

～ ご挨拶 ～

寿会湘南支部長 景山 康二

まだまだコロナ禍で不安な日々が続きますが皆様お変わりなくお過ごしのこととお察しいたします。支部総会も2年続けて中止となり今年も書面による審議のお願いとなりましたが、おかげさまで皆様全員の賛同をいただき、原案通り承認いただきました。

またうれしいニュースとして、今年度新たに若い？(60歳)方お一人が10年ぶりに新入会されました事合わせてご報告いたします。(詳細プロフィールは後述記事にて)

今後の支部活動ですが、ワクチン接種も進んでおり7月中にはほぼ皆様全員の接種が完了すると思いますので、世間の状況を見ながら例年のミカン狩りと合わせ、秋ごろには何かイベントを開催できればと考えています。

もう少しの我慢だと思いますので感染・体調にはどうぞ十分お気を付けいただき、元気に再開できることを祈念しています。

会員の皆様から届いたメッセージです！

2021 年 4 月

	氏 名	旧 所 属	コ メ ン ト
1	青山 勉	(生産本)	年相応まあまあ元気に暮らして居ります。
2	阿部 義弥	(ビ生管推)	今のところ変わりありません。
3	飯田 進	(VAC)	前例のない異常事態の中での寿会活動誠にご苦労様です。今年も十分ご自愛のうえ更なるご活躍をお祈りいたします。
4	井澤 勇	(VBS 保)	おかげ様で元気です。写真クラブで遊んでいます。 昨年は「賞」もいただきました。コロナで役員さん大変だと思いますがよろしくお願い致します。
5	石井 國喜	(VBS)	元気にボランティア活動を続けています。皆様にもお会いしたいと思いつつ失礼していますが、日程が合えば出向きたいとおもいます。
6	石黒 和男	(人総)	いつも皆様の情報をいただきありがとうございます。コロナが長引いて大変ですがこれからも宜しくよろしくお願い申し上げます。
7	石塚 勝	(AVH須生)	
8	和泉 圭亮	米州-C	心臓の手術から2年経過、ようやく日常生活にほぼ復帰したがかなりの制約あり。 地区社協のボランティア活動に専念。

9	伊関 功滋	(横須賀工)	新型コロナウイルス感染症の終息が見えない中、皆様におかれましては お身体にご自愛頂き、この難局を乗り越えていきましょう。
10	伊藤 恵美子	(大和健康管理 室)	役員の皆様にはお世話になりありがとうございます。特にコロナ対策に 苦労されたと思います。早く「ワクチン効果」を待ちたいですね!!
11	今泉 信昭	(不動産)	元気でゴルフ楽しんでいます。
12	今泉 正義	(不動産)	
13	岩崎 孝宏	(ビ須生推)	お世話になっております。コロナ禍で大変でしょうが頑張ります。 人生100年時代……
14	内山 雅夫	(SA 技)	
15	大河原 寛	(営本南関東)	腰の為ゴルフもやめ、もっぱら朝晩の犬の散歩が主で1日 7000～ 10000 歩 を目指しています。
16	大曾根 収	(興産)	役員の皆様にはお世話になっています。 ありがとうございます。今後 ともよろしく願いいたします。近頃巣ごもり生活にもあきてきました。
17	大田 善彦	(V標セ)	いつも寿会のご連絡をいただき有難うございます。元気に過ごしてお ります。
18	大坪 國生	(不動産建管)	ご苦労様です。
19	小川 豊	(HD経戦)	昨年の6月にて現役を退き、現在巣ごもり状態ですが何とか日を過ご しています。
20	織田 孝彦	(AVM 経企)	コロナの中役員の皆様ご苦労様です。 本年もよろしくお願いいたしま す。幸い元気でおります。
21	海津 保雄	(AVMVDR)	毎度お世話になりありがとうございます。 今後ともよろしくお願いいた します。
22	景山 康二	(メソ事)	巣ごもり生活の中、夕食を最低限に絞って健康維持に努めています。 早く皆様と一杯できる日を心待ちにしています。
23	加藤 苑生	(AVC)	
24	加藤 隆二	(不動産)	
25	金子 秀	(RVC)	
26	加部 祥司	(AVH 品保)	
27	茅沼 隆文	(人)	役員・監事の皆様、大変ご苦労様です。 これからもよろしくお願いし ます。寿会ニュース毎回楽しみにしています。 ニュースに記載されて いる皆様はお元気そうです。 私も元気でいたいと思っています。
28	川崎 勝弘	(OC事)	昨年の年初より腰及び背骨の老化現象に苦しみ、回復に向け奮戦中 です。現在「GoTo マッサージ」を楽しみながらのんびりと気を紛らわす 日々を送っております。
29	河田 晋吾	(役員)	コロナ禍、体力維持の為テニスは続けています。
30	菅野 敏	(AVMGBD)	コロナ禍の中、自宅でもんもんとしています。
31	北川 利昭	(CS本部)	いつもお世話様になりありがとうございます。 お陰様で元気にすごさ せて頂いております。昨年のミカン狩りは最高でした。
32	鐵 英雄	(メデ開)	新会員(下記にご紹介)
33	小池 潔	(中央PC部)	

