

トヨタ自動車豊寿会 50周年 記念会報

書道サークル 伊東貞治さん書



写真サークル 高橋忠雄さん撮影
(山中湖)



「結成50周年を迎えて」

トヨタ自動車豊寿会
あずま まさもと
代表世話人 **東 正元**

定年後も健康で心豊かに充実した日々を過ごされ相互の親睦を図る事を目的に昭和47年に655名で発足し現在11,000名を超え諸活動も充実し本年50周年を迎えました。会員の皆様と喜びを分かち合うと共に、この間、会員そして歴代役員の皆様に深く感謝申し上げます。併せまして、日頃より労働組合、会社の格別なご支援に対し厚く御礼申し上げます。

昨年初からの新型コロナウイルス感染症拡大により豊寿会の活動も殆ど中止を致しました。ワクチンの効果が出て日常に戻る事を心から願うばかりです。

超高齢化社会において健全で活力ある社会をつくる上で高齢者が健康で生きがいを持ち社会で活躍する事が必要不可欠であり、豊寿会は社会のニーズに合った活動だと思います。自らが「健康長寿」で「やりがい、生きがい」を持ち「生活をエンジョイ」し「社会や地域に貢献」する中で、会員の皆様が健康で心豊かに過ごされる一助としてお役に立つ事であります。

今後とも、目的をしっかりと踏まえ、原点を見つめ、皆様のお役に立てるよう力を尽くしていく事をお誓いすると共に、皆様の積極的なご参加をお願い申し上げ、ごあいさつと致します。



「結成50周年を迎えて」

トヨタ自動車株式会社
とよだ あきお
取締役社長 **豊田 章男**

50周年を心よりお祝い申し上げます。

会の発展に貢献された歴代世話人の皆様と、事務局である組合に深い敬意を表します。また、会員の皆様には、日頃の我々後進への温かいご指導に対し、厚く感謝申し上げます。

我々を取り巻く環境は、クルマの電動化や自動化、新型コロナウイルスの感染拡大、2050年に向けた脱炭素社会の実現など、「大変革の時代」を迎えております。こうした状況でも、本年黒字確保を見込み、Woven Cityをはじめとした未来への投資を続けていけるのは、リーマンショック以降、トヨタが少しずつ強くなってきたこと、そしてその背景には、皆様の様な先人が、「改善」という創業期からのトヨタのDNAを、我々に引き継いでくださったからに他なりません。

このバトンを次の世代に渡すため、「継承者こそ挑戦者でなければならない」という言葉と、昨年発表した「幸せの量産」という使命を心に刻み、チャレンジを続けてまいります。皆様には、今後も変わらぬご支援をお願いするとともに、益々のご活躍とご健勝、100周年に向けた会の発展を祈念申し上げ、私のお祝いの言葉とさせていただきます。



「豊寿会 結成50周年に寄せて」

トヨタ自動車労働組合
にしのかつよし
執行委員長 **西野 勝義**

豊寿会結成50周年、心よりお祝いを申し上げます。

人生100年とも言われる中、健康に加え、定年後の多様な形での社会参加や、互いに支え、励まし合いながら、楽しみを共有できる人間関係を築き上げていくことは、豊かな時間を過ごすために大変大切です。この50年の間に、豊寿会の会員数と活動内容が拡大してきたことは大変喜ばしいことだと思っております。

カバハウスにお越しになる会員の皆さまの元気なお姿や、展示会を通して見せていただく素晴らしい作品から、我々も頑張らなくては、と日々元気をいただいております。

一日も早いコロナの収束、皆さまのご健康、豊寿会の一層のご発展を願い、ご挨拶とさせていただきます。



「祝 豊寿会 結成50周年」

トヨタ記念病院
いわせ みつお
病院長 **岩瀬 三紀**

豊寿会結成50周年誠にありがとうございます。50年の間、会員の皆様におかれましては、沢山の出来事を経験されたと存じます。しかし、昨年来の新型コロナ禍ほど日常生活を一変させたことはなかったと思います。トヨタ記念病院でも、職員一同はその対応に振り回されましたが、職員のチームワークが一層強まったことは間違いありません。まさに、『疾風に勁草を知る』です。当院では新病院の建設が着々と進んでいます。最新鋭の医療機器も各種導入し、当院創立35周年である2022年秋に開院予定です。当院の理念である『笑顔』と『まごころ』あふれる病院を体現し、地域の皆様に沢山の笑顔を生み出します。そして、職員一丸となりカイゼンを重ねつつ、安全かつ良質な医療を提供します。豊寿会のみなさまの益々のご健勝を祈念いたします。



