

仲間づくり
 生きがいづくり
 大好きひたちづくり
 シニアライフを
 豊かに生きるために

熟年

JNH

熟年ネット・ひたち
 (J-net)



女性センター ターナー祭 多様な活動状況を紹介

去る10月18、19日の両日、「女性センター祭り」が開催され、J-netは、19日に連続7回目の出展をした。普段行われている活動状況を掛け図や実演でありのまゝ紹介し、来訪された方々に私達の活動内容を知っていただくことができた。特に、多種多様な自主グループを立ち上げ、ボランティアなど幅広い社会活動を行っていることに驚いた方も多数見受けられた。

尚、当会会員はチラシ・ポスターの制作など、祭りの色々な役割を担当し、活躍した。

展示内容

展示内容は例年の通り、当会本体の活動と自主グループの活動状況を掛け図(写真や資料)と実物見本などで空間を有効かつワイドに使って系統的に展示した。

J-net 本体の活動紹介

☆活動の基本について

☆楽習会(実績など)

☆シニア地域入門講座



オカリナ演奏は好評であった

☆広報(会報、HP、パソ塾)

☆自主グループの活動紹介

☆ひたちおもちゃの病院

☆ハーモニーフレンズ

☆グループ・ピニオン

☆郷土ひたち・ネット

☆J&B(イベントの様子等)

☆ウオーク会

☆なるてす会(バザーの様子)

☆Jネット・オカリナハート

実技・実演

おもちゃの修理実演

おもちゃの病院は修理依頼の玩具をいつものように目の前で修理を行った。5件のうち1件は入院となったが、外のすべては治すことが出来て喜ばれた。

オカリナ演奏

オカリナ演奏は11時と13時の2回演奏したが、多くの方がその音色に聴き入り、一緒に歌い、楽しまれた。

シニア地域入門講座終了

5月14日に開講した本講座も9月17日の修了式で全10回を無事終了した。今年度の講座内容は昨年をほぼ踏襲したが、受講生とスタッフが早くお互いに名前を覚えてもらうための改善を図った。運用面での改善を図った。出席率は90%と高く、地域の勉強をしようという高い熱意が感じとれた。アンケートには「大変参考になった」と好評であったが、一方反省すべき点もあり、次回に生かしたい。今回10人中4人が当会に入会されたので、暖かくお迎えしたい。



会員の祭への協力
 女性センター祭りでは計画から実行まで、J-net 会員は各セクションで協力した。藤本さんは役員として纏められ、富田・鳥海さんはチラシ・ポスターの作成、岩本・田代・富田さんは記録写真、山本さんは発表部会の取り纏め、小林(美)さんは餅つきをそれぞれ担当された。

10月22日ホテル天地閣において日立市社会福祉協議会会長顕彰式が開催され、当病院が積極的にボランティア活動に参加し福祉の向上に寄与したとして表彰を受けた。今までは診療活動で玩具の受渡しの時にお客様から励ましの言葉を頂いていたが、公的な団体からの激励は初めてであり、全ドクターの喜びはひとしおである。



楽習会

第2回井戸端会議 (8/7)

話題は「自分はどんな葬式をしてもらいたいのか・供養をしてもらいたいのか」に絞ってグループごとに話し合った。

「本人や子供の社会的な立場で左右され、希望どおりにはならないのが実情だが、葬儀社やお寺の営利主義に惑わされず、地味で良いから、それなりの気持ちで供養してもらえれば良い」ということだ。



♪♪お遊戯でリラックス♪

(平田 順一)

第3回井戸端会議 (10/9)

麻生内閣と解散・消された年金・世界レベルでの金融危機と株暴落など、最近の問題を中心に4グループで自由に話し合った。

解散問題では早く「信」を問うべきと、解散どころではないとの両論が出た。

その他には進化？する「振り込め詐欺」や拡大する「食品偽装」など、身近な生活を脅かす話題が続いた。そんな中、飛び込んできた「2日間で4人のノーベル賞受賞」というビッグニュースには、大きな賞賛の声と同時に、現在の教育に対する問題点を指摘する声も多かった。

