

「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・菜々会・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15号 2008年3月22日発行 発行責任者/山本 雄一

‘08年度事業計画

ただいま策定中！

08年度の活動計画を検討する時期になりましたが、その最終決定の場は定期総会です。決算報告を含め、その結果を会報に掲載できるのは8月号になりますが、これでは遅いので今年度から定期総会を1ヶ月繰り上げて4月連絡会の場で行なうこととし、総会報告を6月号(5月末連絡会配布)に掲載できるようにしたいと考えています。

従って3月の連絡会では上記の変更と、昨年実施した下記の事業について今年も継続することが討議される予定です。

- ・シニアセミナー ・サマーフェスティバル
- ・合同バス旅行 ・チャリティクリーンウォーク
- ・健康麻雀教室 ・お楽しみ麻雀大会
- ・NSN 会報 ・シニアボランティア会議

しかし事業の中身については、その後それぞれの事業を主催する企画実行委員会で事業環境の変化に対応した具体的な改訂が検討されることになると思います。

例えばシニアセミナーでは応募者の継続的減少を踏まえ、これまで長年続けてきた基本的スタイルまで踏み込んだ見直し、またこれまで会員の交流事業として1~2年の経験を積んできた健康麻雀教室やチャリティクリーンウォークでは将来の計画とされている一般区民対象の社会貢献活動への衣替えをいつ、

どのような形でやるかなどが大きな検討課題になるのではないかと思います。

この数年の間にシニアネットワークの事業は会員の交流事業と地域への貢献事業として上記のように8事業にまで増えてきました。一つ事業が増えればサービスを楽しむ側と、それを企画し提供する世話役側の両面の参加者が増える、根底にこの願いがあるわけです。一方、ネットワークの事業を企画する際に自戒していることは各会の運営の障害になるようなことはせず、各会の独自の活動優先です。

時に誤解されている人もいますがシニアネットワークは上位団体ではなく団体各員へのサービス機関です。各団体および会員各員がその活動の巾を広げるためネットワークのサービスを積極的に利用して頂きたいと願っております。(山本 雄一)

お楽しみ麻雀大会のお知らせ

第5回お楽しみ麻雀大会を開催します。

日時 5月17日(土)13時から17時まで

場所 雀荘バーディ ☎ 3993-0666

豊玉北5-15-1(練馬駅徒歩5分)

集合 バーディ 12時30分

会費 2,500円(会場費・賞品代込み)

腕に自信のある方、今年の雀運を期する方などなど奮ってご参加ください。

申込みは、5月8日迄下記にお願いします。

健康麻雀の会 岩立 ☎・fax 3926-5857

または 佐仲 ☎・fax 3926-1256

「虹の会」シニア時代を仲良く、楽しく、有意義に

「虹の会」がスタートしたのは昨年4月、早いもので間もなく1年になります。ねりまシニアネットワーク（NSN）の意味すら分からなく、セミナーに参加した情性のまま、第14回同期会立上げに参加しました。10人程度の準備委員がいましたが、皆さん、会の設立には初めての人が多く、多少とも経験のある私がなんとなく進行役を務める…。でも、会長になるなんて思ってもみませんでした。

セミナーには、先輩に勧誘されたからやむを得ずに参加した…。からです。というのも当時、「川と水辺を楽しむプロジェクト」という親子の自然体験講座（平成17年～、年間6～8回開催）、石神井川の保全再生を目指す「石神井探険隊」（18年にスタート）を主宰していました。尚かつ、荒れが目立っている公園の再生を図ろうと「石神井公園再生フォーラム」の立上げを考えていました。時間がとれる状況ではなかったからです。

“練馬を知ろう”と歩きまわって

私たちの参加した時のNSNセミナーのテーマは《シニアの地域デビュー》でした。練馬区在住は5年で、まちづくりや自然保護活動では仲間がいましたが、地域デビューとなるとちょっと意味合いが違います。