34	古林 茂	(民生推)	昨年行われた「みかん狩り」大変楽しかったです。 コロナが気になりますが今年も実施期待しております。
35	斉藤 豊二	(不動産)	いつもお世話様です。 持病の腰痛はありますが元気でおります。
36	齋藤 秀昭	(オ事本)	コロナの御蔭で日常生活に制約がありますが、何とか頑張っております。コロナが終息した時、諸兄と飲む酒はどれほど美味しいでしょう。考えてだけでゾクゾクしてきます。
37	佐藤 寛治	(VBS)	
38	白石 勇磨	役員	
39	末綱 丈義	(技光開)	
40	杉野 州右	(VE経)	
41	鈴木 純一	(ビ伊電子)	近況相変わらず友人とのゴルフ等を行っています。
42	鈴木 共榮	(AVM 経企戦)	昨年末が金婚式(昭和45年12月1日) 祝
43	曾我 英夫	(VBS大和)	
44	高橋 輝雄	(技企)	役員の方本当にご苦労様です。当方傘寿のあと頭の回転が大問題 !!
45	多田 晋	(生技本)	不自由なく元気に暮らしています。
46	中谷 泰治	(人)横セ	後期高齢者の入り口で、コロナ禍で諸活動が停止の中、四年前から再開したピアノ個人レッスンを受け改めて古典楽譜の中に成程と思うことに接し、ささやかながら至福を得ています。自己満足に過ぎませんが。
47	中村 誠	(渉)	先の見えない対応の毎日、ご苦労様です。応援していますので頑張ってください。
48	中村 征英	(AVC海宮)	常日頃大変お世話になっております。今後とも宜しくお願い致します。
49	二宮 義隆	(メソ事セ)	
50	橋本 呈次	(VE)二事	相変わらず「行雲流水」の日々を送っています。
51	浜田 正義	(民生推)	コロナ禍で行事が出来ませんが、ワクチン接種が進む夏以降には動き出せるでしょう。 いずれにせよ長期戦なので、お互い元気でいきましょう。週2回位のみかん山作業、毎日1万歩以上のウォーキングで、何とか元気です。
52	林 勝美	(渉)	日頃は寿会で大変お世話になりありがとうございます。寿会ニュースは楽しみに拝見させていただいています。
53	樋上 泰功	(VTM)	役員の皆様、いつもご苦労様です。 私は4月13日に米寿を迎えますが毎日1時間の散歩と、スポーツクラブで筋肉トレーニングと水泳をしており元気で過ごしております。
54	久永 建樹	(VDS)	今年もよろしく。
55	福山 幸治	(HAVHS)	金婚式を迎えました。 昭和46年9月18日 祝
56	藤城 麗嗣	(VBS)	ご苦労様です。病気と向き合いながら元気に働いています。 金婚式 昭和46年10月4日 祝
57	藤田 克彦	(AVC営)	
58	藤平 重昭	(VOS)	

