

おーろら通信 (302) 2023年5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 G 総会、返信ハガキ、旅行、ボウリング、山行、本部総会、カラオケ、お知らせ

※コロナ感染症は5月8日以降2類から5類に引き下げました。今後はウイズコロナで行動を致しましょう。



洋友会



第 34 回長寿祝い者

○ 第 34 回洋友会群馬地区総会

4月28日(金)10時より大泉町文化むら大ホールにおいて、会員122名(3月末会員総数378名、議長への委任状144名)の出席により、第34回定時総会が開催されました。来賓として会社代表、労働組合代表のご挨拶を頂き、議案は出席の皆様のご協力により、原案通り承認され終了。続いてボランティア(アルミ缶等の収集)活動に貢献された6名を代表して前田浩良様が表彰されました。休憩をはさんで長寿祝いのセレモニーを行い、当初企画していた食事を含む懇親会は新型コロナの5類移行を前にして施設での飲食が未だ禁止されていて出来ず、代わりに大抽選会を実地しました。最後に全員での集合写真撮影。登利平弁当・ハラダのラスク・飲み物、抽選会でゲットした景品を手にとりました。

(司会:岸 雄二 幹事、長寿祝い以降司会:斎藤 正子副会長)

総会概要:開会に先立ち、前年度ご逝去された物故会員16名の御霊に黙祷。

●奥山会長挨拶:

会員の皆様にはお忙しい中、元気にお集まり頂きありがとうございます。この3年間新型コロナの感染防止ということで行動が制限されて来ましたが、ようやく落ち着きをみせ5月8日には第5類になることが決定し、洋友会の活動も今後活発化するよう計画しています。ただ、我々高齢者は感染による重症化リスクが高いので第6回のワクチン接種を含めて十分な対策をとるようお願いいたします。今後の会の活動ですが、今まで自粛していたものを再開することにしており、代表的なものとして7月に「懇親バス旅行」を計画しています。会員数につきまして昨年は6名の新規加入がありましたが、過去の新規加入者数に比べると少なく皆様からのお声がけとさまざまな施策で増加を図りたいと思います。

●来賓ご挨拶:

パナソニック(株)・空質空調社・パナソニック AP 空調・冷設機器(株)代表取締役共同社長 原田 徹 様
(本日社長代理出席挨拶):パナソニック(株)空質空調社 人事センター・総務部 総括担当 成尾 昭一 様

第34回三洋電機洋友会群馬地区定時総会のご盛会をお祝い致します。群馬の大泉拠点は大型空調とコールドチェーンの事業とを中心に引き続き活動しています。その製造を担っているパナソニック AP 空調・冷設機器の社長に原田徹が今年4月に就任しました。私も60歳定年を迎え、4月から同じ総務部総括担当として後任の仲川真次が同席しておりますので、ここでご紹介させていただきます。2点お話をさせていただきます。1点はコロナです。この3年間会社も生産制限まで行き、苦しい事業運営を行って来ましたが、22年度は少

し和らいだので生産も戻って来ておりますが、今後パナソニックも更に前向きに取り組みをするという事で昨年10年に1回という大きな組織変更を行いました。ホールディング化を行い、事業会社を分割してそれぞれ独立独歩の精神でしっかりやって行くということから群馬地区は空調とコールドチェーンの会社として分社化されています。コロナも5類移行という事で今までリモート会議ばかりで制限されていたが、今後はリアルなコミュニケーションをとりながら事業で世の中のお役立ちになりたいと考えております。もう1点はワイルドナイツ強いよね!ということです。大泉拠点で育てて頂いたラグビー、昨年から新たにリーグワンということで2年目になりました。全勝で初代王者になり、今年も連勝ストップはありましたが、1位通過でこれからプレーオフに臨むということで我々も力をもらっています。社会環境が目まぐるしく変化する中でも先輩方が基盤をしっかり築いてくれた大泉拠点でパナソニックと名前を変えてはいますが皆で事業を頑張っているということでご理解頂ければと思います。余談になりますが、大泉町では今年も盛大に花火大会を実施するとの事でした。今年は熊谷市、太田市と協賛して行うそうです。会社としても地域を盛り上げて行く事も同時に考えて行きたいと思っております。

