



あなたの今日と明日を支える(社)神奈川健生

「月報」平成27年11月号

平成 27 年 11 月 16 日 発行 (通 200 号)

一般社団法人

神奈川健康生きがいつくりアドバイザー協議会

略称：(社) 神奈川健生



今月の話題

「アマチュア・オーケストラ団員のつづやき」

横浜北地区ネット

安場 良治

中学時代からクラシック音楽が好きになり、30 歳くらいまではレコード・オタクだった。しかし、だんだん「聴くだけではなく、演奏して曲を深く知りたい。」という気持ちが強まり、チェロを習い始めた。その後、地元(川崎市高津区)にアマチュア・オーケストラ(略してアマ・オケ)が出来たので腕前もかえりみず入団を申し込んだら、チェロの参加希望者が少なかったせいか即入団となった。上手な人が増えればいずれ退団を迫られるはずだったが、なぜか入団 20 年を経てまだ現役である。演奏曲のレベルもだんだん高くなり、練習についていくのは大変だが、名曲にどっぷりつかっていただける喜びは格別だ。

しかし、自己満足はともかく、わがオケの社会的存在意義となると話は別である。わがオケは川崎市にある 4 つのアマ・オケの中では一番歴史が浅く、技術的にも未熟だが、不思議と演奏会はいつも満員でリピーターも多い。これまで市民館でのロビー・コンサートのほか、小学校への出張演奏なども行い、おおむね好評だ。また、そもそもアマ・オケは地域の素人音楽家に演奏発表の場を作り、生きがいも与えているのだから、それも勘案すれば「社会貢献」は出来ているはずだ。しかし、わがオケが外部に公表している公式コンセプトを見ると「社会に(プロに出来ない)何らかの貢献をもたらす存在でありたい」とだけあり、「社会貢献する」と言い切っていない。

(つづく)



チェロを演奏する安場さん

平成 11 年 (1999 年) 4 月、月報第 1 号が発行されてから 16 年 8 か月、この間、途切れることなく、今月、第 200 号を発行することができました。平成 11 年は、横浜中央、横浜北、川崎各地区ネット並びにかながわ健生クラブ木曜会が発足した年でもあります。これまで棒を繋いできた先輩の方々に敬意を表します。

クラシック音楽を聴く人は残念ながら少数派である。CD販売店の売場面積を見れば一目瞭然だ。音楽家たちの努力にもかかわらず「難しくて、長くて、退屈」というイメージから抜け出せず、聴衆は増えない。わがオケも、これまでの活動で着実にクラシック音楽ファンを増やしていると思いたい。だが、演奏会で聴衆からアンケートをとると、毎回「もっとわかりやすいものを作って欲しい、例えばアニメのテーマ曲とか…」という意見が相当数ある。「クラシック音楽」を一生懸命演奏したのにこの反応、である。アマチュアの下手法な演奏ではしみついたネガティブなイメージを変えられないのだろうか。わがオケのコンセプトを作った人はそこにひっかかって、「社会貢献する」とは言い切れなかったのか、などと思ってしまう。

