



「明日に向かって」 大分県(真玉海岸)

末澤 公彦 (写そう会)

## ふれあいフェスティバル 2018 開催のご案内

広島支部“ふれあいフェスティバル2018”を下記の通り開催致します。

- ・ 日 時：平成30年8月26日(日) 10:00～12:00
- ・ 場 所：かつえ坂にこにこ第二公園(さくら公園 = 昨年と同じ)
- ・ 内 容：① 新鮮野菜産直市  
② フリーマーケット  
③ かき氷(一杯100円)  
④ 冷やしそうめん(無料)  
④ お子様向けゲートボールによる商品ゲット遊び

### 主要記事

1面 表紙写真/ふれあいフェスティバル2018 開催のご案内	社友会広島支部 第25回定期総会及び記念懇親会開催報告
2面 春夏秋冬/役員会便り/広島支部日直当番表/シャープ製品「一人一品運動」実績報告	6面 2018年 春季親睦日帰り旅行報告 7面～13面 同好会活動報告
3面 ふれあいフェスティバル2018 開催案内/シャープファミリーフェスティバル2018 開催報告	14面 地区役員報告/ボランティア活動報告/ふれあいサロン室案内
4面～5面	15面 スマートフォンAQUOSニュース 16面 地区会員便り(関西地区)

新入会員の紹介/社友会会員数/広島支部行事予定/編集後記

発行	シャープ社友会広島支部	
	支部長 東 秀次	
	〒739-0146 東広島市八本松飯田2丁目 13番-1号 ラポール賀茂寮内	
	電話・FAX共通:082-426-6888 E-Mail: shayukai-hro@bz01.plala.or.jp	

今年はなりたくなかった（皆そうだと思う？）後期高齢者の仲間入り、しかしまだまだ元気な身体を維持していきたいと思います。会員の皆様はどのように健康管理をされているのでしょうか？

高齢になるに従って心配する病気のひとつとして認知症があります。この認知症を発症する可能性を低くしたり、遅らせたりする対応として、バランスのとれた食事や適度な運動に取り組みば少しでもそのリスクを減らせるようです。これらの対応として現在取り組んでいることは毎朝のウォーキング（約10km）・山登り（2回/月）、ゴルフ（2回/月）などの運動です。また食事は暴飲暴食を避け、野菜と魚中心の食事をするを目標としています。

日本人の平均寿命は男性が80.50歳、女性が86.83歳と

世界でも1、2位を争う年齢ですが「健康寿命（日常生活が制限されることなく生活出来る期間）」は男性が70.42歳、女性が73.62歳と大変低い年齢となっております。健康寿命を長くするには認知症と同じ様に「体を動かす習慣をつくる」「足の裏を鍛える」そして無理をせず出来る運動（つま先上下運動・足の指の運動・踵の上下運動）をすることだそうです。日常生活でこれらを持続させて平均寿命と健康寿命の差を小さくして、寝たきりや要介護の「不健康」の期間を出来る限り短くして行きたいと思います。私も健康寿命については幸いにも平均値を超えた年齢となっております、このままの状態を持続したいと思ってます。

皆様も健康寿命が少しでも長くなるような努力をされ楽しい日々を送ってください。

**役員会便り**

事務局長 松見 弘

- ※ 第25回広島支部定期総会を5月25日（金）に事業本部多目的ホールにて開催しました。多数のご参加有難うございました。
- ※ 定期総会にて2名の役員が退任され、新たに2名の役員が就任されました。総数23名の役員にて支部活動を行って参ります。
- ※ 通信事業本部と労働組合合同で6月9日（土）開催さ

れた「シャープファミリーフェスティバル2018」に社友会及び紅葉会合同で出展しました。多くの方にご協力頂き、有難うございました。

- ※ 「ふれあいフェスティバル2018」を8月26日（日）に昨年と同じ場所で開催致します。多くのイベントを計画しています。ご期待ください。
- ※ 今年は社友会広島支部結成25周年を記念して多くの特別行事を実施しています。積極的なご参加をお願い致します。

**社友会広島支部日直当番表** 〔 期間：2018年(H30年) 8月 ～ 2018年(H30年) 10月 〕

【8月】			【9月】			【10月】		
1日 水	喜多村年宏		3日 月	栃原 宏昭		1日 月	桂 宏生	
3日 金	植田 宗明		5日 水	原田 弘		3日 水	中下 忠良	
6日 月	岩邊 輝一		7日 金	山村 繁		5日 金	富木 泰	
8日 水	休み		10日 月	中崎 春香	8日 月	体育の日		
10日 金	休み		12日 水	森田 省三	10日 水	坂田 広海		
13日 月	休み		14日 金	黒田 正春	12日 金	植田 直人		
15日 水	休み		17日 月	敬老の日	15日 月	太田 伸一		
17日 金	休み		19日 水	益田 猛	17日 水	池田 弓子		
20日 月	児玉 義雄		21日 金	光原 健二	19日 金	久保田 清		
22日 水	荒谷 明教	24日 月	振替休日		22日 月	矢部 昭		
24日 金	下田 幹夫	26日 水	合屋 隆夫		24日 水	中山 暁美		
27日 月	菅田 健次	28日 金	役員会		26日 金	役員会		
29日 水	岡崎 明				29日 月	迫谷 富子		
31日 金	柿本 昌				31日 火	松見 弘		

懐かしい方が当番に成っていたら、社友会事務所に行って旧交を温めましょう。

**シャープ製品購入「一人一品運動」実績報告（2018年4-6月）**

2018年度4-6月の実績を報告いたします。

＜広島支部会員累計実績＞

単位：円

単位:円	東広島地域	広島地区	福山地区	岡山地区	四国地区	山口地区	山陰地区	関西・中部 関東地区	広島支部 合計
4月集計分	406,120	33,200							439,320
5月集計分	473,694	123,120		76,500			99,690		773,004
6月集計分	776,922	76,320		291,584					1,144,826
2018年度計	1,656,736	232,640	0	368,084	0	0	99,690	0	2,357,150

