

大北地区賛助会 会報154号

令和4年7月14日 発行

*QRコードをスマホで読み
取れば以前の会報もスマホ
で見られます



大北地区賛助会 Tel: 0261-23-6507



公益財団法人 長野県長寿社会開発センター

5月末現在 賛助会員数 大北地区 138名・県全体 1619名

大北地区賛助会会長 挨拶

高田 武

会員の皆様には、日頃のご健勝をお喜び申し上げます。此の度、定例総会の役員改選により、令和四年から二年間の大北地区賛助会会長を仰せつかりました。再任ですが、この重責は改めて大変であることを感じて居ります。

初心に帰り単なる継続の役目にとどまらず、気持ちを新たに頑張る覚悟でいます。

さて、令和三年度一年間をかけて、長寿社会開発センター本部は各地区賛助会との交流会を持ち、意見を整理・集約してそこから改善計画案を作り上げました。

即ち「賛助会員グループ活動活性化検討会」と言う特別プロジェクトでした。(参考までに、出されたご意見は160項目もありました)

その目的とするところはこれからの賛助会活動において、

1) 円滑かつ積極的な活動にして、楽しい居場所づくりにすること、

2) 賛助会会員を増やすための取り組みをすること、の二点でした。

この事は、”私は楽しいあなたも楽しい社会参加活動”をどの様にしたら出来るか？ということですから、すぐ答えが出るものでもありません。

今年はその描いた改善案を皆さまと実行する初年度となりますので、是非ともお力を借りながら活動を進めたいと思っています。

更に体制を変えてゆく大きな点は、長寿社会開発センターと共に各地区賛助会は「地区賛助会の中で、好みや年代に合わせた活動に参加でき、(お互いが理解の上で)グループ間を自由に移動した活動も可能になる体制」を支援することについて検討します。

今後我々の取り組み方の姿勢と、新型コロナ感染防止と共にどの様に工夫していくか、で成果が証明されるでしょう。楽しさを感じる活動にする為には、みんなで話し合いを重ねて互いを信頼しあう環境が望ましいと思います。最後に、会員の皆さま方のご理解とご協力をお願い申し上げます。就任のあいさつと致します。

幹事会活動報告

*第1回幹事会 4月14日 大町合庁

【協議事項】

- ①新役員紹介
- ②令和4年度事業計画・予算
- ③令和4年度総会・研修会
- ④スマートフォンセミナー
- ⑤夏のスポーツ交流会
- ⑥その他

*第2回幹事会 6月3日 大町合庁

【協議事項】

- ①幹事会役員連絡網
- ②スマートフォンセミナー (6/9、7/28)
- ③夏のスポーツ交流会 (6/17大町運動公園)
- ④賛助会報154号 (7/14発行の掲載内容検討)
- ⑤その他
 - ・地区賛助会連絡協議会 6/20 長野市
 - ・タウンミーティング
 - ・研修旅行計画案
 - ・会員講座開催内容提案

各グループ活動報告

白馬、小谷グループ

グループ長 伊藤 佳壽美

本年度より白馬小谷グループの長を担う事に成りました。前任者の柏原武幸氏には6年間に渡り大北地区賛助会の活動にリーダーシップを発揮され慰労と感謝を申し上げます。

さて、今年の活動もグループ34名の会員皆さんと共に生きがいの在る高齢社会に資する推進をしたい。グループの活動は元より大北地区賛助会の事業にも積極的に参加して所期の目的を達成したい。人生百才の時代を迎え高齢社会を有意義に生きるか課題です。それには健康が第一身体の健康は勿論だが心の健康も磨きたい。私も賛助会員になってから十年余り、多くの学びと人々との交流と出合を得た。これからもその輪を広げて行けたらと思う。

白馬小谷グループの主な事業計画

6月8日 令和4年度白馬小谷グループ総会
福祉施設「白嶺」に於ける施設内の草刈作業と
車椅子磨きボランティア

8月下旬 夏山登山道のゴミ拾い等美化活動

11月下旬 福祉施設「白嶺」施設内の落ち葉片付け、雪囲い等ボランティア活動



大町グループ

グループ長 渋田見 良典

今度大町グループ長になりました渋田見良典です。

初めての事なので先輩の皆様のご意見を参考に自分なりに大町グループ長を期限まで頑張りたいと思います。

賛助会をもっと魅力ある会に出来ないか、賛助会員増員戦術は無いか会員の皆様と共に考えていきたいと思います。

例えば私の地区では子供中心の道祖神祭り どんど焼き(三九郎)、三世代交流等の行事が続いています。

子供達の楽しい笑顔を見ていると微笑ましく楽しい気持ちになります。

シニアわら工芸では一年に一度ボランティアで、大町の保育園に子供でも簡単に出来る締め縄作りに行きます。正月飾りの難しいゴボウ締めではなく、御養、杓子の作り方を手伝いながら教えます。

出来上がった作品を手に見て大喜び、笑顔がとても素敵です。

子供達の会話は楽しく心身共にパワーを貰い素晴らしい限りです。

子供達と共に楽しむというのはどうでしょうか?

