

# はまだより

パナソニック松愛会  
横浜東支部/横浜西支部



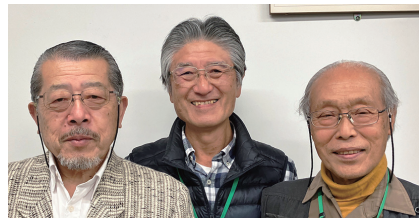
2024年1・2月号 No.152  
ホームページ <https://www.shoai.ne.jp/yokohama/>

発行人 飯塚 久典  
編集人 後藤 喜行

**新年おめでとうございます 本年もどうぞよろしくお願いたします**  
松愛会活動にご理解とご協力をいただき 厚く御礼申し上げます  
会員・ご家族の皆様のご健康をお祈りいたします

副会長 東日本担当 野口彰

今年も、健康と安全に留意して、様々な活動を通じ、『笑顔』を最大のテーマで推進してまいります



西支部長 飯塚久典

支部40周年ありがとうございました。本年は、龍の如く猛々しく新しいことに挑戦したい！

東支部長 村松克芳

今年は辰年、干支十二支では「甲辰」の年です。新しい事に挑戦し成し遂げていきたい

## 全支部役員の今年の抱負や夢を一挙大公開



間島 輝利 今年はずいぶんG1レースで万馬券を当てるぞ！



清水 伝夫 釣り・家庭菜園・DIY・麻雀など、マルチアクティブに！



片瀬 好文 趣味をたのしみ”幸”齢者になるように行動します



高見 広光 初心忘るべからずを肝に銘じやっていることを続けます



後藤 喜行 ①本百冊読破②HP制作個人事業で売上倍増



清野 富男 「歌う、歩く」そして生涯青春！共に楽しく松愛会活動



内山 正義 民生委員等5つのボランティアに全力投球・笑顔獲得中



浜田 博 健康第一！夢は世界漫遊三昧！（海外渡航歴70回）



関戸 孝康 山酔会の会長として会員の夢や希望を実現したい



榎 一郎 まずは富士山の頂でご来光を拝み、秋にはドイツ旅行だ！



野村 繁樹 今年は健康第一、ゴルフは90切を目指します



**健康**



草薙 幸一 出身は秋田です。皆様のお力となるよう励みます



加藤 久光 2024年も健康の為、ぶらり会に参加者します！



瀬川 弘男 家族旅行や新たな趣味を探して楽しく元気に過ごしたい



浅野 徹 健康のため歩きます、?年後に地球一周達成目指して



飯田 直嗣 今年こそ念願のホノルルマソンを走りたい！



小林 貞幸 今年も新春懇親会で行事リーダーを精一杯務めます



小西 敏章 惚け防止の為ピアノを始める、X等SNSで趣味等発信する



針谷 俊隆 気力が減退でも自分探しをしてみたい



星野 正樹 テニス、孫の送迎や遊び相手、地域活動等に大忙し



和田 博行 日本100名城の探訪中、累計50城踏破へ



柴崎 一郎 運動と食にも気を付けてより健康な生活習慣を習得！



島崎 健治 出張家族写真&プロフィール写真、年間30組撮影



池田 健吉 健康で、仕事もPRVも充実させ日々を楽しみます！



遠藤 誓一 ①カメラ・ネットワークの創造②ウクレレ演奏の上達



高木 勝則 健康に痩せる、目標60kg



五味 宣博 会員の皆様と共に健康で充実した明るい一年を

## 2024年 新春懇親会(1月27日) 受付開始です！

恒例の新春懇親会を下記のとおり開催します。多数のご参加をお待ちしております。

\* 今回初めて池辺町のPAS社での開催です。

\*\*\* 詳細・申込方法は、同封のチラシをご覧ください\*\*\*

○日 時：2024年1月27日(土) 11:30～14:00(受付開始10:30)

○会 場：パナソニックオートモーティブシステムズ(株) [PAS社]

3階ホール \*エレベーター常設

横浜市都筑区池辺町4261番(「ららぽーと横浜」横)

H詳細  
Pは  
↓へは



2023年の様子(会場は異なります)

## 75歳以上地域別懇談会 4会場189名が集まり実施

コロナ禍で中断を余儀なくされ3年、対象会員も団塊の世代にあたり激増、近場での会場開催要望を考慮し、本年度は4会場に分けて実施しました。

久しぶりに旧友との再会を果たし、近況や思い出話に花が咲きました。次回も元気で再会できることを約束し解散しました。



【川崎・横浜北地区】 11月9日 向河原宝珍樓 34名参加



【横浜東地区】 11月15日 新横浜天府餃子城 57名参加



【横浜西地区】 11月28日 横浜チャトニーアジアン 39名参加



【相模原・町田など地区】 11月30日 町田大連餃子 59名参加



## 65歳・70歳節目懇談会 3会場100名が集まり実施

コロナ禍で3年間実施を見送った節目懇談会を、年齢枠を65歳～68歳、70歳～73歳と広げて開催しました。

65歳懇談会は東・西支部合同、70歳懇談会は対象者が多く東・西支部に分かれての実施となりました。なかなか会う機会がなかった同期・旧友たちと久々の再会で近況や昔を懐かしむ会話が弾み交友を更に深める懇談会になりました。



