

SLA 通信

〒460 名古屋市中区正木1-2-8

シニアルネッサンス財団内

第14号

発行人 山下 可子

目 次

1. 会長再任挨拶 1
2. 10年度幹事・監査・代表一覧 2
3. 10年度活動計画 2
4. 総会報告・総会便り 3
5. 「定年退職前後の悩み110番」を終えて 5
6. 研究・地域部会だより 7
7. 知ッ得コーナー 8

《支え合って、ともに活動した仲間へ感謝を！》

風薫る青葉の季節になりました。会員の皆様にはご健勝でお過ごしのことと拝察します。さて、このたび、役員改選では7人の方々（幹事6，監査1）の交代がありました。

退任された皆様には、一年間、お互いにつらい仕事もありましたが、いつもプラス思考で時間と労力を惜しみなく提供していただきまして、本当にありがとうございました。それぞれの研究部会・地域部会の活動においても係りの交代があることでしょう。会員のみなさんとともに心から謝意を表したいと思えます。

次に去る4月26日（日）、平成10年度通常総会におきまして幹事12人、監査2人をご承認いただきました。直ちに、5月9日、今年度の第1回幹事会を開催いたしました。今後は、ボランティアの原点に立ち返って、総会でご承認いただきました今年度の活動計画をふまえ、会員の方々のお声が反省するようなSLA通信を出していきたいと考えます。

SLA通信の感想、活動の状況など、みなさんの身近な原稿を、是非、よろしくお願いいたします。

なお総会でご承認いただきましたとおり、このSLA通信14号は、前年度広報担当の野村喜美子さん、二神道子さんに、編集の労をとっていただきましたことを申し添えます。

《幹事・監査就任あいさつ》

平成10年度第1回幹事会で、下記の通り幹事・監査の役割と本年度の予定が決まりました。これから一年間、会員の皆様方とともに、総会でお約束しました活動計画を推進する努力をしてみたいと考えています。会員の皆様の積極的な活動を期待します。

1. 平成10年度中部シニアライフアドバイザー協会幹事・監査・地域代表一覧表

幹事	氏名	担当委員	役割分担	地域代表
会長	山下可子	渉外		☆名古屋北
副会長	塩野高子	総務総括		外山晴美
書記	青井久子	総務委員	書記・広報担当	☆名古屋南
書記	田中芳雄	総務委員	広報・書記担当	金田勲治郎
会計	浅野澄子	総務委員	庶務・入会担当	☆愛知尾張
	紅林綾子	総務委員	会計	小澤節子
副会長	中島衣代	研修総括	研究推進	☆愛知三河
	青柳よ志子	研修委員	研究推進	
	斎藤立子	研修委員		☆三重県
副会長	金田勲治郎	地域部会総括		福村正樹
	大歳薫子	地域委員	連絡・調整・推進担当	☆岐阜県
	後藤都代	地域委員	連絡・調整・推進担当	野村昭子
監査	加藤笏美			☆富山県
監査	深見正子			稲村忠雄

2. 平成10年度の活動計画と推進

- (1) 会員名簿の作成配布（平成9年度広報部で作成配布）☆総務総括・塩野高子
- (2) 平成10年度SLA通信の発行予定

第15号	7月31日	第16号	10月31日
第17号	1月31日	第18号	4月30日
- (3) 研究会の開催 会員相互の連帯 → ☆研修総括・中島衣代
- (4) 研究部会の検討、推進

第1回研究部会開催

日時：6月27日〔土〕10時～12時

場所：ライフプラザ伏見12階：名古屋市ボランティア情報センター

*当日の出席者により一年間の部会の内容、運営方法などを決めましょう。

欠席の場合は、返信はがきに具体的な案をお書きください。参考にします。

- (5) 地域部会活動の推進 → ☆地域部会総括・金田勲治郎

第1回拡大幹事会開催 *6地域の各代表が、幹事会に参加していただきます。

日時：6月27日（土）10時半～12時半

場所：ライフプラザ伏見12階：名古屋市ボランティア情報センター

〔注〕6月13日（土）は幹事会のみです。拡大幹事会は都合により27日に延期しております。ご注意ください。

3. 中部SLA協会本年度の活動について

- (1) 社会に認められるアドバイザーとなるために、全体研究会、研究部会、地域部会の活動を通して、よい人間関係を作り、資質の向上に努める。
- (2) 時代の変化に対応するために、アドバイザー資格取得の原点に戻り、待ちの姿勢から脱却し、常に自助、自立を心掛ける。
- (3) 情報を集め、まとめ、読みとり、進んで研究し、行動を起こす(活動に参加する)努力をする。
- (4) 心身の健康を心掛け、家族・近隣との心の絆を大切にして、身近な地域に根ざした活動に積極的に参加する。

