



▲河津橋と穂高連峰を望む 名古屋運輸車両支部 山竹 勇

CONTENTS

- | | | | |
|---|---|----|---|
| 2 | 新年ご挨拶
謹賀新年 東海鉄道OB会 会長 吉川 道利
新年を迎えるにあたり
東海旅客鉄道株式会社 代表取締役社長 金子 慎 | 8 | JR東海トピックス |
| 4 | 法人会員新年挨拶 | 11 | 東海鉄道OB会 会員優待情報 |
| 6 | 地本・支部だより
●名古屋地方本部
第16回「ゴルフ大会」を開催
さわやかウォーキング協力で感謝状
●静岡地方本部
SLの化粧直しを皆で祝う
●東海大阪地方本部
1年振りにゴルフ大会を開催 | 12 | お元気ですか?
気にしたことはありますか? 飲酒による心臓への影響 |
| 7 | | 13 | 読者のひろば
市議会議員になって 温泉県支部 佐金 利幸
地区の発展に尽力「四日市市長表彰」を受賞
四日市支部 飯田 輝一 |
| | | 14 | 投稿ページ
楽しめるマハゼ釣り 静岡支部 杉山 邦明
我が支部の誇り
焼津市は魚漁と水産加工の町です!
焼津支部 牧野 孝 |
| | | 15 | 本部 令和2年度 秋の祝賀受章
文芸
編集後記 |

謹賀新年



東海鉄道OB会 会長
吉川 直利

with コロナの活動を考えよう

明けましておめでとうございます。ご家族の皆様共々お元気で新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染防止のため、緊急事態宣言が発せられ、深刻な状況となりました。「3密」や「ステイホーム」などが流行語になり、人々の外出や移動の自粛など、世の中に大きな衝撃を与えました。今でも感染者の拡大に歯止めがかからない状態が続いています。OB会活動も、コロナ禍の影響を受け、定期総会の中止や地方本部等のレクリエーション中止など計画どおり実施できないことが多くありました。また、国際的には東京オリンピックが、1年延期され、新型コロナウイルスに対するワクチンの開発が推進されています。ワクチンの接種が始まれば、少しは安心して開催されると思います。各国選手の活躍を期待するとともに、コロナ禍が少しでも終息へ向かい、穏やかな1年となることを願っています。

JR東海は安全・安定輸送の確保を鉄道事業の原点として堅実な経営をされておられました。しかし、新型コロナウイルス感染拡大を受け、鉄道等の利用者が大幅に減少するなど深刻な影響を受け、極めて厳しい経営環境となりました。一方で、東海道新幹線は3月の「のぞみ12本ダイヤ」、7月の新型車両N700Sの営業運転開始などが実現されました。中央新幹線

は本格的な工事が推進され、山梨リニア実験線では、改良型試験車と既存のL0系車両とを合わせて走行試験が再開されました。

今年は東海道新幹線のN700S追加投入、在来線では315系の営業運転開始に向けた準備や次期特急車両HC85系の量産車新製に向けた設計準備の実施など、明るい希望に満ちた施策が期待され、JR東海の更なる発展を祈念しております。

東海鉄道OB会は退職者の減少に伴い会員数の減少に歯止めがかかりません。これも構造的な問題ですが、少しでも会員数を増加させる工夫をし、「3密」を避けた定期総会のあり方や支部活動のあり方を考え、新しい時代のOB会活動を模索し、多くの会員の皆様が集い、楽しく継続的に推進できる活動にしたいものです。

鉄道OB会の各地方本部や各支部におかれましては、コロナ対策を実施し、支部間交流の積極的な推進など、多くの会員が「楽しく集うづくり」を企画し、継続的な活動が展開されることをお願いいたします。

今年1年が、会員の皆様にとってよい年でありますように心から祈念申し上げます。

新年を迎えるにあたり



東海旅客鉄道株式会社 代表取締役社長
金子 慎

あけましておめでとうございます。年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。OB会の皆様におかれましては、日頃より、当社に対する幅広いご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

昨年は、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、極めて厳しい経営環境となり、鉄道等のご利用が大幅に減少するなど深刻な影響を受けました。このようなか、当社は安全・安定輸送の確保を最優先に、お客様に安心してご利用頂けるよう十分な輸送力を提供し、また車内の換気、駅や列車の定期的な消毒を行う等、感染拡大防止に努めました。

あわせて、ご利用回復に向けて、「ひびき旅は、新幹線!」旅は、すらすと、面白い〜」キャンペーンの一環として、新しい旅行スタイルである「すらし旅」の提案を行ったほか、経営状況に鑑み、安全・安定輸送の確保や輸送サービスの提供に支障しないことを前提に、費用削減に取り組みました。グループ各社においても同様に、感染拡大防止に取り組みながら、収益・利益の確保に努めました。

一方で、安全・安定輸送の更なる強化やサービスの一層の充実など、経営基盤強化に向けた取組みについても、引き続き着実に進めました。

東海道新幹線では、大規模改修工事や脱線・逸脱防止対策など地震対策を進めたほか、3月の「のぞみ12本ダイヤ」の実現、7月の新型車両N700Sの営業運転開始など、長期にわたり準備を進めてきた施策を結実させました。在来線においても、地震対策、降雨対策、落石対策、踏切保安設備改良等を計画的に進めました。

営業面では、EXサービス（「エクスプレス予約」）及び「スマートEX」により多くのお客様にご利用いただくための取組みを実施しました。

中央新幹線については、新たに山梨県内の高架橋で本格的な工事に着手するなど、沿線各地で工事を着実に進めました。山梨リニア実験線では、改良型試験車と既存のL0系車両を組み合わせた上で走行試験を再開しました。