伝統ある洋友会活動、先輩方が連綿と盛り上げて来て頂き、現役の私たちの支えをして頂いている事に改めて感謝を申し上げます。

●来賓ご挨拶:パナソニック エアコン・コールドチェーンユニオン 東日本地区支部 執行委員長 関根 悟 様

1年ぶりにこの場に参加させて頂き先輩方のお元気な顔を拝見し本当に嬉しく思います。大泉拠点の変化についてのご報告ですが、半導体事業を担っているオンセミコンダクター社は事業の縮小に伴い構内勤務者が140名程になっています。小千谷の新潟工場は昨年末に設立された株式会社 JS ファンタリへ転籍となりました。ヘルスケア事業を担うPHC社のバイオメディカ事業においてはファイザー社のワクチン保管用として超低温フリーザーの販売が好調で昨年末まで増産を行っていました。メディコム事業については4月から新会社となるウィーメック株式会社を設立。パナソニックグループでは、業務用空調を担う空質空調社と食品流通を担うコールドチェーンソリューションズ社及び両事業の製造を担当するパナソニック AP 空調冷設機器(株)と販売を担当するパナソニック産機システムズ(株)の4社で活動しており、パナソニックグループの成長事業に位置付けられています。4月にはSTC(株)がパナソニック AP 空調冷設機器(株)と統合し大泉地区構内で貢献しています。

労働組合も各社の労働組合と連携し「大泉地区連合会」として電機連合群馬地協や連合群馬の中心的存在として活動しております。

組織内議員として、久保田たかし氏は先日行われた太田市議会議員として5期目の当選を果たし、大泉では佐藤ひさよし議員が2期目の活動をしております。引き続きのご支援をお願い致します。

洋友会皆様のご健康とご活躍を祈念申し上げます。

●来賓ご紹介(会社との事務的窓口):パナソニックビジネスサービス(株)東日本ソリューション本部サポートチーム 荻原 千秋 様

●議事進行:議長に長寿祝い対象者の星野 薫氏を選出。2022年度実施事業、会員の状況、決算状況について会長から説明、垂井監事・竹岡監事から監査報告があり、一括承認されました。続いて、2023年度事業計画(案)、予算(案)の説明があり原案通り承認されました。(「第34回定時総会次第」参照)

●長寿祝い:対象者37名(米寿16名、喜寿21名)ですが、出席の米寿4名、喜寿11名の方に直接お祝い金をお渡しし、記念写真を撮影しました。

●総会終了後、全員で記念の集合写真撮影、各自お土産、景品を手にとり三々五々解散しました。

*パナソニックホームズ様から総会のお手伝い、抽選会・ジャンケンゲームの豪華景品のご協力がありました。

●総会返信ハガキからの抽選結果

議案について議長に委任すると返信ハガキを頂き、近況報告して頂いた中から次の3名の方に500円のクオカードが当たりました。 中本 恭弘さん、酒井 茂さん、織野 公男さん

当選おめでとうございます

洋友会群馬地区第34回総会返信ハガキのコメント —その1—

- | | |
|--------|--|
| 中本恭弘様 | 現在、高血圧、前立腺肥大、ヒザ痛の病気で定期的に病院に行っています。但し、ヒザ痛だけはキメ手がなく歩行がやや困難になってきています。 |
| 酒井茂様 | お世話になります。年を重ねて気がつけば88歳。ご配慮いただきましたが体調不良のため欠席します。 |
| 織野公男様 | ゴルフ、読書、パソコン等で楽しく過ごしております。 |
| 伊達正次郎様 | 役員の皆様御苦勞様頑張ってください。腰痛のため欠席します。 |

