

おーろら通信 (288) 2022年3月号

三洋電機洋友会群馬地区お知らせニュース

群馬県邑楽郡大泉町仙石二丁目26番1号
仙石第一ビル1階(1975-00棟)
TEL&FAX 0276-62-6782
電話は原則毎週水曜日9時半～11時
E-mail: yoyugunma@juno.ocn.ne.jp
http://yoyugunma.sakura.ne.jp/
発行者: 奥山泰彦 編集者: 内田光男

今月の記事・総会案内・会費・ゴルフ・山行・お知らせ

※新型コロナウイルス感染症「まん延防止等重点措置」が解除されましたが引き続き感染予防をお願いします。

(洋友群馬)



○ 定時総会開催の詳細ご案内

先月号でご案内しましたように4月22日に第33回定時総会を開催し、2021年度実施事業および会計報告、会員状況の報告、2022年度の運営につきご協議いただきたく詳細について連絡します。

新型コロナ感染状況が3月初には収束方向になると期待しましたが、3月21日迄まん延防止等措置が延長され緊張状態が続いています。つきましては大変残念ですが昨年同様、講演会と懇親会は中止し、総会と長寿祝いだけに限定して開催させていただきます。まだ出欠届未提出の方は4月6日までに提出して下さいをお願いします。

出席して下さいの方は新型コロナの3回目ワクチン接種を4月8日までに終了して下さいをお願いします。

—— 記 ——

日時：2022年4月22日(金)
開会：午前10時～12時終了予定

場所：大泉町 文化むら 大ホール

議 題

報告事項

1. 2021年度事業報告
2. 会員の異動/入会の状況
3. 2021年度決算報告
4. 2021年度会計監査報告

承認事項

1. 役員改選について

協議事項

1. 2022年度事業計画案について
2. 2022年度予算案について

総会終了後長寿祝いを行います。その後記念写真撮影をして、最後に豪華なお土産をお渡しして散会と致します。お土産としてはお弁当、飲物(ビール、お茶)、菓子と3次元5層マスクを準備します。

以上

群馬地区会長 奥山泰彦



○ 2022年度洋友会年会費引き落としについて

2022年度年会費(2022年4月1日から2023年3月31日)は4月13日(水)に引き落としされますので4,800円以上の残高の確保をお願いいたします。

(米寿者は翌年より名誉会員として年会費免除、81歳以上は3,600円、その他4,800円)

会計担当幹事 久保田武房 石関正明

○ 春の洋友会コンペ開催のご案内

初夏の洋友会コンペを“城山カントリー倶楽部”(足利市小俣町)で計画いたしました。群馬地区会員であればどなたでも参加出来ます。

今回の開催から洋友会群馬地区より優勝トロフィーが準備されます。持ち回りではありますが洋友会群馬地区主催の各種行事用として奥山会長の発案で実現する事となりました。是非優勝トロフィーに第一号の優勝リボンを飾って下さい。

コロナ禍ではありますがワクチン接種も済まされたと思いますので、今まで以上に多くの会員の参加でコロナを撃退しようではありませんか。

参加者全員に豪華商品も準備してお待ちしておりますので、担当幹事まで申込み頂きますようお願い申し上げます。

開催日程

- ・日 時: 令和4年6月3日(金)
- ・場 所: 城山カントリー倶楽部 (☎0284-62-3131)
〒326-0141 栃木県足利市小俣町 4008
- ・集合時間: 8時20分時間厳守 (スタート: 9時01分~OUT IN)
- ・参加費: 2,000円(プレー費、食事費は各自負担)
- ・募集人員: 8組(32名) OUT&IN 各4組
*4名1組での参加申込みも受付ます。
- ・申込締切: 5月17日(火) 定員になり次第締切り
- ・担当幹事: 前田浩良 TEL: 0000-00-000 E-Mail: 000000@00000.00.00
携帯: 000-0000-000
岸 雄二 TEL: 0000-00-0000 E-Mail: 00000@000.00.00
松沢 千代子 TEL: 000-0000-0000 E-Mail: 00000000.000@00000.00.00

