

藤栄会 東京支部だより



支部長挨拶

藤栄会東京支部長 長谷川 しのぶ

支部の皆さまには日頃より藤栄会東京支部の活動にご理解とご協力をいただき心より感謝申し上げます。令和 8 年 6 月 21 日の支部総会において、推薦委員会の推薦を受け再任が承認され支部長をお引き受けいたしました。新役員一同団結し、前向きに新たな一歩を踏み出していまいります。

令和 7 年の総会で承認されたとおり、今年度より支部会費が 2,000 円になります。物価高騰の波が押寄せるなか、支部だよりの充実と事業内容の見直し、そして会議の合理化を目指して努力してまいります。

今回の支部だよりには大学 1 回生の大森芙美先生と高橋繁美先生の対談を載せています。お二人が学生当時から現在までの大学やそれを取り巻く状況の変遷を振り返り、時にはエキサイトし、また涙しながらの対談でした。記事内容のチェックをしていただき広報部もほっとした時に繁美先生の訃報が届きました。ただただ悲しく残念な思いです。事業の一つに繁美先生の自然運動の講習会を計画していましたが、講習会は中止にせざるをえず、年度内に卒業生が集まれるような事業を計画したいと思います。

藤園祭は 10 月 31 日・11 月 1 日です。どうぞお出かけください。今後ともよろしくお願いいたします。

高橋繁美先生のご冥福をお祈り申し上げます。

事業報告

2026 年度 定 期 総 会

日時：2026 年 6 月 21 日（日） 10:00～12:00
場所：東京女子体育大学 4 号館 4 階 4402 教室
出席：39 名 委任状：133 名 合計：172 名
司会：庶務 内田 美和子
記録：高橋 佳子

1. 報告事項

- (1) 2025 年度 活動報告について
- (2) 2025 年度 決算報告について
- (3) 2025 年度 会計監査報告について
- (4) その他

2. 審議事項

- (1) 第 1 号議案：2026・2027 年度 役員選出（案） → 承認された
- (2) 第 2 号議案：2026 年度 活動計画（案） → 承認された
- (3) 第 3 号議案：2026 年度 予算（案） → 承認された



2025 年度 一般会計収支決算報告書

2026年3月31日
(単位：円)

(収入の部)

項 目	2025年度予算額	本年度決算額	摘 要
前年度繰越金	283,578	283,578	
2025年度会費	180,000	190,000	ゆうちょ131名 現金56名 たましん3名
藤栄会補助金	20,000	20,000	支部補助金
	60,000	60,000	特別補助金
事業収入	90,000	118,755	バザー収益、事業収益
雑収入	0	67,022	寄付等
預金利息	0	268	利息
合 計	633,578	739,623	

(支出の部)

項 目	2025年度予算額	本年度決算額	摘 要
会議費	100,000	54,800	総会、ハガキ代（総会案内）
事務費	30,000	11,898	用紙代 文具代 インク代
事業費	100,000	100,141	講師謝礼 通信費 養成塾
会報発行費	170,000	136,691	印刷代、封筒代、郵送代
交通費	170,000	186,100	交通費(役員)
慶弔費	10,000	0	
広告費	2,000	0	
予備費	51,578	20,000	支部長活動補助
合 計	633,578	509,630	

総収入	総支出	次年度繰越金
739,623	509,630	229,993

2026 年度一般会計予算書

2026年5月28日
(単位：円)

(収入の部)

項 目	2026年度予算額	前年度決算額	摘 要
前年度繰越金	229,993	283,578	
2026年度会費	260,000	190,000	@2000×130名
藤栄会補助金	20,000	20,000	支部補助金
	60,000	60,000	特別補助金
事業収入	90,000	118,755	バザー収益、事業収益
雑収入	0	67,022	寄付等
預金利息	0	268	利息
合 計	659,993	739,623	

(支出の部)

項 目	2026年度予算額	前年度決算額	摘 要
会議費	80,000	54,800	総会、ハガキ代（総会案内）
事務費	25,000	11,898	用紙代 文具代 インク代
事業費	120,000	100,141	講師謝礼 通信費 養成塾
会報発行費	160,000	136,691	印刷代、封筒代、郵送代
交通費	220,000	186,100	交通費(役員)
慶弔費	10,000	0	
広告費	10,000	0	学友会/藤栄会本部
予備費	34,993	20,000	
次年度繰越	0	229,993	
合 計	659,993	739,623	

