

# 寿会湘南支部ニュース 第5号

湘南支部のスローガン  
～長寿社会に若さを求めて～

～ ご挨拶 ～ 支部長 古林 茂

季節の巡りは早いもので 支部総会から4ヶ月が過ぎようとしております、今年の夏は記録づくめの暑さが続き皆様に於かれましても体調管理にご苦労された事でしょう。

今年度の支部活動も早くも折り返しを迎えますが、支部ニュースは発行してちょうど一年になります。ビクターマンの人と人の繋がり、絆を大切にすべく会員皆様とのコミュニケーションツールとして支部ニュースの発刊を一年前にスタートさせました。初めは何もわからず苦労しましたが皆様方のご支援と編集委員の腕も上がった為か？最近では「随分りっぱな支部ニュースになった」とお褒めの言葉も頂く様になり大変うれしく思っております。編集委員の面々はまだまだ、これから更なる充実を図りたいと頑張っております。

紙面を通して多くの皆様の出会いをお届けするのが支部ニュースの大きな役割です。どうぞ皆様身近な話題をどしどし応募されます様切望しております。そして全員参加の支部の基幹イベントに育てて行こうではありませんか。

支部ニュースに関する“何でも相談”は編集委員長の伊藤迄 遠慮なく申し出て下さい。9月28日に行われる親睦レクリエーションでは朝取りの新鮮な魚で元気100倍の企画となっております皆様多数奮ってご参加下さい。

これからも不順な天候が予想されます。会員の皆様に於かれましては「ツボ療法」で益々のご健勝とご活躍を祈念致しております。

## ～秋の鎌倉のお勧めコース～ 提供は大曾根 収さん

1コース：鎌倉の紅葉の名所を楽しむ・・・獅子舞と覚園寺 (歩程:約12km)

鎌倉駅東口 → (八幡宮・鎌倉宮・永福寺跡を経て) → 獅子舞 → (天園・大平山を経て) → 覚園寺 → (鎌倉宮を経て) → 鎌倉駅東口

- 1) 昼食は大平山でお弁当を
- 2) 覚園寺の拝観時間は、10,11,13,14,15 時です
- 3) 獅子舞付近は足場が悪いのでその準備を
- 4) お勧めの時期は12月初旬
- 5) 鎌倉駅東口⇄鎌倉宮間(片道約2km)はバス利用可

2コース：扇が谷から山の内付近を歩く・・・創建時代ごとの古寺を拝観 (歩程:約5km)

鎌倉駅東口 → 寿福寺(鎌倉時代初期) → 英勝寺(江戸時代初期) → 浄光明寺(鎌倉時代中期) → 海蔵寺(室町時代初期) → 長寿寺(室町時代初期) → 浄智寺(鎌倉時代中期) → 北鎌倉駅

- 1) 長寿寺は拝観可能日が限られていますので事前にお調べください。
- 2) 疲労度を見ながら上記のお寺から選択し拝観
- 3) 昼食はレストランをご利用ください
- 4) ガイドブックの持参をお勧めします

