

# 退職者会報

令和4年  
1月1日  
第182号

一般社団法人 和歌山県職員退職者会  
〒640-8585  
和歌山市小松原通一丁目1番地(県庁本館4階)  
電話・FAX (073) 428-2090  
E-mail : w-taisyoku@iaa.itkeeper.ne.jp



# 賀春

画題「初雪に翔く」 初雪の聖地 根本大塔を真正面から捉え 翔く姿を表現

撮影：海草支部 杉本 雅嗣氏

## 新年のご挨拶



一般社団法人 和歌山県職員退職者会

会長 高嶋 洋子

あらたしき年の始めの初春の  
今日降る雪のいや重け吉事(よごと) (大伴家持)

あけましておめでとうございます。2022年、

皆様にとって良き年でありませう。昨年10月に入っても残暑厳しい日が続き、「秋」までも自粛しているのかしら、と思うほどでした。が、金木犀の香りとともに律義に「秋」がやってきてくれました。穏やかな小春日和が続き、そしてイチヨウの葉が歩道を埋め尽くし、きつぱりとした「冬」。日本は美しい四季のある国だと改めて感じています。子供のころ遊んだ野山を思い出しながら、この環境をいつまでも維持していきたい、孫やそのまた孫の世代に残していきたいと思わずにはいられません。持続可能な開発を、です。

年を重ねれば、骨はもろくなってくるし、病気もケガも増えて落ち込むことも多くなるでしょう。でもそこで落ち込むのはもったいない、工夫して楽しみたいものです。人生を豊かにするには「キョウウヨウ」と「キョウウイク」が必要だそうです。「教養」「教育」ではありません。「今日用(事)がある」「今日行くところがある」ということです。退職者会の仲間とは現職時代の共通した思い出が沢山あります。同じ空間で過ごした仲間との会話は殊の外弾みます。「あれ、これ」で話が通じ「そうそう」で共感したりというのはいいですよね。その仲間と会うためにも、この2年間で取りやめになった行事を今年こそ復活させ、また、創意工夫して楽しい行事も考えていきます。ぜひご参加ください。「今日行く」「今日用がある」です。

また、「コロナ」の収束がはっきり見えない中、多くの学校や職場、そして関係している地域活動などの場合はオンラインで、というのが、私自身なかなか馴染むことができませんが、当たり前のようになってきました。向き合っている表情を読んだり、触れ合ったり、会話をしたりしながら「コミュニケーション」を図ってきた私たちに、パソコンに向かって「こんにちは」も「hello」も、もなく、議事を終えると退室のボタンを押してそれでおしまい、画面相手です。から話が弾まないという状態はなんと寂しく物足りません。対面で、口角泡を飛ばしながら大きな声で笑いあいたいものです。いえいえ会うだけでも心がほっこりするものです。

私がかかわっている女性ばかりの会では、もう何年か前になりますが、「高齢社会を豊かに生きる。さあどう生きる。これからどうする。」というテーマで話し合いを持ったことがあります。若い方上手になりながら、差し迫ってくる課題に向き合い、「高齢者であってもその能力を可能な限り社会に生かすことは権利であり、社会的義務である」との言葉に励まされながら、人生100時代の船に乗って一緒にいろんな色の花を咲かせたいと思っています。今年もどうぞよろしくお願いします。

# 新年のご挨拶



和歌山県知事

仁坂吉伸

あけましておめでとうございます。

謹んで、一般社団法人和歌山県職員退職者会の皆さんに新春のお慶びを申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の波が何度も打ち寄せましたが、保健医療行政による感染の抑え込みに全力を尽くし、感染者の全員入院を最後まで堅持することができました。

改めて、献身的に御協力くださった医療従事者の皆さんをはじめ、安全に配慮しつつ事業を継続くださった皆さん、安全な生活・安全な外出を心がけてくださった全ての県民の皆さんに、深く感謝を申し上げます。

また、東京2020オリンピック・パラリンピックで、アスリートの皆さんが競技に臨む姿が、日本中に感動を与え、コロナ禍で沈みがちな気分を晴らしてくれました。県内でも、多くの方々を迎えて「紀の国わかやま総文2021」、「紀の国わかやま文化祭2021」を開催し、「文化の咲き誇る和歌山」を実感することができました。

今、世界を見ると、DX（デジタルトランスフォーメーション）が加速的に進むなど、コロナ禍を契機として人々の働き方、暮らし方は、大きく変わってきています。

こうした状況の中、地域経済を支え、成長させるためには、この機を逃すことなく、新たな施策を展開し、ポストコロナ時代に挑み、和歌山を力強く飛躍させなければなりません。

そのため、本年は、「DX和歌山」の実現に向けて、県庁内にDX本部を立ち上げ、行政のあらゆる分野において、DXを強力に推進します。また、テレワークの普及など地方分散の流れを追い風に、「個人移住」、「農林水産業の担い手としての移住」、「企業誘致に伴う移住」及び「転職なき移住」の4方面をターゲットとして、和歌山へ人と企業を呼び込みます。

そして何より、飛躍の基盤である県民の皆さんの暮らしと経済を守るため、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐとともに、コロナ禍で甚大な影響を受けた産業への支援などに取り組みます。

折しも今年は、串本町の日本初の民間小型ロケット発射場で、小型ロケット「カイロス（KAIROS）」の初打ち上げを迎える予定です。本年が和歌山県にとって、新たな世界へと飛躍を遂げる希望の年となるよう、引き続き全力を尽くしてまいります。

この一年が、皆さんにとって幸ある年となりますことをお祈り申し上げ、年頭のごあいさつといたします。



和歌山県職員労働組合

執行委員長 加藤康夫

明けましておめでとうございます。

退職者会会員の皆様には、健やかに新春をお迎えのこととお慶び

申し上げます。

また、平素は県職労の運動に対し、格別の御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスが収束しませんでした。感染拡大防止対策、医療提供体制の拡充、ワクチン接種の促進により、日常生活の回復が見え始めています。

