

寿会湘南支部ニュース 第12号(総会特集)

～湘南支部のスローガン～
長寿社会を健康で生き抜く!



第7回湘南支部総会を終えて

支部長:古林 茂

第七回湘南支部総会が5月19日34名の会員の皆様にご出席頂き横浜国際ホテルにて開催されました。総合司会の景山さんより、「昨年(平成28年度)はお亡くなりになられた方がゼロでありましたので黙とうは行いません」と嬉しいビッグニュース報告からスタートです。平均年齢77歳の支部会員の皆様の健康管理には脱帽です。この画期的な事を祝して、支部から伊藤さん厳選の健康タオルを会員皆様全員にプレゼントさせていただきます。どうぞタオルに描かれている事柄を参考にして頂き、ご家族の皆様共々更なる健康管理につなげて頂きたいと思います。続いて行われた健康談義に於いては、伊藤さんから、総会参加の皆様へプレゼントの健康グッズ「かたお」と「やわこ」の違いと効果的な使い方について具体的に解説して頂き、ご家族皆様にもご使用頂く様お土産としてお持ち帰り頂きました。

今年度の長寿お祝いの方8名、金婚式お祝いの方2名の表彰に続いて、プログラムにはありませんでしたが、現在現役で横須賀市議会議員でもある井関さんから会社の現状報告があり、懐かしく思い出に耽る一時となりました。第二部は今年米寿の白石様の益々お元気なご挨拶と乾杯でスタート、皆さんが楽しめる二部重視の支部総会は昨年以上に、わいわい がやがや、20本のワインが見る見る内に空き瓶に変貌、あっという間に2時間半が経ち、大曾根様より会員皆様の健康を祈念しての一本締め、で大盛況の支部総会 目出度くお開きとなりました。 今年も宜しく願い申し上げます。



2017(H29). 5. 19

第7回寿会 湘南支部総会

於 横浜国際ホテル

第1部 総会



(会場受付風景)



古林支部長の挨拶



(司会: 景山氏)

米寿、喜寿、金婚式のお祝いの授与



[米寿] 白石勇磨氏



[喜寿] 石塚勝、福岡満氏



[金婚式] 石井國喜、多田晋氏



ご挨拶された 伊関功滋氏 川崎勝弘氏 菅沼喜久次氏



～乾杯の前の～
健康談義

今回はグッズ 2 種類を用意しました
是非、効果的に使用される様に説明させて頂きました



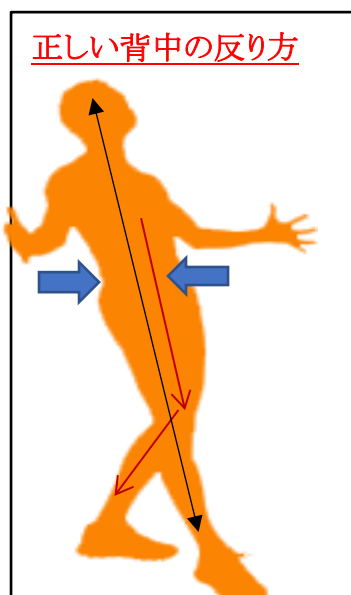
- ① 「やわこ」  ・「かたお」  の使い方と注意点
- ・背骨の指圧に効果大。自分の体重で調節してください
 - ・太もも、ふくらはぎの裏側の筋肉・筋膜をほぐしましょう
 - ＊痛いけど気持ちが良い程度が良く、決して我慢しないで下さい
- ② 「健康タオル」
- ・種類は少ないが一通りの運動が盛り込まれています
 - ・注意点は、ゆっくり筋肉、筋を伸ばしたままじっと待つ(キープする)
 - ＊一生懸命、強く反動をつけて行うのは逆効果です



3:腰が軽くなります

6:アキレス腱.筋を伸ばします

追加:足首を廻し、捻挫予防を!