- 井口明彦様 お陰様で孫が 2 歳で毎日家族賑やかに暮らしています。申し訳ありませんが総会
は欠席させていただきます。
- 沼尻平五郎様 毎日野菜作りで時間をつぶしています。
- 志村和彦様 今年で 71 歳になりますが、宅地建物取引士の試験を 10 月に受けます。
- 有居千代乃様 持病が多くなり体調不良のため欠席いたします。役員の皆様にはご苦勞をおか
け致します。

○ 「日帰り旅行」参加者募集と詳細のご案内

7月 14 日(金)開催の日帰り旅行参加者募集と行程の詳細が決まりましたので、ご案内します。

すでに前号の「おーろら通信」でもご紹介しましたが、今回の旅は、山梨県のシャインマスカット一房狩りと桃の食べ放題を中心にリニア中央新幹線の様子をPRした時速 500 kmの世界を学べる「リニア見学センター」を訪ねます。昼食は山梨県銘柄豚「甲州富士桜ポークのしゃぶしゃぶ」料理を囲んで久しぶりに元気な姿を見せあいましょうか。

また今回から、初参加された方やご夫婦で参加された奥様には 1,000 引きという特典も設けました。すでに申し込まれた方もいらっしゃると思いますが、下記の日程まで募集を行っています。いつものようにバス車中でも皆様にご満足頂けるような実のある催しも考えていますので、大勢様のご参加を心よりお待ちしております。また、「旅行はお手洗いが心配」との相談をいただきましたが、観光会社様から「マメに休憩を止らせて頂く」との返答を頂いていますので、ご安心下さい。

募集内容は下記のとおりです。

記

- ◇日 時:令和 5 年 7 月 14 日(金)
- ◇集 合:大泉町役場前、7 時集合、7 時 20 分出発
- ◇会 費:13,000 円(参加費集金は当日。
出発 5 日前からキャンセル料金が発生)
- ◇行 程:大泉町役場(7 時集合、7 時 20 分出発)－〈高速道〉－【ぶどう園】(シャインマスカット一房狩り)－【塩山】(昼食)－【桃園】(桃 30 分・園内食べ放題)－〈高速道〉－【山梨県立リニア見学センター】(入館料込み)－〈高速道〉－大泉役場(17 時 30 分～18 時 30 分着予定)
- ◇締め切り:6 月 20 日(火)洋友会群馬Eメールか洋友会群馬事務所(毎週水曜日のみ)、
担当幹事までお申し込み下さい(ワクチン接種 3 回以上)
- ◇問合せ先:担当幹事・斎藤正子 Tel:0000-00-0000 or 松澤千代子 Tel:000-0000-0000
事務所 Tel:0276-62-6782(毎水曜日のみ)

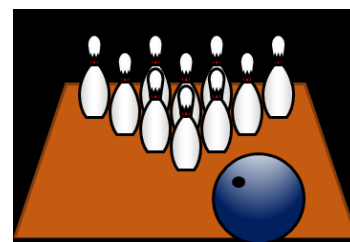


桃狩り シャインマスカット 1 房お土産

○ ボウリング大会開催のお知らせ

夏の大会を計画いたしました。コロナ禍も収束していますが、競技中のマスク着用はお願い致します。参加者全員に賞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致します。

- ・日時:7 月 6 日(木)14:00～15:30(15 分前集合厳守)
- ・場所:ドリームスタジアム太田(TEL:0276-55-1411)
〒373-0815 太田市東別所町 47 (R354 沿いのボウリング場)
- ・競技方式:2 人～3 人・1 チームの団体戦(1 人 2G の平均点比較)
- ・参加費用:1700 円(ゲーム代+ドリンク+靴・・・マイシューズの方 300 円バック、ドリームスタジアム太田の会員の方 300 円バック)
- ・ハンディ:70 歳以上・・・20 点/1 ゲーム、80 歳以上&女子・・・40 点/1 ゲーム、ドリーム会員は 0 点/1 ゲーム
- ・賞品:優勝、準優勝、他全員に参加賞
- ・申込締切:6 月 22 日(木)



