

# ANCだより

## A・ナイスクラブ

第 175 号 2016. 3. 1 編集責任者 牛丸 敏雄

ANC会員数

121 名

男性 65 名

女性 56 名

平成 28 年 3 月 1 日



### 「社会見学」 広島地方裁判所

今期 2 回目の社会見学は、寒くて雪が降りそうな 2 月 12 日（金）午前 10 時から上八丁堀（RCC 本社前）にあります、広島地方裁判所に法廷見学と裁判傍聴に 30 名で行きました。待合室でしばらく待つと担当者が来られ大法廷に案内されました。大きさは小学校の 2 教室余り、柵で区切っており前に裁判官・書記官・弁護士・検察官・証人・被告の席があり後ろが傍聴席です。意外と狭く感じました。その場で担当者より、民事事件と刑事事件を取り扱う広島地方裁判所と、家事事件（離婚など）と少年事件を取り扱う広島家庭裁判所があり、県内にある 4 支部（呉・尾道・福山・三次）を含めて裁判官 61 名一般職 453 名で月間民事事件、約 2,500 件、刑事事件約 1,500 件の処理をしています。法服（裁判官の着る服）の色は、大審院（戦前の最上級裁判所）の時代から黒と決められています。それは黒色が他の色に染まることはないという点で、公正さを象徴する色として最適と考えられているからです。またテレビ映画などで裁判官が木槌を叩く場面がありますが、実際には使用しません。民事事件と刑事事件の違いを解り易く説明しますと、AさんがBさんにお金を貸しました、ところがBさんが返してくれませんかそれでAさんが裁判所に訴状を提出すれば民事事件です。Bさんが返してくれないのでAさんが怒ってBさんを殴って怪我をさせましたら刑事事件です。などの説明後、録音及び撮影は禁止されていますがメモをとることは構いません、私語飲食は禁止です等の傍聴する時の注意事項を聞きいよいよ傍聴です。皆さんやや緊張して、相続のこじれが原因の殺人未遂が裁かれる裁判員制度導入の法廷と、詐欺事件が裁かれる民事事件の法廷に分かれて入りますと、弁護士・検察官・証人はすでに着席しており暫くしますと横のドアから手錠に腰ひもの被告人が、正面ドアから裁判官 3 人と裁判員が入廷し裁判が始まりました。重苦しい雰囲気で傍聴が終わり待合室にいますと、小学生が傍聴に来ました。子供達の眼には法廷の雰囲気や被告人の姿はどの様に映るのか考えさせられながら裁判所をあとにしました。



### 3 月の行事予定

- |                 |                         |              |
|-----------------|-------------------------|--------------|
| 1 日 交通安全指導      | 2 日 健康ウォーキング            | 7 日 定例役員会    |
| 7 日 KST スタッフ会議  | 13 日 大塚公民館まつり           | 16 日 広域公園花植え |
| 15 日 はつらつ健康体操教室 | 20 日 道路清掃（管理センター 9 時集合） |              |

## 2 月度定例役員会(2/1 開催)の報告

2月1日(月)午前9時半より12時まで定例役員会が開催されました。最初に牛丸会長より、早いもので今日からもう2月です。1月は暖冬でしたが最近是非常に寒く、朝と日中の温度差が大きい日が続いています、体調には気を付けて下さい。1月11日に開催しました新年交歓会は過去最多78名の参加で、賑やかに楽しんでいただけたと思っています。今期の行事として2月は社会見学、3月はウォーキング、健康体操、花壇整備が予定されています。役員皆さんの皆さんお忙しいとは思いますが協力をお願いしますと挨拶があり、その後右記の審議事項に移り役員全員で活発に討議しました。

### 今月の審議事項

- ① 社会見学の件(2月開催)
- ② 健康ウォーキング(3月開催)
- ③ 大塚公民館まつり(3月開催)
- ④ 28年度活動計画と予算骨子
- ⑤ KSTについて
- ⑥ その他(緑地アンケート記入)
- ⑦ 1月度会計報告

