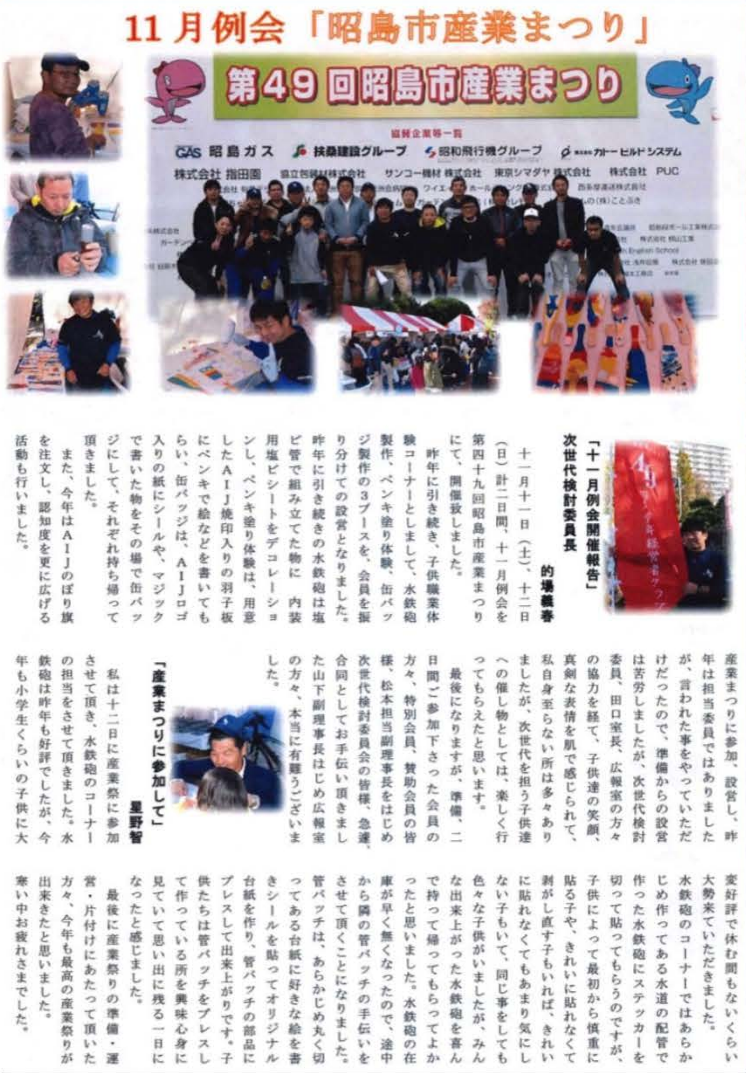
歴代かわら版解説
2017年12月号


第49回昭島市産業まつり
協賛企業等一覧
GAS 昭島ガス
扶桑建設グループ
昭和飛行機グループ
カトービルドシステム
株式会社 指田園
サンコー機材 株式会社
東京シマダヤ 株式会社
株式会社 PUC

11月例会「昭島市産業まつり」

「十一月例会開催報告」

次世代検討委員長　的場義春

十一月十一日（土）、十二日（日）計二日間、十一月例会を第四十九回昭島市産業まつりにて、開催致しました。

昨年に引き続き、子供職業体験コーナーとしまして、水鉄砲製作、ペンキ塗り体験、缶バッジ製作の3ブースを、会員を振り分けての設営となりました。

昨年に引き続きの水鉄砲は塩ビ管で組み立てた物に　内装用塩ビシートをデコレーションし、ペンキ塗り体験は、用意したＡＩＪ焼印入りの羽子板にペンキで絵などを書いてもらい、缶バッジは、ＡＩＪロゴ入りの紙にシールや、マジックで書いた物をその場で缶バッジにして、それぞれ持ち帰って頂きました。

