



パナソニック  
松愛会

## 西中国支部 会報



支部全体 200人 (4月1日現在) 発行者 高木信行 編集 村上邦忠

### 2025 年度を迎えて

四月を迎えましたが、何か新しいことを始めようかと思案して、早半月が経とうとしていますが、みなさまにはお変わりありませんでしょうか。

2025 年度も『つなげよう 仲間とともに あふれる笑顔』をスローガンとして、さまざまな行事・同好会を通じてみなさまの「集いの場」づくりを活動の基本と考えております。

2024 年度を少し振り返りますと、家族参加型の健康ウォーキングの開催など、“女性を中心にした活動の盛り上がりが確認出来た一年であった”と思います。みなさまの引き続いてのご支援と行事へのご参加をお願い申し上げます。



高木支部長

新たな課題として、雇用構造等の変化から松愛会への入会者数の減少が続いており、2024 年度も支部への入会はわずか 1 人の状態です。みなさまの身近な方で、松愛会入会基準を満たしている方が居られましたら、お声がけをお願い申し上げます。

支部のホームページに於いても、「同好会（仲間と共に）」・地域と共に（社会貢献）にて、趣味・得意技、夢の実現に向けて「元気で頑張る人」として紹介させていただきますので、みなさまのご参加及び情報提供をお待ちいたしております。

本部経費削減の一環として、会報の発行が従来の年 6 回から 5 回に変更となり、みなさまへの情報提供の頻度が少なくなるため、ホームページの更なる活用が求められます。

又、現在休会中の同好会の新たな再開を望む声も多くありましたので、地域で少人数でも開催できるよう準備を行いたいと考えております。

釣り好きの人・麻雀・山歩き・歩こう会を望む人など、既に地域で活動されている方は是非ご紹介いただき、新たな仲間を増やしていただきますようお願い申し上げます。

今年度につきましても、多くの方が一か所に集まる行事の開催は難しい環境下でありますので、地域毎に新入・転入など新しく仲間になられた方、65 歳の節目を迎える方との懇談会の開催を検討致します。みなさまの引き続いてのご支援と行事へのご参加をお願い申し上げます。

2025 年度も、相互の友愛を基軸に健康寿命延伸を目指して、みなさまに魅力ある楽しい活動を企画・推進し『あふれる笑顔いっぱい』の西中国支部を目指します。



## 友 愛 訪 問

5月		
山 口	阪本 衛 さん	84歳
	植野 征治 さん	80歳

6月		
広島 西部	宮原 和夫 さん	83歳
	関 繁光 さん	83歳
	坂井 進 さん	80歳
	田谷 宏 さん	82歳

お誕生日おめでとうございます。

## 尾道ウォーキングご報告

3月1日（土）に広島東部地区の健康ウォーキングとして、尾道古寺巡りを行いました。今回は観光ボランティアガイドさんに案内いただき、JR尾道駅～尾道本通り商店街～西国寺までの往復約6キロを2時間かけて歩きました。

本通り商店街では、明治から戦前にかけて建築されたモルタル3階建ての建物を見たり、昔から商業で栄えた港の雰囲気が残っている場所などを説明いただきました。

坂や階段を上りきって到着した西国寺からは、尾道の町がきれいに見渡せ、昔から尾道は四神に守られている説もあるということが実感できました。大林宣彦監督の映画「転校生」にでてくる大階段も実際に見て、とても迫力がありました。

ボランティアガイドさんに尾道の魅力をたっぷり聞くことができ、またいつもよりたくさん歩くことで、心も体も清々しい気分になりました。ウォーキング後は、尾道のイタリアンのお店「ファンダンゴ」でランチ懇談をしました。



## 2025年 西中国支部 年次報告会のご案内

日 時 2025年5月25日(日) 11:00～ ※受付開始10:30～  
場 所 広島市分化交流会館 3階 原爆資料館噴水から南へ約400m  
費 用 自己負担額 7,000円 釣銭が要らないようご準備願います  
申し込み 村上邦忠 090-7374-7721 Email maido1@do9.enjoy.ne.jp

