

「ねりまシニアネットワーク」は、毎年開かれるねりまシニアセミナーの参加メンバーを主体にしたつぎの14団体で構成するシニアの交流組織です。

[ねりまシニアクラブ・シニアビアーズ玄暉会・燦々会・よんき会・五友会・睦会・葉々会・八展会
・メロウ・メイツすばる・いちごの会・ELF (エルフ)・トリトンねりま・ひとみ会・虹の会]

ねりまシニアネットワーク 会報/NSN第11号 2007年7月21日発行 発行責任者/山本 雄一

8月18日(土)午後1時20分スタート

'07サマーフェスティバル

恒例のサマーフェスティバルが今年も練馬区役所B1多目的ホールで華やかに開催されます。今回のポイントは3つ。全体の展開は自主運営のプログラムを組んだ昨年的手法に習い、コストの適正化とバランスのとれた配分を目指したこと。二つ目はアルトサクソ奏者、マジック出演者が新人登場となったこと。そして三つ目は会場の各テーブルを10人以下の小単位にして談笑しやすくしたこと。などです。

開催目の最新情報からその具体的な内容をピックアップしてみましょう。

開会 山本会長挨拶と新会員紹介、全員合唱。

第一部 会員有志のパフォーマンス

- ①ハーモニカ演奏 いちごの会ほか
- ②アルトサクソ独奏 睦会・山中さん
- ③マジック 7名が各自の得意技を披露
静かに始まるハーモニカ演奏に続き、初参加のアルトサクソに力強く引き継がれ、新人マジシャンたちの演技が華やかに演出されます。乞う！ご期待。

第二部 交流と歓談のひととき

- ①テーブル対抗ゲーム大会
今回は小人数が15テーブルに分かれての対戦です。勝利が身近に感じられ、みんなが引き込まれること請け合い。
- ②福引
当選者38名は、3人に一人の高確率で賞品はまた違った趣向を検討中。中身はまだ秘密のあなたにあります。

シニアボランティア会議報告②

4月号(第9号)で学校ボランティアへの応募を呼びかけましたが、学校安全安心ボランティアは、石神井台小学校で毎週1回1名の方が活動を開始しております。その後区教育委員会生涯学習課学校応援団・開放担当から連絡が入り、学校応援団ボランティア活動の説明と協力依頼の会が6月12日に開かれ、ネットワークからは連絡会メンバーを中心に11名が出席しました。

この活動は、『児童放課後等居場所づくり事業』の一環で、練馬区独自の事業としてスタートしたのですが、本年4月現在の実施校は10校程度に過ぎません。しかし、このたび国の支援策も期待できそうなので、需要はかなり増えるものと思われます。シニアのボランティア活動として注目に値すると思います。

7月6日の会議では、「ごみ収集」をテーマにしたウォークラリーの実施に向けた協議、NSN会員の地域別グループづくりの地域区分・集計結果の活用方法等について意見交換を行ないました。

次回は、9月4日(火)13:30「主に新しい会員への活動紹介」をテーマに谷原出張所会議室で開催予定です。これからボランティアを、とお考えの方、どうぞご出席ください。

NSN秋のバスツアー予告

実施予定日 11月30日(金)
日帰りどこに出かけるか、ただいま行先等の検討中です。お楽しみに！

みんな揃って げんきに過ごそう

力を合わせ 地域の太陽になろう

———であい ふれあい 地域がかわる———



理念

地域との連帯、心豊かで温かい地域づくりに参画、健康の維持増進並びに相互の親睦と発展を図ると共に、定年退職者への援助を行なう。

活動内容

定例会は原則月1回勉強会、花見、ウォーキング、日帰りバス旅行等、同好会はハイキング、歴史を歩く・語る、男性料理教室、カラオケ、筋トレウオーク、囲碁、温泉を楽しむ、寺子屋懇話会、自然に親しむ会、地図読みウオーク等。同好会活動は世話人が計画を立て自主的に行なう。特別行事として地域社会貢献に毎年公開講座セミナーを開催している。会員間の連絡の徹底、情報の共有を目的とし『玄暉会通信』を毎月1回発行、平成19年6月で143号になる。