「結成50周年を祝して」

衆議院議員
ふるもと しんいちろう
古本 伸一郎

50周年おめでとうございます。豊寿会フェスタでお元気なお姿にお会いできる事が楽しみでしたがこの一年はコロナのため叶わず不義理を致しております。地域のお祭りや敬老会も中止となりお会いできませんがいつも「元気にしとるかん」とお声がけ下さり感謝しております。現在、シニアの皆様へのワクチン接種を最優先に進めています。今しばらく不自由をおかけします。人類は疫病を克服して来ました。令和の新時代にコロナの試練をオールトヨタで乗り切った先は必ずもっと良い社会となります。呉々もご自愛下さいませ様にお祈り致します。



「豊寿会結成50周年を祝して」

参議院議員
はまぐち まこと
浜口 誠

豊寿会結成50周年、心からお慶びを申し上げます！
豊寿会の皆様には、日頃よりトヨタ労組議員団に対してご支援をいただき、誠にありがとうございます。
歴代役員の皆様のご努力、ご尽力により50年の節目を迎えられたことは本当に素晴らしいことであり、深く敬意を申し上げます。次なる100周年に向けて、豊寿会が諸先輩方の憩いし旧交を温める場としてさらに発展されますことをお祈り申し上げます。政治も、コロナ禍を乗り越え、みんなが元気に、笑顔で暮らせる日常を取り戻すため、全力で取り組んで参ります。
最後に、今年は衆議院選挙の年です。ふるもと伸一郎衆議院議員はじめ、仲間の議員への変わらぬご支援を心からお願ひ申し上げます。



「豊寿会結成50周年を祝して」

愛知県議会議員
にし くぼ ながし
西久保 長史

豊寿会結成50周年、誠におめでとうございます。結成以来、半世紀にわたる諸活動にご尽力をいただいた歴代の役員、会員の皆様に心より敬意を表します。厳しいコロナ禍の中、皆様は、トヨタで培った知恵と工夫で諸活動に励む一方、地域では様々な社会貢献活動やボランティア活動等に奮闘されていることと思います。今や人生100年時代と言われる長寿社会です。退職後の皆様の生き方が今後、増大するシニア世代の皆様のよいお手本となることを期待しています。
最後になりますが、豊寿会の皆様の今後ますますのご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



「豊寿会結成50周年を祝して」

愛知県議会議員
さくらい ひでき
桜井 秀樹

豊寿会結成50周年を心よりお祝い申し上げます。様々な時代を乗り越えてきた皆さんの経験や知恵は「コロナ禍」と言われる今、大きな役割をもっています。「人生100年時代」今後は健康第一が重要ですが、これまでの経験や様々な苦難を乗り越えてきた力を強みとして、今後も社会や地域の中で役立てていただくことを願います。節目を迎えるにあたり、これまで活動を続け、会を支えていただいた皆様に敬意と感謝を申し上げるとともに、50年の歩み・歴史を礎に次は100年を目指し、貴会のさらなるご発展と皆様のご健勝ご多幸をお祈り申し上げます。

<市議会議員のみなさん> ◇ 豊寿会結成50周年を心よりお祝い申し上げます。



豊田市議会議員
さくもと しずお
作元 志津夫



豊田市議会議員
なかむら たかひろ
中村 孝浩



豊田市議会議員
こぎ よしあき
古木 吉昭



豊田市議会議員
しおや まさき
塩谷 雅樹



豊田市議会議員
よし の ひでくに
吉野 英国



豊田市議会議員
なか お としかず
中尾 俊和



豊田市議会議員
くらやま かずゆき
倉山 和之



豊田市議会議員
やまもと よしかつ
山本 義勝



岡崎市議会議員
はら のりひこ
原 紀彦



碧南市議会議員
かみや さとる
神谷 悟



裾野市議会議員
いで さとる
井出 悟



豊橋市議会議員
およべ かつひろ
及部 克博



田原市議会議員
あか お まさあき
赤尾 昌昭



田原市議会議員
ひらまつ あきのり
平松 昭徳



みよし市議会議員
たかぎ かずひこ
高木 和彦



みよし市議会議員
わたなべ いくお
渡邊 郁夫

この10年のあゆみ ~ダイジェスト~

平成24年 (2012)

