

2025年11月

JARL 胆振日高支部報



一般社団法人 日本アマチュア無線連盟

胆振日高支部報

2025-11-26 発行

発行責任者

JARL 胆振日高支部長

JA8PMN 小林 敏哉

ja8pmn@jarl.com

第50回 胆振日高支部大会 開催

10月19日(日)、苫小牧市民活動センターにおいて第50回胆振日高支部大会が開催されました。当日は、JARL 北海道地方本部長 正村琢磨様、北海道地方選出社員の原田進様、大國秀夫様をはじめとして、胆振日高管内のアマチュア局が一堂に集い、この1年間の報告と計画を話し合いました。

講演では、北海道総合通信局の小笠原様に「電波利用電子申請のご利用方法」と題して、新しくなった電子申請の方法について詳しく解説いただきました。

また、議案の中で、特に胆振日高コンテストに関して多くの意見をいただきました。次年度のコンテストに反映していきたいと思います。



支部大会で話し合われた来年度の方向性

1. 胆振日高支部コンテストについて

(1) コンテストの日程の変更

今まで 8 月の第 4 金曜・土曜・日曜の 48 時間開催でしたが、「来年から日程を変更し、6 月または 7 月の開催とする」と、決議されました。その理由として、①50MHz 以上のコンディションが 8 月末では下がってしまうこと、②東京のハムフェアと重なることが多く、参加者が減ってしまうこと、が挙げられます。特に、後者の理由が大きいと感じています。

また、胆振日高支部以外のコンテストの参加者から 48 時間は長いし、その割に管内局が少ないとずっと指摘されていたことから、深夜は休止することにしました。

6 月 7 月の他のコンテストについて調べてみたところ、7 月末があまり大きなコンテストが開催されていないことがわかりました。それで、以下のようにしたいと思います。

2026 年 7 月 24 日(金)21:00～7 月 26 日(日)21:00 までの、各日 23:00 から翌 6:59 を除く 32 時間 (7 月第 4 週の金・土・日)

(2) 管内のコンテストフォーン部門が少ないという指摘に対する対策

残念ながら、今年のコンテストでは 0 点での申請が 2 件ありました。ここ数年、私がコンテストを担当してから、サマリーシートの意見欄を読むと、「管内の電話の参加者が少ない（またはいない）」という指摘が数点あり、その対策として、「一昨年から他管内から胆振日高支部管内への移動局は管内局として扱う」とルールを変更しましたが、それでも魅力はないようです。そのため、次回から以下のように副賞（金銭的インセンティブ）を出したいと思います。具体的には以下のように考えています。

「HF 電信電話マルチバンド部門」、「V/U 電信電話マルチバンド部門」の両部門に参加し、10 局以上と電話で交信して書類を提出していただいた方から抽選で副賞を贈呈する。

2. アンケート結果から

過去には、ニューメディア交流会という名前で、冬に集まっていました。会員の高齢化も進み、冬の参加は交通やインフルエンザの流行の面でどうなのかという思いもあり、実施時期は 4 月の雪が解けてからを想定して交流会を開きたいと思います。今回の内容は、アンケートの中から希望が多かった「ハムログ・HQSL 入門」としたいと考えています。近くなったら、また支部メールで期日と場所、内容をお知らせして、参加集約したいと考えています。

内容としては、会員それぞれがノートパソコン(PC)を持ち込み、ハムログのインストールから HQSL の設定までをワークショップ形式で行ってはどうかと思っていますが、ハムログはともかく、HQSL を使用するためにはいくつかの条件があり、その場で設定はできません。HQSL の設定を希望する方は、交流会までに①JARL に加盟すること、②@jarl.com のメール転送に申し込んでおくことが必要です。もちろん、PC 無しで話を聞くだけという参加も歓迎します。設定の都合上 yahoo メールがお薦めです。

また、ぜひ、講師をしたいという方を募集します。

苫小牧クラブ 移動運用を行いました



7月20日(日)、苫小牧アマチュア無線クラブの移動運用におじゃましました。今年は8人の会員が、HFからVHFまでのアンテナを立て、積極的にQSOしていました。7MHzだったと思いますが、関西万博の記念局のCWが聞こえていたのが印象的でした。



