

四国地区だより

発行人 續木雅行
編集人 大塚吉数

会員数 102名

(2022年12月25日現在)

洋友会四国地区
会員の皆様

洋友会四国地区
会長 續木 雅行

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

朝夕の冷え込みが一層厳しくなってきました。

洋友会の皆様には、ますますお健やかに2023年の初春をお迎えになられたことと、お慶び申し上げます。

振り返ってみますと、新型コロナウイルス感染症の影響により、制限されていた外出やイベント等の自粛要請は段階的に緩和され、経済活動の再開がみられましたが、円安の進行や中国のゼロコロナ政策によるサプライチェーンへの影響、ウクライナ情勢の影響等による資源やエネルギー価格の高騰による物価上昇傾向から、依然として先行き不透明な状況が続いています。そんな中でもサッカーワールドカップでの日本チームの活躍は目を見張るものがありました。残念ながら洋友会活動は総会・懇親会等の開催が3年間凍結状態となっております。今年は洋友会発足35周年を迎えることでもあり、四国地区総会開催を期待したいと思います。

「洋友会の課題に取り組み楽しい洋友会を目指す」という本部スローガンをベースに、洋友会の最大の使命は「仲間づくり」の橋渡しとっております。そして少しでも多くの仲間を増やし、三洋電機グループOBの絆をさらに強固なものにしてゆきたいとっております。それには皆様のお一人お一人のご支援、ご協力、温かい励ましが絶対条件です。

末筆になりましたが、私も昨年の7月末から3か月間の入院生活（脳梗塞）を余儀なくされました、その間、多田副会長を中心として香川ブロック幹事の皆様のサポートを受けました。ありがとうございました。ただ、今現在も後遺症があり、リハビリ継続は変わりませんので、引き続きサポートをお願いしたいと思っています。

どうか今年も会員皆様方には、体調管理には万全を期して頂き、人生100年時代と言われている今日この頃、大いに人生を満喫頂き素晴らしい年となりますことをお祈り申し上げます。

■ 四国地区会員状況

四国地区 102名（2022年12月25日現在）

<新入会員>

ありませんでした。

■ 四国地区 卯年・年男の抱負

香川ブロック

石井 康弘さん（84）



8回目の卯年を迎えた。80歳の壁を越えたら、人生で一番幸せな時が待っているそうだ。今までボランティアとして力を入れてきた、子供の読書を支援する活動の代表を、知事賞の受賞を契機に若い人をお願いした。今、世の中は大きく変わろうとしている。今後はこの変化をワクワク、またウロウロもしながら楽しみたい。そのためには、時の変化に遅れない学びを忘れずに。気力と健康を保ち、いくつになっても学び続けることが重要だ。

高知ブロック

傍士 操さん（72）



昨夏、家内の股関節手術を5日後にひかえた雨の日の朝、玄関前で転び人生初めての骨折。左足首などの骨折でしたが、幸いにも、手術、入院はしなくて済みました。不安一杯の中で松葉杖と車椅子の助けを借り、家内の入院先へ洗濯物の集配、自分の食事の買い出しなど、大変な毎日でした。1か月後家内が退院し老々介護の様な生活が始まりました。

これから歳を重ねていく上で大切な心構えが、この一連の出来事に集約されていると感じられました。

歳を取って初めて気づかされるのがたくさんあると思います。この経験を忘れずに健康に気をつけて元気に暮らしたいと思います。

※名前後のカッコ内は、令和5年の誕生日現在の年齢

■ 社会貢献活動

- ① 「プルタブを集めて車椅子を贈ろう！」
- ② 「みんなで AKARI アクション」

対象商品： 書籍、DVD、CD、ゲーム機、貴金属、カメラ等

■ リレーエッセイ ⇒ 継続してます、積極的な投稿をお願いします。

第98号 香川ブロック 白髪 隆さん 「三洋電機早期退職後の履歴」 ⇒ 同封

■ 健康管理ニュース (同封)

