

はまだより

パナソニック松愛会
横浜東支部／横浜西支部

2017年2・3月号 No.111
ホームページ <http://www.shoai.ne.jp/yokohama/>

発行人 福島好雄
編集人 小野喜一

新春懇親会へのご参加ありがとうございました

年頭を飾る横浜東・西支部合同の新春懇親会が、1月21日（土）に、パナソニック（株）佐江戸事業所南厚生棟で開催されました。この日を楽しみにしていた300名を超える多数の方々が参加し、談笑し、旧交を温めました。恒例の大抽選会もおおいに盛り上がり、大変和やかな催しとなりました。詳細は次号（4/1発行予定）でお知らせします。

70歳と65歳を機に新たな交流－「節目懇談会」を開催

定年後の人生における一つの節目を迎えた会員を対象に、2年前から実施している「地域別節目懇談会」を11月下旬から12月初旬にかけて開催しました。これまででは65歳の会員を対象に行っていましたが、今からはさらに対象を70歳の会員にも広げました。2017年4月1日現在、満65歳・66歳となる会員と、同じく満70歳を迎える会員にも案内を出し、70歳の会と、65歳の会をそれぞれ4地域単位に計8会場で実施しました。総参加人員が154名となる大変大きな催しになりました。



節目懇談会は、お互い同世代・同地域の会員同士のため、終始和やかな雰囲気の中、近況や趣味、今後の人生などについて、ともに語り合い、いずれの会場もおおいに盛り上りました。懇談後に地区委員も加わり、みんな揃って記念撮影をしました。

上の記念写真は左列3点が70歳、右列4点が65歳の皆さんです。
(1グループだけメモリーのトラブルにより写真掲載ができませんでした。
お詫び申し上げます)



2016年度「友愛活動」についての報告

「友愛活動」は 75 歳以上の会員（グランドシニア会員）の方々を対象に「コミュニケーションを深め、会員同士の絆をより強くしよう！」という取り組みです。

昨年 8 月、横浜東・西支部では、75 歳以上の会員 626 名に対して、「グランドシニア懇談会」の案内と一緒に、近況についてのアンケート調査を行いました（集計結果は図表参照）。今回は入社年度を基準に、今年 4 月 1 日までに 75 歳以上になる方を対象にしました。「グランドシニア懇談会」は 9 月 24 日（土）、佐江戸の A I S 社にて開催し、139 名の方々にご参加いただきました。新 75 歳の会員には久しぶりの同期会となったので、皆さん大変楽しそうな様子でした。

また、アンケート調査で「自宅への訪問可」と回答した会員、および一人住まいの会員に対して、地区委員が自宅を「友愛訪問」しました。アンケート結果のとおり、「独居者」は約 1 割おられます。一人住まいの方への訪問では、特に健康や生活状態などを確認しました。また訪問時には、ご要望やご不満な点などについても伺いました。「友愛活動」を通じて皆様から様々なご意見をいただくとともに、多くの喜びの声に接することもできました。さらに地区委員と会員相互のコミュニケーションが深まるなど有意義な活動となっています。（上窪 健正記）

久しぶりに元気な顔が揃った
「グランドシニア懇談会」の様子



友愛活動アンケート結果集計表

総会員：2,204 名中、対象者：626 名（構成比：28.4%）（2016.8.31 名簿より）

家族構成	配偶者あり	同居者あり	独居者	（ ）は 2015 年度
	82% （82%）	8% （7%）	10% （11%）	
健康状態	良好	通院加療中	入院加療中	長期療養
	56% （55%）	38% （40%）	3% （3%）	3% （2%）
日常生活	定期・不定期に仕事	趣味・スポーツ	地域・ボランティア活動	その他
	9% （9%）	49% （57%）	20% （20%）	26% （26%）

ようこそ！

「新会員歓迎・懇談会」のお知らせ

松愛会横浜東・西支部へようこそ。「新会員歓迎・懇談会」は、入会された会員の歓迎と、松愛会を楽しく、有意義に活用していただるために実施するものです。対象の方には別途ご案内をお届けしますのでぜひご参加ください。

