

第60回 施設従事者激励会へのお誘い

第60回施設従事者激励会は、来る11月12日(金)、「大阪松竹座」を貸し切り、「舞台版 大奥」をご鑑賞していただきます。

詳しくは、別紙案内と申込書をご覧になってお申し込み下さい。



- ◎開催日時: 平成22年11月12日(金)
 座席券引き換え開始 午後2時から(予定)
 入 場 午後3時15分(予定)
 閉 会 午後7時40分(予定)
- ◎開催場所: 「大阪松竹座」
 大阪市中央区道頓堀1-9-19
 Tel. 06-6214-2212
- ◎プログラム: 式典
 観劇 「舞台版 大奥」
- ◎参加費: 無 料
- ◎募集人員: 1,000人
- ◎申込方法: 施設で希望者を取りまとめてファックスして下さい。(10月22日申込締切)
 申込者多数の場合は、在職期間の長い方を優先させていただきます。

共済会だより

October 2010
vol.113



第36回 施設従事者体育祭

本年度の施設従事者体育祭は、例年どおり11月21日(日)、枚方のパナソニックアリーナで開催いたします。

今大会の実施内容については、福利厚生事業運営委員と体育祭実行委員との合同委員会において、競技種目の選定をはじめ、企画運営の協議を行いました。

開催要項と申込書を同封しましたので、施設単位に参加者を取りまとめて、お申し込み下さい。

なお、体育館駐車場の利用ができませんので、当日は電車および枚方公園駅より送迎バスをご利用の上、お越し下さい。



●競技種目●

順番	競技種目	競技方法
1	徒競走	個人
2	パンつかみ競走	子ども
3	キャタピラレース	個人
4	障害物競走	個人及び団体
5	一輪同体	個人
6	紅白玉入れ	団体
<お昼のひととき> グループ別応援バレー 龍谷大学バトン・チアSPIRITSによる演技		
7	生き残りゲーム	全員参加
8	台風ゲーム	団体
9	パン釣り競走	個人
10	ムカデ競走	個人
11	デカバン競走	団体
12	綱引き	個人
13	対抗リレー	団体

(一部競技を変更する場合があります)

- ☆開催日時: 平成22年11月21日(日) [雨天決行]
 午前10:00～午後3:30
- ☆開催場所: パナソニックアリーナ
 枚方市菊ヶ丘南町2-10
- ☆参加定員: 1,800人
- ☆参加申込: 所定の申込書にご記入の上、FAX・郵送でお送りください。
 (先着順で受付定員になり次第、締め切らせていただきます)
- ☆その他: 京阪「枚方公園駅」からパナソニックアリーナまで、送迎バスを運行しておりますので、ご利用下さい。



癒しの森通信⑦

1/f ゆらぎ

むずかしい言葉ですが(^ ^)
 簡単に説明してみますと...

自然界には、特に生物の多様性が豊かな森の中には1/fゆらぎが満ちていて、これが人の持つ「心拍リズム」や「呼吸」や「芸術性」などの1/fゆらぎと共鳴しあって、美しいとか、懐かしいとか、温かさなどとして感じられて、自律神経が緩やかに調和されていきます。

たぶん森の持つ力・いえ自然界の持つ力の大きな部分だと思えます。

信濃町の100人に及ぶモニターの実験では森で3時間過ごすだけで、「自律神経の中の交感神経と副交感神経が一番良い安定した状態になる」ということが証明されていますが、まさにここなのだと思います。

ちなみにfは周波数や頻度を表すfrequencyです。では1/fゆらぎ以外にどんなゆらぎがあるのかといえは、一つは一定のパワーレベルを持つ、いわゆる「雑音・ホワイトノイズ」であり、もう一つ「1/f二乗ゆらぎ」があります。

こちら1/f二乗ゆらぎは人にとっては眠気を誘うリズムなのですが、牛にとっては心地よいと感じられるゆらぎだそうです。信州大学の先生が研究されていて子守歌のような音楽を聴かせることによって、牛はストレスがとれるんだそうです。

まだまだ解明されきっていない分野ですが、自然界の力ってすごいものですね!

信濃町森林メディカルトレーナー 高力一浩

詩 俳句 川柳を募集します。

短文を募集します。(見聞されたこと感想文など何でも)

4コマまんががイラスト・写真を募集します。



いずれも翌月号に掲載を予定しておりますので毎月15日締切とさせていただきます。また、感想文などは、300字以内でお願いします。(郵送 FAX Eメール可) なお、掲載させていただいた方には粗品をお贈りいたします。奮ってご応募下さい。



広報「共済会だより」 第113号
 発行日:2010年10月1日



〒542-0012 大阪市中央区谷町7丁目4番15号
 TEL 06-6761-4444(代表) FAX 06-6763-4444
 E-mail info@kyosaikai.or.jp
 Homepage http://kyosaikai.or.jp/