、県立高校の絶対数を減らすという再編成の計画が出てまいりました。これにより静岡県にあります県立高校93校を60校位に減らすことになりました。県東部は３校を２校に、４校を３校にと新聞発表がなされ、直近ではいよいよ県央部、つまり静高のある辺りの学校の再編が発表されています。静岡西や清水南など、いくつかの学校が閉校になるようですけれども、静岡高校は幸い、単独で残ることが決まりました。

ただ、単独で残るということはある意味ありがたかったんですけれども、ではこれから30年、40年、静岡高校はどういう方向へ進んで行くのか、という大きな命題を県の方からもらっていまして、本日お越しの織田校長先生はじめ静岡高校の皆さんとフル回転で次世代の静岡高校の姿絵づくりというのを進めているところです。これが見えてきますと、我々同窓会もシンクロしながら、応援しながら、持ち場を決めていければ、というところが、今、静高同窓会としての立ち位置になろうかと思っています。

一方関東同窓会は今どんな状況かといいますと、これは後ほど事業報告・計画で縷縷お話しさせていただきますけれども、去年のこの総会で役員人事がありまして、一部色々なご事情からメンバーの入れ替えがございました。そして、理事の方も30名の理事枠を持っているんですけれども、昨年14名の100期以上の若手を登用させていただいたところです。100期以上というのは、私から見ればお若いということなんですが、実際そういうメンバーも含めて言わせていただくと、今、一番仕事で忙しい世代ということです。現在、年間に役員会を５回開いています。それから、理事会を４回開いていますが、これらを全部ネット会議にしました。ただ、皆でワイワイ言いながら杯を上げるというのもまた同窓会の醍醐味の一つなものですから、６つの会合を用意していまして、一つは今日お集まりの総会とこの後の懇親会、そして一つは年に２回あります異業種交流会、そして一つは、新春に企画しています新春のつどい、そして最後は、卒18の会と卒26の会です。そうした集まりを用意して、それはリアルに顔を見ながら、グラスを傾けながらという会をずっと続けています。

会報は年２回発行しておりまして、会報の送り先アドレスがわかっている方が、関東同窓会会員ベースで約３３００人。そして、ホームページが年間に７万件以上ヒットしているんですけれども、５月には初めて一か月で８万回を超える閲覧回数があったということで、ＷＥＢの方も皆さんのご尽力で広がりを持っているところです。今日は103期の皆さんのご配慮、ご尽力でこういう立派な会を開けたことを改めて感謝申し上げます。最後になりましたけれども、今日は皆さんにお運びいただいて本当にありがとうございました。心から御礼申し上げます。

議事報告

今回の第51回静中静高関東同窓会総会にて、一号議案である２０２５年度事業報告・決算報告・監査報告、二号議案である２０２６年度事業計画・予算計画の二議案について審議を行い、共に賛成多数により可決承認されました。













講演「人生100年時代を迎えて ～筋肉と栄養で手に入れる最高の健康～」

103期　山本　義徳

加齢による問題と、その改善法

加齢により、フレイル（虚弱）という状態になることがある。フレイルには肉体的フレイルと精神的フレイル、社会的フレイルがある。肉体的な衰えはわかりやすいが、頑固になったり物忘れが激しくなったりといった精神的衰えや、家族や友人と疎遠になって孤独になったりする社会的衰えは気づきにくい。しかしそのどれもが、筋肉を鍛えることによって予防・改善可能である。

筋トレは筋肉を増やすだけでなく、ＢＤＮＦという脳神経を増やす因子を活性化することが知られており、脳内ホルモンを活性化して、やる気や多幸感を出す作用が期待できる。

またジムに行くことで他者とのつながりができるし、家で運動するだけでも話題作りとなる。こうした作用すべてが加齢によっておこるフレイルを予防することにつながってくる。

また筋肉からは「マイオカイン」という物質が分泌され、それは認知機能を高め、抗がん作用を発揮するなど、さまざまな良い作用を持っている。免疫機能や心肺機能も高くなって、疲れにくいカラダを手に入れることができる。

筋トレの安全性と、筋発達のメカニズム

しかし高齢になると筋トレは危険ではないのか。また筋肉は高齢者でも増えるのか。安心してほしい。適切な方法でやることで、ケガをすることもなく、安全に行うことが可能である。平均90歳を対象にした研究でも、筋肉は増えていくことが判明している。

筋トレで筋肉が増えるメカニズムは？昔は「超回復」と言われていたが、今では「ストレス応答反応」によることがわかっている。ストレス（トレーニング）を受けると身体はそれに適応しようとして筋肉を増やしていく。ただしストレスが強すぎるとオーバートレーニングとなり、ケガを招いてしまうことがある。

すなわち、必要十分なストレスだけを与えればよい。それを安全に実現してくれる方法が、「アイソメトリクス」である。私たちが筋肉を動かすとき、曲げ伸ばししながら力を発揮する「アイソトニックス」と、長さを変えずに力を発揮する「アイソメトリクス」の二種類がある。いわゆる腕立て伏せやスクワットなどは、アイソトニックスである。一方でアイソメトリクスの代表となるのが、空気イスである。

筋トレの実際

では実際にやってみましょう！**膝に手をついて行う空気イスや、イスの両端を持って腰を浮かせるリバースプランク、カカトを上げてふくらはぎに力を入れるカーフレイズなどを実演。**同じ態勢で、「ちょっとキツいな」と思うまでキープしていくこと。今日、10秒できたら、明日は11秒、あさっては12秒というように、無理のない範囲で少しずつ時間を伸ばしていくようにしよう。それだけで十分に筋肉は発達するのである。

なお力を入れているときは、呼吸を止めないことが大事である。ゆっくりと息を吐いたり吸ったりすること。

タンパク質の重要性と、摂取方法

筋トレをやったら、今度は筋肉の材料を摂ることも大事。それがタンパク質。厚生労働省は「体重1kgあたり1g」のタンパク質を摂るように推奨している。体重60kgなら60g。一食で20gのタンパク質を摂る必要がある。肉や魚100gあたりに含まれるタンパク質は20g前後、ご飯茶碗1杯で5g前後のタンパク質が含まれるため、ご飯に加えて70～80g程度の肉や魚を毎食食べるようにしたい。なお卵は1個に6gのタンパク質。

タンパク質は量だけでなく質も大事。アミノ酸のバランスがタンパク質の質を決めるが、日本人の食生活ではイオウを含むアミノ酸が少ない。それを多く含むのが卵である。アミノ酸のバランスを整えてくれる卵を食べるようにしよう。なおコレステロールの問題は一切ないことが、最近の研究でも判明している。

タイミングとしては、朝食が一番大事である。「朝タンパク」をもっとも重視し、朝食がおろそかにならないようにすること。また咀嚼も大事なので、できるだけ「しっかり噛む」ように心がけよう。

サプリメントも積極的に摂るようにしたい。疲労回復にはクエン酸、アンチエイジングにはＮＭＮ、関節にはコラーゲンペプチドなどなど。

以上、講演要旨となります。講演後はＮＭＮの問い合わせが非常に多く、驚かされました。実際に使用して効果を体感されている方も多いようです。









懇親会

総会議事と講演会を終えると、会場であるホールを、会議形式から立食パーティ形式へ幹事期主導で模様替えが速やかに行われ、ものの見事に10分後には138期・大村修子さんによる乾杯音頭を皮切りに楽しい懇親会が始まりました。久しぶりに会う同期同士、または「はじめまして」と世代が同じ期で紹介しあったり、一年を通じて接点のある先輩後輩が、お互い元気な顔を合わせて交流が行われました。

ビールで喉を潤し、美味しい料理で胃袋も満たされつつあるなか、昭和平成時代を駆け抜けた世代には懐かしい『アメリカ横断ウルトラクイズ』（日本テレビ）のあのテーマソング「スタートレックのテーマ」が聞こえてきました。MCである幹事期3名、日下雄一郎さん、向田敏弘さん、山本義徳さんが、後方ドアから華々しく登場。「みんな～！甲子園へ行きたいか～！」の掛け声でクイズが始まりました。クイズは、講演者でもある山本義徳さんの監修によるもので、当日の講演内容をフォローするものでした。幹事期の皆さんは、参加者により楽しんでいただきたい思いから直近一か月、毎週対面で集まり、クイズ進行のシミュレーションを重ねたとのことでした。

会場にいる約180名の参加者は出題されたクイズの答えをスライドで提示された選択肢から、じゃんけんのグー・チョキ・パーで回答していきます。全部で8問。皆さんもやってみましょう！（回答は、P14事務通信を参照）

【問題1】
認知症の予防のために有効なのはどちらでしょう？
グー：パズルを解く
パー：積極的に人と話す

【問題2】
動脈硬化や高血圧を防ぐためには、減塩を意識したいもの。減塩のために最も有効な方法は次のうちどれでしょう？
グー：出汁やレモン汁等を使う
チョキ：水を足して味を薄める
パー：うまみ調味料を使う

【問題3】
健康に最もよいとされる一日の歩数は？
グー：5000歩
チョキ：7000歩
パー：10000歩

【問題4】
夜間のこむら返りを防ぐために有効なのは次のうちどちらでしょう？
グー：冷たい水
パー：常温の水

【問題5】
骨などの健康に欠かせないビタミンDですが、体内でビタミンDを合成するために最も有効な方法は次のうちどれでしょう？
グー：1日20～30分、日光を浴びる
チョキ：暗い部屋でしっかり睡眠をとる
パー：1日に1．5リットル以上の水を飲む

