

# 北の灯り

題字 会員 塚本久二子(札幌市)

第 11 号

健康生きがいきづくり  
アドバイザー  
北海道協議会

代表 長谷川 聡

☎011-219-8701

## 「無理せず休むことなく」

健康生きがいきづくりアドバイザー  
北海道協議会会長

長谷川 聡

去る 5 月 10 日の総会で、会計年度と組織を一新し、新役員も選出して、平成 15 年度がスタートしています。

会計年度は 4 月 1 日から翌年 3 月末日までとなりました。今後、年次総会は春に行います。来年の総会は道南を予定しています。杯に桜を浮かべて健康生きがいきづくり活動の将来を皆で語れたら幸せです。

組織は 5 部制になりました。養成部・活動支援部・事業部・会報編集部・企画調査部の 5 つが本会活動の中心となり、これを役員会と事務局が支援します。

養成部はアドバイザーを増やす養成講座の運営だけでなく、新入会員のオリエンテーションと全会員の内部研修も担当します。「アドバイスしないアドバイザー」の継続的な生涯学習の場を創ってくださるはずです。

活動支援部は各会員が実践活動を興す時、あるいは活動を続けていて困った時はすぐに駆けつけてくださるはずです。地域組織やサークルを創って活動する皆さんは一度ご連絡ください。

事業部は健生北海道として、あるいは全会員の参加を仰ぐ活動を仕切ってくださるはずです。ここでいう事業とは所謂営利事業ではなく、健康生きがいきづくりのための市民活動としての全会的活動です。

会報編集部は会報作成だけでなく、内部情報流通の促進と対外的な広報機能を担ってくださるはずです。広い北海道、正会員・賛助会員併

せて 200 名に届こうという会員数、それもまさに多士済々。会員が肉なら情報とコミュニケーションは血となります。

企画調査部は本会の今を分析して未来を考えてくださるはずです。あり方検討会を発展的に解消して部としました。会員の健康生きがいきづくり活動がじわじわと広がるように会のあり方を考え続け、事業と会計と組織がそれに相応しい姿を取るように忌憚のない提案を示してくれます。

5 部のメンバーはこの会報を読まれている会員の皆さんです。どこかに所属して互いに支え合い、互いに刺激し合う仲間になっていただきたいと切に願っています。また、それぞれの地域、それぞれの分野領域でサークルを作って健康生きがいきづくり実践活動を日々続けていただきたいと思います。役員会と事務局はそんな五つの部と会員の皆さん独自の活動を側面から支援し、部と会員個人で処理しきれないことだけを処理することに徹します。

無理せず、しかし休むことなく共に活動していきましょう。来年秋には健生北海道が健生アドバイザー全国大会をお引き受けすることになりました。私たちのこれから一年間の活動が、全国から集まる健生仲間の池に投じる小石となることを夢に見ています。

## さっぽろ村ラジオ オンエアー！

札幌市 家守 朋恵

4月5日11時 81.3MHz...さっぽろ村ラジオから、健康生きがい応援団の第一声が発せられました。ミキシングの葛西さんのキューに合わせて、第1週チームリーダー加藤勢津子さんの少し緊張した口元がゆったりと開き、健生北海道が社会に向けて発信する第一声の歴史的瞬間に立ち会いました。雪解けが進んだ春らしい穏やかな札幌を紹介する加藤勢津子さんの軽やかな語りで、健生応援団の放送は始まりました。

樋口喜一さん作曲によるテーマミュージックが入り、勢津子さんの挨拶の後、三明さん作曲の「F1 友一健康講座」の主題歌に乗って、寺井友一さんの登場です。

開口一番、今 87 歳ですが本日も 5 キロ程度を走ったり、歩いたりしながら汗をびっしょりかいて来ました。若い頃は虚弱体質で困りましたが今は本当に元気になりました。なんぼか学んで実践していることをお知らせし、みなさんにも健康になって欲しい。風邪をひかない健康な人が増えるのが爺ちゃんの夢です。

