

# SLA通信

第35号

〒460-0024 名古屋市中区正木1-2-8  
(財) シニアルネサンス財団内  
TEL 052-332-7883

## 次年度への期待

中部シニアライフアドバイザー協会  
会長 浅野 澄子

桃の花が薫り、春の陽光を感じる季節になりました。皆様ご健勝にて御活躍の事とお喜び申し上げます。  
平成17年度も残り僅かとなり、当協会の活動も、3月25日・26日実施予定の全国一斉電話相談と、総会の準備と  
いうこととなります。

さて、この1年間を振り返ってみますと、協会活性化のために、SLAの資質の向上、PR、情報交換等、継続的に、  
かつ、一生懸命推進していくのが目的でした。最初の意気込みと、終りにちかずいた今、「その達成度は?」と問われ  
たら「道半ば」と答えるしかありません。

幹事会は、活性化委員会と協働体制をとりながら、活性化へ向けて計画し実践へと努力してまいりました。  
しかし、研修会などは、出席者が少ない傾向にあり、方向転換の必要性を感じています。

今年度の思い出は、やはり、万博交流会であったと思います。

さらにもうひとつは、協会創立以来はじめて開催した新年会です。

この席での意見交換は、お互いに、本音で話し合う事が出来たのが大きな収穫でした。「また来年も、是非開催しま  
しょう」という声に大きな拍手があり、皆様の気持ちが一体化した感じがしました。

これら行事はすべて皆様のご協力によるものと心から感謝しています。

来年度は、幹事会と活性化委員会で、「いきいきシニア健康講座」の開催を予定しています。沢山の方々に参加して  
いただけることを願っています。

SLA活動の第1歩は、皆様多忙とは存じますが、シニアライフを充実させていく一端として、諸活動に参加いた  
だくことです。新年度も皆様の方で新しい道を開き、新しい風を吹き込んでいただけますようご期待申し上げます。



## 平成18年度通常総会開催のお知らせ

平成18年度通常総会を、下記の通り開催します。  
万障お繰り合わせの上ご出席くださいますようお願いいたします。

### 記

1. 日 時 平成18年4月22日(土) PM1:30～
2. 開催場所 名古屋市中区伏見ライフプラザ12階  
なごやボランティアセンター集会室
3. 講 演 「認知症ガイド」 講師 塩野高子会員

.....

### 全国一斉電話相談(中部シニアライフアドバイザー協会)

#### 「熟年・シニアの生活の悩み110番」

1. 日 時 平成18年3月25日(土)～26日(日) Am10:00～17:00
2. 場 所 ルネサンス財団・名古屋市中区正木1-2-8
3. 電話相談員 16名募集・希望者はお申し込みください。

.....

### 「いきいきシニア健康講座」の開催

1. 開催日時 平成18年5月～9月・・・(毎月第3水曜日13時～15時)
2. 開催場所 NPOなごやボランティアセンター(伏見ビル12F)
3. 対象者 中部SLA会員及び知人
4. 会 費 会員1回300円 会員以外1回500円
5. 講 師 (株)三菱電機名古屋支店顧問・・・中村 勝先生
6. 研修内容 「気」と「健康のツボ」についての座学と実践
7. 申込期限 平成18年3月31日までに幹事へ

# 各部会近況報告

## 尾張部会

### 初めての徳川園訪問

尾張部会 田中 芳雄

17年度二回目の企画を、会員の松本敏子さんのお骨折りで開催、好天に恵まれた2月25日に実施、日常を忘れたひと時を過ごしました。

訪問先は、尾張徳川園で、丁度「雛まつり」の特別陳列が開催されておりました。

まず、園を一望出来る「ガーデンレストラン徳川園」を予約、昼食を参加者7名で（こんなに集まるのは久しぶりでした）食事をしながらコミュニケーションを取り、普段とは違った環境で話に花が咲き、情報交換が十分に達成されたように感じます。

