

健生き北海道

第 8 号
 健康生きがいづくり
 アドバイザー
 北海道協議会
 北海道医療大学
 看護福祉学部
 長谷川研究室内
 代表 長谷川 聰
 ☎01332-3-1211(内 3616)

「名セリフ考」

健康生きがいづくりアドバイザー
 北海道協議会副会長

上野 正志

人はよく私を「多趣味人間」というが、本人にはその意識はあまり無い。

単に好奇心が旺盛で野次馬なだけである。

ただ、映画は年間に30～50本、演劇は20～25本は観る、ベストセラーの本は殆ど総なめにする、ゴルフ、歩くスキー、水泳、麻雀、囲碁、将棋、演歌カラオケ、ビデオ撮影、日本人の名字、日本語の語源探索と興味の対象をざっと挙げればそう言われる事になるのかもしれない。

最近は、映画、観劇、読書の中で心に留まる「名セリフ」を追いかけている。

気の利いたセリフは結構、実社会でも使える。

今回、「第1回健生アドバイザー養成講座」を札幌で開講し、全道から集まつた素敵で意欲的な素晴らしい40名の受講生と出会った。

知りあった受講生との三か月の交流の中で「焼酎奉行正志」の頭の中に残っている受講生の皆さんのセリフを会員諸氏にご披露しよう。

◎出会える事がとても大きな収穫。

人は人によって磨かれる。

◎始めてをたくさん見つけたい。

自分が楽しむ事が生きる原動力と思う

◎大切なのはどれだけ沢山の事や偉大な事をしたではなく、どれだけ心を込めたかです。

痛むほど愛しなさい。

◎自分の為に学び、他人の為に役立てる。

◎“ありがとう”と言ってこの世を去りたい。

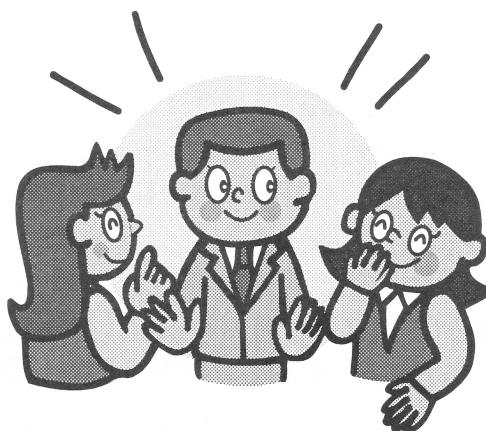
◎やり残した事として、若いからの日本社会を担う人の手助けをしたい。

◎人生には今しかできない事があります。

日々を大切に生き、やがて人生を終える時に感謝の言葉で締めくくりたい。

◎知らない人に後方から呼び止められる事があつても、優しいゆとりのある笑顔で振り返りたい。

こんな素晴らしい「セリフ」を吐き、前向きに生きる熱意ある連中が、間もなく富士吉田市の第三次研修を経て、健生アドバイザー資格を取り、やがて北海道協議会に入ります。まずは熱烈歓迎を。



1

アドバイザー養成講座を終えて

養成講座担当 家守 朋恵

第1回健康生きがいづくりアドバイザー養成講座が地元札幌で始めて開催され、無事成功裡に終了しました。これは平成14年4月11日から6月29日までの間、毎週木曜日の夜11回と土曜日2回を費やして、養成講座の第1・2次が行われたもので、予想を上回る成果を挙げ、受講生にとっても実りの多いものでした。

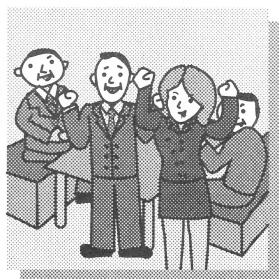
30名定員のところ、応募者多数のため40名でスタートし、一人の落伍者も無く全員無事終了いたしました。受講生40名の内訳は、平均年齢55歳、36歳から72歳と多彩に富み、男性11名、女性29名、札幌在住29名、札幌外11名でした。

