

### ねりまシニアセミナー

#### 開催のお知らせ

ねりまシニアネットワーク（NSN）初代会長の故山本雄一氏の理念は「練馬に住むシニア世代に新しい居場所」を提供する支援を行い、その居場所を利用して生き甲斐のある充実したセカンドライフを送ることで「生涯現役のまちづくり」を達成することでした。そのきっかけとなる「ねりまシニアセミナー」が27回に達することになりました。

5月24日（日）午後1時から、区民・産業プラザ3階のココネリホールで開催されます。基調講演の講師は、アカンサス音楽教育研修所・所長の土田京子氏にお願いすることにしました。演題は「年を重ねることとは自由になること」～今だからできること～という、私たちのこれからの生きがいづくりに参考になるお話が聞けるものと思っています。

各回期会も時がたつにつれてメンバーの減少・高齢化が進み、それぞれの会でメンバー募集などをして、会の活性化の維持に苦勞されています。このことにはある意味仕方のないことだと思いますが、ねりまシニアセミナーは、集まっていたいただいた方々が

同じときに、同じステージから仲間を作れるという大きなメリットが有りますので、皆さまの周りで社会参画を希望されている方々のセミナーへの勧誘をよろしくお願いします。

ねりまシニアセミナー委員会

世話役 井上隆雄



第26回ねりまシニアセミナーでは  
新同期会 Rei 1 が誕生

#### スプリング・アフタヌーンコンサート

今年も春のひと時、ヴァイオリン・ヴィオラ・ピアノの三重奏を聞いて頂きます。

日時 2月28日（金）午後1時30分

場所 大泉学園ゆめりあホール

演奏 神野優子・宮林陽子・平田侑

詳細は配布のチラシをご覧ください。

WHCCクラブ事務局

#### 令和1年度

#### ねりまシニアネットワーク

同期会会長代表者名（敬称略）

ねりまシニアクラブ（H4）

四季会（H9）

睦会（H11）

八展会（H13）

メロフ・メイッすばる（H14）

N・E・L・F（新エルフ）（H16）

トリントンねりま（H17）

ひとみ会（H18）

虹の会（H19）

楽友会（H22）

一三の会（H23）

みんなの会（H24）

一笑会（H25）

ひまわり（H26）

いちご会（H27）

ふたば会（H28）

さわやか17（H29）

Coor30（H30）

Rei1（R1）

- 新井 保廣
- 桑原 義和
- 横山 具佳
- 熊谷 玄之
- 猪俣 俊美
- 内藤 雄幹
- 武藤 哲
- 鈴木淳三郎
- 丸山 敏雄
- 下河 秀行
- 岡部 史生
- 桂 幸嗣
- 浅見真一郎
- 大貫 雅弘
- 井上 隆雄
- 鈴木 光夫
- 橋本 直樹
- 斎藤 義美
- 清水 隆博

（ ）は設立年

## 【会員のひろば】

### 《横浜を堪能》

10月のイベント、横浜三溪園と中華街で本格中華を堪能！

10月27日、秋の澄み切った天気にも晴れ渡るような始まりでした。

私たちが5名は元町・中華街駅改札、10時に待ち合わせました(途中から1名参加で計6名)。練馬駅からは副都心線Fライナーで1時間、本を読んでいるとあっという間に到着です。駅近くのバス停から乗車し三溪園入り口まで15分、そこから徒歩5分ほどかかりました。

三溪園は、明治時代の実業家・原富太郎が創設した庭園です。茶人としても知られますが、号を「三溪」と言い、この原三溪の名から「三溪園」と呼ばれるようになりました。園内には国の重要文化財の建造物が12棟もあり、ボランティアガイドに案内され建物が移築された経緯など丹念に説明していただきました。

中華街、聘珍楼では洗練された美

人店員にうやうやしく個室に案内され、丸テーブルに座るだけで雰囲気があります。数ある料理をチョイスしながら食べました。中でもフカヒシスープに感激、スープを一口飲めば鼻腔に広がる奥深い香りと味、絶妙なところみ加減がのど元を通る、歯根に残るフカヒシの触感、どれをとっても一流でした。

私たちにはインスタ映えも関係なく、紹興酒・料理に気を取られ写真を撮り忘れてしまいました。残念！味もいけど、値段もいいねと笑いが出ました。「たまにはこんな事もないとね。」とみんなご満悦でした。

