



令和 6 年度長野県シニア大学伊那学部入学式

5月10日(金)第47期生の皆様の入学式が、挙行されました。コロナウィルスの感染症法上の位置づけが変わり、従前のように入学式を実施しました。来賓も竹内春利賛助会長、県議会議員様や上伊那広域連合副会長様をお迎えしての式でした。

須藤 恭弘学部長から「本年度、旺盛な意欲と真摯な態度で更に学ぼうとする皆様をお迎えして、相互に学びを深めていただくことに大きな期待を寄せております。今後2年間、ご苦勞もあろうかと存じますが、それに勝る学びの喜びや温かい人間関係が得られるものとご期待申し上げます。くれぐれも健康に十分ご留意され、所期の目的を達成されることを心より願っています。」と式辞をいただきました。

次に竹内春利賛助会会長からご祝辞をいただきました。(次頁掲載)

最後に木下順子(よりこ)さんが新入生代表挨拶を行いました。(次頁掲載)

これから2年間学生の皆様は、知識や教養を身につける講座をはじめ健康づくりや社会活動の実践など多岐にわたる分野の講座を受講します。

また短歌、俳句、書道、水墨画、絵手紙、写真、ハンドメイドの中から1つを選択しての趣味講座も受講します。講座を通して学ぶ喜びや人とのつながりが深まることを願っています。



てお話しします。生まれは東京です。当時太平洋戦争の真っただ中でした。父は宮内



庁へ勤務していて天皇陛下を守るために、東京を離れることができず、また母は妹を連れ母の実家の松本に疎開しました。そのため私は小学校2年生の時、父の故郷である富士見へたった一人で疎開しました。学校ではあまり勉強は

せずに、戦地へ出生した家の勤労奉仕に行く毎日でした。終戦になっても私は富士見に残って中学校へ通いながら農業をしていました。高校も満足に行くことができず資格試験を受けて高校卒業と四級公務員資格を取って郵便局へ勤めることができました。郵便局、役場、職業安定所、会社の事務と76歳まで働きました。

それまでの人生を振り返ってみると、学校で思う存分学びたいという気持ちが強くなってまいりました。子どもも家庭を持ち生活が安定した10年ほど前、夫とともに信州大学の成人学級で学び始めましたが、夫が急死してしまい、何をしたらよいか知らずと過ごしていました。

そんな中で友達に誘われコーラス、民謡、運動などを始め、人と交わることの大切さを知りました。そして今回シニア大学に入学させていただき、同じ目的を持ったシニアの仲間と勉強できることを大変うれしく思っています。思う存分学ぶことができます。

私が一番年上だと思いますが、2年間一緒に頑張りたいと思います。これから講師の先生方、事務局担当の方々には本当にお世話になりますが、どうぞよろしくお願いいたします。本日は誠に有難うございました。



事務局職員の紹介

本年度から長寿社会開発センター伊那支部事務局の主幹としてお世話になります伊那保健福祉事務所福祉課の松原且照と申します。上伊那地区賛助会の皆様におかれましては、日頃から文化活動やボランティア活動をはじめとする地域の社会活動に積極的に取り組まれ、ご活躍されていると伺っております。人生の先輩である皆様から勉強させていただきつつ、賛助会の益々の発展のため、微力ではございますがお役に立ちたいと存じますので、どうぞよろしくお願いいたします。

県長寿社会開発センター伊那支部事務局主幹

松原 且照 (まつばら かつてる)