このような状況のもと、県職員の賃金は、民間春闘結果を受け、月例給は維持したものの、一時金は2年続けて引下げ勧告となりました。今年の春闘はまもなく開始されますが、連合はコロナ禍にあっても「働くことを軸とする安心社会」の実現に向け、長時間労働の是正や65歳までの定年引上げ、テレワークの導入など働き方の改革に取り組み、経済・社会の活力の原動力となる「人への投資」を積極的に求めていくこととしています。

また、公務員については、昨年の通常国会で定年延長法案が成立したことから、2023年度より段階的な定年引上げが開始され、2031年度に65歳定年となる予定であります。60歳以降の働き方や役職定年の扱い、新規採用職員の確保など課題が多くありますが、制度構築を図り安心して65歳まで働くことができる環境整備を進めていく必要があります。

このようななか、県職労としては、組合員の賃金・労働条件の向上及び働きがいのある職場づくりに取り組みとともに、退職者会の皆様と一緒に、「現・退一致の運動」として社会保障制度や自主福祉活動の充実に向けて、自治労、連合に結集して取り組んでまいりますので、御指導、御鞭撻のほど、よろしく願い申し上げます。

今年は、コロナとの共存が進み、社会経済活動回復の1年となることを願っています。

結びに、今年1年が幸多き年となりますよう、また和歌山県職員退職者会が益々発展され、併せて会員皆様の御健勝、御多幸を祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

# 令和4年 退職者会の1年

## <通常総会>

- 第43回通常総会の開催  
5月27日(金)開催予定です。  
詳しくは令和4年4月号の会報〔次号〕で案内します。  
多くの皆さんの参加をお願いします。総会後に開催を予定しています懇親会で、県職時代の仲間の皆さんと「懐かしい」「楽しい」ひとときをお過ごし下さい。

## <理事会>

- 第107回理事会 3月中旬
- 第108回理事会 6月下旬

## <会報の発行>

- 第182号 1月1日  
確定申告の説明会の案内など
- 第183号 4月10日  
通常総会の案内など
- 第184号 8月1日  
通常総会・支部総会の報告  
会員の近況報告  
パークゴルフ大会の案内 (10月初旬予定)  
退職者連合近畿主催 ハイキングの案内など  
(10月中旬・京都)  
和歌山退職者連合主催 グランドゴルフ大会の案内など  
(11月中旬)

毎号、会員の方々の「会員さんの声」「文芸欄」を設け、会員の皆さんの投稿をお待ちしています。  
事務局 電話・ファックス 073-428-2090

## <会員名簿の発行>

- 3年に一度新しい会員名簿を発行しています。  
本年は、8月に追録の発行予定です。

## <確定申告の説明会>

- 毎年和歌山税務署にお願いして、確定申告の説

明会を開催しています。今年も次のように開催します。

開催日時 令和4年1月28日(金)

午後1時30分から

場 所 和歌山市西汀丁61「書道資料館」

## <旅行等レクリエーション事業>

- パークゴルフ大会  
昨年4回目のパークゴルフ大会を計画しましたが、コロナウイルスの影響で中止となりました。  
本年は6月に開催する理事会において決定します。  
開催の場合は、会報8月号で詳細を案内します。

## ○ 囲碁・将棋大会

和歌山退職者連合が主催する囲碁・将棋大会が今年は下記のとおり開催されます。

開催日 令和4年3月15日(火)

場 所 和歌山県勤労福祉会館(プラザホープ)

## ○ ハイキング

退職者連合近畿ブロックが主催するハイキングは昨年中止となりましたが、今年改めて京都で開催の予定です。

実施日は未定ですが、バス2台で参加する予定です。  
詳細については、会報8月号でお知らせします。

## ○ グランドゴルフ大会

和歌山退職者連合では、今年もグランドゴルフ大会の開催が予定されています。 11月中旬予定  
詳細については、会報8月号でお知らせします。

## <各支部での事業>

5月に開催する本会の通常総会までに、各支部において、総会を開催します。是非支部の総会にも参加してください。

また、支部独自でいろいろな事業を計画しています。これらの事業にも積極的な参加をお願いします。

# 支部だより

## 有田支部

### 秋の親睦旅行

有田支部 澤崎喜英

毎年行っています有田支部の日帰り親睦旅行ですが、昨年度は中止となったため、2年ぶりとなるバス



ジオガイドさんの館内説明

ツアーを10月2日(土)に実施しました。

新型コロナ緊急事態宣言等は9月30日をもって全面解除となりましたが、あいにく9月下旬に大型で強い台風16号が発生し、日本列島に向け北上を続けていました。直前まで実施が危ぶまれる状況でしたが、当日は台風一過、抜けるような青空となり、有鉄観光

の大型バスで午前7時30分に有田川町を出発し、14名参加のもと串本に向け出発しました。

例年関西方面景勝地へのバスツアーを行っていますが、今年度はコロナ感染が心配なため、県内3候補地から役員会で行先を決定しての出発です。

湯浅御坊道路及び近畿自動車道紀勢線等を通し、すさみ南ICを経由して10時過ぎに県立南紀熊野ジオパークセンターに到着しました。

串本町潮岬の潮岬観光タワー隣接地に総事業費7億4千万円で建設され、2019年7月にオープン。入場料は無料で、現在県職員8名とジオガイドさんが勤務していますが、平日は児童・生徒等の見学も多いとのこと。

早速エントランスで、紀伊半島沖のプレートの沈み込みによって大地が動く地球の仕組み等についてジオガイドさんから説明を受け、また、表流水や伏流水により河岸段丘や扇状



南紀熊野ジオパークセンター正面

地ができる過程について、実際に水流を使った立体模型をもとに南紀熊野の大地の成り立ちなどを学習しました。

1時間余り館内見学の後バス移動し、ホテル&リゾート和歌山串本内のレストランで昼食です。飛沫拡散防止のため各自の両側に透明アクリル板パーテーションを設置したテーブル席でしたが、約2時間、旬の食材を中心とした会席料理を堪能しました。

