

ねりまシニアネットワーク 会報／NSN 第 34 号 2011 年 9 月 24 日発行 発行責任者／山本雄一

「ついの住まい」の研究会発足

NSNの新しい期間限定の事業として10月よりスタートします。各会の連絡で詳しい説明がなされたと思いますが以下に要約します。

1. 研究会開設の目的

今後加齢が進むと日常生活を自力または夫婦だけでこなすことが出来なくなる時期はいずれ必ず来る。そのことを考慮に入れ、これから先どういう住まい方の選択肢があるのかについて研究する。

我々の世代は子供に迷惑をかけたくない、できるだけ自力でと思っている人が多い。実際に他人や施設の援助が必要になる時期はもう少し先になるが、頭と体が元気なうちに研究会の仲間と共に資料を読み、自分で実地検分し大枠を理解しておく。

2. 研究会の運営上の方針

- ①全10～12回、2年間を1クルーとする。
- ②一般論でなくNSNの会員を対象に検討。
- ③住み替えだけでなく、自宅に留まる場合の情報・方策も研究する。

3. 会費：資料代として1,000円

4. 申込：事務局へ（3995-2217）山本

5. 第1回 10月17日（月）13時30分～

男女共同参画センター 3F 第3研修室

（ついの住まい研究会事務局）

「高齢期の住まいを考える集い」開催

「高齢期の住まいを考える集い」を NSN と石神井地域福祉を考える会の共催で行います。これは、この 3 月に練馬区が「高齢期を安心して過ごすための住まいのガイドブック」を発行しました。公募区民の有志が中心になって編集に携わった、この「ガイドブック」を参考に、高齢期の生活を安心して送るための住居と介護や生活支援などとの係わりについて一緒に考えようという集いです。奮ってご参加下さい。

日時 11月14日（月）14時～

会場 石神井公園区民交流センター 2F 集会室

（ついの住まい研究会事務局）

「シニアボランティア会議」開催

シニアボランティア会議を下記により予定しています。この会議は特定の委員がきまっているわけではなく、NSNの会員ならどなたの出席も歓迎します。新しく入会された方を始め多くの方のご出席を期待します。

日時 11月21日（月）13時30分～

会場 男女共同参画センター 3F 第3研修室

議題 1) NSNとしてのボランティア事業の

現状評価と新規提案

2) 個人参加できるシニア向けの

ボランティアメニューの紹介（事務局）

☆秋のチャリティ・クリーンウォークの開催



昨年は雨で中止になりましたが、今秋のチャリティ・

クリーンウォークは、12月2日（金）に開催致します。最終集合場所は石神井公園ですが、詳しくは10月にチラシを配布しますのでご参照下さい。皆様が奮ってご参加されることをお待ちしております。（事務局）

秋のバス旅行

11月17日

（木）

○・軽井沢○

《 各会の活動状況 》

【トリトンねりま】（平成 17 年発足）

スカイ・ツリーと浅草寺、電気ブランを 6 月 30 日に楽しみ、7 月 20 日には、台風 7 号が接近する中、両国の江戸東京博物館に行きました。

《日本橋》

毎月第3水曜日は都立博物館・美術館のシニア入館料が無料になること、皆様ご存知ですか？

偶然だったのですが、お陰で企画展「東京の交通百年博」（シニア料金760円）と常設展示（同300円）を、65歳未満の会員一人を除き、無料で楽しむことができました。

常設展示もボランティアガイド（これも無料）の丁寧な説明で堪能、楽しい1日でした。

8月は10日に猛暑を避けて納涼カラオケ、9月はお月見でした！



【菜々会】（平成 12 年発足）

6月3日に最高裁の見学を行った。会員H氏の学友に最高裁判事が居られ、その方のお世話で見学が実現した。秘書官の案内で、大法廷、小法廷など主要な施設を、見学した。



大法廷はドームの壮大なもので、15人の裁判官席が正面に並び、如何にも国家の最高審判を象徴するものだった。年に数回しか開廷されない由。普段は小法廷で裁判は行われるとのこと。見学後判事の執務室に案内され、お茶を頂きながら、判事から判り易く最高裁の役割、裁判員制度の意義などの説明があり、質問にも気さくに答えて頂き得がたい体験をし、一同 感激したものです。（オープン参加含め20人）

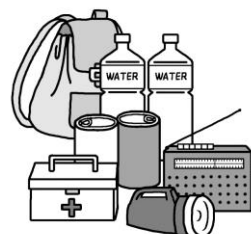
6月16日には健康管理講座を行った。「食品と健康」というテーマで大泉生協病院の食養管理課長から有益な話を聴き、大変参考になった。（オープン参加含め20人）

【虹の会】（平成19年発足）

〔7月例会〕 「みんなに やさしい防災」の講話

介護施設の看護師をされている会員の酒井さんによる講話と、それについての話し合い。要援護者への対応が主だったが、誰もが救助者や要援護者の立場で災害を考えなければならないことを教えられました。

非常持ち出し品について、「わかつちやいるけど…」の本音が出たり、役に立つ防災グッズが紹介されたり、あらためて災害への対応を考える良い機会となりました。



その後は納涼会。ホテルカデンツアの「ルミエール」でバイキング。

以前から予約してあったので、奥のテーブルでゆっくり話ことができました。

食べながら、飲みながら、仲間と心おきなく話ができるのは、なによりの幸せです。

《 各会の活動状況 》

【エルフ】（平成16年発足）

正しい近代日本史を共有する懇談会（歴史懇談会）も6月の例会で80回を重ね、登録会員も11名を数えるまでになりました。日清・日露戦争から始まり、韓国併合、満州事変、支那事変から大東亜戦争、敗戦に至る過程と、当時の日本を巡る欧米諸国の動きを一通り見てきました。