遠く函館市、江差町、秩父別町、富良野、帯広市から毎週駆けつけて下さる熱意には胸が熱くなる思いでした。受講生の皆さんには本当に熱心で、せきをするのも憚られる静謐の中で講議がすすめられ、講師の一言一句も聞き漏らすまいという意気込みが感じられました。

講師の方々から受講生の学ぶ態度にお褒めの言葉が多くあり、外部の講師から「一生懸命聞いてくださるのでとても講議がしやすかった、受講態度に感動しました」というお便りまで頂きました。受講生にお伝えすると「毎回毎回凝縮された学びがあって息が抜けなく、あっという間に時間になった。これから役に立つことを系統立てて学べた。木曜日になるのが楽しみだ。」とのこと。自らのために楽しみながら、自ら学ぶ生涯学習の意義を感じた講座でした。

去る7月19日から3泊4日の日程で第3次研修があり、北海道から33名が参加しました。質の高い受講生の皆さん晴れてアドバイザーとなり、地域社会で社会参加活動の牽引役として活躍する日はもうすぐです。

北海道地域活性化につながる活動を、共に手を携えて進めることが出来る、夢のような話しが実現します。



来た道をながめ、行く道を夢みて

帯広市 林 道子

今期40名の1人として、最後まで無事受講終了出来たことは、受講生の皆さんから、『何かをつかもう』又は『少しでも自分自身のレベルアップあるいは、ステップアップにつながれば』と言う目的意識が感じられた事が、大きな支えだったように思います。

30代から70代という中で、ちょっと先輩、ちょっと後輩のあたりに有る自分は、ある意味でとても勉強になりました。正に、『来た道 ながめ、行く道を 夢見て』です。

全ては、心身共に健康でなければ、自分自身がきらきら、いきいき輝いていなければ、再確認させられた思いがしました。

小さな明かりを灯して

小樽市 河崎 瑞枝

奇跡的に健康を取り戻した人生を、ボランティア活動にと考えていた矢先、「健生アドバイザー養成講座」の記事を読み応募した。開講時刻の30分前には、一番前の席にカセットテープを置いて座るように心がけたが病後の自分に、これほどのファイトがあるとは想像していなかっただけに、嬉しかった。募集人数30名のところ80名の応募者があり、年齢は36歳から72歳のこと。私が最高年齢者と知り、プレッシャーもあったが、お陰様で卒業試験や、3泊4日の富士吉田市の実習研修会も、無事終了できた。帰宅した翌日、私達の講師でもあった小沼先生が、小樽市の要請で、暮らしの講座「支える法律と経済」を講演された後、オーセントホテルの一室を借りて、先生を囲んで参加者との懇親会を準備した。「身近によりお話を聞くことができて参考になった」と喜ばれた。

小さな一歩の輪

江差町 津村 万里子

4月の開講以来毎週木曜日は江差から札幌ま

で1泊2日の旅のはじまりでした。講座を通して多彩な方々と出会い交流の中から多くの事を学んだことは、まさに出会いの素晴らしさと学ぶ楽しさを実感したことでした。寺井先生が私に「あなたが学んだことを地域の人のために尽くすことは、あなたを生かすことでもあるのです」と話されました。その言葉に力をもらい私の住む小さな地域から小さな1歩の輪を広めたいと念じています。富士の研修センターで「北海道の講座は充実していたようですね」と声をかけられ嬉しいことでした。養成講座担当の上野さん、家守さんには「遠路気をつけて頑張ってね」と励ましていただきありがとうございました。そしてこれからもよろしくお願ひ致します。