海外における高速鉄道プロジェクトについては、米国防務鉄道局がテキサスプロジェクトに特化した安全基準及び環境影響評価の最終決定を公布するなど、大きな進展がありました。

鉄道以外の事業についても、「東京ギフトパレット」や「日比谷グルメン」の開発など、競争力や販売力の強化に努めました。

このほか、これまで不断に取り組んできた設備投資を含めた業務執行全般にわたる効率化・低コスト化をより一層強化しました。

迎えた2021年も厳しい経営環境が続きますが、鉄道事業者としての社会的使命を将来にわたるために、安全・安定輸送の確保を第一に、引き続き進むことなく、中長期的な観点から経営基盤の強化を図っていきます。

各種災害対策や東海道新幹線の大規模改修工事を引き続き着実に進めるほか、東海道新幹線ではN700Sの追加投入、在来線では新形式の通勤型電車の315系の営業運転開始に向けた準備や次期特急車両HC85系の量産車の新製に向けた設計等の準備を進めます。

営業面では、EXサービスのサービス拡充のほか、「すらし旅」など状況に応じた適切なご利用喚起に努めます。

中央新幹線は、引き続き「工事の安全」「環境の保全」「地域との連携」を重視しながら、品川・名古屋間の早期開業に向けて着実に取り組めます。

鉄道以外の事業についても、各事業において収益・利益の確保に向けた取組みを進めます。

このほか、効率化・低コスト化の取組みをより一層強化するとともに、安全・安定輸送の確保や輸送サービスの提供に支障しないことを前提に、費用削減を徹底していきます。

現在は、未だ感染拡大防止のために移動に慎重な方が多い状況ですが、今後感染が落ち着き、経済が回復していくとともに、鉄道のご利用は徐々に回復すると考えています。厳しい経営環境下ではありますが、引き続き感染拡大防止に努めつつ、輸送機関としての使命を果たしてまいります。

本年も、東海鉄道OB会の皆様のご健康・ご活躍をお祈りするとともに、皆さまのご期待に応えられるよう一層の努力を続けてまいりますので、変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

明けましておめでとうございます

東京ステーション開発株

代表取締役社長
谷津 剛也

新横浜ステーション開発株

代表取締役社長
藤川 紳

ジェイアール東海静岡開発株

代表取締役社長
宇田川 享

静岡ターミナル開発株

代表取締役社長
長谷川 泰

浜松ターミナル開発株

代表取締役社長
岡部 正幸

豊橋ステーションビル株

代表取締役社長
伊藤 裕次

ジェイアールセントラルビル株

代表取締役社長
坪内 良人

名古屋ステーション開発株

代表取締役社長
河野 俊輔

ジェイアール東海関西開発株

代表取締役社長
吉川 直利

ジェイアール東海不動産株

代表取締役社長
馬場 誠

養ジェイアール東海バスセンター株

代表取締役社長
中村 明彦

ジェイアール東海商事株

代表取締役社長
稲葉 秀夫

株ジェイアール東海高島屋

代表取締役社長
田中 良司

東海キヨスク株

代表取締役社長
河原崎 宏之

ジェイアール東海フードサービス株

代表取締役社長
小山 健

株ジェイアール東海ホテルズ

代表取締役社長
宮澤 勝己

株ジェイアール東海ツアーズ

代表取締役社長
佐藤 一哉

株ジェイアール東海エージェンシー

代表取締役社長
厚地 純夫

株 ウェッジ

代表取締役社長
江尻 良

ファーストエアートランスポート株

代表取締役社長
桐村 拓男

ジェイアール東海バス株

代表取締役社長
清水 紀宏

株東海交通事業

代表取締役社長
竹中正俊

ジェイアール東海物流株

代表取締役社長
竹内 高志

ジェイアール東海建設株

代表取締役社長
松野 篤二

ジェイアール東海コンサルタンツ株

代表取締役社長
岩田 眞

日本車輛製造株

代表取締役社長
五十嵐 一弘

新生テクノス株

代表取締役社長
長田 豊

(順不同)

新幹線エンジニアリング株

代表取締役社長
石川 栄

東海交通機械株

代表取締役社長
小松 宣之

日本機械保線株

代表取締役社長
市川 公洋

中央リネンサプライ株

代表取締役社長
下山田 稔

ジェアール東海情報システム株

代表取締役社長
山本 芳裕

ジェアール東海総合ビルメンテナンス株

代表取締役社長
加藤 公一

JR東海財務マネジメント株

代表取締役社長
山口 孝夫

中部土地調査株

代表取締役社長
上野 英和

新幹線メンテナンス東海株

代表取締役社長
勝治 秀行

東海整備株

代表取締役社長
守田 正彦

セントラルメンテナンス株

代表取締役社長
浜田 賢治

株関西新幹線サービック

代表取締役社長
小寺 忠幸

双葉鉄道工業株

代表取締役社長
大竹 敏雄

シーエヌ建設株

代表取締役社長
山口 善久

株全日警

代表取締役社長
片岡 由文

株鉄友社

代表取締役社長
上條 克郎

株名古屋鉄友社

代表取締役社長
伊藤 將利

名工建設株

代表取締役社長
渡邊 清

日本貨物鉄道株 東海支社

執行役員 支社長
内山 健

アイワ電設開発株

代表取締役社長
天野 大

鉄建建設株 名古屋支店

執行役員 支店長
大場 秀彦

東邦電気工業株

代表取締役社長
伊東 周二

名古屋通信工業株

代表取締役会長
清水 源治



名古屋地方本部

第16回
「ゴルフ大会」を開催

名古屋地方本部 事務局

9月26日、恒例の地方本部主催のゴルフ大会を岐阜県可児市にある可児ゴルフ場志野コースで開催しました。

今年は、春からの新型コロナウイルス感染拡大防止を図るため、支部総会をはじめとして全ての行事を自粛していましたが、コロナ感染防止対策も徐々に緩和され、社会活動も動き出したことから、OB会としても何等かの活動を開始したいという思いに駆られ、屋外での活動で3密になりにくいと思われるゴルフ大会を実施することにしました。