携帯電話機購入実績（2018年4～6月）：合計 8台

# ふれあいフェスティバル 2018 開催案内

開催日：2018年8月26日（日）

時間：10：00～12：00

開催場所：かつえ坂にここ第二公園（さくら公園）

- ★かき氷（一杯 100円）
- ★新鮮野菜産直市
- ★フリーマーケット
- ★冷しそうめん試食会（無料）
- ★お子様向けゲートボールによる商品ゲット遊び!!
- \* お子様の安全は保護者の方の自己責任でお願いします



写真やイラストはイメージです。

## シャープファミリーフェスティバル2018開催報告

開催日：2018年6月9日（土）11時～15時30分

開催場所：シャープ通信事業本部（メインステージ：食堂西側駐車場エリア）

開催報告

梅雨の合間の晴天に恵まれた6月9日、会社西側の駐車場エリアで、シャープ（株）通信事業本部、シャープ労働組合広島支部主催のシャープファミリーフェスティバル2018が開催されました。

来場者は約900名で（社友会は100名、シャープは800名）社友会広島支部も25周年記念行事の一つとして、紅葉会と合同で参加を致しました。

当日は、社友会／紅葉会のブースで、無料で冷やし甘酒の提供、かき氷の販売を行うと共に、昨年同様会社食堂で、写そう会による作品の展示及び写真相談コーナーの設置、絵手紙同好会による作品展示、絵手紙制作体験コーナーの設置を行いました。

いずれのコーナーも好評で、多くの皆さんの来場を頂きました。特に、当日の天候のおかげもあり、無料の冷やし甘酒の提供、かき氷の販売は大変好評に実施することが出来 200杯以上の提供、販売を行う事ができました。ご協力を頂きました皆様に厚く御礼申し上げます。



社友会コーナー



冷やし甘酒Gr



かき氷Gr



写そう会写真展示



絵手紙作品展示



バンド・ライブ演奏 他



# 社友会広島支部 第25回定期総会及び記念懇親会開催報告

開催日時：平成30年5月25日（金）

開催会場：通信事業本部 多目的ホール

参加者：107名（社友会 93名 紅葉会 14名）

ご来賓：真社友会会長、中野本部長代行、藤井総務部長、阿部広島労組執行委員長、藏田前東広島市長



## 第一部：第25回定期総会（司会 松見議長）

開催挨拶 東支部長

参加人数が久しぶりに100名を超え、大変喜んでいる。本年度は社友会広島支部結成25周年に当たり、社友会を盛り上げるために25周年記念行事を色々考えているので多数参加いただきたい。シャープが4年ぶりに黒字になり、6年ぶりに配当が復活したことは喜ばしい。後ほど「シャープが短期間で1部復帰した理由」のビデオを準備しているのでご覧いただきたい。社友会会員が減少傾向である。本部でも年齢制限の撤廃、専門社員の入会、脱会された方の再入会などの規約改定を行い会員を増やす施策を考えている。バイシャープは昨年、広島地区は1000万円を超え、シャープ支援の大きな柱となっている。「ネット購入」や「量販店購入」でも、購入したときは社友会広島ホームページから実績として入力して欲しい。

審議・議事報告（紅葉会個別審議）

- |                     |         |
|---------------------|---------|
| 1 平成29年度 事業・行事報告    | 渡邊副支部長  |
| 2 平成29年度 一般会計決算報告   | 下田会計幹事  |
| 3 平成29年度 監査報告       | 岩垣会計監査  |
| 4 平成29年度 同好会活動報告    | 菊池同好会幹事 |
| 5 平成30年度 事業・行事予定（案） | 渡邊副支部長  |
| 6 平成30年度 一般会計予算（案）  | 下田会計幹事  |
| 7 役員交代の提案           | 東支部長    |

質疑応答：質疑応答なし、いずれの審議・議事報告も承認された。



東支部長  
開会挨拶



渡邊副支部長  
事業・行事報告



岩垣会計監査  
監査報告



中山新会計監査担当



総会風景



紅葉会 個別審議

第二部 広島支部結成25周年記念懇親会 (開会の辞・来賓者紹介：松見事務局長)



開会挨拶 黒田副支部長



真 本部長



中野本部長代行



阿部執行委員長

ご来賓挨拶(詳細は、ホームページをご覧ください。)



藏田前東広島市長

藏田前東広島市長 特別講演 「東広島市都市ビジョンについて」

・市長になったのはH18年で、以降3期12年務めた。消防署、市庁舎、中央公民館、寺家駅建設等の事業を成し、道照交差点の2号線の高架、八本松駅前区画整備等の事業が進行中。東広島市にはオンリーワン・ナンバーワンの企業が30数社あり、もちろんシャープもその一つである。県の工業品生産額が人口の多い呉市を抜いて3位になったのもシャープの貢献するところが大きい。その他、ガラケーを愛用されているという話等々、ユーモアたっぷりに講演いただきました。



山根 広島地区委員長



松田 山口地区委員長



星野 福山地区委員長



池田 岡山地区委員長



尾崎 四国地区委員長



内藤 山陰地区副委員長



伊藤 関東・関西・中部地区委員長

★各地区活動報告の詳細は、ホームページをご覧ください。



歓談される皆様



ラッキープレゼント  
抽選&発表!!

広島支部賞(2本)/社友会本部賞/事業本部賞/労働組合賞/SMJ賞/紅葉会賞 計7本。



閉会挨拶 大島副支部長

各方面、各地区の来賓への謝辞と一本締めで閉会。皆様ご苦勞様でした。



歓談される皆様

# 2018年春季親睦日帰り旅行

観光先：福山城・カブトガニ博物館・道の駅ベイファーム・花と石彫太陽の広場

参加者：45名（社友会 33名、紅葉会9名、同伴3名）

実施日：2018年4月5日（木）

記：田井 正治

今回は、福山支部の提案で、福山城、笠岡カブトガニ博物館、笠岡ベイファームの日帰り旅行でした。本年は季節が早く進み、桜の季節は終わり新緑になり多少残念でしたが、天気にも恵まれ楽しい旅になりました。



