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」

女性センター祭り開催される

「出会いふれあい楽しい広場」をテーマに10月19日、女性センター祭り２０１９が開催された。

あいにくの雨模様だったが、市長、市議会副議長、議員出席のもと開会式が女性センター体育館で行われた。主催者、来賓の挨拶に引き続き、多賀中学校吹奏学部のファンファーレにより会場が一気に盛り上がり、女性センター友の会の自主グループ発表へと移った。Ｊ－ｎｅｔ会員が参加するケーナの会が見事に日ごろの練習成果を披露した。

Ｊ－ｎｅｔは、友の会の一員として例年どおりパネルによる展示発表に参加。展示は「Ｊ－ｎｅｔの全体像」「シニア講座」「楽習会」「自主グループ活動」の４枚のパネルでＪ－ｎｅｔを詳しく紹介した。そのほか、Ｊ－ｎｅｔ紹介パンフレットやシニア講座チラシ、楽習会年間活動計画などを準備し、自由に持ち帰りいただいた。

今年は、展示ブースが３階の講習室だったため、余り目立たなかったが、落ち着いた雰囲気の中、来訪者には丁寧な説明に努め、仲間としての活動をお薦めした。

来訪者に説明する山野代表

女性センター祭り開会式

令和元年度　シニア地域活動入門講座修了

９月25日の閉講式を以って、今年度のシニア地域活動入門講座が終了した。定年後も働く人が増えたことや、シニア向けの講座がそのほかにも増えたことで、受講者の募集に苦労したが、14人が受講し、５月８日の開講式から５カ月間、10回のカリキュラムを修了した。

今年のカリキュラムでは「わが街日立の魅力再発見講座」を３回に増やし、映画「ある町の高い煙突」をテーマとした講話を追加した。また、第８回の講座「いつまでも楽しく過ごすために」は、ミニ歌声喫茶を企画し、オカリナハート・笛の会によるＪ－ｎｅｔ自主グループの演奏を折り込み、シニア講座を楽しく盛り上げた。

修了時のアンケートでは、全体的に講座内容は良かった。「日立の魅力再発見」や「カンブリア紀層」の講話も好評で、市民が郷土の誇りを持つことの一助になったとの意見も多く寄せられた。今回、４人がＪ－ｎｅｔに体験入会されることになり、一緒に活動できることを楽しみにしている。

今後も充実したシニアライフを目指すため、魅力ある講座を提供できるようスタッフ一同、知恵を出し合って活動していきたい。

「わが街日立の魅力発見講座２」の様子

第３回講座終了後の交流会

楽 習 会

料理教室(蕎麦打ち体験)　(7/25)

蕎麦打ち全麺協五段位（最高位）の川上勝則さんと奥様、弟子の鈴木さんをお迎えして「女性をもてなす男料理の蕎麦打ち体験料理教室」を女性センターで開催した。最初に川上さんに実演いただき、蕎麦のつなぎは中力粉を使用し、蕎麦粉とつなぎ粉を良くほぐして蕎麦粉全体に水を行渡らせる水回しが一番大切､打ち始めから片付けまで 40 分が目安などのお話を伺う。

その後、関村さんと井上さんが代表で蕎麦打ちを実演。打ちたて蕎麦を、女性のバックアップのもと男性メインでたっぷりのお湯で茹で上げ、手早くザルに取り上げて水洗いし、盛り付けした。薬味のネギと辛味大根にワサビを添え美味しくいただき、全員大満足！

参加者　26 人　（大園 哲夫）

歌声喫茶　(8/8)

今年の歌声喫茶は「ラピスラズリ」という素敵な名前を持つグループをお招きして、久慈交流センターで開催しました。その名のとおり、透明な瑠璃色のような演奏をされる女性中心の方々でした。

前半は演奏をゆったりと楽しみ、後半は懐かしい思い出の名曲の「青い山脈」や｢いつでも夢を｣などを演奏に合わせて歌いました。

さらに、途中休憩では、YMCA の歌に合わせ、シニア向け（？）の身体をほぐす体操をしたり、皆さん楽しく過ごされたのでは、と思いました。

参加者　37 人(うち、会員外 17 人)　（秋山 雅絵）

SNS の活用について　(8/22)