長寿寺は秋の紅葉・庭園  
が素晴らしい～

## 自分でも出来る「ツボ療法」

「ツボを刺激する→血行が良くなる→自然治癒力のアップ」

この考えは、東洋医学の基礎で疾病予防に繋がります。今回のツボも猛暑で弱った胃腸を整え、足裏を刺激することで体調を整えてくれます

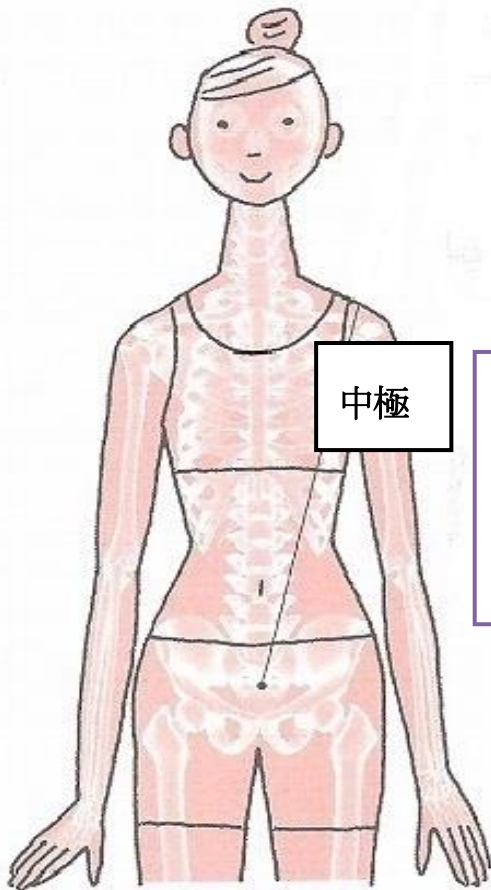
### 第2回:トイレが近い

頻尿とは、一日に何回以上を言うのかご存知ですか？



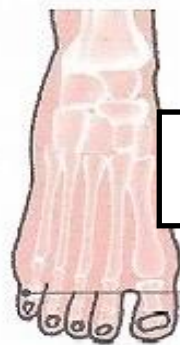
頻尿とは、朝起きて寝るまでの間に8回以上を言います。もちろん8回以上でも異常のない場合や、8回以下でも異常のある場合があります。が、残尿感、排尿痛が伴う場合は膀胱炎が疑われますので早目に受診をして下さい。

又、皆さんは1日に何回トイレに行っているかご存じですか？  
受診すると先ず聞かれますので、その場であわてて数えるのではなく日頃把握しておきたいですね。



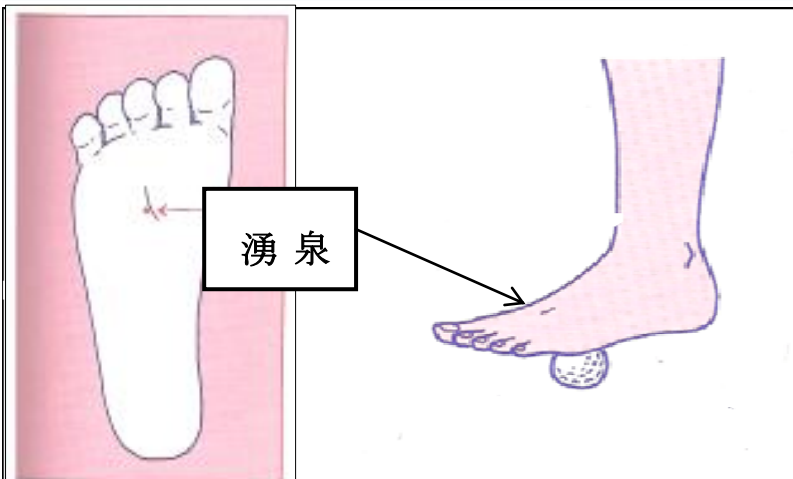
中極

お臍下の中極は、指圧すると同時に温めることで効果が倍加します。温める方法として腹巻も良い方法ですが、カイロを貼ったり、お灸をすえるのも効果的です。お灸というと怖いイメージがありますが最近火を使わずリラックスするよう良い香りを配合したものもあります。



至陰

至陰は足の小指の先にあります。ここを「痛、気持ちいい」程度の強さで「押し揉む」を繰り返して下さい。



湧泉

湧泉のツボは、血の流れを促します。トイレの近い方、高血圧の方、それに足が疲れた方にも有効です。

この場合の補助具として固くて小さなゴルフボールをお勧めします。ツボ付近を押すとほど良くツボを捉え、刺激も強く効果があります。

湧泉は万能ツボです！

☆☆ 湘南支部 9月の親睦レクリエーション御案内 ☆☆

支部ニュースに予告しておりました、親睦レクリエーション(魚介グルメ)を下記要領にて開催致します。高い秋空に鱗雲・鰭雲・鯖雲が現れる頃、魚グルメと磯の景勝をお楽しみ下さい。

☆開催日:9月28日(月)

☆場 所:荒崎海岸(夕日の丘:景勝地)

☆集 合:三崎口駅(京浜急行)改札口11:00 集合

・11:08発の荒崎行きバスに乗りますので、下記電車の御利用をお薦めします  
(三崎口駅に10時54分に到着)

・横浜(京浜急行)9時56分発の三崎口行き特急電車(特急料金不要)

☆会費 2,200円(当日頂きます)

☆参加の申し込み

・朝獲り魚や飲み物の用意がありますので、予約制とさせていただきます

・参加の申し込み先は景山康二お願いします

PCメール [koji\\_k194812@jcom.home.ne.jp](mailto:koji_k194812@jcom.home.ne.jp)

