

おーろら通信 (303) 2023年6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 洋友、旅行、スマホ、山行、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類に引き下げられました。現在コロナ感染者は増加傾向にあります。感染しない様、第6回目ワクチン接種をいたしましょう。



洋友会

○ 会報誌「洋友」令和5年秋号および令和6年新春号の企画について

会報誌「洋友」秋号および新春号は、下記の企画にて編集いたしたく存じます。全国各地の会員の皆さまの積極的な投稿をお待ちしております。皆様方の一層のご支援をお願い申し上げます。

□募集内容：

「秋号」

1. 表紙 「各地の秋の風物詩」
紅葉・银杏と神社仏閣・並木道、祭り、味覚、月見等 ※写真でも、絵画でも
2. 特集ページ
 - ①ご当地の秋の風物詩
郷土の民俗文化財の紹介、伝統的な秋祭郷土の秋を感じる食べ物等
 - ②私の元気の秘訣
趣味・生活の工夫等
※1000字程度の原稿と写真
3. その他
 - ①一般投稿 ※1000字以内の原稿と内容に関わる写真2~3枚、
 - ②俳諧・川柳、ナンプレ、
 ※秋号の原稿の投稿締め切りは8月8日(火)です。

「新春号」

1. 表紙 「晴れやかな新春にふさわしい華やかな絵柄」
初参り、10日恵比寿、新春行事等
2. 特集ページ
 - ①「各地の年末・年始の風物詩」
各地で実施の地域振興行事、伝統行事等
※1000字程度の原稿と写真、現在のカラー顔写真
 - ②「辰年・年男の抱負」
※200字以内、全地区1~2名の応募
3. その他
 - ①一般投稿 ※1000字以内の原稿と内容に関わる写真2~3枚
 - ②俳諧・川柳、ナンプレ、
 ※新春号の原稿の投稿締め切りは11月7日(火)です。

○ 「日帰り旅行」催行決定

7月14日(金)開催の日帰り旅行の催行が決定いたしました。再度ご案内します。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500km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。

記

- ◇日時: 令和5年7月14日(金)
- ◇集合: 大泉町役場前、7時20分集合、7時40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40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)
- ◇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:0000-00-0000(毎水曜日のみ)



○ スマホ勉強会（スマホサロン）の再開打診

コロナ禍で休止していたスマホ・パソコン教室ですが、新型コロナが5類になったことより、今後開催していきたいと思えます。まずは、スマホを中心とした勉強会（スマホサロン）を検討しています。

- ・スマホ勉強会（スマホサロン）
- ・日程 毎月1回／第2水曜日 午後1:00～3:00
- ・場所 洋友群馬 事務所
- ・内容
 - ・LINE アプリ、OTACO アプリ、PayPay アプリを使いこなそう
 - ・電話、SMS（ショートメッセージ）、Gmail 練習
 - ・写真撮影、画像加工、保存方法、グーグルレンズも覚えよう
 - ・最近気になる chatGPT（生成 AI）も勉強しましょう

講師等の都合もありますので、開催した場合にどの程度の参加が見込まれるか、ご参加の有無を調査したうえで開催したいと思います。

電話：事務所 0000-00-0000 （毎週水曜日 10:00～12:00）

メール：事務所 0000000@0000.000.00.00

洋友群馬事務局／PCクラブ 臼倉敏和

○ 金山でも歩こう会からの連絡&報告

<連絡>

第171回 7月7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172回 7月21日（金）

行き先：足利市 石尊山

集合場所：足利市小俣 叶花自治集会所

集合時間：AM10時

担当幹事 内田光男

<報告>

第169回 6月2日（金）金山は雨のため中止

第170回 6月16日（金）晴れ 天狗山 13名参加

当日は暑かったですが、風があったので非常に快適でした。さいこうふれあいセンターは、足利短期大学付属高校の体育大会が開催されていた為、駐車場がいっぱいでしたが全員止められました。参加は13名と好天の割にはやや少ない感じでした。

天狗山へは、K顧問が先頭を引っ張ってくれ、早め多めの休みをとる作戦で、両崖山へ廻るフルコースを歩きました。西溪園から降りる予定でしたが砂防ダム工事で通れず、長林寺経由で下山しました。下山時、体育祭をまだやりましたが、NHKのニュースでは熱中症の生徒が9名、搬送されたと言っていました。

担当 大木 豊



天狗山山頂で

○ 第143回山行「乙女峠から金時山 1212m」ご案内

金太郎伝説の発祥の地とされ山頂からは富士山の眺望がすばらしい!!