このゴルフ大会は、毎年この時期に会員80名前後が参加して会員相互間の親睦を図っていますが、今年はコロナ禍の中でもあり、参加者も少なくなるだろうと予想していましたが、意外や募集を締切ったところ87歳を筆頭に75名が集まりました。

競技は、Wペリヤ方式で75歳以上はゴールドティーから打つことができるルールで開催しましたが、皆さん元気凛冽と



▲日常生活を忘れ一日楽しむことができました

プレーを楽しまれ、特にドラコン、ニヤピンホールでは目の色が輝いていました。

この大会も平成17年4月東海鉄道OB会が発足した年の10月に第1回目を開催して以来今回で第16回目となりますが、第1回から連続出場している方が5名、初参加の方が8名ありました。

競技終了後の懇親会では、できる限り間隔を空けて開催しましたが、賞に輝いた方を順次紹介しますと大きな拍手で榮譽を称えるなど、今日一日楽しい時間を過ごしたことに満足感が満ち溢れていました。

来年は、このコロナ禍がどうなっているか分かりませんが、できることなら今年中止した数々の行事が開催できることを節に願うものであります。

さわやかウォーキング協力で感謝状

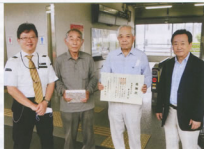
蟹江支部 江村 正彦

JR東海さわやかウォーキング関西線蟹江コースでは、桜春と秋の年二回開催されています。

最近では、平成30年9月29日開催（近鉄との共催）の「ユネスコ無形文化遺産須成祭の歴史と蟹江のんびりウォーク」至31年3月3日開催の「老舗酒造り酒屋でのきき酒と蟹江の美味しいもの巡り」、令和元年11月2日開催の「老舗酒造り酒屋でのきき酒と蟹江のうまいもの巡り」に支部会員数名を派遣し、参加者の安全確保等のお手伝いをさせていただいています。この活動に対して去る6月22日に桑名駅長から感謝状と記念品をいただきました。

今年も通常であれば3月に開催される予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。

毎回千名以上に及ぶ参加者の方に事故のないよう、また来て良かったと思っていただけるよう案内に努めています。やはり参加者の方の楽しそうな顔を見ると、こちらも仄々とした気持ちになり、わずかにばかりでもJR東海に貢献できている喜びを実感しているところです。



▲今後もお役に立てるよう頑張ります

現在蟹江駅は、新しく建て替え中ですが、駅長からは来春には竣工の予定であり、次のさわやかウォーキング開催時には、新しい駅でお迎えすることになるでしょうとの話がありました。

皆さん是非新駅になった駅からスタートする温泉と水郷の町蟹江ウォーキングにお越しください。

静岡地方本部

SLの化粧直しを
皆で祝う

掛川支部 戸田 哲夫

3年前の支部総会で、掛川中央公園に保存されているSL(C5849)の錆が酷く紅葉している様に見えて可哀そうだから「SLの塗装をしよう」と提案しました。

支部には予算もないことから掛川市に経費要請してきたところ、今年になって予算措置して頂けることになりましたが予算内では完成できそうにもありませんでした。

そこでOB会員の「つて」を頼りに「地元のペンキ屋さん」を紹介して頂き、SL全体のケレンから始めたものの7月の長雨8月は曇りで何度か途中放棄も涙をよぎりましたが、ここに春日井市を中心に活動している「SL保存会」の強力な助っ人が現れ、手慣れたものでケレン作業も快調に進み、錆止めの塗装、黒ペイントの二回塗りを行い9月10日に仕上がりました。



▲美しい顔容に生まれ変わりました

10月17日、掛川市副市長等をお迎えするとともに多くの市民の皆様にもご参加いただき塗装完了イベントを開催しました。会場には、作業状況やSLが動く仕組み等のパネルの掲示、「とどろけ汽笛号」のヘッドマークの取付け、SLや新幹線のめり絵を子供達に配布することで大いに盛り上がりました。

「汽笛」は元来、砲金(青銅色)ですが、黒ペンキに埋もれていましたので、今回塗装替えて黒ペンキを剥がして元の砲金の汽笛にしました。「SL保存会」の皆様のご尽力で49年振りに力強い汽笛を鳴らすことができました。小さな子供達は耳を押さえ、SL大好きな子供は何回も汽笛を鳴らすのが楽しみで遊びに来てくれました。今後は、「次はいつ汽笛を鳴らすの」の期待に応えたいと思います。

東海大阪地方本部

1年振りに
ゴルフ大会を開催

東海大阪地方本部 事務局

10月16日、当本部主催第31回ゴルフ大会を滋賀県大津市の「大津カントリークラブ西コース」に於いて、総勢29名の参加で開催しました。

毎年、春と秋の年2回、ゴルフ大会を開催してきましたが、今年は新型コロナウイルス感染症の影響で春の大会が中止となったため1年振りの大会となりました。当日は爽やかな秋晴れの一日となり、参加者も久しぶりの大会ということもあってベストスコア更新や優勝目指して張り切ってスタートされました。

