

# JARL 香川クラブ報

No. 449 令和5年6月15日



J A 5 Y D E

## フィールドミーティングの御案内

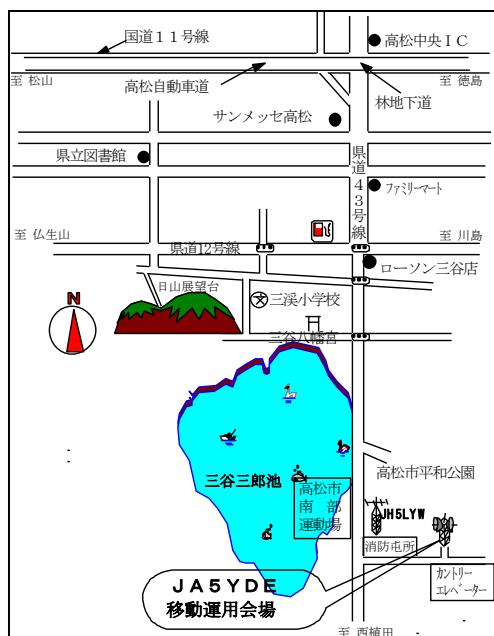
5/29（月）早々に梅雨入り宣言が発表となり、うつとうしい季節に突入しましたね。クラブ員の皆様には、夏シーズンの各コンテストの準備や様々な活躍が期待されています。今年もオール JA5 コンテストにクラブ局はもちろん、各個人局からの参加もお願いすることになりました。多くの局が参加すると盛り上がることでしょう。

さて、今年も恒例のフィールドミーティングを下記の場所で開催することになりました。三好会長宅別邸前広場にて、焼肉ミーティングを行い、冷たいビールや美味しい焼肉で暑さを吹き飛ばし、楽しいひとときを過ごしましょう。

皆様方には、予定を調整頂き、多数のご参加をいただけますようご案内申し上げます。

### 記

日 時： 7月22日（土）（雨天決行）  
焼肉ミーティング 19時開始  
用意等の為、時間の取れる方は16時頃よりご協力下さい  
場 所： 三谷町 J H 5 L Y W 三好会長宅 別邸 前広場  
参 加 費：  
    クラブ会員（男性）2,000円  
    （女性）1,000円  
    会員以外 上記プラス500円  
参加申込み： 7月15日（土）まで  
連絡先： J G 5 J X W 坂井  
              J A 5 T O P 平賀



# 令和5年度第1回クラブミーティングの報告

JG5JXW

5月11日（木）19時から三谷町コミュニティセンターで、クラブミーティングが行われました。4月のクラブ報で案内していましたが、今回も集まりが少なく JH5LYW 三好会長が体調不良によりやむを得ず欠席するとの連絡が事前にあり、少人数での開催となりました。

定刻より少し早く、JA5TOP 平賀さんの議事進行により進め、議題に沿って以下の通り決定しました。

- ・震災訓練

6/11（日）9:00 より生島の消防学校にて開催されます。本ミーティング参加者は全員参加予定です。リグやアンテナなどは JG5JXW が用意します。

- ・ARDF 四国地方大会

日程が 10/15（日）に変更されました。高知県での開催となります。都合のつく会員の皆様には選手として出場、競技のお手伝いについてもよろしくお願ひします。

- ・ALL JA5 コンテスト

7/15（土）21:00～7/16（日）21:00 に開催されます。クラブ局運用は昨年同様 JA5CAU 平井さんと JI5XTP 坂内さんにお願いしています。

- ・フィールドミーティング

7/22（土）に開催が決定しました、JA5CAU さんが料理を担当します。開催場所は従来通り JH5LYW 三好会長別宅を予定しています。

- ・クラブホームページ

総会で JA5YDE のホームページ開設を進めることになりましたが、今回のミーティングには山口さんが欠席のため、状況確認ができませんでした。

議題について話が終わった後、参加者皆さんとの近況について話し合いました。JA5TOP さんはヘルニアの手術や股関節の治療入院から戻ってこられたばかりでした。他の局も入院治療の予約待ちなど、体調不良に関する話題が多かったです。

クラブの若返りを期待して、若い会員の獲得に力を入れようと言う話もでました。皆様も若くてアマチュア無線に熱心な若者がいたら、ぜひ香川クラブに入会を勧めてください。

今回は写真を撮り忘れており、集合写真しか撮っていませんでした。申し訳ありませんが、文面が寂しいものとなりました。

[参加者] JA5CAU、JA5FKE、JA5TOP、JG5JXW、JI5SAI (5名)

