J-net
熟年ネット・ひたち

熟年

「シニアライフを
心豊かに生きる」ために
「仲間、生きがい、ひたちを
愛する心」を大切に
「感謝し感謝される楽しい活動」

第 19 回総会

コロナ禍で活動再開

令和2年度活動計画承認

令和２年度総会が６月11日、女性センターで会員・会友38人（73％）の出席のもと、開催された。総会は通常であれば４月に開催されるが、コロナ禍による自粛で延期開催となった。

山野代表から総会への多数の参加と、昨年度の活動が順調に遂行されたこと、各担当リーダー・会員の積極的取り組みに対して謝辞が述べられた。一方、会員数の漸減傾向など問題もあり、解決への協力要請がなされた。

主な内容として、令和元年度活動と決算報告、令和２年度の活動計画と予算案の説明が各担当者からなされ、活発な審議のもと、拍手により承認された。

今年度はコロナ禍の状況により、予定の活動も不確定であるが、工夫しながら前向きで進むことを参加者全員が確認し、盛会のうちに終了した。

本年度役員・リーダー

代表（山野邦雄）
副代表（畑山和子、竹本講治）
事務局長（小林信幸）
会計（三ツ井義弘）
会計監査（鈴木百合子、五月女五美枝）
シニア講座（大園哲夫）
楽習会（山野邦雄）
広報（竹本講治）
女性センター友の会（山中かよ子、小澤ひろみ）
役員会メンバー（山野邦雄、畑山和子、竹本講治、三ツ井義弘、小林信幸、大園哲夫）

自主グループ・リーダー

ウオーク会（佐藤一男）
オカリナハート（畑山和子）
J＆Bグループ（山中かよ子）
河原子海岸清掃グループ（小林信幸）
笛の会（小林信幸）

グループ・ピニオン 活動終了報告と思い出

グループ・ピニオンは本年７月31日を以て、16年間に亘るボランティア活動に終止符を打ち、解散致しました。これまで私達の活動を受け入れていただいたシニア健康センター「しおさい」の関係各位並びに利用者の皆様には心から御礼申し上げます。

思い起こすと、グループ・ピニオンは、元J-net会員で、今は亡き田岡静子さんの呼びかけで平成16年3月に結成された。これは前年10月に楽習会として「しおさい」を見学したことが動機であった。当初は、平田さん、石井さんなど僅か4人の小さなグループであったが、田岡さんは「施設利用者への対応は明るく尊敬の念を失わず、決して無理せず、出来る事を出来る時に心穏やかに続けよう」と諭すように話された。田岡さんらしい優しさの中にもやる気を起こさせる言葉に感動し、頑張ろうと決意した。

ボランティアの当初の内容は、利用者の出迎え、お話し合い、趣味のお相手、お昼のお茶のサービスなどであった。同年6月にオカリナハートのメンバーや福田さん達が入会してからはオカリナの演奏が追加され、利用者の皆さんとの合唱が開始された。これが大変好評で「しおさい」のご要望に沿い、入所されている利用者対象の演奏も行うようになった。

平成19年4月には活動の幅を広げるため、水曜と木曜の2グループに分かれて毎週2回活動することになった。平成25年には笛の会の皆さんによる月1回のケーナの演奏も開始された。その後、時期的な違いはあるが、個人の協力者として日立市民混声合唱団指揮者の佐川さんが合唱を盛り上げ、クラリネットやテナーサックスが得意の武田さんが魅力的な音色の演奏を、そして帰山さんが詩吟を吟じるなどバラエティーに富んだ活動を展開してきた。

以上のように「しおさい」でのボランティアは充実していたが、コロナ禍のため一時停止していた。しかし、この問題が解決する目処がたたないこと、演奏楽器が全て吹奏楽器であること、会員の高齢化などを総合的に考慮し、臨時総会を開き活動を停止・解散することを決定した。田岡さんがご存命なら「仕方ないね」と言われたと思いたい心境である。

最後にグループ・ピニオンの解散について適切な処置を取られた吉牟田代表に感謝しております。

（桑名 勇児）

在りし日の
田岡静子さん

最後の総会
記念写真

楽 習 会

日立市の高齢化の現状と課題（7／9）

コロナ対策で５ヶ月ぶりの講座形式の楽習会となり、講師に市高齢福祉課の白木八千代氏をお招きした。

日立市の高齢化率が全国平均より高いこと、2025 年問題として３人に１人が高齢者になること、１人暮らしの高齢者数が６月１日現在 2,572 人いることなど、市の現状が報告された。