今回のコースは、距離のあるミドルコースが多く、フラットで雄大なコースです。ドラコンでは自衛隊ばし屋を名乗る方々による熾烈な競争が繰り広げられ、ニアピンでは160ヤードを超えるショートコースにナイスオンで「ドヤ顔」をされる方など笑いあり、落胆ありで楽しい一日を過ごすことができました。

プレー後の表彰式は、感染防止対策のため最終組が会場に揃うのを待って早々に開始し、終わって次第次帰宅してい



▲一日も早く新型コロナウイルス感染症が終息することを願うばかりです

ただかやり方で行いました。短時間の表彰式でしたが、順位賞・ベストスコア賞・ニアピン賞・ドラコン賞など、受賞者の名前が呼ばれるたびに奮闘を称え、和気藹々とした雰囲気でした。参加者から次回開催は4月にしたいという要望があり、お互いに健康管理に努めて次回ゴルフ大会で再会することを約束して解散しました。

最後に事務局からのお知らせです。事務局では過去の参加者名簿を参考にゴルフ大会の案内を送付しておりますが、是非参加したいと希望される方は事務局(関西西新幹線サービック内東海大阪地方本部事務局)までご連絡いただけますと幸いです。

大会の成績は次の通りです。(敬称略)

- 優勝 運輸営業支部 松本 知二
- 準優勝 運輸営業支部 児島 芳樹
- 3位 運輸営業支部 梨本 武治

鉄道のプロとして名誉ある称号

令和元年度 在来線技術力No.1認定式

●東海鉄道事業本部 ●静岡会社

6月19日、「令和元年度 在来線技術力No.1」の認定式を太田ビルで開催し、技術力No.1として27名、若手No.1として9名の社員を認定しました。

在来線技術力No.1競技会は、平成25年度からスタートして今回で7回目となります。鉄道のプロとして技術力を互いに競い合い、切磋琢磨する場として実施する「在来線版オリン

ピック」ともいえる競技会において、最優秀賞を受賞した社員に与えられる称号が「在来線技術力No.1」です。

当日は、認定証及びメダルの授与後、鈴木東海鉄道事業本部長より「No.1」の称号は日頃から業務に真摯に向き合い、技術力の向上に不断に取り組んだ成果である。名誉ある称号の認定に自信と誇りを持ってもらいたい。今後は、率先して自らの技術力のさらなる向上に取り組むことを通じて、職場やシステムの間に刺激を与えるとともに、積極的に職場での指導役を引き受ける等、後進の育成でも活躍することで、当社在来線全体の能力と技術の向上に貢献してほしい」との挨拶がありました。

引き続き、在来線の技術力を高める取組みを推進していきます。

令和元年度 在来線技術力No.1認定者(27部門)

運転	宮川 亨(名古屋運輸区)
運転士応急処置(EC)	田口晃輔(沼津運輸区)
運転士応急処置(DC)	村上俊樹(名古屋運輸区)
運転士異常時対応	鳥 裕士(美濃太田運輸区)
車掌異常時対応	水川大輔(大垣運輸区)
車掌業務	香澤和人(沼津運輸区)
駅運転取扱(P-WARC)	大村一真(岐阜駅)
駅運転取扱(信号てこ扱い)	植松裕樹(静岡駅)
電気設備・点検調整	前野陽介(神領車両区)
設備点検・点検調整	松下智郎(大垣車両区)
構内運転	中村陽介(静岡車両区)
構内操車	河合伸仁(大垣車両区)
構内信号	高倉光(静岡車両区)
仕業検査(EC)	米窪浩洋(神領車両区)

仕業検査(DC)	川本竜也(名古屋車両区)
保線(軌道管理一般)	高木雄太(多治見保線区)
保線(軌道管理分岐器)	長谷川敏基(四日市保線区)
保線(運転)	大橋永照(静岡保線区)
土木	野中大輔(名古屋土木技術センター)
建築	丹野あゆみ(東海鉄道事業本部施設部建築課)
機械	櫻本 学(東海鉄道事業本部施設部機械課)
電力(電車線)	早野聡史(富士電気区)
電力(電灯電力)	花田 誠(名古屋電力区)
電力(変電)	近藤浩文(中津川電気区)
信号通信(信号)	上内一輝(岐阜電気区)
信号通信(通信)	谷中伸安(松阪電気区)
信号通信(踏切)	立川謙三(三島電気区)

令和元年度 若手No.1認定者(9部門)

駅営業実務(出札)	菊川敬市(焼津駅)
駅営業実務(改札)	大島美紅(名古屋駅)
基礎技能	塚本 涼(名古屋工場)
保線(軌道管理一般)	高橋信貴(岡崎保線区)
保線(軌道管理分岐器)	香山駿介(多治見保線区)

保線(運転)	木原 駿(伊長島工務区)
土木	松原史憲(松阪工務区)
電力	山川道一郎(中津川電気区)
信号通信	鈴木悠雅(名古屋信号通信区)

※敬称略。社員の所属は認定時のものです。



▲認定式に出席した皆さん(施設系統)



▲認定式に出席した皆さん(運輸営業系統)



▲認定式に出席した皆さん(電気系統)



▲認定式に出席した皆さん(車両系統)

