



東京旧友会メールマガジン

2022年11月1日号

メルマガは添付の PDF ファイルでもご覧になれます。

下線付きの文章をクリックすると関係サイトが表示されます。

旧友会のホームページも御覧ください。



秋が深まってきています。フリースの着用も増えてきました。今年は冬支度の準備が早まりそうです。10月上旬に大リーグのシーズンが終わり、今はポストシーズン最終盤です。ポストシーズンではダルビッシュ選手の活躍に元気づけられましたが、これから来年の春まで、長い大谷ロスが続きます。大谷選手が二刀流を始めてから MLB 中継が増えたと思います。その分、ロス感も強くなっています。早朝からお昼過ぎまで毎日のように視聴してきた MLB 中継が無くなるのは本当に残念です。ときおり流れる MLB のアーカイブ番組や WBC (2023 年 3 月 8 日~21 日実施) 参加選手の話などで、春まで繋いで行くしかなさそうです。TV 視聴の冬支度を考えねば、とも思う今日この頃です。

#### 【近畿燦歩会 4 ヶ月ぶりに実施】

4 ヶ月ぶりに実施された陶芸の里信楽の燦歩会の紹介です。旧友会ホームページに掲載されています。詳細は[こちら](#)です。

#### 【OB からの写真投稿】

中部旧友会の井ノ口繁一さんから写真投稿がありました。秋晴れの笠松競馬の写真です。旧友会ホームページに掲載されています。詳細は[こちら](#)です。

#### 【甲府旧友会だより第 28 号】

甲府旧友会だより第 28 号が旧友会ホームページに掲載されています。詳細は[こちら](#)です。

#### 【新潟旧友会 50 周年記念誌 年輪 II】

新潟旧友会 50 周年記念誌 年輪 II が旧友会ホームページに掲載されています。詳細は[こちら](#)です。

#### 【旧友会事務局から】

- ・ 事務局は (月) (水) (金) の週 3 日事務局業務を行っています。
- ・ 「会員名簿」は第 109 号「旧友会報」でお知らせしました通り、今年の 2022 年度版で発行を終了します。今後の「会員情報」の管理やお問い合わせ等につきましては、第 110 号「旧友会報」(12 月 1 日発行) をご覧ください。

### 【NHK を騙った偽メールにご注意を】

NHK を騙った偽メールがさかんに配信されています。受信料に関するもの、NHK プラスに関するものなどさまざまです。これらのメールにある URL を押して偽サイトを開いてはいけませんし、ましてやそのサイトで情報を入力してはいけません。少しでも怪しいと思ったら、そのまますぐに削除しましょう。NHK を騙った偽メールについては、NHK のホームページでも [こちら](#) で注意を呼びかけています。

### 【お知らせ】

共済会のサイトには、オンラインショップでのさまざまな食材、お酒、電気製品、家具、レンタカー、NHK 交響楽団チケット、不動産、相続の相談など、たくさんの使えるメニューがあります。それぞれ割引が付いているので、お得感があります。

「KYOSAINET」に会員登録をすることで使うことができます。会員登録は [こちら](#) から。

### 【[旧友会ホームページ](#)】

#### ■ [ネットワークNHK](#)

局内誌「ネットワーク NHK」の最新版をご覧ください。「おくやみ」と同じパスワードが必要です。

#### ■ [おくやみ](#)

亡くなられた方々の情報が入り次第、反映しています。旧友会サイトで最も閲覧されているページです。

#### ■ [賀寿情報](#)

白寿、米寿、喜寿、古希の情報は、おくやみにつづいて良く読まれています。

#### ■ [旧友会報](#)

昭和43年の創刊号から今年5月末にお届けした第109号まで、全ての「旧友会報」をホームページで閲覧できます。

#### ■ [大災害に備えて](#)

ホームページの「大災害に備えて～東京旧友会マニュアル～」には、大災害が発生したときに行う旧友会の活動が記されています。災害報道は公共放送 NHK の使命です。NHK を離れてもできることはあります。もう一度このマニュアルを読んで、私たちができることを確認しておきましょう。東京旧友会のマニュアルですが、他の旧友会の皆さまにも参考になるところは多々あるかと思います。

