

# 北の火アリ

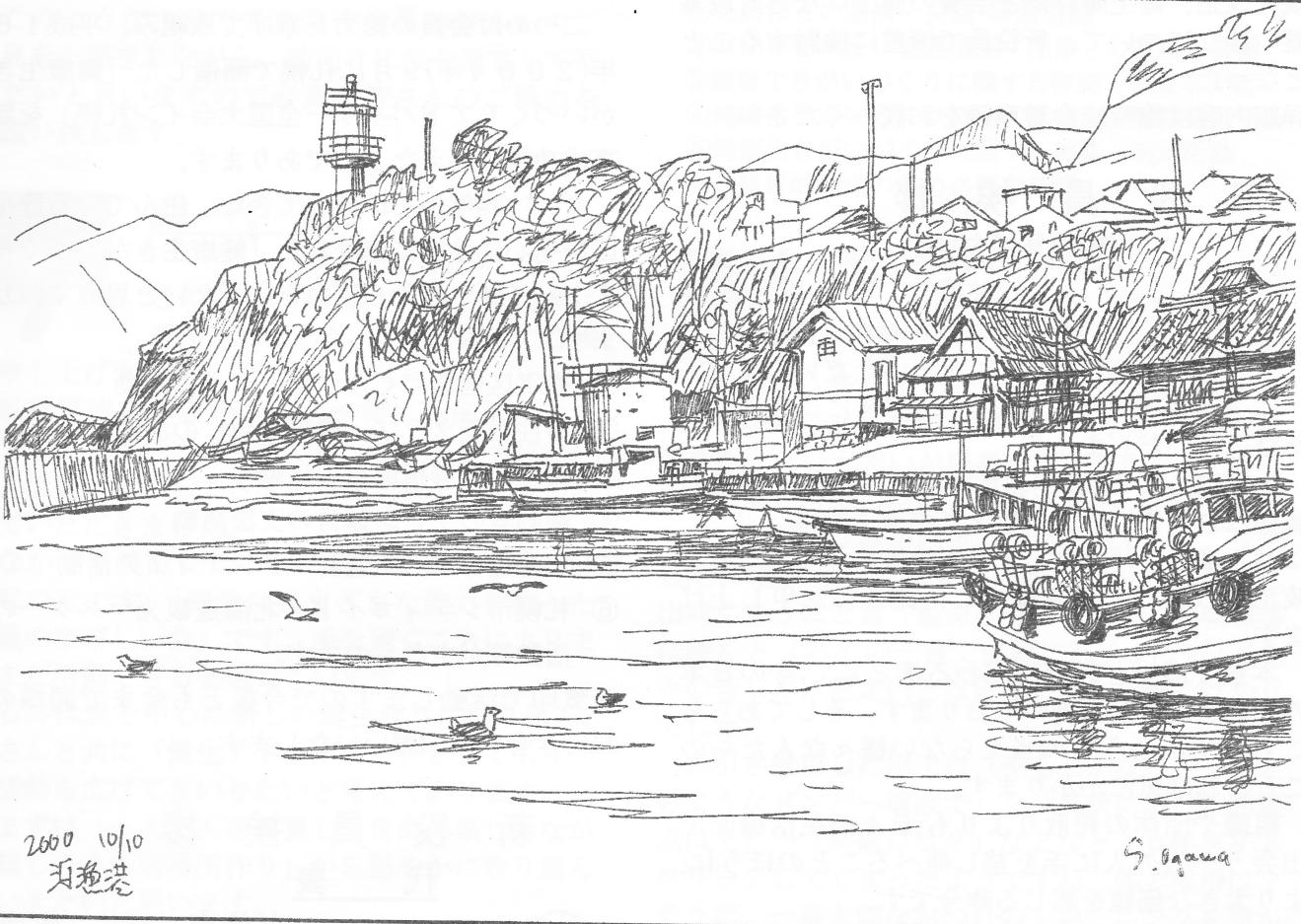
第 32 号

健康生きがいづくり  
アドバイザー  
北海道協議会

発行責任者

堀田幸男

題字 会員 塚本久二子（札幌市）



《泊(とまり)漁港》 小川 智 (公募白日会会友)

