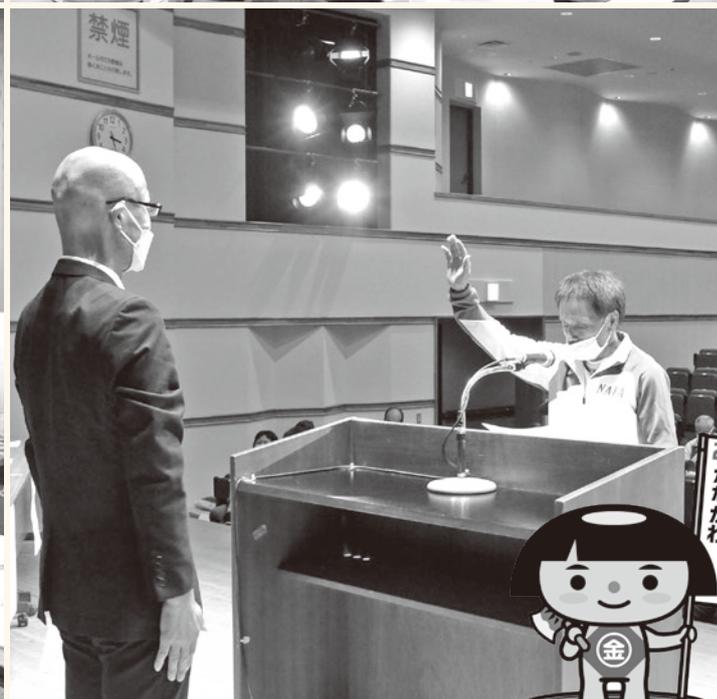


すこやかなら

2022年
12月号



第34回 全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会

ねんりんピックかながわ2022

神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔 未病改善でスマイル100歳

2022/11/12(土) - 2022/11/15(火)



第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会 (ねんりんピックかながわ2022) 奈良県選手団結団式

11月2日(水)奈良県社会福祉総合センターに於いて第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会(ねんりんピックかながわ2022)奈良県選手団結団式を開催し、本大会選手団138人(本部役員を除く)のうち約100人が出席し、日頃の練習の成果を十分に発揮できるよう健闘を誓い合いました。

コロナウイルスの影響によりねんりんピックの開催は3年ぶりですが、今年は横浜市を中心に11月12日(土)～15日(火)の期間で開催されます。

結団式当日は、主催者を代表して筒井奈良県福祉医療部長が「各種目でご健闘いただくとともに、競技と交流等を通じて、今回の出場が貴重な思い出となるよう期待している」と激励の言葉とともに「フー、フー」と応援のかけ声をおくりました。また、来賓で出席された中村奈良県老人クラブ連合会会長は、「ふるさと」をハーモニカで披露され、奈良県選手団の気持ちを和ませていただきました。最後に選手を代表してマラソン種目で参加される中谷治行さんが「各自それぞれの大会で頑張るとともに、一人ひとりが健康に留意し、所期の目的を達成するため努力することを誓います。」と決意表明をされました。

奈良県選手団の活躍を期待しています。



選手に声援を送る筒井奈良県福祉医療部長 中村奈良県老人クラブ連合会会長

参加選手による決意の言葉

ねんりんピックかながわ2022 美術展で入賞

過日、ねんりんピックかながわ2022美術展審査会において審査が行なわれ、入賞作品が決定しました。本県から出品した工芸の部西濱妙子さんが神奈川県知事賞、写真の部貝本泰男さんが銅賞に選ばれました。



工芸の部 神奈川県知事賞
「時のいたずら」 西濱 妙子さん



写真の部 銅賞
「仲申し兄弟」 貝本 泰男さん

75歳以上の

運転免許証更新手続きが変わりました



改正道路交通法による変更点は？

大きな変更点は「認知機能検査」と「高齢者講習」に加え一定の違反歴があれば「**運転技能検査**」に合格しなければ更新できなくなりました。その他、高齢者講習や認知機能検査も改正されています。

運転技能検査の対象になるのは？

○対象となる違反種別

- ①信号無視 ②通行区分違反 ③通行帯違反等 ④速度超過
- ⑤横断等禁止違反 ⑥踏切不停止等、遮断踏切立入り
- ⑦交差点右左折方法違反等 ⑧交差点安全進行義務違反等
- ⑨横断歩行者等妨害等 ⑩安全運転義務違反 ⑪携帯電話使用等



