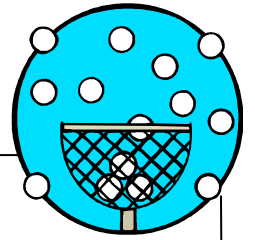




# あなたの今日と明日を支える(社)神奈川健康生 「月報」平成24年10月号

平成24年10月15日 発行(通163号)  
一般社団法人  
神奈川健康生きがいくくりアドバイザー協議会  
略称：(社)神奈川健康生



## 今月の話題

### 人口からみた雑感

相鉄沿線ネット 清水国雄

・最近、気になる画家に16世紀北方ネサンスに独自の絵画を展開した「ピーテル・ブリューゲル」がいます。作品の「雪中の狩人」(右記絵)が見たく美術史美術館に行きました。

作品からは 当時の宗教画から風俗画への転換に加え、俯瞰的構図、自然と労働の厳しさ(獲物の収穫がなく打ち沈む13匹の犬と漁師の背中)と多くの人々が遊び、生きる喜びの対比、特に色彩の黒・緑・白の配色の鮮やかさ等は、独特な印象を与えます。又、同展示室に



「農民の宴会」(左記絵)等、ブリューゲルならではの農民の状況が生き生きと描かれており、それを見ていると当時ヨーロッパの生活は、又、人口どの位だったのだろうか想像されます。



・人口でみると、当時のヨーロッパは 中世農業革命の成果が出尽くし、人口容量が飽和(飽和とは当時としての生活容量の限界の意味)に向かった頃で、14世紀に7千万人に達した後5千万人程度に急減しています。人口の単位としては現在と桁が違いますが、一旦人口飽和となった頃にイタリア・北方ネサンスが開花するのは興味深いものがあります。次に急激に人口が増加するのは、なんとといっても18,9世紀の産業革命以後で18世紀初頭の1億人強は、20世紀初め7億人とピークとなり、現在下降局面に入っています。

・一方 日本に眼を向けると、当時(江戸時代直前)の1,300万人(ヨーロッパの約6分の1程度)であった人口は、江戸後半-明治に入り急増、太平洋戦争時7,000万人、2010年には12,800万人(ヨーロッパの約6分の1)とピークを迎え、ヨーロッパに遅れること10年 現在下降局面に入り、約50年後には太平洋戦争時の7,000万人に戻るとの説もあります。人口下降局面でのデフレ脱却・スムーズな社会保障制度の確立等の難しさがある一方で、世界人口は現在の6.2億人が40年後に9.4億人と増加の一途といわれ今後の産業・エネルギー・食糧等への影響が懸念されています。人口の急増は、領土・開発発展へ飽和状態を招き、心理学で言う「エレベーター効果」のような 周りとの距離を保つ自意識、ミーイズム現象が顕著となると言われています。しかし上述のように人口推移でみるに 欧日のように人口飽和状況から下降局面へ移る時こそ 後からみると様々な文化・変革等が開くのではと思っています。

・21世紀の国の重要なものさしは、経済だけでなくむしろ大切なのは「高い文化に裏付けされた健康」ではないかと考えられます。そう考えると19世紀にヨーロッパで一部日本文化が浸透したように 21世紀の日本は、アニメも含めた映像文化、物理学等技術に加え「健康国家」としてのノウハウを、特に人口増大し続ける発展国(中国・インド約13億人等)に今後貢献し得るのではと、今こそ一人一人の地道な「健康挑戦」が、大切と考えています。

・では最後に私の健康法はと言うと、今のところは、体と頭に適度な刺激を！程度ですが。体はスポーツジム通い、頭はリラックス法として「電彩絵画」を学び・楽しんでいます。

又、脳に適度に刺激を与える為、「鶴見オカリナグリーン」に参加、約25名のお姉さん達と一緒に、黒1点でオカリナアンサンブルを吹いています。腹式呼吸を使い音色により右脳を刺激、ボケ防止にはなっているのか？しかし何と言っても1番は「健生の皆さん」の多才振り旺盛なチャレンジ精神に刺激されていることではないかと。これからも宜しく。