養成講座を終えて

札幌市 榎本 聰子

『健康生きがいづくりアドバイザー』と言うものを何かで見たなあ、と言う程度でほとんど無関心であった私は、その講座があることを知ったときは、自分自身の毎日の生活にほとんど生きがいを感じることが出来ない暮らしで自分の生きがいを見つけるのに模索中であった。病気に押しつぶされそうな毎日だったのですぐに飛びついた。講座が始まった初日、お世話をしてくれている先輩アドバイザーの方々の穏やかな笑顔にホッとした。講師の方の熱心さは他では経験の出来ないものを感じた。何があっても続けようと言う気持ちで毎回楽しみに出席した。明日が5回目の講座という前日、ここ6年ぐらいの中では経験のないほど強い心臓病の発作を起こして失神してしまった。2回以上欠席をしたら資格試験を受ける権利が喪失すると聞いていたので困り果てた。翌日やっとの思いで出席した。そうしたらやはり講座の最中に胸部症状が起きた。もう断念するべきか・・・息子にも「どうしてそのボランティアの資格に命まで賭けるのだ」と叱られたが、どうしてもあきらめきれないと言う状態を3週間続けた。何とか試験の日も含めて13回の講座は終わった。自分が求めていた生きがいをきっと見つけて。

受けて良かった

札幌市 中島 寛子

健生アドバイザーの資格を取りたいと言う共通の目的を持った人達と机を並べる居心地の良い空間、そして時間、3ヶ月間週1回の講座はあっと言う間に過ぎてしまいました。私にとっては思ったより難かしかったテストの合格の通知を受けた時、嬉しくて思わずすぐにお世話くださった上野さんに電話で、報告していました。63年間の人生で久し振りの感動です。「このままでは終わりたくないです。私で出来ることをお手伝いさせて下さい」と申し出、ラフマニノフの音楽会のお手伝いをさせて頂き、とても充実した時間を過ごさせて頂きました。講座を受けての感想は、講座の内容はさておき、素晴らしい先輩、年令を超えた素敵な同期の方達と会えた事は、これから私の私にとっては最高の生きがいのかたちになる事と思います。「受けて良かった」が私の現在の心境です。最後に心をこめてお世話して下さった上野さん、家守さん、その他のスタッフの方々に心からお礼申し上げます。

第1回健康生きがいづくり アドバイザー講座を受講して

札幌市 相坂 誠一郎

4月～6月木曜日（11日）18時30分、土曜日（2日）15時30分からの2時間というスケジュールで講義をうけましたが、講義内容といい講師陣の熱意に感化され2時間があつという間に過ぎて充実しており1次資格審査にも教科書をじっくりと繙かなくても合格することができました。富士山を背にして3泊4日の富士吉田研修の講義内容に優るとも劣らないレベルの高い講座であり感謝しております。聞くところによると、平成9年10月23名で北海道協議会が発足し養成講座を持つことが夢物語だったそうですが協議会のスタッフの皆様の情熱と指導によりすばらしい講座であったことを感謝し私の感想と致します。

追記（飲）ニケーションも潤滑剤として一役担つてたと思います。

で1泊2日の旅のはじまりでした。講座を通して多彩な方々と出会い交流の中から多くの事を学んだことは、まさに出会いの素晴らしさと学ぶ楽しさを実感したことでした。寺井先生が私に「あなたが学んだことを地域の人のために尽くすことは、あなたを生かすことでもあるのです」と話されました。その言葉に力をもらい私の住む小さな地域から小さな1歩の輪を広めたいと念じています。富士の研修センターで「北海道の講座は充実していたようですね」と声をかけられ嬉しいことでした。養成講座担当の上野さん、家守さんには「遠路気をつけて頑張ってね」と励ましていただきありがとうございました。そしてこれからもよろしくお願ひ致します。

