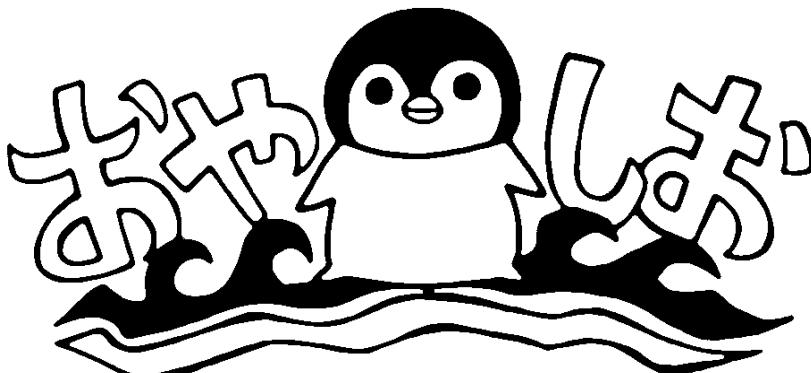


NO.633



2025  
12



11月22日創立55周年パーティーが開かれました。

おやしお創立55周年パーティー  
第41回東京年齢別水泳大会  
第15回ゆりかもめリレーマラソン  
新人紹介  
宇留井島往復遠泳の思い出  
心の健康 リニア新幹線は必要ですか  
昇亭日乗 食べる27 内田百聞①



# 水泳クラブおやしお 創立 55 周年パーティー

ヒコ記

2025年11月22日おやしお創立55周年をお祝する会が開催されました。場所は江東区の清澄庭園にある大正記念館です。4時過ぎに庭園の近くに来るとフランソワさんに会いました。ご主人と一緒に庭園を見ておこうと早めに来られたみたいです。入園は4時半までですのでギリギリに入って行かれました今井美保さんも入って行きました。30分位で充分回れるのですが暗くなってしまうので、また明るい時に是非来られたら良いと思いました。

5時に開場するとテーブルが予定通りに配置され食事の重詰めが並んでいます。テーブルクロスが敷かれぐんと雰囲気が上がりました。会議室の机みたいで心配していましたが安心しました。質素な会場ですが格調が高い雰囲気です。島田さんが何回も作り直したという横断幕をホワイトボードに張り付けました。彩花さんも手伝ってくれました。



飲み物コーナーに一升瓶や氷が置かれ早く飲みたくなります。人が集まり次第早めに始めようとしていたのですが、あと少しでなかなか到着しません。結局当初の予定時刻6時から始まりました。



司会は花原さんと松浦さんです。二人とも良く通る落ち着いた声でアナウンスします。

宇田川会長挨拶

緊張した面持ちで登壇、用意したメモを見ながら先輩方、お世話になった方々にご出席いただいたお礼とこのように長く続いたクラブを維持してきた会員皆様と共に今後も頑張って盛り立てて行きたいとの話がありました。



乾杯の音頭



須山さんがグラスをもって、おやしおの発展と皆様のご健康を祈念して元気に乾杯をしました。



しばらく歓談の後、来賓の皆さんからご

挨拶があります。水泳協議会の穴原さんから大会の運営に対する感謝やおやしおが水泳にとどまらず仲間とお付き合いしている様子が見られることなど話されました。松下コーチからバラクロとの出会い、フォームの改造成、津軽海峡の横断の成功、7つの海峡の横断に挑戦していること等のお話をいただきました。



続けてご出席のOBの方々から一言ずついただきましたが、皆さんいろいろ思いがあるようでなかなか一言では終わりません。興味深いお話をたくさん聞かせていただきました。



その後はスライドショーで私の出番です。スライドはダイゴさんが45周年の時に準備したのですが、テレビの調子が悪く日の目を見なかつたものを私がバージョンアップしました。それに独自に計算した平均年齢の推移や合宿の移り変わりを表にしました。5分くらいで説明してあとは15分位スライドを流すように考えていたのですが、15分も説明していたみたいです。

