



シニアネット仙台

令和6年7月号

◆NPO法人シニアのための市民ネットワーク仙台

〒980-0811 仙台市青葉区一番町二丁目5-12 一番町中央ビル8F

TEL 022-266-5650 TEL 022-217-0101 FAX 022-266-5662

◆ホームページ：シニアネット仙台又は、<http://www.sendai-senior.org/>にて検索

第26回 通常総会が開催されました

令和6年5月29日(水)午後2時から仙台市戦災復興記念館において、第26回通常総会が開催されました。総会員数480人のうち、出席会員数は会場出席者36人、書面出席者276人の計312人でした。開会宣言後、始めに及川理事長から、「来年度30周年を迎えますが、シニアネット仙台的基となった『夕陽は沈まない』の新聞記事に掲載されたサミエル・ウルマンの詩では『若さとは人生の時期のことではなく、心のあり方のことだ』と始まっています。人生は年齢ではない、そんな気持ちで会員の皆様とシニアライフを送っていかれたらと思っています。」との挨拶がなされました。

続いて、議長に清野裕之氏、議事録署名人に加藤いつ氏と吉田紀子氏が選出され、議案の審議に入りました。

「第1号議案令和5年度事業報告」と「第2号議案令和5年度活動計算書及び監査報告」について審議がなされました。

執行部からは、事業活動も概ね計画通り実施されるとともに、コロナ禍の沈静化もあり会員数やサークル活動等への参加者が増加したことに伴い、決算上の経常増減(収支)額が黒字額となったとの報告がありました。

これに対して、出席者から、活動計算書における事業費と管理費を分けている理由は何か、パソコンなどの購入に伴う会計処理方法などの質問がありました。執行部からはNPO法人会計基準に準拠した会計方法を採用していることよることやパソコン等は10万円未満のものを購入したことなどの質疑応答の後、原案のとおり承認されました。



続いて「第3号議案令和6年度事業計画案」と「第4号議案令和6年度活動予算案」について審議が行われました。執行部からは、これまでの事業を引き続き実施するほか、設立30周年に向けた10年間の活動記録の整備などを計画していること、予算面では、前年度の収入額を確保しながら、電気料金や郵送料金の大幅な値上げに対応するとともに、コロナ禍により削減していた事務局員の日額単価の引き上げの説明がありました。出席者からは特に意見等はなく原案のとおり承認されました。

「その他」として、書面表決書に記載のあった会員からの意見・要望が執行部により報告されました。

以上のとおりすべての審議が終了したことにより、議長が解任され、通常総会が終了しました。



2024 七夕TANZAKUフェスタについて

本年におきましても、七夕飾りを作製し、仙台七夕期間中(8月6日～8日)にシニアネット仙台のフロアに飾ります。七夕飾りの吹き流しには、会員皆様の願い事を書いた短冊を貼り付けます。短冊用紙を同封いたしましたので、ご提供いただければ幸いです。七夕期間終了後は、短冊を保管し、来年の「どんと祭」に大日如来にてお焚き上げをして参ります。

【今月号の会報は、送付を辞退された方々にも送っています】

これからのサロン企画

「様々な楽器演奏と世界の音楽」

＜ 讃美歌メロディング グレイスや日本の和太鼓演奏など世界の音楽を映像と共に楽しみます ＞

- 日 時：7月26日(金) 16時～18時
- 場 所：シニアネット仙台
- 参加費：400円
- 主 催：シニアネット仙台

「第3弾 生演奏で懐メロを歌いましょう」

＜ 懐メロ楽団の生演奏で、昭和の懐かしい、あの歌・この歌をみんなで歌いましょう ＞

- 日 時：7月30日(火) 11時～14時
- 場 所：シニアネット仙台
- 参加費：1,300円(軽ランチ・飲物付き)
- 主 催：サークル「歌の練習」

【申込は終了しました】

サ ロ ン 企 画

「腸は健康の源 ～（ヤクルト出前講座）」

5月8日(水)に、「健腸生活」について勉強しました。講師は、宮城中央ヤクルト販売(株)の片岡さんです。

「ラブレター from カラダ」…皆さん、わかりますか？ お通じ・便のことです。便は体の代弁者、便の状態をこまめに観察してくださいとのことでした。「すっきり快腸生活」には、腸内細菌のバランスを整えることがポイント、食物繊維とともに乳酸菌を含んだ食生活をするよう指導がありました。皆さん、快腸生活に取り組みましょう!!

