



上小地区賛助会 会報 142 号

令和 4 年 7 月 22 日 発行
(公財) 長野県長寿社会開発センター上小支部

上小地区賛助会会長挨拶

上小地区賛助会 会長 小林 郁朗

上小地区賛助会の皆様如何お過ごしでしょうか。

コロナが収束しない中、晴々しない日々をお越しの事とご推察申し上げます。

日頃は賛助会活動にご理解とご支援、ご協力頂いております事厚く御礼申し上げます。

私はこの度役員改選で、賛助会の仕事をさせて頂く事になりました小林郁朗でございます。何分にも私にとってとても荷が重く気の重い日が続いておりますが、お引き受けした以上は全力で務めさせて頂く覚悟でおりますので新役員共々宜しくお願い申し上げます。

さて、賛助会は私達シニア世代が毎日元気で何時も心の中に楽しみがありワクワクする様な気持ちになれる素晴らしい会だと思っております。しかしながら現状は、会員数が年々減少しておりとても残念でなりません。会員数は平成 15 年（県全体で 7612 名、上小地区では 691 名）をピークに年々減少し令和 4 年には（県全体で 1619 名、上小地区では 127 名）5 分の 1 にまで減少し過去最少となっています。

「私は今週、人と一度も話をしていない」などという言葉をよく耳にしますがこの様な悲しい事をなくす為にシニア世代の一人でも多くの方に「毎日元気で生きがいを持つことが出来る」楽しい居場所（賛助会）があることを知って頂く事が必要だと思います。もちろん居場所作りの充実など課題も沢山ありますが前進させてゆきたいと思います。会員各位様におかれましてはご指導と会員増加に向けてのご支援を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

繰り返しになりますが賛助会活動の目標は（沢山ありますがとりわけ）

『私達シニア世代の皆が毎日元気で皆と過ごせる居場所があり、何時も心の中に

楽しみや出番が持てる様な活動を提供し、人生二毛作社会の実現を目指す。』だと心得ます。

むすびに会員各位様のご健康とご多幸をご祈念申し上げます。



《役員紹介》（任期令和 4 年 4 月 1 日～令和 5 年 3 月 31 日）

役 職	氏 名	所 属	役 職	氏 名	所 属
会 長	小林郁朗	たのしい和紙絵	幹 事	小金玲子	健康生きがいづくりの会
副会長	両角奎吾	上小薬草クラブ	幹 事	温井美子	書道 春陽会
副会長	松木節子	88 チャレンジ会	監 事	小河原敏宣	上小薬草クラブ
幹 事	古川英治	上田マジッククラブ	監 事	堀田公男	88 チャレンジ会
幹 事	田玉富子	ハーモニー山びこ	監 事	財部浩子	88 チャレンジ会

上小地区賛助会総会開催

長野県長寿社会開発センター上小地区賛助会総会が、令和4年6月3日午後1時30分より上田合同庁舎南棟2階会議室で公益財団法人長野県長寿社会開発センター 常務理事 ^{やすゆき}宮村泰之様、同主任 町田はるみ様のご臨席を賜り開催されました。



総会の様子

はじめに田中事務局次長より事務局員について飯島安仁推進員が退任され勝又佳子推進員が就任された紹介があり、続いて上小支部の松原克彦支部長から関係者へのお礼の言葉、上小地域は「住民力」の高い地域であり「人の力で輝く上小地域の創造」に向けて様々な取り組みをすすめている。上小支部ではシニアの皆様が生きがいと誇りを持って活躍することのできる「人生二毛作社会の推進」に取り組んでおり、引き続き推進してゆきたい。むすびに賛助会への積極的な参画と会員各位様が健康で生き生きと活動されることをご祈念します。とご挨拶されました。



〔松原克彦支部長あいさつ〕



〔宮村常務理事あいさつ〕

次に堀田前会長より、賛助会は高齢者の居場所作りであり健康長寿に大変重要な活動と考えますが、近年会員数の減少が続いており加入促進に向けた活動が必要である旨の挨拶がありました。

続いてご来賓の長野県長寿社会開発センター常務理事 宮村泰之様より祝辞のご挨拶を頂きました。宮村常務様からは、シニアの方々が生きがいを持って、健康で、誰もがその人らしく生きてゆけるような社会を作らなければいけない。その為に賛助会活動はとても大切で本部としても十分な支援をしてゆく決意なのでよろしくお願い致します。とのご挨拶を頂き、引き続き議事に移りました。

議事は若林幹事の司会で行われ、議長に上條 ^{いわお} 巖 様が選出され上條様により進められ第1号議案から第5号議案まで全て承認されました。

第1号議案	令和3年度事業報告
第2号議案	令和3年度収支決算報告 監査結果報告
第3号議案	令和4年度・5年度役員
第4号議案	令和4年度事業計画
第5号議案	令和4年度収支予算