PC・スマホの講師、ヨガ指講師、女性起業家の育成など幅広くご活躍をされている高橋美紀さんを講師にお迎えして、講演をいただいた。講演内容は SNS とは何か、SNS で何ができるか。SNS には多くの種類があって、それぞれ独自の機能や特徴があり、何をしたいかを念頭において選択をするべきである。また、問題点もあることの認識を持ち活用することが大事である。2020 年からは、5G（第五世代移動通信システム）が開始されてさら利便性が向上する。出席者からの質問も多く、それにも分かりやすく回答をしていただいた。ジェスチャを交えての説明であり、思わず引き込まれる楽しく有意義な講演だった。

参加者　30 人　（内山 義雄）

県政出前講座　(9/12)

今回は、｢茨城をたべよう運動と地産地消｣と題して、県農業政策課の瀧崎郁子氏にお話をいただいた。

茨城産青果物は、東京市場の取扱高が 15 年連続全国一位、漁業でもイワシ、サバは全国一位の水揚げを誇り｢茨城あんこう｣は、ブランド化されたとの紹介があった。このような中で｢茨城をたべよう運動｣を推進し、地産地消により農林漁業者を応援しているとのこと。

席上、主婦の立場で地産地消は良いが、ブランド化された江戸崎かぼちゃは２倍、３倍のお値段で手が出ないとの意見もあり、会場を沸かせた。

最後に｢茨城をたべよう運動｣に協賛し、地産地消を誓い、本楽習会を終了した。参加者　32 人（竹本 講治）

一泊懇親会(近場でのんびり)（9/26）

今年の一泊懇親旅行は “近場で” の希望に沿い、送迎付きの「湯遊ランド はなわ」とした。ホテルまでは約２時間ほど。早速、グランドゴルフや、温泉などでくつろいだ。ゴルフはホールインワンが２人も出るなど和気あいあいで楽しんだ。温泉は「アルカリ泉」で古くから親しまれてきた温泉とのこと。宴会前にゆったりと浸かった。

宴会は、山野代表の挨拶と乾杯の音頭でスタートした。美味しい料理に舌鼓をうち、アルコールが入るほどに話も弾んだ。上機嫌となったらやはりカラオケ。意外な人も歌ってくれ、仲間意識がますます強くなり盛り上がった。二次会は幹事室でさらに親睦を深めた。翌日はダリア園を見学し、無事日立に戻った。

快晴にも恵まれて、十分に懇親を深められた２日間だった。　参加者　19 人　（小林 信幸）

井戸端会議(2)　(10/10)

今年２回目の井戸端会議を女性センターで開催した。９月末には恒例の J-net 一泊懇親会も開催されたが参加者が少なく、今後このようなイベントへのご意見に対して話し合う機会も大切ではないかという思いから､今回は一泊懇親会に絞り、グループごとに意見交換を行った。

席上、①一泊懇親会は参加者の多少に関わらず続けてほしい ②健康問題がからむため同好会にしたら？ ③観光か、懇親か、学習か、目的を明確にした方が良いのでは？ ④一泊懇親会をやる事の賛否を取ってみたら？などの意見が出され、大いに盛り上がった。　参加者　30 人　（秋山 雅絵）

自主グループ活動

河原子海岸清掃グループ　10周年を迎えて

ボランティアを募って行われる活動、それが河原子海岸清掃グループです。2009 年５月に発足して 10 周年となり、今では 23 人の大所帯になりました。

月に２回の活動を継続中です。活動に参加していつも感じることは「きれいになった環境、風景のすばらしさ」と「活動したことの充実感」です。ほかの参加者も皆同じようにそう言います。きれいになることは目に見える成果であり、それを充実感として捉えるのは当然だと思います。