以上

## とまり木サロンに集いましょう

11月25日(日)に健生会員が一堂に会する懇親会「とまり木サロン」が開催されます。盛り沢山の企画が予定されています。いまから予定に組んでおきましょう。

**平成 24 年度 第 7 回 (24 年 10 月) 定例理事会議事録**

日時・場所： 平成 24 年 10 月 9 日 (火) 18:10~20:00 県民センター705 号室

出席者： 井口、内海(朗)、大橋、大熊、梶田、小泉、小杉、境、清水(昭)、清水(国)、竹内、種田、田原、富岡、奈良部、二瓶、三浦、山崎、吉田(隆)

欠席者： 杉山、茂木、高橋

司 会： 大橋副会長

会長挨拶、井口会長

1. 京都大学山中教授、ノーベル賞受賞について

京都大学山中教授のノーベル医学・生理学賞は難病の仕組みの解明や新薬開発、再生医療の実現に向けて新しい道を開いたもので、これまでの世界の種々の中長期展望に大きな影響を及ぼすものと思われる。

2. NW指導者養成・更新講習会開催 (9/30)

日本ノルディックウォーキング協会 (JNWA) の委託で主催した。養成講習会 41 名、更新講習会 10 名が受講された。これにより、(社) 神奈川健生 AD インストラクターは 58 名となった。また、挨拶の中でチラシを配布して (社) 神奈川健生の紹介を行い、何人かが大変興味を示された。

3. 横浜市第一期市民後見人養成研修

基礎編 (37 単位) が 10 月からスタートする。続いて実務編 (14 単位) は 2 月から 3 月までの予定で行われる。応募者は緑区が 27 名、青葉区が 30 数名、西区が 7 名で、緑区、西区の隣接区在住者も対象となった模様。(社) 神奈川健生 AD も複数の方が受講される見込みである。

4. 横浜市恩田地域ケアプラザ(青葉区)訪問(10/4)

斉藤元会長がウォーキング目的で区民活動センターや地域ケアプラザを訪問して神奈川健生の PR をしていただいております、そのご紹介で訪問した。本年 1 月に開所したばかりの新しい施設で、園田所長他に神奈川健生の活動内容を説明したところ、興味を示され、協働事業の実施を働きかけた。

**議 事 概 要**

1. 神奈川健生活動拠点場所情報提供のお願い (添付資料 1-1) : 竹内担当理事

- ・事務所兼活動拠点について検討してきたが、場所と価格の問題が大きく、簡単には見つからない。そこで健生の会員の人脉や地縁により情報収集をお願いしたい。地区ネットで協力を願いたい。

2. 神奈川健生 HP に関する検討 (添付資料 2) : 小杉担当理事

- ・地区ネット活動、事業活動等の情報発信について、IT 活用推進担当が支援するので、推進して欲しい。
- ・HP のアクセス件数が少なく、一層の情報発信の推進のため HP の改訂をしたい。一般の方は左から、AD 認定に関心のある方は右から、それ以外は上からというように HP を見る人のニーズに合わせて項目を整理し、HP のフォームを変更したい。⇒提案された内容で、HP を改訂することが承認された。

3. 若年会員懇談会開催について (添付資料 3) : 小泉担当理事

- ・10 月 27 日(土)に予定。新人 2 名を含む 10 名 (男性 2 名、女性 8 名) が出席予定。

4. とまり木サロンの案内(添付資料 4-1、4-2) : 三浦担当理事

- ・添付資料 4-1 が申込書になっているので、PR の上、各地区ネットでまとめて提出して欲しい。

**連 絡 ・ 報 告 事 項**

1. 健生クラブ (添付資料 5) : 富岡担当理事

- ・金曜会のみ 11 月に 2 回開催となる。
- ・健生クラブ会則、会員会則、内規 2 種類を ML のブリーフケースに格納したいという提議があり、了承された。