○対象者

対象者は運転免許証の更新を迎える直前の誕生日の160日前から過去3年間に対象となる違反をされた方です。

※運転技能検査の受検が必要な方には、公安委員会から通知されます。



高齢者講習の改正点

- (1) 2時間の高齢者講習(実車指導あり)に一元化されました。
- (2) 運転技能検査合格者及び大特・二輪・小特・原付免許だけの保有者は実車指導のない1時間の高齢者講習になります。



認知機能検査の改正点

- (1) 認知機能検査は、結果の判定が「認知症のおそれなし」と「認知症のおそれあり」の2区分に改正されました。
- (2) 認知機能検査の検査項目から時計描画項目が削除されました。



手数料について

- (1) 高齢者講習
[6,450円(実車あり)、2,900円(実車なし)]
- (2) 認知機能検査(1,050円)
- (3) 運転技能検査(新設3,550円)



各検査・講習を受けるには、予約が必要です。誕生日の5か月前から可能ですので、余裕を持って予約をお願いします。まずは予約を！

運転免許センター ☎ 0744-29-0290

※高齢者講習は、一部の自動車教習所でも行っています。

運転免許証の自主返納のほかにサポートカー限定免許という新たな選択肢ができました。

すこやかだより

第51回シニア県展

9月2日(金)から7日(水)まで奈良県文化会館にて第51回シニア県展を開催しました。

今回はコロナ禍でも作品づくりに励んでおられるシニアの方々が日本画、洋画、書、工芸、手芸、写真の6部門合わせて293点が出展されました。また、コロナウイルスの影響で2年間中止にしていた作品講評会、昨年(2020年)の50回を記念に新たに企画していたワークショップも開催し、期間中多くの方に来場いただきました。最優秀受賞者は下記のとおりです。

日本画 「望郷」

高谷 宣孝

審査員講評

日本画の画材を使いこなし、非常に完成度の高い作品です。動物、檻、背景など、バランス良く、画面構成、配色、マチエールもびたりと決まっています。見る者を画面に引き込む作品です。



洋画 「扉」

関家 和夫

審査員講評

扉をとってもリアルに描かれています。まずこの扉に目をつけテーマとされた事に作者の審美眼の高さがうかがえます。色は朱、白、黒を基調として迷いのないタッチで描かれ力強い作品が出来ました。なかなか秀作です。



書 「菜根譚、一節」

植田 和夫

審査員講評

漢文の一節(30字)を同じ文字が重なるも工夫しながら暢びやかに気持ちよく書いている。筆者の気分の良さが見る者に伝わっている作品です。更に意欲を高め大きな作に挑んでほしいです。



工芸 「竹箆(円舞)」

打田 信夫

審査員講評

大作の箆ですが、かなりのボリュームでありながら素晴らしくバランスのとれた多彩な編み方でリズム良くまとまっています。全体の作品群の中でも特出した魅力ある作品です。



手芸

「晴れ着姿の十二支」

小泉 操子

審査員講評

思い思いの晴れの衣装を纏った個性豊かな十二支。作者が工夫を重ね楽しんで、喜びを以って制作された姿が浮かんできます。特に顔の部分が特徴を巧みに捉え表現され、それぞれが可愛く見る者を引きつける。小さいが故に力のある素敵な作品です。



写真

「お母ちゃん！」

佐藤 勇

審査員講評

写真は無言の静止画ですが、今回の作品はどろんこ行事を無事終えた親子の幸せな安堵感が見る側に心に染みた親子の幸せな情景が美しくも感じる作品でした。特に今までにないオリジナリティーある視覚言語に感銘した秀作でした。



最高齢者賞受賞者



男性 洋画の部

魚山 英雄 さん
(90歳)



女性 洋画の部

山田 美代子 さん
(93歳)

第12回 健やかシニア文化祭開催します

日頃の練習の成果を発表したい、コロナ禍でも仲間と交流を深めたいと望むシニアグループが3年ぶりに文化祭を開催します。今回はステージ発表12グループ、展示6グループが出演します。コロナウイルスの感染対策も充分配慮し、開催しますのでご来場お待ちしております。



- 開催日：令和5年3月25日(土)
10:00～15:40(展示は15:00まで)
- 会場：奈良県社会福祉総合センター
6階 中会議室、大ホール

お問い合わせ

健やかシニア文化祭実行委員会事務局
TEL 0744-29-0120

けん玉サークル 「ケンちゃん和タマちゃんクラブ」 参加者募集

けん玉はバランスを取りながら目や身体を動かすので、自然と「ながら」運動にもなり、脳機能の活性化や認知



症予防にも効果があります。みんなで遊び、健康増進に繋がるけん玉を一緒に始めてみませんか!!