養成講座を終えて

札幌市 榎本 聰子

『健康生きがいづくりアドバイザー』と言うものを何かで見たなあ、と言う程度でほとんど無関心であった私は、その講座があることを知ったときは、自分自身の毎日の生活にほとんど生きがいを感じることが出来ない暮らしで自分の生きがいを見つけるのに模索中であった。病気に押しつぶされそうな毎日だったのですぐに飛びついた。講座が始まった初日、お世話をしてくれている先輩アドバイザーの方々の穏やかな笑顔にホッとした。講師の方の熱心さは他では経験の出来ないものを感じた。何があっても続けようと言う気持ちで毎回楽しみに出席した。明日が5回目の講座という前日、ここ6年ぐらいの中では経験のないほど強い心臓病の発作を起こして失神してしまった。2回以上欠席をしたら資格試験を受ける権利が喪失すると聞いていたので困り果てた。翌日やっとの思いで出席した。そうしたらやはり講座の最中に胸部症状が起きた。もう断念するべきか・・・息子にも「どうしてそのボランティアの資格に命まで賭けるのだ」と叱られたが、どうしてもあきらめきれないと言う状態を3週間続けた。何とか試験の日も含めて13回の講座は終わった。自分が求めていた生きがいをきっと見つけて。

受けて良かった

札幌市 中島 寛子

健生アドバイザーの資格を取りたいと言う共通の目的を持った人達と机を並べる居心地の良い空間、そして時間、3ヶ月間週1回の講座はあっと言う間に過ぎてしまいました。私にとっては思ったより難かしかったテストの合格の通知を受けた時、嬉しくて思わずすぐにお世話くださった上野さんに電話で、報告していました。63年間の人生で久し振りの感動です。「このままでは終わりたくないです。私で出来ることをお手伝いさせて下さい」と申し出、ラフマニノフの音楽会のお手伝いをさせて頂き、とても充実した時間を過ごさせて頂きました。講座を受けての感想は、講座の内容はさておき、素晴らしい先輩、年令を超えた素敵な同期の方達と会えた事は、これから私のにとって最高の生きがいのかたになる事と思います。「受けて良かった」が私の現在の心境です。最後に心をこめてお世話して下さった上野さん、家守さん、その他のスタッフの方々に心からお礼申し上げます。

第1回健康生きがいづくり アドバイザー講座を受講して

札幌市 相坂 誠一郎

4月～6月木曜日（11日）18時30分、土曜日（2日）15時30分からの2時間というスケジュールで講義をうけましたが、講義内容といい講師陣の熱意に感化され2時間があつという間に過ぎて充実しており1次資格審査にも教科書をじっくりと繙かなくても合格することができました。富士山を背にして3泊4日の富士吉田研修の講義内容に優るとも劣らないレベルの高い講座であり感謝しております。聞くところによると、平成9年10月23名で北海道協議会が発足し養成講座を持つことが夢物語だったそうですが協議会のスタッフの皆様の情熱と指導によりすばらしい講座であったことを感謝し私の感想と致します。

追記（飲）ニケーションも潤滑剤として一役担つてたと思います。

2

「ありかた検討会の動向」

山 本 翁

ありかた検討会は4月22日に第1回検討会を開催し7月19日に第5回目を行い、聴会長他会員各位のご協力で検討を進めております。

まず組織作りに当たっては、会員皆様お一人お一人のお考えを尊重して個人活動及び各グループ活動がスムーズに運営されること、組織してイベント、研修活動に対応出来る体制を作ることを前提に議論しております。

規約の見直しについても議論を始めており、役員の増員、会計年度の変更、会費の見直し等が考えられます。

又活動領域の拡大、会員増大に伴う事務量の増大に対応すべく、事務所の確保、専従職員の配置等についても必要との認識で議論を加えております。

事務所の格安物件がありましたらぜひご一報願います。

尚健生北海道の法人化につきましては当面棚上げしたいと思います。

成功した 旭川での講演会

旭川市 通信9期生 藤田祥三

この新人紹介の機会に旭川発の最初のイベントが一気に頂上を極めた快挙をお

伝えできることを大変嬉しく思います。

去る3月9日（土）旭川市ときわ市民ホールに於いて開催された「笑って元気になる！トークショー」両長谷川氏による講演二題。動員目標をはるかに上回る満席の盛況ぶりに加え絶賛を得て仲間一同、目的を果たした達成感と満足感は大きな収穫であった。