## リタイヤ生活の豆知識

### 第22回 花粉症の人には嫌な季節が来ました

花粉症はスギなどの花粉が原因となって起こるアレルギー疾患の一つでスギ花粉以外にも、ヒノキ・ハンノキ・ブタクサ・ヨモギなどの花粉でも発生します。また最近では5~9歳の子どもでは約15%が花粉症との報告があり「家族に何らかのアレルギー疾患があると発病しやすい」と言われています。

花粉症は昭和30年代に発見された比較的新しい疾患ですが、患者数は年々増加していて10年前と比較し1.6倍に増え、現在人口約1/3の人が花粉症と言われています。

#### 昨年より多くの花粉が飛散しています

環境省から今年は2月上旬から花粉の飛散が始まり、特に広島地区は例年と比較し180%以上の飛散予測が発表されました。今後も戦後植林されたスギが成長していますので、花粉の飛散量は増える事が予想されます。

#### 花粉症を回避するには

薬で花粉症を回避するには花粉飛散が予想される2~3週間前から抗アレルギー薬を飲みますと、花粉飛散後から飲むより花粉症の重症化が抑制されます。また外出時マスク・メガネ(最近は花粉対策用もあります)の使用も有効的です。では家での花粉症回避はどの様にしたらいいのでしょうか。花粉は外から持ち込まれますので、帰宅後衣服をブラシや粘着テープを使用してよく払って入る、布団や洗濯物の外干しは避ける、窓はなるべく長時間開けない等の注意をします。そして掃除は空中を浮遊していた花粉(大きさは約0.03ミリ)がゆっくり降り積もっています朝一番と帰宅直後に、掃除の基本は高い所から低い所へ、花粉を舞い上げないように化学モップ・雑巾がけなどでふき取るのが最良です。掃除機の使用は排気が花粉を舞い上げるのでお掃除の最後にしましょう。

## 清掃活動

2月21日(日)早春の柔らかな日差しの中22名(男性16名 女性6名)で、大塚郵便局交差点までと第四公園のゴミ拾いをしました。先日の春一番の影響かマナーが良くなったのかゴミは少なく4袋でした。暖かいと体も口も良く動いて楽しい清掃活動になりました。

次回は3月20日(日)9時からです。ご協力宜しくお願いします。



## ちょっといい話

### スペアリーさんご夫妻第1回目

牛丸会長から「栗栖綱子さんと猿渡一由さんをお願いして好評だった、ちょっといい話のコーナーをスペアリーさんに《住んで初めて理解できるアメリカ》をテーマに連載していただけますか」とのお話がありました。そこで書けるかどうか悩みましたが、延べ24年アメリカで生活し日本では体験出来ない体験もしました。そこでそれらを書く事で少しでも日米の理解が深まればと思い書きます。まず最初に自己紹介をします。私はスペアリー トヨコ。趣味は日本画とちぎり絵で、アメリカでは教えていましたけれど、画材の調達には苦労しました。主人はスペアリー リチャードです。主人は朝鮮戦争に従軍する為（当時戦争に行くと除隊後大学に復学すると学費が免除されていました）1952年アメリカから船で横浜に来て日本人の優しさ勤勉さに感激し、日本人が大好きになったアメリカ人です。趣味は読書で最近では日本から見た大東亜戦争の本を読んでいました。そしてアメリカではバージニア州フェアファクス（ワシントンD.Cまで車で30分）に住み、日本ではタワーズ・ウエストに住んでいます。先日の新年交歓会にも参加し皆さんに親しくしていただきました。ちなみにタワーズ・ウエストの部屋からフェアファクスの自宅までバス・新幹線・飛行機・車で丁度24時間かかります。玄関の表札は「寿平亜里」と書いてあり、これでスペアリーと読みます。私はこの文字を自己流で「祝う亜細亜の古里」と理解し、この文字が大好きで趣味の日本画に花押として使っています。でもこの表札の為にこんな信じられない事が起きました。それは私を訪ねて来た友人がこの表札を見て、この部屋には中国系の方が住んでおられると早とちりして、インターホンも押さず帰ってしまった事が後日わかり大笑いしました。次回は主人と知り合いバージニア州フェアファクスに移り住むまでの事をお話します



