



▲飯沼市白古野大淵町地内 琵琶湖 東濃支部 安田 清美

CONTENTS

2 地本・支部だより

●本部

令和元年度を振り返って

3 ●名古屋地方本部

イベント活動等協力に対し感謝状をいただく

コロナ禍の中で駅環境整備を行う

4 ●静岡地方本部

山梨県指定無形民俗文化財六角堂を訪ねて

尾川了仏夢道から千葉山般若寺と十本杉を訪ね歩く

伊豆城ヶ崎海岸ウォークと河津桜めぐり

「浜石品」から廣津峠道ハイキング

6 JIR東海トピックス

9 東海鉄道OB会 会員優待情報

10 お元気ですか？

新型タノコなら大丈夫？

11 読者のひろば

私とマラソン

岐阜工事局支部 原 正行

私のボランティア活動

御殿場・小山支部 内海 憲一

それとなく集まる会

名古屋運輸車両支部 竹内 孝

中津川支部 田中 賢

梅雨の中 増殖じっと 閉居く

浜松工場支部 田中 保広

13 投稿ページ

天龍峡大橋の紹介

岐阜工事局支部 木下 繁信

14 インストラクター

グラウンドゴルフで元気な毎日を

静岡支部 中津川 久

我が支部の誇り

屋外レジャーが楽しめる

「GLAMP ELEMENT」と「グリーンパーク山楽」

山梨支部 筑摩 栄

15 文芸

編集後記

本部

令和元年度を振り返って

東海鉄道OB会事務局

令和2年度の本部総会を5月に計画していましたが、新型コロナウイルス感染防止の観点から開催を中止しました。これに伴い令和元年度事業報告、収支計算書、監査報告、2年度基本方針及び予算(案)については、これまで経験したことのない書面をもって議決権を行使する書面表決書にて各役員の方の承認を得ました。

昨年度を振り返りますと、基本方針に則り「会員の増強」「支部活動の活性化」「JR東海及びJR東海グループ会社への協力」「会員への情報提供」に取り組みました。

会員の増強については、令和2年3月末現在の会員数は、高齢化に伴う死亡、入院、施設入所等により減少し、3月末現在で5,097名(対前年93.6%)となりました。

これに対処するためJRを退職する方への入会案内を行うとともに、随時未加入者の発掘と勧誘活動に取り組み会員増強に努めましたが、退会者514名に対して新たに163名の会員を迎えるに留まりました。

支部活動の活性化については、各支部において旅行会、ゴルフ、ウォーキング等々の活動を実施し会員相互間の親睦を図る一方で、隣接支部との交流も積極的に行われ、OB会活動の輪が広がりました。

JR東海及びJR東海グループ会社への協力については、法人会員としてOB会への手厚い支援をいただいています。

これに少しでも報いるため鉄道及びバスを利用した旅行会の開催、SL等鉄道展示車両の清掃・整備、無人駅舎の清掃、さわやかウォーキングの案内・誘導に努めました。

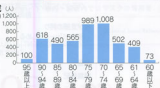
会員への情報提供としては、各支部での催し内容、会員の思い出話等の投稿、JR東海に係る最新情報などを編集し会報を発行しました。

その他の活動としては、様々な機会にお見舞い、賀詞のお祝い、台風等の被災者へのお見舞いを提供しました。

■会員数

令和2年3月31日現在

	支部数	普通会員	連帯会員	計	対前年比
東海東京地方本部	4	538		538	103.0%
静岡地方本部	19	1,630	241	1,871	81.3%
名古屋地方本部	41	2,339	102	2,441	102.5%
東海大阪地方本部	4	247		247	101.2%
計	68	4,754	343	5,097	93.6%

■年齢構成
(普通会員)

(令和2年度会長表彰)

永年に亘りOB会の発展・運営に貢献された下記の方に表彰状が授与されました。

●特別功労章

静岡地方本部 遠州北支部 野末 結一
名古屋地方本部 尾北支部 磯永 家久
東海大阪地方本部 和泉 秀郎

●清掃美化協力表彰 静岡地方本部 富士支部(団体)

●その他表彰(交通安全事故防止)

名古屋地方本部 上伊那支部 宮原 利光

●役員功労表彰

静岡地方本部 三島支部 西島 孝男
沼津支部 吉田 光芳
藤枝支部 星野 道
菊川支部 有海 秀明

名古屋地方本部

飯田支部 中島 澄夫
上伊那支部 唐沢 文夫
三河支部 竹下 孝夫

壘井支部 藤塚 克元
尾北支部 佐藤 孝
栗太支部 井出 安良

高蔵支部 近藤 征司
東濃支部 妻島 克夫
中津川支部 田中 寛
鈴鹿支部 中西 和彦

東海大阪地方本部 車両支部 桑野 誠次

(令和2年度 東海鉄道OB会基本方針)

会員の増強

- (1) JR退職者の新規入会促進
- (2) 未加入者の発掘と入会勧誘(G会社の未加入者)
- (3) 退会者の抑制
- (4) 女性会員(遺族会員、準会員)の入会促進

支部活動の活性化

- (1) 積極的な地域との交流
- (2) 会員相互の交流活動の充実
- (3) 支部間交流の推進

JR東海及びJR東海グループへの協力

- (1) 旅行会の開催
- (2) SL等鉄道展示車両の整備・清掃及び無人駅の清掃・美化等
- (3) さわやかウォーキング、各種イベント等への協力

会員への情報提供

- (1) 会報の充実
- (2) ホームページの活用

以上が令和元年度の振り返りです。

年々会員数が減少していくことは組織の構造上やむを得ないことではありますが、一人でも多く新しい会員を募りOB会の活性化に努めたいと思います。

名古屋地方本部

イベント活動等協力に対し
感謝状をいただく

桑名支部 西塚 和祐
四日市支部 山川 慎好

両支部では、JR東海「さわやかウォーキング」開催時に、永年に亘りマップの配付、コース要所での安全誘導等、円滑な運営に協力してきました。この活動に対して去る6月に桑名・四日市の両駅長から感謝状をいただきました。

