情報誌　健やかに生きる豊かな地域社会をめざして

すこやかなら

2022年
8月号

(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

令和４年度　ならシニア元気フェスタ

高齢者が健やかでイキイキと暮らし続ける健康寿命日本一の奈良県をめざして、高齢者のスポーツ活動及び文化活動の「励み」「発表の場」となる「令和４年度ならシニア元気フェスタ」が５月14日（土）、15日（日）に開催しました。

コロナウイルス感染拡大に伴い、一昨年より大会を開催することができませんでしたが、今回３年ぶりの開催となり、大会初日はあいにくの雨で３種目が17日（火）・21日（土）に延期となりました。午後から天気も回復し、競技についてはスポーツ20種目、文化３種目、合計23種目が橿原公苑、県社会福祉総合センターなど会場で約2，000名のシニアが久しぶりの大会を笑顔で元気に楽しみました。

この大会で上位の入賞者は11月12日（土）から神奈川県で開催される第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）に奈良県代表として参加されます。全国の高齢者がスポーツや文化活動を通し交流を深めるねんりんピックに今年度は21種目140名の参加を予定しており、奈良県選手団の活躍にご期待ください。

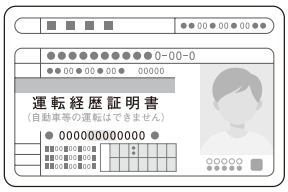
運転免許証の返納制度ってなに？
運転経歴証明書ってなに？

運転免許証の返納制度とは？

自動車の運転に不安を感じる方は、現在お持ちの運転免許を申請により取り消すことができます。
この場合、全ての運転免許を取り消すことはもちろんのこと、一部の運転免許だけを取り消すことも可能で、例えば、普通免許と原付免許を保有している方が、普通免許の取消しを申請して、原付免許だけにすることができます。

運転経歴証明書とは？

運転免許の自主返納後５年以内の方、または運転免許を失効して５年以内の方は、身分証明書としても活用していただける運転経歴証明書の交付を申請することができます。更新制度はありません。
再交付申請、記載事項変更は可能です。（本籍変更は除く）



自主返納制度に関しての問い合わせ先
奈良県警察本部交通部運転免許課免許係　TEL 0744-22-5541

返納した方には、自治体や企業等が「高齢者運転免許自主返納支援事業」で支援しています。

自主返納された方へ

運転経歴証明書を提示することで、協力企業などで様々な特典を受けることができます。

○原則として、奈良県内の店舗のみの特典となります。
○ご利用になる支援事業所（店舗）で、ご本人が「運転経歴証明書」をご提示下さい。（飲食店では注文時、タクシーでは乗車時にご提示ください。）
○一部ご利用になれない日や、特典の対象外となる商品等があります。
※特典内容は変更される場合があります。協力企業等を奈良県警察ホームページで紹介しています。

例えば？

・奈良県タクシー協会加盟タクシーの運賃が１割引で利用可能
・「奈良交通ゴールドパス」（６ヶ月券）が２回に限り無料　など

自治体による支援も行われています！各自治体で年齢制限や支援内容が違いますので、詳しくは奈良県警察ホームページをご確認ください。

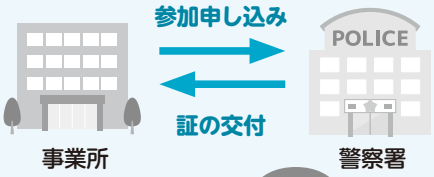
CHECK!!

事業所の方へ

支援事業所を募集しています！

高齢ドライバーが運転免許を返納しやすい環境作りに御協力下さい。

支援の対象は、原則として運転経歴証明書等を提示した、奈良県内在住の65歳以上の高齢者です。



支援事業に関しての問い合わせ先　奈良県警察本部交通部交通企画課　TEL 0742-23-0110

すこやかだより

元気シニアを大募集!!

令和４年度シニア世代の生涯現役セミナー

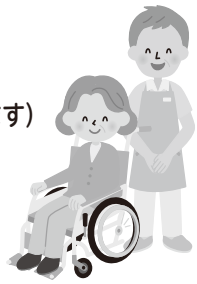
就労やボランティア活動など社会貢献することでシニア世代の健康維持や介護予防の効果があることが証明されています。第一部では就業行動が健康意識の維持や改善へ与えるメリットなど講義をいただき、第二部では現在福祉施設などで介護助手として就労しているシニア世代を招き、普段の業務状況などを紹介していただきます。

