

ねりまシニアセミナー

開催のお知らせ

ねりまシニアネットワーク(NSN)の最重要目的である『地域の同世代の仲間と活動の足場「居場所」を作る』きっかけとしての「ねりまシニアセミナー」の第26回目が、5月12日(日)午後3時、区民・産業プラザ3階の「コネリホール」で開催されます。基調講演の講師は東京都健康長寿医療センター研究所・研究部長の藤原佳典氏(昨年11月に開催された練馬区主催の講演会の講師)をお願いする予定です。

ここ数年はセミナーへの参加者及び新たな仲間の会(同期会)参加者が減少傾向にあり、危機感を持っています。セミナー委員会では従来の慣習にとらわれない運営を心がけようとして検討を進めています。

まだ地域活動に参加されていないご近所の方、配偶者(特に男性)等にセミナーへの参加を勧めていただきたいと思います。

またセミナーは傍聴可能です。是非お越しください。

ねりまシニアセミナー委員会

世話役 井上隆雄

スプリング・アフタヌーンコンサート

WHC主催(NSN共催)の第5回コンサートへのお誘いです。

来る2月26日(火)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2019」と題して、昨年に引き続き2本のヴァイオリンとピアノの演奏をお聞きいただけます。

開場14時、開演14時30分

参加費は500円です。春のひと時を室内楽の調べで堪能下さい。

詳細は配布のチラシをご覧ください、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

神野優子

宮林陽子

ピアノ

平田 侑

(昨年3月の

コンサート)

平成30年度

ねりまシニアネットワーク

同期会会長代表者名 (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)	渋井 良郎
八展会(H13)	熊谷 玄之
メロメインすばる(H14)	猪俣 俊美
N・E・L・F(新エルフ)(H16)	内藤 雄幹
トリトンねのま(H17)	武藤 哲
ひとみ会(H18)	鈴木淳三郎
虹の会(H19)	丸山 敏雄
楽友会(H22)	下河 秀行
二三の会(H23)	岡部 史生
みんなの会(H24)	桂 幸嗣
一笑会(H25)	金澤 有司
ひまわり(H26)	大貫 雅弘
いちご会(H27)	井上 隆雄
ふたば会(H28)	鈴木 光夫
さわやか17(H29)	橋本 直樹
COOL30(H30)	斎藤 義美

()は設立年

【会員のひろば】

《練馬区民防災組織》

防災会に参加して》

今、地震等の自然災害の発生が予想されている中で、多くの区民の方々が区民防災組織に参加されることを期待されています。しかし、意外と知られていないので、ここで紹介させていただきます。

この区民防災組織は、地域内の災害予防及び二次災害の防止、復興等を図るため、その地域内の区民を母体として設立・運営される次のような個別の組織から構成されています。

○防災会：主に地震等による火災の初期消火、救出救護等を行なう。
○市民消防隊：避難道路及び火災危険度の高い地域の消火を行なう。

○避難拠点運営連絡会：避難拠点の運営協力と避難者支援等を行なう。
この個別組織の中で一般的なものが防災会と避難拠点運営連絡会です。

防災会は現在、練馬区に約300組織が設立されており、月1回から

3回程度の頻度で訓練等を行なっています。内容は、消火ポンプD級の操作や消火栓へのスタンドパイプ設置、負傷者の救出・搬送、避難拠点（小学校・中学校に設置）における避難者支援活動、防災研修などに関するものです。

また、避難拠点運営連絡会は、町会・自治会・防災会・PTA等の地域関係者で構成されており、災害時における行動マニュアルの検討・作成と周知、避難拠点訓練の実施等の活動を行なっています。そして災害時には避難場所の整備、避難拠点内広報、給食・給水、保健衛生管理など避難生活を支える役割を担うこととなります。

