



平成28年度

佐久地区賛助会総会開催！！



去る5月26日、長野県佐久合同庁舎5階講堂において、佐久地区賛助会総会が大勢の会員の参加の下に開催されました。

渡辺和彦佐久支部長、川村英紀会長の主催者挨拶の後、長野県佐久保健福祉事務所長の小林良清様、公益財団法人 長野県長寿社会開発センター常務理事堀内良人様から祝辞を頂戴いたしました。

来賓の自己紹介の後、議事に入り、議長に小須田只四郎さん、副議長に上原くに子さんが選出され、第1号議案から第5号議案（27年度事業・決算・監査報告、28年度事業計画案・予算案・役員改選）までの審議を行い、可決承認されました。

会員の皆様のご協力により、佐久地区賛助会がますます発展できますよう御協力お願い致します。



議事の中で、佐久地区賛助会員数が今年も減少しているという話が出されましたが、これを解消するために様々な活動を展開しているシニア大学生と賛助会員との合同マレットゴルフ大会を9月27日に実施することが承認されました。大勢の会員の皆様の御参加と御協力をお願いいたします。

また、各グループの特技を生かして子ども達の先生役になって子ども達に様々な体験をしてもらい、同時に子ども達との交流を通じてグループや賛





助会員の活性化を図ることを目的とした“シニアによる夏休み子どもわくわく体験コーナー”及び、(株)日本総合研究所主任研究員・藻谷浩介氏による「里山資本主義から見える佐久の未来」と題した公開講演会の事業案が承認されました。

佐久地区賛助会のより発展のために昨年度も実施して好評でした佐久地区賛助会理事研修会を小林良清佐久保健福祉事務所長を講師にお招きして7月22日開催することも合わせて承認されました。理事の皆さんが意識を一つにして協力して佐久地区賛助会を大いに盛り上げることを期待します。

長野県長寿社会開発センター本部事業として「2016 信州ねんりんピック」文化・芸術交流大会(高齢者作品展)が10月1日～2日(塩尻市レザンホール他)、スポーツ交流大会が9月10日(大町市総合運動公園他)に開催されます。賛助会員の方々の出場、出展そして参加に対するお願いがなされました。

◇佐久地区賛助会研修会

総会後の研修会は、介護事業を中心とした“のぞみグループ”の代表である、甘利庸子氏をお迎えして、講演が行われました。

■演題 「大切なあなた」に向き合いながら ～ 医療・介護・福祉の立場から ～

■講演概要

講演の初めに「手紙～親愛なる子どもたちへ」のCDを聞きました。歌詞の一部を掲載します。

“年老いた私が ある日 今までの私と 違っていたとしても どうかそのままの 私のことを理解して欲しい。 私の服の上に 食べ物をこぼしても 靴ひもを結び忘れても あなたにいろんなことをおしえたように 見守ってほしい。”



年老いた親も気持ちがよくあらわされた歌です。また、考えさせられる内容でもありました。

グループの案内に記されている『住み慣れた家庭や地域で、最後までその方らしく、安心して生活していただけるよう、お一人おひとりの心を感じ心に寄り添いながら、あたたかく支援致します』との文言どおりに、高齢者ケアの実践活動をされている講師の貴重なお話でした。

「2025年には多死社会を迎え、病院では死ねない時代となる」

「今、社会貢献しておくことが、いつかは自分がやってもらえる。そんな時代にしたい」

「“ありがとう”の言葉が、その人がサポートしてもらえる秘訣です」

「自分をとりまいて世界を狭くしないように、眼と耳を良くしておくこと」

などといった言葉が印象に残り、我々の身近に迫っている課題を思い知らされました。

各自が、できるかぎり病気にならない、要介護者にならないように努めることが大切だと感じました。また、たとえ病気や要介護の状態になっても在宅ケアで過ごせるように地域住民が「困ったときはお互いさま」という助け合いの仕組みをつくっていくことも必要だと感じました。

(広報委員)



平成28年度 佐久地区賛助会事業計画



1 佐久地区賛助会総会・研修会

- (1) 日 時 平成28年5月26日(木) 午後1時30分～午後4時
- (2) 会 場 長野県佐久合同庁舎 5階 講堂
- (3) 議 事 平成27年度事業報告、決算・監査報告
平成28年度事業計画案及び予算案
平成28年度役員改選

<研修会> 甘利 庸子 氏 (のぞみグループ代表) 午後3時～午後4時
演 題 「大切なあなた」に向き合いながら
～ 医療、介護、福祉の立場から ～

2 佐久地区賛助会員活動発表会

- (1) 日 時 平成28年11月10日(木) (9日(水) 午後:前日準備)
- (2) 会 場 長野県佐久合同庁舎 5階 講堂
- (3) 内 容 活動グループによるステージ発表、作品展示発表、
パネル等によるグループ活動の紹介