両支部長からは「今後のOB会活動の励みになり、今後も出来る限り協力させていただきます。」とお伝えし贈呈式を終えました。

このほか桑名支部では、会員とJR社員との交流を兼ねて毎年春の良き日(二日間)に、会員所有の山で「葡萄握り体験ツアー」を実施しています。現地では、会員から葡萄の生える状態やどう振ればいいのか等を指導し、それぞれが出来る限り自分の手で握るとい体験を味わっていただくことになっています。採れた物は、その場で蒸し焼きにして皆で賞味し、自分で握った物はお土産に持ち帰っていただくという楽しい一日を



▲四日市駅長から感謝状をいただきました。

過ごすことにしています。

今後もOB会員相互間の親睦は勿論のこと、関係箇所との交流も大切に活動していきたいと思っています。



▲四日市の若手社員に葡萄握りを指導しました。

コロナ禍の中で
駅環境整備を行う

半田支部 成田 信幸

今年の春は、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐための緊急事態宣言が出され、外出自粛などにより日常生活が激変し、街中ではマスク着用が当たり前のような不安な空気に包まれました。

その影響により20年間以上続けてきた「さくら取っ頃バスの旅」、また、毎年多くの会員の元気な姿を確認しあえる支部総会も中止せざるを得ない状況となりました。

特に今回の支部総会は、当支部創立(昭和45年7月)50回の節目に当たり「記念総会」として、先輩諸氏が築き上げられた足跡を振り返るなどの趣向を凝らした内容で計画しましたが、これも開催することができませんでした。

5月下旬になって緊急事態宣言が解除されたこともあり、年初の活動計画に沿って進めることにしましたが、「三密」となる恐れのある旅行会、カラオケ会は自粛し、少人数で活動できる「駅環境整備」から行うことにしました。

6月中旬暑い日差しの中、東海駅において大府駅長から9年連続の感謝状をいただいた後、待合室の煤払い、窓ガラス駅名板拭き、花壇の桶込み剪定、除草等をマスクを着けて



▲大府駅長から9年連続で感謝状をいただきました。

行いました。

作業を終えた参加者は、汗を拭き拭き綺麗に整備された駅舎を眺める一方で、山積みゴミ袋を見て、その出来栄に満足し、その後、ランチを取りながら和やかな一時を楽しみました。

今後、新型コロナウイルス感染が何時終息するか予測できないため、支部活動も感染状況等を見ながら実施することになりますが、何よりも残念なことは活動を通じて会員相互に顔を合わせる機会が作れないことは大変寂しく思います。一日でも早く平穏な時期を迎えることができ、楽しい夏を聞くことができるのを待ち望んでいます。

総務「コロナ禍で元に戻らぬもどかしさ」 杉本 幸雄

静岡地方本部

山梨県指定無形民俗文化財
六角堂を訪ねて

身延支部 高野 信市

1月23日に令和最初の支部恒例の新年会を開催しました。今回は、生憎の雨の中16名の懐かしいメンバーが市川大門駅前に集まり、ホテルのバスで山梨県指定無形民俗文化財六角堂に向かいました。

この六角堂は、聖徳太子信仰を伝える六角堂建築として貴重なもので、堂内には如意輪観音が祀られています。

建築の歴史は古く天正18年(1590年)七ツ内地区の龍沢寺東方にあった六角堂は、寛文4年(1664年)この地に移されました。この堂は、六角の平面を持ち六角堂の形式をとる建物で、同じ六角平面とした自然石を積んだ基礎の上に建てられています。

毎年10月13日の例祭には、お堂の中に「切子」が奉納展示されるそうです。この切子は、美濃和紙を5枚〜10枚程重ねて、手作りの切り出しや「つきみの」という刀物を使い、図柄や模様などを切り透かしていく誠に繊細な美しいもので、光



▲この旅行で支部の結束も強くなりました

に透くことから別に「おすかし」とも言われ

ています。そんな六角堂と切子の展示を見学し地域の活動の伝承に深く感銘を受けました。

その後、あさひセンチュリーホテルへ移動して新年会を開催しました。支部長の年頭の挨拶から始まり、昔の懐かしい思い出や会員の近況などで話が盛り上がり、若き日の思い出が蘇った一時でした。思いは語り尽せませんが、当支部は高齢化が進み今後いかに新入会員を増やしていくかなど課題は山積していますが、出席した会員から「これからも一致団結して支部の活動を推進して行こう」という力強い言葉もいただき、次回の定期総会には沢山の会員の出席を期待して、新年会は無事終了しました。

尾川丁仏参道から千葉山智満寺と十本杉を訪ね歩く

島田支部 中川 洋和

当支部では、会員相互の親睦と健康増進を目的に毎年1月に新春ウォーキングを開催していますが、会員の中から「秋にもやたらどうか」という意見があり、早速11月12日国の重要文化財に指定されている天台宗の古刹「千葉山智満寺」までハイキングすることになり、会員・家族17名が参加しました。

智満寺までは、麓からの参詣道として尾川丁仏参道が今も残っていて、一町(約100m)毎に観音像の石仏が道しるべとして建てられています。これは、西国三十三番の札所を模して江戸時代末期に島田宿内等の信者によって寄進されたものです。参道入口の「一番 紀伊国郡智満山」と刻まれている石仏に道中の安全と無事を祈願して、三十三番目の智満寺を目指して出発しました。

前日の雨も上がった青空の下、清々しい秋風を肌で感じながら落ち葉の積もった林道を一步一步踏み締め、参道脇の石仏の順番を数えながら、急な坂道や緩やかな下り坂を繰り返して、標高496mの山中にある智満寺に元気に到着することができました。

本堂、薬師堂、仁王門、中門は、国と県の重要文化財に、寺



▲仲間と一緒に歩くことは楽しかったです

の周辺に生い茂る推定樹齢800〜1200年とも言われている杉の巨木(十本杉)は、国の天然記念物に指定されています。根元からの高さは30〜40m、目通り太さ7〜9m、国内の巨大杉ランキング4位で、よくぞここまで生きてこれたなあ〜と、その生命力と迫力に圧倒されました。

