

# 群馬菱の実会だより

<http://www18.ocn.ne.jp/~hishimig/>

(本紙は「群馬菱の実会ホームページ」から、毎月1日に、カラーで綺麗にご覧頂けます。ネットでの閲覧をお奨めします)

## 平成25年度・群馬菱の実会総会の報告

「おひさしぶり」「“やあ”お元気そうで…」と言った会話が飛び交い、一年ぶりの再会を懐かしむ雰囲気のなか、平成25年度の「群馬菱の実会」総会が馬電ゲストホールで開催されました。

受付開始予定時間の14時前から多くの方がお見えになり、其々近況等の情報交換を行ったり、食堂で行われた会員の作品展示会場(絵画・写真・墨絵・書道)へ足を運んでおりました。総会開始前に行われた工場見学会では、日々変わりゆく生産現場の最前線を見学させていただき感激。

総会は、会員161名が参加の下、会長挨拶に続き、ご来賓(荻原労組委員長、内田所長)からの挨拶をいただきスタート。ご来賓の挨拶からは、馬電の頑張っている様子を窺い知ることができ、菱の実会員として心強く感じた次第です。挨拶の後、議事も滞りなく終了し、最後に全員で「青い山脈」を合唱し大歓声。その後、全員の記念撮影をロータリー前で行い、懇親会場へ移動(懇親会には65名参加)。懇親会は、昨年までのカラオケをメインとする内容から、会話(情報交換等)を中心とした内容に趣を変え、組合・会社幹部の方を交え懇親を図ることができました。

会員が年々高齢化するなか、次年度以降もより多くの方に参加いただけるよう、皆様からのご意見等を伺い、魅力ある総会にして行きたいと思います。



### 【 平成25年度群馬菱の実会 役員 】 総会でご承認頂いた今年度役員をご紹介します

役員名	氏 名	役割分担、担当
会 長	二宮平太郎	菱の実会統括、菱の実会だより編集・発行責任者
副 会 長	上村 統久	だより編集担当、群馬菱の実会名簿管理担当
	高柳 静雄	(兼)事務局長 事務統括、だより編集委員、親睦旅行リーダー
会 計	・生田 三郎 (だより編集委員、親睦旅行担当) ・境野 利夫(だより編集委員、親睦旅行担当)	
事務局幹事	・中庭 徹 (慶弔関係担当) ・井上 佳久 (ボランティア、親睦旅行担当) ・橋本 功衛 (名簿管理・だより編集委員)	
幹 事	・竹沢 宏 (ゴルフ会リーダー) ・関根 詔三 (ゴルフ会担当) ・川口 博 (ゴルフ会担当) ・島 保夫 (グラウンドゴルフリーダー) ・平賀 一 (グラウンドゴルフ担当) ・大橋 浩 (カラオケ会リーダー、親睦旅行担当) ・窪田 秀治 (囲碁会リーダー) ・大塚 俊郎 (囲碁会担当) ・荒井 昭三 (麻雀会リーダー) ・小林 昌樹 (麻雀会担当) ・栗原 正吾 (将棋会リーダー) ・細野 孝雄(パソコンサークル担当) ・篠崎 辰夫(だより・HP編集作成、パソコンサークルリーダー)	
会計監査	・窪田 秀治 ・高橋 勝美	
顧 問	境野 賢治	

総会のスナップ写真と動画を、ビデオムービーに編集し、「菱の実会ホームページ」に掲載しましたのでご覧下さい。

## 【新入会員紹介】

小川 幸治さん（平成25年3月入会）

太田市粕川町



出身：秋田県湯沢市  
横手工業高校機械科卒

- 1) 1967年4月入社、特電工作課 溫水器係(第4工場)に配属  
①小型温水器の製造技術 ②静電にて電子レンジの実習～移管受け
- 2) 1974年12月：設計(応用商品製造部・応用品技術第一課)に移籍  
①電子レンジの設計 ②輸出レンジ1号機(ET601)開発
- 3) 1976年3月：技術部・電技三 G～技術一課～電化機器市場部・第一課にて輸出レンジ担当
- 4) 1981年12月：電化機器市場部ホームエレクトロニクス課  
①ゴルフ練習機の開発、寒風の中での試打測定、Gトーナメント会場でのデモ、新技術開発財団「市村賞」授与等思い出深い(下名ゴルフを始める)
- 5) 1983年4月：技術第二部～開発部(以降、VAセンターを約10年間兼務)  
①MSX ホームコンピュータ②テレコムステーション
- 6) 1989年4月：情報機器製造部情報機器開発一G(電話機事業開始)  
①台湾 SINOCA 社より OEM ②コードレス留守電の開発
- 7) 1995年4月：情工課へ移籍(後、菱馬テクニカ基板製造部となる)  
①PHS の立上げ ②店舗別小ユニット(家計簿システム)導入、③移通統&名電基板受託 ④RAC&FH 基板のバーター生産、⑤アメ製、給湯機基板の全面内作化推進
- 8) 2003年4月：三菱電機ロジスティクス(株)に転籍、同群馬事業所2012年3月迄勤務(62才)