今日の講義は生姜湯の概論。高貴で高価であった生姜の歴史背景と普及状況等。薬効である自己免疫力を高める成分についてもお話があり、現在新聞紙上を賑わしている新型肺炎にも自己免疫力さえ高めておけば大丈夫と言う力強い話でした。勢津子さんのインタビューに応え、生姜湯の作り方を紹介していただきました。

健生北海道からのお知らせを西条さんが読まれ、次のコーナーは「私が健康生きがいづくりアドバイザーになった理由」と題して、家守、周尾正則さん、加藤勢津子さんが、それぞれ聞き手になったり、話し手になったりしました。

最初は家守。10 年前、長野県北アルプスの遭難事故で夫を失い、その時お世話になった日本全国の山岳関係の人や、現地警察、会社や親・兄弟を含む親戚の人達へ「お礼・恩返し」のつもりで通信教育でアドバイザーにチャレンジしました。資格を取ってから出会った人たちが素晴らしく、何とか近づきたいと自分育てを始め

ています。学びの楽しさを堪能している日々です。23 人での健生北海道協議会の立ち上げからラジオで社会に向け応援できる体制になった今日に至る活動の思いを家守が少しお話しして、2 人目のアドバイザーは周尾正則さん、健康生きがいと反対の生活を長年してきて、ここでギアチェンジが必要と思い、通所の養成講座開講を知り申し込みました。あまりにも清らかな健生の空気にタバコは似合わない、最近タバコをすっぱりやめました。

健生北海道からのお知らせを島本さんが読まれ、3 人目のアドバイザーは加藤勢津子さん、公職を定年で退き、このまま朽ちるわけにはいかないと何かを探していた時、健生アドバイザーのお手本が身近にいて通信教育で学びました。資格を取り、これから活動という時、昔のアナウンサー時代の経験を活かせるラジオの仕事が持ち上がり、勉強の機会を得ました。お仕着せでない個々人からの個性的な発信を聞き再勉強していることに喜びを感じています。

パーソナリティの勢津子さんが次週の予告を入れ、挨拶して終了です。ホッ、バンザイ!! あっという間の 1 時間でした。緊張しました。監督の聡さんから 105 点、ディレクターの正志さんからも良かったと激励をいただきました。関わった一人としてとても嬉しい!

緊張するけど楽しいですよ。放送終了の瞬間のはじけるような開放感は病みつきになりそうです。みなさんにはおいおいアドバイザー紹介コーナーに出演して頂く予定ですが、スタッフとして一緒に体験しませんか?





## コミュニティマーケット in 東区

札幌市 家守 朋恵

3月8日と9日、札幌市東区のお祭り「コミュニティマーケット in 東区 (通称 COME)」に参加しました。このお祭りは、東区に関するボランティア団体が一堂に会して、互いに学びあい、交流しあって、地域を活性化する目的のもと、実行委員会形式で開催されます。今年で3回目です。東区在住の健生メンバー清水利章さんが初回の実行委員だった時、「面白そうだから健生も参加しないか?」と誘っていただいて以来、健生北海道は3回とも参加しています。

今年も期待に応えて、パフォーマンスを披露しました。参加した芸人は2日間で延べ20人、パネル展やお祭りへの参加者を含めると50人前後の健生関係者がお祭りを楽しみました。



「生きがい演芸場」は長谷川聡会長がチーフとなり、数度の厳しい練習を経て披露しました。1日目の出し物は、ジャージ漫談「キミー&トム」、正志さんの「ケーシーうまさし」、プロも顔負けのマジシャン「きーちゃん」、長老友一さん演ずる「老人と死神」でした。

2日目はケーシーうまさしに代わって笑いの小話玉手箱「Bちゃん」、老人と死神に代わって心温まる童話の世界から、12名出演による「かさこ地蔵」でした。

演っている方は無論楽しかったけど、見ている方も楽しんで下さったようで、会場に笑顔があふれていました。出番が終わって席に戻ると、全然知らないおばあちゃんが「良かったよー」と柔らかな笑顔で迎えて下さいました。

交流会も楽しいものでした。健生からは浜頓別から参加して下さいった豊島忠さんを含め8名

参加しました。10卓程度のあちらこちらに健生のメンバーがいたので、他の団体がグループを紹介し合う時など、随分健生の知名度が上がりました。「健康生きづくり」との誤紹介もあり、「オッ我々は刺身?」と笑いましたが、誤解される程活きの良いグループと思われたようです。



