



かぎぞこ

長野県長寿社会開発センター 47号

(公財)飯伊地区賛助会 平成29年10月13日

事務局 飯田市追手町2-678

飯田保健福祉事務所福祉課 (飯田合同庁舎内)



2017 信州ねんりんピック

スポーツ交流大会開催

2017信州ねんりんピック「スポーツ交流大会」が、9月30日(土)、茅野市運動公園 陸上競技場にて盛大に開催されました。競技種目10種目、出場者700人余りで、各会場とも熱戦が展開され盛況裏に終始しました。出場者の中で最高齢の方が92歳(飯伊最高齢者は91歳、ゲートボールに参加の壬生ツヤさん)であると発表され、そのお元気に感心させられました。

飯伊地区からは8種目(ダンススポーツ・ゲートボール・ソフトテニス・ソフトバレーボール・弓道・テニス・ペタンク・ウォークラリー)に15チーム58人が出場しました。さわやかな好天にも恵まれ、最高のコンディションの中で熱戦を繰り広げました。

大会の様子、競技結果につきましては、6ページに掲載しております。



開会式 内山理事長挨拶



小池県議を囲んで



弓道飯伊チーム



ウォークラリー飯伊チーム

シニア大学実践講座の紹介

シニア世代の社会参加をめざして、今年も実践講座で学んでいます。1年生は生活班のグループで、2年生は一人一人が取り組みたい課題を基に、グループを組んだり、一人で活動したりしています。

一日を通して活動する日を、1年生は10月31日(火)を、2年生は11月7日(火)をそれぞれの活動日としています。2年生はその活動発表会1月23日(火)に予定しています。是非お出掛けください。

1年生の実践活動の内容 (10班・10活動)

「中央保育園」紙芝居・ハロインの飾りつけ訪問活動	「シニアのスマホ塾猫の手」フェイスブックの登録と更新
「ハートヒル川路」障子の張替え作業を行う活動	傾聴について学習し「かざこしの里」で傾聴活動を行う
「ウェルネスタウン丘の上」を訪問して奉仕活動	「ふれあい農園・おおた」農業体験活動
「ふれあい農園・おおた」農業体験活動 (10月28日)	「村部のサロン訪問」と「てっぺん公園」除草作業
「上村デーサービス」で演芸を披露して交流活動	「ほっ湯アップル」で清掃活動

2年生の実践活動の内容 (52の課題別グループ・個人)

長姫神社内の美化活動	いこいの里グループホームで交流活動 (お楽しみ会等)
郷土料理の実習・脳トレ・地産地消のレシピ集づくり	ベルマーク収集・古布収集活動
阿智村立第二小学校で星めぐりの授業を行う	薬膳料理の研究・実習
演芸 (安来節) を習って発表する	手品を習って発表する
実用習字を習って実生活に活かす	農愉快会に参加して農作業体験を行う
第5回華齢なる音楽祭の企画・運営に参画して開催する	飯田中央図書館整備活動をシニア大37生と共に行う
オープンガーデン (シニア37期のグループに参加)	パソコンを習って通知文の作成や会計に活かす
明星学園でボランティア活動 (掃除・除草・ふれあい等)	人形劇に関わる活動
短歌を習って投稿する活動	陶芸を習って作品展をする (飯田創造館)
畳一枚のできる健康体操の普及	シニアの健康マージャンの開催
かざこしの里、笑みの里等で脳トレと老人のエステ	上郷黒田諏訪神社の歴史の勉強と環境整備維持活動
日本語教室のスタッフとして活動する (丘の上教室)	日本語教室のスタッフとして活動する (鼎教室)
日本語教室のスタッフとして活動する (鼎教室)	日本語教室のスタッフとして活動する (市公民館教室)
村に在住する外国籍の人達への日本語教室を開催する	千栄小学校の安全・安心見守り隊活動
鳩ヶ嶺八幡宮資料倉の宝物・資料の整理	丸山・上郷小学校や柳田国男館でお話を語る活動
上郷黒田高齢者クラブ・健康教室の企画・運営	子ども達を森林や山へ連れ出して自然体験をする活動
生田東地区で旧松川東小学校の整備と里山整備活動	座光寺共和・下羽場地区を中心としたゴミ拾い活動
ボーイスカウト活動の支援活動	泰阜村三耕地区の県道ゴミ拾い、マレット場整備活動
伊那十二薬師御開帳の実行委員会の立ち上げと運営	浪合地区で高齢者のための送迎サービス事業の立ち上げ
松川町諏訪形長老会を企画・運営する活動	コーラス (ほほえみの会) 華齢なる音楽祭へ出演
浜井場小学校で読み聞かせと料理クラブの支援	西郷地区ボランティア会 (除草・健康学習・施設訪問等)
泰阜小学校や図書館での読み聞かせをする活動	大下條小学校で読み聞かせ・自宅で料理教室の開催
自宅でスローライフの実践活動	鼎切石区の将来を考える会の立ち上げと運営
龍江地区公民館でストレッチ・ゲーム・お茶会の運営	かざこしの里等で食事介助・フラダンスの公演活動
平谷村で災害時の全村民の避難対応の調査と運営	千栄小学校で読み聞かせ活動
自宅で母の介護	下久堅柿野沢地区と東京都渋谷区との交流活動



