

# 賛助会北信

令和6年7月23日発行

第 143 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：寺島 進

## R6、北信地区賛助会総会開催



6月5日(水)午後1時から、長野県飯山庁舎で開催しました。

開会の挨拶で会長は、健康長寿社会を目指す長野県長寿社会開発センターの趣旨に賛同し、その応援団としての賛助会を目指し、私たちも元気に活動していきたい。そして元気なうちにどのように終活をしていくのか宮原先生の講演を拝聴した

いと述べました。

また、木島平支部が諸般の事情により解散した旨の報告がされ、支部は無くなりましたが、半数近くの方が会員として残られました。退会された会員、そして木島平支部の皆さん、賛助会発足から今まで活動を共にされましたことに感謝申し上げます。

来賓には北信保健福祉事務所長山田裕美様、中野市健康福祉部高齢者支援課長堀米一志様、飯山市副市長伊東ゆかり様、長野県長寿社会開発センター常務理事宮村泰之様方々にご臨席いただき、山田裕美様、伊東ゆかり様、宮村泰之様よりご祝辞をいただきました。



議事に入り、議長には飯山支部の岡田重徳さんを選出し、令和5年度の事業報告並びに決算報告がなされ、承認されました。また令和6年度事業計画案並びに予算案も満場一致で承認されました。

そして今年度は役員改選があり、別掲のとおり承認されました。さらに議事終了後、新入会員の紹介がありました。

### 令和6・7年度 北信地区賛助会役員 敬称略

- 会 長：寺島進(中野) ●副会長:大平康雄(飯山)・町田隆夫(中野)
- 幹 事：藤牧万三(中野)・渡辺博(中野)・関藤夫(飯山)・岡田重徳(飯山)
- 地区連絡員：小林英夫(山ノ内地区)・岩井眞里子(木島平地区)
- 活動サポーター：阿部光正(飯山)・岩井眞里子(木島平)・平野正隆(中野)
- 監 事：竹内章一(中野)・宮本智子(飯山)
- 顧 問：前澤政宏(前会長)

支部が二つになり、交流会の主管すべてを支部が担当することが困難になり、今年度はゲートボールを中止とし、来年度以降実施することになりました。会員の皆さん、新役員の元に結集し活発な賛助会活動が展開できますよう役員一同期待申し上げます。

## 新会長 寺島進さんから のメッセージ

北信地区賛助会の令和6年度総会が去る6月5日に長野県飯山庁舎で開催されました。新会員、シニア大学生を含め64名の出席、来賓には北信保健福祉事務所長、市町村、長寿社会開発センター宮村常務をお迎えし、地区賛助会員の作品展示も併せて楽しんで頂きながら進められました。当日予定しました議案 事業報告、決算、予算、会則の改正、地区賛助会令和6・7年度役員各(案)はいずれも承認され、私が本年度より北信地区賛助会の会長として始動することとなりました。浅学非才ではありますが何卒皆様のご指導、ご支援をよろしくお願いいたします。

### 【新入会員】(順不同)

**中野支部**: 柴本泰宏さん、中山千恵子さん、上田純子さん、石田洋子さん

**飯山支部**: 阿部光正さん、武田吉樹さん

**他地区**: 金山榮一さん(須坂市)、大谷道雄さん(小布施町)、小林豊さん(長野市)

以上9名です。



**交流会には積極的に参加し  
会の活性化に力をお貸し  
ください。**

※ グループに所属している方もおられます。未加入でグループに入りたい方、新たに立ちあげたい方は事務所の**大谷推進員**か各支部長にお尋ねください。

総会参加者数は 計64名でした。ご協力ありがとうございました。

## 講演会

講師 長野県金融広報委員会金融広報アドバイザー  
宮原則子さん

演題 元気な時から考える「エンディングノート」

- ・今後の人生を充実させるために
  - ・家族の負担を減らすために
  - ・お金、モノ、コトの整理整頓ができ、安心して生きていくために
- そして、「まさか」に備えての意思表示としてのエンディングノートに記録して、家族への伝言板を作成しましょう。