このような活動を行なう区民防災組織の充実が、今後とも必要と考えております。

一笑会 美濃真一郎



《文化の秋を楽しむ》

初秋に、練馬区立美術館で開催中の「浮世絵の鬼才月岡芳年（よしとし）」展を団体鑑賞した。幕末から明治の激動の時代を生き抜いた『最後の浮世絵師』といわれた作品を鑑賞した。芳年を50余年かけて蒐集した素晴らしい個人コレクションを、加藤陽介学芸員のわかりやすい解説で10倍楽しむことができた。

中秋に、有志で「神田川・日本橋川・隅田川クルーズ」に参加した。

都心の川を水辺から眺める風景は特別だった。日常の風景とは違って、絵巻物のように繰り広げられるクルーズならではの景観は新鮮であった。変わりゆく東京と変わらない江戸の遺構に触れて江戸東京を満喫した。

晩秋の一日、11月26日に深大寺を訪ねた。ガイドさんの説明で1300年の歴史ある名刹を散策し、国宝白鳳仏に参詣した。紅葉が見頃で、本堂横の大きな無患子（むくろじ）の

葉が金色に染まって見事だった。無患子の紅葉を見たのはこの歳になって初めてだ。お昼は、門前の嶋田屋で深大寺そばを食べて歓談した。

新春1月26日は午後2時から公開講演会をサンライフ研修室（3F）で開催予定。加藤陽介学芸員を招いて、演題は「浮世絵の名作を楽しむ〜浮世絵通になるための3つのトピックス〜」。浮世絵の名作を鑑賞しながら、興味深い話を期待している。睦会は新元号になる2019年、20周年を迎えます。

睦会 西島幸夫



深大寺門前で

【各会の思い出の行事】

《雨の川越七福神巡り》

楽友会発足3年目の平成24年1月21日に、西武鉄道主催の「川越七福神巡り」に便乗することにした。参加者は9名であった。スタート時は曇りの空であったので、大勢の参加者に混じって元氣よく歩き出した。

妙善寺（毘沙門天）、天然寺（寿老人）とお参りした厩前には小雨になりだした。喜多院（大黒天）にお参りした後、近くの食堂に入り食食を頂いた。成田山川越別院（恵比寿天）に寄った後、老舗風の和菓子屋に入り休憩した。川越を象徴する「時の鐘」を巡った頃には雨も段々ときつくなりだし、参加者の足取りも鈍りだした。ここらへんで中止してはどうかという意見も出てきたが、七福神巡りに来て途中でやめるのは利益がないのではという理屈をつけて続行することにした。

蓮馨寺（福祿寿）から人気のある菓子屋横丁に向かい、甘いものを買

って多少気分は変わったものの、雨は一向に止まない。見立寺（布袋尊）、妙昌寺（弁財天）と終わりに近づくと頃には、皆黙々とただひたすら雨の中を歩く修行僧のような雰囲気になってきた。

本川越駅にあるプリンスホテルに立ち寄って暖かいコーヒを飲んだ時、やっと皆に笑顔が戻ってきたのが、印象的であった。この雨の中の七福神巡りで参加者全員がその後「七難即滅、七福即生」の御利益があったものと信じている。

なお、左記に掲載したスケッチは会員の大坪省三氏が最近描いたものである。 楽友会 小倉 政夫



地域活動する仲間たち②

♪マジックでボランティア♪

マジック（手品）を趣味とし、ボランティアに生かしている方は多いと思われませんが、ここでは2組に自己紹介して頂きます。

※ 田村年治さん（ふたば会）

9年くらい前にカルチャラーの仕事をしていました。マジックの講師のサクラをしているうちに覚えたことを生徒に見せたところ好評で、自分でやるようになった。ボランティアとして行うようになったのは、デイサービスドライバをやめて、そこに招かれるようになってから。今はそこを含めて介護事業所3か所で、月に1〜2回訪問している。簡単なものをいくつかタネを教えて、宿題としてやってもらっている。手品は不器用な人の方が熱心に練習することで上達する。みなさんも如何ですか。孫のジジババ会でも受けますよ。