他の団体との交流も図りました。特に聡会長と浜頓別の忠さんは積極的に他団体との接触を持ち、イベント成果として商談も進んでいるようです。健生アドバイザーはかくあらねばと、大口をあけて笑ってばかりの私は反省しました。

来年は健生北海道協議会が実行委員会のメンバーの一人に推薦され、受諾しました。

4月1日から始まった「さっぽろ村ラジオ」もあり、東区から目が離せません。

又、皆で力を合わせて来年も楽しみましょう。一回りも二回りも大きな輪になる事を祈って...

## 活動交流会

### 最近の介護保険制度について

3月27日 講師 37期生 安藤 百合子

3月の講師は安藤百合子さん。テーマは介護保険制度。30分ほどの「ミニ」講座でしたが、ケアマネージャとして働いてこられた講師ご自身の体験に基づき、講師による3枚の資料と行政側のパンフレットを使い、分かりやすく要を得た講座内容でした。実際身近な制度でもあり、出席者も熱心に聴いている様子でした。

(記) 札幌市 佐藤 弓絵

### 陰陽五行で見る人間の体質について

4月25日 講師 35期生 相坂 誠一郎

人を取り巻くあらゆる場面で陰陽、気が存在する事は体験上理解できるので、大変興味のある

るテーマではあったが会場の喫茶店の構造が狭隘にも拘らず座した位置では演者の顔が見えず更に声がよく聞き取れ難かった事で正直言って内容の理解は今ひとつであった。

ボリュームの内容から時間の制約もあって演者としても纏め方が難しかったと思われる。

人体と自然界の五行にからむ不思議さについて改めて拝聴する機会を是非期待したい。

(記) 札幌市 樋口 喜一

## 行政側から見た介護サービス制度について

5 月 23 日 講師 37 期生 大栗 洋子

かねてからの念願だった、ソフトドリンクを前にしてのおしゃれな月例交流会も 2 回目を迎えました。37 期の大栗洋子さんが「介護保険と給付費負担割合等」について話され、現役活躍中の講師の分かりやすく熱意あふれるミニ講座に感謝の大拍手。続いて 6 月 17 日小樽開催の「元気で 120 歳をめざそう」講演会、FM ラジオスポンサー獲得ほか関連、生きがい探偵団今後の活動。その他盛り沢山の発表や報告がなされました。月例交流会サロン、もっともっとすてきな会に育てていきましょう。

(記) 札幌市 加藤 勢津子

## 新人紹介

第 35 期生 小笠原 哲也

カイロプラクターとして仕事をしていく中で、様々な症状を訴えるクライアントに対してどのような生き方をアドバイスできるのかと思い、受講しました。人生の諸先輩達との出会いに感謝しています。

第 35 期生 藤原 慶明

たいして世のお役に立つような事ではないことで…これを雑事というのか…に振り回され忙しい毎日を送らせてもらっている。おかげで健生正会員にもかかわらず、未だ表舞台に登場できず、隠れアドバイザーに徹しているところです。まずは e-mail なるもので先輩諸氏のご活躍を拝見・陰にて熱烈・応援しているところです。

第 35 期生 宮本 夕香里

養成講座を受講してからもう 1 年が経ちまし

た。とても楽しい 3 ヶ月でした。富士研修に於いても、とても素晴らしい方々のなかで勉強をすることができ自分を見つめ直すことができました。

現在はホームヘルパー 2 級認定課程を終了し、特別養護老人福祉施設で仕事をしています。健生アドバイザーとしてはまだまだ。一人の人間としても道協議会の皆様の中ではひよこの私です。皆さんに一步でも近づくことが、私の生きがいづくりの目標です。勉強中の私です。どうぞ長い目で見てください。

第 36 期生 佐瀬 真知子

毎日太極拳を指導しています。将来は、好きな言葉の「行之苟有恒 久久 自芬芳 (長く続けていると自ずから香ばしい香りがしてくる)」のような自分でありたいと思います。時間の余裕がなく、健生の集いには殆ど参加できませんが、健生の自芬芳を祈っております。

