



新春を迎えて年頭のあいさつ

佐久地区賛助会会長 川村 秀紀

皆様方には明るく輝かしい新春を御健康にて迎えられたこと、心よりお慶び申し上げます。昨年は佐久地区賛助会活動に御支援を賜り厚く御礼申し上げます。

年末には思いもよらぬ「総選挙」が実施され皆様方御存知通りの結果が出ました。有権者の52.7%（長野県内55.5%）の投票率で国政のハンドルが切られていくのです。怖いものです。

さて、昨年末に長野県長寿社会開発センターの地区賛助会連絡協議会が開催されました。私にとりましては会長に就任してから二度目の連絡協議会でした。この会議で各地区の賛助会幹部はじめ事務方の皆様が『賛助会』とはなんぞや、そして理念を理解した上でどのように会員の皆様やシニア大学の皆様にお伝えしていくかを、初心に戻って話し合いました。

今、長野県では『しあわせ信州創造プラン』という長野県総合5か年計画の具体的な取り組みがされています。

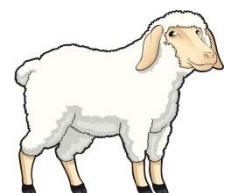
その中で私ども高齢者に大きな期待がかかってきております。『誰もがその人らしく生き抜く長寿社会の実現を目指して』という長寿開発センターのパンフレットをもう一度読み返してみてください。長寿社会開発センターが生まれ変わったことがわかります。

その一環として昨年の小諸市における2014信州ねんりんピックに初めて阿部守一長野県知事が参加されて、全体ディスカッションのパネリストを務めて頂いたのです。驚きです。そして『賛助会』に対するご理解が素晴らしいと感じました。

長野県におきましては県政が高齢者にとって大きな風、うねりを創出してくださっております。『今です』賛助会が生まれ変わって行く時です。

会費がどのように使われているか？ばかりを気にされるのではなく、どのように活かしていくかを考えましょう。私共は人生二毛作社会の主役に再び躍り出たのです。力強い一年にしていましましょう！

佐久地域には『輝く個性と地域のカ、交流で未来を拓く信州佐久』のキャッチフレーズのもと、誰もが生き生きと安心して暮らす「健康長寿」の地域づくりプロジェクトがあります。賛助会の我々がその旗振り役です。ステージでもう一度主役を務めてみましょう！



平成 26 年度佐久地区賛助会員活動発表会開催

～ 地域や仲間と共に生き、居場所と出番がある発表会 ～

第 25 回佐久地区賛助会員活動発表会が 11 月 21 日（金）開催されました。従来の活動発表会では、賛助会員の親睦と理解を深める発表会という趣旨で実施していましたが、今回は、地域の高齢者の方々や地域の多様な主体と協働した居場所と出番のある発表会と銘打って一般の方々にも楽しんでもらえるよう「体験コーナー」や小諸ボランティアセンターの協力を得て「おもちゃなおし隊」の派遣などに取り組みました。参加者 295 名と盛況な発表会となりました。

開会式では、黒岩芳広佐久支部長、川村英紀賛助会長の主催者挨拶に続き長野県議会議員 今井正子様、長野県長寿社会開発センター事務局次長 熊井 昭様から祝辞を頂戴しました。

来賓の自己紹介後、2014 信州ねりんピック長野県高齢者作品展で入賞されたの方々に対する表彰（伝達）が佐久保健福祉事務所長 小林良清様より行われました。佐久地域では 10 名の方が入賞され、当日 8 名の方が参加され表彰を受けられ参加者から賛辞の拍手を受けられました。



“熱意と伝承の思いを輝かそう”

第 25 回賛助会員活動発表会シニアの力！



当日は、浅間山の雄姿がくっきりと眺められる好天に恵まれた和やかな雰囲気の中、参加者は総勢 295 名お越しいただきました。誠に有難うございました。

今年は、“だれもがその人らしく生き抜く長寿社会の実現”のため、高齢者と地域の多様な主体が連携・協働する場を拡大する機会として、地域や仲間と共に生き、居場所と出番がある佐久地区賛助会を目指して活動してきました。その成果をステージ、パネル、作品展示で発表しました。

なかでも、写経グループは例年の作品展示だけでなく、平賀にある大林寺松田住職を通して東日本大震災の被災地の一つである石巻の海岸から聖石を採取してきて、被災地に見守り観音像の建立実現のために、グループ各人が安全祈願の文字を書き献納する「石の展示」、それに浄財確保への一助となる活動などは特筆に当たると思いました。

また、今年の特徴は、502号会議室でのシニアパソコンクラブのパソコン相談、実技演習の他に、絵手紙の製作・指導その他ロビーでの草笛クラブの草や葉っぱの選定から吹き方までの実演、おもちゃなお隊小諸の参加など・・・実演コーナーを昨年より多く設け、地域や仲間との絆をより深める機会となりました。