参加者平均年齢75才の高齢者ハイキングは、予定時刻を大幅に過ぎてしまいましたが、昼食会場の「ペンションどうだん」に無事到着することができました。

参加者全員の完歩を称え、また、互いの健康を祈念して乾杯し懇親を深めました。

伊豆城ヶ崎海岸ウォークと河津桜めぐり

清水支部 朝比奈 規久志

桜の開花が各地で報じられてきた2月25日、会員家族14名で、東伊豆城ヶ崎海岸へのハイキングと、早咲きで有名な河津桜を楽しんで来ました。

当支部ハイキング倶楽部は、昨年ピクニカルコースを歩き迫力ある海岸線を堪能しました。今回はさらに南コースの自然研究路(橋立吊橋～日蓮上人で有名な蓮華寺)約5kmを2時間半かけて歩きました。

城ヶ崎海岸は、伊豆高原大室山が約4000年前に大噴火し、溶岩流が幅4kmに渡り相模湾に流れ込みました。海を埋め立て長い年月波の浸食により、現在の「リアス式海岸」の姿となり、海岸の特徴にあわせ陸所に名称が付けられています。最初に「橋立の吊橋」に向いました。高さ18m、長さ60mの吊橋の上からは相模湾の眺望と、荒々しい絶壁は素晴らしい、続いて急勾配の海岸線を「いしがしが根」まで約3km歩きました。柱状節理の岩場が続く、足元にはツブキハマカソウが寒さに耐え、開花の時期をじっと待っている様でした。

最終目的地の蓮華寺まで少し勾配はありましたが、美しく荒々しい海岸線を眺めながらのハイキングは、足取りは軽快無事蓮華寺に到着する事が出来ました。見事な桜が咲き誇り、感激も一入でした。



▲ゆっくりと景色を楽しみながら歩きました

マイクロバスで次の目的地河津川に向いました。河津川の両岸4kmに約850本の桜が咲き誇り、私達を迎えてくれました。2月10日より「河津桜まつり」が開催されており、メイン会場の川岸の桜の下では南伊豆ならではの特産品を販売する露店が並び、威勢のいい掛け声が飛び交いお祭り気分も最高でした。

今年は暖冬のため10日程早い満開となり、少し葉桜が見受けられましたが、桜の鮮やかなピンクと菜の花の黄色を目に焼き付け帰路に着きました。

「浜石岳」から薩埵峠道ハイキング

清水支部 高山 伴己

当支部ハイキング倶楽部は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため4月、5月と活動を自粛してきました。しかし、緊急事態宣言が解除され、梅雨入り目前の6月9日、会員・家族・友人17名で、地元由比のハイキングのメッカ「浜石岳」から薩埵峠道ハイキングコースを薩埵峠までをゆっくり歩くことにしました。由比駅からタクシー5台に分乗し、西山寺コースを中腹の駐車場まで向かい、二ヶ月振りの再会を喜び、近況を語りながら楽しいハイキングが始まりました。

今回のリーダーは、以前より参加していた地元由比在住の方で、何回もコースの下見をして、危険箇所・所要時間など細かいところまで確認してくださっていました。

浜石岳山頂は、標高707mあり360度の大パノラマを楽しむことができますが、この日は生憎曇りになってしまいました。しかし、眼下に見える日本一深い駿河湾、日本三大美港の清水港など改めて見ることができました。

昼食を終え薩埵峠コースの稜線を歩きました。森林の中をさわやかな風と鳥の鳴き声が響き心地よいコースでした。急坂に時間を費やした所もありましたが、皆で声を掛け合い無事乗り切りことができました。

途中、コースから分かれて中腹の窪地にある立花池

に立ち寄り、平安時代に存在していたと云われる寺院跡を見ました。会員の中には、子供のころ釣りに来て、鱈や鮒を釣り上げた楽しい思い出を話してくれる人もいました。

花の時期は終わっていましたが、山頂にはアザミ、山道には花三ツウガの群生、また、正月の縁起木の一角が健気な姿を奏してくれました。

山頂から5時間のコースでしたが、最後に薩埵峠からの駿河湾が見えた時は、疲れを忘れてくれた一瞬でした。



▲再会を喜びながら声を掛け合いながら歩きました

13年ぶりのフルモデルチェンジ車両 N700S量産車完成

●新幹線鉄道事業本部

東海道新幹線で13年ぶりのフルモデルチェンジ車両となるN700S量産車の第一編成が4月に完成しました。N700Sはこれまで継続的に進めてきた技術開発成果を反映し、より一層の安全・安定輸送の確保、環境性能の向上、トータルコストの削減、さらには様々な線区へ投入可能な標準車両等を実現しています。

2018年3月にN700S確認試験車が完成し、基本性能試験として、力行・ブレーキ試験やずれ違い試験の他、東海道新幹線の営業運転最高速度を超える「高速走行試験(360km/h)」、車両に搭載した「バッテリーで走行する高速鉄道で世界初となる「バッテリー自走試験」、標準車両としての性能を確認する「8両編成走行試験」などを行いました。

約2年間の走行試験で得られた知見はN700S量産車の設計にフィードバックしています。

東海道新幹線の新たな主力車両として7月1日に営業運転を開始しており、国内外のお客さまに高品質な車両を提供できるよう、引き続き万全の準備を進めます。



▲先頭車外観



◀普通車内



◀グリーン車内

令和元年度

期末連結決算を発表 (4月27日)

●財務部

令和元年度は、安全・安定輸送の確保を最優先に一層の輸送サービスの充実を図りました。2月以降の新型コロナウイルス感染症の発生を受けた外出自粛等の影響により、当社の運輸収入、グループ会社ともに減収となり、連結営業収益は減収となりました。

営業費は、当社の物件費の増等により増加し、減収減益の決算となりました。

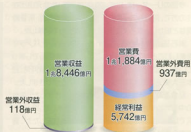
令和2年度については、当面厳しい経営環境が続くものの、引き続き感染防止に取り組みながら輸送機関としての役割を果たすとともに、安全・安定輸送の確保を最優先にサービスの向上を図り、業務執行全般にわたる効率化・低コスト化に努めて、感染収束後の収益回復・拡大に備えることが重要です。

■ 令和元年度連結決算のポイント

営業収益	1兆8,446億円(▲334億円)
経常利益	5,742億円(▲583億円)
親会社株主に帰属する当期純利益	3,978億円(▲408億円)

