

## セカンドライフ研究会

### セカンドライフ研究会のこれから

我々は、セカンドライフを積極的に生きるための研究会として、これまで「11月の住まい研究会」、「12月の住まい方研究会」、そして「セカンドライフ研究会」とつないできました。

約 20 名の固定会員で、11月の住まいの様々な選択肢を学習・見学したり、自由参加で『セカンドライフを積極的に生きる仲間』の体験談』とリフォームや在宅介護などに関する情報や知識の学習を組み合わせたり、健康・住まい・認知症・在宅介護と医療などのテーマとして、前半で複数のお仲間の体験談を、後半のグループトークで参加者全員との体験を語りあったり、グループトークだけでとことん語りあったりしてきましたが、「セカンドライフ研究会」も来年の 1 月で最終回となります。その後も「セカンドライフを積極的に生きるための研究会」は続けたいと思います。

最近では、同期会成立後数年の若い会の方の参加が多くなりましたので、若い会の方が事務局に加わり、取り上げるテーマや運営方

法などを、一緒に検討して頂けたらありがたいと思います。

### 10 月開催分の報告

10 月 20 日 木 午後 2 時から、石神井公園 園区民交流センター 集会室で、「家族」をテーマのセカンドライフ研究会が、事務局（4 名を除き 23 名 女性 15 名、男性 8 名）が参加して行われました。「これからのあなたにとって家族って？」という問題提起に対しては、同居の苦労や介護や施設に関する話題が多くなりました。

また、次回 1 月の研究会が最終回となることから、その後の研究会についてアンケートを行いました。その結果は、約 7 割の人が研究会の継続を希望し、テーマについては「これまでのテーマと新しいテーマをミックスする」、研究会の形式については「グループトークを多めにしてそれに講義を加える」という意見が大勢を占めました。

研究会の企画等への参加については、7 割近い人が関心を示し、中でも女性が多かったのは朗報でした。事務局 角地

### 牧野庭園へのお誘い

第 29 回ねりまシニアセミナー 基調講演として、「牧野庭園へのお誘い」を企画しました。当日は練馬区みどり推進課 紹介の、同庭園の学芸員 田中純子氏に講演頂きます。牧野記念庭園は、日本の植物分類学の父・練馬名誉区民である植物学者牧野富太郎博士が、大正 15 年から亡くなるまでの 30 余年を過ごした住居と庭の跡地で、昭和 33 年に練馬区立牧野記念庭園として開園しました。

園内には博士にゆかりの深い 300 種類以上の植物が生育し、展示室・記念館の他、博士の使っていた書屋も残っています。

おりしも牧野博士をモデルとした NHK 令和 5 年春フタトの連続テレビ小説「らんまん」が、神木隆之介・浜辺美波主演で放映が決定し、撮影も順調に進んでいます。まさに時宜を得たお話をお聞き出来るものと思っております。ご期待下さい。

11月11日ネット 柳瀬



牧野記念庭園

「博士が愛した植物園へようこそ」

牧野記念庭園は東京都歴史文化財団（旧ふじ史跡）です。

## 【会員のひろば】

### 《練馬区に住んで》

私は来年1月で80歳になり、結婚して60余年になるが、勤務先の関係で16回も転居している。昭和時代の高層成長期には夜を日に次いで仕事に追われ、自宅と勤務先の「メトロ」生活を過し、引越しの作業は専ら妻任せでやってきた。定年後の住まいも、妻が近くの青梅街道向かいの現在地を平成の初めに探したものである。したがって、既に35年もの長い間練馬区の南西の隅に住まっています。

私は75歳まで通常勤務し、80歳までは非常勤として働いた。NSNでは「五友会」を知ったのは通常勤務の時だったが、地域との交流を図りたいと思い、土曜日・日曜日の活動は出来るので入れてもらった。そこでは会員各位の生い立ち、戦中戦後の生活・仕事の経験の話をつかぐことも、文集「むらさき」の作成・史跡見学などに参加させていただいた。またパソコン教室を担当して、高齢者にワード・エクセルを教え、メール・写真の編集・ハガキ印刷と一通りの習得をしてもらい、今でも交流が続いている。

その後、新たに「トントンねりま」に加入させてもらって、今度は多くの女性とお話をする機会が増えた。プリントアウト学習・読書見物のほか、

箱根や伊豆への一泊旅行にも参加し、昼は観光、夜はカラオケ・麻雀と楽しい会合が続いてきた。

コロナ禍にあっても会長さんが会場確保をして、毎月「三密」を避けて集まり、シニアに関するいろいろな情報を聞き、関連資料もいただいている。最近では会員が「自宅を開放して下さり、「月見の会」を開き懇親を深めている。

このほか「むさぎの会」という男性料理教室にも、リンゴの皮が剥ければ加入出来ると言われて参加し、既に17年も経ったが、腕前は一向に上がっていない。でも、お酒の燗しか出来なかった男が何とか自分で食べることが出来るようになったのは、妻が申込み娘がエプロンをプレゼントしてくれたお蔭で感謝している。

近所も地域のこととも疎遠にしていた自分が、一歩踏み出して練馬区の皆さんと交流が得られたことは、老後を楽しんで生きる糧になっている。

トントンねりま 荒木一雄



### サマーフェスティバル 出店の感想

#### 【歴史講演会】

サマーフェスティバルに私は過去7年関わり、いろいろなジャンルの「サポートを企画して来ました。歴史講座と言えは何か事難しい感じを受ける方もありますが、日本史にしろ西洋史にしろ歴史を学ぶことは、長い人生を生きていく上でとても重要なことだと思います。即ち、古代・中世・近代と歴史を学び始めると、次々に新しい発見があり、更に学びたくなります。

今年初の試みとして出店は、18名の方々がおいでになり、いろいろお話をさせていただきました。歴史講座の「コロナ禍と盛り上がり」が足りないと言ったので延期されましたが、NSN版SDGs(持続的開発目標)として、近い将来開催されることを願ってやみませ

ん。  
楽友会 下河秀行



#### 【ミニフリック】

頭を空っぽにして楽しめる遊びを一緒にしようとして、出店もミニフリックを実施しました。フリックブックのオーケションを省略・簡単化したミニフリックは、誰でもすぐに始められ、しかも奥行きが深い十分楽しめる遊びで、多くの人が実演を見に来て下さりました。実演の傍らでReiの神永さんが解説を行い、日本フリックブック連盟の「Let's Playフリックブック」のパンフレットを配りました。

毎月第4水曜日の例会に参加をお待ちしています。 ひとみ会 角地



#### 【編集後記】

新回会に「トントンねりま」が活動を開始し、来年のシニアセミナーの講師も積極的に推薦しています。新しい力も加えてNSNを活性化していきます。

(〇)