



か、ざ、こ、い

(公財) 長野県長寿社会開発センター 44号

飯伊地区賛助会

平成 29 年 1 月 20 日

事務局 飯田市追手町 2-678

飯田保健福祉事務所福祉課 (飯田合同庁舎)



支部活動支援事業

マレットゴルフ交流会開催

平成 28 年 10 月 18 日(水)、午後 12 時 30 分より(公財)長野県長寿社会開発センター飯伊支部主催、飯伊地区賛助会、下伊那郡老人クラブ連合会、いいだシニアクラブ連絡会共催・飯田広域シルバー人材センター、飯田市社会福祉協議会協力でマレットゴルフ交流会が下久堅親水公園マレットゴルフ場で開催されました。

地域の高齢者の健康増進を図ると共に、シニア世代の活動にかかる地域の様々な団体の活動発表の場を設け、情報交換や交流を行って今後の活動に活かす事業にすることを目的とした初めての試みの交流会でした。会場には、各団体のブースが設置され、PR や意見交換も行われました。

競技は好天に恵まれ、各団体総勢 98 名の参加者により和気あいあいのうちに、楽しい一時を過ごしました。



開会式



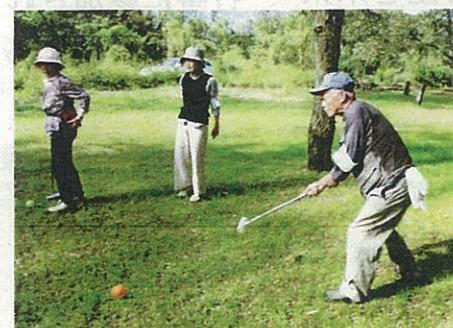
団体の PR



入ってくれ~



ちょっと遠いな~



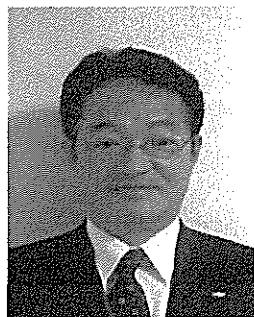
ナイスショット



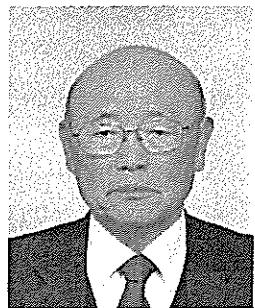
表彰式

新年のご挨拶

(公財)長野県長寿社会開発センター
飯伊支部長兼事務局長 石澤 一志



(公財)長野県長寿社会開発センター
飯伊地区賛助会会長 巻井 清人



明けましておめでとうございます。賛助会の皆様には謹んで新春のお慶びを申し上げます。

今や人生90年、100年時代とも言われ、心身ともに健康で生き生きと暮らせる健康寿命の延伸が求められる中、長野県は、県民一人ひとりのたゆまぬ努力によって、全国でも有数の健康長寿県になりました。

この飯田・下伊那地域でも、豊かな自然環境の下、特色ある伝統文化の継承など多方面で元気な高齢者の皆様が担い手として活躍されています。因みにこの地域で要介護認定された高齢者は約2割しかおりません。したがって、約8割の方々が介護保険を必要とせず元気に活躍されているということが言えるかと思います。

皆様が長年培つて来られた知識や経験を活かして、今後とも生きがいを持って暮らし生涯現役で地域活動や経済活動に参画していただくことは、誰もが安心して暮らせる地域社会の礎となり、また、健康長寿という先人から受け継いだ財産を未来へとつないでいくためにも、賛助会の皆様が益々お元気で御活躍いただくことが何より大切であると考えています。

結びに、本年も皆様にとってより良い一年となりますよう御祈念申し上げまして、年頭の挨拶とさせていただきます。

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様には、お健やかに新年をお迎えのことと拝察申し上げます。

昨年の清水寺が選んだ漢字は「金」の字で、良しにつけ、悪しにつけ、いろいろな場面で「金」に絡んだことが多かったですが、今年はぜひ良い意味での「金」にご縁がありますよう期待したいと思います。