昨年も書きましたが、JARL 胆振日高支部には、現在、苫小牧アマチュア無線クラブ、えりも町アマチュア無線クラブ、室蘭市無線赤十字奉仕団の3団体しか登録されていません。過去には、伊達、室蘭、登別、白老、静内、浦河の各市町村単位での地域クラブがあったことを考えると残念でなりません。各地の地域クラブは、JARL 登録はしていないものの活動は残っているところもあり、アマチュア無線をはじめようと思っている方たちの受け皿になってもらえているのではと期待しているところです。ぜひ、また JARL 胆振日高支部にも登録していただけたらと思います。

体験運用会を実施



10月25日(土)、新ひだか町民文化祭において、毎年出店している日高静内AMCのブースを借りて、体験運用を実施しました。会場が、新ひだか町公民館の端の方にあり、なかなかお客様が通らないということもあって、3組の方を中心に、説明・運用を行ってもらいました。

アマチュア無線の運用は、静内クラブ員がこの会場において、ハンディ機で交信できる範囲に相手局がないため、特定小電力トランシーバーを使っての体験となりました。

最近の子どもは、こういったシンプレックスの交信に慣れていませんが、説明をするとすぐに使えるようになって楽しく家族・友達と交信を行っていました。

特定小電力トランシーバーですから、公民館の建物の中でも端の方へ行くと受信できなくなるようです。「アマチュア無線の場合は、どこへ行って交信できるよ。」というところから、話題を広げようと思っていましたが、なかなかそこまでは難しかったようです。

もう今年度は機会が無いと思いますが、他の町でも「体験運用」をしてみたいというクラブがありましたら、支部にある特定小電力トランシーバーをお貸ししますので、ご連絡ください。





支部大会の時のアンケート結果です

10月19日の支部大会においてアンケートを取りました。昨年もアンケートを実施しましたが、今回は、もう少し具体的に質問を考えてみました。

1. あなたの無線局設備とよく使う運用周波数・電波型式を教えてください。

無線機とアンテナがある周波数		実際によく運用している周波数		良く使う電波型式	
1.8/1.9MHz	6	1.8/1.9MHz	2	AM	0
3.5/3.8MHz	8	3.5/3.8MHz	2	FM	9
7 MHz	16	7 MHz	11	SSB	11
10 MHz	8	10 MHz	4	CW	4
14 MHz	11	14 MHz	5	FT8	4
18 MHz	12	18 MHz	6	その他	1
21 MHz	15	21 MHz	9		
24 MHz	9	24 MHz	2		
28 MHz	13	28 MHz	6		
50MHz	12	50MHz	6		
144 MHz	15	144 MHz	10		
430 MHz	15	430 MHz	12		
1200 MHz	6	1200 MHz	3		
その他	0	その他	0		

[分析]

- ・HF 機を持っている方は、回収数の 94%と思われます。支部大会に集まる方はハム歴の長い方が多いので納得の数字です。
 - ・その中でも、中心となる周波数帯は 7MHz/21MHz のようです。
 - ・VHF はモービル機に 144/430MHz が多いこともあって 88%がオンエアできるようです。面白いことに 50MHz も 12 名の方がアンテナを持っています。おそらく HF/50MHz のリグを使用していると思いますが、アンテナも持っている方が多いのは面白いですね。どんなアンテナを使用しているのか興味があります。
 - ・実際によく運用している周波数では、やはり HF では 7MHz、VHF では 144/430MHz が中心のようです。
 - ・1.8MHz 帯未満、2300MHz 帯以上の方がいなかったのは、そこまで興味がないということでしょうか。
 - ・電波型式では SSB が一番多く、次いで FM という結果になりました。これも想定の範囲内です。
 - ・意外だったのは、今話題の FT8 が 4 名しかいなかったことでしょうか。無線機・アンテナの他にコンピュータが必要になりますが、もしかして胆振日高支部会員はコンピュータが苦手?なのかもしれません。
 - ・その他の 1 は、430MHz 帯のレピータという記述でした。
2. 支部大会の席上、あるいは別の機会に「講演」「ワークショップ」などを考えています。どんなものがあつたら参加しますか。または、講師をしていただけますか。参加したいものに○、あなたが講師ができるものに◎をつけてください。

a. アンテナやリグなどの調整メンテナンス講習	7
b. 測定器の使用と実演等	4
c. デジタル系のソフトウェアの操作に関して	5

h. その他(自由記述)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| ・CW 入門 | ・アワード・コンテストの楽しみ |
| ・上級ライセンスを目指して | ・ハムログ・HQSL 入門 |
| ・身近な材料を使ってのアンテナ作り | ・災害時のアマチュア無線のかかわり |
| ・DX 入門 | ・ハムログの使用方法の詳細、HQSL |
| ・新しく開局された方へのアドバイス | ・ハムログ |
| ・アマチュア無線の社会貢献 | ・FT8 |

