

倶楽部名	北関東倶楽部
お名前	さいとう きよし 斎藤 清



みなさんこんにちは。80年入社の斎藤と申します。前橋支店を振り出しに、当時の中海団、東北営本、高崎、再び法人前橋支店と異動し、その後縁あって、大学教員として12年間の得難い体験をさせて頂きました。

さて、現在は完全な年金生活者ですが、日々過ごす中での三つの心掛けを紹介します。

一つ目は『何といたっても健康維持』です。毎日のウォーキングと週3のジム通いを励行し、現役当時より遥かに健康的な毎日を過ごしております。健康は言うまでもなく全ての活動の基本であることを痛感しています。

二つ目は『趣味としての旅行の追求』です。

現役時代には行けなかった離島や全国津々浦々への旅、時には女房や孫たちと一緒に掛ける温泉旅行等、健康な今だからこそ取り組める楽しい思い出作りに、大きな生き甲斐を感じています。

そして三つ目は『昔の仲間たちとの絆復活』です。BOB会もその一つですが、会社時代の同期会・大学時代のゼミ同期会・サークル活動の民謡部OB会等に積極的に関わっています。特筆できるのは、数年前に復活した「新潟祭り大民謡流し」への参加でしょうか。最初は数人の参加でしたが、今年は16名の参加を見るまでになりました。信濃川の川風に吹かれながら万代橋の上で佐渡おけさや新潟甚句を踊れることは、正に至福の至りです。

男性の健康寿命平均は約73歳とされていますので、私にとってはあと5～6年。自分らしくこの三つの心掛けを日々大切に、楽しく生き甲斐を感じながら過ごしていきたいと考えています。