2026年4月9日

監査結果 上記の通り相違ない事を認めます。

会計監査 寺 嶋 文 代 ㊞

会計監査 宿 谷 文 乃 ㊞

2026・2027 年度 同窓会藤栄会東京支部 役員紹介

役 名	氏 名 (卒業年)	役 名	氏 名 (卒業年)
顧 問	坪田 祥子 (保 S31)	庶 務	中村 由美 (大 S54)
	森田 昭子 (大 S40)		内田 美和子 (大 S50)
	寺嶋 文代 (大 S42)		西川 亜希子 (大 H12)
支 部 長	長谷川しのぶ (大 S61)	会計監査	及川 和子 (保 S38) 宿谷 文乃 (保 S57)
副支部長	内田 美和子 (大 S50)	事 業 部	向林 奈緒子 (保 S60)
	大石 慶子 (大 S55)		高橋 佳子 (大 H21)
会 計	山口 恵子 (大 S55)	広 報 部	高橋 祐子 (大 H24)
	仙石 和江 (児 S56)		大石 慶子 (大 S55)
			鎗 真由美 (大 H7)

5 地区長・養成塾太鼓講師の原 美津子さんが瑞寶雙光章を受勲

5 地区長及び養成塾太鼓講師の原 美津子さん（大 S47）が瑞寶雙光章を受勲されました。

都立高校教諭から指導主事を経て中野区立第五中学校、第十中学校にて校長として 11 年、退職後、現在は中学校和太鼓部の指導、体操教室等を展開されています。



第 17 回関東支部長会

2025 年 10 月 15 日（水）～16 日（木）に関東支部長会議が開催されました。今年度は茨城県大洗町にて藤栄会岡部会長にもご臨席を賜り、支部長 8 名を含む 13 名の出席でした。

各支部の活動状況や今後の取り組み、苦労していることなどについて話し合いがありました。郵送費の高騰により文書配布が難しいので、ラインや HP の活用を更に進めたいことはどの支部も同じですが、会費を納めていただくにはそれだけに頼ることはできず課題が多いのが現状です。

ひたち海浜公園のコキアは満開にはまだ早いものの、透き通るようなピンクが見晴らしの丘を彩り、観覧車から観る景色はとても素晴らしいものでした。大洗の海は波が高く勢いがあり元気をいただいたように思います。

関東の支部の皆さまと十分に交流を深められ、心が近づいた 2 日間でした。茨城支部の皆さま大変お世話になりました。ありがとうございました。



藤園祭バザー

2025 年 11 月 1 日（土）・2 日（日）に藤園祭が実施されました。

今年度は、木片を使ったキーホルダー他、作成コーナー（無料）・輪投げコーナー（50 円・景品付）を新設したところ沢山の方に足を止めていただき、大盛況に終わることができました。

生活雑貨・洋服・アクセサリをご提供いただいた皆様ありがとうございました。



折り紙講習会

日時：2025 年 6 月 4 日（水） 13：10～14：30

場所：東京女子体育大学 4 号館 3 階 造形室 参加者：18 名

講師：堀山 和子

本学美術研究室の渡邊洋先生の御協力のもと造形教室をお借りして、折り紙講習会を開きました。

講師に堀山先生をお招きして渡邊ゼミの学生さん 10 名と東京支部から 6 名が参加し、指先運動を楽しみました。簡単なパーツを折り、組み立てていくと完成する「くるんくるん」という作品でしたが、色選びでそれぞれ個性的な作品に仕上がりに、想像力豊かな時間でした。



4 スタンス理論講習会

日時：2025 年 9 月 20 日（土）

場所：東京女子体育大学 9 号館 第 5 体育館 参加者：40 名

講師：秋山 エリカ

秋山エリカ先生が講師を務めてくださった 4 スタンス理論の講習会では、多くの参加者が集まり、理論の解説だけでなく、実際に体を動かしながらタイプの違いを体感する内容で進められました。

参加者同士で動きを試したり、秋山先生の解説を伺ったりする中で、「同じ動作でも特性を活かすことで動きが変わる」ということを改めて実感しました。

今回学んだ内容は、大学生にとっては自分の特性を知ること、無理なく効率的に動くためのヒントとなるものでした。また指導者にとっても、タイプの違いに応じて指導言語を選び、導くための一つの方法として、今後の活動にぜひ取り入れていきたいと感じました。大変有意義な講習会でした。



