

2020年

1月号

洋友会大東地区だより

発行 令和2年1月10日

第214号

三洋電機洋友会大東地区

発行責任者 静山 純一

編集責任者 中山 良夫

謹んで新年のお祝いを申し上げます

旧年中は大変お世話になりました。本年も洋友会役員一同
皆様のお役に立つよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。

洋友会大東地区役員一同

◇洋友会大東地区 静山会長新年のご挨拶



あけましておめでとうございます。

令和最初のお正月、皆様にはお健やかに新年をお迎えのことと存じます。

昨年は洋友会大東地区発足30周年として、記念の企画や行事に会員の皆様には多くのご支援ご参加をいただき有難うございました。

元号が平成から令和に代わり新天皇即位の行事が古くからの規則・規範や慣例に則って実施され、国内外に報道されました。この記念行事での皇后さまの笑顔が多く
の場面で好感を呼びました。笑顔といえば全英オープ

ンゴルフで優勝した渋野日向子選手のシブコスマイルが大きな話題となりました。10月にはラグビーワールドカップが日本で開催され、日本チームの活躍もあって、日本中がラグビーで盛り上がりました。

悲しいことでは、日本が国際的に一番災害のあった国と認定され、各地の河川の氾濫による水害、大型台風による被害は経験したことのない大きな災害となりました。台風や水害等の被害に遭われた方々には心からお見舞い申し上げます。

本年は、50年ぶりにオリンピック、パラリンピックが東京で開催されます。多くの国の参加が予定されておりますが、これを機に世界各地で発生している紛争(内戦)や争いが、スポーツを通じて少しでも収束、改善されることを願いたいと思います。オリンピック・パラリンピックでは多くの種目で日本人選手の活躍が期待されておりますが、昨年のラグビーワールドカップ同様に日本中がオリンピックフィーバーで、あつい夏が更に熱くなることが予想されます。

洋友会は昨年31年目をスタートしました。そして次につなげる洋友会へ向けた活動が開始され、各地区の代表者による「施策検討委員会」が発足しました。令和の新しい時代に向けた新しい

洋友会への挑戦が始まりました。洋友会の活動は会員皆様方のご理解ご支援そして参加(参画)があつてなりたっております。

本年も、幹事一同活動の推進に努めてまいります。昨年同様本年も洋友会に一層のご支援ご協力を頂きますようお願い申し上げます。

会員並びにご家族皆様方のご多幸とご健康をそして本年が皆様にとって素晴らしい年となることを祈念し新年のご挨拶と致します。

◇第31回洋友会大東地区定期総会・懇親会のご案内

☆今年の総会は、「太閤園別館ガーデンホール」で開催します



(昨年開催の第30回定期総会の参加者)



(今総会の会場ガーデンホール)

昨年の総会は、洋友会大東地区発足30周年を記念して「太閤園迎賓館」で開催をいたしました。今年の総会会場については、役員会で検討をしてきましたが、これまでの「太閤園」での総会について出席者の多くの方から会場としてふさわしい、これからも太閤園で続けてほしいとの多くの声をお聞きしておりましたので昨年に引き続き「太閤園」で開催することにしました。しかし、当日は洋友会大阪地区も太閤園迎賓館で総会を開催することになっており、大東地区としては昨年の太閤園迎賓館ダイヤモンドホールから「太閤園別館ガーデンホール」(写真)にて開催することにしました。「別館ダイヤモンドホール」は、同じ太閤園の敷地内にありイベント会場として独立した建屋になっております。迎賓館とは異なり優雅な会場となっており会場内からは、太閤園の素晴らしい庭が眺められます。当日は大東地区が貸し切りとなっており、太閤園のまた異なった素晴らしい雰囲気を楽しむことが出来ると思います。

開催日時 : 2020年4月15日(水) AM10:30~ (受付開始 AM10:00)

開催場所 : 太閤園別館ガーデンホール(昨年と変わっておりますので注意してください)

(JR 東西線大阪城北詰駅下車徒歩2分、京阪京橋駅徒歩7分、地下鉄鶴見線京橋駅徒歩5分)
尚、総会会場配置図、会費など他詳細のご案内は、大東地区だより2月号に同封します。

太閤園の庭園は素晴らしく、早めに来て頂き散策するのもいいのではないのでしょうか。また、総会後には懇親会を開催しますので、会員相互の交流の場として、旧交を温めていただくとともに、さらなる交流を深めていただきたいと思います。

今から予定に入れていただき、是非多くの会員の皆様のご参加をお願いいたします。

(当日は、大阪地区も太閤園迎賓館ダイヤモンドホールで総会を行いますので会場を間違わないようにしてください)

◇囲碁クラブ活動報告

☆第 18 回洋友会関西地区親善囲碁大会で中土井六段が 3 位入賞！



11月29日に囲碁大会が門真市の松心会館で行われました。大東から中土井六段、森西四段、中村四段、吹田7級の4名が参加しました。試合は個人戦で4局対局し、勝敗が同じ場合はスイス方式で順位を決めました。それでも同じ場合は年齢が上の人を上位にしました。4戦全勝が1名で優勝、3勝1敗者が7名でスイス方式と年齢を考慮して下記の順位となりました。

