

# 松九会

松九会スローガン

友愛と連帯のもと  
相互の親睦を深め  
健康で意義ある人生を送ろう

会員数640人(2007年7月1日現在)

## 平成19年度地区総会を開催

さる4月26日に行われた松九会定期総会を受けて、地区総会が開催され、議案書に基づき18年度の活動・決算報告と19年度の方針等について説明・確認がなされた。その後、地区独自の活動計画等の提案・説明があり、新年度のスタートが切られた。

### 熊本

5月10日  
玉名温泉司の湯



また、それぞれに懇親会などが行われ楽しいひとときを過ごされた。

1. 地域単独で同好会を立ち上げる。

2. 会員資格者への加入勧誘。

3. 懇親会を年3回、内1回は事業部責任者、組合幹部との交流。

4. ゴルフ大会を年6回、内1回は他地区との交流。

5. 釣大会年3回。

を決め、次の委員を選出した。

●レポーターに中川祥次さん。

●ゴルフに世利良雄さん。

●魚釣りに吉野則康さん。

●会計係に広田信一さん。

### 佐賀

5月12日  
鳥栖・光林飯店



昨年12月の懇親会の会計報告と幹事から19年度地区活動計画を説明。その後審議に入る。

(深江良輔)

羽根幹事より地区活動への支援感謝があり、スライドで総会内容説明。会員の増加対応のため地区活動推進者として、

●地区委員に小林正勝さん。

●パソコン交流会に樋口靖則さんを選出した。

新会員の紹介後、懇親会では高岡誠一さんの手作り逸品「竹細

工の一輪挿し」など十数点の提供があり、全員手製の紙飛行機で争奪戦を行い、拍手・歓声で童心にかえり、元気な再会を祈念し閉会した。

(中嶋克彦)



### 福岡西

5月15日  
喜八荘

西地区物故者へ黙祷・新会員の自己紹介に続き、総会報告と06年度の活動報告・07年度計画を発表。活発な意見交換を行ない、9月に「相続問題を考える」研修会と「年末懇親会」を中心に活動を進めることとした。

(宮尾重治レポーター)

新入会員の紹介後、「パナホームのコンダクター制度」の説明も頂き、関係会社への協力も大事な使命と認識し皆さんに積極的な支援をお願いした。

(長田義則レポーター)



### 宮崎

5月19日  
松風軒

宮崎地区活動報告、会計報告と19年度方針が提案され、それぞれ承認されました。特に本年度は会員数が50名を越えたこともあり、同好会やボランティアなど地区活動への積極的な参加により活動の充実を図っていくことを参加者全員で確認しました。

さらに鹿児島地区との交流会や、会社幹部、組合幹部との懇親会を思い出に残る内容で実施することになりました。

(杉村実)



### 福岡南

5月18日  
PCC 春日寮

総会報告の後、会費納入方法の変更、会員バッジに変わる会員カードの発行、連絡網の改定、地区行事の進め方、運営等についても真剣に討議された。また

## ひらめき

最近、マスコミでは経済格差問題が盛んに取り上げられて、また情報格差などという言葉も耳にする。有難いことに我々世代は総中流(意識)と言われ、定年後も安定した生活ができ、感謝! 情報と言う事では、私などもパソコンが手放せなくなつた。松九会のパソコンクラブでも頻りに講習会を開催されておもしろい。ある講座の時には出席している▼インターネット上で進んでると思ったことは、北米西海岸へ2週間ほど旅行する計画があったので、旅行会社に頼まずにどれほどのことが出来るかトライしてみた▼インターネット上で、米国の航空会社、ホテル、鉄道会社、ツアー会社等のホームページを検索し、予約コーナーにインプットすると直ぐにメールで予約状況と電子チケットが送信されてくる。チケットをプリントアウトし、現地の窓口で呈示すればOKという事で、無事旅行ができた。リスクもあると思うが海外旅行も簡単に出来るものだと感心した▼入社後20年弱オーデオの設計をしていたが、その当時からなかなか手に入ることでできない数百万円はする測定解析機材(ソフト)が、インターネットで無料でダウンロードできるということにも驚いた▼自分が知りたいことを、検索サイトを利用することで、すばやく調べることが可能な世の中だと、感心している。