59	古屋 弘之	(興産)	よろしくお願いします。
60	三澤 禎雄	(人総安健)	今後とも宜しくお願い致します。
61	南 健輔	(AVM人)	引き続き〃員お引き受けの方々、誠にありがとうございます。後継者不足の、 ³ 苦労様です。
62	務台 昭男	(役員)	コロナで外出もままならない状況が続いておりますが、年相応に暮らしながら息災にしております。
63	八木 関三	(人総)	心臓の手術から半年余り、平穏な日常生活を取り戻しつつあります。支部役員の仕事も心臓と脳の活性化の良薬と考えて、努めて参ります。コロナ収束後には、再び神奈川県内の隠れた名所・風物を巡りたいです。
64	安河内 正俊	(ソ本)	特別にありませんが日常のお仕事に感謝しております。当方93歳になってしまいましたがおかげで元気に過ごさせてもらっております。
65	山口 勝也	(秘書室)	いつもありがとうございます。お陰様で元気にみかん園を変わらずにやっております。
66	山崎 健三	(VE)	二重生活の横須賀ケア付きマンション(公団経営)では集団生活の為コロナ対策の規制が厳しく運動不足になりますので滞在日数を少なくして葉山に戻っています。
67	山本 三樹夫	(興産)	ご無沙汰しておりますがお元気ですか。コロナ禍で支部活動を維持するのは大変ですネ。一日でも早く皆サンと元気で再開できる日を楽しみにしております。末尾になりましたが日頃の連絡活動に感謝しています。 お大事に。
68	山本 嘉明	(VBS施)	元気です。
69	湯川 義昌	(人)	
70	米川 盛之	(技人)	
71	脇坂 宜志	(営本人)	コロナ禍で皆様にお会いする機会がなく残念です。1日も早くお会い出来ることを祈っています。
72	渡辺 信久	(テクノ)	昨年、今年とコロナで大変な時ですが、役員の皆様よろしくお願いします。体調維持の為テニス、グランドゴルフ、パークゴルフや家庭菜園などで気を付けています。



～新会員のご紹介～

この度寿会湘南支部に入会させていただきました 鐵 英男(くろがね ひでお)60歳です。どうぞよろしくお願い致します。

逗子市在住で、現在久里浜事業所にて、D-ILA パネル(プロジェクト向けの小型液晶パネルです)の営業に携わっております。

この4月末で退職になりますが、引き続きシニアサポータとして、4勤3休で現在の職場にお世話になる予定です。皆様と一緒に活動の再開ができることを願っております。

～久しぶりの新人さん。こちらこそ宜しく願い致します～

憩いのお風呂場づくり ～古林 茂～



長く続くコロナ、この間日常の行動が制限され、私の日常からも二つの大きな楽しみが奪われてしまった。一つはゴルフに行きにくくなった事、もう一つは温泉旅行にも行けなくなった事である。特に温泉の露天風呂で至極の心地よさを味わえないのが誠に残念である。しかし、幸いにして健康面は風邪も引かず至って元気である、これはなぜか？ 考えるに毎日朝晩2回入っている風呂の効用ではないかと思う。