優勝:堀 四段(滋賀)、2位:大塚五段(大阪)、3位:中土井六段(大東)、4位:池上五段(滋賀)
5位:森 七段(兵庫)、6位:中村 四段(大東)、7位:森西四段(大東)、8位:豊田七段(大阪)
中土井六段は優勝した堀四段と4戦目で対局し、惜しくも敗れました。

初参加の吹田7級は4級の人と3子置いて対局し中押し勝ちと初白星をあげました。各地区の参加人数がバラバラでしたので、各人の勝敗から地区ごとの勝率を算出しました。勝率の順位は以下のとおりです。

1位:大東地区 6割2分 2位:滋賀地区 5割6分
3位:大阪地区 5割 4位:兵庫地区 4割3分



(3位に入賞した中土井さん)
(報告者 中村正明)

◇第66回大東洋友会ゴルフコンペのご案内

開催日 : 2020年(令和2年)3月25日(水)

場 所 : 加茂 カントリークラブ <東コース>

・京都府木津川市加茂町高去花原7 TEL ☎ 0774-76-4311

集 合 : 8時30分(スタートの30分前) ※パター練習場

スタート: IN/OUT 9時から

費 用 : プレー費 8,280円(昼食代含む)、コンペ費 2,000円(会食等)

申し込み締切日 : 2月20日 必着 (出来れば早めに返事下さい)

◇ 下記にて申し込み下さい。(推奨:Eメール)

- ・ Eメール daitogolf703@yahoo.co.jp
- ・ FAX 072-875-9077 (大東洋友会 事務所)
- ・ 郵便ハガキ 〒574-8534 大東市三洋町1-1

三洋電機 洋友会大東地区 洋友会館 宛

※第66回大東洋友会ゴルフコンペ<参加>に氏名・会員番号を記入の上、投函して下さい。

(担当 中村)

◇完歩チャレンジキャンペーン情報

12月の達成者を紹介します。(大東地区にご連絡を頂いた方)

中級達成者 杉岡五郎様、岡本泰彦様

初級達成者 榎本隆夫様

熊野古道達成者 坂内充昭様、三宝忠勝様

達成された会員の皆様、ご苦労様でした。健康維持のため引き続きウォーキングを楽しんでください。今年の定期総会時に改めてご紹介し、表彰したいと思います。

チャレンジャーの皆様で達成された方は、大東地区までご報告をお願いいたします。

(担当 大橋)

☆冬のウォーキングは効果的、ウォーミングアップと寒さ対策が必要です

寒い冬は、ウォーキングなどの運動が健康維持に効果的ですが、屋外で運動するときは注意が必要となります。また、高齢者が低体温になりやすいのは、年齢を重ねるにしたがって寒さや暑さを感じにくくなるためです。糖尿病の人が血糖コントロール不良が続くと、血行が悪くなり低体温になりやすい、そんな人ほど冬の運動は恩恵をもたらします。今回は、米国ミシガン州立大学やクーパー研究所が寒い日に安全に運動するためのアドバイスをしておりますので簡単にご紹介します。

1. 冬のウォーキングは体の基礎代謝を高めてくれる

- ・筋肉を増やせば基礎代謝が上がり、エネルギー消費量も増やせる
- ・冷えやすい体質を改善するためにも運動が効果的となります

2. 寒い冬の運動はウォーミングアップが重要です

- ・冬場は血圧が上がりやすいので要注意、体を冷やさないようにし、ウォーミングアップをする
- ・帽子、手袋、靴下などで体を温かくすること

寒い冬の運動は、時間の余裕をもって、ウォーミングアップをし、楽しみながらやるのが大切。歯を食いしばって頑張る、というやり方は逆効果になり注意が必要です。首、手首、足首が外気に触れると、肌から熱が逃げて体温が下がるので、手袋、マフラー、レッグウォーマーなども活用しましょう。

3. 厚着を繰り返さないで、吸湿、速乾性の素材を上手に使う

- ・体が温まるごとに1枚ずつ脱げるように、重ね着をする
- ・衣類内に湿気がこもるのを避ける

服装の寒さ対策の基本は、重ね着を上手に行うことです。厚い服を1枚着るよりも、薄めの衣服を重ね着するほうが、運動をして体が温まった時に1枚ずつ脱ぎやすい。また、無理のないように薄着になることも効果的です。注意しなければならないのは、冬の衣服は、防寒の機能に加えて、吸湿性や放湿性の機能が求められます。多くの人は、防寒対策として厚着をしますが、かえって体温が温まりにくくなる場合がありますので注意が必要です。