激化する自然災害に備え
厳しい状況を想定

地震防災訓練

●安全対策部

防災週間中の9月1日を中心に、地震防災訓練を実施しました。

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策下での訓練となり、各箇所とも3密に注意しながらの訓練となりました。

新幹線では、大地震により駅間が長時間停車した場合を想定し、熱中症など体調の優れないお客さまや日本語が通じないお客さまを各系統の社員が協力して避難誘導する訓練、



▲本社対策本部運営訓練(上段:JRセントラルタワーズ/下段:丸の内中央ビル)



▲旅客誘導訓練(神領車庫区)



▲ドローンを活用した被災状況把握訓練/左下ドローンからの映像(中津川町)

在来線では、山間部での被災など社員が辿り着けない場を想定したドローンによる被災状況把握訓練等、より厳しい状況を想定した訓練を行いました。

他にも、脱線した車両の復旧訓練や情報指令によるお客さまに向けた被災状況・運行状況の情報発信訓練など、実践的な訓練を各地区で実施しました。

地震防災訓練を通じて、防災意識の高揚、対応力の向上を図ることができました。新たに見つかった課題もあるため、社員一人ひとりがそれぞれの立場で振り返り、課題の克服・弱点の補強に努めることが重要です。

訓練できないことは実際の災害場面でもできないということを念頭に置き、引き続き様々な想定での実践的な訓練を行うことでレベルを高め、万一の事態に備えていきましょう。



▲ブライン型の対策本部運営訓練(新幹線鉄道事業本部 対策本部)



▲乗務員と地区隊及び消防隊との連携による旅客救護訓練(三島車両所)



▲災害直後訓練(伊那松島乗務区)

営業車両の仕様策定に向けて

超電導リニアL0系
改良型試験車の走行試験

●中央新幹線推進本部

山梨リニア実験線で、営業線仕様の第一世代として製作したL0系車両(5両)及びL0系車両をブラッシュアップさせた改良型試験車(2両)を組み合わせた7両編成で、8月17日に走行試験を開始しました。

改良型試験車の主な改良点は、以下の3点となります。

1点目は、先頭形状の最適化です。走行試験で得られた結果をもとに先頭形状を最適化することで、先頭部の空気抵抗を約13%低減し、消費電力や車外騒音を低減しています。

2点目は、誘導集電方式の全面採用です。営業車両の仕様である誘導集電方式を採用し、ガスタービン発電装置は非搭載としました。

3点目は、さらなる快適性の向上を目指した、車両の内装見直しです。白を基調とした内装デザインで明るい車内空間を演出し、また座席については、従来のL0系と比較して、座面や背もたれなどを大型化することで、乗り心地を向上させています。

引き続き、営業線車両の仕様策定に向けた走行試験を行うとともに、より良い車両を目指した技術開発に不断に取り組んでいきます。



▲L0系改良型試験車



▲乗り心地を向上させた座席

明るくスタイリッシュなデザイン

桑名駅自由通路及び
橋上駅舎完成

●東海鉄道事業本部

桑名駅は新たな橋上駅舎が完成し、8月30日から自由通路の供用を開始しました。

8月29日、鈴木三重県知事、伊藤桑名市長、鈴木東海鉄道事業本部長らによるテープカットや完成式典を執り行い、地域の新たなシンボルとなる駅の門出を祝いました。

桑名駅は当社・近畿日本鉄道・養老鉄道の3社が乗り入れています。これまでは、駅の東西移動に踏切利用が必要でしたが、新駅舎は橋上化し、広い自由通路を設置したため各線区へのアクセスが良くなり、新しい人の流れを創出しています。

駅のデザインは初代桑名藩主・本多忠勝公の「兜の黒」をコンセプトとし、歴史と文化の一端を感じいただけます。出札改札はお客様がご利用しやすい、三重県初のウォークインタイプとなり、さらに静かな空間で、より丁寧なご案内を行うことが可能となりました。また、大きなガラス窓を採用し、明るくスタイリッシュな駅に生まれ変わりました。

今後もお客様に安心して快適にご利用いただける駅を目指していきます。



▲テープカットの様子



◀ウォークインタイプの出札改札



◀駅舎外観

ジェイアール東海ホテルズからの お得なお知らせ

【東海鉄道OB会向け特別宿泊プラン】

東海鉄道OB会員様にお得な料金での宿泊プランをご用意いたしました。

各ホテル、万全の感染症対策でお客様をお迎えしております。

また、各宿泊プランにGoToトラベルキャンペーンの割引が適用できます。

※お電話でご予約の際には東海鉄道OB会員である旨、および「東海鉄道OB会向け特別宿泊プラン」のご利用である旨をお申し出ください。

※チェックイン時に会員証のご提示をお願いいたします。

※各宿泊プランの内容や朝食の提供形式、および、GoToトラベルキャンペーンの展開時期、適用地域や割引内容等は予告なく変更になる場合があります。

ホテルアソシア豊橋

プラン
内 容 1泊朝食付き
2名1室(スタンダードツイン)1名様あたり5,000円(税込)

こだわり 12月1日より、朝食メニューをリニューアルし、和洋中のbuffestスタイルになりました。お客様が食べたい朝食、また食べたい朝食を目指して、ホテルアソシア豊橋「朝食プロジェクトチーム」が約1年間をかけて検討を重ねたこだわりの朝食です。美味しい朝食で、旅の朝を元気にスタートさせませんか。

期 間 2021年1月4日～3月31日
(予約は当日まで受付可)