2. 地区ネット活動 (添付資料 6) : 奈良部担当理事

- ・各地区ネットで来年度の健生クラブの企画検討と、苦労してはいるが地区センターへの団体登録を進めている。

3. 新規活動・事業委員会：大橋副会長
    - ・社会貢献活動部会、成年後見センター設立準備室を9月18日に立ち上げを決定しました。
    - ・超高齢未来勉強会、40代の高齢期に備えたライフプラン研究（担当：卯尾氏）「地域相談のワンストップサービス活動研究」（担当：茂木氏）の2つの分科会で進めるが、メンバーを募集する。
  4. 講師活動：境主担当理事
    - ・新しいチラシの内容の説明があった。
    - ・AD養成講座を4月7日～5月12日に予定していたが、4月20日の場所の確保ができなかったため、一週間延長し、5月19日に資格審査試験で終了とする。ただ、資格審査試験は流動的なところがある。
    - ・問い合わせ窓口は、健康・生きがい開発財団で受けてもらうことで財団の了承を得た。
    - ・11月の理事会後、チラシを配付するので、各地区ネットの協力をお願いしたい。
  5. 神奈川の旧街道を歩く会（添付資料8）：富岡主担当理事
    - ・鎌倉街道下道は10月27日第7回目が最終回。来年度までの追加イベントについて具体的な話はまだない。
  6. ノルディックウォーキング（添付資料9-1、9-2、9-3）：梶田主担当理事
    - ・H24指導者講習、更新講習収支報告の説明があった。指導者講習41名（内AD9名）、更新講習10名、（内AD2名）が受講。資格取得ADは現在58名、AD以外も含めると含め全部で資格取得者は94名。
    - ・神奈川県観光課から京浜臨海部産業観光推進協議会しゅさいで、KNWCと連携し産業観光PRの企画を検討中。
    - ・10月21日22日、蓼科一泊旅行。20名の予定に22名申込。
    - ・10月14日三浦半島ウォーキング。104名参加、内スタッフ9名、AD21名。
    - ・12月2日相模原のこもれびの森～JAXA見学をKNWCの今4回目のイベントで企画。
    - ・9月20日、南地区ネット体験会に40名弱参加。具体的な同好会の立ち上げ時期は未定。
  7. 研修事業：山崎主担当理事
    - ・9月26日予定通り終了した。
  8. サークル活動（添付資料10-1～10-3）：清水（国）主担当理事
    - ・11月6日サークル活動代表者交流会開催、サークル活動の内容、体制等他サークルの参考となるような情報の交換、広報活動、新規サークル、同好会の動向など意見交換を予定。
    - ・次回サークル活動のお知らせについて、添付資料10-2に沿って説明があった。
    - ・11月のなんでもみんなで勉強会について、講師の吉田（隆）監事から添付資料10-3の説明があった。「2030年超高齢未来勉強会」の報告と今年度の参加者募集の役割を踏まえた講演となる。
  9. 女性交流会（添付資料11）：三浦主担当理事
    - ・説明するだけでできる料理なので、関心のある男性も是非出席して欲しい。
  10. 財団情報（添付資料12）：大熊理事
    - ・「WEBいきがい10月号」で、かんたん成年後見制度セミナーを紹介。
  11. 事務局から（添付資料9、10）：大熊事務局長、種田
    - ・定款と会則のブリーフケースを更新した。
    - ・退会者2名、10月1日現在会員数222名。
    - ・4月の養成講座会場予約のため健生クラブの利用者カード番号も使用したので、健生クラブの予約が遅れた。以後今回のような月初に予約作業が重複する場合は、事務局で予約作業を行う。
    - ・予約日7日前を超えてのキャンセルは、既に1件警告を受けているので、絶対にしないように。
- 以上（文責：大熊、記録：種田）