- ① 10月号 「新型コロナとインフルエンザの同時流行にご注意」
- ② 11月号 「酒は百薬の長？」
- ③ 12月号 「食中毒に注意！～ノロウィルス～」

■ 第5弾『健やかに四国88ヶ所を巡ろう』キャンペーンの中間報告

実施中の第5弾『健やかに四国88ヶ所を巡ろう』キャンペーン中間実績をご報告します。

- ・期間(前半) 令和4年5月～令和4年9月
- ・参加申込者 39名

第5弾『健やかに88ヶ所を歩こう』実績報告書

敬称略

2022年11月19日現在

| 地区 | 名前 | 自己目標 | 前半実績 | 後半実績 | 合計 | 達成率 |
|-----------|--------|---------|---------|------|---------|--------|
| 香川 19名 | 久保 仁 | 1,000Km | 626Km | | 626Km | 62.6% |
| | 滝 正光 | 600Km | 293Km | | 293Km | 48.8% |
| | 伊藤 忠男 | 600Km | 103Km | | 103Km | 17.2% |
| | 池上 要 | 1,500Km | 1,017Km | | 1,017Km | 67.8% |
| | 森 崇 | 600Km | 178Km | | 178Km | 29.6% |
| | 大塚 吉数 | 1,000Km | 503Km | | 503Km | 50.3% |
| | 多田 茂 | 1,500Km | 893Km | | 893Km | 59.5% |
| | 野村 錦一 | 1,500Km | 1,546Km | | 1,546Km | 103.1% |
| | 内海 清司 | 1,500Km | 921Km | | 921Km | 61.4% |
| | 白髪 隆 | 1,500Km | 736Km | | 736Km | 49.1% |
| | 續木 雅行 | 1,000Km | 508Km | | 508Km | 50.8% |
| | 横田 一彦 | 1,000Km | 674Km | | 674Km | 67.4% |
| | 四宮 英明 | 1,000Km | 480Km | | 480Km | 48.0% |
| | 松尾 伸之 | 1,000Km | 635Km | | 635Km | 63.5% |
| | 道永 新一 | 1,000Km | 456Km | | 456Km | 45.6% |
| | 高木 繁雄 | 1,000Km | 524Km | | 524Km | 52.4% |
| | 貞廣 信幸 | 1,500Km | 739Km | | 739Km | 49.2% |
| | 前田 一功 | 1,500Km | 532Km | | 532Km | 35.4% |
| | 福永 松男 | 600Km | 240Km | | 240Km | 40.0% |
| 愛媛 8名 | 米元 幸男 | 1,500Km | 858Km | | 858Km | 57.2% |
| | 金子 邦生 | 1,500Km | 1,102Km | | 1,102Km | 73.5% |
| | 藤田 健三 | 1,500Km | 1,380Km | | 1,380Km | 92.0% |
| | 宇和川 正蔵 | 1,000Km | 550Km | | 550Km | 55.0% |
| | 大野 昇二 | 600Km | 215Km | | 215Km | 35.8% |
| | 大西 完直 | 600Km | 204Km | | 204Km | 34.1% |
| | 町田 典之 | 600Km | 209Km | | 209Km | 34.9% |
| | 渡部 進 | 1,000Km | 633Km | | 633Km | 63.3% |

| | | | | | | |
|-----------|--------|---------|---------|--|---------|-------|
| 高知 10名 | 岡田 徹 | 1,000Km | 530Km | | 530Km | 53.0% |
| | 漆原 慧 | 1,000Km | 711Km | | 711Km | 71.1% |
| | 瀬留 勝 | 1,000Km | 455Km | | 455Km | 45.5% |
| | 清水 勉 | 1,500Km | 940Km | | 940Km | 62.6% |
| | 田中 究 | 1,800Km | 1,035Km | | 1,035Km | 57.5% |
| | 西岡 博典 | 1,500Km | 940Km | | 940Km | 62.7% |
| | 小笠原 秀郎 | 1,500Km | 726Km | | 726Km | 48.4% |
| | 山地 雅夫 | 600Km | 443Km | | 443Km | 73.9% |
| | 楠瀬 義和 | 1,500Km | 858Km | | 858Km | 57.2% |
| | 北岡 和夫 | 600Km | 348Km | | 348Km | 58.0% |
| 徳島 2名 | 稲井 正雄 | 1,000Km | 497Km | | 497Km | 49.7% |
| | 中野 義勝 | 600Km | 422Km | | 422Km | 70.3% |

参加者数 : 39名

● 地区活動のご紹介

■ ゴルフ同好会からのご報告

「第18回気ままなゴルフコンペ」 元気に開催！

日 時 : 2022年10月20日(木)

場 所 : タカガワ新伊予ゴルフ倶楽部(愛媛県四国中央市)

参加者数 : 53名(内会員20名、会員のお知り合い33名)