安来節を習って活かす



薬膳料理の研究・実習



実用習字を習って活かす



陶芸を習って作品展



華齢なる音楽祭開催



中央図書館整備作業



手品を習って活かす



パソコンを習って活かす

2017 信州ねんりんピック 文化・芸術交流大会

○式典・交流プログラム・ステージ発表など 12月2日(土)

・会場 駒ヶ根市文化会館 「人生ニモウサク劇場」伊那谷の巻

○高齢者作品展 12月1日(金)~12月3日(日)

・会場 駒ヶ根市総合文化センター

・内容 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真の6部門の展示

・出品作品は未発表のものとする。

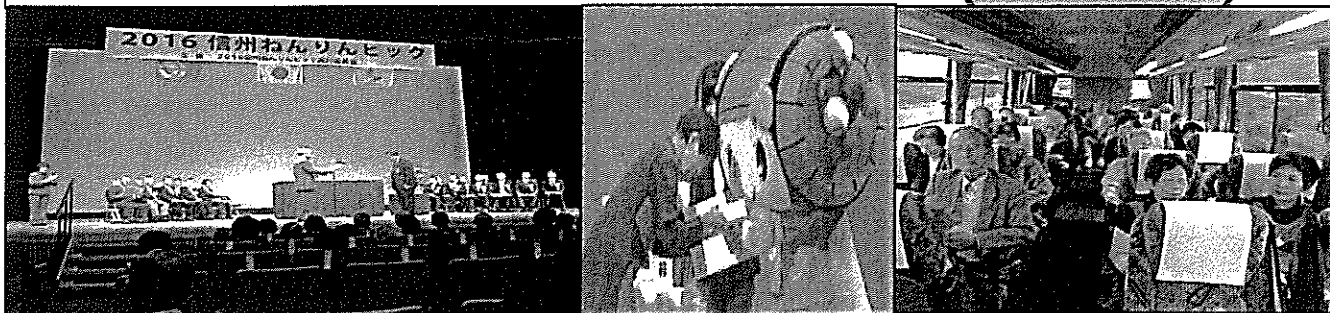
○囲碁・将棋大会 12月2日(土) 駒ヶ根総合文化センター

●作品展出品申込み締め切り…平成29年10月27日(金)まで

●作品搬入…11月24日(金) 飯田保健福祉事務所まで

シニアなら
どなたでも参加

バスで、皆で
見に行くで
楽しいに



※詳しくは飯田保健福祉事務所福祉課まで ☎0265-53-0464 FAX0265-53-0474

賛助会グループ「三六期会」 婚活サポート「アイリスの会」

より お知らせ

婚活

おせっかいさんになりましょう?