3 役員会・理事会(役員、グループ長及び一般会員代表)

- (1) 役員会 年5回開催(4/14、6/23、10/13、12/12、3/9)
- (2) 理事会 年5回開催(4/21、7/22、10/20、12/15、3/16)
4月⇨平成28年度事業計画・予算について、総会について
7月⇨賛助会理事研修会、シニア大学との合同マレットゴルフ大会
10月⇨活動発表会について 12月⇨活動発表会の反省
3月⇨反省と来年度に向けて
- (3) 場所・時間 佐久合同庁舎 404会議室 午後1時30分～
- (4) グループ活動の推進とセンター・地区賛助会諸行事の計画と推進。

4 賛助会員とシニア大生交流マレットゴルフ大会

- (1) 目 的 賛助会員相互の交流とシニア大生の賛助会入会の促進
- (2) 開催日 平成28年9月27日(火) 午前9時より
- (3) 会 場 佐久総合運動公園マレットゴルフ場(予定)

5 夏休みこども体験教室

- (1) 目 的 各グループの特技を活かして子ども達の先生役になって子ども達に様々な体験をして楽しんでもらう。同時に、子ども達との交流を通じてグループや賛助会員の活性化を図る。
- (2) 日時 平成28年8月10日(水) 午前10時～午前12時まで
- (3) 会場 長野県佐久合同庁舎 5階 講堂、502号、ホール、和室、501号
- (4) 内容 絵てがみ、「ぞうきん」をぬいましょう、かわいい小物づくり
せっけんアート、折り紙であそぼう、紙飛行機をつくろう
じゅず玉でアクセサリーづくり、盆踊りをおどろう等
- (5) 参加グループ 我こそはと思うグループは参加ください。

6 公開講演会

- (1) 日 時 平成28年9月12日(月) 午後1時30分～午後3時
- (2) 演 題 「里山資本主義から見える佐久の未来」
～ “つながること”で地域の幸せを創りだそう ～
- (3) 講 師 (株)日本総合研究所 主任研究員 藻谷 浩介 氏
- (4) 受講料 賛助会員は無料(一般は500円)

7 佐久地区賛助会報「あさま」の発行

- (1) 年間4回発行(第40～44号) 4・7・10・1月に発行予定

- (2) 内容：佐久支部の事業内容、グループ活動の紹介、本部からの報告 等
 ※「44号」は、全グループの活動内容一覧表グループ紹介

8 「2016 信州ねんりんピック」(本部事業)への参加

- (1) 高齢者作品展、式典、パネルディスカッション、ステージ発表
 10月1日(土)～10月2日(日) 塩尻市レザンホール他
 (2) スポーツ交流大会(10種目) 9月10日(土) 大町市総合運動公園 他

◆◆◆◆◆ 平成28年度 佐久地区賛助会予算 ◆◆◆◆◆

1 収入の部					
区 分	平成28年度 予算(A)	前年度決算額 (B)	増減 (A)－(B)	内 訳	
センター交付金	225,000	227,000	-2,000	地区賛助会運営費交付金	
繰越金	51,989	79,324	-27,335	前年度からの繰越金	
利息	20	30	-10	銀行利息	
計	277,009	306,354	-29,345		
2 支出の部					
事 業 名	平成28年度 予算	前年度決算額	増減	内 訳	
(1)総会	45,000	34,909	10,091		
準備諸経費	5,000	4,909	91	盆栽レンタル、来賓の接待	
講師謝礼	30,000	30,000	0	甘利 庸子氏	
総会資料	10,000	0	10,000	資料印刷代	
(2)活動発表会	30,000	114,989	-84,989		
活動発表会リーフレット	25,000	0	25,000	リーフレット印刷	
準備諸経費	5,000	114,989	-109,989	盆栽代、来賓接待、役務費	
		0	0		
(3)グループ長会	20,000	8,200	11,800		
役務費	8,000	8,200	-200	理事等への案内	
資料印刷	12,000	0	12,000	役員会、理事会会議資料	
(4)地区賛助会会報	80,000	63,180	16,820		
会報印刷代	70,000	63,180	6,820	あさま40号～43号印刷	
はがき印刷代	10,000	0	10,000	総会ご案内通知	
(5)会員加入促進費	70,000	33,087	36,913		
シニア大生等への働きかけ	20,000	33,087	-13,087	マレットゴルフ大会	
ねんりんピック参加	20,000	0	20,000	バス借入補助	
公開講演会	30,000	0	30,000		
(6)その他活動に関する経費	32,009	0	32,009		
はがき代金	26,000	0	26,000	賛助会員への総会ご案内(500枚)	
役員旅費	6,009	0	6,009	会議参加等の補助	
計	277,009	254,365	22,644		