福山城にて

朝は多少天気は良くありませんでしたが、定時に全員集まり、JR西条駅で一部参加者を乗せて、福山に向かいました。

福山城で福山の参加者江本さん、星野さん、真弓さんと合流し福山城を散策しました。桜の時期は過ぎていましたが、新緑も良いものでした。



昼食（若よしにて）



福山城にて

福山城を後にして、笠岡“若よし”にて昼食。すぐそばの“カブトガニ博物館”に向かいましたが、この入り口では、なぜか恐竜がお出迎え。記念撮影後、入館。学芸員からカブトガニの色々な貴重な話を聞くことができました。

博物館から少し離れた最後の訪問先、笠岡ベイファームを訪問しました。ここでは素晴らしい菜の花を見ることができました。菜の花の中で、写真を撮り楽しみました。



笠岡ベイファーム



カブトガニ

その後“太陽の広場”で土手を散策後、福山に向かいました。福山城で福山参加者と別れ、一路、広島に向かいました。

参加者皆様のご協力で定時にラポール賀茂に到着することができました。

企画いただきました福山支部の皆様、参加者の皆様、本当に有難うございました。今後とも、魅力あふれる企画をいたしますので、大勢のご参加をお待ちしております。



笠岡ベイファームにて



カブトガニ博物館にて



（左）  
星野  
企  
画  
者  
さ  
ん



花と石彫の太陽の広場



福山城



カブトガニ博物館前広場



花と石彫の太陽の広場

**4月：社友会広島25周年記念「北部九州の絶景を撮る旅」を実施**

4月22日～23日、支部25周年記念行事として北九州一泊撮影会を実施しました。まず最初は佐賀県と福岡県の県境にあるツツジで有名な大興善寺での撮影です。山門に向かう120段の階段の両側にピッシリ咲き並ぶツツジの花道や、山の急斜面に広がるこの寺ご自慢の一目1万本と言われる見事なツツジ群が私たちを出迎えてくれます。夜は北九州市八幡にある皿倉山の頂上から八幡の絶景夜景の撮影を楽しみました。



翌2日目は今回の撮影会の目玉である「河内藤園」でのフジの撮影です。人気の少ない時間帯を狙って朝一番に入園し、咲き誇るフジの花の撮影を存分に楽しみました。その後、九州大学福岡演習林にある「篠栗九大の森」を訪れ、インスタ映えで人気を博している“落羽松（ラクウンショウ）の”水没林”を撮影。非常に珍しい落羽松水没林の景観の幻想的な佇まいに一同感銘を覚えながらの撮影会となりました。

なお撮影会の成果は、先に開催された定期総会でご紹介しました。（記事：中西康憲）

**5月：白鷺の子育てシーン撮影会**

5月21日は太田川の中洲へ、6月2日は安芸カントリークラブ内の鷺のコロニーへ、望遠レンズを使って白鷺の子育てシーンを狙いに行きました。メンバーの中には600mm超望遠レンズを使う人もいましたが、50m以上先にある鷺にピント合わせるなど超望遠撮影の難しさを痛感しました。でも白鷺の子供はとても愛らしく、白い産毛を風に靡かせ親の帰りを待つ姿や親鳥が戻ってきた時の雛の喜ぶ様子、親鳥がせっせと餌を運ぶ様



に感動を覚えながら、時間が経つのを忘れてシャッターを切っていました。（記事：末沢公彦）

**6月：香川県高松市の四国村から三豊市の父母ヶ浜へ**

梅雨入り前の天気の良い日を選んで6月1日、ウユニ塩湖のような景色が撮れることで一躍有名になった香川県三豊市の父母ヶ浜へ行ってきました。（父母ヶ浜についてはhibiki85号で詳しく紹介していますので、ご覧ください。）



まずは高松市にある四国村を訪れ、名物の讃岐うどんで昼食を楽しんだ後入村。緑溢れる村内で古民家や新緑の木々など思い思いに撮影し、夕方近くに父母ヶ浜へ移動しました。

父母ヶ浜は国内外から訪れた多くの観光客とカメラマンが一体となって、ウユニ塩湖を想わせる干潟の浜でインスタ映えする写真撮影が繰り広げられるなど、歓声の絶えない楽しい撮影スポットです。私たちも観光に来られていた若いお嬢さんやヤングファミリーにお願いして、様々なポーズやアクションを取ってもらいながら傑作写真の撮影を楽しみました。（記事：吉岡嘉之）

**ファミリーフェスティバルに今年も参加しました**

6月9日（土）に開催されたファミリーフェスティバルに参加しました。昨年同様、作品展示や撮影機材の紹介に加えて、会員が撮影した約100枚の作品をスライドショーで見ていただきました。来年は大画面4Kディスプレイによる高画質なスライドショーで作品を楽しんでいただこうと思っています。

（記事：中西康憲）





プレゼン(まるか食品)



試食(まるか食品)



防塵帽着用(まるか食品)



工場見学(まるか食品)



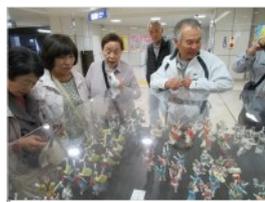
即売会(まるか食品)

5月8日(火) 参加者16名で、まるか食品(尾道市)と三原城址、歴史民俗資料館(三原市)を見学。昨日の雨があがって曇りのやや肌寒い天気だった。尾道工業団地の一番奥に位置する、まるか食品を訪問。イカ天のトップ企業で、北海道から乾燥後のイカを仕入れ、この工場で製品化。イカ天工場は広島県に集中しており、ルーツは江戸時代まで遡り、北海道のイカ、昆布と瀬戸内海の塩の物物交換から、尾道地方にイカ天工場が増えたとのこと。同社は瀬戸内のレモンとコラボした「イカ天レモン味」が大ヒットして主力商品になった。福山バラ祭りでも展示即売していた。長い函状の揚げラインが7本が稼働。まだラインが足りないとのことと新工場の工事をしていた。昼食はせっかく尾道に来たので、観光協会推薦

の「壱番館」で濃厚なスープのラーメンで満腹に。三原駅に隣接の小早川隆景築城・三原城の天守台に登った。駅から直接天守台に通路が接続の、他に類を見ない構造だ。あいにくの雨で、記念写真を撮って早々に降りた。最後に三原市歴史民俗資料館を見学。三原の北部に位置する久井地方の人形展があった。いろいろの表情が興味深かった。牛の生産がさかんだった頃の民具などの展示や、祭りなどで披露されたのぞきからくりの大きな装置があり、実際にレンズの穴からが見ると絵巻が立体的に浮いて見えた。