【問題6】
シニア世代が意識したいタンパク質。一食あたりで摂取したい目安は次のうちどれでしょう？
グー：卵1個分
チョキ：ステーキ80ｇ
パー：納豆1パック

【問題7】
食事のタンパク質を効率よく摂るためには、一緒にご飯などの炭水化物を摂った方がよい。これは本当か？
グー：本当
パー：うそ

【問題8】
コーヒーは健康に良いとされているが、飲み過ぎると脱水を引き起こしてしまう。これは本当か？
グー：本当
パー：うそ

8つの難問を勝ち抜けた栄えある10名の優勝者は次のとおりです。

85期　竹田徹さん
86期　成岡和美さん
86期　野口ひろみさん
90期　藤嶋善彦さん
91期　加藤政幸さん
93期　相田祥子さん
93期　日比谷優子さん
99期　尾高泉さん
101期　白井正博さん
132期　高山大佳さん

優勝した皆さんには、講演者である山本義徳さんの直筆サイン入り著作本が贈呈されました。













締めくくりは、いつもの応援歌で。
右・平山 真さん（103期應援指導部）
左・山本数馬さん（103期應援指導部）

業種・世代を超えた交流
異業種交流会
次回、第39回は1月開催

6月19日（金）の夜、高田馬場・ワイム貸会議室に41名が集いました。第38回のファーストスピーチは、元日本新聞博物館館長で、現在は日本ＮＩＥ学会常任理事をはじめ、新聞社のアドバイザーなど教育とメディアをつなぐ活動をされている99期・尾高泉氏。「ＳＮＳ時代の情報とメディアと私たち」と題し、一億総メディア化し生成ＡＩ活用も進むなか、社会はより民主的になるのか、分断が進むのか、私たちや次世代が健康で幸せになるための「メディア情報リテラシー」について、豊富な情報がまとめられたスライドと同時進行で、淀みないスピーチを30分間していただきました。


皆さん仕事等お忙しい中、各所から集合。空席なしの満員御礼で始まりました。

参加者の1／3が女性であり、男性の同窓生が圧倒的に多い静高の同窓会のイベントとしては、特徴ある回となりました。82期（79歳）～135期（26歳）までの幅広い年齢層であったこと、そしてそれぞれが仕事等で関わって来られた業界も範囲が広く多種多様であり、現代社会で生きている私たちにとって今回のテーマが、世代や生きる場所を選ばずに、いかに関心が高く身近なものであるかを物語りました。ファーストスピーチに続く参加者によるスピーチは、時間の関係でたっぷりお聞きすることはできませんでしたが、いろいろな現場でのＡＩ活用の様子も垣間見られたほか、それぞれの歩む道の紹介など、よい刺激の交換となりました。

続く「静岡の美味しいものガッツ」での懇親会は、ぎゅっとした空間にてほどよく全員が融合し、楽しい時間を共有しました。最後に校歌や応援歌を歌って梅雨の暑さを吹き飛ばし、お互いのパワーを分け合いました。


店内モニターでYouTube動画の応援歌を流してくださった市川店長（左上）。おかげで意気揚々と解散できました。

この講演で尾高氏は、ＳＮＳ時代に自分に情報が届く流通構造を理解することの必要性や、戦時中に新聞が、言論統制を受けた一方で国民の戦意を高揚させてしまった歴史から、正確で信頼できる情報や言論の自由、そして責任ある報道の重要性を話されました。（編集委員）

「ＳＮＳ時代の情報とメディアと私たち」



99期　尾高　泉

〈メディアリテラシーとは〉

大学で憲法を学び、新聞博物館の運営元でもある日本新聞協会で、民主主義の維持に必要な報道の自由を守るために様々な仕事をしてきました。戦争、災害、未知の感染症、経済危機、選挙と、人々の不安や不満を持つ情報は、いつもデマの元になり、人間関係の維持にうわさ話は不可欠です。しかし、不確かな情報は命に関わる。戦争中の新聞は、戦意高揚報道をしてしまいました。私たちにはもともと認知の特性にずれがあり、特にＳＮＳ時代の情報環境は、人々の民主的なつながりの良さ以上に、偽・誤情報や誹謗中傷の問題が深刻です。私は最近、学校教育とメディアをつなぐ活動を、私たち大人の社会教育にも広げなければならないと痛感しているところです。

ＳＮＳ社会の到来前、私たちは、「メディアリテラシー」を殆ど学んできませんでした。政治学などの分野では、客観的現実を、新聞やテレビ等のマスメディアから間接的に知る（象徴的現実）ことを通して、人々が頭の中で主観的現実を描くという「現実」の社会的構築構成モデルなどで説明されてきました。マスメディアが独占的に情報を伝えていた時代ですね。

現在は、ユネスコが定める「メディア情報リテラシー」の広義の概念として、「ニュース（ジャーナリズム）」「デジタル（情報技術）」「情報（図書館）」の各リテラシーの重なりを「メディアリテラシー」と呼んでいます。

〈あなたに情報が届く仕組み〉

全てのメディアメッセージは、誰かが構成したものです。ＳＮＳ社会の今は、マスメディアの報道を疑うことだけが、メディアリテラシーを養うことではなく、自分に情報が届く情報流通構造を知ること自体が、リテラシーです。私はテレビがうちにやってきた日を覚えている世代ですが、いまや、テレビはネット動画を見る大きなスクリーンで、番組のアーカイブをネットで見ることもできますね。新聞界は全体で、この十五年で部数が半減しました。

それでも、新聞界は１６０年、放送界は１００年、取材や編集・編成の技術、倫理の教育を受けた記者たちが今日も、ニュースを届けています。新聞社、放送局では、購読料や受信料、広告主からの広告収入等が、多大な取材・編集・発信コストを支えています。

１９９５年以降、新聞社もネット展開やデジタル版発行を始め、翌年にはYahoo!ニュースなどネットニュースにニュースを売って配信し始めました。ネットニュース企業は、マスメディアに配信料とアクセス数に応じた広告料を払っています。いまや、多くがXやインスタグラム、フェイスブック、TikTok、ユーチューブなどのＳＮＳ（会員制交流サイト）のプラットフォーム（ＰＦ）からニュースを得ています。そこで情報を媒介しているのは私たち。さらに、生成ＡＩがネット上の情報を学習して出典元を明らかにしないままに私たちの問いに応じるようになりました。検索しても、「ＡＩ要約」で済ませる人が増え、マスメディアやネットニュースの直接利用が減っています。大きな変化は、マスメディアの取材先の政治家や著名人らが直接自分のＳＮＳアカウントで発信し、それが私たちに届くまでの過程に、チェックがなく、偏りや偽・誤情報が混じることです。マスメディア側も、ネットで動画や音声、インフォグラフィクスでも伝え始めていますね。

四月に発表された電通総研とファクトチェックセンターの「情報インテグリティ調査」結果では、デジタル情報空間の特徴や構造に関わる概念の理解度で、「フィルターバブル、エコーチェンバーの説明ができる」と答えた人は一割未満でした。

テクノロジーが編集アルゴリズムや広告収益を駆動して、ニュースや広告の方から私たちを探して届けてきます。個々人の見ているSNSの中は、友人や同じ考えの人たちしかいない心地良い泡の中で、異論には出会わない。この「フィルターバブル」では、家族間でも見ている情報はバラバラ。人々は、いつでもどこでも、好きな気分で情報を得るようになり、文字より動画、しかも、「ショート」「切り抜き」動画のように、尺も短くなっています。私たちが差し出す大量の個人情報と広告収益がPFに集中し、刺激の強い投稿が表示回数を稼ぎ利益を得るアテンションエコノミー（関心経済）が加速しています。

その中に偽・誤情報が入り、発信元は僅かなアカウント数なのに、拡散して、情報汚染が広がります。日本は匿名での利用が多く、フィルターバブルの壁に、自分の声がはねかえり、自分が信じている情報が、多くの人に支持されているという錯覚（エコーチェンバー）に陥ります。誹謗中傷やプロパガンダが入っていくと、真実がどんどん蔑ろになり、共通の言論空間がなくなっていきます。こうして社会の分断が進み、選挙に影響を与えるようになっているのが、いま、世界でも日本でも起きていること、民主主義の危機です。

日本は偽・誤情報に弱い国。特に、メディアリテラシー教育を受けずにSNSを利用している50～60代の認識が低い。総務省の昨年の調査では、実際に偽・誤情報に接した人の5割は正しいと認識し、4人に1人は拡散していました。拡散された偽・誤情報の最多は、医療・健康情報でした。

〈偽・誤情報対策と私たち〉

偽・誤情報対策には、ファクトチェック、広告収益の流れを可視化して制御する仕組みづくり、メディアリテラシー教育などがあり、関係者が連携しています。ネット検索をすればするほど、偽・誤情報に近づくことも、米国の研究で分かっています。前述の電通総研等の調査では、「情報・ニュースの真偽を確かめたいとは思わない」人が3割以上もおり、意識が行動につながっていない。次期学習指導要領で学習の基盤となる予定の「情報活用能力」は、「学校で教えるべきだ」が60％超、「家庭で学ぶべきだ」が50％超でしたが、誰がどう教えますか。

