

森高康行 三通信

信賴感謝り誇

四国中央市選出（旧 土居町・新宮村・伊予三島市・川之江市）



創立120周年記念



土居高120周年記念式典

◆自民党県連の再編強化の一歩
新型コロナ感染戦争下、令和四年の
新年度を迎えた。とにかく日常が一
変化して、公的な行事は黙殺や延滞も多
く、人と会うな、食事は黙黙で、飲酒・飲食
出来れば止めとの空気が支配してお
り、制限の息苦しさに、虚ろさや悲し
みを実感する場面が多くなりました。
しかし、実際にコロナに罹患してし
まうと行動制限下になり、シトラスリ
ボン運動に込められた想いもあり、毛
差別や偏見に曝かれる現実もあり、手
洗い、うがい、検温などの基本に立ち
返り、ウイルスを持ち込まない基本行
動を徹底するしかないと思います。互

自民党県連総務会長（3度目就） ウクライナ戦争と我が国を考えよう

◆ウフライナは各戦争は可が間つれる改革を求めて提言の多くを残させて頂きました。県民の県民による県民の為の県政という、故加戸知事の提唱した理念こそ必要と思われます。

もりたか康行の主な役職

◆二ヶ年の県監督委員として
去る二月県議会本会議において任を解かれ、代に就き、急任されまつた。東京大駆出張もなく、遠々に就いた。しかし、県議としての三十五年を復習しながら、あるべき県政の姿を提言する機会も多く、充実した務めでした。地方自治法の改正により、行政の権限と責任を明確化し、より良い姿を求めてゆくべく、現場訪問をして、具体的な取組みを促して参りました。県民の幸せづくりの為、不斷の努力を重ねました。

感を実感したのは私だけでしょうか? なすべきない 情況です。人口五千万人 程のウクライナで、国を脱出して唯 民となる方々は四百万人とも言わ り、戦える男子は残置しての極めて 敵しい 情況です。脱出がかなわない弱 者は、最新鋭のミサイルなどによる 墓園建設に曝されています。この時代に 人生の危機がなされているのです。山 クラヨンのロシア兵も大量に命を落 としている様日々であり、予断を許さ ません。

いに努力して、一日も早い収束を目指しましよう。

さて、去る三月二十六日、自民党県連定期大会において、3度目の県連総務会長に就任する事となりました。仲間達と努力を重ねて、県民の期待に応えて前進する政治を確立する為に、過去ではなく、未来を見つめて、再編強化に頭張って参ります。

当面は、県議院選挙の勝利と秋の知事選挙のあり方を確立し、県民から期待され、信頼される自民党県連の正常化に、これまでの経験をいかして参ります。皆様のご指導ご協力を賜り得ます。

◆ウフライナは各戦争は可が間つれる改革を求めて提言の多くを残させて頂きました。県民の県民による県民の為の県政という、故加戸知事の提唱した理念こそ必要と思われます。

侵略戦争がロシアによって起されたことは、先の大戦後の国際秩序が破られる実態的には第三次世界大戦の様相を呈す。八年前に黒海の北上、クリミア半島をサバイアー先制攻撃により圧倒的に奪い取り、今回は、ロシア系住民の保護主義を旗印に国内情報を統制して、短期決戦を見込んでウクライナ国そのものの侵略に臨んだもの、今現在（四月）日）敵艦は硬直し、ゼレンスキー大統領のPRが功を奏し、ロシア対西側諸国との戦争になりつつあります。それにしても、国連や国際司法裁判所の存在や決定がロシアの反対や無視とは、先の大戦後も国際秩序が破られる実態的には第三次世界大戦の様相を呈す。

もりかわ
愛媛県議会議員
愛媛県議会議長 他

付して友好を目指してきた事も決議に組み込みました。
一日も早くこの侵略戦争が終わる」と願います。

◆今後を展望して

母校士官高創立二〇周年記念事業は、三面に詳しく述べました。多くの皆様の協力で成功いたしました。
内外共に大変な激動の中、我が国
あり方を、世界と日本を見通して考
て参りましょう。ウクライナ問題が明
日のが身とならない為に。

四月一記

医師の目から

大橋胃腸肛門科外科医院
院長 大橋 勝英
(新居浜市)



運動と筋肉の効用

運動すると脳の前頭部の血流が増える一方、毛細血管や神経細胞の生成が促進され脳が活性化されます。身体的・精神的なักษを保つ効果も大です。運動もウォーキングやジョギングなど有酸素運動が一般的ですが、筋肉増強につながるスポーツや筋トレも併せて行なうことが大事です。

免疫と同じで何もしないと加齢と共に筋肉は萎縮し衰えていきます。骨にかかる力や重力負荷が減ると、体が骨を丈夫にしておく必要性がないと察し、カルシウムが抜け骨がもろい骨粗しょう症となり転倒で骨折しやすくなります。部位によってはベッド生活となり急速に筋肉が衰え、歩行困難となり体の衰えが目立ってきます。脳の働きも低下し高齢者では認知力が落ちています。

老化防止、転倒防止のため日頃から有酸素運動や太い大きな筋肉の筋トレがお勧めです。筋トレで筋肉量が増え、体温調節、皮下脂肪、内臓脂肪が減っていきます。太った筋肉の基礎代謝エネルギーが増え、睡眠中は脂肪からエネルギーを受け、就寝中にやせられることになります。しかし、夕食時にごはん、パン、ピザ、バスター、うどん、ラーメンといった消化吸収のいい炭水化物を多く摂ると、あとは寝るだけなので過剰のカロリーは脂肪に転換され、寝ているうちに肥えることがあります。

編集後記

編集後記
▼長くコロナに囚われた
「戦いが続くな」と記したのですが、「ワクチン接種も既に現状にはありません」というのに、現状に変化はあります。もう暫くの辛抱が、まだまだ続むそうです。慣れっこになら、お互いに節度のある行動を取りましょう。戦争などといふ非人間的な行為は、決して許されない道徳的な暴行で人生が失われるなど、言語道断です。報道によりプロパガンダの怖さに染み、恐れていますが、その報道もまた、……。怖い世の中です。
また、……。怖い世の中です。▼(三月通信)



秦高齋行書



A vertical photograph showing a person from the waist up, wearing a light-colored jacket and dark trousers, holding a white umbrella over their head. The background is a blurred outdoor scene.



相模原開常任理事会



21世紀を考える会

四国由安市调出

旧 土居町
伊予三島市
川之江市
新宮村

誠實賴信情

個人會員限定

当金へのご入金は
個人販賣に限らせていただきます。

■ 年金費 ■

[一口 2千円]

平素は温かいご支援とご指導を賜りまして誠にありがとうございます。

平成6年の政治改革理念に基づき、主に政治資金の透明性を図ることを目的に、平成2年より政治家個人に対する企業・団体からの寄付は禁止されました。現在、森高銀行援金では、森高銀行の活動を支えていただけた後援会個人会員を募集しております。

地元に根ざし、世界を見据え、新政に携わるため、是非とも林商銀行後援会に対しまして皆様方のご協力をお願い申し上げます。
皆様から寄せられた会費は、森美康行後援会の事業にあてさせていただいております。

- 「最高商議会ミニ講座」の年4回以上の開催。
- その他の必要と想われる出版活動。
- 年1回以上の研修会、視察旅行会の実施。
- 必要と想われる政策研究会への協力助成活動。
- その他の必要と認める事業。