以上、総会でご挨拶申し上げたことを繰り返しました。なお、不行き届きの点が多々あると存じます。疑問点、ご意見、協会の活動を活性化させる実行可能な具体例等を、係または会長へ、どしどしお寄せください。幹事会で検討して、運営に反映させていきたいと考えています。(山下可子)

平成9年度通常総会&懇親会開催

4月21日(日)「シャンピアホテル」にて、3期・中島衣代さんの司会により午後1時半から40人の出席者を迎え下記のように開催された。

- 13:30～深見正子さんの開会のことばに始まり、山下可子さんの会長挨拶、この一年勤めさせて頂いたこと、所用で欠席の財団からは、先般会員全員に送付されたアンケート依頼の文中中程に、財団の目的とするところが記されていると読上げられた。
- 13:40～出席者数151人(81%委任状を含む)で総会は成立、について議長団、議事録署名人などの選出。(宮川和男・今泉治子・殿村桂子さん)。
- 13:45～議事に入る。平成9年度事業報告・会計報告監査後10年度の事業計画並びに予算が承認された。
- 14:15～10年度の会長は9年度に引き続いての山下可子さん。新役員が継続7名新たに7名。計14名承認される。(後述)
- 14:25～議事終了後。新役員代表挨拶、新幹事・役員紹介後閉会。
- 14:28～新しく作成された中部SLAのパンフレットの紹介、通信の締切など広報部から連絡後15分の休憩
- 14:45～懇親会
竹内くに子さんの司会で、2期 加藤清さんの乾杯の後、社労士 杉浦玲子さんの<定年退職前後の悩み110番>の感想、錦見幸子さんと木藤洋子さんの着物地のリフォーム、ファッションショー、塩野高子さんの食育の話など楽しいイベントの後、ジャンケン福引で締め午後4時近く、和やかなうちに終わった。



-出席者の感想から-

「人の輪が大きくなっていることを実感」(加藤愛佐子)

よんどころない理由で2回も欠席すると、なんだかかたぐるしく感じてしまうのは私だけでしょうか?この一年は、身近な法律研究部会や地域部会に参加して、中でも11月の海上の森ウォーキングでは、元気いっぱい生き生きと、会員同士がとても親しくなりました。今回の総会には、尾張部会から10人参加と書いてほっとしました。総会の議案書は送られてきているが、一人で読むのと違って、会長さんや幹事さん等の生の声が伝わってきて、人の輪が大きくなってきていることを実感し、出会いを重ねるごとに、新しく支え合うすばらしいお友達に運り会えたいうれしさを感じています。

懇親会は立食パーティーの形で、閉会挨拶、乾杯に続きいくつかのイベントが行われました。最初のファッションショーでは、シニアだからこそ、身なりをきれいに清潔にして、自分なりの魅力を生かそ

う、心のおしゃれ、会話のおしゃれは微笑みが大切……と、錦見さんのお話。続いてのショーでは着物や帯で作った世界でたった一つのコート、スーツ、ドレスと重ね着されていて、モデルと解説を兼ねながら、飛び入りモデルも加えて楽しく披露してくださいました。

「定年前後の悩み110番を実施して」は杉浦玲子さんから報告。次に塩野高子さんの「健康と食生活」のお話の中で、黒豆はとっても体にいいと言うことで、「今年の豆か去年の豆かをどうして見分けますか」の質問。誰もが考え込む……「煮る前に噛んで味わうことで、おいしさまでがわかります」との答えでした。