携帯電話 090-1054-3100

・申し込み期限:9月19日(土)迄

☆当日のスケジュール

三崎口 11:08 発のバス ⇒ 荒崎バス停(11:30)

⇒ 夕日の丘(11:40)⇒ 景勝散策(30分)

⇒ 懇親会(12:10から3時間程度を予定)⇒ 流れ解散方式



◎当日の目玉

・長井漁港朝獲れ鮮魚の刺身盛り

・数千年前に海底隆起した荒磯の絶景(借景は富士山・箱根連山、大島等)

★持ち物:飲食物

・お酒類・新鮮刺身盛り・ツマミ・御茶系、調味料、器や箸は会で御用意します  
(飲み物、ツマミ等の差し入れ大歓迎です)。

・個人スペースの敷物を持参けると助かります。

・オニギリ等の食事を御望みの方は持参して下さい。

・服装:20~30分周辺の景色をお楽しみいただきますのでウォーキングの服装でお越し下さい。  
(危険な場所はありません)。



★天候等の変化

天候等の変化で開催が困難な場合は前日に御連絡致します。

お世話役一同、皆さまの参加お待ちしております。

景山康二、飛田和男、特別賛助:市楽正博



☆☆ 湘南支部 11月レクレーション計画の御案内 ☆☆

日本ビクター寿会 湘南支部 中谷 泰治

当御案内は、5月の総会御案内P5に記しました「第3回温泉グルメ」の概要を御知らせするもので、次回の三浦散策・温泉グルメ(第2回:荒崎にて)とは違いますので御注意下さい。

また予約等の関係で、当レクレーションの実施日等の確定は御申し込みを頂いた人数の結果で最終決定します事を御了承下さい。

☆第3回 温泉グルメ の予告御案内

- ・日 程: 11月25日(水)・26日(木)で一泊二日 か  
11月26日(木)・27日(金)で一泊二日 のどちらか
- ・場 所: 榛名湖湖畔の宿「榛名湖温泉ゆうすげ」予定  
一泊朝食付き、夕食は下記へ出かけます
- ・夕 食: 魚籠屋(びくや): 榛名神社近くの古民家風一軒屋(炉端にて)  
\*添付の写真を御参考にして下さい、御満足頂けると思います。  
魚籠屋での尺岩魚の御造りはプリプリです。 塩辛・肝煮・卵(究極の珍味)、  
獐猛な表情の岩魚の骨酒、旨味が濃い。塩焼き等なども他では味わえません!
- ・費 用: 25,000円位 ~宿泊代、夕食(宴会、特別料理、酒)、集合地からの交通費~
- ・申し込み: 10月23日(金)迄 景山 康二 宛てお願い致します。  
PCメール [koji\\_k194812@jcom.home.ne.jp](mailto:koji_k194812@jcom.home.ne.jp)  
携帯電話 090-1054-3100
- ・集 合: 新宿のJR高速バス乗場 12時発の上州ゆめぐり号に乗車予定(全席指定)
- ・コース: 初日 新宿⇒(高速バス)⇒伊香保温泉石段街口⇒(路線バス)⇒  
榛名湖湖畔の宿へ16時頃着 ひと風呂浴びて ⇒ 魚籠屋へ18時頃から宴会  
翌日 逆コースで帰ります 宿10時頃発 ⇒ 新宿14時頃着

☆☆ 御申し込みをお待ちしております ☆☆

\*お申し込みを頂いてから、宿・高速バスの予約を致しますので確定後の詳細案内は10月下旬までに致します(参加者のみ)

\*内容面での御質問・御希望のある方は、下記へ御問合わせ下さい。

飛田和男 PC:[kawasemi-hotuma@jcom.home.ne.jp](mailto:kawasemi-hotuma@jcom.home.ne.jp) 携帯:090-4933-8403



(魚籠屋・びくや)

井澤さんは退社後自転車で47都道府県を廻られ、それを紀行文にまとめられました。読ませて頂いて支部ニュースにも紹介できたらと無理にお願いして載せて頂くことになりました。並大抵の準備ではなかったこと、走破までのなが〜い道程を語って頂きます。

## 還暦を過ぎたら自転車に乗ろう

旅人：井澤 勇

### 第1回 ～「初めての輪行」(前編)～



輪行と言う言葉を知ったのは、かれこれ10年ほど前の事である。友人に自転車遊びを誘われ朝から晩まで県内のあちらこちらを走り、手や顔を真っ黒にしてその黒さを自慢しあった頃である。いい歳をして馬鹿な事をしたと思うのだが、当時は還暦を迎えたばかりで、今より身も心も若かったし、虫の好かない上司と言う生き物から開放された嬉しさを心底味わっていたのかも知れない。