賛助会 令和5年度事業報告

月 日	項	目
5月30日	総 会	賛助会
5月30日	新入会員歓迎会	新会員3名、合計28人参加
6月13日	スマホカフェ 9回目	10人参加
6月27日	スマホカフェ 10回目	12人参加
7月4日	スマホカフェ 11回目	9人参加
7月19日	第1回役員会 第1回編集委員会	
7月25日	スマホカフェ 12回目	12人参加
7月31日	おいで塾 伊那公民館 主体ゆめクラブ	
8月9日	スマホカフェ 13回目	5人参加
8月23日	第2回役員会 第2回編集委員会	
8月25日	ふれあい広場打ち合わせ会	会長・野澤
8月29日	スマホカフェ 14回目	10人参加
9月1日	美しく生きる146号発行	
9月8日	シニア大生2年へスマホカフェのお誘い	会長
9月9日	ねんりんピック参加	27名
9月10日	ふれあい広場 伊那市社協	賛助会
9月12日	スマホカフェ 15回目	10人参加
9月15日	シニア大生1年へスマホカフェのお誘い	会長
9月15日	キャリアフェス説明会	会長・野澤
9月26日	スマホカフェ 16回目	11人参加
9月27日	スマホカフェ 17回目	7人参加
9月29日	第3回役員会	
10月3日	諏訪支部との交流ゴルフ	7人参加
10月4日	スマホカフェ 18回目	12人参加
10月7日	ねんりんピックスポーツ交流会	ヘルスコ参加
10月11日	第4回役員会	
10月17日	南信州支部との交流 マレットゴルフ	7人参加
10月25日	スマホカフェ 19回目	6人参加
10月27日	賛助会のつどい シニア2年生と	賛助会
10月28日	諏訪理科大 星野 祐先生講演	賛助会
11月7日	スマホカフェ 20回目	8人参加
11月11日	マレットゴルフ 交流会 37名参加	賛助会・シニア大・南信州賛助会
11月14日	スマホカフェ 21回目	10人参加
11月15日	伊那シニアズーム倶楽部・看護大との交流	会長・野澤
11月16日	伊那市中学2年生キャリアフェス 600名	
	会長・ゆめクラブ4人・他グループ6人・藤井コーディネーター	
11月22日	第5回役員会	
11月24日	趣味講座 作品展 見学	賛助会
11月29日	スマホカフェ 22回目	13人参加
12月2日	第37回上伊那ブロックボランティア研究集会	

12月5日	2年生 卒業後の活動について	午前 役員
12月5日	シニアのお宝博覧会	福祉課・賛助会
12月6日	スマホカフェ 23回目	11人参加
12月13日	スマホカフェ 24回目	8人参加
12月15日	社会参加活動実践報告1年傍聴	会長
12月18日	第6回役員会	
12月18日	編集委員会	委員
12月26日	スマホカフェ 25回目	10人参加
1月10日	スマホカフェ 26回目	12人参加
1月12日	社会参加活動実践報告2年傍聴	会長
1月17日	美しく生きる147号発行	
1月17日	スマホカフェ 27回目	16人参加
1月19日	賛助会について説明 1年	役員
1月19日	役員新年会	
1月23日	スマホカフェ 28回目	14人参加
2月7日	スマホカフェ 29回目	9人参加
2月9日	シニア大生 2年卒業式	会長
2月10日	スマホカフェ オンラインで紹介	藤井・会長
2月14日	スマホカフェ 30回目	10人参加
2月19日	スマホカフェ 31回目	11人参加
2月26日	高齢者に関するコーディネーター 情報交換会	会長
2月28日	スマホカフェ 32回目	12人参加
3月6日	スマホカフェ 33回目	10人参加
3月13日	スマホカフェ 34回目	12人参加
3月25日	第7回役員会	
3月26日	スマホカフェ 35回目	14人参加
4月9日	監査会	
4月16日	スマホカフェ 36回目	18人参加
4月23日	スマホカフェ 37回目	9人参加
4月24日	スマホカフェ 38回目	15人参加
4月26日	第8回役員会	
4月30日	スマホカフェ 39回目	16人参加
5月9日	スマホカフェ 40回目	8人参加
	スマホカフェ 40回開催	延436人参加

令和5年度 長野県長寿社会伊那支部
上伊那賛助会収支決算書

収入金額 172,637 円
支出金額 142,136 円
差引額 30,501 円

項目	摘要	予算額	決算額	差異
センター交付	総会費 活動発表会費 グループ長会費 賛助会会報費 会員加入促進費	110,000	110,000	0
繰越金		62,637	62,637	
合計		172,637	172,637	0