年	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
年齢合計	1858	1547	1730	1829	1704	1457	1466	1791	1908
会員数	39	30	35	37	34	29	27	32	34
平均年齢	47.6	51.6	49.4	49.4	50.1	50.2	54.3	56	56.1

2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
1902	2036	2386	2543	2549	2370	2562	2374	2458	3027
33	35	41	44	45	41	41	39	41	50
57.6	58.2	58.2	57.8	56.6	57.8	62.5	60.9	60	60.5

スライドは会員のスナップを3~4枚ずつ似顔絵と一緒にまとめたものです。その他ヤックンから借りた古い写真などです。スライドに続いてbingo大会、ヤックンが司会で小山さんがパソコン操作をします。賞品はヨッシーと島田さんが提供してくれました。最初にbingoとなつたのは青順でした。



bingoで盛り上がった後はヤックン主導のゲームです。ただこの会場は大きな音を出せないと言うことで、楽器の演奏やみんなで歌うことが出来ません。何とか音を出さないゲームを一生懸命考えてくれました。

最初はキャッチ、輪になって指を捕まえたり逃げたりするゲームでウォームアップ。木とリス、猛獣狩りゲームなどで盛り上がります。



年齢に関係なくOBの方、会員の皆さんのが走り回っています。時間はあっという間に進んで、島田副会長が閉会の御挨拶、周年のお祝が今後も続していくよう頑張ります。今日は本当にありがとうございました。そのあとみんなでチクサクコール、ヤックンがおやしお55周年を



祝い次の60周年を目指そうチクサクよ一いの掛け声で声を合わせ、リビーチャチャチャヤ、オーと叫びました。

最後に集合写真8枚を撮って無事終了。2次会のカラオケには13人が参加、2時間半歌い続けました。次号は皆様の感想を多数掲載します。

## 第41回東京年齢別水泳大会

2025年10月26日(日) 東京アクアティクスセンター(短水路)  
9:00 入場・選手受付 10:00 開会式 10:15 競技開始



種目	泳者	記録	順位
200m自由形	今井 美保	5.15.87	
	小澤 満子	3.33.87	区分11 1位
	田中 日世志	3.45.80	
200m平泳ぎ	近藤 浩子	5.54.84	区分14 1位 東京大会記録
	大島 安行	5.05.26	区分11 1位
25m自由形	多賀 正	14.15	区分10 1位
25m背泳ぎ	荒井 俊子	23.10	区分9 1位
25mバタフライ	大島 安行	21.51	区分11 2位
	多賀 正	15.54	区分10 2位
50m自由形	大島 安行	41.00	区分11 3位
50m背泳ぎ	小澤 満子	1.03.30	区分11 3位
	荒井 俊子	52.00	区分9 1位
50mバタフライ	小澤 満子	1.02.68	区分11 1位

混合100m フリーリレー	
大島ヤ	18.56
田中	16.13
荒井	17.58
秋山	19.79
1.12.06	

### 競技役員

泳法審判員：谷口、近藤  
出発合図員：大島ヤ  
折返し監察員：(主)荒井  
                  今井、藤田  
計時員：(副)須山、大島彦  
                  川島、田中  
記録員：小山  
救護員：秋山

アップの監視をしている時、主任さんが選手に「横抜けでお願いします。」と声掛けされていました。「????」と思い聞いたところ、最近はアップやレース後、泳いだレーンからどっこいしょと飛び上ることはせず、横に移動して1または8レーン側から退水すること。知らなかつた！！

折り返し監察をしていると、平泳ぎやバタフライのターンで片手タッチふうの微妙な追いタッチが見られました。練習のときから気をつけたいですね。（ふじた記）



# 第15回 ゆりかもめリレーマラソン

2025.11.16(日) 10:30スタート  
東京臨海広域防災公園（江東区有明）



## おやしおパワー(壮年の部)

周回	選手名	ラップタイム
1	松村	6. 05
2	松村	6. 04. 06
3	徳永	5. 20. 62
4	清水	6. 01. 02
5	大島ヤ	8. 47. 33
6	松村	5. 57. 53
7	松村	6. 03. 37
8	徳永	5. 17. 48
9	清水	6. 17. 36
10	大島ヤ	8. 03. 15
11	徳永	5. 42. 13
12	松村	6. 12. 75
13	松村	6. 04. 07
14	徳永	5. 34. 13
15	清水	6. 17. 21
16	大島ヤ	7. 39. 96
ゴールタイム		1h41分37秒

