

広報誌78号を皆様に配布した時、アンケート記載をお願いしました。郵便切手を貼って、ポストに投函するという面倒な作業をお願いしましたが、貴重なご意見を頂きました。その内の一部を掲載させていただきます。

ご意見1

皆様にとって魅力的で生活を彩るようなやり方はおそろくないでしょう。
要は会員一人一人が如何に楽しく、彩りを出せるかだと思います。その楽しさを掴むには、まず感謝と喜び、そして行動だと思います。

ご意見2

日本では大人やシニア世代同士で飲酒しながら会話談笑する機会や場所がありません(若い人がカラオケや居酒屋等で騒いでいる姿があっても)。
シニア世代が楽しく過ごせる所が出来ればいいのに・・・と思います。
そこで提案、ミニミニ運動会を催して軽く体を動かし、広場でバーベキューをやりませんか?
皆さんとワイワイ楽しい時間を共有し輪が広がり、次のステップアップ!運動会ではシニア世代の懐かしいフォークダンスやパン食い競争なんかして、バーベキューでは美味しいお酒も飲んで、若い人にはない大人の時間を過ごせたらいいなあ～と提案です。

ご意見3

多種多様なシニアが気楽に集い、交流出来る場所が理想ですが、その催しが必要です。

ご意見4

新しい人が入ってもすぐに退会している。現在の会員に楽しんでもらえる会にすること。世間一般の講座では面白くない。
SNKの講座は講師と受講者がお互いに作り上げるもの。講座受講の成果を互いに発表するとか、他とのコラボするなど発展性を持たせるなど。

講師	受講	講座	講師	受講	講座	講師	受講	講座
		語学系			アウトドア系			つくる系
	1	フランス語		1	釣り		2	料理(男の料理)
		音楽系			ゲーム系・思考系		1	パン作り、菓子作り
	2	ギター演奏		2	囲碁、将棋、オセロ			パソコン・スマホ系
	1	フルート	1	2	麻雀、花札		1	ネットオークション
	1	オカリナ演奏		3	俳句、川柳、短歌、詩		1	プログラミング
	1	カラオケ			芸術系・絵画系		3	動画制作、編集
	1	ボイストレーニング		1	折り紙			その他
	1	ジャズ鑑賞		3	油絵、水彩、パステル		2	ドローン操縦
	1	作曲			食べる系	1	2	断捨離
		旅行系		2	食べ歩き			断捨離アドバイザー2級
	2	寺巡り		1	ワイン、		1	終活
	2	カフェ巡り			スキル系		1	燻製作り
	1	街巡り		1	マジック		1	コーヒー生豆焙煎
		スポーツ系			美容系		1	分かり易いNISA
	1	ボウリング		1	シニアを若々しく見せる化粧講座		1	老いと死に付いて
	1	ダーツ、吹き矢					1	包丁の研ぎ方

講座希望アンケート結果

かぶと虫の杜PJへのご支援御礼

かぶと虫の杜プロジェクトです。下記お手紙頂きました。身の引き締まる思いです。

かぶと虫の杜プロジェクトには大変感心があり、メールもしっかり読んでいます。
様々な作業にも参加したのですが何しろ後期高齢者で、体力でのお手伝いが出来ません。心ばかりですが寄付で参加のつもりで応援しています。

会員 鹿子島 節

今年の7月には若者と共に、かぶと虫の相撲大会を盛大に開催します。シニアの皆様は名調子の呼び出しや勝敗行司役等で参加をお願いします。

また、高良大社大学稲荷の傍の竹林3,000m²を整備中です。数年後にはクヌギの木などの雑木が生える植生豊かな竹林とし、皆様の憩いの場所にします。



12月6日現在の皆様の貴重で、暖かい励ましの寄付金額は69,263円になりました。

右記は寄付のご確認が出来た方のお名前です。感謝申し上げます。今後共にも変わらぬご支援とご鞭撻のほど、お願いします。



大学稲荷のそばの竹林を整備中です

浅野 孝様	坂本道世様
稲吉富貴子様	鹿子島節様
井上 健様	高鍋幸子様
今津一躬様	竹元俊正様
岡村達幸様	中野好子様
金子忠次様	福田洋一様
楠 順子様	保坂美恵子様
丸山まつみ様	三石勝也様
小島紀夫様	毛利宗孝様
小林尚子様	チーム丸山様