## QSLカード製作のご案内

JI5SAO

R4年の7月から心筋梗塞にかかり、現在は回復し、心不全はなくなりましたが、一般企業に就職することが難しくなり、朝日園で訓練を受けています。私は印刷第2科で印刷の仕事をしています。3月5日の日曜日の総会の時に朝日園で出していただいたオリジナルのQSLカードのお見積り書を、出席されていた各局にお渡ししていますが、私が注文していたオリジナルのQSLカードが完成しました。



私が勤めていた香東電機は昨年度R4年6月1日に合併し、摂陽明正となっていますが、会社にヤクルトを売りに来ていたヤクルトレディさんから頂いたステッカーと、裏面にはJA5YDEというコールサインと、香川クラブ結成60周年のQSLカードを利用して、オリジナルのQSLカードを作ってもらいました。

JI5SAOのコールサインと丸山誠氏名は赤でお願いするつもりでしたが、朝日園の職員さんがアイデアを出してくださり、青で□移動用／5を書くために1マス多目に作っていただきました。JARLのマークを入れた状態で引き受けさせていただけます。裏面に関しては、現在利用している印刷屋さんでパソコンとプリンタを設定している局さんもおられますので、同じように合わせて作ってもらえるそうです。

矢野印刷の方は大丈夫のようですが、オノウエ印刷を利用している局長さんのQSLカードを4枚、朝日園の職員さんに預けて、見当していただいている。表面の画像写真で、4枚全部ではありませんが、安く引き受けることが難しい画像写真がありました。朝日園の方は1人でもお客様が欲しいですので、日にちがかかるかもしれません、見当していただいている。

まだ他にオノウエ印刷を利用しているQSLカードがありますので、見ていただきまして、見当していただくことが必要になるかもしれません。オノウエ印刷を利用されている局長さんがおられましたら、協力をお願いしたいと思っています。

1,000枚両面カラー印刷、10,000円(消費税を入れると11,000円になります)が予備で57枚サービスしていただけました。お見積書は、500枚が6,000円、1,000枚が10,000円ですが、5,000枚を■っている局長さんもいますので、オノウエ印刷を利用しています局長さんと、見当中2,000枚、3,000枚、白黒印刷、片面印刷のお見積書を朝日園さんに言って出してくださいとも可能です。お見積書は私が持っていますので、必要な局長さんは携帯090-\*\*\*\*-\*\*\*\*、Eメール\*\*\*\*@\*\*\*\*、または\*\*\*\*@\*\*\*\*に連絡してください。よろしくお願ひします。

## 病院での生活

JA5TOP 平賀正明

私が体調を崩したのは昨年の春、5月の連休前でした。重い机を納屋の2階から下ろすために手伝いを頼んでいたのですが、時間タイミングが悪く私の用事が早く終わり、頼んだ方を待たずして机を抱えてみると、なんとなくやれそうな気がして一人で始めたのがそもそも失敗でした。階段が急こう配で2,3段下りると無理したことを思い知るが途中となり、戻ることもどうにもなりません。机を放り投げるわけにもいかず、腹に載せて「ヒーヒー」言いながらなんとか降りるには降りたのですが「腰が一ーアーー」電気が走るよう気がしたかと思えばギックリ腰と思われる痛みに代わり、後の祭り。

それからは痛みもさほど強くないため田植え時期の6月から稻刈りの9月末まで医者にもいかずそのままにしておいた。お米の乾燥や収穫が終わり通常30Kの袋詰め10個と我が家で扱う20K詰め(腰を痛めているので加減した)を軽トラに○○○K分くらいを積んで帰って冷蔵庫へ入れたり配達するなど処理した。

つぎの日から歩けなくなり、10月初めに杖を突きながら近くの○○スポーツクリニックへ行って診察を受けた。痛み止めを処方してもらったが痛みは取れず4週間刻みで痛み止めを強くしてもそれ以外の治療をしてくれません。自分ではよく知らずにブロック注射はできませんかと相談するとそう言う設備がないからできないとのことだった。

痛み止めを飲んで8週間余り、11月末になっていた。どうすればよくなりますか?と質問すると背骨の専門医を紹介すると言われた。医大、日赤、県立中央病院どこでも希望があれば紹介状を書きますよとの言葉で私なりに便利な香川県立中央病院をお願いした。このころ私の歩く姿勢は前かがみで股関節と膝関節が痛み、強いびっこを引いていました。

12月7日に紹介状に従い、初めて受診したら「2日後の9日にブロック注射をします」と言われ、さらに注射後しばらくは運転が出来ないので公共交通の乗り物か?出来たら家族と一緒に来て下さいとの指示があった。

