

四国地区だより

発行人 續木雅行

編集人 大塚吉数

会員数 100名

(2023年4月1日現在)

■ 会長の挨拶

陽春の候、会員の皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

新型コロナが発生して3年が過ぎました。その間活動の自粛を強いられる場面も多くありましたが支障が出ないように工夫をしながら進めてきました。5類感染症への位置づけ変更により、コロナ感染対策を講じながらこの4月に総会を開催できる運びとなりました。洋友会の最大の使命である「仲間づくり」の橋渡しの機会となり、やっと会員各位の親睦が図れることになりました。

しかしながら大変残念な事が発生しました、昨年香川ブロックの荒木さん、福原さんが逝去されていたのですが、残念ながらその事がわかったのが、今年に入りつい最近でした。コロナ禍の中で横の連絡が乏しくなったことで、緊急対応連絡網が機能しなかった点が、心の痛む出来事で大変申し訳なく思っております。今後こういったケースがないように対策も含め全員で検討する必要があります。

私事になりますが、昨年脳梗塞により3か月の入院生活と、現在もその後遺症でリハビリ通院している状況です。このような背景から会長職を続けるのは無理があり、皆様に迷惑をお掛けすることになるので、任期途中で誠に申し訳ありませんが、会長職を辞退させていただきます。

在任中3年間のご協力・ご支援いただきまして誠にありがとうございました。

敬具

■ 四国地区会員状況

・新規加入会員ご紹介

*栗尾 順二様 (クオ ジュンジ) 71歳 最終所属：三洋電機サービス(株)中四国支店
2023年1月 ご入会いただきました。

・退会会員のお知らせ

*山下 守様
2023年2月 病気治療で原状回復が難しい状態の為退会となりました。
ご回復を祈念申し上げます。

< 訃報 >

香川ブロック 福原 元喜さんが、病気療養中でしたが2022年11月27日に逝去されておりました。87歳でした。ご冥福をお祈りいたします。

香川ブロック 荒木 正勝さんが、2022年2月10日に逝去されておりました。79歳でした。ご冥福をお祈りいたします。

・四国地区各ブロック会員状況（2023年4月1日現在）

香川ブロック 45名 愛媛ブロック 28名
 徳島ブロック 13名 高知ブロック 14名
 四国地区合計 100名

■ 「長寿のお祝い」と「金婚のお祝い」

長寿お祝い

- * 米寿お祝い（昭和10年4月2日～昭和11年4月1日のお誕生月の方） 3名
- * 喜寿お祝い（昭和21年4月2日～昭和22年4月1日のお誕生月の方） 8名

対象者

地区	お名前	生年月日	お祝い
香川	池内 博幸	昭和11年1月11日	米寿
愛媛	長尾 善弘	昭和11年1月17日	米寿
香川	伊藤 忠男	昭和11年3月27日	米寿
香川	佐野 智	昭和21年5月14日	喜寿
愛媛	森田 明	昭和21年5月25日	喜寿
高知	清水 勉	昭和21年8月20日	喜寿
愛媛	大野 昇二	昭和21年10月13日	喜寿
愛媛	大西 完直	昭和22年1月11日	喜寿
愛媛	渡部 進	昭和22年1月23日	喜寿
香川	野村 錦一	昭和22年2月24日	喜寿
高知	岡田 徹	昭和22年2月25日	喜寿

金婚お祝い

対象者：昭和48年4月2日～昭和49年4月1日にご結婚の方

※金婚お祝いは、自己申告制です。

掲載の方以外で対象の方は事務局まで連絡をお願いします。

♡ ♡ ♡ 金婚お祝いおめでとうございます ♡ ♡ ♡

地区	お名前	奥様	結婚記念日
愛媛	岡田 邦弘	侑子	昭和48年4月14日
香川	松原 茂	千代子	昭和48年10月4日
愛媛	矢野 久夫	五百子	昭和48年11月24日
香川	樽谷 正司	康子	昭和48年12月1日
香川	和田 郁夫	邦子	昭和49年1月27日
徳島	長岡 松太郎	和美	昭和49年3月28日