第 37 期生 安藤 百合子

私は約 30 年間の看護師生活を、昨年末で体調を崩し退職。健生養成講座を職場仲間からの紹介にて受講。以前から瀬戸内寂聴さんの人生観に心惹かれ、主旨の通じるところがあり参加。現在の活動は、養成講座の手伝い、総会時の研修会の講師をしました。他人を演じる事に魅力があり、探偵団の参加を考えています。先輩の皆様宜しくお願いします。

第 37 期生 岩倉 優子

当時職場が近かったので新聞募集で気軽に申し込みました。高齢者介護支援の仕事の延長上になると感じたためです。札幌で研修を終了し、富士吉田市で想像以上の充実した宿泊研修では楽しく同期の信頼関係を築く事ができました。これから私の好きなオカリナや「ホラ」を吹いて愉快地遊ぶ仲間の輪を広げたいと思っています。

第 37 期生 大栗 洋子

昨年の 10 月、北海道新聞の「養成講座」の記事を見た事が始まりでした。

何も解らず受講し、いろいろな職種、職歴の方とひとつの仲間になる事ができ、毎日がとても新鮮です。7 月からは地元南幌でも閉じこもりがちな老人に、少しでも健康と生きがいにつ



いて意識を変えていただくための行事を計画しています。きっと皆様にお願ひ事が増えてくるとおもいます。お願ひばかりできないので会報編集部で自分のできる事から参加しています。

#### 第 37 期生 岡部 二郎

「みょう」な事から健生アドバイザー養成講座を受講する機会を得て改めて感じた印象は、女性軍の見事な逞しさである。これからの我が国の高齢化社会への個人個人の生き方は誰もが気になるところですが今後目標を同じくする皆さんと活動できる事に感謝し私自身も近づけるようにしたい。

#### 第 37 期生 岡部 恭子

健生アドバイザーの養成講座や 2 月に雪に覆われた富士山を間近にしての宿泊研修で多くの仲間との出会い、皆が生き生きと輝いているのにびっくりでした。アドバイザーとしての活動は何もしていませんが、今後会合やイベントに参加し少しでもお役に立てればと思っています。

#### 第 37 期生 加福 保子

第 3 次研修の相談助言活動講義に触発され、心理、キャリア両域のカウンセリングへと興味の輪を広げました。現在は先輩諸氏の生きざまから学び、微力のお手伝いを通じ、将来の“生きがい大放”へ向けて充電中です！？

#### 第 37 期生 木野 敏子

この 4、5 年の間に両親、無二の親友、我子の様な愛犬と相次いで失った喪失感と共に人生観も少し変わった私は、新聞でこの講座を知った。そして、素敵な出会いと仲間を得た。「足を掘れ、そこに泉がわく」ハイ！今日も私は掘り続けています。

#### 第 37 期生 越野 則子

私は自分のためと思い本講座を受講し数多くの友人を得、よき仲間と巡り合うことが出来ました。今は仕事があり、アドバイザーとしての活動は十分には出来ませんが仲間たちと手を取り合って世の中の人に役立つアドバイザーとして、心豊かな人生を歩みたいと思っています。皆さんよろしくお願いします。

#### 第 37 期生 田中 淑子

私の母の長期入院やヘルパー 2 級の講習を受

けながら、何時しか高齢者に関心が向っていました。誰もが受け入れなければならない時がある・・・と思っていた時、この健生の講座が私の目に止まりました。皆何か思うところがあって集まって仲間になれたのだからこの輪を大切に、先ず自分自身の生きがいを見つけていこうと思います。

#### 第 37 期生 清水 昇子

交わりの中の充実感を味わう事が出来るのは健康生きがいがづくりアドバイザーの仲間と共に催し物を行うための積極的な協力体制で進めていく過程に、私自身としては楽しみが出てくると共に活発な姿勢が育っていく気がします。

#### 第 37 期生 近井 忠

私の過去と今、産地滝川市、おうし座、今世間を騒がしている銀行員生活 41 年、好きな言葉「我以外我が師なり」何時までもこの心意気でいたい。健生の人材集団はこの言葉にぴったり。その諸先輩の迫力に触発され何かやらねばと意気込むが空回り、やはり自分には経験を生かすしかないと悟り、目下若者たちに混じり奮闘中。

