

筆山

第73号／2022年12月
土佐中・高等学校同窓会
関東支部会報

編集人/ 中平 公美子 (59回)

発行人/ 関東支部幹事長 市川 直介 (53回)

関東支部ホームページ :

<http://www.tosako-kanto.org/>



幸せのあり方

田島 智之 (七一回)

まさか、自分が土佐高同窓会という舞台で、キャリアについて語る日が来るとは思わなかった。高校時代から、ミュージシャンになることを夢見て、就職せずにフリーターを続け、28歳のときに、運よく**Aqua Timer**というバンドでプロデビューを果たすことができた。音楽業界という特殊な環境に長くいたため、ビジネスの世界には縁遠かった。バンドの解散がきっかけで、ミュージシャンとしての区切りをつけることを決め、同じ72回生の竹内君の紹介で、一十ベンチャーの会社員として、セカンドキャリアをスタートすることになった。40歳にして初めての会社員経験。歴史ある土佐高校、いや日本全体から見ても、私のキャリアは「アウトロー」な分類に入る。そんな人間が、キャリアについて何がうんちくを語るよりも、生きていこうまでの「大切な価値観」について語った方がよいと思った。私は、フリーター→芸能人→会社員という特殊なキャリアを歩んできた。フリーター時代には周りから心配され、芸能人時代には周りから羨ましがられた。私は一貫して人生を楽しんでいるのだが、社会的立場で周りの評価が一変することに対し、常に疑問を持っていた。私が同窓会で一番伝えたかったことは、「幸福度と社会的立場は関係ない」ということだ。これまでの時代は、長らく、一流企業に入つて、一流企業に就職することがよしとされてきた。もちろん、この価値観を否定する気はない。それで上手く社会は回っていたし、それで幸せだった。ただ、時代は急速に変化し、一流企業でも、いつ倒産するか分からず、誰もがSNSを使って芸能人になれるようになつた。個人の生き方、幸せのあり方は多様化した。自由である分、自分の中に確固たる芯がないと、何が幸せなのかわからない時代になつた。他人と同じようなキャリアを歩んでも、幸せが手に入る保証はない。自分が何をしたいのか、どうありたいのかを常に問い合わせ、しかも、それをアップデートし続けていく必要がある。大変かもしれないが、その先にこそ、他の人には真似できない、自分なりの幸せが待つていて。そう考へると、アウトローだった私のような生き方が、これからは主流になつていくかもしない。いや、そういうことを願っている。

関東支部
だより

関東支部同窓会が10

交流で開催されました。事前決済の導入・大学生無料招待・「2の回生」の皆様の献身的な協力のもと、新しい時代の同窓会のあり方を実感することが出来ました。YouTubeでの生配信も行われ、この時期としては実に盛大であったと思います。

「2の会」の皆様、会場探しからの開催、本当にあ

月2日（土）二回大
感染リスクによる様々
な制約の中、久しぶり
に大会場（大手町プレ
イスキャンファンスセ
ンター）でのリアルな

「筆山会」新年会のお知らせ

日時 2023年1月14日（土）

12:00-14:00(11:30より受付)

場所 日本プレスセンタービル10階
東京都千代田区内幸町2-2-1

(03-3580-1581)

参加費 男性 8,000円
女性 7,000円



同窓生の皆さんと新しい年を
希望と共に祝いしましょう。
どうぞ皆さまお誘い合わせの上、
ご参加くださいますようお願い申し上げます。
参加される方は下記まで御連絡下さい。

佐々木泰子 090-7817-7085

庄、木象子 070-7811-7089
善田憲一 080-3364-8885

前田憲一 080-3364-6665

hitsuzankai@ytsutsui.sakura.ne.jp



学年幹事会のご案内

令和5年2月25日（土）

TKPガーデンシティ渋谷

学年幹事会 PM2時半から

懇親会 PM4時から
詳細はハガキにてご案内いたします

【同窓会関東支部役員】

幹事長就任の挨拶

町田憲昭 67回

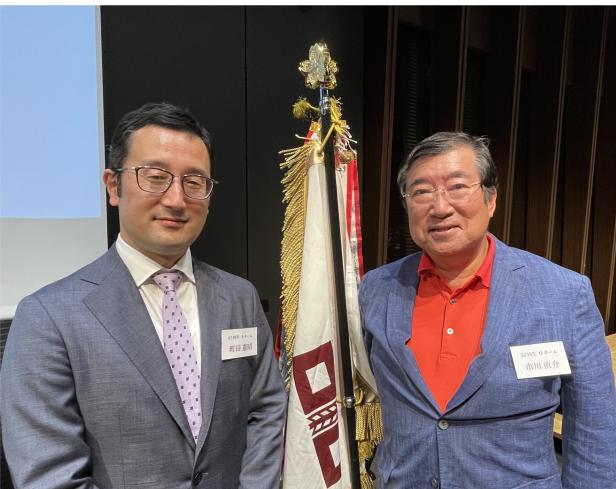
この度、土佐中・高等学校同窓会関東支部の幹事長に就任しました町田憲昭（67回）です。

●自己紹介

在学中は水泳部に所属して毎日のようにプールで泳いでいました。土佐高卒業後は都内の大学に進学し、現在は都内でも弁護士をしています。企業向けの法律業務を扱っていて、毎日、契約書や報告書を作成しています。

土佐中高の名前を聞いたのは小学校の中学生年頃で、土佐中学に行きたいうクラスメートがいて、初めて土佐中高の存在を知りました。土佐中学の場所は近所の公立中学よりも遠いと聞き、子供心にそうであれば公立中学の方が通学が楽だなとも思いましたが、良い学校であることを聞かされ、幸いにも入学することができました。

中高では水泳部に所属しました。中学でクラス担任をされていた現代文の正木宏明先生（52回）が当時水泳部の顧問で、熱心に勧誘をされていました。先日、高知でお目にかかりましたが、当時と変わらずエネルギッシュで、はつらつとされていたのが印象的でした。水泳部の練習では泳げる間は学校の屋外プールで泳



総会では市川直介前幹事長からの引継ぎが行われました

9月ごろまで泳いでいました。南国ルデソウイーク明けから泳ぎだし、土佐といつても5月の屋外プールはかなり冷たく、練習中に足をつって水中で悶絶することもしばしばありました。厳しい環境下でも目標に向けて努力する貴重な経験であったと思います。

高校一年の夏には、四国のロータリークラブと米国ニュージャージー州のロータリークラブとの間で高校生を交換でホームステーイさせるプログラムに参加させていただき、3週間、米国の家庭で過ごす機会を得ます。

