

# 大北地区賛助会 会報157号

令和5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

4月6日現在 賛助会員数 大北地区145名・県全体1562名

## 大北地区賛助会副会長 挨拶

渋田見 良典

初夏、緑が青空に映えるころとなりました。会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。5月から新型コロナウイルス感染症の法的位置付けが5類に引き下げられました。外出自粛要請などの措置はなくなり世の中が活気づいてきました。これからまた今までのように色々な行事が出来るようになり楽しい限りです。

大北地区賛助会令和5年度定期総会が5月19日に行われ、令和4年度事業報告、決算報告可決、令和5年度計画案、予算案が承認されました。新規会員も大勢入会し、とても嬉しい限りです。皆様の努力のおかげです。ありがとうございます。

各グループは6月からクラブ活動が始まります。

様々な行事が有りますが身体に気を付けて参加し、有意義な人生を送りましょう。長野県長寿社会開発センター大北支部より、世代間ギャップに関するアンケートが配られました。後期高齢者にはギャップを多く感じられますね。家族話し合いなど若者との会話の中にカタカナ用語が多く、短縮表現、新しい言葉に付いていけず苦慮している現状、記憶力が衰え何回も聞き直すことが多くなり 迷惑がられることも多いのではないのでしょうか。仕方ないことでしょうか。

6月16日(金)、大北地区賛助会マレットゴルフ大会が開催されました。30名の参加者がありました。高齢化が進み、年々マレット人口も減少して新しく入る人が少なく、心配している今日この頃です。“どうすればもっと魅力ある競技になるだろうか”、皆で考えてみませんか。

その他 様々な活動をしたいと思っている所です。

皆様のご意見、お知恵をお寄せいただき、地区賛助会が魅力が有り楽しく感じるように、信頼しあって開かれた会にしていきたいと思います。

## 幹事会活動報告

### 第1回幹事会活動報告 4月10日大町合庁

- 1 令和5年度事業計画・予算
- 2 令和5年度総会・研修会
- 3 夏のスポーツ交流会
- 4 その他

### 第2回幹事会活動報告 6月1日大町合庁

- 1 令和5年度総会・研修会報告
  - 2 夏のスポーツ交流会
  - 3 賛助会報第157号
  - 4 地区賛助会連絡協議会
  - 5 2023信州ねんりんピック
  - 6 その他
    - ・シニア大学PR&活動実践者語り
    - ・令和5年度センター表彰
    - ・タウンミーティングご案内
- \* 令和5年度センター事業説明  
本部 松倉義明 事務局長

## 活動報告

### 池田グループ

グループ長 竹内清隆

池田グループの活動は、令和4年度も大北地区賛助会の活動であるスポーツ交流と研修旅行への参加のみとなってしまいました。

令和5年度はグループへの参加者も増員しました。健康づくり活動として、池田町が実施するウォーキング活動への参加。コロナにより中断していた社会貢献活動の再開(ファミマフードライブ=食品の回収活動)。諸般の事情により中断していた文化・創作活動としての「陶芸」を再開することになりました。

直ちに好転するとは思いませんが、今後は会う機会も少なかったメンバーと、多くの機会をとらえ活動していきたいと考えています。 よろしくお祈りします。

### 白馬・小谷グループ

グループ長 伊藤佳寿美

賛助会白馬小谷グループは会員33名で本年度の活動をいたします。長野県長寿社会開発センター主催の事業への参加や大北地区賛助会の事業への積極的な参加を中心に活動を行います。

グループの重要事業として、近い将来私達がお世話になるかも知れない介護施設である特別養護老人ホーム「白嶺」へのボランティア活動、春の施設周辺の草刈作業と車椅子の手入れ、秋の落ち葉片付けと雪囲い作業の協力を行う。

観光立村が柱の白馬村の自然保護や観光地の美化に協力、夏山登山の玄関口猿倉周辺の登山道のゴミ拾いを中心に美化活動の実施、最近「特定外来生物」セイダカアワダチソウ・オオキンケイギク・アレチウリ・オオハングウソウ等々、グループでは数年前から関係団体と協力して白馬村からセイダカアワダチソウをなくそうと駆除活動をしています。一度繁殖すると根絶は難しいので根気よく継続的に行います。最近植物の生態系に重大な影響を及ぼしかねない外来植物の駆除に高校生が参加したり、外地区の皆さんが取り組んでいる報道があり心強く思います。

デジタル時代スマホの普及が目覚ましい。だが思うようにその機能を使いこなせない会員の為に、身近での勉強会を開催いたします。講師を交えて会員同志で教えあえる場になればと思います。