#### ■ [掲示板をご活用ください！](#)

旧友会のホームページには [掲示板](#) を設置しています。皆さまのサークル活動のご案内などにご活用下さい。

## 【NHK 番組・イベントの紹介】

### ・ 受信料の値下げと BS 再編の状況について

NHK は、来年 10 月、受信料について衛星波だけでなく地上波の値下げを予定しています。また、衛星波について、BS1、BS プレミアム、BS 4K の 3 波を来年 12 月にハイビジョン画質の「新 BS 2K」と、4K 画質の「新 BS 4K」の 2 波に再編するようです。BS 2K 2 波のうちの 1 波を再来年の 2024 年 3 月末に停波するとのこと。サービスの低下ではなく、サービスの向上になるよう、編成上の工夫やコンテンツ内容の向上をはかっていくとアナウンスしています。

### ・ 公共メディアでお楽しみいただくスポーツの秋

この秋、多彩なスポーツの中継や番組を予定しています。中でも、アマチュアスポーツは、公共メディアとして放送などを通じて競技の振興やスポーツ文化を後押ししていきます。11 月は剣道や社会人野球の日本選手権など、日本一を決めるバラエティに富んだ大会が目白押しです。詳しくは、[こちら](#)をご覧ください。また、日本時間の 20 日に開幕を迎えるサッカー「FIFA ワールドカップカタール 2022」にも注目です。NHK では計 21 試合を総合テレビや BS 4K で生中継します。また、さまざまな番組ともコラボして、機運を盛り上げていきます。詳しくは、[こちら](#)をご覧ください。

### ・ 子供と若者が主役！E テレ秋の特別編成

NHK では、今年度、平日ゴールデン帯や週末の夕方にファミリー向けの番組を編成し、また「君の声が聴きたい」キャンペーンを実施するなど、家族のコミュニケーションのきっかけとなる多彩な番組や若年層を応援する様々な取り組みを展開しています。詳しくは、[こちら](#)をご覧ください。

### ・ BS4K の魅力を体感、特別編成とイベント

来年の 12 月 1 日に衛星波の再編が行われるのに合わせ、NHK にとって 4K 波はこれまで以上に衛星波を支える重要な存在になってきます。そこでこの 11 月、4K 放送の魅力をより多くの視聴者の皆さまに知っていただくために集中的に放送やイベントを展開します。詳しくは、放送は[こちら](#)、イベントは[こちら](#)をご覧ください。

### ・ 今日是一日「川口アーカイブスレコード、三昧

埼玉県川口市にある NHK アーカイブスには、昭和初期から番組で使用してきた様々なジャンルのアナログレコードおよそ 30 万枚が保存されています。NHK アーカイブスの映像と音声は、公共放送として長い歴史を重ねてきた NHK が保存する貴重な公共財でもあります。その価値を視聴者の皆様に還元していきたいと考えています。詳しくは、[こちら](#)と[こちら](#)をご覧ください。

【編集後記】

10月の上旬、腰を痛めました。前に屈めません。座る、立つ、寝る、起きる、その度に激痛が左腰に走ります。毎週末の還暦野球で定期的な運動をし、その為の筋トレも少々行い、年齢的な衰えはあるとしても体力には自信がありました。その自信が裏目になり、体の管理を怠ったようです。直ぐに病院に行き、まずは前屈みのチェック、出来ません。そして膝下から爪先まで触診、これは問題なし。その後レントゲン。腰に近い背骨2カ所の間隔が少し詰まっているとの指摘を受け、これが左側の筋肉を硬くしたようです。痛み止めの注射を打ち、痛み止めと筋肉を柔らかくし胃を保護する薬3種を1週間分貰い、腰にコルセットを付けて帰宅。あとは常に安静。背もたれに頼らず座る事。車もダメです。1週間後、痛みが少し残る程度まで回復。2週間を過ぎた今、ほぼ痛みも無くなり普段の生活復帰です。原因は、同じ姿勢で長時間ソファー等でPC操作やMLB他のTV視聴、そしてうたた寝など、腰を曲げたまま過ごした事で筋肉が過剰に緊張し、屈曲型腰痛になったようです。ネットでは、30分~60分に一回は立上り、腰の伸長と軽いストレッチを推奨しています。同じ姿勢が長くなってきました。そろそろ、立上る時間です。(A.K.)



NHK東京旧友会

住所：〒150-8001 東京都渋谷区神南 2-2-1

NHK放送センター内

[メール：nqu-tyo@juno.ocn.ne.jp](mailto:nqu-tyo@juno.ocn.ne.jp)

電話：03-5455-5598 0120-880560 FAX：03-3468-0866

事務局は、東館 660 にあります。ぜひお立ち寄り下さい。

