

リサイクル・マーケットに出店

ひとみ会は12月4日(日)石神井公園区民交流センターのリサイクル・マーケットに出店しました。NSNの連絡会で「断捨離」「出前整理」が話題となったのも動機の一因です。事前作業3回以上、延べ人数30名以上の大行事でした。

男性は女性軍の指示に従って行動し、ひとみ会は女性で維持されている「女性による女性の為のひとみ会」と痛感しました。売り上げは約2万円で、消費者懇談会事務局への会場費及び謝礼金、駐車料等を差し引き、黒字が約1万円(会員各位からの寄付金を含む)となりました。

今後の課題は、残った品物の保管と今後の出店の可否などです。(ひとみ会 田中)

春のチャリティ・クリーンウォークは3月30日

秋のチャリティ・クリーンウォークは、またまた天気に恵まれず中止となりました。皆様には大変ご迷惑をお掛けしましたが、チャリティ(103口、51,500円)は予定通り東京都の「マイ・ツリー」に応募、NSNのネームプレートを掲げた中木5本を練馬区内の道路に植樹する予定です。

春のチャリティ・クリーンウォークは3月30日(金)に開催することになりました。スタート地点(大泉、石神井、中村橋)3コースから集合場所光が丘を目指します。チャリティは「葉っぱい基金」に協力します。

皆さんお誘い合わせの上多数ご参加下さい。
詳しくは配布チラシをご参照下さい。

(チャリティ・クリーンウォーク事務局)

ボランティア会議報告

11月21日に男女共同参画センター“えーる”でボランティア会議が行なわれました。

この会議はスタート以来6年になります。スタート時の会議の目的のうち **NSN として出来るボランティアメニューの開発**(チャリティ・クリーンウォーク、シニアセミナーとは別の講演会、ついの住まいの研究会などの具体化)が先行し、**個人として参加できるメニューの紹介**は新しい参加希望者の出席がほとんどなく、毎回ボランティア従事者からのメニューの紹介のみで期待はずれの状態です。今回はこの問題の解決策と共にボランティア会議の在り方も含め議論があり、運営方法やPR方法の改善・変革が必要であることを認識しました。(山本)

第19回ねりまシニアセミナー

5月19日の第19回ねりまシニアセミナーの開催に向けて、第4、5回企画委員会が12月11日、1月22日に開催され、プログラムの詳細な内容が検討されました。

NSN会員皆様におかれましては、お配りしましたチラシをぜひ活用して参加を呼びかけていただきたいと思います。(セミナー事務局)

第4回講演会開催「レジャーと観光」

NSN第4回講演会が、講師の前田勇先生により、大震災の影響を踏まえ、興味と関心の行方を探りつつ「レジャーと観光」について、1月15日に石神井公園区民交流センターで、82名が参加し開催されました。(講演会事務局)

《 各会の活動状況 》

【楽友会】（平成 22 年発足）

発足 1 年目で、新しい会の立ち上げ幹事会として、22 年後半から 23 年前半はその準備の為に活動は制限されました。それまでの 2 日制のシニアセミナーを 1 日制に短縮する提案が通り、23 年 5 月 14 日（土）セミナーでは、昼食の弁当を会場で一緒に取った効果や、工夫した気配り等が評価され、楽友会仲間同士の絆が深まりました。また、新たな素晴らしい「二三の会」の誕生に力を貸すことができました。

現在 20 名程の会員の男女比率が約半々で、ある会員が「この会は女子が仲良くやっていければ、長続きするね」と言ったのにヒントを得て、11 月【女子会】を開くことに・・・。手作りの料理とお鍋、ジュースとワインで和気藹々。その後「ぬり絵」に挑戦し、メはうどんて、お腹も心も満足。対抗して 12 月に石神井公園区民交流センターの調理室を使って、女性がい出し、男性が調理する【クリスマス食事会】をしました。益々絆を強くしています。

【エルフ】 初心俳句会作品

霜枯れの底にひしめく命かな

頼永秀子

御降りや湯面に消えて露天風呂

内藤雄幹

羽繕いめかして翔てり初鳥

熊谷大次郎

老梅の荒ぶる木肌力瘤

田村さち

茜さす遥かな富士に初合掌

松尾正輝

湯けむりを抱いて静かに山眠る

東野真也

散歩道たんぽぽたんぽぽ前うしろ

平山加代

白き衣ふんわりまとい山眠る

濱野百枝

池の面に淡き影さす春の月

柳澤布子

刻みこむ笑いと涙七草に

下村裕子

【トリトンねりま】（平成 17 年発足）

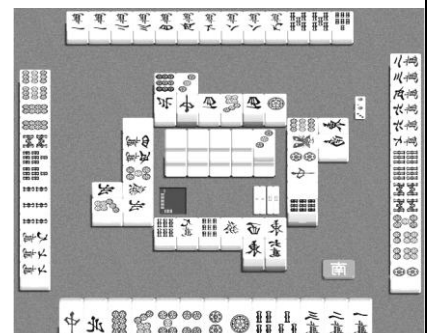
10月のカラオケ、11月の江の島・鎌倉探訪（生シラス丼が美味！ 1月～3月はシラス