- 開催日：毎月第1・2火曜日 13:00～14:30
- 会場：奈良県社会福祉総合センター
4階 教養文化室
- 参加費：1回 500円(資料代、景品代)
- 持ち物：けん玉

(すぐに用意出来ない場合はお貸しします。)

お問い合わせ

山口善信 TEL 080-4394-0316

第13回 健やか写真クラブ作品展

- 開催日：令和5年1月19日(木)～22日(日)
- 会場：DMG MORI やまと郡山城ホール展示室
- 時間：午前9:00～17:00
- 出展者：32名
- 初日(1/19) 13:00～17:00
- 出品総数：68点
- 最終日(1/22) 9:00～14:00
- 特別出展：講師 中務 敦行氏

お問い合わせ

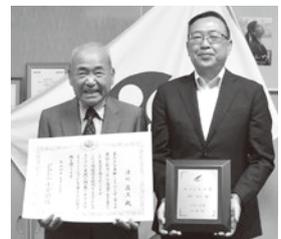
会長 野原義生 TEL0743-53-9898



令和4年度エイジレス・ライフ実践事例エイジレス章受章!

例年内閣府ではエイジレス・ライフ(年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由でいきいきとした生活を送る)を実践している高齢者を高齢期の生き方の参考として全国に広く紹介しています。今年も全国から82件のエイジレス・ライフ実践事例(個人)が推薦され、選考の結果、本県では本会が推薦した橿原市在住の津川昌三さんがエイジレス・ライフ章を受章されました。津川さんは定年退職後、ボランティアを通じて地域のために活動したいとの思いから、健常者や障害者へのスポーツ指導、壊れたおもちゃを修理するおもちゃ病院、高齢者施設で入所者のお話を聴く傾聴ボランティアを県内に普及されました。

10月24日(月)には本会にて授与式を実施し、石井奈良県社会福祉協議会常務理事より書状が手渡されました。石井常務理事は「今後も健康に留意して、さまざまなボランティア活動のリーダーとして活躍されることを期待しております。」と祝福されました。今後も地域に貢献しながら、後継者への育成に力を注がれていきます。





Senior Library 図書とのふれあい

旅三題

旅にもいろいろあって…

奈良公園周辺にも外国人観光客の姿がちらほら見かけるようになりました。コロナ禍が収まったわけではありませんが、少しずつ、かつての日常生活が、少しかたちを変えてとはいえ、戻ってきているようです。そして、季節はそんなこととは関係なく、冬本番、そして、今年も残すところ僅かになりました。外出や遠出をされた方も多いかもかもしれません。何年かぶりの紅葉狩りや観光地巡りを堪能された方も。とはいえ、旅とは不思議なもので、実際に行く旅、憧れる旅、そして想像する旅、とさまざまです。そして、そんな旅を知ることができるのも本のなせる技かもしれません。旅を住処にした人といえば、や

はり芭蕉を思い出します。晩年の句に、「比道や行人なしに秋の暮れ」があります。旅と俳句を住処とした芭蕉らしい晩年の一句ですね。妻子もいた蕪村は、「門を出ればわれも行人秋のくれ」と詠みました。旅に明け暮れた芭蕉の孤独と、日常からふと垣間見る憧憬としての孤独を味わう蕪村。この対照的な二人のこの句（人生）は、何やらわれわれにも思い当たるといえるか、リアルな複雑な感情を引き起こさせるような気がします。人生は旅のようであったり、舞台であったり、忙しいな。ということで、今回は、旅の本です。



『飛び立つ季節 旅のつばくろ』

沢木耕太郎 新潮社 2021

ご存じ旅行文学の名作『深夜特急』の作者による旅行エッセイの最新作です。JR東日本の新幹線車内誌「トランヴェール」での連載をまとめたもの。国内の旅は一層、身近な日常と交錯します。



『ポルトガル、西の果てまで』

福岡恵子 共和国 2021

ポルトガルに通うようになって18年、13回の旅、滞在日数およそ220日。どうしてポルトガルなのか。憑かれたように旅をする、その姿に憧れてしまいます。



『ガリバー旅行記』

ジョナサン・スウィフト 柴田元幸 訳 朝日新聞出版 2022

柴田の新訳で朝日新聞に連載され書籍化されたもの。注釈も秀逸です。小人国や巨人国などよく知られた話ではありますが、新訳を機に改めて読んでみてはいかがでしょうか。想像上の旅ではありますが、ガリバーが訪れた唯一の実際の場所として日本が登場することはご存じでしたか？