飛び入り3分間スピーチでは、八尾の「風の盆」に行って、胡弓の音色に魅せられて新しく挑戦、発表会に出るまでになられた加藤さんのお話は、一瞬、頭の中に越中おわら節が鳴り響き、行ってみたい気持ちに駆り立てられました。

最後は全員で子供心にかえっての「ジャンケンゲーム」、なごやかで楽しい懇談会でした。幹事さんの企画に心から感謝します。ありがとうございました。来年も元気で過ごせた一年を見つめ合い、確かめ合うように出席したいと思いました。

『いろいろな方と出会え、交流できた』（松本歌子）


初めて総会に出席しました。第1部は通常総会で「総会議案書」に沿って進められました。会計報告や10年度収支予算案を見て、一定の収入の中で運営をしていくのは大変なことだなあと感じました。支出の大部分は通信費、印刷費ですので「SLA通信」が送られてきたら、大事に読まなければと思いました。

第2部の懇親会は、飲食、懇談だけでなく各種の出し物が用意され、楽しいものした。最初のファッションショーは、和服やネクタイを利用して洋服を作ったのもすばらしかったです。飛び入り3分間スピーチやジャンケン福引きなど、みなさまの若々しい演技やお話で、あっという間に時間が過ぎてしまいました。日頃お話しする機会が少ないのでいろいろな方と出会え、交流できて有意義なひとときでした。

『会員に復帰しました、よろしく』（三重県支部・加藤清）

私は都合で昨年は休会しておりました。久しぶりに総会に参加して、今年の総会は暖かい雰囲気ですぐと行われ、4年前の創立当時と雰囲気が変わっているのに驚きました。私は今年会員に復帰しましたので、よろしくお願いたします。

右の絵は庭の咲いた
たけふらん。
はじめての絵手紙
です。赤筆ながら
おねえちゃんに
お伝えたこと
四ノ宮の
加藤



生よりおのこまで
一緒にいた同期生
はやっぱりか
はさん本まに元気
びうれしくい
した。
今後また機会
を作ってください

宣伝パンフレットができました

SLAを紹介するのに、わかりやすいきちんとしたパンフレットがほしい……会員の方からしばしば要望が出されていたが、平成9年度末にやっと中部SLA協会の宣信用パンフレットができた。

A4三つ折り、クリーム色の地に紺の文字で、—1000部印刷—。

「生き生きシニアライフを！高齢社会をともに生き抜こう！」をキャッチフレーズに、会の意義や会員の広がりなどを解説したパンフレット。今回、全員に配布、今後の活用の仕方は、幹事会で検討した上、会員に連絡する予定。



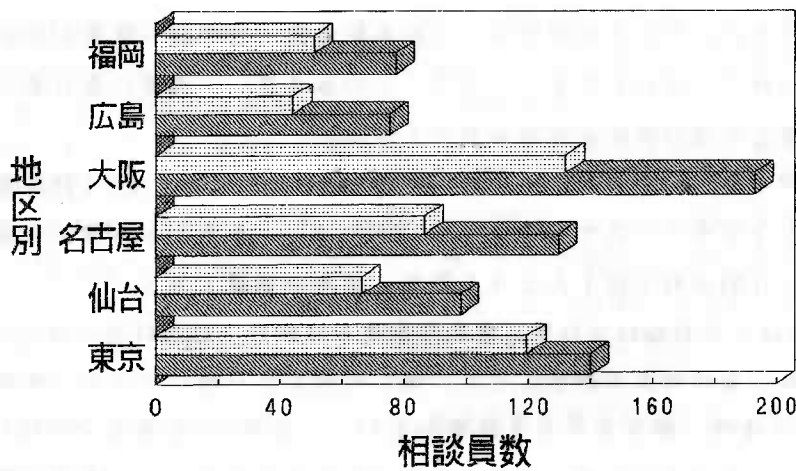
〔定年退職前後の悩み110番〕開設結果報告

日 時 3月7日(土)・8日(日) 午前10時～午後5時
 場 所 東京・仙台・名古屋・大阪・広島・福岡 以上6ヶ所で常時運営している
 「シニア電話相談室」にて開設
 相談員 シニアライフアドバイザー 述べ143名参加
 電話回線 6ヶ所合計にて15回線(名古屋3回線)
 相談時間 相談者1名あたり約10分間/7時間×2日×15回線=210時間
 210時間(=12,600分÷1,215名≒10.4分)