(赤司一紘)

## Gallery



「写真」 兵馬傭(始皇帝)

### 坂井 瞳さん(福岡/西地区)

先般、中国(西安)に旅行した時の写真です。紀元前200年以上前(日本では縄文式時代)に中国では既にこの様な文化と人の営みがあった事は、中国の文化の深さと歴史を改めて認識しました。



総会報告、新入会員・新世話  
役の紹介、昼食懇談会、お互い  
の近況報告、記念写真撮影等  
を行った後、

①パナホームから住宅の新築、  
改築に関するコンダクター制  
度の説明。

②羽田野会員から地雷除去のポ  
ランティア活動の報告と協力  
要請があり閉会した。  
(大神弘道レポーター)

福岡南東 5月25日  
PCC 春日寮



本年度活動方針の報告の後、  
10周年記念展示会・講演会の映  
像記録を視聴。そのあと昨年の  
地区行事の結果報告があり、本  
年度計画について活発な意見交  
換を行った。

特に本年度は地区行事の充実、  
生涯学習への積極参加などを確  
認し合い、9月18日「柳川の川  
下りとうなぎを賞味する会」、  
12月14日の「年末懇親会」が決  
定された。  
(古賀浩之レポーター)

### 鹿児島

5月26日  
伊集院町 十八番館



総会報告、鹿児島地区の06年  
度経過報告・会計報告が行われ  
た。07年度の活動計画に対しそ  
れぞれ担当を決めて企画・実  
施する事が提案され承認された。  
今後さらに会員の積極的な参加  
により、活動の充実を図ること  
とした。

今回はパナホームのコンダク  
ター制度、会員カード発行、ポ  
ランティア活動支援の説明報告  
があり、すべての内容に参加者  
全員が承認された。  
(林田栄次)

福岡中 5月29日  
PCC 春日寮

三浦会員の司会で、10周年記  
念行事の協力に感謝の挨拶。定  
期総会の内容は福田幹事と杉谷  
地区委員が説明された。  
本年より設置の「生涯学習コー  
ナー」に関して、藤井会員より  
補足の説明があった。

19年度の地区活動は、7月に  
「ザ・山笠と社めぐり」、12  
月に太宰府国立博物館見学と忘  
年会の予定が福田幹事より報告  
され、議事を終了しました。  
議事修了後はパナホームから  
のPRに続き住友信託財務コン  
サルタントより「知っておきた  
い相続の心構え：円満円滑な遺  
産相続のために…」という講演  
がありました。  
「我家の遺産相続も採める事  
を理解する」というアドバイス  
を頂き、有意義な話であり、会  
員の皆さんにも非常に好評でし  
た。  
(小野雄史レポーター)



福岡北東 6月7日  
PCC 春日寮

参加者全員での昼食は10数年  
振り再会の倉内大先輩や「これ  
から仲間に入れてください」と  
いう新入会員等で話が弾み、仕  
出し弁当がことの外美味しい昼  
食会となった。

総会は主税先輩へのご冥福・  
黙祷の後、瀬戸口幹事より報告  
と北東地区の活動報告があった。  
本年度の活動に際し「北東地  
区も74名の大所帯になりました。  
お互いの親睦を深め、健康で楽  
しく、有意義な日々を過ごした

め情報を交換し、地区活動を通  
じて交流を図っていきましよう」  
との挨拶の後、07年度の計画を  
決め、次回の再会を楽しみに終  
了した。  
●10月11日(木)能古島散策  
潮騒の海と花めぐり：  
●12月6日(木)忘年会  
時には酒も飲み交わそう：  
(山本武征)



### 短信

萩尾智成さん 福岡/南東地区

定年退職後、健康に留意しな  
がら好きな事を行っています。  
今は以前から興味を持って  
いた囲碁を地域で習い、余った時  
間を阿蘇・九重方面に遊びを兼  
ね、健康に良い水を求めて小旅  
行を楽しんでいます。