項目	予算額	項目	決算額	合計	差異
総会費	20,000	資料印刷 消耗品 茶菓子代 会費使用料	13,130 7,814	20,944	-944
活動発表会	40,000	資料印刷 会議費 消耗品	8,156 18,378 38,488	65,022	-25,022

項目	予算額	費目	決算額	合計	差異
グループ長会費	20,000	通知郵送料 会議費 資料印刷	2,268	2,268	17,732
地区賛助会報費	15,000	会報発行 編集手当 資料印刷 郵送料	15,000	15,000	0
会員加入促進費	16,000	奏者御礼 茶菓子代 印刷用紙代	5,000 16,012	21,012	-5,012
その他	38,000	はんりんビッコ麻糬	17,890	17,890	20,110
予備費	23,637		0	0	23,637
合計	172,637		142,136	142,136	30,501

〈次年度へ繰越金〉 (繰越金一支出)

収入	支出	繰越金
172,637	142,136	30,501

令和6年 4月 9 日

監査の結果以上の通り相違ありません!

監事 臼井 登子



監事 佐々木 たみ子



令和6年度(2024) 上伊那賛助会役員

No.	役名	氏名	グループ名	電話番号	住所
1	会長	たけうち はるとし 竹内 春利	かがやき41		伊那市手良沢岡
2	副会長	むらかみ みはる 村上 美春	里山散策の会		駒ヶ根市東伊那
3	会計	みやした てるこ 宮下 照子	ヘルスコ		駒ヶ根市中沢
4	監事	ささき たみこ 佐々木たみ子	かがやき41		駒ヶ根市赤穂東
5		うすい すみこ 臼井 澄子	42書を楽しむ会		南箕輪村
6	幹事	かたぎり けんじ 片桐 謙治			駒ヶ根市北町
7		うじ しげと 宇治 重人	ふれあいマレットゴルフ		塩尻市広丘野村
8		のざわ いよこ 野澤 伊代子	ゆめクラブ		伊那市中央
9		おくむら のぶえ 奥村 伸枝	里山散策の会		伊那市日影
10		たけうち はるとし 竹内 春利	かがやき41		伊那市手良沢岡
11		うすい すみこ 臼井 澄子	42書を楽しむ会		南箕輪村
12		からき かずよし 唐木 一由	ヘルスコ		伊那市西春近
13		おおた しん 太田 伸			伊那市西春近
14	編集委員	かたぎり けんじ 片桐 謙治			駒ヶ根市北町
15		みやした てるこ 宮下 照子	ヘルスコ		駒ヶ根市中沢
16		ふくざわ はるみ 福澤 はるみ	ヘルスコ		駒ヶ根市上穂北
17		おおさわ よしお 大沢 義夫	里山散策の会		宮田村
18		むらかみ みはる 村上 美春	副会長		駒ヶ根市東伊那
19		たけうち はるとし 竹内 春利	かがやき41		伊那市手良沢岡