新型コロナウイルス感染症の五類への移行に伴い、制約された地区賛助会事業も心配りをしながら計画通り推進して参ります。大勢の皆様参加をお願い申し上げます。

### 大町グループ

グループ長 伊藤 武

コロナも大分収まりかけた今年度は、それぞれの計画が順調に実施できると思います。会全体としては月例役員会を毎月の第一水曜日に開催しています。大町グループ会報は年6回、ボランティアは老人ホームの草取りを年2回を予定しており、研修旅行と親睦会(忘年会か新年会)を考えています。各種サークル活動は次の通りです。

「歴史サークル」水の歴史と文化をテーマにして、すでに5月28日にサントリー大町工場を見学しました。年度中には水に関わる施設を見学予定(年2~3回)

「山野草サークル」講習会、展示会、植え付け、草取り作業を中心に行い、高山植物園の見学も計画に入っています。

「マレットサークル」毎月第三水曜日に記録会を開催、11月に大会を行います。

「囲碁サークル」講習日は毎週月曜日に開催中です。



# 松川グループ

## ☆活動目標

グループ長 高田 武

- ・長野県長寿社会開発センターの提唱する会員同士の交流を深め、楽しく活動することで「居場所」が生まれる。
- ・Line等で積極的に新しい仲間にも声をかけて意気が合えば、「生甲斐・地域の活性化」に繋がる。

## ☆活動計画

①	シニア向けスマホセミナー	・定例総会後研修会にて実施 ・高齢者はスマホに慣れよう！	4/24実施 参加8名
②	みんなの居場所MINI	・「子供、若者サポート」本の持ち寄り ・「ブックDAY(デイ)」	7/21実施 8/18、9/15も予定 すずの音ホール
③	中学生サポートボラ	・校外活動時、移動の交通安全を確保する辻立ちサポート	6/1実施 参加4名
④	写経と座禅会	・般若心経の写経と座禅実施 ・精神の統一と座談会を予定	日程未定
⑤	はぜ掛け米の軽作業 (農福連携事業)	・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
⑥	キノコ狩り会	・秋の味覚を堪能 ・終了後全品鑑定 & そば会	日程未定
⑦	料理教室 (伝えたい伝統料理)	・「旬の味覚を楽しむ」 ・家庭で実践	日程未定
⑧	そば打ち会 (伝統食の実習) (定期練習)	・技術の習得 ・「35そば打ちクラブ」と合同実施	毎月最終月曜日 大町市平公民館
⑨	絵手紙教室 (定期練習) (年賀はがきの実習)	・絵手紙の技術習得 ・更に絵手紙による交流活動	12/4予定
⑩	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)	毎月第一木曜日
⑪	レコード音楽鑑賞会	・「おとはこ」 聞きたいレコード盤を各自持参	毎月第三金曜日 白馬ノルウェービレッジ
⑫	ちひろ公園・ あづみの公園の体験会	・自然、クラフト、食の体験	日程未定

## 令和5年度 大北地区賛助会総会に出席して

白馬小谷グループ 吉沢 篤

5月19日(金)13時より大町合庁5階講堂に於いて、令和5年度大北地区賛助会総会が開催されました。出席者は25名でした。

冒頭、高田会長から、令和4年度のご協力に感謝の言葉を述べられました。また今日、新型コロナウイルスが完全に収束した状態ではありませんが、5月8日から感染症レベル2類から5類に位置付けされたこと等により、賛助会の事業もコロナ禍以前の状態に戻しつつ進めて参りたいのでご協力をお願いしたい旨のご挨拶がありました。

その後、第1号議案～第5号議案まで全会一致で承認されました。

第1号議案：令和4年度事業報告について

第2号議案：令和4年度決算報告について

第3号議案：令和5年度事業報告(案)について

第4号議案：令和5年度予算(案)について

第5号議案：令和5年度役員について



## 大北賛助会総会後の研修会に出席して

大町グループ 野間 絹子

令和5年5月19日(金曜日)大北賛助会総会が、合庁5階で行われました。あいにくの雨でしたが25名の参加がありました。事業報告や会計報告・予算の審議の後には、語り部の栗林さとしさんの紙芝居と朗読に耳をかたむけました。

(ほろほろの木)の紙芝居は、登場人物の子供の声や年老いた人の動作まで、すっかり役になりきっていて、その場にいるようでした。

次に泉小太郎伝説は、仏崎観音で知っていたので、親しみを感じて聴きました。仏崎観音は今年御開帳です。5月28日の稚児行列の様子が、大糸タイムスに掲載されていました。35人のかわいらしいお稚児姿に、思わず顔がほころびました。

最後の青葉の笛は、源氏と平家の戦いの場を語りで表現して、戦いの場面を見ているようで、臨場感たっぷりに聞かせていただきました。そして最後は、青葉の笛をみんなで歌って会の最後としました。

紙芝居は、子供の頃にみんなで集まって縁側でやった思い出があり、小学校で担任の先生が、やってくれました。昔を思い出しました。

自分で本を読むことはできますが、読み聞かせは、たやすくできることではないと、つくづく痛感しました。すばらしい読み聞かせでした。



## 大北賛助会総会後の研修会に出席して

池田グループ 竹内清隆

研修会は、栗原さとし様の“語り話”をお願いしました。演目は、紙芝居「モチモチの木」、語り話の「泉小太郎」、「青葉の笛」(一の谷の戦破れ、討たれし平家の……)でした。

