

練馬隊友会会報（7月号）

1. 会員の動き

入退会等はありません。

隊友会理事長表彰受賞

武田 正徳 様 道面 康紀 様
ご受賞、おめでとうございます。

寄付者芳名：（令和5年6月16日から令和5年7月15日現在）

・ 終身会員の運営協力金ご寄付

（5千円）内田 芳郎 様

（3千円）福岡 敏郎 様 石綿 成行 様 有川 博志 様 岩永 正規 様

誠にありがとうございました。

2. 活動の報告

◇ 定期総会

6月24日（土）0900～練馬駐屯地において、令和5年度練馬隊友会定期総会を実施しました。特別会員を含む33名の参加を得て、総会での議案承認後、元陸上総隊司令官高田克樹氏を迎えての講演、第1師団司令部庁舎内見学、懇親会と滞りなく進めることができました。



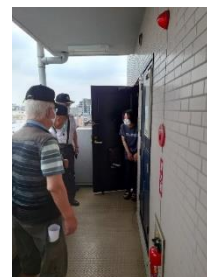
総会議案審議終了後の講話
（上）と講師の高田氏（左）

ご挨拶を頂いた方々（左から） 練馬駐屯地業務隊長 飯島1佐、
練馬区議会議員 辻誠心氏、同 柴田さちこ氏、同 酒井妙子氏

◇ 留守家族支援訓練

6月28日（水）自衛隊統合防災訓練の一環として留守家族支援訓練が練馬駐屯地で行われ、練馬隊友会から8名の支援要員が参加しました。

留守家族への安否確認訪問の場面（写真 右）



◇ 引越し相談会

7月7日（金）練馬駐屯地において、引越し相談会を開催しました。

◇ 朝霞駐屯地納涼祭

7月12日（水）朝霞駐屯地において、4年ぶりの納涼祭（一般公開）が開催され、本会の中里会長と佐伯相談役が参加しました。

◇ 観劇会

7月15日（土）会員等総勢21名の参加を得て、明治座創業150周年記念公演を観劇しました。

◇ 第52回隊友ふれあいウォーキングのご案内

○ テーマ 東松山市に国指定史跡の「松山城社及び吉見百穴」を訪ねる

○ 日 時 令和5年10月7日（土）09:00～15:00 {雨天時10月14日}

○参加申込 9月25日(金)までに世話人へ
 ※詳しくは別添「第52回隊友ふれあいウォーキングのご案内」をご覧ください。

3. 練馬自衛隊の活動

◇練馬駐屯地は、7月25日(火)駐屯地納涼祭を4年ぶりに一般公開で開催しました。

4. 会員の広場

◇隊員募集情報

(東京地本練馬地域事務所 Web サイトより)



陸上自衛隊 高等工科大学
 現役生徒及び保護者との懇談会
 日時: 8/9(水) 10時~12時
 場所: 練馬地域事務所
 ※予約不要 ※最終入場11:30
 受験相談、学校生活、福利厚生等
 何でもお答えします!

防衛大学校学生(一般)	~10/18 受付締切
防衛医科大学校医学科学生	~10/11 受付締切
防衛医科大学校看護学科学生	~10/4 受付締切
一般曹候補生	~9/5 受付締切
航空学生	~9/7 受付締切
自衛官候補生	随時受付

男子中学生・保護者・教諭等 ご参加お待ちしております
 来場者には**プレゼント**もあるよ!
 ※詳しくは**練馬地域事務所**にお問い合わせ下さい。



防衛省自衛隊 東京地方協力本部 練馬地域事務所
 住 所: 東京都練馬区豊玉北6-3-3 第8平和ビル4階
 ☎: 03-3991-8921 HP: <https://www.mod.go.jp/pco/tokyo/nerima>

◇寄稿 「私のゴルフ道 (その21)」 スイング技術編

◎打ち方のポイント

◎ドローヒッター(ショット後に真っ直ぐな軌道を描いて飛ぶが落ちる時に左に曲がる弾道)は、ピンの右側を狙う。

◎フェードヒッター(ボールが落下する直前に少し右側に曲がる弾道)はピンの左側を狙う。

(北町 方波見 東)

シヨートアイアンの引っ掛け防止

シヨートアイアンを手にしながらグリーン左に引っ掛けて外すアマチュアゴルファーが多い。私もその一人である。ライ(球がある場所の状態。打ちやすさを左右する。)が良ければ気合が入って、振り過ぎの結果フック系の球筋になる。クラブが短くなったのに、前傾姿勢は、ドライバを手にしていくときと同じように突っ立ち気味になっていないかチェックする必要がある。