とにかく、県内ではなく遠く見知らぬ土地を自転車で走ってみたいという欲望から、自転車を袋に入ればバスや電車でどこまでも行けるという事を学んだ。手数料とか運賃とか不要だと知って、心が一気に高鳴った。しかし、自転車はパンクが付き物である。もし出先でパンクしたら誰が修理するか？この問題を解決しなくては、浮き袋一つで太平洋を渡るに等しい冒険になる。12月の寒い朝その試練が突然やって来た。日当たりの良い道端で私は腰を据えて修理に取り掛かった。機材と言う程の物ではないが、ゴム糊や数本のレバー、それに空気入れを取り出し、子供の自転車を修理した昔の記憶を思い出しながら作業した。案ずるより何とかで、時間さえかければパンク修理は意外と簡単に出来る事を発見した。

これさえ出来れば怖いもの無し。自転車で日本中、いや世界中どこまでも行ける、そう思い機材を片付けながら大きく背伸びをしたら、寒い冬空がいやに広く、そして高く感じられたのである。その日の午後、興奮冷めやらぬ私は、近くの自転車屋で輪行袋なる物を手に入れた。多くの種類があったが、最も簡単な前輪だけを外し袋に収める方式を選択した。と言うより、自転車屋の親父が「初心者はこれが一番」と私の顔を見て決めてくれたのだ。有り難い事である。人の顔には自分でも知らない文字が色々書かれている様だ。輪行袋を買ってから、手早く自転車を袋に入れたり、又取り出して組み立てたりの練習をした。

最初は30分以上掛かっていたが、何回か練習する内に物の10分もあれば分解も組み立ても出来るようになった。自分で言うのもはばかれるが、驚くほどの上達振りである、なぜ現役中の仕事が30年もの間上達しなかったか今もって解らない。

それから私は鹿児島の開聞岳を走って見よう行き先を決めて格安航空券を毎日探した。春休みになると航空券は急に高くなる、物の価格は、需要と供給のバランスで決められると大昔習った事がある。なる程こう言う事だったのか、ならば需要が供給を上回らない時期、つまり春休み直前が一番の底値のはずだと踏んで、同行する女房の分と注文した、格安で浮いた分はサポート車を見立ててレンタカーに回した。準備万端初めての輪行旅はかくかくしかじか、こうして始まったのである。

「初めての輪行」後編は鹿児島「開聞岳」周遊の顛末をお話しようと思います。

#### 4・中国事情・・・第3回



三回目は産業社会から見た中国事情を記述します。

私は2009年から2年間、大連に有るニューヨーク・ナスダック上場の銅線ケーブル会社の総経理(社長)を、2012年は日系企業生産の石油精製コンビナート用のバルブを販売する商社の総経理を勤めました。共に外人は私一人です。その時見聞した事を書きます。

中国では銅も石油も軍事戦略物質です。それを扱う会社は巨大国営企業群です。銅の仕入れ交渉に河南省の古都・洛陽(人口615万人)に出張した時、相手は国営企業で、対応した総経理の話では歴代の洛陽市の市長は、その会社の副総経理(副社長)が転出する程の、地域に影響力のある会社でした。ただ感じたのは設備が古く、人手を多く使う生産形態である事で従業員18万人と言っていました。

また銅線ケーブルを中国の電力会社に拡販の為に、北京JVC時代の市政府幹部で太子党の知人のツテを頼み、元首相李鵬の娘・李小琳(中国全土の電力会社を掌握)にオーナーと共に面会しました。彼女の話では、会社は国営だけど、経営は李一族が継続して牛耳っているとの事でした。李鵬の首相時代以来の影響力でしょう。

またバルブ販売交渉で遼寧省盤錦市の石油精製会社に出張した時、対応した総経理は、解放軍の中将の肩書のある軍人で、彼がジープを運転して案内してくれた管理地域の中に精製会社の他に、病院、ホテル、百貨店、建築会社、巨大市場、巨大団地群、物流会社、学校、託児所、養老院、兵器工場、ソフト会社等を持ち正に一大コンツェルンの感じがしました。その他の日常的な経験からも、中国経済の大きな特長は、巨大国営企業や解放軍傘下の企業群の影響が非常に大きいと言う事です。家電メーカーは元国営から民営化しましたが、自動車産業はほぼ国営です。トヨタ等海外から進出して居るのは国営との合弁です。中国の鉄道網は、鉄道部(省)と言う国の役所です。日本の様な私鉄は有りません。金融大手4社も、通信も日本の旧電々公社の様に公営(国営)です。

