第62号

会報

NSN
NERIMA SENIOR NETWORK

2016年
2月号

ねりまシニアネットワーク　会報／NSN 第 62 号　2016 年 1 月 23 日発行　発行責任者／山本雄一

第23回ねりまシニアセミナー

来る5月29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、渡邊一雄氏に「手ごたえのある生き方」(シニア世代が地域社会で楽しく生きる10の定石)の演題でお願いすることになりました。詳細のプログラムについては次回の委員会(2月3日)で決定の予定です。

昨年第22回ねりまシニアセミナー

スプリング・アフタヌーンコンサート

WHC主催(NSN共催)の次の講演会は、昨春に続きコンサートです。

来る3月16日(金)に、大泉学園のゆめりあホールで、「スプリング・アフタヌーンコンサート2016」と題して、ヴァイオリン・チェロ・ピアノの演奏をお聞きいただきます。

開場13時30分、開演14時で、入場料は500円です。春のひと時を室内楽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)

ヴァイオリン　西谷国登氏

【会報の紙面づくりについてお願い】

NSNのコミュニケーションを、より活発化させるために、会報はどのような紙面づくりをしていけば良いかを、各会で討議していただき、それを運営連絡会で報告していただきたいと思います。(特に二面、三面)

(会報／NSN 編集委員会)

【NSN運営連絡会について】

平成12年、練馬区とのシニアセミナー共催契約締結を機に、「ねりまシニアネットワーク」を組織化し、連絡会を発足させ、以後15年間毎月必ず、連絡会とその後の懇親会を開催してきた。一般に任意団体のネットワークや連合体では、1年に1~2回、イベントの際に顔合わせするのが普通で、これだけの密度の集まりを実施しているところは他に殆どないといってよい。

運営連絡会はネットワークの総会に次ぐ意志決定機関であり、ネットワーク運営上重要な役割を有している。同時に、これだけの密度で懇親会を含め会合を持っていることが、ネットワークの中の情報や人の交流を促進し、会員個人の地域での居場所・生きがいやネットワークの維持存続に寄与していると思われる。

(NSN事務局)

【会員のひろば】

≪海外ボランティア活動≫

私は8年前から1年の内、4～5ヶ月間、タイのチェンマイに滞在し、ボランテア活動をしています。

タイ北部にはエイズ患者やＨＩＶ感染者、及び生活困窮家庭の人達が大勢います。現地のタイ人と日本のＮＧＯとが連携し、これらの人達を支援しています。具体的には病院への送迎や生活相談、また親を亡くした子供たちの教育支援、並びにエイズ関係以外にも、生活困窮家庭の生活支援等を行っています。

参加のきっかけは、現在、日本でも老人施設でボランティアを行っておりますが、海外でもと思っており、10年前にチェンマイへ旅行した時にこの活動を知りました。海外でロングステイさせて頂くお礼に、その国の人のために何か出来るものはないかと考えました。

活動して良かった事は、支援した方の笑顔を見るのが嬉しいし、タイ人の心の豊かさを教えられます。又、チェンマイの郊外へ行くと自分の子供の時代に戻った風景が見られます。貧乏だけど心豊かであり、隣近所で助け合う風習もあります。

活動も8年目に入り活動自体の改善も必要ですし、タイ人自身で支援活動が自立出来るよう今後とも努力したいと思います。

数年前から趣味で、水彩画を習い初めて、チェンマイなどで個展を何度かやっています。絵の売上金は全て、この活動に寄付させて貰っています。ご関心のある方はお問い合わせ下さい。

≪診察室での会話≫

「先生、私は年をとるってことは、悪いことばかりだとずっと思っていたのですよ」と、診察がひととおり終了したところで、齢80歳を越えたAさんが、満面の笑みを浮かべて口を開いた。

「いやね、今日ここへ来る途中の信号待ちで、道路の反対の方で若い女がこちらに向かって急にしゃがみ込み、私に向かってジェスチャーで膝と膝の間を指し、スカートの中を見ることを促すような仕草をしたのです」。

すると先生は、「ほう、それで、どうなったのですか?」と相槌を打つと、嬉しそうに、「何だろうと不思議に思いつつ、ミニスカートに視線を向けたところ、なんと見えるあそこはノーパン!だったのです。女の周りには数人いましたが、女は一番手前で、目撃者はこちら側の私ひとりだけ、まるで白日夢を見ているようで、ただただ呆然としていました」。Aさんはさらに、「やがて信号が青に変わり、女は立ち上がって、こちらへ渡る途中で、『どう、おじいちゃん寿命が延びた?』という一言を残して、風のように立ち去って行ったのです」

咄嗟に「はぁー…」と返答したが、「私が思うに、女の大胆な行動は自分が年寄りだからではないでしょうか。若い兄ちゃんなら大騒ぎ、お爺ちゃんなら大丈夫と考えたのか。女にとっても、私にとっても一瞬のスリルを共有できたわけです」とAさんは、とっても幸せそうに私に微笑み、「いやー、そんなわけで、今日はつくづく年を取っていてよかったと思えたのですよ♪」…。

