

2019年1月18日

中部シニアライフアドバイザー協会

SLA通信

第90号

謹賀新年

中部 SLA 会長 畑島美奈子

少し時期がずれてはいますがまずは新年のご挨拶をさせていただきます。

本年もよろしくお願いいたします。

それにしても時の過ぎゆくのはなぜこんなにも速いのでしょうか。秋のいくつかの行事を何とか無事に終えることができホッと一息つけば、もう新年度に向けての準備が待っています。

「忙しい」を連発してはいますが、その実、なかなか前には進んでいません。時の流れの速さとは反比例して処理能力のなんと遅くなったことか。なんてことはない、処理能力が劣ったので時の流れが速く感じるだけのこと。歳をとるとはこういうことなのかと近ごろ少しだけ自覚しております。




さて、その自覚を踏まえて新年早々のお願いは来年度の役員選出のことです。例年のとおり、立候補及び、推薦のハガキを同封させていただきました。現在役員は幹事 8 名監査 2 名。総勢 10 名の高齢者で何とか頑張っています。来年度は全国 SLA 会議を私たちの協会が担当することになっております。又、秋には協会結成 25 周年という記念すべき行事も抱えております。是非役員に立候補いただき協会発展のために力を貸していただきますようお願いいたします。

お知らせ



第46回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」3月23日(土)・24日(日)実施
※会場は例年通り杉浦ビル2階です。

 052-332-3037

電話相談のための研修会を下記の通り実施いたします。電話相談員に限らず、日頃の SLA 活動に役立つ内容です。是非ご参加ください。

研修会その① 傾聴について

日 時：2月15日(金曜日) 13時30分～15時30分

講 師：てあも社会福祉事務所 村田健郎氏

場 所：なごやボランティア推進センター6階集会室

※参加希望者は大歳：090-7852-7073 又は宮地：090-8957-7231 まで連絡ください

研修会その② リレー講演会「高齢者の安心のために備えたい知識」(仮題)

～病気、介護、暮らし、老後の安心～

日 時：3月13日(水) 13時30分～15時30分

講 師：名大病院老年科 平川医師 消費生活相談員

場 所：伏見ライフプラザ 10階消費者研修室

※この研修会は消費生活センターとの共催です。詳細は後日郵送にて案内があります。



✂ 幹事会報告

第8回幹事会 11月13日(金) 出席者9名

- 本日のSLAセミナーに向けて役割等の確認
- 電話相談報告と新年会アトラクション等について

第9回幹事会 12月21日(金) 出席者7名

- 来年度名古屋が当番となる全国会議について
- SLA 発足25周年記念行事を踏まえて、来年度の幹事体制について
- 新年会について

✂ 平成30年度 SLA 主催セミナー報告 「異常気象から身を守る」

講師：日本気象予報士会東海支部 松本武寛氏 出席者：45名(会員・一般)

この夏の連日の猛暑と度重なる台風の経験から、今回のテーマはとてもタイムリーなものでした。日頃からよく耳にする地球温暖化(人為的要因で気温や海水温が上昇)が異常気象を引き起こす大きな原因の1つだということを、改めて認識しました。次に災害から身を守るにはどうしたらよいかについてのお話は、一番興味深く印象に残りました。まず、自分の住んでいる場所のリスクを知ること。それにはハザードマップの活用と、過去の被災歴から地域で起こりうる危険を知る必要がある。そしてナウキャスト(気象予報システム)でいち早く防災気象情報を得ることなどが大切だということです。台風でも進路だけでなく停滞前線の影響も見逃せないということをわかりやすく教えていただきました。この夏、日本を縦断した台風の後、長引いた雨による各地の甚大な被害は記憶に新しいことです。最後に一人一人の意識の問題として、日ごろの備えと早めの判断と行動で安全を確保する大切さも知りました。「防災」を「忘災」にしないというまとめの言葉が印象に残りました。

佐藤マリ江 記

✂ 地域部会報告

• 三河部会 “紅葉彩る大原の里へ”

小春日和の吉日(11月20日)東名・名神高速道路を快走する乗用車。車中は、日ごろの行いは、天道様がお見通しの5人。まずは伏見稻荷へ、旅の安全と沢山のお願い。人の多さに警備員に「今日は何かあるのですか?」と尋ね、「普段より少ないですよ」との返答に首をすくめて始まった京都1泊2日の珍道中。大丈夫でしたよ。都大路を鴨川に沿い北上し大原の里へ。

もみじ三味の寂光院、貴船神社、三千院などへのお参り。泊はなんと温泉!夕食前、寝る前、朝と3回も湯に浸かり、夕食は味噌仕立ての大鍋で舌鼓を打ちながら、おしゃべりの秋の夜長。

帰路は、比叡山ドライブ。照山紅葉、眼下に琵琶湖「えもいわれぬ美しさ」そして延暦寺、夢か幻かの「不滅法灯」を視感…大満足でした◎

(深津志郎 記)



• 名北部会

11月18日(日)少ない部員ながらスケジュール調整が難しく、何とか実施できそうなのがこの日、日曜日。それでも欠席せざるを得ないメンバーもあり、シニアながら、日々の活動の多さを実感です。近くにあってもなかなか足を延ばせない「ささしまライブ」にあるレストランでランチ。近況報告や心境報告が味を添え、美味しく楽しい昼食となりました。午後は同じくささしまライブから乗船しガーデンふ頭までの中川運河クルーズ。

