

団塊世代!! セカンドデビューのすすめ

ながさき

# ダンカース

第4号

2012年11月



特集  
お手玉の会と  
団塊の世代

## お手玉を追う視線は、いつも上向き

～もってこい長崎レクリエーショングループお手玉の会～

まちなかダンカース「スタジオアンシェ・岡野卓二さん」

ダンカースしょっと●私のセカンドデビュー

ダンカースチョイス●冬のおでかけ情報いろいろ

表紙写真、お手玉の会の皆さん 撮影／川崎 優子

# お手玉を追う目線は、いつも上向き。 60代をどう生きるかで、 その後に続く人生が決まります。

もってこい長崎レクリエーショングループお手玉の会

声が大きくて、指示が明瞭。体育会系リーダーはお笑いのスゴ腕！

「長崎がんばらば国体」のデモンストレーションとしてのスポーツ行事

「いつも輝いている市民団体だよ」との評判だ。「もってこい長崎レクリエーショングループお手玉の会」は、確かに輝いている。それは、チームワークの輝きだろうか？よく聞く「チームワーク」という言葉だけど、これまで自分のやり方で生きてきた人たちが、どうつながっていくのだろうか？

再来年の2014年10月、「長崎がんばらば国体」が長崎県で開催される。長崎市では、10の正式競技とひとつの公開競技、そして3つのデモンストレーションとしてのスポーツ行事が予定されている。このデモンストレーションとして「お手玉」が決定。国体の期間中、子供からお年寄りまでの一般県民が参加できるスポーツ行事となる。

今年5月に入会した団塊の世代のひとり、濱田信子さんは32年間勤め上げたこの春退職。「さて、4月からどうしよう？」と思いました。ママさんバレーはやってたけど、他にも何か？と考えていた



左から、村上幸子さん(65)、中島るり子さん(63)、濱田信子さん(65)。「お手玉の会」の団塊スリーシスターズ。

時に、知り合いから「お手玉の会」に誘われました。この半年、今まで知らなかった事の多すぎる〜というのが感想。先日は、初めて養護施設を訪ねてきて、人に喜んでもらえる幸せを味わいました。外に出て、違う生き方を知ることが、今までになかった刺激です。

人に教えるほどうまくなくていいし、裁縫が上手い人は、お手玉製作部へ入る。練習中、笑いながらお手玉を空中へ放る人、黙々とお手玉の行方を見つめる人。皆、上を向き、イキイキと楽しそうにお手玉に集中している。

で培った、「思いやり」という特技を持っている。自分の3年後が見えますか？少し先に目標を立てて生きる心が肝心。



会長の岩永秀徳さん。

「私は、主人が退職したのを機会に、『よし、今度は私の番だ！』とお手玉の会に入りました。福祉活動に興味があったので、早速、レクリエーションスクールへ通い、さらに頑張つて、ガイドヘルパーという障害者の方を外へ連れ出せる資格も取りました。人を楽しませたくて始めたんですが、自分が一番楽しんでます」。

「いろいろな世界を見れば、自分に足りなかったものが分かる。高齢者ボランティアでも、一緒に食事するだけでもいいし、人前でうまく話せない人が聞き上手だったりもする」。

中島さんは言う。「私は、よく人に『自分の3年後が見えますか？』と聞きます。明日、どうなるか分からん人生。少し先に目標を立てて生きる心が肝心。そして、60代をどう生きるかで、70、80代は決まるよ」。



リーダーの中島るり子さん。三遊亭歌之介と綾小路きみまろが好き！…なるほど。

そして、「誰でもそうさ。入る時に、ちょっとだけ勇気がいるけど、人との出会いで自分が変わるよ」と、ふたりで口を揃える。

また、こんな話も聞いた。「私たちの世代は、つれあいや親の病院での世話、孫の面倒で参加したくても来れない会員さんいます。そんな人に、何回も連絡できないでしょ？でも、放つてはおけない。頃合をみて、さりげなく連絡するのよ。こういう気配りにも感心する。みんな、日々の暮らしの積み重ね

「たかが、お手玉さ。お手玉は道具、人は資源。狙いは異世代交流にある。子供と年寄りの生き甲斐と行き場作り、そして少子化応援。問題は、国体の終わった後。みんなが元気になれる場所を作らんば！」

「思いやり」という特技を持った仲間たちの輪へ入りませんか？

お手玉の会だからと言って、

お互いが必要な人として認め合う場所に、チームワークは生まれるようだ。

お互いが必要な人として認め合う場所に、チームワークは生まれるようだ。

日本のお手玉の会長崎支部  
もってこい長崎  
レクリエーショングループお手玉の会  
～ぬくもりを届けたい、手から心へ～

【会長】 岩永 秀徳  
定例会 / 第3水曜13:00~15:00  
県民ボランティア活動支援センター4F  
※都合により変更することがありますので、事務局にお確かめください。  
【連絡先】 長崎市馬町21-1 市民活動センター内  
TEL・FAX/095-829-3006



# 元気な団塊世代の合言葉「ダンカーズしよっと?」 読者アンケートの中から、私のセカンドデビューを ピックアップしてみました。



自治会活動の目標は  
「顔と名前が分かる町、  
安心して住める町に」

権藤 憲治郎さん(66歳)

退職前、自分の住む平山台で地域活動に貢献したいと、気持ちの準備だけはしていました。  
ところが、さあ退職した後、がく然としました。「おれって無知ね〜」と。近所の方の顔と名前さえ知らないし、イベントをやろうにも見当もつかない。活動の糸口を見つけるため、あちこち奔走しました。  
おかげさまで、この数年、新しくできた仲間から知恵と勇気ももらい、失敗から成功の喜びを学びました。目標は「顔と名前の分かるまち 誰もが楽しく安心して暮らせるまちづくり」です。  
また、毎月第4木曜は平山台の友達の輪を広げる、平友会「ハイユースロン」を開催。自治会に入っていない方も自由に参加OK。無理をしない「持ち寄り」で茶話会を楽しみ、そこで、地域の方の卓越した文化能力に感嘆させてもらってます。



自分の人生は誰も  
楽しくしてくれない。  
自分で楽しくしましょう!

