



# 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」



左図で紹介すると学習係は県や市職員による出前講座、わが街の歴史・文化を学ぶ②見学係は屋外スポーツや声喫茶、年末交流会などを担当する。③交流係は河原子海岸清掃グループのみとなるが一般の方にも参加を掛け、健康促進とボランティア活動を展開する。今年度もJ-netは楽習会と同好会を通じ、感謝され、楽しい活動を展開する。

役員会メンバー  
井上和美  
鈴木百合子  
山中かよ子  
竹本講治

会計  
井上和美  
鈴木百合子  
山中かよ子  
竹本講治

代表  
井上和美  
鈴木百合子  
山中かよ子  
竹本講治

楽習会  
学習係リーダー  
竹本講治  
井上和美  
山中かよ子  
竹本講治  
兼務

女性センター友の会代表  
山中かよ子、小澤ひろみ

## 本年度役員・リーダー



第24回J-net総会 記念撮影  
4月10日 於 女性センター 4Fホール

J-net総会が4月10日、会員・会友の29人が出席し開催された。令和6年度の決算とシニア講座の活動終了を含む実績の報告があり、井上代表より今年度の方針が示され、承認された。

J-net創設から30周年を迎えた節目に、J-netの今後を考える会の提言を受け、今年度から楽習会と自主グループの活動に絞り、運営する。

左図で紹介すると学習係は屋外スポーツや声喫茶、年末交流会などを担当する。③交流係は河原子海岸清掃グループのみとなるが一般の方にも参加を掛け、健康促進とボランティア活動を展開する。今年度もJ-netは楽習会と同好会を通じ、感謝され、楽しい活動を展開する。

# 第24回総会 令和7年度の活動承認

## 自主グループ・リーダー

ウォーク会 佐藤一男  
河原子海岸清掃グループ 小林信幸

県社協・会長賞 受賞  
河原子海岸清掃グループ



河原子海岸清掃グループ  
3月14日 於 河原子海岸

2月20日第74回城県社会福祉大会が開催され、当グループが会長賞を受賞した。会長賞は民生委員や社会福祉協議会役員など7区分における個人(組)が対象となり、当グループはボランティアの区分において選出された。平成21年5月に当グループが発足し、15年間の活動が評価されたもので、今後も活動を継続していく。

2月20日第74回城県社会福祉大会が開催され、当グループが会長賞を受賞した。会長賞は民生委員や社会福祉協議会役員など7区分における個人(組)が対象となり、当グループはボランティアの区分において選出された。平成21年5月に当グループが発足し、15年間の活動が評価されたもので、今後も活動を継続していく。

解説いただき観桜を計画した。  
開花予想に合わせ、計3回のコースを計画したが天候不順で2回に縮小。  
第1回は平和台霊園から桐木田市民広場、かみね公園、十王パノラマ公園のコースで主にソメイヨシノ、シダレザクラなどを観察。第2回は奥日立きららの里コースでセンダイシダレ、カンザンなど八重の桜を観察した。

今年も市内桜名所を訪ね、一時の観桜を楽しんだ。詳しくはJ-netホームページページでも紹介している。



第1回(4/7)桐木田広場 シダレザクラ、ソメイヨシノ  
第2回(4/21)きららの里 カンザン、シダレザクラ

## 特集 同好会(2) 蕎麦同好会とシニア食堂

2年ぶりに開催、今回も元J-net会員で桜に詳しい山川さんに資料を準備いただき、サクラの品種や特徴など

3年目に入った活動で昨年度は11回の蕎麦打ち実習とシニア食堂を開店。シニア食堂ではメニューを工夫し、出来立ての蕎麦を貰い、また、午後は楽習会参加の流れである。興味のある方は参加ください。

# 樂習会

## 賀詞を交換し、新春を和で寿ぐ (1/13)

新年に相応しい落語と大正琴の演奏で楽しむ。最初に「遊々亭べーやん」こと渡部 博さんによる落語「初天神」が演じられた。



この嘶は縁日の屋台で駄々をこね、一枚上手な子供に手こずりながらも可愛くてしまうがなく親子を演じた古典落語である。

次にフニアニーサウンズによる大正琴の演奏が披露された。キーボードと大正琴のアンサンブルで早春賦など 10 曲を披露いただき、一緒に歌って楽しんだ。

## 郷土の歴史・文化を学ぶ (2/27)

日立市郷土博物館の学芸員で猪狩俊哉係長に長者山遺跡について講話いただいた。当遺跡は日本の歴史を正しく理解するうえで欠かせない歴史・学術的価値を持ち、2018 年(平成 30 年)に国の史跡に指定された。