川の中から眺める街並みも素敵です。中川運河と名古屋港の水位を調節するためにつくられた中川口通船門はパナマ運河と同じしくみで閘室内で2m近く水位の上昇していくのを初体験。秋晴れの穏やかな一日を過ごしました。

• 名東部会 「かたろう会」

日時：11月20日(火) 場所：名古屋市名東区「行庵」 参加者：5名

寸暇を惜しんで活動している名東部員の皆さんが、一堂に会することは望めない諦めつつ、なんと全員集合が実現しました。久しぶりに顔を合わせ、話の弾むこと～。まずは現況と思いきや思いつく話題に花が咲き、気が付けば声高になっていて～。

人生 100 年が珍しくない時代を如何に生きるか？目標の立て方をどうするか～など高齢問題はかかせません。時の過ぎるのも忘れ、大いに語りお互い刺激しあいました。

楽しい得ることの多いひとときは、再会を誓いながらお開きとなりました。

⌘ 会員活動報告

“まちかどカフェ（認知症カフェ）俳句教室” にボランティアとして参加して平成29年4月から月1回介護予防・認知力低下予防・介護者のフレッシュ法としての、上記俳句教室の運営に参加しています。講師は私の知人をお願いしました。参加者は俳句の初心者が対象で、常時8名ほどが参加しています。季節の移ろいの中で見たこと・感じた事を、季語を折りこみながら五・七・五の文字数で短い詩を作る。回想にもつながり、心身のリフレッシュにもなり、周囲の方々とのコミュニケーションのツールとしても有用です。句材を求めて外にでる・散策をする・日常の出来事に対する観察眼が働く。出来上がった俳句は余分な言葉を省き、何度も何度も推敲をします。これが結構楽しいのです。必要なものは歳時記とノートと鉛筆です。高齢期に最高の趣味です。教室は、始まって2年足らずですが、地域の俳句大会で賞を受ける方も出てきています。
(世古つよ子 記)

まちかどカフェ『俳句教室』について
 移りゆく季節を感じながら、十七文字で詩(俳句)を作ってみませんか?
 下記のように計画しています。
 ぜひご参加ください。

- 原則として毎月第3金曜日
- 午後1時30分～3時まで
- 指導者は市之瀬 肇先生
- 各自が作った俳句を4句持参する
提出された句から各自がよいと思う句を7句選び提出する
- 各句について講評等をご指導していただく。
- ノート等筆記用具を持参



SLA協会の動き(11月中旬～31年1月中旬)

日時	活動	場所
11月13日(火)	幹事会11月定例会	集会室
	SLAセミナー(高齢者と異常気象)	
12月21日(金)	幹事会12月定例会	会議室
	PC部会12月定例会	
1月18日(金)	通信90号印刷	印刷スペース
	幹事会1月定例会	会議室
	PC部会1月定例会	



悲喜交々の一年

宮地祥子

昨年是我にとって「喜びも悲しみも超えて～」の1年でした。

新年早々夫の兄が他界した。2月には3人目の孫が元気に産声をあげた。小さな新しい生命の誕生は何よりも喜びであり元気をくれた。が、2カ月後血管腫が見つかり生死を分ける難手術。気管切開となり泣き声を失った。張り切りばあばは大活躍をする事に。

あろうことか上二人の孫と遊んでいる時右手首骨折、ギプス装着で全治2カ月という。何とも悔しく切ない気持ちで自宅帰還を余儀なくされた。

さくら愛おしく点滴静かに揺れる

この哀しみギプスにおさめ夏を漕ぐ

そんな中五月中旬孫は退院となり、大声で泣く姿をスマホで見て小さな姉、兄も一緒に喜び泣いた。時を同じくして94歳の母は悪性リンパ腫で抗がん剤治療に耐えていた。

母の爪切るやさしくなって夏終わる

ひこばえの芽吹き母のふところ愛おしく



SLA活動、自由律俳句名古屋大会開催、マルシェ10周年記念イベント開催、町内会行事の実行と同時進行していた。その間沢山の関係各位には大変ご迷惑をかけお世話をおかけしたことは勿論のこと。しかし何とか無事1年を終えることができました。応援して下さいみなさまに心から感謝とお礼を申し上げます。有難うございました。

そして退院した母、孫たちと賑やかな新年を迎えることができました。

新しい年に向けて皆さまのご健康と平穏を願っています。今後もシニアとしての学びを忘れず生活文化の高揚に努めていきたいと思っております。

春よ来いクレヨンと小さなお花畑

ぬか床に幸せの一つ漬けておく

*会員の名簿順に原稿をお願いしています。 次回は前川八重さんをお願いします。

30年度協会活動予定（1月下旬～3月）

部会・イベントなど	日時・会場 他	
新年会	1月26日（土）	11:30～14:30 プリンセスガーデンホテル地下 アウル
幹事会2月定例会	2月15日（金）	10:00～12:00 会議室
電話相談部会研修会（傾聴について）		13:30～15:00 集会室
通信91号印刷	3月15日（金）	9:00～印刷スペース
幹事会3月定例会		10:00～12:00 会議室
PC部会3月定例会		13:00～15:00 会議室
第45回全国一斉特設電話相談	3月23日（土）	10:00～17:00 杉浦ビル2F
	24日（日）	