高校一年の夏には、四国のロータリークラブと米国ニュージャージー州のロータリークラブとの間で高校生を交換でホームステーイさせるプログラムに参加させていただき、3週間、米国の家庭で過ごす機会を得ます。

金抛出を得て、若手会員の海外留学を援助する奨学金制度を運営しています。多くの若手会員に応募してもらい、海外経験のきっかけにしてもうれればと思います。

高校卒業後は大都会である東京に出たいという希望があり、一浪の末、大学に入ることができます。浪人中は千葉県船橋市にあった予備校の寮の4人部屋で勉強漬けの生活を送り、浪人生活はもうこりごりと思いましたが、後に司法試験のために浪人することになるとは当時は予想だしていませんでした。

●同窓会との関わり

初めて関東支部の同窓会に参加したのは大学一年の時だと思います。同級生に誘われて参加して、人の多さと活発な雰囲気に驚くとともに、関東にもこれだけ多くの土佐高卒業生がいるのかと心強く感じたものでした。

同窓会では同級生と旧交を温め、また、先輩や後輩との世代を超えた交流を満喫することができます。また、上京直後の若い頃から、仕事や家庭で忙しい頃も、またその先でも、いつでも色々な形で同窓会に関わり、新しい出会いいや経験を得ることができます。同窓会は、いつでも迎え入れてくれる、懐が深く、温かいものだと思います。

これからは同窓会役員として、皆様が同窓会を楽しむお手伝いをさせていただければと思います。なにぶん未熟な新幹事長ですので、皆様のご支援を頂きながら努めて参りたいと思います。様々な機会に、叱咤激励のほどよろしくお願い申し上げます。

また、長年幹事長として同窓会を支えて頂いた市川直介氏（53回）に対して感謝を申し上げると共に、今後ともご指導頂けますと幸いです。

司法試験の浪人中は同業の土佐高の先輩に激励頂いて、何とか合格して職を得ることができました。

また、2007年に7の会の一員として初めて総会準備に参加しました。その年は東京駅前にある丸ビルの貸しスペースを会場として、食事部を見学して世界経済のダイナミックさに触れた（気になった）りと、当時15歳の高校生にとって、視野の広がる得がたい経験になりました。私も仕事で海外に駐在したり、海外の依頼者と仕事をすることがあります。当時の経験が今の仕事に繋がっている面もあるのかなと思います。

土佐中・高等学校関東支部 同窓会 2022 シコ！同窓会 記念講演会

テーマ【これからキャリア】



進行は谷口ちささん(72回)

キーワード：コミュニケーション
パラレルマーーケターに至ったきっかけは「ミニユーティ」なんです。ここで言う「ミニユーティ」とは、共通の理念や考え方、目的を共有する組織を越えた集まりのことです。「ミニユーティ」には共通言語があるので、立場や世代が違つても対話になります。また、様々な視点の人がいるため外のものさしを得られやすいんです。
「ミニユーティ」の良いところは、自分の関係人口が増え、うまくやっている人を見つけることができる。」「あの人のが真似はできそうだ」「この人のこと」とこをかけ合わせると自分のキャリアになりそうだ」とお手本が見つけやすい。
もうひとつは、所属している団体がどんどん増えていくことで、外からも見つかりやすくなること。「マークティング」と「ミニユーティ」と言えば小島だ」という

「同時並行の複業として「バラレルマーケター」と名乗り、複数の会社のマーケティングを支援しています。新人のとき、会社を選ぶより職を選ぶことを意識し、「マーケティングがやりたい」と思つたのがキャリアのスタートでした。土佐高校時代と現在のキャリアの直接的な繋がりは：スキル面ではほぼあります。ただ、土佐高で「多様性」と「すごいヤツ」はいくらでもいる。「」と自分は大したことないんだと相対化する癖がついたことが良かったと思います。また、袖にある白線のおかげで、帰属意識が高かつたこと。それは今でも自分自身に流れている血として間違いなくキャリアにプラスになっています。

ヨーロッパにキリスト教が広がります。



Q. 様々なとこと対峙するパラレルな働き方で、それぞれをやりきるコツは?

小島）『いつまでにどういう状態になれば上手くいったというのか』を相手と必ず最初に擦り合わせます。野球では『9回までに1点でも勝てば勝ち』とわかっているように





72回生
田島智之 氏
Tomoyuki TASHIMA

土佐中の同級生でバンドを組み高校では全国大会へ。そこで「絶対自分はミュー・ジシャンになるんだ」と思い上京。同級生とは「プロになれません」でしたが、2009年にグループデビュー。2回の紅白出場やオリコン1位など、それなりに成績を残せたかなと思います。そこから2018年「バンドが解散し、十bensチャート」へ、ガントと変わったキャラクターチェンジをしました。40歳になつて初めて会社員になり、ハイキャリアの方の転職支援をするコンサルティングをしています。土佐高出身の中ではかなり異端でアットホームなキャリアを積んでいると思つていてましたが、自分の人生のターニングポイントを振り返つてみると、全部土佐高校が関係してきました。

キーワード・セレンディピティ
私はこれから新しい働き方に「セレンディピティ」が大事だと思っています。セレンディピティとは、偶然をきっかけに予想しないようなものを発見したり、そのものもセレンディピティに溢れています。土佐中を受験したきっかけは、小学校のときにいじめに合い、「同じ校区の中学校には行きたくない」と、いじめを逃れました。そこで同級生と出会いやすい環境を結成しづくミьюージシャンを目指します。そして、最初は大学へ進学する指バ

Q. 他人の評価を気にしないって、結構多くの人が難しいと感じているんじゃないかなと思いますが、田島さんはどうやってそれができているのでしょうか？

田島) 何でなんでしょうね…わかんないです（笑）面白かったことは、デビュー前、「就職はいつする？ 音楽なんて私の子で才能ないんだから」と言っていた母親が、紅白決定後、「あなたはいつかやると思っていた」と手のひら返しだったこと（笑）母親ですら変わっちゃうんです。



一般的に、セレンディピティを引き起こす方法は、兎に角オープンマインドでいろいろなコミュニティに参加し、いろんな人と出会っていくことです。自分の意見が正しいと決めつけるではなく、違う意見や考えにちゃんと耳を傾けることがあります。私も40歳まで音楽しかやってこなかつたので、音楽の道しか考えていました。でも、「せっかく同級生に余白をくれたのに、自分がいるから話を聞いてしまつ」と耳を傾けられたからこそ今のキャリアがあります。予期せぬ出会いやきっかけから自分の人生が好転していくと思っています。