## 健 康・いきがい

### 『早期発見・早期治療』

札幌市 板垣 英則

私は、20歳後半で胃の四分の三の摘出手術を受けたので、自分なりに健康には気をつけてきたが、よわい60歳半ばを過ぎたこの頃、身体に不具合が出てくるのも、いたしかたないと思っている。

この3年間の「ドック検診」で、一昨年は肺気腫(COPD)に、昨年は切除胃にも関わら

ず潰瘍ができ(悪性でなかった)、今年は骨粗しょ症が見つかった。早く分かったので、現在は病院の診察を日々受けながら、それなりに、ごく普通の生活を続けていられるから本当にありがたい。

病気は「早期発見」が一番!病院で定期的に受診し、見つかれば治療を続け、病気とうまく付き合いながら生活いくのも、中高年の生活手段の一つかと思う。

一番重要なことは、病気にならないことだが、どんな敵(病気)が待っているか分からない。早期発見、早期治療で対処できればと考えている。

偉大なる前代表と比べると小粒で大きなことは出来ませんが、一つだけ言えることは健生の会員になって良かったと思えるような「北海道健生」にしたいことです。

健生北海道協議会の目的は「健生アドバイザーの活動支援」です。と言うことは難しいことは考えず基本的には健生北海道協議会は仲良しクラブであって良いと思います。

その溜まり場が札幌で言えば健生庵です。

そこで、情報交換をしてお互いが助け合う事が大切で、それが結果的には個人の活動や資質向上につながれば幸いです。

このような主旨で役員会や会員の皆さんのご意見をお聞きしながら、前向きに会を運営して行きたいと思いますので会員の皆さんのご協力をお願い致します。

## 副代表

札幌市 岡田 朋子

このたびの総会において副代表に選任されました。ここに謹んでご挨拶申し上げます。

私は平成8年家守さんと一緒に北海道初の女性アドバイザーになりました。その後健生成立以来、活動をとおしてさまざまな経験をし、成長させていただきました。

なかでも養成部長として約140人の出会いが私の宝です。「健生はさまざまな能力を持った会員の素晴らしい会」です。手を繋ぐことによりまだ活動できると信じています。

石井代表を中心に新しい健生作りに取り組み、皆さんと共に「健生アドバイザー」としてもう一度活動を広げてまいりたいと考えております。

まずは「一人一人を尊重し、自由に楽しみながら話し合える居場所作り」から穏やかに取り組んでいきたいと思います。

微力な私ですが、皆様と力を合わせ「健生オーケストラ」として素敵なハーモニーが奏でられるようになりたいと思います。

皆様のお力添えを宜しくお願ひ致します。

## 副代表

札幌市 相坂誠一郎

このたび臨時総会におきまして副代表になりました相坂誠一郎です。私は健康・生きがい開発財団から平成14年8月8日付でアドバイザー認定を受けました。

全国では35期生、健生北海道では15期生です。暑い季節を迎えますと扇風機しか無かつた富士吉田研修で自動販売機のビールを飲みながらアドバイザー論議をしたことを思い出します。



あれから5年が経ち健生北海道会員157名を抱える団体となりましたのも偏に本会設立から携わった役員、会員の皆さんの努力の賜物だと思います。私はここに本会規約目的(2条)と本来活動(3条)をあえて記載させていただきこれから役責を果たす上での指針としてまいります。会員の皆様宜しくお願ひ致します。

### <健生北海道規約>

**2条** 本会は財團法人健康・生きがい開発財團登録・認定の健康アドバイザー活動を支援することを目的とする。

**3条** 本会は目的達成のために以下の活動を行う

- ①会員相互の連携・交流・研鑽活動
- ②財團事務局及び関連機関・団体との連絡・調整
- ③健康生きがいづくりに関する啓発・調査研究活動
- ④健康生きがいづくりに関する機会・情報提供活動
- ⑤健康生きがいづくりに関する相談・助言活動