自宅にて

### きらり

仕事と父を語る

森崎英昭さん 福岡/南東地区



取材先の  
ロイヤルホスト前で

定年四年目を迎えた森崎さん  
が公私共に「きらり」としてい  
る。現役時代の経験(キャリアア  
カウンセラー資格)を生かして  
ハローワークへ再就職され、職  
員が聞きに来るベテランぶりを  
発揮した。今年3月で退職。そ  
の後九州観光マスターとして  
地域振興に貢献。更にサービ  
スケアのアテンダントの資格を取  
り高齢者・身体障害者のお世話  
を目指す。この時知り合ったグ  
ループとの交流で活動範囲を拡  
大している。また、森崎さんが  
鹿屋航空基地を訪れた時に空母  
加賀の艦上で真珠湾攻撃直前の  
パイロット集合写真の中に父の  
姿を発見したとの話を聞いて感  
動した。  
(西川有レポーター)

地域で頑張ってます  
内藤千亀美さん 福岡/北東地区



事務局長お勤め  
ご苦労さんでした

日17年秋より本年4月末まで

宗像市日の里地区コミュニティ  
センターの事務局長をされました。  
日の里地区は5、420世帯、  
住人13、100人、小学校2校、  
中学校1校の大きな地区です。  
毎日朝9時から午後5時まで、  
週6日(月曜日が休館日で休み)  
勤務の常勤。行事、課題、対応、  
納期に付いて、P・D・C・Aのサ  
イクルを廻して推進されました。  
地区の人との交流が深まり、  
安全で住みやすい町づくりはお  
互いに声を掛けあい交流を通じ  
て造られて行くものだと思います。  
そのきっかけを作り、場を提供  
し活発化させて行くのがコミュ  
ニティーセンターであり、その  
お世話役の大変さを充分に知り  
ましたとのこと。

これからこのセンターの葉草  
教室と陶芸教室で楽しみ、さら  
に、これからも地域活動に積極  
的に協力して、日の里地区の住  
みやすい町づくりに参画して行  
こうと思っています。と語られ  
ました。  
(山本武征レポーター)

### 地区だより

松熊コロンパス 熊本地区

本年度第2回コンペを4月20  
日新緑の鹿北ゴルフクラブ(山  
鹿市)で14名の参加で実施。  
当日は素晴らしい晴天に恵まれ  
新旧会員混ざり合って和気藹々  
の内にプレーを楽しみました。  
コースは山岳コース、更には  
狭いフェアウェイありの難コー  
スでしたが、岡田昇さんが見事  
優勝、準優勝には深江良輔さん

が輝きました。

「ご両者とも「歳は取れどもまだまだ若い会員には負けられない」と元氣いっぱいプレーされる姿は若い会員に感動を与えました。お互い健康に留意し次回のゴルフ大会を楽しみに散会しました。」

(高藤宣夫レポーター)



記念写真

### 軟式野球大会

### 大分地区

大分地区の木村峻さんと大賀真造さんは「大分西高シルバー」チームに所属し、定期的におこなう練習と地区の対外試合で還暦の年を忘れさせる活躍ぶり、帽子をかぶったユニホーム姿は高校野球球児そのものです。

昨年の四国「環瀬戸内海還暦軟式野球大会」参加に続いて、今年5月26日から3日間、京都府で開催された「西日本還暦軟式野球大会」に全35チーム中、大分から4チームが参加し日ごろの練習の成果を発揮し好成績をおさめました。

今年もあらたに還暦を迎えた松九会大分地区会員の数名がチームに参加予定だそうです。

(天神弘道レポーター)