## おやしお美女軍団（女子の部）

周回	選手名	ラップタイム
1	山口	5. 32
2	家前	6. 30
3	山口	5. 39
4	フランソワ	7. 21
5	井上	6. 57
6	山口	5. 46
7	家前	7. 07
8	フランソワ	7. 02
9	井上	6. 56
10	山口	5. 44
11	家前	7. 07
12	フランソワ	7. 16
13	井上	6. 38
14	山口	5. 45
15	井上	6. 24
16	山口	5. 35
ゴールタイム		1h47分58秒

青空のもと紅葉が美しく、暖かな秋の日。エントリー変更やタスキ・計測の準備など、走る前にはいろいろありましたがあとはタスキをつなぐのみ！ちびっこダッッシュは気にせずマイペースで。みんなの颯爽とした走り、かっこよかったです☆☆☆ゴール後は、芝生で輪になって乾杯！みなさんおつかれさまでした。(ふじた記)

### 計測・応援

谷口、川島、田中

### 役員

本部記録員：小山  
走路誘導係：

須山、大島ヒコ  
藤田



# 新人紹介



おおむら まりこ  
大村万里子さん

10月に入会させていただきました大村です。ヨガをする  
ように、水泳が手軽に体を動かせる手段の一つになればな  
あと長年思っていた時に、同じランニングクラブの小田切  
さんご夫妻からご紹介いただきました。水泳は学校の授業  
以来、習ったことがありません(数えるのが恐ろしい。何十  
年前!!)。早速、コーチやメンバーの皆様に、泳ぐたびに鋭い  
ご指摘の数々を頂戴しておりますが、

1日も早く、楽に長く泳げるようになりたいと思っています。どうぞよろしくお願ひいたします。

## 新年会のお知らせ（日時決定、場所等検討中）

日時 1月17日(土) 18時~20時30分

場所 五反田 悟空

品川区西五反田 1-4-2

050-5868-3521

会費 4500 円～5500 円（打ち合わせ中）

## 食べ放題飲み放題予定

年間表彰式、bingoゲームなどを行います。

詳しくはおやしおメールでお知らせします

## 水泳大会のお知らせ

東京水泳フェスティバル

日時 2026年2月11日

東京アクアティクスセンター

サブプール 短水路水深1.4m

50m

25m

## 100m個人メドレー

## 100m メドレーリレー

100mフリーリレー

費 個人種目 1200 円

# 南伊豆子浦夏合宿 宇留井島往復遠泳の思い出

谷口博

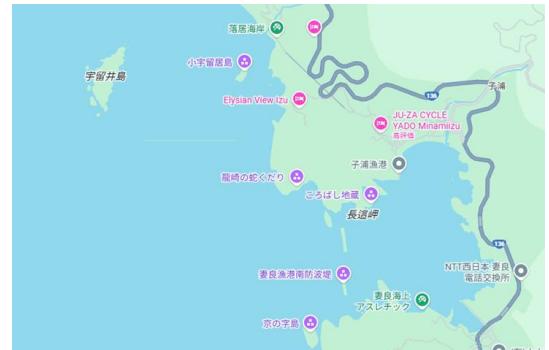
谷口がおやしおで 40 年近く経験してきた子浦合宿は、巨大な海水のプール然とした妻良湾で、湾外の悪天候下でも穏やかな海面を常に提供してくれる、江戸時代から避難港として使われて来た袋湾状の内海です。

例年、湾の縁に沿って 3km の集団泳を実施した後、側泳者を中心に防波堤の外側を泳ぐ、5km 泳と呼ぶチャレンジ泳を行っていました。

ある時、すっかり顔馴染みになった民宿の親父さんにも煽られて、妻良湾を出て外海に出ると、宇留井島という無人島があるので、その島にタッチして戻って来るという試みにチャレンジすることになりました。仮に 7km 泳と呼び、いつもの機動船の他に、船舶免許を持っていた仲間に船外機付きの伝馬船を操って貰い、全員にとって初めての外海に泳ぎ出しました。