○ 金山でも歩こう会からの連絡&報告

<連絡>

第144回 4月1日(金)
行き先: 館林市 多々良沼ウオークコース
集合場所: 松沼南駐車場
集合時間: AM10時

第145回 4月14日(金)
行き先: みどり市 鹿田山コース
集合場所: 鹿田山フットパス駐車場
集合時間: AM10時

<報告>

第142回 2022年3月04日(金) 快晴 22名参加
呑竜公園では白梅が満開に咲き春を告げていた。好天に恵まれ穏やかな日、カスミが掛かり春らしい陽気となった。

Kさんのストレッチで体をほぐし10時スタート。
呑竜様本殿の裏より緩やかな坂を登り東屋で休憩、三枚橋病院へ下りる。長手浅間神社で写真を撮り休憩。ここより登り返し浅間神社奥社で休憩後モータープール脇を通り物見台で眺望を楽しみ新田神社に11時50分到着。参拝後筑波山を眺望したが春カスミで見えなかった。南曲輪休憩所に移動し昼食をとる。春カスミで富士山が見えなかったが、温かな日差しの中での食事はうまかった。12時30分昼食を済ませ下る。表登山口から御城橋を渡り親水公園に立ち寄る。知人のOさんがギターの練習をしており弾き語りで1曲歌ってくれた。ミズバショウ園を通り金竜寺の階段を登り呑竜様境内に13時20分戻り無事解散した。

担当幹事 内田光男



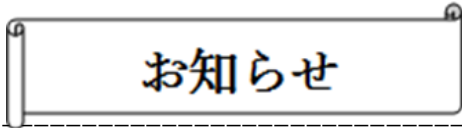
多々良沼ウオーキングマップ

○ 第 135 回山行「鳴神山」ご案内

日時:4月10日(日) 集合時間:AM10時 集合場所:桐生市川内町 駒形登山口

<道案内>

広沢町1丁目の交差点で国道122号線の大間々方面へ、相生町2丁目の交差点を道標に従い右折し、桐生合同庁舎前の交差点を県道3号線の桐生市街方面へ直進、渡良瀬川(赤岩橋)を渡ってすぐの交差点を県道342号線の川内方面へ左折、道なりに進むと県道338号線と合流して山間となり、ハイキングコース入口の砂防工事用道路分岐の手前100m程の左手に駐車スペースがある(分岐付近にも数台駐車可能な路肩あり)。



○ お詫びと訂正

2月号において長寿祝いの氏名に誤りがありました。ここにお詫びし訂正いたします。

(正) 伊達 正次郎さん (誤) 伊藤 正次郎

○ 訃報

関口 宣雄さんが3月4日に亡くなりました82歳

貫井 水好さんが3月5日に亡くなりました86歳

ご冥福をお祈り致します

* 訃報発生時は奥山泰彦(洋友会群馬地区会長)に連絡を下さい

TEL:080-5682-8551

訃報発生時遺族の方から告別式の2日前までに **連絡いただけると下記対応が出来ます。**

供花2基 弔電2通(三洋電機社長名、洋友会群馬地区会長名) 香典1万円

配偶者の方は花代3,000円のみ対応させていただきます。

(洋友会群馬地区会長名)……香典は事後報告でも対応します

○ 「ボランティア活動」からの連絡

《AKARI アクション・アルミ缶・プラタブ回収活動》

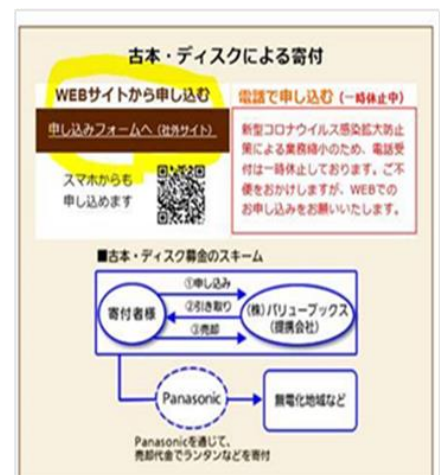
無電化地域にソーラーランタン(パナソニック製品)を贈り未来を照らす、あかりを届ける活動にご協力をお願いいたします。ご家庭で不要の古本・CD・DVDの寄付をお願いいたします。