- 担当幹事:菅沼俊夫 TEL:000-0000-0000 E-mail:0000000@00000.00.00
岸 雄二 TEL:0000-00-0000 E-mail:0000000@000.00.00
松澤千代子 TEL:000-0000-0000 E-mail:00000.000@00000.00.00

○ 金山でも歩こう会からの連絡&報告

<連絡>

第169回 6月2日(金)

行き先:太田金山 コース当日決定

集合場所:呑竜様境内

集合時間:AM10時

第170回 6月16日(金)

行き先:足利市 天狗山

集合場所:足利市さいこうふれあいセンター

集合時間:AM10時

担当幹事 内田光男



長手浅間神社の石段で

<報告>

第167回 5月5日(金)金山ハイク 快晴 18名参加

コース:東屋より三枚橋病院、浅間神社より新田神社へ。帰路親水公園でクリンソウ見学

呑竜様境内に18名集まる。境内の大イチョウの緑が若々しく特に美しい。臥龍の松は最後の葉が枯れ、とても残念です。久々のSさんのストレッチで体をほぐしスタート。境内より西山コースで急坂を登り切り休憩。東屋より三枚橋病院に下り長手の浅間神社で休憩。春カスミで眺望は効かず寝釈迦は見えず残念。神社脇のゲートを開けて再び登り返し浅間神社奥社で休憩する。爽やかな風が吹き気持ちが良い。呑竜様分岐で休憩後展望台により新田神社12時5分到着、参拝を済ませ南曲輪休憩所で昼食。休憩所は沢山のハイカーで賑わっていた。12時40分帰路に就いた。御城橋を渡り親水公園で懐メロを聞きながら休憩。カラオケ愛好者が自慢のノドを披露していた。公園の端に咲くエゴの木は小さな蕾みを沢山付け可憐な白い花をいくつか咲かせていた。水芭蕉群生地まで下ると湿地帯にクリンソウが咲き始め赤紫の花を2~3段咲かせていた。「1本、白のクリンソウを見ることができ感激」。金竜寺経由で下り呑竜様に14時に到着無事解散した。新緑の中、爽やかな風に吹かれてのハイキングを十分に堪能した。

担当幹事 内田光男

○ 本部総会報告

4月19日(水) 13時よりWEB会議で実施されました。司会は本部の甲野幹事です。総会開催に先立ち令和4年度中にご逝去された139名の方に黙祷を実施しました。

続いて三洋電機洋友会会長 小林義尚様から開会の挨拶、そして三洋電機株式会社 代表取締役社長 井垣誠一郎様から祝辞の挨拶(代読:三洋電機藤井主幹)がされました。総会は第1号議案(令和4年度活動報告)、第2号議案(令和4年度会計報告及び会計監査報告)、第3号議案(令和5年度活動方針案)、第4号議案(令和5年度予算計画案)第5号議案(令和5年度役員改選案)、について報告、協議され全て原案通り可決されました。第3号議案の特記事項について次に記載します。活動理念は昨年に引き続き会員仲間相互の親睦を基本に会員個々の特典享受と会員家族への感謝と特典の享受等です。本部・地区の抱える課題検討の為①施策検討委員会を6地区代表と本部役員で構成し、年2~3回検討会を対面会議で実施。課題解決に向けた検討や方向性を打ち出す。拠点集約型3地区の一つとして群馬地区が選任されています。他に営業分散型3地区から構成されています。②活動活性化会議の主な取り組みは地区課題に本部役員が解決に向けたサポートや成功事例の横展開と新しい種類の活動活性化会議を推進していきます。次に会員及び会員家族への感謝と特典享受について報告します。

①契約施設の家族会員との利用推奨(ホテル・保養施設)

(例)セラヴィーリゾート泉郷、ダイヤモンドソサイティ、

三井住友信託アドバンテージサービス Club Off

(旅行、宿泊、グルメ、ショッピング、家族のライフサービス等)