チームメンバー 前列右から3番目が木村さん、後列右端が大賀さん

### 健康ボーリング大会

### 宮崎地区

6月10日、5ヶ月ぶりに11名がフエニックスボーリング場に集結、マイボール組もいて3ゲームを楽しみました。

当日の賞品は地区委員の大竹さんが得意のネットワークを駆使して(?)かき集めたもの。久しぶりのゲームに準備運動も念入りに。



元気でプレー

いよいよゲームスタート、いきなりストライクを連発する者、ゲーターを走り続けるボールを投げる者やフックボールを駆使してヘッドピンを狙う者など、拍手と爆笑の連続の楽しいプレーで日頃の運動不足も解消することができました。ハイゲームはストライク4連続の松本さんの

200点、ローゲームは〇〇さんの85点でした。ゲーム終了後にはうつつらと汗ばむほどの運動量、次回の参加を楽しみに解散しました。

(杉村実)

### 第14回里山歩き

### 佐賀地区



背振山頂ドーム前で

5月30日、吉野ヶ里の東背振農協に集合。帰路の椎原峠に車を1台置き、背振山頂駐車場まで22名が合流。山頂からの展望は黄砂で視界が悪かったが目的地の一つ鬼ヶ鼻石はくっきり見える。キャンプ場から自然歩道を展望台へ。山頂一帯の照葉樹林はひととき美しく山頂のドームが間近に見え、木陰を暫く歩き唐人舞で小休止、その少し先で昼食。休憩後は椎原峠を経て鬼ヶ鼻岩へ。ここでは岩場で腹這いになり絶壁を覗きスリルを味わった。

帰路は井手野で迎えるの車と合流締めは「東脊振・さざんかの湯」で汗を流した。今回は、背振山から井手野まで4.5kmの九州自然歩道を心地よい初夏の風と新緑を満喫した里山歩きであった。

(小林正勝)

## 同好会活動

### パソコン

### インターネット講習会

5月22日、本年度最初のセミナーを福永会員を講師に粕屋町「サンレイクかすや」に22名が参加して実施。

近年インターネットは日常生活には不可欠なツールとなっており、本セミナーはそれに応えようと企画したもので、遠く四国から高橋会員も参加されました。内容は「ちよつと役立つパソコン操作」ということで、迷惑メール対策や複数の人への同時送信、及び大量の写真を送る方法や松九会HPの「お役立ち情報」からの地図検索、鉄道、航空の経路・運賃の検索やJRの乗り換え等日常生活に有益な利用方法を学びました。

この幅広いお役立ち情報を十分に活用すれば趣味と実益を兼ねた楽しい生活が得られることだと確信する次第です。

(梶山英明)



受講風景

### 歩こう会

長崎街道「轟木宿」神埼宿」吉野ヶ里遺跡」を歩く!



吉野ヶ里歴史公園にて

6月5日、福岡市天神日銀前に57名が集合、貸切バスにて鳥栖市まで直行。

早速、江戸時代の長崎街道「轟木宿」中原宿「神埼宿」の間にあり、一里塚や宿場・神社仏閣を探索しました。

午後は「弥生人の声が聞こえる!吉野ヶ里歴史公園」を訪ね、総延長2.5kmにも及ぶ外環壕に囲まれた環壕集落内の復元建物の数々を見学しました。

当日は、親子二代にわたり吉野ヶ里遺跡の発掘保存に人生の全てをかけてこられた、佐賀県文化財課の七田忠昭さんより、弥生時代の北部九州と中国・朝鮮との国際情勢の説明と現在でも続けられている「かめ棺墓地」の発掘調査現場の案内をしていただきました。

この遺跡がわが国の国策として未来永劫保存されるよう、我々

も協力しなければと心に誓った次第です。歩行距離7km。

(野田弘信)

### ゴルフ

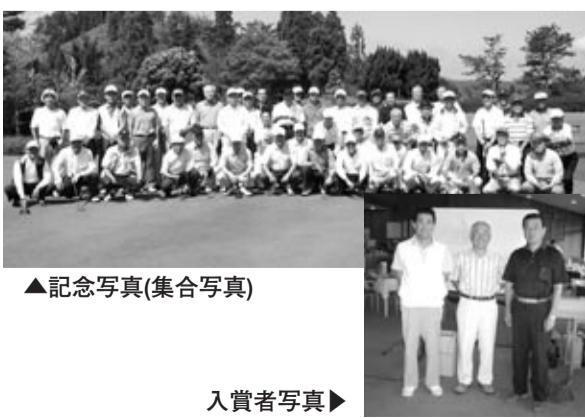
### 第2回TANPOPO 難コースに好スコア

本年度第2回福岡地区のコンペは5月31日佐賀の北山カントリークラブで開催。心配された天気も持ち直し日も差す好天気、新緑の青々とした気持ち良い景観のコースに13組51名がチャレンジしました。