食後は古座川の一枚岩へ。約1,500万年前頃に形成されたと言われる古座川沿いにそびえ立つ巨大な垂直の岸壁には、圧倒的な迫力を感じました。ここも南紀熊野ジオサイトの一つですが、古来、この岸壁には一枚岩の守り犬の民話があり、1年に2回だけ夕陽を受けて岩面に守り犬の影が現れるそうです。

道の駅一枚岩で休憩した際、会員さんが「キイジョウロウホトトギス」(ユリ科の多年草)が群生し、黄色く小さな釣り鐘状の花を咲かせているのを見つけました。上臈(ジョウロウ)とは、地位の高い女性を意味するそうですが、上品な貴婦人を想像させる色と姿のように思いました。



道の駅一枚岩前にて



古座川の一枚岩



キイジョウロウホトトギスの群生

午後2時30分頃一枚岩を後にし、帰路に就きました。車中アルコール類禁止、カラオケも禁止、常時マスク着用等初めてづくしの親睦旅行でしたが、バスガイドさんの楽しく愉快的説明を聞きながらバスに揺られ、海岸線や山間部をめぐる近距離観光も時には良い

のではとのご意見もいただきました。途中、トンネル内で普通車の自損事故による渋滞がありましたが、予定よりも少し早く有田に戻りました。ご参加戴いた皆様お疲れ様でした。

## 和歌山支部

### 大塚国際美術館へ

和歌山支部 谷脇敬二

新型コロナウイルスの感染拡大からおよそ1年3ヶ月。一部地域では「まん延防止等重点措置」等が発令中であり、首都圏では、従来株に比べてより感染力の強いデルタ株が猛威を奮おうとしていた頃、6月20日、バス旅行実施の態度決定は、全く先の見通しがつかない中、正直迷いに迷った挙句でした。ただ、新規感染者数が下げ止まりの傾向にあり高齢者に対するワクチン接種も加速してきているといったことから、各自引き続き感染予防に努めることを前提に7月15日、催行することにしました。

向かう先は、徳島県にある日本最大級の常設展示スペースを誇る陶板名画美術館「大塚国際美術館」です。実はこの旅行、昨年度から2度延期となっており、今回3度目の正直、何とか催行にこぎつけたといったところです。

途中、日本神話誕生の聖地「おのころ島神社」を訪れました。この神社には、伊弉諾命(いざなぎのみこと)と伊弉冉命(いざなみのみこと)が祀られており、縁結びや安産の神として知られています。バスを降りて

しばらく歩くと、高さ21.7メートルの朱塗りの大鳥居。これを潜るとすぐ脇に招福の松といわれる「三鈷の松」がそびえており、下を見ると所々葉が三つに分かれた珍しい松葉が落ちています。なるほど縁起が良さそうなので3葉ばかり拾ってきました。

此の地淡路島は玉ねぎの産地としてつとに有名です。露店を見つけたと思うと、2組ばかりが早速購入。何と一袋200円で2Lの玉ねぎ7~8

個がぎっしり。私も買えば良かったと後悔しきりでした。

鳴門の渦潮を眼下に大鳴門橋から昼食会場へ。写真は、ここで撮影したものです。

そして目指す美術館へ。鑑賞は2時間。地下3階から地上2階まで5つのフロアを順を巡る訳ですが、地下3階には古代から中世の作品、地下2階にはルネサンスやバロックの時代の作品、また、地下1階には近代の、そして地上1、2階には、ピカソやシャガールに代表される現代の作品が整然と展示されています。見るものを圧倒させる何とも膨大な作品群です。特に地下2階に展示されているルネサンス時代の作品、ダ・ヴィンチやミケランジェロ、ラフェエロといったそうそうたる画家の作品には感動しきりです。

展示の作品数は、古代壁画から現代絵画まで何と1,000余点。そしてこの美術館、館内の作品すべて撮影OKで、さらに名画に触れることもできるということで、満足度はまさに最高請け合いです。

名画鑑賞の感動も冷めやらぬ中、帰途へ。途中、淡路ハイウェイオアシスに寄り、買い物も済ませ、幸いにも渋滞にも遭わずに予定よりも早い帰宅となりました。



### 西牟婁支部

#### ゴルフコンペ開催

西牟婁支部 庄司 充生

今年度2回目のゴルフ好きによる「コンペ」を10月22日(金)に「いなみカントリークラブ フジ」で開催しました。

退職者会ゴルフ同好会によるコンペは、平成14年11月に1回目を開催して以来今回で40回となり、参加者は25名です。

当日は、午前中は曇り空、午後からは日差しがあり、風も穏やかで素晴らしいゴルフ日和!となりました。

70歳以上の方はシニアティーエリア(本人選択)からスタートしますが、年々その方々が増えてきて年齢層は高くなっていますが、ますます元気です!!

今回の参加者中最年長の 東 保治さんは85歳です。スコアは79(驚きのスコア)で見事エイジシュートを達成されました。あっぱれ!!

成績は、以下のとおりです。

	氏名	グロス	ネット
・優勝	真砂 修次	89	65.0
・2位	金谷 英二	94	65.2
・3位	山本 康夫	76	66.4
・4位	岡崎 國雄	97	68.2
・5位	田端 秋雄	91	69.4
・ベストスコア	=山本 康夫	76	



まだまだ頑張れるで~!!  
若いもんには負けへんでえ!!  
そんな方は  
シルバーと一緒に働きませんか?!

女性会員も活躍中!!



人生は、  
多毛作が  
おもしろい!  
10日働き 10日遊び 10日休もう

その知識、経験  
使わないなんて  
本当にもったいない!