■ 四国地区ホームページのTOP 画面を飾る写真等の投稿についてのお願い。

地区HPのTOP画面を和ましてくれる四季折々の写真又は絵画を募集しております。

各地の季節の風物詩、各地区自慢のご当地探訪記、我が地区のユニークな活動紹介等
写真でも絵画でも構いません。

奮って投稿お願いします！

2023年「洋友 春号」表紙の写真に、愛媛ブロック 米元幸男さんの写真
「高知県仁淀川町の中越家のエドヒガン桜」（下の写真）が採用されました。

「洋友 春号」表紙の写真投稿

愛媛ブロック 米元幸男

「洋春号」の表紙の写真を投稿したところ採用されることになりました。今回で3回目の採用となりました。2018年「洋友 春号」のひょうたん桜、2020年「洋友 秋号」の三瀧寺の紅葉と石仏です。過去に撮影した写真の中から季節に合わせて投稿をしています。

今回の写真は高知県仁淀川町の中越家のしだれ桜です。樹齢約200年のエドヒガンザクラで、樹高15m、根回り4.5mにも及ぶ中越家のしだれ桜です。土佐の別枝村の庄屋の中越家は、かつて佐川領主の深尾公の休憩地で、桜の名所である市川家より苗木を植栽されたものです。



高知県仁淀川町の中越家のエドヒガン桜



市川家のしだれ桜（エドヒガンザクラ）

代々関所番だった市川家では樹齢 300 年の美しい先代のしだれ桜がありました。その子が現在の中越家の桜で、現在の市川家にある樹齢 68 年（昭和 30 年に植樹）の桜は、中越家の桜の子、つまり、先代桜の孫に当たります。



菜の花と伊予灘ものがたり

予讃線沿線（伊予市双海町閨住）の菜の花と JR 四国の観光列車「伊予灘ものがたり」です。観光列車は土曜日・日曜日市祝日等に運航されていますが、大変な人気で3月4月分はほぼ満席です。観光列車の運行は時刻表にも掲載されていません。出発地の時刻と到着地の時刻は発表されているので写真を撮影する場所を通過する時刻は推測をするしかありません。日曜日に撮影にゆきましたが駐車スペースを探すのに苦労をしました。



JR 予讃線の観光列車（伊予灘ものがたり）

■ 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99号 内海 清司さん「洋友会・会社在任中の思い出」 ⇒ 同封

■ 健康管理ニュース（同封）

- ① 1月号 「お粥の効能について」
- ② 2月号 「手軽にできる健康法について」
- ③ 3月号 「血压、そのままにいませんか？」

■ 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”について

「四国だより」102号で紹介しましたが再度掲載します。

『みんなで” AKARI “アクション』の制度改善

ハナソニックグループOB会との連携の下、社会貢献活動として、古本やDVD・CDなどのディスクを集めて世界の無電化地域にソーラーランタン(あかり)をお届けし、あかりの輪を広げる活動です。

このソーラーランタンは三洋電機が開発し、現在はパナソニックで製造されている製品です。

この度、買取提携会社並びに名称が変更となり、制度が大幅に改善されました。三洋電機洋友会の社会貢献活動の柱として、「プルタブを集めて車椅子を贈ろう運動」と併せて取り組み促進を図ってまいります。

皆様からのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

1. 名称・買取提携会社

(従来) : 古本・ディスク募金 (株)バリューブックス

(新規) : リサイクル募金きしやぽん 嵯峨野株式会社

2. 対象商品

①書籍 (従来) SBN コード有 10年以前の出版物不可

⇒ (新規) SBN コード有 著しい破損・汚れがないこと

※百科事典、コミック・漫画雑誌等は、従来通り不可

②その他

(従来) DVD・アルバム CD、ゲーム機

⇒ (新規) DVD、CD、ゲーム

切手(使用済可)、はがき・年賀状(き損じ可・未投函のもの)

テレフォンカード・商品券

貴金属(金・プラチナ・宝石を含む) ブランド品・時計(壊れ可)