「みやぎの海に変化あり(宮城県出前講座)」

最近、海水温の上昇に伴い獲れる魚が変化しているニュースを目にしますが、宮城県海域でも同様のようです。

5月24日(金)に、宮城県水産技術センター技師の菅原さん、阿部さんをお招きし、海水温の上昇により獲れる魚種の変化と新しく獲れる魚の食べ方を教えていただきました。

魚種は、定番のサンマが激減、変わってタチウオ、チダイ、サワラ、アカムツ等の暖水性魚種が増加しているとのことでした。

水産技術センターでは、水産加工開発チームを設置し、これら暖水性魚種やエイ、ギンザケ稚魚等の未利用魚の食べ方、加工について研究してします。一度、水産加工開発チームの公式Instagramにアクセスください。

「春のバスツアー（天体に心を馳せて）」

5月31日(金)は、参加33名で奥州市水沢バスツアーでした。

案内や展示をしている宇宙遊学館で、水沢に国立天文台が設立された理由などの説明や館内見学、そしてシアターでは宇宙旅行気分を味わうこともできました。



屋外では直径20mの巨大な電子望遠鏡に圧倒されました。

その後は正法寺へ。このお寺は、かつて曹洞宗の第三の本山だったという格式のある寺であり、その規模にも驚かされました。

ドジャースの大谷翔平選手の生まれ育った水沢の空気を味わいながら、とても有意義な旅行をすることができました。

講座案内

■「仙台・歴史アラカルト」講師 遠藤勝目氏

●7月講座 7月11日(木) 10:30～12:00

「伊達騒動(寛文事件)と歌舞伎『伽羅先代萩』と題して、三代藩主綱宗の逼塞に始まる伊達騒動や人形浄瑠璃、その真相をさぐる。

●8月講座 8月8日(木) 10:30～12:00

「伊達政宗の教養と伊達家の正月料理」と題して、政宗の和歌・漢詩・美術品や伊達家の正月料理などから教養人としての政宗像をさぐる。

◎会場：シニアネット仙台

◎参加費：会員800円 一般1,000円 (資料代含む)

◎申込：シニアネット仙台へ開講日の一週間前まで
電話(217)0101 FAX(266)5662

■「伊達治家記録を読む会」講師 遠藤勝目氏

◎第1・3木曜日 10:30～12:00

◎受講料：会員800円 一般1,000円

■「書道楽」講師 大塚 耕志郎氏

◎第1土曜日 10:00～12:00

◎受講料：会員600円 一般850円



サークル紹介

◆あしかび短歌会

あしかび短歌会は、三浦二郎先生が道筋をつけて下さり今に至っております。

短歌は、上の句五七五下の句七七の三十一音からなる定型詩などと言いましたら、皆「や〜めた」となりそうですが、当短歌会は来し方が一人一人違うように、短歌も作者の思いのまま詠んでもらい、会員皆で歌評を為合っております。

三浦先生は「短歌は詠まれた人の作品」と言われて添削はなさいませんでした。今も教えを守っております。短歌の素材は生活の中に沢山あります。一度覗いてください。

代表 鈴木 カツ子 記



◆エッセイを書こう

日常のちょっとした感動や季節の移ろいを書き起こしていく「エッセイを書こう講座」です。

- ・エッセイってどう書いたらいいの？
- ・上手な構成の仕方はあるのかな？
- ・どのように書き始め〜終わればいいのかう・・・

そんなエッセイの勘所を教えます！

持ち寄った自作のエッセイに受講生たちが率直な感想を述べ合いながら、うなずきあったり、笑いあったり。

「もっと上手な文章を書くためには」、「地元紙のエッセイ欄に掲載されたい」といった、それぞれの目標に向かって頑張っています。

毎回、初めての方がいられてきます。テキストがありますのでわかりやすいです。

代表 小泉 知加子 記
(女性起業家を応援する新聞マガジン
「わんからっとエル」編集長)



会員の声

「サークル歌の練習に参加して」

コロナ禍で何かしら不満がつのるなかで、歌の練習では講師の明るいトークと元気な歌声にいつしか心もすっきり、大いに気分転換になっています。

音程等譜面どおりにはなかなか歌うことが出来ませんが、皆で心一つになり発声することで、親近感も湧いてより楽しい時間を共有出来、健康にも大いに役立っていると思います。

いつも温もりを感じさせる教室です。

M. A 記

「CDを聴く会に参加して」

お酒は命の糧。音楽は心の糧。と申しますが、その両方を兼ね備えた集まりが「CDを聴く会」だ。

お酒は日本酒・ビール・ワインが定番、時たま沖縄の曲やラテン系の曲も耳にするので、泡盛やブランデーを持ち込むのも良い。お酒が好きな人に言わせると酒は百薬の長、又お酒が嫌いな人に言わせると命を削るカンナ。まア程々が宜しいようで。