朝の海の香り、充実感を味わってみませんか？ このグループで一緒に活動しましょう。いつでも声をかけてください。　（小林 信幸）

ウオーク会　磐城相馬街道ウオーク

猛暑を心配していたが、暑くも寒くもなかった９月 21 日、雨天で一度中止していた勝田～佐和のコースを楽しんだ。

勝田駅を出発、一旦６号国道の「市毛十字路」交差点まで出た。ここから、往時の街道に想いを馳せながら、ひたすら国道を北上。５kmほど歩いた所で「吉田神社」に寄り、道中の安全祈願。小休止後、さらに国道を北上し「稲田十字路」交差点に着いた。ここで右折し国道と別れた。程なく近くのスーパーに立ち寄りお弁当を仕入れ、佐和駅に近いゴールの公園で車座になり、女性の差し入れで昼食。約８kmの完歩に乾杯し、家路についた。

久しぶりのウオークで少しこたえた。　（山本 三男）

おもちゃの病院　百年塾フェスタ＆子どもまつり

10 月 20 日に、マーブルホールで開催された「百年塾フェスタ＆子どもまつり 2019」（百年塾と子供会育成連合会共催）に参加して出張診療を行った。

今回は出だしから例年に比べて盛況で、修理受付件数は 22 件に達した。参加した 10 人のドクターが休む間もなく診療にあたり、その結果、当日修理完了 13 件、修理不能２件、入院預かり７件となった。併設した「振動プロペラ」のプレゼントコーナーでは、なぜ回るのかと興味を持った多くの子どもが立ち寄ってくれた。　（平田 順一）

グループ・ピニオン　クリーンハイキングで演奏

前日の暴風雨が嘘のように晴れ上がった 10 月 26 日、河原子海岸で今年も社会福祉協議会、ボランティアグループ連絡会主催の「ふれあいクリーンハイキング」が行われ、200 人以上の参加者が海岸清掃に汗を流した。

作業の後、アトラクションとしてグループ・ピニオンのオカリナ演奏メンバーによるミニコンサートが行われ、懐かしい歌、秋の唄、アニメソングなど約 10 曲を演奏した。波の音、風の音に乗ってオカリナの音色と参加者の歌声が浜辺に流れた。　（畑山 和子）

J＆Bグループ　みんなで楽しんだ夏まつり

毎年恒例の夏まつりを８月 27 日、福祉プラザ大会議室で開催しました。

会場内には小さな子どもたちが自由で思い切り楽しんで遊べるよう、手作りおもちゃ７種類を準備しました。

当日は「福祉チャレンジスクール」を受講している小学生 19 人が参加し、小さな子どもたちに、優しくわかりやすく遊び方を教えてくれました。

今回は段ボールや滑り台などを利用して、紙で作ったおむすびをコロコロ転がして穴の中に入れる単純でスピードと動きのある遊びに人気があり、簡単には穴の中に入らないけれど、成功したときの喜びは笑顔に溢れていました。

参加した親からは「担当者や福祉チャレンジスクールの小学生たちと、親子で楽しく会話や交流ができました」との声が寄せられ、みんなで一緒に楽しんだ夏まつりでした。　（山中 かよ子）

笛の会　ケーナを愉しむ 、いい音色に挑戦

私たち「笛の会」はケーナを演奏するサークルです。

第２、３ 金曜日に楽しく練習しています。ケーナは南米アンデス地方の民族楽器で、フォルクローレでよく使われている縦笛です。「コンドルは飛んでいく」「花祭り」などでその澄んだ音色を耳にした方も多いかと思います。豊かな音色をもつ楽器ですが、作りはとてもシンプルで、竹や木、カーニャと呼ばれるペルーとボリビアにまたがるチチカカ湖で採れる葦などに、吹き口と指穴を開けただけの素朴な楽器です。

