

セカンドライフ研究会

その2 再開

事務局 角地徳久

セカンドライフ研究会その2第3回コロナをこえて/改めて、私の生きがいー例えば社会参加のかたち」が、7月15日(木)に石神井区民交流センター2階集会室で昨年1月以来一年半ぶりに行われました。

緊急事態宣言下でしたが、今回の緊急事態宣言は若者等の外出抑制を主な目的としていること、ワクチン接種を済ませたお仲間の数も増えていること、高齢者にとってはコロナフレイルの予防に重点を移す段階に至っていることなどを勘案し、マスク着用・手指消毒・3密を防ぐ対策等をしたうえで実施しました。

参加者は事務局5名を入れて24名、そのうち20名が2回のワクチン接種を、2名が1回目の接種を済ませていました。13名の会・さわやか17からそれぞれ5名、いちご会・Rei-1からそれぞれ2名と、若い会からの参加が多くおもしろかったです。

4つのグループに分かれ、約2時間のグループ・トークを、皆さん楽しんで満足されました。次回は10月22日の予定です。

【セカンドライフ研究会に参加して】

実に久しぶりの対面でのおしゃべり会となった。6名で輪になって。女性が2名。同会者の巧みな誘導に沿って、参加者全員がほぼ均等におしゃべり。楽しかった。コロナ以来、このようなことは絶えて久しかったのでなお一層。皆さんそれぞれ好きな分野で活躍。ガーデニングクラブ・粘土細工・卓球・図書館・農業体験・コーラス・地域共生の家・等々。社会参加は多彩と知る。みんなの会 五十畑



【ねりまシニアセミナーの開催】

延期されていた、ねりまシニアセミナーを11月28日(日)に、コロナホールで開催します。内容は当初計画の通りで実施状況は2月号に掲載する予定です。

令和3年度

ねりまシニアネットワーク

同期会会長代表者 (敬称略)

- | | |
|------------------|-------|
| ねりまシニアクラブ(H4) | 新井 保廣 |
| 四季会(H9) | 桑原 義和 |
| 睦会(H11) | 松岡 直子 |
| 八展会(H13) | 熊谷 玄之 |
| N・ELF(新エルフ)(H16) | 内藤 雄幹 |
| トリトンねりま(H17) | 武藤 哲 |
| ひとみ会(H18) | 鈴木淳二郎 |
| 虹の会(H19) | 丸山 敏雄 |
| 楽友会(H22) | 下河 秀行 |
| 二三の会(H23) | 山田 拓司 |
| みんなの会(H24) | 桂 幸嗣 |
| 一笑会(H25) | 浅見真一郎 |
| ひまわり(H26) | 大貫 雅弘 |
| いちご会(H27) | 井上 隆雄 |
| ふたば会(H28) | 鈴木 光夫 |
| さわやか17(H29) | 橋本 直樹 |
| Rei-1(R1) | 相田 宗男 |
- ()は設立年

《今を生きて》

75才で運転免許証を警察署に返納し、80才で自転車に乗ることを断念しました。注意するのは絶対に転ばない事です。1回転倒したら外出は終わりのと思います。転ばぬ先の杖！外出の折、杖だけは一切放せません。1日5千歩を目安として歩いています。広範囲に渡るため、次々と目新しい建物や廃屋を通りますが、一般に玄関先を飾ってある花は心を和ませてくれます。例年と違つのは、7月に楽しませてくれる朝顔が、全く目につかなくなりました。

月1回の例会でもコロナの影響で集まることもままならず、会員同士も遠慮がちでした。その間男性の不幸の知らせがありました。飲み友達である彼等はサウナが好みで、結構長い時間楽しんでいたのを思い出します。それが、共に自宅で入浴中に倒れたと後になって聞かされました。親しい人の死を直面しても、悲しみ

は日々経過とともに消えていきます。

日本におけるオリンピックが、昭和39年以来2度目の開催になりました。アスリートのみなさんの笑顔が素晴らしいと思います。

昭和39年頃と言えば、私は九州の西鉄ライオンズ以来の西武ライオンズファンですが、当時、三原監督が、大下・中西・豊田・稲尾・他の選手とともに最強のチームを作りました。

その後年輪を経て、今年引退した松坂や、清原・石毛・辻ら森監督のもと、8年連続日本一に輝いています。当時選手だった辻・西口・松井・豊田・小関は監督・コーチとして在籍しています。オリンピックの関係で試合が変更となりましたが、夏場に強いライオンズ頑張れ！

86歳で麻雀に負けたらあかん、今日も一日元気に生きるぞ・・・

トリトンねりま

笠原 幸高



《マラソンと縁》

会社を退職し第2ステージに入つて11年目を迎えています。

スポーツに縁のない自分が引退した年にランを始め、ホノルルマラソンにチャレンジしたのです。60才記念に思い出を残そうと夫婦で参加。自分はランで、妻は気管支が弱いのでランとウォークでゴールを目指します。

ホノルルマラソンが始まる1ヶ月前に、人生で初めて10kmの練馬光が丘レースで完走、自信をつけて1か月後のホノルルマラソンに望んだのです。ハワイで人生初の1か月のロングステイと、ホノルルマラソンに挑戦です。マラソン当日は夜中2時に起床、スタート地点のアラモアナへ。参加者は約3万人、よく見れば半分以上日本人。レースでは25kmを過ぎてから股関節・膝等の痛みとの戦い、歩いて走るその繰返し。苦しい、、、参加した事を後悔しつつダイ

ヤモンドヘッドの坂を登ったら後

2km、そして、ゴールー！。その瞬間全ての辛かったことを忘れ喜びが、達成感が。この挑戦は10年続いています。

ホノルルでは高橋尚子さんとのご縁。そして同じ目的の仲間である北海道の三姉妹夫婦とのご縁、彼女達は後期高齢者でマラソンを走ります。今夏は札幌の彼らの家に宿泊、オリンピックの男女マラソンのチラ観、その翌日孫とそのコースの一部を走りました。今年の10月の東京マラソンにもご縁ができ、出走予定です。

NSNのランする方々と合同ランしたいですね。

さわやか、17 篠崎 勉



高橋尚子さんと共に