



会報

ときめき

NPO法人
ときめきライフ埼玉
発行日 2017年10月1日
発行責任者 磯 竹栄
編集責任者 三谷雅昭



秩父ミュージズパーク
イチヨウ並木

二〇一七年後半の活動に向けて

(二〇月一日～三月三十一日)

○社会福祉協議会「応援します！地域福祉活動助成事業」採択される

「ときめきサロン」も誰でも、いつでも参加できる交流の場を立ち上げました。

*日時：九月二八日オープンング、翌年三月までに六回実施します。

*場所：カフェ・来遊留(所沢市元町)

その内容は、体操・歌に、手品に、踊りに楽しいプログラムに構成し、軽食付き、ワンコイン(五〇〇円)で参加できます。地域住民との絆を深め、楽しい談笑ができる場になりたいと思います。

○健康生きがいづくりアドバイザー養成講座

*日時：九月三〇日・一〇月一四日・二一日
九時三〇分～一六時五〇分

*場所：所沢市生涯学習推進センター

*受講者：三名

九月三〇日に開講し、順調に進行し、受講者が少ないが、コミュニケーションが図れ、厳しい学習の中にも、有意義な講座と見受けられました。

○健康生きがいづくりアドバイザー
第一五四回資格認定研修会

*日時：十一月一八日～一九日
九時三〇分～一六時五〇分

*場所：所沢市生涯学習推進センター

*対象：アドバイザー養成講座、通信講座、産業能率大学(関連科目履修者)を修了した者、

○親睦旅行(バス・電車を乗り継ぎ現地へ)

*日時：一二月三日～四日

*場所：山梨県湯村温泉

○第二二回中高年いきいき講座

*日時：二〇一八年三月三日(土) 予定

*場所：所沢市新所沢まちづくりセンター

○その他：毎月の定例会・各月の常任委員会・人材バンクフェア、市民活動見本市への参加等、後半の活動計画を実施するため会員一丸となり推進したいと思います。



(上) 前回の「ときめきサロン」



(下) アドバイザー養成講座

○埼玉県アドバイザー三協議会連絡会開く

*日時：八月九日(水) 午後二時～五時

*場所：所沢市「こどもと福祉の未来館」

*出席：財団：大谷常務、藤村事務局長、松浦、境、川口(中尾、安東、杉内)

生きがい彩の会(伊藤、荒木、長谷部)

ときめきライフ(磯、三谷、鈴木)

司会：磯 竹栄理事長

冒頭に大谷常務理事のあいさつがあり、開会した。

一、財団からの報告

①アドバイザー拡大推進会議(境議長) 全国のアドバイザーのモデル活動事例を紹介、DVD(五五事例)が完成、協議会へ配布した。

②首都圏ブロック会議報告(境議長)

③フレイル予防進捗状況と今後の展望(松浦)

二、各協議会報告

健康協議会の活動実績と今後の予定の報告

①川口市健生協(中尾会長)

②生きがい彩の会(伊藤会長)

③ときめきライフ埼玉(三谷副理事長)

三、その他

アドバイザー全国大会(十月七日) 文京区民センター、健康生きがい学会第八回大会(一月八日) 臨床福祉専門学校にて開催。多数の方の参加要請がありました。(藤村事務局長) 定刻に終了し、懇親会会場へ移動し、交流を深めました。

(磯 竹栄)



(上) 参加者の記念写真
(下) ディスカッション風景



○施設見学会「希望カフェII横浜市」七月八日
*参加者 七名

新規事業プロジェクト委員会の企画で、神奈川県生協の大島会長と三浦副会長のご案内により、希望カフェを見学しました。場所は相鉄線希望ヶ丘駅から徒歩十分で、商店街の中心にあり、賑やかな通り沿いに位置していました。

平成二六年一月にアドバイザー六名で出資金、三百万円でスタートした。店内は開放的で、教室用、雑談用のテーブルがあり、編み物教室、パソコン教室等を開催し、軽食もできる交流の場となっている。

壁沿いにオーナーボックスが五十個あり、手作りの小物作品を販売している。家賃は十萬円で主な収入源は棚賃料、作品売価の十パーセントと、教室参加費五百円、アドバイザーは無料奉仕で家賃を賄っていた。運営は地元の方の協力により行っている。横浜中華街で美味しい中華を食べ、カラオケに行き楽しい一時でした。