さて、昨年4月より待望のシニア活動推進コーディネーターが配置され、今までと違ったやり方や、手段で諸行事がおこなわれましたが、賛助会としても精力的にお手伝いができました。

今年も(公財)長野県長寿社会開発センターの諸行事や、事業の目的に沿って積極的に参加し、また、各会員のグループ活動を応援PRすることによって、飯伊支部賛助会のやりがいや、目的を見出し、新規会員の増加につながる様、努力したいと思います。

会員の皆様には、今年も今まで以上に諸行事に参加され、飯伊支部賛助会が繁栄できますようご協力をお願い申し上げます。



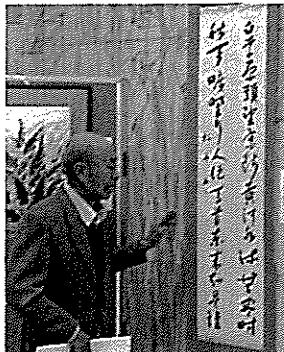
信州ねんりんピック高齢者作品展 飯伊地区入賞者表彰式と作品展



作品展会場と受賞者の皆様



《洋画の部》長野県長寿社会開発センター理事長賞
「裸婦」岡庭 登子



《書の部》奨励賞
「出塞行」王昌齡詩
森本 重吉

本年度の「信州ねんりんピック高齢者作品展・飯伊地区入賞者作品展」の表彰式が11月14日(月)に行われました。賛助会員である森本重吉様と岡庭登子様が表彰されました。作品展は18日(金)まで、県飯田合同庁舎1階ロビーで開催され、多くの方に見ていただくことができました。

ねんりんピック長崎大会・賛助会員大活躍

ねんりんピック長崎大会(全国大会)に飯伊地区から、「ペタンク」「ウォークラリー」「ダンススポーツ」の各競技に出場し、全員の方が見事に入賞されました。その報告会が10月31日(月)に飯田保福祉事務所所長室で行われました。



寺井直樹所長に受賞の報告をした宮島節男様とねんりんピック長崎大会の入賞者の皆様

「ペタンク」第3位
「ウォークラリー」第8位
「ダンススポーツ」第5位

ウォークラリー競技には、賛助会グループ「シニアニュースポーツ」のメンバーである近藤和子、原田均、宮田光子、羽生和子、伊藤孝様の5人がチームを組んで出場し、全国から集まった70チームの中で見事に入賞されました。当日は原田均様が代表して出席してくださいました。



表彰状を手にする宮島様



ユニホームにメダルを掛けて

宮島節男様・ニューエルダーシチズン大賞

賛助会員グループ「劇団赤門」代表の宮島節男様が、読売新聞社が主催する「地域に貢献する活動に取り組む70歳以上の高齢者をたたえる第16回ニューエルダーシチズン大賞」に入選され賞状と賞金が授与されました。受賞理由は「平均年齢80歳代の芸能仲間とともに、老人ホームを訪問したり、地域行事に招かりたりして、南京玉すだれや手品、ハーモニカ演奏など素人離れした腕前を披露している」。

宮島様は、劇団「赤門」の他に3つグループで活動をされており、公演回数は1、500回を超えたそうです。宮島様はいつも社会参加活動をする喜びを伝えていただいております。これから多くの仲間の皆様と健康に留意されて、一つのモデルとしてご活躍されますようご祈念致しております。

親睦ボーリング大会

さる平成28年11月16日(水)、飯田市のアストロボウルにて飯伊地区賛助会主催による「親睦ボーリング大会」が開催されました。賛助会員の親睦をはかるため、賛助会が独自に主催してはじめて開催された大会。参加者は16名。競技に先立ってボウリング場のインストラクターから指導をいただき、準備運動もしっかりと行った後、競技となりました。