**24年度第8回定例理事会は24年11月12（月）18時10分～ 705号室**

事業活動のお知らせ

1) 平成24年10月度 <かながわ健生クラブからのお知らせ> H24.9.30 富岡 秀二

《健生クラブ主要トピックス》

\*11月の金曜会は2回開催です。太田市場が年末繁忙期の為、12月の一般見学が出来ません。その為11月30日に前倒し致します。

\*東京の新名所第一位の「東京スカイツリー」が、早くも江戸百景サークルに登場いたしました。

【24/11月度・活動のご案内】 ~皆さまのご参加をお待ちしております~

開催日	水曜日	火曜日	金曜日		江戸百景サークル
	136回	116回	87回	88回	36回
	11月8日(木)	11月20日(火)	11月2日(金)	11月30日(金)	11月21日(水)
テーマ	平安時代栄華の大庭領、豊かな自然の散策と日本大学農場見学・学内食堂で食事	若宮八幡宮・川崎大師・瀋秀園と花王川崎工場見学	旧伊藤博文邸と日産自動車追浜工場を訪ねる	太田市場(東京都中央卸売市場)と東京港野鳥公園散策	曳舟川の今昔を訪ね今話題の東京スカイツリーからの眺望を楽しむ
集合場合/集合時間	JR東海道線辻堂駅改札口前 10時00分	京浜急行大師線・川崎大師駅改札 9時45分	京浜急行金沢八景駅東口改札前 10時00分	JR京浜東北線・大森駅中央口改札 9時30分	京成押上線立石駅改札前 10時00分
担当地区	戸塚	川崎	横浜南	横浜北	江戸百景サークル
連絡先	上田 隆一郎 045-852-5192	小泉 かよ 044-355-1567	丹下 淑夫 045-754-0584	二瓶 雅代 045-942-6311	江間 誠司 045-312-0292

\*参加希望される方は上記の連絡先担当者に10日前までにお電話下さい

詳細は健生クラブのホームページ <http://kanagawa-kensei-club.jimdo.com> からご覧下さい

2) ノルディックウォーキングの案内

【木もれ日の森を歩き、JAXA「はやぶさ」を訪ねる】

日時：平成24年12月2日(日) 10時集合

集合場所：小田急線・相模大野駅中央改札口

参加費：500円(レンタルポールは別途500円)

参加募集人員：100名 ・申込み締め切り：平成24年11月25日

申込み先：梶田洋治(Tel/Fax:046-254-9831)

E-mail:kajita430118y@yahoo.co.jp

3) 「健街道」鎌倉街道下道 第7回(金沢文庫~鶴岡八幡宮)

実施日：平成24年10月27日(土) 9時00分集合

集合場所：京浜急行・金沢文庫駅改札前

・参加費：500円

・参加人員予定数：50名

・申込先：富岡秀二 e-mail:kenkaidou\_tomioka@yahoo.co.jp

TEL/FAX(045-904-0230)(090-9300-3562)