(注)円は百万円未満

■ 営業収益、営業費等の構成



(注)円は百万円未満及び千円未満

198名の株主様でご出席

第33回定時株主総会

●総務部



▲会場入口の様子

6月23日に第33回定時株主総会を名古屋マリオットアソシアホテル16階「タワースポールルーム」で開催し、198名の株主様にご出席いただきました。

本年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、株主様に事前行使のご検討もご案内しつつ、当日の運営にあたっては、円滑かつ効率的な進行による議事の短時間化や運営スタッフのマスク着用等の対策を講じました。

総会では、金子社長が議長に就任した後、藤井常勤監査役が監査報告を行い、次にスクリーンを使用してナレーションにより事業報告を行いました。続いて、議長が剰余金の処分などの3議案について、それぞれ説明を行った後、奥山副社長が株主様から事前にいただいたご質問に対する一括回答を行いました。

その後、ご出席の株主様から、中央新幹線計画の進捗状況、御殿場線における交通系ICカードのエリア間の跨り利用、新型コロナウイルス感染症の影響と今後の業績見通し及び役員選任の考え方などについてご質問をいただき、各担当取締役及び執行役員から当社の考え方などをそれぞれ適切に回答しました。質疑を十分に尽くした後、議長が各議案について採決を行い、すべて原案どおり承認・可決されました。

令和2年度

第1四半期連結決算を発表
(7月31日)

●財務部

当第1四半期においては、新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組みながら、事業の中核である鉄道事業における安全・安定輸送の確保を最優先に、サービスの一層の充実を図りましたが、新型コロナウイルス感染症の発生を受けた外出及び移動の自粛等の影響により、当社・グループ会社ともに経営環境が厳しくなり、連結営業収益は大幅に減収となりました。

営業費は当社の物件費の減やグループ会社における売上原価の減等により減少したものの、大きな営業損失を計上しました。

引き続き感染拡大防止に取り組み、お客さまのご利用状況を踏まえて適切な輸送力を提供するとともに、安全・安定輸送の確保を最優先に、感染収束後の収益回復・益大に備えてサービスの向上を図り、業務執行全般にわたる効率化・低コスト化に努めることが重要です。

■第1四半期連結決算のポイント

営業収益	1,287億円(▲3,426億円)
経常損失	1,014億円(▲2,901億円)
親会社株主に帰属する 四半期純損失	726億円(▲2,039億円)

()内は対前年同期増減

■営業収益、営業費等の構成



CEは連結金額は半期末連結の値で表示

2代目「のぞみ」引退 ありがとう700系

1999年3月、2代目「のぞみ」として営業運転を開始した700系新幹線が、今年3月に東海道新幹線から姿を消しました。300系の改良型新幹線として、車両性能の向上に加え、乗り心地や静粛性の向上、騒音や振動の抑制による環境への適合を追求し、当社と、西日本が共同で開発した700系。独特のエアロストリーム形の先頭形状から、ファンからは「カモノハシ」と親しみを込めて呼ばれました。

今回は、700系にゆかりのある社員からのメッセージを紹介합니다。

車両概要

形式	700系
構造	12M4T
定員(人)	普通車1123、グリーン車200
最高速度(km/h)	285(東海道区間では270)
走行制御方式	VVVF制御
ブレーキ制御方式	交流回生ブレーキ併用電気指令式空気ブレーキ
車体構造	アルミ合金製
鋼化重量(t)	708
車体寸法(m)	27.10×3.38×3.65(先頭車)
長さ×高さ	24.50×3.38×3.65(中間車)
台車	ボルスタレス方式
主電動機	三相かご形誘導電動機
パンタグラフ	シングルアームパンタ
シート幅	普通車430mm、普通車(3人掛中央)460mm グリーン車475mm



700系のゼロ出発式



700系デビュー「ポスター」



走行試験チームの運転士として

麻生 弘さん(静岡駅)

私が700系(CO編成)走行試験チームの運転士として参加したのは、1997(平成9)年12月～1999(平成11)年3月までの間でして、日本に残っているのは、京都～米原間で行われた最高速度試験と300km/hのすれ違い試験。その加速性能と安定性に安心感をもって乗ることが多い思い出となっています。また、名古屋から静岡社長(当時)の言葉があり、激励の言葉をかけていただいたことでも忘れられることができません。あれから20余年、700系(CO編成)乗務し思い出をありがとう。



700系CO編成



300X



伝説となる700系!?

山下志歩さん(新大塚駅)

1999(平成11)年、早くも700系がデビューした年に社会人となった私。創業時から始め、乗務員(車掌・運転士)になりました。本職での試運転で乗務した「CO3」編成は、ビガビガの車音が印象的で思い出深いです。今回、イベント列車として試運転されたのも「CO3」だと知り、さらに興奮がわきました。惜しくもラストランイベントは中止となりましたが、700系の試運転は「COの電車」として伝説となり、語り継がれること間違いありません!



AMBITIOUS JAPAN!

長橋 太さん(リニア・静岡駅)

リニア静岡駅では、700系展示車両に「AMBITIOUS JAPAN」の旗飾を掲げました。お客様は是非手を触れたいから撮影されています。また、「のぞみは、かなう」のキャッチコピーに勇気づけられました。また見ることもできず申し訳ないですといった声をいただきました。「AMBITIOUS JAPAN」の700系を見る、私も不思議と元気な気がします。皆さんも700系最新新幹線に乗るリニア静岡駅にぜひお越しください!



