



鶴見中継所の箱根駅伝記念像前
一番右が濱名氏、中央が馬場氏

ランニング同好会 夏の練習会完走記 横浜を縦断！ 箱根駅伝9区を走破！

ランニング同好会が2004年から続けている箱根駅伝各区分を走る夏の練習会が9回目を迎え、戸塚から鶴見まで横浜を縦断する23.2kmを走破した。練習会当日の8月5日は好天に恵まれず、猛暑の中でランニングとなった。参加者はコンビニでドリンクを加えての掲載する。

箱根9区は横浜の中心街へ

鎌倉市 濱名 哲郎

8年前にも登った権太坂を今回は戸塚から保土ヶ谷へと抜けた

箱根の9区は戸塚中継所から鶴見中継所まで23.2kmの距離がある。8時半にスタートした中継所から戸塚駅脇を抜けて不動坂交差点(3.9km)で国道1号へと戻る。9区のスタートからここまでは自動車専用道から、先が見え

軍港めぐり横須賀ハイキング

横須賀は幕末から日本の軍港として発展してきた街。そこでまずは、横須賀の「軍港めぐりクルーズ」を体験します。米海軍や海上自衛隊の艦船を間近に見ることができ、歴史ある横須賀の街を海から眺めて楽しめます。お昼は、横須賀にちなんだ昼食。魚藍亭で「よこすか海軍カレー」をお召し上がりください。明治41年にイギリス海軍より日本海軍に伝えられたレシピを忠実に再現したカレーで、その他にミックスフライ・サラダ・牛乳がセットされています。午後からは「記念艦三笠」を見学。三笠公園に足を踏み入れると、大きな戦艦三笠の立派な姿が目飛び込んできます。最後は「YYポート」でショッピング。横須賀みやげはいかがですか。会員の先生はもちろん、ご家族、従業員の方もご参加いただけます。

10月21日(日) 集合 午前8時45分・解散 午後3時
ところ JR「横須賀」駅 定員 20名
参加費 4,000円 (事前振込:事前に傷害保険に加入するため、キャンセルされた場合も保険料400円と振込手数料をいただきます)
参加対象 会員 (医療機関のスタッフ、ご家族も可)
*雨天決行。当日の飲み物は各自ご用意ください。また、履きなれた靴でお越しください。当日の交通費は自己負担です。

行程 JR横須賀駅=ヴェルニー公園=軍港めぐりクルーズ(10時~10時50分)=昼食・海軍カレー(魚藍亭・11時45分)=記念艦三笠(三笠公園)=YYポート=京急横須賀中央駅(15時ごろ予定)

お申込み 文化部☎045-313-2111



「ロンドンオリンピック」に 触発されて

相模原市南区 馬場 一郎

シテイターミナル交差点(15.2km)を過ぎてここからは国道15号は京浜東北線と京浜急行に並走する。東神奈川、子安、新子安駅と続き、生麦のビール工場を右前方に見て京急生麦駅(19.9km)に至る。この9区で、難所の権太坂を通

8月5日「箱根駅伝を制覇しよう」その第9弾と銘打って今年も恒例のランニング同好会夏の練習会が開催された。

今年のコースは箱根駅伝を右前方に見て京急生麦駅(19.9km)に至る。この9区で、難所の権太坂を通り旧保険医協会事務所を横断しながら鶴見中継所まで23.2kmの道なのである。久しぶりに新井先生、初参加の久松先生、小野事務局長の新しい顔ぶれもあり楽しい会となった。

旧協会のあった横浜駅北東区コース上では出会うこと口から生麦に至る道は平坦な様で緩やかな登りの様な所もある。この日の暑さの影響か、実際の距離よりも長く感じられる。私のこまめに飲んだ500mlのペットボトルは5本目となる。ここから鶴見中継所までは残り4.3kmでJR鶴見線の国道駅近くのガード下を通る。横浜駅から出発のグループ、野村先生、新井先生、事務局の勝さんと9急線に乗り急ぐのである。その分、解放感・達成感

以前は本格的準備も無く臨んだ夏の練習会だが、今年「ロンドンオリンピック」に触発されたせいもあり、駅伝なみに準備をしてきた。が、当日の暑さは尋常でなく容赦なくうちつける直射日光で体が火傷するのではないかとこの酷暑の中、一度止まったら走れないという思いで必死に先頭集団に食らいつき皆体力の限界に挑戦する苦しいレースとなった。

開業医の長年の声をもとに

医師・歯科医師のライフプランに合わせた「会員限定の共済制度です」

グループ(生命)保険

告知審査のみで加入OK
加入する際、医師による審査はありません

配当率65%!(平成23年度)
※年間にお支払いいただいた保険料の65%を選元
余剰金は配当金として加入者へ還元されます
1年ごとの収支計算。剰余金が発生した場合

配偶者・お子様も加入OK
1年更新型だから「毎年見直し可能」。すでにご加入の先生も保険額の増額ができます

引受会社5社の分散運用で安全
引受会社 三井生命保険株式会社(伊勢) 34.19%
三井生命保険株式会社 32.91% 富国生命保険相互会社 14.90%
日本生命保険相互会社 10.00% 太陽生命保険株式会社 5.00%
第一生命保険株式会社 2.00% ソニー生命保険株式会社 1.00%

「もしも」に備えて残された「家族」へ大きな愛を
随時加入可能

保険医年金

- 今入っている年金保険だけでは不十分
- 積立はしたいが高額だと...
- 急な出費に対応したい
- まだ年金保険に入っていない

グループ(生命)保険

- 今入っている生命保険だけでは心配
- 保障を増やしたいが保険料が高いのは...
- 子どものため、配偶者も保険に加入させたい
- まだ生命保険に入っていない

2011年度より 予定利率がさらにUP! 保険医年金

予定利率1.259%
さらに、決算で配当金があれば
配当上乘せあり!

確定年金だから安心
掛金を原資に給付されるので、受給者が増えても給付金は減りません。加入者様に万一の場合があってもご遺族が全額受け取れます

自由なご活用で便利

- 無理のない月々1万円からのお積立(最高30口まで)
- 急な出費の対応に一時受け取り(一口単位の払出しが可能)
- 掛金の払込み中断・再開も可能
- 年金開始年齢は自由に設定(加入時に決めていただく必要はありません)

引受会社7社の分散運用で安全

引受会社 三井生命保険株式会社(伊勢) 34.19%
三井生命保険株式会社 32.91% 富国生命保険相互会社 14.90%
日本生命保険相互会社 10.00% 太陽生命保険株式会社 5.00%
第一生命保険株式会社 2.00% ソニー生命保険株式会社 1.00%

加入者全国56,000人!
日本最大規模の団体年金制度

お申込締切は
10/25
まで



街の開業医・歯科開業医の団体 神奈川県保険医協会 ひとつでもあてはまった方は ご相談ください! TEL 045-313-2111