これに対し、地域包括ケアシステムの取組み、また、住み慣れた地域での安心・安全をどう確保していくか、中長期的な方針も紹介された。

質疑応答では、超高齢者の望まない延命処置について、あるいは１人暮らしの高齢者が「高齢者基本台帳」に登録するメリットなどの質問も寄せられ、議論も深まり有意義な楽習会となった。

参加者 34 人　　（竹本 講治）

人生百年の時代　（7／23）

講師の石田淳治氏は、「人生百年時代、退職後の長い時間をどのようにすごしますか」と問いかけられ、ビジネス、ボランティア、趣味を残された時間の３分割活用として、考え実行されたことを話された。

国家資格取得（技術士、中小企業診断士）、現役時代の繋がり活用、森林・農業ボランティア、カヌー・自転車・狩猟などに挑戦、ハイキング、俳句、民謡、詩吟、料理などを楽しむ。尺八、ハーモニカ、ケーナ、オカリナなどの楽器もこなし出前演奏も行い多くの人を喜ばす。

人生百年時代には健康が最重要であり、健康は食にあることを再認識し、食材作りや料理に関心を持ち、朝・昼・晩の食事の多くを自身で作る。

「何事にも興味を持って接し、やってみようということになれば、探究心を持ち極めるつもりで取り組んできた」と結ばれた。　　参加者 35 人　　（山野 邦雄）

自主グループ活動

～活動再開に向けて～

Ｊ＆Ｂグループ

おもちゃライブラリーは、子供たちがおもちゃを通じて楽しく遊べるように、現在 17 人の担当者がグループに分かれて交代でお手伝いしている。

最近は参加者が大変減少しているが、お母さんたちの育児相談など、交流の場としての役割を果たしている。

子供たちとの交流は私たちも心が癒されるひとときだ。多くのお子さんが遊びに来てくれるよう願っている。　　（山中 かよ子）

ウオーク会

令和２年は残念だが未開催、９月には再開できるように計画しています。

会員の体力とニーズを勘案して、行事担当者に余り負担をかけずに無理なく楽しいウオーク会とすべく検討中です。キーワードは「街中散歩・食事会・近隣市町村・高齢化」。そのためには、企画実行会議の設置も必要と考えています。　　（佐藤 一男）

河原子海岸清掃グループ

コロナ禍自粛により海岸清掃も活動中止しました。

砂浜のごみ回収時は問題ないが、一ヶ所に集め袋に回収時は密になるので休止とした。５月より活動再開しましたが、海岸には多くのごみなどあります。

日立市の財産である浜辺が、“少しでもキレイになれば！”との思いを市民の皆さんが持っていただければごみのポイ捨ては無くなり、美しい海岸を築けます。

ごみのポイ捨ては止めましょう。　　（小林 信幸）

笛の会

コロナ禍自粛で、練習もボランテア活動も出来ない。個人練習しかないが、張合いが無く気持ちを維持するのが容易ではない。ケーナは構造上飛沫発生は避けがたく、この時期人前での演奏は難しい。

笛の会の楽譜は全てＰＣで管理している。練習中伴奏部分の変更などが発生しても、話し合いで処理してきた。あるいは、新しい曲が見つかればＰＣに入力など、この機会に楽譜を整理してきた。

早く元の環境にと願うばかりで、再開できる日を待ち望んでいる。　　（小林 信幸）

オカリナハート

コロナウイルスの影響で練習会場となっていた金沢交流センターが使用できなくなり、ステイホームでそれぞれ個人練習に励んでいた。６月後半から出席人数の制限とパーティション（泉さん作成）を使用することで許可され、グループ練習再開。今後しばらくは外部からの演奏依頼も無いものと思われるが、じっくりと練習し、実力向上の機会にしたい。　　（畑山 和子）

令和2年度 楽習会年間計画の検討見直し

令和２度の第２回楽習会「井戸端会議（１）」を６月25 日に女性センター４Ｆ多目的ホールで開催した。

今回は新型コロナウィルス感染防止のため、従来のやり方を変えテーブルの配置、座席間隔変更など３密防止を徹底し、お茶菓子類は準備せずに話し合いに入った。

まず、石井テーマリーダーの指導のもと参加者全員でのシルバーリハビリ体操行い、誤嚥予防のパタカ体操はウィルス飛散を考慮し省略、椅子に着席した状態で上半身や足の指先ストレッチを中心に実施した。