「自己満足でいいのさ」と言うオケ仲間もいる。所詮はそうであっても「クラシック音楽を一生の趣味にする人を一人でも増やそう。」という思いはずっと持っていたいのだ。

理事会からのお知らせ

平成 27 年度 第 7 回 (H27 年 11 月) 定例理事会議事録

日時 平成 27 年 11 月 9 日 (火) 17 時 10 分～19 時 00 分

場所 神奈川県民センター 705 号室

理事名 伊藤(誠) 浦崎 大熊 大島 小川 坂倉 田口 竹内 富岡 友利
長橋 原 平田 松橋 三浦 村上 目島 安場 山村

監事名 井口、大橋

オブザーバ：二瓶、

欠席：浦崎、原、三浦

司会 目島副会長

1. 会長あいさつ 大島
 - ・ 1 月理事会休会。ビジョン検討、新規活動・事業委員会も休会。風邪が流行っているので、各理事体調管理に留意されたし。
 2. 平成 27 年度上半期連結決算報告 添付 1 田口
 - ・ 27 年上期決算報告。書類提出のお礼。詳細説明。次回 27 年度仮決算 2 月末。
 3. 生命保険協会の助成金申請について 添付 4-3 目島
 - ・ 助成金申請は健生クラブより書類提出済み、県社協の推薦を得た。来年三月決定予定。
 4. 未病サポーター養成研修の開催について 大熊
 - ・ 未病サポーター研修 2 月 3 日実施予定。決定次第 AD 対象開催案内、理事を含め 40 名程度参加者を確保したい。
 5. 平成 28 年度総会の開催日程について 大熊
 - ・ 6 月 4 日 (土) 開催予定
 6. 連絡、報告事項
 - (1) 健生クラブ 添付 2 富岡
 - ・ 1 2 月の活動についての見どころ等補足説明。
 - (2) 地区ネット活動 添付 3 長橋
 - ・ 各ネットの活動紹介。1 月理事会休会に伴い地区ネット連絡会も休会とする。
 - (3) 新規活動・事業委員会 添付 4-1～4-2 目島
 - ・ 野村証券への講師派遣による「健康生きがいつくり教室」の経過報告。
- 「地ならし期間」を設けることで、自発的な活動にむけ、地区ネットでの更なる検討を依頼する。
- ビジョン検討部会 添付 5-1～5-3 竹内・目島
- ・ 部会を 3 班(A/B/C)分けし各班のその後の検討事項について報告。
 - B 班：事業活動・サークル活動・同好会 定義の明確化について「定義の成文化 (第 1 案)」の提示と説明があった。更に検討を加え 1～2 月のサークル責任者への説明会に備えたい。

- | | | |
|--|------|-------|
| (4) 20周年記念事業委員会 | | 大島 |
| ・20周年記念誌2月発行予定(2月理事会で配布予定)。編集内容概略説明。
事業活動、地区ネット活動、サークル活動分の原稿は12月10日を〆切として原稿執筆を依頼する。 | | |
| (5) 成年後見センター | 添付6 | 竹内 |
| ・10月26日幹事会報告。申立候補案件の経過報告。新リーフレット作成。規定類開示基準検討。
12月6日(日)研修会予定。 | | |
| (6) 講師活動 | 追加資料 | 長橋 |
| ・11月講座の報告及び28年度AD養成講座講師を募集し、応募締め切りを11月末とする。
・来年度AD養成講座ちらしは12月理事会で各地区ネットに配布予定。多量のネットは宅急便で送付。 | | |
| (7) 神奈川の旧街道を歩く会 | 添付7 | 富岡 |
| ・大山道本年度終了。来年度の予告・説明。 | | |
| (8) ノルディックウォーキング | 添付8 | 村上 |
| ・指導者講習会報告。11月NWイベントアピール。28年度の予定。ポールウォーキング情報。 | | |
| (9) 研修事業 | | 伊藤(誠) |
| ・総合健康推進財団受付業務(1月～3月)担当者決定・名簿提出。 | | |
| (10) サークル活動 | 添付9 | 小川 |
| ・12月各サークルは予定通り実施。「ハイキングの会」200回。 | | |
| (11) 財団情報 | 添付10 | 大熊 |
| ・財団の関連情報説明・「健生ほっとらいん」の会員募集。茗荷谷倶楽部の情報。 | | |
| (12) 事務局 | 添付11 | 大熊 |
| ・会員動向・月報執筆担当者確認。 | | |
| | 添付12 | 坂倉 |
| ・12月行事予定確認。 | | |

以上

12月度理事会 12月14日(月) 17時10分～705号室

作成:坂倉、文責:大熊

事業活動のお知らせ

- 1) かながわ健生クラブからのお知らせ
- 2) 成年後見センター活動報告
- 3) 講師活動からのご案内(平成28年度AD養成講座の講師募集)
- 4) 「健街道」大山街道<田村通りコース>第1回 ご案内 辻堂駅～寒川駅
- 5) ノルディックウォーキングのご案内(定例会予定)

－詳細は月報添付資料をご覧ください－

平成28年4月期の健康生きがいくくりアドバイザー養成講座が、4月3日、10日、24日、5月8日、15日の5日間の日程で開催されます。講師活動では、AD養成講座の講師を募集しています。締め切りは、11月30日です。養成講座講師を希望される方は、奮ってご応募ください。