天気晴朗なれど風強し?の強風と戦略性の高いコースに悪戦苦闘でしたが、実力者がネットアンダーパーを記録。少ないアンダーパーの中、優勝は見事5アンダーで古岡さんが獲得。

表彰式では北山カントリーより沢山の景品を協賛頂き、多くの人が賞品を手になれりやかな中に終了しました。成績は次の通り  
優勝：古岡利彦  
準優勝：平野政義  
3位：川村敬二

(高取修式)



▲記念写真(集合写真)

入賞者写真▶

# 健康シリーズ

## 突然人が倒れたら…

自宅で、街中で…突然、人が倒れたらみなさんどうされますか？日本では、交通事故での死者数の3～4倍もの人が病院外で心停止を起こしており、決して他人事ではありません。緊急時の対処方法を知り、いざという時に備えませんか。

### 倒れている人をみたら、まず…

#### 意識があるか確認

肩をたたき、声をかける「大丈夫ですか？」

#### 呼吸があるか確認

頬を相手の口と鼻に近づける。吐く息を頬に感じるか、呼吸音が聞こえるか、また胸や腹が動くかを見る

#### 脈があるか確認

首の頸動脈(右写真参照)を軽く圧迫し、脈があるかを感じる

左記の確認とともに…

#### 助けを呼ぶ 119番通報

名前、住所  
倒れている人の状態



## 早急な手当が大切

心臓停止後約3分、呼吸停止後約10分で、死亡率が50%といわれています。しかし救急車到着までは、平均5～6分。1秒でも早く手当を開始することが、救命率を高めます。そのためには日頃から、人工呼吸や心臓マッサージなどを学び、救急車が到着するまでに早急な手当を開始することが望まれます。

## 身近な応急手当

日常生活では様々なアクシデントが襲ってきます。身近で簡単な応急手当を知っておくと、いざというとき安心です。



#### ●鼻血が出た!

座って軽く下を向き、鼻を強くつまむ

\*頭を後ろにそらせると、血液が喉に回り、苦しくなったり、飲み込んで気分を悪くすることがあるので、上を向かない。

#### ●やけどをした!

1.水道水ですぐに冷やす

2.清潔なガーゼなどで覆う

\*水ぶくれは破らない

\*衣類を着ている場合は、その上から冷やす

## AED(自動体外式除細動器)をご存知ですか?



呼吸や脈が停止した傷病者の心電図を自動解析し、電気ショックが必要な場合に音声などの指示により実施する、安全性の高い機器です。2004年7月から、救命の現場に居合わせた一般人の使用も可能になり、現在、駅やスタジアムなどの公共施設、商業施設など大勢の人が集まる場所への設置が進んでいます。

## 写真

### 新緑の菊池渓谷を撮る



渓谷春景

5月19日、天候は渓谷撮影に絶好条件の薄曇り・時折の日差し。午前10時前に到着した我々は早速カメラと三脚を取り出し、先ずは午前の光で新緑の逆光撮影を狙える渓谷の左岸を上り、約1km上流から右岸へ移って今度は渓流の順光撮影をしながらスタート地点へ撮り下り、往復2kmの撮影に4時間を掛け、遠景の新緑、中景の滝、近景の渓流、足元の浅流と苔や落ち葉など会員夫々の視点でジックリ、しつこく、熱心にフアインダーを覗き続けた。昼食は午後2時過ぎからとなり、食後は渓谷を右岸から左岸へ逆に回って朝とは違う光と景色の見え方にシャッターを切り歩き17時頃に撮影会を終了した。

