

第 31 回ねりまシニアセミナーの報告

2025年6月1日（日）、第31回ねりまシニアセミナーをココネリホールで開催しました。前日はあいにくの天気であり、気温も低かったので当日の出足が心配でしたが、まずまずの34名の参加がありました。最後まで残られたのは22名です。

2024年設立の同期会「なごみの会、セミナー幹事会」からの提案イベントが参加者にも好評でした。特にみんなで体操やbingoゲームで参加者の雰囲気もなごみ、参加者同士の会話も弾んでいたようでした。

セミナー終了後、簡単な打ち上げを行いました。反省として①男性の声は低いためか聞きにくかったが、女性の声は非常に聞きやすかった。②過去のセミナーの反省から、同期会設立の趣旨とNSNの説明をかなり丁寧にしたが、逆に長すぎた、などの意見が出されました。

6月8日・15日・22日の3日間で、準備会（実際の同期会づくり）を行いました。



交流会



bingo!

初日の参加者は9名、2日目が4名、3日目に「あおばの会」として会員数7名で産声をあげました。参加者の自己紹介から、皆さん色々な趣味をお持ちで、さらに積極的で、まさに多士済々の方々の良い同期会になると確信しました。

幹事会から毎回2名から3名がこの準備会に参加し、同期会設立に向けての助言をしていました。この紙面を借りてお礼申し上げます。

ねりまシニアセミナー委員会



司会



講師

NSN
とは？なごみ
の会の
紹介

NSN フェスティバルのお知らせ

手作りのみんな参加型の会を目指し、第21回 NSN フェスティバルを9月7日（日）に開催します。今回は外部の演者を招かず、NSN 会員による進行を計画しています。会場は区民・産業プラザ「ココネリホール」で、開催時間は午後1時30分～4時30分です。参加費は昨年より500円減の1000円です。

フェスティバルの構成は、「開会挨拶・活動報告（大貫会長）」、「新同期会紹介と挨拶」、「乾杯（村松副会長）」、「マジック（NSN 会員）」、「紙コップ箸渡しゲーム（Part2）」、「踊り（2曲）」、「歌（3曲）」となっています。「歓談タイム」も1時間程設けました。今回も楽しい時間を過ごせる取り組みを用意しておりますので、皆様のご参加をお待ちしています。

委員会世話役：田中 恵子、高橋 昭

《同好会活動》第1回 ブーケカラオケサークル

【カラオケメンバー募集中！】

私達「ブーケカラオケサークル」は、さわやか'17のメンバーで発足して7年目になります。

当初は、我々15名の時もありましたが、各々の事情により減少傾向になり、NSNの他の同期会の方にもお声掛けして、現在は4つの同期会や、お仲間を誘って、10名前後でカラオケを楽しんでいます。

この間、コロナの時期もありましたが、お店のママの徹底したコロナ対策で、感染者を出す事もなく無事乗りきりました。そんなお店のママも80才を過ぎ、昨年転んで骨折。私達も他人事とは思えません。

3階のお店に行くには階段があります。階段を無事に上がれなければ、楽しいカラオケには到達しません。「カラオケやるなら、喉より脚」ですね。

また、4月にはにこにこネットの小泉さんのお世話で、私達のカラオケにプロの歌手にお越し頂く事が出来ました。やはり、プロの歌手の歌声は素晴らしいです。

他の同期会の方との巡り合いで、こんな素敵な企画が実現出来て、心から感謝しています。

これから暑い夏を迎えて、外は太陽ギラギラでもお店に一歩入れば、ちょっとぴり暗めで雰囲気のあるカラオケタイムに突入します。

月に1度、持ち込みのアルコール片手に、非日常の世界に浸るのはいかがですか？ 今後の事を考えて、カラオケメンバー募集中です。毎月第4水曜日午後、石神井公園の素敵なお店を貸し切って楽しんでいます。

私がタンバリンで盛り上げますよ。他の同期会の方の御参加を、お待ちしています。
気軽にお電話下さい

090-8345-3258
さわやか '17 阿部久美子



相撲部屋見学

【相撲部屋の見学とちゃんこ鍋】

4月17日に両国の八角部屋で朝稽古を見学し、帰りにちゃんこ鍋を楽しんできました。この企画は、「いちご会」の小谷さんのお嬢さんが八角親方とお知り合いのご縁で、見学を受け入れて頂いたことから始まりました。八角部屋は相撲協会理事長で、現役時代はブルドックの異名をとった元横綱北勝海が率いる部屋です。

初めて見る巨漢力士がぶつかり合う光景は、まさに迫力そのもので圧巻でした。親方が席に着くと稽古場の空気は一変。緊張感が漂うのが感じ取れました。申し合い稽古(勝ち抜き戦)、ぶつかり稽古と続き、さすがの力士も息が上がるほどの気合でした。一通りの稽古の後は見学者の前で四股と整理体操。あんこ型の力士までが、土俵に胸がペタッと付く柔軟さにまた驚きました。親方の号令で力士が集まり一緒に記念写真に納まりました。

部屋を後にして、関東大震災の犠牲者を祀る東京都慰靈堂や旧安田庭園に立ち寄ってから「ちゃんこ霧島」でちゃんこ鍋を堪能し、国技館内の相撲博物館にも寄って帰路に就きました。

皆で満足した半日でした。

にこにこネット 伊藤健一



【編集後記】 大相撲では、横綱大の里が誕生して口上で“唯一無二”の横綱を目指すとのべました。一方NSNでは、新たな同期会が誕生です。良き仲間と共にセカンドライフを楽しみ、大の里と同様に“唯一無二”的同期会となっていってほしいものです。
(Tsune)