(美木良介「ロングプレス」より)

2 のような背中を反らす運動は、
お腹と背中に力を入れること。
そして、反らしすぎないで下さい



第二部 懇親会

乾杯



酔いもまわり、話に夢中です
そんな皆さんの笑顔が
素敵です 😊



来年もお会いできますように～



大曽根収様の一本締めで
お開きに！



皆様から届いた近況報告です

氏 名	近 況 報 告
青山 勉	そこそこ元気で野菜作りに励んでいます。
阿部 義弥	特に変わりはありません。
飯田 進	いつもお世話になり感謝しております。返信のご連絡が遅くなり申し訳ありません。今後ともよろしくお願いいたします。
井澤 勇	参加できず申し訳ありません。お世話になりありがとうございます。古林さん、体に気を付け頑張ってください伊藤さん、色々ありがとう。もう少し書かせてね！！
石井 國喜	平成 29 年 2 月 5 日金婚記念日を夫婦とも元気で迎えられる事が出来ました。今回は久しぶりに総会参加できそうです。(昨年一昨年も都合付かず) あさり取りを楽しませていただき景山様には大変お世話になりました。本年度もよろしくお願いいたします。
石黒 和男	出席が出来ず大変申し訳ございません。 仕事が一段落したら是非参加したいと存じます。よろしくお願いいたします。
和泉 圭亮	今の所まだ元気でボランティア活動が続けております。
伊関 功滋	出席させていただくこと楽しみにしています。
今泉 正義	体調万全ではありませんが何とか日常生活を継続しております。会のますますのご発展を祈念しております。
岩崎 孝宏	遅くなってごめんなさい。 毎度お世話になっています。 最近腰痛でなかなか出かけるのが不安で今回は欠席いたします。(ご苦労様です)
内山 雅夫	妻が入院予定ですので欠席いたします。
大河原 寛	この一年は健康のため月 2～3 回ウォーキングを中心としたツアーに参加。あと 1～2 回ゴルフという生活が多くなっています。
大曾根 収	お陰様で何とか元気にやっております。 最近は週一回のストレッチ、週二回のグランドゴルフを楽しんでいます。
大田 善彦	いつもメールの配信ありがとうございます。 不整脈で時々落ち込みますがその時以外はまずまず元気に動き回っています。これからもよろしくお願いいたします。
大坪 國生	調子は今一つすぐれず。
大野 文明	3 月に一か月程入院しておりました。 胃と腸の間のバイパス手術をして、これでやっと健康回復できると思います。 皆様も健康にはご注意ください。
小川 豊	常勤嘱託にて新横浜で働いています。 年に二回程、東南アジアに出張し元気に過ごしています。
織田 孝彦	元気にしております。 皆さんにお会いできること楽しみにしております。
海津 保雄	所用にて欠席いたします。 御盛會を祈念いたします。
景山 康二	皆様と各行事を楽しく過ごしたいと思っています。 ようやくダイエット始めました。
加藤 隆二	元気に過ごしております。
川崎 勝弘	役員の皆様方のご努力に感謝いたしております。”天”を見上げては未来を考え”地”を見て過去を振り返りながら日々のウォーキングを欠かさず楽しんでおります。
菅野 敏	当日都合悪く欠席します。 元気にしています。