(長谷川 孝)

食の安全・安心 (9/11)

食の問題が騒がれている昨今、日立保健所食の安全主査生田目さんと伊藤さんに「食中毒」・「食品表示」などについて詳しく説明いただいた。

H19年度の茨城県の食中毒発生件数

として11件、国へ報告された。発生時期でみると、「梅雨時ではなくこれから冬場に多い」とのこと。



伊藤さん



生田目さん

病因物質としてはカンピロバクター・ノロウイルスが多い。これらの多くは食肉加熱処理が不十分な場合に感染する。「鮮度が良いほど菌が残っているため、鮮度が良いほど注意が必要」など意外なことがわかった。

食品表示では、原料原産地・アレルギー物質・添加物など食品衛生法・JAS法などの表示義務があること、さらには賞味、消費期限の意味など大変身近なお話を聞くことができた。

同じものを食べても、乳幼児・高齢者・体調不良時の人に食中毒を発症しやすい。特に、これからの冬場に向けての体調管理に気をつけましょう。

参加者31名 (山本 三男)



夏季交流会:かみすわ山荘(8/28~29)

24名が参加した夏季交流会は、心配された大雨もなく、バーベキュー、オカリナ演奏、ゲームなど屋外行事を行うことができました。馴れない手つきで作った汗の沁み込んで、味の増した焼肉、焼きソバを口にし、冷えたビールで喉を潤した。満腹になった後で、オカリナハートの皆さんの演奏に合わせて、上諏訪の山々に歌声を響き渡らせました。



ひと風呂浴びて、雨の合間に童心に返っての花火大会、大広間では夜の更けるのも忘れてケーナの演奏に合わせて歌と歓談で楽しい時を過ごしました。

今回の夏季交流会が会員の皆さんの協力が無事に繰えられた事を感謝致します。

(重田 堅伍)

男の料理教室 (9/25)

恒例の「男の料理教室」を行った。



男性12名、女性9名のメンバーが参加した。

メニューは事前に関係者で打ち合わせて、季節感のある料理として『きのこご飯』、『手羽元と牛蒡のポン酢醤油煮』など5品の料理をつくりお昼ご飯として味わった。

普段、あまり厨房に入らない男性陣にとってクッキングは物珍しさもあり、みんな夢中になった。

(土屋 昭夫)



これからの社会保障 (10/23)

青木社会保険労務士から、これからの社会保障と題して講演を頂いた。出席者は26人とやや少なかったが、我々熟年者には有意義なお話だった。

始めに年金について話され、国民年金に加入している人の保険料の未納者が多く問題になっている。

現在、年金制度のあり方について消費税の増率による税金の投入などが検討されている。それが、後期高齢者医療制度や在宅医療、介護への移行で、高齢者へのしわ寄せが大きい。

国の医療負担は主要国の平均はGNPの10%前後なのに日本は8%と低いので、高齢者に優しい制度にして欲しいものだ。

また、将来の不安に繋がる話が数多くでてきて、一層将来を見据えた堅実な生活をしていく必要があると痛感した。

(尾沼 信義)

青木さん



ボランティア・自主活動

ハーモニーフレンス 県内一の演奏♪

日立では2回目の「茨城県ハーモニカ・コンサート」が東京から一流の先生をお招きし、9月20日シビックセンターで行なわれました。前売り券も早々と完売、ホールいっぱいのお客で盛況でした。講評では「県内8グループの演奏の中で一番」という評価をいただき、「来年は四国での全国ハーモニカサミットにぜひ出演して欲しい」との会長からの依頼もあり気を良くしています。また10月12日には日立市民会館での市民音楽祭にも出演し、これも”プラボー”の講評をいただき、メンバー一同ますます元気付けられています。(鈴木 重四郎)