いいもの探訪



I I M O N O T A N B O U

事業推進本部では、当社沿線で愛されている「いいもの」を産地直送でお届けする通販サイト「いいもの探訪」を運営しています。当社と生産者が一体となって地域活性化を目指し、各地に受け継がれてきた文化や伝統を未来へつないでいく取組みです。

富士の麓に広がる“絶景”茶畑

今春、静岡県富士市の有志「大淵二丁目ささば景観保存会(以下、保存会)」の皆さまとともに開発した「大淵壱場 緑茶・紅茶ティーバッグセット」の取扱いを開始しました。

大淵壱場には、およそ2.3ヘクタールの茶畑が広がり、富士山を背にした美しい景観は広く観光パンフレットなどにも用いられる人気の撮影スポットです。一方で、数年前には担い手不足により、茶葉を収穫できないほどの危機に直面していました。景観を維持していくために、茶畑を共同で管理していこうと2017年に保存会が結成され、現在では17名の会員が茶木の手入れや見学者向けのガイド(不定期)などを行っています。「販路があれば、売上の一部を景観保全の活動にあてたい」との保存会の意向を、富士市より紹介いただいたのをきっかけに「いいもの探訪」での販売に至りました。

富士山の火山灰が堆積したミネラル分の多い土地で育ったお茶は香りの高さや飲み口のよさが魅力。ぜひ「大淵壱場 緑茶・紅茶ティーバッグセット」をお楽しみいただくとともに、現地にも足を運んでみてください。



▲大淵壱場

生産者の
元気を応援する
「いいもの探訪」



▲保存会の皆さま

「いいもの探訪」ホームページ

<http://e-mono.jr-central.co.jp>



QRコード

商品ページで現地の風景を
ご覧いただけます。

「いいもの探訪」でお買い物を楽しんでいただける、お得なクーポンプレゼント

[300円OFF!]

クーポンコード

[9RNK-KW6N-NTFT]



QRコード

いいもの探訪でご購入の際、右記クーポンコードを入力いただくと、お会計から300円OFFとなります。

※2020年12月31日まで有効

読み取れない方はURL(<http://e-mono.jr-central.co.jp/shop/pages/referralcoupon.aspx>)を直接入力して下さい。



新型タバコなら大丈夫？

健康管理センター 名古屋健康管理室
副室長 古河 俊哉



■ 新型タバコとは？

従来の紙巻きタバコに対して、特殊加工されたタバコ葉を加熱して吸引する器具(加熱式タバコ)や、香料が添加された専用溶液を加熱して吸引する器具(電子タバコ)を総称して新型タバコと呼びます。新型タバコは、とすれば従来の紙巻きタバコよりもクリーンで安全というイメージを持たれている方も少なくないでしょう。果たして本当にそうでしょうか？

■ 新型タバコにも有害物質がたくさん！

加熱式タバコから出る有害物質の量は、紙巻きタバコと比べて少ない物質とそうでない物質があり、有害物質の種類は紙巻きタバコ同様が多いことが知られています(右記参照)。新型タバコによる病気や死亡のリスクが、紙巻きタバコのそれを下回っているかどうかは明らかではありません。煙が出ないことを売り込んでいる製品もありますが、吐き出された蒸気の中には大量の有害物質が含まれています。

加熱式タバコに含まれる有害物質(一部)

1,3-ブタジエン	ベンゼン
ホルムアルデヒド	N-ニトロソノルニコチン
アセトアルデヒド	ベンゾ[a]ピレン
ニコチン	タール
一酸化炭素	グリセロール
…その他様々な物質	

■ 喫煙は有害、でも科学的に証明するのは大変！

紙巻きタバコが喫煙者本人はもちろん、受動喫煙させられる人にも有害なことは周知の事実です。これは世界中の大勢の研究者によって、過去何十年にわたって非常に多くの人々を詳しく研究することで得られた成果です。直感的には正しいと思われることでも、科学的に証明しようとすると大変な時間や労力を要するのです。

しかし、新型タバコはまだ世に出てそれほど時間が経っていないため、実際の健康被害などの研究データが十分ではありません。このことが新型タバコ普及の追い風になっていたり、「新型タバコは安全」との誤解を招いているとしたら望ましいとは言えません。質の高い研究の結果が待たれます。



■ まとめ

新型タバコであっても、人体に有害な物質を吸入していることに変わりはありません。健康への影響が科学的にはっきりするのはまだ先ですが、その時では遅いのです。新型タバコもタバコです。タバコを手にする人が減ることを願います。

参考資料：日本呼吸器学会「非燃焼・加熱式タバコや電子タバコに対する呼吸器学会の見解」
田淵真大「新型タバコの本当のリスク」内外出版社、2019。

私とマラソン



岐阜工務局支部
原 正行

私がマラソンを始めるきっかけとなったのは、平成17年7月JR東海建設局静岡支店に出向(単身赴任)した際、出勤前の時間を持て余したため、朝5時から海岸(駿河湾)まで往復約8kmをランニングするようになったことです。

最初はゆっくりとしたペースでしたが、徐々に体力も付いたことから時間と距離を延ばし、平成19年4月には掛川-新茶マラソン(42.195km)に初挑戦するため、サブフォー(4時間切り)を目標に、月間20kmの練習を重ねた結果3時間53分で完走することができました。

また、アップダウンの激しい岐阜の揖斐川マラソンも何度か完走しました。その後、自分の限界を知るために平成22年6月末、54歳の時に北海道サロマ湖ウルトラマラソン(100km)に挑戦しました。100kmといえば直線で名古屋から京都位までの距離ですが、練習で距離の半分となる50kmを走れば完走できるというネット

情報にすぎり、3月と5月の二回、50kmを走り準備しました。妻とその姉夫婦も応援に同行してくれたためリタイアはできないという強い気持ちで臨み、朝5時に湧別町スタートして常呂町ゴールまで10時間45分(制限14時間)で無事完走することができました。当日は、北海道でも気温30度を越え、暑さの中、氷水を頭から機度となく被りながら、エイドステーション(給水所)では、冷やしそめんやあんパン、味噌汁など食事補給を十分に摂りました。

認知症予防のためにも自分だけでなく運動オンチな妻にもマラソンを勧め、平成24年12月には、夫婦でホノルルマラソンを約6時間半で完走し、翌年妻は名古屋ウィメンズにも挑戦しました。その後、大阪-福岡のフルマラソンを一緒に走り、最近では完走だけを目標して47都道府県で開催される大会へ旅行がてら参加しています。既に34都道府県を制覇し、遠くの九州、沖縄、東北などが残っていますが、これからも体力を維持しつつ観光-グルメを堪能できるような無理しないでポチポチと継続していきたいと思っています。