是非皆さんも良いアイディアとご協力をお願いします。



(1) 活動目標

- ・ 人生100年時代、高齢者が会員同士の交流を高め、各自が居場所づくりを見つける。
- ・ 更に社会参加活動を深め、地域を少しでも盛り上げる様に頑張れば生甲斐にもなる。

(2) 今年度の活動計画・実施

(各活動は自由参加で進める)

①	シニア向スマホセミナー	・ 定例総会後研修会にて実施 ・ 高齢者向スマホの基本操作	4/21実施 参加10名	講師 寺川寿一氏
②	中学生サポートボラ	・ 郊外活動時移動の交通安全 ・ 確保の辻立ちサポート	6/2実施 参加3名	
③	写経と座禅会	・ 般若心経の写経と座禅実施 ・ お彼岸を予定し精神修養	9月予定	実施場所 大町市
④	はぜ掛け米の軽作業 (農副連携事業)	・ 秋の収穫時の軽作業補助 ・ 稲束をはぜ掛けする作業	9月予定	今年3年目
⑤	キノコ狩り会	・ 秋の味覚を堪能 ・ 終了後全品鑑定 & ソバ会	10月予定	
⑥	料理教室 (伝えたい伝統料理)	・ 「秋の味覚を楽しむ」 ・ 家庭で実践	11月予定 参加3名	講師 近藤氏
⑦	そば打ち会 (年越しそばの実習)	・ 技術の習得 ・ 今年5年目	12月予定	講師 平林昇氏
⑧	絵手紙教室 (年賀状の実習)	・ 絵手紙による技術の習得	11~12月 予定	講師 牛越氏
⑨	マレットゴルフ練習会 (定期練習)	・ 高瀬川マレットゴルフ場(9時)	毎月 第一木曜	講師役 伊藤,平林(正)両氏
⑩	レコード音楽鑑賞会 (定期開催)	・ 「おとはこ」 ・ 次回 7/15 13:30~白馬村	毎月 第三金曜	指導 伊藤,佐藤両氏
⑪	自然観察会 (野鳥観察)	・ 春先の鳴き出しに触れる ・ 馬羅尾高原にて	R5.GW頃に 実施予定	講師 腰原正巳氏
⑫	ちひろ公園・ あづみ野公園の観察会	・ 自然,クラフト,食の体験	日程検討中	指導 牛越,松田両氏
⑬	サントリー水工場見学	・ 地域企業の見学会	日程検討中	案内人 伊藤氏

池田グループ

グループ長 竹内 清隆

池田グループの竹内です。4月からグループ長になりました。皆さんとはいろいろの場面でお会いすることがあると存じます。よろしく願いいたします。

池田グループは(他のグループも同様と思います。)、コロナと共に研修親睦旅行の中止、社会貢献活動の中止(池田グループが実施していた高齢者施設への入場が制限される。)など、活動が減少しています。大北地区賛助会の活動に参加する程度になっていました。

今年はコロナも落ち着き、池田町では4回目のワクチン接種も開始されようとしています。

4月以降、新たな社会貢献活動の実施検討、会員による文化・創造活動の検討を始めました。皆様に報告できるよう、7月以降の実現を目指して活動しております。

これからもよろしく願いいたします。

マレットゴルフに参加して

とおーい30センチ

白馬小谷グループ 松沢 幸一

6月の清々しい日の中、春季マレット大会が大町運動公園北コースであった。総勢42名と昨年より10名ほど多い出席者だ。出席者も出揃い、賞も決まり買い物の仕事がある。役員故に避けて通れない、家でも買い物をした事がない。買物金額の総額はきまっておりに人数が多いほど商品も安い物になる。

9時30分集合となっており三々五々集まってきた。出席を取り開会式の挨拶・注意事項がありいよいよスタートである。

各自コースに向かう。富士山・浅間山・御嶽山・阿蘇山ありと火口近く30cmぐらいまでは行くが通過、山の麓までゴロゴロと遙か彼方にギブアップだ。秋の個人戦までには練習を重ねて良い成績を取りたい。練習あるのみ、今回は団体戦であり秋は個人戦の予定。暑い中で競技をしていただき感謝いたします。秋もまた大勢の皆さんの参加をお願い致します。



大町運動公園マレットゴルフ場

松川グループ

伊藤 公平

大北地区賛助会の夏のスポーツ交流会が、好天に恵まれた大町運動公園マレットゴルフ場で今年も開催されました。

赤松林の巨木の間を縫う様な閑静な北コースを、清々しい気分で心地よくプレーすることが出来ました、スコアーはともかく！ですが・・・

松川グループからは2チームが参加しました。

試合の結果、我々Aチームは悪戦苦闘の連続でしたが、松川Bチームは昨年に続き連覇を達成しました。このチームはベテランチームで平均年齢は80歳を悠に超えています、改めて卓越した技術と意気の合ったチームワークに頭が下がる思いです。

