



松愛会
横浜地区

はまだより



平成10年7月号 No.6

発行責任者 松岡 正

▲平成10年度 横浜地区年次総会を開催▼



本年度の横浜地区年次総会が、5月23日(土) 松下通信綱島工場にて開催され、会員204名が集いました。横浜地区会員数も650名以上になり、今年も引き続いて地区活動の一層の活発化が議題となりました。今年は役員の改選も行われ、野志喜助氏が顧問に、副会長には寺田正武氏が就任され、松愛会も新たな時代に向けてスタートしました。

第二部の講演会では、ナショナル証券取締役 忠田公夫氏に「金融ビッグバンで私たちの暮らしはどうなるか」というテーマで分かり易く身近な問題として解説して頂き、意義ある総会となりました。

▲ 社会見学会開催のご案内 ▼

生涯学習の一つとして、来たる9月11日(金)に工場見学会を実施します。今回は、羽田にある全日本空輸(ANA)機体メンテナンスセンターの整備工場を見学します。個人では中々見学出来にくいところとされますので、この機会に是非ご参加下さい。別途ご案内のチラシでお申し込み下さい。先着50名で締め切らせて頂きます。

▲ 新会員懇談会のお知らせ ▼

この度 新しく松愛会に加入された方々を対象に下記の通り新会員懇談会を開催致します。該当される方は、この機会を通じて松愛会活動に一層のご理解を頂き、会員相互の親睦を深めていただければ幸いです。後日、別途ご連絡申し上げますのでご予約ください。

- ・対象者：平成10年3月～6月に入会された方、及び前回の新会員懇談会に欠席された方
- ・日 時：平成10年8月²²~~26~~^土日(水) 13:40～16:00
- ・場 所：松下通信 佐江戸工場 (JR 横浜線 鴨居駅下車) 南厚生棟



ぶらり会のご案内



暑い季節、いい汗をかきましょう。家族誘い合わせて、気軽にご参加下さい。(雨天中止)

- ・7月 9日(木):『鶴見川沿いを歩こう』小田急鶴川駅改札口前 10:00 集合
鶴見川上流の鶴川駅から寺家町ふるさと村を横に見ながら市ヶ尾駅迄の7km 健脚向け。
- ・8月 8日(土):『鎌倉のぼんぼり祭り』JR 鎌倉駅西口改札口前 PM 2:00 集合
鎌倉駅西口から銭洗弁天、化粧坂周辺の散策と夜の鶴岡八幡宮での300点余りのぼんぼりの書画や夕闇に映えるぼんぼり祭りを見る。
- ・9月 10日(木):『城ヶ島一周』京急三崎口駅改札口前 10:00 集合
北原白秋の詩碑、馬の背洞門、城ヶ島灯台、城ヶ島公園一周の3km 一般向きのハイクコース。
(世話役 高木達雄さん 045-933-0495・村田秀夫さん 045-821-0465)

山酔会の活動報告

4月は丹沢信仰の中心である『大山』に、17名の参加を得て山行を実施しました。30丁目までの丁目石に元気づけられながら、標高差700mの急登をこなし、全員無事に1,250mの頂上を極める事が出来ました。麓は花盛り、頂上は1月にしか見られない霧氷の花盛り、更に下山途中では雪道を下る場面もあるなど春山と冬山を同時に経験することが出来ました。また、4月24日には会員の西田氏を講師として、歩くことと体の関係について勉強会を実施し、18名が理論的な理解を深めました。5月は箱根外輪山を狙い、6月は箱根連山の最高峰『神山』に挑戦します。

(世話役 荒俣隆教さん 045-932-5300・古市善教さん 044-833-2566)

ゴルフクラブの活動と予定

ゴルフクラブ『かもめ会』は現在80名の会員で活動しています。当会は、『楽しいゴルフ』をモットーに年4回(3.6.9.12月)に開催しています。発足以来13年を経過し、今年6月は54回で毎回50~60名の参加を頂いています。発足以来皆勤の元気なOBもおられ、前回優勝されました。青い空、広々としたグリーン、健康維持のため歩くのと、旧交を温める場として最適です。どうぞお気軽にご入会下さい。今年度の開催予定は、9月4日(金)と12月1日(火)です。

(世話役 小松原 隆さん 045-932-6495)



NGO IARV 活動のご紹介

東京横浜地区 松愛会々員のアマチュア無線家が主体となり『アマチュア無線の技術を生かし国際社会に貢献しよう』を合言葉にボランティア活動を行っています。グループ名は、IARV (国際アマチュア無線ボランティアズ=代表 林 義雄会員) といい、中古のタクシー無線機などを全国より集め、改修整備し、発展途上国の病院や救急車両に取り付け、併せて現地技術者の指導育成を行なっていて、大変喜ばれています。今まで、カンボジャ、パレスチナ、モーリタニア、西サハラ等で活動してきており、続々と他の国からも援助要請がきて益々の活躍が期待されています。

(ハムクラブ会員 石塚忠信さん 045-541-6274)

●○ 知って得する情報・癌予防15項目 ○●

- ・植物性食品を基本とし、多様な食品を食べる
- ・多種類の穀類、豆、根菜類を摂る
- ・アルコールは飲み過ぎない
- ・運動の継続
- ・豚肉、牛肉、マトンを少なめにする
- ・黒焦げの食べ物は食べない
- ・保存は低温でする(冷凍していても酸化は徐々に進んでいる)
- ・栄養補助剤に頼らない

- 〈出典 NTVおもいっきりテレビより〉
- ・四季を通じ、野菜、果物を豊富に摂る
 - ・タバコは吸わない
 - ・正常体重の維持
 - ・総脂肪や油を抑える
 - ・食塩、塩蔵物を抑える
 - ・食品の貯蔵はしっかりとする(冷凍室でも1ヶ月以内)
 - ・食品添加物や残留農薬に注意