ステージ発表では司会者が各グループの練習、活動状況など簡単な説明がおこなわれ、多くのグループが地域のイベントや施設でのボランティア活動に励まれているのがよくわかり感心させられました。

創立2年目になります『コカリナ木霊』の音色豊かな素晴らしい演奏には、心地よさの他に元氣と希望の調べが会場いっぱいに響きわたった感じを受け、今更ながら音楽の力に思いをはせたひと時でした。午後の部では舞踊が続きましたが、さすが常連の手足の動き、表情や間の取り方などは音楽ともマッチして会場一同雰囲気が変わるのを覚えます。また、例年シニア大学生が特別出演



する幸吟会の詩吟発表で男性の合吟は迫力満点、会場を魅了します。

各グループの活動発表を見学して、今後活動の在り方や活動発表の在り方などいろいろ課題もありますが、皆様のご指導ご協力を仰ぎながら課題に取り組み楽しい、元氣な、輝ける成果の賛助会発表会になればと祈念しております。最後に橋本先生をはじめ、事務局の皆様にはいつもながら強いご支援とご協力を賜りました事心から感謝申し上げます。

《 活動発表委員長 町田 俊一 》



シニアパワー全開の演技と作品



今回の活動発表会には、ステージ発表16グループ、パネル作品展示発表11グループそれに恒例となりましたシニア大学佐久学部2学年創作実技詩吟班の特別出演とシニアの力が結集された楽しい、創意工夫を育む発表会となりました。ステージ発表では『健康ライフ』のヨガ体操から始まり、会場を巻き込んだ演技は朝の緊張気味な雰囲気を一気に和らいでくれました。また、誰しもが野原の遊びで体験したであろうと思える『草笛同好会』の吹奏は、懐かしい子供のころを思

い出させてくれました。その草笛同好会の最後に草笛の吹奏に合わせて『故郷』の曲を会場と一つになって斉唱した時は一人一人が主役であると実感させられました。

また、結成2年目で初めての出演となりました『コカリナ 木霊』の堂々たる吹奏は、新鮮さがひときは輝いていました。午後は舞踊が多く演じられましたが、新旧どのグループもテンポの良い馴染みの曲が演じられると、会場から盛んな手拍子が起こり、出演者も笑



顔が出たり一体感の雰囲気十分と言った感がありました。出演者の人達も、緊張の中にも充実感や満足感の姿が印象的でした。

どのグループの出演者も厳しい練習をされてこられた自信と達成感が演技から伝わってきました。

一方パネル作品展示部門では、今年度もシニアパソコンクラブは502号会議室でパソコンの相談に応じるコーナーを設けたり、パソコンの実技など多くの人びとに対応する取り組みが見られ



ました。『おもしろクラブ』の陶磁器作品、『墨友会』のいろんな書体の作品、『写経の会』の力作、年々素晴らしくなっていると見入っている方々。『ニコニコ会』の心和む四季を描いた作品。いつも解説者がほしいね！と見学者の声がする『古文書学習同好会』の作品。すっきりと写真で活動をまとめた『実践クラブ23』、『郷土史を学ぶ会』、『健生クラブ』それに聴覚障がい者との交流が生き生きとまとめられていた『華中の集い』、また、賛助会員以外の初参加の『おもちゃなおし隊小諸』の実演、おもちゃなおしの他に奇術的な折り紙の実演。

絵手紙、草笛の実演指導などすべては紹介できませんが多岐にわたる発表には、発表者も参観者も満足されていたのではと思います。

フィナーレの全員唱『あざみの歌』は会員の青春歌？か、ひときわ大きく会場に響き渡り楽しい1日となりました。この感動と充実感をいつまでも伝えていきたいものだと感じました。

(広報委員会)

《賛助会のグループ入会案内》

楽しいですよ！ 仲間作りにどうですか？

1 【短歌を楽しむ会】 グループ長 臼田 宇多子

当会は、平成21年4月に発足し、今年6年目になります。指導者は、丸山晴久先生です。会員数15名で、月一回歌会を行っています。

9月、小諸市文化センターにて、信州ねんりんピックが開催されました折、当会も長野県長寿社会開発センター内山二郎理事長より表彰状を頂戴いたしました。

私たちは、特に社会貢献の実績は少ないですが、全員が短歌を作ることで脳の活性化がなされ生き



甲斐を感じる日々を送り心豊かに優雅に過ごしていければ、この上ない幸せかと思っています。

千三百年の歴史を持つ短歌は、明治以前は和歌と呼ばれておりました。五句三十一音の韻文定型詩であり、この韻律が生命であり原則であることは万人周知の事実であります。これさえ守って戴ければ、誰でも詠むことができます故、ぜひ、多くの皆様のご入会をお待ちしております。