\*詳細は添付資料にもございますのでご覧ください。



地区ネットからのお知らせ

2012年10月9日  
 主担当理事 奈良部 勉

2012年9月度の地区ネット活動におけるトピックス等お知らせします。

川崎	<p><b>定例会</b> 9月19日(水) 武蔵中原エポック中原 18:30~20:50 <span style="float:right">参加者 11名</span></p> <p>1、H24年8・9月開催の理事会報告「8月休会につき2ヶ月分」          2、何でも勉強会で実施の「超高齢化未来検討部会の関係全般説明」参加要請          3、川崎大師観光ガイド資格者「大橋AD」から他ネットからの申し込み対応や利用時の説明他</p> <p><b>次回定例会</b> 10月17日 武蔵中原・エポック中原ボランティア室 18:30から20時30分</p>
相鉄沿線	<p><b>定例会</b> 9月29日(土) 17:00~19:15 旭区「みなくる」 <span style="float:right">参加者 9名</span></p> <p>I 理事会関連報告 H25 総会日程、会計関連書類保管、福祉ボランティア関連等。          II H25 AD 養成講座チラシ配布地区センター担当割 III NW: 各イベント説明等。          III 行政関連: 「みなくるアドバイザーフェスタ」ポスター展示準備等打合せ。          IV 健生クラブ: ①12月6日木曜日内容並びに②H25年度定例活動企画案の最終案に付討議。最終案決定。VI各自スピーチは、上述の討議に時間をとったので約15分となった。</p> <p><b>次回定例会</b> 24年10月27日(土) 定例会 17時~19時 みなくる(鶴ヶ峰)</p>
横浜北	<p><b>定例会</b> 9月26日(水) 18:00~20:00 山内地区センター <span style="float:right">参加者 23名</span></p> <p>相互研鑽は勝田 崇勝氏が「IT/PCなどにまつわる四方山ばなし」の演題で電機メーカーの社名の由来、単位や名称の由来についてお話がありました。健生クラブの25年度木曜会候補、養成講座のチラシ配布について議論し、その後3分間スピーチで9名の方のお話がありました。</p> <p><b>次回定例会</b> 10月24日(水) 18:00から 山内地区センター</p>
横浜南	<p><b>定例会</b> 9月26日(水) 18:00~19:50 港南台地区センター <span style="float:right">参加者 10名</span></p> <p>ゲスト参加の三浦・小泉のお二人からとまり木サロンのご案内のあと、9月理事会のトピックと20日開催の体験NWの結果と今後の進め方について報告があった。また、25年度健生クラブ火曜会候補地について討議・決定した。今月のトピックとして、伊藤美和氏より「健康日本21、第1次計画・最終評価の概要と第2次計画の推進について」発表された。</p> <p><b>次回定例会</b> 10月24日(水) 18:00から 港南台地区センター</p>
戸塚	<p><b>定例会</b> 9月26日(水) 18:00~20:00 上海広場 <span style="float:right">参加者 6名</span></p> <p>理事会報告: 神奈川健生のチラシを地区センターに配付依頼。とまり木サロンの積極的参加要請。健生クラブ: 25年度提案報告。10/16 天王森泉公園と11/8 大庭城周辺・日大見学の実施について検討。柏尾サロン: 特別な議題なし。</p> <p><b>次回定例会</b> 10月24日(水) 18:00から 戸塚地区センター</p>
三浦	<p><b>定例会</b> 9月27日(木) 12:30~14:30 ポポラマーマ(横須賀) <span style="float:right">参加者 7名</span></p> <p>1、理事会報告 2、健生クラブ~来年度新規計画の下見(10月11日)打合せ          3、本日は定例会に先立ちボーリング大会開催、昔を思い出し気持ち良い汗を流した。          4、11月の蕎麦打ち会(兼定例会)は調理室の関係で11月8日に変更</p> <p><b>次回定例会</b> 10月25日(木) 18:00より 鎌倉市福祉センター</p>
湘南	<p><b>定例会</b> 9月18日(火) 18:00 ~ 20:00 <span style="float:right">参加者 12名</span></p> <p>1. 理事会 健生クラブ報告 2. 相互研鑽 藤田さん「地域で支えあう認知症」(認知症サポーターとして) 認知症は老後の最大の不安 他人事として無関心でいるのではなく自分たちの問題との認識を持つこと・・・認知症の人への基本対応姿勢等手短な貴重な話しを受ける</p> <p><b>次回定例会</b> 10月16日(火) 18:00 ~ 20:00</p>
県央	<p><b>定例会</b> 9月18日(火) 18:00より 相模大野南公民館 <span style="float:right">参加者 17名 (ゲスト2名含)</span></p> <p>1. 理事会報告: 86期生入会説明会、市民後見人について、その他          2. 10月25日(木)「渋沢丘陵、震生湖ハイキング」最終確認          3. 参加者一部による一ヶ月の活動報告(3分以内)          4. H25年度「健生クラブ」候補地案について <span style="float:right">懇親会 12名参加</span></p> <p><b>次回定例会</b> 10月16日(火) 秦野東海大学前</p>
横浜中央	<p><b>定例会</b> H24年9月14日(金) 17:00~18:50 県民センター 401号室 <span style="float:right">出席者 10名</span></p> <p>I. 自己研鑽/相互研鑽: 「生きがいの探究: 理論編」、講師 田口 一成氏(生活の中に色々ある喜びに気づくことが、生きがい探しの一つ。)、II. 報告事項: 理事会報告(種田)、III. 審議事項: (1) 25年度健生クラブテーマの選定について、(2) AD養成講座募集チラシの配布について(地区センターへの団体登録の進め方について)</p> <p><b>次回定例会</b> H24年10月12日(金) 17:00~ 県民センター710号</p>