内 容 : 過去最高の、53名の参加で、雲一つない秋晴れの元、元気に楽しくプレーすることが出来た。

報告者 : 高知ブロック 楠瀬



優勝者：竹内英明さん
(愛媛：石丸さんのお知り合い)



準優勝者：多田茂さん
(香川ブロック)



集合写真

■ 彫刻 同好会

毎月第一日曜日、第三日曜日午前 10 時から定期的を開催しています。

■ グランドゴルフ 同好会

毎週水曜日午前 9 時 30 分から定期的を開催しています。但し 8 月は夏休み期間で休会しました。

◎ 「彫刻」・「グランドゴルフ」同好会は定期的を開催中。皆様のご参加をお待ちしています。

■ 洋友トマトゴルフ同好会

毎月 第 2 月曜日 讃岐カントリーで開催しています。



11 月 14 日 (月) 8 名参加



12 月 12 日 (月) 9 名参加

■ 高知ゴルフ同好会

毎月 2回～3回 グリーンフィールド等で開催しています。

■ 愛媛ブロック活動報告

愛媛ブロックでは6月から松山城登頂ウォーキングを開始しました。12月で7回目となりました。松山城への登頂ルートは4ルート有るので上り、下りの組合せを楽しむことができます。

12月は松山総合公園で実施しました。公園の入口にある第1駐車場に集合して展望台まで坂道を上りました。西洋風のお城をイメージした展望塔からは、松山城や松山市街、瀬戸内海を一望できました。



松山総合公園には松山市の花である椿が約500種類ある椿園があります。公園内には子供向けの遊具やドッグランがあります。随所に

さくらやあじさい等の季節の花を楽しめるようになっています。

◆10月3日(月曜日) 参加者 6名

コース 松山城二之丸史跡庭園➡ 黒門口登城道➡ 松山城本丸広場➡ 松山城古町口



二の丸史跡庭園内の茶室

◆11月1日11（火曜日）参加者5名

コース 黒門口登城道➡ 松山城本丸広場➡ 黒門口登城道



松山城乾櫓前

◆12月2日（金曜日）参加者 4名

コース 第1駐車場➡ 展望広場➡ 坊ちゃん夢ランド➡ さくらの丘➡ 第3駐車場➡ 第1駐車場



松山総合公園展望広場



松山総合公園展望塔屋

次回の予定は下記の通りです。多数の方の参加をお待ちしています。

日時 2023年1月10日 AM9：30

場所 松山総合公園 集合場所 第1駐車場

報告は 愛媛ブロック 米元幸男

■ 香川ブロックハイキング 同好会活動報告

| | | | |
|------|-------------|-----|----------|
| 10月度 | 屋島・北嶺とヤシマール | 参加者 | 4名（友人2名） |
| 11月度 | 城山（綾歌三山） | 参加者 | 6名（友人1名） |
| 12月度 | 黒峰（五色台） | 参加者 | 6名（友人2名） |



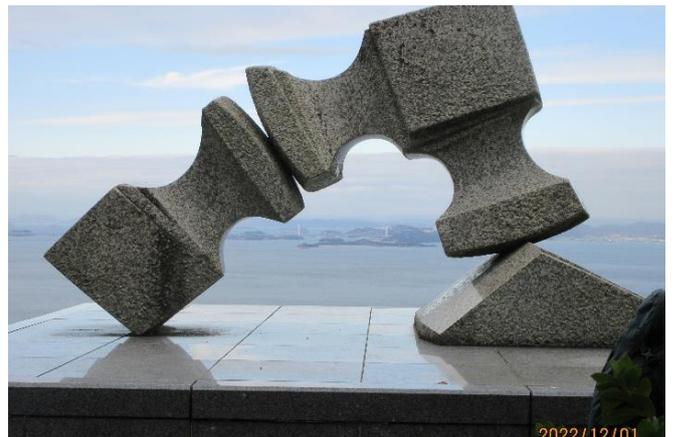
城山頂上で集合写真



城山、猫山分岐の東屋で小鳥



黒峰で集合写真



流 政之 氏のモニュメント

会員様のご友人も参加自由で大歓迎ですので、気軽にお声かけ下さい。

毎月 1日 10時～13時 香川県内の里山ハイキングを開催しています。

次ページに **2023年 里山ハイキング計画表** を入れております。

奮ってお気軽にご参加下さい。

担当 : 滝 正光さん（携帯 090-4503-0341）

里山ハイキング(2023年計画)