得気もなかつたところ、親や先生に説得され受験。合格した中で一番偏差値が高かつた中央大学へ進みました。その中央大学で



82回生
森新氏
Arata MORI

飲料メーカーで人事をしていましたが、自分で手を挙げて新規事業開発へ。飲料の増情熱を燃やす』本業と『社会に余白をひたすら作っています。その傍ら、自分が会社経営をしています。『自販機の増やしたい』思いで効率化に関わる』副業のふりこづかーとして活動しています。本業では、自販機＝「日本一のセルフレジ」「日本の雑談マシーン」などと定義を変え、サントリーのお金を使いながら、社会課題解決へ挑戦しています。

例えば、自販機を因数分解すると：『冷蔵庫×鍵×決済機能』。ここで決済機能だけを切り離すことができたら、自販機の中に入らないものでも売れるのではないか』日本一普及しているセルフレジじゃないかと考えチャレンジしたサービスが「bossマート」。実は自販機は構造上、商品を入れる部屋の数よりもボタンの数が多いため、ボタンを受取り、自販機の余っているボタンを押して清算をする。飲料の物流網で食べ物を提供できる。なので、セルフレジとして新しい役割を持つことができるのです。現在は1万2千件で、店舗のオフィス内を開いています。

Q. 事業でたくさん失敗しても乗り越えられた秘訣は？

森) いつか当たるだろう。という考え方と、ある経営者の方に問われた「森君が生きていた時代と生きていなかった時代に差分ってあります？」の答えを創りたい想いがあることです。



他に、雑談マシーンとしての自販機「社長のおおきり自販機」は、「おはようございます」など挨拶のタイミングを逃すと社員の人と話す機会がない。新入社員の一言がきっかけで誕生しました。雑談の提供に自販機を使うのです。そんな傍ら、副業では効率化に関わる本を出版し、企業や労働組合への講演などへも仕事が繋がっています。



Q. これからの時代を生き抜く工夫や心構えとは?

小島) 『好奇心』と『公私混同』はこれからの時代に大事だと思っています。「こんな風になりたい/これ面白そうだな」という関心の筋があると、膨大な情報の中から光って見てキャッチしやすい。一方、筋がないと全部を取り組もうとしてオーバーフローしやすい。だからこそ、関心軸から自分にフィットしたものを見つける力は、どこから来るかわからないチャンスを掴める力になると思うんです。そしてこれは仕事を豊かにするチャンスもプライベートを豊かにするチャンスもあります。その面で私は公私混同を勧めています。仕事の中、趣味、飲みの場など、いろんな場が繋がりの場になります。さらに、振り幅が多いこれからの時代:「副業してよい」=「一生面倒は見ません」と言われている世の中では、チャンスを沢山取り込んだ方が良く、会社の中でのチャンスを待つのではなく、外にも積極的に出ることです。その時に、関心軸で複数のコミュニティに属していると豊かな人生が待っているんじゃないかなと思います。

田島) 改めて自分の価値観をちゃんと理解することが大事ではないでしょうか。現在、ハイキャリアの方の転職支援をしていますが、皆さん仕事のことはすぐ回答できるのに、「あなたが大事にしている価値観は何ですか?」と聞くと、「家族と過ごす時間を大事にしたいです…」など急に粒度が落ちるんです。仕事面以外のライフに関わる価値観を語れていない。自分に向き合うことができていない。何をやりたいか(to do)とどうありたいか(to be)について、to doは年齢やキャリアによってどんどん変化していくと思いますが、to beはアップデートされていくと思うんです。最初は独りよがりのものでも、社会に還元していきたいと方向が見えてきました。なので、『アップデートしていく自分の状態はどうありたいのか』を定義し、言語化することが大事だと思っています。自分の心の変化を記録し可視化して、常に自分で自分を理解しておくことが大事だと思います。

森) すごく大切にしているのは…楽しそうに働くこと! 副業をしていると、「アイツちゃんと仕事してんのか?」と厳しい目で見られることがあります、実は他の人にちゃんと仕事をしていることなんて証明しようがないんです。唯一人から見えるものは表情。だからこそ、「楽しそうに働いていること」=「いかにコミットしているか」に繋がると思っています。そして、楽しく働くためには、仲間や応援してくれる人を集めることや環境を近づけていく努力をしていくべきかなと思います。我々の世代は、人口も一気に減り、競争環境も激化していく中で、『下りのエスカレーターの中で荷物を上に上げる仕事』をしなければいけません。如何に上に荷物を持っていけるかという難しいミッションを乗り越えていかなければならないと。暗くなつても仕方がないので、この難しいミッションを楽しんで挑む工夫をしていかなければいけないと思っています。

Q. 高校時代どんな学生だった?

森) 好奇心に突き動かされ好き放題していた学生でした。ビルゲイツの後継者になりたいと小学生の頃からPCを壊しては組み立てるほどのIT好きで、個性も強かったです。

田島) 担任の西川先生に自覚まし時計をプレゼントしてもらうほど、朝が弱い学生でした。そんな中でも多様性を大事にしてもらえたことが、ノビノビと自分に向き合うことができたきっかけになったと感謝しています。

小島) 何かに秀でたところはありませんでしたが、やりきるということをわりとやっていました。朝6時50分のバスに毎日乗り、部活も最後までやりきるなど。当時自指することがあった訳ではなく、気づいたら今があります。

Q. 高校時代から変わったところは?

小島) 体重です(笑) 順調に成長しています。

森) 実はもともとは自己肯定感が物凄く低かったです。自分の何が強みでどういうアイデンティティで戦っていけばいいのか悩んでいました。でも、なぜか根拠なき自己肯定感の欠片だけはあってですね…(笑) 事業も20個くらい立ててほとんど失敗しましたが、何か当たるかもしれない、社会人になり10年経つ中で、やっと人生の時間をコミットしていきたいサービスや事業が見つかりました。

田島) 自分のやりたいことや大事な価値観のベクトルが自分から外に向いてきたこと。学生時代や20代の頃は「すごいドラマーになりたい」とか自分本位の価値観や夢だったのが、「ファンの人たちに希望を届けたい」「自分が関わる人に幸せになってほしい」と日々考えて仕事をしています。

Q. 高校時代から変わってないとこは?

田島) 他人の評価を気にせずに自分の価値観に従って人生を歩んできたところは変わらないですね。

小島) 投げ出さない。やり抜くことかなと。実は2回しか転職しておらず、各社7、8年勤めているんです。やっぱり長くやらないとわからないこともあります。今はまた相手が個別の会社になっていますが、AWSのときに1個1個のプロジェクトを回していくパラレルな働き方と変わらずに現在も続けられていると思います。