集合写真(まるか食品)



やっさ人形(三原駅)



三原天守台



三原市歴史民俗資料館

アマチュア無線

日本最初アマチュア無線局AM 1KW出力送信機の製作

菅崎 英雄



4-1000A x 2 終段

AM変調方式の大電力送信機を自作して合法的に免許を受けて、全世界のハムと楽に交信することが若いころからの夢でした。数年前に部品がやっとそろい、測定器も準備できたので暇を見つけては約2年かけて今年3月に完成しました。最近、国際的にも電波法のスプリアス強度の規制が、従来のレベルより10倍厳しくなった為、技術的にハードルが高くなりましたが、シャープで培ったトランシーバー(AM、SSB)のFCC規格クリアの為に苦労したことが生かされ今回の高いハードルを越えることができました。AM 1KW送信機は、無変調時1KW、単一信号で100%変調時1.5KW、100%変調のピークは4KW出力になります。



4B85 pp変調段と監視

今年5月に中国総合通信局から3人(検査官2人と運転手)が、今回製作したAM1KW送信機の検査の為に測定器持参で自宅に来られました。試験結果、合格となり一安心。合格した旨の書面と新免許状を戴きました。これでハイパワーの設備は、従来から使っているメーカー製の1KW(AMは250Wしか出ない)送信機2台と共に運用できるようになりました。AM1KW送信機は、メーカー製は無いので自作でしか実現出来ません。総合通信局や関連機関、CQHAMラジオの出版社は、たぶん日本で初めて検査合格となったのではとっています。実際に電波を出して交信して見ますと予想通り大変な勢いで電波が飛んでいるようです。



終段監視用

GOOGLEかYAHOOで、私のコールサイン: JA4AZCを入力して検索してみてください。



終段、一般電源、変調段

## 絵手紙

# ファミリーフェスティバル（6月9日）絵手紙の展示と体験コーナー

吉田 巡子



社友会と紅葉会の絵手紙同好会も、昨年から参加させて頂いております。食堂の一角を会場に前日の午後4時から準備に入り、ボードや机の配置をあだこうだと喧々諤々、こうした時間も結構楽しいものですね。

当日は10時集合、体験コーナーの机に画材や用紙、それにスケッチ用に持ち寄った、ジャガイモ、玉葱、林檎、ミカンなどを配置して、足を止めてくださる方を待つだけ。でも、待てど暮らせどアレアレ皆さん素通り。これではいけないと子供さんたちに声をかけてみると、一人二人と足を止め体験コーナーで描き始めてくれました。これが呼び水になったのか大人の方も「描いて良いですか？」とコーナーに集まり始め、絵筆を動かして描くことを楽しんでいらっしやいます。私たちもアドバイスは出来ないけれど、横に立っての受け答えが楽しく、素晴らしいひと時でした。子供さんの作品の中には、大きく紙いっぱい描いた元気な作品、色付けが明るく楽しい作品、文章が子供らしく思わずクスリとさせられるものなど、良い作品が幾つもありました。

イベントが終わって、  
「去年より参加者が多かったわね」  
「私たちも良い勉強をさせていただいたわ」  
「来年はもう少し目立つように“絵手紙体験コーナー”の看板が欲しいね」等の声が出ました。

最後に、体験コーナーへ御参加頂いた皆様、本当にありがとうございました。来年もまた是非御参加をお願いいたします。



## 《定例の作品群》



和田紀一



吉田巡子



三宮紘代



川田芙美子



増田清



吉田巡子

## テニス

# 楽しく健康維持

後田 仁

退職後健康維持の為に何か運動をしようと思っていた時に、現役時代にやっていたテニス部OBの方から同好会へのお誘いがありました。50歳頃まで続けていたテニスですが、ここ10年程度は仕事も忙しくやめていましたが、この機会にまたテニスを再開することにしました。現役時代には一生懸命やっていたテニスですが、60歳を過ぎると昔のように動けなくなりますので怪我をしないように注意しながらやっと思いと思っています。

テニス同好会でのテニスは、社友会の方々と行うので無理をせず自分のペースでテニスを楽しむことができ、健康維持にはとてもいいスポーツです。メンバーの中には、テニスのコーチをされる方から定年後にテニスを始められた初心者の方まで色々な方がいらっしやいますが、各々が楽しく技術向上を目指して練習をしています。

練習は、毎週水曜日10時から2時間（月末は3時間）ですが、練習に1時間、後1時間は試合を行っています。練習に参加されている方々は皆さんテニスが好きでとても練習熱心です。皆さんとテニスをしていると和気あいあ



いとした雰囲気の中、とても楽しい時を過ごしながら健康維持ができていのように思えます。これからもできるだけ長くテニスが続けていければと思っています。

今年は広島支部の設立25周年なので、テニス同好会のイベントとして、シャープテニス部との交流紅白戦を実施する予定にしています。現役とOB、皆で楽しい交流ができることを楽しみにしています。



## 山歩会

# 九重山群登山の内「久住山（1786.5m）」登頂記

小森山 光朗



牧ノ戸出発



久住山に



久住山頂上

朝、部屋から平治岳頂上を見ると、ミヤマキリシマが一面咲き乱れている。今回の目的の目玉である花が見え満足。しかし、時間が立つと、またガスが懸かってきて見えなくなりました。山の天気は変わりやすい。7時40分坊がつる賛歌で有名な、坊がつるに。ここで坊がつる賛歌を一曲。8時30分に長者原ビジターセンターを目指す。休み休みの歩みであったが、ぬかるみはかなり続き、途中、滑ってしまった人も

雨模様の中、登山者19名（男12名、女7名）が集合時間5時という過酷な時間に間に合わせて参集し、久住山に登頂した山歩会の奮闘記です。朝5時、曇り空であったが、参加者時間に遅れることなく集合場所に参集。すぐに出発。リーダーから今回の主旨と九州に以前配属されていた時の思い出話に皆笑いの渦に巻き込まれて和気あいあいの出だしであった。徳山港からフェリー乗船し竹田津港に到着。高速道路入り口案内が不確実の為に、同じところをウロウロ。何とか高速道路に。11時20分に高速から降り、一般道を走行。これが、つづら折りが有るとか、難解な道であった。やまなみハイウェイを走行すればよかったと反省。