また、今年はＡＩＪのぼり旗を注文し、認知度を更に広げる活動も行いました。

産業まつりに参加、設営し、昨年は担当委員ではありましたが、言われた事をやっていただけだったので、準備からの設営は苦労しましたが、次世代検討委員、田口室長、広報室の方々の協力を経て、子供達の笑顔、真剣な表情を肌で感じられて、私自身至らない所は多々ありましたが、次世代を担う子供達への催し物としては、楽しく行ってもらえたと思います。

最後になりますが、準備、二日間ご参加下さった会員の方々、特別会員、賛助会員の皆様、松本担当副理事長をはじめ次世代検討委員会の皆様、急遽、合同としてお手伝い頂きました山下副理事長はじめ広報室の方々、本当に有難うございました。

「産業まつりに参加して」

星野智

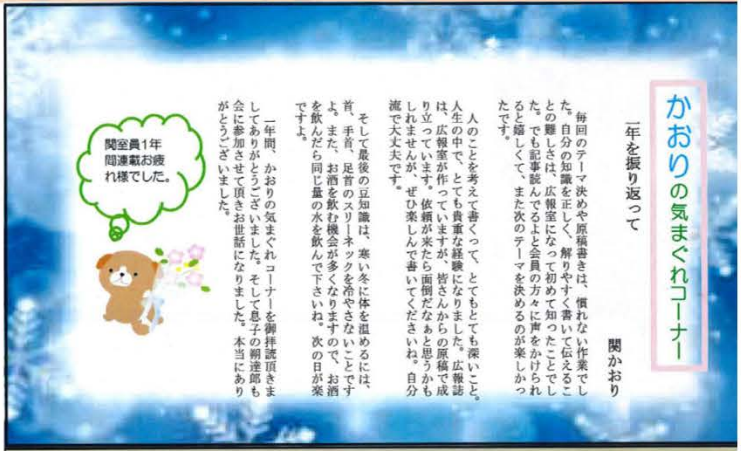
私は十二日に産業祭に参加させて頂き、水鉄砲のコーナーの担当をさせて頂きました。水鉄砲は昨年も好評でしたが、今年も小学生くらいの子供に大変好評で休む間もないくらい大勢来ていただきました。

水鉄砲のコーナーではあらかじめ作ってある水道の配管で作った水鉄砲にステッカーを切って貼ってもらうのですが、子供によって最初から慎重に貼る子や、きれいに貼れなくて剥がし直す子もいれば、きれいに貼れなくてもあまり気にしない子もいて、同じ事をしても色々な子供がいましたが、みんな出来上がった水鉄砲を喜んで持って帰ってもらってよかったと思いました。水鉄砲の在庫が早く無くなったので、途中から隣の管バッチの手伝いをさせて頂くことになりました。

管バッチは、あらかじめ丸く切ってある台紙に好きな絵を書きシールを貼ってオリジナル台紙を作り、管バッチの部品にプレスして出来上がりです。子供たちは管バッチをプレスして作っている所を興味心身に見ていて思い出に残る一日になったと感じました。