たまには好きなCDを持ち込み、それに合わせたお酒と共に過ごす時間は、人をリラックスさせるでしょう。

高橋 俊 記

「旅するスペイン語クラブに参加して」

私がスペイン語を学ぼうと思ったのは、ラテン 各国の音楽を聞くのが好きで、単語がおぼえやすく、発音もむずかしくなかったからです。しかし、文法や男性、女性名詞には苦労します。

サークル活動での前半は、テレビ放送でスペイン語、中南米各国の紹介をみっていますが、それだけで旅した気分になります。後半は、国際的な話しで盛り上がり、いつも楽しく参加させてもらっています。

K. S

歩く会 7月・9月の予定(8月は休会)

散策コースの詳細はシニアネット仙台「歩く会」のホームページをご覧ください。募集開始は実施日の約3週間前で定員30名、参加費300円とします。

◆第206回 角田散策コース(約4km)

実施日 : 7月31日(水)

集合場所: JR仙台駅ステンドグラス 付近

集合時刻: 午前8時45分

◆第207回 広瀬川散策コース(約3km)

実施日 : 9月5日(木)

集合場所: 地下鉄南北線長町一丁目駅北出口1

集合時刻: 午前10時

◎申込締切は実施日の1週間前です。

30名になりましたら、募集停止します。

サークル 作品紹介

パステルアート(彩)(5月作品)



あしかび短歌会(五月作品)

白梅の香り運びし吹く東風に願いの絵馬がカタカタと鳴る
 生の牡蠣ボイルした牡蠣併せ食い生ビールあれば何も言わない
 買い物も畑も釣りも相棒はコスパ拔群世界の軽トラ
 使い切る命も金も何時迄か分かっていれば苦労はしない
 下半身ボールに頼り歩く身も叶えなき夢まだ多くあり
 新雪の帽子冠った山茶花の色あでやかで明日を願う
 すれ違う可愛いチビに手を振ればビックリ嬉し投げキスされて
 農作の人を思つて米袋の底をはたいて残さずついた
 真っ青な空を見上げて風食す梅と桜の香りをあてに
 ワイワイと墓参した日もあったつけ今年一人で草引きをする
 チャイム鳴る袴姿で微笑むは卒業式の隣家の少女
 三月は明るい陽射し柔らかし輝く旅へ大きな呼吸

えいちゃん
 笹谷 逸朗
 いっぱし
 初ちゃん
 水すまし
 山羊
 イタヤンマン
 小町
 かつゆき
 晴
 まさこ
 ヒカル

寄付金・差し入れへの御礼

寄付金・差し入れを頂きありがとうございました。

(令和6年4月16日～令和6年6月15日まで・敬称略/受付順)

◎寄付金

藤田甲子 下山剛 高橋裕子 田畑祐助 林一成

◎差し入れ

及川壽恵子 千葉まり子 鳴海厚子 早坂絹子
 富士恭子 庄司洋子 鈴木カツ子 三吉道江
 菊地光子 斉藤初子 藤田優子 田端治輝
 大河内陽子 緑川斐雄 鎌田育子 三浦瀧男
 太田 尚 伊豆田勝一 横山芳紀 岩坂てる子
 丸山陽子 吉田紀子 塩澤文子 神田秀雄

寄付金の振込先

「ゆうちょ銀行」 口座記号・番号 02290-1-7141
 加入者名 NPO法人 シニアネット仙台

シニア川柳

二十路でホスト通いも今八十路
 針千本五人衆には常備して
 高齢者病院梯子し友できた

ダビト
 清流ずんだ
 笑歌歩良

事務局だより

◆春のサロンバザーについて

5月20日から6月1日まで開催され、39名の方々から多くのバザー品のご提供がありました。

シニアネット仙台にご来場された皆様が念入りに品定めをされてお買い求めいただき、売上金は33,730円となりました。売上金はシニアネット仙台の運営のため有効に使わせていただきます。皆様のご協力に感謝申し上げます。

◆令和6年度年会費納入のお願いについて

令和6年度年会費について、未だ納入されていない方は、早急に納入されるようお願いいたします。納入方法は、「現金」または「郵便局払込取扱票」での振り込みのいずれかでお願いいたします。令和5年度の年会費が未納の方は、併せて納入いただきますようお願いいたします。

「事務局・サロンスタッフ会議」

7月 9日(火) 午前10時～12時

8月 13日(火) 午前10時～12時

「サークル連絡会」

7月 9日(火) 午後1時30分～3時

8月 13日(火) 午後1時30分～3時