ホビー・カメラ・レンズ・模型

※その他、問い合わせは、フリーダイヤル 0120-29-7000

リサイクル基金きしやぽん (受付 9時～18時 年中無休)

3. 集荷方法 ①集荷受付 対象商品を段ボールに入れて申込を作成

WEB 又はフリーダイヤルにて集荷申し込み

②送り状 宅配業者が持参、看払いの控え受け取り

③送料 対象商品5点以上で、送料無料

4. 実績集計 ①寄付された方 メールにて寄付額等の連絡あり

②実績報告 上記メールに、地区・名前を記入し、
地区経田本部へ転送

③本部にて集計 地区別に報告内容を明示

AKARI アクションの申込みには専用の申込書が必要です。

Web からダウンロードすることができます。

・申込書は下記の WEB サイトからダウンロードしてください。

https://lp.kishapon.com/wp-content/uploads/2021/03/akari_sheet.pdf

※別紙の『みんなで“AKARI”アクション』の手順書を参照願います。

■ 2022年度『健やかに四国88ヶ所を巡ろう』キャンペーン実施の実績報告

第5弾『健やかに88ヶ所を歩こう』実績報告書

2023/4/11 現在

敬称略

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	599Km	1,225Km	122.5%
	滝 正光	600Km	293Km	279Km	572Km	95.4%
	伊藤 忠男	600Km	103Km	133Km	236Km	39.3%
	池上 要	1,500Km	1,017Km	1,030Km	2,046Km	136.4%
	森 崇	600Km	178Km	274Km	452Km	75.3%
	大塚 吉数	1,000Km	503Km	520Km	1,023Km	102.3%
	多田 茂	1,500Km	893Km	992Km	1,884Km	124.1%
	野村 錦一	1,500Km	1,546Km	580Km	2,126Km	141.7%
	内海 清司	1,500Km	921Km	919Km	1,841Km	122.7%
	白髪 隆	1,500Km	736Km	801Km	1,538Km	102.5%
	續木 雅行	1,000Km	508Km	1,147Km	1,655Km	165.5%
	横田 一彦	1,000Km	674Km	569Km	1,243Km	124.3%
	四宮 英明	1,000Km	480Km	446Km	926Km	92.6%
	松尾 伸之	1,000Km	635Km	396Km	1,031Km	103.1%
	道永 新一	1,000Km	456Km	338Km	793Km	79.3%
	高木 繁雄	1,000Km	524Km	579Km	1,101Km	110.1%
	貞廣 信幸	1,500Km	739Km	808Km	1,546Km	103.1%
	前田 一功	1,500Km	532Km	617Km	1,148Km	76.6%
	福永 松男	600Km	240Km	221Km	461Km	76.9%
愛媛 8名	米元 幸男	1,500Km	858Km	877Km	1,735Km	115.7%
	金子 邦生	1,500Km	1,102Km	1,103Km	2,205Km	147.0%
	藤田 健三	1,500Km	1,380Km	1,250Km	2,631Km	175.4%
	宇和川 正蔵	1,000Km	550Km	540Km	1,090Km	109.0%
	大野 昇二	600Km	215Km	255Km	469Km	78.2%
	大西 完直	600Km	204Km	208Km	413Km	68.8%
	町田 典之	600Km	209Km	234Km	443Km	73.8%
	渡部 進	1,000Km	633Km	768Km	1,401Km	140.1%
高知 10名	岡田 徹	1,000Km	529.7Km	516.1Km	1,045.8Km	104.6%
	漆原 慧	1,000Km	711.4Km	1,012.7Km	1,724.1Km	172.4%
	瀬留 勝	1,000Km	455.0Km	549.1Km	1,004.1Km	100.4%
	清水 勉	1,500Km	939.6Km	1,009.7Km	1,949.3Km	130.0%

