

# SLA通信

第100号

新年のご挨拶

SLA 会長 畑島美奈子

あけましておめでとうございます。

皆様にはお健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

「SLA 通信」は今回の発行で100号となりました。第1号は1994年11月11日。中部 SLA 協会が発足されたのはその1か月前の10月2日。予めの話し合いは多少あったにせよわずか1か月間で通信発行までできてしまうという当時の協会活動に対する熱い思いとエネルギーが今の私たちにはまぶしく感じられます。

残念ながら通信1号に登場する会員のお名前は現在の名簿にはほとんど記載なく、編集委員の中に一人だけ今も活躍されている方の名前を見つけることができうれしく思いました。

100号を特別な記念号にしたいと思いつつもなかなか前に進まず、そうこうしている間に年度も変わってしまいそうで、とりあえずはいつもと同じ編集で行こうということになってしまい申し訳なく思っております。

この1年、私たち高齢者を取り巻く環境は厳しいものになってきました。以前から問題視されていたいわゆる「2022年問題」が現実のものとなってきました。後期高齢者保険自己負担料の引き上げ、予定されている保険料の引き上げ、介護保険も検討とあり、長生きできることが幸せにはつながらないとつくづく感じる昨今です。

最近読んだ本には、老いを乗り切るのは「受援力、情報力、相談力」が必要とありました。その情報を少しでも提供・共有したいと考え、「語ろう会」を定期的開設することにいたしました。ミニ研修と話し合いが目的です。詳細は4ページをご覧ください。

本年もよろしくお願いいたします。



## 【第54回 全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」 ご案内】

日時：2023年3月25日(土)・26日(日)

10:00~17:00

会場：名古屋市中区千代田3-16-11 第2杉浦ビル2F

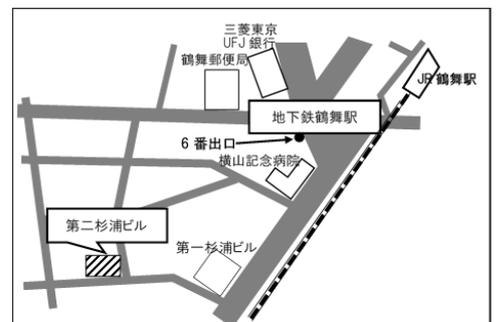
 **052-323-0323**

※相談員の皆様は24日・25日共に9時30分に集合願います。

※相談員を担当される方は宮地又・大歳まで連絡をお願いいたします。

・宮地(090-8957-7231) ・大歳(090-7852-7073)

※相談員以外の方の見学も歓迎です。



チラシを同封いたしました。電話相談につながるよう有効に活用して下さるようお願いいたします。

## 2022年9月第53回全国一斉特設電話相談 まとめ

結果報告が遅くなりましたが、以下報告いたします。

今回の相談件数は全国的に少なく52回のほぼ半数でした。

全国の「相談内容別まとめ順位」と中部 SLA 協会のそれとは若干の差はありますが、相談数から見て、地域性の差と断定することはむづかしいと思われます。

いづれにしても「全国一斉特設電話相談」の開設が悩みを抱えているシニアにどのように周知することができるかが課題であると強く感じています。

今回、中部 SLA 協会として、相談員のメンバーが少ないということも課題の一つでした。会員数の減少に伴い電話相談部員も少なくなってきました。また、部員登録をしても当日の都合がつかない部員もあります。本来なら相談電話の回線数を増やし対応していきたいところではありますが、現状は厳しく思われます。

### 全国 集計

順位	1	2	3	4	5	6	7	7	7	10	10	12			
区分	遺言 相続	家族 親族	健康 医療	生き 方	人間 関係	住居	介護 福祉	経済	終末 期	成年 後見	その 他	消費 生活	年金 保険	仕事	合計
件数	24	15	13	11	9	5	4	4	4	2	2	1	0	0	94

### 中部 SLA 協会 集計

順位	1	1	3	4	4	4									
区分	家族 親族	生き 方	健康 医療	人間 関係	介護 福祉	消費 生活	遺言 相続	住居	経済	終末 期	成年 後見	その 他	年金 保険	仕事	合計
件数	4	4	3	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	14