シニアネット久留米 (SNK) 賛助企業及び協賛団体

SNKの活動に暖かいご支援を頂いている企業、団体様です。会員の皆様、機会があればご利用をお願いします。

- 岩田屋フード(株)
- NPO法人 たんがく
- おみその学校(有)カネダイ
- 福岡安全センター(株)
- 有機食品バイオジョイ
- 比翼鶴酒造株式会社
- (有)くるめランチサービス
- (株)アジア福岡パートナーズ AFP
- (財)久留米観光コンベンション国際交流協会
- (株)筑邦銀行
- Just Plan (ジャストプラン) 合同会社



編集発行:NPO法人シニアネット久留米
発行人:理事長 牟田慎一郎
〒830-0851 久留米市御井町387
府中公民館内 TEL:0942-65-4545
事務局mail:snkpost@view.ocn.ne.jp
ホームページ:http://www.snk.or.jp

Vol. 79



あけましておめでとうございます。皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます

理事長 牟田慎一郎

清々しい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

2022年度も一向にコロナ感染が収まらず、不自由な毎日をお過ごしになったかと思います。本年度は、自主的な感染対策を行いつつ、Face to Faceの機会を増やして、活性化を図っていきたく思います。やはり人と人が顔を合わせて活動してこそ健康維持・増進ができることを実感しています。私も「誘われたら行く、頼まれたらやる」をモットーに様々な活動をしています。毎週2回、放課後に小学校の子どもたちと一緒に遊び・学びを楽しみ、高校生たちと福岡United Childrenというグループを立ち上げ、その自主的な活動をサポートしています。

昨年12月には、2日間にわたって、延べ43名の高校生たちと、農業の現場を見て、経営者のお話を聞く農業体験会に行きました、さらに福岡大学でビジネスプランコンテス

ギャラリーで作品展開催 作品募集

4月4日～9日に久留米市一番街多目的ギャラリーで「シニアネット久留米会員作品展」を開催します。

今後は毎年同時期に展示会を実施することとします。これを目標に皆様が趣味で集い、作品を作りをする。それを子や孫、地域の人に見て貰う。或いは、LINEやZoomで自分の作品を中継して、遠くにいる子や孫、旧友に「これどうね!」「凄いでしょ!」「元気にしているよ!」と連絡。

アンケートで出展作品を募りました。楽しい筆書き、写真を撮ろうなどの講座から作品の展示をお願いしますが、まだ、展示スペースに余裕があります。2月15日までに、展示の申込をお願いします。

展示申込先:事務局 SNK会員展示会準備委員会宛

作品名、大きさ、数量
展示施設:久留米市一番街多目的ギャラリー
住所:久留米市東町26番地8 一番街商店街
展示開始日時:2023年4月4日(火)9時30分。
展示終了日時:2023年4月9日(日)16時まで。
通常展示時間:10時～19時



会場内風景

トに参加し、大学生との交流も行いました。

このように若者との交流から、若いエネルギーをもらっています、本年度は、とくに久留米市内の小学校や高校、近くにある久留米大学との交流を積極的に行い、若者との交流の機会を増やして、会員の皆さんの若返りを目指したいと思います。また、昨年11月より始めた、毎週木曜日の午後の「私のエピソード」にも話す側、聞く側として、積極的に参加していただきたいと思っています。

本年が、皆様方にとって活気溢れる楽しい年となることを祈念いたします。



農業体験会に集まった高校生たち

事務局だより

事務局長 金子忠次

事務局では賛助企業さんの商品の斡旋販売や会員の提供による野菜、果物等の無人販売を随時行っておりますが、お陰様で皆さんからのご協力を頂いてSNKの会計に少なからず寄与することができております。

昨年に実施しました賛助企業商品の斡旋販売と無人販売の状況についてお知らせ致します。

1. 味噌(カネダイ味噌)
売上金額 52,490円 販売手数料 9,026円
2. オリーブオイル(バイオジョイ)
売上金額 26,400円 販売手数料 4,753円
3. ハム(岩田屋フード)
売上金額 68,260円 販売手数料 11,254円
4. 柿(牛島さん)
売上金額 45,500円 販売手数料 9,100円
5. 無人販売(会員栽培の野菜等)
売上金額 83,000円 販売手数料 7,945円