日時：8月20日（日） AM5:00

場所：パナソニック正門前客用駐車場

費用：割り勘

締め切り：7月15日（金）まで

申込み先：内田 TEL 000-0000-0000

コース：（歩行時間 4H）

乙女峠P→乙女峠→長尾山→金時山→金時神社分岐→

金時神社P



天下の秀峰金時山と富士山

○ 第 142 回「安達太良山」山行報告

日 時:6月4日(日)AM 5時 晴れ 風強し

集合場所:パナソニック正門前駐車場

参加者: 23名

大泉を5時にスタート、太田桐生 IC より北関東道に乗り岩船 JTC より東北道に乗る。途中上川内 SA でトイレ休憩、台風一過を期待に胸を膨らませる。二本松 IC で降り国 459 号を走り安達太良山スキー場に 8 時 10 分到着。空は青く澄渡っていたが風が強く吹き荒れていた。建物を風除けにして身支度をしてロープウェイ駅に行くと「強風で運休」の看板ガッカリ。仕方なく薬師岳展望台に変更「この上のほんとうの空」を見に登る。



薬師岳 1354m 安達太良山山頂を背に

安達太良山・くろがね小屋分岐を左に薬師岳展望台を目指す。スキー場上部より樹林帯に入ると風は和らぐ。道はぬかるみ大きな石がごろごろで歩きづらい。途中サラサドウダンやイワカガミ・タニウツギ等の花々で癒された。五葉松平で後続を待ち展望台に 11 時 10 分到着。記念写真を撮り休憩。

山頂は風速 25m/s の強風との事。危険と判断し安達太良山登頂はあきらめる。「ほんとうの空」の下でゆっくりと昼食。12 時下山開始同じコースを下る。ネバガリタケやワラビを探しながら下り 13 時 30 分無事下山。奥岳の湯で入浴、レストハウスで食事をしながら歓談を楽しみ 15 時帰途に就いた。途中安達太良 SA と上河内 SA で休憩、19 時に大泉に着き無事解散した。

担当幹事 内田光男

○ カラオケ愛好会納涼祭案内と例会報告

★納涼祭の案内

新型コロナ感染が落ち着いているので次の内容で納涼祭を開催しますので、参加をお待ちしております。参加される方は準備の都合上 **8月2日まで**に担当幹事まで連絡下さるようお願い致します。

日時: 8月22日 12時~17時

場所: まねきねこ大泉店

会費: 2,000円

内容: 軽食、ビール、飲物、歌唱(一人2曲)、ゲーム(全員景品あり)

なお、新型コロナの感染状況によって内容が変更になる可能性のあることをご承知ください。

★5月の例会報告

5月9日 13:30~17:00 場所: まねきねこ大泉店 参加者: 6名 発表曲: 36曲
特記事項: 長期の連休の直後で、且つ数年ぶりに行動制限が緩和されたことで、皆さん忙しかったため、本日の参加者は以前の寂しかった頃に戻り6名であった。ところで、昨日の8日に新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが、「5類」に移行しましたが、ウイルス自体や病原性が減るわけではありませんので、マスクや換気、手洗いは自主的な判断で実施してゆかなければなりません。今後また感染の急拡大などが起こったら大変ですし、我々の活動も程々で身を守らなければならないでしょうね。この様な時期ですが適当な距離を取り、歌う時にはマスクを外して楽しみ、新しい部屋の機器の採点に悩んだりして36曲を定時の17時に終了し支払いを済ませて解散。

5月16日 13:30~17:00 場所: まねきねこ大泉店 参加者: 8名 発表曲: 38曲
特記事項: 本日は何時ものメンバーで太田市在住の「女性“I”さん」とその友人で初参加の「Tさん」と常連に戻りつつある会長夫人の「Fさん」の計3名の女性と5名の男性会員で(合計8名)開催された。コロナ禍の長い間女性の参加者ゼロ人の状態が続いた当愛好会では信じ難い様な復活である。過去に行った忘年会や暑気払いでは、抽選で選ばれた人と歌う十数組のデュエット曲が続いた事も有ったと記憶しています。今年は8月に暑気払いの開催を予定して居ますがどんな事が再現出来るか楽しみでもあります。そして本日の曲の披露では採点に於ける評価基準の正確性と安定性の内の安定性について色々な評価結果と皆さんの意見が出て議論がされたが、結果として明確な納得出来る回答は得られませんでした。この様な楽しい雰囲気の中8名で38曲を歌い17時に終了・支払い・解散。