### 地域部会便り

#### 三河部会

日時：令和4年12月5日（月）

場所：浜松市 フラワーパーク

参加者：5名

師走に入った今日、遠州のから風に身を締めながらゲートをくぐると、目の前の傾斜面にドーム型の庭園（敷地面積100,000㎡）が広がっていた。

経路案内に従い、山茶花の木の下は、真っ赤なポインセチアで埋め尽くされていた「♪さざんか さざんかさいたまち♪」を歩き、次に寒い、寒いと大温室に駆け込み、巨大なサボテンを眺め「すごいね・・・」の言葉のあとは・・・「お腹が空いてきたね・・・で」舞台を、浜名湖が一望できる奥浜名湖荘（細江の国民宿舎）に移し、食を満たした。「花より団子」だったかな？の楽しい一日でした。もちろん、今後の SLA のことも話し合ったよ！



## 名東部会

### 「心も頭もリフレッシュ」



日 時： 9月29日（木）

場 所： トヨタフォレストヒルズ」（豊田） 参加者； 4 名

秋晴れが続く一日、更に秋を求めて豊田市まで出かけた。緑溢れ自然からのメッセージが伝わってくる「トヨタフォレストヒルズ」へ。食欲の秋で、まずはヒルズ内にあるレストラン「ルシェーロ」で美味しいランチをいただく。久しぶりの出会いに話は尽きない。何とか元気でいられたことを喜び合う。

お腹を満たしたあとは、豊かな自然の中を散策。飛び上がっては勢いよく泳ぎ回る鯉に元気をもらい、足下どころがどんぐりを拾い童心に帰り、身も心もリフレッシュできました。

### グループ「このゆびとまれ」便り

もみじの定光寺で森林浴ピザパーティーとトンネル散策

日 時： 2022年10月31日（月）

場 所： 定光寺 愛岐トンネル 参加人数： 11名

お天気に恵まれ、定光寺愛岐トンネルにて森林浴とピザパーティーを開催しました。設えられたピザ釜の前にテーブルを設置しました。参加者全員でピザにトッピングを楽しみながら焼きあがったアツアツのピザ

の美味しかったこと！

一緒に入れた焼き芋も甘く、ホクホク

しており、ビールやスープ片手についつい食べすぎ、おまけに、おしゃべりに花が咲き、おなかもハートも満足となり、もう一つの目的であるトンネル散策もできず、そのまま帰路につきました。



### 幹 事 会 報 告

7月定例会	・通信99号印刷及び発送 ・第54回電話相談について
8月定例会	・相談日役割分担 ・通信100号について
9月定例会	・電話相談結果報告及び課題について ・通信100号について
10月定例会	・幹事会メンバー各自のSLA活動を含めた近況報告
11月定例会	・新年会実施について ・新企画「語ろう会」について
12月定例会	・新年会について ・「語ろう会」について ・総会について

※幹事会では毎回「今後のSLAについての意見交換」が議題となっております。

### 拡 大 会 議 報 告

10月26日にコロナ禍の為2019年10月以来となり開催されました。（幹事各部長10名）

- ・各部会活動報告
- ・今後のSLAについて等意見交換

## 電話相談部会研修会報告

『相続で「損しない!」、「後悔しない!」、家族に「負担をかけない!」、ために知っておくべき対策』

日時：8月24日(水) 13:30~15:00 参加者 16名

場所：イーブルなごや中会議室

講師：心グループ行政書士 大沼勇人氏

面倒な相続税、争族防止、納税、老後、認知症…等への対策としては、事が起きる前に、それぞれに特化した専門家に相談することが望ましい。その対策のための知識として、相続税の仕組み、法定相続人について、さらに、暦年贈与、生命保険の活用等の節税対策について詳しく説明していただきました。「相続対策に早すぎることはない。」という言葉が印象に残ります。

後半の遺言書、家族信託、成年後見等、分かりづらい内容も、例を挙げての問題提起など、分かり易い説明でした。電話相談部員だけでなく、多くの会員の方々の参加があり、有意義な研修会だったと思います。 高川 記

