

Nice Senior Suwa

NO.151

令和5年11月15日発行

発行者：公益財団法人長野県長寿社会開発センター 諏訪シニア賛助会 会長・中山君夫
〒392-8601 長野県諏訪市上川1-1644-10 諏訪保健福祉事務所福祉課内 TEL0266-57-2910 FAX0266-57-2963

本年度も賛助会主催の行事が企画されています。その中からいくつかご紹介します

賛助会・シニア大 まち歩き



賛助会のまち歩きは、天気もとても良く穏やかな秋空でした。9時にイルフ童画館付近の駐車場へ20人を超えるメンバーが集まりました。

最初に駐車場に隣接する「岡谷絹工房」を見学しました。ここは大正10年に建築された山一林組製糸の事務所（国登録有形文化財）を利用した工房で、染め・整経・織りなどの絹織物の工程を行っています。

工房を出た後、繭倉庫をモダンな内装に仕立てたレコードショップの「セーラーレコーズ」、香りと風味がとても素晴らしい「ヤママン味噌蔵」を訪れ、築100年の製糸家住居をリノベーションした「さんとお喫茶ギャラリー」で、ゆっくりと紅茶をいただきました。

一息した後、「吉田館製糸跡」、「旧山上宮坂製糸所」付近を散策しました。この付近はまだ鉄平石葺屋根の住居が並んでおり、まるで倉敷の街並みと見違えるほどの歴史を感じる街並でした。リノベーションした岡谷の街並みを、ぜひまち歩きして頂きたいと思います。

コーディネート みづうみの風 両角忠幸





諏訪シニア賛助会「いきいき健康グループ」主催の霧ヶ峰ハイキングが梅雨明け6日後の7/28（金）に賛助会員17名、シニア大学諏訪学部の学生23名の計40名で行われました。

今回は足に不安のある方向けに「散策&写真コース」を諏訪シニア賛助会「ナイスシニアフォトクラブ」で主催し、そちらに参加される方々もいらっしやいました。

「ハイキングコース」は霧ヶ峰自然保護センターから車山肩を一周する約4Kmのコースで、霧ヶ峰ガイドの小松光明、久美子夫妻から所々で見どころや山野草の説明をして頂きながらゆっくりとハイキングを楽しみました。

ハイキング後は昨年リニューアルされた霧ヶ峰自然保護センターで、自然保護レンジャーによる霧ヶ峰の草花や最近の鹿の被害や、今年発生した山火事とその後の驚異的な

自然回復のお話しを聞き自然の弱さや強さについて考えられました。その後各自持ち寄った昼食や館内見学を楽しみました。

参加された皆さまお疲れ様でした。今回参加されなかった方も来年は是非行きましょう。



諏訪シニア賛助会主催の「マレットゴルフ交流親睦会」がすわかランドマレット場で9/29（金）に行われました。今回は「とんぼの会」の皆様にお手伝いいただき、賛助会、シニア大生合わせて総勢29名の参加となりました。

とんぼの会小角様より

「百歳のゴールを目指して」



賛助会の皆さんこんにちは、マレットとんぼの会の小角です。今年9月29日に賛助会、シニア大学、とんぼの会でマレット交流会を開催しました。健康と親睦を旗印に和気あいあい充実した一日を楽しむことができましたのも、賛助会の役員の方をはじめ参加者全員の協力によるものと心より感謝申し上げます。とんぼの会も高齢化が進む中で健康第一をモットーに百歳のゴールを目指して日々楽しみながら精進しております。

諏訪シニア賛助会グループ紹介

【ボランティア若竹】

グループ長 百瀬アキ子

ボランティア若竹発足から早くも18年が経とうとしています。

この街福祉会の障害者施設「この街学園」での活動は、4月から11月まで月2回の畑作業が主な活動です。仲間である会員は16名、主にシニア大学卒業生が活動の趣旨を理解してボランティア仲間になっています。毎月予定つく人が参加し、八ヶ岳の麓で爽やかな風に吹かれながら、それぞれが出来る事を無理なく作業しています。