湾内の真っ平らな海面と違い、荒れているわけでもないのに 2m 位の大きなうねりのある海。前を泳ぐ仲間の頭が、目の前にそびえる濃い青色の壁のはるか上に見えたかと思うと、自分がウネリのトップに来た時は、見下ろす急坂の底にいる。その繰り返しだが、不思議と怖さはありません。初めて見る宇留井島は、思ったより小さいな、と思ったら、船長さんから、「あれは小宇留井島といって手前の島。宇留井島はその向こうにあるのだよ。」と言われ、再びウネリのトップに上ったときに前方を見れば、確かにシルエットはソックリで、何倍も大きな島が聳えていました。全員が無事に往復を果たし帰還しましたが、こんなダイナミックな冒険ができる海だったのか、と、参加者全員で感動を分かち合いました。



この後、宇留井島往復はもう一度だけ、小田切さんや横山さんが「おやしお」に入ってきてから実施していますが、その時にビジターとして参加されたビックスイムの方から「おやしおさんは良い海を持ってますねー！」と、感心されたのが印象に残っています。

夏合宿参加者全員が完泳出来るチャレンジではありませんが、泳力のある人でも、隊列泳でないとチャレンジがためらわれる、ワクワクを秘めた海泳ぎを、素晴らしい景色と共におやしおの仲間に味わって欲しいと思います。



大島彦太郎

花原憲一郎

藤野 優

横山第悟

今井美保  
穴原康子  
福原由美子  
八木久美子  
金村恵子

長谷川崇之  
今井毅  
フランソワ  
秋山晴美  
松浦加奈

篠輪高子  
安藤紘代

大島安行  
荒井俊子  
徳永竜二

吉田智江  
市川百合子  
島田薰

谷口博  
青木昇

松下彩花  
青山順子  
宇田川宣雄

木村美智子  
大島美津江  
田中日世志

武藤直子

須山清

菅野良博

菱沼和久

藤田美代子

## 心の健康Ⅱ 2025年12月 リニア新幹線は必要ですか？ ヤックン★

■皆さんこんにちは♪相撲ファンクラブの方々もこんにちは♪11月の九州場所も面白かったね！大相撲初場所(1月11日初日、東京・両国国技館)は九州場所で初優勝した東関脇・安青錦(あおにしき)(21)=本名・ダニーロ・ヤブグシンが大関昇進！安青錦はロシアによるウクライナ侵攻を受け、2022年4月に来日して、23年秋場所で初土俵を踏み、今年の秋場所で新小結、九州場所で新関脇に昇進した。凄いですねー！ウクライナの人たちもとても喜んでいるそうです♪ロシアからの無謀な侵略戦争(2022年2月の全面侵攻！)からもうすぐ4年。一刻も早くロシアは全面撤退し、安青錦の昇進パレードがウクライナで開かれる事を祈っています♪

トランプ米政権は停戦実現に向け、ロシアの石油・天然ガス収入の抑制を目指し圧力を強めている。一方で米口は水面下で、ロシアが望む制裁緩和を盛り込んだ包括的和平案(ウクライナ領土取る！戦力を弱める！)で交渉している。これはヤックン含め世界中が許せない事でしょう！米カーネギー国際平和財団ロシア・ユーラシアセンターのアレクサンドル・ガブーエフ氏は「全体の経済指標に基づけば、今この戦争をやめることができロシアにとって最善の利益になるだろう。けれども戦争を終わらせたいと考えるようになるには、崖っぷちに立たされているとの認識が必要だ。ロシアはそこにまだ至っていない」と指摘した。

