

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)

内閣府の「社会参加活動事例」に選ばれる

— 内閣官房長官名の書状及び盾が授与された —

当会は平成十六年度の内閣府「社会参加活動事例」に選ばれ、去る九月十五日、県庁において保健福祉部小沼次長より、細田博之内閣官房長官名の書状と社会参加章の盾が授与された。尚、九月二十七日には、掛札代表以下役員が櫻村市長を表啓訪問し、一連の報告を行った。

十年間の地道な活動が評価される

「社会参加活動事例」の対しては概ね六十五歳以上象は、積極的な活動を通じ、の人が中心となって構成し社会とのかかわりを持ち、生きているグループで、活動の年々生きと充実した生活を送る数や人数、行政からの独立が重視されている。また、この他にも、会の規約の有無、機関紙(会報)の発行



書状を受ける掛札代表



書状(上)と社会参加章の盾(下)

行、メンバーの役割分担、活動の継続性などにも視点が置かれている。J-netの理念と方針、グループの構成、活動の仕方、会則に基づく運営、十年にわたる計画的な活動、会報の発行やホームページの公開など活動内容のすべてが「社会参加活動事例」として

政府は本格的な高齢社会の到来を目前にし、社会システム全体について抜本的な見直しに取り組んでいる。その目標は、国民の一人一人

が年齢にとらわれず、自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活、また地域社会とのかかわりを持ち続けながら楽しく充実した生活を送ることの出来る社会の実現である。

内閣府ではこの目的に沿って、「エイジレス・ライフ」実践者や積極的な「社会参加活動」を行っているグループを全国各地から選考し、国民に紹介するための事例集「いきいき人生を

「社会参加活動事例」とは

また、J-netの考え方や仕組み、活動内容などについても説明し、ご理解頂くと共に激励の言葉を頂いた。

櫻村市長に報告

去る九月二十七日、掛札代表以下役員全員で市役所に櫻村市長を訪問し、「社会参加活動事例」に選ばれ、書状並びに社会参加章の盾を授与されたことを報告した。



楽習会

ひたち竹人形への道 (8/7)

竹人形の製作販売を起業された柴田重光さんのお話を聞いた。原料となる竹の見本を持って来られ、特性の説明から始まり、それから見事な人形を作ることに驚かされる。一旦、日立研究所に就職するも創作の意欲に駆られ、福井の親方の元で修行に励み、数々の苦勞を乗り越えて現在に至った経過を面白おかしく話された。



波乱万丈の人生、不屈の志、人の縁の不思議さに参加者30名(内、シニア講座受講者10名)深い感銘を受けた。

夏季交流会 (8/26、27)

日立市の隠れた避暑地「かみすわ山荘」で夏季交流会を行なった。鉄板と網で焼いた野菜や肉を摘んで飲み物片手に、オカリナと野外カラオケで始まり、焼きソバを食べて夕暮れの西瓜割。それから同宿の家族との花火大会。夜の部は大広間の畳の上で輪になり、手拍子で順番に歌を出したり、風呂上りのおいしいビールを頂き、終りには誰かのニュースポーツのお誘いPRが大笑いを誘ったり全員が精一杯楽しんだ。参加23名のうち女性



5名を含む17名が一泊して楽しく交流会を終了した。

シニア講座 全日程を終了

10名 J-net に入会

5月15日にスタートしたシニア講座は10月2日を以って、全10回を終了した。受講者は16名(男性9、女性7)。最終日は会瀬青少年の家にてバーベキューパーティを行い、ハーモニフレンズの演奏も交えて、出席者26名(内、シニア講座受講者12名)大いに懇親を深めた。

受講者の感想

- *いろいろな方面でシニアライフを楽しんでいる人の話を聞き、自分の方向が見えてきた。
- *日立にも知られざる見所が有ることを知り、目が開けた。
- *これまでの交友関係は狭かったが、多くの人々と交流できて楽しかった。
- *ボランティア活動に関心があったが、参加する方法が分からなかった点が解決。



講座終了証を渡す

講演「しなやかに生きる」(9/18)

昔話の「花さか爺」が人の後半生を物語っているとの仮説に耳を疑ったが、「婆さんが川で拾った桃から犬が生まれ、善良な爺さんは犬から黄金を授かる。犬は隣の爺さんには百足を出す、怒った爺さんは犬を殺して埋める。そこから柳の大木が生える、善良な爺さんは木から白を作り、これをひくと黄金が出る。隣の爺さんがひくと糞が出る」。これらの一つ一つが人生の節目の喩えであり、犬の扱い方をみても成功する人の見本が示される、との解説に納得させられる。

