

第4号

会報

NSN
NERIMA SENIOR NETWORK

2006年
6月号

ねりまシニアネットワーク 会報/NSN第4号 2006年5月27日発行 発行責任者/山本 雄一

‘06サマーフェスティバル

8月26日に開催!

夏のひと時を構成団体各会会員が一堂に会して交流・懇親をはかるイベントとして、サマーフェスティバルは、3年前から毎年開催されています。毎回150名近くの方が参加され、くじ引きで決まったテーブルに分かれて、ゲストの演奏、ゲーム、会員有志による余興、懇親、福引など盛り沢山のプログラムで楽しいひと時を過ごしています。今年は8月26日(土)開催で会場は確保しました。企画・運営は、連絡会のメンバーのほか各会から推薦された方々が加わり、皆さんが楽しめるイベントにしたいと知恵を絞っているところです。

昨年からプログラムに加わった会員有志による余興(マジック・演奏など)は熱演の中にも素人らしさが随所に見られ、会場の雰囲気盛り上げました。今年も大勢の皆さんの熱演が期待されます。本年度で構成団体も13団体となり会員数は400名を越しました。広く構成団体会員が交流・親睦を図る機会、現在このサマーフェスティバルだけなので、今年も大勢の皆さんのご参加を期待しております。(事務局)

「シニア健康麻雀教室」開講!

参加者20名 熱気あふれる会場

認知症予防とゲームを楽しむ健康麻雀教室第1回が5月9日スタートしました。

本人申告で全くの初心者が10名、まだまだ未熟の方が7名、ある程度打てる方が3名の20人が参加しました。準備したマニュアルに基づき約20分、岩立会長から基本の説明があり、「習うより慣れろ」で、5つの麻雀卓に分かれ、熱気が漂う中、休憩を惜しみながら約3時間半、指導員が実践を通じての講習を行ないました。

今回は第一次参加希望者が対象ですが、いずれ第二次を募集の予定です。指導に当たられる会員の皆さんには当分の間ご負担をおかけしますが、よろしくお願いします。

お楽しみ麻雀大会は6/10(土)開催。

すでに各会より案内済みですが、会場の「バーディー」は狭く、20名を超えた場合は、午前と午後の部を設定させていただきますので予めご了承ください。

健康麻雀の会事務局 岩立・笠島

第13回ねりまシニアセミナー同期会誕生 名称は「ひとみ会」、会員数は29名に

第13回ねりまシニアセミナーは同期会2日目が4月1日に開催され、22人の出席者が集まりました。これは、準備委員会立ち上げまでに熱心な討論があり、参加者の忌憚ない意見の交換が、新しい会を立ち上げる起爆剤になった

ものです。3月18日の第1回同期会で立ち上がった準備委員会が積極的にセミナー参加者に呼びかけたことが功を奏したようです。

ネーミングは第13回にちなんで「ひとみ会」です。4月29日には設立総会が開催され、連休初日にも係らず出席者23名、委任状6名で、会員数29名で発足となりました。会長には準備委員会代表の角地徳久さんが選出されました。

落語を聞くことから

新年が始まる・・・よんき会

「よんき会」の1年の活動の始まりは、光が丘IMAで開催される春風亭正朝一門による早朝寄席で、10時30分から12時の落語会を聞いたあと、光が丘Cホテルで新年会を行なうのが恒例になっています。

IMA寄席は月1回で、日は定まっていませんが、土日のいずれかであり、平成元年から始まり、この1月で192回をむかえています。木戸銭は百円ですが、その収益金を練馬区社会福祉協会に寄付しているとのこと。永年にわたって地域社会に貢献しているのです。ホールと出演者の努力に対して感謝しなければならないと思います。

1月の公演の後にお年玉抽選会があります。ホール提供の缶ビール・コーヒー詰合わせ、落語家の名入り手拭い、落語協会のカレンダーなどが用意されています。ささやかな景品ですが、当選番号の発表に一喜一憂するのもほほえましい風情です。会員にも手拭い、カレンダーが当たったことがあります。新年会で普段の会合より出席者が多いのは、幹事として喜ばしいことです。おおぜいで飲食を共にして楽しいひと時を過ごすことは明日への活力を生み出す何よりの力になると思います。