私のボランティア活動



御殿場-小山支部
内海 憲一

私は、農作業は元よりSL清掃等の際には、殆ど軽トラで出掛けますが、車のドアに「防犯/ひこーる中」のステッカーが貼ってあるので目立ちます。

現在、3つのボランティア活動に参加していますが、特段、難しいことをしているわけではありません。

- ①「御小子供見守り隊」活動は、学校の子供の安全を脅かすような事故や事件が各地で発生しています。地域の宝であり、将来のある子供たちを犯罪等から守るために、庭先や農作業中などでの声掛け(いつも守られているという安心感)。登下校時間の通学路の散歩、車にステッカーを貼って買物、「駆け込み110番の家」の看板を掲出して犯罪予防もしています。
- ②「地域猫活動の区ボランティア代表」野良猫被害の苦情が多くなったことから、平成27年に御殿場市の市民協働事業モデル地区事業に応募して補助金を

受けるとともに、市及び保健所、地域猫活動ボランティアの支援を受け、地域猫適正管理に取り組みました。これは猫を駆除するのではなく、TNR活動(Trap捕獲-Neuter手術-Return元の生活場所へ戻す)で管理して自然減少を図るためで、今までに約110匹の猫にTNR活動を行い、区民から評価を得ています。「たけしのTVタックル」でも、一匹のめず猫が1年で最大79匹に増えると伝えられましたが、私達の活動は、東海ケーブルTV放送、静岡新聞等掲載、静岡県動物愛護研修会ではロールモデルとして紹介されました。

- ③「少年警察ボランティア共助員」警察署との連絡会、夏-冬季県内一斉補導、夏祭り補導、小中学校で情報交換や学校行事に出席するとともに、ミニバス開催やイルミネーション作成展示等の健全育成支援もしています。

ボランティア活動も協力体制が必要で、自分のできる範囲で活動していますが、多くの方々と交流を図ることができるので何事も楽しくやるようにしています。

それとなく集まる会

名古屋運輸車両支部 竹内 孝
中津川支部 田中 寛

20年前までは、旧名鉄局運転部総務課、列車課、機関車課、客貨車課、保安課の各課でOB会を行っておりましたが、年々参加者が減り、解散する課も出てきたため運転部として纏めて行っては如何だろうかという声が出てきました。

一年に1、2回は懐かしい人に会うのは、いい事だからやろうということになり、その翌年に中川博行様、原田俊雄様を中心に話し合いの場を設けて開催することにしました。

しかし、どれくらい集まるか分からないので「それとなく集まる会」と銘々し、かつての運転部にいた方に案内を出したところ20名から出席の返事がきました。

場所は、名古屋グランドホテルで行いましたが、その後、人から人へと伝わり、営業部にいた方からも入れて欲しいとの声がかかるなどして、4年前位から入会者が増えて現在53名となりました。



▲それとなく集まった部々で楽しい一時を過ごしました

今年は、年号も変わったこともあり1月25日に開催することを決め、案内状を出したところ40名から出席の返事があり、この中には初めての出席する人が13名おり、何年振りかな!と喜んで握手を交わす姿があちこちで見られました。

今回は鉄道OB会吉川会長に出席していただき、お酒も入ってリラックスしてきたのか、健康のためのウォーキング、ゴルフ、グラウンドゴルフなどを行っている話、ボケ防止のために麻雀を地元の仲間とやっている話も出て大変盛り上がりました。それとなくこんなに集まったので、記念に写真を撮ろう!と言うことになりました。

最後に、中川博行様から次回も健康で会えることを楽しみにして一本締めて閉会しました。

梅雨の中 雉鳩じっと 卵抱く

浜松工場支部 田中 保広

ある梅雨の日のみかん畑での出来事です。普段なら人の気配を感じるとすぐに逃げる雉鳩ですが、この日に限っては違いました。雨の降る中、私が近寄っても、こちらを睨んだままじっと卵を抱いて全く動きません。母性愛の強さは人間も鳥の世界も一緒だなあと感じて詠んだのが掲句です。

みかん畑の作業をボランティアで手伝うようになって早3年が経ち、最近みかんの木と会話できるようになりました。幼木の葉がちぎれ気味で元気ない時は、ちょっと水が足りないのかな、葉の色づきが悪く黄色味がかっている時は、ちょっと栄養が足りないのかなといった具合です。一番怖いのがカミキリムシです。何故なら、その幼虫のテッポウムシは、木の根の中に巣食い、木を枯らしてしまうからです。1年世話して、やっと収穫時期が来たと思ったら、突然、葉が枯れるというのはショックで、今年は梅雨時の一ヶ月かけてカミキリムシが幼虫を木の根元に産み付ける前に、数百本の全てのみかんの木根元にネットを巻きました。ネット巻き作業中、一日に十匹余のカミキリムシを退治しましたので、今のところ木の根元に巣食う姿は見かけません。

この仕事、人に感謝され、体も動かして楽しく充実した日々過ごせるので、施主の奥さんから「みかん作り止めます」と言われるまで、平日の午前中の生活パターンは続きそうです。土日と冬は、山登りとスキーを楽しんでいます。スキーは、昨年度4回目の受験でようやく準指導員検定に合格することができました。受験を思い立てから5年、この間一度としてもう止めようと思ったことはありませんでした。何故なら、毎年少しずつですが確実に上手くなって、安定して滑れるようになっていくことを実感できたからです。

これからも、自己研鑽に励み、自分も周りももっともっとうまく滑れるように努力します。再来年は70歳。指導員検定合格を目指します。コツコツ、マイペースで。



▲みかんの木の健康と自身の健康を磨いています

天龍峡大橋の紹介



岐阜工事局支部
木下 繁信

天龍峡大橋は、中央自動車道の飯田山本ICから浜松引在JCT間の三遠南信自動車道のうち天龍峡ICと千代IC間に位置する天竜川水面より100m上空で橋長280m、鋼重量3800トンの上落式アーチです。

この橋は、文化財保護法の指定する名勝天龍峡及び天竜

奥三河国立公園内を通過し、一級河川天竜川とJR飯田線天竜駅と千代駅の間の上空を跨いで架かる景観に考慮したスレンダーなアーチ橋で、桁下には歩



写真1 橋梁全景と歩行者通路

行者が通行できる歩道(水面より80mの位置、幅2m)が設置されています。(写真1)

