

おーろら通信 (335) 2026年2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、ラグビー、スマホ、
相談会、カラオケ、山行、お知らせ

※インフルエンザが流行しております。手洗い、うがい等をして感染防止に努めましょう。

○ 新規幹事役員の募集

来年度は役員の改選期です。今後洋友会を継続していくため新しい方の参加が必須です。つきましては、新規に役員を担当して下さる方は自薦他薦を問いません。役員まで連絡してください。



洋友群馬 QR

○ 第 37 回群馬地区定時総会のお知らせ

先月号でお知らせしましたように第 37 回定期総会を下記の通り開催いたします。

記

日時:2026 年 4 月 16 日(木) 10 時～ 受付開始 9 時 30 分より

場所:大泉町文化むら 小ホール

議題等はおーろら通信 1 月号を参照にして下さい。

懇親会:12 時 30 分(予定)～ 参加費:1,000 円

総会出欠用の返信葉書(1 月号に同封)の納期は2月27日でしたが、まだ投函していない方は所定項目記載の上早急に投函して頂くようお願いいたします。

なお、総会後の懇親会参加費用は今までは活動費で負担してきました。しかし、年会費無料の名誉会員の方の比率が高くなり、活動費が不足傾向になってきています。対策として名誉会員の年会費を有料化することも考えられますが、当面は懇親会の費用の一部を参加者に負担して頂くことにしました。

名誉会員の方の負担増を極力先送りしたいという考えです。

参加費は総会当日受付にて徴収します。皆様のご理解とご協力をお願い致します。

○ ラグビーリーグ・ワン観戦チケット購入案内

観戦チケットの情報は三洋電機洋友会のホームページの毎月の更新時に表示されます。一度に 4 席まで (A・B 席のみ) 価格は半額です。熊谷開催のウィルド・ナイトの割引券の入手方法について興味のある方は、3 月 11 日(水) 13 時に洋友会事務所にお越しください。

事務所にお越しの方はパソコン・スマホとクレジットカードを持参してください。

担当: 黒河

○ スマホサロン

次回 3 月 11 日(水) 午後1時より 洋友会事務所にて。今や何処に出掛けても”スマホ決済”ばかり……スマホ決済が出来ないと、おろおろ…もたもた… 次回は電子決済について復習しましょう。

今回はラグビートicketの入手方法を指導します。

担当幹事: PC クラブ 白倉

○ スマホ_パソコン困った相談

今年は第 3、第 4 水曜日 10:00～12:00

事務所にて無料相談室を開催しています。困った時は、遠慮、気兼ねなさらずにご相談ください。

会員のご家族、お友達も OK です。

担当幹事: PC クラブ 白倉

楽しいスマホサロン



毎月第2水曜日 13:00～15:00
洋友会 事務所にて

○ 生前対策の無料相談室

相続・生前対策相談

【相談の予約・料金など】

事前予約制(日時・場所)、初回 90 分無料、秘密厳守

打つ手が限られる前に、自身の意思反映と家族の負担軽減のためお気軽にご相談ください。

連絡先 : 瀧口 000-0000-0000、000000000@00000.000



【シリーズ:遺言書 第3回】 遺言書を残すべき 10 選 (前回 5 選より続く)

⑥不動産を所有している場合(自宅・土地など) → 分割しにくく、トラブルの原因になりやすい

⑦事業・会社を経営している場合 → 事業承継をスムーズに行うため

⑧相続人が多数いる場合 → 話し合いがまとまりにくい

⑨相続人の中に未成年者や判断能力に不安がある人がいる場合 → 特別代理人申立て。

後見人指定のため

⑩寄付や特定団体への遺贈を考えている場合 → 遺言書がないと実現できない

○ カラオケ愛好会例会報告

1月の例会

1月6日 13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:9名 発表曲:51曲

特記事項:本日はまだ正月気分も抜けきらない6日で、カラオケ店もまだ正月料金の延長で一人当たり2,100円超であるが、当会では長期会員の部屋代割引や会独自運営の剰余金からの補助等で会員からの集金は1,200円にしました。そして持ち込んだ菓子とドリンクバーでカラオケを満喫しました。そして9人で51曲を歌い継ぎ解散したが、本日は最後の支払い時に会長の指摘で、店側のミスが発覚して再計算及び請求書用紙の再発行等に手間取り会計に通常の2倍以上の時間掛かりました。最後に店側スタッフの謝罪で終了しました。当会の料金計算は2部屋の割引率の利用、株主優待券使用、サブスク利用、参加者の人数・集合時間が様々な事等の変則的な点があるので店側のベテランスタッフがいつも対応しています。