相談者数地区別内訳

性別 \ 地区	東京	仙台	名古屋	大阪	広島	福岡	計	%
男性	141	98	130	193	75	77	714	58.8
女性	119	68	87	132	45	51	501	41.2
受付人数合計	260	165	217	325	120	128	1215	

相談者地区別内訳



	昨年	本年
男性	352(52.9%)	714(58.8%)
女性	313(47.1%)	501(41.2%)
	665名	1215名

* 昨年度との対比を比較すると、本年4月からの年金と雇用保険の「併給停止」に係わる相談が男性相談者の比率を直近に限ると15.5%から32.1%と倍以上に上げた。

年齢別

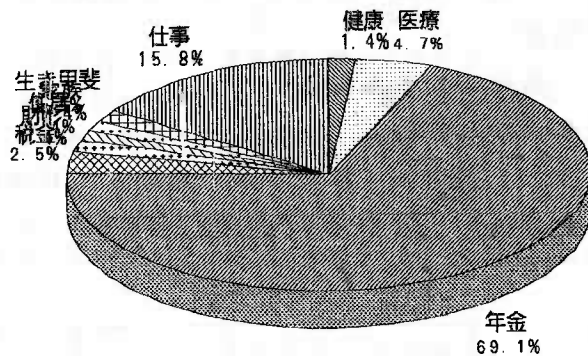
55～59才 40.9% 60～64才 42.8%
 60才を境とした55～64才で全体の83.7%をしめた。

誰についての相談か

男性の場合 自分 96.3% 妻について 2.0%
 女性の場合 自分 53.6% 夫について 42.7%

ここでは男女の差がはっきり出た。
 どう考えますか？

相談受付内訳



1位：年金	921件
2位：仕事	210件
3位：医療	59件
4位：税金	39件
5位：家族	23件
6位：財形	21件
7位：生き甲斐	20件
8位：健康	19件
9位：住居	16件
10位：相続	7件

以下 人間関係・離婚・介護・痴呆と続く

＊1位の年金相談内訳

①年金の仕組み：277件	④転職・再就職：118件	⑦雇用保険：60件
②雇用保険併給：222件	⑤在職老齢年金：96件	⑧医療保険：58件
③年金の受給額：211件	⑥年金の手続き：83件	⑨遺族年金：32件

一定年前後の悩み110番に参加してー

一昔前「15の春を泣かせるな」と言われた。その甲斐あってか高校増設・増学級の政策が推められ、全員高校進学はほぼ達成されたと言われて良い。さて、この春4月、「還暦に春は来させない」政策が施行される。雇用保険と年金の併給が認められなくなる。

3月7日、その日の会場の電話はベルまたベル、「ハイ、定年前後の悩み110番です」『何度もかけたのです。十数回でやっと……』『今年××月で60才ですが併給は……』本人から妻から悲痛的な叫びが受話器の向こうから届く。6割が判で押したような年金・併給の相談である。

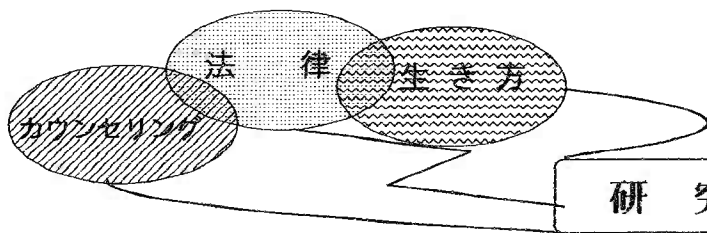
60才から老齢厚生年金受給の為には、おおむね20年、厚生年金を掛け続けなければならない。云うまでもなく20年以上家族のため、会社のため働き、そして国に税金を払い続けてきた。その平均年金額が23万7千円、この不況時代、働きたくとも仕事がない。定年の大義名分で情け容赦なく退社させられる還暦世代。20年以上働き続けておおよその人が初めて手にする失業保険は、全部手にしても300日、納めてきた雇用保険のその見返りである。それも300日後の不安に慄きながらの～、金額も年金とさして変わらず～。年収5440万といわれる日銀総裁殿、貴方の年収の1/20を晩年の東の間の安らぎにいただくのはいけませんか！