森) 好奇心が強いところです。今でも好奇心がバーンと爆発して寝られなくなることもあります。



多数飛び交う参加者からの質問



現役大学生からお礼の花束



本番当日まで続いたFacebookでの参加呼びかけ



(申し込み締め切りまであと3日の日のFBより)

＼お申込みカウントダウン！／

名刺の準備はお済みですか？

同窓会で少し話しただけの「弱いつながり」が
いつか大きな意味を持つかもしれません。

会場司会と生配信に奮闘された2の会の方々



講演会と懇親会のご感想と、同窓会に参加してみて感じたあなたの「シン」（進、信、身、親、真、心、新 etc.）は何ですか？またその理由をお答えいただきましたので数名ですが紹介いたします。

コロナ禍になって以来同窓会含め初めて立食パーティに参加しましたが、先生方や先輩方との思いがけない出会い、対面だからこそ話せる旧友とのお互いの近況など、リアルで対面することの貴重さ、面白さを改めて感じました。

【新】キャリアを軸にしたことで学生も参加しやすく、社会人の方々もネットワーキングできる良い機会になっていると思います。来年以降もこのような形式をぜひ継続していただきたいです。（M 81回）

新しくなった同窓会を感じました。若い方の参加がさらに増えると良いと思います。新しくなった講演を感じました。○社の○様の講演ではなく、～をしている～様の講演として記憶に残りました。

【新】母校との新しい関係。（K 65回）

業種ごとの雑談会が特に楽しかったです。様々な業種の人からお話を聞くことができ、とても貴重な機会でした。将来は先輩方のように自分の仕事について自信を持って語りたいなと思いました！

【親】同窓会初参加でした。年齢差関係なく、打ち解けてお話をしてください親しみやすくアットホームな土佐高の雰囲気を体感できました。（H 93回）

準備会から参加、進行役の52回安田さん、72回谷口さんは秀逸で、常に会議は真摯で建設的に展開されました。実に充実した「タテ！ヨコ！ナナメ！」のリアル同窓会でした。参加者からは「会場の素晴らしさ」「ハイレベルの講演会」に賛辞が寄せられました。まさしく、「シン！同窓会」は「真&親！同窓会」でした。（N 42回）

パネリストのみならず、タレント揃いの同窓の方々に感銘を受けました。

【神】です。同窓会には神がかった出会いがあります。（O 58回）

刺激的な話も多く、各界で活躍する先輩方に知り合えたのはとてもいい機会でした。自分の仕事などの悩みにも率直な意見をいただけたので、心温まる居心地の良いところでした。

講師の方それぞれが魅力的で、人生の捉え方や仕事の仕方も参考になります。今後の人生や仕事に役立つ内容が多く、著書も読みたいと思います。

【芯】個人の芯がしっかりしていれば、進む道に必ず花を咲かせられる。自分の芯を見つける事が重要なと思います。土佐という芯があるので、団結する力や所属の安心感にもつながりました。（H 81回）

アンケートへのご協力ありがとうございました(____)m

同窓会運営をして 浦部亮82回

今年の関東同窓会は本日無事に開催する運びとなりましたが、昨年の1の会主催の同窓会は完全オンラインとなり、一昨年の会主催の同窓会は規模を大幅に縮小しての開催となりました。今年はアフターコロナとはいきませんでしたが、感染症対策を講じながらの3年ぶりの大規模なリアルでの同窓会開催となりました。

しかしながら、実際のところは幹事会発足から困難の連続でした。コロナ第6波、第7波、と10月のコロナ禍で予測が出来ない状況に、「本当にリアルで開催できるのか? 同窓生集まるのか?」「はなから完全オンラインで開催した方が良いんじゃないのか?」等、毎週のようにティンギで打ち合わせに打ち合わせを重ねて参りました。また、長年お世話になりました。東海大学校友会館の閉館に伴つて新たな会場探しも始めなければなりません。いくつもの会場を視察し、ようやくの思い出でこちらの素敵な会場とめぐり会つことができました。会場運営の大手町プレイスカンファレンスセンター様、映像配信の株式会社ケータリングの株式会館様、本日は誠にありがとうございました。この場をお借りまして深く御礼申し上げます。さて、日本中がコロナ禍まさかりであつた去年、おとどしに幹事団がオンライン配信等を駆使し、途切れさせず、苦労してついてくれた関東支部同窓会を、今年の2の会がどうにかして次の若い世代につなぎたい、欲を言えば、コロナ前のように盛り上げて行きたい!

新しい時代に、様々な形で皆様に「新しい同窓会をお届けしたい!」その一心で「シン! 同窓会」と題し、YouTube配信や、業種別交流の場を設けたり、パスマーケットを利用してオンライン決済ができるようにしたりと新しい試みを色々と考えて参りました。至らぬ点も多々ありますと想いますが、このたびの「シン!」を今、壇上にいる32回生、92回生幹事団のメンバーがチーム一丸となって準備させて頂きましたが、みなさま、「シン! 同窓会」体験して頂けたでしょうか? ? ?

コロナ禍においてどれだけの同窓生が会場に来てくれるかも予想できない状況でしたが、本日、これだけの同窓生が集まつたこと、改めて土佐校の絆を強く感じました。

つたない表現ですが、やっぱ

「リアルに会いたい! 飲みたい! 語らい

たい!」が今日の率直な感想です。

本日はこのように、多くの同窓生や小学校長をはじめ、懐かしい先生方とも再会でき、楽しいひとときを過しました。来年も変わらず、また土佐校同窓会で元気な皆様とお会い出来ることを楽しみにしています。

結びになりますが、同窓生の今後のさらなる発展と健康、そして土佐校の益々の繁栄を祈つて、簡単ではありますが、2の会代表挨拶とさせていただきます。

(閉会の言葉
10月29日)



代表の引継ぎ式
浦部亮さん(82回)から
吉本史哉さん(83回)に
校旗が渡されました





育児パパ 山本記央さん(81回)にインタビュー

都会で子育て

今回は山本記央さん（81回）に取材をしました。男性の育児休業取得について、公私共にどのような変化や影響があったのかを教えていただきました。時代の流れに合わせて今後も男性の育休を取得したい方のために参考になればと思っています。全体のスケジュール表も参考に、リアルな育児休業生活前と後もご紹介いたします。