②健康管理:健康情報の提供、人間ドックの受診促進、家庭常備薬相談

③各種保険:コープ共済(こくみん共済)、パナソニック保険サービス

なお、本部役員は1地区代表と会計監査2名が改選されました。

報告者:奥山泰彦

○ カラオケ愛好会例会報告 4月の例会

4月4日 13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:9名 発表曲:25曲

特記事項：4月4日：本日はコロナ禍以前に参加していた仲間の復活で三人の方が顔を出してくれたので参加者9名となった。「大泉在住の女性“T”さん」は終了30分位前に顔を出してくれて、本人は歌わずに聞くだけで帰られたが、次回以降にチャンスを見つけて復帰して貰えるものと約束。人気者で、大川栄策の“さざんかの宿”を十八番にしている「太田市のKさん」も久し振りの復活です。そして三人目は“いろいろな事に気を使って呉れて、皆さんにやさしさふりまき、歌上手な会長夫人”の三人の復活と、今回からの大部屋の使用で、全員が集まって歌って拍手が出来る様になり、まるで2018年の頃に戻った様な感じがしました。この様にいろいろな面で新しくなり、世の中的にもこれからのゴールデンウィークに向けて、明るさを増しつつあり、コロナ禍を脱した様な気分新しい雰囲気の新年度に入れるのであれば大変嬉しい事です。この様な気分の中9名で25曲を歌ったが、曲の披露数は二部屋から大部屋になったので約半分となった。

4月11日 13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:9名 発表曲:45曲

特記事項：4月11日：本日は新年度の2周目であるがカラオケ愛好会の総会で、飲み物等の土産付きでの開催である。会の実施を、次月より毎月第一・第三週の開催に変更する事と、諸物価値上がりの時勢ですがもう少し頑張って800円の会費を維持し、現在7万円ほど有る残金が約半分になる時点で1,000円に変更する事、その他について話し合い了承された。役員は全て留任です。そしてそのままの状態で大部屋での通常の曲披露に移行した。今日は総会なので、他の愛好会で役員をしている“2名のKさん”が参加して余裕の曲披露を見せてくれた。結果としては9名で45曲を歌い17時に終了・解散。

今月の発表曲（紙面の都合で一部の曲は記載を省いております）

YO	涙の花舞台 北島三郎	別れてあげる 美川憲一	涙止めて 吉幾三	北海の花 鳥羽一郎	淡雪の橋 鏡五郎	比翼の鳥 山本譲二	餅(こだま) 三山ひろし
TS	さすらいの 街 北山	海峡浪漫 鳥羽一郎	どんこ坂 三山ひろし	みちのく港町 三山ひろし	忘れ針 こおり健太	しぐれ坂 冠二郎	うまい酒 奥山えいじ
MI	倉敷川哀歌 藤原浩	カサブランカ 浪漫 中条	しあわせ一 歩半田	されど人生 鳥羽一郎	なごり雨 大川栄策	おまえひとりさ 西方裕之	淡雪の橋 鏡五郎
TT	法師の宿 橋幸夫	天草の女 森進一	みれん 五木ひろし	長崎から船に 乗って 五木	我が人生に悔 いなし石原	かもめ町港町 五木	友よ 岡林信康
YS	名月赤城山 東海林太郎	男ごころ 鏡五郎	川 北島三郎	潮来笠 橋幸夫	二人酒 川中美幸	しぐれ舟 岩本公水	千の風にな って 秋川
TA	若い二人 北原健司	アカシアの雨 が止むとき	霧の摩周 湖 布施明	高校三年生 舟木一夫		TK	さざんかの 宿 大川
AI	大阪ロンリネ ス 田中	愛は一期一 会北原ミレイ	裏窓 美空ひばり	今夜だけ 内田あかり		月下美人 キムヨンジャ	大阪ボレロ 小田純平
FO	一路一生 川中美幸	風うた 坂本冬美	酒ごよみ 香西かおり	残んの月 杜このみ	放されて 門倉ユキ	越後水原 水森かおり	紙の鶴 丘みどり
KK	夜霧のブル ース ディック	昔の名前で 出ています	赤いハンカ チ 石原	ごめんね 小林旭	兄弟仁義 北島三郎		
YK	九頭竜川 五木ひろし	四万十川 三山ひろし	君こそわが 命 水原弘	川 北島三郎	こころ酒 藤あや子		