J&B 初めての研修会

7月31日鹿嶋市みのり会中台育心園の千葉浩子先生をお招きし、J&B主催で初めての試みとして「ミュージック・ケア研修会」を実施した。

ミュージック・ケアとは「音楽の特性を生かして情緒の安定を図り、さらには運動感覚や知的機能を改善すること」をめざしているとのこと。今回いろいろな音楽で体験してみたが、体が無理なく動かせることが実感でき、高齢者・障害者・子どもたちなどに大変有効であると思われた。J&B外からの参加もあり、24名が熱心に受講した。

8月19日には福祉プラザにおいて恒例の「夏まつり」を実施、女性陣手作りの魚釣りゲームや手遊び、オカリナ演奏などで子どもたちと一緒に楽しんだ。(山本 三男)

Jネット・オカリナハート 癒しの音色

9月26日、昨年に続いて大沼交流センターで「高齢者との一日集会」でオカリナ演奏を行った。約100名のひとり暮らしの高齢者が集まり、童謡、歌謡曲、民謡などの懐かしいメロディー14曲をオカリナとケーナで演奏した。演奏に合わせて口ずさみ、中には踊りだす人もいて楽しいひと時を過ごしていただいた。(土屋 昭夫)

ピニオン 「グループホーム・木の実」訪問

10月21日社会福祉協議会を通しての要請により、「グループホーム・木の実」を初訪問、オカリナの演奏を楽しんでいただいた。十王駅南前にあるこの施設は、現在18名(内男性2名)の方々が生活されている。

今回は奏者の小林美、畑山、小林勇の皆さん、お手伝いと取材を兼ねて桑名の4名のみでの訪問であったが、入所されている方全員と当日のスタッフ5名の前で、秋の童謡、懐メロ、民謡など17曲(内ケーナ4曲)を演奏し、皆さんに歌っていただいた。最初は、戸惑いもあり、なかなか声が出なかったが、慣れるにつれて大きな声で楽しんで歌っておられた。皆さんがいつも歌っている「岸壁の母」のリクエストもあった。最後の曲に合わせて小林美さんのシャボン玉プレゼントがあり、童心に帰ったようにはしゃいでおられた。

演奏が終わり、入所者代表の方から感極まった声でお礼の言葉があり、更に、皆さんから、「とても良かった」、「忘れなくてください」、「また来てください」など沢山の感動的な言葉をいただいた。(桑名 勇児)

なるてす会 ものを大切に!

10月9日、第3回を女性センターで開催、男性の会員からの提供もあり小物が好評であった。

続いて10月11日午後1時から、第4回を「日立秋祭り」のアフタヌーンバザーに出店した。雨あがりの太陽の下、J-net会員の応援を頂き、郷土芸能の観客の流れにも助けられて、市民の皆さんとの交流のひと時を楽しく過ごした。パティオモール商店会通りの散策などスタッフ一同貴重な体験をする事ができた。次回は12月11日の井戸端会議に併設の予定。(藤崎 圭一郎)

おもちゃの病院 最近の活動状況

10月25日に行われた坂本小学校のイベント「坂本ふれあいフェスタ2008」には12個の修理依頼があった。6人のドクターが参加し、子どもたちに修理の手ほどきをしたり、手作りモデル玩具で遊んだり、楽しいふれあいのひとときを持つことができた。最近「おもちゃの病院」の名前が知られてきたので修理依頼が増え、10月21日の中央診療所には20個の依頼があり、担当ドクターが多忙を極めている。(小林 勇作)

ウオーク会 健康は足から

10月20日、「土岳登山」を実施。今回はシニア講座でのPRで本会を知った、ご夫婦2組と会員の友達の参加もあり、総勢16名となり賑やかであった。土岳は実質高さ300m程度で易しい山であるが、急な岩場の直登もあり、初心者特に女性にはきつかったと思うが、全員無事登ることができた。山頂は昔、馬の放牧場だった名残りで広い芝生状になっており、ここでのお昼は格別であった。下山はけやき平経由で登山口まで一周した。天気にも恵まれ楽しい一日でした。(山本 三男)