茨城キリスト教大学の心理学の教授である鈴木研二さんの話に、参加者39名(内、シニア講座受講者8



名)不思議の国へ来たような心地となった。話は途中終了となったので、この続きに興味のある人は氏の著書を勧める。

十王町を歩こう・知ろう (10/14)

23名の参加者で十王町の行政、福祉、文化、史跡、公園などを中心に歩き勉強した。11月1日には日立市と十王町が合併する。緑の住みやすい福祉にやさしい町が合併後にもその良いところを生かして今後も益々地域として発展されることを願う。

案内いただいた行政サイドの暖かい説明に十王町の良さをしみじみ味わうことができた。



一泊研修旅行 (10/28、29)

19名の参加を得て、里山新発見の旅に出掛けた。爽やかな晴天にめぐまれて滝川渓谷ハイキング、四十八滝のさわやかな爆音と森林浴を楽しみ、頂上にておにぎりを頂き、心もからだもリフレッシュ!途中温泉で疲れを癒した。夜は古民家の宿で大きな囲炉裏を囲んでの懇親会、田舎料理に舌鼓をうちながら生オケやビンゴゲームも飛び出して大いに盛り上がった。

翌朝も抜けるような青空に恵まれ、庭先で地元の高齢者活動センターから指導員に来ていただき、藁ぞうり作りを体験した。地元の人情にふれ、近場にも思わぬ見所があることを再認識した旅でした。





女性センターまつり



10月16・17日の両日開催された「女性センターまつり」において、同センターで活動している各グループの日頃の活動成果の展示やステージ発表などの中、J-netも「啓発部会」の一員として展示とワークショップを行った。今年発足10周年を迎える折、タイミングよく内閣府から「社会参加活動事例」に選ばれ授与された「書状」と「社会参加章」も展示に華を添え、来場者からもお祝いの言葉を沢山戴いた。また展示資料の説明を熱心に聞いてくださる来場者がかなり居た。ホームページの説明を兼ねたワークショップも行い J-net の活動について知って頂く良い機会となった。

また「おもちゃの病院」の開設や抽選会担当スタッフとして、J-net メンバーが活躍した。



市長を案内する掛札代表



おもちゃの病院 診療風景

ふくしボランティアまつり

10月30日池の川体育館において「ふくしボランティアまつり」が行われ、「シニアの会」と「おもちゃの病院」が参加した。前日の会場準備に始まり当日の進行のお手伝い、おもちゃの修理、祭りの後片付けなどに26名のJ-netメンバーがボランティアの充実感を味わった。



ボランティア・自主活動

仲間づくり・まちづくり

ひたちおもちゃの病院

「ひたちおもちゃの病院」が10月13日の週刊茨城朝日にトップ記事で掲載された。病院設立以前から地域診療体制が出来た現在に至るまでの経過やバックグラウンド記事のマトメはさすがで、言いたいこと全てを載せてもらえた。4拠点診療の場所と時間・電話が別枠で載せられ、読者へのアピールもある。

10月16・17日の女性センター祭りには臨時診療コーナーを開設、昨年は1日のみだったが、今回は病院のユニークさを人集めの効果にと2日間を通した開設を依頼された。

24日(日)は田尻コミセンまつりで口頭発表を行ない、掲表と病院チラシを展示して1年間の活動を紹介した。30日(土)はふくしボランティアまつりにおいて出張診療し、隣で開設されていたおもちゃライブラリーとともに子供達の関心を集めた。

ボランティア活動を市民の皆さんに知ってもらうのは時間がかかる。結果を焦らず地道にじっくり浸透させて行こうと思っている。(小林)

お手伝いグループ「シニアの会」

茨城キリスト教大学 看護学科見学研修

「シニアの会」は「ボランティアグループ連絡会」の16年度 見学研修の場として看護学部が発足した茨城キリスト教学園を提案し、藤本・鈴木・掛札が下見をして10月8日(金)に実施した。参加者42名、滝田短期大学部会長、山口看護学科教授のご案内で見学し、地元にある素晴らしい学園に感嘆すると共に学園と地域の連携の必要性を痛感した。また、学生食堂で若い学生たちと一緒に昼食、井戸端会議は楽しく有意義な一日であった。(掛札)



