

2021年

7月号

洋友会 大東地区だより

第229号

発行 令和3年7月2日

三洋電機 洋友会大東地区

発行責任者 中山 良夫

編集責任者 中村 好光

◇ 令和3年度洋友会本部総会議案決議の結果報告

令和3年度洋友会本部総会については、地区だより6月号でお知らせしたように中止となり各議案決議については15地区による書面決議で行われました。この度、その結果が出ましたので報告いたします。

総会議案については、

第1号議案 令和2年度活動報告

第2号議案 令和2年度会計報告及び会計監査報告

第3号議案 令和3年度活動方針

第4号議案 令和3年度予算計画

第5号議案 令和3年度役員改選

となりますが、15地区による書面決議の結果、すべての地区の賛成で議決されましたのでご報告いたします。

尚、令和3年度活動方針概要については、地区だより4月号に掲載をしておりますので参照してください。また、令和3年度役員改選については、2名の新任を含む30名の役員が信任されました。本部会長は、小林会長が引き続き担当されることになり大東地区からは、中山会長が本部役員として選出されました。

5地区（群馬、大東、東京、中部、滋賀）から出された主な意見要望は以下となります。尚、質問はありませんでした。

- ①コロナ禍では総会中止もやむを得ないが、10月以降に会長会議の開催を希望します。
- ②コロナ禍で各地区の活動自粛が続きますが、新設された「地区活性化会議」において各地区活動の問題点の共有、解決のための検討を進めていただきたい。
- ③コロナ感染症、ワクチン情報の発信をお願いします。
- ④高齢化による活動縮小で会費の見直しをお願いします。

以上となりますが、すべての地区において地区定期総会を中止しておりまた、多くの地区においてはコロナの影響で活動を自粛されているのが現状です。本部としては、10月以降に地区会長会議を予定し議案の補強をすることになっております。



◇ 地区だよりの手配りの廃止について

今後の地区活動については、地区だより 6月号にてご連絡しておりますが、今まで地区だよりについては役員の近隣にお住いの会員について手配りでお渡しをしておりましたが、現在はコロナとの共生が考えられることから手配りは中止をしております。役員会で今後の手配りについて検討しましたが、役員の高齢化もあり手配り中の事故等も考えられることからこれを機に地区だよりについては今後すべて郵送とさせていただくことにしました。会員皆様のご理解をお願いいたします。

(会長 中山)

◇ 第69回大東洋友会ゴルフコンペのご案内

開催日 : 2021年(令和3年)9月29日(水)

場所 : 加茂カントリークラブ <西コース>

・京都府木津川市加茂町高去花原7 TEL ☎ 0774-76-4311

集合 : 8時15分(スタートの30分前) ※パター練習場

スタート : OUT/IN 8時45分 ~ 【6組・24名】

費用 : プレー費 6,200円(昼食代含む)、参加費 2,000円

※ 高齢者のワクチン接種が8月末で終われば当日成績発表の予定。

・尚、コロナ感染が悪化すれば、前回同様後日のメール連絡とします。

申し込み締切日 : 8月20日 必着 * 先着順 (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)

・ 郵便ハガキ 〒574-0046 大東市赤井1丁目2番10号 ポップタウン住道本館 6階
三洋電機 洋友会大東地区 宛

(担当 中村)



◇ 大東【Webギャラリー】に1作品の投稿です !!!



6月度は下記1名の会員から1作品投稿をいただき、ありがとうございました。昨年の6月の開設以来15名の会員から32の作品集を出品していただきました。色鉛筆画、水彩画、油彩画、家庭菜園、美術写真、自作の鎧、木工、書道など多くのジャンルに及んでとても賑やかなギャラリーとなっています。

