

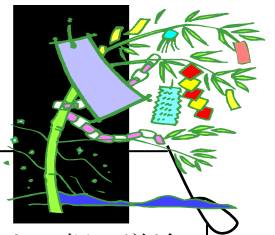


あなたの今日と明日を支える(社)神奈川健生

平成23年7月度活動報告「月報」

平成23年7月19日 発行(通148号)
一般社団法人

神奈川健康生きがづくりアドバイザー協議会
略称:(社)神奈川健生



今月の話題

「愛妻の聖地」 嬭恋村 (つまごいむら) ・寸話

県央地区ネット 梶田洋治

この5月の連休中、群馬県嬭恋村に滞在していた。この地にはもう通い始めて30年近くなる。軽井沢(長野県)とは浅間山を挟んで反対側に位置し北軽井沢に隣接している。ここはキャベツ生産量日本一を誇り、見渡す限りキャベツ畑である。ここ近年、この村がマスコミに取り上げられるようになった。毎年9月にキャベツ畑の真ん中で、「妻に愛を叫ぶ(キャベチュー)」というイベントがである。日頃寡黙でシャイな日本の男性が年に一度位は、妻への感謝の言葉、愛の言葉を大声で叫んでみる企画が村おこしとして平成18年に誕生した。平成20年には、キャベツ畑の真ん中に「愛妻の丘」が出来、「妻に愛を叫ぶ台」なるものが作られた。その叫ぶ台で、妻に向かって大声で叫んでいる風景がマスコミに取り上げられているのである。

このイベントは村名から来ている。村名「嬭恋」は、日本武尊(やまとたけるのみこと)が、東征中に今の神奈川県二宮町の吾妻山公園沖で海の怒りをおさめるために入水した亡き妻・弟橘姫(おとたちばなひめ)を、東征の帰路に碓日坂(現・鳥居峠)に立ち追慕し「あずまはや(吾嬭者都・吾妻はや)」(ああ、わが妻恋しい)と三度嘆いたという故事にちなんで名づけられた。吾が妻恋しい村=嬭恋村である。鳥居峠の近くには四阿山(あずまさん)という名の山があり、鳥居峠を下った田代地区には、日本武尊が妻を偲んで流した涙が泉となったとされる「武尊(タケル)の涙」なる水もある。

今年初めて愛妻(?)を伴ってイベント会場「愛妻の丘」に行ってみた。出来れば日頃妻の前で面と向かって「ありがとう!」とか「愛してる!」なんて言葉が素直に出てこないの、ここに来て、ひとまず妻に向かってでなくキャベツ畑に向かって叫んでみれば、苦手な愛情表現も出来るかなと思ったが、この年齢になっての大声での叫びは他の観光客もいての前ではやはり出来なかった。耳元に小声でそっと囁くのが精一杯であった。

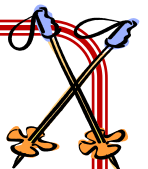
嬭恋村では、村役場に婚姻届を出したカップルに日本愛妻家協会が提唱する「愛妻家テミル原則」なるものをプレゼントしている。5項目からなっているので紹介する。

- 1、やってみる 妻が喜ぶ家事ひとつ。
- 2、出してみる 気づいた時の感謝の言葉。
- 3、聞いてみる 世間ばなしと今の出来事。
- 4、捨ててみる ミエ、テレ、タテマエ、セケンテー。
- 5、なってみる 恋した頃の触れ合う気持ち。

日本の中老年男性の現役仕事人生から第2の人生への切り替えで大切なのは、家族とのコミュニケーション特に妻とのコミュニケーションと言われる。このテミル原則は、まず「・・・てみる」をスタートしなさいということでしょう。この原則を実行できれば家内コミュニケーションも盤石になると感じる。私を始めとするシャイな日本の男性が、閉じた心を少しでも開けたり、素直さを取り戻せたらと感じた訪問地でした。よろしければ愛妻を伴いお出かけ下さい。同伴するだけで大声で叫ばなくても、愛情表現・行動になるのではないかと思う。

ノルディックウォーキングのお勧め

ノルディックウォーキングの最大利点は年齢性別を問わず気軽に楽しめて運動効果が大きいことです。ポールを使うことで上半身の筋肉も使用するためほぼ全身の筋肉を使った有酸素運動になり、長時間でも疲れが少ないです。神奈川健生でもKNWCを中心に地区ネットでも取組みが増えています。9月には八景島で、10月には小机城址で開催されます。あなたも参加してみませんか。



