

新入会員紹介



伊澤 志乃婦

入会させていただきました。一九四八年、乙女座生まれの鹿沼っ子です。現在していますことは、生け花、一時間の朝の散歩、二年前から社交ダンス、野菜づくりを始めました。また、地域の生涯学習一団、ボランティアに二団体所属しております。入会し、全国大会に、滋賀と京都に参加することができ、私にとって納得のいく実りある大会でした。



上澤 順子

入会させていただきました。一九四八年、乙女座生まれの鹿沼っ子です。現在していますことは、生け花、一時間の朝の散歩、二年前から社交ダンス、野菜づくりを始めました。また、地域の生涯学習一団、ボランティアに二団体所属しております。入会し、全国大会に、滋賀と京都に参加することができ、私にとって納得のいく実りある大会でした。



金田 昌枝

資格認定を受け、地域社会への活動として「何が出来る私なのか」を探究するこれまでの時であった。高齢社会の中で「シニア世代としての生きがいづくり・生きいきライフ」は、私にも人生の大きなテーマとなり何につけても頭から、「何が出来るか？」が離れません。何がなくても健康が一番・心とからだの結びつきがひとに与えること(影響)を導く活動を、模索中の私であります。現在、日本音楽療法会認定、音楽療法士として、高齢者施設、障害者福祉施設、宇都宮障害者福祉センターで栃木県内(宇都宮市・矢板市・足利市)に於いて活動しています。



落合 弘子

初めまして、平成二十二年度に入会致しました落合弘子です。どうぞよろしくお話し致します。秋に開かれた全国大会(滋賀会場)に参加し、分科会「協働事業と行政からの資金提供を受ける方法」の討議に加わり、多くのことに共感致しましたことをお話し致します。「行政と協働事業をどうするか」が話題となり、今協働か、協働の求められる理由や背景などを考え、討議し、意見交換も致しました。行政との



武田 裕

信頼関係の確立の大切さを学びました。行政とのつながりは「応じて行けば、どんどんつながる」と講師の言葉が少し理解できました。また行政と協働による健康づくり活動も行政の機能や実情をよく知ることが重要になると思いました。高齢者の健康増進や介護予防、認知症予防にボランティア活動の推進が大切になっていきます。分科会で討議したことから学び、教えられたことは、まず、行政と市民活動やボランティア活動は、それぞれの役割分担を明確にすること、ネットワークの確立と話し合い場を設けることなどが重要になると思いました。行政と信頼関係を構築しながら、高齢者の健康づくりには介護や認知症の予防に一層気遣いすべきであることを改めて学びました。私は分科会で共感し、学んだことをこれからの「健康生きがいづくりアドバイザーの活動」に生かして行きたいと思えました。

平成二十二年度 各専門部会の活動内容

「知る栃・オトナの探勝会を開催」

事業部会長 溝口 清

私達の活動拠点である栃木県について、知っているようで案外知らない事が多いのではないかとと思われることから、楽しみながら栃木県の理解を深めることを目的にして「知る栃・オトナの探勝会」を開催しています。おかげ様で七回目を迎えることが出来ました。

今回は、平成二十二年十月十八日(月)に「足利の歴史を旅して、ワイナリーで収穫の季節を祝う」というテーマで足利市を訪れ、「こころみ学園(こころみワイナリー)」と「足利学校」(「饒阿寺」を参観しました。健康栃木会員が八名、会員が誘って頂いた方々一三名の合計二十一名の参加者がありました。「こころみ学園」は、障害者の方々がどのような栽培からワイン造りまでをしている障害者支援施設で、全国から多くの視察者が訪れています。当日も他の視察グループと一緒に活動の説明を受けながら施設を見学し、ブドウ棚のあるスペースワインの試飲やランチを楽しみました。その後足利市内に向い、「石畳の散



歩道」をたどって、足利銘仙の展示館「なかもち遊学館」などを見学しながら「足利学校」に向かいました。「足利学校」では「足利観光案内人」の観光ボランティアさんに案内をして頂きました。参観料と引き換えに暗れて「日本最古の学校・足利学校入学証」を入手し、「自学自習の心」を今に伝える教育の原点、日本最古の学校と伝えられる学内を参観しました。