グループ「ピニオン」

グループ「ピニオン」に参加しませんか？

大小2個の歯車がかみ合うとき、小さいほうの歯車をピニオンといいます。小さな歯車的な役割を・・・と考えてグループ「ピニオン」と命名しました。

介護老人保健施設「しおさい」で利用者個々の気持ちを尊重しながら、話し相手、散歩、マージャンや昔の遊び、歌などを一緒に楽しんでいます。肩肘張らずにごく自然な形で寄り添って、ひとときを豊かに楽しく過ごして頂けるように工夫しつつ、現在19名の仲間です。毎週水曜日の午前9時～11時半に行っていますが、それぞれの都合で他の曜日に行くことも、時間帯も自由ですので、御相談に応じます。参加して下さる方は田岡まで御連絡ください。

(田岡)



インフォメーション

楽習会 (11～3月)

楽習会の今後の予定をお知らせします。

月日	楽習テーマ	場所
11/11	バードウォッチング (自然の中で心を癒そう)	小木津山 自然公園
11/25	井戸端会議-第4回 (テーマ募集中-担当者まで)	女性 センター
12/11	10周年記念行事・年末交流会 (楽しいひととき、詳細下記)	ホテル 天地閣
12/15	そば打ち交流会 (年越しそばを自分で打とう)	女性 センター
1/13	悪徳商法に騙されない (知恵をつけて相手を撃退)	女性 センター
1/27	井戸端会議-第5回 (何でも話題にして話そう)	女性 センター
2/10	日立電鉄・電車沿線の旅 (風景を楽しみながらお別れ)	鮎川～ 常陸太田
2/24	皆で考えよう J-net (新しい企画・活動を求めて)	女性 センター
3/10	自主テーマ (テーマを募集しています)	未定
3/24	井戸端会議-第6回 (次年度の活動を話し合う)	女性 センター

10周年記念行事および 年末交流会

J-net の「創立10周年」および内閣府の「社会参加活動事例」に選定されたことを記念して、下記により活動事例の報告会と交流会を、あわせて年末交流会も行ないます。

また、10周年記念誌を作成中です。当日配布します。

1. 日 時：平成16年12月11日(土)
13時～16時30分
2. 場 所：ホテル 天地閣(日立市旭町2-6-13)

パソコン研究会 (パソ研)

前回までパソコンの基本操作、ワードの簡単な応用を学びました。今後の予定をお知らせします。

- ・開催日：11月(13,27日)、12月(25日)、1月(8,22日)、
2月(12,26日)、3月(12,26日)
- ・内 容：11～12月 Word (紙面作成、年賀状作成)
1月 Excel (表の作成、表計算、グラフ)
2～3月 画像処理 (ペイント、画像編集)

【編集後記】

J-net の活動が内閣府の16年度「社会活動事例」に選ばれた。私達の活動が国レベルで社会的に認められた意義は非常に大きい。

内閣府の選考の要素として、活動内容の他に「機関紙(会報)の発行」も含まれている。会報については8年以上に亘って、その時々を情報を適切に会員の皆さんに伝え続けてきており、会員融合の触媒的な役割も果たしてきたと言えるのではないだろうか。今後も編集者一同この役割をわきまえ、必要な情報をタイムリーに提供していきたい。会員の皆さんのご協力をお願いします。(編集者)

リレー随筆

「自分への健康」

石井 和美

五十代後半、風邪をこじらせ10日間仕事を休んだことがありました。その時思いました、「気持は若く持っているようでも、体は歳相応だなあー」と。その後は元気に定年を迎え嬉しかったです。仕事から開放され毎日が充実しています。そのなかでJ-netに入会し、多勢の方々と知り合い、レベルの高い内容のある活動を勉強させて頂いている最中、ちょっとした油断で夏風邪をひき、治ったかのように見えた10月、まだ時々咳が出てスッキリしない日々を過ごしています。

自分の60歳からの目標が3つあります。
①風邪ひかない、②転ばない、③食べ過ぎない。
それぞれに気をつけて生活しております。でも今、ちょっとだけつまづいていますが、気を入れて元気になります。「元気が一番！」
寒さに向かいご自愛下さいませ。



メールマガジンの発行

会員の皆さんにホームページをより一層活用して頂く目的で、新着情報掲載やページの更新時または連絡事項等がある場合、メールマガジンを発行していますのでご活用下さい。

事務所当番をやってみませんか

J-net では恒久的な事務所を確保して各種会合などに使用しています。これからの活動拠点として広く会員に利用していただくため、当番をかねて事務所に来てみませんか。当番は土、日、祝日および木曜日を除く午前10時から午後5時まで、半日でも可能です。

当番の申し込みは事務局まで。また、ホームページからも登録できます。

らぼーるミニギャラリーの展示

女性センターの1階にミニギャラリーを開設し、現在無料で開放しています。自主グループ活動の作品展示などにご利用下さい。個人でも可です。

申し込みは女性センター

(Tel.0294-36-0554)へ



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