理事会からのお知らせ

平成23年度第4回理事会が7月11日午後6時半より、神奈川県民センターで開催されました。主な内容は下記のとおりです。(紙面の都合で一部は5ページに掲載しました。)

- 井口会長挨拶**：1、6月に3地区の地区ネット定例会に出席し、皆さんと親しくお話ができました。
 2、第1回市民後見全国大会が、7月2日東大安田講堂で開催され参加しました。神奈川健生からも6人が参加され、市民後見への関心の高さがうかがえた。
 3、神奈川県在住ADで健生未加入者への入会のお誘いについて、財団を訪問した。AD全国大会の案内発送時(7月下旬予定)に「神奈川健生のお誘い」リーフレットを同封していただけることになった。
 4、今月から毎月理事会議題に「財団情報」を入れて、大熊理事よりWeb生きがい、メルマガ、HPなどの最新情報を報告していただくことになりました。

議事概要

1、会計の仕組み改善について

吉田会計担当より、添付資料1、2に基づき以下の主な説明があった。

- ・ 7月から経費の振込みを実地します。
- ・ 経費はその会の代表者が纏めて経費精算書を作成の上、領収書を添付し請求のこと。
- ・ 24年度決算について、総会日程を視野に検討を開始する。
- ・ 会計チームに新メンバーとして、相鉄ネットの清水国雄さんが加入。

2、月報の紙面構成見直しについて

竹内主担当より添付資料3に基づき説明があり下記提案がなされた。

- ・ 「理事会からのお知らせ」(議事録)は2ページにわたり続けて載せる。
- ・ 新規事業委員会議事録はコンパクトにまとめる。
- ・ 一般会員からの投稿を呼びかけ、月報に載せたらどうか。

会員投稿など、月報のあり方についていろいろな多数の意見がでた。

- ・ 月報のあり方について、事務局ほか数名を加えたチームで検討することになった。



地区ネットからのお知らせ

2011年7月11日

主担当理事 奈良部 勉

2011年6月度の地区ネット活動の概要をお知らせします

地区・担当	月度の活動状況・次月予定・その他
川崎 責任者 高橋理事	<p>定例会 6月15日(水) 武蔵中原エポック中原(ボランティアルーム)参加者15名 I・理事会報告:①理事推薦について②個人情報の取り扱い③義援金の件④活動時のリスク保険⑤新規活動事業委員会⑥東京大学主催「市民後見人養成講座」情報提供 II・健生クラブ:①5/19花王への下見実施報告 ②9/29黒川への活動計画 III・その他①地区ネット会議から次回議題の件で話し合い②会員 春日さんから新聞エコバックの講習会③当地区ネットの「ノルディックウォーキング」 7/10向ヶ丘遊園を歩く 実施</p> <p>次回定例会 23年7月20日(水) 18:30~20:30・武蔵中原エポック中原</p>
相鉄沿線 責任者 長崎理事	<p>定例会 6月25日(土) 17:00~19:00 鶴ヶ峰みなくる 参加者9名 I. 理事会報告:井口会長に参加戴き、ご挨拶等。 II. 健生クラブ:火曜会(7/12)の再確認、三菱みなとみらい技術館休館時の対応等。 III. ノルディックウォーキング:相鉄沿線NW同好会を立ち上げることを決定、開催日、取り組み方法等について。 IV. その他:8月「地区センターみなくる」に掲示する内容、担当について。</p> <p>次回定例会 23年7月23日(土) 17:00~19:00 鶴ヶ峰ココロット「みなくる」</p>
横浜北 責任者 二瓶理事	<p>定例会 6月22日(水) 18:00~ 山内地区センター 参加者25名 I. 報告事項:1. 理事会報告 ①会計の仕組み変更②新規活動事業計画③講師活動④健街道を歩く会⑤募金の報告⑥何でも勉強会⑦美食クラブ 2,健生クラブ:6月10日の金曜会実施報告、9月22日木曜会スタッフ募集</p>