情報流通構造を知るとともに、権力の監視や人権の尊重、災害報道、調査報道、提言報道、歴史の記録など、ジャーナリズムの役割を知ることが、私たちの命や豊かな生活・健康を守ることに直結します。その上で、情報の発信源、その根拠、関連の情報を自分から確認しましょう。小学校の国語の教科書でも執筆している白鴎大の下村健一特任教授は、情報を受け取る際の「ソウカナ」（ソ＝即断しない／ウ＝鵜呑みにしない／カ＝偏らない／ナ＝中だけ見ない）を説いています。新聞博物館の展示協力者でもあります。

時々、スマホから離れてみよう。紙の新聞からは、セレンディピティー（未知の物事と出会う偶然の幸せ）や、ネガティブ・ケイパビリティー（あいまいさに耐える力）を得ることができます。『他者の靴を履く』の著者・ブレイディみかこ氏は、昨年十月の毎日新聞の取材に、「（エンパシーに）必要なのは、（相手に寄り添う）気持ちではなく、経験や知識や情報だ」と応えています。異論が交わらない情報環境が、排外主義やポピュリズムを生みます。メディアリテラシーは、自分の身を守る刀というより、意見が異なるあなたと私も一緒に社会を作っていくという、社会的包摂への理解のもと身に着けていきたいものです。

第39回のご案内

日時：1月29日（金）18時半
場所：ワイム貸会議室 高田馬場
（参加申込み者に後日詳細案内）

ファーストスピーチ：望月誠氏
（91期）、テーマ**「未来の食と健康が変える世界 ― これから生まれる新しい産業と、私たちの仕事・暮らし ―」**

【望月誠氏プロフィール】
東北大学法学部卒業。2014年静岡県理事、2017年静岡県産業振興財団副理事長。現在、静岡県産業振興財団ウェルネス・フーズ産業支援センター長。

◆参加のお申込みはメールで、期・氏名、そして懇親会への参加／不参加をお知らせください。
shizukokanto@gmail.com

静高キャリアデザインツアーレポート

母校静高では、生徒たちが社会人や大学生との交流を通じて職業観を形成し、進路選択の足がかりとすることを目的として毎年夏休みを利用して「キャリアデザインツアー」が行われています。この名称となってから今年で4回目となる人気企画に、今年は93名の応募があったそうで、抽選により最終的に78名が参加しました。早朝、静岡をバス2台で出発して以降、ぎゅっと詰まった2日間のスケジュールでしたが、東京女子医科大学附属足立医療センターの見学や、東京大学模擬授業など、どのコンテンツについても生徒たちの満足度は非常に高かったとのことでした。

◆2026の日程
〈8月20日（木）〉
午前：東京女子医科大学附属足立医療センター　久保田有一副院長（108期）によるガイダンス
午後：住友商事キャリア教育支援事業「Mirai School」
夜：卒業生との交流会（宿舎：ホテルリステル新宿）

〈8月21日（金）〉
午前：東京大学模擬授業
午後：東京大学学生団体によるワークショップ並びにキャンパスツアー

第1日目の19時から宿舎で行われた卒業生との交流会は、生徒を5名程度の16グループに分け、各グループに一人ずつ卒業生が入って、どのようにキャリアを築いて来たのか、また大切にしてきたことは何かなどを話していただきました。1セット×20分を計4回、どのグループも、時間を余すことなく質問が飛び交っていました。



仕事もそれぞれ多忙な中、ホテルに駆けつけてから2時間ずっと生徒たちと向き合い、エネルギーを注いでくださった社会人の皆さんからは一様に、とても刺激になった、やってよかったとの感想が聞かれました。進路指導課の先生方をはじめ、母校静高が未来ある生徒たちを皆で育んでいこうという環境づくりが垣間見られました。

この交流会への参加協力にご興味のある会員の方は、ぜひ関東同窓会までご連絡ください。

（副会長　97期　中沢京子）

◆今回参加の社会人卒業生８名（敬称略）

102期　林教子　文部科学省　初等中等教育局教科書調査官
110期　志田裕美子　静岡冷蔵株式会社　取締役社長
110期　前田真吾　東京昭和医院統括院長
114期　佐藤香菜子　順天堂医院放射線科医
115期　谷川烈　ヤスダグループ取締役　常務執行役員
117期　宮坂正太郎　日本経済新聞社　政策報道ユニット政治・外交グループ部次長
120期　影山渓（株）INPEX Ichthys LNG Marketing Group
137期　渡辺俊介　公正取引委員会　事務総局　内閣府事務官

◆交流会についてのアンケート回答抜粋（静高進路指導課提供）

・時間が倍は欲しいくらいに会話も弾み、卒業生の方と貴重なお話ができたので良かったです。数人だけでなく、全員に話をお聞きしたかったです。とても重要な役職で働いている方のお話や、波乱万丈の人生についてのお話など、このツアーに参加しなければ絶対に聞けなかったであろう話を聞けました。
・先輩たちの素晴らしさに圧倒されることが多かったです。同じ静高出身であっても、多種多様なキャリアがあり、どんな経緯でどんな立場にいるのか、ということが本当にたくさんの種類があり、どの方のお話を聞くのも本当に楽しかったです。
・様々な立場の人の考え方や勉強のことについて知れてよかったです。細かい分野の勉強方法や勉強するときのモチベーション、社会人の方々のキャリアについて質問しながら、気になることを教えてもらいました。これらを参考にして、勉強していきたいです。
・自分が将来進みたい分野で働いている方がおり、非常にためになる時間を過ごすことができた。先輩との距離が非常に近く、また自分の周囲にその分野に携わる人がいないこともあり、個人的に疑問に思っていたことから些細なことまで質問することができ、とても有意義だった。いろんな職種の人に将来について聞けてよかった。

関東同窓会の皆様へ

母校で進路課長をしております、110期の久保田好則と申します。毎年、関東同窓会の皆様には、静高キャリアデザインツアーの実施に際し多大なるご協力をいただき、心より感謝申し上げます。特に「卒業生との交流会」は生徒たちに大変人気のある企画です。大学生から社会人まで幅広い年代の先輩方と、同窓生ならではの安心感の中で交流できることは、生徒にとって貴重な学びの機会となっています。先輩方の生き方や考え方に触れ、大きな刺激とエネルギーをいただいております。今後も静高ならではのこの企画を大切に継続してまいりますので、引き続きご支援のほどよろしくお願いいたします。

「希望の歌」プロジェクト

91期　倉沢 千明

今だからわかる。「希望の歌」は私の人生の応援歌。いま再び、友と心を繋ぎ高らかに謳おう。70歳の岳南健児の心意気を！

7月9日、下北沢の小さな教会。アラウンド古希の岳南健児18名が意気揚々と声を張り上げました。まずは神妙な面持ちで校歌を、続いて血湧き立つアレンジで希望の歌です。そして最後はお決まりの「フレッフレッ静高！」。応援指導は91期・増田佳之君、幾つになっても佳之君はカッコいい！ ピアノは90期・室伏正隆さん。音楽家の彼は30年ほど前に希望の歌を四部合唱に編曲してありました。今回は何とその楽譜を使って四部合唱です。四部合唱と言っても、オタマジャクシに慣れていない人は普通にメロディを歌う、慣れている人はハモる、という大雑把なものです。でもそこは静高生、ほぼぶっつけ本番にもかかわらず何となく合唱っぽくなるから不思議です。

91期は今年古希を迎えます。なぜ今、希望の歌なのでしょうか…

私事で恐縮ですが、私は声楽家の端くれとして細々と音楽活動を続けています。いつまで歌を歌えるか、病気になったら絶対無理、近年同期の友人から病気や連れ合いとの死別の話も度々耳にします。それに近頃の記憶力の低下といったら恐ろしや～。これからは老化や病気と立ち向かわざるを得ないお年頃です。

そんなある日、私は五月晴れの空を仰ぎながら、我知らず♪たく～ましーき～♪と心の中で歌いながら歩いていました。足取り軽く、心晴れ晴れ…この歌を歌うとなぜか元気になります。91期は甲子園準優勝を経験した世代です。野球の応援に夢中の日々でした。負けて悔しい時も希望の歌を歌って明日に向かう勇気を得た記憶があります。そういえば仲良しだったMちゃんも「仕事が上手くいかず落ち込むと、車の中で大声で希望の歌を歌って自分を励ました」って言っていたなあ。

〝今、この歌を歌いたい。青春の日々を共にした仲間たちと一緒に！ 今、老いに向かっていくこの時にこそ勇気を持って明日に向かおう。病床にいる友にも元気を届けたい！ そうだ‼ みんなで歌ってYouTubeにアップすれば自分でも繰り返し観られるし友達とも共有できる！〟