### ■ 住宅地の真下に巨大トンネルはいらない!!

リニア新幹線工事は、一都六県どこでも相次いでトラブルが起きています。大深度地下を掘り進むリニア新幹線のトンネル工事について考えます。品川でも昨年2024年8月調査掘進中に目黒川で酸欠気泡が発生、JR東海は工事との因果関係は不明として11月に調査進を終了し、今年2025年の8月25日から本掘進を開始しました。

その2か月後の10月28日西品川1丁目で

区道の隆起が起きました(高さ最大約13センチ、幅約10メートル)。JR東海はリニア工事が原因の可能性があるとして現在工事を中断していますが、因果関係をはっきりさせ住民に説明をするまでは工事を再開すべきではありません。12月13日(土)に事の重大さを受け止め、外環道の陥没事故の当事者でもあり、シールドマシン工事の危険性を早くから訴えてきたジャーナリストの丸山重威氏を講師に、学習会があります。中長距離大会の前日ですが、住んでいる真下もトンネルが通るとの事で「ショットやばい！」と思い聴きに行こうと思います。興味ある方は一緒にいきましょう♪そもそもリニア新幹線って必要かどうか！？その事も学んできたいと思います♪

### ■ そもそもリニア新幹線は必要ですか？

JR東海が品川から名古屋間の開通を目指すリニア新幹線は、全長286kmのうち86%がトンネルです。品川区内では北品川から旗の台まで(そうなんですヤックンの住処は旗の台です。)4.6キロにわたり、地下40m以深の大深度地下を直径14mの巨大なトンネルが貫く計画です。この工事は「大深度地下使用法」に拠って、トンネルの真上や直近に住む住民への承諾も、補償もないままに進められます。

また、3000級の峰がそびえる日本一の山脈・南アルプスを貫通するトンネル工事では自然破壊の懸念が広がっています。

2024年2月、岐阜県瑞浪市大町ではリニアのトンネル工事の影響とみられる井戸やため池の水枯れが発生し、人々の暮らしを直撃しています。3月、JR東海はリニア新幹線の2027年開業を断念しました。それはリニア治線の1都6県で、工事が遅れているからです。品川の工区ではシールドマシンのトラブル、他の地域でも事故や住民訴訟など問題が山積みです。計画の抱える問題からリニア新幹線は必要なのでしょうか？



「美食は外道なり」という言葉は、夏目漱石の門弟で、小説やエッセイを書いていた内田百閒(1889~1970)の言葉だ。

ユーモアあふれるエッセイは読んでいると思わずひき込まれていく。

大文章家、大酒豪、大美食家、大列車好き、大奇人と言われている。



「美味なるものは常用にはあたらず」という独特の食生活術は徹底していた。

戦後すぐの食べるものがろくになかった昭和21年、『御馳走帖』を出版している。

新鮮な魚や季節の野菜の素材の味を生かした、高級でもB級でもない料理を記憶の中から拾い出して食べたいものの目録を作っている。

食べるものが手に入るようになってからの食生活は、朝はミルクに英字ビスケット、昼はもりそば、夜は山海の珍味に舌鼓をうっていた。目が覚めると布団の中で夕食の献立を考えていた。間食はせず万全の体調で夕食の食卓につくと、ひとつひとつ点呼をしてから食事を始める。一品一品厳しく考え選ばれた料理は多いときには18皿もあった。

### ある日の献立 8月6日

お刺身白赤、鯛切身鰯切身一切宛白焼、赤茄子、冷奴、焼豚、蜆味噌汁

お刺身(白~白身魚、赤~鮪か鰹など)  
二色は錦に通じておめでたいとのことで必ず並んでいた。

百閒は押しつけられた美食は失格で美味しいものは自分で作るという考えだった。

毎朝メモする献立ノートには、鯛のフライがあった。鯛の刺身になる一番おいしい部分を、鰯のフライみたいにあっさりと揚げる。出入りの魚屋に鯛をフライ用におろしてくれと頼んだら魚屋はがっかりしたそうだ。

バニラアイスクリームにはよくブランデーをかけて食べるが、ジンをかけて食べていた。やってみたがさっぱりとした味で美味しかった。シャンパンの肴にはおからに酢をかけておいて、風呂から出たころには味がなじんで食べ頃になるという。これはやつてみる気にならなかった。