地区ネットからのお知らせ

2015年11月9日
主担当 長橋 輝明

2015年10月度の地区ネット活動におけるトピックス等をお知らせ致します。

横浜中央	<p>定例会 10月16日(金) 17:00~19:00 県民センター702号室 <u>参加者 7名</u></p> <p>1. 理事会報告 ・元気シニア応援団体への助成、就労個別相談、野村証券ハッピーライフセミナーについて 等の報告</p> <p>2. 健生クラブ ・10月23日金曜会の詳細打合せ。</p> <p>3. 3分間スピーチ ・時間が足りず、最近手術された2名の方の経験談</p> <p>次回定例会 11月13日(金) 17:00~19:00 県民センター702号室</p>
横浜南	<p>定例会 10月28日(水) 16:00~ ぷらっと栄 フリースペース <u>参加者 9名</u></p> <p>1. トピックス「健生の20年を振り返って」伊藤美和氏</p> <p>2. 10月度理事会の報告・10月度地区ネット連絡会報告(長橋)</p> <p>3. 健生クラブからの報告(村田氏)</p> <p>4. ノルディクスキーウォーキングクラブ(竹内氏)</p> <p>5. その他 野村証券関連新規事業の件、講師活動研修、12月16日実施予定の忘年会の件など</p> <p>次回定例会 11月25日(水) 16:00~ ぷらっと栄</p>
相鉄沿線	<p>定例会 10月24日(土) 17:00~19:00 みなくる <u>参加者 7名</u></p> <p>1. 10月度健生理事会報告</p> <p>2. 連絡事項 ①健生クラブ 火曜会代替案の検討、次年度計画の確認 ②1月定例会を県央合同会にする案の検討：承認</p> <p>3. 5分間スピーチ・秦始皇帝、兵馬俑展示、素人と農体験考：自分の都合で作業してもうまく育たない。作業するべきタイミングがある、消費税アップ騒動と零細企業について、手話を1つでも覚えませんか？</p> <p>次回定例会 11月28日(土) 17:00~ みなくる</p>
横浜北	<p>定例会 10月28日(日) 18:10~19:45 山内地区センター <u>参加者 20名</u></p> <p>1. 自己紹介：加藤一枝さん、安場良治さん。 健生アドバイザー資格取得へのきっかけなどの紹介がありました。</p> <p>2. 健生20周年記念誌を年明けに刊行の予定とのこと。野村証券支店への講師派遣は今後も継続する。12月の北地区ネット例会200回の機会に記念誌を発行する事に決定、他。</p> <p>3. 5分間スピーチ1名。</p> <p>次回定例会 11月25日(水) 18:10~ 山内地区センター</p>
戸塚	<p>定例会 10月21日(水) 18:00~ 女性フォーラム <u>参加者 8名</u></p> <p>1. 理事会報告：野村証券支店への講師派遣事業について検討・討議した。 20周年記念式典・助成金申請・未病サポーター養成研修・法人市民税減免申請・他</p> <p>2. 健生クラブ：11月実施の火曜会、12月実施の木曜会についてスタッフの確認・他。</p> <p>3. 平成28年度戸塚宿七福神巡りの新しいパンフレットが配布された。1月4日~11日実施。</p> <p>4. 3分間スピーチ：横浜開港記念日・テープ起し・シルバー川柳・関東地方の洪水・他。</p> <p>次回定例会 11月25日(水) 18:00~ 戸塚地区センター</p>
川崎	<p>定例会 10月21日(水) 18:00~20:00 エポックなかはら <u>参加者 7名</u></p> <p>1. 大島会長より財政基盤構築、個人から健生、ネット等で共有化などの話をされた。</p> <p>2. 理事会概要報告、野村証券支店への講師派遣等</p> <p>3. 自己研鑽 大橋氏「かわさきの生い立ち」 古代から昭和に至る歴史の解説</p> <p>4. 健生クラブ 来年度計画および29年1月火曜会の準備確認など</p> <p>次回定例会 11月18日(水) 18:00~ エポックなかはら</p>

三 浦	定例会	10月20日(火) 9:40~14:00 久里浜 パークゴルフ場	参加者7名
		1. 晴天に恵まれ、久しぶりにパークゴルフを堪能。 2. 10月13日(月)理事会報告 会長挨拶 20周年記念式典御礼・今後の動向。生命保険協会の助成金申請について。未病サポーター養成研修を開催の検討について。就労の個別相談について 3. 健生クラブ10月8日 11月5日(木)朝比奈切通し最終下見実施。10月30日12月4日観崎公園 最終下見。 4. 5分間スピーチ 場所柄中止。懇親を深めた。	
	次回定例会	11月17日(火)18時より 鎌倉 福祉センター予定	
湘 南	定例会	10月20日(火)18:00~20:00 市民ギャラリー	参加者10名
		1. 10月理事会、報告等及び連絡事項 ・20周年記念事業、120名の出席者にて盛大に開催、皆さまへ感謝のメッセージ有り(大島会長より) ・e配信の再度の変更、送信を3回に分ける方式からPDF(しおり方式)で配信される事の連絡 2. 健生クラブ・健生ノルディックの報告 ・湘南地区ネット主催(木)(火)(金)曜会実施日の紹介・クラブの休日について…資料の説明 3. 相互研鑽…白石会員より「わが故郷はこころのふるさと」について、心の温まるお話を伺えた。	
	次回定例会	11月17日(火)16:30から 茅ヶ崎市、「いこりあ」にてお料理教室	
1 県 央	定例会	10月20日(火)18:00~20:00 大和市民活動センター	参加者10名
		1. 理事会報告 2. 生命保険協会の助成金申請について 3. 2分間スピーチ 4. 自己研鑽-「アンチ・ドーピング」について 講師：友利AD スポーツ固有の価値を守り、試合の公平さやアスリートの健康を保護するために。 5. その他 野村証券での「健康生きがいきづくり教室」-今後の検討課題	
	次回定例会	11月17日(火)18:00から 場所：あつぎ市民交流プラザ609(アミューあつぎ)	