今月の発表曲

YO	夢追い人 三山ひろし	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	研(こだま) 三山ひろし
TS	天空の城福 田こうへい	再会酒場 坂本冬美	どんこ坂 三山ひろし	みちのく港 町 三山	恋灯り 岩出和也	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	おがらが浪漫 中条きよし	しあわせ一 歩半田浩二	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	淡雪の橋 鏡五郎
TT	港酒場 山川豊	ごめんね 小林旭	浅草人情 橋幸夫	イムジン河 カルテラス	箱田山から 小椋佳	あんた 吉幾三	おけさ歌え ば 橋幸夫
TA	古城 三橋美智也	長崎は今日も 雨だった前川	空港 テレサテン	夜霧よ今夜 も有難う	雨に咲く花 水原弘	川は流れる 仲宗根美樹	お月さんこ んばんは
AI	孤独の歌姫 田中あいみ	長崎の夜はむ らさき 瀬川	つき 長山洋子	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	渚のホテル 川野夏美	木曾路の女 水森かおり	恋人たち 門倉有希	母なる海よ 大月みやこ	ひとり薩摩 路 水森	大和路の恋 水森かおり	恋街夜雨 城之内早苗
T	りと咲く 真木ことみ	紅い川 浅田あつこ	情熱のバラ キムヨンジャ	白い海峡 大月みやこ			

今後の予定:7月4日、18日、8月1日(火)13:30~17:00 まねきねこ大泉店 参加費 800円

8月22日(火)は納涼祭です、詳細は上記内容を確認して下さい。

幹事:石関 正明(0000-00-0000)

奥山 泰彦 (000-0000-0000) E_mail: 0000000000@00000.00.00

洋友会群馬地区第34回総会返信ハガキのコメント —その2—

- 添田修身様 年と共に億劫さが倍加してしまいます。とりあえず元気にしております。
- 青本辨三様 年なりに元気？薬に助けられて。当日複数の病院予約にて参加できません。皆様によろしく。
- 坂井健治様 昨年は2回胃がんの手術をして医者通いで忙しい1年でした。現在は健康に過ごしています。時に町内のグラウンドゴルフに参加しています。
- 富樫勇様 月～金の9:00~12:00は漬物屋のアルバイト作業をまだしていますので、よろしくお願い致します。
- 竹内達雄様 群馬地区設立35周年おめでとうございます。歴代役員及び関係各位のご努力により、充分にその使命、役割を果たしてこられた・・・と敬意を表します。残念ながら先約所要により欠席いたします。
- 畑中勝様 健康維持の目的でデイトレセンターに行っております。
- 渋谷武様 腰痛のため運転免許証を返納。ひたすら一日8,000歩以上歩くことを目標に頑張っております。皆さんによろしく。
- 岡崎敬一様 体力維持ならねど、グラウンドゴルフを続けています。自転車で近くの公園にて練習。
- 渡部由夫様 此度のご案内有難うございます。総会当日は仕事の予定があり、参加することが出来ず申し訳ありません。ゴルフ大会はまた参加したいと思います。洋友会のますますの発展を祈っております。現在300名程の会社の中で100名程の工場の顧問をしております。元気しております。
- 塙喜行様 私は2回の脳梗塞を克服した後は日々のリハビリを兼ねて月水金と農業を行っています。後期高齢者になると友達と会うこともまれで、たまに会えば病気の話しばかり。そんな中で今は我が村で農業を楽しみながら遊び場作りをしています。会員15名。
- 広野勲様 コロナ禍の最中2人の義兄弟が亡くなりましたが(新潟在住)葬儀にも行けず残念で申し訳なく思っています。一日も早く平穏な日々に戻ることを祈っています。