びっしり詰めかけた参加者

は親睦と交流をと続けてきた年末の月一例会でもち上った講演会の話、旭川にとって未熟な体制でいきなり100名規模のイベント、それはとても無理難題な計画と誰もが思つ

昨夏から先ずは親睦と交流をと続けてきた年末の月一例会でもち上った講演会の話、旭川に

たものである。併し1日増しに高まる仲間の気運と意欲、全員参加で結束して、やるべき事は全てやり終えた。

不安と期待の中に当日を迎えた。開演10分前に100名を超える、定刻の1時には会場を埋めつくす盛況を確認し、自信をもって開会を告げることが出来た。仲間全員のこれまでの努力に感謝し胸を撫で下した瞬間であった。

講話は超高齢社会を迎え如何に元気で心豊かに生きるか？今世紀に生きる、この誰もがもつ課題に道しるべとして数多くの提案やヒントで応えて下さった。

受講者の長時間に亘る喰い入るような真剣な眼差しと講師の一挙手一動に集中している様子は司会の私に手にとるように見てとれた。あっ！そうか？つい先程まで会場の溢れんばかりの数だけ見渡して満足していたが、これじゃ駄目なんだ、人を集めただけでは！聴衆のうなづく顔、満足げな顔、納得している顔……、これをもって、はじめて講演会は成功なんだ、改めて見直す聴き手の顔、顔、顔、で実感した。その後たくさんのお礼の挨拶や感謝の手紙をいただき、今後の生き方、考え方の参考に役立てていきたいというものがかりであった。

ご よう かい 午 羊 会

帯広市 通信9期生 野家 鉄弘

通信9回生、富士Qネットの会員です。

よわい72才、午歳です。新老人の75才まで生涯現役を目指すに目下監査役の仕事中です。表題の午羊会は、昭和25年、伊達市立小学校卒業同期会で作られた親睦会です。今年で53年間延々と続いております。年一回の元気な顔合せも私にとっては長生きの証で無欠勤と自慢のひとつにしております。この会のお陰で長生きができる喜びを実感しております。士族開拓のまちであり、一致団結し難関も乗り越えて来た武士の魂が全員の心をひとつに結びついているのかも知れません。伊達藩の紋章は竹と笹、季節を教える言葉の雀隠れは新緑のあざやかな季節をします。53回目の午羊会は新緑を迎える7月に予定されています。半世紀を越える友情を宝ものとして、会がいつまでも続くことを願ってい

ます。「人生百年あと七日」北欧の諺を夢見て日々健康生きがいづくりに挑戦してまいります。

今が現役

通信13期生 齋藤 治雄

健生の13回生だから今更新人でもない。しかし、健生にはさっぱり顔を出さずにいるんだから、そう呼ばれるのも無理はない。定年退職後、民間に若干在籍し、さて健生活動でもと思っていた矢先、ひょんなことから会社設立となり現在に至っている。当初は、経理のこと、税のこと、パソコン操作など全てが未知への挑戦であり頭もパニック状態にあったが、今では幼児の一人歩きのようになんとか理解できるようになってきた。今が現役との認識が強まりつつある今日このごろもある。さて、仕事の他に健康管理面はといいますと、みのもんたのテレビ番組のように、良しとするものすべからく摂取してはいない。カエル腹になってパンクしたらおしまいだから、積丹半島育ちの私は常に粗食で満足している。趣味の料理でたまたま台所を占拠しているので粗大ゴミ扱いはされずにすんでいる。妻を相手に汗を流すテニス、水泳も楽しみの一つである。たまたまやってくる孫達とのサッカーボール蹴りや将棋などもボケ防止に役立っているのかも知れない。仕事の関係で健生にも顔を出せないでいるが、語らずとも他に影響を支えられるように常に元気ハツラツでと心がけている。どうぞよろしく。

この人紹介 多趣味

通信14期生 樋口喜一

特技（有資格）を趣味とするならば私は多趣味なのかも知れない。弓道・居合道・詩吟・演歌・ポップス・童謡・歌唱審査・押花・ガーデニング・パソコン・ハム（無線）は、公私のライセンスを所有。その他ドライブ・読書・映画鑑賞は、毎日欠かさないし、マジックは月平均2回程度の奉仕を実施しており器楽演奏（リズム楽器）も、年に一度はステージで披露してい