この結果、販売手数料合計で42,078円をSNKの会計に入金することができました。皆様のご協力を心から感謝申し上げます。

今年度も夏と冬に実施する予定です。時期になりましたらご案内しますのでよろしくお願い致します。

なお、会員の皆さんの中で販売してもいいという野菜や果物を作られている方がおられましたら、事務局までお知らせ頂きたいと思っています。

会員の近況報告 (掲載は順不同です)

・浅野 孝 久留米市青峰

毎日ラジオ体操の後、ウォーキングや野菜作りに励んでいます。昨年よりボケ防止に西日本新聞に投稿を始めましたが、パソコンに向かうとすぐ眠たくなります。昼寝を1時間位するのも日課となりました。

・伴 龍彦 久留米市諏訪野町

小生、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症の二度に亙る手術の為、外出が困難になって、毎日テレビの前で番人をやっています。SNKのメールを楽しく拝読しています。

・福田洋一 久留米市荒木町

地域の小学校正門での通学見守りや放課後学習など地域の子どもの支援に取組み、元気を貰っています。

・三石勝也 久留米市江戸屋敷

会社を退職して5年、居場所を求めて色々な所に参加しています。健康に気を付けて出来るだけ多くの人に会い、楽しく生活をしたい。

・青木正伸 久留米市善導寺町

圧迫骨折からの生活が一変！リハビリで徐々に回復中です～。

・小島紀夫 久留米市御井町

一日でも長く元気に生きられるように思いながら過ごしています。

・毛利宗孝 八女郡広川町

コロナワクチンは2回しましたが、現在悪性リンパ腫で治療中のため、3回目から受けられないでいます。日常生活は通常通り行っています。

メールは介護、託児の大切なものと大量の宣伝が来て、シニアネットのメールも詳しく読めないでいます。大量のメールはどうにかならないでしょうか。

・まるちゃんです！

だらけています
(笑い)



・今津一躬 久留米市南薫西町

10年間借用していた農地100坪を返上し、新たに10坪程別に借りることにした。少し余裕が生まれる。生活の質を落とさず、量を減らしていくことを心掛けたい。

・浦田真由美 久留米市国分町

国分へ越してきて3年目に入ります。ご近所の活発な田中様に誘われて入会。何か始めなきゃと思っているところなんです。

・丸山まつみ 筑後市長浜

前号に投稿しました。皆さん、投稿しましょう！。只今、チーム丸山はドローンのお話準備中です。

・岡村達幸 久留米市国分町

一週間に一度ウクレレ教室と孫(7ヶ月)の所へ行っております。孫は外に4人いるので、クッキーを焼いて送っています。

・松下順子 久留米市東合川

主人が亡くなって3年半、おひとり様にも慣れて、お一人様を楽しんでいます。パソコン教室、リュックにパソコンを入れて東合川からオッチラ、オッチラ、フーフーしながらステップアップしています。

・永松まゆみ 久留米市六ツ門町

この夏は突然の坐骨神経痛に苦しんだ。痛みは厳しく杖をついての歩行だったが、何とか乗り越え回復できた。ご褒美に夫と対馬旅行をした。

神話の時代から日本への重要な入口だった対馬では宗家歴代の墓が整然と並び守られていることに感銘を受けた。朝鮮通信使の学問、文化交流は宗家の外交努力があったそうだ。

・竹元俊正 久留米市瀬下町

校区のボランティア活動の日が多くなって来ました。社会福祉協議会、ふれあいの会、まちづくり委員会、共同募金会、会社OB会。



だご汁とおしゃべり会を開催

女性有志の会

「だご汁とおしゃべり会」22人の参加を頂きました。参加いただいた方、参加できなかったけど陰ながら応援して下さった方、当日にお酒と柿を差し入れて下さった方、友達同伴で参加して下さった方、前日、当日とお手伝いにご協力いただいた方、ありがとうございます。お陰様で、イメージ以上の楽しいおしゃべり会になりました。またいつか楽しい会でお会いしましょう！



料理を作る「女性有志の会」のメンバー



くつろいだ雰囲気でおしゃべり

最後は思い出のおやつ

市民後見人育成研修に参加して

会員 井上 健

皆さんは成年後見制度のことをご存じですか？成年後見制度とは知的障害・精神障害・認知症などによって一人で決めることに不安や心配のある人が色々な契約や手続きをする際にお手伝いをする制度です。