せっかちな私はその日のうちにあちこち連絡し、数日で話がまとまりました。「またあのおばさんだよ、今度は何をやろうっていうの？」という言外の冷やかしを感じながらも、友人達の賛同を得ることができました。応援指導部だった増田佳之君は静岡からの参加を約束してくれました。91期・中村みほさんは名古屋から、90期・秦野みね子さんは筑波からの参加、ありがたい！ 大学時代から合唱部で鳴らした91期・後藤洋君、増田薫君、市民オーケストラで活躍中の久保田亨君の参加は心強い。関東同窓会理事の91期・藤嶋善彦君は顔が広く95期の菊入弘行・みゆき御夫妻を誘ってくれました。二人は共に声楽を勉強中とのこと、これまた心強い！ 水泳部だった91期・市川浩次君と大森茂君は当初打ち上げ目的だったかもしれませんが（笑）立派に歌ってくれました。イベント大好き人間の91期・鈴木忠善君は欠かせない存在です。91期・伊藤義和君は撮影補助を引き受けてくれました。総勢18名。

さて、その出来栄えやいかに？ YouTubeをぜひご覧ください。



「静高希望の歌プロジェクト」で検索できます

いや、歌の出来不出来は問題ではありません。アラウンド古希の岳南健児、その今なお衰えぬ心意気を感じてください！ 青春を共にした仲間との再会を喜び、且つその場にいない友への熱き思い、特に病気や人生の困難にある友を想っての応援歌です。そのエネルギーを受け取って下さい。そしてお友達にもお届け下さい。自分も参加したかったな、と思ったそこのあなた、また数年後に一緒に歌いましょう。第２回「希望の歌」プロジェクトで！

静高野球史を読んで

79期野球部主将　上田 尚亮

松永啓氏（94期）著「静中静高野球史物語　岳南の球音（たまおと）」（静岡新聞社刊）がこの春発刊されました。

膨大な資料に基づき、足と努力で書かれたもので感謝申しあげます。130年の歴史ですから選手の汗と涙は大変な量でしょう。

現在の高校野球は私立校の活躍がほとんどで、公立校は影が薄くなっているなか、静高野球部は静中からの伝統のもと現高校野球界の一翼を担っています。

私の頃（79期）、金銭的にもグラウンド環境も、県下で一番恵まれていました。しかし、現在は合宿所はない、専用グラウンドではない、また指導者も教員でなければならないなど苦労もあります。

この本の79期のところに掲載されている話です。77期・石山氏が主将のとき、久しぶりに春の選抜に出ることになりました。優勝候補でした。野球部の先輩、故鈴木万平氏（36期、三共製薬社長、参議院議員）が壮行会をしてくれました。〝敵に勝つ〟ということで料亭「さの春」の料理人が調理してくれたビフテキとトンカツが出ました。その頃、ビフテキなど夢のまた夢、しかし食べつけないためなかなか食べられませんでした。トンカツは美味しくて3枚ぐらい食べました。その頃はまだ腹一杯食べられない時代でしたので、静高野球部に入ってよかったと思いました。しかし、甲子園では一回戦で負けてしまいました。テキにカツはずだったのに…。夏も壮行会をやってもらい、晴れの甲子園準優勝でした。

そのころは入学前でも野球部に入り練習に参加してもよい時代でした。上級生に「まだお客さん」と言われました。入学式前に新一年生も甲子園に連れて行ってくれました。その話に釣られて私は野球部に入ったのかも知れません。その時代はまだ新幹線はなく、国鉄の急行で行きました。

私も鈴木万平先輩のように後輩にご馳走できるようになりたいと思っていましたが…。

甲子園から帰って来て入学式が終わったら「（これからは）お客さんではなく、塵だ、スターダストだ」と2年生から言われました。その時は意味が分からなかった。それから厳しい上下関係が始まりました。

松永さんの本は全国高校野球界のどこにもないものです。私に静高野球部の一員であったことを感謝する気持ちにさせてくれる本です。特に旧制中学時代の記事は資料としても質、量とも稀なるものです。静高卒業生の皆様にも是非お読みいただきたい。松永さんありがとう！

尚、石山建一氏の尽力で野球殿堂博物館に収蔵されました。

100名城と一緒に巡る全国隠れ名城の旅

102期 佐藤 友男



小城小次郎として解説する筆者。勝間田城にて。

あるゲームアプリの調査によれば、2025年にお城ファンが実際に訪れたお城ランキングのトップは大坂城で、以下、松江城、松本城、姫路城、会津若松城…と続き、上位100城くらいまでは実際に日本城郭協会の「100名城・続100名城」に認定されている、文字通りの名城が並びます。ところが100名城を見てお城巡りに興味を抱いても、「次に巡るべき、いい城」を探そうとすると急にハードルが上がります。お城研究の第一人者やマニアが「いい城だよ」と紹介しているお城に行ってみると、駐車場がないどころか登り口さえ不明瞭だったりします。無理やり登れば確かに「いい城」が山の中に横たわっているのですが。いわゆる「お城ガチ勢」と、「天守ばかりがお城じゃない」と気づき始めた「お城ファン初心者」との間には、今も埋め難い大きな溝が存在しているような気がします。

そこで、お城ファン初心者の方でも安心して楽しめる100名城以外のお城を「隠れ名城」と定義しました。これまでに巡った2千を超えるお城の中から、

・100名城と一緒に巡れる
・駐車スペースで困らない
・藪を漕がない
・高い山に登らない

という要件に合致したお城を選び出し、北海道から沖縄まで全45コース、合わせて104城をオールカラーで紹介しています。ちなみに写真も全部自前です。

こんな本が書きたいと思っていた矢先、出演していたトークショーにたまたま居合わせた出版社の方からお声がけいただき、執筆の機会に恵まれたのは幸運でした。とはいえ本職はサラリーマンですから、執筆は夜間と休日に限定され、なかなか進みません。執筆の最中に静高関東同窓会50周年記念企画を一手に引き受けるというアクシデント（？）にも見舞われましたが、漸く刊行に至りました。



本書には、お城ファン初心者の方にも使っていただけそうなネタが満載です。たとえば表紙写真（上）の出羽丸岡城（山形県）は鶴ヶ岡城（続100名城）と一緒に巡れるお城で、ここにはかの有名な加藤清正の遺骨が眠っています。表紙写真（下）の日出城（大分県）は府内城（100名城）・角牟礼城（続100名城）と一緒に巡れるお城で、ここからは「リアルな人柱」と思われる鎧武者の人骨が発見されています。お城に興味のない同行者さんにお城巡りにつきあってもらうのはなかなか気が引けるものですが、こうした小ネタはきっと役立ちます。どうせ同行者さんは一言くらいしか聞いてくれないので、一言だけ用意できれば十分なわけです。

関東では「八王子城・滝山城周辺の深大寺城と片倉城」、「小田原城・石垣山城周辺の足柄城と河村城」などを紹介しています。静岡なら「駿府城・諏訪原城周辺の田中城、小山城、勝間田城」、「掛川城・高天神城周辺の横地城、横須賀城、久野城」という感じです。ちなみに静岡市の丸子城はお城マニアの間では全国的に知られた名城ですが、山が険しいので採用できませんでした（涙）。

お城の本なのに犬山城や松本城が出てこないという、なかなか大胆な本ではありますが、それだけに本書を通じて今まで全く知らなかったお城に出会えるチャンスが広がります。本書をお供に、ワンランク上の城旅に出かけてみませんか。

連載エッセイ

【私の冒険人生】第2回

「カイロ地下鉄、現場責任者」

71期　松隈　道雄

59歳、役員を退任した途端、宛てがわれたのは、社長室と隣り合わせの小さな部屋。回覧物といったら業界新聞くらい。朝来て1時間もすればやることがなくなってしまう。

隣の部屋からは、時折賑やかな声が聞こえて来る…ついこの間まで、あそこにいたのは自分だったのに…

これから先、何をしたらいいか思い悩んでいた時、3人の後輩がドアの隙間から顔だけ出して、「あのー、ちょっと、お願いがあるんですがー」と辺りを憚るように声をかけてきた。

彼らのお願いとは、カイロ市の地下鉄2号線用の電車のことだった。現地ではすでに搬入が始まっていて、引き渡したあと2年間は、私たちがエジプト人を教育して保守することになっている。

松隈さんには、この保守チームを束ねるマネージャーになって欲しい、というのだ。

私が電車の保守なんかやったことがないと言うと、そのために、関西の大手私鉄にお願いしてベテランのKさんをお迎えしている。車両メーカーからは、カイロ勤務が長いIさんが入って下さるので心配ない、と。

私がなおも現場管理の経験者なら他にもいるだろうと訊くと、そういう人は英語が喋れないので、ここは是非松隈さんにお願いしたい、と。

さあ、自分のような素人に、海外現場のマネージャーがちゃんと務まるんだろうか…と尚も迷っていると、心のどこかで、もう一人の自分が、「あんた、この部屋から出られるならどんな仕事でもやるって言ってたじゃないか」と言う声に、はっとして、もう2階から飛び降りる覚悟でOKした。

出発までたった1か月、日本チームの顔合わせをしたあとは、カイロで自炊するための準備がやっとだった。

1996年8月、カイロ市の場末にある地下鉄2号線の車両基地は、まだ建設中で、資材が散乱し、ブルドーザーがうなりをあげていた。

事務所の前には雇ったばかりの200人近いお兄さんたちがたむろしていて、私が姿を見せると、どこで聞いたのか、あちこちから、「オー、ミスターマツクーマ、ウェルカム、マックーマ」と大歓迎だった。