#### 第 37 期生 長沢 幸子

資格認定を取得、専門家になったが、さっぱり活動支援しないアドバイザー。まだまだ意識改革が不足、周りに支えられたり、支えたり、そんな中で“心の交流を深め”生きがいとなるものを、発信したり、交信したりの生活かなと、考える新参者。

#### 第 37 期生 藤原 佑子

2 月に富士吉田の研修を終えたパワーいっぱい健生アドバイザーの中の一人です。この春もレントゲンバスにて北海道各地の企業で働く人々の検診業務に携わっていますが、いつもながら健康意識の低さに驚かされるところです。一人一人との保健指導はわずか 3、4 分ですが健生アドバイザーとして健康で明るく目標もてる生きがいがづくりを広めていきたいと思うところです。

#### 第 37 期生 水野 由恵

子育ても終わり「何か自分の元気の素を！」と思っていた時に、健生講座に出会いました。好きな手芸を通じて活動が出来ればと考えてい

ます。何より沢山の元気な仲間の一員になれた事が大きな収穫でした。

### 第 37 期生 村田 総枝

先日、とても嬉しい出会いがありました。受講生と講師、スタッフの交流会で、フラワーセラピーの素敵な方とお話したのですが、「受講のきっかけは？」とお聞きしたら、「中央区役所の講座のチラシを見て」との御答えです。あっ！そのチラシって私がおいたんですよ。3 月中旬過ぎ、区役所へ証明書をいただきに行ったついでに係りの方に説明して、やっとおかせていただけたものです。それを見て受講してくださった方に会えるなんて、とても嬉しかったです。

### 第 37 期生 越後 キミノ

自分の曲がり角でめぐり合えた化粧品、健康食品が仕事になり、色々勉強させていただいたおかげで辿り着いたものと思います。

化粧品をあげたり、「食改善で真の健康」を広めてゆく上で、最も幅広く勉強出来るのではと思ひ受講致しました。

### 第 35 期生 加藤 高正

### 第 37 期生 秋田 裕子、蛭名 憲子、田中 忠佳 藤田 弘子、安永 周子

### 第 38 期生 梶 恭典、秋本 秀子、生田 京子 藤原みち子（通信）

### 通信 20 期生 川村 博

### 賛助会員 石井 政治、大村 房代、奥野 龍治 川上 睦子、栗田 奈津子、斉藤 初美 佐藤 弓絵、鈴木 睦子、中道 衛 林 昌子、檜山 秀子、福田 文江 緑川 芳弘（第 37 期生 千葉県在住）

## 各支部からの便り

### 「net 北みらい」たより

私達は月に 1 回の例会（懇親会）を行っています。2 月 24 日の例会では、1 月の例会に出席していただいた長谷川会長よりアドバイスのあった、支部の名称変更について話し合いました。藤田氏の基本提案に沿って、「net 北みらい」に決めました。みらいには見る、来る、未来の

意味が含まれています。

4 月の例会は旭川市の生きがい課の田岡課長さんにも参加していただき、先日からの検討事項の、旭川の買い物公園の空き店舗を利用した、仮称市民交流サロンの計画遂行のために、国の補助金等の資料を頂いて、勉強会を行い、継続して検討しようということになりました。

5 月の例会は浜頓別から豊島忠さんも参加していただき、夏の移動例会を 7 月 26 日（土）、27 日（日）に浜頓別で行うことに決定しました。

浜頓別ふれあいの里で、高島明代さんによるリボンフラワー教室と川村博さんによる俳句教室を開催します。午後は私どものオブザーバーでバップレコード専属歌手の山本あかりさんによる歌謡ショーを、ボランティアで行っていただけるようになりました。27 日は砂金掘りして一攫千金？を楽しんでこようと思っています。北海道協議会のみなさまの参加も歓迎します。ぜひ皆さんの参加をお待ちしております。



