

NSNサマーフェスティバル

第11回を迎える恒例の25年度NSNサマーフェスティバルが、8月4日(日)に練馬区役所の多目的会議室において、午後1時30分から100名以上の参加で催された。新団体の一笑会からは15名の参加があり、また今回は例年と趣向を変え、練馬交響楽団のメンバーによるクラシック音楽と懐メロの演奏があり、特に懐メロでは全員で合唱し大いに盛り上げ、この企画は概ね好評だった。



練馬交響楽団メンバー



新団体「一笑会」の皆さん

サマーフェスティバルに参加して

一笑会 久保田秀夫

最高の歓迎会を新人会者にしていただき感謝いたします。

最初は顔見知りのいない中、どうなるのか不安でしたが、進行する内に各テーブルの人達が一体になれるよう工夫されたプログラムはどれも素晴らしく、熱中しました。

司会の田中さん、明るく、前向きで一緒にいると元気をいただいた諸先輩から、「NSNはこうやって続けてきたんだ、頑張ったまえ」と喝を入られた感じです。NSNに入会して良かった。まずは、来年のフェスティバルに全員で参加する事をめざします！

WHCクラブ講演会第2回は11月17日

『八重の波瀾万丈の生涯』

ねりまシニアネットワーク(NSN)の講演会部会から独立した形で始まったWHCクラブの第2回目の講演会の開催が決まりました。『八重の波瀾万丈の生涯』です。講師はお馴染みの福田嘉文先生NPO法人シニア大楽講師。11月17日午後2時、会場は石神井公園区民交流センター3階集客室。

今回もNSNの皆様には是非ともお出で頂きたいとお呼びかけ致します。参加費は500円、入場定員は160名です(予定)。NSN各会での取りまとめをお願いします。

お話は「会津での戦いに敗れ京都に出た八重の人生は一変——。新島襄と結婚して同志社創設に携わり、日清・日露戦争で篤志看護婦として大活躍。男性中心だった茶道を若い女性たちに教えたり……」ハンサム・ウーマンと呼ばれた八重の新しい女性の生き方を、熱く語ってくれます。

WHCクラブは「シニア世代を対象とした公開講演会」を目指して今春発足。今後ともシニアに即したテーマを選んで講演会活動が続けたいと頑張っています。(佐藤)

【会員のひろば】

《疑似歌会》

まるく会の例会で趣味の話し合いがあり、短歌を披露しました。ただ披露するだけでは面白くないと思い、「疑似歌会」を開催してみました。私が所属しているのは「コスモス短歌会」ですが、その支部として「ひこばえ会」があり、月に一回の歌会があります。そこでの歌会をなぞった形で「まるく会の歌会」を開催してみました。そうは言っても会員に短歌を作って持ち寄つてと言うことは無理なので、「ひこばえ会」で出された短歌を利用しました。

十六首の短歌を事前に配り、そのうち自分の気に入ったものを四首選ぶ。その集計をして点数を出し批評をするというものです。作ることは難しくても批評するとは長けていて、本物の歌会での高得点が「まるく会」でも得点が高かったです。短歌は三十一文

字であれば、季語など特に決まりはなく、紙と鉛筆があればいつでもできます。会員の中には俳句や川柳はやつていているという方や、疑似歌会で初めて作つてみたと言う四首を紹介された方もいて、この先が楽しみです。

最後に、「まるく会」活動で詠

んだ私の短歌です。

・日本橋

七福神はビルの中

間借りすること

鎮座まします

・手が決まり

碁^{こけ}碁から石を取り出だし

ボンと置きたり

ため息と共に

・髪白く

老眼かけて歌詞を見る

それでも楽し

歌声喫茶は

まるく会・石綿昌男

《豊かな人間関係を築く》

一緒にボランティア活動をしているK氏に誘われ「四季会」に入会させていただいた。「しき」会と読んだ私を「よんき」と読みます。しきではやはり具合が悪いです。いでしょう」とK氏はユーモアたっぷりに諭された。

同時に「会員の広場に原稿を

書いてくださいますか」と頼まれ、いつもボランティア活動で無理をお願いしていることもあり、「私で良ければ」と軽い気持ちで引受けた。まだ桜の咲いている季節で現実感がなかったが、あつという間に猛暑の夏となり、原稿の締め切りがやってきた。

私は6年程前から高齢者施設で傾聴活動のボランティアをしている。傾聴とは、人の話にしっかりと

耳を傾けひたすら話を聴くことが、相手の思いをいかに感じ、受

け止めるかが大切なポイントである。「言うこと少なくして、多く聴くことよかれ」という昔からの名言は、自分ばかり話すより聴くことの大切さを表現している。人の話を聴くことはなかなか難しいが、この活動を通して考え方や人との関わり方が変化したことを感じている。

傾聴はコミュニケーションの基本でもあり、豊かな人間関係を築くことにもつながる。K氏に出会い、ここにこうして文を寄せているのも何かのご縁である。今後とも様々な出会い、新たな経験を大切にしていきたいと思う。

四季会 足立眞知子



【会員のひろば】

《ねりまシニアライフ》

10月に家庭の事情で練馬を引
き払い、郷里の山口県に帰ること
にしました。大田区から練馬区
に引越してきて8年、ねりまシニ
アクラブに夫婦で入会して6年、
この間シニアクラブでの活動を介
して、NSNと各会・楡の会・早
宮ねりまクラブ（料理教室）・N
POシニアふれあい練馬（ボランテ
ィア）と濃淡はあるものの、夫々
と関わりを持たせて頂くことと
なり、たくさんの方の先輩諸氏との知
己を得、また多くの貴重な経験
を得ましたことを、この場を借り
まして厚くお礼申し上げます。