## 次回サークル活動のお知らせ



主担当理事 清水 国雄 電話 090-3134-2540

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。

次回各サークル活動の概要は以下の通りです。 **新規ご加入大歓迎です。各連絡先へご連絡下さい。**

### A) なんでもみんな勉強会

世話役：七海耕一、小杉真希子、内海朗子

都築 潔 Tel & Fax : 046-873-1518

□ 11月14日(水) 17:00~19:00(17時スタート)

テーマ「2030年超高齢未来勉強会」今年度の取り組み

講師：川崎地区ネットAD 吉田 隆幸 さん

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 046-259-3100)

□ 11月15日(木) 丹沢湖一周(丹沢)

集合場所 小田急・新松田駅改札、8:25発(富士急湘南バス)「丹沢湖」行きに乗車

□ 次回 12月8日(土) 富士見塚(大井町)

### D) コントラクトブリッジを楽しむ会

世話役：寺内顕正 Tel・fax：045-714-3120

□ 次回予定 11月3日(土)、17日(土)

両日共、時間 17:00~20:00

場所 県民センター708号室

### C) 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

11月7日 13:30~15:30 709号室

主な運動内容

若返る、正しい姿勢ウォーキングのためトレーニング

### F) 神奈川健生音楽団

世話役 斉藤克己(電話・FAX) 045-712-2138

□ 11月 2日(金) 川井地域ケアプラザ訪問

□ 11月13日(火) 歌声サロン・大倉山

□ 11月15日(木) 歌声サロン・伊勢佐木

□ 11月20日(火) 若葉台地域ケアプラザ訪問

### E) 美食倶楽部

代表世話役：井上亜土美 事務局：阿部匡宏

Tel&fax：045-592-0243

□ 11月22日(木)

集合：上野駅公園口改札口前 10時30分

「心豊かに芸術の秋を満喫!」

～上野公園をのんびりと散策～食事処：韻松亭

### H) 「女性交流会」

世話役：三浦紀子,小泉かよ

(電話・FAX) 045-953-2798

メール：no3matato@77.catv-yokohama.ne.jp

次回予定 12月3日(月)10:00~12:00 県民センター604号

テーマ「お祝い時や、お正月に最適な料理の講座」

と、千代紙人形付箸入れの作り方

### G) 「句楽会」(誰でも楽しめる俳句)

世話役 蛸子雷児(電話・FAX)045-784-5496

メール：rainoko566@seaple.icc.ne.jp

□ 月例句会：11月7日(水) 17:30~19:30

会場：県民センター 401号室

句会：当季雑詠 5句

□ 吟行会：11月3日(土)10:30 JR 北鎌倉駅集合

吟行地：明月院

句会場：玉縄学習センター分室第1会議室(大船駅3分)