る。現役時から資格取得も趣味の一つであり毎年何かに挑戦していたが今は、やりたいことが多すぎて手が回らない。お陰でペーパー資格は二十指に余る。睡眠時間は、平均6時間で昼寝は殆んどしない。

多趣味は、多くの人脈にも繋がり楽しい。

趣味を生かして社会への恩返しを、といいつかのグループに所属し、自ら楽しみながら多くの人の交流を図っている。気がかりは、毎月予定が満載で妻の欲する海外旅行が実行出来ないことである。ともあれ健康に感謝。

短歌

雲や風そして川など流れゆく
ものにあくがれ年を経にけり

清水 利章

近況 40文字の私

厳しい医療現場の中で人のぬくもりを忘れない看護がしたい。そんな思いで精を出し、多忙な毎日です。心にゆとりを！！

通信6期生 新居高子

満天の星空

天体観測のメッカ「マウナケア天文台」へ友人に誘われるままついて行き、満天の星の下、地球が動いていることを実感し、星がまたたかない（大気が澄んでいてピカピカしない）ことに感動してきました。

通信5期生 菅原民江

メンタルケアスペシャリストの必要性がある現代、プロフェッショナルとしての責任の重要性を考え2度目の大学生活を送っています。

通信5期生 遠藤道子

公開研修会「フランクルに学ぶ」の受講後、「自己実現」を超えるフランクル心理学にはまっています。NHKラジオ講座「生きがい発見の心理学」（諸富祥彦講師）を聴くなど自分なりの勉強をはじめているところです。

通信16期生 久保勝美

利尻での島暮らしも4年目になりました。近況は大学2年生である事とのんびりと日々の生活を楽しんで（？）いる毎日です。

通信5期生 高丸良子

ちえりあオープン 2周年記念イベント行なわれる

健生から4講座開催される

札幌市生涯学習総合センター「ちえりあ」がこの度、開館2周年を迎える、札幌市生涯学習フェスティバルが開催されました。

当協議会では、これに協賛し8月24日（土）、8月25日（日）の両日、「これからはじまる健康づくり」のテーマで次のような4講座を企画実施しました。

① 心をほぐすダンスセラピー・ワークショップ

健康づくり活動に応用できるダンスセラピーを体験的に学ぶリーダー研修プログラムとして、大妻女子大学の町田章一助教授を講師に受講者13名が、優しい癒し系の静かな語り口の町田先生の指導で基礎的なダンスセラピーのグループセッションを体験。

「踊りより体を動かす癒し系健康法」とも言えるダンスセラピーで心身がほぐれ、心地よい汗をかいだ受講者の満足げな表情が印象的。

② 講座「生活習慣病を穏やかに治す」

生活習慣病予防士でもあるご存知、エースアドバイザーの寺井友一氏による食事と運動、それに少しの生薬で生活改善を図る知恵を学んだ。何時もの体験を踏まえた説得力のある講演内容に受講者21名も納得。



③ 実技「これからはじめるフィットネス」

北海道医療大学非常勤講師・フィットネスインストラクターの山田泰子さんによる中高年向けにアレンジした健康増進法を11名で学ぶ。日常生活を快適に過ごすために必要な体力を保つための運動から「365歩マーチ」に合わせた軽体操まで、小道具にたタオルを使い、リズミカルな実技指導の展開にあつという間の90分でした。



④ 実技「ゆるやかにつづける太極拳」

日本健康太極拳協会の佐瀬真知子さんによる初心者向けの太極拳の体験講座は16名が受講。太極拳の基礎知識を学んだ後、早速実技に入り佐瀬先生のゆったりとした心に語りかけるような話術に引き込まれながら、何時の間にか、穏やかな太極拳の動作に馴染んでしまいました。



以上、健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会が一昨年の「ちえりあ」オープン記念企画、昨年の1周年記念企画に引き続き、今年の2周年企画も会員諸氏のご尽力により無事終了いたしました。