【65歳 節目懇談会】 11月11日 31名参加



【70歳 節目懇談会】

【横浜東地区】 11月18日 35名参加

【横浜西地区】 11月25日 34名参加



# 15人が集いました！

## 女性会員懇談会

快晴の10月18日(水)、「第4回 女性会員懇談会」は12名の皆さんが参加して実施されました。

午前中の藤沢市のヤクルト湘南化粧品工場見学では、お肌のお手入れ方法も受講し、ひと瓶10万円のクリームを塗った皆さんの肌はツヤツヤに。

見学後は北鎌倉に移動、超人気イタリアンの名店「タケルクインディチ」で至高のランチ。素晴らしい料理を堪能しながらの女子トークは大いに盛り上がり、名残を惜しみながら来年の再会を約して楽しい懇談会が終了しました。

今回は平日開催となりましたが、次回は勤めのある方も参加できるように休日開催も検討したいと考えています。



上段2枚:ヤクルトの工場にて  
下段2枚:人気イタリアンにて

詳細は  
HPへ  
→



## 社会見学会

社会見学会は10月26(木)・27日(金)の2日間、気持ち良い秋晴れのもと、19組のご夫婦を含め総勢78名で「TBS緑山スタジオ」を訪問しました。一般公開しない施設の訪問とあって、募集枠が瞬く間に埋まるほどの大反響でした。

3つのグループに分かれ  
見学・体験プログラムへ。

①施設見学 スタジオ、副調整室、美術工芸、大小道具などTV業界の舞台裏を見学しました。

②衣装合わせ体験「監督」「衣裳」「俳優」に分かれ選択したテーマにふさわしい姿・形の人物に「俳優」を仕上げる作業に挑戦しました。

③ミニドラマ模擬収録 実際の収録機材を使用しドラマ作成・収録の体験。役者・監督・カメラマンなど全員で役割分担し完成させました。

TV番組制作の裏側を垣間見ることができ、ドラマの作成過程がよくわかり、また俳優気分になれるなど、素晴らしい見学会でした。



スタジオ社屋前で記念撮影(2日に分けての見学)

H詳細  
↓  
Pへは



副調整室見学



衣装合わせ



ミニドラマ模擬収録

## 健康づくり(食の健康)

今年の「健康づくり活動」は11月24日(金)オートモーティブシステムズ(株)の会議室でご夫妻6組を含む36名で開催しました。講師にヤクルト本社の加藤香乃先生をお招きし、「ちょう(腸)元気生活のポイント」と題して、講演頂きました。

健康寿命を延ばすのに必要なこと、腸内フローラと「健腸長寿」の関係、インフルエンザ予防・がん予防に大切な免疫など、腸の働きを良くする運動の実演指導も交え、詳しくわかりやすく解説いただきました。

講演の後は、お話しの内容に即した“鶏の塩こうじ焼き”、“白身魚の五目ケチャップあん”を主菜としたお弁当をおいしくいただきました。

人生100年時代を健やかに生き生きと暮らすための基礎を楽しく学べたイベントでした。

\*お弁当レシピを支部HPに掲載しています



早速の実践を誓いあいました！

H詳細  
↓  
Pへは



わかりやすい  
お話でした！



みんなで楽しく  
健康ランチ

# ランキングで振り返る2023年

新型コロナウイルス感染症対策の規制が緩和され、松愛会の多くの行事がリアル開催に復活した2023年、「横浜東・西支部ホームページへの「いいね！」が多かった記事」と「各行事への参加者数」のランキングで振り返ります。

## 【HPの「いいね！」数ベスト10】(11/30現在)

1. ぶらり会のご案内
2. カラオケクラブ活動予定・実績
3. 新会員歓迎懇談会(7月)
4. 年次支部大会(5月)
5. 都市対抗野球大会
6. 支部だより(7月)
7. 鶴見川植生保全(10月)
8. 女性会員懇談会開催(10月)
9. 社会見学会(TBS緑山スタジオ:10月)
10. 山酔会(10月)

新しく進捗情報一覧・新着動画一覧などが追加され、情報が見やすくなりました。今年も役に立つ情報やイベントを掲載していきますので、皆さまの率直なご意見をお待ちしております。

