

信北会助賛

令和6年3月12日発行
第142号
(公財)長野県長寿社会開発センター北信地区賛助会
発行者：前澤政宏

辰年を迎え、早々に能登半島で大きな地震、そして翌日に羽田空港での飛行機事故、さらには政財界における不祥事と、荒れる兎年を上回る大事件事故が起きました。被災された能登の方々には心よりお見舞い申し上げます。以後は穏やかに過ごせるように天に祈るしかないですね。会員の皆様方にはご健勝にてお過ごしのことと拝察申し上げます。

さて、1月29日に長野県長寿社会開発センター地区賛助会連絡協議会がオンラインで開催されました。会長は都合で欠席、金井副会長と会長代理で寺島副会長が出席しました。令和6年度の賛助会員関係事業についてお知らせします。

私達会員が収める年会費3,000円は、下記のように使われています。

賛助会員募集・活動推進事業 賛助会員の加入促進・会費関係郵送等

地区賛助会運営費交付事業 地区賛助会活動や賛助会員グループ活動の推進

私たち北信地区賛助会には定額分100,000円と170円×会員数が交付されます。これは交流事業であるマレットゴルフ、ペタンク、ゲートボール、信濃の国を巡る旅や各市町村支部活動に出費されます。

地区賛助会連絡協議会運営事業 賛助会員の社会参加活動等の円滑な推進を図る

賛助会員グループ活動支援事業 グループの活動を円滑かつ積極的に推進するため、活動に要する経費について交付金を交付 基礎交付額1,000円×会員数 加算額300円×会員数 会員数とはA会員 加算額は年5回以上社会貢献活動の実績が必要

地区賛助会グループ立ち上げ給付金事業 グループの新規設立時に給付し、社会参加活動を促進する。1グループ毎10,000円 但しA会員が5人以上

以上5項目の事業の財源の6割が賛助会員の会費で賄われています。

この他、情報誌「りらく」の発行送付関係に345万円余が会費から充てられています。

私たち賛助会員は、基本的にはセンターの応援団ではありますが、それだけでは寂しい。やはり生きがいと居場所を求めて、グループ活動や交流活動等に積極的に参加して、後期高齢者なんて言わず老春(旬?)を謳歌し人生100年時代を築きたいものですね。

特にグループに所属されていない個人会員の皆さん、各種スポーツ交流や信濃の国を旅する交流会には積極的に参加して交流したいですね。

「北信地区賛助会総会」のお知らせ



総会の準備

るようお願いしてあります。

支部交流事業は次の種目について各市村が主管となって、進めていきます。具体的な案は総会時に各支部よりお知らせがあります。

ペタンクは飯山支部、マレットゴルフは木島平支部、ゲートボールは中野支部、信濃の国の旅は木島平支部です。それぞれの支部が主管となって計画推進します。

会員の皆さん、最低でも一つは参加しましょう。

令和6年度の総会は、6月5日(水)午後1時から飯山庁舎 3階大会議室で開催します。
主な協議事項は、令和6年度の事業計画・予算案・役員改選についてです。ほかに作品展やグループの発表もあります。なお講演会も予定しております。講師は金融広報シニアアドバイザーの宮原則子さんをお願いしてあります。演題は未定ですが、これからの終活の進め方、家計管理の仕方や詐欺被害防止等について教えてください



総会風景(令和5年)

<コラム> **ひとつ「捨てる」と人生がひとつ「楽になる」(要旨)**

『「旅行の際に、荷物の多い人と少ない人がいます。心療内科の医者はその一事で人を丸ごと理解できます。』

医学博士で現内閣官房参与、元環境大臣鴨下一郎氏の言葉です。

大事な物を失くしたとき、そのことにこだわる人と「まあいいか」と諦める人がいる。この違いが将来の人生の明暗を分けることがある。例えば5年前まで履いていた靴は処分して、今の活動に必要なものだけを持つようにしましょう。古いものは処分してさっぱりとすることは前を向くことですから。

私達はいずれ死を迎えます。その時に、医者や家族から自由になって、自分の意志で自身の後始末の選択ができるように、捨てるものは捨ててさっぱりとしてもう一度前を向いて生きてもらいたいと思います。

北信地域タウンミーティング 2023 開催！！

「生きがい就労講演会 & パネルディスカッション」開催を開催しました！

1月26日(金)北信地域タウンミーティング2023を飯山市文化交流館なちゅら小ホールで行い、賛助会員、シニア大生をはじめ約120名の来場者がありました。

当日は、第一部で東京都健康長寿医療センター研究所副所長の藤原佳典先生から「はたも楽=働く！三方よしの地域づくり」と題した講演をしていただきました。

それぞれの人に当てはめた「生きがい就労」について、これからの通いの場は化学反応が起こる居場所へなどの内容を分かりやすくお話いただき、モチベーションが上がってこれからの活動も前向きに頑張っていこうと思った、など感想が聞かれました。

第二部では、(有)とみき漬物代表取締役 富井義裕さん、飯山地域シルバー人材センター事務局長 坪井学さん、北信地区賛助会・シニア大学OBの岡田重徳さんにご登壇いただきパネルディスカッションを行いました。

富井さんからは、シニアを雇用しているお立場として思いや心遣いについて、坪井さんからは「生きがい就労」を意識した日々の取組みについて、岡田さんからは74歳でシルバー人材センターに登録した思い、また現役時代の「働き方」と現在の「働き方」の違いなどを就労する立場としてお話いただきました。

今後シニアの「生きがい就労」はますます注目されてくると思われます。社会とのつながりを切らさないツールの一つとして「生きがい就労」を捉えていただき、人生100年時代を健康長寿で過ごしていただければと思います。

また、県長寿社会開発センターでは来年度も「高齢者の活躍支援」を推進していきますので、賛助会員の皆さまのお力添えをよろしくお願いいたします。

■北信地区賛助会で募金活動をしました

タウンミーティングにあわせて、「令和6年能登半島地震被災者救援募金」の活動を賛助会として行いました。

当日は、お揃いのジャンパーを着た賛助会グループ「風のささやき」のメンバーに活動協力いただき、

41,584円の募金が集まり日本赤十字社を通じて被災地

へ送られます。皆さんの温かな気持ちが被災地へ届き、そして一日も早く復興することを願っております。



(県長寿社会開発センター北信支部 シニア活動推進コーディネーター 松永静香)

令和5年度長野県シニア大学北信学部卒業証書授与式



2月9日(金) 長野県飯山庁舎において挙行されました。卒業おめでとうございます。25名の42期生が山田裕美北信学部長より証書を受け取りました。卒業式時点で4名の方が私たちの仲間になってくださいました。今後、仲間が増えることを期待したいところです。

卒業証書を受ける卒業生

「卒業」とは物事の始まりの意味もあるそうです。私たち賛助会の仲間になって新しいことに挑戦してみませんか。

山田学部長は式辞で「コロナ禍の困難を乗り越えてきた。人生100年、知識教養を活かし地域社会の一員として生きてほしい」とエールを送りました。また卒業生を代表して武田吉樹さんは答辞で「学びの楽しさを実感し、思いを巡らす時間となった。新しいことに挑戦する勇気もらった。仲間を大切にし、貴重な体験を通して地域社会に貢献していきたい。」とお礼の言葉を述べました。

武田さんの言葉をお借りして「学びの楽しさ、新しいことに挑戦する勇気もらう」ことができるシニア大学へ入学されますよう、卒業生及び賛助会の皆さんからも是非周りの方に勧めてください。



坐禅体験「寺の町飯山」大聖寺」で1日を過ごす」