身近な方で、結婚適齢期の方はいらっしゃいませんか? シニア大 36 期卒業のメンバーが、長野県公認の「アイリスの会」を立ち上げ、婚活サポートをおこなっています。是非お知りあいの方にお勧めください。

実りの秋 野外バーベキューで素敵な出会いを

♥日時 平成29年11月4日(土) 10時30分~15時・受付10時~

♥場所 川路・かぶちゃんカフェテリア

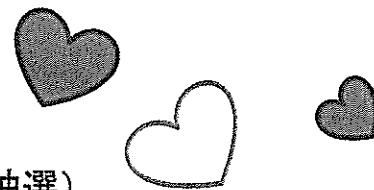
♥参加対象 20歳~50歳くらいまでの結婚希望の方

♥参加費 3000円

♥申込締切 10月15日(日)まで(応募多数の場合抽選)

♥申込み 氏名・携帯・住所・年齢・性別・職業をお知らせ下さい。

アイリスの会 担当:清水(090-3536-6408)・金田(090-9358-0661)まで お待ちしています。

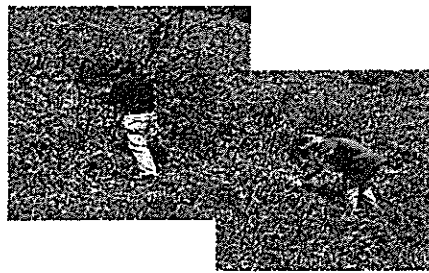


活動中のグループ紹介

山菜＝薬菜と親しむ活動

七葉会

入会当時は「ハーブの会」、その後「七八会」とグループ名を変更してきましたが、6月より「七葉会(シチハカイ)」を正式に登録させて頂きましたので、宜しくお願い致します。私達7人は、在学中に薬草の勉強を通じて【薬草＝野菜＝薬菜】を学びました。卒業後、地域活動参加と合わせて、山菜・野菜と親しむ活動も継続する事にしました。5月8日(月)9時半に集合し、準備運動?の後、急斜面を上って、わらび・ゼンマイ採りに挑戦しました。軽やかに登る者、一步一步足を運ぶ者と色々ですが、時間が経つにつれ皆夢中になり、上に下へと、山(許可受けた)を歩き沢山のわらび・ゼンマイを採りました。想定以上の疲れの後[タケノコの煮物][ゼンマイと野菜と肉との煮物][ワラビのおしとし][ののひる]コンニャクの煮物[キノコ他野菜の入った御飯][野菜の漬物・果物各種]揃った山菜・野菜のフルコースの昼食を五月晴れの下で楽しみました。次回は陣馬形山頂散策で決まりました。(グループ長 井原健治)



ハーモニカ演奏を楽しむ

ハーモニカクラブ「福寿草」

私達は37期卒業でクラブ活動として11名の仲間が集まり「ハーモニカクラブ福寿草」ができ、高橋明美先生にご指導いただくことになりました。

今年のシニア大学入学式で校歌の伴奏をさせていただき、このような厳粛な場所にだささせていただきともうれしく思います。

6月3日に「飯伊ハーモニカ愛好者の集い」に参加し、また6月25日には、高橋明美先生の茅野市・伊那市・駒ヶ根市・飯田市の各教室の発表会が飯田人形劇場でありました。私達福寿草も2曲演奏させていただきました。今回は第10回を記念して特別ゲストにハーモニカ奏者の「山口 牧さん」の演奏がありとても感動しました。ハーモニカの奥の深さを見させていただき、ますますハーモニカの良さを知ることとなりました。

ハーモニカはポケットに入りどこでも演奏できそして脳トレにもなりとても良い楽器だと思います。

高橋先生の熱意と私達のやる気で聞いてくださる方達から上達したと思っていただけよう頑張っております。

今、何か趣味をやりたいと思っている方、一緒にやりませんか、いつでも歓迎します。
(ハーモニカクラブ福寿草 藤本 あや子)



NSU37 人形劇活動班

賛助会で人形劇活動初挑戦

シニア大で初めて、NSU37 人形劇活動班は、南信州の人形劇文化にシニア世代の私達も地域の一員として積極的に参画し活動しているグループです。

昨年シニア大 2 学年実践講座で人形劇活動班を立ち上げ「いいだ人形劇フェスタ」サポートスタッフとして受付業務を行い、飯田人形劇センターの「人形劇初級講座」を6か月受講し人形劇団「ふたご座」を立ち上げました。