石神井公園にチューリップの植え込み

平成9年に発足した当時、何からはじめたら良いのか答えは出せません。とりあえず仲良しクラブでよいのではないかと決め、ハイキングにと8名で飯能の天覧山と河原を散策したのが昨日のように思えます。

発足してから9年、活動のいくつかをふりかえってみますと、石神井公園のボート池端の花壇にチューリップの球根を植えたことがありました。地域活動に参加したい、との気持ちから地域のボランティアグループの人達と一緒に9

月に行動を開始して、ひと冬越して4月にきれいに咲きそろい、公園を訪れる人達が楽しんでくれたことは、私たちにとって貴重な体験となりました。

農園作業の楽しみと収穫をあじわう

平成13年～15年の3年間は練馬区の南大泉市民農園を会として利用申し込みを行ない、農園行事をすることにしました。農園は約10坪の畑と、敷地内にログハウス式の建物があり、15人くらいは休憩できるスペースと炊事設備が整っています。

3月末に畑を開墾して、ジャガイモの種を植え、枝豆、小松菜の種を蒔きます。失敗もあって、枝豆を蒔いた時に網を完全に被せなかったもので、鳥に食べられ、蒔き直しです。小松菜は5月に収穫。ジャガイモ、枝豆は7月には収穫できます。9月のはじめに大根の種を蒔くと12月には収穫できます。収穫をかねてログハウスで昼食会を開きます。献立は具たくさんの豚汁、野菜のてんぷら、おにぎり、缶ビールです。豚汁は何杯でもOKです。空腹のせいか会員10名が旨い、おいしい、の連発で調理人の株が上がります。

農園作業は3年にわたって、年々からだがきつく感じるようになり、収穫の喜びを思うと残念ですが、会員の高齢化も考えねばなりません。無理をしてまで活動すべきではないと判断、16年より休止しました。

今は月1回のお茶飲み会で談笑

月1回の例会をギャラリーの一室を借りて始めたのは平成14年3月からです。お茶を飲みながら和気藹々とした雰囲気の中で談笑するのはそれなりに目的を果たしていると思います。時には学習、勉強会を行なって、生涯学習を目指していきたいと思っています。

〔安達和博 記〕

自由投稿

「健康麻雀の会」に参加

ワイワイ、がやがや楽しむ
.....つい夢中に

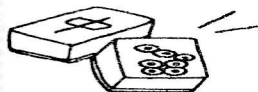
トリトンねりま 落合澄子

トリトンとのご縁が出来、高尾山ハイキングに始まり楽しい1年が過ぎましたが、今年はNSNの「健康麻雀の会」に入会し、5月9日豊玉高齢者センターに元気な面々と共に出席し、指導者7人、生徒20人合計27人でスタートしました。

岩立さんの丁寧な説明に始まり、ロン、チー、ポン、喰いタン（お腹が減っていないのに）あら、これって中国語？この年で覚えるの？でもやってみよう！の勢いでワイワイ、がやがや皆んな楽しそうに実践に入りました。私の卓はオープンで始まりまして。開始前は皆おとなしの構えでしたが、じっくり型、質問型、慎重型、オトボケ型、面白い程性格が出ます。段々とテンションが高くなった頃、ハイ休憩。頭を冷やさない！健康麻雀でしょ！熱くならない、ナラナイ・・・。

横山さんのご指導よろしく何とか東南をクリアーし、終わりました。

「知るは楽しみなり」の言葉通り、趣味が一つ増え、指先を使用するので、認知症防止とNSNのコミュニケーション作りにはもってこいの遊びです。上手くなって指導者と対決するぞ〜！（夢かな？）



ねりまシニアネットワーク

定例連絡会 協議経過メモ

（毎月第4土曜日開催、構成12団体代表、「ネットワークの運営について」協議する）

●平成18年3月25日（土）PM 1:30～4:30
協議事項

- ①第13回ねりまシニアセミナー（結果報告）
- ②健康麻雀初心者教室（経過報告）
- ③平成18年度サマーフェスティバル開催
- ④NSN会報第4号の発行

●平成18年4月22日（土）PM 1:30～4:30
協議事項

- ①第13回ねりまシニアセミナー同期会
- ②健康麻雀初心者教室（経過報告）
- ③麻雀大会の開催
- ④平成18年度サマーフェスティバル
企画委員会
- ⑤NSN会報第4号の編集企画
- ⑥平成18年度ねりまシニアネットワーク
事業計画