練習成果は毎月、介護老人保健施設「しおさい」で披露しています。興味のある方はいつでも声をかけてください。　（小林 信幸）

インフォメーション

楽習会（11～1 月）

月/日	楽習テーマ	内　　容	場　所
11/14	若い活動グループとの交流	若い市民のお話し	女性センター
11/28	演奏会	尺八、三味線、ハーモニカなどの演奏会	
12/5	J-net の今後を考える	活動が活発になるよう皆で話し合う	
12/19	25 周年記念交流会	令和を迎え J-net の 25 年を振り返る	ホテルテラス
1/9	新春を和で寿ぐ	初春を演奏とマジックショーで祝う	女性センター
1/23	井戸端会議(4)	次年度の楽習会テーマを皆で探そう	

企画委員会だより　（8～9 月）

8 月
1) 楽習会「J-net の今後を考える」への費用補助申請 24,000 円　　了承
2) 2019 年予算書修正報告　　総会時の予算書に間違いあり、修正部は予備費（活動活性化）、127,820 →41,820 に修正
3) 25 周年記念行事関連　　場所：ホテルテラスザスクエヤ、　会費：2,000 円/人とし、支出残額を基金会計から支出する

9 月
1) 楽習会行事で、傷害保険申請に必要な情報については、事務局に確認する
2) 会費徴収形の楽習会活動には、従来とおりの範囲で J-net が補助、企画委員会での会計報告で了承となることを確認した

リレー随筆

マジック大好き

白土 節子

東日本大震災の年、県北生涯学習センターのマジック出前講座が多賀市民会館であり、ちょっと覗いてみようと、軽い気持ちで受講しました。基本的な心構えや、数種類のマジック実技など、全５回の講座だった。講座が終了するころには、自分がしっかりマジックに取りつかれてしまった。この勢いで、最終回が終了するとすぐ、受講仲間 20 人程で同好会を立ち上げました。現在、会員は 12 人程に減ってしまったが、お互いの演技を見ながら、ネタがバレても笑い飛ばし、批評しあいながら切磋琢磨、練習を続けています。

今年の３月には、横浜市でマジックショーとレクチャーがあり、有志で見に行くなど、機会があれば積極的にマジック技術の向上に努めています。

最近では腕前も少し上り？社会福祉協議会からの依頼による施設への慰問や、地域の交流センターからの依頼、さらには、おもちゃライブラリーでの子供たちとお母さん方への披露など、活動の場が増えてきました。施設の方と一緒に笑い合ったり、若いお母さんや子どもたちからは拍手喝采を頂いたり、みんなから元気をもらい、癒やされている今日このごろです。

マジックのネタは、簡単なものから難しいものなどさまざま。難しいものほど、手さばきにも苦労する。自分のボケ防止になるかな？と、頑張って発表しています。これからも元気である限り、楽しんでやっていきたい。

★ 体験入会者紹介 ★

みなさん　どうぞよろしくお願いします

加藤木 伸子さん（若葉町）

佐藤 照子さん（金沢町）

柴田 佳孝さん（中丸町）

森山 和雄さん（東大沼町）

～シニア講座終了後の入会について～

前年度まではシニア講座終了後、希望者は即入会としておりました。しかし、今年度からは、まずは J-net を知ってもらおう、という趣旨で、当年度は体験入会の形で入会し、その間通常会員と同じ条件で体験してもらう事にしました。体験入会の方には、是非 J-net を実感していただき、次年度も引き続き共に活動を継続できる事を期待しています。

【編集後記】このところ、台風が続いている。15 号では千葉県を中心に１万棟以上の住宅被害が出た。強風で屋根瓦が飛ばされた家屋が、ブルーシートで覆われている姿が痛々しい。そうこうしているうちに、今度は 19 号が上陸。関東、東北を縦断し、各地で河川が氾濫するなど甚大な被害が出た。“災害は忘れたころにやってくる”はもう死語か。これからは“災害はすぐやってくる”とでも思って、普段から心掛けたい。今回の災害に対して、J-net としても何らかの形で応援しようではないか。　（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 - 1
Tel(携帯)：080-2380-3089
E-mail　：jnet-hitachi@ jneth.com
URL　　：http://jneth.com