お知らせ

○ 金婚祝い申請対象者の方へ

令和5年度の金婚祝金対象者は1973年度(昭和48年度)に結婚された方です。
事前申請が必要となります。

○ 訃報

ご冥福をお祈り致します

藤田 隆 さんが2023年5月30日に亡くなりました83歳
安西 敏浩さんが2023年6月18日に亡くなりました82歳

*** 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:000-0000-0000

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

※車椅子利用に関して

洋友会群馬は「アルミ缶を集めて車椅子を贈ろう」運動を実施しております。寄贈先である大泉町社会福祉協議会事務所に寄贈の際、洋友会会員には優先的に貸し出しをしてもらえるよう約束をしています。車椅子借用を希望の方は洋友会群馬事務所にお声掛けして下さい。

《AKARI アクション・アルミ缶・プルタブ回収活動》

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ルタブ、アルミ缶、古本等寄贈者(敬称略) 5月～6月まで
奥山、小林(一)、久保田勇、森村、二宮、前田、関谷、
青木、斎藤(正)



気をつけて、食中毒！

＜本部提供健康ニュース＞

梅雨の時期から夏にかけては、「食中毒」に特に注意が必要な季節です。そこで今回は『食中毒』に関するお話です。

◆食中毒の原因

食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。細菌もウイルスも目には見えない小さなものです。細菌は温度や湿度などの条件がそろえば食物の中で増殖し、その食物を食べることにより食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは自ら増殖しませんが、手や食べ物などを通じて体内に入ると、腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。

細菌が原因となる食中毒は夏場（6月～8月）に多く発生しています。その原因となる細菌の代表的なものは、腸管出血性大腸菌（O-157、O-111 など）やカンピロバクター、サルモネラ菌などです。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温（約 20℃）で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始めて湿度も高くなる梅雨時に、食中毒が増え始めます。例えば、O-157 や O-111 などの場合は、7～8℃ぐらいから増殖し始め、35～40℃で最も増殖が活発になります。

一方、代表的なウイルスであるノロウイルスは、調理者から食品を介して感染するケースが多く、ほかに二枚貝に潜んでいることもあります。特に冬は、ノロウイルスによる食中毒が毎年多く発生しています。このほか、毒キノコやフグなどの「自然毒」、殺菌剤などの「化学物質」なども、食中毒の原因となっています。

このようにさまざまな原因物質によって、食中毒は1年中発生しています。

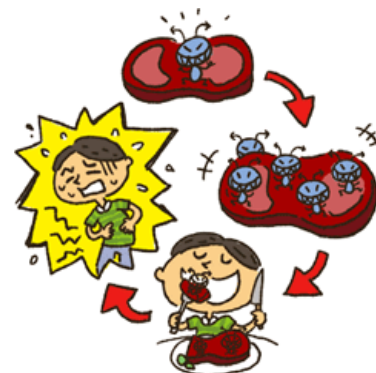
◆食中毒の発生状況

厚生労働省の「令和4年食中毒発生状況」によると、【食中毒発生数 962 件、患者数 6,856 名、死亡者数 5 名】という結果でした。年齢階級別にみると、20～29 歳が最も多く、次に多いのは 70 歳以上であり、原因食品としては、魚介類が 39.9%とダントツに多い状況となっています。

◆食中毒の予防法

予防の三原則は、菌を「付けない、増やさない、やっつける」です。具体的には以下の通りです。

- ・調理前、調理中、食事前などこまめに手洗い（肉、魚、卵を取り扱う前後にも手洗いを）
- ・調理器具、食器、タオルなど清潔な物を使用（使用後すぐに洗剤と流水でよく洗い、漂白剤や熱湯などで消毒）
- ・冷凍食品の室温解凍はNG
- ・調理前後の食品を長時間室温に放置しない（調理の中断時は冷蔵庫へ、後で食べる人の分は密閉して冷蔵庫へ）
- ・冷蔵(冷凍)庫の詰めすぎ注意、七割が目安
- ・残った食品は早く冷えるように浅い容器に小分け保存
- ・加熱は十分に行う（目安は中心部の温度が、75℃で1分間以上加熱）



同じ物を食べても、大人は大丈夫なのに、子どもや高齢者だけが、食中毒を起こすこともあります。子どもや高齢者の場合、少量の菌でも重症化する傾向もあるため、特に注意が必要です。

以上