上記各項目について協議した。

自由投稿歓迎

本紙への自由投稿を歓迎します。

ご投稿の際に守っていただきたいこと

- ① ボリューム 1行20字×30行程度
- ② 締切日 特になし・頼む時は別途指定
- ③ テーマ 特になし・頼む時は別途指定
- ④ 政治、宗教等の活動、商品の売り込みなど会報の発行目的にそぐわないことは不可
- ⑤ 人の中傷・批判や品位を損なう内容不可
その他

掲載の可否や時期、加筆、削除等については編集会議におまかせ願います。

投稿は各団体の会長、あるいは第4頁の編集委員、事務局へお願いします。

オープン参加行事のご案内

●東京湾中央防波堤見学ツアー

7月25日(火)

(内容) 東京都環境整備公社主催
新東京丸(195トン)及びバス利用
“ごみ”埋立水域・処分場など見学
集合 9:30 竹芝小型船ターミナル
解散 16:30 東京テレポート駅
(申込) トリトンねりま笠島

TEL3926-7671 事前申込 20名

参加費 無料

●コミュニケーション・マジック

(ELF初心者マジック・サークル)

6月7日(水) 10時~正午

練馬ボランティアセンター会議室

(区役所東庁舎4階)

7月26日(水) 10時~正午

光が丘ボランティアセンター

(光が丘区民センター6階)

(講師) 宇田川軍次

(会費) 500円+材料費(回)

(申込) ELF内藤

TEL&FAX 6760-2815

E-mail: naito-t@jcom.home.ne.jp

●Liebeリーベの会

(愛唱歌を楽しむ会)

6月7日(水)、14日(水)

練馬公民館

7月5日(水)、19日(水)

練馬公民館

(時間) 10:00~11:30

(申込) メロウメイツすばる

佐藤 TEL3997-1707

(月会費) 2000円

●おあそびパソコン

6月11日(日)、

7月16日(日)

(場所) 石神井公園区民交流センター
2階 会議室

(時間) PM1:00~

(申込) 五友会 宮下 TEL3920-2735

(参加費) 500円

※ノートパソコン・接続機器持参

●八展会囲碁クラブ例会

6月11日(日)

7月17日(月・海の日))

(場所) 光が丘地区区民館大広間

TEL3979-6911

(時間) PM 12:30~5:00

3日前くらいまでに参加・不参加の
ご連絡をいただけると有難いと思い
ます。

(申込) 八展会 関野俊夫 TEL5998-9888

Eメール tosio-sekino@nifty.com

●睦会オープンゴルフの会

7月27日(木)

(コース) ノーザンカントリークラブ

錦が原 GC 048-624-5651

(スタート) さくらアウトコース AM 8:26 3組

(フロント前集合) AM 7:50 (クラブバス7時半)

(申込) 睦会 横山 TEL3904-3129

7月20日頃まで

●いちごの会ハーモニカサークル

(日時) 毎月第3週の水曜日 午後7時より

(場所) 練馬と大泉の会場を隔月利用。

NSN会員ならどなたも大歓迎です。

問合せは庄村まで TEL5936-6058

編集後記

▽今回より“創刊”の文字を取除いた“第4号”となります。
創刊号の難しさを乗り越えられたのも、ネットワーク会長、事務局長を交えた編集会議で「如何にすれば会員に受入れられるか」を念頭に議論を重ねた結果であり、編集長の豊かな経験知識に支えられた成果といえます。会報/NSNが生まれて、会員各位が“所属する会の一会員”という垣根を越えて広いネットワークへ視野を広げつつあることが実感されます。さらに会員相互の絆を深める「会員による 会員のための 会員ニュース」を心がけて行きたいと思っています。

▽今号より編集委員にエルフの西浦澄恵さんが加わりました。女性の目から新たな展開が期待されます。皆様のご支援をよろしくお願いします。(元)

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

編集委員/松澤 昭夫(ねりまシニアクラブ) 中村 元功(燦々会) 西浦 澄恵(ELF) 笠島 賢一郎(トリトンねりま)