自分を大切にする睡眠改善 ～心地よい眠りで人生を変える～

日時：2026 年 3 月 1 日（日） 10：00～11:30

場所：東京女子体育大学 4 号館 4 階 4402 教室 参加者：19 名

講師：高野 紀子

高野紀子先生をお招きし、お話を伺いました。

事前に睡眠についてのアンケートがあり、質の良い睡眠はどのように得られるのか、そのメカニズムと共に食事（栄養）と深く関わっていることを学びました。

そして、得た知識をどのように自分の生活の中で実践していくことが大切だと思いました。大変熱のこもった講習会でした。卒業生 16 名、一般の方 3 名が参加されました。



6 地区（東西）活動報告

日時：2025 年 10 月 9 日（木）

6 地区東西合同で、藤園祭バザー販売用の作品を作成しました。



ゴルフコンペ

日時：2025 年 5 月 19 日（月）

場所：飯能くすの樹カントリー倶楽部 参加者：12 名

3 組 12 名でゴルフを楽しみました。チャリティーでは各賞に加え、募金もいただきました。充実した 1 日でした。また希望があれば企画したいと思います。



養成塾

和太鼓 〈太鼓ムーヴメント〉

ダンスの要素を取り入れた楽しいプログラムです♪

講師：原 美津子

場所：HIBIKUS 浅草ベースメント（宮本卯之助商店）

実施日程：2025 年 5 月 2 日（金）、6 月 11 日（水）、7 月 29 日（火）、9 月 26 日（金）、11 月 8 日（月）、12 月 24 日（水）、2026 年 1 月 26 日（火）、3 月 9 日（月）

参加者延べ 53 名で実施しました。



ボールルームダンス

丁寧なウォーミングアップから始まり、ステップ中心のプログラムです。

講師：鈴木 斐美

場所：くにたち未来共創拠点 矢川プラス

実施日程：2025 年 10 月 26 日（日）、2026 年 1 月 25 日（日）

参加者延べ 14 名（うち 2 名は一般の方のご参加）。

8 地区との共催事業として実施しました。



卒業生インタビュー



大学1期生でご定年まで本学で教員をされていた大森 芙美先生、高橋 繁美先生にお話を伺いました。

吉祥寺から国立へ

高橋 大きなグラウンド、体育館、ダンス教室等といった施設が整った。国立校舎は（真っ白で綺麗で）夢のようでした。伊澤エイ先生・やゑ子先生の嬉しそうなお顔が忘れられないです。

吉祥寺から国立への引っ越しは、学んだ保体2年（Ⅱ期生）の私たちがお手伝いをしました。吉祥寺から、すべて縁の下の新などもみんな運んだね。トラックに詰めて、乗って、何往復もして。お昼には牛乳1本とあんパン1個のお昼でみんな必死に頑張った！みんなでね。

大森 私は短大卒業後藤村女子高校で教員をさせて頂いて引っ越しは手伝えなかった。どうしても東京女子体育大学の1期生で卒業したいと1年待って編入しました。

高橋 国立で初めて運動会を大学と藤村女子高校が合同で行った。教育実習の練習も兼ねて大学生が行っていた。その体育祭の最後には、毎年カドリールを踊った。私は、伊澤先生とパートナーを組んで踊れた。その時の先生のしなやかで気品のある美しい動きが身体中にめぐって、今でも私の忘れられない宝です。心の中に焼き付いています。

学生の時に習った先生（この話は30分以上。大変盛り上がりました）

大森 大学に昇格し他大学から多くの先生がいらっしゃいましたが、ダンスは伊澤エイ先生・やゑ子先生・田川先生・貝塚先生・滝沢先生。授業はウォーキングから始まって何回も繰り返し、繰り返しやったのを思い出します。

高橋 陸上の授業では、背丈以上に伸びた雑草の草むしりをして、走る場所の準備から始まる「暁の超特急」と呼ばれていた吉岡先生の授業が印象に残っています。私は草むしりが大好きでした。