社会のため、地域のため、そして自分のために、あなたの豊かな知識と経験をシルバー人材センターで活かしてみませんか。  
公園の清掃・福祉家事援助・空き家管理・一般事務・販売補助等人材派遣も含め、地域の困りごと、深刻な人手不足に悩む地元の企業やスーパーで約3,500人の会員が活躍されています。

まずは、お住まいの市町シルバー人材センターへご相談ください。

原則60歳以上の方

※★はシルバー派遣の届出をしているセンター(令和3年4月現在)詳しくは各センターまで。

- (公社)有田川町シルバー人材センター★0737-52-4567
- 有田市シルバー人材センター★0737-82-0707
- (一社)印南町シルバー人材センター★0738-42-7070
- (公社)岩出市シルバー人材センター★0736-63-1143
- (公社)海南市シルバー人材センター★073-499-4344
- (公社)かつらぎ町シルバー人材センター★0736-22-3514
- (公社)紀の川市シルバー人材センター★0736-67-7333
- (一社)紀美野町シルバー人材センター★073-495-3467

- (一社)串本町シルバー人材センター★0735-62-2009
- 九度山町シルバー人材センター★0736-54-9060
- 高野町シルバー人材センター 0736-56-3339
- 古座川町シルバー人材センター 0735-72-3719
- 御坊市シルバー人材センター★0738-22-9999
- (公社)白浜町シルバー人材センター★0739-82-1250
- (公社)新宮市シルバー人材センター★0735-21-0520
- (公社)田辺市シルバー人材センター★0739-24-0399

- 那智勝浦町シルバー人材センター 0735-52-4680
- (公社)橋本市シルバー人材センター★0736-33-3133
- 日高川町シルバー人材センター★0738-24-9012
- 日高町シルバー人材センター 0738-70-0385
- 広川町シルバー人材センター 0737-63-1050
- (公社)みなべ町シルバー人材センター★0739-72-1389
- 美浜町シルバー人材センター 0738-23-4950
- 元気ゆらシルバー人材センター★0738-65-1122
- (公社)和歌山市シルバー人材センター★073-431-1270

## みんなで楽しく介護予防 ⑫

### 「シニアエクササイズ」の ゆっくり筋トレウォーク

和歌山大学教育学部  
本山 貢 教授 監修

ゆっくり筋トレウォークとは、歩く動作をゆっくり  
と行う筋力トレーニングです。前・斜め方向に歩くこ  
とによって下肢の筋力を高めます。

また、バランス能力を高めるために効果的です。

#### ゆっくり筋トレウォークの方法

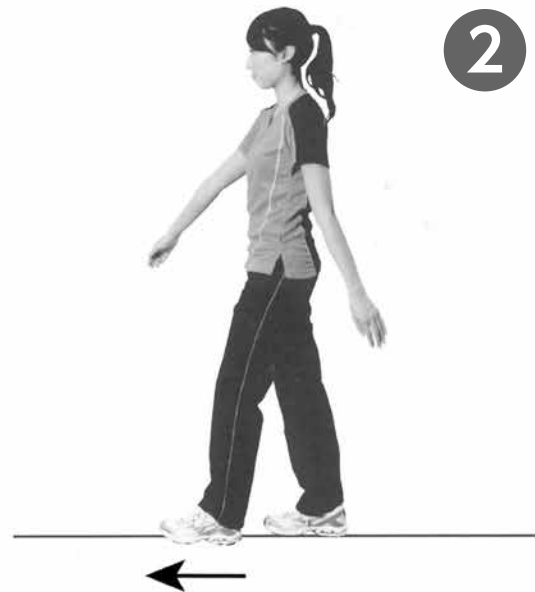
- 1歩を2～4秒かけて、できるだけゆっくりと前・斜め方向に足を踏み出し、10歩だけ歩きます。
- 1歩の動作を、「イ～…チ」、「ニ～…イ」、「サ～…ン」……と声を出しながら歩数を数え、ゆっくりと歩きます。声を出すことで筋肉に力が入るとともに脳の活性化に役立ちます。
- バランスを崩さないように歩きます。
- 動きが等速で、靴音を立てないようにして歩きます。スローモーションで行っている感覚です。
- 上半身の手の動きを大きくして、バランスを取りながら歩きます。