最後に産業祭りの準備・運営・片付けにあたって頂いた方々、今年も最高の産業祭りが出来きたと思いました。

寒い中お疲れさまでした。


関室員1年間連載お疲れ様でした。

かおりの気まぐれコーナー

一年を振り返って

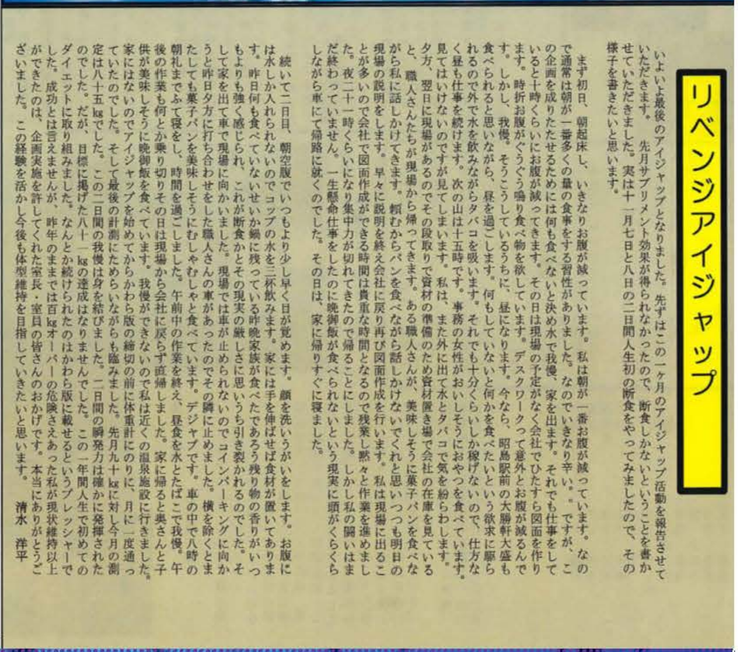
関かおり

毎回のテーマ決めや原稿書きは、慣れない作業でした。自分の知識を正しく、解りやすく書いて伝えることの難しさは、広報室になって初めて知ったことでした。でも記事読んでるよと会員の方々に声をかけられると嬉しくて、また次のテーマを決めるのが楽しかったです。

人のことを考えて書くって、とてもとても深いこと。人生の中で、とても貴重な経験になりました。広報誌は、広報室が作っていますが、皆さんからの原稿で成り立っています。依頼が来たら面倒だなぁと思うかもしれませんが、ぜひ楽しんで書いてくださいね。自分流で大丈夫です。

そして最後の豆知識は、寒い冬に体を温めるには、首、手首、足首のスリーネックを冷やさないことですよ。また、お酒を飲む機会が多くなりますので、お酒を飲んだら同じ量の水を飲んで下さいね。次の日が楽ですよ。

一年間、かおりの気まぐれコーナーを御拝読頂きましてありがとうございました。そして息子の朔達郎も会に参加させて頂きお世話になりました。本当にありがとうございました。



リベンジアイジャップ

いよいよ最後のアイジャップとなりました。先ずはこの一ヶ月のアイジャップ活動を報告させていただきます。先月サプリメント効果が得られなかったので、断食しかないということを書かせていただきました。実は十一月七日と八日の二日間人生初の断食をやってみましたので、その様子を書きたいと思います。

まず初日、朝起床し、いきなりお腹が減っています。私は朝が一番お腹が減っています。なので通常は朝が一番多くの量の食事をする習性がありました。なのでいきなり辛い。ですが、この企画を成りたたせるためには何も食べないと決め水で我慢、家を出ます。それでも仕事をしていると十時くらいにお腹が減ってきます。その日は現場の予定がなく会社でひたすら図面を作ります。時折お腹がぐうぐう鳴り食べ物を欲しています。デスクワークって意外とお腹が減るんです。しかし、我慢。そうこうしているうちに、昼になります。今なら、昭島駅前の大勝軒大盛も食べられると思いながら、昼を過ごします。何もしていないと何かを食べたいという欲求に駆られるので外で水を飲みながらタバコを吸います。それでも十分くらいしか稼げないので、仕方なく昼も仕事を続けます。次の山は十五時です。事務の女性がおいしそうにおやつを食べています。見てはいけないのですが見てしまいます。私は、また外に出て水とタバコで気を紛らわします。夕方、翌日に現場があるのでその段取りで資材の準備のため資材置き場で会社の在庫を見ていると、職人さんたちが現場から帰ってきます。ある職人さんが、美味しそうに菓子パンを食べながら私に話しかけてきます。頼むから話しかけないでくれと思いつつも明日の現場の説明をします。早々に説明を終え会社に戻り再び図面作成を行います。私は現場に出ることが多いので会社で図面作成ができる時間は貴重な時間となるので残業し黙々と作業を進めました。夜二十一時くらいになり集中力が切れてきたので帰ることにしました。しかし私の闘いはまだ終わっていません。一生懸命仕事をしたのに晩御飯が食べられないという現実に頭がくらくらしながら車にて帰路に就くのでした。その日は、家に帰りすぐに寝ました。