大森 体操の遠山喜一郎先生・陸上は吉岡隆徳先生、助手に依田郁子先生（オリンピック選手）そして東大から統計学の和泉貞男先生が専任でいらっしゃり素晴らしい大学を目指すため、優秀な先生たちを呼んでいただいたのよね。

大きな変わり目

大森 伊澤エイ先生がなくなった時。スキー1級を取って報告に行こうと吉祥寺駅に着いた時、父が待っていて伊澤先生の訃報を聞き、スキー服のまま駆け付けました。先生は短期大学を大学にするためにどれだけ大変なご苦労をなさったか、感謝の気持ちでいっぱいです。亡くなる前年の12月7日不慮の事故に遭われ、1965年1月2日脳内出血でご逝去されました。享年79歳でした。

私たち一期生だけが伊澤エイ先生の卒業証書を頂くことができたのを幸せに思っています。

高橋 伊澤エイ先生の学園葬は、先生の残された業績が偲ばれ厳かで美しいご葬儀でした。先生が大好きで振付をされた「蘇武の詩」の録音テープにあわせて在校生3人が純白の衣装で演舞を披露した。会場内は、すすり泣きも聞こえていました。

大森 ご葬儀は昔の大体育館で行われました。伊澤先生がご存命の時にこの体育館に著名な先生を海外からお招きして講演を行ってくださった。スタインハウス先生の講演があったのを覚えています。大学になって先生が亡くなるまでのわずかな間ではありましたが、大学に昇格したのだなという感じを持つことができました。

高橋 伊澤先生は、学部になったらこんなことを実現したいという夢が沢山あったと思う。

ダンスでは、留学から帰国後、生のピアノ伴奏で授業を行い、黒板に「重力」「自然」と板書を取り入れ、群舞でダンス表現の世界をもっと広げたいと燃えていらした。そんな矢先に…もっと先生の世界を観たかったのに残念で仕方ない。



晩年の伊澤エイ先生



伊澤エイ先生ご葬儀

大森 器械体操の床運動も当時音楽伴奏なしでしたが、床運動に音楽伴奏をつけることになって菊本先生を体操部がお願いし、いらしていただきました。その後、器械体操・ダンス・新体操と動きで何かを表現するには音楽を切り離しては考えられなくなりました。

お二人は大学の教員としてスタートされました

大森 私は陸上（吉岡先生）器械体操（遠山先生）の助手として、繁美さんはダンスね。

高橋 伊澤エイ先生は学長になっても授業をされていて、他の実技よりダンスは授業数が多かったからね。ダンスの助手は全員授業に出席して、基本運動を教えていた。自然運動を受け継いでいかなければいけない。ダンスは本校の財産ですものね。

大森 動きのことを考えると、新体操もダンスもフィギュアスケートもすべて伊澤エイ先生の基本の動きが根本にあり、大切なものを教えていただいたよね。感謝しています。後輩にも伝えていかなければね。

先生お二人の今は？

大森 昭和 42 年から続けている今から 59 年前国立代々木競技場で開設した女性スポーツ教室ですが、現在も月 5 回ほど本学卒業生 6 人で指導しています。生徒さんの中には 90 歳代も多くなりました。

開設当時から体操はもちろん、球技、水泳、スケートと各種スポーツを実施していました。ですがだんだん年を重ね、現在では老人のための体操、スポーツを研究し指導にあたっています。

高橋 私の集大成として、身体力を抜かせて自在に動かすことのできる「シェイク」に今も取り組んでいます。卒業生中心に始めて 40 年以上になり、お陰で現在も元気に生活しています。生きている限りやり続けていきたい。「転ばぬ先の杖」をテーマに身体の使い方について学ぶ体操やコーラスにも取り組んでいる。自分なりの無理のない生活に乗っていくことが一番大事。伊澤先生の存在が大きい。藤村先生のお手伝いから始まり、学部設立のため様々な苦境の中でも最後までご尽力された先生の姿に…いつもおそばで支えておられたやゑ子先生の姿がまた見事でした。今でも影響を受けている。実技を通して先生と触れ合えたその時代が私にとって一番良かった。

大森 緊張・解緊・ウォーキング！時間中そればかり指導を受けたこともありましたが、その動きがいかに自然で美しく動くための基本の動きであることのご指導を頂いたことに感謝しています。

