

サマーフェスティバル開催

7月30日(日)に練馬区立区民・産業プラザのコネリホールにおいて、第19回サマーフェスティバルが開催されました。全会員の7割、150名を超える方々が参加して、これまでの行事内容に新たな企画が加わり、大変盛り上がったフェスティバルとなりました。

第1部では、武藤会長から開会挨拶と活動報告が行われ、続いて、令和5年度の新同期会「らんまん」の紹介が行われました。その後、新企画「練馬混声合唱団の演奏会」があり、美しい演奏を披露して頂きました。第2部につきましては、睦会松岡さんの発声で乾杯が行われ、飲食を交えての懇談会となりました。

最初の行事としては、新企画の「テーブル対抗風船ゲーム」が好評の中で行われました。この企画は、交流促進のため、できるだけ複数の会によりテーブルやチームを編成しました。これに続き、昨年度から開始した出店プロジェクトが6つの出店により行われ

新同期会の紹介

テレビドラマのタイトルを彷彿する新同期会の「らんまん」です。伝統深きNSNに新しく同期会の新参者として、令和5年のデビューをなした9人のニューフェイスです。

メンバーひとり一人が特化した個性に溢れ、英俊豪傑(えいしゅんごうけつ)たる洗練された強者のシニアエイジ達が集いました。NSNが目指す、シニア世代における社会参加を目的とする地域での仲間づくりや居場所づくり、そしてもとよりひとりひとりの楽しみを応援する、そして活動や貢献を通して、おひとりお一人の生きがいや人生のサポートを協働する思いを胸に、NSNと共に社会貢献での一役が担えることが出来れば、何よりのことと思います。

らんまん 会長 田中 欣一



ました。最後に世話役・司会的美濃から挨拶があり閉会となりました。

第19回フェスティバルが盛会の中で開催できたことは、参加者やサマーフェスティバル委員の皆様のご協力のご支援の賜物であり、皆様に心から感謝申し上げます。

サマーフェスティバル委員会 美濃 眞一郎



出店の状況

サマーフェスティバルでは昨年に続いて、色々な活動のプレゼンテーションが有り、出店を散策しての和やかな交流が見られました。出店は、マジック・チャリティオークション・バス旅行・セカンドライフサロン・ミニブリッジの会・オセロの6つでした。



サマーフェスティバル

合唱



風船ゲーム



・バス旅行 (世話役 さわやか '17 阿部さん)

2019年秋のつくば学園都市と筑波山へのバス旅行、楽しかったですね。

去年、バス旅行は開催できませんでした。今年は第3回目のバス旅行を開催したいと考えています。バス旅行を楽しむために何をすればいいか皆で話し合いをしましょう。

プレゼンテーションと出店

・チャリティーオークション (世話役 さわやか '17 橋本さん)

オークションは、提供する人と落札する人とのコミュニケーションの場です。すべて落札されるとは限りませんが、オークションの(競り)の楽しさを体験して下さい。また、チャリティー先はユニセフです。財布の紐を編めて頂けるといいます。

・セカンドライフ サロン (世話役 にこにこネット 中島さん)

セカンドライフを積極的に生きる研究会として、2011年10月に始まった「ついの住まい研究会」以降の「これからの住まい方研究会」、「セカンドライフ研究会」に続く新しい研究会の準備会が、設立後間もない若い同期会を中心に始まりました。*この会の名称(ロゴデザイン)は、

～人生100年時代!～
セカンドライフ サロン



ミニブリッジの会



マジックのプレゼンテーション

会場風景



【会員のひろば】

【卒寿を過ぎて】

昨年私は卒寿を迎え、今年 91 歳になりました。現役引退後、老人施設の慰問のボランティア活動のために、合唱団やマジック倶楽部、ハーモニカの会等で、約 20 年間活動してきました。

人それぞれにその人の歴史があるように、私にもそれなりにありました。特に「生」と「死」についてです。今日まで何とか元気に生きてこられました。過去 3 度「死」と向き合って助かったのです。「運が良い人」「何かを守られている」等々人から言われてきたが、実は大変な思いをしてきたのです。