今年度シニア大卒業時 飯伊賛助会に NSU37 人形劇活動班として登録させて頂き活動を行っております。

今年度は 飯田人形劇センター「人形劇中級講座」を12回受講 2作となる人形劇に挑戦しております。「いいだ人形劇フェスタ」サポートスタッフ、また人形劇の上演も予定しておりましたが、事務局 森山が病気にて人形劇フェスタでの公演は出来なくなってしまいました。サポートスタッフ業務は、他の班員の方が行いました。

8月 女性2名が 家庭の都合で活動が出来なくなり、現在班員の欠員状態が続いています。

なんとか 残りの班員で2作目人形劇の人形作りを行っておりますが、計画が遅れ気味となっております。

シニア大の皆様・賛助会の皆様 ぜひ NSU37 人形劇活動班に参加頂けませんか。皆さんの参加を心よりお待ちしております。

(人形劇活動班 事務局 森山 幹夫)



文芸欄

短歌
シニア大二年生(三八期生)

十七歳の夏に描きしキャンパスの

向日葵がすひまはり畑

帰国の子と上用干しの梅裏返す

ひと粒ごとに流るる時間

木内 かず子

「お兄さん」と呼ばれて思わず

「はい」と言う手乗せられ上手

古希すぎたまだ

子供等の弾ける声に目覚めたり

夏休み知るランオ体操

小沢 洋夫

《原稿募集》

機関紙「かざこし」は、年4回発行されております。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おります。詩歌・散文など何でも結構です。

事務局 飯田保健福祉事務所・福祉課 担当 松澤・今村 ☎ 0265-53-0464 FAX 0265-53-0474

編集後記

実りの秋を迎え、稲刈、脱穀、果実の収穫と、お忙しい日が続いておられる事と思います。私達賛助会飯伊支部でも、これから12月にかけて、大きな事業が行なわれます。

9月30日、茅野市運動公園で「信州ねんりんピックススポーツ交流会」が行われ、飯伊地区からも58名が参加しておおいに盛り上がりました。

今月19日には支部事業として「マレットゴルフ交流会」が松尾マレットゴルフ場で行われます。

12月1日(金)～3日(日)「信州ねんりんピック高齢者作品展」が駒ヶ根市で開催されます。バスを仕立てますので、仲間の作品鑑賞や「人生ニモウサク劇場伊那谷の巻」を見に行きませんか。

副会長・編集委員 林 利夫

スポーツ交流大会の様子



車中にて



開会式



来賓受付に林賛助会副会長



昼食会場風景



全国大会へ
鋤柄賛助会副会長の雄姿



10
ゲートボール
飯田市松尾チーム



ソフトテニス
小川・松村組 宮崎・松村組



テニス
清水・丸野ペア



パタンク
にゃんこチーム



全国大会へ
ダンススポーツ
久保田ペア



宮下・森下ペア

スポーツ交流大会

飯伊支部 上位入賞者

《ダンススポーツ》

- ・シルバースター戦 スタンダード
優勝 久保田勝・久保田幸代 組 → 全国大会へ
- ・エンジョイ戦
ラテン準優勝/スタンダード第3位
宮下孝志・森下喜子 組

《弓道》

- 優勝 菅沼昭彦 → 全国大会へ
- 第4位 藤澤敏子 → 全国大会へ (団体戦メンバー)

《ウォークラリー》

- 第2位 飯伊シニア ニューススポーツクラブA
(原田・近藤・伊藤・宮田・赤羽)
- 第4位 飯伊シニア ニューススポーツクラブB
(名取・越野・三村・羽生・吉川)
- 第6位 いいだかざこし
(佐々木・山本・気賀澤・森山・巻井)

最高齢者賞

- 男性 伊藤孝 (ニューススポーツクラブA)
- 女性 赤羽悦子 (ニューススポーツクラブA)

《ソフトテニス》

- ・60歳の部 男女混合ダブルス
第3位 山田知子・木下陽 組
- ・70歳以上 男女混合ダブルス
第4位 松村直彦・宮崎範子 組

《パタンク》

- 第3位 にゃんこ (片桐敏郎・畠中昭男・原田昭子)



ウォークラリー
最高齢者賞受賞



ニューススポーツクラブA



ニューススポーツクラブB



いいだ かざこし



ウォークラリー表彰式