ボーリングは初めて、という会員も教えあいながらの競技に、親睦を深める大会となりました。



卷井会長挨拶



支配人挨拶



インストラクター指導による入念な準備運動



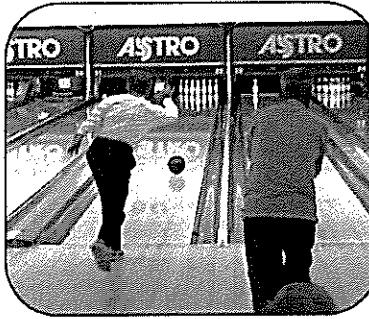
アドバイスにも熱がいる



受付にて



ナイス！ストライク!!



めざせ！ストライク!!



おめでとう！優勝は鈴柄さん

シニア世代の社会参加のための タウンミーティング

シニアを求める人たちと、何かをしたいと考えているシニアのみなさんの出会いの場です。

＜普段は聞けない活動内容や想いを聞き、新たな世界を広げませんか＞

1. 期日 平成29年2月21日(火) 13:30~15:30(受付 13:00~)
2. 場所 南信消費生活センター2階 大会議室
3. 内容

●シニアの力を必要としているグループ・団体の紹介

飯伊地区賛助会をはじめ、社会福祉協議会やボランティアセンター等で活動しているボランティアグループや仲間を求めて活動団体のほか、まだまだ働きたい人や、担い手を探しているシルバー人材センターなどの団体が参加します。

●各テーブルに分かれての交流会(グループ・団体との情報交換など)

●全体会

4. 参加者 シニア大1年生全員、シニア大2年生、賛助会員ほかどなたでも

賛助会員の
皆様
是非
ご参加
下さい

楽しく活動しているグループ紹介

36期シニアパソコンクラブ

私たちは平成26年5月に飯伊学部36期生として入学しました。既定のカリキュラムが受け身の講義体制が多い中で、次第に自主的活動が含まれるようになり、クラブ活動として各人が日頃の趣味を生かす活動に取り組みを始めました。

私共は「シニアパソコンクラブ」を立ち上げ、学内で呼びかけを行って9名の仲間が集まりました。参加者が少なくて気がかりでしたが、準備から取り組みを開始いたしました。講師には35期生の先輩であり賛助会役員でもある氣賀澤健様にお願いをして、ご指導いただきました。

目標は「ワード、エクセルに習熟する」を掲げて同年12月から学習をはじめました。幸い社会教育関係団体の承認を受け、市内公民館を無償で利用させていただき、シニア大学卒業後の現在も継続して月1回の学習活動を行っております。

開始当初は理解もままならなかった仲間も、学習が進むにつれて、操作方法にも理解が深まり、徐々に応用編も取り組めるようになりました。皆かなり上達しましたので、講師の先生も私達が戸惑っていた当初と比べ、生徒の指導も楽になったのではないでしょうか。

また、和気あいあいとした雰囲気の中でお互い教えあう場面も見られ、楽しいクラブ活動になっております。

本年もあと1か月余となりまして、今は工夫を凝らした年賀状の作品作りに取り組んでおります。

クラブ長 木下 克彦



私の声

「人生二毛作」歩みだす

昭和18（1943）年生まれの小柄な私は、70歳になるまで病気らしき病気は無く、当たり前に元気にしてきた。そんな折、村の検診で乳がんが見つかった。3年前に実の弟をがんで亡くし、苦しむ姿を目の当たりにしていたので死が脳裏をかすめた。

手術は成功し、前向きに歩き出した今年7月、乳がんの再発との診断を受け即手術した。

9月に退院したが、交流も無く、好きな趣味にも気力が湧かず、自分だけが取り残される錯覚にとらわれていく。2度の手術とがんの怖さにさいなまれていた時、テレビでリオのパラリンピックを見た。障害を抱えながら精いっぱい頑張っているアスリートたちの姿に、こんなことでは自分を自分でダメにする、前を向いて歩こうと思ったとき、ふとこんな詩が頭に浮かんできた。