| 月日 | 里山名 | 見所など | 集合場所・時間(原則10時) | 登山コース | 散策コース |
|----------|------------|------------|----------------|---------------------|---------------------|
| 1月6日(金) | 八栗寺参詣 | 一年間の健康祈願 | ケーブル駅前 | ケーブル横の参道を登る | 行きはケーブル帰りは参道 |
| 2月2日(木) | 白山(三木町) | 讃岐平野一望 | トレストア白山駐車場 | 登山道を登る | ハイキングコースを利用して散策 |
| 3月2日(木) | 二子山 | 公測森林公園 | 突堤(池)のそばの駐車場 | 城池登山口～山頂往復 | 城池周辺散策 |
| 4月3日(月) | 三石山(みろく公園) | 三石山展望所 | みろくふれあい市場 | 三石山(みろくアルプス縦走可能) | みろく自然公園(弥勒池周回) |
| 5月1日(月) | 五色台の黒峰 | ツツジ、瀬戸内海一望 | 大崎の鼻バス停 | 登山道を登る | 車で頂上の駐車場へ行き合流する |
| 6月1日(木) | 屋島寺参詣 | 屋島山頂リニューア | 屋島神社駐車場 | 東山地基地経由で参道を登る | 車で山上駐車場へ行き散策 |
| 7月1日(土) | 国営まんのう公園 | 紫陽花 | 中央駐車場(案内所) | まんのう公園散策(1.5～4.5Km) | まんのう公園散策(1.5～4.5Km) |
| 8月1日(火) | 夏休み | | | | |
| 9月1日(金) | 八栗寺参詣 | 下半期の健康祈願 | ケーブル駅前 | ケーブル横の参道を登る | 行きはケーブル帰りは参道 |
| 10月1日(日) | 屋島・北嶺と長崎の鼻 | 瀬戸内海展望 | 長崎の鼻駐車場 | 長崎の鼻～北嶺の往復 | 長崎の鼻周辺の散策 |
| 11月2日(木) | 城山(綾歌三山) | 紅葉散策 | マルナカ綾南店(9時30分) | 研修棟～琴ヶ滝～第三東屋～城 | 森林公園内の散策 |
| 12月1日(金) | 遠見山 | 瀬戸内海展望 | マルナカ八栗店(9時30分) | 遠見山・大仙山分岐登山口～遠見山往復 | 大仙山から瀬戸内海展望 |

2022年1月～12月の参加人数を報告します。

1/7(金) 八栗寺参拝 8名 : 2/1(火) 城山(坂出) 5名 : 3/2(水) 二子山 5名
 4/1(金) 白山(三木町) 5名 : 5/2(月) 屋島寺参拝 7名 : 6/1(水) 遠見山 6名
 7/1(金) 雨滝山(大川町) 7名 : 8/1(日) 夏休み : 9/12(月) 八栗寺参拝 4名
 10/1(土) 屋島北嶺とヤシマール 4名 : 11/1(火) 城山(綾歌三山) 6名
 12/1(木) 五色台の黒峰 6名 2022年の延べ参加人員: 63名

■ 赤星山と富郷溪谷・戻ヶ嶽紅葉散策のご報告

2022年11月17日

報告者: 滝 正光

赤星山(あかぼしやま)は、四国中央市にある標高1,453mの山で、法皇山脈に属する伊予小富士の別名がある山です。登山ルートは、南側の銅山川支流の中尾集会所を少し過ぎた新ルートでチャレンジしました。



幹線道路からの舗装道路は少しだけですがすぐ悪路に遭遇しましたが、2台のSUV・AWD(四輪駆動車)のおかげで左右・上下に揺れながら無事登山口近くのエドに到着しました。登山口までは10分位で到着。鉄塔を右に見ながら登って行きます。木々の葉は枯れ落ち冬のたたずまいとなっていました。中尾登山口合流地点を過ぎて少し登ったところに、大きい岩のある広場に到着しました。この辺りは倒木が多く見受けられました。



赤星大権現



シャクナゲの群生地

山頂は芝生の広場で 30 分位の昼食を摂り、少し肌寒いので早々に下山としました。下山途中、6名の先行グループがまもなく到着という地点で、道に迷い悪戦苦闘しているとの連絡をしてくださったので、迷わず無事に下山することができました。