ちえりあの存在が知られるようになって利用希望団体が増え狭き門のなりつつあります。来年の3周年もスペースを是非確保して健生の活動の場を広げていきたいと考えております。そのためには直ちに「ちえりあ3周年企画委員」を選定、来年の企画の検討に入る事が重要です。

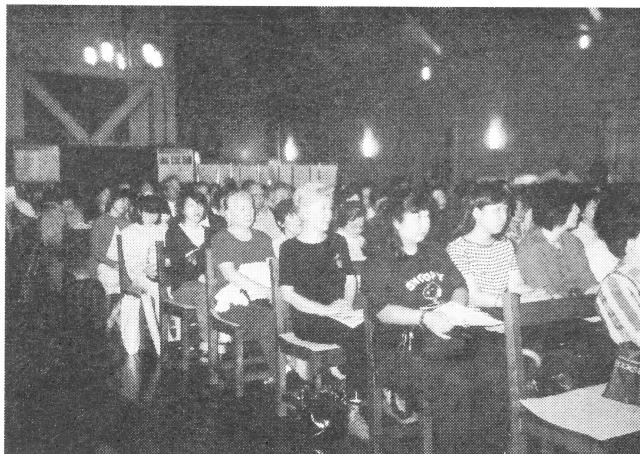
(8月)公開研修会

大成功

「ラフマニノフに魅せられ」

「時計台」の名で市民に親しまれ、歴史のロマン溢れる札幌市時計台ホールを会場に8月9日（金）今年の会員公開研修会が開かれた。

「ラフマニノフに魅せられて ピアノ協奏曲第2番 同曲異演の愉しみ」と題して、ラフマニノフ研究家（利尻富士町立鶴泊中学校教諭）の門田 純 氏を招いての講演とピアノの夕べである。



真剣に聞き入る参加者たち

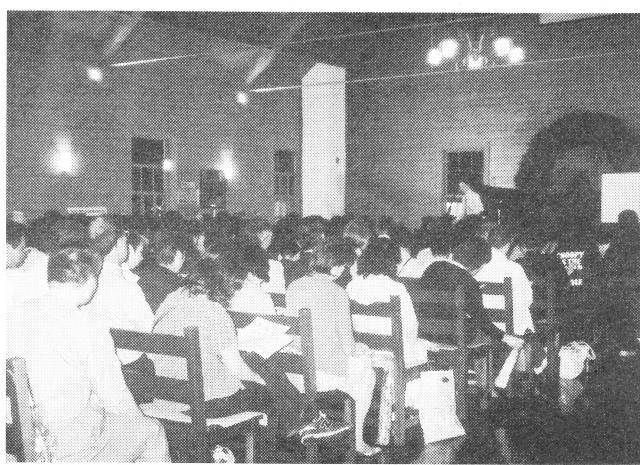
マリリン・モンロー主演の映画「7年目の浮気」のバックに流れる憂いを含んだ旋律に心を奪われ繰り返し聴くうち演奏者によってずいぶん異なることを知り、この違いを調べ分析することが生きがいとなりラフマニノフの研究に没頭したこと。さらに世界のピアニストやオーケストラによる114通りの演奏を分析してこれをまとめ本を出版するまでを自らのピアノ演奏を交えて話された。後半はピアノ協奏曲第2番を代表的な演奏家による録音の冒頭部分を秘蔵のCDを含め6種類聴かせその感想や好みを聞くなど時間を忘れさせる巧みな展開で聴衆が引き込まれていった。

若さ溢れるエネルギーで情熱的な語りは門田氏のラフマニノフになみなみならぬ想いを感じられた。若干27歳でこれほどまでに情熱を

傾けるものをもっていることは素晴らしいことである。

当日は雨模様で心配されたが、多くの非会員（有料）のみなさんが150名も参加され、これに会員を入れて173名と会場いっぱいの盛況であった。会員の積極的な働きかけが効を奏し多くの参加者を集めることができた。うれしい誤算は北海道新聞に記事が掲載された途端応募者が殺到しておよそ100名の方をお断りしなければならなかつたことである。また、道新の“あれこれっと”の広告も約1割の集客効果があった。あらためてメディアの力のすごさを感じた。この他コンサートホール「きたら」など音楽関係のところからの応募があったことも見逃せない。