1月20日 13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:8名 発表曲:53曲

特記事項:もう正月の15日も過ぎ通常の日々に戻りつつありますが、当会では常連であり最高年齢で、いつも爽やかに新曲を歌い続ける「Sさん」が居ないのが寂しく思われます。退院後体力の回復に務めている事と推察しますが「新年」にあたり「新繋がり」で「新曲好き」の「Sさん」を思いました。そこで驚いた事に、本日は奥山会長が今年の新年1月7日に発売されたばかりで2週間も経っていない「新曲:花とサムライ、三山ひろし」を歌いあげました。SNS時代のなせる技と感じ入りました。本日も25曲目から採点を付けたり、デュエット曲に挑戦したり、2コーラスにしたりと8名で53曲を歌い継ぎ解散。

今月の発表曲

YO	北海ながれ歌 大江裕	昭和のおとこ 鳥羽一郎	酒灯り 三山ひろし	鳥羽の海女 鳥羽一郎	こしの都 五木ひろし	花とサムライ 三山ひろし
TT	凍鶴 五木ひろし	花ざくろ 五木ひろし	こしの都 五木ひろし	北前船 五木ひろし	夜明けのブルー ス 五木	高瀬舟 五木ひろし
MI	祇園關桜 三山ひろし	おまえひとり さ 西方裕之	カサブランカ浪 漫 中条きよし	渚にひとり 千葉一夫	泣いて長崎 角川博	おやじのたそが れ 西方裕之
KF	笑顔の花 古都清乃	北の断崖(きり ぎし)山内恵介	アカシアの大連 小柳ルミ子	山里しぐれ 嶋三喜夫	旅の終りに 冠二郎	人生かくれんぼ 五木ひろし
FO	季節のメロディ 一天童よしみ	五島椿 石原詢子	大阪凍て月 水森かおり	浪花魂 坂本冬美	赤い橋 塩乃華織	日向岬 水森かおり
HT	きずな海峡 沢ゆかり	紅い川 浅田あつ子	二輪草 川中美幸	江ノ島絶唱 三代沙也可	だんな様 三船和子	情熱の薔薇 キムヨンジャ

YS	見上げてごらん 夜の星を坂本	ふれあい 中村雅俊	いつでも夢を 橋幸夫	KN	ロンリーH親父パ ンド 加山雄三	酒と泪と男と女 河島英五	乾杯 長洲剛
YK	九頭竜川 五木ひろし	四万十川 三山ひろし	川 北島三郎	TA	西銀座駅前 フランク永井	雨に咲く花 井上ひろし	銀座の恋の 物語 裕次郎

HA	無言坂 香西かおり	孤恋人 森昌子	ごめんよ涙 田原俊彦			
----	--------------	------------	---------------	--	--	--

今後の予定(月例会):3月3日17日、4月7日21日、5月19日何れも火曜)13:30~17:00。

5月5日はGWのため休会とします。また5月19日は月例会に先立ち総会開催予定です。

場所: まねきねこ大泉店 参加費:900円(予定)

幹事:石関(0000-00-0000)、奥山(000-0000-0000)

○ 金山でも歩こう会からの連絡&報告

<連絡>

第230回 3月6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:AM10:00

第231回 3月20日(金)