予約方法 電話もしくはインターネット予約
インターネット予約の場合
【ID:OB パスワード:2020】



▲QRコード

問合せ先 ホテルアソシア豊橋
宿泊予約 0532-57-1010



ホテルアソシア静岡

プラン
内 容 1泊朝食付き
2名1室(モテレートツイン)1名様あたり6,000円(税込)
(3名1室の場合は1名様あたり5,000円(税込))

こだわり ご朝食は新スタイル「ココバレット」。お料理をあらかじめ小分けにすることや、目の前で盛り付けをすることで、お客様がトングなどを使用することなくお楽しみいただける、感染症対策万全の新buffestスタイルです。小皿のお料理がバレットのようにテーブルの上を彩る様子を表現しました。静岡のおいしいものを堪能いただけるこだわりの朝食をお楽しみください。

期 間 2021年1月4日～3月31日
(予約は当日まで受付可)

予約方法 電話もしくはインターネット予約
インターネット予約の場合
【ID:tkob パスワード:obtk】



▲QRコード

問合せ先 ホテルアソシア静岡
宿泊課 054-254-4148



※写真はイメージです。



気にしたことはありますか？

飲酒による心臓への影響

健康管理センター

静岡健康管理室 医師 渡邊 泰生



飲酒の身体への影響については、肝臓との関係性やアルコール依存症を思い浮かべる方が多いと思います。一方で、心臓との関係性といわれるとピンと来ないかもしれません。実は飲酒は心臓に多くの影響を与えます。今日は、飲酒が心臓に与える影響についてお話ししたいと思います。

■心臓の役割

心臓は筋肉に包まれた袋のような臓器であり、血液を全身から受け取る部屋と送り出す部屋に分けられます。心臓は収縮拡張を繰り返すことで全身から血液を回収し、肺を通して酸素を多く含んだ血液を全身へ送り出すポンプのような役割を担っています。ヒトは全身への酸素の供給なくして、生命維持はできません。そのため、心臓の機能及び血液の循環が生命維持には不可欠なのです。



■飲酒による心臓への影響

飲酒が心臓に与える影響はいろいろありますが、ここでは3つ取り上げます。①血圧が上がることから心臓に負担がかかる影響。②動脈硬化に関連し、心筋梗塞等の心臓の筋肉を壊す疾患に関与する影響。③飲酒が直接的に心臓の収縮力を低下させることや不整脈を出現させることにより、心臓のポンプとしての機能を低下させる影響です。



①血圧への影響

飲酒者而非飲酒者の血圧を比較した研究から、飲酒が血圧を上げることが知られています。血圧を上げるメカニズムについてはすべて解明されていませんが、血管の収縮反応や、一緒に食べるおつまみなどの塩分の取り過ぎが原因の一つとして挙げられています。慢性的な高血圧は、血液を送り出す心臓に負担がかかり心臓を疲労させます。そのため、高血圧は心臓のポンプ機能の維持に悪影響を与えます。

②動脈硬化への影響

動脈硬化への影響は、飲酒量や酒類によって良い影響を与えることや、逆に悪い影響を与えることも知られています。赤ワイン等の酒類やごく少量の飲酒においては、動脈硬化を抑える方向に働きます。一方で飲酒量が増えると動脈硬化が進行するため、飲酒量をコントロールすることが大切です。動脈硬化性疾患の代表例である心筋梗塞は、心臓に栄養を送る血管(冠動脈)が詰まることで起こる病気です。血管が詰まることにより心臓の筋肉が壊れるため、心臓のポンプとしての機能は大きく低下します。動脈硬化の予防が心筋梗塞の予防につながります。

③直接的に心臓へ与える影響

長期間の大量飲酒は、心臓の収縮力を低下させ不整脈を起こすため、心臓のポンプ機能を低下させます。心臓の機能低下は全身への酸素供給の低下につながります。軽い運動で息苦しくなり、さらには安静時においても息苦しくなる心不全の状態になることもあります。

またアルコールによって心臓の筋肉が損傷した場合も不整脈を起こします。不整脈が起こると心臓のポンプ機能は低下します。例えば、心房細動といわれる不整脈は飲酒と関連があります。心房細動は血液を受け取る部屋(心房)の筋けいれんの状態であるため、心臓のポンプ機能は低下します。

■飲酒は心臓には良いの？

今日飲酒による心臓への影響についてお話ししました。今までの話をまとめると、飲酒はしないことがベストで、1日に日本酒1合までの飲酒が辛うじて許容される量と考えます。もちろん飲酒は心臓以外の健康にも影響を与えますので、飲み過ぎには注意しましょう。

参考文献：厚生労働省 e-health net 国立循環器病研究センター循環器病情報サービス
Criqui MH, Ringler PD, et al. Circulation 1989; 80:609.
DD. Mcmanus, et al. Alcohol Consumption, Left atrial diameter, and atrial fibrillation: JAMA 5(9):e004060. 2016

市議会議員になって



滋賀県支部
佐金 利幸

地方議会の議員の成り手が少ないという話をよく耳にします。私は、60歳定年退職後、61歳で長浜市議会議員に立候補し、現在2期目の議員活動をしております。

本市は、平成22年の平成大合併で一市8町が一つとなり、長浜市の面積は、琵琶湖と同じ広さの680km²と滋賀県下でも高島市

に次ぐ広い市となりましたが、人は毎年約800人ずつ減少している地方都市でもあります。

地方議員の使命は、地域の安心、安全な暮らしを守り、医療と教育が分け隔てなく提供されているが監視する義務があると考えています。

今年は、新型コロナウイルスによりまさか全国小中学校が長期間の休校や東京オリンピックが延期になるとは誰も予想していない事態となり、感染拡大防止策や経済再生支援事業のため、長浜市では5回にわた