- 日 時：4月23日（日） 午前10時30分～午後1時
- 会 場：パナソニック（株）佐江戸事業所南厚生棟S-101 会議室
- 内 容：松愛会活動の説明と昼食懇談
- 対象者：①2016年10月～2017年3月までに入会・転入された方
②2014年10月～2016年9月までに入会・転入された方
でこれまでに出席できなかった方
③上記以外でも、未参加の方で今回参加を希望される
方は大歓迎です。下記までご連絡ください。
- 連絡先：横浜東支部 上窪 健正 TEL・FAX 045-332-1711
又は各地区的担当地区委員



前回の新会員歓迎・懇談会の様子

新春観劇会 のお知らせ

- 日 時：3月22日（水）午前11時～午後4時
- 会 場：明治座（東京都中央区日本橋浜町2-31-1）
- 演 目：「細雪」 ※詳細は同封のチラシをご参照ください。

「真向法」で健康づくり

「手軽にできる健康体操」のご案内

健康の基本である、しなやかな身体づくりをめざして、最近注目を集めている「真向法」(まっこうほう)を中心に、全身のストレッチ、筋肉のほぐし方などについて実技を通して学びましょう。菊名地区センターとタイアップして実施しますので、多くの皆様のご参加をお待ちしております。

■ 日 時 : 3月18日(土) 午前 10時～11時30分 (受付開始:午前9時45分)

■ 場 所 : 菊名地区センター

横浜市港北区菊名 6-18-10 TEL 045-421-1214

J R 横浜線・東急東横線「菊名駅」下車 徒歩約6分

■ 参 加 費 : 無料

■ 募 集 数 : 先着30名 (会員とその家族 小学生以上のお孫さんもどうぞ!)

■ 内 容 : 全身のストレッチ、筋肉のほぐし方など 「真向法」を中心に、実技を通して学びます。

■ 講 師 : 北村民雄先生 (真向法協会会員) ※松愛会会員です。

(各地体操教室など主催され、活躍されています)

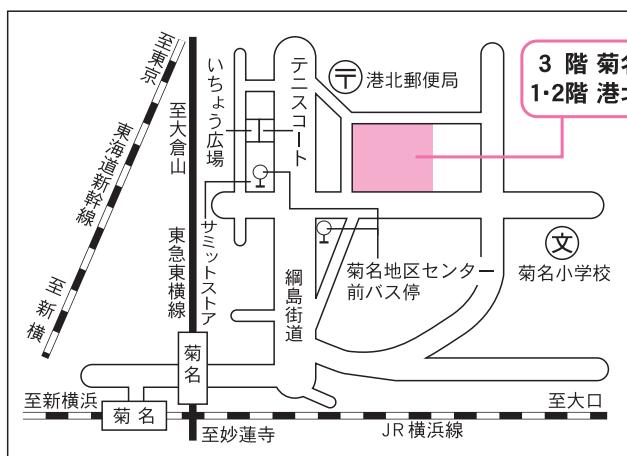
■ 申込方法 : 携帯 080-1156-1808 TEL・FAX 046-262-8569 担当窓口 高見広光

又は、横浜東・西支部ホームページより申し込み

会員名・同伴者名・TEL番号を入れてください

■ 申込締切 : 3月4日(土)

■ 持ち物他 : 汗ふきタオルなど。なお飲物は準備します。動きやすい服装でご参加ください。



3階 菊名地区センター
1・2階 港北図書館

下の写真は「真向法」の練習風景です



社会貢献活動

「菊名パソコン教室」の報告

横浜市港北区の菊名地区センター主催のパソコン教室が、11月22日(火)～25日(金)の4日間、同地区センターにて開催されました。今回は午前の講座が「エクセル初級」、午後の講座が「ワード初級」で、両講座ともそれぞれ10名の方が受講されました。講師として松愛会会員8名が対応しました。

受講者は、「ワード」「エクセル」両方を受けられた方が半数でした。(写真は熱心に学ぶ受講者の皆さん)

受講された方々全員が目標レベルに到達され、ほぼマンツーマンでの対応に満足されていました。

講師を務めた会員も受講生からの思わぬ質問に戸惑いながらもていねいに分かりやすく説明し、それをもとに次回も万全の準備で臨む決意を新たにしました。

次回講座は、今回と同じく「ワード」、「エクセル」で2月27日(月)～3月2日(木)の予定です。 (村松 克芳記)