尚 対象の古本は、ISBN(バーコード)の表記があり2010年以降に出版された書籍となります。

<お願い> アルミ缶にスチール缶が混入しないよう選別をお願い致します。各月のノート記載プラタブ、アルミ缶、古本等寄贈者(敬称略)

2月~3月まで

斎藤(正)、小林(一)、久保田勇、瀧谷、松沢、森本、奥山、青木、オートピアセンター、木村、久保田(武)



疲れたときには要注意！

<本部提供健康ニュース>

春の陽気を日増しに感じるようになり、活動的な季節になってきました。自宅に籠りがちな生活から活動的な生活になると疲れが出やすくなることもあるかと思います。そこで、今回は疲れた時に注意が必要な「带状疱疹」に関するお話です。

◆带状疱疹について

带状疱疹は、多くの人が子どものときにかかる水ぼうそうのウイルス(水とう・带状疱疹しんウイルス)によって起こる病気です。このウイルスは、水ぼうそうが治った後も身体の神経節と呼ばれる部分に潜んでいて、免疫力が低下したときに活動を再開し、带状疱疹を引き起こします。以前は高齢者に多い病気でしたが、最近では若い年代にも増えているといわれています。

◆症状と経過

带状疱疹になると、神経の流れに沿った帯状の赤い斑点や水ぶくれといった皮膚の症状とともに痛みが起きます。

【経過】

①皮膚にチクチクするような痛みやかゆみなどが現れます。带状疱疹は胸やお腹、背中に起こることが多いですが、顔や手足など全身いずれの場所でも発症します。

②痛みを感じた場所にブツブツとした赤い斑点ができ、水ぶくれとなって帯状に広がります。

③水ぶくれが“かさぶた”となり、皮膚の症状はおさまります。ほとんどの場合、皮膚の症状が消えるとともに痛みも無くなります。

以上のような症状は身体の左右どちらか片側だけに起こり、一度に二ヶ所以上の場所に現れることはほとんどありません。痛みが起り始めてから“かさぶた”が治るまでは約三週間から一ヶ月程度かかります。

また、炎症が強く神経が傷ついた場合は、皮膚の症状が消えても痛みが消えずに、痛みが慢性的に続く带状疱疹後、神経痛に移行することがあります。

◆原因と予防

带状疱疹は、身体の免疫力が低下することで起こります。免疫力が低下する原因には、過労や大きなストレス、ケガ、病気などがあります。無理をしないで栄養と睡眠を十分とり、規則正しい生活を心がけて免疫力の低下を防ぐことが大切です。

◆治療

ウイルスの増殖を抑制する「抗ウイルス薬」と、痛みを和らげる「消炎鎮痛薬」が代表的な治療方法です。尚、带状疱疹の痛みは、冷やすとかえって強くなるため、なるべく温めるようにします。早期に治療を行うことは症状の悪化を防ぎ、皮膚や神経のダメージを軽くすることに繋がります。「带状疱疹かも?」と思ったら、できるだけ早く皮膚科を受診して、治療を始めるようにしましょう。

◆うつるの?

带状疱疹は、自分の体内に潜んでいたウイルスが再び暴れだすことによって起こる病気であるため、他の人にうつることはありません。しかし、水ぶくれの中にはウイルスがいるため、水ぼうそうにかかったことのない人はウイルスに感染して、水ぼうそうを発症する可能性があります。“かさぶた”に変わるまでは感染する可能性があるため、それまでは水ぼうそうにかかったことのない人との接触は避けるようにしましょう。また、患部との接触によってウイルスは感染するため、患部をガーゼでしっかり覆う、患部を触った後の手洗いの徹底などを行い、他の人への感染を予防しましょう。尚、水ぶくれが全身に点々と広がっている場合は、空気感染を起こすようになりますので詳しい感染の予防方法に関しては医師に確認するようにしましょう。

免疫力が低下した状態は、带状疱疹の他にも病気や体調不良などを引き起こしてしまうこともあります。忙しい日々の中でもしっかりと休息をとり、疲れをためないようにしていきましょう。