禁漁です）に続き、12月には忘年会旅行に出かけました。

行先は伊豆土肥温泉。1泊2食付の料金が6,800円、往復のバス代が2,000円と格安で、温泉に加えて麻雀・カラオケが無料で楽しめる宿でした。

台風で壊れた露天風呂が使えなかったのと、バイキングの夕食に地場の新鮮な刺身が出なかったのは残念でしたが、それぞれが飽きるほど麻雀やカラオケを満喫した、楽しい2日間でした。

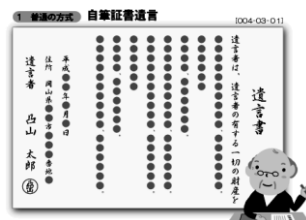
新春1月は寒さを避けて池袋演芸場へ繰り出し、初笑いに興じました。



《 各会の活動状況 》

【ねりまシニアクラブ】（平成4年設立）

「ランチグルメの会」 8月24日の今回は、近隣の板橋区西台2丁目（大東文化大の南）にある“ハーブ&おいしい野菜塾”でのヘルシーランチ。参加者20名の殆どは東武練馬駅からバスを利用した。前菜からメインディッシュ・デザート・コーヒーまでのコースは利用しやすい価格で、平日にも拘わらず多くの女性客で賑わっていた。通常のレストランに比べ野菜を多く使い、敷地内に栽培するハーブを生かしたイタリアン系のヘルシーな料理を賞味した。



「他人事でない、あなたの遺言と相続」 オープン学習会として11月7日区役所1902室で開催。参加者はNSNより27名、シニアクラブ33名で、机席に座れない人も。30ページを超える資料に基づき、90分だった分かりやすく中身の濃い講演。帰りに「本当に無料でよいのか」との声を数人から頂いた。

【睦会】（平成11年発足）

11月例会の前に、練馬区立美術館で「松岡映丘展」を鑑賞した。主任学芸員のギャラリートークを聴くと、絵画が一層輝いて見える。映丘の素晴らしさを堪能し、その画業の大きさを知ることができた。

12月例会恒例のフリートークは今年を振り返り、全員スピーチした。特に、大病を克服した体験談は、生きるぞ！という強い気持ちで治したという話で、心に残った。健康であることに感謝し、来年も元気で楽しく！との声が多かった。



続いての忘年会はゲストをお招きし、「獅子舞」、「おかめ・ひょっとこの舞」が披露され、楽しい余興で盛り上がった。

【虹の会】（平成19年設立）

「一泊旅行」 11月8日・9日は森林公園の一泊旅行。昼間は森林公園内の散策で、サルビアのお花畑、彫刻広場にハーブ園。黄葉の下をポンポコバスがゆっくり走り、リラックスできました。泊りは練馬区の保養施設ホテル・ヘリテージ。天然温泉“四季の湯”に大満足。夕食は個室で誰にも気兼ねなく、思いっきりしゃべりまくりの一晩でした。

「講演会」 オープン参加行事として、講演会を開催予定。日時：2月26日（日）10:00～11:30 場所：えーる 「笑涯楽習のすすめ」を講演する平井講師は、我々と同じ元企業マンで、ユーモア全般を研究するとともに社会人落語家として年間50席余りの高座をつとめる実践派です。

第一部はユーモアの楽しみ方のお話、第二部は落語を一席。人生にうるおいをもたらす“笑いの福作用”を是非どうぞ！



オープン参加行事のご案内

クリスマス・ダンスパーティ開催！！

オープン参加行事の「健康ダンスサークル」と講師・宮木先生の門下生合同のクリスマス・ダンスパーティが去る12月18(日)池袋勤労福祉会館で華やかに開催されました。(NSN 会員は10数名が参加) 初心者、上級者を含めて約50名が集いミラーボールのきらめきのもと、模範演技8組のデモから始まり、ワルツ、タンゴ、ブギウギ、マンボ、ジルバ等々曲目は多彩。ダンスタイムの合い間には全員が手を繋いで輪になるダンスゲームで親しみも一層深まり、熱気と興奮に包まれた充実の3時間でした。

パーティの後は揃って和食系のレストランで反省会と称しての2次会、再度の盛り上がりとなり長く楽しい一日でした。



【定例行事】

☆懐メロを楽しむ会

心に残る懐メロを皆で歌いましょう！

(日時)2月27日(月)13:30～16:30

(会場)豊玉高齢者センター 娯楽室

(申込)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)3月22日(木) なの花 out 9:01 スタート

(場所)ノーザン CC 錦が原ゴルフ場

(申込)睦会 横山 3904-3129

☆60歳からの健康ダンスサークル

やさしいステップから始めます。

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)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)ELF 内藤 6760-2815

☆八展会囲碁クラブ

(申込)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)ELF 頼永 3904-4564

NSN定例連絡会 協議メモ

▼H23年11月26日(土)13:30～16:00

確認事項

①バス旅行申込状況

②ついの住まい研究会報告 ほか

▼H23年12月24日(土)13:30～15:30

確認事項

①バス旅行実施報告

②チャリティクリーンウォーク

③講演会 ほか

検討事項

①企画委員会の構成について

編集後記

新年となり、みんなが平均して一つ年をとりましたね。去年は年頭に掲げた「抱負」を殆んどクリア出来ずに恥かしい思いをしました。今年はリラックスできる「夢ノート」に改めて、目標をいくつも掲げています。今年には心身ともに充実した年にしたいものです。(や)