『年金額は18万です。働くとなんか減らされるって本当ですか？18万では社宅を出て家賃と、国民健康保険を払えば食べていけません。収入が幾らまでなら年金カットがないのですか？』

『会社が不況で退職金が出ません、訴えるところはありますか？』『繊維関係ですが来年定年です。収めてきた企業年金が出なくなるとの噂ですがそんなことってあるのですか？』『日本ではこの年金では生活できない。外国で年金は受取れますか？』

ーハイ時間です。私からの相談です。そちら日本国ですか？還暦に春はきますか？

(二神道子)



研究会だより

研修部の一年を終えて (中島衣代)

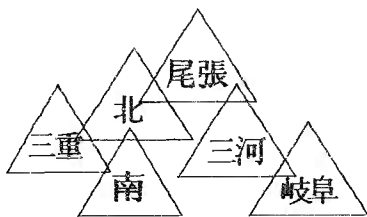
平成9年度の全体研修会、三つの研究会の内容は、総会議案書の報告通りです。研究会は最終日を全体会として、今年度の反省や今後の希望など、全員に発言していただきました。

SLAとしての資質の向上とともにお互いに情報の収集、交換、会員の交流、仲間作りの場として継続していきたい。またテーマ、日時、講師、会場、会費、会の運営等についても様々な意見がありました。

出席者はだいたい固定しており、各部会とも、第一回の出席者の希望で、各回のテーマの方向性が決まり、随時講師をお願いしたり、ビデオ利用、出席者の発言などで進めてきました。

なかなかみなさまに満足とばかりはいきませんでした。出席したことで何かを得られたという声を励みに、各10回を終了いたしました。

与えられるのではなく、集まることでいろいろな研鑽方法が生まれることも知りました。今年度も意義ある部会が生まれますよう期待しております。終わりに各部リーダーのご尽力に感謝いたします



地域部会だより

平成9年度の地域活動で感じたこと (塩野高子)

活動は六つに区分された地域へ会員が登録、地域代表が五月の拡大幹事会へ参集、顔合わせしてスタートした。

この一年の活動には大きな発展があった。それは地域で会員体験行動を起こされたことだ。それはこういうことである。

名古屋北部会では「生き生き教室講演会・老いの風景」(講師・渡辺哲雄氏)へ、前会員へのお誘いととも、地域住民に呼びかけ、126名の参加を得た。会場ではアンケートをいただき、今後の活動への資料を得られた。

尾張部会では「車椅子に乗って町の中へ」で、乗る・介助するを体験して、数センチの段差のこわさや、日頃思いもかけなかった障害物について学ばれた。また、海上の森散策では全会員へ呼びかけられた。ついで地域に甚目寺観音があるところから、福祉に関する行政サービスの説明を受ける日を節分豆まきと合わせられ、SLA通信に掲載され、24名の参加者を集め、喜ばれた。

三河部会では尾張部会での車いす体験を伝え聞き、第二青い鳥学園見学で、先方へお願いして、車いすや歩行器移動などを体験された。これら各地での体験は、SLA活動の大きな示唆となった。

さて今、「生き生き元気でほけないで生きたい」が、人々の望むところ。だが手本がない。子は大きくなり孫もある。少々のゆとりも、時間もある。さて、どう行動したらよいかを模索一一。ここにSLAの仲間がいる。一緒に行動を起こそう。あなたができることを出して、ともに行動をしよう。聞く、見る、だけでなく、あなたの中に詰まっている宝を頭から、手から、口から、足から出して仲間と行動しよう。それが、あなたがあなたらしく、生き生き生きられること。その場がSLAにあるよかったね。