具体的には不動産や預貯金の管理などの「財産管理」と介護サービスの契約や施設入所、病院の入院契約などの「身上保護」です。

2020年には65歳以上の6人に1人の認知症患者が2025年には5人に1人になると言われています。

我々も他人事ではありません。認知症患者になれば当然預貯金の入出金も一切出来なくなります。

成年後見人になるためには特別の資格は必要ありません。一般的には弁護士、司法書士、社会福祉士などの専門家が選任されるこ



『だご汁とおしゃべりの会 ~新嘗祭の日の行事~』に思う



理事 保坂恵美子

11月23日(勤労感謝の日)、シニアネット久留米本部(府中公民館)で、男女22名の参加者を得て、『だご汁とおしゃべりの会』が開催された。主催は同会女性有志の会。もともと同会活動の一つに、津福サロンで開かれていた『うまいもんば食う会』というのがあった。同会は津福サロンを中心にした宴会好きの会員の集いで、料理・飲み方・おしゃべり・餅つきなど、かなり自由なスタイルの活動が展開されていたが、同施設が会員個人の施設であったため、高齢化等の理由により本年度をもって施設閉鎖に至ったのである。

この中から活動継続の要望が出て、これを受けたのが今回の『だご汁とおしゃべりの会』である。ここ数年、新型コロナ禍で停滞気味だった同会の活動に活気を取り戻したい事、同会本部がある府中公民館には高良大社の下宮社があり、ここではもともと久留米大学学生とシニアネット久留米、地域住民の連携による収穫祭が行われていたこと、できればこれを復活させたいという意向が関係者間にあったこと等、収穫祭を望む声はここにはあった。

戦前までの収穫祭は『新嘗祭』と呼ばれ、地域住民総出で収穫物を神に供え豊作を祝う祭りであったが、戦後GHQの占領政策により、地域社会と宗教行事・神社仏閣は分離され、地域の中心施設は「公民館」となり、地域の中心的祭り、『新嘗祭』(収穫祭)は現在では「勤労感謝」の日に置き換えられている。

とはいえこの日は紛れもなく、日本の歴史や文化を受け継ぎ、天皇家や神社仏閣を中心とした『新嘗祭』というハレの日の行事があり、高良大社下宮社で行われた『だご汁とおしゃべりの会』は戦前の日本の歴史と文化・伝統を現代に蘇らせる意義深い行事であったと思うのである。



とが多いですが親族でもなれます。親族の場合、トラブルも時々発生しています。

今後の認知症患者の増加を考慮すると専門家だけではなくても対応出来ません。

そこで登場してきたのが一般市民による市民後見制度です。NPO法人高齢者・障害者安心サポートネットが主催する講習を受講してそこに登録され、後見人に選ばれ初めてお手伝いすることになります。

報酬は安く(月に1~2万円)ほぼボランティアです。NPO法人高齢者・障害者安心サポートネット福岡本部は2004年に設立され、今年の4月に久留米出長所が城南町に開設されました。

久留米での第1回育成研修が久留米市民活動サポートセンターみんくるにて7月から12月の期間で開催されました。研修は隔週日曜日ごとに計10回、1日5時間の講義、ゼミを通じて修了となります。受講費用は1万円です。

講義内容は相続、遺言、介護保険制度、障害者福祉、認知症、法定後見と任意後見等についてその他に事例研究のゼミもあり非常に有益な内容です。

皆様も機会があれば後見人になる、ならぬに関わらず是非参加されることをお勧めします。

くるめソーシャルグッドマルシェ-Fusion 久留米大学御井キャンパス

12月4日に久留米大学キャンパス900号館、地域連携拠点「つながるめ」にて『くるめソーシャルグッドマルシェ-Fusion』が開催されました。

久留米近郊でソーシャルグッドな地域活動を実践している市民活動団体さん23団体が自分たちの普段の活動紹介や物品販売、ワークショップを出展しました。

シニアネット久留米も日頃の活動を示すパネルやポスター、広報誌やリーフレットを展示。竹チップの腐葉土の販売、かぶと虫の幼虫の展示を行いました。

大学生5人とメールアドレスの交換が出来ました。更に、小学生の親御さんからは「何故、子どもが通う小学校にかぶと虫の幼虫配布をしていないのか?」「自分の親



SNK展示ブースです。

大きなカブト虫幼虫に驚いたお子さん。

は福岡に住んでいるがSNKと同じような活動する団体はあるのか」との質問などがありました。

今年は更に、色々な所の催しに皆様と参加し、SNKのPRをしたいと思えます。