寒くなると鍋の美味しい季節になる。もちろん鍋も自分で味つけして自分で仕切った。

生家が造り酒屋だったので、酒蔵がけがれると言って子供の頃は牛肉を食べさせてもらえなかった。その反動からか大人になるとすき焼きをよく食べていた。肉は安いすき焼き用の牛肉だった。鍋の中に日本酒をたっぷり入れて少量の砂糖としょう油を入れ、次に肉を入れ、煮立ったらさっさと食べて、鍋を一度からにするというやり方だった。

孫の内田ミネさんによると甘くておいしかったそうだ。百閒は象牙の箸で肉を押さえつけて、他の人には手を出させなかつた。

牛のほか馬と鹿の肉を使った馬鹿鍋も食べていた。

これは名前に似合わず  
材料費がかかりそうだ。



参考資料 『サライ』

小学館発行

1991年2月7日号

# 第63期 第7回運営委員会議事録

日時:2025年11月3日(月)21:40~24:00 Zoomでオンライン

参加者:宇田川、小山、谷口、大島彦、島田、田中(議事メモ)

## 【連絡事項・報告事項】

### 1. 事務局・会計

#### (1-1) 入退会(会員番号)

・佐藤憲(#645)紹介者(徳永竜二) 8月31日付退会として作業完了

・大村万里子(#654)紹介者(小田切泰寿) 10月1日付入会として作業完了

※規約などに従った未回収金額は、加藤さん(19,500)、佐藤さん(10,000)の損金29,500円となった



#### (1-2) プール貸切り予定 (品川総合体育館プール)

・11月:4回(4日お4ダ2, 11日お4ダ2, 18日お4ダ2, 25日お3品トラ3)

・12月:4回(2日お4ダ2, 9日お4ダ2, 16日お4ダ2, 23日お3品トラ3)

・1月:4回(6日お4ダ2, 13日お4ダ2, 20日お4ダ2, 27日お3品トラ3)

・2月:4回(3日お4ダ2, 10日お4ダ2, 17日お4ダ2, 24日お3トラ3)

※11/1(土)の来年2月分プール予約日は、田中(事務局長)が予定あり、藤田さんが予約作業代行

#### (1-3) 入出金処理

・各プロコーチへの支払・振込処理: 10月分まで完了???

・ビジターレイ(預かり金)をおやしお口座へ振込処理: 10月から2026年上期引落にて処理している

・大会参加費の振込処理: 中長距離大会(登録完了後、振込処理完了)

※尚、中長距離大会への参加者登録も微調整が続いている

・2025年下期引落処理: 10/20で自動引落設定・実施の結果は、残高不足(2名)、自主入金未完了(4名)

・2025上期会費引落の未完了に対するアクション 未完了者(5名)へ連絡→完了・Closed

>2025年下期引落にて調整処理をした。

### 2. 練習部

#### (2-1) 定期練習会について おやしおHome Page 参照 <https://oyashiosc.net/trainer-plan/>

29	2025/11/4	バランスクロール(吉田コーチ代行)	鈴木ひ(メニュー)
30	2025/11/11	4泳法(メニュー)	4泳法(東コーチ)
31	2025/11/18	スピード(南雲コーチ)	スピード(南雲コーチ)
32	2025/11/25 (3)	徳永(しっかり基礎指導)	鈴木ひ(メニュー)
33	2025/12/2	バランスクロール(松下コーチ)	鈴木ひ(メニュー)
34	2025/12/9	4泳法(東コーチ)	4泳法(メニュー)
35	2025/12/16	スピード(南雲コーチ)	スピード(南雲コーチ)
36	2025/12/23 (3)	徳永(しっかり基礎指導)	鈴木ひ(メニュー)

※(しっかり基礎指導)泳がずに指導する形態で 1500 円、(メニュー)は一緒に泳ぐ形態で 500 円  
※12/23(3コース)以外に他、別会場・プールにて練習会が同時開催される予定