今回苦労したのは、登山道がはっきり見えず落ち葉・倒木が多く荒れており又登山コースの目安となる赤いテープが所々欠落しており道迷いになる登山コースでした。



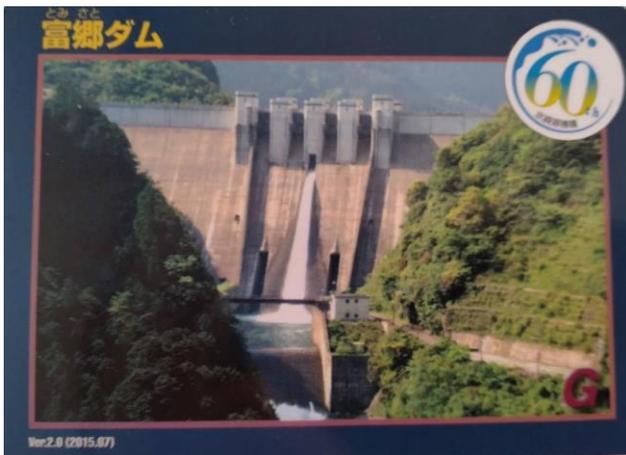
赤星山山頂 (1.543m)

※トラブルは道迷いだけではありません。

林道で伐採した木が道をふさぎ通行不能に、降りて片付けするも大きな木は5人がかりでも動かずユンボの出番と相成りました。



法皇湖にある富郷ダムに寄り、ダムカードを貰い、これからの目的地である戻ヶ嶽の場所を教えていただき、目的地に無事到着。



富郷ダムカード



戻ヶ嶽



- 催行日 11月17日(木)
- 参加人数 9名(友人1名)
- 登山コースタイム 登り1時間40分 下り1時間20分 標高差400m
- 総評

途中からの林道が大変荒れていて無事登山口に辿り着けたのは、藤田さんが下見をして頂いたおかげです。当初の登山計画とは違い、標高1,000m付近の登山口を利用したことが早い下山となり、紅葉名所の富郷溪谷・戻ヶ嶽の素晴らしい景観を見ることが出来ました。

■ 社会貢献活動

☆ プルタブを集めて車いすを贈ろう

会員の皆様におかれましても、プルタブ回収の推進をして頂いていると存じます。本来であれば総会、役員会などの折に持ち寄ってもらうのですが、今コロナ禍の中で纏めることができない状況です。

つきましては現在、回収プルタブをお持ちの会員様は下記へご一報頂ければ幸いです。

※ プルタブ 担当 : 松尾 伸之さん (携帯 : 090-1574-7447)

■ 四国地区の活動状況

- ① 令和4年11月27日(日) 13時から香川ブロック幹事会開催
四国だよりなど今後の打ち合わせと確認
- ② 令和4年12月25日(日) 15:30から香川ブロック幹事会開催予定
四国だよりなどの打ち合わせと発送作業
- ③ 令和5年の**洋友会四国総会は 4月23日(日)**の予定ですが、現在も新型コロナウイルスの感染状況が増減しており、昨年同様投票方式に変更される可能性があります。詳細につきましては後日郵便はがきで、出欠も合わせて連絡させていただきます。

洋友会本部のホームページの Top の写真と説明は毎月各地区持ち回りで掲載されています。

※ 12月の、洋友会本部ホームページ Top に掲載

やしま〜る（香川県高松市）の紹介

四国地区：滝 正光

（四国）高松市北東部に位置する屋島は、屋根の様に見えるので屋島と呼ばれています。又源氏・平家の屋島壇ノ浦の戦いで有名な場所となります。

2022年8月5日、高松市のシンボルである屋島の山頂に、「パノラマ館」と呼ばれる手法を用いてオープンしたのが「**やしま〜る**」（回廊型施設）です。山頂からは瀬戸内海の島々や高松市街地が一望できる展望スペースや広場、又源平合戦をテーマとしたパノラマアート作品の展示室や、屋島の文化を感じられる展示スペースがあります。周辺には、新屋島水族館・屋島寺（札所）古代山城・屋島城址等があります。なんととっても、最大の楽しみ方は約200mある回廊全体を体感して頂く事です。

さぬき高松市にいらっしゃる時は是非、**き〜まいよ!**（讃岐弁です）



パノラマ展示

作家保科豊巳氏が制作した、パノラマアート作品「屋島での夜の夢」を常設展示しています。この作品は「パノラマ館」と呼ばれる手法を用いて、平安時代末期の「屋島の戦い」をテーマに、自然界や人間界の様々な時空間ドラマを、高さ約5m、幅約40mの絵画と、前面にジオラマを配置して構築した、大規模なアート作品です。現在、日本に唯一存在するパノラマ館で、ここにしかない体験ができる空間です。



