第 56 号

会報 NSN

NERIMA SENIOR NETWORK

2015 年 2 月号

ねりまシニアネットワーク 会報／NSN 第 52 号 2015 年 1 月 30 日発行 発行責任者／山本雄一

次の講演会はピアノコンサート

次の講演会はこれまでの趣向を変えて、ピアノコンサートです。

来る3月20日（金）に、大泉学園のゆめりあホールで、ピアニストの上園賢一氏を迎えて「珠玉のピアノ名曲プロムナード」と題して、ピアノの名曲を解説しながら演奏をしていただきます。上園氏は武蔵野音楽大学を卒業後、有名交響楽団との共演、作詞作曲や、親しみやすいユニークなピアノコンサートが話題を呼んでいます。

開場9時、開演が9時30分で、入場は無料です。春の朝のひと時をピアノの調べでご堪能下さい。

詳細は配布のチラシをご覧いただき、各会担当者にお申し込みください。

（WHCクラブ事務局）

第22回ねりまシニアセミナー

来る5月16日のねりまシニアセミナー開催に向けて、セミナー企画委員会では、講師の選定及びプログラムの検討が行われました。

基調講演の講師は、NSN「ひとみ会」の角地徳久さんにお願いすることになりました。角地さんは社会福祉士、専門職成年後見人などで活躍されており、この度は「セカンドライフの人生設計」“花も実もあるもう一つの人生について”の講演になる予定です。

（セミナー事務局）

春のチャリティ・クリーンウォーク

毎年恒例となった光ヶ丘公園に向けて3コースで行われます。

日時は4月2日（火）で、コースは大泉東映撮影所Tジョイ前、石神井公園駅、中村橋駅を出発点として、各コースとも出発は9時です。

参加費は無料、チャリティは５００円（１口）で練馬区の葉っぴい基金に寄付する予定です。

今回は、光が丘公園に集結の後は、自由解散になりますので、各会におかれましては、解散後「お花見」などの企画をされてはいかがでしょうか。

詳細を記した案内チラシについては、1月末に皆様に配布いたしますので、お誘い合わせ

平成26年度ねりまシニアネットワーク構成団体　会長（代表者）名（敬称略）

［ねりまシニアクラブ］	山本雄一	［ELF（エルフ）］	内藤雄幹	［楽友会］	小倉政夫
［四季会］	桑原義和	［トリトンねりま］	武藤　哲	［二三の会］	岡部史生
［睦　会］	渋井良郎	［ひとみ会］	塚田イツ子	［一笑会］	久保田秀夫
［八展会］	熊谷玄之	［虹の会］	丸山敏雄	［みんなの会］	桂　幸嗣
［メロウ・メイツすばる］	奥村悦郎	［まるく会］	小澤　渉	［ひまわり］	大貫雅弘

【会員のひろば】

《退職後の居場所作りの始まり》

「新しい高齢者の会――ねりまシニアクラブ――地域に貢献する活動をしたいと考えている比較的若くて元気なシニアの方、新しいクラブを作りませんか。趣味の活動なども行います。」

平成４年１０月区民のひろばでの呼び掛けです。

ねりまシニアクラブの立ち上げは行き場所のない私自身のためでした。退職の挨拶状にも書いたように６０歳の退職後は再就職はせず、何か地域の役に立ちたいと思っていましたが、区内のボランティア団体の殆どは女性で、私の居場所は全くないという実情でした。

一方同じ思いのシニア男性がこの練馬区にいる筈だという確信があり、同志とともに退職男性の居場所をつくりたいとの思いからの呼びかけでもありました。

その後シニアクラブは順調だったので、シニアのグループつくりについて確信が持て、「退職後の居場所の開拓」を積極化したいと思うようになりました。

シニアクラブ設立から4年後の「ねりまシニアネットワーク」、またその5年後の「ＮＰＯシニアふれあい練馬」、「シニア男性料理クラブ」などの立ち上げを併せ、「退職後の居場所つくり」は私の22年のシニアライフの中で最も長い関わりになりました。

今後退職後の時間は狭まる方向にありますが、健康寿命・生涯現役を実現する上で、居場所の重要性は増しています。我々とは違った形の居場所も少しずつ増えていますが、いずれのかたちにせよ首都圏に、面として広がってほしいと思っています。

（ねりまシニアクラブ　山本）

《美術に親しむひととき》

２月の例会は練馬区立美術館学芸員の小野寛子先生をお招きし、「美術館、展覧会のあれこれ」をテーマに講演して頂いた。睦会では毎年、練馬区立美術館で開催される話題の企画展をギャラリートーク付きで鑑賞している。

学芸員の解説を聴きながら鑑賞すると作品の意味や背景がわかり、何倍も楽しめる。今回の話は、学芸員の仕事の内容や展覧会ができるまでの舞台裏など、興味深い話だった。また、絵画の「わからないのすすめ」という面白い見方を聴いた。わからなければ、考えない方がいいという。わからないと言って、嫌いになるのはつまらない。わかってもわからなくても、これは何だろうと感じることが大切。「わからない」ということは、作品の内側をもっと知りたいという思いである。「わかる」ということは、なかなか難しいことなので、まず美術館での時間を楽しむこと、とてもいい時間を過ごしたと思うことだという。私たちの人生に絵のない生活など想像できないはずだから。

開館三十周年を迎え、明治の新しい浮世絵を描いた「小林清親展」、練馬ゆかりの彫刻家「船越保武展」、美術館初めての「フランス印象派展」など、今年は見逃せない企画展が並ぶので、とても楽しみである。

