

ねりまシニアネットワーク 会報/NSN 第 54 号 2014 年 9 月 27 日発行 発行責任者/山本雄一

今年度のサマーフェスティバル

8月10日(日)に、毎年恒例のねりまシニアネットワーク主催のサマーフェスティバルが139名の参加で、練馬区役所地階会議室で催されました。

今年は初めてプロのジャズ歌手と演奏家に出演を願い、その魅惑的な歌声と演奏に酔い、若き日の思い出が沸々と蘇ってきて、楽しいひと時を過ごしました。

また今回は会ごとのテーブル配置で、今までと違い和気藹々に行われたように思われ、今後のあり方を示したようです。

サマーフェスティバルに参加して

悪天候にもかかわらず、NSNサマーフェスティバルが多数の参加でとり行われました。

新会員の「ひまわり」の紹介、参加者全員の合唱、クイズ、山岡未樹ジャズの調べと盛りだくさんのメニュー、そして懇親会。クイズはご当地色が濃い難問が多く苦戦しましたが、他のNSNの方と交流が深められ非常に楽しかったです。本当にありがとうございました。

ひまわり 大貫雅弘



魅惑のジャズの熱唱



新同期会「ひまわり」の方々の紹介

講演会の開催予定

「認知症の予防と早期治療」

来る11月7日(金)にWHCクラブの主催(ねりまシニアネットワーク共催)の公開講演会が、石神井公園区民交流センター2F集会室において、開催されます。

講演は、長谷川式認知症スケールの開発者である長谷川和夫先生による「認知症の予防と早期治療」で、自助努力による積極的予防と、発症しても進行を遅らせる近代医療についてです。

詳細は、配布のチラシをご覧ください。



悪戦苦闘のクイズ大会の順位決定戦

【会員のひろば】

《トリトンねりま十周年》

平成17年、ねりまシニアネット
ワークで12番目に発足しました。
酉年（トリ）に翔ん（トン）でる
会として誕生。別名ではギリシャ
神話の海の女神で、手塚治虫の
アニメに登場してます。

発足当時、会員は現役が多く
勤務の関係で例会は午後6時か
らとなり、8時頃より居酒屋で
反省会？となりました。10年間
のいきさつを振り返れば、27名で
スタートしましたが、転居した人、
つまらぬ静い等によつて、会員の
減少や紆余曲折の時期がありま
した。

その後、トリトンのあり方に賛
同された方々が徐々に増え、と
もすれば惰性に走りやすいところ
へ新しい風を吹きこんでくれ、活
力を生んでくれます。

現在、例会当日午後1時希
望者によるランチタイム（持寄

り）、午後2時NSN定例会の

説明。その後傾聴にふさわしい議
題や出来事を討論したり、健康
ウォークのコースを提案されたも
のについて、参加者全員で決め、
日時の確認をとります。

“ 継続は力なり ”

トリトンねりま発足時のモットー
として意志の疎通を図り、大事
にしていきたいと思えます。

年間行事として

1月 七福神詣で。寄席下席。
3月、4月 花見（開花による）
7月 関東近県1、2泊旅行
9月 お月見（満月の日）
12月 忘年会1泊旅行

〔以上は毎年実施中〕

8月の花火は取りやめ各自自由。
その他は月例会にて決定します。
個人的には中国語研究会が
活発で、4人ずつ頑張っていま
す。

トリトンねりま 笠原幸高

《「サバを読む」とは？》

落語のネタに「時そば」（関西落
語では「時うどん」）がある。夜な
きソバ屋に代金を払うとき、「十
六文か。よつしゃ、手を出して、一
つ、二つ……」と数えながら一文
ずつ渡し、途中で「今、何どきだ」
と聞く。「へえ、八つで」と答えた
直後に「九つ、十……」と数え、
一文ごまかすという噺（はなし）だ。
このように、ものの数をごまかして
しまうことを、「サバを読む」とい
う。

このサバは、俗説では、魚の鯖だ
と思われている。鯖は生き腐れと
いわれるほど、腐敗の進行が速い
魚だ。だから、新鮮な鯖を買うた
めには、それだけの眼力を持って
いないと、ついごまかされてしまう
ということらしい。

しかし、この俗説はどうも間違
いのような。ただし、魚とは関係

がある。

かつて魚市場や魚屋のことを

「五十集（いさば）」と呼んだ。これ
は関東地方だけの独特の用語だ。
このイサバでは、魚を数える手つ
きがとても素早い。ぼんやり見て
いると、数をごまかされてしまう。
そこで「イサバ読み」という言葉が
生まれた。このイサバ読みから
『イ』の字が抜けて「サバを読む」
となったのが本当らしい。

ちなみに、江戸時代に大坂では、
魚市場のことを「雑魚場（ざこば）」
「雑喉場」と呼んだ。

すばる 猪俣俊美



【会員のひろば】

《私と古文書との出会い》

古文書の解説は、今や私の生涯における趣味となっている。

私と古文書との出会いは約40年前に遡る。当時、歴史に大変関心を示していた小学生の長男から、「佐々木の先祖」を詳しく知りたいとの要望を受けた。手始めに長男と広島県にある当家の菩提寺を訪問して、住職から先祖の話聞き、古文書を見せてもらった。