## 入浴時の注意

広島西部の船橋利晴さんから、入浴時に大変な経験をされた時のレポートが有りましたので、みなさんと共有したいと思います。お互いに注意しましょう。

### 入浴時死亡者数 冬に急増 !! 特に高齢者注意

私は今でも忘れる事が出来ない、入浴中に溺れて死にかけた体験をしました。

時は令和5年3月8日 夕方です。ちょうどこの日は”WBC”のオールジャパンの試合が行われるので、早めに風呂に入ることによって家内に告げて入浴しました。

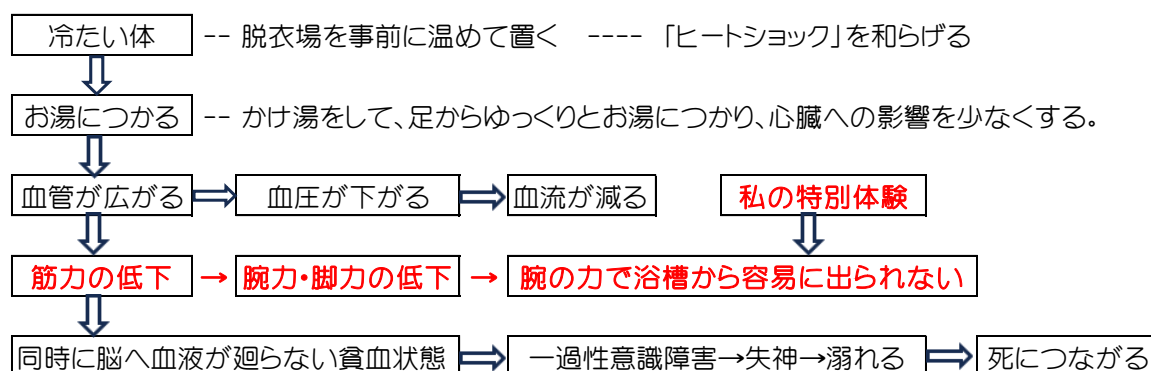
暫くして私が風呂から出るのがいつもより遅いので、家内が浴室を見に来た時、私は既に失神して鼻の所までお湯が来ており、危険を感じ風呂の栓を抜き、救急車を呼び安佐市民病院に収容されました。

家内の機転で、運良く肺には殆ど湯が入っておらず、一命を取りとめる事が出来ました。

私の体験談を通じて、一般的な注意点を含めて皆様にご紹介を致しますので、お役立て下さい。

65歳以上の死亡者数

入浴時	4,750人	令和5年 消費者庁
交通事故	2,150人	



### その他の注意事項

高齢者----- 温度に対して感覚が鈍り、湯温が高めの風呂に入り勝ちで、しかも長時間お湯につかる事が多くなる傾向

高齢者----- 血圧を正常に保つ機能が、衰えている。

風呂の温度---41℃まで 時間---10分まで 42℃で10分入ると体温は38℃に上がり危険  
浴槽から急に立ち上がらない---目まい・立ち眩み---意識障害を起こしやすい。

浴室内に温度計と時計を設置---「見える化」を図る

入浴する時には同居人に声をかけて入る。

一人住まいの方は、上記の注意事項を守る事と、別途の安全対策が必要であろう。

令和7年2月7日

## みんなで”AKARI”アクション 金額のご報告

新春懇親会で集まりました書籍 38 冊・未使用書き損じのハガキ 120 枚・CD 16 枚・DVD 1 枚を送ったところ、募金された額は 3,762 円でした。ありがとうございました。

次回も支部年次報告会の際にご案内いたしますので、ご協力をお願い申し上げます。



## 山口分会「第2回健康ウォーキング：防府大会」のご報告

春爛漫！桜満開の中、快晴の4月4日に防府市の名所旧跡を歩いて回りました。

広島からの参加者を含め、老若男女（内、ご夫婦4組、孫1名）17名で、防府天満宮（日本最古の天満宮）を皮切りに種田山頭火記念館（自由律俳句の先駆者）、周防国分寺（創建当時の寺域と伽藍配置を保つ）を巡りました。



防府天満宮(大鳥居の前にて)

小団体にも関わらず、宮司、学芸員、そして僧侶の方々から丁寧な説明を受け、皆さんは“真面目な生徒さん”さながらに熱心に聞き入っていました。

歴史・文芸の知識を深め、道真公に少し近づいたのではないのでしょうか？  
（すぐ忘れませんが…）

ただ、健脚の皆さんには“健康ウォーキング”と銘打つには、距離的に少々もの

足りなかったようです。次回（下関大会 10月予定）では、「参った！」と言わせるくらい厳しい行程プランを用意し、しっかり歩いていただきます。

好天に恵まれ、歩いて食べて勉強して、楽しい一日を過ごす事ができました。次回参加をお待ちしています。有難うご



周防国分寺(前列中央は住職さん)

ざいました。

※ホームページには他の写真も掲載していますので、ごらんください。