引き出しの多い先生には、物足りない50分間という時間で主催者としては申し訳ない気持ちでした。シリーズとして今後に繋がればいいかなと思いました。

因みに筆者は60年以上、趣味と実益を兼ねて我が「音が苦人生」を支えてきてくれたピアノを、広告を見ていきなり処分してしまった罰か呪いで、処分して間もなく急性盲腸炎で緊急手術を受ける羽目になってしまいました。前号で紹介しました「一つ捨てるとひとつ楽になる」どころか苦しみを味わいました。処分の仕方を間違えたんだなと思った次第です。

会員の皆さん、他人ごとではありません。エンディングノートの作成を含め、終活は日常生活の重要な一部と考えて、今後を生きていきましょう。



# 会員 作品展



## 令和6年度北信地区賛助会 作品展

グループ作品、個人作品 出品目録

NO	種類	題名	出品者	グループ名
1	絵画	正受庵	桑原米子	個人
		バラの園		
		なかよし		
		バラ		
2	書	般若心経	片桐静雄	個人
		杜甫「春望」		
		四季山水図		
3	手芸	熊の手飾り物	手芸の会の皆さん	手芸の会
		人形	武田紀代子 小野幸子	
4	写真	奥信濃の春	峰村 眞	個人
		ほっと一息		
5	写真	夕日の海原	小林富美雄	シニア東会
		逆さ松本城		
		臥竜のさくら		

【お詫び】作品展に出品された会員の皆様、全員の方の撮影ができていなくて申し訳ありません。

## お知らせ

### 【北信地区賛助会交流事業】

★マレットゴルフ(中野支部主管) 6月28日(金) 終了

★ペタンク(飯山支部主管) 10月15日(火) 飯山市多目的運動広場北側 長峰スポーツ公園内

開会:午前8時30分から

申込み:締め切り10月3日(木)までに

中野支部長・飯山支部長へ 他地区は担当関藤夫☎0269-62-3358へ

※チームを結成しないで個人での申し込みも可能です。

その場合のチーム編成は主催者側で行います。

★信濃の国を巡る旅(主管幹事会)

日程:11月5日(火)

目的地:佐久方面 ※参加希望者は支部長、連絡員、又は北信支部まで



# 信州 SHINSHU NENRINPIC 2024 ねんりんピック

スポーツ交流大会：9/28(土) 中野市と山ノ内町  
シニア作品展：11/15(金)～11/17(日)  
ホクト文化ホール(長野県民文化会館)  
囲碁・将棋大会：11/16(土) 長野市芹田公民館

文化・芸術交流大会：11/16(土) 10:00～15:00 ホクト文化ホール 長野市若里 1-1-3

北信地区シニアの活動紹介・交流・社会福祉に貢献された団体等へ知事表彰等  
講演



【講演会講師】

若宮 正子さん(わかみや まさこ)

ITバンジエリスト。エクセルアートの創始者。58歳からパソコンを独学で習得し、2017年にゲームアプリ「hinadan」を公開。2017年より政府主催会議の構成員を多数務め、現在は、内閣府主催「高齢社会対策大綱策定のための検討会」構成員、デジタル庁デジタル社会構想会議構成員など。

※本年も貸し切りバスで送迎を行います。参加希望者は北信支部大谷・松永(0269-62-3725)まで。

(自己負担あり)

## 報 告

### 交流事業第1弾 マレットゴルフ交流会(主管中野支部)

6月28日(金) 中野市竹原河川公園マレットゴルフ場で実施しました。降雨で少し心配しましたが、実施に踏み切りました。



雨の中、いざ出陣ジャー



どうすりゃいいのさー思案雨?～



雨にも負けずでした



成績 男性：1位原 武男さん(中野)91 2位藤牧万三さん(中野)96 3位柴本泰宏さん(中野)97

女性：1位野上京枝さん(飯山)95 2位斉藤百合枝さん(飯山)99 3位田鍋誠子さん(中野)99