り補正予算が組まれ、議会も行政に対し通常とは違う配慮をしてお応じしてまいりました。

コロナ禍は、まだまだ先が見えませんが、市民の生活を守ることが最優先課題として取り組んでまいりました。

私の住んでいる地域は、公共交通機関がなく高齢化率も33～40%と高く、買い物や通院に困っているお年寄りが多くおられ、4年間かかりましたがお陰様で11月から路線バスを迂回してもらえるようになり、地域のお年寄りや住民の皆様にご喜んでもらえるようになりました。

私は、年一回市政報告を作成し、新聞折込みチラシとして配布しています。どのような活動をしてきたか、何を発言したか、皆様に分かるようお知らせするためです。地域の皆様のために働こうと議員を目指し、この初心を忘れず、これからも地道な活動を続けたいと考えています。

地区の発展に尽力“四日市市長表彰”を受賞



四日市支部
飯田 輝一

昭和60年3月名古屋信号通信区を最後に鉄道の仕事から離れたのを機に、自分が居住する浜田地区のために何かできないかと考えた結果、当地区は比較的交通量が多く、子供達の登下校の際における交通安全及び不審者からの安全を守るパトロール等が行われている「子供育成会」活動に

参加することになりました。

この活動を続けるうちに地区との繋がりが強くなり平成6年4月に幸町南の自治会長の要職に就くことになりました。これに併せて浜田地区連合自治会の一員となって、連合会の副会長、社会福祉協議会会長の職を勤める中で、特に環境問題に強く関心を寄せてきました。

その理由は、私の住む近くに阿瀬知川という四日市

の市街地を東西に流れる全長5キロ程の農業用水路があり、その川は汚泥が堆積し悪臭が出る最悪の環境でした。

この環境を改善するため、20年前程に阿瀬知川周辺10地区と話し合い、「阿瀬知川を美しくする会」を発足させるとともに、行政の協力を得て阿瀬知川クリーン作戦を始めました。その甲斐があって阿瀬知川は徐々に清流を取り戻すことができ、平成17年7月に地元小学生や地区住民ら約100名が参加して、色鮮やかな赤色や斑模様の体長数センチから40センチ位の鯉が放流され、今では毎年10月に地元中学生による環境整備が実施されています。

こうした長年に亘る地区の発展と住民福祉の向上活動等に尽力した功績を称えられ、昨年11月に四日市市長表彰を受賞しました。満90歳になりましたが、これからも体力が続く限り地区のために活動して行く所存であります。

投稿ページ



静岡支部
杉山 邦明

楽しめるマハゼ釣り

静岡支部 杉山 邦明

私は、10年以上前からハゼ釣りを楽しんでいます。静岡周辺には、清水・用宗港、三保・久能海岸等、海釣り(陸釣り)のできるところはありますが釣果は余り期待できません。また、漁出すれば餌の心配や道具類も多く、時間も掛かるので近隣の単単に釣りが楽しめないかと考

えた結果、ハゼ釣りとなりました。

港に流れ込む寛原川、巴川、小坂川には、ハゼが生息しており、大きさは5〜25cmで、河口、内湾の砂泥底に棲み、9月〜12月頃まで、ポイントを外さなければ必ず釣れる大衆的な釣り魚として人気があります。

天ぷらや甘露煮で食べますが、15cm以上のものが揃ったら頭とウロコ、ハラワタを取り、背開きにしてから中骨と腹骨を取って天ぷらにすると最高に美味しいです。

我が支部の誇り



焼津市は漁港と水産加工の町です!

焼津支部 牧野 孝

当支部は、焼津市・旧大井川町・旧岡部町(藤枝市)在住の会員で構成されています。焼津市は、山と海に包まれた静岡県のほぼ中心に位置しており、人口は約13万人の中堅都市です。その特徴は、風光明媚な駿河湾の沿岸を利用して鮮魚を主とした遠洋漁業の焼津漁と沿岸・沖合漁業を主とした小川港及び大井川港があり、そこで水揚げされた海鮮魚は県内外へ配送と市内の水産加工業で消費されます。

焼津市で毎年行われる漁港の3大まつりは、春の焼津みなとまつりがあり、海産物を使った丼や飯飯、水産加工品の販売が行われます。また、大井川港朝市では、取れたての生シラスや桜えびのかき揚げ・釜揚げなどの販売が行われます。

夏には焼津海上花火大会が行われ、一時間に約5千発の花火が夏の夜空を染め上げます。当支部では、焼津駅の安全対策として、旅客案内や通行誘導などを駅と協力して毎年行っています。秋には小川港鮎まつりがあり、小川港で水揚げされた新鮮な鮎の炭火焼き1万食が無料で振舞われます。

じゃまこ貝鮎会館市

私が携行する道具は、磯竿2号、小型のリール、クーラーボックス、錘と針だけです。餌は、青イソメ、赤イソメ、ゴカイ等ですが、汽水域ではミミズも食いが良く、餌を長めに付けるとスズキや黒鯛の子も釣れることも!!