ブロック注射は一時的な部分麻酔薬で脊髄の患部にうつぶせで背中から透視の画面を見ながら薬剤を入れる治療でこれも一時的ではあるが3~4回で良くなる人もいると看護婦さんから聞いた。ブロック注射処置数時間後には嘘のように全く痛みがなくなり元の元気な自分に返った。夜には家内に「スキップが出来るほど元気になったぞ」と言った。ところが喜んだのは3,4日でまたゆっくり悪い方もとに返った。これを4回繰り返し、3月に入り4回目の前に主治医から「これで元のままならば手術を検討してください」と言われて手術をしようと覚悟した。知り合いの人たちに「歩けなくなるぞ」とか「下半身不随」など大きな後遺症が出るかもと脅されたがそれはあとでわかることがまず失敗がない限り心配のことでした。

手術の日程が決まり4月3日(月)入院、翌日4日手術と説明を受けたが私は今まで病院に世話をになったことがなく、ましてや手術や入院は初めてでした。

3日9:30に病院の指示通り、入院受付で説明を聞き7階の指定ナースステーションへ行ったら家族はここまでと家内はすぐ帰されてあとは自分で対処するしかありませんでした。3日は10人くらいの人が次々と何々の担当ですと枕もとで説明してくれるが名前や顔は覚えきれませんでした。手術前日は食事制限からシャワーの利用、浣腸迄されてカッコ悪かったです(恥ずかしかった)。手術後すぐ世話になるコルセットも製作会社の人が持てて来ました。看護婦さんから「個室への移動は家族も会えない

し、お見舞いも受けられない中で一人寂しいだけです。それに費用が掛かるだけなのでかえって大部屋がトイレもあり良いと思いますよ」と言われた。その通りに従った。

4日9:00から顕微鏡下腰椎椎間板摘出術ということでしたが10分前ストレチャーに乗り準備万端（恐ろしいところへ行くような気分）手術室へ向かうが手術室付近は各種手術対象者が多く部屋の中に入っても混雑している。その中を私のストレチャーを運ぶ看護婦さんはたくましい！

平賀さんは11番だよと二人が声を掛け合いながら所定の場所へ運んでくれた。あとで聞いた話ですが同じ日に12人の手術が行われたようです。所定の場所で麻酔担当医から大きな息をしてと言われてあとは……？ 主治医から無事終わったと声をかけられて気が付いた時は元の部屋に戻っていて完全看護の体制で守られていました。

4日の夜は自動の管理機器や点滴の器具、尿管につながれしており、看護婦さんは頻繁に声掛けや巡回してくれて麻酔切れも痛み止めで対処して困ることは全くありませんでした。5日の朝はさすがに食欲がありませんでしたがその後の食事は完食でした。

4月5日～8日はルールに従って創部の管、点滴の管、尿管などが順次除去されてそれと並行してリハビリが始まりました。4月12日頃から退院に向けての指導が始まりましたが主治医が出張している間に14日の夜から急に痛みで歩けなくなりました。16日は日曜日にもかかわらず主治医が来てくれ17日に検査した結果、股関節が炎症を起こして水が溜まっているとの診断。これが落ち着くまで退院は延期となり比較的元気な状況で病院にいる辛さを味わうことになりました。毎日高松市のテニス場で元気にテニスを楽しむ人たちをうらやみながら病院にいる自分と比べて思い浮かべてほんやりする日が続き、ボケそうでした。実際ボケたかも？辛抱の日が続きましたが今度はゆっくりリハビリを進めて焦りを感じない状況で退院するべく構えていましたが主治医から退院許可が出そうになく連休が来てしました。5月1日になり「先生退院はまだ無理ですか」と問うと家に帰りたいですかとの返事で「連休ですが無理をせずに体をなじませてくださいね。じゃ5月3日の9:30～10:00に退院できるようにしましょう。」と許可が出ました。2日には退院後の生活について係の方から書類と丁寧な説明がありました。

それによると

- ① コルセットは6週間装着（基本的には5分以上動くときは必ず装着）
- ② トイレは洋式で座って使用することをお勧めします。
- ③ 生活の中で前かがみにならないよう注意
- ④ 自動車の運転は痛みが無ければ良い。軽トラは背もたれが立っていてなお良い。
- ⑤ 飲酒は泥酔しない程度、喫煙は特に2週間は禁煙
- ⑥ デスクワークは退院後から可能でしょう。力仕事は内容によるので主治医と相談
- ⑦ 重いものは退院後5kgまでは許可できますがそれ以上は主治医と相談、許可要
- ⑧ あぐらや横すわりは2か月間避けましょう 等々がありました。