食事後、徳川家の歴史の重さを感じる、「雛まつりの特別陳列」を見学しました。我が家にはお雛様がありません??。

子供たちを一生懸命育てた時代にお雛様どころではありませんでした。

孫にはやっと一昨年買い与え、これで親の責任逃れが出来たのかなーと思いました。そんな事を考えながら見ると、チョッと当時を思い出し、感傷にふけりました。

時間に余裕がなかったので、園を一回りした程度ですが、最近整備されたせいか、徳川家の庭としては、はなはだ、ガッカリしたのが本音です。

最後に部会の目的は、先ず部員間のコミュニケーションが一番大切だと常々考えております。これは、どうすれば良いかは、皆が集まる事です。これには、勉強会だとか、そんな名目や、大儀名文はいりません。気楽に集まって、話に花を咲かせる、そんな会にすべきではありませんか?? そして長続きする会にしたいと思います。

という事で、尾張部会には、他部会の方々の自由な参加を期待し、輪を広げたいと思っています。

## 名北部会

### 名北部会たより

#### ◆◆例会のお知らせ◆◆

- 日 時：5月18日(木)
- 集 合：11:00 名鉄東岡崎駅
- 参加費：3000円(食事代)
- 行 程：東岡崎駅 → 岡崎公園 → 食事 → 「八丁味噌の郷」見学 → 東岡崎駅解散(3:00頃)
- 食 事：八千代本店 郷土料理(なめし田楽など)  
岡崎公園内 Tel. 0564-22-0267
- 八丁味噌の郷：  
合資会社 八丁味噌(カクキュー) 登録文化財に指定されている蔵などの見学  
NHK朝の連続ドラマ小説「純情きらり」の舞台

※ 名北部会の会員には、4月初旬、改めて往復はがきでご案内します。

※ 名北部会以外の会員の皆様のご参加もお待ちしています。(問合せは、052-721-2185 今泉まで)

◇◆ご報告◆◇

3月1日は、故外山晴美氏の7回忌でした。

2月16日、名北部会を代表して、山下、今泉がお参りにうかがわせて頂き、部会のためにご尽力いただいた外山氏へ感謝をこめて、名北部会一同から献花をさせていただきました。

後日、外山氏の奥様から、名北部会宛にご丁寧なお手紙をいただきましたので、ご報告させていただきます。

皆様へ  
主人の七回忌にあたり本日山下さん今泉さんにおこし頂き皆様より心のこもったお供えを頂きまして  
本当にありがとうございました  
いつまでもお心にとめて頂きなんて幸せな人だろうと思います 喜んでいる顔が目に残ります  
皆様と御一緒に情熱を持ってがんばっておりましたので残念に思っております  
感謝の気持ちが上手く申し上げられませんが御許しくださいませ  
本当にありがとうございました  
春とは名ばかりでまだ寒い日が御座います  
皆様御身御大切に御活躍下さいませ

かしこ

中部 SLA 協会  
名北部会 皆様

外山

## 岐阜部会

### 17年度雑感

代表 尾関 恵子

月日の経つのは早いものです。平成17年度も、あと少しの行事を残して終りになります。  
皆様のお陰で各行事とも盛会となり、また、各講師の方々にも一生懸命務めていただけ、感謝いたしてお  
ります。  
それにつけても、ボランティアとはいえ、無料に近い奉仕をしていただいていますので、心苦しく、せめて  
交通費ぐらい負担させていただけたらと思うこの頃です。

### 今年度後半の行事

- ◎ 女性センターフェスティバル参加
  - 陶芸展示 1月18日～2月1日
  - 手芸講習 1月28日～1月29日
- ◎ 鉢植え盆栽講習 12月14日
- ◎ 講演金華山を守ろう 2月22日
- ◎ パソコン エクセル及び学習会
- ◎ 手芸 千支の置物・・・12月15日  
ネクタイの利用・2月16日・3月16日

## 活性化委員会

### 上海・南京研修ツアー報告

3月2日から3泊4日、総勢10名の研修旅行が無事終わりました。中国のシニアたちとの交流を軸にしたこのツアーは、木村利行さん（活性化委員会）の中国との太いパイプによって実現しました。あたたかい歓迎、変化に富んだ観光、グルメ、買い物、マッサージなど、充実した内容の旅になりました。

「万博全国SLA協会交流会」と今回のツアーと大きなイベントが続きましたが、今後は、「いきいき健康講座」（詳細は2ページに掲載）をはじめ、身近なことをテーマにした企画もたてていきます。皆様の参加をお待ちしています。