後半は楽習会のテーマ推進について、山野楽習会グループリーダーの総会資料による楽習会年間活動計画説明後、ウィルス感染予防・３密防止の観点から各テーマの実施可否を話し合った。参加者から賛否両論の活発な意見が出された。テーマ担当の意見を加味した集約を図ることとなり、変更内容は後日、会員・会友にお知らせすることとした。総会資料の楽習会年間活動計画（案）とは、テーマ入れ替え、実施時期移動、開催中止などの変更がでて下表の如くとなった。

参加者 31 人　　（石井 和美）

回	月/日	楽　習　テ　ー　マ	講　師	内　容　＆　備　考
0	後報	一泊懇親	—	仲間を再発見（羽目を少し外しての交流を）
1	6 /11	第 15 回総会	—	現状の緊急事態下、活動をどうするか話合う
2	6 /25	井戸端会議（１）	—	楽習会を楽しくするために
3	7 /09	終活に関する話	白木 八千代氏	日立市の高齢化の現状と課題について
4	7 /23	人生 100 年の時代	石田 淳治氏	シニアライフを生き生き活動する人の生き方を学ぶ
5	8 /06	名曲鑑賞会	—	自分の愛した懐かしの曲を皆で楽しむ
6	8 /27	工都日立のルーツを学ぶ	大畑 美智子氏	久原房之助の理想と小坂衆の苦闘を学ぶ
7	9/10	日立市の人口減少対策	市職員	日立市政を継続的に学び、理解しよう
8	9/24	御岩神社を訪ねる	御岩神社宮司	パワースポットで全国区の神社の魅力再発見
9	10/08	井戸端会議（２）	—	気楽に語り合い、親睦を深めよう
10	10/22	古典を学ぶ	後　報	日本の古典文学に接し、学ぶ
11	11/12	県政出前講座	茨城県職員	県政を学び、街づくりに活用しよう
12	11/26	新装神峰動物園を訪ねる	動物園長	次々と新装中の動物園の取り組みを聞く
13	12/10	天気予報と防災について	富岡 啓行氏	日立天気相談よもやま話
14	12/17	年末交流会	中止	コロナ禍での開催は困難と判断
15	1 /14	賀詞を交換し、新年を寿ぐ	後　報	新しい年をみんなで祝い楽しむ
16	1 /28	井戸端会議（３）	—	楽しく、やりがいある楽習会テーマを探ろう
17	2 /11	観音院を訪ね、講話を聴く	観音院住職	観音院の壁画を鑑賞し、住職の講話聞く
18	2 /25	みんなで決めよう楽習会計画	—	楽しく有意義な次年度のテーマとしよう
19	3 /11	日立を知り、我が町に誇りを持とう	後　報	郷土の歴史、誇れる遺産を学ぶ
20	3 /25	高齢者ドライバーの心得	後　報	高齢運転者の陥るミスを学び事故ゼロを目指す

注記　①　“回”欄 着色のテーマは、継続テーマとし次年度も実施。自主グループ活動に繋がる方策を考える。
②　“月/日”欄 着色は休日開催を示す。
③　“内容＆備考”欄 着色は、公開講座候補テーマ。講座の公開は社会貢献の一つであるが今年は非公開。
④　第０回テーマの「一泊懇親」は、今年は実施しない。テーマ担当は次年度以降についての検討会を行う。開催日は、開催月を問わず第 1, 5 木曜日の都合の良い日を設定できるものとする。

●● インフォメーション ●●

企画委員会だより（5～7 月）

５月　新型コロナウイルス感染対策のため、活動停止。
６月 1）総会・企画委員会・楽習会担当会議の開催を役員会で決議した。
2）入会 20 年表彰制度は、総会資料に反映していないが、企画委員会での審議・承認としたい。
3）女性センターなどの使用条件（時間制限、消毒、換気）をその都度入手し、楽習会で説明する。
７月　グループ・ピニオンは、７月末で活動終了する。

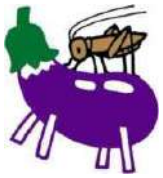
～ ちょっと いい話 ～　故郷のお盆行事

福田 常実

コロナ禍の中でも季節は着実に移ろい、今年もお盆がやってきます。だいぶ前に、我が故郷（青森県八戸市）で、「背中あて」という風習があることを知り、市郊外の田舎町に住む同級生のＴ君に問い合わせました。その返事があり、そのままを紹介します。故郷の人々のご先祖様を敬う、やさしい気づかいが何ともうれしくなります。