この構えから、アップライト(回転軸に対して縦回転)にテークバックしようとするばアウトサイドに上がってしまう。そして、そのままアウトサイド・インの軌道で振り下ろすことになる。シャフトの長いドライバならスライス(右に飛ぶ)になるどころだが、ロフト角の大きいシヨートアイアンでは、そのまま左に飛んで行ってしまふ。理由は、ヘッドが重いのでインパクト時にフェースが目標より左を向きやすいため。

そこで、シヨートアイアンでは、スタンスを少しオープンにして、前傾姿勢をやや深くとる。

これで、ちようどアドレスで真上から見るとグリップの左小指がつま先の上にくるようになる。これなら自然なアップライトスイング。また、オープンスタンスにしているおかげで左サイドが止まることなくリストが急激に返る心配もない。

◇隊友会戦没者遺骨収集事業参加募集

(隊友会 Web サイトより)

隊友会は、国内外戦没者遺骨事業収集事業に、令和元年度から（一社）日本戦没者遺骨収集推進協会の社員団体として参画しています。

つきましては、令和5年度の遺骨収集事業への参加者募集を行いますので参加を希望される方は、お申し込みをお願いします。なお、過去に参加申し込みをされた方は、改めて参加申し込みを頂く必要はありません。

○派遣地域

国内 硫黄島

国外 東部ニューギニア、ビスマーク・ソロモン諸島

○募集期間

令和5年6月9日（金）から令和6年3月29日（金）の間、随時

○応募条件

・隊友会正会員であること

・70歳以下（お申し込みの時点で） など

※詳しくは隊友会ホームページをご覧ください。

URL <http://www.taiyukai.or.jp/honor/ikotubosyu.html>

(QRコードからも可)



5. 季節の言葉 「南風(はえ)」

佐伯忠史

愈々本格的夏だが、南風の事を「はえ」と呼ぶのを御存知だろうか？元々西日本の漁師の言葉だから関東以北の人には「なじみ」が無いかも。東風を「こち」と云うのは、菅原道真の「東風(こち)吹かば にはひおこせよ梅の花 主(あるじ)なしとて 春なわすれそ」と云う有名な歌があるから子供でも知っているが。

語源は沖縄言葉らしい。沖縄では南の方角の事を「はえ」と云う。

梅雨明け前後から夏の晴天時に吹くのを「白南風(しらはえ)」。雨を伴うものを「黒南風(くろはえ)」と云う。荒れ模様の際は「荒南風(あらはえ)」と云う。この風が吹くと海が荒れ、五斗(六俵)の米を食べ終わるまで出漁できないという処から「五斗食いはえ(福岡県)」とか「六俵はえ(長崎県)」などともいう。

一方、「山背(やませ)」と云うのは、東北の言葉で西日本の人はあまり知らない(使わない)。やはり夏の風だが、大陸の寒気団がフェーン現象で冷たい風を吹きおろし、冷害を引き起こす。史上何度も飢饉を招いた恐ろしい北寄りの季節風。

ヨーロッパでも地中海に面した地域では「ボラ」、「ミストラル」と云った日本の「やませ」の様な風や、逆にアフリカからの乾燥熱風「シロッコ」がある。

人工衛星の活用等で気象科学は目覚ましい進歩を遂げているが、それにも増して近年の局地予測は難しさを増している(地球温暖化やエルニーニョ現象等の影響、線状降水帯の発生等)。

風の音に四季の移ろいを感じる美しい日本であり続けて欲しいものだ。

白南風や	化粧にもれし	耳の蔭	草城
白南風や	買い物籠を	男が提げ	樵二郎
孫の髪	刈る手にそっと	南風の吹く	史岳

6. 健康ニュース 「夏かぜの予防」

塩井 與志行

かぜのウイルスは200種類以上あると言われています。かぜのほとんどはウイルス感染が原因(90%前後)で起こります。(其の外のかぜの原因には、細菌、クラミ

ジア、マイコプラズマなどがあります。) 夏かぜのウイルスと冬・秋・春かぜのウイルスとでは、種類が異なります。

◇夏かぜの代表的なウイルス

①「エンテロウイルス」

エンテロウイルスのエンテロとは「腸の」ことを言います。熱くて湿度が高いところを好むウイルスで腹痛や下痢など腸障害を伴うものが多いのが特徴です。多くは経口感染し、咽頭や腸管で繁殖して発熱、気道感染、消化器感染を起こします。