人生、もう年だからなどとは言っていないで健康！と仲間！・・・

で余生を満喫したいものです。



会員講座 : まつかわ落語会 風まんだら

会員講座感想文

大町グループ 野間 絹子

令和四年度大北賛助会総会の後、松川落語会の三人の方の落語を聴かせてもらいました。さすがに場離れもして、堂々としていました。私は、主人が大町落語会に入っていた関係で何回となく落語を聴く機会がありました。噺家の言葉に、情景を思い浮かべて聴くようにしています。昔から登場人物に〈熊さんや八っあん〉が出てきたら面白くなりますね。又最後のおちで更に面白くなります。聴く方は笑っているが、話す人は大変です。よくあれだけの話が、すらすらとできるものだと感心しました。人前で話すことの難しさや場の雰囲気もしっかり聴き取ることが出来て、とても楽しかったです。機会があれば、松川落語会の落語を聴かせてもらいたいと思います。久しぶりに笑う時間が持て、気分もすっきりでした。ありがとうございました。



会員講座感想文

池田グループ 竹内 清隆

久し振りで生で聞いた落語、「れんげ」さん、「つるつる」さん、「ぼんこつ」さん、それぞれ生き生きと、はつらつと、楽しく聞かせていただきました。私事ですが、東京で生活していたころ、新宿「末廣亭」、「国立演芸場」など出かけたことを思い出しました。賛助会総会後の講演でしたので、開場前に私ども主催者側は、前方の席が空いたままでは失礼と思い、会員の皆さんに前に詰めるようお願いしました。開演すると、出演者の「ぼんこつ」さんから、「私達は大きな声を出しますので、“飛沫”が飛んでは大変です。感染防止のためにも少し下がってください。」と優しい言葉が掛かりました。気遣いです。演芸が終了後に配っていただいた6月18日、19日の「まんざら寄席」のチラシを見、直ちに行くことを決意しました。当日、松川村の「すずの音ホール」は満席でした。これからも楽しい落語を聞かせていただきたいと思います。



会員講座 : スマートフォンセミナー

スマートフォンセミナーに参加して

大町グループ 飯島 永子

孫の進学を機にガラ型からスマートフォンに変えて、ビデオ通話・動画のやり取りをしようと買い替えた私だった。変えた時に講習会を受けたはずなのにすっかり忘れてしまい、ラインの入力は孫からやってもらい、どのように入力したのか？解らない！ままたま2年が過ぎてしまった。そうだ賛助会のセミナーに参加して教えてもらおう・・・と参加しました。自分のスマホは使わず用意されたスマホで隣の人とメール、写真のやり取りをしたり、地図で世界旅行に行った気分になったり・・・と自分の思っていたセミナーではなかった。質問する時間もなくあっという間に終わってしまった。メカには非常に弱い私です。IT時代に乗り遅れない様もっと勉強し、スマホを使いこなそうと思っています。



県シニア大学大北学部第42期生入学式

長野県シニア大学大北学部の本年度入学式が5月12日、大町市の県大町合同庁舎で行われ、18名が第42期生として入学しました。

これからの2年間、健康、地域文化などの教養や社会活動講座を学び、仲間との繋がりを深めていきます。コロナ禍なんてふっとばせ！^^。
意識が高い、パワフルな18名の今後に大いに期待を寄せるところです。



スマホセミナー開催

6月9日、大町合同庁舎、会議室にて賛助会主催の「シニア向けスマートフォンセミナー」を開催しました。賛助会員その他、シニア大生の参加もあり総勢32名の参加がありました。

このセミナーに出て終わりではなく、分からないことは分かる人に教えてもらい、使い慣れることが大切だと思います。7月28日(木)には大町市平公民館で第2回スマートフォンセミナーを開催します。

事前申込みが必要ですのでお早めに申し込み下さい。

申し込み・問い合わせは、事務局 0261-23-6507 佐藤・浅原までご連絡ください。



令和4年度 第1回地区賛助会連絡協議会

新型コロナウイルス対策を取り、本部と県下10地区から代表者が長野市に集まり会議を実施。三年ぶりの集会形式となり、今回は各地区で新役員が多く初顔合わせの形も兼ねて行われた。

注目する議題は、賛助会員グループ活動活性化検討会「特別プロジェクト」の結果報告と実行初年度という形で、具体的に何をしなければいけないか？ また何ができるか？ その点をはっきりしたいところがありました。

新年度体制の選出-----新会長；小林松本地区賛助会長

編集後記

吉沢 篤

昨年2月末より1年余「ロシア軍ウクライナ侵攻」と「新型コロナウイルスの感染状況」はマスメディアの毎日のトップニュースであった。今以って双方共に何時収束するのか残念ながら予測不能の状態である。我々の日常生活に次から次へと悩ましい問題が襲い掛かる昨今、その最たるものは異常気象である。梅雨入りも九州・四国よりも先駆けて入り、短期間で類を見ない梅雨明けとなった。6月から記録的な猛暑続きとなり、群馬県伊勢崎市で6月40.2度と熱中症警戒アラート発出、大北地区でも5日連続の真夏日、気象庁予報では今の猛暑は9月頃まで続くかも知れないとの事。身体が暑さに慣れていないこともあり、長く暑い夏を如何に乗り切るかお互いに無理をせずに頑張りましょう