「虹の会」は4月に設立総会を行なってスタートしました（設立時会員27名、現在23名）。と言っても何をしたいか分からずに、漠然としていました。女性優位の状況の中でしたので、“練馬を知ろう”ということで区内を歩き回ることになりました。同好会「ウォーキングの会」の誕生です。会員の皆さんが意外と区内を歩いておられないからです。

第1回は白子川沿いを歩きました。バス停比丘尼橋に集合。途中、八坂神社に隣接する富士塚に登って富士山信仰を知りました。今では富士塚は住宅と向かい合っていました。その後、カタクリの自生地・清水山憩いの森

まで歩きました。そして、おそば屋さんで昼食を取りました。うまいおそばでした（歩いた後、うまい昼食を取る、こうしたパターンが定着）。以後、丸山さんという名幹事役を得て、月1回のペースで区の内外を歩き回っています。月1の定例会より参加者が多いという噂です。同好会はその他に「川と水辺を楽しむプロジェクト」「山野草の会」があります。

昼と夜では様変わり…の参加

「虹の会」では定例会を月1回（原則第4日曜午前9時30分～）を行なっています。最初の1時間は＜プラスα＞と称して、アトラダムに会員の要望を活かして講演会や講座を開催しています。練馬健康いきいき体操、団塊世代の救急法講座、石神井公園の歴史、山野草の初歩…など。

そののち、定例会議を開いてNSNの連絡事項、活動テーマ、同好会の活動予定、などを話合っています（会員の出席は6、7割）。休んだ会員にはブロック別の連絡員を置いて、連絡を取ったり資料を届けたりして、コミュニケーションを図っています。

しかし、「虹の会」の参加者が一番多いのが季節毎に行なっている飲み会です。普段はお茶一杯飲まない会議を行なっています。しかし、こういう時には、ビルの中の窓一つない部屋で「月見の会」を開催したりして盛上っています。（佐藤 英雄）



ヨガ教室 実施報告と一時休会

平成18年5月、「トリトンねりま」が発足して1年目の総会で、会員の有野氏からヨガ教室の提案がありました。有野氏は、ヨガ歴30年、指導員もやっているので、健康増進を兼ねて会の活動の一環としてお役に立ちたいとの事でした。

早速、同年6月から毎月2回、約2時間、練馬公民館を中心に実施してきました。それから半年経った12月からは、練馬シニアネットワークの皆様にも出来るだけ広くヨガの楽しみ方を周知したいと思い、オープン参加行事としました。

当初は6～7名、多い時は10名近い方が参加していただきましたが、講師の都合により、当初、土曜日の18時から実施していたものを、14時からに変更を余儀なくされ、参加者が減少して、ここ数ヶ月は2～3名となっていました。そのため運営が困難になり、種々検討をしました結果、31回の実績を残して、今年2月をもって、ひとまず休会することになりました。

ところがここにきて、これまでの実績評価と、シニア世代のニーズに照らして、その休会を惜む声が広まりつつあり、早期再開の期待が寄せられている模様です。トリトン単独ではとても無理な状況ですが、今後、ネットワークの皆様のヨガ教室への希望が多くなった時は、何らかの形で復活する事を全体として検討されてはいかがでしょうか。

(トリトン 土居則夫)

左の頁は「虹の会」作成の原版を活用しました。簡易型の印刷機のため、写真の仕上がりが黒くつぶれてしまい、残念です。(編集責任者)

第15回 ねりまシニアセミナー開催

毎年3月に開催される恒例のねりまシニアセミナーが実行の時を迎えました。

第1日目の3/9(日)、総勢27名の参加者が集まり午後1時から5時まで、「虹の会」代表の佐藤英雄さん司会により新しい仲間づくりの基礎となる入門講座を開始しました。

山本会長の開会挨拶に続き、メイン講師の藤井敬三氏(NPO 法人「シニア大楽」副理事長)が登場してセミナーのテーマである『仲間づくり』を主題に、第2の人生の過ごし方を、小断をたっぷり盛り込んだ講演として行ない、満場の笑いと共感を集めました。

小休止のあと、恒例の合唱、ねりまシニアネットワーク概要、2例のOB体験談、5班に分かれてのグループトーク、と所定のスケジュールを順調に進め、定刻に無事終了しました。

第2日目は、3/22(土)に予定されています。関係者の皆さん、ご苦労様でした。

3月27日(木)

チャリティ・クリーンウォーク開催!