電話も多く時間帯によっては相手に迷惑をかけたり院内電話ルールを破ったりでした。

何はともあれ退院して田村神社の春の大祭、何もできないが出席だけした。運悪く今年は自治会長も順番で当たっており防災の会合やアマチュア無線の会合など体をかばいながら対処しています。主治医からは「2週間、6週間、3ヶ月、6ヶ月と長期に体を診させていただきます」と言われて現在注意をしながら生活しています。

# 今話題の ChatGPT を使ってみた

JG5JXW

最近、「OpenAI」という話題がよく取り上げられていますが、実は私も最近まで使用したことありませんでした。そこで ChatGPT を少し試してみることから始めました。最初の印象は「文章の校正能力が非常に高い」というものでした。「～ですが～ですが」と、難解な文章でも一定のまとまりを作ってくれるという点が特に印象的です。ちなみに、今回のクラブ報も校正をお願いし、細かい部分を修正してもらっています。

The screenshot shows the ChatGPT web interface. On the left is a sidebar with a 'New chat' button, a 'Today' section with a 'フィールドミーティング案内' message, and a 'Yesterday' section with messages about RedHat 8.6インストールのエラー, Postgres ver13: Default Values, and antenna distribution. The main area has two messages from the user:

かりでした。他の局でも入院治療の予約待ちなど、体調不良に関する話題が多かったです。  
クラブの若返りに

以下の文章を校正して下さい  
クラブの若返りに期待して、若い会員の獲得に力を入れようと言う話もしました。皆様も若くてアマチュア無線に熱心な若者がいたら是非香川クラブに入会するよう勧めてください。  
今回は写真を撮り忘れており、集合写真しか撮っておらず、さみしい文面になり申し訳ありません。

以下の文章を校正します。  
クラブの若返りに期待して、若い会員の獲得に力を入れようという話も出ました。皆様も若くてアマチュア無線に熱心な若者がいたら、ぜひ香川クラブへの入会を勧めてください。  
今回は写真を撮り忘れており、集合写真しか撮っていませんでした。申し訳ありませんが、文面が寂しいものとなりました。

At the bottom, there's a 'Regenerate response' button, a message input field with 'Send a message...', and a note: 'Free Research Preview. ChatGPT may produce inaccurate information about people, places, or facts. ChatGPT May 24 Version'.

お仕事の関係でプログラミングに関する調べ物をする際、常には Google で検索をする事で十分間に合います。しかし、複雑な内容の場合に思うような検索結果にたどり着けないことがあります。それが ChatGPT では例題を示しながら回答してくれるため、非常に便利です。革新的な機能ができたものだと感動しています。

少し残念な点は、質問のしかたによって欲しい答えが得られないことがあります。将来的には、質問者の意図を理解し、理想的な回答を提供してくれると期待していますが、反面で少し不安も感じています。（人間以上になって欲しくない）

宿題や論文の執筆に活用すると便利と言われて社会問題にもなっています。他人に宿題をやってもらうことは、その人の成長にはならないため、反対する理由もよく理解できます。

私は、表示された情報の出所が分からぬことが気になっています。また、ChatGPT が提供する結果も間違っていることもあるため、盲目的に信じずに利用することが重要ですね。だけど、こんな便利なツールを無料で使わせてくれてありがとう！

### クラブ報の原稿依頼及び送付先

身近な出来事、旅行記、自身のハムライフ、掲載要望などのジャンルは問いません。

原稿サイズ：B5サイズ　出来ればWordで作成しメール、電子メールが無い場合はfaxか郵送。

送付先：E-mail

Fax

郵送先：〒

## ★★★ 新入会員募集中 ★★★

JARL香川クラブでは新会員を募集しています。

今年はクラブ結成75年(1948年10月結成)になります。

そこで更なる飛躍と新たな歴史を築いていかなければなりません。

クラブに新風を吹き込むと同時に、活性化のためにも新入会員の募集にご協力ください。

### \*お知らせ

JARL香川クラブでは、会員の実態を把握するため、免許状記載事項に変更があつたり、新たに無線局の免許状を取得された方は、その都度、お知らせくださいますようお願いします。

将来のインターネットサービスに対応して、現在「電子メールアドレス」を取得している方は、差し支えなければ連絡下さい。

**会員の皆様には令和5年度分会費納入をよろしくお願いします**

\*\*\* 会費納入口座 \*\*\*

## JARL香川クラブ報

発行責任者	J H 5 L Y W	三好 伸幸
編集者	J A 5 T O P	平賀 正明
	J I 5 S A I	平田 昌三
	J I 5 V U Z	市原 義博
	J I 5 X T P	坂内 信洋
	J G 5 J X W	坂井 進史