定年後、家を建て直したがこの時最も重要視したのが風呂である。私の希望は二階の一番景色の良い場所に二面に観葉植物の置ける出窓を造り、夜には湯船から星空が見え露天風呂の気分が味わえる様にする、と言う内容である。建築会社とはいろいろあったが全てを取り入れた新しい家が出来上がった。これで毎日温泉気分だと完成した初日の初風呂、予想以上に明るく広々気分爽快で優雅な気分になった。以来一日二回の風呂が日常になっている。問題もあった、楽しみにしていた露天風呂気分が味わえなかった事である。確かに星は見えたが窓が片開きの為視野が狭く窓枠とその向こうのベランダの手すりが邪魔になり興ざめで最大の期待は残念な結果になってしまった。建築会社には無理も言ったし金も随分掛けたのでこのままではと 憩いの場 にすべく幾つかの改善に着手した。手始めに 100 円ショップで観葉植物を買い集め出窓に並べてみた、数日は良かったが直ぐ飽きてしまい、生きた花木に置き換えた。飽きは来ないが今度は世話と手入れが大変で長続きしなかった。妻と一緒に生け花にも挑戦したが地震でひっくり返り、これもダメ。元に戻したり紆余曲折あったが今は3～4千円の造花の鉢植えに落ち着いた。高級感があり、場所を変えると飽きも来ず、手入れも不要で満足している。数年前、檜風呂に入りたくなり、木曾迄檜を買いに行った事がある。帰りの車の中は檜のほんのりした匂いで期待は増すばかり、ところが、湯船いっぱい引き詰めないと匂いが感じられない事がわかり発想は良かったが効果が薄く期待外れに終わった。妻がTVを置いたらと提案、防水 TV を買って据え付けた、初風呂に入った妻の顔が冴えない、何故かという、水滴で画面が見にくいのは我慢しても身体や髪を洗っている時は見る事が出来ないとガッカリ、効果半減で数日で終了。この他、鳥の声をCDで流したが数日で飽きてしまった、ホテルには たま に行くから感動するが毎日だと新鮮味が沸かない。天然記念物になる前の「北投石」を捜し歩いたのも懐かしく思い出す。余りに高価な為結局は疑似石を購入以来湯船と一緒に浸かっているが効果のほどは？ 予想以上に良かったのがラジオである、ラジオは湯船の中だけでなく身体を洗っている時 何時でもOK、局を換えれば飽きも来ない、一つ注意点は音が反響しやすいので少し高級な音質の良い物を選ぶ事である。そろそろラジオ寄席の始まる時間だ、風呂に入ろう、今日は正面の棚に松の盆栽、その後ろの出窓には菊と紅葉の花瓶二つとラジオ、横の出窓にはちょっと大きめのオリーブの鉢植え一つ、和洋折衷だが一番落ち着く組み合わせである。憩いのひとときの始まりである。

(記) 古林 茂

最近、中国の外交はマスコミでは戦狼外交とよばれています。相手に対して恫喝、威嚇に満ちた外交部報道官の姿がすぐに思い起こされます。TVで見ただけでも我々一般日本人の対中感情を一層悪化させるだけで、好感情は起きないでしょう。中国外交官もバカなことをすると思います。勿論彼の個人的行動ではなくより上層部からの指示でしょうが。