縷々と書きましたが、中国経済の特長はことほど左様に国営企業、国家機関、解放軍に牛耳られて居るということです。2014年で国営(公営)でGDPの80%を占めます。

従って市場経済体制と言うものの、国営も軍営も純粋に経営の論理よりその上に君臨する共産党の意向により、より強く経営が左右される体制と言えます。中国では共産党の意向は憲法・全ての法律より優先され、司法がその下にありますから、外国系企業が中国側とトラブルがあると合法的な解決が難しい所以です。また元々中国人は他人に雇われるより独立を尊ぶ気風が強いですから、改革開放以来、民営企業も数は多いですが、巨大企業はそう多くありません。

共産党主導経済は負の面は日本のマスコミに多く取り上げられていますが、一方、2000年に日本の4分の1だったGDPが、2010年に日本を追い越し、2014年には日本の2.2倍、米国の60%迄に拡大してきているのも事実で(中国の統計に粉飾があるにせよ)富国化は間違いなく進んでおり、共産党指導の最大の成果と言えます。国民一人当たりGDPはまだ日本の五分之一ですが、国民一人ひとりの生活向上の前提は進んでおりその事は、冷静に評価しなければなりません。

今回は中国企業の抱える内部の問題点をレポートいたします。

記:中谷



## 5. よもやま話し・・・

### 「こがね虫は 金持ちだ 金蔵建てた・・・♪♪」

野口雨情作詞、大正時代(食べ物にも困る貧困者が珍しくなかった頃)の有名な童謡ですが、童謡は地方風土から滲み出て来る事が多く、民俗学的な意味が込められている曲が多い様です。

地球温暖化でポピュラーになったゴキブリ君は隙間風の入る寒い家・食材が乏しい貧しい家には棲みつきづらい贅沢な虫。この虫が棲みつく様な家になりたい、水飴を買って子供に与えられる様になりたいとは、当時の親心。こがね虫＝カナブンだとカナブンは作物の葉や根を食べる害虫、いくら色が綺麗と行っても地方で褒め称えられるとは思えませんね。ゴキブリの卵は中身の一杯入った財布の形に似ていて、お腹にずっしりと重い財布を抱えている事から、金持ちとしてあやかりたいと姿からも童謡に謳われたと、そうです、童謡「こがね虫」はゴキブリの事で、その讃歌という説が根強くあります。しかし現在これだけ嫌われる虫も珍しいですね、飽食の時代にはゴキブリが出る事は家が汚れている証、これをバラス奴は特に女性にとっては天敵に等しい存在・・・。

「ゴキブリ絶やすにゃホイホイ要らぬ、清潔な家には棲めないからに・・・」

お国を変えてラテン音楽の名曲「クカラチャ＝ゴキブリの事」、これもゴキブリの曲です。ゴキブリが手足を軽妙に動かす様を、軽快なリズムでコミカルに演奏しています、そう愛情の目線を持って、Richard Hayman And His Orchestraで本場物のラ・クカラチャを如何ですか、名演奏と思います。

それにしても、「ゴキブリが 鳴かんで良かった 秋夜長」ですね、双方の為にも・・・

記 飛田

## 6. 会員情報

(1)各支部よりの訃報 期間 (2015年6月 15日～2015年8月31日)

ご氏名	支 部	ご 命 日	享 年
前沢 利夫	横浜中央	平成27年5月30日	76
堀岡 勝則	九 州	平成27年6月24日	72
石川 みどり	埼玉・栃木	平成27年8月 2日	75

(2)その他 ……特になし

謹んでご冥福をお祈り申し上げます

## 7. 編集後記

今年の夏は、連日の記録的な猛暑に「もう限界」と思った途端に、今度は急に肌寒い秋雨のような天候が続いています。しかしそんな中、皆様は秋の味覚を求めて色々とかける計画を考えられているのではないではないでしょうか。

湘南支部では一般に知られていない「穴場や名所」を、お酒を飲まれる方もそうでない方も楽しめるよう計画を立てました。是非、皆様のご参加をお待ちしております。

発行日 平成27年9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

湘南支部