	<p>3、北ネット関連：①青葉区との協働事業生きがい講座 6月19日第1回開始②同 NW ③男の料理教室開講</p> <p>II. 相互研鑽：浅川克彦さんが「ML システム」と題し健生のシステムの使い方、注意点、今後の課題についてお話があり、活発な質疑がありました。</p> <p>次回定例会 平成23年7月27日(水)17:00～ 暑気払いを予定しています。</p>
横浜 南 責任者 竹内理事	<p>定例会 H23年6月21日(火)18:00～19:20 港南台地区センター参加者10名</p> <p>理事会報告：H23年度第3回の概要。会計制度見直し、理事推薦の件、個人情報保護、新規事業、その他について</p> <p>健生クラブ：規約や運営など健生クラブの全体像について説明された。</p> <p>討議：北ネットの行政との協働事業を参考に、豊富な講師陣を擁する南でも各区でアプローチを開始することとした。7月以降の定例会開催予定日の確認</p> <p>次回定例会 7月27日(水)18:00～ 港南台地区センター</p>
横浜 戸塚 責任者 小林理事	<p>定例会 6月22日(水)18:00～戸塚地区センター C会議室 参加者4名</p> <p>I 理事会報告：議事録報告</p> <p>II 健生クラブ：・馬洗い川せせらぎ緑道の報告 ・今年度は、10月20日と3月23日が戸塚担当。</p> <p>III 柏尾サロン：・戸塚地区センターを柏尾サロンで新規登録 ・理事会で預かったお金の受け渡し ・8、10月の理事会は小林が参加できないので、代理を検討中</p> <p>次回定例会 7月27日(水)18:00～ 戸塚地区センターC会議室</p>
三 浦 責任者 奈良部理事	<p>定例会 6月16日(火)18:00～20:00 鎌倉福祉センター 参加者13名</p> <p>I. 理事会報告事項～ 郵貯銀行 a/c 間での資金授受、個人情報取り扱い、活動時のリスクと保険ほか。</p> <p>II. 健生クラブ～ 今後の当ネット担当行事説明、来年度新企画検討開始ほか。</p> <p>III. 三浦ネット活動～①相互研鑽は「腰痛について」と題し中村ADによりご自身の経験を踏まえたもので、大変参考になるお話しであった ②井口会長が出席いただき、H23年度健生協議会運営方針等について述べられた。</p> <p>次回定例会 7月14日(木)18:00～20:00 鎌倉福祉センター</p>
湘 南 責任者 亘 理事	<p>定例会 6月21日(火)18:00～19:50 参加者13名</p> <p>①井口会長 健生の重点的取り組み課題の具体的活動の披露と協力依頼</p> <p>②新会員松橋さん紹介と理事会・健生クラブ報告</p> <p>③相互研鑽発表浅川さん MLとE配信の加入促進と活用による全員参加の会議体</p> <p>④井口会長を囲んでの懇親会(11名参加)</p> <p>次回定例会 7月19日(火)18:00 茅ヶ崎市民ギャラリー</p>
県 央 責任者 隅田理事	<p>定例会 6月21日(火)18:00～ 大和 参加者14名</p> <p>I 理事会報告：理事の推薦、自薦の取り扱、東日本義捐金等</p> <p>II 健生クラブ火曜会大山豆腐料理(5月)、木曜会新緑の高尾山(6月)実施報告</p> <p>III 勉強会：家屋の耐震性について(伴講師)木造家屋の耐震性は意外とある</p> <p>IV 次回暑気払いを兼ねた定例会の企画</p> <p>次回定例会 7月18日(月)11:00～ 座間老人憩いの家</p>
横浜 中央 責任者 大熊理事	<p>定例会 6月16日(木)17:00～18:50 県民センター702号室 参加者8名</p> <p>I. 理事会報告：①理事・監事の立候補条項の内規等、②神奈川/新潟両健生の情報交換・交流の件、③健街道実施の件、⑤「女性交流会」衣替え発足の件 等</p> <p>II. 健生クラブ：①10月7日金曜会正幹事(高村)、3月29日木曜会 正幹事(未定) ②平成24年度新規計画提案(各自7月半までに木村へ提出)</p> <p>III. その他：①戸塚地区との交流会報告(木村)、②超高齢未来2030年勉強会の報告(大熊)、③歌声サロン・伊勢佐木実施報告(斉藤) ④健康生きがい学会(11/23)案内</p> <p>IV. 審議事項：①現状地区メンバー確認と新規メンバー加入促進の件、②新年度役割分担③9月以降の定例会日程の再検討、④退任した大橋さんへのお礼の件 等</p> <p>次回定例会 23年7月21日(木)17:00から 県民センター 703号室</p>