新疆ウイグル自治区を1998年10月に北京JVCの駐在員仲間と私の妻とで旅行したのでその地の紹介も含めてウイグル族とその地域に対する印象を記述します。

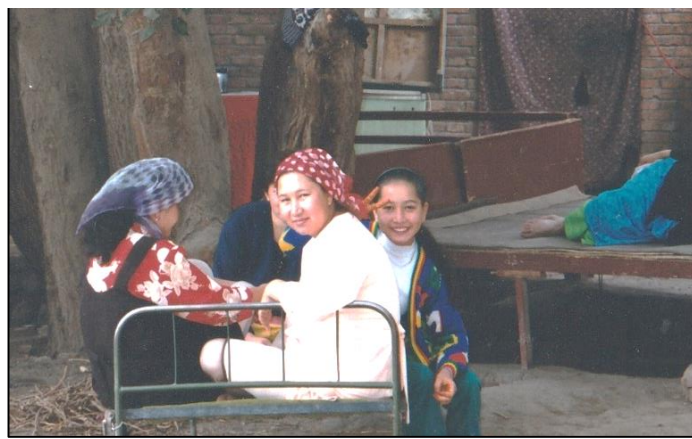
10月初旬緑豊かな季節ですが、北京空港から西方に飛び立ってものの15分もしないうちに下を見てみると、土地が茶褐色になり、いわゆる黄土高原になりました。石窟で有名なオアシス集落・敦煌に夕方着陸、電光看板等余計な光源が無いので、降るような満天の星空の下を飛行場から集落のホテルに行き一泊しました。翌日敦煌石窟を参観した後、最寄りの鉄道駅まで他に何も無い砂漠を七時間も行き、小さな寂しい駅から夜行寝台に乗り、翌日朝、トルファンに着きました。ここは天山山脈の雪解け水の地下水の流れを利用して葡萄栽培しており、ウイグル族の地域です。羊の肉を串焼きにしたシシカバブの匂いがプンプンで、長閑な丘陵が続く、男達は、イラクのサダム・フセイン大統領のような浅黒く彫りの深い鼻の高い顔立ちでした。女性の中にはブルーの目をした人もおり、服装の色彩も鮮やかで、異国と感じました。トルファンは集落の中心にビルなど無く、どの観光地でも、ウイグル族の貧しさを痛感しました。途中で綿花を満載したトラックと何度もすれ違い、葡萄、綿花と観光くらいが産業かなと感じました。

高速道路で、七時間でウルムチ、そこは都会でビルも多く、ここでは観光した範囲ではウイグル族は目にしませんでした。中心部は移住した漢族ばかり。観光案内の女性の話では、両親は毛沢東時代に上海から強制移住させられたようで、政策で市の中心部は漢族中心になって居るようです。時間は公には北京時間、ウイグル族は現地時間との事で、緯度的にはインドと同じですから北京時間と三、四時間の差があります。

ウイグル族と話すチャンスは全くなく、情報は案内の漢族女性からの情報だけですが、見た限りウルムチは警察官が多いと感じた位です。一昨年、好奇心旺盛な世界史の元高校教諭の学友が旅行、様子を聞いてみると、現地は空港も街も警官だらけ、街中も同様で、方々で尋問、物々しい雰囲気だったとの事でした。七年近くの北京JVCでの北京、天津税関等の役人達と、大連の三年では、もっと多くの役人達と仕事や飲食で交流した見聞・経験から推測すると、ウイグル族に対する人権侵害、武漢研究所からコロナウィルスが漏れた件も、限りなく事実に近いと思います。仮に現代の日本がそういう疑念を持たれば、すぐに外国の公平な専門機関の調査を受け入れるでしょう。現在の中国では、役人や党員は私利私欲と、党上層部の指示と忖度中心で動いており、国民一般に奉仕する公務員で無いことは、何度も苦い経験から身に染みんでいます。直接事実を知らなくても独裁専制国家ならそういうことは十分に起こりえることです。国民は憲法や法律の下にありますが、共産党は憲法を超えた存在で国民に説明責任もなく究極の隠蔽が許される皇帝と同格の存在ですから。法律はあっても法治国家でなく人治国家と言われる所以です。

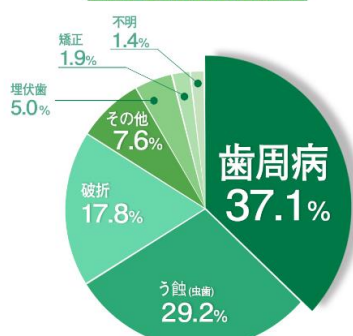
(記) 中谷泰治

ウィグル族の女性たち。中国語ではなく日本語を話す我々外人を珍しそうに眺めていました(1998 年撮影)



歯周病とは？

歯を失う原因とは？



2018年11月「歯と口の健康調査報告書」(第1822号)参照

あなたは大丈夫？

30 歳以上の成人の約 80%がかかっていると言われている歯周病。自覚症状がなくても症状が進んでいる場合があります。心当たりのある方、又症状はないと思う方もチェックをしてみてください！