その他目的達成のため必要な活動



## 事務局長

札幌市 三岩 澄子

このたび、思いがけなく事務局長をお引き受けすることになりました。お話を頂きました折これは緊急事態だという思いが脳裏を駆け巡りました。

その後、現職の時のことをふと思い出していました。当時私は研修の担当で出張中でした。夕刻自宅に電話あり明朝職場に寄つてから出張先に出向くようにと言う厳命を受けました。早朝職場に赴くと「ハイの一言で出張に行くように」(生みの苦しみ)想定内とは言えただ驚くばかりでした。

お引き受けした以上は「やるしかない」→「どのようなメンバー構成で」→「現状における問題点は?」→「突破口は?」などなど10年タイムスリップしてしまったようですね。体力維持は? そうだ、一番大切なおつむのトレーニングを急がなくちゃ。

健生アドバイザーの皆さんには心強い方が多くいらっしゃる「いつでも力になるからね」と異口同音にパワーを注いで下さるので、何だかエネルギーが満ちてきているようです。

お仲間の皆さん大きな力を貸して下さいね。

そして、「心地よい私達の協議会づくり」をモットーに沢山お話し合いを致しましょう。

- 名議長窪田氏のリードで緊張した新役員選出臨時総会も約1時間余りで無事終了いたしました。
- その後、新旧役員を囲んで懇親会が持たれ、創立期からの労苦を勞い、新役員の熱い思い、会員から期待も語られました。喉元にビールが旨く、のみニケーションで盛り上った、健生北海道の「ア・ツ・イ」1日でした。
- (奈良子)

偉大なる前代表と比べると小粒で大きなことは出来ませんが、一つだけ言えることは健生の会員になって良かったと思えるような「北海道健生」にしたいことです。

健生北海道協議会の目的は「健生アドバイザーの活動支援」です。と言うことは難しいことは考えず基本的には健生北海道協議会は仲良しクラブであって良いと思います。

その溜まり場が札幌で言えば健生庵です。

そこで、情報交換をしてお互いが助け合う事が大切で、それが結果的には個人の活動や資質向上につながれば幸いです。

このような主旨で役員会や会員の皆さんのご意見をお聞きしながら、前向きに会を運営して行きたいと思いますので会員の皆さんのご協力をお願い致します。

## 副 代 表



札幌市 岡田 朋子

このたびの総会において副代表に選任されました。ここに謹んでご挨拶申し上げます。

私は平成8年家守さんと一緒に北海道初の女性アドバイザーになりました。その後健生成立以来、活動をとおしてさまざまな経験をし、成長させていただきました。

なかでも養成部長として約140人の出会いが私の宝です。「健生はさまざまな能力を持った会員の素晴らしい会」です。手を繋ぐことによりまだ活動できると信じています。

石井代表を中心に新しい健生作りに取り組み、皆さんと共に「健生アドバイザー」としてもう一度活動を広げてまいりたいと考えております。

まずは「一人一人を尊重し、自由に楽しみながら話し合える居場所作り」から穏やかに取り組んでいきたいと思います。

微力な私ですが、皆様と力を合わせ「健生オーケストラ」として素敵なハーモニーが奏でられるようになりたいと思います。

皆様のお力添えを宜しくお願ひ致します。



## 副 代 表

札幌市 相坂誠一郎

このたび臨時総会におきまして副代表になりました相坂誠一郎です。私は健康・生きがい開発財団から平成14年8月8日付けでアドバイザー認定を受けました。

全国では35期生、健生北海道では15期生です。暑い季節を迎えますと扇風機しか無かった富士吉田研修で自動販売機のビールを飲みながらアドバイザー論議をしたことを思い出します。

あれから5年が経ち健生北海道会員157名を抱える団体となりましたのも偏に本会設立から携わった役員、会員の皆さんの努力の賜物だと思います。私はここに本会規約目的（2条）と本来活動（3条）をあえて記載させていただきこれから役責を果たす上での指針としてまいります。会員の皆様宜しくお願ひ致します。

### <健生北海道規約>

2条 本会は財団法人健康・生きがい開発財団登録・認定の健康アドバイザー活動を支援することを目的とする。

3条 本会は目的達成のために以下の活動を行う

- ①会員相互の連携・交流・研鑽活動
- ②財団事務局及び関連機関・団体との連絡・調整
- ③健康生きがいづくりに関する啓発・調査研究活動
- ④健康生きがいづくりに関する機会・情報提供活動
- ⑤健康生きがいづくりに関する相談・助言活動