	田中 究	1,800Km	1,034.5Km	809.7Km	1,844.2Km	102.5%
	西岡 博典	1,500Km	940.0Km	917.6Km	1,857.6Km	123.8%
	小笠原 秀郎	1,500Km	726.0Km	801.0Km	1,527.0Km	101.8%
	山地 雅夫	600Km	443.2Km	436.1Km	879.3Km	146.6%
	楠瀬 義和	1,500Km	858.0Km	965.8Km	1,823.8Km	121.6%
	北岡 和夫	600Km	348.0Km	366.9Km	714.9Km	119.2%
徳島 2名	稲井 正雄	1,000Km	497Km	633Km	1,130.0Km	113.0%
	中野 義勝	600Km	422Km	389Km	810.0Km	135.0%

参加者数 39名

■ 2023年度 第6弾『健やかウォーキングキャンペーン』実施のご案内

『健やかウォーキングキャンペーン』は毎回参加者も増加してご好評をいただいています。健康維持の基本は歩くことに有ります。日々の記録をすることにより歩くことを意識、確認するためのキャンペーンです。本企画は競争ではありません。個人の体力、体調に合わせて歩きましょう。

実施期間 2023年5月1日～2024年2月28日までの10か月間

参加特典 ① **参加賞** 1,000円程度の記念品 (前年より**500円増額**)

キャンペーンへの参加申込を提出し結果報告を提出した方全員

② **達成賞** 歩行距離数に応じて下記の達成賞を進呈 (参加賞に加算)

- ・ 600Km 達成賞 期間中の歩行距離合計 600Km 以上の方 500円の記念品
- ・ 1,000Km 達成賞 期間中の歩行距離合計 1000km 以上の方 1,500円の記念品
- ・ 1,500Km 達成賞 期間中の歩行距離合計 1,500Km 以上の方 2,000円の記念品

申込方法 ・下記の申込書を各地区のブロック長又は愛媛ブロック米元宛に提出

・その他 メール、FAX、電話、口頭等でも

参加の意思表示 が有れば参加申込とします。

※ 別紙の案内状及びチェック表を参照してください。

■ 体力に合わせた軽登山 (黒川山) のご案内

西条市側のアケボノツツジと石鎚山頂を同時に画面に収めることのできる絶景スポット・黒川山までの散策と西条だんじり祭りの見学はいかがでしょうか？

日時：令和5年4月28日(金) 集合 AM8時30分 ⇒ 帰着予定 PM2時頃

先行：石鎚成就社から近い、黒川山 (1,366m) (石鎚ロープウェイを利用)

お申込み締切日：令和5年4月23日(日)

お申込み先：藤田 健三 (連絡先：090-8284-8886) 別紙のご案内を参照

■ 愛媛ブロック 活動報告

日本国内でコロナ感染症が 2020 年 1 月に初めて確認されて 3 年が経過してようやく終息の兆しが見えてきました。愛媛ブロックでは昨年の 6 月から「松山城ウォーキング」を開催することになりました。毎月欠かさずに 4 月まで開催出来ています。メンバーは 4 名でスタートしましたが現在参加者は 7 名迄増えてきました。1 名は洋友会未加入の OB です。名称はウォーキングと称していますが会員がまずは集うことを第一としています。松山城の観光客も随分回復をしてきています。ケーブルカーやリフトは 3 月中旬頃からはほぼ満員での運行となっています。



2023 年 4 月 3 日 松山城

- | | | | |
|--------------|---------------------------------|-----|-----------------|
| 1 月 10 日 (火) | 松山総合公園 | 参加者 | 4 名 |
| 2 月 9 日 (木) | 松山城 | 参加者 | 5 名 |
| 3 月 6 日 (月) | 松山総合公園 | 参加者 | 7 名 (三洋 OB 1 名) |
| 4 月 3 日 (月) | 松山城 | 参加者 | 6 名 |
| 5 月 8 日 (月) | 松山城の予定未だ参加して頂いていない方もぜひ参加してください。 | | |

愛媛ブロック 米元 幸男

■ 2022 年 香川ブロック 同好会活動報告

A. グランドゴルフ同好会

報告者：道永新一

- 練習場所 仏生山公園 (芝生) のみで行いました
- 定期練習日 毎週水曜日・・・(雨天) と (ハイキングと重複) の時は中止です
- 競技内容
- ★ホールインワンした時は・・・百円貯金<半期ごとの表彰または反省会費用>
 - ★その日の最終ホールはニアピンを競っています<遠い人が罰を払らう>
 - ★半期ごとに 1 ラウンド (8 ホール) 平均最少打数者 2 名を表彰
 - ★時には香川県や高松市協賛の大会に参加できますが・・・今回は参加なし