奈良県立図書情報館 開館時間 9:00 ~ 20:00

〒630-8135 奈良市大安寺西 1-1000

TEL: 0742-34-2111 (代表) FAX: 0742-34-2777

ホームページ: <https://www.library.pref.nara.jp/>

【休館日】月曜日（祝日、振替休日に当たるときは、その次の平日）、毎月末日（土、日、月曜に当たるときは、その前の平日）、年末年始（12月28日から1月4日まで）

【交通アクセス】

- 近鉄奈良駅より:奈良交通バス停(8番のりば)から「県立図書情報館行き(22系統)」に乗車し、終点。所要時間約25分。
- JR奈良駅より:奈良交通バス停(JR奈良駅東口バス停6番のりば)から「県立図書情報館行き(22系統)」に乗車し、終点。所要時間約20分。
- 近鉄新大宮駅より:駅南口バス停から「四条大路南町行き(8系統)」に乗車し、県立図書情報館西口下車。徒歩5分。所要時間約15分。
- 自家用車利用:国道24号の柏木町交差点を東に折れ、1つ目の信号を左折。約700メートル先の左手側。駐車スペース:普通車311台。1時間までは無料、それ以降は1時間毎に100円。

仲間づくり広場

シニアグループ・リーダー人材情報・サークル紹介BOOKを活用してください

シニアの団体「グループ」または個人「リーダー」が自治会や高齢者施設に出向き音楽演奏や軽スポーツの指導など様々な分野で活躍している方々を紹介します。また何か新しいことを始めたい方は県内で活動しているサークル紹介もしますので、是非紹介Bookを活用ください。



冊子ご希望の方はセンターまでお問い合わせください。

すこやか長寿センターホームページより

シニアグループの看護学生との交流

先般、奈良県病院協会看護専門学校より在籍している学生に人間愛として人への気配りを教育の基盤として、奈良県の地域医療に貢献できる看護師の育成を目指しているため、シニアボランティア活動を見学したいと依頼がありました。シニアグループとの交流を通じて地域の人々との健康や暮らしの理解を深めたいとの願いを達成するため本会に登録しているシニアグループを紹介しました。学校より活動の見学希望があったシニアグループは太極拳、自彊術体操、軽スポーツ、英語教室など2日にわたり6グループで、1グループにつき6～7名の学生が参加されました。

以前の日本では、暮らしの中で自然と世代間交流が行なわれていましたが、現在少子高齢化や家族形態の変化によって、高齢者と若い世代と関わる機会が減少し、世代間交流は意識的に行なわなければならないものにな

りました。シニア世代も多世代との触れ合いによって、元気や意欲、心身の健康の効果が期待されるなどいろいろな刺激を受けることが活力や癒やしにつながり世代間の相互理解にもなり、さまざまな利点があります。当日、看護学生はシニアの活動を一緒に体験しながら、事前に準備した設問を投げかけ学習を深められていました。交流を図ったシニアも「久しぶりに若い方とお話しができ元気をもらえた。」など終始笑顔で対応されていました。



関西矯正展に参加しました

令和4年10月8日(土) 大阪市内マイドーム大阪で開催された「第33回関西矯正展」に奈良県の更生支援事業活動の一つである「奈良県更生支援の推進に関する条例」に基づき設立された「一般財団法人かがやきホーム」から協力依頼があり、当センターに登録しているシニアグループ「自然クラフト教室飛鳥(以下「教室飛鳥」という)」が参加しました。

「矯正展」とは、受刑者の改善更生を目的として「刑務作業」が実施され、同作業の重要性や現状などについて、各刑務所等で行われている同作業に関する広報を行うほか、受刑者が製作した「刑務所作業製品」(CAPIC)の展示・販売会をするイベントのことです。コロナ過の影

響で約3年ぶりに開催された関西矯正展で、同財団の出店のお手伝いについて、教室飛鳥メンバーは事前に採集した木の実や枝などを用いて、来年の干支である「兎の餅つき」の作り方を来場希望者に指導したところ自分で作る喜びを味わい、教室飛鳥のメンバーも普段同世代への指導を行っているためか若い世代への関わりを楽しむ一日となったようでした。



当センターではこのようにシニアグループが様々な場面で活躍し、世代間交流を深められるよう活動を推進していきます。

すこやか・なら

● 企画・編集・発行 / (福) 奈良県社会福祉協議会 すこやか長寿センター 〒634-0061 橿原市大久保町 320-11 TEL : 0744-29-0120 FAX : 0744-29-0121
E-mail:sukoyaka@nara-shakyo.jp
● 発行日 / 2022 年 (令和 4 年) 12 月発行 ● 編集デザイン / 株式会社 JITSUGYO