ある時期には以前からの体験
農園での俄か百姓とコース活動
に加え、上記のシニアクラブ関連
の活動が生活のかなりの部分を
占めるようになり、充実したニ
ュースライフを満喫しました。2年半
前の東日本大震災以降思うところ

ろがあり、新に仕事を再開した
ため、上記の活動の一部は割愛
しましたものの、シニアクラブ関連
活動が主流であることには変わ
りありませんでした。練馬に引
越し、シニアクラブから始まり、
各会を通して良き仲間や先輩と
巡り合える機会を得て、夫婦共
に素晴らしい「ねりまシニアライ
フ」を送れましたことを、本当に
感謝しています。

ねりまシニアクラブ 山野正明



山野さん

『各会のコミュニケーション方法』

それぞれの同期会はどのような
方法で内部のコミュニケーションを
図っているか、お尋ねしました。

A 伝達文書は？

① 会報形式

（月刊・隔月刊・他）

： 7つの会

② 連絡書形式（お知らせ）

： 6つの会

すばる設立10周年
会報100号記念号



B 連絡方法は？

多いのは、手渡し・電話・郵送で
す。（FAXを活用している会は
少ない）。メールを主要な手段と
して使っているのは5つの会です
が、新しく設立された会の方に
使用する割合が多く、今後メー
ルが増えていくと思われます。

【ユーモアサークル見学記】

エルフの内藤さん主唱のオープ
ン参加行事、「ユーモアサークル」
を見学する機会を得た。

今回が5回目で、まだ日が浅
く、全員がユーモアを交えた3分
間スピーチとはいかなかったが、流
石ユーモアサークル会員と思われ
る「くすぐり」を入れたスピーチ
をされる方が何人かおられ、今
後の会の模様が目に浮かぶ。

次回は9月30日の予定。我々
と思わん方は参加（もしくは見学）
されてはいかが。（五）

オープン参加行事のご案内

★バスツアー開催

ひとみ会・虹の会共催バスツアー。千葉県養老の滝の紅葉と溪谷美を鑑賞します。

(月日) 11月21日(木)

(行先) 養老溪谷・アクアライン海はたる経由
(参加費) 5千円 バス1台

(問合せ・申込) ひとみ会 田中

☎090(5803)4518

問合せ・申し込みは各会で、まとめて下さい。

★講演「素敵な話し方」

元NHKアナウンサーの講師が、声で表現する日本語の魅力を、楽しく・面白く語ります。

(月日) 10月27日(日) 10:00～11:30

(場所) 男女共同参画センターえーる研修室

(参加費) 無料

(申込) 虹の会 丸山 ☎(5999)4550

★第5回芋煮会開催

里芋を掘って、調理して、みんなで食べよう！

(月日) 10月20日(日) 9:00集合

(集合場所) 大泉学園駅南口ロータリー

会場は徒歩10分余。白子川上流の井頭橋

(参加費) 1300円

(申込) 虹の会 丸山 ☎(5999)4550

★話飲(ワイン)の会

自由にお弁当を持ちこみ、飲んで食べて楽しくおしゃべりしましょう。素敵な出会いが？

(月日) 第1金曜日と第3水曜日が原則

11:30～13:30 へ10月は4日と17日

(場所) コミュニティ・チャイナ光が丘

光が丘駅より徒歩5分。HP参照。

(参加費) 500円。飲み物代含む。要予約。

ワイン・ビール・コーヒ・紅茶

(問合せ・申込) 四季会 吉村

☎070(6253)3933

〔定例行事〕

☆太極拳の会

講師の先生をお呼びして月2回太極拳を楽しんでいます。数名の方の参加を歓迎します。

(日時) 第2・4火曜日午後

(場所) 東大泉中央地域集会所

(申込・問合せ)

一三の会 伊藤 ☎(3923)8803

☆ユーモアサークル

3分間スピーチにより、自然にユーモア感覚を体得しましょう。

(日時) 奇数月第4月曜日 14:00～17:00

(場所) 谷原出張所(高野台駅下車3分)の予定

(会費) 300円(当日参加者)

(申込・問合せ) エルフ内藤 ☎(6760)2815

☆八展会園暮クラブ

(日時) 10月14日(月)、11月4日(月)

12:30～17:00

(場所) 光ヶ丘地区区民館

(申込) 八展会 関野 ☎(5998)9888

☆睦会オープンゴルフの会

当分の間休会します。

(問合せ) 睦会 横山 ☎(3904)3129

☆60歳からの健康ダンスサークル

初歩の易しいステップから始める健康ダンス。

(場所) ①生涯学習センター(火)

②石神井庁舎水

(時間) 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・問合せ)

楽友会 植村 ☎090(5759)7120

NSN定例運営連絡会 開催メモ

▼H25年7月27日(土) 14:00～16:00

連絡事項

ねりまシニアセミナー・講演会についての

住まい研究会・サマーフェスティバル・会報

▼H25年8月24日(土) 14:00～15:30

連絡事項

講演会についての住まい研究会・サマー

フェスティバル・会報

検討事項

今後のフェスティバルについて

編集後記

酷暑の夏を何とか凌ぎ、やれやれと思っていた矢先、ビッグニュースが飛び込んできた。東京オリンピック。49年前の感動を7年後にもう一度味わえるとは。(7年後までお前は持つのかの声あり)(五)