現在「net 北みらい」の会員は写真左側より川村博、高島明代、藤田祥三、山本あかりさん（健生の会員ではありませんがアドバイザーとして、毎回例会には出席して頂いています）、高階和子、川村隆、武田絵里子と、写真に載っていない中村正治、浜頓別の豊島忠の 8 名ですが、来月から新しい仲間、藤田さんがふえて 9 名になる予定です。

### 歩いて歩いてまた歩く

～北海道 33 観音巡拝～

函館市 林 サキ子

2 回の四国遍路（平成 8 年 9 月と平成 10 年 3



月)を終えた時、明治 42 年の自然条件の悪い未開の北海道に、65 歳の高齢にも拘わらず単身渡道した徳島出身の山本ラク氏の事を知った。

徳島よりの移住者と、あらゆる困難と出会いながらも四国霊場うつしの北海道 33 観音を創設した足跡を辿ろうと思った。

北海道の雄大な自然の中で人と出会い、動物や草花、虫などとふれあいながら歩いた 44 日間の中で体験、見聞した事柄をまとめたものから抜粋したものである。

### 一番高野寺から三番菩提院奥之院まで

(1 年目 平成 10 年 10 月 17 日～20 日)

高野寺で住職さんに案内され大師堂に入り(四国ではすべて屋外でお参りする)灯明と線香、賽銭と所定の流れの中で今日から始まる北海道巡拝の無事結願と家内安全のご加護をお願いする。本堂でも作法通りお参りをすませ、納経帳に一・二番と朱印を押して貰う。

いよいよ巡拝の始まり、高野寺を出て電車通りを駅前に向けて歩き、5 号線を目指す。七飯の赤松街道を過ぎ、トンネルを出て駒ヶ岳を右手に見つつ進む。

この辺で若い女性から「お接待」を受け、感謝しつつ別れる。歩道がなくなり、とても歩きづらく疲れる。「高速道路なんか要らない、せめて 1 メートルの歩道を作ってほしい」と思う。(現在は改良され少し良くなった)

わらび岱で 5 号線から 9 号線に入った途端に秋雨の冷たさが身にしみ、今回は黒松内より 3 番菩提院奥之院で打ち止めとする。

(次号へ続く)

## 各部長から抱負と方針

### 活動支援部

部長 家守 朋恵

先日の総会で北海道協議会の組織を 5 部制で運用することが決まり、その 1 つ、活動支援部を担当することになりました家守です。

活動支援部は、①サークル活動支援：生きがい探偵団(演劇活動)・手芸サークル、②生きがい応援団(FM ラジオ放送活動)、③地方の活動支援(6 月開催：小樽健康講座・7 月開催：浜

頓別イベント支援・8 月以降未定)、等の 3 本を柱に活動する予定です。

体で例えるなら我が部はさしずめ毛細血管役でしょうか。部が生き生きと楽しく活動できるよう、夢を具現化する力を寄せ集めるパイプ役になりたいと念じています。

勤続 36 年フルタイムの勤め人、皆様のご尽力無しには到底叶う夢ではありません。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。

### 事業部

部長 上野 正志

会員数も 100 名を超え、いよいよ健生アドバイザー活動の真価が問われる平成 15 年度の定期総会において、副会長・事業部長に任ぜられました。

健生北海道はこれまでも幅広い活動を展開し、徐々に社会の認知度を上げてきましたが、今回の組織改正で協議会内部の活動をバックアップする「活動支援部」と、健生北海道としての全会的な対外活動・事業を担当する「事業部」が誕生し新たなスタートを切ることになりました。

「事業部」は先ずは本来活動として、健康生きがいきづくりに関する色々な講座・講演会・公演・催事・事業等の企画実施を手がけます。次に、収益活動として、健康生きがいきづくりに関する色々な役務の提供・物品販売及び斡旋事業を推進し、近い将来の法人化を視野に協議会活動の財政的基盤の確立を目指しがんばります。

### 養成部

部長 岡田 朋子

先日の総会で養成部長を仰せつかりました岡田でございます。養成部は、①アドバイザー養成講座の企画実施・資格取得の援助・資格審査試験の受託・オリエンテーション、②アドバイザーの会員研修の二つが大きな活動内容です。