自分:育休中 妻:在宅で3~4時間仕事 息子:生後3か月、毎日元気			自分:仕事復帰 10:00~17:00の6時間勤務(月6在宅) 妻:週3で7時間勤務、週2で在宅で7~8時間仕事 息子:1歳3か月、毎日元気に保育園に通う		
時間	行動	備考	時間	行動	備考
9:30	起床 (ゴミ出し)	※妻は日中都度授乳	7:30 8:20 8:45 9:00 18:00 19:00 20:00 20:20 21:00 2:00 3:00	起床 交互に朝食 (ゴミ出し) 登園準備 保育園に送る 着替え・出勤準備 ルンバ・洗濯乾燥機起動 通勤 勤務開始 昼食・休憩 退勤 帰宅 (買い物) お風呂洗う 洗濯物置む 夕食準備 明日の登園準備 離乳食を食べさせる 交互に夕食 息子と遊ぶ 息子を入浴させる 自分の入浴 夕飯の片付け 食器洗い 洗濯物置み (ゴミ出し準備) (その他家事諸々) 自由時間 夕食 息子を入浴させる 自分の入浴 寝かし付け 息子が泣いたら対応 夕飯の片付け 食器洗い 洗濯物置み (ゴミ出し準備) (その他家事諸々) 自由時間 妻を起こして引継ぎ 自由時間 就寝(妻と息子とは別室)	妻は6:30頃起床。 朝食は各自食べたい物を食べる。順番が前後することもあり臨機応変に出来る方が対応。 早出の日以外は自分が担当。 月に6日間在家勤務。どちらも在家勤務の日は作れる方が昼食を作る。事前に仕事の日程調整をしているので、息子が発熱した際等の小児科対応は日によってどちらが行くか予めほぼ決まっている。 自分が在宅勤務の日以外は妻が保育園にお迎え。 妻と都度役割分担して対応。一方が家にいる日は隙間にやったりもする。この時間帯に終わらなかった分は入浴後寝るまでの時間に対応。 夕食は交互で、その間もう一方が息子と遊ぶ。夕食後は妻が先に入浴し、その後息子と遊ぶ。 この間妻は寝室で授乳と寝かし付け。息子は21:30頃寝て、妻はそのまま一緒に寝ることが多い。時々手伝ってくれる。夕食までに終わらなかった家事もここで対応。 妻が起きていたら色々話したり、家族会議したり。息子が夜泣きすれば臨機応変に対応するが、ほぼない。
	朝食 (息子と散歩)	順番は日によって違う。臨機応変に対応。朝食は各自食べたい物を食べる。この間妻は別室で仕事か昼寝。			
	洗濯物干し				
	昼食準備	夕食分とは別に毎回作ることが多い。たまに気分転換に外食をテイクアウトしたりもする。			
	昼食				
	13:30 息子が泣いたら対応 息子と添い寝 (息子と散歩)	この間妻は別室で仕事か昼寝か外出。自分がひとりで外出している時(買出し含む)は妻が息子に目の届く範囲で仕事しつつ、泣いたら対応・授乳。(仕事は都度中断)妻の外出中はミルク。搾乳してまでは母乳にこだわらない。夕食は数種類のおかずを大量に作り数日かけて食べきるスタイル。作る必要のない盛り付けるだけの日はその分妻が働ける時間が延びる。			
	(掃除) (買い物) (その他家事諸々)				
	(通院等の外出)				
	自由時間				
	夕食準備				
19:00 夕食	授乳のタイミングや息子の機嫌で順番が前後する。夕食を中断して入浴することもある。				
20:00 息子を入浴させる					
20:20 自分の入浴					
21:00 寝かし付け 息子が泣いたら対応	出来る方が対応。				
夕飯の片付け					
食器洗い	妻はどちらが寝かし付ける場合も息子が寝てから入浴。その後22:00頃から妻は息子とは別室で仮眠して睡眠時間確保。妻の仮眠中に息子が泣いたらミルクをあげて寝かし付ける。				
洗濯物置み (ゴミ出し準備)					
(その他家事諸々)					
自由時間					
2:00 妻を起こして引継ぎ 自由時間	妻が息子と同室に移動して就寝。以後息子が泣いたら妻が起きて対応。息子のリズムにのるが、妻は基本的に7:00頃起床。				
3:00 就寝(妻と息子とは別室)					

●育休中に大変だったこと

息子が抱っこ紐でないと昼寝してくれず、息子の昼寝時間確保の為にほぼ毎日2時間近く散歩する羽目になったことが大変でした。（育休中に4kg痩せました）

●育休中の自由時間に何をしていた？

息子が普段寝る時間に寝なかったらどうしようという漠然とした不安があり、日中の自由時間は出来るだけ昼寝しているという時に備えていました。起きてもボーッとしている間に終わってしまうという感じでした（苦笑）

資格の勉強が出来るのは夫婦揃って育休を取った人で、どちらか一方だと育児の時間で終えてしまうのが現実ではないでしょうか。休業の本来の目的と異なるので自己投資する場合はあまり大っぴらにしない方がいいように思います。

また限られた時間で自己投資に使ってしまうとパートナーに育児の負担を押し付けることになるので、夫婦間での合意が前提です。育休中に自己投資や他の仕事が出来ると期待しない方が賢明だと思います。

●今後の就活生へのアドバイス

男性でも希望通り育休が取得出来る企業であるかどうかは、企業の公表データだけでは見えない部分もあります。男性の育休取得率と育休日数の詳細を知ることで初めてその企業の育休取得実態にたどり着きます。3日だけで育休取得という実績をしている企業も多いのです。

育休取得を考えている方は、日数も気をつけて確認してください。今後も皆様が仕事と家庭のバランスをとりながら、幸せな日々を送ってほしいです。

インタビュー 張 祖潤(81回)

パパも育児休業を取得しよう

●子供が生まれてからの変化は？

育休を取得する前は仕事や生活は事前に計画して、準備万端にしてから臨むことがほとんどでした。しかし、息子が生まれてから、家族の体調や用事で突然の予定変更を余儀なくされることも増えたため、何事も臨機応変に対応出来るようになったのが自分の中で大きな変化です。

●職場の反応と現在の働き方について教えてください

育休中は職場から仕事の連絡があったのは1回程度で、かなり職場に恵まれていたと思います。年配の方が多い職場であるため、若手の育休取得への理解はあるというより、受け入れて新しい風を作り行かなきゃという雰囲気を感じます。

現在時短勤務中ですが残業免除申請は行っておらず、必要に応じて早出や残業を行い業務に対応しています。妻と事前に仕事のスケジュールを調整しているので、息子の発熱等で突然仕事を休むこともあります、当日どちらが対応するかで揉めたり同僚にフォローしてもらう場面も今のところほとんどなく、休んだ分は自分自身で取り返すことが出来ています。そうした工夫もあって同僚から嫌味を言われることもなく温かく見守ってもらっていると感じています。