展示絵画の一部

| | |
|------|---|
| 住所 | 香川県高松市屋島東町 1784-6 |
| TEL | 087-802-8466 |
| 開館時間 | 9:00~17:00 (金・土・祝前日は 9:00~21:00) |
| 定休日 | 火曜日(休祝日の場合は、よく平日) |
| 建物概要 | 建築面積 1,178.58 m ² / 延床面積 983.72 m ² |
| 駐車場 | 高松市屋島山上観光駐車場をご利用ください。 |
| WEB | 「ヤシマール」で検索して下さい |

■ 会員各位の趣味のご紹介コーナー

憧れの^{からさわ}涸沢カール登山

香川ブロック 前田 一功

「日本一の紅葉」と言われる涸沢カールの風景写真を見て、涸沢カールへの登山を思い立ちました。

涸沢カールの標高は 2300m。上高地からは標高差 800mです。上高地から涸沢カールまでは片道 16km あり、日帰りでは無理だし、テントに泊まるのもハードルが高いと思い、涸沢ヒュッテか涸沢小屋もしくは横尾山荘の空室を調べましたが、かなり混雑していました。少し離れた宿の様子を調べると、上高地から 3.5 km 先にある徳沢ロッジで空室を発見してすぐ予約しました。

紅葉シーズンは登山渋滞があるようです。渋滞は避けたいので 10 月 6 日の早朝 4 時 15 分に出発しました。ヘッドライトの明かりを頼りに 1 時間以上暗い道を歩きましたが、早く出発したおかげで早めに涸沢カールに到着しました。そこで朝食を取り周囲の景色をカメラで撮りましたが、バスセンターの最終便の時刻もあり早々に引き返しました。結局バスセンターには、午後 13 時 30 分に着き、その日の歩行数は「**45,165 歩**」。上高地と涸沢カールそして、穂高連邦の山々の景色は最高でした。また、機会があれば行きたいと思います。

催行日 : 2022 年 10 月 4 日午後 ~ 6 日

カールとは 氷河の浸食作用によって形成された地形の一つです。

涸沢カールは、北アルプス穂高岳の長野県側中腹に位置し、全国から大勢の登山客が訪れる大変有名な場所です。

特に紅葉シーズンの景色は圧巻で、山小屋・テント泊共賑わいます。



涸沢カールの紅葉

● 續木雅行さんの作品（香川ブロック）



水彩画：脇町のうだつ通り



水彩画：四国ドックと高松港

■ 本部からの令和 5 年 春号および夏号企画についてお願い

会報誌「洋友」春号および夏号は、下記の企画にて編集いたしたく存じます。全国各地区の会員の皆さまの積極的な投稿をお待ちしております。皆様方の一層のご支援をお願い申し上げます。

「春号」

- | | |
|-----------|---|
| 1. 表紙 | 「春の風景」 桜、菜の花、芽吹く草花、春の海、新年の行事等 ※ 写真でも、絵画でも |
| 2. 特集ページ | ①「郷土の春」 郷土の春の風物行事。田植えや初物魚 ②3年ぶりに再開される「春祭り」 ※1000字程度の原稿と写真、現在のカラー顔写真 |
| 3. 洋友会だより | ①我が地区独自の洋友会活動活性化アイデア紹介 「ユニークな活動・行事」 ②コロナ禍でもできる洋友会社会貢献活動の紹介 |
| 4. その他 | 一般投稿（※1000字以内の原稿と内容に関わる写真2~3枚） 俳諧・川柳、ナンプレ、地区の活動記録 <u>※ 春号の原稿の投稿締め切りは2月7日です。</u> |

「夏号」

- | | |
|-----------|--|
| 1. 表紙 | 「各地の夏の風物詩」 夏祭り、夏の食べ物、夕涼み 等 ※写真でも、絵画でも |
| 2. 特集ページ | ①ご当地の夏の風物詩 郷土の夏の行事。田植えや初物魚 ②各地区ご自慢の「ご当地探訪記」 ※1000字程度の原稿と写真 |
| 3. 洋友会だより | ①地区におけるエリア活動紹介 ②我が地区のユニークな活動紹介 |
| 4. その他 | 一般投稿（※1000字以内の原稿と内容に関わる写真2~3枚）、 俳諧・川柳、ナンプレ、書、地区の活動記録 <u>※ 夏号の原稿の投稿締め切りは5月9日です。</u> |

以上