一度目は戦時中のこと、アメリカ軍の B29 爆撃機が投下した爆弾が、私が避難していた防空壕のすぐ近くに落ち、挿鉢状の大きな穴を開けた時です。爆弾投下が 1 秒早かったか、遅かったら直撃を受け即死したかもしれないのです。二度目は大学生の時、アルバイト中に自動車事故に巻き込まれ、大型トラックの荷台の角に頭を打ち即死となる状態でしたが、考えられない事に無傷で助かったのです。三度目は 20 年前のこと、ちょうど 70 歳の時です。胃カメラ検査を受けましたが、検査時に機械トラブルが発生し苦しみました。結果的に胃はなんともなか

ったのですが、あろうことか心臓に重大な異常が見つかり、バイパス手術を受けることになり、手術は 7 時間かかりましたが、元気に生還できた時が三度目です。

人生 100 年時代と人は云うけれど、私より若い人が癌や病気・事故などで旅立って行くのは寂しい限りです。命ある限りは今を大切に生き、元気に楽しく過ごしたいものです。

(みんなの会 内田 勲)

下欄の写真は、内田さんの卒寿を祝って、“みんなの会”の例会で、ささやかながら花束を送った時の記念写真です。

90 才を過ぎているとは思えない元気さです。健脚で結構早く歩かれ、頭脳も明晰でいらっしゃいます。これから、長く元気でいてくださることを願ってやみません。

(みんなの会会長

桂 幸嗣)



【投稿】

突然の病と向き合う (1)

～ 新しい人生と割り切るしかない～

健康寿命が尽きたのです。

その日、排尿ができなくなり夜中に時間外診療、三日後には歩けなくなり、神経内科に回され即日入院。診断は急性脊髄炎による下半身マヒ、排泄が出来なくなり、下肢の感覚が無くなりました。「その日」にコロナワクチンの接種を受けており、それが原因だろうと、そして後遺症は避けられないと言われました。

それまでは人並みに元気屋さんでした。

NSN の同期会は飲み会専門、セカンドライフ研究会では事務局に参加。70 歳からは、80 歳代を楽しむために「山歩き」「朗読」「ホームページ作成アプリの習得」を新しく始めました。2,500m 級の山に登り、朗読の初舞台を踏み、これから、というつもりでした。

新しい人生と割り切らざるを得ませんでした。

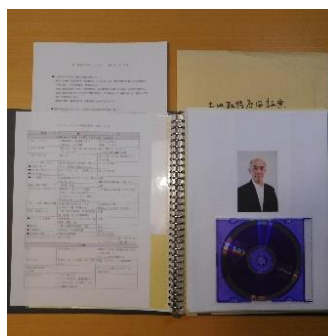
入院時、医師に「面白い患者になります」と宣言しました。病に向き合い、大袈裟ですがこの境遇を糧にしたかったのです。

まず中途半端になっていた終活を片付けました。時はコロナの真っ盛り。抗体も無く、免疫

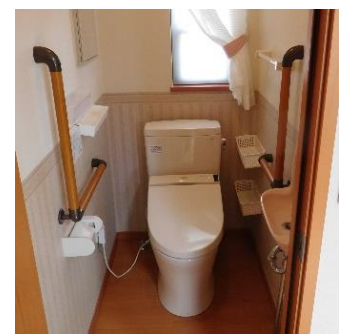
力低下とあって、明日にでも感染重症化するかもと覚悟しました。子供の希望を聞き、優先順位を決め、時間を限って、出来る範囲でまとめました。住まいは高齢期向けの準備はしていましたが、症状に合わせての工夫が必要でした。

そして 2 年余、少しは歩けるようになり、社会復帰をと考えますが、行動が制約されています。

次回 ～社会との繋がりをどう持つか～ につづく



本人のトリ説、資産関係証券、ネット登録情報の扱い、遺影などを一つのファイルにしました



排泄障害でトイレはモノが沢山。簡単に手が届くよう、収納棚は 100 円ショップで色々揃えました

みんなの会 西 和彦

【サマーフェスティバル委員会に参加して】

第28回サマーフェスティバルに新同期会「にこにこネット」として皆様に紹介していただいた時が初めての参加でした。お客様感覚でクイズを楽しみ優勝したのを覚えています。それから1年、第29回サマーフェスティバルを実行する側になり、様々な経験をさせていただくことになりました。