会場の札幌市時計台ホールはこうしたイベントに適した雰囲気のある施設であるが、国の重要文化財のため制約が多くあった。防火上から敷地内は全て禁煙、不特定多数の人が集まるので事前に消防署への届け出は必要である。二つには観光施設でもあることから時間的制約が厳しくスタッフといえども17時30分以降でないと入館させてもらえない。1時間で会場準備からお客様の入場まで終わらなければならなかつた。また音響設備のセッティングや操作を利用者が行う必要からやむを得ず音響関係の専門家をお願いした。しかし、スタッフ全員のチームワークで時間通りに開演できホット胸をなで下ろしたところである。こうした苦労もお客様の満足した顔で吹き飛んでしまつた。



多くの参加者がありました

会報ネーミング 決まる!

多くの方からアンケートが寄せられました。本当にありがとうございました。色々検討した結果「北灯（きたあかり）」に決めさせていただきました。

由来

一人一人の活動は片隅を照すことしか出来ないけれど、1000人、1万人、10万人、100万人が片隅を照したら国を照すことができるんだよ、それぞれがそれぞれの場所で高い灯を掲げて頑張ることが国を救うことになるんだよ。健生の活動はまさに伝教大師の教えにぴったり、国を救う活動だよ=と会員寺井さんはいつも言っています。

北海道協議会の灯りが「道」（北海道と人の道と仏の道の3つをかけてます）を照せば北海道を救うことになるかもしれません。

そんないのりをこめた名前です。北海道の灯りは道を照らすゾという気概のこもった名前です。

北未来・北の明日・きらめき通信・アドの風・かけはし・夢みらい・すこやか通信・明星通信…など実に多くのネーミング案が寄せられました。

会員の皆さんへの期待と要望をひしひしと感じました。

編集委員も会や会員の活動ができる限り楽しい紙面で発行できるようがんばります。ご協力下さい。

「総会」日程のご案内

平成14年度「健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会の総会」を開催します。皆さん万障繰り合わせのうえ是非ご参加下さい。

日 時 10月26日（土）27日（日）

会 場 「かんぽの宿 小樽（朝里荘）」

内 容 26日（土） 3時～ 総会

7時～ 懇親会

27日（土） 10時～ 研修会

会 費 10,000円（予定）

後日詳細案内致します。

月例会来てね

会員の親睦交流を目的に月例会を開いています。バラエティに富んだ話題いっぱいの研修会、やその後のノ（飲）ミュニケーションも楽しいですよ。以降の日程を案内致します。

- 9月 9日（月）17:00～20:30
- 10月 7日（月）17:00～20:30
- 11月 11日（月）17:00～20:30
- 12月 9日（月）17:00～20:30

場所 中央区南5条西1丁目

北ビル2F TPSスタジオ

（地下鉄東豊線「豊水すすきの」下車 5番出口から徒歩2分）

電話 011-520-0710

会費納入のお願い

平成13年度の会費未納の方は、至急納入をお願い致します。

会員	費
会員	賛助会員
1人 5,000円	1人 2,000円

お支払い・送付方法

●郵便貯金口座

「健康生きがいづくりアドバイザー
協議会 会計 岡田 朋子」あて

●記号

19070番号402591

◆編◆集◆後◆記◆

皆さんに支えられて活動も年毎に充実さを増し、躍進を続けています。仲間の顔が浮かんで来るような紙面を心がけ取り組みました。原稿へのご協力ありがとうございました。

水沢裕一・久保勝美・新居高子

会員も増えていますが「年に1回は全会員の活動を紹介したい！」編集委員の気持ちです。活動が休止中でもいいんです、気軽に寄せ下さい。第9号は平成15年3月上旬発行予定です。