## 生涯学習センターとの協働企画講座報告

日時：10月28日~11月18日 毎週月曜日 場所：西区生涯学習センター

「明るく元気なシニアライフのために」

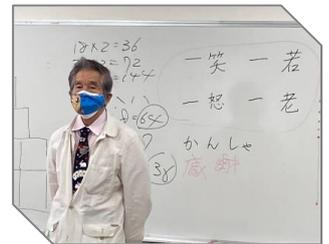
第1回：これまでとこれからを考える ……畑島美奈子

第2回：いつまでも健康な身体で ……宮地祥子

第3回：頭と体をはたらかせよう ……大歳篁子

第4回：笑って元気! ……加藤昂治

※参加者数：17名



## お 知 ら せ

### 2023年新年会について

3年ぶりに開催することになりました。

この通信に目を通していただくころには宴たけなわといったところだと思われます。

コロナ感染が治まっていない中での集まりとなり、出席に躊躇された方も多かったことと推察いたします。言い尽くされてはいますが一日も早い終息を待ち望んでいます。

### 第1回 語ろう会 『なごやかエンディングサポート事業』について

日時：2月22日(水) AM10:00~12:30 場所：イーブルなごや中会議室

講師：名古屋市社会福祉協議会 弘田直己氏

名古屋市社会福祉協議会が事業主体となっているこの事業についての内容をお話しいたします  
その後、参加者で本日の講演内容また「語ろう会」の進め方などについて語り合いたいと思います。

### 2023年通常総会について

昨年度に引き続き、本年度も4月21日(金)に開催いたします。

開始時間等当日のスケジュールにつきましては後日ご案内のがきを出させていただきます。

お忙しい会員の皆様ではありますが日程調整の上出席していただきますようお願いいたします。

### 2023年度役員選出について

幹事及び監査の役員立候補並びに推薦をいただきたくハガキを同封させていただきました。

締め切りは少し先の2月末日となっております。幹事会に新風を吹き込んでいただきたいと思いますので是非立候補ください。

## 鉄道開業150周年によせて

井出勝男

明治5年(1872)10月14日 新橋～横浜間に鉄道が開通して今年で150年を迎える。10月初旬に東京駅で天皇、皇后、両陛下をお迎えして式典が行われた。

鉄道が日本の近代化に果たした役割はとてつもなく大きい。

数年前に明治時代の産業が世界遺産に登録されたがそれにも匹敵する。

今の鉄道技術は新幹線、リニアとも世界をリードし、もちろん世界一である。運行時間の正確さなど秒単位で他の追隨を許さない。

今は車での輸送が主流だが今後SDGsの時代、燃料効率の良い鉄道が見直される日が必ず訪れるだろう。

明治の初め、イギリスに技術、人材ともに教わった。エドモンド・モレル、日本では井上勝などが技術者、職人などを教育し養成していった。イギリスは、狭軌(1,067m)だったのでそのまま受け入れ、全国津々浦々まで建設が及び。

明治22年には東海道本線が全通し鉄道唱歌なども歌われる。「汽笛一声新橋を早我が汽車は離れたり、愛宕の山に入り残る月を旅路の友として」その後、全国の各線でも作られ皆に歌われた。

やがて輸送量も増え、軍部の意向などもあり、標準軌(1,435m)にし弾丸列車で下関まで、日本海をトンネルで朝鮮へ渡り、満鉄、シベリア鉄道でヨーロッパへと壮大な計画を立て、新丹那トンネル(7,959m)は着工したが、太平洋戦争で中止になった。

戦後30年代に入り高度経済成長期に入り輸送力不足が露呈し東海道新幹線として復活する。しかし当初国鉄内部にも反対があり、世界の3大バカ(ピラミッド、万里の長城)とまで言われた。

国鉄総裁に十河信二氏が、そして戦争中の零戦、戦艦大和などの技術集団を引き継いだ島技師長、工事の方は新幹線総局長の大石重成氏が取り仕切った。

オリンピックに間に合わせるべく超突貫工事で約5年間で515kmを完成させた。トップから末端作業員まで全員死に物狂いで頑張った。私も昭和37年新入生として新幹線工事に携わり、1日12時間、休みは月1回よく体がもったものだ。