今後の予定：6月6日 20日 7月4日 18日（火）13:30~17:00。まねきねこ大泉店、会費800円
8月1日（火）は暑気払いを予定していますが、最終的には来月のおーろら通信で案内します。
担当幹事：石関 正明（0000-00-0000）

奥山 泰彦（000-0000-0000） E mail：000000000-000000@0000.00.00

○ 金婚祝い申請対象者の方へ

来期(令和5年度)の金婚祝い金対象者は1973年度に結婚された方です。
事前申請が必要となります。

お知らせ

○ 訃報

馬屋原 賢二さんが2023年4月23日に亡くなりました89歳
板垣 祐輔さんが2023年5月20日に亡くなりました94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 **連絡いただく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)・・・香典と配偶者の花代(3,000 円)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・プルタブ回収活動≫

＜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ルタブ、アルミ缶、古本等寄贈者(敬称略)

4月～5月まで 奥山、青木、城田、中島、斎藤(正)、
久保田(武)、白石、いづみオートピア、阿部、野口、飯野



体内時計が快適習慣の鍵！

＜本部提供健康ニュース＞

新しい季節、変化の節目に際して「この機会に生活習慣を変えよう！」と意気込まれている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？ 是非思い立ったその日から健康的な生活リズムを刻みましょう！ そこで今回は『体内時計』に関するお話です。

◆体内時計とは？

地球の1日が24時間なのに対し、人間が本来持っている1日の単位は25時間だそうです。もし、光や音、温度など五感に働きかける刺激がない環境の中で生活すると、25時間周期で寝たり起きたりを繰り返すことになるようです。

心身の機能を正常に働かせるためには、地球の1日である24時間周期の生活リズムを送ることが重要です。そのため、私たちは25時間周期を1時間早め、地球の1日に合わせて生活を送ることができるプログラムを持っているそうです。このように周期を合わせ、地球上の現象に合わせて生活できるように整えてくれる役割を担っているのが体内時計です。

◆体内時計を上手く活用しよう！

近年、夜型人間をはじめ、暴飲暴食、運動不足などにより、この体内時計が乱れている人が多くなってきているようです。その場合、どんな影響が出るのか？また、整えるポイントは何かを次に紹介します。

≪体内時計の乱れによる影響≫

- 時差ぼけのように睡眠時間がずれる
- ・めまいや疲労が出やすくなる
- ・ホルモンの分泌異常により、肥満やうつ病に罹患しやすくなる

≪体内時計を整えるポイント≫

○朝、決まった時間に太陽の光を浴びる

太陽の光の刺激で24時間のリズムが伝達されます。また、生活が夜型にずれていくのを防ぐ作用もあります。目が覚めたら、まずはカーテンを開けましょう！

○規則正しい時間に食事を摂る

体内時計は、朝食の刺激によってリセットされます。特に朝食を摂ることで1日のリズムが作られやすくなります。また、決まった時間に食事を摂ることも大切です。

○昼間、なるべく外に出る機会を多く作る 昼間に明るいところで活動すると、夜に睡眠を促すホルモンの分泌が促進されます。また、運動も加わると、更に寝つきが良くなります。

○夜は明るい光をなるべく浴びないようにする 夜に光を浴びる事は体内時計を遅らせる原因となります。特に強い光は影響が大きいので、夜更かしや朝寝坊を防ぐためにも夜遅くまでテレビを見たり、インターネットをするなど脳を刺激することは控えましょう。

体内時計が狂うと、集中力の低下などにも繋がり、事故等の原因となりかねません。規則正しい生活を習慣付けて、日々の生活を健康な心と身体で過ごせるようにしていきましょう。



以上