このサンダル履きで陽気なお兄さんたちに電車の検査や修理手順を教えることになった。

ところが作業を始めてみると、通常なら基地に用意されているはずの一般工具や副資材（ドライバー、スパナ、洗剤、テープ、針金など）がないことに気付き、仲間と手分けをして専門店街に買いに行った。

折角購入した工具も、ちょっと目を離すとすぐなくなってしまう有様だった。

事務所はというと、頻繁に停電するので、その都度電話、コピー機、パソコンがダウン、トイレは水洗が効かないので汚物が溜まってひどい臭気、エアコンがない部屋は窓を開けると騒音、砂埃、ハエが一斉に飛び込んできた。

教え始めて2週間くらい経った頃、本部から、明後日開業するので電車をきれいにしておけ、と告げられた。

掃除をするのは俺たちの仕事ではないというお兄さんたちを説得し、バケツや箒を買いに行かせ、電車が基地に戻ってくるのを待っていたが、どの電車も訓練運転に使われていて、戻ってきたのは夜半過ぎだった。

特別手当を渡していたお兄さんたちは待ちくたびれて帰ってしまい、深夜、日本人だけで掃除する羽目になった。それにしてもエジプト（漢字名：埃及国）の砂埃はひどかった。

華々しい開業だったが、満員で乗り切れない乗客が閉まりかけたドアをこじ開けようとするので、ドアの合わせ目のゴムが固定金具ごと外れてしまう、つり革がねじ切られる、フロントガラスは沿線住民の投石で割られてしまう…

厄介だったのは、電車のブレーキが度々故障し（一旦かかったブレーキが緩まなくなり）本線上で立ち往生してしまうことだった。

地下鉄内は立ち入り禁止なので、ブレーキがかかった電車は基地まで引きずってくるのだが、車輪は当然手でさわれないくらい熱くなり、表面が抉れ、最悪、ポイントを壊して脱線する危険さえあった。

日本が超円高の時代、海外から部品を安く買えたことと引き換えに、安物買いのつけを払わされているわけで、これが日本だったら、鉄道会社から、こんな電車は受け取れない、持って帰れと言われ、間違いなく出入り差し止めになっていただろう。

故障した電車の修理が追い付かず（まともに動ける電車が足りなくなり）、翌日の営業にどの電車を出したらいいか、毎晩ぎりぎりの選択を迫られた。

帰宅はいつも夜半過ぎ、それでも食事はきちんと作って食べるようにした。また朝は朝で食事のあとお弁当を作り、魔法瓶にお茶をいっぱい入れて出勤した。基地は頻繁に停電し断水するので。

私はそれまで何回か海外に出ていたので、英語はまあまあと思っていたが、現場仕事を始めてすぐ、専門用語（語彙）が足りないだけでなく、会話力、特に現場で相手に説明、説得する話力が欠けていたことに気付いた。

何とかしなければ、と思ったが、電車の故障修理に明け暮れていた間はそれどころではなかった。

開業後3カ月ぐらい経って、通常業務はエジプト人だけでこなせるようになったので、懸案の英語力アップに着手した。

とりあえず、身近で目にする書きもの（仕様書、議事録、レター）や、周りで飛び交っている会話の中から、〈なるほど〉と思った英語を、にわか作りの用語表（Excel）に片っ端から書き込んでいった。〈見る、聞く〉だけではすぐ忘れてしまうので。

この時のエジプトが、その後20年続く海外活動の初舞台になっていたのだが、そうと知るのはずっとあとのことである。



地下鉄2号線車両基地

「久保田万太郎の恋 ―多面体の俳句」聴講記録

芥川の通説を剥がす ～恩田侑布子さんの講演を聞いて～

91期　鈴木　忠善

これは２０２６年8月16日に有楽町のよみうりホールで開催された、日本近代文学館主催「夏の文学教室　響き合うことば－近代文学と詩歌」の聴講記録です。

詩人の小池昌代さんと小説家の高橋源一郎さんに挟まって91期の恩田侑布子さんが登壇しました。演題は「久保田万太郎の恋－多面体の俳句」。

この日は、恩田さんが俳句を指導している早稲田松の会・花の会約20名、櫟俳句会6名のほか、川面忠男さん（75期）、八牧浩行さん（82期）、金森文孝さん（88期）、島田淳さん・見原万智子さん（95期）、林教子さん（102期）が聴講しました。



それでは、本題に入ります。なお講演内容は、レジュメをベースに、『久保田万太郎俳句集』『星を見る人』で恩田さん自身が解説している文章も引用させていただき、記すこととします（引用箇所ゴシック体）。

まず、演題の「久保田万太郎の恋－多面体の俳句」とある「恋」についてでありますが、確かに久保田万太郎は恋多き人であったようです。しかし、その「恋人」とは生身の人間を指すのではなく「俳句」を恋人とした、と恩田さんは『久保田万太郎俳句集』の中で述べています。以下は同俳句集の中にある解説文の一節です。

万太郎は中学時代から二十年余の句業をげんみつな篩（ふるい）にかけた『道芝』を上梓して腹をくくりました。俳句を生涯の「恋人」としたのです。本妻は、小説、随筆、紀行、劇作、戯曲翻案、脚色演出とずいぶん太っ腹でした。

そして「多面体」についてですが、まずは恩田さんが講演で配られたレジュメの順番に沿って美術的な面からみていきましょう。

病む

枯野はも縁の下までつゞきをり

・一九六〇年代～アメリカに生まれた美術、ミニマル・アート

・一九三〇年代～万太郎の日本版ミニマル・アートの傑作

〈旅に病んで夢は枯野をかけ廻る〉芭蕉の本歌はうねり輻輳するストーリー性であり、万太郎の句は対照的なミニマル（最小限）な光景を表している。

名月のたかゞ～ふけてしまひけり

口調が簡明であるぶん、どこか空恐ろしい。雲も梢も軒も屋根も、取り合わせはなにもない。「名月」の一句一章である。

次は音楽的な面を見ていきましょう。

ふりしきる雨となりにけり螢籠

「に」一字の字余りの奇跡―音楽でいう「テヌート（十分に音を保つ）」

香水の香のそこはかとなき嘆き

・妖しい霞のような句誇りの調べ

・音楽用語でいう「シンコペーション（強拍の位置が移動したもの）」

向こう岸に置き去る「嘆き」三音

・句末のピアニシモの効果

・眼耳鼻舌身の五感の繊細・芳醇。

では次に、その他の面についてみてみましょう。

次の句は、「万太郎―歴史的社会的にブレない認識力。人間の根の深さ」と説明されているものです。

うちてしやまむうちてしやまむ心凍つ

「撃ちてし止まむ（うちてしやまむ）」は、**敵を完全に打ち破るまで戦いを決してやめないという意味の、太平洋戦争中の日本で使われた戦意高揚のスローガンですが、それに対し「心凍つ」と続けたところが、時代の狂気に呑み込まれない、冷静な自己認識である。**

次は「素顔―生身の寒さ」という表題の中で紹介されていた俳句。

竹馬やいろはにほへとちりぐ～に

これは、古（いにしえびと）人の愛した「襲（かさね）」のよう（かさねは「重ね」の意）。一枚目は竹馬の子らが散らばって遊ぶさま。二枚目は冬の夕暮れに三々五々家へ帰りゆくさま。三枚目はその後の人生行路にゆくえ知れずになった竹馬の友への思慕。四枚目は「色はにほへど散ちりぬるを」の「いろはうた」の無常観である。

そして昭和三十七年、万太郎七十三歳の句です。

鮫鰊もわが身の業も煮ゆるかな

・厳しい逝去年の自画像。天晴（あっぱれ）な慚愧（ざんき）。

・政治、経済、社会、文学の分断化の時代―万太郎の恋した俳句が多面体だったのは、作者、万太郎がホリスティックに、全人的に生きた証左。

・万太郎は五七五に身をやつして、俳句という一筋の恋に生きた。俳句で書いた、うそも隠しもない一編の自伝小説。ひと巻きの絵巻物『久保田万太郎俳句集』。やまとことばの色、つや、テリ、匂い、を分かち合うよろこび。

このように恩田さんは、新たに久保田万太郎を俳句文芸における日本の「やつしの美の大成者」、と位置付けることによって、芥川龍之介の名づけた「嘆かひの俳人」という従来のレッテル化した通説を剥がし、講演を結んでいます。

終演後、恩田さんを囲み、櫟俳句会や同窓生の数人で食事を共にいたしました。

そこで私は講演を聞くにあたり『余白の祭』を読んで予習したことを恩田さんに話し、次のような感想を伝えました。

「びっくりしたのは知らない人物・聞いたことのない言葉・読めない漢字がいっぱい出てくることです。たとえば『余白の祭』の128ページですが、

・**イタロ・カルヴィーノの「見えない都市」**

・**アントニー・ゴームリの彫刻作品**

・**森岡正博は「無痛化社会」とこれを呼ぶ。では、現実の痛痒のないところでもてあそばれる俳句とは、いったい何ものだろうか。**

この痛痒をなんと読むのかわからず、インターネットで調べましたよ。自分とおない年で同じ高校と大学もでているのに、とんでもない博識の持ち主の登場に、キェルケゴールの『恐れとおののき』という言葉が頭に浮かんできたのですよ」と。

本人曰く「静高時代は受験勉強そっちのけで本ばかり読んでいたから」とのことですが、その十代から今に至るまでの膨大な読書量によって、数々の賞を受賞した著作物が成り立っているものと拝察した次第です。