令和6年度(2024) 上伊那賛助会事業計画

事業名	期日	会場	事業内容	参加者	備考
シニア入学式	5月10日	伊那合庁	シニア入学式	会長	午後
定期総会	5月28日	伊那合庁	本年度活動・決算報告 次年度活動・決算計画(案)	賛助会員 新入会員	
新入会員 歓迎会	5月28日	伊那合庁	新入会員歓迎会 飯坂バンド演奏会	賛助会員 新入会員	総会后
地域事業参加	7/31・8/1	伊那公民館	おいで塾	賛助会員	ゆめくらぶ
他支部との交流	7月25日	伊那合庁	オンライン・5名参加	賛助会員	
シニア大学生 との交流会	9月	大芝高原	マレットゴルフ 賛助会員、シニア大学生 との交流	賛助会員 シニア大学生	
地域事業参加	9月11日	伊那社協	伊那ふれあい広場	賛助会員	
マレットゴルフ 交流会	10月	大芝高原	他地区賛助会との交流	賛助会員 他地区賛助会	
シニア大学・ 賛助会の交流会	10月25日	伊那合庁	シニア大学との交流	賛助会員 シニア2年生	午前
講演会	10月25日	伊那合庁	電池の原理と開発の歴史	公開講座	午後
地域事業参加	11月10日	伊那市民体育館 防災コミュニティ	伊那市中学生 キャリアフェス	伊那市内中学2年 賛助会員	
学部内交流会	11月15日	伊那合庁	学部内交流会	シニア2年生 賛助会	午前
信州ねんりん ピック	11月16日	長野市	活動紹介・作品展・ スポーツ交流会 9/28中野市	賛助会員 シニア大生	
作品展	11月28日	いなっせ	趣味講座作品展示会		午前
講演会	11月28日	いなっせ	特殊詐欺・交通安全	公開講座	午後
忘年会	12月	未定	全体の忘年会	賛助会員	
賛助会/卒業後 の活動について	12月6日	いなっせ	賛助会/卒業後 の活動について	賛助会員 シニア2年生	2年生
上伊那地区 タウンミーティング	12月6日	いなっせ	地域づくり出会いの広場	公開講座	
実践報告	1月10日	伊那合庁	地域づくり活動実践報告	賛助会員 シニア1年生	傍聴 1年生
実践報告	1月17日	伊那合庁	地域づくり活動実践報告	賛助会員 シニア2年生	傍聴 2年生
賛助会について	1月24日	伊那合庁	賛助会について説明・ 1年生	賛助会員 シニア1年生	午前
シニア大卒業式	2月14日	伊那合庁			
会報発行	3・7・11月		年3回発行 美しく生きる	編集委員	
その他	通年 随時		スマホカフェ、健康体操 防災セミナー日帰り旅行 ウォーキング等	賛助会員	

令和6年度(2024) 上伊那賛助会事業別予算配分

令和6年5月

(単位円)

事業名	前年度小計	項目	前年度実績	令和6年度予算	備考
総会	20,944	資料印刷 消耗費	13,130 7,814	20,000	定期総会 講師謝礼
活動事業経費	65,022	資料印刷 会議費 消耗費	8,156 18,378 38,488	59,000	親睦マレットゴルフ おいで塾・キャリアフェス ふれあい広場 展示会場使用料
役員会	2,268	郵送料 用紙代等 会議費	2,268	5,000	
賛助会会報	15,000	編集委員	15,000	15,000	
会員加入促進費	21,012	消耗費 茶菓子代	5,000 16,012	21,000	新入会員歓迎会
その他活動経費	17,890	ねんりんピック旅費	17,890	20,000	信州ねんりんピック
予備費				501	
合計	142,136		142,136	140,501	
センター交付金			110,000	110,000	
繰越金			62,637	30,501	

上伊那賛助会新入会員歓迎会

＝「飯坂バンド」の方々と 楽しいひととき＝

総会に引き続いて「新入会員歓迎会」が同じ会場で、顔をお互いに見ることができるよう、円卓で行われました。

ここには、上伊那賛助会に加盟している活動グループなどから新入会員を歓迎する多くの仲間にお集まりいただきました。「里山散策の会」「ヘルスコ」「ゆめクラブ」、「42書の会」「ふれあいマレットクラブ」「かがやき」のグループから会員の方々、それに個人会員の方々に24名の皆さん。そして、今年は新入会員の皆さんが3名お見えになりました。余興の「飯坂バンド」の方は2名、普段は4名で演奏会などを行っておられるそうですが、本日はシニア大学の卒業生でもあるお二人、黒河内さんと西尾さんがおいでくださり、30名もの大盛況となりました。

竹内会長のあいさつに続いて、新入会員の皆さんの紹介がありました。

中野さんからは「二酸化炭素を減量する活動をしたい」というお話が聞け、里山散策の会に入会されたシニア大2年生の雨宮さんからは「里山散策などのいろいろな行事に参加していきたい」というお話。折り紙作品作りや多くの趣味を持っておられる細田さんからは、地域ですでにご活躍の話が聞けました。

続いて、理事の片桐さんから、「パワーあふれる皆さんの参加は嬉しいことです。周りの人たちを巻き込み、今の時代に合わせたグループを超えた人とのつながりを増やしていきましょう」という歓迎の言葉があり、お茶で乾杯しました。