〔第41回フェスティバル〕



林家正蔵 師匠



・片桐清高代表世話人退任／浜崎利生 新代表世話人就任

平成25年 (2013)

〔第42回フェスティバル〕



佐々木新一さん



葵かおりさん



平成26年 (2014)

〔第43回フェスティバル〕



新川二朗さん



菊地まどかさん



平成27年 (2015)

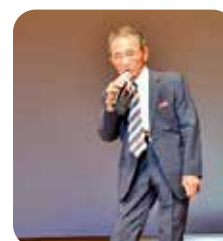
〔第44回フェスティバル〕



渥美二郎さん



藤野みささん



・田原支部15周年記念「田原工場見学会」開催



・津軽三味線サークル発足



平成28年 (2016)

〔第45回フェスティバル〕



東京大衆歌謡楽団のみなさん



あべ尚乙美さん



・大正琴サークルが長年の活動に終止符(解散)



・浜崎利生代表世話人退任 / 東 正元 新代表世話人就任



平成29年 (2017)

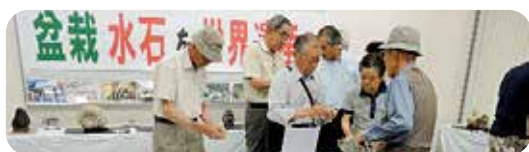
〔第46回フェスティバル〕



宮地オサムさん



翔子さん



・オカリーナふるさとサークル発足



平成30年 (2018)

〔第47回フェスティバル〕



田川寿美さん



清水たま希さん



令和元年（2019）

〔第48回フェスティバル〕



山川 豊さん



桜 ゆみさん



令和2年（2020）

〔第49回フェスティバル〕

◇新型コロナウイルス感染症拡大により開催“中止”

令和3年（2021）

〔第50回フェスティバル〕

◇新型コロナウイルス感染症拡大により開催“中止”

趣味サークル活動 ～ダイジェスト～

①ゴルフサークル

・平成26年10月（2014）
〔第30回記念大会開催〕



・令和元年10月（2019）
〔第40回記念大会開催〕



②カラオケサークル

カラオケ・芸能発表会



レッスン♪

忘年会



サークル発足は平成16年10月、現在17名で活動。演歌を中心に2回/月のカラオケレッスン。

毎年2月開催の「カラオケ・芸能発表会」で成果発表。また、毎年開催する忘年会で親睦と団結を深めています。

③ウォーキングサークル

会員の健康作りの為に近隣県や豊田市周辺の自然や名所を訪ね歩くサークルです。10月にはバスハイクで愛知岐阜三重等の名所を訪ねることもしております。OBのご家族も一緒に参加される方も多数おられます。お気軽に参加してください。

第2土曜日の午前中が月例会実施です。



④囲碁サークル



AIによる新感覚探求の幕開けとなり、「和」をモットーに週一回の勉強会（対局）と年2回の大会を実施しています。一度遊びに来てください。

解説用大盤と手合時計も準備しています。

*毎週金曜日 9:00～15:00 カバハウス402

⑤将棋サークル

将棋サークルは、会員60名で毎週月曜日に活動しています。グループ対抗団体戦や個人戦を行い、AからDまでグループ分けで棋力向上を図っています。コロナ禍においても、感染防止対策を講じ、「うつさない」「うつらない」を全員で実行し、楽しんでいます。