### I) 「布絵を楽しむ会」

世話役 清水昭子 Tel & Fax : 045-821-4730

□ 次回予定 11月21日(水) 13:00~17:00

県民センター 703号室

□ テーマ 干支「民芸 蛇」

年賀状の絵にも使えます。干支だけのご参加も歓迎します。

### J) 「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、都築 潔

◆ 11月定例会：11月2日(金)と11月19日(月)の15:00~17:00

11月2日14:00~15:00、課題曲「与作」「花」「好きになった人」の練習

11月4日(日)14:00~14:30旭区文化祭「音楽の集い」(旭公会堂)に出演

◆ 旧東急ホテル並びの「BEST HIT」ファミリーマートのビル3Fです。(費用 500~600円)

## 86期生自己紹介・PR (その2)

よろしくお願ひ致します

健康・生きがい開発財団での研修会終了後に、財団ロゴ入りの名刺を注文しました。名刺には「健康生きがいづくりアドバイザー」の肩書が印刷してありますが、健全関係者以外の人と名刺交換をした時に、アドバイザーとは何かと問われ、一言でなんと説明するのか、名刺を見ながら一寸戸惑っています。アドバイザーを紹介するのに最適な短い言葉を、どなたか考えて私に教えてくださいませんか。健康・生きがい開発財団の大谷常務理事が、産業能率大学のインタビュー記事で、アドバイザーの活動を「生きがい＝自己実現＝社会貢献」と位置付け、また社会貢献とは「自分が培った知恵の事業化」であり、地域社会へのお返しであると熱心に語っています。私にはハードルが高い内容ですが、現実を見すえながら一歩でも前進し、名刺の肩書に恥じない活動が出来ればと思っています。

福島 昭夫 (相鉄沿線地区ネット)

結婚後、ずっと専業主婦で子供と共に少しは自分も成長できたかと思っていましたが、ご縁があって健康と出会い視野が広がってきました。これから色々勉強させていただきたいと思います。よろしくお願ひ致します。

古屋 郁代 (横浜南地区ネット)

結婚して以来、数年での転勤を繰り返しながら、地域に根付くことなく三十年近く過ごし、八年前に横浜の地にやっと落ち着きました。

ふとした切っ掛けでNWに出会い、先輩アドバイザーの方々のお導きで、「健康・生きがいづくりアドバイザー講座」を受講することができました。

これまでの人生を振り返ると、各地でたくさんの方々に支えて頂き、これまで無事に過ごせたと感じています。

これからは、講座で学んだ事を土台にして、私が出きることを少しずつ実践しながら、出会いを大切に地域社会との繋がりを深めていけたら幸いです。

大上 敬枝 (横浜北地区ネット)

水泳が特技ですが、これまで溺れることが多々ありました。これからスイスイといかなくとも、人生最後まで？生きがいをもって泳ぎ続けて行きたいと願ひしております。

友利 秀雄 (県央地区ネット)

テーマは『50歳から始める健康・生きがいづくり50年計画』

『健康・生きがいづくり 50年計画』コーチングアドバイザーとして活動をする。

元気な熟年、長生き、生き・活き、おじさま・おばさまを対象とする。

まず、①健康づくり“My Self. My Check”マネジメントノートを作成する。運動・食事・睡眠を管理する。『毎日の体重・血圧・カロリー・運動量・睡眠効率』を計画化し、毎日、自らが測定する生活習慣を普及・定着させる。そして、②生きがいづくり“実り多い人生をさらに熟すために、自己実現を果たす場を提供する。社会貢献活動ができるスキル探しの支援をする。

健康・生きがいづくり コーチングアドバイザーとして、コンテンツの開発及びコーチング術を習得したい。これを小生の生きがいとしたいが、……。そして、貴団体の継続的事業として成立させたい。

堀内 仁 (横浜北地区ネット)

自慢できる物はありませんが、今やっている事

- ・楽器・フルートを習っています
- ・近くの大学で、日本古代史の勉強
- ・神奈川健康NWクラブでのノルディックウォーキング
- ・地元でのサークル活動 e t c です。

山村 国修 横浜中央ネット)