〇〇〇ー30 齊藤義美



### 地域で活動する町会たち ④

#### 〓町会で活動〓

地域の町会で活動中のお二人です。

#### 加藤雅子さん(ひとみ会)

旭丘1丁目町会の役員を20年以上続けられ、区民表彰受賞者(地域社会育成功労)として、11月7日に区長から表彰された。(区報11月1日号に名簿掲載)

当町会は、役員24名のうち半数以上が女性だが、加藤さんは女性部長で行事を立案・実行され、防火防災部の部長としても活動されている。

#### ・女性部

近年は落語家を招く企画・広報と実施が多い。

#### ・防火防災部

消防署と連携し、防火防災の広報・啓発活動や救急救命訓練を継続。3か月おきの夜間パトロール等。

その他、お祭りの裏方としてのお手伝い、夏はゴミ拾い行事等、活動は広範囲に渡っている。また、マンシ

ョンが建設される際は、建て主に町会への入会案内を行って、町会の活性化にも努められておられる。

#### 角地徳久さん(ひとみ会)

石神町会(石神井町4、6〜8丁目)の地域福祉部長を5年前からされている。当町会は地域福祉部を5年前に立ち上げ、民生委員との連絡会、災害時要援護者への支援体制の整備、地域福祉や認知症の勉強会、盆踊り練習会などを行っている。

練馬区は災害時要援護者名簿を12年前から作っているが、それを受け取り、災害時の安否確認・避難行動に活かそうとする町会等はまだまだ分程度という。当町会でも5年前に町会長が代わり、災害対策に取り組み始めたのを機会に当名簿を受け取り、民生委員と連携して安否確認体制の整備に取り組み始めた。

また今年から光和小、石神井小で行われる盆踊りに参加する人を増やそうと、盆踊り練習会を始めている。

## 【各会の思い出の行事】

### 【台湾珍道中】

昨年2月に、いちご会主催の本旅行に「ひまわり」も参加させていただいた。

台湾に到着後、観光バスでいざ出発。高速道路には待避所が無いので臨時停車が出来ない。さらに休憩所があまりなく、途中メンバーがトイレに行きたくても、次の休憩所までじっと我慢の子。まさにカウントダウン状態。

無事ホテル到着。セーフティボックスを利用しようとしたが、ロックできない。しばらくするとそのボックスからノイズ。係員がいろいろチェックしたがノイズを止められず。

突然係員がセーフティボックスを引っ張り出して、チェックし始めた。もしかしてそれは簡単に持ち出せるのか？ できた。そのボックスは持ち帰ってもらった。決してセーフティボックスではないことを理解した。帰りの機内では、4か国以上の通

貨でビールを注文。追加のビールも

おつまみも雑多な通貨なので、計算が大変で四苦八苦。そんなこんなで、そのCAからは色々な機内販売品を勧められたが、買わなかったのがっかりしていた。

成田到着後、そのクルーと偶然会ったので、お礼を言おうと思ったら、何を勘違いしたのか、他のクルーが間に割り込んできた。???

珍道中であったが楽しい旅行でした。いちご会の皆さま、本当にありがとうございました。ごうございました。

ひまわり 大貫雅弘



### 作業部会紹介シリーズ①

サマーフェスティバル(SF)委員会  
ねりまシニアネットワーク(以下、NSN)夏の恒例行事といえば、そう、サマーフェスティバル(以下、SF)です！参加者は200人を超え、NSN会員約350人の過半が出席するNSN最大の行事です。

全同期会が一堂に会する行事ですので、各同期会から委員を必ず出すようお願いし、委員全員が仕事を分担して準備・開催しています。会場の予約・イベント企画と出演交渉・会計・飲食物の仕入・会場設営・配膳等、仕事は色々です。特にイベント企画は、わずかな謝礼しか払えないため、大変です。そんな委員の皆さんの励みは、帰り際の「楽しかったよ」の一声です。

委員会は11月の顔合わせから始まります。座席配置を同期会単位にしたり、飲食物の持込みを自由に

たり、会場をココネリホールに変更したりしていますが、変わらないのは毎年5月のシニアセミナーで結成される新しい同期会のお披露目です。昨年は、初めての試みとしてパワーポイントを使っての会の紹介があり、時代の変化を実感しました。