ご興味のある方は是非、遊びに来てください。



⑥水墨画サークル



水墨画サークルは14名のメンバーで、月2回の勉強会を行い、皆で意見を出し合いながら展示会に向け作品を仕上げています。

展示会は7、8回/年ほど実施しています。

〔カバハウス、メグリア本店、フォレストヒルズ、トヨタすまいるライフ、豊田市民文化会館など〕

只今、新会員募集中です。興味のある方は是非見学に来てください。(毎月第1・3火曜日 9:00から)

⑦水彩画サークル

平成13年に発足し今年で20周年となります。7名からスタートしたメンバーも64才から80才まで、女性も含め21名在籍。好きなものを自由に描いて、講師にアドバイスを貰いながら、カバハウスや野外での勉強会を楽しんでいます。

是非、遊びに来てください。

(毎月第2・4水曜日 13:30から)



⑧油絵サークル



キャンバスに
思うがまま
筆を走らせ
楽しんで
います。



⑨書道サークル

書道サークルは、平成4年に発足以来30年になります。当初は多くの会員が在籍していましたが、社会環境の変化や高齢化、趣味の多様化等で会員数も漸減し、現在は7名の会員ですが、(故)近田講師の遺志を引き継ぎながら各種書道展の作品づくりに日々頑張っています。興味のある方は、お気軽に見学に来てください。
(毎月第1・3・4木曜日 9:00から活動中)



⑩写真サークル



写真サークルは2008年2月に発足以来、写真の好きな仲間たちが月一回ずつの撮影会、学習会を開催し、展示会でご鑑賞いただく皆さんに喜んでもらえる作品作りや各地のフォトコンテストに入賞する事を目指して楽しく活動しています。

写真が好きな方、ご興味のある方、一緒に楽しみましょう！

⑪尺八サークル

10数年前から活動しており、最近ではカラオケ発表会、豊寿会フェスティバルをはじめ地域の特養ホームの訪問等を実施しております。古曲や懐メロ、演歌など幅広く演奏しますのでどなたでもお気軽に楽しめます。御興味がおありの方、初心者の方の見学は大歓迎です。

火曜日の9時、カバハウスにお越し下さい。尺八お持ちでない方は貸出いたします。(予約不要)



⑫盆栽サークル



サークル員10名で毎月1回の定例会を楽しんでいます。定例会では、色々な種類の鉢を持寄り、形づくりや剪定の仕方など基本を学んでいます。

また、年3回の展示会には丹精込めた作品を多くの皆さんにご覧いただいております。

盆栽に興味のある方は、是非一度、遊びに来てください。

毎月第3木曜日 13:30からカバハウスで活動中。

⑬愛石サークル



愛石サークルは、現在46名の会員で石に魅せられた仲間が、カバハウスでの学習や自然の造形物を探しに山や河原に出かけています。時には、一級品に出会ったり「ワクワク、ドキドキ」も体験でき、楽しく活動をしています。

また、全国の仲間と共に「盆栽水石を世界遺産に登録する」活動にも参加しています。興味のある方は、一度遊びに来てください。

(毎月第2月曜日 13:00から活動中)

⑭詩吟サークル

私たちは、カバハウスで詩吟学習を行っています。気分転換を図るため、水源公園の桜祭りに合わせ、屋外学習を企画実施。桜の花が満開の下、吟を響かせ大きな拍手を頂き楽しく有意義な一日でした。

(毎月第1・2・3月曜日

14:00から活動中)



令和元年4月
自然の中での詩吟学習



⑮津軽三味線サークル

豊寿会サークルに登録して6年目です。豊寿会フェスティバルやカラオケ芸能発表会で演奏しています。地域では高齢者施設の慰問や自治区の敬老会、交流館などのイベントに参加させていただいています。



メンバー8名元気に頑張っています。三味線、民謡にご興味のある方は、一度遊びに来てください。

*毎月第2・4木曜日 10:00から
カバハウスで活動中

⑯オカリナふるさとサークル

「オカリナふるさと」結成12年となります。現在15名のメンバーで主にデイサービス、老人介護施設等を訪問しオカリナの優しい音色をお届けしております。

又、視覚障害の方々のオカリナ指導を4年程前から始め、一緒に舞台にも立っています。

私たちと一緒にやってみませんか？



⑰田原ゴルフサークル

支部唯一のサークルとして、2012年8月「趣味が同じ仲間と親睦を深めよう」と20名でスタート。現在は150名強の会員が2回/年のコンペを和気藹々楽しんでいます。

昨年は新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、大会は中止としました。本年は新型コロナウイルス感染症も落ち着き大会が開催できることを願っております。