## 第60回記念 ゴルフ愛好会コンペ



4月9日(火)に上武ゴルフ場に於いて、第60回記念菱の実会ゴルフ大会を実施しました。今回は満開の桜を見ながら楽しくプレーをする予定で計画しましたが、3月に異常な暖かさが続き3月中に満開になってしまい、当日は葉桜になってしまいましたが37名の参加で楽しいゴルフを行うことが出来ました。今回は記念大会ということで、久しぶりでプレー終了後にレストランでパーティーを実施し楽しい時間を過ごしました。  
結果は特権をいかして益子喜雄さんが優勝しました。また今回第1回から第59回までの成績を集計しましたが、最多優勝は7回の坂田修さんでした。皆様のご協力に心より感謝申し上げます。  
次回の大会は、6月11日(火)に予定しています。(上武ゴルフ場)

## 【会員投稿】

新老人の生涯モデル指針の策定を

鳥取市 高橋 正晨

いわゆる新老人と言われる最近の老人には、寿命が格段に伸びたための色々な対応が必要であります。にも拘らず、大多数の新老人にはそれができないという現実が山積されているようです。従って、今こそ新老人の生涯モデル指針を策定し、的確な対応をさせることが極めて大切であると思われます。

現在、鳥取県後期高齢者医療広域連合の鳥取県後期高齢者医療懇話会の委員ですが、平成23年度鳥取県

後期高齢者医療「保険料と一部負担割合の分析」が纏まりました。その結果は貧乏県を象徴するように保険料や医療負担(窓口負担割合)が少ない人の割合が極端に多く、後期医療制度の運用が本質的に困難であることが分かりました。

民主党が後期医療制度の改革を提案していたのですが、「社会保障と税の一体改革に関する民主・自民・公明との3党合意」によって実質的に反故にされました。

寝たきりで意識のない人の「胃ろう」は患者の負担や倫理的にも検討する必要があるように思われます。日本の場合は、医療機関が一度延命処置を行えば、その後、医療機関も家族も勇気を持って中止することができずに何年もそのままになるケースが多いようです。

3月24(金)～25日(日)の3日間、三枝成彰さんや林真理子さんなど全国的に著名な文化人約150人が鳥取に集結して、質の高いシンポジウムや音楽会、各種講座で構成する「エンジン01 文化戦略会議オープencollegue in 鳥取」が鳥銀文化会館他で開催されました。この際、先端医療に携わる医師が討論された高齢者医療問題の講座で、「新老人の老人学の確立」を提案させていただきました。

また鳥取県後期高齢者医療広域連合が9月4日に倉吉市倉吉未来中心ホールで開催された「平成24年度鳥取県高齢者健康づくり推進大会」での順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座 白澤卓二教授の「いつまでも若々しく生きるために」を聴講させていただき次のこと教えていただきました。

ギネスに載っているフランスのジャンヌ・カルマンさん(女性)は122歳まで生き、生前長生きの秘訣はとの質問に「病気にならないこと」と答え、予防医学の大切さ、早くからアンチエイジングをしていたことが分かっています。

日本人は100歳以上が現在48,000人(平成24年9月14日、敬老の日を前にした厚生労働省の調査によれば、51,376人に増加している)いますが、80%が寝たきりで、バリバリは20%しかいないそうです。何をやつたらこの20%に入るか、介護予防に大切なことは、①自分の足で歩けること ②頭がボケないことです。アメリカ人の33%、日本人の35%はアルツハイマーになっており、薬では治らないので、介護費用は減らない。

低栄養予防のポイントは、①食事は1日3回摂り欠食は絶対に避ける ②肉:魚=1:1 ③食欲がないときは、おかずを先に食べることです。

アンチエイジングの実践は、①食事はカロリー70%に制限 ②運動 ③生きがい であり、糖尿病は食べすぎであります。

食べ過ぎないためには、①30回良くかむ ②野菜や海藻を食べる ③3食規則正しく食べる ④1人分ずつに分ける。野菜を先に食べる。朝食は抜かない。食べ放題、飲み放題はしないで、定食がよく、焼魚定食でサラダを追加注文するとよい。

野菜や果物には抗酸化作用のある植物性フェトケミカルがあり、例えばブロッコリーには200種類、サラダには500～900種類のフェトケミカルがある。ブドウのレスベラトロール(赤ワインに含まれ皮にある)は長寿遺伝子を活性化させる。長寿遺伝子は体のサビ付きを減らすようにコントロールしてくれる。

複数の野菜のジュース(ミキサーに依るものは繊維があるので良いが、ジューサーに依るものはいけない)を週3回以上飲んでいる人は76%、週1～2回では16%アルツハイマーが少なくなる。50歳以上から飲むとよい。