今年のSFは、8月16日(日)にココネリホールで開催します。今回はイベントに加え、同期会の枠を超えての交流や、地域で様々な活動をしているNSN会員の紹介等を考えられています。NSNも四半世紀を経て、同期会によっては高齢化や会員の減少が目立っています。相互交流を深めることで、新たな知恵が生まれるかもしれません。ココネリホールは250人まで大丈夫、皆さん、ふるってご参加ください。また、人を楽ませたい方、イベント好きな方、様々な人脈のある方、委員の推薦依頼があったら、手を挙げてください。一緒に楽しみましょう！(文責武藤)

# オープン参加行事のご案内など

## 《秋の紅葉バスツアー》

11月20日、秋晴れに恵まれ、昨年を超える35名の仲間を乗せた大型バスが、茨城に向けて出発しました。

まずは、筑波宇宙センターへ。記念撮影をしてからの自由見学、普段目にする事のないロケット等の実物を、間近に見る事が出来ました。次は、公園のような筑波大学の構内を走り抜けて筑波山へ。高級ランチ?の後、差し入れの日本酒に酔いつつ、各自、筑波神社や、ケーブルカーで山頂からの眺望を楽しみました。

渋滞に巻き込まれ、宇宙センターの見学時間が短縮されたり、駐車場の関係で、昼食の選択肢が制限されたりと、期待を裏切ってしまった所があったかもしれませんが。

しかし、何と云っても、今回は大気に恵まれました。車窓から眺める紅葉に彩られた街並みや、筑波山に出会え、思い出に残る一日となりました。

6月から準備を始め参加者は、集まるだろうかと?当日の天気は?等、気を揉む事も多々ありましたが、結果一番楽しんだのは、私自身かもしれません。

次回を目処に私の企画は一段落。その後NSN仲間のみなさんが引き継いで頂けると思います。

さわやか 17

阿部久美子



JAXAで

## 【定例行事】

### ☆NSN歌声交流カフェのご案内

昔歌った愛唱歌・童謡・抒情歌をCDの曲をベースに、みんなで歌って楽しむ集まり

(日時) 毎月第3木曜日 14:00~16:00

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 無料 登録不要 先着25名様

(問合せ) ねりまシニアクラブ

桑原 ☎(3990) 4350

### ☆ナンプレ(数独)同好会

初めての方には簡単なやり方の説明をさせていただきます。

(日時) 毎月第1金曜日 13:30~15:00

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 100円 (資料代)

(問合せ) 四季会 桑原 ☎(3990) 4350

### ☆ユーモアサークル

3分間スピーチで、ユーモア感覚を会得

(日時) 奇数月第4月曜日 14:00~17:00

(場所) 練馬高野台駅前地域集会所

(会費) 300円 (当日参加者)

(申込) 新エルフ内藤 ☎(6760) 2815

### ☆ミニフリッツを楽しむ会(四水会)

フロントフリッツの前半(オーケション)を省略・簡単にしたミニフリッツの会

(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 エーる 3階

(会費) 無料

(申込) ひとみ会 角地 ☎(3904) 8005

## 【NSN定例運営連絡会 開催予定】

▼R1年9月28日(土) 14:00~16:00

▼R1年10月26日(土) 14:00~16:00

各委員会連絡確認事項

・シニアセミナー・講演会・会報

・サマーフェスティバル

・セカンドライフ研究会

## 【編集会議に参加して】

今回初めて編集会議に参加して、委員の皆様との密な準備・諸計画を知り、頭の下がる思いです。多くの制約の中、何とか会員にとって魅力のある記事にしようと試みておられる事も知りました。正直申し上げ、私はこれ迄会報を頂いても一通り目を通す程度で、読みたい記事を見付けることは稀でした。睦会の「写真の集い」や「浮世絵の名作を楽しむ」の記事に目が留まり、参加したいと思っても、既に終了した活動の報告でした。

この機会に、これ迄頂いた会報の「編集会議に参加して」の記事を読み返して見ましたが、皆様それぞれの確で建設的な意見が多くみられ、感心致しました。特に「メロウ・メイツすばる」の猪俣さまの提案には賛同するところが多く、実現を望む所です。私も書きたい記事を編集委員会に提出して見たいと考えております。

## 【編集後記】

一三三の会 高橋孝二

早いもので令和も2年目に入りました。NSNも新会長となりましたが、会報もNSNの活動や意義を理解して頂くために、色々工夫をしていきたいと思っております。

(松)