その後、会員の自己紹介があり、それぞれの方が「今、活動していること」「頑張っていること」を中心に、趣味や特技、今後のことについて発表され、改めて上伊那賛助会を今より盛り上げていこうという気運を感じました。

さて今回のお楽しみは、駒ヶ根市を中心に活動されておられる「飯坂バンド」のお二人が、シンセサイザーやギターで伴奏してくださり、懐かしい歌の数々を大きな声で歌いあいました。全部で10曲あまり。『ふるさと』や『信濃の国』、昔懐かしい『高校三年生』『学生街の喫茶店』とか『小指の思い出』『銀座の恋の物語』などなど、マイクを持ってのカラオケ状態にもなりました。

シニア大学の先輩方が楽しい時間を提供して下さり、またの機会をお願いして楽しいひとときはお開きとなりました。



信州大学医学部生と賛助会員の交流会

7月11日 将来地域医療に従事するであろう、信州大学医学部生と上伊那賛助会員との交流会が行われました。学生さんにとっては、実際にシニア世代とのコミュニケーションを体験し、シニア世代の活動の実際を知る機会に。また賛助会員にとっては、普段接する機会のない若い世代とのコミュニケーションを通して、若い世代の考え方を知り、元気をいただく機会とする目的の交流会でした。

内容は「こんなお医者さんになりたいな」「こんなお医者さんに会いたいな」をテーマに、各グループに分かれて、その後全体で意見交換をする、というものでした。

賛助会の皆さんからは「患者の顔を見ながら話せるお医者さんであってほしい」「患者のことに何でも相談に乗ってくれるお医者さんがいい」「患者の立場に立って診てくれるお医者さんであってほしい」「人柄よりも腕があるお医者さんがいい」と意見が出ました。学生さんからは「患者さんの背景を理解してそれに合わせて治療していく医者でありたい」「医学だけの人間になりたくない。地域にかかわるようにしたい」と頼もしい意見が出されました。

最後の全体会では、「若い学生さんから刺激やエネルギーをもらいました」「シニアの方からお話をお聞きして、医者はただ病気を診るだけではなく、生活支援や患者さんの悩みを聞いてほしいと聞いてより一層ちゃんと話を聞く医者になりたい。素晴らしい職業だと思いました」

お互いに学ぶこと感じることの多い交流会でした。

学生さんから届いた手紙を紹介します。

シニア世代との意見交換では、明るい雰囲気の中でたくさんお話をすることができ、大変有意義な時間となりました。特にシニア世代の皆様が「相手の目を見て親身に話を聞いてくれるお医者さんに出会いたい」とおっしゃっていたことが印象に残りました。私も患者さんに寄り添うことのできる医師になりたいと改めて感じました。



北信賛助会と上伊那賛助会の交流会

8月9日（金）北信賛助会との交流会（研修会）を行いました。地区賛助会間の交流を図りながら、他地区の取組や工夫などを今後の賛助会の有意義な活動に役立てる、という趣旨で開催されました。上伊那賛助会からは竹内会長さん野澤幹事さん片桐幹事さん福澤編集委員さんの4名が参加しました。

冒頭宮村常務から「お互いの活動から学び合う、交流のきっかけになることを期待します。そのためにお互いに問いかけあうことを大事にしてほしい」と挨拶がありました。

まず上伊那賛助会の魅力について片桐幹事さんからは次のように説明がありました。

「会長を始め全員の人柄がいい、気さくで皆さんが明るく物事に積極的です。2つ紹介したい事例があります。1つはグループ活動以外の場面で会員同士の横のつながりが広がっていることです。グループを越えての活動や食事会の開催など交流活動が広がりました。もう1つは昨年2月から始まったスマホカフェ。今まで52回開催し参加延べ人数が600人を越えています」

これに対して北信賛助会からは「信濃の国」の歌詞に出てくる地を巡る旅を毎年企画している。マレットゴルフ、ゲートボール、ペタンクなどスポーツ交流事業も盛んに行っている、と説明がありました。