### ゆっくり筋トレウォーク **こそどろ**

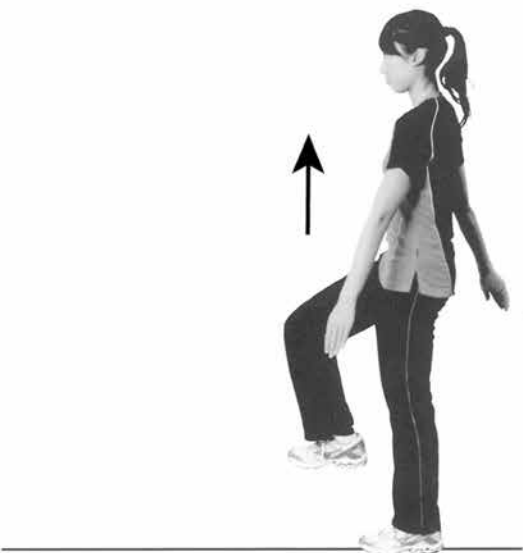


1

太ももと膝を高く持ち上げ、1歩の歩幅を約30cm程度に狭くしながら、忍び足のようにして歩きます。



2



3

支えている脚の膝を伸ばし、背伸びをするように歩きます。バランスを保ちながら行います。

1本のライン上を歩くようにして  
行ってみましょう。

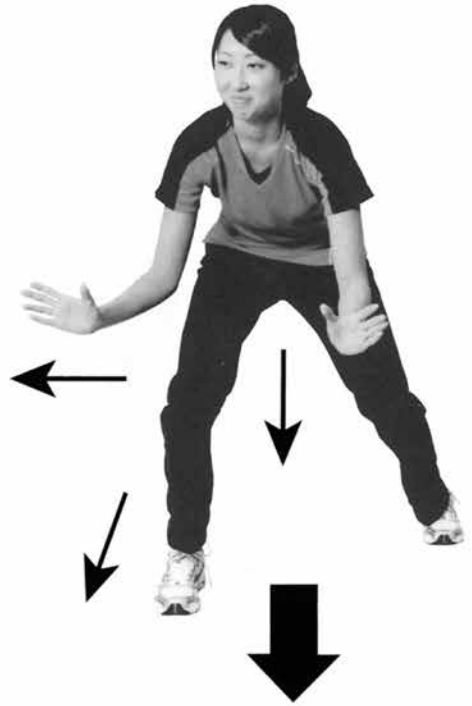


# どすこい ゆっくり筋トレウォーク

- 1** しこを踏むように、脚を開き、膝を曲げます。



- 2** 斜め方向にゆっくりと脚を出し、上体を低くしながら膝を斜め前につきだすようにして等速であるきます。



- 3** ウォーキングのように右脚を前に出す場合には、左手を前に出してバランスを取りながら歩きます。



## 熊野古道 紀伊路を歩く④ (湯浅駅～鹿ヶ瀬峠～紀伊内原駅)

海草支部 向井元治

今回は湯浅駅から紀伊内原駅までの熊野古道をご案内します。このルートは紀伊路最大の難所と云われている鹿ヶ瀬峠を登ります。湯浅駅を南に進み直ぐ左折しJRのガードをくぐると満願寺があります。

豊臣秀吉は紀州攻めで多くの神社仏閣を焼き払ったとされていますが、このお寺は、かつては七堂伽藍を持つ大きなお寺で、本堂はあまりにも立派なので、解体して京都に移築されたと紀伊国名所図絵等に記されています。なんと、秀吉の「醍醐の花見」で有名なあの醍醐寺金堂です。



京都 醍醐寺金堂 (国宝・世界遺産)

なお、平成26年に湯浅町は醍醐寺金堂の移築記念条例を制定し、記念日は5月3日とされています。

さらに進むと、**勝楽寺**があります。ここには阿弥陀如来座像など8軀の重要文化財が安置され、往古の面影を偲ばせています。境内には、紀伊国屋文左衛門生誕の地を記念して、松下幸之助によって建立された**紀文碑**があります。

国道42号線を渡ると**久米崎王子**があります。後鳥羽上皇に随行した藤原定家は「御幸記」に、御幸道から離れているので、遠くから遙拝して通り過ぎたと記しています。

国道を南下して、広川の右岸に沿ってしばらく南に進み、新柳瀬橋を渡って国道を横切り井関の集落を進むと広川に突き当たります。かつては井関橋が架かっており、対岸に**井関王子**がありました。現在では左折し国道42号線に出て左に渡り、高速道路の下をくぐると、インターチェンジの事務所裏に**津兼王子(井関王子)**があります。このあたりは川の流れや時代により古道や王子も変化しています。

津兼王子を出ると再び高速道路の下をくぐり、国道42号線を南下します。途中から国道と別れて左に進むと集落の途中に**養生場跡**があります。ここは、かつて鹿ヶ瀬峠を越える前後に牛馬の休憩所として利用していた場所です。その先の石垣には、地元出身の梶原薫氏が大正初期に幕末の頃の村を思い出して描いた詳細な絵図が掲げられています。

河瀬橋で広川を渡ると右側に、鬱蒼とした繁みの下に昔の風情を残した**河瀬王子**があります。古い文献では「川瀬王子」「津の瀬王子」「角瀬王子」などと記されていました。

河瀬王子の押印帳のスタンプには何と不気味な髑髏が描かれおり、これについては後ほど説明します。

先に進むと右側には公衆トイレ、左側には**延命地藏寺**があります。ここの本尊である地蔵菩薩は、漆がめくれて汗をかいたように見えることから、汗かき地蔵と呼ばれています。また、坂道で弱った旅人を助けて汗をかいたとも云われています。



汗かき地蔵

少し休憩して古道を10分ほど進むと**東の馬留王子**に着きます。「紀伊続風土記」によると、これより先の坂道は険しいので、熊野御幸の時は馬を留めたと記されています。

次に**立場跡**があります。馬や駕籠の中継所で、立札を立ったり、熊野詣での休憩所でもありました。

さあ、いよいよ、藤原定家が**崔嵬の陰阻**と嘆いた険しい上り坂です。大きな息をはずませながらしばらく歩き、見晴らしのいいミカン畑に出ると一休みです。さらにひたすら坂道を30分程上ると左側に**痔の地蔵**があります。このお地蔵さんに、水と米を供えたのち粥にして食べるか、初氷を持って

参ると痔が治ると伝わっています。

その先にある道標を左にそれると**法華の壇**があります。ここは八代将軍吉宗ゆかりの養源寺（広川町）の社領で、吉宗が幼名・新之介の頃に馬で2回、ここに通ったと云われています。

またここには、経を読む**髑髏**の伝説があります。平安時代に比叡山の僧・壺叡が峠で宿をとったところ、夜中に法華経を唱える声が聞こえました。探すと大木の下に髑髏があり、赤い舌が動いて読経していた。なんとこの髑髏は、法華経を6万部読むと誓願を立てた僧の円善が果たさぬうちに鹿ヶ瀬で倒れ、その後も読経し続けていたと云う。壺叡はその苦行を偲び供養塔を建てたのが法華の壇で、今も毎年4月16日に「円善祭り」がこの場所で営まれています。

河瀬王子のスタンプの髑髏はこの話しからきています。

法華の壇を過ぎると**大峠（鹿ヶ瀬峠）**に着きます。ここは標高360mで、山の姿が鹿の瀬に似ていることから鹿ヶ瀬と呼ばれ、かつては茶屋、旅籠が数軒あり賑わいを見せていたと云われています。

大峠からは、つづら折れの急な下り坂を進むと小峠の手前右側に馬頭観音が祀られています。小峠から先は、江戸時代初期に設置された**熊野古道最長の石畳**（503m）となっています。不揃いの自然石でできており、歩きやすく趣があり、いにしへのロマンを感じさせてくれる石畳です。石畳が終わった所が今回のコースの半分の距離です。頑張りましょう！