また、ここから眺める天龍峡と天竜川の四季折々の景色が望めるようになっていきます。

架設工法について

この橋の架設方法は、現地の立地条件からアーチ橋部はケーブルエレクション斜吊り工法、補剛桁はケーブルクレーン架設とクロウクレーン架設工法です。(図1)

アーチ部の閉合【ケーブルエレクション斜吊り架設】



側桁部(補剛桁-PC床版)の架設【クレーン架設】



図1 架設工法の一部略図

鉄道と立体交差する跨線橋からの積荷等転落防護工は、橋上両端に設置されるのが一般的ですが、

天龍峡は名勝地に指定されていて景観上の理由から橋の上に設置できない条件が国土交通省からあり、その代替として飯田線上空にJR東海が受託して構築しています。(図2)



図2 積荷等転落防護工

「会報への寄稿・投稿」要領

表紙写真	会報「JROBとくわい」の表紙に掲載する写真を、広く会員から募集しています。応募写真は、発行の季節にあつたもので、JR東海エリアを希望しています。写真は、カラーB5サイズ以上一枚、ポジフィルム、デジタルデータでも結構です。お送りいただいたものうち、ポジフィルム、デジタルデータ記録媒体は、後日返却します。
支部だより	OB活動の原点は、支部のそれぞれの活動にかかっています。この欄では、各支部で行われている総会をはじめ、特色ある活動状況を、広く周知し魅力ある支部、活力ある支部づくりに役立てていきますので、是非投稿して下さい。テーマ、内容等は自由ですが、400～500字を目途にし、写真を添えて下さい。
読者のひろば	会員からの「簡筆、情報、体験談等」を随時受け付けています。テーマ、内容等は自由です。原稿は800字以内で、必ず筆者の顔写真を一枚、また記事にちなんだ写真があれば添付して下さい。

投稿ページ	会員及びご家族により載んでもらおうと、「投稿ページ」の欄に投稿しました。応募は、会報発行毎に、一名毎のことにお賞状一枚に、投票は二首、俳句は二句、川柳は二句以内に限り、会報発行時の季節にあつたものとします。原稿は700字程度で写真を添付して投稿して下さい。
文芸	会員から、「短歌、俳句及び川柳」を随時受け付けています。応募は、会報発行毎に、一名毎のことにお賞状一枚に、短歌は二首、俳句は二句、川柳は二句以内に限り、会報発行時の季節にあつたものとします。応募の際、冠詞に「短歌」「俳句」「川柳」と朱書きして下さい。
掲載要領	寄稿又は投稿された作品は、順次掲載しますが、応募状況や紙面の都合、発行時の季節等を考慮するため、掲載が滞る場合がありますのでご承知下さい。なお、誤字等は修正させていただきますが、寄稿又は投稿された原稿は返却いたしません。各寄稿・投稿に際しては、必ず応募年月日、所属支部、氏名及び住所、電話番号を明記して下さい。

【寄稿及び投稿先】〒453-0801 名古屋市中村区太閤一丁目3番16号 東海キヨスク牧野ビル内 東海鉄道OB会・会報編集係宛

インストラクター

グラウンドゴルフで元気な毎日を

静岡支部 中津川 久

私がグラウンドゴルフを始めたのは、JFJを退職してOB会に入った際、支部ではグラウンドゴルフが毎月開催されていると聞いて早速参加しました。やり始めてから既に15年になりますが、この間にグラウンドゴルフのインストラクターに任命され、また、幹事役を任ざられて毎月2回支部の月例会を安倍川河川敷で開催しています。

支部としての活動以外にも地域の皆さんとの活動もやっていることから、自分自身としては月の半分以上グラウンドゴルフを楽しんでおり、グラウンドゴルフをやっていると本当に良かったと思っています。

散歩で1時間歩くのは大変ですが、午前中の2時間位で万歩計の歩数は6千歩程となることから、高齢者にとっては丁度良い運動量となります。そして、やっている間は色々な方との会話を楽しむことができ、教えていただくことも多くあります。

ルールは難しくはなくて、紳士的なスポーツでもあります。個人競技ですから成績が良くても悪くても自分自身の



▲プレーをしながらの仲間との会話はいいことなしです 筆者(前列右側)

責任であり、他の人に迷惑をかけたり、気兼ねする必要もありません。高齢化により活動から遠ざかる人もいますが、健康的で明るい毎日を送れるようにグラウンドゴルフをやってみては如何でしょうか。

また、私はグラウンドゴルフ以外に頭の体操としてはマジック(手品)をやっています。介護施設などで時折ボランティア活動として演技することで私自身のボケ防止を図っていますが、開放的な場所で行うグラウンドゴルフは、体力の低下を少しでも防ぐことができOBには最適なスポーツではないかと思えます。

皆さん新型コロナウイルスに負けない身体を維持するためにもグラウンドゴルフを楽しみましょう。

我が支部の誇り!



屋外レジャーが楽しめる

「GLAMP ELEMENT」と「グリーンパーク山東」

山東支部 筑摩 榮

滋賀県湖北の山東支部地域は、近江長岡駅近隣にホテルの発源地として国指定特別天然記念物「ゲンジボタル」の天の川、石田三成と羽柴秀吉の出会いで有名な「観音寺」、また、日本の百名山の一つで中級登山者の山として名を成す「伊吹山」など、皆様よくご存知の自然・歴史の観光地・屋外レジャーが楽しめる地でもあります。

今回は、最近特に人気のキャンプ用品、食材・食事が予め用意され、気軽に豪華なキャンプが楽しめるグランピング施設「GLAMP ELEMENT」とキャンプ、テニス等が楽しめるアウトドア施設「グリーンパーク山東」を紹介します。

「GLAMP ELEMENT」は、池の周りに記した15棟の客室棟があり、1階がオープンデッキの二階建てヴィラ、大きな窓から伊吹山を望むウッドキャビン、一方にはロースレインドロップドームテントが点在し、自然の美しさ、豊かさとともに過ごすことのできる場所です。観光のハイシーズンは、予約を取るのが難しいほど人気があるところですので、是非滋賀県湖北の美味しい空気を味わっていただければと思います。