新規活動・事業委員会

平成27年度 第7回新規活動・事業委員会議事録

- *開催日時：H27年11月2日(月)16:05~18:00 *会場：県民センター705号室
 *出席者(敬称略)：伊藤(美)、浦崎、大熊、大島、大橋、梶田、田口、竹内、原、三浦、村上、吉田(隆)、目島(記)
 *欠席者：なし

議事内容

新規事業提案

- 野村証券支店への講師派遣による「健康生きがいきづくり教室(仮称)」について(目島委員)
各地区ネットからの反応を報告、地区ネットにより温度差があり、11~12月は「地ならしの期間」として更に検討していただくことで決定した。
- 平成27年度生命保険協会 元気シニア応援団体に対する助成活動について(目島委員)
かながわ健生クラブから申請済み、送り状をもって報告とした。来年3月末に決定予定。
- 未病サポーター養成研修を開催の検討について(大熊委員)
2月3日(水)14:00~17:00 県民センター711号室開催予定で日程調整依頼済み。近日中に決定する。AD40名の参加を要望する。

通常議題

1. 「生涯現役クラブ」の今後の具体的な展開について（大島委員）
 - ① 10月31日港北区主催イキイキ地域活動交流会にて、本年度の活動中間報告会・まめどシニアクラブの活動報告を行った。
 - ② 2年に亘り活動し、港北区よりスタートアップコースとして補助金を受けてきた。3年目からは、チャレンジコースとなるが、現状では拡大に大きな期待が望めない感がある。
 - ③ 参加者が少ない・（10人以下）NW比較的安定した参加者有り。今後の活動内容協議する。
2. 「ポールウォーキング」の今後の推進策について（村上委員）

県に「未病を治すかながわ宣言協力活動登録申請」を提出

10月23日定例会議開催

 - ・ 12月23日ACセミナーを川崎で実施（現在6名申込み）予定。
 - ・ 町田市高齢者支援センターの委託事業が開始され状況報告した。
 - ・ PW協会への支部入会の検討（次回持越し）
3. 「旅の会」の発足後の動向について（三浦委員）

引き続き「AD全国大会」への参加旅行を検討中
4. 新規活動・事業のニーズ調査・研究について
昨年ビジョン検討部会で提案された新規事業案（4件）の継続審議を・・・との提案が村上委員からありましたが、本件はビジョン検討部会で継続審議となりました。（提案者名）
 - 1) お助け隊並びに健生カルチャー教室の設立（大橋）
 - 2) 現在の諸活動の連携による相乗効果を狙った事業（竹内）
 - 3) ホームページの制作の請負（田口）
 - 4) 人生相談室の創設（大島）
5. その他
 - ビジョン検討部会で進めています、事業・サークル活動・同好会について定義の成文化（第1案）を提示し概要説明しました。（目島委員）

以上。

新規活動・事業委員会 主担当理事 目島 公男

ビジョン検討部会議事録

1. 第8回ビジョン検討部会 概要報告【添付5-1】
2. 事業・サークル活動・同好会の定義づけについての検討・提案
 - ・ 事業活動・サークル活動・同好会 定義の明確化【添付5-2A】
 - ・ 事業・サークル・同好会 総括マトリックス【添付5-2B】をそれぞれご参照ください。



創立20周年記念式典（記念誌掲載予定）



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) なんでもみんなで勉強会

世話役: 大島稲造、二瓶雅代、内海朗子
 都築 潔 メール: k_tsuzuki@xx.em-net.ne.jp
 12月9日(水) 17:15~19:00
 高齢者の就労について
 講師: AD 中村康雄さん
 場所: かながわ県民センター709号室