九重夢大吊橋：日本一の長さ（390m）日本一の高さ（173m）：で休憩。12時過ぎに牧ノ戸峠に到着。小雨のために昼食をバスでとり、早速、登山開始。今回は、雨模様で、最初から重たい暑いカップ装備での登山開始になった。途中集合写真撮影等行いながら、15時40分頂上に到着。絶景である。山の下には、ガス、頂上は360度パノラマ絶景。すばらしい。早速記念撮影。

16時15分下山開始。北千里ヶ浜に降りる途中は、岩場があり、注意をしながらの下りであった。北千里ヶ浜は一面砂地。異様な硫黄山を横目に見ながら、遠くの山の頂には、ミヤマキリシマが見え圧巻である。しかし、だんだんとガスがかかってきて前を行く人もぼやけて見える。そのような中、ようやく17時50分に、法華院温泉山荘に到着。宿泊の手続きを行い、各自部屋に。温泉につかり疲れを癒す。極楽、極楽。



法華院温泉山荘



ミヤマキリシマ



長者原到着



坊がつる賛歌碑前

いた。10時50分下山。タデ原湿原を一周。心が癒される風景。長者原温泉で汗を流す。13時過ぎに帰路につく。途中、高速道路が、霧のために通行止め。迂回路を探すためにウロウロ。何とか、安心院ICから乗った。19時20分頃無事にシャープ社友会駐車場に到着。皆様ご苦勞様でした。今回の最大の目的であった、ミヤマキリシマも沢山見られ、温泉にも入れたし。また、全員無事に登山が出来、大満足な山登りであった。

## 楽器演奏の会

# ドエル東志和（介護付有料老人ホーム）での慰問演奏

齊藤 正孝

楽器演奏会の6名は6月2日（土）の志和町にあるドエル東志和（介護付老人ホーム）において、昨年の6月から1年振りに楽器演奏を行いました。昨年の演奏会の経験から楽しく歌える曲を増やし全12曲中6曲は参加者全員が歌えるように歌詞カードを準備しました。演奏順序は下記の通りで赤字が歌詞カードあり、おぼろ月夜と赤とんぼは盛脇さんのオカリナでのメロディー演奏です。  
1: **四季の歌** 2: **春が来た** 3: 早春賦 4: 川の流れの様に  
5: **おぼろ月夜** 6: **花** 7: **七つの子** 8: **赤とんぼ** 9: 諸城寺の狸ばやし 10: **知床旅情** 11: 星の世界 12: **故郷**



今回は進行と歌のリードを益田さんをお願いし、休憩なしの約45分間の予定でスタートしました。益田さんの絶妙の進行と歌で、昨年度よ

り皆さん楽しく大きな声で合唱し、笑顔の中で演奏会は終了をしました。益田さんに感謝です。

現在は年に1回の演奏会ですが、もっと増やしてほしいとの要望も頂いており、要望に沿える様にしながら今後も定期的に実施したいと思います。今年の12月には他地域での演奏会の予定が決まっており、レパートリーを増やし、選曲を含めて今後も練習に励みたいと思います。演奏会終了後にはドルエ様のご配慮により昼食も準備して頂き、大変お世話になりました。

（余録）

ドルエ様のロビーにグランドピアノがあり、演奏会終了後に盛脇さんが、密かに練習をされていたピアノ曲の披露があり、会のメンバー全員驚きました。今後その演奏を何かに活かせる機会があればと思います。



## あるこう会

## 体力測定 & 脳年齢測定と脳トレーニングによる健康管理

児玉 義雄



保健師の講習



脳年齢測定



脳活性化運動



体力測定

毎年、歩こう会で恒例となっておりました体力測定を梅雨入り間近となった6月2日土曜日に実施しました。今年は体力測定だけでなく、脳年齢測定とコグニサイズ（脳トレーニング）を追加し、心身ともに健康チェックすることにしました。

参加者は、ウルトラコース（12名）会社より会場である運動公園まで10km、しっかりコース（10名）ゆめタウン学園店から3.5km、に分かれてウォーキングを行いました。現地集合4名とウォーキング組は運動公園到着後合流し例年どおり東広島市健康増進課の下村保健師、林保健師2名のご指導のもと体力測定と脳年齢測定に分かれ開始。体力測定では身体機能評価（30秒椅子立ち上がり、開眼片足立ち、握力）と体組成（基礎代謝、体脂肪率、内臓脂肪率）から体年齢の算出、脳年齢測定は有効活用度、脳の元気度、すばやさによる脳年齢が産出されました。

昼食をはさんで午後からは下村保健師より、脳を活性化させる簡単なコグニサイズの指導を受けました。測定結果では、実年齢より若くなった方は満足げに、実年齢をオーバーした方はがっかり、参加者は一喜一憂



アクアパークで



広大前



運動公園へゴール



ウルトラウォーク

し、来年度の測定に向け歩こう会への参加で体力維持を行い脳の活性化に心がけ、心身ともにバランス改善に取り組んでいくことを思い描きました。帰りには全員ゆめタウン学園店で休憩、アイスクリームを賞味し英気を養いました。気温が上昇する中で、疲労困憊しましたが、充実した一日を過ごしました。

## 歴史探訪の会

## 呉市御手洗巡り探訪

廣瀬 雅昭

「歴史探訪の会」は6月6日（水）に御手洗地区史跡をめぐる例会を実施しました。（15名参加）

社協バスを利用して9時40分に賀茂寮を出発し、ゆめタウン学園店にて弁当を購入し、呉東広島バイパスを利用し御手洗地区（大崎下島）へ向かい、途中安芸灘大橋を渡り直ぐにある白崎園にて休憩する。生憎の小雨模様なのでフェリー待合室にて昼食。12時10分に出発。13時に御手洗到着。