研修旅行参加者：浅野澄子・荒川輝子・青柳よ志子・今泉治子・小幡淳子・加藤恭子・木村利行・後藤良・杉浦玲子  
中島衣代



### <中国シニアいきいき交流会>

後藤 良

中部SLA一行の10名は、上海駅より3時間強汽車に乗り、省都南京市に到着した。

翌早朝、玄武湖のほとりを体と頭をほぐしながら散策し、これから始まる、江蘇省電信有限公司の退職者との交流会に備えた。

当一行は守衛に守られて電信会社のゲートをくぐり、出迎えの方に、まず企業の厚生施設に案内された。

今回の研修ツアーのメインイベントである『中国いきいきシニア』との意見交換会は、朱主任の歓迎挨拶と浅野会長の俄か仕込みの中国語を織り交ぜた、お礼の挨拶からスタートした。

#### 交流会の主要テーマ

1. 経済的に生活の要となる年金問題（公的、私的、企業）
2. 生きがいにつながる趣味について
3. 家族のあり方と高齢者の立場の日中の相違について

通訳（葉山氏）を通じ、時には議論を交わし、時には同調し、本音で語り合うことができ、有意義な体験をすることができた。話が尽きることなく、双方が意見を述べ、許された時間を若干オーバーしたが、閉会を惜しみながら交流会の幕がおりた。

また、ささやかながらこのような活動が、日中の友好関係につながればと期待しています。

最後に当企画は、中国事情に精通した木村氏のご尽力で、実現することができました。

## <中国ツアー ア・ラ・カルト>

荒川 輝子

3/2 7:00 セントレア空港集合 9:00発

3/5 20:00着～解散

この間朝食3回・昼食4回・夕食3回・加えて機内食2回・計12回の食事は旅の楽しみのひとつでもある。

まずは朝食から、宿泊ホテルで、バラエティー（洋・中華）に富んだバイキングスタイル。

<腹も身の中>を意識しながらも、ついつい好奇心が先に立つ。

4回の昼食、3回の夕食は中華三昧。

### <南京>

名古屋の大須と譬えられる夫子廟（ふうしろう）のレストランで、小皿料理の夕食を愉しむ。

珍味、高級食材などを知る。当日はメンバーの I さんのバースデー。お店の心使いのケーキは、真っ白なハートの台にピンクのバラがとっても素敵。そして、偶然にも、I さんのお皿の下にプレゼントマーク！

さらに盛り上がった夕食会でした。

また、翌日の市内レストランでの優雅な昼食も忘れ難い。

### <無錫（むしゃく）>

太湖（たいこ）のほとりのコテージ形式のホテルに宿泊。夕食はホテル内のレストランで。

最高級のお酒<白酒（ぱい ちゅう）>登場。高貴な香りに感嘆！お味はさらに<!!>とのこと。

翌朝、太湖周辺を散歩。現地のシニアグループのラジオ体操・・・太極拳にも飛び入り参加。

朝食が美味だったことは申すまでもありません。

### <上海>

伝統ある老舗のホテルに宿泊。ホテル内レストランで最終ディナー。

<なじみ易い味><香菜が好き><1日30品目どころか1食30品目>など、話題もつきない。

翌日の昼食は、日本の浅草を想う豫園（いよえん）の歴史のあるレストラン。

開け放ったバルコニー側のテーブルで中国最後の食事かと感傷の思いあれども、思い残すことなく味わいたしの思い強く、しっかりと堪能いたしました。

どこの食事がお気に入りでした？と問われても・・・大満足としか答えられません。幸せでした。

好奇心旺盛なSLA達を感動で満たしてくださった、木村さんはじめ、添乗員さん、ガイドさん、そして中国の方達に心から<謝・謝>



# 和 輪

## フラダンスでルンルン

加藤 愛佐子

SLAの勉強から早13年、送り、迎え、増えてのなんとも忙しかった50才代。未来のシニア達の、小学校の手芸クラブで編み物ボランティアに5年通いました。ホットして、シニアに満喫するぞと思いきや、なんと自分の命・・リンパ節までも移転の大腸がん三期・・。自分の生涯には、事故に会っても癌だけは無いと思込んでいただけに大ショック!! 術後の抗がん剤治療については、納得行くまで主治医と話し合い「また出来たら切ってくださいね」と、頑固にまでも抗がん剤を拒否。「毎月の検査で様子を見よう」と言う事で、2年半が過ぎた今は、ルンルン気分だけれど先の事は~??