高橋 先生にお育て頂いたことに感謝しかありません。学部になって、内容の充実、発展が大事。伊澤エイ先生、伊澤やゑ子先生の「ガンバレ、ガンバレ」が私の心には響いています。

伊澤エイ先生のこれからのダンス授業を楽しみにしていたのに…、帰らぬ人に…。本学の舞踊教育はエイ先生が「自然運動」を基にあみだした「基本運動」が軸。先生のやわらかな動きは素晴らしかった。もう一度先生と一緒に踊りたい。勉強したい。帰って来てー先生！！

大森 ダンスはもちろん、この大学は伊澤先生が大変苦勞して短大から大学に昇格させたので、伊澤先生にもっともっと感謝しなければならないし、東京女子体育大学をもっと発展させなければ伊澤エイ先生に申し訳ないという気持ちでいっぱいです。



女性スポーツ教室で指導されている大森先生



学生に自然運動を指導されている高橋先生

編集後記

このインタビューは昨年 10 月にお話を伺い、その後何度か打ち合わせを重ね高橋繁美先生と 4 月 25 日に打ち合わせをさせて頂きました。その後大森先生との打ち合わせ報告を高橋先生にご連絡しましたら、4 月 30 日ご主人さまから先生危篤のお知らせを頂きました。

9 月には藤栄会東京支部で講習会「自然運動」～伊澤エイ先生の教えを受け継いでいく～をお願いしており、ご指導いただけることを楽しみにしておりましたのに残念でなりません。また一緒に踊りたかった。

しなやかで、やわらかな動きをされる先生に卒業後にご指導いただけた事。心より感謝しております。

先生のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

文責 大石慶子

2026 年度 事業部企画内容

※詳細は事業部にお問い合わせください。

・ゴルフコンペ（計画中）

・藤園祭参加（バザー）

日時：10月31日（土）・11月1日（日）

・健康ワークショップ

内容：健康麻雀にチャレンジ

日時：9月5日（土）、10月3日（土）、11月7日（土）、12月5日（土）

参加費：1,000 円

・ボールルームダンス（講習会） ※実施済

講師：鈴木 斐美

日時：7月11日（土） 10：00～11：30（開場：9:30～） 場所：矢川集会所

参加費：1,000 円（在学生無料） 持ち物：動きやすい服装・室内シューズ・飲み物

今後、企画・実施する講習会等については HP をご覧ください！



事業部企画の問い合わせ先 向林 奈緒子 連絡先：naoko-mukai-12306500@docomo.ne.jp

各地区での活動も行われる予定です。各地区長へお問い合わせください。

2026 年度 養成塾企画内容

・和太鼓（月 1 回開催予定） 講師：原 美津子 場所：HIBIKUS 浅草ベースメント（宮本卯之助商店）

・ボールルームダンス（2 カ月に一回開催予定） 講師：鈴木 斐美 場所：矢川プラスまたは矢川集会所

養成塾の問い合わせ先 長谷川 しのだ 連絡先：nob-shi.01@docomo.ne.jp

藤村トヨ祥月命日墓参

2027 年 1 月 18 日（月） 総持寺

盂蘭盆会：2026 年 7 月 10 日（金） 秋彼岸：2026 年 9 月 18 日（金） 春彼岸：2027 年 3 月 18 日（木）

会費納入のお願い

昨年度の総会でご承認いただき、今年度より東京支部会費は 2,000 円となります。支部の事業は皆様からの会費によって運営されています。

同封のゆうちょ銀行の払込用紙を使用し、ATM にて振り込んでいただくのが手数料が一番安いようです。

払込用紙を使わず多摩信用金庫に振り込んでいただく事も可能です。その際は依頼人名欄には、お名前とお住まいの区・市を入力してください。

東京支部の役員に直接現金で会費をお支払いいただくことも可能です。

支部活動の活性化のために、会費納入に皆様のご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

年会費 2,000 円

ゆうちょ銀行 口座番号 00150-1-95805

多摩信用金庫 国立支店（普）店番号 005 口座番号 3947440

〒186-8668 東京都国立市富士見台 4-30-1

東京女子体育大学・東京女子体育短期大学内 藤栄会室

☎ 042-573-7461（藤栄会室直通 月・水・木） 11:00～16:00

HP：<https://twcpe-toueikai.jp/>

メール：toueikaisoumu@outlook.jp

[住所変更がありましたら上記に連絡してください。]