〈年をとっても楽しみを 自分の足で探そうよ 互いに励まし助け合い 今いることに感謝して
自分で楽しみつくろうよ・・・〉

この先の老いの人生を明るく、二毛作にして、これからどんな花が咲いて実りがあるのか、周りに種をまき自分の足で楽しみを見つけていこうと一歩、歩きだしている。

9月21日信濃毎日新聞「私の声」より転載

大平 時江（賛助会員）

《賛助会の催事への参加のお願い》

今回の「かざこし44号」には、「シニア世代の社会参加に関わるタウンミーティングの開催案内」が4ページに載っています。「かざこし」には、今後も催事案内を載せてていきます。会員個々の皆様にご案内でき場合もありますので、「かざこし」の開催案内をご覧いただき、多くの方々のご参加をお願いいたします。

《原稿募集》

機関紙「かざこし」は、年4回発行しています。編集部では、毎回賛助会員の皆さん並びにシニア大学学生の皆さんからのご投稿をお待ちしています。詩歌・散文など何でも結構です。

送付先は下記へ

事務局 飯田保健福祉事務所・福祉課 担当 松澤・今村 ☎ 0265-53-0464

《編集後記》

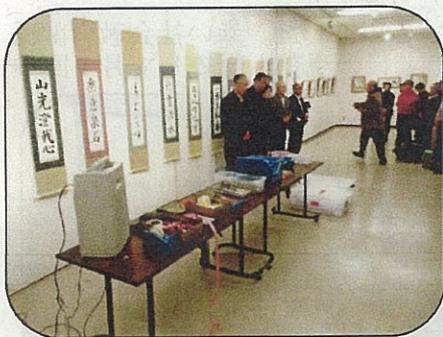
今回の「かざこし」も新年挨拶、マレットゴルフ大会、作品展入賞作品、ねんりんピック全国大会、ボーリング大会、クラブ紹介などなど、話題が盛り沢山です！ 今年は酉年、皆さん大いに羽ばたいて素敵な1年にしましょう。

編集委員 金田 喜美子

平成28年度

シニア大学作品展

1学年 作品展の模様



準備の様子



講師の先生方から解説と講評をいただく



寺井学部長も見学



講師の先生方のご指導に感謝



熱心に鑑賞する来場者

2学年 作品展の模様

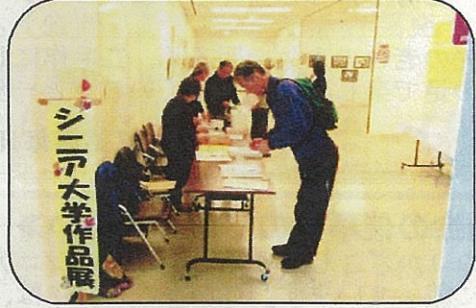
1年生（第38期生）作品展は11月29日（火）～12月4日（日）まで、2年生（第37期生）は6日（火）～11日（日）まで、飯田創造館で開催されました。実技講座やクラブ活動で学んだ成果を作品という形で発表することができ、多くの皆様に見ていただきました。それぞれの作品の素晴らしい出来栄えに、一般の来場者からも高評価の感想が寄せられました。



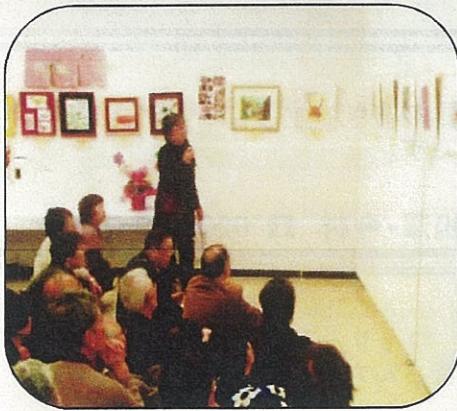
石澤事務局長 開催挨拶



小木曾自治会長より講師へお礼



会場・受付の様子



2年間の集大成に、講師の先生からも熱の入った解説と講評がありました。