続いて二日目、朝空腹でいつもより少し早く日が覚めます。顔を洗いうがいをします。お腹には水しか入れられないのでコップの水を三杯飲みます。家には手を伸ばせば食材が置いてあります。昨日何も食べていないせいか鍋に残っている昨晩家族が食べたであろう残り物の香りがいつもよりも強く感じられ、これが断食かとその現実の厳しさに思いうち引き裂かれるのでした。そして家を出て車で現場に向かいました。現場では車が止められないのでコインパーキングに向かうと昨日夕方に打ち合わせをした職人さんの車があったのでその隣に止めました。横を除くとまたしても菓子パンを美味しそうにむしゃむしゃと食べています。デジャブです。車の中で八時の朝礼までふて寝をし、時間を過ごしました。午前中の作業を終え、昼食を水とたばこで我慢。午後の作業も何とか乗り切りその日は現場から会社に戻らず直帰しました。家に帰ると奥さんと子供が美味しそうに晩御飯を食べています。我慢ができないので私は近くの温泉施設に行きました。家にはないのでアイジャップを始めてからかわら版の締切の前に体重計にのりに、月に一度通っていたのでした。そして最後の計測にためらいながらも臨みました。先月九十㎏に対し今月の測定は八十五㎏でした。この二日間の我慢は身を結びました。二日間の瞬発力は確かに発揮されたのでした。だが、目標に掲げた八十一㎏の達成はなりませんでした。この一年間人生で初めてのダイエットに取り組みました。なんとか続けられたのはかわら版に載せるというプレッシャーでした。成功とは言えませんが、昨年のままでは百㎏オーバーの危険さえあった私が現状維持以上ができたのは、企画実施を許してくれた室長・室員の皆さんのおかげです。本当にありがとうございました。この経験を活かし今後も体型維持を目指していきたいと思います。

清水　洋平

かわら版解説「昭島市産業祭り」について

広報室　担当副理事長　星野　智

服部編集長のアイデアで過去のかわら版を読み返して現役会員が感想を書くという記事も今回で最後になりました。私は編集作業で過去のかわら版を読み返し当時の先輩方が思い考えていた事は時代は変わっても、我々現役会員も同じように考え感じている事が多々あるのだと思いました。

さて今回は比較的最近の過去のかわら版の記事ですが、昭島市産業まつりの記事でした。思い返せば、当会の活動を通じてくじら祭りだけでなく郷土芸能まつり、新春駅伝に新年賀詞交換会と多くのイベントに参加させていただき多会の方とも交流をさせてきただき多くの事を学ばせていただきました。その多くが新型コロナウィルスの影響で中止となり当会の活動も大きな影響を受けました。ワクチン接種率も80％を超えようとしており新規の発生状況・重症者数・死亡者数ともに縮小しており平時に戻りつつありますが、世界を見渡すとワクチン接種だけでは感染再拡大の問題を解決するのは難しいようにも思えます。

皆様も、今年残りわずかとなりましたが、お身体には気を付けてお過ごし下さい。

かわら版解説「リベンジアイジャップ」について

広報室　清水　洋平

体はうそをつきません。四十代にもなると、暴飲暴食を繰り返していると多分太ります。記事後半に百㎏のくだりがありますが二〇二〇年の専務理事の役職が終わった解放感で、正月飲み食いを繰り返したら百㎏を越えましたから。やはり、人の目にさらされるというのは、自らを律する手段の一つなのでしょうか。

ああ、今から四年前、私の体重は八十五㎏まで落ちていたのですね。現在の体重は九二㎏、あと七㎏。調べてみますと体重一㎏を落とすのに必要なカロリーは七千二百㎉、ごはん一膳二百五十㎉、ビール一杯二百五十㎉だそうです。これすなわち一日二杯食べていたごはんを一日一膳にすれば、体重七㎏は、二百五十二日で落とせるはずです。三百六十五日で約十㎏の減量ができるはず。

来年の今頃は、どのような体型になっているか、今から楽しみでいっぱいです。