

ねりまシニアネットワーク 会報/NSN 第 92 号 2021 年 3 月 27 日 発行 発行責任者/武藤 哲

「コロナの先へ」 新年度に向けて

NSN 会長 武藤 哲

今年も桜の季節を迎えました。例年なら花見に心躍る頃ですが、新型コロナウイルスに悩まされる状況が相変わらず続いています。

昨年度は、皆さま同様、ねりまシニアネットワーク(NSN)も新型コロナウイルスに翻弄され続けた一年でした。連絡会は4回のみ、総会は10月にずれ込み、大事なシニアセミナー(5月に予定)も中止を余儀なくされました。サマーフェスティバルや講演会も中止、同期会活動・研究会・オープン行事も多くが休止となりました。残念でしたが、高齢者の重症化率・致死率が高く、予防ワクチンや特效薬のない感染症が広がる中では、仕方ありませんでした。しかし、一年間耐えても、同期会や飲み会を安心して開くことが出来ず、「普通の生活」に戻る目的が立たないままでは、想定外でした。

その一方で、我々高齢者にとって、日々刻々過ぎゆく時間は貴重です。当り前に楽しんでいたNSN等での活動の多くが出来なくなり、心と身体の衰えが進むことへの不安は大きくなっています。「コロナ」に支配された生活を、これ以上続ける訳にはいかない段階

に、我々は生きています。

新年度の課題は「コロナを正しく恐れ感染防止に十分注意しつつ、NSNの諸活動を徐々に再開していくこと」と考えています。緊急事態宣言の発出中は、これまで同様、NSN活動を原則として休止せざるを得ません。しかし、それ以外の期間は、感染リスクを可能な限り抑え込みつつ、NSNと同期会の活動範囲を徐々に広げていきたい、情報共有化等NSNの特徴を生かした支援策を工夫していきたいと考えています。もちろん、家族を含めて基礎疾患等の感染・重症化リスクの大きい方々が、無理をする必要はありません。自分の心と身体に添ったペースで、NSNや日常の活動範囲を少しずつ広げ、かつての「普通の生活」に近づければ、十分だと思えます。

皆さま、それぞれの「健康で生きがいのあるセカンドライフ」を、NSNで楽しみましょう！

【ねりまシニアセミナー開催口要】

ねりまシニアセミナーの開催日が変更になりました。

令和3年5月30日(日) 13:00～16:45
会場は「フレリ・ホール」です

【コロナの1年】

「コロナ騒ぎの1年、今はそれにも慣れて、静かに感染の終息を待っている。」ここで私の生活スタイルの変化を記してみよう。

基本的には外出は控え、主にパソコンでの友人との交流・セミナー参加等で過ごすが、これらは精神の安定に役立っている。

①ネット上で旅行やまち歩き系の映像・写真を探し、自分の体験と重ねて楽しんでいる。特に欧米の路地裏散歩での案内人のコースは、今後の旅行の参考になる。

②知人とのビデオ交流…学友や一笑会、趣味のサークル等のメンバーとは、情報交換だけでなく、互いの喜びや不安を共有し、孤独感を払しょくしている。

③運動不足に対しては、朝食前のウォーキングが習慣化し、夜更かしが減った。

④食事内容の変化…米食を4割減、タンパク質・脂肪は微増、ウォーキングと合わせて6割減量した。

今年はずきながら、都内のまち並みを撮影し、活動を中断しているまち歩きメンバーに楽しんでほしいことを目指す。

一笑会 浅見

【会員のひろば】

《睦会の文化活動を支える美術館》

睦会の例会は中村橋のサンライフ練馬で開催しています。隣は練馬区立美術館で、必ず行くのでよく観ます。2020年10月に開館35周年を迎えました。日本の近・現代を中心に、2600件余りの作品を所蔵しています。企画展では「佐伯祐三―芸術家への道―展」(2005年)が特に印象に残っています。

ある時、学芸員の横山勝彦先生(2009年まで在籍、現呉市立美術館長)に出会い、それが縁になり例会でミニ講演会をお願いしました。以降は歴代の学芸員の先生方にお世話になり、今に至っています。折々、新春講演会やギャラリートーク付団体鑑賞会等を企画してきました。今では睦会行事の柱になり10年以上になります。練馬区立美術館は、今や都心の美術館に負けない興味深い企画展を開催するので目が離せません。今年度の掉尾を飾るのは「電線

絵画展」です(2月28日〜4月18日)。

ここで少し紹介します。街に走る電線は普通、美的景観を損ねるものでした。ところが、文明開化の誇り高き象徴の電信柱を、小林清親や岸田劉生は画面中央に堂々と描きました。モダン都市のシンボルとして、キャンバスに架線を走らせる小糸源太郎。身近な電線・電柱を通して、近代都市・東京を見つめ直す楽しい展覧会です。皆様にお勧めです。

(睦会 西島)



「從箱根山中富嶽眺望」 小林清親

富士には 電信柱も よく似合ふ。

《私の恋人たち》

昨年、私には新しい恋人ができました。イケメンのスポーツマンです。何処に行くにもいつも一緒、すっかり良い買い物をしたと満足しています。

「エッ、車のことですよ」

昔から、車選びは恋人や夫選びと似ているといわれています。ポイントが、スタイル・性能・健康、浪費家でも困るし、一度縁がきたら簡単には変えられない等々、共通点が多いです。

そのようなわけで、今回の恋人選びは、過去の経験を活かしながら、「それでもやっぱり若いイケメンがいいわ」と年甲斐もなく真つ赤なスポーツタイプを選んでしまいました。その結果は大成功。ドライブが楽しくて、東へ西へ。

遠出の時は、二人の私がいります。

行きはサングラスに、お気に入りのスクーター、多少スピード狂の気も有

るセレブスタイル。

帰途は一変して、百パーセント普通のおばさんとなり一般道を走り、道の駅があればサッと寄って、トマト・ナス・キュウリ・大根を仕入れて我が家へとなります。

「それで古い恋人は？」

はい、可愛いチワワちゃんを抱いて助手席に鎮座していますわ。

一笑会 吉田照子