さらに下ると、御幸の時代に王子のあった**王子谷**があり、その先の鬱蒼とした木々の中には室町時代につくられた**題目板碑**があります。このあたりは鎌倉時代末期、日蓮の孫弟子である日像が配流され布教活動をした記録も残っています。

ここを過ぎると**金魚茶屋跡**に着きます。綺麗な公衆トイレがありますが江戸時代の宿場で、谷川から笕で水を引き金魚を飼っていたことから名が付いたと云われています。

このあたりには後鳥羽上皇の昼養所跡があり、早朝に湯浅を出発してここで昼食をとったとされています。

しばらく進むと堤の上に**沓掛王子**があります。このあたりは原谷といい、山裾には特産物の黒竹の竹林が続きます。

ここからは、古道から県道に出たり古道に入ったりと繰り返しながら進んで行き、弘法大師が爪で刻んだとされる**爪書地蔵**、後鳥羽上皇が休憩した**四ツ石聖蹟地**、**西の馬留王子**と進んでいきます。

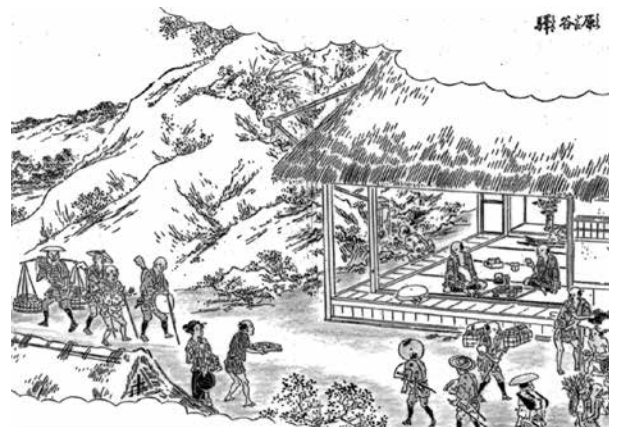
さらに進んで、なめら橋を渡り、今熊野神社の下を通ると**内ノ畑王子**に着きます。ここは、木の枝で槌を造り、榊の枝にくくり、「徳あり徳あり」と囃しながら参詣した風習があったと伝わっています。

ひたすら西へ進むと**高家王子**です。現在は内原王子神社となっており、多くの樹木に囲まれ、境内には定家が詠んだ「萩原や 野べより野辺に うつりゆく 衣にしたふ 露の月影」の歌碑があります。

ここから約25分でJR紀伊内原駅に到着します。今回は歩行距離：約17km、歩行時間：5時間、所要時間：7時間の少し長い旅でした。次回をお楽しみに。



法華の壇（大日本国法華験記より）



金魚茶屋（紀伊國名所図絵より）

## 会員さんの声

### グルメ日記 銀シャリの名店

和歌山支部 高田朋男

ご飯が美味しい店が多いと思う。しかし“銀シャリ”と呼ばれるほどの名店は、稀であろう。和歌山の名店を紹介する前に、前振りとして過去の経験談をまず披露したい。



今までに美味しいと思った名店として、東京虎ノ門にある「きよし」（左掲写真）がある。東京事務所時代に、昼メシといえば“ここ”という具合によくお邪魔をした。焼き鮭、ご飯、ナメコの赤出汁。これが筆者にとっての定番だった。特に鮭は、カマを注文した。品数が少なかったせいで、食べられないことも多かったが、銀シャリのご飯とのマッチが素晴らしかった。よくご飯のおかわりをしたことを思い出す。そして有名店だったことから、いくつかのエピソードを生んだ。

1990年頃のこと。路地裏にひっそりと佇む小料理屋「きよし」。細長い店内は、カウンターと4つほどのテーブル席しかない、こじんまりした掬えだった。この時は、一人でランチを食べに行った関係から、いつものようにカウンターに陣取った。暫くして二人連れの紳士が、左横の席に座ったのである。見ればテーブル席は満席。仕方なくカウンターに来たのだろうと思ひ、紳士たちの顔をチラッと見ると、なんと現職の運輸大臣・江藤隆美氏——。もう一人はSP。その頃、関西国際空港の陳情で、何度か大臣室でお目にかかっていたことから、顔だけは覚えていた。まったく身分の違う三人が、隣り合わせで同じランチを食べることとなった。ここで何事が始まると、テレビドラマのワンシーンとなる。そして展開如何では魅力的なストーリーとなるにちがいない。この出来事を当時の中西伸

雄所長に話をすると、「しっかりと、関空の陳情はしてきたかい」と返されたことを思い起こす。返しのタイミングも含めてお見事だった。

またこんなこともあった。これもカウンター席である。定番を注文して、料理が来るのを待っていると、店内がざわついた。特に店員が騒がしいのである。そして口々に「ワンちゃん、ワンちゃんだわ！」という。何事かと思ひ、振り返ると、そこには王貞治氏がお供の方とテーブル席に鎮座していた。初めて実物を拝顔したのは、この時だった。

すっかり東京話になってしまった。そろそろ本筋の話をしなければならない。筆者が一押しなのが魚料理「ぎん」（和歌山市友田町）である（下掲写真）。新潟のコメ農家と専属契約をして、最高のコシヒカリでご飯を炊いている。誰しもであるが、「口先」はともかくとして、「舌」は決してうそをつかない。この銀シャリだからだろう、お昼時は満員のことが多い。初めて食べた際、「きよし」を超えたと思った。そして今でも、銀シャリの店としては間違いなく最高だと考えている。しかも夜より昼がいい。お勧めなのが5月と10月にランチを食べに行くことである。5月には初ガツオのお造り、10月には戻りガツオのお造りに出会えるからだ。あの初ガツオの柔らかい食感、絶品の一言。食欲の春(?)が待ち遠しい。銀シャリとの相性も抜群、やはり魚料理「ぎん」である。