行き先:太田金山 コース当日決定

集合場所:呑龍様境内

集合時間:AM10:00

※雨天中止の時は翌週に順延



渡良瀬橋の歌碑で

<報告>第228回 2026年2月6日(金) 渡良瀬橋の歌碑コース巡り 快晴 参加者13名

集合場所:さいこうふれあいセンター

雲ひとつない晴天に恵まれた午前10時。期待に胸を膨らませた13名の仲間とともに、私たちは「さいこうふれあいセンター」を出発。まず歩きだしてすぐに『渡良瀬橋』の歌碑に刻まれた歌詞を見て写真に収め、その橋を渡り始める。冬の澄んだ空気の中、渡良瀬橋に射す光が暖かい。対岸に辿り着くと、そこには「ぺたんこ祭り」で知られる女浅間神社が静かに佇んでいた。続いて向かったのは男浅間神社。少しばかり息を切らしながら山を登り、山頂でお参りを済ませる。心地よい疲れとともにいただく昼食は格別で、眼下に広がる街並みが最高のおかずとなった。下山後、再び渡良瀬橋へと差し掛かる。橋の中央部で足を止め、西の空を仰いだ。歌詞にあるような夕景にはまだ早いが、遠く山々を望む景色はどこまでも美しく、森高千里さんが歌った情景が重なるようだった。その後は土手沿いの道をのんびりと歩き八雲神社へ。境内には森高さんご本人が植樹された藤が太くなり、側には水道ホースが伸びていた。さらに歩を進めると、古墳群や、岩肌が露わになった切通しなど、足利の深い歴史に触れる。常念寺の前を経て通り7丁目の交差点へ向かうと、そこにはあの「床屋の角にある公衆電話」が。現代では珍しくなったその姿に、一行からは感嘆の声が漏れた。足利の歴史と歌の世界を存分に満喫した4時間、14時に出発地点のセンターへ帰着。全員が無事に歩ききり、清々しい笑顔で無事解散した。

担当:内田

○ 金婚祝金 対象者へのお知らせ

2026年度(令和8年度)金婚祝金は次に該当される方です。

1976年(昭和51年)4月2日~1977年(昭和52年)4月1日

までに結婚式(または入籍)されたかたです。詳細はおーろら通信1月号に参照してください。



○ 訃報

稲村昌允 さんが12月2日に亡くなりました。享年89歳

田中正隆 さんが1月23日に亡くなりました。享年85歳

○ 「ボランティア活動」からの連絡

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)

1月~2月

奥山、城田、斎藤、栗原(茂)、青木、前田、山田(浩)



○ 金婚祝金 おめでとうございます

内田 光男 妻 美江子さん 1976年3月6日ご結婚

○ 訃報発生時の対応

*** 訃報発生時**は洋友会群馬地区会長(奥山泰彦)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 メッセージカード2通(三洋電機社長名、洋友会群馬地区会長名) 香典1万円
配偶者の方は香典5,000円のみ対応させていただきます。(洋友会群馬地区会長名)

備えよう、転ばぬ先の杖！

＜本部提供健康ニュース＞

皆さん、1年の間で転倒事故が多いのはいつかご存知ですか？ 想像がつく方もいらっしゃると思いますが、2月が最も多く、積雪や路面の凍結などが原因となっているということです。そこで今回は『備えよう、転ばぬ先の杖！』と題して、冬の転倒予防対策に関するお話です。

◆冬場に滑りやすくなる場所

まず、滑りやすくなる場所はどのようなところになるのかご紹介します。

① 圧雪(バスやタクシーの乗り場など)

踏み固められた雪のことで、表面のみ凍ってつるつるとした光沢ができ、大変滑りやすい状態となります。圧雪は、降雪が1cm以上あり雪が降った後早い時間(おおよそ24時間以内)に形成されます。

② アイスバーン

氷のようになった路面のことで、透明又は黒く見え、非常に滑りやすい状態となります。前日の最高気温が0℃未満の場合に出来やすい路面凍結現象です。

③ 横断歩道の白線の上

白線部は、乾いているように見えても薄い氷膜が出来て、滑りやすくなっている場合があります。

④ 車の出入り口のある歩道

出入りする車のタイヤで路面上の氷が磨かれ滑りやすくなります。

⑤ 坂道

坂道は、上るときよりも下るときのほうが、滑って転びやすくなるため注意が必要です。

⑥ ロードヒーティングの切れ目

雪や氷がとけず段差が出来ていたり、部分的に滑りやすい状態となることがあります。

◆積雪や路面凍結時の歩き方

次は、歩き方の注意点についてです。

① 小さな歩幅で歩こう！

歩幅を小さくし、そろそろと歩く「ペンギン歩き」がオススメです。身体の揺れが小さくなり転びにくくなります。

② 靴の裏全体を路面につける！

身体の重心をやや前に置き、出来るだけ靴の裏全体を路面につける気持ちで歩きましょう。

③ 適した靴を選ぶ！

靴底に滑り止め剤が入っているものや、ピン・金具付きのもの、溝の深いものなどがオススメです。

◆最後に

日頃から天気予報に気を配り、寒波が予想されている場合には、滑りやすい場所に融雪剤の散布を行うなどの対応もおきましょう。また、時間に余裕を持って動き、場合によっては、不必要な外出を控えるなどの判断も時には必要です。

「備えあって憂いなし」、まずは日頃から運動や活動を取り入れて身体機能を維持していくことも大切ですね。

以上