体力づくりに始めたフラダンスが楽しくて、去年は愛・地球博の前夜祭で、オアシス21会場の初披露から始まり、名古屋駅ポケモン会場、春日井市民祭り、一宮七夕祭りなどなど・・。仲間も出来て笑顔いっぱい楽しくはまっています。昨年12月に始めて老人ホームに慰問に行き、喜んで頂ける幸せを味わいました。また、2月にアンコールの声も掛かり、練習も楽しくルンルン気分頑張っている今日この頃です。

次の方は、梅木房子さんにお願ひしました。



## 新年会にことよせて

### SLA新年会

小幡 淳子

1月28日(日)木曽路錦店にて、AM11:30より、SLA新年会が開催されました。新しい年にふさわしく雅な着物姿の方もいらっしゃ

二階の部屋に通され、くじを引き、そのくじのした。

お隣の方とのお話が弾理が運ばれ、会長の挨拶、より、参加者17名、一人報告、将来の夢などを語

ある方は病気になっての回りの整理を今から始ちはなるべく社会に関わ

いるな行事に参加されてィアに取り組んでいる方、まだまだ現役でお仕事に忙しい方、旅行、趣味にと多忙な方、おしゃれに心がけている方



いました。

先ず小さな鶴の折り紙の番号が各自の席となりま

む中、お正月らしいお料理乾杯、荒川さんの進行に3~5分の自己紹介、近況り合いました。

からでは遅いからと、身めているとか、元気なうりたいと、積極的にいろいろ方、介護のボランテ

など、みな明るい声と笑い声で、一人一人が自己紹介をしました。

発言が終わるごとに、拍手が絶えませんでした。皆様いきいき生活をエンジョイされ、私にとってこれからどう生きて行けば良いかとても参考になり、良いヒントを得たような気がしました。

来年も是非こういう会を開きましょうと、田中さんの一本メでお開きとなりました。

良い仲間と、おいしいお料理と、少々のお酒、とても楽しい有意義な集いでした。

### 退任幹事からの一言

荒川 輝子

幹事の2年間が終わろうとしています。16年度は「協会創立10周年記念交流会」、17年度には「愛知万博見学会」「関東・関西SLA協会との交流会」など協会の行事に微力ながら関わり、参加させていただき貴重な経験をする事が出来ました。さらに、懇親会を通して会員の皆様とお近づきになることができたこともうれしい収穫でした。自分自身の力不足を実感しながらも、中島、浅野両会長はじめ、幹事の方々からは本当に多くの事柄を学ばせていただいたと感謝しています。有難うございました。

青柳 よ志子

早いもので微力ながらお手伝いした2年間を終えようとしています。

皆様の協会活動に対する絶大なるご支援には、心強いものを感じます。出会いと、話し合いと、学びと、さらなる期待へと・・・。

この2年間は貴重な経験の連続でありました。お世話になりました。ありがとうございました。

小澤 節子

広報ということでお引き受けした1年間でしたが、この間、家庭の事情でそれ所ではありませんでした。

幹事会にも満足に出席できず、ご迷惑ばかりかけました。志半ばで降板させていただきます。

### 監査からの一言

杉浦 玲子

近年、退会者が出る中、会費収入の減少から、活動が停滞していましたが、総会決議で、基金活用の道が開け、本年は、愛知万博機会を捉え、東京・関西との交流会が開催され、活気が戻ってきた感がいたしました。

又中国シニア交流ツアーは、シニアの生き方の再確認が出来、まさに活性化が図られ、喜ばしく感じました。再度SLAの下に、結束できる日を期待したいと思います。

### 編集後記

12月に主人が再度入院。癌2個を塞栓手術しました。術後は順調のようですが、また1個出来たようです。病気と仲良くしながらでもいいから、長生きして欲しいと思います。それと、我が家の愛する娘マリアちゃん(シエルティ犬)が、主人の入院する2~3日前から食事をまったく取らなくなって、主人と同じ日に医者に連れて行ったところ、心臓に腫瘍が出来ているから12月一杯持たないかもしれないといわれ涙・涙でした。春までは生きていて欲しいと願っているせいでしょうか、何とか頑張っ一日一日を生きています。(S.O)