ぜひ一度ホームページ (<http://yoyu-daitou.daa.jp/>) を訪れて作品をご鑑賞ください。

(1) 岩井 春隆 さん: 写真【天神祭の船渡御「**どんどこ船**」】

< 14画像 > 2015年7月25日撮影

新型コロナも2回目の夏を迎えました。

その為、日本三大祭りの一つ天神祭の陸渡御、船渡御と花火が昨年引き

続いて今年も中止となりました。そこで景気付けに船渡御の中でもひとときは目立つ「どんどこ船」に的を絞った写真をご覧ください。
どんどこ船は鉦（かね）や太鼓を打ち鳴らして旧淀川や道頓堀を縦横無尽に走り回り、船渡御の始まりと祭りムードを盛り上げる小舟です。小舟と言っても全長約16m、漕ぎ手が24-28人と操船や鉦太鼓役の約20人が乗り込みます。高校生と大人が乗り込む「木場若中」、小・中学生も乗り込む「木場小若」の2隻が活躍します。（*紙面上9画像）



《作品投稿のお願い》会員の皆さん方からの多くの投稿を期待しています。写真にこだわらず①絵画②歴史物やお城の紹介③家族の方のアート・クラフト作品等、＜画像＞に表現できればジャンルは問いません。◇メールにて送ってください。＜画像＞添付の枚数制限はしません。様式は【JPG】で1画像[500KB]以上の1通メールでの添付容量は<10MB>以内とし、それ以上の時は分割送信して下さい。送り先は、大東洋友会＜事務局＞アドレス⇒【info@yoyu-daitou.daa.jp】「大東Webギャラリー」宛でお願いします。※尚、掲載させていただいた作品には薄謝を差し上げます。

(担当 伊井)

◇ 21年度夏カレンダーの休日移動があります!

会員の多くの方が年金生活者で、余り休日を意識している方が多くないかも知れません。東京五輪が今夏へ1年延期された影響で、7、8月の祝日は例年と様変わりします。改正五輪特別措置法の成立が新型コロナウイルス禍で昨年11月にずれ込んだため、カレンダーや手帳の多くは変更前の日程を掲載したままです。ワクチン接種後の旅行やレジャーの計画、行政サービスの利用などで注意が必要です。

2021年の祝日移動

手元の手帳・カレンダーとの違いに注意!



7月19日 → 7月22日



8月11日 → 8月8日



10月11日 → 7月23日

祝日の移動は、都心の混雑を減らし、五輪の運営を円滑にするのが目的で、本来10月11日の「スポーツの日」が五輪開会式の7月23日に、同19日の「海の日」が22日へ移動し、22～25日は4連休となります。また、8月は11日の「山の日」が閉会式のある8日に変更。8日は日曜日のため翌9日は振替休日になり、7～9日が3連休となります。一方、7月19日と8月11日、10月11日は平日になるので注意して下さい。

スマホを今年にシステム更新しておれば、アプリのカレンダーは休日移動していると思われるので、一度確認して下さい。

◇ 企業スポーツの近況

パナソニックスポーツクラブの近況を下記報告します。
練習、見学、日程などの詳細は、各HP（ホームページ）を確認ください。

(1) 社会人野球

第73回JABA九州大会(5/11)の優勝により、第46回
社会人日本選手権大会の出場が決まりました。

一回戦 7月1日(木) 対ホンダ @ほっともっとフィールド神戸



(2) バレーボール <パンサーズ>

V.レギュラーラウンド日程

開幕戦(1回戦) 10月16日(土) 対ウルフドックス名古屋

@パナソニックアリーナ(大阪府枚方市)



(3) ラグビー <ワイルドナイツ>

ラグビー日本代表リポビタンDツアー2021に参加
する日本代表遠征メンバーとして、ワイルドナイツより
8名が選出されました。(メンバーについてはHPを確認ください)



(4) アメリカンフットボール <インパルス>

緊急事態宣言発令への対応により、春期公式戦が取り
止めになりました。



(担当 吹田)

◇ 地区行事・活動報告

(1) 囲碁クラブ

[活動自粛: 6月, 7月, 8月]