南 部 会

【 9 年度活動記録 】

- 第 1 回 (4 月 1 9 日) 松村さんの地域での活動をきく。(むつみの会)
第 2 回 (5 月 1 7 日) 渡部勝さんの「たすけあい名古屋」に向けての活動をきく。
第 3 回 (6 月 2 1 日) 亀井さんの地域活動をきく。
第 4 回 (7 月 1 9 日) 大橋さんのミニコミ誌について。
久野さんの「ぼけ老人を抱える家族の会」についての話。
第 5 回 (8 月 3 0 日) 「たすけあい名古屋」発会記念講演、佐藤秀次氏の講演に参加。
第 6 回 (9 月 2 0 日) 鈴木八重子さんの地域活動をきく。
第 7 回 (10 月 1 8 日) 「東海しあわせ村」見学。
第 8 回 (11 月 2 9 日) 地域を拠点として生き生き教室プログラム作成。講師登録をもとに、緑、熱田生涯学習センターに提出。
第 9 回 (12 月 2 0 日) 「財産管理シンポ I・II」を読む。午後パートⅢに参加。
第 10 回 (1 月 1 8 日) 「医療と保険と福祉の市民ネットワーク・東海」の設立記念講演に参加。
第 11 回 (1 月 2 4 日) 新年会 (青井久子)

北 部 会

【 2 月例会 「名古屋市社協の役割とは」(1 4 日、市総合福祉会館会議室) 】

北部会では、今年の活動として老人ホームや老健施設の見学を始め、生き生き教室の開催、介護保険などの勉強の機会を設けてまいりました。

2 月の例会では、市社協が値域に対してどのような役割を果たしているのかを勉強するために、市社協総務部次長の相沢尚氏をお招きしてお話をいただきました。

1. 社会福祉協議会の活動について

昭和 2 6 年 7 月に各種の福祉団体の連絡調整団体、民間の自主団体として設置され、とくに平成 2 年 6 月以降、社協を取り巻く状況も変わってきて、はたすべき事業が増えてきたこと、地域福祉推進計画のポイントとして、住民主体の地域福祉活動の推進、在宅福祉サービスの新しい展開、地域福祉推進体制の整備、ボランティア活動への参加促進など、地域福祉の中核組織として活動していく旨の説明がありました。

2. 社会福祉協議会の事業として

社会福祉の調査、啓発、連絡調整をはじめ、地域福祉の振興、ボランティア活動の振興、福祉基金の運営、なごやかヘルプ事業の実施、ねたきり高齢者、重度障害者移動入浴事業、高年大学の運営、総合福祉会館の管理運営、シルバー人材センター事業への協力など数多くの事業を抱えているという現状報告がありました。

最後に施設中心だけでなく、在宅福祉も大切であり、社協は地域福祉の活動の場である旨の話をされ、勉強会を終わりました。(外山晴美)

尾 張 部 会

日 時：2 月 3 日

会 場：甚目寺町総合福祉会館

テーマ：行政・福祉サービスをうまく利用するためには

参加者：2 4 名(南部会 1 名・三河部会 1 名・北部会 3 名・尾張部会 1 9 名)

* 各種の行政に対して最上のサービスを受けるためには、利用者は担当者に対して適度な礼儀と簡潔な説明を心がけたい。疑問点はうやむやにせず質問し明快な答えを求める。さらに担当者の名前を聞き責任の所在をはっきりさせておくと、後日の処理に対しても親切に対応してくれる。(小澤節子)

知っ得情報

あなたは何タイプ?

シニアのライフスタイル調査の結果まとまる

S L Aも協力して行った慶應義塾大学「活力にあふれた高齢化社会創造プロジェクト」「シニアのライフスタイル」調査の結果がまとまったシニアの4つのタイプがまとめられているので紹介しよう。

1.健康不安シニア (20%)

健康状態が悪く意欲はあっても自分の意志に沿った行動が制限されているが、人間関係に対する満足度が高く、将来の福祉サービスに対する志向が低いのが特徴。



2.アクティブシニア (18%)

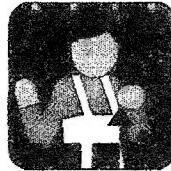
健康上の制約がなく、趣味、学習、人間関係など新しいことに対する意欲が高く、自分の趣味の追求に積極的で、自己実現欲求が高50代の若いシニアに多い。



く個人志向である。

3.現状満足シニア (28%)

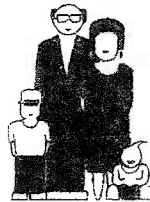
健康面など取り立てて不満はなく現状肯定型しいことや自分の可能性を広げることにも関心多いのが特徴。