会の特徴

目的は地域社会づくりに参画すること。継続して公開講座を開催しています。過去の実績例。

- ・ 1回2000年8月『中高年男性・基本料理の教室』
- ・ 2回『IT入門セミナー』
- ・ 3回『IT入門セミナー』
- ・ 4回『中高年の生きがい探し』
 - ①『自前の旅づくり』日本列島をくまなく歩き、百歳まで元気に生きる為に
 - ②『江戸開府400年記念講演』江戸時代徳川幕府の功罪について
- ・ 5回『セカンドライフへのアドバイス』明日の自分を見つめよう
- ・ 6回『あなたは老後の暮らしに自信をもてますか?』『家族や他人に頼らないでいきるに

は?』『あなたの終の棲家はどこ?』

- ・ 7回①『生きがいつくりは健康(体力づくり)から!』
 - ②実技『みんなで楽しむ体力づくり』
- ・ 第8回は今年9月の第一と第二土曜日に開催いたします。
 - ①『体力アップで、中高年をカッコよく生き抜こう!』
 - ②家族の『在宅介護』覚悟はできていますか?

結成のあゆみ

平成5年11月に練馬ボランティアセンター主催第1回シニアセミナーが開催され、OB会結成を呼びかけ、平成6年1月『元気会』を15名で結成。翌年第2回シニアセミナーの参加者有志が加わり、平成8年3月に会名を『シニアピアーズ玄暉会』と改称し現在に至る。平成19年5月現在会員数106名(男性55名、女性51名)。

玄暉会の会名由来

『玄暉』とは、太陽を意味し、友への呼びかけ『げんきか〜い』の韻に相通ずることから会名となる。

玄暉会のロゴマーク

会員より募集し作成、シンボルとして使用されている。上部に掲載のとおり。

(窪 和雄 記)

マジックは楽しい

マジック・コミュニケーション

世話人：内藤雄幹

マジック・レッスンは楽しい。同好の仲間達が居れば、楽しさはさらに倍加する。

ELF (エルフ) の「マジック・コミュニケーション」がオープン参加行事となって、ほぼ1年を経過した。各会からの参加者も増え、現総会員数は10余名となっている。

宇田川軍次講師が会員に示している初心者マジシャンの心得は3項目ある。

1) 披露前の練習

マジックを人前で披露する場合は、事前に十分な練習を積み、自信を持ってから披露する。

2) 連続2回は不可

同時に、同じマジックを連続してやってはならない。

3) タネは明かさない

マジックは魔法ではない。タネがある。それを明かしてしまっは面白さが半減する。

実際に覚えたてのマジックを練習しているとだれかに見せたくなる。まず、最初は家族に披露するのが一般的である。

ある会員は孫に見せたところ、どうしてもネタを教えろとせがまれた。「先生の命令だから教えない」と云うと、孫を泣かせてしまったとのことである。

この3原則は初心者にとっては、誠に厳しく、辛い心得ではある。いずれは、外部出演を行い、ボランティア活動にもつなげていきたいと有志で話しあっているが、当面は会員が舞台に立てるだけのマジック技量を向上させることが先決である。

NSN各会会員の皆様の参加を心待ちしている。

健康麻雀教室は

将来を見据えて進化します

認知症予防と称して開講した初心者対象の健康麻雀教室も早1年が経過しました。会員の皆様も判れば判るほどその面白さに引き込まれ技術の向上にも目を見張るものがあります。

そこで向上心を助長しモラルアップを図るためにも、6月からは公式記録をとりました。これは、年間を通して実施し成績に応じたランク付けと会費の有効利用としての表彰も併せて行ないたいと思います。

現在会員は約30名で今年加入した2次会員はそのうちの約3分の一です。2次募集は終わっていますが、ご希望の方は、遠慮なく事務局にお問合せ下さい。

当面はネットワークの会員の技術向上とエンタテイメントを目的に継続しますが、将来的には練馬区民の皆様を対象にボランティア活動の一環として運営することも考えていきたいと思っています。

健康麻雀の会事務局

NSN 定例連絡会 協議メモ

(毎月第4土曜日開催、構成14団体代表、「ネットワークの運営について」協議する)