日　程：9月10日（土）13:00～16:00
対象者：県内在住の概ね55歳以上の方
内　容：
　第一部　生涯現役～就業行動の健康メリット～
　　講師　餅田敬司氏
　　（京都橘大学　看護学部准教授）
　第二部　シニア世代の介護助手の取り組み事例紹介
会　場：奈良県社会福祉総合センター５階研修室Ｂ
　　（橿原市大久保町320－11）
定　員：50名
締　切：8月24日（水）

令和４年度シニア世代の介護のお仕事入門的研修

現在、介護分野においては、人材が不足しており、その担い手としてシニア世代が活躍することが期待されています。介護人材のすそ野を広げ、福祉・介護サービス事業や地域活動を支える人材を育成することや今後充実した人生を送るためにこれから必要になる介護の知識・技術を短期間で学びませんか。

日　程：10月1日（土）、15日（土）、22日（土）、
　　11月5日（土）の4日間
　　職場体験実習として10月23日（日）から
　　11月4日（金）のうち1～5日を選択
対象者：県内在住の概ね55歳以上の方
会　場：奈良県社会福祉総合センター4階教養文化室
　　（橿原市大久保町320－11）
定　員：30名
　　（先着順　定員になり次第締切ます）
締　切：9月20日（火）



第51回シニア県展開催します!!

県内在住の概ね60歳の方を対象に日頃の作品創作の成果を発表し、生きがい・健康づくり・積極的な社会参加の推進を目的として開催します。コロナ禍でも多くのシニア世代が作品創作に打ち込んでおり、今年も約300点の作品が出品されます。
9月4日には作品講評会や日本画・書のワークショップも開催いたしますので、作品づくりにご興味ある方ご参加お待ちしております。

開催期間：9月2日（金）～7日（水）　9:00～16:00　※5日（月）休館日
作品講評会：9月4日（日）　日本画・洋画・工芸　10:00～
　　書　・手芸・写真　13:30～
開催場所：奈良県文化会館　1階展示室（奈良市登大路6-2）

お問い合わせ
（福）奈良県社会福祉協議会　すこやか長寿センター
TEL 0744-29-0120　FAX 0744-29-0121　メール sukoyaka@nara-shakyo.jp

情報ファイル

健やかシニア文化祭 参加グループ募集しています

「日頃の練習の成果を発表したい。」「他のグループと交流を深め会員を増やしたい。」と願うシニアグループを募集します。

実施に至るまで各グループの代表者が一丸となり、準備・運営を行い作り上げて行く文化祭です。コロナウイルスの影響で２年間開催できていませんが、感染対策にも注意しながら開催しますので、この機会に練習の成果を披露してみませんか。

●開催日時：令和５年３月25日（土）
●会　　場：奈良県社会福祉総合センター６階
●募集グループ：ステージ発表・展示発表
●申込締切：８月19日（金）

お問い合わせ

健やかシニア実行委員会事務局
TEL 0744-29-0120
※９月20日(火)に第１回実行委員会を実施する予定です。

「歌声サロン」 和音15周年イベント

感染対策は十分講じていますので、多くの方のご参加お待ちしております!!

●開催日時：９月13日（火）14:00 ～ 15:30
（受付:13時15分）
●会　場：奈良市西部会館市民ホール
（学園前ホール）　近鉄学園前駅南出口すぐ
●参加費：500円（事前申込み不要・定員150名）
●曲　名：可愛いあの娘、ラ・ノビア、下町の太陽など（ピアノソロやコーラス「瑠璃色の地球」もあります）
●主　催：歌声音楽活動の「和音」
●後　援：奈良市　奈良市教育委員会　奈良市社会福祉協議会

お問い合わせ

太田　TEL 090-3263-5363
奥野　TEL 080-6116-5831

終活セミナー参加者募集!!
～これからをいきいきと過ごすために～

人生100年時代、発想の転換を　終活は自分らしく生きるための活動です。
終活って何からはじめたらいいの？終活アドバイザーがわかりやすく、楽しく、終活をお伝えします。

●日時：９月16日（金）午前10:00 ～午前11:30
●場所：奈良県社会福祉総合センター
４階教養文化室（橿原市大久保町320-11）
●講師：終活アドバイザー　森本美起代氏
●会費：500円
（当日徴収します）
●定員：20名

お問い合わせ

奈良県社会福祉協議会 すこやか長寿センター
TEL 0744-29-0120

令和４年度傾聴ボランティア養成講座受講者募集中！
（県共同募金会助成事業）

県傾聴ボランティア交流会では県共同募金会の助成金を得て、今年度も傾聴ボランティア養成講座を開催します。近年少子高齢化・人口減少が進む中、高齢者の孤立や引きこもり、孤立した介護など特有な課題があり、コロナウイルスの影響により状況はさらに深刻化しています。さまざまな困難に直面する人々のお話を親身になって聴き、思いをはせ、寄り添う傾聴ボランティアとして活動してみませんか。