観光協会駐車場に駐車し、ガイドさんの案内にて御手洗散策マップに沿って御手洗めぐりを実施。ガイドさんの絶妙な説明で、江戸時代潮待ち港として栄えた遊郭

跡、七公家落史跡、おとめ座、菅公ゆかりの天満宮、江戸時代街並みや、幕末に坂本龍馬の御手洗での活動など順番に見て回り、御手洗地区の往事を忍ばせる歴史を堪能することが出来、特に潮待ち港としての繁栄など充分楽しむことが出来ました。途中下蒲刈でじゃこ天をみんなで購入しました。

3時に見学を終わり出発し、4時55分に賀茂寮に到着。生憎小雨模様の天候でしたが全員何事もなく無事に帰ることが出来ました。

余談ですが、我々の例会の前に中国新聞にて御手洗地区の紹介が何日か連載され参考となりました。



ボウリング同好会では、社友会広島支部結成25周年記念大会『第79回6月大会』を6月8日（金）10時より賀茂ボールで開催致しました。今大会は、広島支部結成25周年大会として支部援助並びに会場の賀茂ボールにも協賛戴き、21名(男性会員13名、女性会員8名)が参加、3名を1チームとした団体戦と個人戦を行い白熱したゲームを繰り広げた結果、個人総合優勝は『田岡政行さん』、女子の部優勝は『中根美鈴さん』がそれぞれ獲得、チーム戦ではチームE(川股・中根・神崎)が優勝しました。

今大会は、参加者21名を抽選によるチーム編成(3名×7チーム)とし、各々3ゲーム(ハンデキャップ含む)合計得点でチーム戦と個人戦を実施。個人戦の総合優勝は、田岡政行さん(599点)、準優勝 神崎保範さん(582点)、第3位 川股幸雄さん(578点)、女子の部優勝は、総合7位の中根美鈴さんが557点で前回大会に続き獲得されました。団体戦は賀茂ボールさんにも協賛戴き、チーム総合得点1500点に最も近いチームへの商品を提供戴き、チームD(小森山さん、細井さん、出口さん)が1486点で獲得。優勝はチームE(川股さん、中根さん、神崎さん)が1717点の結果となりました。ハイゲーム賞は(男子の部)『田岡



政行さん225点』、(女子の部)『中根美鈴さん178点』でそれぞれ獲得。ノーミス賞は、田岡政行さんの1ゲームのみでした。

6月のレーンコンディションは、賀茂ボール所属の神田プロによるメンテナンスで通常より難しく設定されており、今回は全員がアジャストに苦勞した様で、スコアはやや低迷しましたが、皆で楽しい時間を過ごせた事に感謝。次回も頑張りましょう。

ボウリングに興味をお持ちの方の新規加入をお待ちしております。毎月第2金曜日の午前10時より賀茂ボールで活動していますので興味ある方は是非一度お越しください。手軽に健康維持が出来るボウリングを皆で楽しみましょう。

[上位10位までの成績(3ゲーム合計点HDCCP含む)]

敬称略	
1位 田岡 政行 599点	2位 神崎 保範 582点
3位 川股 幸雄 578点	4位 村上 孝一 578点
5位 牛田 晴雄 563点	6位 坂田 広海 561点
7位 中根 美鈴 557点	8位 和田 清子 542点
9位 山内 啓子 541点	10位 細井 博文 530点

[チーム戦3位まで(3名3ゲーム合計点HDCCP含む)]

敬称略	
1位 川股 幸雄・中根 美鈴・神崎 保範	1717点
2位 田岡 政行・村上 孝一・村上 ひとみ	1683点
3位 坂田 広海・内田 義盛・川田 芙美子	1606点



パソコン同好会は発足して19年を迎えます。会員の減少で最近の例会は最大でも7名の参加がやっとです。例会日にテーマをみんなで出し合いながら解決していきます。当日どうしても解決できない時は、後日調べて解決していきます。

今年は社友会広島支部の25周年に当たり、記念行事としてアクセスのソフトを購入し、全員のパソコンにインストールしました。そしてアクセスの勉強に取り組んでおります。これからも全員協力して色々な疑問点を解決していきたいと思っております。

興味をもたれた方は是非入会され一緒に楽しみましょう。



国立長寿医療研究センター（愛知県）は、ゴルフが高齢者の認知機能を向上させるとする東大等の参加大学との共同研究結果を発表しています。

適度の運動とプレー中の思考が認知予防につながるというものです。（日経新聞3月23日）

5月17日は社友会広島支部25周年記念大会（第210回）を開催いたしました（写真を添付いたします）。

皆さん和気あいあいとパートナーをほめたり、けなしたりして楽しくプレーされていました。

ゴルフでいつまでも若々しい生活を送りましょう。



平成30年度 第1戦の成績 (NETスコア)			平成30年度 第2戦の成績 (NETスコア)			平成30年度 第3戦の成績 (NETスコア)		
第209回コンペ(18H)			第210回コンペ(18H)			第211回コンペ(18H)		
4/19 白竜湖カントリークラブ			5/17 東映カントリークラブ			6/5 安芸カントリークラブ		
順位	氏名	Par	順位	氏名	Par	順位	氏名	Par
優勝	広瀬 勇	-1.7	優勝	田畑 寛典	-0.6	優勝	松見 弘	-5.7
準優勝	山脇 隆	-0.8	準優勝	堀 雅晴	-0.2	準優勝	田畑 寛典	-2.8
第3位	西尾 弘	+1.6	第3位	村重 泰弘	+0.1	第3位	高見 修身	+0.5
ニアピン賞	ホール	OUT / IN	ニアピン賞	ホール	OUT / IN	ニアピン賞	ホール	OUT / IN
	OUT 2	河上 / 山脇		OUT 4	広瀬 / 山田		OUT 3	有田 / 田畑
	OUT 7	松本 / 谷口		OUT 8	前田 / 松見		OUT 7	谷口 / 松見
	IN 13	松本 / 前田		IN 11	清田 / 矢野		IN 14	末沢 / 清田
IN 17	末沢 / 長谷川	IN 13	杉山 / 田畑	IN 16	堀 / 市井			

**第209回社友会ゴルフコンペ（白竜湖カントリークラブ）**

優勝 廣瀬 勇さん（写真中央）

ここ数年寄る年波のせいか体力も急下降で球は飛ばず、スコアも限りなく100に近づいていました。もう無理かと思っていた80台が久し振りに出て、優勝が出来ました。嬉しく思っています。お陰で、もう少し社友会のお世話になれそうで今一度、頑張る気持ちが湧いて来ました。