その他目的達成のため必要な活動



## 事務局長

札幌市 三岩 澄子

このたび、思いがけなく事務局長をお引き受けすることになりました。お話を頂きました折これは緊急事態だという思いが脳裏を駆け巡りました。

その後、現職の時のことをふと思い出していました。当時私は研修の担当で出張中でした。夕刻自宅に電話あり明朝職場に寄つてから出張先に出向くようにと言う厳命を受けました。早朝職場に赴くと「ハイの一言で出張に行くように」(生みの苦しみ)想定内とは言えただ驚くばかりでした。

お引き受けした以上は「やるしかない」→「どのようなメンバー構成で」→「現状における問題点は?」→「突破口は?」などなど10年タイムスリップしてしまったようですね。体力維持は? そうだ、一番大切なおつむのトレーニングを急がなくちゃ。

健生アドバイザーの皆さんには心強い方が多くいらっしゃる「いつでも力になるからね」と異口同音にパワーを注いで下さるので、何だかエネルギーが満ちてきているようです。

お仲間の皆さん大きな力を貸して下さいね。

そして、「心地よい私達の協議会づくり」をモットーに沢山お話し合いを致しましょう。

- 名議長窪田氏のリードで緊張した新役員選出臨時総会も約1時間余りで無事終了いたしました。
- その後、新旧役員を囲んで懇親会が持たれ、創立期からの労苦を勞い、新役員の熱い思い、会員から期待も語られました。喉元にビールが旨く、のみニケーションで盛り上った、健生北海道の「ア・ツ・イ」1日でした。

# 近況報告

## サラリーマン生活 終章へ

札幌市 水沢裕一

会員の皆様にはご無沙汰しております。今春  
単身赴任を終え札幌に戻って来ました。

6月末からは、北広島にて勤務しております。  
現場復帰は約 20 年振りですが、働く環境は大きく  
変化しました。

8 月で 55 歳 5 カ月体力は入社当時と比較にならない。  
職場では、2 番目の長老。毎日心がけていることは素朴だが 2 つです。

- ① 元気なあいさつの励行。
- ② 常に明るく行動することです。

「水沢がいるとホッとする」そんな存在でいたい。  
妻とは健康や将来の生活設計のことが話題の中心になるが、親や子のこともチョト気がかり。

今の胸の中は、第 2 の人生スタート前に「カモン・カモン。60 代」かな？

ここ数年間、健生活動も停止状態ですが、その頃は再開したい。

会員のみなさま、どうぞ宜しくお願ひいたします。

## 健康の十八番

札幌市 長谷川竹二郎

私は 10 年来、毎朝「オアシス挨拶運動と笑い」の練習を続けてきました。お蔭様で最近の健康診断では、78 歳にしては数少ない「A ランク」を頂いて氣を良くしている。

「病は気から」の諺があるが、私はよき言葉の力で「気を健康」へ転換するアドバイザーになることを「おはこ」にしようと念願している。声を出してやるという点ではカラオケと同じということもあるし、序々にではあるが老人大学等で发声練習する機会がふえて来た。

明るい心で竹二郎さん④ハヨウゴザイマス！

感謝の心で竹二郎さん⑦リガトウゴザイマス！

謙虚な心で竹二郎さん⑨ツレイシマシタ！

尊敬の心で竹二郎さん大⑩キデス！

素直な心で竹二郎さんハイ ヨロコンデ！

「今日も一日健康！安全！幸せ！嬉しい～楽しい～有難い～笑う～顔には福来る～ ワッハハワッハハ～」 2～30 回、自身に潜在する「自然治癒力」に呼び掛けるのである。

先日、高齢者の健康をテーマにした「日本老年医学会」の全国大会が札幌で開催され、公開シンポジウムを聴講してきた。全国の医大から 6 名の教授が最新の研究成果を発表した。

その中で、T 教授は「大切な心の健康」のテーマで「体も大切だが心が体を支えていることが、入院患者をみていると判る。



朝起きて、おはようございますと挨拶する人は、返事をしない人には比べはるかに長生きする。

また、E 教授は「人生に対して常に積極的な思考がある。即ち、社会のお役に立ちたい、自尊心を持って生き、良いコミュニケーションを保ちながら新しい経験を楽しむことが重要です」と発表された。