寒さも和らぎ、サクラのつぼみがほころび始めました。いよいよ待望の大イベントが開催されます。大泉、石神井、中村橋とそれぞれのコースから沢山の方々に参加していただき、(3/18日現在 98名の申し込み) 満開のサクラ咲く光が丘公園を目指します。

光が丘会場では、「健康いきいき体操」や「福引」など盛り沢山の楽しいイベントが用意されておりますのでご期待ください。ケガやトラブルのないようスタッフ一同安全には万全の態勢で取り組みますが、それぞれ世話人の誘導に従って行動してください。

また「葉っぱい基金」に対し予想外に沢山の寄付(3/18日現在参加138名、計8万1千円)が集まりました。当日、好天に恵まれることを祈り、皆さん方のご参加をお待ちしています。

オープン参加行事のご案内

★睦会オープンゴルフの会

親睦ゴルフです・皆様一緒にどうぞ！

5/23(金) さくらアウト 10:04

ノーザン cc 錦が原ゴルフ場

(ハウス前集合)9:30 (バス 8時半)

睦会 横山 3904-3129

★シニア男性料理塾

(20年度前期)

6/8(日)、15(日) (二日制)

石神井公園区民交流センター

参加費 2000円+材料費(900円/一日)

ねりまシニアクラブ

山本 3995-2217

※ シニア男性初心者向け「講義と実技」
同世代でわいわい作り食べる楽しい教室

●毎月開催の行事です。詳細は 下記窓口に問合せください。

・コミュニケーション・マジック

4/16(水)、13:30~15:30

練馬ボランティアセンター

ELF内藤 6760-2815

・Liebeリーベの会(愛唱歌を楽しむ会)

4/2、16、5/7 練馬公民館

5/21 練馬文化センターリハーサル室

すばる 佐藤 3997-1707

・八展会囲碁クラブ例会

4/29(昭和の日)、5/5(こどもの日)

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

毎月第3水曜日 18:30より

いちごの会 庄村 5936-6058

・正しい近代日本史を共有する 懇談会

毎月第2土曜日 16:30~18:30

谷原出張所会議室

ELF 頼永 3904-4564

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)

▼ H20年1月26日(土) PM 1:30~4:00
協議事項

① チャリティークリーンウォーク

② 第15回ねりまシニアセミナー

③ NSN会報2月号発行

▼ H20年2月23日(土) PM 1:30~4:30
協議事項

① バス旅行参加者アンケートまとめ

② 第15回ねりまシニアセミナー

③ 会報編集4月号の編集

▼ H20年3月15日(土) PM 1:30~4:30

① チャリティークリーンウォーク

② 第15回ねりまシニアセミナー

③ 会報4月号発行(3/22配布)

④ 平成20年度総会

編集後記

●NSNの最高議決機関である連絡会の承認のもと、今号から各会の会長に交代で、当紙の編集会議にご参加いただくことになりました。

ねらいは、①当紙への助言、情報提供 ②各号の編集企画、編集制作への理解を深める ③会報発行への協力体制の強化 などです。

今号は、睦会の渋井会長にご参加をお願いして、企画、頁割付、文字校正、印刷、発行のすべてにお付き合いいただきました。極めてまじめに討論をたたかわせ、ご意見を賜り、活気にあふれた会議を重ねることが出来ました。同時に各編集委員の感覚のブラッシュアップに大きくプラスできました。ありがとうございました。

●会報としての役どころをどうとらえるか、果たすべき役割はなにか、との問いかけに NHK 的標準のまとまりであっていい、との方向性をも見出しました。各会で発行している機関紙にはそれぞれ異なるタイプがあり、それらをまとめる会報ではむしろスタンダードであるべきだ、ということでした。

●これからも読者である皆さんの大切な情報紙としての役割を果たしていきます。ご意見、投稿をよろしくおねがいします。(庄村)

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

NSN事務局 & 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)