B) 健生ハイキングの会

世話役 井上精司 (tel&fax 046-259-3100)
 12月10日(木) 西伊豆歩道 (西伊豆)
 200回記念★(初心者向き) (1泊) 土肥温泉
 三島駅南口駅改札出口集合 9時40分集合バス

C) 「健生グリーンゴルフ会」

世話役代表: 松島誠一 T/F 0467-23-3950
 第37回ゴルフ会を、2015年10月15日(木)に、鎌倉パブリックゴルフ場で開催しました。ゲスト15名、AD5名、合計20名の方々が、絶好のゴルフ日和の下、熱戦を展開されました。優勝は、ゲストの岩下正廣さん(グロス82、ネット68.4)でした。ゲストの石塚 兢(たかし)さんが、グロス74のエイジシュートを達成されました。おめでとうございます。

D) 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
 12月1日(火) 13:30~15:30 604号室
 主な運動内容 : 寒くなると不活動になりがちです、運動器きに刺激を与え諸器官が十分機能するトレーニングの仕方をご一緒に。

E) 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 12月5日(土)、12月19日(土)
 時間: 17:00~20:00
 場所: 県民センター708号室

F) 健生美食倶楽部

代表世話役: 井上亜土美 事務局: 阿部匡宏
Tel&fax: 045-592-0243
 申込は事務局へ: abe-masa@q00.itscom.net
 ■12月・・・例会なし
 1月28日(木) 現地集合: 10時
 今年も元気に「初笑いで楽しく新年会！」
 場所: ロイヤルホール・ヨコハマ

G) 神奈川健生音楽団

世話役 伊藤誠二 (電話・FAX) 045-541-3352
 12月 3日(木) 歌声サロン・伊勢佐木 15時
 12月 8日(火) 歌声サロン・大倉山 15時
 12月14日(月) 中山地域ケアプラザ 13時
 12月17日(木) 歌声サロン・伊勢佐木 15時
 12月21日(月) 野毛山荘デイサービス 14時

H) 「句楽会」(誰でも楽しめる俳句)

世話役 蛭子雷児 (電話) 090-5492-4965
 メール: rainoko566@seaple.icc.ne.jp
 日時 12月2日(水) 午後5時~6時その後忘年会
 会場 神奈川県民センター 307号室
 句会 当季雑詠 5句 (欠席投句OK)

I) 「PW 振興会 (KPWS)」

世話役: 東 晋 メール azuma-st@agate.plala.or.jp
 予定 8頁参照
 ポールウォーキング同好会の情報は別紙にてお知らせします。

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 TEL 045-913-9538
 ◆定例会: 12月4日(金)、12月21日(月) 両日共 14:00~17:00
 場所: 「BEST HIT」(旧東急ホテル並びのファミリーマートのビル3Fです。(費用 500~600円))

神奈川健生創立 20 周年記念誌発行のお知らせ

現在、創立 20 周年記念誌編集委員会では、年明けの 1 月末に印刷完了の予定で、記念誌編集を鋭意進めております。概ね下記の内容で編集を行います。全体 40 頁、中綴じでフルカラー印刷を予定しています。2 月理事会以降に会員の皆様のお手許にお届けできるよう考えております。お楽しみください。

【記念誌記載項目】

1. 表紙
2. 目次
3. 記念誌発行に寄せて
4. 財団辻哲夫理事長 講演概要
5. 記念式典（写真集）
6. 祝賀会（写真集）
7. 歴代会長座談会記録
8. 20 周年記念事業委員会報告（過去班、現在班、未来班）
9. 20 年を振り返って（事業・サークル・地区ネット）
10. 協議会資料（年度毎のトピックス・数値資料等）
11. 神奈川健生会員名簿
12. 20 周年記念事業委員会の構成メンバー一覧
13. あとがき
14. 裏表紙



事務局だより

★★お知らせ★★

1. 会員動向

(1) 退会者（1名）

島崎 文也さん（湘南地区ネット）（健康上の理由のため）

2. 会員数

総数； 223名（内女性59名）（1名減少）

（内訳）

	会員数	ML加入者	e 配信加入者	ヤマト便対象者
人数	223	195	199	24
(%)	(100)	(87.4)	(89.2)	(10.8)

★ご案内★

年会費振込口座番号 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つ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

11月16日、今日は何の日

国際寛容デー（International Day for Tolerance）

1996年12月の国連総会で制定。1995年のこの日、ユネスコ総会で「寛容原則宣言」と「国連寛容年のためのフォローアップ計画」が採択された。