

ねりまシニアネットワーク 会報/NSN 第 60 号 2015 年 9 月 26 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9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160名の参加で、練馬区役所地階会議室で催されました。

今回も会ごとのテーブル配置で、会員相互の懇談も和気藹々に行われたように思われ、参加者数も多く、この方式での開催がよかつたと思われます。

サマーフェスティバルに参加して

いちご会 井上隆雄

長崎原爆被爆者に対する「黙とう」で始まった第一部は、次の弦楽オーケストラの美しい調べにしばし暑さを忘れました。

第二部では160名の出席者の前で「いちご会」の紹介をさせていただきました、NSNへの帰属意識を高めることが出来ました。交流会では先輩同期会をいくつか挨拶に回ったところ、たくさんの方の励ましの言葉を頂き、又お互いの行事に相互交流が図れる可能性がある等、本当に実のある時間を過ごさせていただきました。準備いただいた皆様に心から感謝申し上げます。



石神井 Int'l オーケストラの演奏



新同期会「いちご会」の紹介

講演会の案内

「これからどうなる日本経済」浜矩子教授

10月8日(木) 14時

大泉学園ゆめりあホール

平成27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(H4) 山本 雄一

四季会(H9) 桑原 義和

睦 会(H11) 渋谷 良郎

八展会(H13) 熊谷 玄之

メロウメイツすばる(H14) 奥村 悦郎

ELF(エルフ)(H16) 内藤 雄幹

トリトンねりま(H17) 武藤 哲

ひとみ会(H18) 伊知地 哲男

虹の会(H19) 丸山 敏雄

まるく会(H21) 小澤 渉

楽友会(H22) 小倉 政夫

二三の会(H23) 岡部 史生

みんなの会(H24) 桂 幸嗣

一笑会(H25) 久保田 秀夫

ひまわり(H26) 大貫 雅弘

いちご会(H27) 井上 隆雄

()内は設立年

【会員のひろば】

《高齢者と助け合い》

10年前、千人以上が住む我が光

が丘団地の住民も高齢化が進んできており、お互いに助け合うことができないものかと考えて、知人数人に呼びかけボランティアで活動してはどうかと提案したところ、賛同を得たので、「助け合いの会」としてスタートした。

1年間は、モデルプロジェクトを試行し、現在の運営は、次のようになっている。

(名称)暮らしの助け合いの会

(対象)団地居住者全員

(登録)助けることができる人は、出来ることを事前に連絡しておく。

(サービス内容)

無理なく、簡単に出来ること。

例：ごみの搬出、家具の移動、掃除、蛍光管等の取り換え、パソコン等の取扱い説明等

(対価)有償

30分、250円、1人当たり

(報告)サービスした都度、報告書を作成する。

(組織)効率的な運営を考慮し、団地管理組合の生活環境委員会に所属する。運営委員20名。
(運営)年1回の総会、2ヶ月に1回の運営委員会を開催する。

(実績)

会の存在は認知されるようになり、他人へのお願いの遠慮があり、多くの利用実績になっているのが現状。

年間利用実績は5～6件。

(活動の広がり)

隣人との付き合いを広げるために、年3回のピクニック、月1回の「体操と歌」を行っている。今年には花見も行なった。

(思い出)

東日本大震災時の当団地の後片づけ等、多くのエピソードがあるが、話したせきりがないので、いずれまた。 八展会 山本猛

《原発事故の行方を監視しよう》

チェルノブイリと福島原発事故

は、数多くの原発事故の中で2大事故と言われ、夫々数十万人の市民が避難させられている。加えて事故の残留放射能は世界的に拡散し、後続被害は長期にわたると予想されるが、日本の政策のあいまいさは世界を不安にさせてきた。特にまた今年の避難指示解除と、停止原発再稼働が課題再燃させよう。

原発汚染対策で参考とすべきチェルノブイリは、陸地での直接爆発で影響圏は100Kmに及んでいるが、被害者数は世界に及び、例えば事故発生後15年間で約100万人という研究報告がある。海汚染も含む福島メルトダウンは、なお深刻だ。

放射能汚染問題では関連して原発問題があり、広島・長崎への投下と各国実験による被爆者は数十万人を超え、被害は今も存続中だ。

ふりかえると、石炭・石油・ガスに替わるエースとして、鳴り物いりで45年前に登場した原発は50基を超え(世界3位)、電力の25%を賄ってきた。福島の事故を機に廃止論が再燃してきたが、事故内容の不明さ、対応の脆弱さ、長期対策のあいまいさがあり、先行き不安を加速している。発電機からの放射能に加え、使用済燃料や汚染廃棄物の処理問題は、改めて脚光を浴びている昨今である。

小生は長崎原爆を10才で体験した(3Kmで水泳中、全身受光)。又妹2人も自宅前で裸同然で浴びた(2Km)、20才で乳癌にかかり、60才で脳転移で次々死んだ。ABCCの報告通りであった。小生にとつて放射能の中長期的影響問題は「気がかりごと」なのである。多くの出版物を前に、東京も人が住めなくなる日を夢に見るこの頃である。

平成27年8月 エルフ 松尾正輝

【ねりまシニアネットワーク（NSN）の歴史】④

講演会

社会貢献活動の一環として、地域のシニアに関心のあるテーマで一般向けの講演会を開催しようとする機運が高まり、平成22年からNSN主催として始めました。NSNの講演部会でしたが、平成25年からWHCクラブ主催として運営しております。Wは福祉、Hは健康及び歴史、Cは文化及びコミュニティを意味します。当初は歴史ものが喜ばれ、特に江戸時代を得意とする講師にお願いしていましたが、近頃は幅広く社会問題もとりあげています。また、それだけでなく、楽しい演奏会も組み入れており、みなさまの要望に沿ったものになりたいと思いますので、関心のあるテーマをお寄せください。