私の提唱している「健康十八番」を裏付ける内容だったので非常に嬉しく、我が意を強くした。

皆さんも健康家族のためと明るい社会創りに「オアシス挨拶運動と笑い」の練習を始めてみませんか。私は 21 世紀の「オアシスの花咲かじいさんになること」を生涯目標としています。

## オペラに挑戦



札幌市 三宅洋一

8 月 10 日に開催される音楽家南出薰さんが代表を務める「ラ・コンパニーアルモニカ」オペラ公演に、その他大勢の一人として参加するためイタリア語、音楽、立ち回りの稽古に励んでいます。

健生からは、岩倉さん、清水さん、家守さんら多くの方が参加しています。皆さんの共通点は、オペラの醍醐味とイタリア語の難しさです。

楽譜の読めるコーラスと違い、暗譜が必要ですが、全く覚えられません。苦労しています。楽しさというより、音楽に向きだと実感しています。

通常、健生の方々がメンバーになっているコレスグループ「コールプランテ(華やかな声)」は「千の風」「見上げてごらん夜の星を」等日本の歌を中心に歌っているのですが、今年の 1 月よりオペラに新たに挑戦です。挑戦することは「人生」にとって大切なことと思っています。

それにもうひとつの報告、昨年 91.5 キロあった体重が 65 キロになりました。

## 会報編集部より

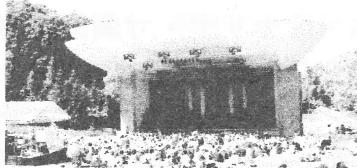
本「北の灯り 32 号」から発行責任者が変わりました。気づきになりましたでしょうか？

6 月より会報編集部は新体制で臨んでいます。今までにも増して、ご支援ご協力をお願い致します。皆様のご投稿をお待ちしています。

顧問 小田桐邦隆 部長 堀田幸男  
副部長 宮岸和子 庶務会計 荒井 円

## 健生フラ同好会 芸術の森で舞う

平成19年7月1日、札幌市芸術の森野外ステージで初めて開催された「フラノード2007」に健生フラ同好会が出演しました。



フラノードとは「ハワイフラ(踊り)のネットワークの中継点」と言う造語で、北の大地にハワイのフラ文化を展開したいとの願いが込められ、今年から始まった企画です。

道内の地元で教室を開いているフラ愛好家のダンスのほか本場ハワイで活躍するプロのダンサーやミュージャンによるライブで見応えのあるものでした。

並み居るプロのインストラクターの中にあって、唯一ボランティア活動を行っている健生フラ同好会は大きな注目を浴び、手作りした花冠(レイ・ポオ)を髪に飾り、ショッキングピンクの衣装をまとった12名が出演し「カ・ノホナ・ピリ・カイ」を見事に踊りあげました。

この曲は、夏川りみ、森山良子が歌い大ヒットした「涙そうそう」ハワイバージョンで、ハワイでもとても人気のある曲です。

当初、出演依頼を受けた木野敏子代表は「あくまでも楽しむための目的で、入場料を頂いてお見せするレベルでない」と難色を示していたのです。「どんなしごきにも耐えるから是非出演したい」との会員の熱意に負けて、約1ヶ月半猛特訓を続けての6月28日最終練習日、同じ出演予定の仲間の訃報がありました。

悲しみと辛さを乗り越えて、心をひとつにして青空のもと緑濃い森に囲まれた舞台で「涙そうそう」を故人のご冥福を祈り舞い続けたのでした。



最後に「フラのボランティア活動によって元気を発信していきたい」と木野代表が力強く語った。

(報告 堀田幸男)

## こんにちは!

## 「華うたクラブ」です

今回は4月に発足した健生カラオケサークル「華うたクラブ」にお邪魔しました。

場所はススキのど真ん中、ロビンソンデパートの向かいのビルです。北海道歌謡連盟講師 砂土居禮子先生のお店「れい子の店」です。とても広く設備も整って、歌手の気分が満喫できます。