◆◆◆◆◆ グループ紹介 ◆◆◆◆◆

◇ 『 佐久平寿舞踊会 』 ～ 豊かな心と健康の源 ～

グループ長 上原 和男

指導者は寺島^{つねこ}毎子先生です。私達は平成11年4月に結成設立した日本舞踊のグループです。

日本舞踊を元気よく、楽しく踊ることが豊かな心と健康につながることを願い、地域への社会貢献、施設訪問、ボランティアを行ない会員相互の健康と親睦と心の充実を図るべく活動に邁進しています。

下の写真は、いずれも施設を訪問し踊りを通じて入所者と交流している様子です。



日本舞踊に関心や興味のある方は、ぜひ、入会して私たちと一緒に踊り、豊かな心と健康を育みましょう！！

◆ 『 華中の集い 』 ～ 手話の学習と交流の中から ～

グループ長 河原 茂

私達は、平成10年10月に結成された手話サークルのグループです。

山口 竹男先生を招いて、聴覚障がい者の人達と交え基礎から日常生活を中心に月2回学習会を開催しています。

また、長野県聴覚障害者協会佐久支部老壮年部の人達と交流を深め、昨年は金沢旅行やマレットゴルフのコンペ参加して手話に磨きをかけています。

野沢会館の文化祭のステージ発表では「四季の歌」「ふるさと」と野沢小学校3年生の体験学習で手話指導を実施した時の児童からのお礼の手紙を手話で披露しました。

ボランティア活動では、野沢宅幼老所や小諸市の愛灯園等を訪問し利用者と一緒に手話ソングを歌ったり、紙芝居を手話で披露したりしています。大好評の評価を頂いています。

結成当初は、華中「華の中年」と名乗って粋がっていましたが、今はそれなりの年齢の人ばかり。覚



えようと思ってもなかなか覚えられないのが手話です。その代わりに、みな同年代なので気が合い、おしゃべりは「華」盛りです。

手話を覚えたい人だけでなく、耳の調子の悪い人、周りの人とコミュニケーションがとりにくい人等、悩みや不安をお持ちの方々も気軽に仲間入りしてみませんか・・・・。

【連絡先】 0267-26-2015 (河原)

◇ 『 いきいきシニア2000の会 』



グループ長 清原 基生

いきいきシニア 2000 の会は、その名の通り西暦2000年に発足して今年で17年目を迎えました。現在A会員32名、B会員3名合わせて35名で活動しています。

私達のグループは、スポーツ系のマレットゴルフクラブとニュースポーツ ペタンククラブを中心に健康づくり、生きがいがづくり、仲間づくりを目標に心身の健康維持と会員相互の親睦を図る目的で活動しています。マレットゴルフクラブとペタンククラブの選択

は自由です。

〈 年間計画 〉

■マレットゴルフクラブ (4月～11月)

駒場公園マレットゴルフ場で、毎月8日南コース、17日北コースで例会を実施している。その都度、意気高揚を高めるために優勝をはじめ各賞を設定し表彰しています。

更に毎年6月に湯の丸高原へ一泊旅行を兼ねたマレットゴルフ大会を実施して宴会場で表彰を兼ねながら会員相互の親睦を深めています。

■ペタンククラブ (4月～11月)

ペタンクとは一体どんなスポーツだろうか？

フランス生まれの球技で木製の目的球 (直径3cm) に金属のボールを投げ合って、相手より近づけることで得点を競うゲームで、やってみると面白い。

駒場多目的運動場で月3回金曜日に練習しています。目標は、信州ねんりんピックペタンク大会、県ペタ入会をお待ちしております。



♪ 出展者・参加者募集中 ♪

◇2016 信州ねんりんピック高齢者作品展作品募集

- 1 募集内容 日本画、洋画、彫刻、書道、写真
手工芸
- 2 申込期限 平成28年8月26日(金)
- 3 申込先 住所地の市町村役場または
佐久保健福祉事務所
- 4 問合せ先 佐久保健福祉事務所 福祉課内
(公財)長野県長寿社会開発センター佐久支部事務局
☎0267-63-3141 Fax0267-63-3110



◇シニアによる夏休み子どもわくわく体験コーナー

- 1 日時 平成28年8月10日(水)
午前10時～午前12時
- 2 内容 子ども達にモノづくりを通じて楽しい
夏休みの一時を過ごしてもらう。
- 3 対象 小学1年生～6年生
- 4 申込先 (問合せ先)
佐久保健福祉事務所 福祉課内
(公財)長野県長寿社会開発センター佐久支部事務局
☎0267-63-3141 Fax0267-63-3110
※お孫さんを連れて御参加ください。