[分析]

- ・a のアンテナやリグなどの調整メンテナンス講習が 7 と最大数になりました。とはいえる、リグの調整?って、アンケートを取った私が書くのもなんですが、終段素子のバイアスの調整とか、中和の方法ではないですね。それとも、非技適機のスプリアスの

- 測定と対策を考えて書いていただけたのでしょうか。おそらく、いろいろな測定器を使ってのアンテナの調整のことを集約されるのかと考えています。
- ・h のその他を読むと、ハムログと HQSL に関して講習をしてほしいという要望が 3 件ありました。具体的にノート PC などを持ち込んでのワークショップなどは人数が集まるかもしれません。

3. 支部活性化のアイデアがありましたら、裏面に記入してください。

渡島桧山支部でやっているのは

- ・ 月 1 回のロールコール
- ・ 青森県と共に津軽海峡コンテスト
- ・ フオックスハンティング
- ・ 非常通信伝達訓練
- ・ 救命講習会
- ・ これからアマチュア無線を始める方対象のイベント 2 回(夏冬)
- ・ 講習会の応援
- ・ 支部報発行
- ・ 支部大会前夜祭
- ・ 防災フェスタ見学
- ・ zoom による CW 講習会
- ・ 北海道新幹線開業 10 周年特別局アワード発行
- ・ メーリングリスト HP の管理
- ・ FM いるか出演

[分析]

- ・記入された方は 1 名でした。胆振日高支部は、渡島桧山支部のように中心に函館市があるような地理ではないので、仮に苫小牧市にキー局を設けてのロールコールを実施しても西胆振・日高中部以東だと厳しいように思えて難しいものが多いです。

第 18 回胆振日高ニューイヤー 2m コンテスト

日時 令和 8 年 1 月 2 日(金) 09:00 ~ 1 月 3 日(土) 21:00 まで

参加資格 胆振日高管内居住のアマチュア無線局(個人局のみ)

使用周波数 144MHz 帯 電話(SSB, FM) C4FM/D-STAR もダイレクト交信は有効 ※JARL 制定のコンテスト周波数厳守

交信相手 日本国内のアマチュア局(個人局・社団局)

呼出 ○ 「CQ ニューイヤーパーティー」

コンテストナンバー RS+市町名(胆振日高管外にあっては都府県支庁名)

禁止事項 ○クロスバンドによる交信 ○個人局の 2 波以上の電波の同時発射 ○レピータによる交信 ○インターネット回線を中継して行った交信 ○個人局でのゲストオペレータによる交信 ※胆振日高管内での自由な移動を認める。

参加部門 ○個人局電話

得点　自局が送信する市町が所属する振興局の局との完全な交信を 1 点、自局が送信する隣り合った振興局の局との完全な交信を 2 点、それ以外の都府県支庁との完全な交信を 3 点とする。JARL 登録クラブとの交信を 5 点とする。

マルチ　胆振日高管内の市町、胆振日高以外の都府県支庁

総得点　得点の合計×マルチの合計

提出書類　○JARL 制定のサマリー、ログまたは同形式のものを使用 (A4 判)

○移動地が胆振日高振興局にまたがる場合は、振興局ごとにログをまとめること。

○電子ログの提出にあっては JARL 制定様式を使用

○コンテスト名称は「胆振日高ニューイヤー2m コンテスト」と記入

失格事項　提出書類の不備、虚偽の申告があった場合、書類締切後の到着、その他 JARL コンテストに準じる

入賞　○各種目との参加局数に応じて賞状を発行し、翌年の支部大会で表彰する

○参加 5 局以下：1 位のみ 6 局から 10 局：2 位まで 10 局を超えた場合：3 位まで

書類提出締切　令和 8 年 1 月 31 日 23:59 のタイムスタンプまで。

書類提出先　○〒055-0004 沙流郡日高町富川東 5-23-7 JA8PMN 小林 敏哉

○電子ログ：ja8pmn@jarl.com

<コンテストの書類提出にあたっての注意>

1. 一昨年からルールを変更しました。しかし、提出されたサマリー・ログは旧来の方が多く、経過措置もあるでしょうから担当の方で修正しましたが、2027 年からは失格にしたいと思います。しっかりとルールをお読みになり、サマリー・ログを書いてください。
2. これは、コンテストを管理している支部長の勘違いによるものですが、胆振管内豊浦町と渡島管内長万部町が接していることにより、渡島管内局は昨年まで 3 点でしたが、今年から 2 点となります。