（「ぎん」以外ではとんかつの「よし平」もお勧めしたい。そして飲食店の方々には、コロナ禍にも屈せず是非頑張って頂きたい）



# 確定申告を忘れずに！

## 税務署からのお知らせ

### ○令和3年分確定申告の受付と納税

所得税及び復興特別所得税は、令和4年2月16日(水)から3月15日(火)です。

### ※ 還付申告は2月15日(火)以前でも提出できます。

贈与税は、令和4年2月1日(火)から3月15日(火)です。

### ○申告は、パソコンやスマホで！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、確定申告会場の三密回避を図る必要があるため、e-Tax（電子申告）などICTを活用した申告を推進しています。

ご自宅のパソコンやスマホから国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」にアクセスすれば画面の案内に従って金額などを入力するだけで申告書が作成できます。



申告書の作成は  
こちらから！

### ○税務署の確定申告会場の開設は2月16日(水)から！

受付は16時までです。（会場の混雑緩和のため、入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券の配布状況に応じて早めに相談受付を終了する場合があります。）

### ○チャットボットによる税務相談が始まります！

確定申告に関する疑問はチャットボット（AI（人工知能））を活用



したシステムによる自動応答）の税務職員ふたばにご相談ください。24時間いつでもご利用いただけます。（開始予定 令和4年1月中旬）

### ○年金所得者の申告手続不要制度

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税及び復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。

（注）1 この場合であっても、所得税及び復興特別所得税の還付を受けるためには、確定申告書を提出する必要があります。

2 公的年金等に係る雑所得以外の所得があり、その所得金額が20万円以下で所得税及び復興特別所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告が必要な場合があります。

## 確定申告・“e-TAX”説明会の開催について（退職者会主催）

和歌山県職員退職者会では、毎年、和歌山税務署のご協力を頂き“e-TAX”（国税電子申告・納税システム）および申告書記載要領等の説明会を開催しています。

本年も、下記により開催しますので是非ご出席下さい。

なお、参加希望の方は、資料等の準備もごさいますので、予め事務局へご連絡下さい。

①日 時 令和4年1月28日（金）

午後1時30分から

②場 所 和歌山県書道資料館2階会議室

和歌山市西汀丁61

TEL073-433-7272

③講 師 和歌山税務署職員

次号（四月号）は二〇二二年四月を予定しておりますので、二月二十五日（金）までに投稿をお願いします。  
難解な漢字等には、ふりがなをお願いします。

伊都支部 堀江 和夫  
胃袋でカニ、マツタケと出合わない  
大水に三途の川を引き返す  
国籍を聞くなよ俺はマツタケだ

海葦支部 三宅 保州（保）  
無人駅に誰が供えし鏡餅  
名乗るほどでないが一票持っている  
鑑定に出すか迷っている家宝

東牟婁支部 汐崎 光  
中天にオリオンくつきり冬の空  
たればを言い度くないがタイガース  
終息を今年も祈る初詣で

川 柳

# 和歌山県防災ナビを利用ください

DISASTER PREVENTION NAVIGATION



災害発生時の的確な避難を促進するための避難に役立つ様々な機能を搭載しています。避難先検索の他、家族の居場所確認や避難トレーニングなどできますので、ぜひご利用ください。

## 1 避難先検索

- ・災害発生時に安全に避難するための避難場所を簡単に検索できます。
- ・避難場所の安全レベルも確認でき、最短ルートを図上に表示します。
- ・土地勘のない場所でも的確に避難できるよう、避難場所等の方向を地図情報とカメラで確認できます。(AR(拡張現実)を活用)

## 2 防災情報のプッシュ通知

- ・事前の登録なしで、気象警報・注意報や避難情報等の防災情報がプッシュ型で届きます。また、別の市町村に移動しても、その市町村に発令されている避難情報がプッシュ型で届きます。

## 3 家族等の避難した場所の確認

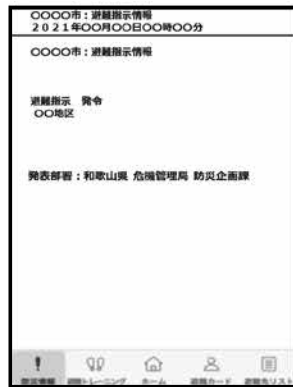
- ・家族等でグループ登録すれば、てんでんこに避難した登録者の居場所を地図上で確認できます。また、避難カードの作成・共有ができます。

## 4 避難トレーニング

- ・自宅等から避難場所まで実際に避難のトレーニングをすることで、その避難経路や要した時間が記録できます。
- ・さらに、トレーニング記録に南海トラフ巨大地震の津波の到達時間等の想定を重ねることで避難行動の安全性を確認できます。



【安全レベル確認】



【プッシュ通知】



【家族の居場所確認】



【トレーニング結果表示】

## 5 河川水位や土砂災害危険度情報の表示

- ・河川水位情報や土砂災害危険度情報などをリアルタイムで表示(現在地や自宅付近の河川水位情報や土砂災害の危険度が確認できます。)

\*アプリは、無料でご利用いただけます。

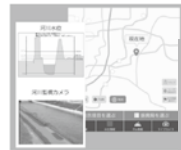
(アプリのダウンロード・ご利用にかかる通信料は、利用者のご負担となります。)

右記のQRコードからスマートフォンにダウンロードできます



◆お問い合わせ先 和歌山県総務部危機管理局防災企画課 電話073-441-2284

河川水位、河川カメラ



土砂災害危険度情報



この方の手話は楷書の動きとして  
那賀支部 赤井順子

椅子二脚置きのままなるキッチンに  
指先までの流れ美し

独り居いつも誰かを待ちぬ  
若き日の爪先立ちのわが生活

不安だなんて何もなかった

西牟婁支部 榎本せい子

眼鏡店仏壇店におもちゃ屋の

でんと座れるわが栄町

いじめっ子いじめられっ子育ちたる

校舎跡にはえのころ繁る

体力の衰え嘆く診察日

「それが老いです」医師のひと言

### 俳句

海草支部 岩間文鳥

折鶴の少しのゆがみ春來たる

山里の小さな教会春の空

常の話佳き話としお正月

和歌山支部 辻博堂

初雀休耕田を啄めり

寒栴や老人宅は強く打ち

古釘をそのままにして注連外す

### 「認知症が治った」を自費出版しました。

西牟婁支部 那須正治

長寿に伴い、成人病はもとより、鬱病や認知症などの患者が増えてきています。特に認知症患者が現在六百万人余りとも言われ、今後高齢者の四割以上に達すると予測する医療関係者がいる状況です。