インフォメーション



「ふるさと日立検定」のご案内

「日立大好き！」な人を増やしたい。そんな目的で「ふるさと日立検定」が12/14(日)10時より、日立商工会議所と日立シビックセンターで行われます。

検定問題は、自然・歴史・産業・文化より出題され、公式テキストブック「ふるさと日立検定」(千円 各書店で発売中)に掲載されています。ただし、テキストブックよりの出題は80%で、20%は時事問題などからの出題です。受験のためのセミナーが11/15(土)と11/18(火)9時50分より日立商工会議所で行われます。テキストブックをお持ちの方は受講料無料です。

「日立大好き！」になるために挑戦してみても如何ですか。なお、掛札代表は、11/18の「産業」の講師です。問合せ先：日立商工会議所 商業観光課 TEL22-0128

楽習会 (11~12月)

月/日	楽習テーマ	場所
11/27	高齢者問題(高齢者の交通安全)	女性センター
12/11	井戸端会議(第4回)	女性センター
12/25	年末交流会 (全員集合で楽しいひとときを)	シビックセンター
1/08	かるた取り大会 (「郷土かるた」で郷土を知ろう)	女性センター

パソコン塾 (11~12月)

月/日	学習内容
11/22	Wordの学習(年賀状の作成)
12/13	Wordの学習(年賀状の作成 ほか)
1/10	Excelの基礎(表の作成)

新しく会員になりました

～ みなさん どうぞよろしくお願ひします ～

「シニア地域入門講座」を終了された10名のうち、4名の方々が入会されました。



鈴木勝男さん
南高野町



鈴木静子さん
南高野町



三宅 伍さん
西成沢町



桑原ア子さん
水木町

【編集後記】会報の編集委員に加えさせてもらって2年が過ぎた。これまで、会報紙面の構成や編集、パソコンの使い方など諸先輩から何かとご指導をいただいた。おかげで、催し物の案内書や他の広報誌にも関心を持つようになり、参考になりそうなものはスクラップもするようになった。だが、自分自身では納得した紙面づくりでも編集委員同士の相互チェックではいろいろと指摘され、なるほどと教えられることが多い。会員のみなさんに喜んで読んでもらえるような会報誌づくりにこれからも挑戦していきたい。(編集子)

リレー随筆

名前の呼ばれ方・つけ方・由来

小林 一征

私は「一征」という名前であるが、他人から正しく呼ばれたことは今まで一度もない。「かずまささん」とか「いっせいさん」とか呼ばれてしまうのがオチである。学校の先生方も同じである。父の付けた呼び方は「かずゆき」である。「征」の読み方は、辞書には「せい」や「まさ」に続けて「ゆき」とも読むと書いてある。父が勝手に読ませたいということではないのが、これではっきりしている。

「一征」の名前の謂われは、父が言うには「一番に兵隊になるように」と言うことだそうである。80代以上の人なら誰でも分かる名前の謂われである。父が20代半ばを過ぎて生まれた最初の男の子で、その当時陸軍中尉で、血気盛んであった面影を偲ばせる名前の付け方である。因みに弟は「啓昭」と書いて「ひろあき」と呼ばせている。「昭和の代をひらく」と言う意味である。妹は父が待望の女の子であったので散々考え喘いで、最後に「もう子供をつくることをよす」と言う意味で「よし子」と名付けられた。父の固い決意の表れであったと思われる。父は意思の固い男であった。私の弟妹はその後できなかった。

催し物のご案内

ステキな手作りクリスマス

おしゃれな料理と簡単なテーブルセッティング

とき：12月5日 9:30~12:30 募集11月10日～
ところ：日立市らぼーる協会(女性センター)

名作映画鑑賞会

西部劇「荒野の決闘」美しい西部の風景が心に残る!

とき：11月22日 14:00~15:40

ところ：日立市視聴覚センター 大ホール

入場料：無料

❖事務局からのお知らせ

10月1日現在の会員名簿を更新しておりますので、ご利用ください。

発行：熟年ネット・ひたち

代表世話人 掛札 優

編集：広報委員会

住所：〒317-0072

日立市弁天町2-12-10

Tel/Fax：0294-21-1345

E-mail：jnet-hitachi@lapis.plala.or.jp

http://www10.plala.or.jp/j-neth/