スマホカフェってどのように行っているの？どんな内容なの？信濃の国を巡る旅って誰が企画し、どう実行しているの？大変ではないか？などの質問が出されました。

会員の減少、役員のなり手不足などの課題に対して、シニア大生に賛助会を説明する時期を早めたり、説明の内容や言葉を工夫したりするなどの意見が出されました。「楽しい集まりだと思ってもらうことが大切だ」と竹内会長さんが締めくくりました。

最後に記念写真



<伊那支部の皆さん>



<北信支部の皆さん>

今後のイベント予告 お問い合わせは事務局（TEL0265-78-6863）へ

＜2024 信州ねんりんピック 今年の舞台は北信地区＞

9月28日（土）スポーツ交流大会 中野市・山ノ内町 各運動競技施設

11月16日（土）文化・芸術交流大会 ホクト文化ホール（長野市）

11月15日（金）～17日（日）シニア作品展 17日は12:00まで

ホクト文化ホール ギャラリー・小ホール

＜シニア大生とのマレットゴルフ＞

10月12日（土）9時30分より南箕輪大芝高原マレット場

＜賛助会員とシニア大生との交流・賛助会の集い＞

- 1 日時 10月25日（金）
- 2 場所 伊那合同庁舎 5階 講堂
- 3 日程 午前 賛助会・シニア大学の交流 10:30～12:30
午後 賛助会の集い 講演会 13:30～15:30

講師 公立諏訪東京理科大学 工学部機械電気工学科
准教授 小川 賢(さとし)先生

演題 「電池の原理と開発の歴史について」

□ 講演内容

最近ノーベル賞を受賞したりチウムイオン電池はなにがすごいのか？また、ボルタの電池からつながる様々な蓄電池の特徴や社会での使われ方について丁寧に解説します。（公立諏訪東京理科大ホームページより引用）

高齢化社会に向けてシニアの方が生きがいのもてる未来を想像するために、再生可能エネルギーを貯蔵するのに適した蓄電池をはじめとした科学技術がどう生活に貢献するかについてお話頂きます。



【プロフィール】

小川 賢(さとし) 先生

2007年 東北大学大学院工学研究科にて学位を取得。2007年～2012年までセイコーエプソン株式会社に在籍。東日本大震災の原発事故を受け、再生可能エネルギーを活かすための研究開発をするべく転職を決意。

2012年～2022年まで株式会社日本触媒にて蓄電池材料開発に従事し、安全な蓄電池のための新材料を開発。

2022年4月より公立諏訪東京理科大学に着任し、自らが開発した新材料を使った電池の具現化を目指している。

この夏は『猛暑』とか『酷暑』とか言われ午前から30℃を越え35℃に迫る暑さでクーラー無しでは身が持ちません。高齢者の方達は暑さ対策をして熱中症に留意しこの暑さを乗り切ってください。パリでは夏季オリンピックがあり7月27日に開幕し17日間の戦いに幕を閉じました。この日の為にアスリート達は、金メダルを目指し連日身を削る努力と練習を重ね、そして試合をした結果、体で歓喜を表す人、悔し涙を表す人の人間模様を見ると勝負に関係なく『あっぱれ』とエールを送り称えたいと思います。

又日本人の体操の選手が金メダルを狙う他国の選手の演技前に唇に人差し指を示したり、対戦相手の手を挙げて共に称えたりする姿勢は胸が熱くなり、スポーツマンシップって素晴らしいなと思いました。

その反面このビックイベントの大会であつてはならない誹謗中傷、柔道の審判の不手際、ボクシングの性別、試合の組み合わせ等の問題がありこれもオリンピックかと思ひ切なく怒りさえ思いました。しかしインタビューである選手が『勝負には勝てなかったけど、この努力は人生への力です』と語った人がいました。素晴らしいじゃないですか。きっと幸せな人生を送る事でしょう。私はこれからも人と接する事によりドラマが生まれその縁を大切に、そして自分はこの世に生かされている事に感謝し日々送りたいと思います。