●日　時：10月５日(水)13:30 ～ 16:00
12日(水)10:00 ～ 16:00
13日(木) ～ 25日(火)のうち１日のみ実習予定、26日(水)10:00 ～ 12:00
●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：500円

お問い合わせ

奈良県傾聴ボランティア交流会　事務局
佐竹力英　TEL 0745-62-9303

Senior Library　図書とのふれあい

夢の国 燃ゆべきものの 燃えぬ国 木の校倉の とはに立つ国

鴎外「奈良五十首」より

本を読む楽しみ

今年は森鴎外の生誕 160 年・没後 100 年にあたります。鴎外と並び称される夏目漱石に比べると、少し地味で固い印象があるかもしれません。また、鴎外が生涯国の役人や軍医として勤め上げたのに対し、漱石は国民的作家として、（お札の肖像画にも選ばれ）、その存在が広く親しまれていたということがあるかもしれません。今回、没後 100 年を記念して、鴎外の旧居（観潮楼）があった東京都文京区では、その旧居跡に建てられた鴎外記念館を中心に、「読み継がれる鴎外」をテーマに、多彩な記念イベントが行われています。

鴎外と聞くと、どんな作品を思い浮かべますか？教科書で『舞姫』に出合った方もおられるでしょう。あるいは、安寿と厨子王の『山椒大夫』でしょうか。はたまた『キタ・セクスアリス』でしょうか。

今回ご紹介するのは、大逆事件という世情を震撼させた事件をめぐって、鴎外が小説というかたちで自己の真意を表現しようとした『沈黙の塔』と『食堂』、そして、翻訳作品として後世に大きな影響を与えた『即興詩人』（原作はアンデルセンの自伝的小説）です。前者は、誰もが自らの立ち位置で翻弄されざるを得ない時流の中で、どのように振る舞い得ることが可能かという問いを突きつけられます。後者は、翻訳作品ながら、文体も内容も表現も自家薬籠中のものとしたひとつの完成された作品として後に他の作家等の新たな作品を生む源泉になったという希有な作品です。岩波文庫では、鴎外訳と現代訳（大畑末吉訳）の両作品を読み比べることができます。ちなみに、「いのち短し恋せよ乙女」ではじまる「ゴンドラの唄」（吉井勇作詞）は、この『即興詩人』に典拠して作詞されたものです。

この機会に、鴎外全集を繙いてみませんか。

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

登録サークル紹介　三の丸写真クラブ

「三の丸写真クラブ」は　妻鹿捷二（めが・しょうじ）さんが代表者となりデジタルに詳しく気軽にレタッチなども教えていただけます。

クラブ活動の良い点は、月例会でお互いの作品を鑑賞し、刺激し合い、その熱源を得て感動する作品を創作する事と思います。

フイルムからデジタルに移り、現在ではスマートフォンの撮影が普及し、写真界も変わってきています。デジタルに詳しい、身近な会員からレタッチなど気楽に教えていただき、リテラシーを高めています。

令和４年４月１日～６日の間、DMG　MORIやまと郡山城ホール１階展示場において写真展が行われました。コロナ禍の昨今、来場者に心配しましたが、61点の作品に食い入るように鑑賞して頂き、来場者総数が581名に達して、会員は大変喜びました。

会員全員がアドバイザーで楽しく学べ、随時見学会があり、事前にご連絡下さればお渡しする資料を取り揃えますので、ご興味のある方はお問い合わせください。初心者のご入会も心よりお待ちしています。

「三の丸写真クラブ」会員・OB写真展会場

お問い合わせ

活動内容：毎月原則第一日曜日 13:00 ～ 17:00
会　　場：三の丸会館 会議室　撮影会は随時
会　　費：千円／月　入会金なし
代 表 者：妻鹿捷二（めが・しょうじ）
TEL 080-3761-4357 まで
メール mb55sx68ml@kcn.jp

撮影会は随時行っています、今回は名古屋市東山動物園で５月25日に10名参加しました。月例会、撮影会、写真展、フォトコンテスト入選・入賞、等の活動内容は「三の丸写真クラブ」のホームページをご覧下さい。

https://sannnomaru.hatenablog.com/entry/2022/06/14/092556?_ga=2.105327883.906411384.1655101639-164516614.1651292607

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）8 月発行　● 編集デザイン／株式会社 JITSUGYO