語り話を聞いたのは初めてでしたが、いずれもそこに物語りの主人公がいたような臨場感でした。是非、今後も語り継いでいってほしいと思いました。後継者の育成もお願いします。

中でも、「泉小太郎」についてですが、これは、大町→池田→明科→穂高→豊科→松本→山清路にわたる、あまりにも有名な伝説です。皆さんご存じと思います。

私は、仁科宗一郎著の「信濃池田町史話」で読み、さらには「安曇の古代—仁科濫觴記考—」では、「舟つなぎ伝説」、さらに「治水・干拓のために山清路を開墾したとして、土木工事」として記載されています。その他にも、坂本 博著「信濃安曇族の謎を追う」など、興味深い著作がたくさんあります。

今後も、このような話を子供たちにも語り継がれていってほしいと願っています。

(注)興味のある方は、次のモニュメント、神社、仏閣に行ってみてはいかがでしょうか？

ただし、現在もあるか確認していません。

松本市並柳弘法山公園下、穂高神社、信州新町 久米路峡、大町市常盤泉公民館、大町ダム(神龍湖)、大町市常盤観音寺、高瀬川蓮華大橋、松本市城山 放光寺(小太郎が育ったと言われている)





## 行事報告

### 春のスポーツ交流会スマイルボーリング大会開催

松川グループ 牛越 克巳

令和5年3月10日(金)平公民館にて令和4年度の活動計画の恒例「春のスポーツ交流会・スマイルボーリング大会」が開催されました。参加42名でAからHチームの8チームでの開催となり、熱戦が繰り広げられました。

今回はシニア大学からも5名の参加があり、シニア大学との交流のきっかけができました。

計画では、予選から始め、準決勝、決勝との予定でしたが11時には帰りたいとの参加者もあり、2回の対戦で点数の少ない順で順位を決めました。午前11時から表彰式を行い、それぞれ賞品と全員に参加賞をお配りし大会を閉じました。

#### ●スマイルボーリング大会の成績

優勝:Fチーム 第2位:Aチーム 第3位:Gチーム の順番でした。



<熱戦会場>



<優勝のFチームの方々>

### 夏のスポーツ交流会に参加して

白馬小谷グループ 池田和良

6月16日行われたマレットゴルフ大会(大町運動公園、北コース)に参加しました。

今回は30名ほどで例年より少なかった様ですが、地区の大会にも出る機会が少なく、出るときに打数だけはキープしています。この大会は、シニア大学の同期やOB後輩、他地区の会員の皆さん共、交流できるので近況報告等話し合いながら、楽しくプレーできました。

成績は毎回飛び賞狙いですが、それにも当たらず今回も参加賞を戴いてきました。

次回は、会員の皆さんも都合をつけて、大勢参加できますように期待しています。



<大会を終えて>



<男女優勝者>

## トピックス

### 長野県シニア大学大北学部第43期生入学式

長野県シニア大学大北学部の令和5年度入学式が5月10日、大町市の県大町合同庁舎で行われ、60代から80代の29名が第43期生として入学しました。今年の新入生は、大北地域のほか、安曇野市や松本市からも集うこととなりました。最高齢は85歳。

「自分づくり」「仲間づくり」「地域づくり」を掲げ、「教養」「趣味・健康・交流」「地域活動」の3分野で年間64時間の講座を受講します。

8月には、信濃木崎夏期大学の聴講も予定しています。また、自治会を発足しスポーツ大会や研修旅行などの活動も行います。

今年度は3年ぶりに2学年の皆さんも式に列席し、新入生にエールを送りました。これからの2年間、学びと仲間との繋がりを深め、そして、更なる自分磨きがされることを期待したいと思います。



<第43期生入学式>

## 編集後記

先日、松本市で開催されたシニアクラブ連合会ブロック研修会に参加しました。研修で「電話でお金詐欺対応講座」を聞きました。現在でも毎日のように高齢者が子孫やその友人を語る人の電話に応じ、高額な手持ち現金を指定場所に持参し、よく確認もせずに手渡している現実が絶えることなく報道されており、驚きを感じます。

講座では、皆さん「ひとごとではない」。自宅の固定電話にかかってきたお金に関する内容の電話は詐欺電話を疑おう。

犯人は詐欺のプロ、我々会員の多くは高齢であり使い道もなく大金をお持ちの方もおいでかと思えます。血筋の子孫への手助けならともかく、得体の知れない人への現金渡しは慎みましょう。一人で悩むことなく身近な人と相談することです。

八十路を迎えた今日、大金の所有は無いが真剣に耳を傾けた一時でした。

A.Y