## KSTスタッフ募集結果報告

1月25日にKSTスタッフ募集の案内を会員全員に配布しました。結果は住区によってバラツキはありますが、男性18名、女性12名で合計30名の方から応募があり、各住区とも複数のスタッフを配置することが出来ます。3月7日（月）にスタッフ皆さん対象に説明会を開催し、KSTについて、今後の活動方針、住区毎の連絡方法等を説明する予定です。これからも、ANCだよりでKSTについて情報発信して参ります。会員の皆さまもKSTに対する要望、各種情報（困っている方等）がありましたら、住区スタッフに連絡いただきますようお願いいたします。4月にはKSTの活動内容、スタッフ情報、連絡方法等を記載した「KST利用について」（保存版）を配布する予定です。

## 大塚児童館「お楽しみ会」

2月27日（土）大塚児童館より親子三世代交流のお礼と言う事で春のおたのしみ会（お茶会）に招かれて11名が参加しました。

1部「篠笛のしらべと朗読」がボランティアの”大和なでしこ”より演じられて子どもたちと一緒に聞きました。2部は修道大学の茶道愛好会（上田宗箇流）から最初に作法を教えてもらい、お手前のお茶をいただきました。女性はそれなりに様になるのですが、男性は作法はなかなか上手いきませんが、用意されたお菓子、お茶を美味しくいただき楽しい一時を過ごしました。



## サークル活動

### 楽唱会



今月はこんな話がありました。以前会食の場でAさんが私は80才過ぎているので一番年上だと思うのですが、と自己紹介をされたました。するとBさんがいえいえ私の方が上ですよと年齢を言われ、みんなで驚いたことがありました。そんなことがあったので先生がこのグループは皆さんお若いわね、80才以上の方もお元気だしやっぱり歌を歌っていると元気でいられるのね。いつまでも楽しく歌いましょうねとそんな話をされました。因みに今年60才で入会された方は一番年上のお姉さまの娘さんと同い年でした。楽唱会は何歳でもOKです。男性も頑張ってますよ。

### 絵手紙の会

もうそろそろ暖かくなります。  
厳しい寒さが続きましたが、

こたつともお別れして。絵手紙を見に来てください。

これから春に向かい花や果物など画材も豊富となり、  
楽しさも増します。

3月は1日(火)と14日(月)を予定しています。



## ANC活動についての議案書

会員の皆さまには日頃よりANC活動へご協力とご参加いただきまして有難うございます。3月末で平成27年度の活動が終了します。ANCでは平成23年度より規約を改定し総会に変わり議案書を全会員に配布し、27年度活動報告・会計報告、28年度活動計画・予算の賛否を取るようにしています。併せてご意見についてもお寄せいただければ参考にさせていただきます。4月には議案書を配布致しますので、ご検討の上承認書提出お願い致します。

## 大塚公民館祭りのお知らせ

3月13日(日)に第3回大塚公民館祭りが実施されます。ANCでは自治会ブースで例年通りベーコン串、ハッシュドポテトの販売を行います。自治会ブースではその他うどん、蕎麦湯割り焼酎の販売もあります。時間は午前10時から午後3時まで開催されます。例年と違うところは、一般の駐車場が中学校から、小学校に変更されています。地域交流のイベントですので皆さん顔を出してみても如何ですか。

## 第4回はつらつ健康体操ANC教室開催のお知らせ

3月15日(火)午後1時半サウンドルームにて「肩痛予防と改善方法」をテーマに開催します。詳しい内容は後日案内文を配布しますので、皆さん(特に肩痛でお悩みの方)是非お出かけ下さい。