今後の活動予定について、クラブの役員で打ち合わせ
した結果[9月再開]に決定。

再開に当たっては洋友会館の利用許可が前提です。



(2) カラオケクラブ

A・B・C会とも自粛中です。



(3) 水彩画教室

6月25日(金)は例会実施です。緊急事態から蔓延防止への移行
に伴い静物画会場のパナソニック橋波ビルが開館される事にな
りました。

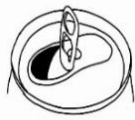
(4) 園芸クラブ

出口アドバイザーの指導でテレワークを活用し、夏野菜「トマト」
について研修しています。

HPに詳細を掲載してありますので見て下さい。



◇ 今月度プルタブ収集のご協力者を紹介します



- ・ 北灰塚自治会 様 (守屋 寿文 様) ・ 増田 松太郎 様
- ・ 長尾 博 様

有難うございます。引き続きよろしく願いいたします。

◇ 町めぐり探訪記 ① 【奈良市：奈良公園周辺】

今月より「町めぐり探訪記」を新企画しました。会員の皆さんが生活基盤の市町村を再発見して紹介していただくコーナーです。第一回目は、皆さんが一度は訪れたことがある馴染みの古都【奈良市】奈良公園周辺です。近鉄：奈良駅（地下）から地上に出ると「行基菩薩の噴水」が迎えてくれます。東へ3分も歩くと奈良公園で、鹿と人間の空間は共生の世界に入ります。都市公園「奈良公園」は総面積502ヘクタールで、周辺の興福寺、東大寺、春日大社、奈良国立博物館、なども含めると総面積はおよそ660ヘクタール（東西約4キロメートル、南北約2キロメートル）に及び。通常はこの周辺社寺を含めたエリアを「奈良公園」と呼ぶそうです。興福寺は阿修羅像や五重塔が



浮かびますが、2018年10月に中金堂が再建され入堂でき【釈迦如来坐像&法相柱】が拝観できます。左先に奈良県庁がありその先が東大寺【大仏殿】で、南大門金剛力士仁王像の2体が守護神として圧倒します。大仏殿の本尊は東大寺盧舎那仏像で一般に奈良の大仏です。東へ10分程歩くと、お水取りで有名な



「二月堂」です。若草山の麓へと歩を進めれば、その南へ石燈籠、釣燈籠に朱の社殿・中門【春日大社】が位置しています。世界遺産「古都奈良の文化財」には<春日山原始林>も含まれています。次回はみなさん方の身近な「町めぐり探訪記」の投稿を期待しています。そして、2～3画像を添付して下さい。尚、掲載は紙面スペースの関係で不定期となります。

◇ メール 【info@yoyu-daitou.daa.jp】 ⇒ 「町めぐり探訪記」宛 へ

(担当 中村)

◇ 悲しいお知らせ <謹んでご冥福をお祈り申し上げます>

・ 清水 正義 様 2021年6月15日ご逝去 享年73歳

◇ 在籍会員数 会員総数 485名 (2021年6月25日現在)

◇ 編集後記

コロナ禍のテレビ・新聞・ラジオ等の報道内容も注意喚起が多いです。明るいニュースは、やはりスポーツになるでしょう。その中でも、海外からの日本人アスリートの活躍でしょう。先ず、男女のゴルフからで

① 4月に、オーガスタで日本人およびアジア人史上初のマスタース・トーナメント優勝の大偉業を果たした【松山英樹】です。これからのメジャー：全英オープンにも期待したいです。

② 6月は全米女子オープンで、史上初の日本人女子2人によるプレーオフは、19歳の【笹生優花】日本勢初の全米女子オープン制覇。!!!
これから先、将来性もありメジャー4冠も夢ではないです。



③ メジャー：オールスター戦に「リアル二刀流」こと【大谷翔平】の
出場です。そして、7/14 (日本時間) 前日のホームラン競争にも参
加予定で、アメリカでも大変注目されています。6/26(日本時間)には
24号のホームランでトップに1打差です。

④ 日本シリーズが「関西ダービー」の可能性がありそうです。6/25で
は ⇒ 【阪神タイガース】VS <オリックスバファローズ> のセ・パ
順位首位なので盛り上がっている今です。