●なぜ日本で男性の育休取得が進まないと考えますか

私が育休を取得し家事育児を一手に引き受けても、妻は母乳に関するトラブルが頻発し、上手く母乳をミルクに代替出来ず、授乳で働く時間が制限されました。日本は母乳信仰が強く、産後すぐに働きたい女性向けのミルクへの移行指導が脆弱であることが女性を育児に縛り付け、男性が育休を取得して育児に参画する妨げにもなっているとも感じます。

加えて職場の雰囲気や出世への悪影響を理由に自分がファーストペンギンになることを躊躇する男性が多い印象です。私は職場で男女問わず初めての育休を11ヶ月取得することで、今後の若手に道を切り拓くことが大切だと考えました。前例が出来ることで、後に続きやすくなるでしょう。「男性の育休取得率を上げる方法は、逆説的ではあるが、とにかく率先して取得すること」だと思います。

●育休を取得してどうでしたか

家族と過ごす時間の大切さを改めて知り、更に仕事をもっと効率よく時短でこなせるよう工夫するようになりました。世の多くの子育て世代（特に女性）がどういった苦労を抱えているかを身を持って体験したことは、自分の今後のキャリアにとっても間違いなくプラスであったと確信しています。

家族のためにも、仕事を頑張るモチベーションを持続出来ています。仕事と子育てを両立する上で、職場の福利厚生を重視するように視点が変わりました。人生で最初で最後のチャンスかもしれないのに、迷っている人は是非、勇気を振り絞って取得して欲しいです！



●育休取得後の復帰について

育休中に、復帰後の生活を想定して引っ越しをしました。更に家の負担を減らすため時短家電（ドラム式洗濯乾燥機、食洗機、レンジ）を導入、フル活用して仕事と家庭のバランスをとっています。

UIターンをお手伝いします。
転職・移住

●Uターンしたくなったら
➡私たちにご相談ください。

●Uターン・リターン希望の方がいたら
➡私たちをご紹介ください。

一般社団法人
高知県移住促進・
人材確保センター

高知県、市町村、関係団体の43団体を社員とする一般社団法人です。無料職業紹介所として、高知県の企業と就職・転職希望者のマッチングをはじめ、UIターン希望者向け各種イベント、及び移住の際のサポートを行っています。

088-855-7748 jinzai@iju-jinzai.kochi.jp

東京オフィス
03-6206-1707

【開設時間】10:00~18:00(平日)
東京都千代田区内幸町1-3-3 内幸町ダイビル8F

高知で働きたい！を
応援します。

「高知求人ネット」

高知求人ネット

ご相談・ご紹介等、よろしくお願ひいたします。

高知県移住促進・人材確保センター



第24回 土佐ハイクの会



今年の第24回土佐ハイクの会は、コロナ禍の影響もあって三年ぶりの開催、例年より少なかったが二十四名の参加で、出羽三山への一泊一日の修行旅行でした。

出羽三山とは、羽黒山、湯殿山、月山、山形県の中央に聳える信仰の山です。羽黒山は現世の幸せを祈る山（現在過去）、湯殿山は生まれかわりを祈る山（未来）とされ、現在・過去・未来を巡る「生まれかわりの旅」として出羽三山への参拝が古くより広まつてきました。

例年は大型のサロンバスで出発直後からビール乾杯に続き大宴会が始まり、休憩の連続でしたが、今回は自粛中とのことで、サロンバスが借りられず宴会の自粛という修行から始まりました。そのためか臨時のトイレ休憩の必要が無く、予定よりも早く湯殿山に到着！

湯殿山神社本宮での参拝は裸足になり、御祓いを受けてお詣りをし、全員新たな「生まれかわり」のときを過ごしました。ついでに、この俗世とは切り離された神域で、土佐ハイクの会の生まれ変わりを祈りました。

続いて羽黒山の参拝！通常、隨神門から山頂の本殿まで続く二四四六段の石段を登つて本殿に行き参拝するのですが、翌日の月山登山の力を温存するため、バスで先に本殿に行き参拝を済ませてから、現世の幸せを感じながら隨神門まで石段を下るという逆コースの楽々コースでした。

宿舎は茅葺の古い宿坊で貸し切りでした。夕食はコロナ禍のため、一人一人のテーブルでしかも少し離れていたが、それでも朝から自粛していたビール、酒は飲めるとあって小声で歓談しながら食事を始めました。しかしやっぱり土佐人、土佐高、あつという間にテーブ

ルを寄せ合ってどんどん騒ぎ、挙句の果てには土佐高心援歌まで歌いだし、昔の儘の宴会そのままで、生まれかわりの旅と称したもの、我々土佐ハイクの会は「なんちやあ変わってない」事がわかつた夜でした。

翌朝、絶好の登山日和になりました。月山は出羽三山の中で最も高く（1984M）、月山神社本宮への参拝は大変ですが、月山八合目まではバスで容易に行け、そこからは約二時間半で頂上の本宮に行けます。しかしごの参拝者は下から歩いて登らないといけないので大変だったことが想像できます。松尾芭蕉も、奥の細道紀行で羽黒山から月山を経て湯殿山にその足跡を残しています。とくにこの月山登頂の折は、あいにく雲が多く頂上がなかなか見えなくしてそれを詠んだ句・・・

雲の峰いくつ崩れて月の山
が有名で、頂上近くに句碑があります。

我々は八合目から山頂を目指す人、ハ合目近辺の弥陀ヶ原を散策する人の二組に分かれてそれぞれの時間を楽しみました。登山組は森林限界を過ぎてからの登山で十分に景色を堪能し、頂上の本宮を参拝して降りてきました。

登山経験の殆どないHさんもさすがハチキン、少し遅れましたが頑張って登頂しました。

バスでは恒例の俳句と川柳の会がはりまると、一転して真面目顔になり、中山先生の天地人の発表になり、喜一憂し、楽しい時間を過ごしつつ宿に到着しました。

池田勲夫



俳句と川柳 中山世一選

三年ぶりの土佐校ハイク会でした。一日目は曇りながらもなんとかお天気はもっててくれました。その夜（朝方）は底の抜けたような大雨、しかし出発する頃はからりと晴れてくれました。

行程は一日目、湯殿山・羽黒山。二日目、月山でした。十三年前に羽黒山と月山には行ってました。それでもかなり変わった印象がありました。前には月山の弥陀ヶ原付近に雪渓が見られましたが、今回はありませんでした。温暖化のせいでしょうか。月山の龍胆がすごくいい色で印象的でした。今年は、前回欠席の中島宏さん（38回）も出席、場を盛り上げてくださいました。感性（俳句）も相変わらず豊か、知性（川柳）は今回は残念でした。名ガイドの中沢礼江さん、前に引き続き今回も川柳の部で天（第一位）でした。土佐校の皆様も知性で負けぬよう頑張ってください。