◆委員会での準備

委員会は月1度行なわれ、第1部のイベントと第2部の同期会で楽しめるゲームについて話し合いました。私たち3人以外は経験を積まれた方々が多く、ゲーム以外は順調に決まりました。ゲームはインターネットで探し風船ゲームを提案して、3人が担当となり「風船ゲーム実施方法案」を作成、委員会で検討されました。座席も風船ゲーム仕様の8テーブルにして1テーブル18~20名になりました。各同期会からの出席人数に基づきチームが編成されました。委員の役割分担もほぼ昨年通りに決まり、引継ぎもスムーズに進みリハーサルも順調でした。

◆迎えた当日

委員の皆さんの手際よい動きに感動しました。各装置操作担当、会場配置担当、菓子担当と各々が職人かと思わせる早さで終わらせたので

す。その中で私たちは「にこにこネット」のメンバーの力を借りてゲームの準備に取り掛かりました。つくづく仲間の温かさに感謝しました。



第1部の合唱は和やかに終わり私たちにゲーム開始のバトンが渡されました。ゲーム自体は単純な動作ですが、割り当てられた時間内に怪我人を出さない様に終えるのに必死でした。しかしアルコールが入っているせいか興奮度が増し、後方に転倒される方が出て心配でしたが大事に至らず、無事終了出来て胸をなでおろしました。

◆終えて一言

初めてサマーフェスティバルの実行にかかわり「経験に勝るもの無し」を実感しました。まさに先輩の方々の努力が今も引き継がれていることを改めて教わりました。

同期会の人数も年々変化すると思いますが、一堂に会した時ぐらい垣根を越えて楽しく笑い語りたいものですね。

にこにこネット (S・I) (K・H) (M・K)

オープン参加行事

☆ミニブリッジを楽しむ会 (四水会)

(日時) 毎月第4水曜日 14:00~16:30
(場所) 男女共同参画センターえーる研修室
(会費) 無料
(申込) ひとみ会 角地 ☎(3904)8005

☆ナンプレ (数独) 同好会

☆クロスワードパズル同好会

同時開催

会場の練馬高野台駅前地域集会所が改修工事のため10月1日~2月14日の間、石神井公園区民交流センター会議室(2)(3)にて対応
(月日) 10月20日、12月15日、1月19日
(時間) 13:30~15:30 いずれも(金)、11月休
(場所) 石神井公園区民交流センター会議室(2)(3)
(会費) 100円: 資料代
(申込) 四季会 桑原 ☎(3990)4350
※練馬高野台駅前地域集会所の再開は、令和6年2月16日(金)、3月15日(金)の予定

☆マジック同好会

(日時) 10月13日(金) 14:00~16:00
(場所) 富士見台地区区民館
(会費) 無料
(申込) ふたば会 田村 ☎080-3210-8133

【オセロ大会のお知らせ】

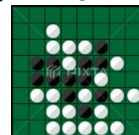
皆さま、一度はオセロゲームをやられた事は有ると思います。先日行われたサマフェスの出店でも好評だと思いました。

つきましては年内をめどに、オセロ大会を開催したいと思っています。詳細が決まり次第、ご案内致します。

【プチ情報】

オセロは、日本発祥のゲームです。戦後、水戸市の長谷川五郎氏が考案したのがモデルとされています。1973年玩具メーカー「ツクダ」より販売され、世界に広がりました。

NSN 活性化委員会 齋藤



《編集後記》

会報委の新人です。この編集後記を書くのは初めてです。また4面構成の会報も初めてです。今月号はサマフェス特集といった感がありますが、その他の記事にも注目してください。なれない中で「ちょこっと」意見を出しながら、皆様に喜んでもらえる会報を目指して作業に努めています。今後ともよろしくお願い致します。(Tsuné)