講演会の様子

総会終了後恒例により講演会が行われました。「家庭菜園での野菜の育て方」と題して上田農業支援センターの山崎雅弘様よりご講演して頂き、野菜栽培の基礎を詳しい資料でしっかり教えて頂きました。具体的内容は

- 1)連作障害について 作物別に栽培間隔まで詳しく
- 2)肥料について 元肥・追肥・肥料散布の方法・肥料袋の見方
- 3)苗の選び方 良い苗と悪い苗・根の状況・葉の色
- 4)定植の仕方 天候・植え方
- 5)追肥の仕方 タイミング・追肥する場所
- 6)摘花・摘果の仕方
- 7)病気について 予防の仕方・治療の仕方



参加者からは大変良かった。もう植えてしまったのでせめて一週間前に

この講演を聞ければさらに良かった。周りの人に話したら資料をコピーさせてくれと何人もの人から言われたなどとても好評でした。

令和4年度 地区賛助会事業計画

目標 元気で 楽しく いきいき

(1) スポーツレクリエーション

《注》新型コロナウイルス感染状況により予定が変更になる場合があります

月 日	内 容	会 場
10月7日(金)	スポーツ交流会(グラウンドゴルフ)	上堀河川敷

(2) 公開講座(会員加入促進)事業

月 日	公開講座の題目(予定)	講 師
3月3日(金)	未 定	今後折衝

(3) グループ活動支援事業

グループ活動支援事業 (年間事業)	・令和4年度長寿社会開発センター事業の説明について ・シニア大学2年生へ賛助会加入説明会 ・グループ活動費交付申請及び実績報告について ・共済クラブ使用予約について ・上小地区賛助会事業への協力・依頼について等
----------------------	---

(4) 上小支部活動発表会事業

月 日	内 容	会 場
11月17日(木)	文化講演会・作品展示・舞台発表	上田市文化会館

(5) 元気で・いきいき作品展 一部補助(会員加入促進)事業

元気で・いきいき作品展 令和5年1月24日(火) ～27日(金)	賛助会グループ活動の育成と仲間づくりの促進を図るため、グループ活動等で制作された作品の展示会 アリオ上田店1階「星のコート」を借用し開催する 出展グループに補助をおこなう
--	--

(6) 上小地区賛助会会報「いちよう」発行事業

発 行	内 容
年3回	会報「いちよう」の原稿募集・編集・発行 7月、11月、3月

会員投稿

いちようの話

シニア大学卒業生（40期）山崎 英雄さん（89歳）

上小地区賛助会報が初発刊されたのが平成3年8月1日。早いもので30年。私がローカル紙信州民報に初投稿したのが、平成3年9月1日。タイトルは「上田城址整備計画に一言」
現在は東信ジャーナルに時々気ままに投稿していますが、月日の経つのは早いもの。

さて、いちようにまつわる話は数々。中国より渡来した樹木。子供の頃、父親は「仏の木」なので個人の屋敷には植えてはいけない。お寺、御宮、公園、公道の街路樹などに植える樹木と教えられた。上田市内にも公園、街路樹、彼方こちらに植えられている。雄雌あって一里近くに雄があると実が付くと云われる。あるとき得意先に小さな苗を平らな鉢に植えた盆栽を届けた怒られた。仏の木を小さな鉢に植えてはいけない、直ぐに元に戻せと云われた。

さて、その仏の木の实銀杏、茶碗蒸しとして食べている。焼いて食べる場合強いので、六個までにしろと云われた。

いちようは東京都のシンボルマーク。都内には街路樹として彼方こちらに植えられている。都のオフィス街のいちようの街路樹は大木になっている。オフィスの事務員は昼休みにビニール袋と割り箸を持参して銀杏を拾いに大勢でくる。

大町市のお寺のいちようの大木は変わりもの。いちようの葉の上に、実、銀杏をつけるので有名。最近は銀杏も品種改良され、大粒の銀杏が売られている。

最近、葉は医薬品として海外、ドイツなどに輸出されている。

不思議の樹木・・・



事務局紹介

松原克彦事務局長

4月からお世話になっております。上田での勤務は23年ぶりとなりますが、合庁や上田周辺の景色も大分変わり、改めて時の流れを感じております。
賛助会の仕事は初めてとなりますが、皆様とご一緒に会の活動がより良いものとなるよう努めてまいりたいと思いますので、よろしくお願い致します。

勝又佳子推進員

5月より上小支部推進員としてお世話になっております。初めての事ばかりで戸惑いと期待が日々せめぎ合っておりますが、賛助会の皆様のお力になれます様全力を尽くして参りたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

編集後記

新型コロナウイルスの感染状況が読めない不安な中でも、何か小さな楽しみと幸せを日々探しつつ過ごしております。結局は食べることの楽しみを見つけてしまい、スーパーに立ち寄っては珍しい食材はないかとか美味しそうなメニューはないかとかそんな事ばかり考えております。言い訳をする訳ではありませんが、先日の講義で食べる事の重要さを教えて頂きました。楽しい食事は脳にも良いそうです。毎日おいしいものをいただきましょう！（事務局）