#### (2-2)4 週目のプール混雑対策

- ・2025/12/23(火)TBD 19:00-21:00 ← 前回(10/6)運営委員会で初回トライアルとして確定
- ・2026/2/23(火)東京体育館 19:00-21:00 ← トライアルの結果次第
- ・2026/3/24 (火)東京体育館 19:00-21:00 ← トライアルの結果次第

#### (2-3)大会申込

12/14(日) 中長距離大会 申し込み完了  
19 名(4 名はビジター 個人参加費にて申し込み済)



#### (2-4)おやしおマスターズ&ワールドマスターズ水泳 2027

2026年マスターズ水泳の登録募集中  
福原さんとりまとめしていただいている。  
また、ワールドマスターズ水泳 2027 への募集もしていただいている。

#### (2-5)海練 10月19日(日)実施。15名程参加。本年度最終。

### 3. 機関紙

12月号 55周年の記事を募集中  
作業予定:11/30(日)13:00~ @荏原文化センター グループ室

### 4. 交流部

秋のブドウ狩り・フルーツ狩り  
1回目: 10月12日(日)参加者:6名 農園:渡辺農園  
(シャインマスカット狩り 30分間食べ放題プラン) 信玄餅で有名な工場見学、温泉にも立ち寄り。  
2回目: 11月2日(日)参加者:4名 農園:東邦観光園(じゃらん限定)  
(ぶどう畠のシャインマスカット食べ放題プラン+1,500円の桃瓶詰1本)  
前日に山中湖のペンションに宿泊。

### 5. その他

(5-1)創立 55 周年記念パーティーについて  
10月28日打合せ実施。出し物、役割分担等確認。  
現在出席確認者、現役会員 25 名、諸先輩・来賓 11 名。  
最終出席者を確認後、最終打合せ 11 月 11 日予定



(5-2)運営委員会は、基本月初めの第1月曜日 21:30 から開催。

議論検討内容、決定事項等の会員へのお知らせは、基本当月最終日曜日の機関紙発行・発送にて知ることになり、約1ヶ月近く間が開くこともある為、委員会最後に確認し、急ぎの内容であれば、おやしおメールにて先に送信・お知らせすることとする。

(5-3)望年会について

55周年記念パーティー開催から近いことから、年間表彰等は新年会で実施したい。

>1月17日(土)18:00～を第1候補とする。

(5-4)おやしお 55th 水着

正式発注済、208,281円振込済 納品 11/末 予定

>Notion「清算依頼」にて振込申請を行う際に、「領収書・請求書」などの理由・金額が分かるファイルを添付頂く。会計はそのファイルを確認後、金額を振込処理する。

(5-5)おやしおメールについて

・おやしおメール 前回運営委員会(10/6)内容に従い、小山さん(管理者)が伊藤さんとやり取りして、対策を幾つか実施され、対 Gmail に関しては改善した模様。

・おやしおドキュメント Uploader & downloader について

機関紙などの PDF ファイルを Mail で送付すると、迷惑メール判定になる可能性があがり、

届いてない旨の連絡が毎月のように続いている。これを改善するため、アプリ上で、Upload & Download できるようにしました。このアプリはまだお試し版です。

活用法：

・機関紙や引き落とし資料、総会資料などを Mail に添付せず、アプリを使ってアップロードします。

(機関紙部や事務局など)

・Upload した旨をおやしお Mail で連絡する。

・会員は、アプリからダウンロードする。

・過去のデータも Download できる。

[Uploader & Downloder App]