で、今の生活が守りたいと考え、新がないというタイプ。女性の割合が

4.家庭志向シニア (34%)

自分重視度をもっとも低いことが人間関係を維持していきたいといを重視する傾向がある。



特徴で、趣味の追求などの自己実現よりも他人とう気持ちが強く、家庭やコミュニティ(居住地域)

第3回シニア アート フェスティバル (創作作品展)

7月22日(水)～7月26日(日) 名古屋市中区栄2-2、電気文化会館5階西ギャラリー。

洋画、日本画、工芸、書、手芸、写真、詩、俳句、短歌など何でも。応募資格は45歳以上。出品料無料。問い合わせはシニアルネッサンス財団SRクラブ中部支部(052-323-3252)へ。締切は6月末日。

みかんの成分に発ガン抑制効果あり

日本の温州みかんに多く含まれる黄色のもとであるベータクリプトキサンチンには、発ガン抑制作用が特に強いことが農水省果樹試験場の研究により明らかになった。毎日、1-2個、みかんを食べるだけでガン予防の効果が期待できるとか。(5月14日、中日ほか各紙)

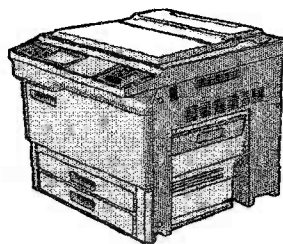
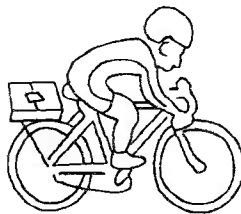
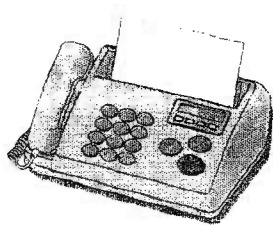
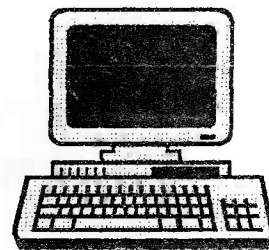
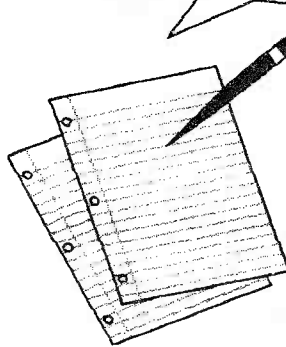
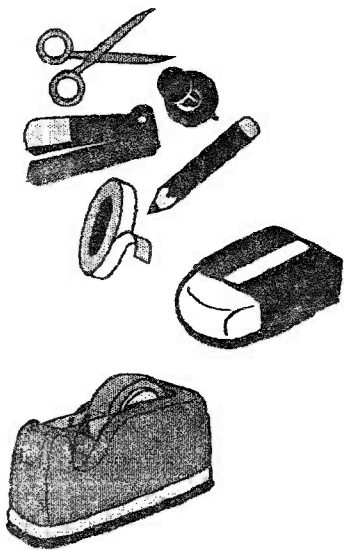


あとがき

平成9年度最後の「通信」をお届けいたします。中部S L A協会も新年度に入り、新役員は何かと忙しいことでしょう。今回は幹事会のメンバーの半分が残りましたが、広報担当の二人は、交代します。この一年間、誤字、脱字でご迷惑をかけました。

「通信」に関わってきて思ったことは、「よく読む人」「全く読まない人」の差がとても大きいらしいという点です。結局は自分自身の問題であり、無理矢理読ませる、強引に活動させる、などはできない相談です。自主的活動あるのみです。

もっといろんな情報をお伝えしたいと思いながら、思うに任せませんでした。それにつけても会員のみなさま、頼まれた原稿はなるべく早く、送ってくださいね。新スタッフになりかわってお願いしまして、終わりとします。広報担当は二神、野村でした。



1998年 4月30日 第14号発行

発行者 山下可子
編集者 野村喜美子・二神道子

発行所 中部SLA協会 総務委員会 広報部会

〒460-0024
名古屋市中区正木1-2-8
シニアルネッサンス財団 内
電話 052 332 7883