「背中あて」

さて、マンズご質問の「背中あて」ですが、これは青森県地方の風習のようです。「背中あて」は、文字どおり背中に当てる「当て物」ですよ。お盆にお墓からお家に戻られたご先祖様が、16 日にはあの世界に帰られますが、家族の皆さんは沢山のお土産を持たせますよね。昔はコモに包んで山道に置きました。



そこで、ご先祖様が沢山のお土産を「背負って」お帰りになりますが、背中が「痛かろう」との気づかいから、背中に当てる「当てもの」を作ったのですよ。15 日の夜に仏壇にお供えします。16 日には朝早く発たれるご先祖様が多いからね。極楽への道も混雑するみたいですから…。

「背中あて」の形は「ぞうり」みたいな形状で、薄ベッタラな麦モチです。これを 16 日に皆さんは食べやすく短冊切りにして、沸騰したお鍋で茹でなおして、黄な粉、ハチミツなどを付けていただき、ご先祖様が無事に極楽へお着きになられた事を祝うわけです。

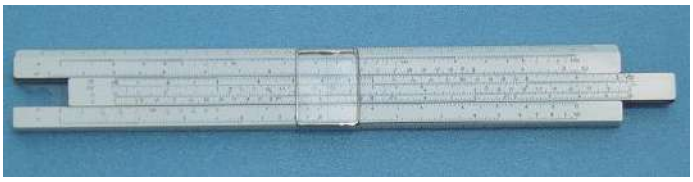
リレー随筆

「計算尺」との関わり

泉 俊明

平成 15 年 10 月 8 日にニュースステーション（現在、報道ステーション）の特集番組で絶滅危惧商品として「計算尺」が取り上げられ、過去に全国計算尺競技大会で日本一になった母校出身者６人と共に取材を受け、放映されました。（私は、昭和 41 年に日本一になることが出来ました）簡単に「計算尺」について説明しますと、長さ 25ｃｍの竹材を使用し固定尺の中央の溝に滑尺を装着し、これを動かして掛算・割算・平方・立方・三角関数・対数等の計算を短時間で出せる計算道具です。現在の東京タワーは、昭和 33 年に完成しましたが、その当時は計算機や電卓等は無く「計算尺」とそろばんで計算され設計、施工されたそうです。また、小平記念館を見学した際、初代小平社長が愛用していた「計算尺」が展示されていたのを見た時は、驚くと共に感銘を受けました。

全国計算尺競技大会は昭和 33 年から昭和 55 年まで行われ、制限時間内に掛算・割算・平方・立方・三角関数等の計算を数多く正確に計算する競技です。大会に備え、技術・体力・精神力を鍛えると共に、大会日時に合わせた計画を立て、模索しながら先を読んで今、何をすべきか常に考えながら毎日 5 時間の練習を重ね、集中力を高めて挑戦しました。この時の経験は、後々の仕事および生活面に於いても、自然と応用されていた様に感じております。今後共、地域活動を中心とした生活面に於いても活かしていきたいと思っております。



【日本一になった時に使用した計算尺】

コロナ禍で想い、考えたこと

●　コロナ禍自粛を良い機会と捉え、断捨離、庭の草木の手入れをと意気込んだ。今日やろう、明日で良いかとだらだらしていると、１日過ぎている。一人暮らしでいると、よっぽど気を強く持たないと、何もできない。単なる怠け者か。コロナで何かリズムが狂っている。　（三ツ井 義弘）

●　私の所属するグループ、「おもちゃの病院」も活動自粛を余儀なくされた。全体総会はやめ、代表者６人で実施することになり、適当な打ち合わせ場所が見つからず、テレワークになった。お互いに顔が見えない分、意思疎通がうまくいかず苦労した。　（山本 三男）

【編集後記】新型コロナウイルス感染拡大により４月 16 日に緊急事態宣言が発令され、コロナ禍により会員の皆さんも不自由な暮らしを余儀なくされたのではないか。５月 25 日遂に緊急事態宣言が解除され J-net の活動も６月 11 日の総会以降、６月 25 日井戸端会議（1）、７月９日終活に関する話、７月 23 日人生 100 年の時代と３回の学習会を開催できた。残念ながら、従前どおりでの活動実施は難しく、３密（密閉、密集、密接）を避け、開催場所などの使用条件を厳守し活動していくしかない。コロナという厄介の早期終息を祈りたい。　（編集子）

発　　行：熟年ネット・ひたち
代表　山野 邦雄
編　　集：広 報 グ ル ー プ
住　　所：〒316 - 0004
日立市東多賀町 5 - 1 - 6
E-mail　：jnet-hitachi@ jneth.com
URL　　：http://jneth.com