【会員のひろば】

《高齢者の欧州ＩＴ旅行》

何度か訪れたことがあるパリとローマを丁寧に見たいと思い、同行者を募り、５名で９月中旬から３週間強、パリからローマへの旅をした。両都市での数日は自由行動、ただし夕食は仲間と楽しみ、宿はアパートを利用し相部屋で経費を抑えた。参加者は発案者の各方面の知人で、相互の面識はなかったが、計画段階での10回の打ち合わせ会を通じ互に理解が進んだ。高齢ではあったがパソコン・タブレット等を活用し、充実した旅となったので関連情報を記そう。

1・インターネットは現地で非常に役立った。①ネット予約（ホテル、鉄道、美術館等）はチケット購入の行列が不要、直前割引等により時間と費用の両面でメリット大である。②ライン・フェイスブックにより、日本の家族・友人たちが、こちらの状況を常に把握することができた。

2・通信　①現地携帯電話会社のＳＩＭカードを使用すると、日本の携帯会社の海外利用の１割程度の費用で済んだ。②ホテルのＷｉ-Ｆｉは問題なかったが、街中にはＷｉ-Ｆｉスポットが少ない。③相互連絡は無料のライン電話を利用する予定でいたが、街路では騒音で着信音に気づかず活用が難しかった。

3・ドライブ　①ナビは車載物より、グーグルマップにきめ細かい情報があり、両者を併用した。②グーグルマップはダウンロード可能なので、事前に保存すればＷｉ-Ｆｉ圏外でも、ＧＰＳによる現在地表示が可能で便利。

事前準備から現地活動まで、インターネットの威力を強く感じた旅であった。

一笑会　浅見眞一郎

《東京港クルージング》

楽友会では、11月27日(火)、1時間半の東京港一周視察クルージングを体験しました。

「新東京丸」は天皇陛下や外国の国賓も乗船されたという真っ白い優雅な視察船(約２００ﾄﾝ)。平日に予約制(定員60名)で運行されています。

船内は豪華な雰囲気で、係員の説明を聞きながらレインボーブリッジをくぐり、東京ゲートブリッジを見上げ、赤いキリン(カントリークレーン)のコンテナの積み降ろし・積み上げに見惚れて、巨大な物流拠点の東京港を海側から視察できました。

晩秋の楽しい一日でした。

楽友会　上山美沙子

《河口湖バス旅行》

11月８日（土）に、一笑会初のバス旅行に参加した。目的は山梨でのブドウ狩りと河口湖の紅葉狩り、今夏設立したカメラ同好会（写楽）の腕試し、そして会員の親睦。練馬区役所前発観光バスは新宿で満席（外国人も乗車）。参加会員は女性３名と男性７名。幸いにも天気予報が外れ、日が差し始めた。名幹事が用意してくれたお酒・飲物・おつまみと紅葉、楽しい会話で道中を堪能した。勿論カメラの機能や写し方の質疑に花が咲いた。途中の混雑、雲の合間に写した富士山など記憶に残る。河口湖畔は観光客で満杯。その半数以上は、アジアの若者。彼らの姿に過日の自分を見る。日本の若者よ、ひろばの記事のシルバーに負けずに、海外に出て見聞を広めよう。

一笑会　久保田秀夫

オープン参加行事のご案内

☆ **練馬ジャズ教室　3月開講**

NPOウエルカム石神井公園は、昨年8月のサマーフエスティバルに出演していただいたプロ歌手山岡未樹さんを講師に迎えて「練馬ジャズ教室」を開講します。
(日時)毎月第1、3月曜　15・30～17・00
(場所)練馬区石神井町3の20の13
　中内ビル3階(いずみ書店階上)ブーケ
＊入会金・月謝・教材費などの詳しいお問い合せやお申込みは、楽友会　下河秀行
　☎080―6607―4321

【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)コミュニテイ・チャイハナ光が丘
　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・コーヒー・紅茶
(申込・問合せ)四季会　吉村
　☎070(6559)3933

☆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

☆囲　碁　愛　好　会

みんなで楽しく囲碁を！
(日時)毎月第2火曜日　13・00～17・00
　(その他日曜又は休日)
(場所)サンライフ練馬　和室(2)・会議室
(会費)年500円
(申込・問合せ)まるく会　伊藤
　☎090(7415)3163

【編集会議に参加して】

昨年12月10日、NSN編集委員会に出席した1週間後、救急車で運ばれる身となろうとは予想だにしていなかった。
虫垂炎で大手術をして大晦日にやっと帰宅することが出来た。
私は昨年も、いろいろな地域活動で忙しく動きまわり、わが身を振り返える暇さえないぐらいの日日であった。
大病して、やっと健康の有難さが分かった次第で、今後は年相応な活動に切り替えたいと考えている。
さて、編集委員会に出席して、日頃から考えていることを述べさせていただいた。
まず、編集委員のご苦労を労った上で、①紙面のマンネリ化の防止、②用紙のカラー化、③写真の鮮明化、④NSNニュースファイルの配布、⑤WHC講座のハイライト記事欄の新設等々。予算と紙面の都合があり、直ぐには出来ないと思うが、今後の検討課題として、その具体案を提案した。
　楽友会　下河秀行

NSN定例運営連絡会　開催メモ

▼H26年11月22日(土)14・00～16・00
▼H26年12月27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、6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 シニアセミナー委員会
　・開催準備
④ 会報編集委員会
⑤ その他

編集後記

年も明け、はや立春を迎える候となりました。時の過ぎ去るのは本当に早いもの。昨年師走には思いがけないことに選挙があり、私たちシニア世代にどのような変化をもたらすのか心配なこともありました。
編集委員会に初参加して以来、あっという間の半年、先輩方についていくだけが精一杯の私です。
何とか足手まといにならぬよう勉強させていただきたいと願っております。
今年は雪も多そう…。
積もる雪に道を見失わないようシニア世代の知恵をもって、若い世代に道を照らしてあげられたら…と願う昨今です。(雅)