れい子先生は真っ白いゴージャスなドレスで現れました。まずは良い声は柔軟な体からと準備体操が始まりました。

そして発声練習、参加した紳士4名、淑女6名笑顔であ~あ~う~う~い~い~え~え~お~お~。

今月の課題曲  
「ありがとう」

が代表の渡邊一栄さんから手渡されました。歌詞がとてもステキでマスターして歌いたいと思いました。



全員で曲を聴き、先生と一緒に練習です。その後マイクの前で出番です。皆さん生き生きとして、表情も豊か、歌唱力抜群の皆さん本当に歌が好きなのです。れい子先生からワンポイントアドバイスをいただき、また全員で練習、そして、マイクの前で本番です。確実に上手になっておりました。瞬く間に10時から90分が経過しておりました。

お腹から声を出すことは、健康のためにとても良いと言われています。日々の喧嘩を忘れ、楽しく歌い、元気がでて、趣味を通して仲間作り「華うたクラブ」に参加し元気と勇気を頂きました。

とても楽しいです。是非みなさんもお友達を誘って参加してみませんか。

### 「華うたクラブ」

日時 月1回 10:00~11:30

場所 札幌市中央区南4西3第一グリンビル  
4F カラオケスナック「れい子の店」

TEL 011-533-6057

費用 講師料 5000円を参加者で人数割  
り課題曲は用意しますが、自由曲(1曲)

は各自ご準備下さい

申し込み・詳細は代表 渡邊一栄

携帯 090-9085-7751

8月の華うたクラブは、19(日)です。皆様のお出でをお待ちしています。

(報告 佐藤良子)

## ☆ちえりあフェスティバルのご案内☆

実行委員長 三岩澄子

今年も健生北海道協議会として「ちえりあフェスティバル」への参加をすることになりました。

フェスティバル開催は下記の通りです。

1. 8月25日(土)~8月26日(日)
2. 開催場所: 札幌市生涯学習総合センター  
ちえりあ  
2階大研修室・3階コンピューター研修室
3. アクセス: 地下鉄東西線「宮の沢駅」下車  
徒歩5分  
バス「宮の沢バスターミナル」又は  
西町北20丁目下車徒歩3分

今年は作品の展示方法を工夫し楽しんでみようと考えています。また、2日間にわたり展示作品の体験タイムを設けご来場の皆さんに参加され楽しいひと時を過ごしていただければと企画してみました。

### 展示コーナー\*体験コーナーで

### お待ちしてま～す



今年のコンセプトは参加型「私も出来る」です。

健生北海道協議会のフェスティバル参加がご来場いただいた皆さんの日常生活の中で楽しみの一つに息づくことが出来れば嬉しいと思っています。

お忙しいとは存じますが皆様お誘い合せの上、ご来場下さいますようご案内いたします。

なお、8月24日(金)会場設営後17時頃より活動交流会を予定しています。

8月26日(日)会場撤去後17時頃よりちえりあ内「玄咲」において反省会を予定しています。

たくさんのお仲間のご参加をいただき、健生北海道を盛り上げていただければ幸いと実行委員一同心からお待ちしております。

## 北と南の一芸交流会を終えて

札幌市 家守朋恵

平成19年7月2日15時から札幌生涯学習総合センター「ちえりあ」で沖縄県本部町民謡愛好会の総勢20名の方々をお迎えして「北と南の一芸交流会」が開催されました。健生北海道からは17名が参加し、南京玉すだれ・フラダンス・オカリナ・寸劇国定忠治（主演寺井友一）をご披露しました。

前日に一大イベントを終えたフラダンスチームは衣装も華やかに会場を魅了しました。寸劇は寺井友一さんが91歳と聞いて「オー」と驚きの声が上がり台詞の中に沖縄がでてきて柔らかな頭脳に感心させられました。

琉球舞踊はさすがで87歳の踊り子も元気はつらつとした踊りを華やかな衣装と扇子をもって踊ると誰が80歳を超えているか見紛うばかりでした。最後は会場が一体となって輪を作り、阿波踊りに近い感じですが2人で腕を組み、老若？男女入り乱れ広い会場いっぱいにワイワイと踊りました。