菊地 英雄	所用あり出席できず申し訳御座いません。何かと忙しく動き回っております。病院通いしながらも元気にやっております。
古林 茂	今年もお世話になります但よろしくお願ひいたします。
佐塚 浩文	現在脳梗塞、一人で出歩けず。リハビリ中。
佐谷 幹蔵	役員の皆様いつもお世話になります。活発なご活動敬服しています。小生すっかり脚が弱くなり遠出が困難になりいつも失礼しています。私は東京オリンピック迄は頑張る積もりです。
信太 孝夫	幹事の皆様ご苦勞様です。今回は体調不良にて欠席します。御盛會をお祈り申し上げます。
末綱 丈義	お世話になっております。本年度もよろしく申し上げます。
杉野 州右	都合により欠席いたします。
鈴木 純一	ご案内ありがとうございます。出席できず申し訳ありませんがよろしくお願ひいたします。ゴルフ、墓地管理、友人とのコンサート、散歩等忙しくやっております。
鈴木 共榮	当日他の件とバッティングしているので欠席させていただきます。皆様に宜しく。
高橋 輝雄	元気にしております。2年前に40年間やっていたテニスをやめ久々にラブラドール犬を飼ひ始めました。毎日2時間の散歩に付き合っています。
多田 晋	元気にしております。今年金婚式を迎えました。
飛田 和男	ウォーキングで自然に触れ感性の揺らぐ事を身近にするように心がけています。
中村 誠	役員の皆様ご苦勞様です。会員増が見込めない中での知恵を絞った取り組み心痛みます
中村 征英	出席を予定していましたがドックでの再検査の日程が5/19となりましたので残念ながら今回は欠席させていただきます。
中山 愛治	脳梗塞で2度入院しました。退院後藤沢市民病院で大腸がんの手術をしましたが現在は元気に生活しています。南さんによろしく伝えてください。
橋本 呈次	体調不良のため欠席します。
樋上 泰功	役員の皆様ご苦勞様です。湘南支部の発展を祈ります。
廣田 昭	活発な皆さんの活動に感心し、感謝しています。
福山 幸治	総會を楽しみにしています。総會内容(挨拶者等)ワンパターンは改善の余地あるかも？
藤平 重昭	私儀、町内会役員、老人会役員を兼務しており多事多忙のため欠席させていただきます。
務台 昭男	ささやかな趣味を楽しみながら元気に老後を過ごしております。
八木 閱三	各行事の参加楽しみにしています。よろしくお願ひします。
安河内 正俊	おかげ様でこの6月米寿を迎えようとしています。日常的には近所のスポーツクラブに通ひ筋トレ、ウォーキング、水泳に励んでおり、ボケ予防には息子の店の經理を担当しております。唯残念ながら脚に不都合な点があり、遠出ができないのが問題です。御盛會をお祈りしております
山口 勝也	元気にミカン農園を続けています。
山崎 健三	① 昨年発症したフラつき病(前庭神経炎)は安定した膠着状態となり通院を中止しました。 ② 往年の難病(潰瘍性大腸炎)も昨年暮れの応診で①の事情を医師が承諾し通院中止となりました。未完治の為両病共生涯の付き合いとなり退院時の処方箋で出た緊急薬が冷蔵庫で眠っています

	〈伊藤さんへ〉 以前の健康談議で頂いたゴムバンド(エクspander)が使用摩擦から一本が切れました。有料で補充を願いたく。
山本三樹夫	幹事の皆サンのご尽力で楽しい支部活動、サークルに参加でき感謝しております。ありがとうございます。
山本 嘉明	仕事都合付かず、申し訳ありません。
湯川 義昌	いつも数々のご案内をいただきありがとうございます。
渡辺 信久	残念ですが白内病の手術を予定しており、5/19は検査日なっていますので欠席します。

便りは 42 名の方から頂きましたが、こんな支部ニュースでの交流も良いですね
今後も皆様の便りを役員一同お待ちしております

1.サークル活動報

大庭城址公園での花見

実施日:2017年3月31日(金) 曇りのち雨

が咲いていなくても、
雨が降ろうと～仲間と話をする
のが楽しいのですネ!



参加者:菅沼 喜久次、大曾根 収、川崎 勝弘、石塚 勝、石井 國喜、廣田 昭、古林 茂、
市楽 正博、浜田 正義、飛田 和男、伊藤 恵美子、中谷 泰治、景山 康二(13名)
東京で開花発表があったものの藤沢の桜はやっと蕾がほころんだところ、天気は怪しかったがそれでも天気予報を信じて強行した花見宴会でした。
どんよりの曇りだが風もなく暖かい。花は寂しいが桜色のシャンパンで景気よく乾杯、差し入れの大吟醸・ワイン・焼酎・湘南の刺身を始め豪華なつまみで蕾の宴スタート。天気と花は寂しいが話の宴はだんだん開花、いよいよ満開かというところで無情にも雨。しかしこれでもやめないのが兵、素早く大樹の下に移動し雨にも負けずこれからが本番とばかりいよいよ盛り上がる。雨で寒さが感じられたころ準備よく熱燗の登場、冷で美味しい酒は熱燗でもなお美味、3時間で熱燗2升・ワイン4本焼酎1本・が開いてしまった。
宴も絶好調だったが、雨も本ぶりとなりやむなく閉会、思い出に残る花見宴でした。
おいしい日本酒・ワイン・焼酎・つまみの差し入れ・熱燗の準備をしていただいた方々に感謝申し上げます。

記・景山

第8回 「「ビーチャンは飛行機に乗って」……(後編)