(鈴木 真澄)

○出前講座(六月二二日)

*テーマ…社会福祉協議会の現状と

今後の施策について

*講師…岡村淳子氏(社会福祉協議会参事)

*参加者…十一名

*内容…

私たちの取り巻く状況、団塊の世代が5年後に七五歳になる頃は認知症が七〇〇万人(五名に一人)になると推定されています。

人口の激変や認知症・独居・軽度認定者の増加・高齢者の在宅ニーズ・子育て環境等、すべての支援が必要な人に行き届かないという課題があり、地域包括ケアシステム構築が必要です。社協では、要介護認定率を上昇させない、社会資源(担い手)を増やす仕組みづくり、地域福祉サポーターの育成・活動を強化。住民主体の地域づくり(支えあいのしくみづくり)を推進しています。さらに生活困窮者支援・社会的孤立への支援、地域住民との協働での取り組み(ゴミ屋敷、子供支援等)を行っています。

この出前講座を通して、社協の取り組み、仕組みや施策を理解して、住民が住みやすい地域づくりの担い手として、当会の活動に役立てていきたいと思えます。更に、創意工夫して発展させていきたいと思えます。

(浜川 良介)

○定例会(勉強会①) 四月二二日

*テーマ…テニスを通して、仲間づくり

*講師…下田紀子氏(当会会員)

*内容…四〇年前テニスコート・二面を作り維持管理をしており、今持つて使用できるのも、地主の関根さんと仲間がいたからと感謝しております。

私は、七〇歳代、若い会員は四〇歳代、また、公認スポーツ指導員(日本体育協会認定)の資格を持っているので、ジュニア教室を開いており、小中学生と年代は色々です。時には、大声を上げ誉め、慰め、一喜一憂との時を過してきました。結婚式に招待や、お葬式に参列し、テニスを通して永い人生の一時です。

好きなことを続け、仲間が集まり、周りを大切にして継続することにより、何事にも負けない何かが見えてくると思えます。

(下田 紀子)



公認スポーツ指導員の資格を活かし

テニスの指導する傍ら活動中

*誰でも簡単お花*ブローチづくり

*紙粘土の壁掛け人形づくり

~公募展・古典やグループ展~

(写真: 著者の作品の一部)

○定例会(勉強会②) 五月二七日

*テーマ…生活設計と生きがいづくり

*講師 師…齊藤秀夫氏(当会会員)

*内 容…高齢化が進展する状況、第二の人生をどう過ごすか?生活の基盤はどうか、生きがいとは?等、今後の生活設計、生活安定に寄与するように、FPの知識を活かし発表しました。主に現在高齢者の多くの経済基盤になっている「公的年金制度」のしくみについて説明。基本的なしくみ、制度改革のポイント、そして将来の問題及び課題について、現時点のデータから発表。これから更に不透明になっていくだろう、「公的年金制度」のしくみを注意深くチェックしていかなければならないと思います。

(齊藤 秀夫)

○定例会(勉強会③) 七月二九日

*テーマ…私の歩んできた道・これからは?

*講師 師…神川 勝氏(当会会員)

*内 容…運輸業サラリーマン四〇年、その後社会保険事務所(現国民年金事務所)の外勤と官民の経験をしました。この間、行政書士資格を取り、市民相談員のボランティアをしました。ここでの中高年の関心事は、相続、遺言と、自分や親がボケた時どうしたらよいか、と言う事が多数でした。

このポイントは、調停、相続放棄等の問題は、家庭裁判所の利用を考え、認知症の場合は、

公証役場を利用し、「任意後見制度」を検討することをお勧めします。

今後、フレイル問題は、生活習慣病対策、運動・健康生きがいづくりが大切ですが、アドバイザーとして何ができるか考えます。楽しみを持ちながら一年一年を頑張ってみたいと思います。

(神川 勝)

○定例会(勉強会④) 八月二六日

*テーマ…築地市場の体験と

これからの自分

*講師 師…野田 裕氏(当会会員)

*内 容…東京都中央区築地五丁目に築地市場本場があります。鮮魚部(魚河岸)・青果部(野菜・果物)に分類されており、市場全体では世界でも類のない国内最大の面積を持つ総合卸売市場で、連日二四時間体制で活動しており、日本の台所であります。