趣味展／毎年11月開催

2013年



2014年



2015年



2016年



2017年



2018年



2019年



2020年



◇毎年80～90点の作品を展示し、期間中はそれぞれ600名を超える皆さんにご覧頂きました。

カラオケ・芸能発表会／毎年2月開催

2013年



2014年



2015年



2016年



2017年



2018年



2019年



2020年



◇毎年90組前後の皆さんにご披露頂きました。(2021年2月はコロナ禍により中止)

令和3年度 世話人会組織図

令和3年7月～令和4年6月

※敬称略

事務局担当

平賀 強

トヨタ労組 総務局
0565-24-1115



代表世話人



中村 晋

相談役
(歴代表世話人)

石川 義之
小見山徹之助
平山 友次
片桐 清高
浜崎 利生
東 正元

副代表世話人



榎 正幸

フェスティバル
企画部会担当

9名



青木 清



杉山 辰男



畔柳 忠



高見 清



小林 昭



中島 克浩



城 繁歳



中嶋 正直

副代表世話人



荒木 規

広報活動
企画部会担当

8名



赤迫 幹三



服部 幸久



石川 広由



早川 勝夫



加藤 泰敏



宮西 敏博



中西 昭夫

副代表世話人



山田 和孝

趣味展示
企画部会担当

16名

水墨画サークル

星野 勲
新家 眞章

水彩画サークル

犬飼 明弘
鳥居 忠雄

油絵サークル

石原 繁
清田 和利

書道サークル

池内 良照
伊東 貞治

写真サークル

坂川 孝三
高橋 忠雄
藤井 昇

盆栽サークル

安藤 榮
牧岡 定男

愛石サークル

落合 東一
元田 正則

副代表世話人



山内 健二

健康活動
企画部会担当

17名

囲碁サークル

掛林 裕喜
佃 規夫

将棋サークル

山中 敏治
伊豫田敏三
玉置 利行

ゴルフサークル

愛知 幸男

ウォーキングサークル

道端 政俊
鬼塚 辰雄

カラオケサークル

内藤 利男
玉田亀一郎
加地 秀吉

尺八サークル

渡邊 正幸