「楽しむこと」が長続きのコツ
—カメラと歩いて健康な毎日！—
鷹取 清司さん 78歳（横浜市泉区）

保存写真は実に24万点。ただただ驚くばかりです。鷹取さんが本格的に写真を撮り始めたのは10年前。退職後何をしようかと悩む鷹取さんに、若い頃から野鳥の会に所属し、写真から墨絵までこなす多趣味の奥様からカメラを勧められたそうです。早速、全日本写真連盟神奈川本部・長後支部に入会し、今では生きがいとなったカメラ生活が始まりました。

使用するカメラは5台で、フルサイズタイプの高級機もあります。日帰り撮影会は月に3回、2～3泊の撮影旅行が年2～3回、改めて本格的な撮影に再訪することも多く、カメラと共に過ごす日数は相当なもの。印象に残っている場所は「やはり北海道。特に白金温泉の青い池は素晴らしかった」と語る鷹取さん。美しい花や風景の中での撮影に、毎回心洗われる気持ちになるそうです。知らず知らずの内に相当の歩数になり、「そのおかげか身体に悪いところがなく、ストレスもかからず楽しく過ごす日々で、健康そのものです」と笑います。

撮影後は、写真の整理や出展写真の選定、加工作業に深夜までパソコンに向かうことも結構あるとか。コンテ



(上) 作品の一部
(右) 彼岸花撮影会（日向薬師）

ストに応募して入選し、朝日新聞に掲載されたことも何度かあるそうです。
居間の壁には15枚の写真の額が並んでいます。

毎年お正月には、お子様一家と一緒に写真を撮られているとのこと。年々お孫さんが増え、成長していく様子が分かります。鷹取家ではカメラが、親と子と孫の3世代をつなぐ絆の役目をしているように感じました。

（レポーター・広報委員 間島 輝利）

クラブ活動 情報

「水彩クラブーみずえ会」
松愛会クラブとして発足



自作品の前の林さん(チャーチル会の展覧会)

長い歴史と伝統の「関東絵画部」が、諸般の事情により2016年末に閉部となりました。それに代わって絵画部の下部組織として活動していた水彩画の「水彩クラブーみずえ会」が松愛会クラブとして発足しました。絵画部では油絵を描く人も多かったのですが、やはり初心者には「敷居が高い」と敬遠する人もおり、気軽に絵を描いてみたいという人のために水彩画の教室という形で始められた活動です。「みずえ」とは水彩画のこと。昔は「みづゑ」と表記されていました。指導者は絵画部でも活躍した林 義弘さん。お世話役は井上幸一さん。会員数は17名ですが、松愛会会員以外のゲスト会員もいて、毎月第3土曜日が活動日です。春と秋には野外写生、夏と冬には室内制作を行いますが、年1回、宿泊での写生旅行もあります。室内制作ではモデルによる人物デッサンや、各自が持ち寄る課題を自由に描きます。制作が終わると近くの店での懇親会。最近はカラオケも定番コースです。なお林さんは日本スケッチ画会やチャーチル会ヨコハマ（文人政治家であったW・チャーチルに因んだ絵画クラブ）の会員で、これまでに9回も個展を開くなど個人でも活躍しています。

（入会申込等は横浜東・西支部HPを参照）

ぶらり会

～今後の予定の詳細については「ぶらり会」で検索してください～

- 第381回 「田浦梅の里と東京湾・横須賀港の眺望を楽しむ」**
2月23日(木) 京浜急行本線 京急田浦駅 改札前 午前10時集合
- 第382回 「箱根駅伝第3区間沿いにコースの半分を歩く」**
3月11日(土) 小田急江ノ島線 鶴沼海岸駅 改札前 午前10時集合
- 第383回 「泉区の名所めぐり」**
3月23日(木) 相模鉄道いずみ野線 いずみ野中央駅 改札前 午前10時集合
- 第384回 「市民の森からこども自然公園めぐり」**
4月8日(土) 相模鉄道本線 三ツ境駅 改札前 午前10時集合

* いずれも雨天の場合は中止です。

* 参加希望の方

当日、指定場所・時間までに集合。

* 参加費200円。昼食、飲物、雨具等は各自で用意ください。

(世話役) 村田秀夫さん 045-821-0465
高木達雄さん 045-933-0495