前回六歳の令奈ちゃんが今や九歳の小学生、小さかった英智君は一六歳の高校生、見違えるほど大きくなっていました。一人とも元気に月山に登りました。それに引き換え大人はかなりばてたようです。

今年は同期の三七回組がたつたの二人、淋しい限りでした。来年はマスクなでお会いしましょう。



中山
世一記

俳句の部 席題 台風（野分）・コスモス（秋桜）・自由題
野分あと今宵は峰の坊宿（ごまどり）
喜寿過ぎて登る月山花芭
りんどうはそよ風の吹く修驗道

林田 中沢
岡野 繼夫 宏
濱田 中島
由紀 啓 太郎
礼江 勲
陶芸家

川柳の部

人地天 来年はマスクはずして会いたいな
人地天 老いたれば頂き遠し月の山
人地天 山おばさんマスクでちょっと山ガール
の井上健郎さん（38回）から賞品のお皿が贈られました。

人地天

川柳の部

川柳の部



濱田繼夫さん（37回・右から2人目）も軽快に登頂



9月の第一週の土・日曜に開催します。
同窓生との大人の修学旅行に行きませんか
お子様連れも大歓迎です！



一般社団法人
土佐婚俱楽部[®]
TOSAKON CLUB

婚活のお悩みを心を込めてサポート致します
年に数回、合コン等やってます！詳細はHPで

代表理事・東京相談室長 織田祐輔（45回生）
顧問 梅原毅（45回生）
顧問弁護士 浦田理有（76回生）

URL <http://tosakonclub.com/>

東京相談室 080-5010-5545
〒204-0023 東京都清瀬市竹丘1-17-21



(上) 江戸切絵図(安政四年-1857)にある品川宿。町割りは、北から、徒步新宿(かちしんじゆく)、品川北本宿、品川南本宿となっていた。宿内を流れる川は目黒川。街道の山側には桜の名所御殿山がある。



(上) 歌川広重<保永堂版 東海道五拾三次之内(天保五年-1834)>より『品川日之出』。上地図の青い矢印の方向を描いたもの。街道の両側に茶屋や旅籠屋が軒を連ねていた。とくに海に面した旅籠屋は、江戸湾から房総半島まで一望することができたので、多くの旅人で賑わった。



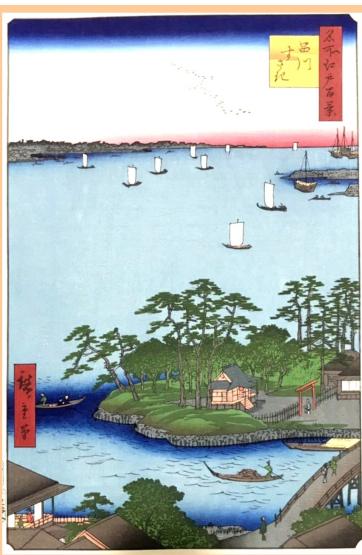
(上) 上図と同じ場所から筆者撮影。左側の建物の東側は全て埋め立てられて海は全く見えない。左下に立つ記念碑には「東海道ハツ山口右品川宿」と刻まれている。

御殿山の桜
品川宿の西側一帯は台地にており、「御殿山」と呼ぶ。春は桜の名所として賑わつてゐる。江戸時代中期以降には、御殿山の桜は寛文年間に吉野山に整備されたのは、見聞の場所といわれてゐる。江戸庶民の娯楽の代将保所いなかへて、江戸庶民の花見の場所には、飛鳥山(品川)、隅田堤(向島)、小金王(大森)、大森(横浜)、三月つ桜(鎌倉)などに植樹を行つた。このうち江戸四つ桜は、浮花のかかる三月に咲くが、その香りに包まれるようになつた。この名所とよばれる由来は、品川は櫻の名所であるからである。



(上) 歌川広重<江戸名所(弘化年間-1844~48)>より『御殿山花盛』。桜時には江戸からの花見客で賑わった。四大桜名所の一つで眺望がよく品海や房総が一望できた。

の先に房総半島が一望できる景勝地として有名だった。
品川女郎衆



(上) 歌川広重<名所江戸百景(安政-1854~60頃)>より『品川すさき』。上地図の赤い矢印の方向を描いたもの。手前は目黒川の河口。左下隅に描かれているのが有名な妓楼「土蔵相模」である。右上海中に見える土盛りは黒船対策のため築かれた品川お台場(砲台)。

この品川宿を通ることになる。
逆に参勤のために江戸へ入る
大名は、品川宿で小休憩し、
それまでの旅装束を改めて江
戸屋敷に入り、その日のうち江
戸の関係者に報告に出かけ
る。他の



(上) 上図とほぼ同じ場所と思われる現在の御殿山の東端から筆者撮影。品川の東側の海は埋め立てられビルや建物が建ち並び全く海は見えない。



(上) 街道に面した「土蔵相模」跡。現在は小さなマンションが建っている。街道に面した表に史跡であることを示す説明版がある。筆者撮影。

母校だより

学校長 小村 彰

関東支部同窓会では、大変お世話をになりました。なつかしい顔もたくさん見られ、皆さまのエネルギーに元気をもらいました。本当にありがとうございました。七月以降の学校の様子を報告します。

※全国でも入賞！運動部も文化部も

運動部は四国インターハイ、文化部は東京総文。多くのクラブが登場した夏の全国大会では、それぞれ、一杯のがんばりをみせてくれました。中でも、登山部が2位、水泳の飛び込みで川村君が3位、囲碁の松田君が5位と、全国入賞を果たしました。入賞までの軌跡を、九月一日の始業式で、高校の全生徒の前で報告しました。登山部の主将矢野君は、勝ち負けを超えた山の楽しさを、松田君はこれまで一度もしたことがないミスを犯して、優勝への道を逃しました。弓道部はこれまで一度もしたことを決定しました。本番は実施可能でも、それまで欠席者が相当数出て、固定メンバーでの練習がほとんどできませんでした。弓道の少年女子団体で、本校生二名と他校生一名の本県チームが七位入賞を果たしました。来春に行われる高校選抜大会の予選でも、本校生の