纏めとして提案したいことを下記します。新老人は昔の老人と違って、20～30年も長生きするようになってきた。これによって、医者に言わせると、様々な症状や病気が発生し、これに対する色々な対処が必要となってきた。後期高齢者と言われるようになったのもこの結果である。後期高齢者が発病すれば総じて病気は完治せず死に至るまで莫大な治療費がかかることになる。後期高齢者の医療処置と介護問題、救急処置と延命処置問題、脳死判定と臓器提供問題などについて、医療側の医師会、学識経験者、後期高齢者を含む保険者などで現状分析、医療改善方策、社会道徳、倫理問題などを含む検討を行い、新老人に至るるべき生涯モデルを策定し、新生児から後期高齢者の最後に至るまでの指針を示していくべきだと思います。

これによって、健康維持の増進を図り、各種国民皆保険の無駄を省き、介護保険の無駄も省くことができると思うからです。

新老人の老入学が各方面の検討で確立されれば、生産的で効率的な生涯設計を各人が立てることができ、有意義で経済的に無駄の少ない人生を送ることができますと確信いたします。

今こそ、社会全体でこの取り組みを推進してもらいたいと思います。死ぬ時にどんな状況になろうとも、自分の人生は医療的にはベストに近い対応ができたと思える社会保障制度であって欲しいと思うからです。同時に自分は人生を通じて一生健康維持の努力を尽くしたと言う思いの中で死を迎えて欲しいものであると思うからです。

現在の100歳以上の80%が寝たきりであることを直視し、とるべき医療対策と改善努力目標を設定し、国民すべてが健康維持に正しく挑戦できる社会の構築が必要ではないでしょうか。

『アミエルの日記』の中で、「人生は、だんだんに諦めて行くこと、絶えず我々の抱負、我々の希望、我々の所有、我々の力、我々の自由を減らして行くことの修業である」と言っております。

キケロは『老年について』の中では、「平穏にして温和な老年は、静かに、清く、優雅に送られた生涯の賜物である」と言っております。

『レオナルド・ダビンチの手記』の中では「あたかもよく過ごした一日が安らかな眠りを与えるように、よく用いられた一生は 安らかな死を与える」と言っております。

## ◇ おしらせ ◇

直に市外局番のないものは 0276 です

行事	日時	場所	申込み、他
5月の囲碁愛好会	5月13日(月) 9:30~	ブライダルスクール	ご自由にご参加ください
5月の麻雀愛好会	5月9(木)、23日(木) 9:30~17:00	ブライダルスクール 会費 1000円	申込み 5/7 日、21 日まで 荒井 昭三 (52-0803) 小林 昌樹 (38-0964)
5月の将棋愛好会	5月27日(月) 9:30~	ブライダルスクール	ご自由にご参加ください
第71回 春季 グラウンドゴルフ大会	5月27日(月) 9:30(集合9:15)	利根G/G場 (会費:500円)	申込み: 5月 19 日(日) 島 保夫 (52-0889) (雨天中止)
第61回ゴルフ愛好会	6月11日(火)予定	上武ゴルフ場	川口 (56-2678) 関根 (31-8410) 長谷川 (0270-74-2056) 竹沢 宏 (52-2271)
6月のカラオケ月例会	6月3日(月) 17:30~21:30	「まねきねこ」 0276-52-3450	申込み: 6月 1 日まで 大橋 浩 (52-3866)
6月のパソコンサークル	6月3日(月) 13:30~14:45	労組会議室	ご自由にご参加ください
6月の幹事会	6月3日(月) 15:00	労組会議室	
5月の編集委員会	5月20日(月) 13:30	労組会議室	

## 訃報



高橋 高房さん（享年88歳） 太田市亀岡町  
3月31日ご逝去されました。ご冥福をお祈り申し上げます。



朝日

大小ご宴会・ご会食 52-0112\*

群馬県知事許可番号(般-14)第20247号

- ・公共下水道切替工事
- ・工事給湯据付工事

見積無料  
お電話一本即参上

富昇設備工業

太田市大字町11 (事)852-0755  
御52-0755  
太田市亀岡町571-1 (自)852-1484

## 編集後記

最近本紙について、内容充実化の評価を頂く一方で、文字が小さくなつて見づらくなつたという声も聞かれます。たしかにこのところ本紙に掲載する情報量が増えており、限られた紙面に収めるために文字を小さくするなど編集に大変苦労しております。ただこれは、皆さんの積極的な投稿と会の活動活発化のあらわれでもあり、会としてはむしろ好ましいことかもしれません。いずれにしてもできるだけ文字を大きく、絵や写真を増やして見やすく読みやすい紙面づくりに努めていきたいと思いますので、原稿の簡潔化やビジュアル化など皆さんのご協力をよろしくお願い致します。なお、NET からだと、文字を大きくしてカラーで綺麗にご覧頂けます。ぜひ本紙を「菱の実会ホームページ」からご覧頂くことをお勧め致します。（篠崎 記）

発行 2013-5-1 No. 241

発行責任者 二宮 平太郎

● 編集：「菱の実会だより」編集委員会

● 事務局 三菱電機労働組合群馬支部内

〒370-0492 群馬県太田市岩松町 800

TEL 0276-52-3874 Fax 0276-52-3207