【恩田侑布子さんの略歴】
俳人・文芸評論家。早稲田大学第一文学部卒。国際交流基金の援助で、パリ日本文化会館客員教授としてコレージュ・ド・フランスなどフランス講演６回。岩波文庫『久保田万太郎俳句集』編纂・解説。句集『イワンの馬鹿の恋』他多数。評論集『渾沌の恋人（ラマン）』『星を見る人』他。評論集『余白の祭』により第23回Bunkamuraドゥマゴ文学賞（2013年）、句集『夢洗ひ』により第67回芸術選奨文部科学大臣賞（2016年）、第72回現代俳句協会賞（2017年）。第9回桂信子賞（2018年）受賞。

岩手の山中で樹皮を採取
かごの材料集めを手伝い
震災15年、ツアーで多くを経験

92期　日下　淳

静高ＯＢ・ＯＧの有志による岩手ツアーを今年も６月27－28日に開催した。現地で震災復興の活動を展開するSave Iwate（代表92期寺井良夫氏）の陣中見舞いを兼ねた訪問で、87－94期の10人が参加した。東日本震災から15年、ツアーを始めて12年。復興を取り巻く環境も変わる中、今年も様々な体験をした。

ツアー直前の６月25日、岩手県沖を震源とする地震があり、青森県八戸市などで震度６弱を記録した。盛岡市周辺への影響は限定的だったため訪問は予定通り進めたが、東北地方や日本が地震と隣り合わせにある現実を改めて認識した。

◇　◇　◇

初日の訪問地は、盛岡市中心部から北東に30キロほど入った北上山地の一角。カラマツなどの森に山ぶどうが自生している場所だ。Save Iwate は山ぶどうを採取して樹皮を剥き、手提げかごなど工芸品の材料にしている。そんな作業の手伝いをした。

山ぶどうの樹皮が上手く剥ける時期は、一年のうちでも６月下旬－７月初旬のみ。現地では、寺井氏がカラマツなどの木に梯子を立て掛けて数メートル昇り、巻き付いた山ぶどうを手のこなどで切断。落ちて来た山ぶどうを参加者が集め、カッターなどを使って樹皮を剥いた。作業を行う足元は傾斜角10度以上はあろうかという斜面。古希も近い参加者には、結構きつい作業だった。


はしごをかけて山ぶどうのツルを伐採


採取した樹皮を前に集合写真

作業はSave Iwate のスタッフ４人も一緒だった。うち２人は、三陸海岸沿いの山田町や大槌町で被災し、その後盛岡に移り住んだ方々だった。山や森の話から子供時代の話題まで、和気あいあいと話をしながら作業を進めた。午後３時になると、「クマが動く時間になるから」と切り上げた。

くるみや山ぶどうのかご作りは、Save Iwate が震災直後から続ける活動で、復興ぞうきんなどの事業と共に「復興への手しごと」と位置付けている。販売収益になるほか、被災者などがモノづくりを楽しむ機会にもなっているという。現在つくり手は約10人で、年間約１００個のかごを作成している。

製作数を上回る需要があるが、樹皮の確保がボトルネックになっているという。スタッフの高齢化などで、山に入れる人数が減っているのも課題だ。静高関係者の手伝いも含め、週末の作業で山ぶどうの樹皮の年間使用量の三分の一程度を収集できたといい、ツアー参加者は「少しでも役に立ったのなら嬉しい」と語り合った。

◇　◇　◇

翌日、〝寺井先生〟の指導でくるみの樹皮を使った小かご作りに挑戦した。木枠を使い、幅８ミリ程度に切りそろえたくるみの樹皮を編み上げていく。編み方の順番を間違わず、隙間なく仕上げるのが意外に難しい。参加者は３時間ほどかけて、一片８センチほどの小かごを編み上げた。


くるみの樹皮で小かご作りに挑戦

最後に盛岡市中心部から北方約20キロの渋民地区に昨年オープンした道の駅もりおか渋民「たみっと」を訪れた。施設内にはSave Iwate の店舗「胡桃匠店」もあり、くるみや山ぶどうのかごも販売していた。


道の駅に開設した Save Iwate の店舗で
はくるみや山ぶどうのかごを販売


道の駅「たみっと」から望む姫神山

店舗の前からは東方に姫神山、西方に岩手山の雄大な景色が見え、爽快な気分になった。道の駅には家族連れも多く、子供たちの元気な声が晴天下に響いていた。

震災から15年の歳月、Save Iwate の幅広い活動、高齢化などの課題、災害と隣り合せの現実、スタッフの方々の元気な姿、そしてクマ問題に直面する日常―現地では様々な現実を見聞し、肌感覚としてとらえ、参加者間で話し込んだ。

◇　◇　◇

ツアーの翌々日、寺井氏から「新幹線で能登に移動中」とのLINE連絡が入った。能登の被災地でかご作りの講習をするためという。Save Iwate は２０２４年の能登地震直後から現地を何度も訪問し、復興支援に携わっている。被災地間の横の繋がりを改めて認識した。

年内には鎌倉の建長寺で、Save Iwate も運営に関わる岩手県の神楽公演があり、静高ＯＢ・ＯＧ有志も９月以降、お手伝いの連絡・調整に動いた。

震災から15年、Save Iwate を通じ被災地に関わり、復興や防災、人々の絆などについて多くのことを学んだ。同時に期を超えた静高ＯＢ・ＯＧの交流を深めることができ、同窓会の意義を改めて感じたりしている。


北上山地の宿泊地で手作り料理の
懇親。期を超えた交流を深めた。

GREEN×EXPO 2027をご存じですか？

GREEN×EXPO協会サステナビリティ推進部長　107期　見宮美早



気候変動枠組み条約 COP30登壇@ブラジル

国際協力機構（JICA）に就職後、アフリカやアジアでの勤務を含め、地球環境問題やサステナビリティに関わってきました。ご縁があり、昨年4月から公益社団法人2027年国際園芸博覧会協会（GREEN×EXPO協会）に出向しています。

博覧会と聞くと、昨年の大阪・関西万博を思い浮かべる方も多いでしょう。その次に日本で開催される国際博覧会が、2027年3月から9月にかけて神奈川県横浜市で開催される「GREEN×EXPO 2027」です。1990年の国際花と緑の博覧会（大阪花博）以来37年ぶりとなる最上位の国際園芸博覧会で、70を超える国・国際機関の参加と1000万人以上の来場を見込んでいます。

テーマは「幸せを創る明日の風景」です。花や緑を楽しむだけでなく、気候変動や生物多様性、食や農、循環型社会など、私たちの暮らしと未来を考える国際イベントです。静岡での認知度はまだ高いとは言えませんが、静岡県・市、浜松市、富士市も参画を予定しています。

サステナビリティは「見識」

協会では、サステナビリティの推進を担当しています。近年、オリンピックやワールドカップ、万博といった大規模イベントでは、環境負荷の低減や人権への配慮、地域社会との共生が必須です。GREEN×EXPO 2027でも、国際園芸博覧会として初めてISO20121（持続可能なイベント運営）の認証を取得し、気候変動対策、生物多様性保全、資源循環などに取組んでいます。

JICAでの経験を通じて、私はサステナビリティとは単なる理想論ではなく、「見識」だと考えています。知識として知っているだけでなく、学び、考え、判断し、その結果を行動につなげること。その積み重ねが持続可能な社会をつくるのだと思います。GREEN×EXPO 2027がその一つの機運となるように、挑戦の連続です。

みんなで創り上げるEXPO

GREEN×EXPO 2027では、会場そのものが未来社会の実証の場となります。プラスチック使用削減や資源循環、大阪・関西万博の資材リユース、植物由来素材を活用したユニフォーム着用後の堆肥化など、さまざまな実証的な取組が展開される予定です。

また、私自身、アクセシビリティの向上や女性活躍推進にも取組み、障がいの有無や年齢、国籍などにかかわらず、誰もが楽しめる空間づくりを目指しています。万博の醍醐味はワクワクしたり、感嘆したり、愉しむことです。多様な人々が集い、ともに未来を考え、行動するきっかけを生み出すこと。それこそが、この博覧会が残す最大のレガシーだと期待しています。

2027年、横浜で静高出身の皆さまとお会いできること、また、新たなご縁とつながりが生まれることを願っています。

GREEN EXPO 2027　開催概要

◆名称
2027年国際園芸博覧会

◆開催場所
神奈川県横浜市（旧上瀬谷通信施設）

◆開催期間
2027年3月19日（金）～2027年9月26日（日）

◆博覧会区域
約100 ha（内、会場区域80 ha）

◆参加者数
有料来場者数　1000万人

◆参加国・国際機関
75以上の国・機関（予定）

◆テーマ
幸せを創る明日の風景
Scenery of the Future for Happiness

◆詳細は左記公式サイトをご覧ください。
https://expo2027yokohama.or.jp/
インスタグラム、フェイスブック、Xでも情報を発信しています。