準優勝 山脇 隆さん（写真左）

今年初めて参加し、どうした物かドライバーとアプローチの調子が良かった。毎回皆様と楽しく語らいながらラウンドして結果、準優勝というご褒美までいただき感無量です。次回も更に練習をして、上を目指して頑張ります。

第3位 西尾 弘さん（写真右）

桜が散って4月も中旬になるというのに寒い朝でした。朝一番で体の動きが悪く、スタートからOBでいやな気分でのスタートでしたが、体も暖まり、何回かミスがあったもののまずまずの成績で終わることが出来ました。

**社友会設立25周年記念行事及び第210回社友会ゴルフコンペ（東映カントリークラブ）**

優勝 田畑 寛典さん（写真中央）

同好会コンペにて、初めて優勝させて頂き最高の一日となりました。又、210回記念コンペでもあり、記憶に残るものとなりました。今後も好成績が残せるよう、アプローチ・パット等のミスを減らす努力をしていきたいと思えます。



準優勝 堀 雅晴さん（写真左）

70歳を過ぎ年ごとにドライバーの飛距離が落ち、体力の衰えを感じ、道具の変更で飛距離アップを試みたが思うように伸びず、ストレッチを毎日30分した結果、ナ、ナント飛距離が30~40ヤード伸びました。今回の準優勝はその成果と感じています。

第3位 村重 泰弘さん（写真右）

1ヶ月間blankがあり調子はどうか、恐る恐るスタートしましたが前半意外とスコアも伸び気持ち良くプレーが出来ました。後半に入りスコアを意識し、ひよっとすると優勝の可能性も意識し始めた途端、ミスショットの連続となってしまう精神力の弱さを露呈してしまいました。

**第211回社友会ゴルフコンペ（安芸カントリークラブ）**

優勝 松見 弘（写真中央）

H29年4月の優勝以来、久しぶりに優勝出来嬉しく思います。貯めたハンディキャップとアイアンショットを強く振れたことが勝因と考えています。ドライバーの引っ掛けを直し、さらに上を目指します。一緒にラウンドされた方にも感謝申し上げます。



準優勝 田畑 寛典さん（写真左）

まさかの準優勝、自分自身ビックリです。最近でのベストスコアが出ました。今日は、力を抜く為、80%のスイングを心がけたのが良かったのかなと感じています。

第3位 高見 修身さん（写真右）

72才頃から体力が急激に衰えたのか、以前キャリー180ヤード越えが150に満たないありさま。せめてスコア100を切りたいと挑戦してるが、あえなくオーバー。調整しているのではという輩もいるがとんでもない。ゴルフは健康のバロメーターと思い未だ挑戦中。

## 地区役員報告

企画担当幹事 金國 信太郎

中国四国等の地区会員数 6月末現在			合計			177名	
広島地区	58	山口地区	14	山陰地区	19	岡山地区	19
四国地区	24	関西関東	11	福山地区	32	3月末比	増減無

### 〔広島地区〕

山根 行雄

■ゆうゆう会 ウォーキングクラブ「H30年度 花見会」開催 4/1 佐伯区/海老山公園 10名参加 親睦旧交促進（広島支部HP OB会ニュースに公開中）。  
社友会広島支部創立25周年記念コラボ・イベント「新春宮島弥山登山」 4/14実施予定の所、雨天中止。  
別途再チャレンジ検討連絡予定。



■ゆうゆう会 「第2回世話人会」開催 5/14 JALシティ広島 7名（役員6名+特別参加オブザーバー石川雅志さん）①世話人会・総会懇親会等スケジュール再確認、[ゆうゆう会 第15周年 総会懇親会] 10/28 開催 ②登録会員名簿見直し、③新規会員（世話人一人当たり1名 動員促進）④H30年度 バーベキュー大会 8/5 アルカディア ヴィッレツジ開催実施決定  
⑤地区同好会「ミニテニスの会」創部申請の件 オブザーバー石川雅志より、佐東公民館での地区同好会「GENNKI」に参加・取組状況を使用用具やゲームDVDにて紹介。今後、広島地区の同好会員が増えた時点で「シャープ同好会」としてクラブ申請予定

### 〔山陰地区〕

山澤 純一

■今回、山陰地区の報告は特にありません。

### 〔岡山地区〕

池田 征三郎

■今回、岡山地区の報告は特にありません。

### 〔山口地区〕

松田 正博

■特に定例の行事はありませんが、9月に有志で民宿釣り大会を開催予定です。また今年度は会員数が少ないのでOBに働きかけ入会の勧誘を行い活性化を図りたく活動します。

### 〔四国地区〕

尾崎 巧

■今回、四国地区の報告は特にありません。

### 〔福山地区〕

星野 高範

■花見の会を4月3日福山城にて行いました。その後駅前の居酒屋での懇親会、愉快的な会合でありました。

■春恒例ゴルフの会、4月23、24日作州武蔵GCにて（2日目は雨強く中止）行いました。これも愉快的なゴルフでありました。

■7月～9月は、7月28日納涼会、9月25、26日秋のゴルフの会（作州武蔵GC）、8月初旬山歩きの会のローカル線の旅を計画しています。地区会の方々他多数の参加をお願いを致します。

■社友会広島支部25周年記念に合わせて、福山地区では①納涼会を土曜日に行い現役の方の参加を実施 ②事業所内にバラ園の作庭、事業所周辺草刈を計画しています。



### 〔関西・中部・関東地区〕

伊藤 宜夫

■現在の当地区の会員数は、関西8名・中部1名・関東2名の計11名です。この3月に濱田さんが広島地区から当地区に移籍されました。

■6月4日（月）興福寺、平城宮跡歴史公園にて、6名と今までで一番多い参加者で親睦会を実施しました。詳細は16ページの地区会員便りをご覧ください。

## ボランティア活動

### あったか支援隊(タスカル)

社友会の社会貢献活動の一環として、同好会『楽器演奏の会』が今年も「ドエル東志和」を訪問し、入居されている方たちと一緒に歌を歌うなど、楽しい時間を過ごしました。



詳しくは10ページの同好会活動報告をご覧ください。

## ふれあいサロン室のライブラリー充実

社友会本部会員の古川真一氏より170枚のDVDやBRが寄贈されました。『ふれあいサロン室』でご覧いただけます。また、近日中に貸出運用も予定しています。石原裕次郎：36枚、吉永小百合：13枚、西郷輝彦：5枚、舟木一夫：6枚、アニメ10枚、洋画4枚、朝ドラ、韓国ドラマ、等々懐かしいものがいっぱいあります。ご期待ください。