平成23年6月度 <かながわ健生クラブからのお知らせ>

H23.7.5 内海 孝夫

<健生クラブ主要トピックス>

* 6月の活動は雨季のシーズンにもかかわらず、タイミングよく避ける事が出来た。

【6月度・活動の実績】

	木曜会	火曜会	金曜会	サークル活動	サークル活動
開催日	6月9日(木)	6月7日(火)	6月10日(金)	6月1日(水)	6月29日(水) (5/11中止の再活動)
テーマ	新緑の高尾山ハイキングと薬王院の精進料理	北条政子の言い伝えの「馬洗い川せせらぎ緑道」を散策	横浜都筑区の貴重な歴史を訪ねて	「本郷文学散歩：東大・一葉ゆかりの地・小石川後楽園」	「両国・蔵前散策、水上バスクルーズ、建設中の東京スカイツリーを仰ぐ」
担当地区	県央	戸塚	横浜北	江戸百景サークル	江戸百景サークル
会員(他)参加 A D	37名(名) 5名	32名	35名 1名	37名(5名) 3名	31名(6名) 2名
スタッフ 参加合計	4名 46名	3名 35名	8名 44名	3名 43名	3名 36名

【8月度・活動のご案内】 詳細は健生クラブの下記ホームページ

<http://kanagawa-kensei-club.jimdo.com> からご覧下さい

～皆さまのご参加をお待ちしております～

開催日	～8月度は健生クラブの活動はなし～				
テーマ					
集合場合 集合時間					
担当地区					
連絡先					

以上

理事会報告つづき 連絡・報告事項等のお知らせ

連絡・報告事項

1. 健生クラブ：内海主担当（添付資料 5）
添付資料の通り。
2. 地区ネット活動：奈良部担当理事（添付資料 6）
 - ・ 地区ネット会議で、各地区ネットの担当者から、各地区ネットの中の行政との協働事業等の独自行事について話してもらうことを、先月からやっている。これから毎月交代でやっていく。
3. 新規活動・事業委員会：大橋副会長（添付資料 7）
添付資料に基づき下記各部会の詳細な報告があった。
 1. 社会貢献活動部会
 2. 超高齢未来検討部会
 3. 若年会員検討部会
 4. ビジョン検討部会
4. かながわの旧街道を歩く会：大橋副会長（添付資料 8）
 - ・ 第 1 回を 6 月 25 日に開催しました。参加者は総勢 47 名（うち AD9 名）でした。
 - ・ 第 2 回目は 7 月 22 日。申込者が 65 名となり、総勢で 73 名となる見通しです。
5. ノルディックウォーキング：隅田担当理事
 - ・ 9 月 18 日「横浜・八景島シーパラダイスコース」を行います。
 - ・ 雨のため中止となった 5 月の行事「小机城址と日産スタジアム」を、10 月の 9 日に行います。
6. 女性交流会：小泉担当理事（添付資料 9）
パンフレットの通りです。各地区ネットの方にも声をかけて下さい。
7. 財団情報：大熊主担当
配布資料をご覧ください。
 - ・ 財団の「Web 生きがい」に神奈川健生の活動の紹介をしています。
 - ・ 11 月 23 日第 2 回「健康生きがい学会」が東大安田講堂で開催されます。
8. 事務局報告：深谷事務局長（添付資料 10.11）
 - ・ 「事務局からの報告」の通り会員の移動がありました。
 - ・ 「横浜市西区福祉活動拠点」が使えるようになりました。金銭が発生する使用時は事務局まで連絡のこと。 **第 5 回定例理事会は 8 月 8 日(月) 18 時 30 分～ 県民センター 705 号室**

サークル活動のお知らせ

主担当理事 深谷 武彦 電話 080-5439-5165

会員相互の勉強会、趣味の会としてサークル活動を実施しています。



各サークル活動の概要は以下の通りです。

A) なんでもみんなで勉強会

世話役： 七海 耕一、前田ちひろ、小杉真希子
TEL 046-873-1518

□ 次回予定：8 月 10 日（水）17:00～19:00

テーマ「円満な相続の方法」

講師：茂木 一晃氏

場所：かながわ県民センター 604 号室

B) 健生ハイキングの会

世話役 井上 精司 (tel&fax 0462-59-3100)