活動実績 前半(1月～6月)・・・仏生山22回・・・優勝 四宮氏、準優勝 道永氏
 後半(7月～12月)・・・仏生山17回・・・優勝 道永氏、準優勝 四宮氏
 ★後半は夏休みを多くとり練習日が少なくなりました。
 参加メンバー(年末現在五十音順)・・・四宮、福永、前田、道永の4人

B. ハイキング同好会

報告者：滝 正光

実施日は原則毎月1日で指定場所に集合する。(雨天などで順延の場合は都度連絡する)
 参加メンバー(高木、四宮、道永、矢木、續木、前田、貞広、森、大塚、多田、滝)

■ 2023年 香川ブロック 同好会活動計画

A. グランドゴルフ同好会

報告者：道永 新一

練習場所 仏生山公園(芝生)と塩江の本コース(時々)で行なう
 定期練習日 毎週水曜日・・・(雨天)と(ハイキングと重複)の時は中止する
 競技内容 ★ホールインワンした時は・・・百円貯金<半期ごとの表彰または反省会費用>
 ★その日の最終ホールはニアピンを競います<遠い人が罰を払らう>
 ★半期ごとにIラウンド(8ホール)平均最少打数者2名を表彰
 ★時には香川県や高松市協賛の大会に参加する・・・参加者500人規模の大会
 活動計画 前半(1月～6月)・・・25回、後半(7月～12月)・・・20回、年間・・・45回程度
 参加メンバー(4月現在)四宮、福永、前田、道永、大塚(一般参加)

*** 新規参加はいつでも歓迎です！！**

- * グランドゴルフ用のクラブ一本とボール一個を持って参加下さい。
- * 特別の技術は不要です。即参加できます。

B. ハイキング同好会

報告者：滝 正光

実施日は原則毎月1日で指定場所に集合する。(雨などで順延の場合は都度連絡する)
 参加メンバー(四宮、高木、道永、矢木、前田、續木、大塚、貞広、森、佐野、多田、滝、他友人)

※8月は猛暑につきお休み

実施日	里山名	見所など	集合場所	登山コース	散策コース	参加人数
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	9
2月2日(木)	白山	讃岐平野一望	トレスト白山 駐車場	登山道を登る	遊歩道を歩いて 散策	7
3月2日(木)	二子山	公淵森林公園	しっぽの森 動物センター	二子山と善光寺山を登る	城池周辺の散策	10
4月3日(月)	三石山	桜、ときわまん さく満開	みろく公園 駐車場	みろくアルプス 登山道を登る	遊歩道を歩いて 散策	5
5月1日(月)	五色台の黒峰	瀬戸大橋と 瀬戸内海眺望	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	新名所ヤマール	屋島神社 駐車場	東山地墓地経由で参道を登る	車で山頂まで行き 散策	
7月1日(土)	国営まんのう	公紫陽花観賞	中央駐車場 (案内所)	まんのう公園 散策	まんのう公園 散策	

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	北嶺登山口の 手前の路肩	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	綾歌森林 公園・研修棟	城山山頂まで の往復	森林公園内の 散策	
12月1日(金)	遠見山	瀬戸内海を 一望	マルナカ 八栗店	遠見山、大仙山 分岐から登山開 始	大仙山から瀬戸内 海眺望	

■ 香川ブロック ハイキング同好会 活動報告

2023年1月6日 八栗寺参詣 参加者 9名(友人2名)
 2月2日 白山 参加者 7名(友人2名)
 3月2日 二子山 参加者 10名(友人2名)
 4月3日 三石山 参加者 5名



1月 八栗寺



2月 白山



3月 二子山



4月 三石山 (みろくアルプス)



4月
満開の「ときわまんさく」
癒されました！
(みろく自然公園)