※運動会実施

四人五脚、ムカデ、

鯉滝……、今年こそ、

こうした定番競技を実

施しよう。八月下旬ま

では、その方向で動い

てきました。しかし、

そこから猛烈なスピ

ドで感染が拡大。本校

生からも次々に陽性の

連絡が入ります。そ

うした状況を踏まえ、八

月三十一日、職員会で

シルバタク

が追走しました。

三日目の旅

程です。バスの後

が最初で最後になりました。話には

聞いていますが、やっぱりすばら

しかったです。ありがとうございました」とのお話。

県外からの入学

生で、こちらが

感謝でした。や

ぐらの解体もス

ムーズに進み、

最後に集合した

高三生の、学年

主任の話を聞く

晴れやかで満ち足りた表情が印

象的でした。

※修学旅行、二

年相次いで実

施

として、十一月十四日、今度は高一が東京への修学旅行に出発しました。移動のリスクを考えて、本校史 上初めて飛行機を使用しての修学旅行。四泊五日で、帰つてくるのは、足りた表情が印象的でした。

三が連続でスキー研修に行きます。

ただただ無事を祈るのみです。

コロナ禍、さまざまな制限がある

中で、何とか学校の本来の姿を保と

うと心を碎いてきました。しかし、

その「本来の姿」が一体何なのか、

問い合わせられる状況が生まれています。

そうした厳しい状況の中で、苦悩し

ながらも前進しようとする母校に、

卒業生の皆さまの変わりないご支援

を心からお願ひします。

(二〇二三年十一月一五日記)



弓道 国体



「ありがとうございました」とのお話。県外からの入学生で、こちらが感謝でした。やぐらの解体もスマーズに進み、最後に集合した高三生の、学年主任の話を聞く印象的でした。

そして、十一月十四日、今度は高一が東京への修学旅行に出発しました。移動のリスクを考えて、本校史上初めて飛行機を使用しての修学旅行。四泊五日で、帰つてくるのは、足りた表情が印象的でした。

三が連続でスキー研修に行きます。ただただ無事を祈るのみです。コロナ禍、さまざまな制限がある中で、何とか学校の本来の姿を保とうと心を碎いてきました。しかし、その「本来の姿」が一体何なのか、問い合わせられる状況が生まれています。そうした厳しい状況の中で、苦悩しながらも前進しようとする母校に、卒業生の皆さまの変わりないご支援を心からお願ひします。

その後、九月に行われた栃木国体、弓道の少年女子団体で、本校生二名と他校生一名の本県チームが七位入賞を果たしました。来春に行われる高校選抜大会の予選でも、本校生の



2022 高2出雲大社

出版レーダー



鍋島高明(30回生)
『土佐ジャーナリスト列伝』
高知新聞総合印刷
2022.9



田島征三(34回生)
「ルイの冒險」
講談社
2022.9



野田正彰(37回生)
「戦争と罪責」
岩波書店
2022.8



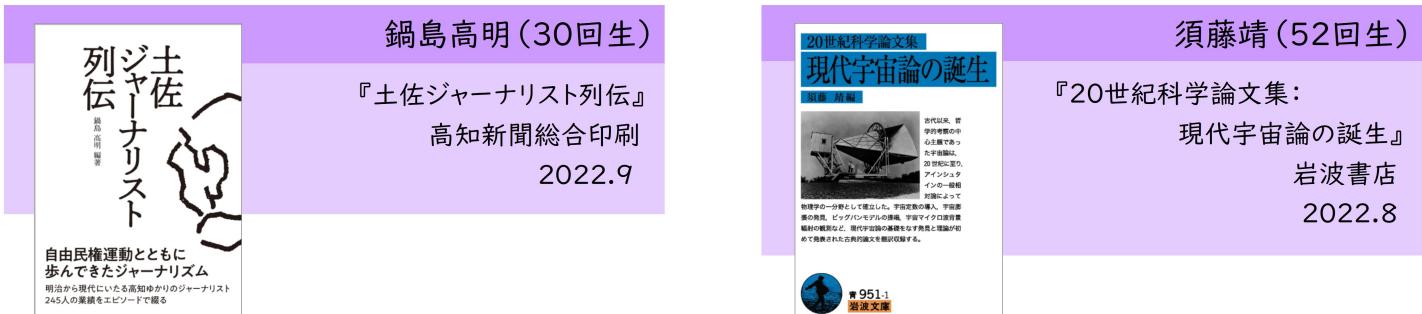
西村繁男(40回生)
『茨海小学校』
三起商行
2022.10



矢野龍彦(46回生)
『体得! 本当のナンバ走り:
疲れないから長距離もラクラク!』
ビーエービージャパン
2022.10



西田博(47回生)
『日本の矯正・保護を動かす
「外の力」とは』
成文堂
2022.10



須藤靖(52回生)
『20世紀科学論文集:
現代宇宙論の誕生』
岩波書店
2022.8



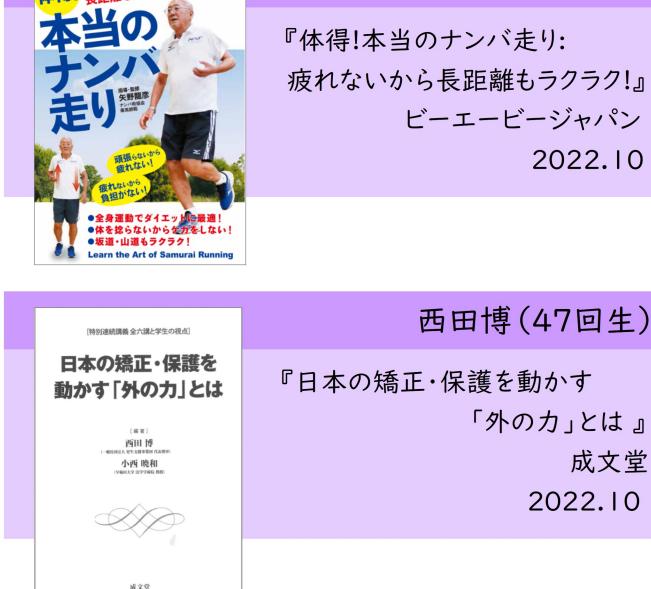
門脇護(53回生) / 門田隆将
『緊急発刊
“安倍後”を襲う日本という病』
ビジネス社
2022.8



門脇護(53回生) / 門田隆将
『日中友好侵略史』
産経新聞出版
2022.9



高瀬秀芳(69回生)
『小説 バスカヴィル家の犬
シャーロック劇場版』
宝島社
2022.5



私の一冊
黒鉄ヒロシ(41回生)
「1702 忠臣蔵(一)雪の本 他全4巻」
幻冬舎コミックス

元禄15年(1702年)12月14日
は赤穂四十七士による吉良上野介
邸討ち入りの日。「忠臣蔵」は歌
舞伎や映画、ドラマ等でたびたび
演じられてきた。これほど日本人
の心を魅了するのはなぜなのか。
本書は物語としての忠臣蔵小説で
はない。書状などの資料から当時の
世情と赤穂事件を読み解く歴史
書だ。遠藤瑞枝(67回生)