6月例会に出てくる各会員の作品が楽しみである。

(掲載の写真は、明るめの露出と長めのシャッター速度で春の柔らかな新緑と渓流をソフトに表現してみた。)HPでご覧下さい。

(柴田恭輔)

## ★私の健康法★

小川洋さん 福岡/中地区

私の健康に対する基本的な考えは、早寝・早起きと適度な運動です。その一環として毎日散歩をし

ています。朝は5時半に起床、愛犬と一緒に30分、夕方30分、土曜・日曜は1時間実行しています。以前はジョギングもしましたが、体調が悪いと「今日は止めよう」と勝手に判断して3日坊主で終わりました。

それが愛犬と散歩すると、彼にストレスを与えてはダメだと思ふ責任感から長続きします。3日坊主にはなりません!

(小野雄史レポーター)



愛犬との散歩で健康増進

## 松下グループOB会 連絡会議



連絡会議

5月7日、松下グループOB会連絡会議がナショナルリビングシヨール福岡(元松下電工シヨール)で行われた。松九会の太田会長の挨拶に続き松愛会(松下電器)、松寿会(松下電工)、松友会(松下冷機)、

松九会の今年の活動報告が行われた。今年松愛会の「地球温暖化防止」の活動報告が興味深い内容となった。また松九会の「年会費の払い込みを郵便局口座に変更する件」では、各グループから質問が出されていた。



## 各クラブの行事情報

クラブ名	予定行事	連絡先
ゴルフ	9/6 大和不動CC	江口 勝真 092-566-0885
登山	7/7 ★笠置山/福岡飯塚 7/21~ 立山・大日岳/富山 8/4 ★花牟礼山/大分 9/8~9 大篁柄岳・紫尾山/鹿児島	藤井 哲夫 092-566-0871
歩こう会	8/7 唐津街道(パート2)を歩く(浜崎~唐津)と「高島(宝島)」	野田 弘信 092-566-6134
テニス	7/25 プライツTC 8/28-29 グローバルアリーナ合宿 9/26 松原運動公園	佐藤 直之 092-565-2378

クラブ名	予定行事	連絡先
カメラ	7/20 例会 8/11 夏の撮影会 9/21 例会	柴田 恭輔 092-807-1819
パソコン	7/24 ☆ワード、エクセル初級 春日寮	木村 健一 092-573-0210
生涯学習コーナー	7/18 シネマ講座「アバウト・シュミット」	松九会事務所 092-512-9592

★は里山登りの登山教室  
年間スケジュールは「松九会」ホームページでも見れます。

クラブ員でない方でも参加は可能です。各クラブの世話役に事前にご相談されれば詳細も分かります。

## お知らせ

### ●サマーパーティー開催ご案内

実施日: 7月25日(水)  
時間: 午後1時30分(現地集合)  
会費: 4,300円  
会場: アサヒビール園  
[詳細は同封のご案内をご覧ください。]

### ●シネマ講座ご案内

実施日: 7月18日(水)  
場所: 春日寮  
時間: 午後1時30分  
タイトル: 「アバウト・シュミット」  
費用: 3,000円/1名  
[詳細は添付資料を参考ながいませう。]

## 会員の動き

(会員やご家族からのご辞退申し出を除き掲載します)

### ■お祝い申し上げます

〔古希〕昭和12年生まれ

羽根信夫 (佐賀) 6 6

水野浩二 (福岡/南) 6 6

小林三徳 (熊本) 6 6

佐藤護 (福岡/南) 7 7

中野顕 (福岡/中) 7 23

### ■新しく入会されました

5月 日下部辰美 (P.F.S.C鳥栖) 福岡/南

石橋英雄 (P.F.S.C鳥栖) 福岡/南

塚田敏之 (松下電工) 福岡/西

6月 岡村茂 (P.F.S.C鳥栖) 佐賀

森永正行 (人事グループ) 佐賀

■ご全快を祈念します

阪本定男 (福岡/西) 4 17

小松功 (福岡/西) 5 9

小宮一郎 (福岡/中) 5 9