■ 香川彫刻同好会

* 月 2 回（第一日曜日、第三日曜日）開催中！ 連絡先：續木さん 080-5539-9947

現在会員 4 名にて仏像彫刻を楽しんでいます。

* 3 月 7 日～19 日 坂出市民美術館で開催の、第 37 回 現代仏像彫刻展に 4 名の作品を出展しました。今回で昨年につき 4 回目の出展となります。



坂出市民美術館にて現代仏像彫刻展



出展作品 續木 2 点、高木 2 点、道永 2 点、大塚 1 点

■ 洋友 令和 5 年春号掲載の サンヨー連合健康保険組合 **健康管理情報**

その症状、帯状疱疹かもしれません！

チクチク、ピリピリした痛みがして、体に帯状の発疹が出たことはありませんか、ズキズキしてきて放っておくと重症化することもある発疹、それは「帯状疱疹」かもしれません。原因は、幼少期などに罹患した水ぼうそうのウイルスとされており、加齢や体調が悪い時などに発症したりします。近年 TV で予防接種のコマーシャルもやっていますので、ご存じの方も多いかと思えます。そこで、今回は「**帯状疱疹**」に関する話題です。

◆ 帯状疱疹の特徴

身体の左右どちらか一方にピリピリと刺すような痛みとこれに続いて赤い斑点と小さな水ぶくれが帯状に現れる病気です。この症状に由来して「帯状疱疹」という病名がつけられています。帯状疱疹は、身体の中に潜んでいたヘルペスウイルスの一種、水痘・帯状疱疹ウイルスによって起こります。水疱瘡にかかったことのある人なら、誰でも帯状疱疹になる可能性があります。

◆ 原因

水ぼうそうは多くの場 1 週間程度で治りますが、回復後もウイルスは体内からはなくなり、体の中に数十年以上潜みます。そして加齢や疲労ストレスや病気などで免疫力が低下すると神経に沿って体の表面に現れ、帯状疱疹を発症します。患者は 50 歳以上の人が多く、高性齢化が進むと発症率も上がります。また、糖尿病などの生活習慣病のある人や、関節リウマチなどで免疫の働きを抑える薬を使っている人、それにがんを患った人は免疫が低下しているため、帯状疱疹を発症する可能性が高くなります。

◆症状

最初はズキンとした痛みやヒリヒリした痛み、チクチクした痛みを感じ、かゆみを伴う場合もあります。初期症状の場合は、飲み薬を1週間程度服用することで治りますが、放置した場合、痛みが後遺症として残り、長いケースだと半年や、1年以上続くことがあります。重症化した場合はウイルスが脳まで広がり、まれにウイルス性の髄膜炎や脳炎を引き起こすこともあります。重症化した場合の治療は点滴で、1日3回薬を投与する必要があります。

◆主な発症部位

一般的に、身体の左右どちらか一方の神経に沿って帯状にあらわれるのが特徴です。胸から背中にかけて最も多くみられ、全体の半数以上が上半身に発症します。また顔面、特に眼の周囲も発症しやすい部位です。

◆予防法

帯状疱疹の予防には、水ぼうそうのウイルスにある程度触れて、免疫を活性化させたほうが良いことがわかっており、「ブースター効果」と呼ばれています。発症率が高くなる50歳以上については、ワクチンを接種することで、この効果によって予防するという方法があります。ブースターとは、「増幅器」という意味であり、ブースター接種は「本来ある免疫機能をさらに向上させる」といった意味合いがあります。新型コロナウイルスでも予防効果の持続のため、ブースター接種が推奨されています。