②「アデノウイルス」

アデノウイルスのアデノとは「のど」の意味です。呼吸器と腸で繁殖し、のどの痛み、発熱、激しい咳が特徴です。プール熱（結膜炎や高熱、のどの痛み、下痢など）、急性灰白髄炎、手足口病（手・足の裏、口の中に小さな水ぶくれができる）などの疾患をもたらします。

◇予防

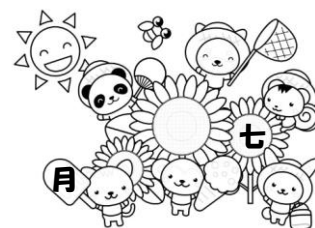
- ・クーラーによる冷え過ぎ、暑さによる体力消耗に注意しましょう。（クーラーは適温に設定し、心地よい環境にしましょう）
- ・手洗いを心がけましょう。
- ・寝不足のないよう休養を十分にとりましょう。
- ・水分の補給も大切、軽い運動も心がけましょう。
- ・ビタミン不足のないように野菜を豊富に摂り、バランスの良い食事をしましょう。

◇治療方法

- ・下痢をしたら（下痢はウイルスを排出）
下痢が何日も続いたり、一日10回以上の水っぽい下痢や、便に血が混ざっている場合などは診療を受けてください。（下痢止めを簡単に飲むと、ウイルスの排出が遅くなります）
- ・熱がでたら（解熱剤をおやみに使用しない。目安として大人は38℃、子どもは38.5℃以上になってから）
頭や首の脇、脇の下、太ももの付け根など太い動脈のところを冷やしたり、クーラーなどで快適な環境をつくりましょう。

<事務局からのお知らせ>

- 8月入会の方へのご案内を同封させていただきます。
 - 転居、入退会、その他のご連絡・お問い合わせ等の連絡先
会長 中里真朗 電話：090-5519-5262
メール：naka_chary0425@yahoo.co.jp
- または、総務係 宮中千代三郎 電話：080-8826-7831



次回役員会開催予定

- 8月23日（水）17:30～ 練馬北町地区区民館
- 9月27日（水）17:30～ 練馬北町地区区民館

第52回隊友ふれあいウォーキングのご案内

1 テーマ 東松山市に国指定史跡の「松山城社及び吉見百穴」を訪ねる

松山城は比企丘陵の先端に築かれた北武蔵地方屈指の平山城で、築城年代は不明であるが鎌倉（古河）公方足利成氏と関東管領・山内上杉氏、扇谷上杉氏が対立した享徳の乱の頃、太田資清・持資（道灌）により川越城が築城された祭、北の抑えとして整備されたと云われる。

その後、後北条氏により川越城を落とされた扇谷上杉氏が松山城を居城とするが、天文15年（1546）川越城の戦いに敗れ扇谷上杉氏が滅亡すると、扇谷上杉氏の旧臣であった太田資正が一時期松山城に入るが、天文16年（1547）北条氏康は太田資正を服属させ旧扇谷上杉氏領を手中に収めた。

吉見百穴は古墳時代後期～終末期（6世紀～7世紀後半）に造られた横穴墓（よこあなほ）で、大正12年（1923）3月に国の史跡にしていされている。横穴墓は丘陵や台地の斜面を掘削して墓としたものだが、死者が埋葬された主体部の構造は、古墳時代後期に築造された古墳の横穴式石室と殆ど同じである。

2 日時 令和5年10月7日（土）09：00～15：00 {雨天時10月14日（土）} ※7日（土）、14日（土）とも、朝6時頃に傘を必要とする程の雨の場合は中止

3 集合時間及び集合場所

10月7日（土）0850、東武東上線「東松山駅」改札所出口付近

4 探訪経路

東松山駅ー吉見百穴ー吉見観音（安楽寺）ー松高記念館ー箭弓稲荷時神社ー東松山駅
※今後の偵察により変更する場合があります。

5 携行品 飲料水、汗拭きタオル

6 昼食会

ウォーキング終了後、東松山駅周辺で、昼食会を実施します。

7 参加申し込み

9月25日（金）までに、下記世話人へ

令和5年7月16日（日）

武蔵野の史跡を巡る会 世話人 道面康紀
TEL 80-6584-3262
Eメール ys-domen@jcom.home.ne.jp