旅人:井澤 勇

さて、もう一方の生き形見「ビーチャン」であるが、すっかり我が家の家族になった。目つきや泣き方、そのしぐさで何を要求しているかが手を取る様に解るまでになった。

好きな食べ物は「アンパン」や「カリン唐」で、私と同じ甘党である事、そして何より嫌いなものが雷だと理解した、遠くで雷が鳴り出すと幾ら好きなアンパンを鼻先に置いても食べようとはしないのだ、可哀想な程気の弱い一面を見せる犬でも有る、そんな彼女に突然病魔が襲った、平成24年6月6日の事だった。昼に私が食べたカップ麺の残りを数本食べた後、いきなり吐き戻し、その場にうずくまってしまったのだ、今までに無いタダならぬ気配に、私はどうして良いか解らず掛け付けの獣医に電話した、獣医は一晩様子を見て状態が解決しなければ連れて来いと言う返事だった。一晩様子を見たが容態は益々深刻になった、一晩中フラフラ歩き回り、壁にぶつかるとう方向転換をして、又歩き続け、私の呼びかけにも無反応だ。

翌日、血液検査などの結果で獣医はなんと、「脳梗塞」と言う病名を私に告げた。病名を聞いて私は全身の力が抜ける様な気がした。昨日までのやんちゃな「ビーナス」は戻って来ないかと思うと恥ずかしさも忘れドット涙が溢れてきた。しかし奇跡的に「ビーチャン」は3日間の点滴入院で命を取り留め、再度の血液検査で獣医は「有機リン系中毒」かもしれないと言うのである。後で解った事だが除草剤や害虫駆除の消毒剤に、有機リン成分が入っていて、何かの拍子で口の入ると同じような症状が出るそうだ。言われて見るとビーチャンが遊ぶ玄関先に数週間前除草剤をまいた事を思い出した。知らなかったとは言え、ずいぶん残酷な事をしてしまったと悔やみ同時に反省した。

それから次第に「卵ご飯」や「カステラ」を食べ始め、2週間後にはアンパンを見せると尻尾を振って飛びつくようになった。苦労して運んだ自転車同様、お茶目で小さい命ではあるが、これからも生き形見を目一杯愛でようと思うのである。

追伸……

彼女が我が家に来て5年後、「ビーチャンは再び飛行機に乗って」懐かしい生まれ故郷の宮崎に帰った。但し今回の座席は、18B、私の手に抱かれて膝の上である。泣かなくなった彼女は、小さなプラスチックの容器の中だ。平成28年2月5日 推定享年8歳。死因は急性脾臓炎及び、多臓器不全。大好きだったご飯を食べず、何か変だと感知して3日目後に僅か一日の入院で帰らぬ「人」となった。

完



美人だった ビーチャン



宮崎青島の洗濯岩

3.中国事情 第10回



今回は、今迄の流れを中断し、この三月初旬に台湾を五日間、中旬から大陸を一週間旅行しましたので、その時の見聞したことを記述します。台湾は学生時代の友人が手配してくれたもので、「冥途への土産の旅シリーズ」との名称で台北から台中→台南→高雄→台東→花蓮→台北と時計と逆回りで、台湾を一周するツアーに参加し観光しました。

大陸は、定年退職後の大連勤務時代親しくなった年齢の近い方を中心に帰国後は定期的に研究会プラス懇親会をしており、今回は現代中国の民間の実態を見聞する目的で、日本に帰化した福建省出身の日本の大学の先生をリーダーに杭州から義烏(巨大雑貨市場の街)→温州(日本の温州ミカンの名前の由来の地)→福州→福清(黄檗宗創設の隠元禅師の出身地)→福建土堡(漢族から追われた客家の人達が山奥深くに隠れ住んでいる集落。現在は観光化しているが客家の人達は今も生活をしている)→厦門→北京と、幹事の方と先生の手作りの旅をしてきました。宿も中国の普通の学生や勤め人が宿泊する宿・民宿でした。