同期生インタビュー　地域医療・福祉を組成する

95期・服部　智任さん
インタビュー・文責：島田　淳

今年の7月4日、第51回関東同窓会総会に「彼」は少し遅れてやって来た。「午前中に訪問診療があったのでそれが終わってから駆け付けた」との事。「彼」は大病院の院長だったはず。土曜日に訪問診療とは。この話に興味をそそられ、同期生のインタビューを実施した。そこで教えてもらったのは、医療社会学とも言うべき日本の医療の現状分析と、その課題に取り組む現役の医師であり医療法人経営者が地域医療体制構築を目指す姿だった。

「彼」こと服部智任君（95期）は「海老名総合病院」の名誉院長（前院長）であり、現在は神奈川県では初めて厚生労働省に認定された地域医療連携推進法人「さがみメディカルパートナーズ」（参加22施設）の代表理事に就いている。

（注）地域医療連携推進法人：地域の医療機関や介護施設が連携し、効率的で質の高い医療を提供するために都道府県知事の認定を受けて設立する一般社団法人。2017年制度発足。今年4月1日現在、全国で63法人が認定済。

また服部君は過疎地に認定されている下田市でも地域の中核病院である「下田メディカルセンター」で地域医療に携わっている。彼が医療環境で危惧するのは、「大都市、地方それぞれの課題」「従来のやり方ではその課題に対応できない」という点である。大都市では「高齢者増加と医療需要拡大」、地方では「人口は縮小するが医療需要は残る」という相反する性質の課題がある。そして日本の人口に占める65歳以上の人口の比率は、2025年の30％から2060年には40％という「超絶高齢社会」とでも言うべき状況になると推計される。「人口は減少するが、高齢者の比率は高まる」という社会が近づいているのだ。病院経営上の課題も大きい。静岡市エリアを支える主要な公的病院に対して、県と市から毎年100億円を超える公的資金が投入されている。「①質の高い医療サービスを、②近くで、③少ない費用負担で」という3つの要素は、もう並立し難い状況になっている。

「じゃあ、どうすりゃいいだよ」と筆者は聞いた。彼は東京から下田に移住してきた患者さんとの会話を話してくれた。「東京の方が高度な医療を受けやすいのでは？」という彼の問いに対してその患者さんは答えた。「医療だけ見ればそうだけど、自分は今後の人生を海の近くで過ごしたいからここに移住した。ここでも今の自分に必要な医療は受けられる」と。「その患者さんは『自分がどういう人生を生きたいか』を一番大切な事と考えた。そしてそれが実現できる場所でどのような医療・福祉サービスを受けられるか

を調べるのがいいと思う。」「それは厚生労働省が『人生会議』という名称で推進している政策でもある。」と彼は説明してくれた。

ここで、共同インタビュアーで関東同窓会報編集委員の見原万智子さん（95期）が自身の興味深い事例を紹介してくれた。静岡県下に住んでいた彼女の義父がまだ元気なうちから、子ども達が居住地の「地域包括支援センター」への相談をはじめ、医療・介護・老人クラブなどの状況を調べて回ったのだそうだ。それを本人にフィードバックして、「自分はどこでどういう人生を送りたいか」を本人と家族が自然に共有できたとの事。この話を聞いた服部君は、「そう！そういう事なんです」と賛同した。さらに見原さんの義母もこの時収集した情報を基に、後日自分の生活拠点を東京に移し、更に「やっぱり地元がいい」と静岡に戻られたと言う。

服部君は言った。「見原さんのお話にはとても重要な事が二つあります。一つ目はお義父さんがまだ元気なうちに『早くから』情報収集を始めた事。切羽詰まってからでは十分な情報収集ができない場合があります。二つ目は『決めた事は後で変えてもいい』という事です。」自分の人生にとって大切な事は何か、を基準に生活拠点・医療・福祉を考える事が大切なのであって、後で変更しても全く問題はない。見原さんのお義母さんは、医療・福祉情報を十分集めた上で決めているので素晴らしい事例だとの事。筆者は、95期同士でこんなに深い会話ができる素晴らしさに感嘆した。

彼は、自分がやろうとしている事は厚生労働省の「地域包括ケアシステム」の考え方に基づいていると説明してくれた。「概ね30分以内に医療・介護・生活支援・介護予防サービスにアクセスできる」地域の仕組みづくりとの事。それは、日本全国均一のサービスではなく、それぞれの地域で考えていくものであり、自分はそのために地域の医療・介護施設と共同でリソースの有効利用を図っていると。そして「これからの医師は『文系』がわからないといけないと思う。患者さんが『死ぬ間際にハッピーな気持ちでいられるか』を一緒に考えられるように。」と彼は話を結んだ。

実は、筆者は静高在学中に服部君と話をした事は無い。見原さんも同様である。三人が知り合ったのは95期が2017年の関東同窓会総会幹事を担当した時である。同じ学び舎に居た頃にはできなかった話を、お互いの人生が深まった今だからこそする事ができる。同窓会ならではの喜びである。



服部智任君。同窓会総会では受付を担当してくれた気さくな好漢

優勝百年の秋に、二百年目の再出発を願う

岳南球友会　94期　松永　啓

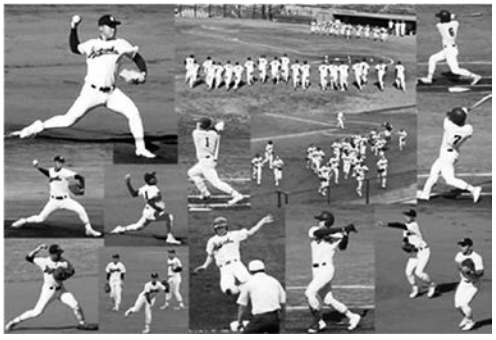
全国制覇百年目の今夏県大会は、強力と見られた本校が、準々決勝の加藤学園戦で、十一安打を放つも次塁が遠く、粘投するも守備の綻びから痛打され「自滅」とも評され二対七で敗れた。聖隷クリストファーや常葉大菊川等が優れた野球で覇を競った。この静高野球の危機は、必然と偶然の要因が重なったと思われ、同窓会報では推論しないが、ここ数年間、明らかな傾向は、普段の練習試合では極めて成績が良く立派だが、同時に、かつては当然だった野球部ＯＢの練習参加がごく一部に留まり、百年前や五十年前には通例だった「先輩チームと試合が出来る程の世代を超えた静高野球」が影を潜め、所謂「学校の部活動」の性格が強まったことだ。

十四期生の加藤周蔵監督は、常に多数のＯＢや支援者を集め、静中野球を精強にする集団戦略の天才だった。昭和の野島譲監督は日々多くの野球部ＯＢや市民ファンと語り合い共に闘った。ところが、今は学校の部活で、周囲の者は口も手も出さない。ネット裏は平穏和やかで、シゴキは勿論ヤジも無い。正に文科省推薦のような優等生と良民による「豊かなる恵みの里」だ。多くの先生方の暖かいご指導に囲まれ、幸せで善いことだが、素質に恵まれた静高球児は常に真面目に修練し、二十三年間、夏の甲子園で一勝ができず、毎夏「よくやった。努力を讃える」と言われた。それは、誰の責任でもなく、現代の私達の姿勢の総和がもたらしたと思う。これに対し、例えば健大高崎の岩井由來二塁手は、七七期石山建一レジェンドの高崎中央ポニーズ以来の教え子で、今夏聖地で大活躍した。石山さんは、来年度早大監督に決まった足立修氏のプリンスホテル時代の恩師として、今や早大野球部の総帥であり、同時に長野県立屋代や兵庫県立加古川西、私立狭山ヶ丘等の目覚ましい成長躍進を陣頭でコーチしている。九月の日経「私の履歴書」で岡田彰布氏が石山早大監督との思い出を連日述べたのは、岡田氏が指導者の真髄を世に示したに他ならない。

明治期以来、わが国の公立学生野球を牽引してきた本校は、今、来し方行く末に思いを致し、進むべき道を原点から模索し、石山さんはじめ優れた新旧のＯＢに学び、再出発すべきではないか。

秋の公式戦は、十四対一焼津水産、七対〇常葉大橘、一対〇東海大翔洋と進み、県大会で九対一桐陽、四対三聖クリ（タイブレーク十一回裏逆転サヨナラ）で、同校に初勝利した翌日、一対四日大三島と完敗した。連日力投の鈴木琥大郎投手や、バットに当たれば水野白鳥級の平野光星捕手（九十期植松精一中堅手の本塁打記録に近づくペース）等は、県のベストエイトが実力？ではないだろう。

応援指導部は夏秋の全公式戦で内野席の球友市民ファンも指揮する大応援を見事に繰り広げており、この点と陸上部などが今、全国水準の部活動に見える。創部百三十年、全国優勝百年の野球部が、果たして再び国民の聖地に帰り咲くことができるのか。野球部ＯＢと同窓生・球友の総合力が「学校の良き部活動」に、今一度、天下に輝く「たくましき栄光」をもたらすことを信じたい。