※ 菊池孝子さん・片桐治代さん
（虹の会）

15年位前から光が丘マジッククラブに所属し、ボランティアも一時はかなり大忙しだったが、近頃は大分減ってきた。でも、出演するためには練習もおこななければならぬ。いい、みなさんが喜んでくれるので自分のためにも続けたい。

オープン参加行事のご案内

《12月オープン参加の味噌作りの報告》

この味噌作りの会はシニアクラブで発足して20数年になりますが、これまでの個人的な口コミによる集まりから、NSNオープン行事に格上げしたことにより、今年から新たに16名が加わり男性10名女性6名 計16名の参加となりました。

前日からそれぞれ自宅で下準備していた大豆を蒸し、粉砕し、麴と混ぜる工程を、食食を挟んで和氣謔々と楽しみ、4キロの収穫を持ち帰りました。まだ手作りの味噌を賞味していない初参加の女性から来年もぜひ参加したいとお言葉を頂き、味噌作りを楽しんで頂いてよかったですと思います。 端辰夫



和氣謔々の味噌づくり
石神井公園区民交流センター
調理室で

【地域で活動する会員たち】を

お知らせしたい

今年12月10日の、地域で活動する会員たちを紹介いたします。各会には色々な活動をされている会員がおられると思いますので、NSNのみならずにお知らせしたいと思います。編集委員会よりご連絡頂きたく、お願いいたします。

会報/NSN編集委員会

【定 例 行 事】

☆ナンプレ(数独)同好会

初めての方には簡単なやり方の説明をさせていただきます。

(日時) 毎月第1金曜日13・30～14・30

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 100円(資料代)

(問合せ)四季会 桑原 ☎(39990)43550

☆NSN歌声交流カフェのご案内

昔歌った愛唱歌・童謡・抒情歌をCDの曲をベースに、みんなで歌って楽しむ集まり

(日時) 偶数月第3木曜日14・00～16・00

(会場) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 無料 登録不要 先着25名様

(問合せ) ねりまシニアクラブ

桑原 ☎(39990)43550

山本 ☎(39995)2217

☆ユーモアサークル

3分間スピーチで、ユーモア感覚を会得

(日時) 奇数月第4月曜日14・00～17・00

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 300円(当日参加者)

(申込) 新エルフ内藤 ☎(6760)28815

☆ミニフリッツを楽しむ会(四水会)

フロントフリッツの前半(オークション)を省略・簡単にしたミニフリッツの会

(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

エーエス階 研修室

(会費) 無料

(申込) ひとみ会 角地 ☎(3994)8005



☆高野台エッセイクラブ

自作の随筆・時事評論などの発表と懇談会

(日時) 偶数月第4火曜日 14・00～17・00

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 300円(当日参加者)

(申込) 新エルフ内藤 ☎(6760)28815

【NSN定例運営連絡会 開催メモ】

▼H30年11月24日(土) 14・00～16・00

▼H30年12月22日(土) 13・30～14・50

各委員会連絡確認事項

・シニアセミナー・講演会・会報

・サマーフェスティバル

・セカンドライフ研究会

承認事項

第25回ねりまシニアセミナーへの補填

【編集会議に参加して】

NSN会報の編集会議に初めて参加しました。要領よい進行で、次号と次々号の編集企画が、あっという間に出来上がりました。

これからの課題は、紙面全体をバランスよく完成させることのようにでした。原稿を集めることが大変ですが、それぞれの同期会での「今年の十大ニュース」や、「一番印象に残っている活動」等を提出する仕組み、一つのアイデアではないでしょうか。

八展会 山本猛

【編集後記】

みなさまのアイデアで、紙面が生き生きします。お互いを知る一環として、地域で活動する会員たちシリーズを続けたいと思います。今年もよろしくお願ひします。(丸山)