しかし初めて目にした古文書の文字は、私には全く不可解な別世界のものではあった。幸い社内に同好の士がおり、その指導や紹介で古文書の世界に接触しながら、少しずつ慣れ親しんでいった。その後は30年ばかり仕事の関係で、やむ無く古文書の世界から遠ざかっていた。

折角親しんできた趣味でもあり、現役から引退を機に、更に

充実をはかるため、私は次の事柄を心掛けてきた。

『解説法をよく習得すること』

通信講座で基本・応用編受講

『解説レベルを向上すること』

専門家の講習会へ参加

『古文書に慣れること』

専門店で現物の入手など

『仲間と練磨したこと』

地域の古文書研究会に入会

古文書は慣れ親しむと幅があ

り、中々奥深い世界である。単なる古い記録・文書ではなく、その時代の背景や社会の仕組み、人々の考え方や習慣など解説により多くの情報が得られ、また時代考証にも大いに役立ち、評価されているのである。

八展会

佐々木 賢



《老い支度》

着物について気になっている。

子供の頃は、浴衣、そして成人式、結婚と人生の節目に親が用意してくれた晴着の数々。レンタルの時代ではなかったので母がやりくりして買ってくれたものばかりだ。浴衣は娘達のベッドカバーの模様の一部に生まれ変わり、その他はタンスに長い間眠ったままになっている。一度も袖を通していない着物の方が多い。

子育てと介護が終わり、孫のサポートも少しずつ出番が少なくなってきた今、着物を整理しておこうと思う。認知症になってからは遅いので。

この度、NSNの会に入ったことで、練馬区の各施設の講座に目が行くようになった。八月に勤労福祉会館で年齢相応の半幅帯の結び方を教わってきた。講座終了後、皆さんと懇談するうち、

同じ思いでいることが分かり、うれしくなった。

あと、どのくらい残されているのか分からないが、今は楽しみながら老い支度をしていきたい。

ひまわり 小林洋子



【ア・ラ・カルトについて】

三面の下半分は、ア・ラ・カルトと題して何でもよく、その時々話題性のあるものについて掲載しています。今回は思いがけなく、新しく仲間になった「ひまわり」の小林さんから、着物にまつわる感想をお寄せいただきました。誰もが気になりながら、口には出しにくい「老い支度」は、シニアのキーワードですね。ありがとうございます。編集委員会 丸山

オープン参加行事のご案内

★美味しいー楽しいーお味噌作りのご案内

市販品とは一味違う「手前味噌」として好評！
ご希望によつて米味噌・麦味噌（4kg）選択可。前
日12月17日（水）11時大豆・麴を配布。大豆は
良く洗い一晩水に浸し、麴に塩をまぶしておく。
（月日）12月18日（木）10時～15時（予定）
（場所）石神井公園区民交流センター調理実習室
（参加費）3,000円 含昼食諸経費
（申込・問合せ）締め切り11月末日
ねりまシンテッククラブ 端

ひとみ会 伊知地 ☎090(9338)8134

〔定例行事〕

☆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。

（月日）第1金曜日と第3水曜日が原則
（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。

（申込・問合せ）四季会 吉村

☎070(6259)30033

☆八展会園基クラブ

当分の間、休会とします。

☆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

☆園基愛好会

みんなで楽しく園基を…勉強会もあり

（日時）毎月第2火曜日 13:00～17:00

（その他）月曜又は水曜・月2回

（場所）サンライフ練馬 和室（2）

（会費）年500円

（申込・問合せ）まるく会 伊藤

☎090(7415)3163

NSN定例運営連絡会 開催メモ

▼H26年7月26日（土）14:00～16:00

▼H26年8月23日（土）14:00～15:30

連絡確認事項

① 講演会（WHCクラブと共催）

・第5回講演会について

② ついの住まい研究会

・研究会及び講演会について

③ サマーフェスティバル委員会

・開催準備及び実施報告

④ 会報編集委員会

⑤ その他

【編集会議に参加して】

NSN会報の発行はNSN活動の重要な柱
の一つに位置するものです。発行はご存知の
とおり2ヶ月に1回です。会報の作成はま
ず原稿の依頼に始まり、原稿が無くては次
の作業は始まりません。メロウ・メイツす
ばるでも、すばる会報を年間10回発行し
ているので、今回参加して、会報の発行に
ついて同じ問題、同じ苦労があるものと
納得しました。毎回同じものでなく常に違
った形、違う内容、何か目新しい記事、出来
事はないものかと考え、読まれる方に興味
を持つて、関心を持つてもらえる記事をと
マシネリにならないように心して編集され
ています。編集の原稿、内容は会員の各々に
任されているので、原稿を書く方に頑張
て貰えば幸いです。編集者の方がた有難
うございます。愛読しています。

メロウ・メイツすばる 奥村悦郎

編集後記

錦織くんの活躍や異常気象の大雨と話
題に事欠かないが、朝晩めつかり涼しくな
つて、暑さに弱い者によつて過（こ）しやすい秋
がやつて来た。

新同期会「ひまわり」も順調に歩を進
めているようで、同慶の至りである。振り
返つて、自分たちの会はどうだったかを考
える時、最近設立の会は、当初から意気
込みが違うようで、感心するやら頼もし
い限りである。（五）