以下、コンテストログの得点について

胆振管内から送信した場合の得点

豊浦町・壮瞥町・洞爺湖町・伊達市・室蘭市・登別市・白老町・苦小牧市・安平町・厚真町・むかわ町の局との交信は 1 点

後志・石狩・空知・渡島・上川・日高振興局の局との交信は 2 点

上記以外の都府県支庁の局とは 3 点

JARL 登録クラブの局とは 5 点

日高管内から送信した場合の得点

日高町・平取町・新冠町・新ひだか町・浦河町・様似町・えりも町の局との交信は 1 点

胆振・上川・十勝振興局の局との交信は 2 点

上記以外の都府県支庁の局とは 3 点

JARL 登録クラブの局とは 5 点

胆振・日高振興局にまたがって移動した場合は、それぞれの地点からの得点としますが、備考欄に移動地点を記入してください。

JARL 登録クラブについては、胆振日高管内に、室蘭赤十字奉仕団・苫小牧 AMC・えりも AMC がありますが、他の都府県支庁についても有効です。交信の中で確認してください。

ラグチュ一のススメ

11月26日の北海道新聞に、下のような記事が掲載されていました。認知症のリスクが完全に解説されているとは言えませんが、認知症の対策の一つとして、「会話」が推奨されていることは、会員の皆様もご存じでしょう。

とはいって、単身世帯も多いことから、頭では理解できても実際のところ難しいことも多いのかなと思います。しかし、私たちハムは、QSO 自体が会話です。会員の皆さん、CW や FT8 も良いですが、たまにはフォーンにもオンエアしましょう。そして、単に 59-59 のやりとりだけではなく、ご当地自慢もよいですし、無線以外の話題にも花を咲かせてはいかがでしょうか。豊かな会話を続けていただければ、毎年元気に過ごせ、アマチュア無線をやっていて本当に良かったという結果につながると思います。

会話少ない中高年
認知症リスク高く

日常会話の頻度が低い中高年ほど将来認知症になるリスクが高いことが、国立がん研究センターなどが行っている多目的コホート研究班の調査で分かった。ほぼ毎日会話をしている人に比べて月に1回未満の人はリスクが約2倍になるという。

研究班は、2000年と03年に、秋田、茨城、長野、高知、沖縄の5保健所管内に住んでいた人のうち、アンケートに回答した50～79歳の男女約3万5千人を16年まで追跡したところ、要介護認定情報などから07年以降に計3334人が認知症と診断された。

アンケートに答えた日常会話の頻度と合わせて分析したところ、「ほぼ毎日」のグループを基準に、認知症になるリスクは「月に1回未満」が最も高く2・06倍、次いで「週に1～4回」が1・18倍だった。「毎日数人」とはリスクが低くなり0・88倍、「毎日多くの人」とは最も低い0・80倍だった。

男女別、同居者の有無について分析すると、同居者がいて「ほぼ毎日以上」の会話頻度の高いグループを基準に、1人暮らしの男性で会話頻度の低い「週に1～4回以下」のグループは2・60倍と最もリスクが高かつた。女性は会話頻度にかかわらず1人暮らしでもリスクは高くなく、同居者がいて会話頻度の低いグループが最もリスクが高かつた。

研究班は、「社会的接觸や交流が多いほど認知機能の維持に良い影響がある」とされ、会話は重要な要素だ。1人暮らしの男性はストレスへの適応能力が女性よりも低いと考えられ、会話に焦点を当てた認知症予防対策が有効である可能性がある」と指摘している。

【編集後記】

今年は昨年よりもちょっとだけ早く支部報が発行できました。

9月に北海道ハムフェアが開催され、支部大会以外でも何人かの方たちとアイボールできました。天気があまりよくなく、一昨年の開催よりも参加者が減ってしまいましたが、それでも参加了各局の熱い思いを感じました。

あとわずかで今年も終わります。1月になればニューイヤーパーティで、みなさんとお空の上でお会いできることを楽しみにしています。