なるほど、本当に寿命が延びるといいですね。

メロウ・メイツすばる　あみちゃん

【ねりまシニアネットワーク（ＮＳＮ）の歴史】⑥

「NSNの歴史」の最終は、NSNの事業として開催されながら、その役割を終えたものを記録します。

バス旅行

睦会のオープン参加行事であったバス旅行を、NSNの会員交流事業として企画し、主催することになり、平成18年から平成24年までの毎年、計7回実施しました。実行委員会で、バスの借上げ、行き先の選定・下見、食事・見学場所の手配、車中の飲み物の調達等を行い、手作り感のある低価格ツアーで好評でした。

しかし、大型バス3台の大人数になるため、委員会の負荷が大きく、また近年は好みの多様化により、参加者も減少の傾向になったため、平成24年で終了しました。現在は各会で目的地を選び、市販のバスツアーを楽しんでいるようです。

健康麻雀の会と お楽しみ麻雀大会

平成18年に老化防止の一環として、健康麻雀についてアンケートを行ったところ、教えても良いとの回答者が14名、レッスン希望者が30名だったので、「シニア健康麻雀教室」を開催することになったものです。

平成18年第1回の受講者は、全くの初心者が10名、未熟と自覚する方が7名、ある程度打てる方が3名の計20名で、基本の説明から始まりました。また、同時期から「お楽しみ麻雀大会」が開催され、第1回は腕に自信のある16名（うち女性1名）が、しのぎを削りました。「健康麻雀教室」で鍛えた腕を発揮する「新人戦」も行われ、親しまれましたが、事務局の退任により、平成22年で終了となりました。

ボランティア会議

NSNが行えるボランティア事業の検討と、会員個人のボランティアを紹介する目的で、平成18年に開設しました。CCW・公開講演会・ついの住まいの研究会などの提案をしてきましたが、個人の参加の成果がなく、またNSN事業については、役員会で討議するようになったので、平成24年に終了しました。

バス旅行

平成18年(2006) 11月【第1回 106名参加】	昇仙峡・ワイン工場見学	バス2台
平成19年(2007) 11月【第2回 137名参加】	丹沢湖・最乗寺	バス3台
平成20年(2008) 11月【第3回 167名参加】	妙義山の紅葉・富岡製糸場見学	バス4台
平成21年(2009) 11月【第4回 138名参加】	わたらせ渓谷	バス3台
平成22年(2010) 11月【第5回 142名参加】	越後湯沢温泉	バス3 台
平成23年(2011) 11月【第6回 132名参加】	小諸・軽井沢	バス3台
平成24年(2012) 11月【第7回 86名参加】	吹割の滝・りんご狩り	バス2台

お楽しみ麻雀大会

平成18年(2006) 【第1回】
【第2回】
【第3回】
平成19年(2007) 【第4回】
平成20年(2008) 【第5回】
【第6回】
平成21年(2009) 【第7回】
平成22年(2010) 【第8回】

ボランティア会議

平成18年10月【第1回】開始
平成19年 2月までに3回開催
・学校の安全安心ボランティア提案
平成19年 4月【第4回】・エンタメ人材登録　提案
・NSNの地域別グループ化提案
平成20年 7月【第5回】・CCW提案（実施）
平成21年 1月【第6回】・セミナーを補完するミニ講演会の提案 ⇒ 公開講演会（実施）
平成22年11月【第7回】・ついの住まいの研究会提案（実施）
平成23年11月【第8回】　★翌年より開催せず

オープン参加行事のご案内

★エッセイ同好会

自作の随筆・時事評論などを発表し、懇談しましょう。
(日時)奇数月第4火曜日　14・00～
(場所)谷原出張所　会議室
　本年2月のみ23日　区役所東館3階
(会費)300円(当日参加者)
(発起人)代表・堀田　剛
(申込・問合せ)エルフ内藤☎(6760)2815

☆ボウリング同好会

シニアにも楽しく無理なくできるスポーツです。運動不足解消に、初めての人にもおすすめです。
①練馬シニアボウル
(日時)毎月第2月曜日　12・00～13・30
②練馬フレンドボウル
(日時)毎月第1水曜日　12・00～13・30
(場所)①、②とも　シチズンボウル
　(高田馬場駅より徒歩10分)
(参加費)1000円(ゲーム代)
※①、②のいずれか、または両方に申込可
(申込・問合せ)睦会　山田☎(6760)3306

【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(6259)3933

☆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

平成27年11月28日(土)14・00～16・00
平成27年12月26日(土)14・00～16・00
(討議内容等省略)

【編集会議に参加して】

初めて編集会議に参加し、会報が作られる過程と編集委員のご苦労を知る事が出来、真剣に会報を読まなければいけないと反省しました。山本会長は、各会がそれぞれ活発に活動し、NSN全体として健全な発展をする事、会報がそのための情報誌としての役割を果たせないか編集委員と議論されていました。

私見ですが、各会の声・協力なしではこの問題は解決しないと思います。各会が結成以来独自の発展をしているのでその間の経験や、ノウハウ、苦労話、あの店は良かった等々を積極的に発信し合えば、紙面の価値は増すのではないでしょうか。時期を見て一笑会で議論し投稿したいと思います。

一笑会　久保田秀夫

【編集後記】

遅ればせながら、明けましておめでとうございます。今年も見ごたえのある?紙面を目指しますが、それも久保田さんの提案通り、皆さんの参加およびご協力次第で決まるのではないかと思います。どうぞよろしくお願いいたします。(五)