一日の市場関係者の入場は約四万人位で、車取引が多く、他市場にない促成野菜が多く入荷は二万台です。市場内の仲買店舗数は魚河岸が約九百店舗、青果は百店舗あります。

連日都内は勿論、日本中に転送され、エア便や船便で世界中に送られています。築地市場の特徴は、都内でも高級ホテルや料理屋等の出荷しています。

(野田 裕)

○新規事業部会体験教室 七月二九日

*テーマ…誰にでもできるブローチづくり

*指導講師…下田紀子氏(当会会員)

*内 容…一時間の製作予定で「樹脂粘土でのブローチづくり」が始まりました。

定員二〇名のところ、男性会員を含め、ほぼ定員に達しました。

体験教室に当たり、娘を生徒に仕立て、教え方や製作時間を計り、仕上がりには余裕のある予定で望みましたが、参加者二〇名で助手がいらないのは、無理で、時間内に仕上がらない方もありました。年齢を問わず一生懸命に取り組む姿は、とても素晴らしいものです。出来上がった作品を隣同士で品評会も楽しそうでした。

作品を作ることは、無形のものから、有形のものへと作り上げる工程を楽しみ、仕上げる喜びだと思えます。

(下田紀子)



新規事業の成果として
「色粘土でブローチづくり」
体験教室風景

○第七回生きがい世田谷の会との交流会開催

*日時…九月二日(土) 一五時～一七時

*場所…ひだまり友遊会館(世田谷区若林)

*出席者…生きがい世田谷の会 十二名

ときめきライフ埼玉 十一名

*内容…当会の磯理事長、及び生きがい世田谷の会長谷川会長の挨拶から始まり、各自自己紹介を行いました。次に、各会の近況活動報告や、現状の課題や今後に向けての報告を行いました。

*当会は、三谷副理事長により次のような報告をされました。①アドバイザー養成講座、②助成金活用のサロン活動、③中高年いきいき講座、④人材バンク及び市民活動見本市(行政主催)に参加等

*生きがい世田谷の会 久木田事務局長により次のような報告 ①例会活動 ②生きがいウォキング ③サロン生きがい ④生きがい気功教室 ⑤生きがいシンポジウム等
それぞれの報告後、活発な意見交換が行われ、十七時に終了。近隣のお店に移動し懇親会が行われ楽しい一時を過ごしました。次回、所沢で逢いましょうと帰路に着きました。

(三谷雅昭)



(上) 集合写真
(下) 懇親会風景



☆☆ディスコンコーナー☆☆

○第二十回インストラクター認定研修会

埼玉県ディスコン協会では、年に二～三回インストラクター認定研修会を開催しています。今回は平成二十九年七月十六日に、所沢市地域福祉センター(こども未来館)で開催し、九名の方が受講しました。

受講者は、松井公民館のディスコンサークルから五名、宮本町町内会役員二名、我がときめきライフ埼玉から二名(斎藤さんと杉さん)で、全員めでたく合格し認定書を授与されました。

(埼玉県ディスコン協会

会長 山田 武)



1 列目は合格した受講者のみなさん、認定書を持ち、今後の活躍が期待されます。
2 列目がスタッフです。

○第三八回ときめきライフ埼玉

ゴルフコンペ開催

五月十六日(火)熊谷市の大麻生ゴルフ場に十二名(内女性四名)参加。初夏の柔らかな陽ざしの中、熱戦が展開され、無事終了しました。成績は次の通りです。

優勝…磯 竹栄氏(ネット七二・〇)
準優勝…磯 幸江氏(ネット七三・八)
三位…松本雄之氏(ネット七四・〇)

(磯 竹栄)



スタート前の記念写真を撮る、みなさん笑顔でテークランドへ、18ホール終了後は・・・?

【編集後記】

このたびは、社会福祉協議会「応援します!地域福祉活動助成事業」を申請し採択されました。助成金事業プロジェクトの成果として、カフェ「来遊留」のご協力により「ときめきサロン」を開設、地域住民の交流の場(三月までに六回)を提供することができました。地域とのつながり、ふれあいの大切さ、今後の新しい活動として期待されます。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

(磯 竹栄)