一方、キャンプ場「グリーンパーク山東」は、深い緑に囲ま



▲GLAMP ELEMENTは新築地と暮らすところですよ

れた環境の中、朝の薄年生息で有名な三島池周辺に伊吹山を仰ぐオートキャンプ場と一般的なキャンプ場、テニスコート、ログコテージ等があり、3月下旬から11月下旬まで週末には、名古屋、京都、大阪、神戸方面から家族連れや若者で賑わっています。

今年は、新型コロナウイルスの影響で4月末から5月中旬の外出自粛で閉鎖される時期がありましたが、現在(7月末)は、通常に戻っています。

文芸

【短歌】

花菖 川の流れに 身をまかせ
別れ惜しみて 流れ去り行く

会う人に 何が怖い か 問いたれば

異口同音に コロナコロナと

名古屋運輸車両支部 服部幸夫

堤道の タンポポ綿毛 摘み取りて

カ一杯 飛ばしても居る

人に逢う コトの少なき 堤防の

道を歩むも やっぱりマスク

花菱つ リュウクに 拾り 下山しぬ

伊吹の山の 遠き夏の日

浜松支部 原 哲

行事など ナベで白煮で 道も方なし

横伝う風 ウォーキング

つばくらしめ 水面をすべり 消え去らせ

ぬく近づく 身を暖めたり

雨下の夜 雨染にゆれる 灯火が

早く降りて 霜月の風

鳥田支部 石田正和

【俳句】

古農具 洗ひて仕舞ふ 日本水かな
予定表 中止ばかりや 山笑ふ

岐阜工事務局支部 大友文香明

あらしみの 見上げる雲の ちぎれ雲

薄の花や 朝日を送す 川面かな

山場の 誰か呼ぶかに 青葉雨

声かけて 二階へ誘ふ 良夜かな

度忘れを 妻と笑ひて 秋うらら

やや酔ひて 出る裏木戸や 盆の月

浜松支部 大倉照二

マンネリの 涙みに投げた 丸い石

意外にも 風は中から 吹いてきた

岐阜工事務局支部 弓形英二

試されて いるかコロナに 品格を

アジサイの 葉末で遊ぶ かたつむり

三河支部 加藤哲郎

労られる 身になったかと 老いを知る

友多く 辛舟迎えた 今来し

大府支部 釣田博治

カルピスの 泡ささやかな 涼満たす

青田風 老人ホーム 吹き抜ける

大府支部 辻 徳夫

【川柳】

編集後記

新型コロナウイルスが、世界中で猛威を奮い、日本でも約7万人の感染者が発生しています。感染拡大の第1波が治まり、7月以降、第2波の拡大は、第1波を上回る勢いで、特に東京都では感染拡大が進行中です。今後、ワクチンの開発がどこまで進展するのかわかりませんが、コロナ対策に大きな影響があると思います。予測では、年明けくらいには、ワクチンが開発されると思います。いまだ感染経路が明確になっていない感染者も多くおられ、1日も早く収束してもらいたいものです。OB会活動もコロナの影響を受け、各地本支部で企画されたバス旅行やイベント等が中止になり活動が停滞しています。スティホームで、家に居ることが多くなりましたので、文芸が得意な会員は、ぜひ投稿をお願いします。

1. 本部より

●支部名変更について
静岡地方本部の浜松支部は、10月1日から「浜松工機支部」に変更します。

●本部総会の中止
コロナの影響を受け本部総会は中止しましたので、議決権を行使する書面決議書により、各役員から承認を得て決議させていただきました。

2. 地本支部日より

名古屋地本では、桑名、四日市支部からイベント活動協力に対して桑名・四日市駅長から感謝状を受領、半田支部から例年実施している無人駅の清掃活動を、静岡地本では、身延支部から身延線の市川大門駅近くの山梨県指定無形民俗文化財の六角堂を訪問、鳥田支部から千葉山智海寺へのハイキング、清水支部は、ハイキングクラブで伊豆城か崎海岸ウォークと浜石岳から薩摩峠ハイキングをいただきました。

「3密」を避けて交流を推進されていることは、今後のOB会活動継続に重要だと感じています。

3. 読者のひろば～投稿ページ

読者のひろばには、岐阜工事務局支部の原さんから「私とマラソン」、御殿場小山支部の内海さんから「私のボランティア活動」、旧名鉄局運輸部の方々から旧交を温めた会合、浜松工機支部の田中さんから「梅雨の中増殖しつつ抱抱く」の投稿をいただき、投稿ページには、岐阜工事務局支部の木下さんから「天龍駅大橋の紹介」の投稿をいただきました。

4. 我が支部の隅り

山東支部を紹介させていただきました。国指定特別天然記念物「ガンジボタル」の生息地で有名なところであり、日本の百名山のひとつであります「伊吹山」があります。四季を通じて、三島池周辺は、春は桜、夏はキャンプ場やテニスコート、ログカテージがあり、秋は紅葉、冬は、奥伊吹スキー場もあり、家族連れに、ちょうどよいところかも知れません。ぜひ、皆さんも山東へ足を運んでみてください。（南川）

新型コロナウイルス 感染症対策

JR東海からの お約束

お客さまに安心して鉄道をご利用いただけるように、
JR東海では以下の取組みを実施しています。



余裕をもった座席提供

東海道新幹線では、
余裕を持った半数を運転し、
混雑率の緩和に努めます。



6-8分で車内を換気

新幹線車両は、6-8分で
車内の空気を外気と
入れ替えています。



※計算上では、約6-8分で車内の空気が新しい外の空気に全て入れ替わります。



駅・車両等の消毒・清掃

お客様の手が触れやすい箇所を、
定期的に清掃しています。



飛沫感染の防止

接客時のマスク着用及び
窓口への飛沫感染防止の
ガード設置をしています。



ご希望の席を予約

空席状況を随時ご案内しながら
座席の販売をします。



※空席状況は発売時点のものであるため、ご乗車時は空席状況が異なることがあります。

※イラスト・画像はすべてイメージです。

お客様へのお願い | 車内・駅構内ではマスクの着用を | 車内での会話は控えめに | 座席は回転させずご利用を

©Central Japan Railway Company All rights reserved.