以上のように寒さ対策を万全にし、冬のウォーキングを楽しんでください。

◇企業スポーツの試合結果

☆ジャパンラグビートップリーグ2020が1月12日から始まります

2020年のジャパントップリーグが、いよいよ1月から始まります。2019年は、ワールドカップでラ

グビーが盛り上がりましたが、その延長線上で2020年のトップリーグも大いに盛り上がるものと期待します。ワイルドナイツも期待に添えてくれるものと思いますが、そのためにも多くの皆さんの応援が後押しとなります。以下にワイルドナイツの試合日程を紹介いたしますので応援よろしくお願いたします。



1月12日(日) 対クボタピアーズ(埼玉)、 1月18日(土) 対トヨタヴェルブリッツ(愛知)
 1月25日(土) 対三菱重工ダイナボアーズ(神奈川)、 2月2日(日) 対キャノン(東京)
 2月15日(土) 対東芝ブレイブルーパス(埼玉)、 2月22日(土) 対NTTドコモ(大阪花園)
 2月29日(土) 対NTTコミュニケーション(埼玉)、 3月7日(土) 対NEC(埼玉)
 3月15日(日) 対宗像サニックス(熊本)、 3月28日(土) 対Honda HEAT(東京)
 4月4日(土) 対リコー(東京)、 4月11日(土) 対神戸製鋼(埼玉)
 4月18日(土) 対サントリーサンゴリアス(埼玉)、 4月25日(土) ヤマハジユピロ(静岡)
 5月9日(土) 対日野レッドドルフィンズ(埼玉)

☆バレーボールVリーグ レギュラーラウンド試合結果

2019・20レギュラーラウンドは、2019年10月26日から始まりパナソニックパンサーズはこれまで16試合を戦い15勝1敗(ポイント44)で1位をキープしております。レギュラーラウンドは2020年2月まで27試合を戦うことになっており残り試合は、11試合となります。これまでの順位は、以下の通りです。(上位4チーム)

- 1位 パンサーズ 15勝1敗(ポイント44)
- 2位 ジェイテクト 15勝1敗(ポイント42)
- 3位 JT 広島 13勝3敗(ポイント38)
- 4位 サントリー 11勝5敗(ポイント34)



(14試合目 対ウルフドッグ名古屋戦)

☆アメフトXリーグ レギュラーシーズン試合結果

パナソニックは、準決勝で勝利し決勝に進出しましたが、決勝では富士通フロンティアーズに26-28で惜敗し、準優勝となりました。

(試合結果)

準決勝 11月30日(土) ○24-14 対オービックシーガルズ(万博)

決勝 12月16日(月) ●26-28 対富士通フロンティアーズ(東京)【写真】



(担当 中山)

◇今月度プルタブ収集のご協力者を紹介します

・増田 松太郎様 ・小西 昌様

有難うございました。引き続きよろしくお願いたします。

◇2020年4月からの洋友会役員候補(世話役)を募集します

洋友会は、現在全国15拠点、約 4,200 名の会員数となっておりその内、大東地区には 511 名の会員を擁しております。主な活動内容は、①各種クラブ活動や趣味を通じて会員相互の情報交換、②定期総会や懇親会・日帰り旅行・歩こう会などを通じて旧交を深める行事、③プルタブ収集などのボランティア活動、④地区だより、ホームページなどを通じて活動内容の報告や慶弔手続きなどを行っております。そして、それらの活動を補佐するのが私たち地区役員の仕事となります。任期は、2 年間で、2020 年 3 月までが現役員の任期となっています。現在、2020 年 4 月からの新年度スタートに向けて「我こそは！・・・」と引き受けてくださる役員候補を募集しております。

応募者は、2020 年 1 月 28 日(火)までに現役員にご連絡ください。

◇新入会員のご紹介(2019年12月入会)

上村 隆哉さん(最終所属:パナソニック㈱CNS社)

ご入会有難うございました。これから洋友会大東地区での各種行事にご参加ください。

◇悲しいお知らせ <謹んでご冥福をお祈り申し上げます>

長谷川 洋様	2019年9月29日ご逝去	享年77歳
西田 忠男様	2019年12月14日ご逝去	享年83歳

◇在籍会員数

会員総数 509名(2019年12月25日現在)

◇編集後記



会員の皆様、あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りいたします。今年は、オリンピックイヤーです。私たち世代にとっては、2回目の東京オリンピックとなりますが、是非成功させたいと思うところです。また、ここ数年自然災害が多発し、多くの被害が齎されましたが、今年こそは良い年になるよう祈るばかりです。

4月には、第31回大東地区定期総会が開催されます。今年も会場を「太閤園」としましたが、昨年と異なり別館「ガーデンホール」で貸し切りの開催となります。令和最初の総会となりますので多くの会員の皆様のご出席をお願いいたします。

(Y・N記)

洋友会大東地区宛の連絡・記事投稿は下記FAX又は、Eメールでお願いします。

TEL・FAX 072-875-9077(変更になっております)

Eメール info@yoyu-daitou.daa.jp

洋友会大東地区ホームページアドレス

<http://yoyu-daitou.daa.jp/>