今リニア中央新幹線の工事が進んでいるが反対もあり、10数年かけて完成するのか目途がたっておらず心配である。特に延長25kmの南アルプストンネルは未知の部分も多く、破砕帯などに遭遇したらゾッとする。

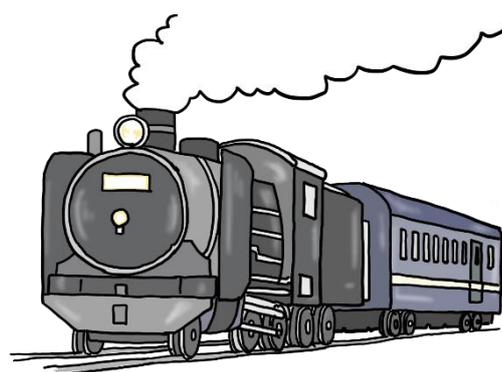
過去にも有名な黒四トンネル、青函トンネル、丹那トンネルなどでは、大出水があったが克服してきた。

土木構造物には阪神、東日本など大地震では被害が大きかった。東北では新幹線、高速道路も内陸部だったので津波の被害は免れた。しかし、東海道新幹線は近々来るであろうと予想される南海地震の津波では壊滅的な被害は免れないだろう。その為にもリニアの早期完成は必要であろう。

明治からの歴史を見ても自然との闘いの連続だった。3大廃線トンネルとしての碓氷トンネルはアプト式で67/1000の急勾配を克服し、第3橋梁はレンガ作りで美しく観光の目玉として愛されていて重要文化財に指定されている。

北陸の冬は雪との戦い、北陸トンネルは日本最長の13,870mである。また愛岐トンネルは、建設時5号Tで岩が崩れ6名が犠牲になった。また6号Tは坑口部分60mが2度の山崩れで一時はルートの変更も考えたが坑口を80m延長し崩落部分を石とコンクリートで補強した。中央線でも一番の難工事、費用も一番かかった。

これら先人達の思いが一杯つまった遺産を後生に引き継いでいくのが我々の使命である。





## 輝く出会い！ア・ラ・カルト

黒須 由紀子

“お元気ですね” 病気の宝庫！である私に、出会う方々が そう言葉をかけてくださる。元気そうに見えて嬉しい。

その源は？ 言うまでも無く色々な方々との出会いが、私の心を輝かせてくれている。

民生委員時代から続く登校時の児童見守り。「おはようございます！」「昨日水族館に行ったよ」の簡単なやりとりから明るさと元気をもらう。

この地区重要課題の【お出かけ支援隊】を立ち上げて、2年近くになる。利用者の方のつぶやきは深刻なものもあるが、人間にしかない特別な能力を感じ意欲をもらう。また障がいを持つ方からは、心魂の存在感が伝わり奮い立つ。

ふれあいカフェやシルバー会でのスクエアステップは、気の合う人どうしが関わり、運動と話しかけを通して閉塞感漂う人が明るくなったり、おしゃべりが弾んだり…と前向きに生きようとする人々に出会う。特に自分は無理だと防御反応の働いていた人が友達に誘われてやってみたら「楽しい！」と感じ、世間体を気にせず取り組む姿との出会いはこの上ない喜びに繋がる。

高齢者施設や個人宅に伺ってお話を聴く傾聴活動は、まさに様々な出会いの場で人生そのものを学ぶ機会でもある。

人生満ち足りた人、虚脱感に今なお みまわれている人、居場所の見つけれない人など様々な人の生きざまは自分の生き方とも繋がり参考になる。

山小屋に行って久しぶりにカーテンを開けた時の山や木々との出会いは、舞台の幕が上がる時のようなわくわく感で胸がときめく。小鳥や時には猿との出会いも…。

検察審査協会での街頭PR活動で街ゆく人との出会い、旅行やイベントで見知らぬ人や美しい景色との出会いなど様々な出会いの場がある。

今持っている能力で、全力でことに向き合い、素敵な出会いが続けられれば人生は楽しい。そうありますように…！



◆ 名簿順に原稿をお願いしています。次回は山口敏子さんをお願いします。