鎌塚 毅

詩吟サークル

相良 健次

津軽三味線サークル

中村 敬一

オカリナふるさとサークル

平尾 喜隆

田原支部

4名

代表世話人



宮下 元夫

副代表世話人



松見 清

副代表世話人



千葉 進

ゴルフサークル

小笠原勝登

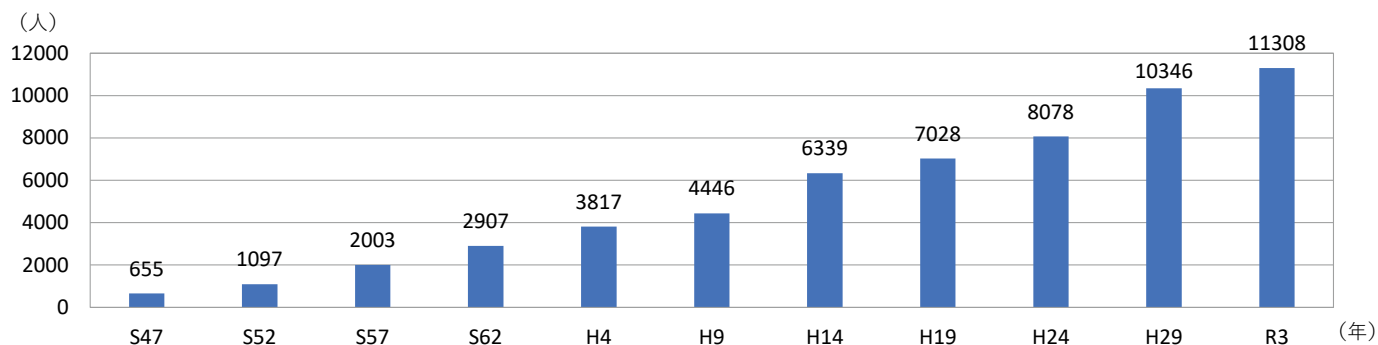
計 62名

※顔写真の掲載は五十音順

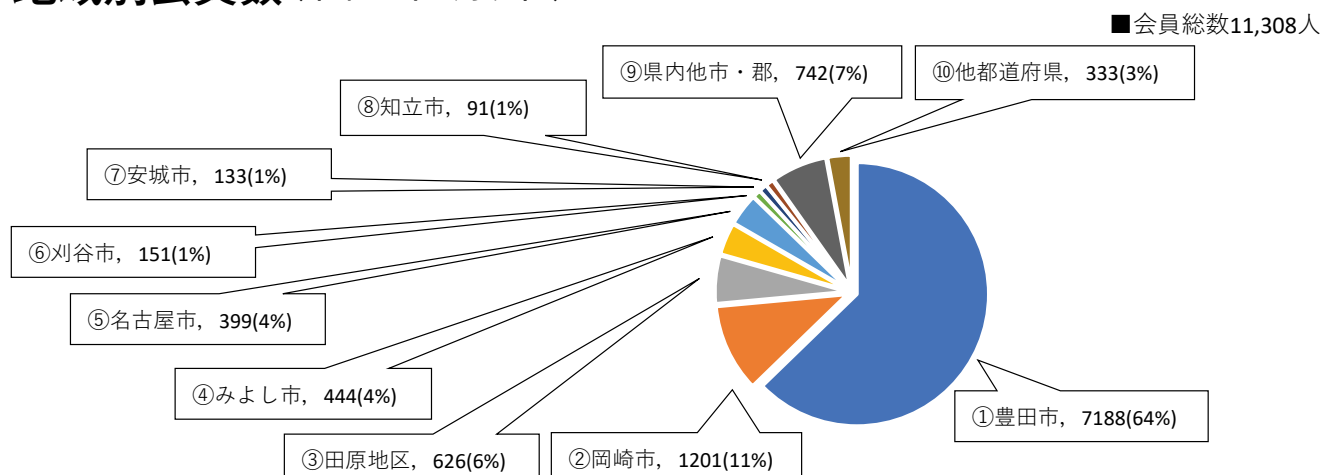
歴代代表世話人紹介

	氏 名	年 度	備 考
初 代	矢 島 勝 利	昭和47年度	第1回退職者のつどい
二 代	本 多 森 正	昭和48年度	名簿の把握と世話人組織の定着
三 代	内 藤 寿 一	昭和49年度	「豊寿会のつどい」と改名
四 代	神 谷 与 助	昭和50・51年度	第5回豊寿会のつどい記念植樹
五 代	内 藤 光 春	昭和52・53年度	活動の定着に尽力
六 代	加 藤 統 一	昭和54・55・56年度	S55年度)工場別から地域別組織に
七 代	神 谷 昇	昭和57・58・59年度	S57年度)地区連絡員を設定
八 代	中 根 猛	昭和60・61・62年度	役員体制および活動を充実
九 代	澤 田 壽	昭和63年度 平成1・2年度	H2年度)20周年記念座談会実施
十 代	梅 村 志 郎	平成3・4年度	カバハウス内に豊寿会室完成
十一代	伊 藤 鈴 夫	平成5・6・7年度	豊寿会の将来方向検討委員会設置
十二代	石 川 義 之	平成8・9・10・11年度	H11年度)会員数5,000名突破
十三代	小見山 徹之助	平成12・13・14・15年度	H15年度)田原地区豊寿会発足
十四代	平 山 友 次	平成16・17・18・19年度	H19年度)フェスティバルをカバハウス開催に
十五代	片 桐 清 高	平成20・21・22・23年度	入会案内の工夫と会則の制定
十六代	浜 崎 利 生	平成24・25・26・27年度	H26年度)会員数9,000名突破
十七代	東 正 元	平成28・29・30年度 令和元・2年度	R2年度)50周年記念会報発行

会員数推移グラフ(令和3年3月現在)