その後の懇親会では生涯学習を学んでいる方達と未来に向けての懇談も笑いがいっぱい・夢いっぱいでの楽しいものでした。

また沖縄の皆さんのがゴウヤの形をしたキーホルダーを参加者全員に配って下さいました。

まだ見ぬ私たちを胸に描きながら心をこめて手作りして下さった方々の思いが伝わってまいりました。

締めの話では、札幌と沖縄伊江島が姉妹都市になるという話が現実味を帯びてきたとの報告があり、市民レベルでの楽しい交流が北と南の架け橋になる“なんて素敵”と思いました。

和やかな交流会のひとときは再会を期してお別れしました。

## ひとくち講座

札幌市 小田桐邦隆

### 『小樽運河』

小樽市のイベント小樽運河での「小樽雪あかりの路」が平成17年4月に(社)日本観光連盟主催の第12回[優秀観光地づくり賞]の金賞(国土交通大臣賞)を受賞し、翌年の3月には、全国各地のイベントをたたえる「第十回ふるさとイベント大賞」(総務大臣表彰)を受賞しました。

これは小樽運河が保存活動からはじまり、条例を制定して歴史的建造物等や景観地区を指定し、町並みや自然環境の保存・育成に地域一帯で取り組んできしたことや、官民一体となって創出したイベントと、それを支えるボランティアの方々などが評価されたものです。

それでは、この小樽運河の歴史を簡単にひも解いてみましょう。

明治2年に、北海道開拓の本府が札幌に置かれると、海と山に囲まれた小樽は、開拓の最も重要な港湾として位置付けられました。明治13年に、日本で三番目の鉄道、小樽(手宮)～札幌間(当時4時間)が開通すると、石炭輸出の重要港となり、日本郵船をはじめとする諸会社・銀行が進出し、人口も札幌より多く「経済はなんといっても小樽」という時代でした。

当時の様子を伝える商店、銀行、事務所などの建築物が現在も街全体に数多く存在し、港湾の反映を物語る石造り倉庫群などの町並みも歴史的景観として保存されています。

このことは、「北のウォール街」と呼ばれた商工港湾都市が、小樽人のプライドから「小樽らしさ」を保ってきたのかもしれません。

30年前にはセピア色の斜陽都市といわれていたこの街は、運河周辺の整備が行われてから、年間800万人を超える観光客が訪れるようになりました。

小樽運河には、街づくりに関する市民参加の論争が二度ありました。

一度目は、運河の発祥そのものでした。

港を海面埋め立てで整備するときに、小樽支庁長が北海道長官に願い出た、船を直接接岸する《埠頭岸壁方式》にするか、欧米の港湾視察から

帰庁した小樽区顧問技師 工学博士 広井 勇(小樽公園に胸像)が「本港における貨物の種類、荷造りの方法等からみて、船を沖合に係留し、はしけ船を利用する方が便利である」と唱えた《運河方式》にするかの論争でした。運河は大正3年から9年間かけて、延長1,144m(当初1,324m)、復員40m、水深2.4mが作されました。

二度目は、運河の存亡に関わることでした。

昭和30年代後半にはいると、小樽市を横断する幹線道路は国道5号一本のため、1日の車の許容台数の3倍が利用しており、渋滞の度合いは全道でも有数の箇所でした。この渋滞は通過交通ばかりでなく、港湾荷役の輸送、市街地の商活動に大きな影響を与えていたことから、臨港道路の設置は市民の熱望していたものもありました。

そして、昭和41年に運河は小樽臨港線として都市計画決定がされました。

車社会を迎えて、運河を埋めて道路にする都市計画に対して昭和48年に小樽運河を守る会が結成され、また一方臨港線の整備促進派も結成され、「埋め立てか保存か」ということで、全国的に論争を巻き起こしました。この運河戦争は、昭和57年の運河部分のくい打ちまで10年続きました。運河埋め立ての可否は全国的に関心を集め、全国の街づくり、町並み保存運動のさきがけになり、小樽観光が全国に広まる一因にもなりました。