また、1月からは4回にわたり、NHKが放映した「日本人はなぜ戦争へむかったか」のビデオを見て、それぞれが意見交換を行いました。

今後は、来年が日中平和友好条約締結40周年を迎えるので、今一度「支那事変は日本の侵略ではなかった」ことを再確認するために、最近明らかになったコミンテルンによる対日工作、特にゾルゲ機関による謀略工作と、それらに踊らされた日本政府の動きを、新しい視点で見ることにしたいと考えております。

「真相はこうだった」に迫れる、楽しい語らいの場にしたいと考えています。

【睦 会】（平成 11 年発足）

介護施設見学会の報告です。有吉佐和子さんが認知症(痴呆)を描いた『恍惚の人』という作品が、昭和47年に世に出た時、「そんなことって、いったいあるのか」と大変話題になりました。



その後、医療が全国津々浦々にいきわたり、日本人の寿命は年々伸びていきました。いまや“人生90年時代”。多くの高齢者が車椅子の生活になったり、認知症になる世の中に突入しています。

“介護は10年が ふつう”と言われますが、家族介護にも限界があります。

そこで6月29日、練馬区内の認知症施設と介護付き有料老人ホームの2か所を見学。入所者のみなさんの生活の様子を拝見しながら、“老い”についての貴重な勉強をさせてもらいました。参加者16名。

【よんき会】（平成 9 年発足）

よんき会では、毎年春と秋に練馬区指定の保養施設24カ所の一つ、新潟のニューグリーンピア津南を利用して、旅行会を実施しています。春は6月下旬の山菜採りと蛍見物、秋は10月下旬の紅葉狩りと「へぎそば」グルメ。



ここは区保養施設の中で唯一、無料送迎バス付きで、区補助金といきいき健康券を利用でき、格安で泊まれます。一緒に如何ですか？

※ へぎそばとは？

新潟県魚沼地方発祥の、つなぎに布海苔(ふのり)という海藻を使った蕎麦を へぎといわれる器に盛り付けた蕎麦のこと。ちなみに、「へぎそば」は、登録商標されている。

オープン参加行事のご案内

★講演会

“他人事ではない！あなたの遺言・相続”

講師 小松久男氏(信託銀行他 40 年の実績)

(日本 FP 協会ファイナンシャルプランナー)

とても分かり易い内容です。先着 30 名様

(日時) 11 月 7 日(月)13:30～15:00

(会場) 練馬区役所 19F 1902 会議室

(申込み) ねりまシニアクラブ 山本雄一

Tel&Fax 3995-2217

★芋煮会を楽しむ

サトイモを掘って、調理して皆で食べよう！

(日時) 10 月 16 日(日) 9:00～

(集合場所) 大泉学園駅南口階段下

(参加費) 1,000 円(飲食付)

(申込み) 虹の会 丸山 5999-4550

★懐メロを楽しむ会 (偶数月最終月曜日)

(日時) 10 月 31 日(月)13:30～16:30

(会場) 豊玉高齢者センター 娯楽室

(申込み) 睦会 渋井 Tel & Fax 3923-3089

★睦会オープンゴルフの会

ハンデ問わない親睦ゴルフです。

(日時) 11 月 24 日(水)

(場所) ノーザン CC 錦が原ゴルフ場

さくらコース インスタート 9:29

(申込み) 睦会 横山 3904-3129

★シニア男性料理塾

(平成23年度後期) (2 日制)

シニア男性向け・講義と実習・同世代で

わいわい作り、食べる楽しい教室

(日時) 10 月 16 日(日)、23 日(日)

13:00～16:00

(会場) 石神井公園区民交流センター

(参加費) 2,000 円 + 材料費(1 日 900 円)

(申込み) ねりまシニアクラブ 山本雄一

TEL&Fax 3995-2217

【毎月開催行事】

☆やさしいステップから初める

健康ダンスサークル

ダンスシューズ不要、

普段着のまま気軽に参加、

男女共 初心者歓迎。

①練馬公民館(火) ②石神井庁舎(水)

10:30～11:45 (会費)1 回 500 円

(講師) 国際ダンス連盟理事 宮木康隆

(申込み) 睦会 山田 6760-3306

☆マジックコミュニケーションズ

初心者対象 家族・友人も歓迎

(申込み・問い合わせ)

ELF 内藤 6760-2815

☆八展会囲碁クラブ

(申込み・問い合わせ)

八展会 関野 5998-9888

☆正しい近代日本史を共有する懇談会

(日時) 毎月第 2 土曜日 16:30～18:30

(場所) 谷原出張所会議室

(申込み) ELF 頼永 3904-4564

NSN定例連絡会 協議メモ

▼H23 年 7 月 23 日(土)13:30～16:30

確認事項

①新同期会「二三の会」紹介

②サマーフェスティバル実施状況報告

③バス旅行調査報告

検討事項

①ついの住まいの研究会

▼H23 年 8 月 27 日(土)13:30～16:00

確認事項

①秋のバス旅行実施計画

②ついの住まいの研究会

検討事項

①NSN会報について



編集後記

秋本番！これからNSNやオープン参加の行事が目白押しです。皆様奮って参加しましょう。(五)

<問合せ・連絡先 03-5999-4550> 編集責任者／丸山敏雄(虹の会)

NSN 事務局 & 編集委員／山中実(睦会) 古川澄子(楡の会) 五十嵐将夫(まるく会)