<https://uploaderviewer.tech-swim-bike.info/index.php>



(5-6)おやしお夏合宿

>5960円が残金になっていた模様。どう処理するか？

>イベント独自会計となっていたが、おやしお会計で処理されるべきではないか？

>今後も継続検討とする。

【次回運営委員会】 12月1日(月)21:30～予定

## 2025年4月1日～11月25日 練習会参加者(全32回)

会員 No.	氏名	参加回数			会員 No.	氏名	参加回数		
		4-10月	11月	合計			4-10月	11月	合計
62	青木 純江	0	0	0	618	鈴木 カオリ	0	0	0
96	大島 安行	28	4	32	620	福原 由美子	15	1	16
167	須山 清	1	0	1	621	徳永 竜二	25	4	29
305	青木 昇	0	0	0	622	秋山 晴美	7	1	8
371	馬場 恵美子	27	4	31	624	鈴木 ひかる	24	4	28
387	多賀 正	22	2	24	625	伊生 祥見	0	0	0
391	谷口 博	28	4	32	629	佐藤 和幸	13	2	15
397	青山 順子	10	0	10	633	星川 健夫	8	0	8
529	小田切 泰寿	8	0	8	634	荒井 俊子	14	1	15
542	藤田 美代子	12	1	13	635	川島 知江	0	0	0
546	木村 美智子	16	2	18	636	宮本 紀子	18	2	20
547	阪本 久子	0	0	0	639	樋口 綾子	9	1	10
551	横山 第悟	2	0	2	640	家前 淳子	10	1	11
578	大島 彦太郎	26	4	30	641	梅原 秀子	10	0	10
584	小山 健一	27	3	30	642	小澤 満子	1	0	1
590	菱沼 和久	0	0	0	644	花原 憲一郎	16	2	18
594	近藤 浩子	3	1	4	647	今井 美保	12	1	13
595	宇田川 宣雄	20	4	24	648	長谷川 崇之	12	1	13
596	小田切 玲	4	0	4	649	フランソワリ	15	3	18
597	田中 日世志	21	4	25	650	清水 千晶	7	4	11
607	吉田 智江	6	1	7	651	市川 百合子	3	0	3
609	関 智子	5	0	5	652	富島 幸子	7	4	11
614	島田 薫	18	1	19	653	山口 美和	5	4	9
615	松原 陽子	26	4	30	654	大村 万里子	2	1	3
616	松浦 加奈	23	0	23					

休会員: 大田原幸子 三枝裕政 内藤千恵子 川村洋子 橋井富佐子 柿田昌美  
日野聖子 宮口奈都子 伊藤智史 野田真帆 佐藤英一郎

### 【入退会】佐藤英一郎さん (11月から休会)

あー、といふ間に(12月!!)

はや、。ニカニくらい早い時に編集後記

皆さまのおかげで55周年に無事終了  
ほしむ。ありがとうございました。宇田川。

55周年パーティー、楽しかったですね。

60周年に向けて、また、みでしが

盛り上げていきましょう! みち

2025年も残り1ヶ月。今も

書いていこうように、少しごとに1年早い

おととは中長距離大会に出で、泳ぎ

みでしがて終わりかな? (健)

皆に会えて嬉しいです。



55周年パーティーも終り、あ、とう  
向に今年終り、時が流れが早いの  
青ジン

紅葉の美しい時季です♪

55周年、時間があつという間でした。

オールナイトでもよかったです?!

みよ元気に会えることが幸せです。(三)

今は大人気うれしいです。

新年会も期待します。



# 2025

# 12月



## 12月練習会:品川区総合体育馆

貸切時間  
(更衣室入場19:20)  
19:30~20:50

Aコース:クロールの泳力向上をはじめとし、4泳法の習得、向上を目指します。  
Bコース:大会等での自己ベスト更新を目標としたい方のためのコースです。



日	月	火	水	木	金	土
11/30	1	2	3	4	5	6
機関紙作業 13:00~ 荏原文化センター グループ室	運営委員会 WEB会議 21:30~	4レーン Aコース:松下コーチ バラクロ講習 Bコース:鈴木ひかる				
7	8	9	10	11	12	13
		4レーン 東コーチ講習 4泳法				
14	15	16	17	18	19	20
第25回 中長距離 水泳大会 アクアティクス センターサブプール		4レーン 南雲コーチ講習 スピード				
21	22	23	24	25	26	27
		3レーン Aコース:徳永 しっかり基礎指導 Bコース:鈴木ひかる				機関紙作業 13:00~ 荏原文化センター グループ室
28	29	30	31	1/1	2	3
				令 元 日 八 年		

12月の機関紙作業日は27日土曜日です。