▼H19年5月26日(土) PM 1:30~4:30

協議事項

- ①H18年度決算、H19年度計画・予算
- ②会計監査2名指名
- ③NSN会報自由投稿欄の投稿呼びかけ他
- ④シニアボランティア会議報告

▼H19年6月23日(土) PM 1:30~4:00

協議事項

- ①サマーフェスティバル
- ②ウォークラリー調査報告
- ③NSN会報自由投稿欄の投稿呼びかけ他

オープン参加行事のご案内

☆シニア世代応援セミナー

①体力アップで、中高年をカッコよく生き抜こう！

～正しい知識で「動ける体」を作る～

(日時) 9/1(土) 13:15～16:00

(会場) 区役所地下2階多目的会議室

(講師) お話しと実践 山内道子氏

(スポーツプログラマー)

簡単な運動が出来る服装とタオル持参

②家族の「在宅介護」覚悟はできていますか?・・・いざという時の

生活設計図を考えてみよう・・・

(日時) 9/8(土) 13:15～16:00

(会場) 区役所20階 区民交流会場

(講師) 戸田京子氏(老人保健施設「大泉学園ふきのとう」介護支援専門員)

①②とも 参加費 300円、定員各60名

申込「はがき」〒住所・氏名・年齢・TEL

①②別、178-0061 練馬区大泉学園町7-6

-23-305 玄暉会 田中正男 3925-8062

☆“地域で認知症予防を進める”

・・・個人レベルだけでなく地域の人たちと手を組んで・・・

(日時) 9/15(土) 14:00～16:15

(会場) 区役所20階 区民交流会場

(講師・内容) 区役所介護予防課木村係長、認知症予防推進員の会有志、

活動紹介、来場者との意見交換など

(問合せ) 八展会 佐々木 3921-6823

☆ 睦会 講演と学習の会

①「森林・林業と環境問題」

(日時) 8/15(水) 14:00～15:30

(講師) 内山啓一氏(睦会会員)

②「練馬区の地名について」

地名のルーツから練馬の歴史を学ぶ

(日時) 9/19(水) 14:00～15:30

(講師) 新井 正氏(練馬区地名研究会)

③「認知症予防について学びましょう！」

(日時) 10/17(水) 14:00～15:30

(講師) 練馬区介護予防認定講師

会場 サンライフ練馬研修室

参加費 ①③無料 ②300円

申込 睦会 渋井 3923-3089

●睦会オープンゴルフの会

9/27(木) 9:08 さくらアウト

(コース) ノーザン cc 錦が原ゴルフ場

(フロント前集合) 8:30 (バス 7時半)

(申込) 睦会 横山 3904-3129

●毎月開催の次の行事、詳細は直接下記宛問合せください

・ヨガ教室 どうぞ!

8月休み、9月日程は未定

トリトン山崎 3998-1477

・コミュニケーション・マジック

8/1(水)、9/5(水) 13:30～15:30

ELF内藤 6760-2815

・Liebeリーベの会(愛唱歌を楽しむ会)

8/1(水)、15(水) 10:00～11:30

すばる 佐藤 3997-1707

・八展会囲碁クラブ例会

8/12(日) 12:30～17:00

八展会 関野 5998-9888

・いちごの会ハーモニカサークル

(日時) 毎月第3週の水曜日 18:30より

庄村 5936-6058

編集後記

「逢いみての後の心にくらぶれば昔は物を思はざりけり」自分たちの会を立ち上げ、多少余裕が出来て他の会の先輩諸氏とお付き合いさせて頂くと、いかにこのねりまシニアネットワークには多彩な人材がいらっしゃるのだなと感嘆せざるを得ません。NSN広報紙では、毎号各会の活動を紹介し且つオープン参加行事を案内していますが、そのイベントは無論のことそれを企画運営しておられる会員諸氏との交流も大きな楽しみのひとつです。ネットワークの事業も今後益々充実し、各会の枠を超えて横断的にコミュニケーションの輪を広げていくこととなりますが、このNSN広報紙がその一助として貢献できればと念じています。(笠)

本紙編集委員・笠島賢一郎氏は、帰郷のため7月をもって、本稿を最後にNSNを退会されました。ご郷里でのご発展を祈念いたします。(庄)

訂正 本紙前号2頁下段でお知らせした各会代表者名簿に誤りがありました。慎んで訂正させていただきます。(編集局)

トリトねりま 土井則夫 → 土居則夫

<問合せ・連絡先 03-5936-6058> 編集責任者/庄村 勝男 (いちごの会)

編集委員/伊知地哲男 (ねりまシニアクラブ) 中村 元功 (燦々会) 西浦 澄恵 (ELF) 笠島 賢一郎 (トリトねりま)