2026年秋、チームの投攻守の潜在能力は高い



応援指導部が球友市民も指揮してくれる

新春のつどいご案内
2月13日13時から

会員全員が参加可能な懇親会「新春のつどい」を開催します。

昨年度は各期幹事の方々が中心でしたが、今年度は誰でも参加可能な懇親会として開催します。ぜひお気軽にお申込みください。

【開催概要】

日時：2027年2月13日（土）13時～15時（開場12時半）

会場：N9Y Butcher's Grill New York 銀座店

会費：6000円の予定

◎プロジェクター付き120名収容可能なホールであり、貸切（最低40名）が可能となれば校歌や逍遥歌も合唱します。

【申込みはWEBかFAX】

貸切予約の都合上、**1月29日（金）**締切にご協力をお願いします。



会場HP・住所：https://n9y.jp/shop/ginza/
東京都中央区銀座2-6-8 日本生命銀座ビルB1

（1）Googleフォームで申込み

左のQRコードから、専用フォームに入力し、送信してください。

新春のつどい
参加申込フォーム

（2）メール・FAX

①期②氏名③連絡先（メールアドレスか電話番号）をお知らせください。

【メール】shizukokanto@gmail.com
【FAX】03（5217）0301
（副会長　94期　菜原千朗）

事務通信

静高卒業生の『東京からこんにちは』記事をHPにコレクション

東京在住の静岡出身者からの郷里への提言が、静岡商工会議所HP内の「東京からこんにちは」というコーナーにて公開されています。静岡商工会議所が毎月発行している広報紙「Sing」に、フリーライター・長田義明氏がインタビュアーとなり執筆をしているコーナーです。関東同窓会では、執筆者と静岡商工会議所より許可を得て、その中の静高同窓生の回のリンクを、関東同窓会のホームページにまとめています。これまで73名が掲載されています。ぜひご覧ください。

（副会長　96期　大澤　理）

【閲覧方法】

関東同窓会ホームページ→メニューバー→東京からこんにちは

静中静高
関東同窓会
ホームページ

〈最近の掲載例を紹介〉



2026年8月号・99期　稲葉克哉さん



2026年7月号・114期　佐藤香菜子さん



2026年6月号・128期　高階隼さん

クイズ（P4）の答え

A1 パー　積極的に人と話す
A2 グー　出汁やレモンを使う
A3 チョキ　7000歩
A4 パー　常温の水
A5 グー　一日20～30分日光を浴びる
A6 チョキ　ステーキ80g
A7 グー　本当
A8 パー　うそ

お引越しされたら

ホームページの「お問い合わせ」にある住所変更フォームがおかげさまで活用されています。コメント欄がありますので、様々なご事情も入力できます。

このほかにもメール、FAX、年会費払込票の通信欄、オンライン決済コメント欄など、ご都合に合わせてご連絡ください。

新規登録と住所変更を兼用している住所連絡のフォームです。

年会費（維持費）

当会は、皆様からの年会費・会報掲載広告代でのご支援により運営されております。総会を初め異業種交流会など都内の会場をお借りし、また参加しやすい懇親会費を設定し同窓生同士の交流をしています。おひとりでも多くの方のご理解をいただけますようよろしくお願いします。

◎オンライン決済は手数料が掛かりませんので、おススメです。

【決済方法】

・クレジットカード
・ネットバンキング（ペイジー）
・コンビニ店頭払い
・スマホ決済アプリ「支払秘書」

提携会社「ウェルネット」社の**決済手続き画面へ**。決済方法を選択したら案内に沿って手続きをしてください。

◎各銀行オンライン送金も歓迎致しますが、ゆうちょダイレクト、みずほダイレクトにご加入の方以外は、手数料がかかります。

★ゆうちょ銀行
〇二九（ゼロニキュウ）店
当座　**0009969**

★みずほ銀行
江戸川橋支店
普通　**8078861**
依頼人欄の期・氏名を忘れずに！

その他、お問い合わせは
shizukokanto@gmail.com

◆ホームページ閲覧状況
2026上期（4月～9月）
訪問者数：55,269人（前回39,284人）
ページ閲覧数：190,523回（前回267,660回）
◆会員現況・3,212名（50名減）

鈴　与　株　式　会　社

代表取締役会長　**鈴木 与　平**（76期）
代表取締役社長　**鈴木 健一郎**（110期）

〒424-8703 静岡市清水区入船町11－1
TEL 054（354）3015（秘書室）
京浜支店　〒140-0013 東京都品川区南大井6－22－7
TEL 03（6404）2100

杓谷技研の書籍



杓谷技研
Institute of Advanced Marketing Tecnologies
しゃくや　たくみ
杓谷 匠（119期）
株式会社杓谷技術研究所
東京都千代田区麹町１丁目4－4 2F
e-mail: shakky@shakuya.jp
公式HP：https://www.shakuya.jp/

建築・不動産活用などのご相談はどうぞ

ArchitectS Office

一級建築士事務所

石 川 雅 英（94期）
Masahide　Ishikawa

108-0071 東京都港区白金台 3-2-16-201
T 03-5422-6525　HP www.rvstone.com
architectsoffice@cotton.ocn.ne.jp

伊豆の旬 やんも
www.yanmo.co.jp
小林 秀男（97期）
伊豆の旬 やんも
＜南青山＞ 東京都港区南青山5-5-25 T-PlaceビルB1
TEL：03-5466-0636（日曜日のみ休）
＜丸の内＞ 東京都千代田区丸の内3-3-1 新東京ビルB1
TEL：03-5224-3322（定休日なし）
仕出し厨房 やんも
＜大手町＞ 東京都千代田区大手町2-2-1 新大手町ビルB1
TEL：03-3278-7272（土日祝定休）

相続税・法人税・所得税などのご相談はどうぞ！

鳥巣修税理士事務所

税理士　**鳥巣　修**（89期）
OSAMU TOSU

〒167-0041　東京都杉並区善福寺1－30－17
TEL 03(3396)3858　FAX 03(3396)3848
E-mail：tosu@mtj.biglobe.ne.jp

著作権・許認可・遺言相続・船舶等のご相談はどうぞ！

行政書士・海事代理士山本数馬事務所

行政書士・海事代理士　山本 数馬（103期）
〒221-0001
神奈川県横浜市神奈川区西寺尾 3-21-16
TEL&FAX：045-633-1582
MAIL：ym-admscr@nifty.com

＊昼2時より夜11時まで診療＊

医）名泉会タカラ歯科診療所

代　表　**藁科名雄**（ワラシナアキオ）（87期）

東横線　中目黒下車　徒歩5分
TEL 0120－376－480
FAX 03－3710－8847
〒153-0051　目黒区上目黒2－18－13

国産の農産物を食べること
サステナビリティ × 口福
パンは動物性素材不使用

まどのパン
NATURAL・HEALTHY
埼玉県新座市
馬場1-8-11
まどのパン
代表 島田　淳(95期)

パン：すべての素材が北海道産
新座シフォン、新座スコーン
：埼玉県産素材使用
ご注文はお気軽に
080－5050－8481
Instagramはこちら

新店舗アットワンダーＪＧ 開店！



見るだけで楽しい120坪の大型書店
失われていく記憶と、それを愛するすべての人に
文学/歴史/思想/哲学/映画・芸能/音楽/美術/サブカルチャー
アニメ/ゲーム/アメコミ/古書漫画/スポーツ/ポスター/紙物他



アットワンダー本店も通常営業
書籍 家財 雑貨等の買入れ、整理、片付けの
ご相談はお気軽に！ wonder@atwonder.co.jp
アット@ワンダー 0120-154-727 店主：鈴木宏（91期）

ブックカフェ二十世紀（本店3F）にも
ぜひお立ち寄りください。
←イベント等詳細はホームページへ

稲葉総合法律事務所
Inaba & Partners

パートナー
弁護士　小杉祥代（107期）

〒100-0004 東京都千代田区大手町1-7-2
東京サンケイビル18階
TEL　:080-5966-4384（直通）03-6265-1895（代表）
FAX　:03-6265-1899
Email:sachiyo.kosugi@inaba-law.jp
URL　: https://www.Inaba-law.jp/

株式会社 ウエマツ
代表取締役社長　福田浩志（97期）

本社　〒171-0052 東京都豊島区南長崎 3-34-13
TEL. 03-3953-1101　FAX. 03-3953-0557

工場　〒335-0034 埼玉県戸田市笹目 8-12-2
TEL. 048-449-8777　FAX. 048-449-8733

循環器内科から一般内科、再生・予防医療まで皆さまの健康を支えます

東京昭和医院

院長　前田 真吾（110期）
Shingo Maeda, MD, PhD

24時間web受付中!

〒106-0045 東京都港区麻布十番3丁目1番6号
TEL: 03-6811-5618, FAX: 03-6811-5623
E-mail: smaeda@ttheart.jp
URL: https://tokyo-showa.co.jp/
最寄り駅: 東京メトロ南北線・都営大江戸線「麻布十番駅」1番出口徒歩1分




高きを仰ぎて心を繋ぐ
さあご一緒に時空を超えて
吾等が聖地を歩みましょう

岳南球友会

会長：望月 一男（７０期 野球部）
ＨＰ「岳南球友会」
連絡窓口：080-5580-2958（94期 松永）
メール：k30.ska-1213m@ezweb.ne.jp

相談役 主筆
八牧 浩行
Yamaki Hiroyuki

Record China
株式会社 Record China
東京都中野区本町3-30-4
KDX中野坂上ビル1F
090-2653-9469
hiroyuki.yamaki@gmail.com

幼児教育に新しい風を
こぐま会
幼児教育実践研究所

代表取締役　久野泰可（83期）　取締役　久野淑子（83期）
本部　東京都渋谷区恵比寿西1-20-6 K&S恵比寿ビル7F
TEL　03-3463-3815