仕掛けは、中通し錘2号を太目の道糸に通し、ハリスが絡まないようゴムのクッションを付ける等、いろいろな工夫をすることも楽しみの一つです。

釣りの場合は、上潮時に岸に向かって寄ってきます。足元のヘチ(フチ)際にも多く寄ってくるので、のべ竿でのミャク釣りやウキ釣りもお勧めです。

マハゼは、好奇心が強い魚であり、動くものに興味を示すので近くにいれば飛びついてきます。巴川の釣り場としては東海道本線山側静岡鉄道海側にある市営駐車場付近ですが、周辺に釣り人がいるか、そして釣れているかどうかを確認して、竿の振りやすい場所を見つけることが大事です。

釣りは、趣味と実益(釣果)を兼ねるとともに、自然と触れ合うことで心身の健康管理にも繋がります。

一度ハゼ釣りに出掛けてみませんか。



▲市場の雰囲気は味わうことのできる場所です

また、焼津市は水産加工業も盛んに行われており、節節の生産をはじめ黒はんぺんや練り製品や珍味とされる鰯の塩辛や各種の魚の干物製品等があります。市内の飲食店では、鮎や鰯料理を筆頭に海鮮料理が数多く提供されています。これらの製品や料理店を一同に集めた総合市場が焼津さかなセンターです。場所は東名高速道路焼津インターの隣に位置しているため、県内外からの利用客が多く来場されます。

焼津市に来た折には一度寄ってみてください。ところが昨年は新型コロナウイルス感染の拡大により、春からの各種イベントがすべて中止となってしまい誠に残念でありませんが、コロナ禍が一段落した折には焼津市を訪れて新鮮な海鮮料理を食べて頂ければ有り難いと思います。

本部

令和2年度 秋の叙勲受章

令和2年11月3日 秋の叙勲受章者が発表され、東海鉄道OB会関係では、1名の方が栄えある賞賜を受けられました。
おめでとうございます。

旭日 双光章

中津川支部
佐藤 光司様
(地方自治功労)

文芸

【川柳】

水遣りが 過ぎた自立の 根を枯らす
自慢の子 嫁に嫁られて 波が立ち
岐阜工事局支部 弓折英二

スイカ割り 割らずにホッポ 誰が笑み
ごくごく 飲んできました 妻の悪癖
三河支部 加藤哲郎

若い棋士に 感無残で 貰う知恵
ご老休 あなたをこつナ 恨つてる
大府支部 嶋田 勇

昔話 尽さない電話 長くなる
人生の 山これからと いう本寿
名古屋運輸車両支部 山田 愛

【俳句】

野の花の 色濃くなりぬ 露時雨
栗飯の 妻巻の 大き粒
岐阜工事局支部 大友秀明

八潮の 空や未明の 星二つ
秋立つや 朝の静寂に 風の声
寂しきの 弾ける如く 風仙花
清水支部 吉川武子

点呼とる ごとく雑煮の 餅の数
呼鈴に 居留守をきめて 風邪羅り
南都支部 萩原正三

編集後記

会員の皆様あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。昨年は、新型コロナウイルス感染症対策で世の中が混乱しました。感染拡大防止策で、「3密」を避けることや外出や移動の自粛が求められ、支部総会等を中止せざるを得ない状況でした。今年は、新型コロナウイルスに対するワクチンも開発され、接種が始まりコロナ禍が終息に向かえば、少しは活動が展開できるのではと思っています。OB会活動も新しい時代に対応した活動が求められています。コロナ禍の中で活動のあり方を考え、楽しく継続的に展開できる活動を模索しながら前進していきましょう。

1. 本部から

令和2年秋の生存者叙勲は、東海鉄道OB会会員1名が受章されました。長年、鉄道業務や地方自治に携わりご苦労されてきた篤物と思います。心からお喜び申し上げます。

日本鉄道OB会連合会の全国大会は、コロナ禍のため中止となりましたが、永年OB会活動に貢献された2名の会員に特別功労章、地域や社会に貢献された2名のインストラクター会員に表彰状と記念品が贈呈されました。

2. 地本・支部だよ

毎年恒例の名古屋地方本部主催のゴルフ大会の開催、蟹江支部からさわやかウォーキングへの協力により桑名駅長から感謝状の受領、静岡地方本部掛川支部からSL清掃活動、大阪地方本部から本部主催のゴルフ大会について投稿をいただきました。

3. 読者のひろば、投稿ページ

読者のひろばには、滋賀県支部の佐金さんと四日市支部の飯田さんから自身の活動について投稿をいただき、投稿ページには、静岡支部の杉山さんから趣味のハゼ釣りについて投稿をいただきました。

4. 我が支部の調り

焼津支部からいただきました。焼津は、遠洋漁業基地でもあり沿岸漁業も盛んに行われており、水産加工業が多く、東名高速道路の近くに「焼津さかなセンター」があり、遠海ものや近海もの魚が多く販売されています。焼津支部は、毎年、夏の焼津海上花火大会当日、焼津駅の多客に対して旅客案内や通行誘導を行っており、JR東海から感謝されています。ぜひ、会員の皆様もコロナ禍を避けて一度訪ねてみてください。(南川)



心の声で聞いてもらえなかった。

#伊勢神宮
#早朝6時参拝
#時間をずらす

旅は、
線!

ひさびさ旅は、
新幹線!

ひさびさ
新幹

旅は、ずらすと、面白い

1
新目し
3新目では
違う色の空が
見えていた。



#上から見る八坂の塔
#ルーフトップバー
#街の見方をずらす

ずらし旅

検索



JR OB とうかい

Vol.63 2021年1月

発行/〒453-0801 愛知県名古屋市中村区太閤1-3-16 東海キヨスク牧野ビル内 東海鉄道OB会本部 発行人/高川 謙 TEL.052-453-7292 (FAX兼用)