次の「饒阿寺」入り口まで観光ボランティアさんが案内して下さい、「大日さま」と慕われる「饒阿寺」の大きな山門をくぐりました。本堂で住職から足利家との関わりなど、お寺の歴史の説明を受け、経堂では大きな八角形の輪蔵を回しました。皆様それぞれの願いをされたのではないのでしょうか。足利には、今回訪れた所以外にも一万点余の伊万里、鍋島の陶磁を館蔵する「栗田美術館」、三百本以上の藤を有する日本最大規模の藤ガーデン「あしかがフラワーパーク」の名所のほか、紅葉の「織姫公園」、梅の「西溪園」など隠れた名所もありますので、機会を見つけて、また訪れて頂ければと思います。皆様のご協力により無事イベントを遂行する事ができましたこと感謝申し上げます。

第五回ヴァイオリン

コンサート無事終了

事業部会長 黒宮ヤヨイ

今年度は、平成二十二年九月二十六日(日)道の駅きつれがわの交流室をお借りすることができ、駐車場や冷暖房の心配もなくコンサートを開催することができました。

今年度も、「こころみクラブ」と共催により多くの方々に来ていただきました。年々リピーターが増えて、次回はいつ開催されるのかと問い合わせがあり、続けることの大切さを実感しています。栃木健生の事業が皆様に浸透していくことは、うれしいことです。

もつと嬉しいことは、さくら市の商工観光課からも、ぜひ交流室を使い毎年開催してほしいとの要望がありました。楽しい企画で、大勢の方々に喜んでもらえるコンサートが継続できることを祈っています。



す。その人たちがシャッター街に飛び込み明るい街並みが出来たらと思います。糖尿人としての体験から食事療法について、カーボカウントによる料理教室を普及させて、死亡率が栃木県三位のワースト脱出作戦や、B・C級グルメ発掘・改良で町おこしに挑戦します。もてる能力を使って人々に役立つことができたならと思案・実行中です。アクティブエンジング、自己実現の好機、死ぬまで元気、と悠々自適より積極的人生謳歌(方向転換して、老人神話を吹き飛ばすこと)にまい進中です。

第十八回健康アドバイザー「新しい公共」とそれを実現する活動

武田 裕・上澤 順子

紅葉に映える京都、平安会館で十一月二十六日(日)、百四十名のアドバイザーが集まり盛大に全国大会が行われた。アドバイザーが地域で活躍するには何が出来るか。その取組みについて川又竹男氏(厚労省課長)の基調講演が行われた。シンポジウムや分科会で「さまざまな生きがい」について討議された。内閣府が策定した「新しい公共」は人々の支えあいと活気ある社会、それを作ることに向けたさまざまな当事者の自発的な協働の場であり、将来ビジョンやその実践にむけて、国民と企業・政府に対して提言された。会議終了後は京都御所界隈めぐりを楽しみ懇親会と共に友好を深めて散会した。

講師活動報告

研修部会長 島方 正敏

- 一、「健康長寿をめざして」と題して
主催 柳健生、後援 鹿沼市
かめま生涯学習大学講座
平成二十二年五月(六月)に六回実施
楽しく遊び、社会参加 田部井一男
百歳万歳 島方 正敏
こんなはずでは！予防策 高野 幸夫
若々しく年を重ねるためのヒント
野中 アサ
いきいきと輝いて 伊藤 康子
小さなボランティア活動 森山 京逸
- 二、「現代的課題講座」
主催 鹿沼生涯学習課
平成二十二年九月九日
生きがいについて 田部井一男
- 三、「アクティブシニアの生きがいづくり」
主催 県シルバー人材センター連合会
平成二十二年十一月四日より、
・シルバー大中央校 野中・田部井
・シルバー大北校 高野・島方
・シルバー大南校 野中・森山
- 四、「ミドル世代の自分磨き講座」
主催 人材かがやきセンター
平成二十二年十二月一日
・定年前の「セーファイ」ネットづくり 高野 幸夫
・定年ワックス 島方 正敏