⑤ 将棋界の話題で、藤井聡太二冠が豊島将之叡王への挑戦権獲得し、
史上初のトリプルタイトル戦へ「盛り上げたい」と楽しみです。

◎ 洋友会 (大東) 事務所

〒574-0046 大東市赤井1丁目2番10号 ポップタウン住道本館 6階

☎TEL・FAX: 072-875-9077

◇ メール 【info@yoyu-daitou.daa.jp】

水の違いで効果が変わる？

私たちの生活に欠かせない水。最近では色々な種類の水が販売されていますよね。夏にかけて水を摂る機会も多くなって来るかと思います。そこで、今回は、『軟水・硬水』に関するお話です。

◆ どう違うの？

軟水と硬水の違いは「硬度」にあります。硬度とは、水に含まれるミネラル（カルシウム、マグネシウム）の量の多さを示したもので、この2つのミネラル量が軟水と硬水を分類しています。ちなみに、WHO（世界保健機関）での基準は以下の通りとなっています。

軟水・・・硬度120mg（ミネラル含有量）／ℓ 未満

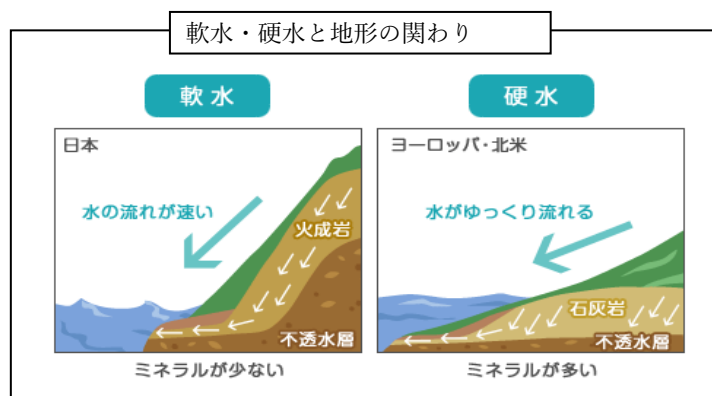
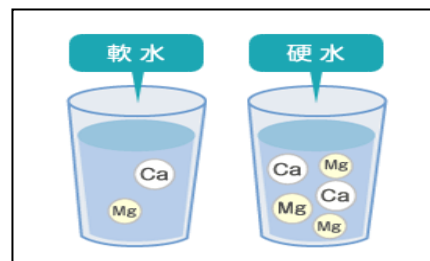
硬水・・・硬度120mg／ℓ 以上

<軟水の特徴>

- ・口当たりが柔らかく、さっぱりしている
- ・お茶（緑茶、紅茶、コーヒー）の色や風味が出やすい
- ・料理のうまみ成分を引き出しやすい
- ・石鹸や洗剤が泡立ちやすいなど

<硬水の特徴>

- ・しっかりした飲みごたえがある
- ・肉を煮る時などアクが出やすい
- ・石鹸や洗剤が泡立ちにくい
- ・体内の老廃物の排出が促進されるなど



◆ 軟水・硬水の効果

それぞれの水に含まれるミネラルの含有量、特性の違いから、次のような効果が期待できます。

軟水・・・ドライアイの改善、肌の水分保持、体内への素早い水分補給など

硬水・・・血糖値・中性脂肪の抑制、便秘改善、スポーツ後のミネラル補給など

◆ いつ、どれくらい摂れば良い？

身体が一度に吸収する水分量は200ml程度と言われています。飲むときは一度にがぶ飲みするのではなく、「少しずつ、こまめに」を心掛けましょう。特に睡眠中は汗でかなりの水分を喪失するため就寝前や起床時の水分補給をしっかり行いましょう。運動後や入浴後も水分が不足しがちになるため意識して摂りましょう。

◆ 最後に

日本の水はほとんどが軟水です。水の硬度は、その人の体質によって会う、合わないがありますので、初めて硬度の高い水を飲むときは徐々に飲む量を増やし、体調を確認しながら摂るように心掛けましょう。

以上