患者はもとより、介護する家族にとって大きなダメージを受けますが、療養の仕方によっては社会復帰が可能な事例があり、それを読みやすいように小説風にまとめてみました。

あるコンクールに応募したら、出版の勧めがあり、多少とも社会の役に立つならばと思い、自費出版しました。

幸い、読んでくれた方の反応も良く、また福祉関係

者から要望もあり、県内の各市町村社会福祉協議会と図書館へ寄贈させていただきました。

小生の手元に70部のストックがありますので、ご希望の方はファックスかハガキで連絡下されば、先着順にて送らせて頂きます。

※本の代金・送料ともに不要とします。

〒646-0028  
田辺市高雄三丁目17-9 那須 正治  
ファックス番号 0739-24-0613



### ～山中典朝さんが本を出版～

那賀支部長 木村忠雄

この度、那賀支部会員の山中典朝さんが、写真紀行誌『高野折りみち 町石道をゆく』を自費出版しました。

高野山町石道は鎌倉時代中期に整備された古い参詣道ですが、山中さんは町石道の風景を撮影しながら町石に刻まれた文字をながめているうちに、次第に歴史探訪にはまり込んでしまったそうです。

町石が創建された頃は、北条一族の内紛や文永、弘安の二度にわたる元寇が我が国に襲来するなど、内外ともに混乱した時期でもありました。



町石には、そのような歴史的な事件や歴史書に登場する人物の名前が数多く刻まれているそうです。その意味では、町石は歴史の生き証人と言えます。

この本は、当時の歴

史を紐解きながら、町石の銘文から寄進者の人物像を探るとともに町石をめぐる謎について解説しています。

また、和歌山の豊かな自然の中にたたずむ町石の一基ごとの風景写真を掲載した写真紀行になっていますので、写真を見ながら往時をしのび、参詣者になった気分で町石道の魅力が味わえる珠玉の1冊です。



- ・ A5版、335ページ、オールカラー
- ・ 出版社：東京図書出版
- ・ 発売元：株式会社リフレ出版
- ・ 定 価：¥1,800 + 税 (¥1,980)
- ・ 宮脇書店ロイネット和歌山店、小堀南岳堂 (高野町)、Amazon、Yahoo、楽天ブックス、紀伊國屋書店 Web などで購入できます。

### 文芸欄

### 短歌

みなさんの広場です。ごしどしご応募ください。

那賀支部 中谷博昭

摩耶山の地名となりし摩耶夫人

シヤカの生母カピラ国王妃

(関西花の寺10番 摩耶山天上寺)

寺領など壮大な寺永沢寺

花しようぶ園ねはん像石

(関西花の寺11番 永沢寺)

蓮の花蓮台となり音を立て

早朝に咲き三日後に散る

(関西花の寺12番 久安寺)

菊花展に出品する日またツボミ

早く咲いてと気持を前に

嵯峨菊を舟精込めて育て来し

コロナに負けず優雅に咲けり

菊花展に嵯峨菊の咲く和歌山城

眺める人のこころ和ます

### 会員の逝去

次の方々が、逝去されました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。(敬称省略) (R3.8.2 ~ R3.12.3)

個人情報保護のため、  
掲載していません。

### 事務局からのお知らせとお願い

～紛失にご注意下さい～

#### 確定申告・年末調整に必要な 控除証明書の保管に努めましょう!!

確定申告や年末調整の際に添付すれば控除の対象となる保険料の控除証明書が10月中旬から下旬頃に契約者のお手元に届いています。

でも年末調整は12月頃、確定申告は翌年の2月～3月のため、申告の時期になって「証明書がない・・・。どうしよう・・・。」という方がいらっしゃいます。

原則として、控除証明書の再発行はできませんので、保管にはご注意ください。

#### <退職者会での取扱商品>

- ・こくみん共済coop (全労済)  
住まいる共済 自然災害共済 (地震保険料控除)
- ・アメリカンファミリー生命  
がん保険、医療保険 (生命保険料控除)

#### <年会費をお振込で 納入いただいている方へ>

退職者会年会費の納入を、事務局から届くゆうちょ銀行の振込用紙でお振込いただいている方で、(窓口・ATM どちらでも) 現金でお振込いただく場合、令和4年1月17日(月)より「一律 110円」の振込手数料が加算されることとなります。

(ゆうちょ銀行に口座をお持ちの方で、通帳またはキャッシュカードでお支払いされる場合は加算料金はかかりません。)

加算料金は、払込人様にご負担いただくこととなりますので、ご注意ください。

### 編集デスクより

会報へのご投稿お待ちしております!

身近な出来事やボランティア活動などお気軽にご投稿下さい。

会報に関するご意見、ご感想もお待ちしております。投稿文は、原稿用紙2枚程度、詩歌等は3句以内でお願いします。

写真等もお気軽にお送り下さい。

★次号(4月号)の原稿は、  
2月25日(金)までに  
ご投稿をお願いします。



### 「第24回囲碁・将棋大会」を開催

#### 参加者を募集!

開催日: 令和4年3月15日(火)  
開催場所: 和歌山県勤労福祉会館(プラザホープ)  
和歌山市北出島1丁目5-47

大会は、囲碁・将棋ともにAクラス=2段以上、Bクラス=初段以下にわかれて対局します。

参加者は、和歌山退職者連合に加盟している会員さんで、民間企業で働いていた方々も参加します。

囲碁・将棋を趣味にされている方は、是非ともご参加下さい。