2【ニコニコ会】 グループ長 塩川 忠彦

平成21年4月に20年度いきいき実践熟修了生で発足いたしました。

会員の特技を生かした絵手紙、そば打ち、マレットゴルフ、ボーリング、野外での研修などを活発に活動しています。

絵手紙教室は合同庁舎にて行い、講師には岩本先生及び仲間の中島さんにて行っており、年間8回を計画しております。絵手紙は、「下手がよい」をモットーに和気あいあいで行っています。

また、そば打ち教室は観音峰活性化センターにおいて行い、これも仲間の篠原さんを講師として和気あいあいで行い、南相木の仲間の方の取った松茸を汁の具として美味しく食べています。マレットゴルフは、佐久地域内のマレットゴルフ場で行います。山菜取りは南相木村にて行っております。

絵手紙や、その他の行事を通じて相互の親睦、健康の増進を図り、活動発表会では作品の展示を行うことにより社会に参加しているとの意識を持ち、見て頂く方が多く、活動の励みとなっております。

絵手紙については、中島さんが

地域の方と一緒に佐久地方の各施設（主に集会場、病院等）等で作品の発表を行い非常に好評です。

また、本年は活動発表会の中で、初めて絵手紙の体験コーナーを開催しました。シニア大生の1年生を中心に指導を行い、大勢の方に参加を頂きました。厚くお礼申し上げます。

長寿社会に向かって、会員が健康で長生きをするために、それぞれの能力を最大限に発揮して、「顔にニコニコ」の合言葉で、できるだけ社会に貢献していきたいという気持ちで活動しております。皆さんの入会をお待ちしております。



3【楽舞の会】 グループ長 佐藤瑛子



プの皆さんと新年会、研修旅行で親睦を深めています。

2014 信州ねんりんピックでは4つのグループと一緒に舞台発表をしました。会場から多くの拍手をいただき、とても嬉しく心に残る時間でした。これからレパトリーを増やして地域社会への貢献ができるようにしていきたいと思っています。

舞踊に興味のある方、私たちと一緒に活動しませんか！？入会を心からお待ちしております。

平成22年シニア大学卒業生仲間と活動を始めました。皆で和気あいあいと楽しみながら舞踊の技能向上を図るを目指して「楽舞の会」と名付けました。若柳昌助師匠のご指導をいただき、月1回佐久合同庁舎でお稽古をしています。

ボランティア活動では、「山菜まつり」「祇園祭」「病院祭」「ふれあい祭り」「公民館まつり」等で、各地に出向き実施しています。

若柳昌助師匠の指導を受けている他のグルー



4【写経の会】 グループ長 星野 憲司

平成 23 年 4 月に設立し、現在 4 年目です。現在は 29 名の会員が、宗教宗派にこだわらずに思い思いの願いを込めて『般若心経』276 文字を写経しています。

学習会の日程は、基本的には佐久合同庁舎にて毎月第一水曜日と決めて午前 9 時 30 分から 12 時まで行っています。

イベントは学習会の後に計画し、単独でない出来ないと出来ないイベントについては、学習会以外の日に計画し実施しています。

平成 26 年度のイベントを下記に紹介します。

- 1 月 新年会
- 2 月 役員会
- 3 月 善光寺写経会
- 4 月 総会
- 5 月 尾瀬ハイキング
- 6 月 明泉寺写経会
- 8 月 暑気払い
(佐久グランド)
- 9 月 役員会
- 11 月 役員会
- 12 月 忘年会 (一萬里)

『継続は力なり』とのことわざもありますが、4 年目に来て、以前より上達しているようです。興味をお持ちの方、歓迎いたします。



平成 27 年度長野県シニア大学佐久学部学生募集のお知らせ

- 1 入学資格 おおむね 60 歳以上の県内在住者で、学習意欲が旺盛であり、地域活動を行おうとする方。なお、平成 24 年度以前に長野県シニア（老人）大学を卒業された方も再入学できます。
- 2 募集人員 120 名
- 3 学習期間 2 年間
- 4 学習時間 年間 68 時間（17 日×4 時間）、月 1～2 回（金曜日）
- 5 学習内容 地域活動を行うための幅広い分野の学習ができるよう多彩な講座を設けています。
実践講座（社会参加（貢献）への足掛かりとする講座）
教養講座（様々な教養を身につける講座）
実技講座（趣味（選択講座）と健康づくり（スポーツ）を行う講座）
- 6 授業料等 年間 8,500 円 他に教材費や自治会費等の費用が必要です。
- 7 募集期間 平成 27 年 2 月 2 日（月）～2 月 27 日（金）（当日消印有効）
- 8 問合せ先 長野県シニア大学佐久学部 事務局（担当：橋本）
(佐久保健福祉事務所 福祉課内)



〒385 - 8533 佐久市跡部 65 - 1 電話 0267 - 63 - 3141 FAX0267 - 63 - 3110

賛助会員の皆様のご家族、友人、知人、近所の方々にも声掛けをお願いします。