## 【行事参加者数 ベスト10】

1. 75歳以上地域別懇談会(11月4回) 189名
2. 新春懇親会(1/28) 164名
3. 年次支部大会(5/27) 106名
4. 65歳/70歳節目懇談会(11月3回) 100名
5. 社会見学会(10月2回) 78名
6. 鶴見川植生保全活動/秋(10/7) 56名
7. 食の健康(11/24) 36名
8. 新会員歓迎懇談会(7/23) 25名
9. 鶴見川植生保全活動/春(6/10) 18名
10. クラブ世話役懇談会(9/30) 15名

その他全12の行事にのべ800名を超える方々に参加いただきました。今年も、皆さまに興味を持っていただける企画で大勢の方々にご参加いただけるよう努めてまいります。

## エンジェルス「クイーンズ駅伝」3位の大健闘！

11月26日、「クイーンズ駅伝 In 宮城」(第43回全日本実業団対抗女子駅伝競走大会)がおこなわれ、パナソニックエンジェルスは、みごと3位入賞しました。

「Move On!! Angels!」のスローガンのもと、選手たちは大活躍。ベテラン選手の堅調な走りに加え、新加入選手らも大健闘、常に上位争いを展開し、4年ぶりにトップスリー復権を果たしました。

安養寺監督は「タイムは2時間15分01秒とチーム最速記録を樹立。みんなが100%の走りをしてくれました」と選手たちを称えました。



## Let's Join!

「ぶらり会」と「山酔会」の開催情報です。初参加の方も大歓迎！お気軽にご参加ください！

\*日程変更もありますので、HPや電話で最終情報をご確認ください。

### 山酔会

- 1月10日(水) 鎌倉 大仏・鶴岡八幡宮初詣  
江ノ電長谷寺駅 9:30 集合
- 2月7日(水) 三浦・鷹取山から三浦アルプス  
JR東逗子駅 9:30 集合

HP  
詳細は  
↓  
P参照

\*雨天の場合：翌週に変更  
\*緊急連絡先：関戸 孝康さん 044-777-8113



### ぶらり会

- 1月6日(土) 磯子七福神巡り  
JR根岸線 磯子駅 改札前 10:00 集合
- 1月25日(木) 冬の小野路宿里山周辺の散策  
小田急線 鶴川駅 改札前 9:45 集合
- 2月22日(木) 春近し 大楠山周辺の散策  
JR横須賀線 逗子駅 9:50 集合

HP  
詳細は  
↓  
P参照

\*雨天の場合：中止  
\*緊急連絡先：村田 秀夫さん 045-821-0465  
\*参加費：200円(昼食、飲物、雨具は各自用意)



10月1日ー11月30日の報告分  
敬称略・順不同  
会員情報

入会  
どうぞよろしく

田沢 ふみ子、為永 伸一、武乗 一彦、田中 真二、河面 隆司、宮嶋 晃、水野 勝、江口 進  
(転入) 松村 千春

長寿祝  
これからもお元気で

(米寿) 沼沢 新太郎、城福 昌次  
(喜寿) 川島 忠、藤巻 良司、秋場 国夫、岡田 稔、小澤 泰弘、小川 一海、勝村 泰治、安西 進、立田 勉、松下 近、泉 三郎、本木 秀雄、関 隆夫、谷 嘉則、若菜 文夫、小松澤 弘安、奥松 洋、金子 富士男、桜井 恵太郎

金婚祝  
お二人仲良く健康で

植木 昌昭、吉川 孝、金子 義勝、佐々木 邦夫、野牧 幸雄、宮坂 文男、坂内 秀信、中村 安夫、西田 耕三、伊藤 博敏、鈴木 福成、金子 守男、佐藤 良之、玉腰 英夫、新夕 甚衛、中田 昌幸、大西 登、西山 竹志、渡辺 泰助、岡田 実、大串 真臣、上総 敏紹、高坂 英敏、大橋 秀雄、鬼頭 宏志、鎌倉 功年、宮地 英雄、井出 健二、原 登、菊池 賢児、末次 喜世司、布川 勝

訃報 (10/1-11/30 報告分のご逝去)  
心からお悔やみ申し上げます

8/15 木谷 外継 (74)、10/19 森 節男 (88)、10/29 城戸 恒信 (92)、11/19 佐藤 良之 (77)

編集  
後記

3年ぶりに、ほぼ全ての行事をリアル開催できた2023年を振り返り、思い出ベスト3です。  
①支部行事でのべ800名超の皆さんに参加いただいた ②『はまだより』アンケートで多くの貴重な意見をいただき、紙面に反映できた ③支部が応援するパナソニックエンジェルスが、クイーンズ駅伝で3位の大健闘。1月27日の新春懇親会で多くの方々とお会いできるのを楽しみにしています。今年もよろしくお願ひします。



\*掲載の電話番号などは、本人の承諾を得ています\*『はまだより』・松愛会へのご意見等は、yokohama-e100@shoai.ne.jp までお寄せください