養成部はアドバイザーの種を蒔いて、新たな自分との出会い・生きがい発見など喜びの中でさまざまな花が開くのを支援し、一緒に歩んで行く活動を致したいと存じます。皆様のお力添え宜しくお願い致します。

### 会報編集部

部長 水沢 裕一

会報編集部のスローガンは「にぎやかな紙面づくり」です。仕組みづくりから始め、軌道に乗るまでには、時間がかかるかもしれません。先のイラク戦争では、紙面上で何も話題にでき

ず、虚しさが残りました。時の流れは早く、環境もどんどん変化していきます。私たちが抱える日常の諸問題についても、会員の皆さんから、コメントを頂きたいと思えます。

編集作業は、効率を優先すれば必ずマンネリになることが見えています。そうならないためにも、全会員が紙面の主人公になるように、編集部員が協力し合いながら発行していきます。皆様からの忌憚のない投稿をお待ちしております。イラスト好き会報編集部員募集中...

## 企画調査部

部長 近井 忠

5 部制のユニークな組織体制で新年度が力強くスタート、そんな大事な時に私のような駆けだし者が重要な役割を引き受け、今になって責任の重さに悩むばかりである。

しかし、健生北海道は多彩な人材に恵まれ、すでに社会貢献度も高い組織に進化しているので、その土台に乗っかり企画調査部は「出来ることから始めよう！」をモットーに、各界から輩出された会員が親しく集い、楽しく活動できる魅力的な組織作りの裏方を目指したい。

## メーリングリストへのお誘い

メールアドレスをお持ちの方は、健生北海道メーリングリストへ参加しませんか？

会員の活動状況が詳細に素早くわかります。参加ご希望の方は、[haseg@hoku-iryo-u.ac.jp](mailto:haseg@hoku-iryo-u.ac.jp) (会長のアドレス) にメールをお送りください。

## イベントのお知らせ

### ちえりあフェスティバル

日時：8 月 23 日～24 日

会場：ちえりあ (札幌市生涯学習総合センター)

3F 研修室 5・6

札幌市西区宮の沢 1 条 1 丁目 1-10

## 財団からのお知らせ

### 第 1 回全日本健生ゴルフチャンピオン大会

8 月 13 日。徳島県アドバイザー協議会主催、財団共催。12 日は阿波踊り。088-665-5977 (岡)

### 中高年ための座禅会

8 月 29 日～31 日。岩手県アドバイザー協議会

主催、財団後援。中尊寺と毛越寺のダブル座禅 2 泊 5 食 18,700 円。

14 年度事業の介護予防と生きがい活動支援に関する調査研究事業と高齢者の生きがいと健康づくりワークショップ事業の 2 つの報告書を作成しました。ご希望の方は財団まで。

## 事務局からのお知らせ

### 活動交流会

健生北海道では毎月活動交流会を行っております。知人・友人をお誘いのうえ楽しくご参加下さい。参加ご希望の方は、第 4 月曜日までに、事務所あて FAX 連絡下さいませ。

① 日 時 毎月第 4 金曜日 18:30～20:30

② 場 所 中央区大通東 2 丁目

プレジデント札幌ビル 5 階

「喫茶アレックス」(011-233-0154)

③ 参加費 250 円

### 事務所利用について

当番の人は常時中から鍵を掛けていてください。営業マン訪問などの防止のためです。

また予定無く事務所を訪問する会員は一言「いま行く」と電話連絡をしてください。

## 事務所所在地

060-0041 札幌市中央区大通東 2 丁目 8 番地 5

プレジデント札幌ビル 9 階 (908 号室)

健康生きがいがづくりアドバイザー北海道協議会  
電話・FAX 011-219-8701

(ニックネームは花丸一番)

## ◆編◆集◆後◆記◆

第 11 号から手作りによる会報になりました。見やすい紙面を心がけ、健康生きがいがづくりアドバイザーらしい活動がみられる会報を目指します。いろいろな分野のことがらも掲載する予定です。宣伝用にもお使い下さい。宜しくお願いいたします。

水沢 裕一・小田桐邦隆・榎本 聡子  
中島 寛子・木村 満子・田中 淑子  
大栗 洋子・宮岸 和子・奥野 龍治