ついの住まいの研究会

シニアのこれからの一番の関心事となる「ついの住まい」について一人で取り組むのは難しいので、みんなで考える場を設けたものです。まず、参加の動機を語り合い、介護サービス・制度や、「ついの住まい」の選択肢を学び、実際に見学しました。また、これらに関する講演会を通算5回開催して、研究会のメンバーのみならず、NSNの同期会会員にも最新の情報を提供しました。さらには、「私の思い」を書いたり話し合うことで、疑問点・不安点を具体的に抽出し、その解消を図るにはどうすれば良いか、一人ひとりが考えるように努めてきました。

平成23年10月からの2年間を第1期、その後の2年間を第2期として開催し、当初の目的を果たして平成27年8月に終了しましたが、シニアの関心の高いテーマでもあり、これからもなんらかの形で活動を続けていきたいと思いますっております。

講演会

平成22年(2010) 1月	【第1回 138名参加】	「坂本龍馬に学ぶ」 福田嘉文氏
平成22年(2010) 11月	【第2回 116名参加】	「勝海舟はこう生きた」 福田嘉文氏
平成23年(2011) 1月	【第3回 190名参加】	「江戸学入門」 福田嘉文氏
平成24年(2012) 1月	【第4回 82名参加】	「レジャーと観光」 前田勇氏
平成24年(2012) 10月	【第5回】	「徳川家康のすべてを語る」 福田嘉文氏 —徳川家康の生涯と人物像—
11月	第1日 112名参加 第2日 68名参加	—関ヶ原の戦いの舞台裏—
※これより「WHCクラブ」主催（NSN共催）		
平成25年(2013) 7月	【第1回 50名参加】	「ついの住まい研究会報告」 武藤哲氏
平成25年(2013) 11月	【第2回 59名参加】	「八重の波乱万丈の生涯」 福田嘉文氏
平成26年(2014) 3月	【第3回 113名参加】	「終活—もしもの時の準備—」 二村祐輔氏
平成26年(2014) 6月	【第4回 64名参加】	「東京の自然災害を考える」 松田磐余氏
平成26年(2014) 11月	【第5回 151名参加】	「認知症の予防と早期治療」 長谷川和夫氏
平成27年(2015) 3月	【第6回 135名参加】	「ピアノ演奏会」 上園賢一氏

ついの住まいの研究会講演会

	68名参加】	「在宅に必要な訪問看護」 重信好恵氏
平成26年(2014) 1月	【第2回 39名参加】	「訪問診療の実際」 森宏太郎氏
平成26年(2014) 3月	【第3回 26名参加】	「介護が必要な時のサービス」 木田正吾氏
平成26年(2014) 7月	【第4回 32名参加】	①「住宅改修」 青木伸吾氏 ②「薬剤師による居宅療養管理指導」 寺本仁氏
平成26年(2014) 10月	【第5回 46名参加】	「練馬で 最期まで元気に生きる」 今井伸氏

オープン参加行事のご案内

★テニス シニア初心者教室

7人前後の教室の新設を計画しています。

(練習日)月1回で第2月曜日9時から2時間

(テニスコート)石神井松の風文化公園

(参加費)コート代(1,600円の頭割り)

指導料(参加者1人月1,000円)

右記は暫定案で、その他コートの抽選申込み、ボールの確保、教室の内容等も参加希望者と話し合つて決めたいと思います。

(申込)ひまわり 大貫 ☎080(5409)8783

ねりまシニアクラブ山本 ☎(3995)3217

★お味噌作りのご案内

美味しくて！発ガン予防！

市販品とは一味違った「手前味噌」として好評。

(開催日)12月18日(金)10時～15時(予定)

(会場)石神井交流センター2F 調理実習室

(会費)3,000円 含昼食・諸経費

(注)前日の12月17日(木)11時

大豆・麴を配布(味噌4キロの材料)

(申込・問合せ)締切11月末日

ねりまシニアクラブ 端

☎&FAX(6625)0613

ひとみ会 伊知地 ☎(5934)5960

〔定例行事〕

☆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

☆ミニブリッジを楽しむ会 ♡♡♡

コントラクトブリッジの前半(オークション)

を省略・簡単にしたミニブリッジは、初心者も

すぐ楽しめるゲームで、認知症予防にもなり

ます。カードさえあればどこでも遊べます。

(日時)毎月第4水曜日 14:00～16:30

(場所)男女共同参画センター

えーる 3階 和室(小)

(会費)100円(当日参加者)

(申込・問合せ)ひとみ会 角地

☎(3904)8005

☆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(6266)3633

☆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

NSN定例運営連絡会 開催メモ

▼H27年7月25日(土) 14:00～16:00

▼H27年8月22日(土) 14:00～16:00

連絡確認事項

①講演会(WHCクラブと共催)

②ついの住まい研究会

③シニアセミナー委員会

④サマーフェスティバル委員会

⑤会報編集委員会

⑥その他

・各会活動状況報告(エルフ・トリトン)

編集後記

編集に携わって早や1年余り。会報が皆様の目にどのように届いているのか気になります。

新同期会「いちご」の皆様には、会報を通してNSNの活動をご理解していただければ、と願っております。2カ月に1度の会報では、行事・講演会の予定や、「会員のひろば」では各会の会員の思いが紹介されています。

今年の8月は連続8日の猛暑日があり、厳しく酷い夏でした。そのせいか9月末になつての虫の声は心を和ませてくれています。でもまた何か、早くはやくと急ぎ立てられているような心境にもなるのです。

10月8日には浜矩子教授の時局講演会が有ります。どんなお話を聞かせて頂けるのか楽しみです。「秋澄むや…」という気持ちになれると良いのですが。(雅)