その間、昭和50年に文化財保護法の一部改正(伝統的建造物群保存地区の制度制定)、また、昭和52年の第三次全国総合開発計画で「歴史的環境の保全」が打ち出されるなどの動きもあり、運河、臨港線、歴史的建造物の関連を見直したのが「小樽運河とその周辺地区環境整備計画」でした。

この計画構想を元に、昭和55年9月に臨港線の都市計画が一部変更になり、運河部分650mについて幅半分の20mを残して、昭和61年2月に竣工しました。

運河は、臨港線や歴史的建造物との関連を見直して、半分を道路にし、周辺を整備しました。

生き残った運河は水清く鮭上る河

となり、ふれあいの散歩道として、石畳歩道、ポケットギャラリー、デザイン化された手摺、温かみのあるガス燈などで化粧をして今日も微笑んでいます。



## 財団からのお知らせ

### (財) 健生・生きがい開発財団 藤村 宣之

19年度の事業として、高齢者の生きがいづくりのために地域で実施している、社会参加型イベント事例や、高齢者の生きがいづくりにつながる、先駆的な社会参加型イベント案を集めています。

集まったイベント事例の中から、特に先駆的で実施して効果が期待できるものを10事例選考し、施行事業として実施します。

各協議会から募集しますが、健生北海道からもぜひ。

## 役員会・事務局 だより

**役員会**：投稿ありませんでした。

### 事務局

☆今後の活動交流会のあり方を検討中です

会員相互の情報交換の場として、毎月第4金曜日(18:00~20:00)に健生庵(健生事務局)で行っておりますが、9月以降は日時内容を検討して、決まり次第お知らせいたします

8月24日 ちえりあフェスタ飾り付け後会場  
☆会計担当から

総会の資料と共に郵便局の振込用紙を同封しております。都合で文章のご案内をしておりませんでしたが、改めて19年度会費の納入を8月末までにお願い致します。

☆メーリングリストのお誘い

Eメールアドレスをお持ちの方は、メーリングリストに参加しませんか。

### 参加方法

長谷川聰さんアドレス

(haseg@hoku-iryō-u.ac.jp) に、あなたの名前、アドレスをメールしてください。

☆健生会員名簿についてのお願い

住所・電話・FAX等々を変更された場合は、健生事務局まで郵便又はFAXで連絡をお願い致します。

なお、退会を希望される方も同様に連絡をお願い致します。

☆健生庵の当番のあり方を検討することになりましたので、メールによる当番書き込みは廃止することにしました。

皆様の隠れ家として・趣味に・会合に従前同様ご利用ください。

鍵は1F管理人室からお借りしてください。

退室時は火気点検し、ゴミ等は持ち帰るようお願い致します。

## 表紙に寄せて

### 『泊(とまり)漁港』

小川 智

積丹半島の西の付け根にある泊村の漁港である。

昔は鯵漁で栄えた良港であるが、現在でも釣り人や画家を喜ばす好ましいところである。

岸壁にある貯油タンク、製氷施設、引き上げられた船など、また、鯵御殿や番屋の名残を留める建物などの漁港らしい要素は画家の感興を大いに刺激して止まない。

10月はスルメ烏賊漁も終わっているのか右端の烏賊釣り漁船も所在なげである。

私が一番気に入ったのは、岸上にある赤、白に塗り分けられた灯台である。

この風景の場合、赤が他には無く比較的落ち着いた色調だったので、良いアクセントになった。

ホタテ栽培漁業も盛んなのかクレーンをつけた作業用の平舟も多い。

水面の投影も美しく小半日楽しく制作した。

## 編集後記

毎回、会報の発送作業を終えて思うことは「この私にもささやかながら役割を果たすことができた」という喜びです。

各自が役割を分担し、原稿依頼・編集・印刷を経て発送作業に一丸となって取り組む時間は、同じ目的を持った者同士の意気込みも捨てがたく感じています。

また、私にとっては薄れゆく感性に今しばし歯止めをかけたいというポジティブな行動の場でもあります。

(記 宮岸和子)

### 【事務所所在地・連絡先】

〒060-0041 札幌市中央区大通東2丁目8番5号  
健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会  
(電話・FAX) 011-219-8701

### 【現在会員数】 7月31日付

○正会員 144名	○一般会員 11名
合 計 155名	