(木村 和男、芝崎 誠、柴田 廣三、
伴 敏郎、山野 義幸、東 晋)

□ 次回予定：8 月夏季合宿

「田沢湖高原（秋田）」8/19～22

C) 健生グリーンゴルフ会

世話役 松島 誠一（電話）0467-23-3950

布井邦昭 0467-58-7895、七海耕一 046-873-1518

□ 第 29 回健生グリーンゴルフ会ご案内

日時：2011 年 10 月 27 日(木) 08:34～08:56 アウト・イン各 4 組 合計 8 組

場所：鎌倉パブリックゴルフ場 〒247-0052 鎌倉市今泉 5-1003

申し込み&問い合わせは smatsushima03@ybb.ne.jp 宛にお願い致します。(先着 32 名まで)

G) 美食倶楽部 世話人代表 井上 亜土美
事務局 阿部 匡宏
(電話・FAX) 045-592-0243
メール: abe-masa@q00.itscom.net
□ 次回予定: 9月15日(木)

H) 健生ADL体操の会
世話役 上田 隆一郎
(電話・FAX)045-852-5192
メール: takaueda@carrot.ocn.ne.jp
□ 次回予定 8月4日(木)13時 県民センター 604

K) 「句楽会」(誰でも楽しめる俳句)
世話役 蛭子雷児
(電話・FAX) 045-784-5496
メール: rainoko566@seaple.icc.ne.jp
□ 次回予定 8月3日(水)18時 県民センター 307号室

I) コントラクトブリッジを楽しむ会
世話役 寺内 顯正
(電話・FAX) 045-714-3129
□ 次回予定 8月6日(土)18時 県民センター 702

L) 「布絵を楽しむ会」 世話役 清水 昭子
Tel & Fax : 045-821-4730
◆ 毎月第3水曜日 13:00~17:00 県民センター
□ 次回予定 8月17日(水) 13:00~
県民センター703号室

J) 神奈川健生音楽団 世話役 斉藤 克己
(電話・FAX) 045-712-2138

□ 次回予定 7月21日(木) 歌声サロン・伊勢佐木 15:00~16:30 CROSS STREET
その次の歌声サロンは8月18日です。
◆ 活動の様子がブログで紹介されています。
下記アドレスからお入り下さい。
<http://kksmusik.a.exblog.jp/>

M) 「女性交流会」 世話役: 三浦 紀子 小泉 かよ
Tel&Fax 045-953-2798
メール: no3matato@77.catv-yokohama.ne.jp
□ 次回予定 8月26日 10時より 県民センター 708号室
今年度初です。押し花を材料にかわいい作品づくりと懇親会で会費は両方で2200円です。

N) 「カラオケを楽しむ会」 世話役: 田原睦夫 TEL 045-382-7680 mtawara@jupiter.ocn.ne.jp
◆ 「カラオケを楽しむ会」への会員募集をしております。
◆ 定例会は原則毎月(8月、1月は除く)第1金曜日、第3月曜日の15:00~17:00
◆ 東急ホテル並びの「BEST HIT」(am. pmのビル)です。
◆ 費用はカラオケ2時間+ソフトドリンク付き500円、生ビール中ジョッキ付き600円です。
◆ 参加される方は田原までメールかTELでご連絡ください。 気軽に遊びに来てください。
◆ 会員一同 大歓迎です。 **8月は5日と15日です**



平成23年6月度 新規活動・事業委員会議事録

場所: 平成23年6月20日(月) 18:05~19:40 県民センター705号
出席者: 井口、大橋、梶田、深谷、杉山、竹内、伊藤、吉田(隆)、田原、大埜
(欠席)東、 以上出席10名、 敬称略
司会: 大橋

報告・討議内容

1. 社会貢献活動部会

(1) 6月20日 第2回会議を開催した。以下の概要報告があった。

① アンケート調査結果に基づき、研修会を開催する。(講師: AD)

入門編・・・10月、 実務編・・・H24/1月

② 健生ADに対し成年後見人研修会等の外部情報を提供していく。

- ③ 健生としての取り組み・・・当面、「市民後見人」となることを目指す。
その後、実績を見て専門職的な「法定後見人」へのステップアップを検討する。
 - ④ 社協等、関係機関との連携を図るべく活動する。
 - ⑤ 後見人制度との係わりについてAD（生きがいつくり）としての優位点を見出しPRしていく。
- (2) 6月15日、改正介護保険法が可決され市民後見人の育成方針も盛り込まれ市民後見人の必要性・育成や活用の促進を明言している。健生の取り組みにも弾みがつく。