日頃のチェックで初期症状を見逃さないことです！

- ・歯磨きの時に出血する
- ・歯茎が腫れたり、歯がぐらぐらする
- ・口臭がする

これらがみられても切な処置を取れば回復します

- ・歯石の除去、歯石を付きにくくなるよう良く磨く
- ・歯磨き指導→磨き方で歯肉が戻る

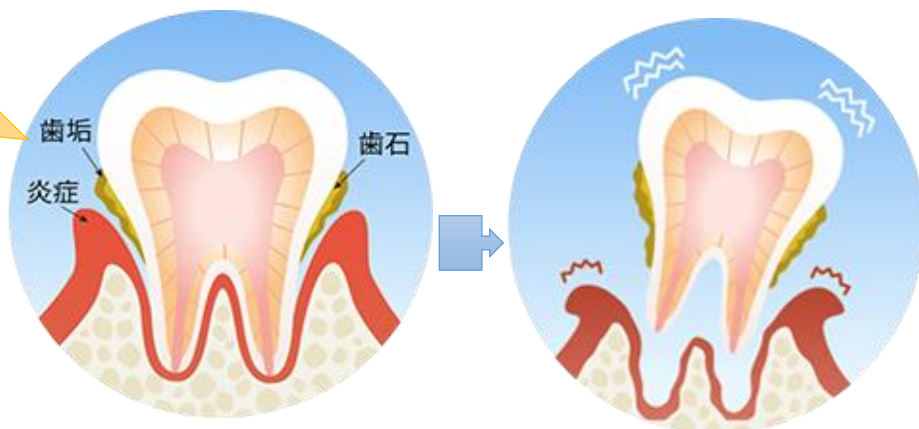
以上は定期的に歯科病院で診てもらおう。(1 回/3～6 ケ月)

結局は、歯も心身も元気で、医療負担も安く済みます

歯周病菌は夜寝ている間に繁殖します。

朝起きたら

先ず歯ブラシで洗い流すのがコツです！



訃報報告 (2020 年 5 月～2021 年 6 月)

氏 名	支 部 名	ご 命 日	享 年
櫻井 俊彦	神奈川東	02.05.16	90
山田 益美	相模原支部	02.08.03	83
井上 文男	神奈川東	02.09.30	75
平井 哲	神奈川東	02.12.24	85
寺島 迪子	神奈川中央	02.12.28	84
坂本 昇三郎	千 葉	03.01.24	85
臼井 靖	横浜中央	03.02.16	87
山口 馨	神奈川中央	03.02.18	82
細谷 保	横浜南	03.04.02	87
永原 慶次	湘 南	03.04.02	76
津坂 欽一	東京支部	03.04.05	81
定藤 常藏	神奈川東	03.04.15	90
原田 信美	埼玉・栃木	03.05.30	88
井上 敏之	九 州	03.06.20	87

謹んで皆様のご冥福をお祈り申し上げます

80・20 を合言葉に

(80 才時に自分の歯 20 本残すこと)

1 本でも限りなく自分の歯を残して食事を
美味しくいただきたいですね

朝起きたら

歯と歯茎を磨く

是非お試しを！

～編集後記～

先日までの話題は「コロナワクチン是何時受ける？」でしたが、高齢者の皆様は、ほぼ 7 月中に済まされた様です。後は年内に若い世代に行き渡ればコロナ禍から脱出出来ると希望が見えてきました。しかし、オリンピック等の影響はどうなのか。未だ予断を許さない状況が続きそうです。

そんな中、梅雨に入り瑞々しい苔があちこちに目に入ります。淡い緑色で全体を丸く形づくる姿は風情がありますね。しかし、これから「暑い暑い」季節が待っています。皆様、熱中症には気を付けてお過ごし下さい。

発行日：2021 年 7 月 1 日

発行人：景山康二

編 集：伊藤恵美子

発 行：日本ビクター湘南支部
(現在の会員数：72 名)