地域別会員数(令和3年3月現在)



「患者さんやご家族に役立つ高血圧の話」

トヨタ記念病院 病院長 岩瀬三紀先生



生活習慣病とは、食事、運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、その発症や進行に関与する病気です。代表的な病気は、糖尿病、高血圧、脂質異常症、痛風、癌、心筋梗塞、心不全、脳卒中です。現在、高血圧患者数は4300万人と推定され、実に日本人の1/3を占めます。高血圧や脂質異常症は発症しても無症状なことが多く、心筋梗塞や脳卒中発症時に初めて症状が出現（胸痛、半身不随）するといった人も多く、早期から生活習慣をカイゼンすれば、悲劇の回避が可能です。今回は、私が高血圧の患者さんによくアドバイスすることをご紹介します。

高血圧の発症に深く関与する生活習慣は食塩の摂り過ぎです。塩分は動物が生存するには必要な物質であり、その成分であるナトリウム（Na）は血液の中では最も多い陽イオンであり、循環の調節に重要です。石器時代、ヒトにとって塩分を得ることは生命維持に必要でした。しかし、塩が豊富に入手可能になった近代以降、ヒトは必要以上に塩分を摂取するようになりました。特に日本人の摂取量は世界でも多く、中国、韓国、インド、イタリア（どの国も料理が美味しい）と世界一を競っており、金メダル獲得もしばしばです。日本国内でも、食塩摂取が多い東北地方や北陸地方は、高血圧の人が多く、脳卒中の発症も多いのです。

食塩の摂取を減らすために一番手っ取り早い有効手段は、うどん、ラーメンの汁を半分は残すことです。もちろん全部残せばもっと有効です。また、食塩や醤油以外の調味料である、しそ、ゆず、わさび、カレー粉を使うのも良い工夫です。醤油は『かける』ではなく『つける』だけで食塩摂取量は大きく違ってきます。またカリウムを多く含むホウレンソウ、トマト、なす、納豆は摂取によりナトリウムを体外に排出でき血圧を低下させ、ビタミン摂取にもなります。

血圧は常に変動するものであり、一喜一憂は不要です。一日30mmHg以上の変動は誰にでもあり、一瞬で変化します。一番血圧が低い時は睡眠中です。怒りや不安（交感神経優位）があれば血圧は上昇しますし、くつろいで心地よければ（副交感神経優位）血圧は低下します。また、気候変動でも変化し、寒くて血管が縮む冬は高く、汗をかく夏は低くなります。冬場の寝室の温度調節は、高血圧患者さんにとって大事です。診察室での血圧は、家庭血圧より約10mmHgは高いのが普通です。リラックスした座位で安静1分後に2回の血圧測定と平均値の算出が望まれます。急いで測れば、目的である血圧測定ではなく、どれだけ急いだのかの評価となります。最近では自動血圧計が普及しており、是非利用してください。この際、上腕（肘）で測る上腕血圧測定をお奨めします。手首や指先での測定は、上腕と比べ収縮期血圧は高く、ばらつきが多くお奨めしません。

肥満は、運動不足、過食、過剰なアルコール摂取等の生活習慣の簡単な指標であり、糖尿病の発症や悪化につながります。私も約5年続けていますが、毎日の体重測定をお勧めします。減量の降圧効果は、体重1kg減少につき収縮期血圧1.1mmHg、拡張期血圧0.9mmHg低下と推定されています。測定時刻は、入浴時や起床後の排尿時等、一定の時刻で比較すべきです。高血圧に合併が多い高尿酸血症は、プリン体摂取が主な原因です。ビールや明太子など魚卵は有名ですが、一般的に善玉コレステロールを増やし健康食品と考えられている青魚（アジ、サバ、カツオ）にプリン体が多いことはあまり知られておらず要注意です。無症状時から生活習慣のカイゼンを続ければ、心筋梗塞や脳卒中の多くは防止可能です。さあ最初の一步を踏み出しましょう！

○発行日 令和3年6月22日
○発行所 トヨタ自動車豊寿会
豊田市丸山町10-5-1
○発行人 東 正 元
○事務局 トヨタ自動車労働組合
TEL 0565-24-1115