草取り以外にもラベンダーの花切りや、ブルーベリーの摘み取り等は楽しみの作業の一つです。



墨寿会講師 三井武彦先生が退任されました。

墨寿会は、長野県長寿社会開発センターが設立された翌年、諏訪長寿賛助会諏訪支部水墨画グループとして発足しました。老人大学卒業生が主体で結成され、講師に堀内貢・矢崎すみ両先生を講師に墨画教室を開始しました。会員が急増し100名を超えるときもあり、社会貢献も活発に実施し、総務庁より第1回社会参加賞を受賞しました。以来、平成11年度から三井武彦先生を講師に迎え、今日まで25有余年の長きにわたりご指導を頂きました。先生の教室は画材の手本を通じて、社会情勢や豊富な知識と経験を加えながらの楽しい墨絵教室でした。以前から身体を心配しておられましたが急に体調を崩され、令和5年7月の教室を持って退任いたしました。

長期にわたるご指導に感謝申し上げますと共にご健勝を祈念いたします。



墨寿会 会長 伊藤高明



諏訪・上伊那地区ゴルフ交流会を開催しました

諏訪賛助会ゴルフ愛好会

第一回の交流会が絶好の天候の元、中央道晴ヶ峰CCで行われました。諏訪地区13名・上伊那地区7名合計20名が参加し、親睦を深めながら和気会い合いの楽しいひと時を過ごす事が出来ました。改めて交流を通じ新しい仲間を作る事の重要性を感じ、これを機会に更に他地区への呼び掛けをして行きたいと思えます。

成績（敬称略）1位・小澤賢美（上伊）、2位・加納義晴（上伊）、3位・飯島実男（上伊）

ゴルフ愛好会、藤森忠光



長寿社会開発センター諏訪支部主催

諏訪地域タウンミーティング開催

10月11日、駅前交流テラスすわっチャオに於いて、諏訪地域タウンミーティングが開催されました。

「地域づくり出会いのひろば」と題して、諏訪圏域から18の活動団体が集まりブース出店し、地域で何かをしたいと考えているシニアとの情報交換会が行われました。



ボランティア若竹



みづうみの風・ビオレホール

賛助会からは、ボランティア若竹とみづうみの風・ビオレホールが参加しました今年も総勢121名が集まり、楽しく暖かな雰囲気の中で、シニア大生などの参加者が各団体の活動内容などを聞きながらブースを回り、新しい出会いや発見のある出会いの場となりました。

2023信州ねんりんピックの長野県シニア作品展が9月8～10日に開催されました。応募総数203点の中から諏訪地区の作品が5点入賞しました。

(敬称略)

賞	作品名	氏名	市町村
長野県知事賞	ドン・キホーテと仲間たち	谷 由樹	富士見町
長野県シニアクラブ連合会 会長賞	幼い頃の追憶 (母、晴れ着、牡丹と青い鳥)	大山 千恵子	諏訪市
長野県社会福祉協議会 会長賞	月とつゆ草	花岡 典子	岡谷市
奨励賞	早春の農村	伊藤 高明	原村
奨励賞	芽吹き期待	長井 かずお	下諏訪町



「ドン・キホーテと仲間たち」 谷 由樹



「月とつゆ草」 花岡 典子



「早春の農村」 伊藤 高明



「幼い頃の追憶」 大山 千恵子



「芽吹き期待」 長井 かずお

2023 諏訪シニア賛助会

第32回 活動発表会

舞台発表プログラム(12:00~15:00)

- 11:40 開会式(賞状伝達式・開会式)
- 12:10 ぼんぼこ楽団(模造太鼓と篠笛の合奏)
- 12:30 太極柔力球同好会(演舞・体操)
- 12:50 シニア大グループ
 - ① シニア大42期生
 - ② シニア大43期生
- 13:30 諏訪シニア賛助会
- 13:40 みづうみの風
- 14:00 おはなし屋
- 14:20 カラオケを楽しむ会
- 14:40 サンキュウ7(スコープ三味線)
- 15:00 閉会式

展示ブース(10:30~15:00)

墨寿会・ナイスシニアフォトクラブ・太極柔力球同好会
 ・ボランティア若竹・いきいき健康グループ・賛助会ゴルフ
 愛好会・シニア作品展入賞作品

期日:2023年12月4日(月)

時間:10:30~15:00

会場:すわっチャオ



日の出 日の入りが~、一日の過行くスピードの何と早い事でしょう。
 今回は大変行事が多く計画されていました。そのすべてを網羅する
 事はできませんでしたがどの行事共に天候にも恵まれ、参加された方々のご協
 力もあって、快い楽しい時間を共有する事が出来ました。感謝と共に御礼申し上げます。各行事に携わっ
 た方係りの方お疲れ様でした。

役員一同