特にPRすることはないのですが、退職してから時間ができましたので、いろいろなものに手を出してきました。その事がアドバイザーとして、お役に立つ事ができれば幸いです。

高橋 富 (横浜中央ネット)



### 平成24年度第5回 新規活動・事業委員会議事録 (サマリー版)

日時・場所：平成24年9月18日(火) 18:00~19:30 かながわ県民センター705号  
討議内容

#### 1. 社会貢献活動部会 (大埜委員)

- \* 「神奈川県市絵成年後見センター」設立準備室の立ち上げを決定 (9月18日)
- ・ 準備室の構成メンバーは、社会貢献活動部会のメンバー (8月理事会資料参照) と東大研修者 6名 (吉田氏、清水(国)、奈良部氏、高村氏、梶田氏、高橋富氏) の計16名
- ・ 成年後見センターは、新規活動・事業委員会の下部組織とする。

- ・センター機能としては、相談・申立支援機能、個人後見人の支援機能、法人後見受任に向けた体制作りの機能、養成研修等支援によりメンバーのスキルアップを図る機能等。
- ・詳細については、総会に向け定款変更を含め、構成メンバーがそれぞれ役割分担をして具体的に詰めていく。

## 2. 超高齢未来検討部会（吉田総合世話役）

1) 2030年超高齢未来勉強会において分科会検討テーマと主担当は下記の通り決め進めることになった。

- ・「40代の高齢期に備えたライフプラン研究」（7月14日、9月15日）（担当：卯尾氏）
- ・「地域相談のワンストップサービス活動研究」（8月4日）（担当：茂木氏）

2) 今後の予定

- ・10月6日（土）15：00～ 世話役会議（吉田、伊藤美、卯尾、大熊）で方向性を検討
- ・10月13日（土）「40代の高齢期に備えたライフプラン研究」
- ・10月28日（日）、「地域相談のワンストップサービス活動研究」

## 3. ビジョン検討部会（竹内委員）

1) ビジョン検討部会（9月10日 15：00～17：00）での検討

- ・コミュニティカフェの成立可能性に関して7月のビジョン検討、吉田委員の主導に基づく現地調査等を踏まえて検討を行った。
- ・検討事項は、事業目的、具体的事業内容、立地・規模・家賃、事業収支計画、課題・留意点等。

2) 神奈川健生活動拠点場所情報提供のお願い

- ・ビジョン検討部会での検討結果を踏まえ、神奈川健生会員に対して、コミュニティカフェの拠点となる場所の情報提供をお願いすることとした。

## 4. 若年会員検討部会

1) 若年会員交流会開催

- ・10月27日（土）12：00～15：00 県民センター710号室で開催予定
- ・小泉かよ理事（川崎地区ネット）が、具体的なプログラムを検討中。
- ・超高齢未来勉強会の「40代の高齢期に備えたライフプラン研究」検討グループ代表（卯尾氏）が検討経過とメンバー募集の説明を予定。

以上

### 事務局だより

### ★★お知らせ★★

#### 1. ML更新情報

(1) ブリーフケース更新情報

神奈川健生	定款	20120602 改訂版	2012年9月24日
同	会則	20120602 改訂版	2012年9月24日

#### 2. 会員動向（敬称略）

(1) 退会者 県央地区ネット 2名

(2) 会員数

総数； 222名（内女性55名）（先月比-2）

(内訳)	会員数	ML加入者	e配信加入者	ヤマト便対象者
人数	222	165	173	49
(%)	(100)	(74.3)	(77.9)	(22.1)

#### ★ご案内★

年会費振込用口座番号 ゆうちょ銀行 00130-0-300483 神奈川健生会計

神奈川健生 ホームページアドレス <http://kanagawa-kensei.com/>

#### ★事務局の連絡先★

一般社団法人 神奈川健康生きがいきづくりアドバイザー協議会

事務局：大熊 謙治 気付

〒230-0011 横浜市鶴見区上末吉 1-28-17

電話：090-1706-9306