ふれあいサロン室



古川真一氏のDiscストック

標準カメラに動画専用カメラをプラス、シーンに合わせて最適な撮影ができる AQUOS R2を紹介します。

★スマートフォンで世界初\* AIライブシャッター  
動画専用カメラで動画撮影しながら、シーンに応じ高画質の標準カメラで、AIがおすすめの写真を同時撮影。

\*二眼アウトカメラ搭載のスマートフォンにおいて、片方のカメラで動画撮影中に、もう片方のカメラで静止画を撮影できる機能が世界初。2018年6月8日発売、シャープ調べ。

動画を専用カメラで撮影しながら、写真を高画質標準カメラで同時撮影!



★超広角カメラ 最大135° \*大迫力ムービーが撮れる!  
ディープフォーカス(奥から手前まで全面にピントが合う)を組み合わせた動画専用カメラで、被写体が動いてもピントの合った臨場感のあるムービー撮影ができます。

\*手ブレ補正使用時は画角が狭まります。



★標準カメラ：約2,260万画素の高画質写真が撮れる!  
新エンジン「ProPix」で、ノイズを抑えて夜景シーンも美しく。AIオートでシーンにピッタリのモードを自動でセレクト。

★インカメラが楽しい!  
自撮りも最適、高画質で広々撮れて楽しさUP!  
背景をぼかして雰囲気のある写真も撮影できます。



★★★話題の最新スマホ★★★



AQUOS R2  
SH-03K

docomo

2018年6月8日発売



AQUOS R2  
SHV42

au

2018年6月8日発売



AQUOS R2

SoftBank

2018年6月8日発売

※商品写真および画面・画像はイメージです。

関西・中部・関東地区委員長 伊藤宣夫

現在の当地区の会員数は、関西8名・中部1名・関東2名の計11名です。この3月に濱田さんが広島地区から当地区に移籍されました。今回は、本年度最初の親睦会を開催しましたので報告します。

開催日は6月4日（月）、梅雨入りを心配していましたが幸いにも当日は快晴、少し暑かったですが、10：30分現地集合。参加者6名と今までで一番多いのだと思います。支部設立25周年を祝っているようです。

参加者の新山さんは、現在 奈良に在住で平城宮跡歴史公園のボランティアガイドをされており、今回この歴史公園を中心とした散策の計画を立案していただき案内してもらいました。

まず最初に訪れたのは駅のすぐ近くにあり興福寺です。この寺の中心的建物であります中金堂は奈良時代に創建されましたが焼失したため、300年ぶりに再建が進められ本年10月には落慶法要が執り行われる予定で工事用足場は取り除かれ外観は見れると思いましたが、まだ外されておらず見れませんでした。



北京料理店「百楽」で

その代わり国宝館を参観、国宝45点、重要文化財19点、中でも天平彫刻の傑作 阿修羅像は有名です。

昼食は、近鉄奈良駅ビルの最上階にあり眺望がよい「北京料理店 百楽」で楽しく頂きながら奈良の街を一望出来ました。

食後、市内バスに揺られて平城宮跡歴史公園へ。遣唐使船の実物大の模型が公園の入口で見ることが出来ます。この公園は奈良市内に広がる特別史跡平城宮跡を計画地とした国営公園です。国営公園としての全体開園はこれからですが本年3月24日に朱雀大路を中心に観光拠点ゾーンとして整備していた「朱雀門ひろば」が一部開園しましたので訪れることとしたものです。



朱雀門を背景に

平城宮は和同3（710）年に藤原京が遷都されたもの。現在 発掘調査が進んでおり、その調査内容等を参考に平成22年に平城遷都1300年祭に合わせ平城宮の中心的建造物「第一次大極殿」が完成。それより前の平成10年には外国使節の送迎などに使用された重要な建物「朱雀門」が復元された。藤原から北へ平城京の正門「羅城門」に突き当たる。羅城門をくぐると、幅75メートルもの朱雀大路があった。羅城門から4キロ先に平城宮の正門 朱雀門がそびえ立っていた。

この朱雀門前の広場を「朱雀門ひろば」と呼び、この3月に東側に平城宮いざなぎ館、西側に観光交流施設が整備されました。このいざなぎ館に入館。ここでは発掘調査による出土品、各種資料の展示説明、最新の技術を用いたディスプレイなどがあり、よくわかるようになっています。又、新山さんの親切な説明で展示内容よりもより深い説明でさらに理解を深めました。

観光施設内の休憩所でコーヒなどを飲み、一服後、次回は10月、または11月に親睦会を開催することを確認し、4時頃現地解散しました。

**新入会員の紹介 (含む移籍者)**

2018年4月1日～6月末までの入会者 敬称略

わたなべ しんじ

渡辺 慎治 No.6648 SMJHS社 中国統轄 岡山支店

広島支部会員数 482名、2018年6月末現在

シャープ社友会会員数				6月末現在	4,801名
本部	2,829名	東北	143名	栃木	329名
東京	650名	中部	211名	広島	482名
九州	157名	2018年3月末比		38名 減	

**広島支部行事予定 2018年07～09月**

7月27日(金) 役員会/ふれあいサロン  
 8月26日(日) ふれあいフェスティバル2018  
 9月28日(金) 役員会/ふれあいサロン

**編集後記**：社友会広島支部発足25周年記念行事が先日行われ、私もビデオ撮影で少しだけお手伝いさせて頂きました。当会報hibikiも、今号で86号となります。これも会員の皆様のおかげです。節目となる100号を目指して編集担当一同頑張りますので、皆様のご協力宜しくお願いします。 Y.U.