台湾についてまず台北市内で最初に感じたことは、市内中心部の広場で台湾独立の活動が行われていたこと、大陸では弾圧されている法輪功という太極拳集団の弾圧の様子を写真や記事を使って訴えている人たちを見かけた事です。長年慣れ親しんだ大陸ではありえないことで、見て一瞬、あっ、ここは大陸ではないのだ、日本と同じ言論の自由、表現の自由が保障された社会なのだという安心感でした。また観光した地域でも日本統治時代、八田与一さんという日本人土木技師が困難な大規模ダム工事・広大な土地の灌漑を行い、今に至る現地への貢献の事を公に案内していることを知り、共産党支配の大陸にはないことで、台湾は日本統治時代のことを公平に評価して見ていることを感じました。第6回で述べたように、満州では個人的には、日本統治時代の現地に対する今に残る日本人の貢献を評価する現地の人は多数いますが、共産党政府は、決してそれを公にしないで日本統治を一方的に悪だとする表現しかしない、度量の狭いというか反日的なものを感じます。台湾は自由、民主、法の下での平等という現代日本と価値観を同じくする安心できる社会であることを数日の観光ですが、強く感じました。

また大陸では、日本に帰化した先生の同級生達が税務署長や民間企業の経営者になっていて、そういう人達との交流や工場見学など自由闊達な意見交換の中で、共産党統治という枠に嵌らない、活発な企業家精神を感じることができ、それが現代中国の民間活力になっているものと感じました。多分、今回の旅が、浙江省、福建省という北京から遠く離れた地方であるが故だと思います。また黄檗文化会館の会長が隠元禅師を通した日中文化交流の話もしてくれ共産党とは違う親日感情を感じました。更に大陸で感心したことは、各地を移動するのに利用した新幹線型高速鉄道網の整備が急速に進み、旅が従来の在来線に比べ格段に速く快適になっていることです。高速道路網も良く整備されていますが、ここ数年の政策によるものです。私も75歳までに時間を作り香港(深圳)から武漢経由の北京とか、北京から西安を通してトルファン、ウルムチ迄とかの内陸地帯の高速鉄道の旅をして更に中国の多様さを感じてみたいと思います。それぞれ飛行機では行きましたが、地上を走る高速鉄道は見聞できるものが違い、多くのことが分かります。記 中谷泰治

4. 会員情報

各支部より訃報報告 (2016 年 9 月～2017 年 5 月)

ご氏名	支部	ご命日	享年
山本 信久	横浜中央	2016 年 9 月 25 日	90
綿貫 雅庸	多摩	2016 年 12 月 16 日	75
川崎 重夫	神奈川中央	2017 年 1 月	73
間宮 道子	多摩	2017 年 3 月 1 日	71
高橋 敏子	横浜南	2017 年 3 月 5 日	
宮村 克洋	関西	2017 年 3 月 9 日	74
安川 嘉一	上信越	2017 年 3 月 19 日	82
行方 正一	横浜中央	2017 年 3 月 24 日	92
中島 泰	横浜中央	2017 年 3 月 25 日	86
木頃 安子	千葉	2017 年 4 月 1 日	79
河野 弘	九州	2017 年 4 月 4 日	80
鶴田 允利	茨城	2017 年 4 月 6 日	80
小川 照男	上信越	2017 年 4 月 9 日	82
杉浦 徳太郎	横浜中央	2017 年 4 月 26 日	89
駒井 フサ	東京	2017 年 5 月 7 日	88
菊池 昭二	湘南	2017 年 5 月 19 日	90

皆様のご冥福を謹んでお祈り申し上げます

5. 9.13 のご案内

V9.13 開催のご案内

今年もV9.13 のイベントの開催が次の通り計画されております。
奮ってご応募ください。

日 時 : 9月13日(水) AM11時～

場 所 : 横浜西口ホテルプラム(昨年と同じ)

会 費 : 7,000円 当日現地払い

申込他問合わせ : 7月1日～景山事務局長迄

電 話:090-1054-3100 又は

Email:koji_k194812@jcom.home.ne.jp

6. 編集後記

入梅前の今は花が咲き、新緑も淡い色が美しくちょっと小旅行にでも出かけたくくなりますね。湘南支部総会の日も、快晴で友人と飲みながら語り合う小旅行のような1日だったと思います。

当支部では、ゆっくり歩いての史跡探訪や、みかん狩りを楽しむ企画を用意しています。どうぞ、小旅行の気分でお出かけ下さい。お待ちしております！

発行日 : 2017年6月1日
発行人 : 古林 茂
編集人 : 伊藤 恵美子
発 行 : 日本ビクター寿会