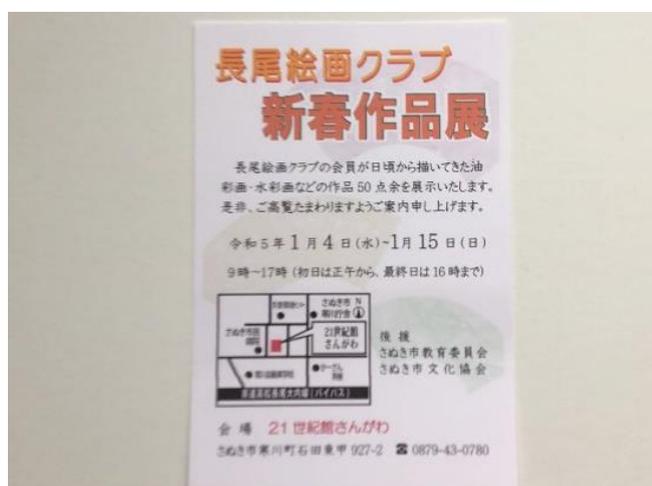
接種費用については、自治体によっては補助を行っている地域もあるので、医療機関でワクチンの取り扱いがあるかを確認するとともに、自治体のホームページなどで補助についても確認をすることをお勧めします。

◆最後に

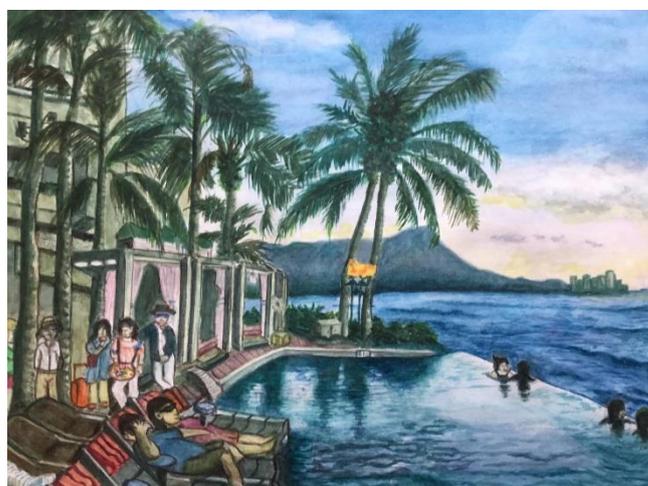
これをしたら絶対に予防できるというものは残念ながらありませんが、免疫機能が低下する時に発症する病気なので、規則正しい生活を送る、睡眠や食事をしっかり取るといった基本的なことを心がけることが大切です。どんな病気を防ぐのにも大切なことですが、まず自分自身の生活を見直してみましょう。

■ 会員各位の趣味のご紹介コーナー

續木雅行さんの作品（香川ブロック）



長尾絵画クラブ新春作品展に出品



ハワイの想いで



秋の乾燥棟と働く女性



屋島総合病院 4階からの景色

■ 会報誌「洋友」令和5年夏号および秋号の企画について（お願い）

会報誌「洋友」夏号および秋号は、下記の企画にて編集いたしたく存じます。
全国各地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。

□企画検討内容：

「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 of 原稿と写真 |
| 3. 洋友会だより | ①我が地区実施のエリア活動紹介
②我が地区のユニークな活動紹介 |
| 4. その他 | ①一般投稿 ※1000字以内 of 原稿と内容に関わる写真 2~3枚、
②パナソニック情報 ③健康管理情報
④俳諧・川柳、ナンプレ、書 ⑤地区の活動記録
⑥会員動向 |

※夏号の原稿の投稿締め切りは **5月9日（火）** です。

「秋号」

- | | |
|-----------|---|
| 1. 表紙 | 「各地の秋の風物詩」
紅葉・銀杏と神社仏閣・並木道、祭り、味覚、月見等
※写真でも、絵画でも |
| 2. 特集ページ | ①ご当地の秋の風物詩
郷土の民俗文化財の紹介、伝統的な秋祭り、
郷土の秋を感じる食べ物等
②私の元気の秘訣
趣味・生活の工夫等 ※1000字程度 of 原稿と写真 |
| 3. 洋友会だより | ①わが地区実施の洋友会活動紹介
②洋友会での Web 活用の紹介 |
| 4. その他 | ①一般投稿 ※1000字以内 of 原稿と内容に関わる写真 2~3枚、
②パナソニック情報 ③健康管理情報
④俳諧・川柳、ナンプレ、 ⑤地区の活動記録
⑥会員動向 |

※秋号の原稿の投稿締め切りは **8月8日（火）** です。

以上