講話では古代東海道の構築から当遺跡の発見に至る経緯と歴史・文化の営みを古代の文献、発掘記録、航空写真など数多くの資料をもとに分かり易く解説いただいた。

# 自主グループ活動

## ウォーキング 第 123 回報告と今年度の計画

### ○ 第 123 回(3 月 23 日)

水戸史跡巡りと偕楽園観梅ウォークを開催。弘道館に出向くと水戸黄門さまに出迎えていただき記念撮影、次の偕楽園には百品種、3 千本の紅梅・白梅が甘い香りを放し、楽しませてくれた。

### ○ 今年度の計画

野山・名所・旧跡など、わが街を再発見しながら、楽しいウォーキングで健康増進を図る。問合せ先 佐藤(一)

開催日	内 容
5.17	ひたち海浜公園 ばらとディスクゴルフを楽しむ
6.10	戦後80年日立工場慰靈碑参拝と新資料館見学
9.20	磯原市十石堀(世界灌漑施設遺産)水源を巡る
10.18	高萩松岡城巡り
11.15	長久保赤水ゆかりの地巡り
2.21	今年度を振り返り8年度の担当者を決定

## 河原子海岸清掃グループ 今年度の計画

浜辺が少しでもキレイになればと思い、平成 21 年より活動。無理をすることなく、出来る範囲をモットーに月 2 回の第 2(金)、第 4(月) 1~1.5h(雨天中止)に実施している。

会員外も多数参加、メンバー募集中。問合せ先 小林

# 令和 7 年度 楽習会活動計画

回	月/日	学習テーマ	講 師	備 考
1	4/10	総会		令和 7 年度 J-net の運営方針を話し合い、決めよう
2	5/8	井戸端会議		フリートーキングで楽しみましょう
(3)	6/12	郷土の歴史・文化を学ぶ(継続テーマ)	郷土博物館	「写真でたどる日立の歴史」 講師: 萩原明子学芸員
4	7/10	室内で楽しい遊び・ゲーム		好きな遊びとゲームで楽しく遊びましょう
(5)	7/24	高齢者の防犯対策を学ぶ	日立警察署	振込詐欺、強盗事件事例から学ぶ、安心・安全を確保
(6)	9/11	県政出前講座(継続テーマ)	茨城県職員	県政出前講座メニューよりテーマを選択
(7)	9/25	歌声喫茶		演奏グループを招き、聴いて、歌って楽しみましょう
8	10/9	御岩山神社を訪ねる		パワースポットで信仰の聖地、御岩山神社を学び参拝
9	11/6	県立石岡フラワーパーク見学		約 900 品種のバラをはじめ、四季折々の花々を鑑賞
(10)	11/27	安全運転アシストと自動運転の展望	日立警察署	車の運転アシストを学び高齢者の事故防止に役立てる
11	12/11	年末交流会		今年を振り返り、楽しく語りましょう
12	1/8	賀詞を交換し新春を和で寿ぐ		新年の門出を皆で祝い、楽しみましょう
13	1/22	皆で提案 令和 8 年度楽習会テーマ		学ぶ・遊ぶなど楽しいテーマを話し合い、発掘しよう
14	2/12	令和 8 年度楽習会年度計画の決定		発掘したテーマを話し合い、年度計画を策定しよう
(15)	2/26	市政出前講座(継続テーマ)	日立市職員	市政出前講座メニューよりテーマを選択
16	3/12	グランドゴルフ大会		グランドゴルフを楽しみ、鵜捕獲場を見学
(17)	3/26	フレイル予防の体操と筋トレ		フレイルとは高齢化や疾患に伴う身体・精神的な脆弱化

↑ 月/日の黄色染めは外部(出先)で開催、無色は女性センター 4F  
回数の○印表示は公開講座、J-net 会員外の方にも参加を呼びかけ

編集・発行: 熟年ネット・ひたち  
URL: <https://jneth1.com>