(3) Q&A

Q： 研修会をもっと早くできないか？

A： 健生としてのコンセンサスの確立や資料等の準備に時間を要するため、現状では10月が良いと考えている。

2. 超高齢未来検討部会

6月に下記 2回の勉強会を開催した。・・・その概要報告があった。

- (1) 第1回 6月4日・・・参加者12名

問題点の抽出・討議を実施

- ・ 国家財政問題
- ・ 年金および就労問題
- ・ 医療問題
- ・ 生活問題、高齢化団地

- (2) 第2回 6月18日・・・参加者17名

「未来づくりと長寿社会の取組」について論議

(3) Q&A

Q： 健生全体への結びつけは？

A： ビジョンなどの参考やAD上級研修会等の実施を検討している。

Q： 成果（本の内容と討議した貴重な意見等）を小冊子にまとめADにMLおよび月報等で発信願いたい。

A： 計画に入れ対応する。

3. 若年会員検討部会

- (1) H22年度はH23年1月に55歳未満 14名に声をかけ、内7名が参加し第1回の意見交換会を実施した。

参加者からは、健生 活動に直接参加はしていないが健生からの情報提供は有効との意見が多数あった。

- (2) H23年度は14名プラス77期6名の計20名に声かけをし、第2回目の意見交換会を下記の通り開催予定。

*日時 10月9日（日）14：00～ 県民センター 702号

上記の日は「講師活動」の勉強会とバッティングするが、講師活動勉強会は他の日時にも開催するので、若年会員はこの意見交換会を優先するようお願いをする。

- (3) 第2回目の意見交換会の内容により、今後の検討を進める。

4. ビジョン検討部会

- (1) 7月4日 委員7名により、全員のレベル合わせを実施する。

H23年度 の検討課題として、下記を考えている。

① 事務所問題

② 健生20周年記念に向けた取組

- (2) 現在、田原さんから頂いた資料を精読中

- (3) 本日の出席者から以下の提案があった。

現ビジョンは下記の事項を中心に作成されているが、この内容にとらわれることなくフリーに見直しをお願いしたい。

① ビジョン基本理念

② 3ヶ年計画

③ 長期計画

5. その他

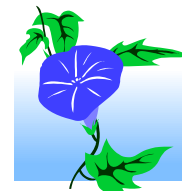
(1) 会議室確保に苦勞をしている。

- ・西区社会福祉活動拠点フクシア・・・健生として登録済、無料で利用可能。(詳細：健生事務局へ)
 - ・戸部地域ケアプラザの利用について調査する。
 - ・相鉄 鶴ヶ峰にも無料で利用可能な施設がある。必要であれば調査する。
- 以上

次回開催；7月19日（火） 18：00～ 県民センター 705号室

★★ お知らせ ★★

事務局だより



1. 会員動向

- (1) 再入会 1名
- (2) 新規加入 1名
- (3) 退会 1名（3月末付）
- (4) e配信加入 1名
- (5) 会員数

総数； 203名（内女性50名）（先月比：1名増）

（内訳）	会員数	ML加入者	e配信加入者	ヤマト便対象者
人数	203	142	150	53
(%)	(100)	(70.0)	(73.9)	(26.1)

2.（今月の話題）執筆担当者

7月号 締め切り 済 梶田 洋治
8月号 締め切り 8月1日 長崎 順一

★★ お願い ★★

月報などの受取をe配信に変更することへのお願い

- 月報などをe配信（電子メールでお送りすること）しています。
電子メールアドレスをお持ちの方で、月報などを郵送で受取っておられる方、
e配信へ変更していただけないでしょうか。お手数でも事務局へご一報下さい。
- ・郵送版より早く受け取れます。
 - ・カラー化されており、楽しく読めます。
 - ・資料の保存や管理が楽になります。
 - ・過去の月報やチラシが容易に探し出せます。
 - ・配布資料の文章やデータを自分の資料に容易に取り込めます。

★ 事務局の連絡先★

一般社団法人 神奈川健康生きがいがづくりアドバイザー協議会
事務局： 深谷 武彦 気付
〒224-0024 横浜市都筑区東山田町 1413
電話：080-5439-5165