大石 千枝子さん(67歳)

大学時代、渋谷の歌声喫茶に通い、声を合わせ「カチューシャ」など青春の歌を高らかに歌ったものです。  
先日開催された「うたごえ電車」に参加し、久しぶりにみんなで歌う楽しさを思い出しました。  
自営の店は、家庭料理「ちえママ亭」。店の外の空気を吸いたくて、「ながさきダンカーズ倶楽部」に入りました。  
今、67才。80才まで、あと10数年。やりたいことをやらなくともいいのか、と思います。  
趣味は、映画と読書と温泉旅行。年に20〜30本の映画を観て、今、好きな作家は吉村昭。お気に入りの湯は久住あたり。  
「私、体重は重いけどフットワークは軽いよ〜。自分の人生は誰も楽しくしてくれない。自分で楽しくしましょうね!」など、名言多数。



東京から長崎へ。  
「学ぶ楽しさ」と  
新しい仲間作りを再び。

黒澤 利子さん(69歳)

長崎に生まれながら、東京暮らし48年。東京では、20余年、経営者団体で、たくさんのすばらしい経営者の方々と「よい経営、よい経営者、よりよい経営環境」という目標を目指し、例会や全国的な行事にも参加するなど、「学びと遊び」にと刺激的な生活を満喫しておりました。  
だから、つながりのない長崎に戻って来た時、「もうこれで私の人生は終わるのか」という虚無感に襲われました。  
しかし、人との出会いは自ら求めなければ!と決めたら、行動は早かったです。長崎市が出していたシニア活動情報をきっかけに、新しい仲間へたどり着きました。  
私は何にでも興味を持ち、仲間と一緒に学んだり遊んだりすることが好きです。分野は違うけれど、この長崎で仲間作りが実現できたことに感謝しています。



セカンドデビュー準備中。  
次の舞台は音楽で  
登場したいです。

上野 啓典さん(60歳)

今年3月に定年を迎え、4月からは再任用職員として働いています。仕事ができる間は、しっかり働きたいと思っていますが、その後の「仲間作り」は、今から考えておいた方が良さそうですね。ギターを少し弾くので、本誌前号の「うたごえ電車」の記事に興味をわき、思わず手に取りました。  
長崎生まれで、大学在学の四年間以外はずっと長崎です。古い友人はもちろんいますが、違う世界の話も、ぜひ聞きたいですね。退職後は、これまで知らなかった「異業種交流」ができればいいなあと思います。  
特に、音楽関係には興味があります。好きなグループは、「パフ」という曲で有名な「PPM」です。今後は、バンド結成も考えています。下手でもいいので、どなたか一緒にやってくれる方を募集中です。

# 人生の記念写真に、 自分らしさを写す。 「生きてきた証」を プロの手技で。

〜50代以上からの年齢限定撮影プラン〜

曾祖父の代から5代120年続く写真館  
「スタジオ・アンジェ」スーパーバイザー。

## 岡野卓二さん

おかの・たくじさん  
昭和25年1月生まれ 62才



スタジオ・アンジェ  
住所 / 長崎市松が枝町  
5-6 4F  
電話 / 095-801-8809

「ハッピーライフ」撮影料  
●1ポーズ15,000円  
「ダンカーズを見た」  
のヒトコトで、10%  
引きになります。

「まちなかダンカーズ」と  
はセカンドデビュー  
「きっかけづくり」を応援し  
ている団塊世代をご紹介  
するコーナーです。

団塊の世代の岡野さんが提案する撮影プランの名前は「ハッピーライフ」。50代以上の方のために岡野さんが考え出した年齢限定企画だ。  
普通、記念写真といえば、誕生や七五三、成人式、結婚式など、若年層中心になりがち。だが、後半人生の節目である退職や還暦、古希などの機会に、ちゃんとした「人生の記念写真」を撮ってみてはどうだろうか? というのが基本の考えだ。  
例えば、ご本人が慣れ親しんだ仕事場や、趣味のゴルフ・釣りのスタイルでの撮影、また、畑仕事や憧れの歴史上の人物に扮した「なりきり写真」でもいい。自然な笑顔の自分らしさがにじむ、いい写真が撮れるに違いない。  
この企画を思い付いたきっかけは、写真館を引き継ぐ息子さんとの会話から。「ある日、引越しの片付けをしていた息子が、祖父の写真を見つけていた。息子が生まれる前に亡くなっていた祖父の懐かしい話に、息子は興味深そうに耳を傾けていました。写真は二度と戻らない瞬間を切り取った思い出のかけらです。年齢を重ねた今こそ、家族やお孫さんに思い出のかけらを残しておいてほしいのです。」  
そして、撮影した写真から、お気に入りの人生最後のセレモニー用にしてもいい。「いやいや、縁起でもない」と言う人もいるかもしれない。しかし、大事なセレモニーの写真が、パタパタと見つけた「間に合わせ」でいいものか、どうか…。納得の一枚を用意しておくことは、残される者の負担を減らし、何より自分のためではないだろうか。  
もし今後、人が自分を思い出してくれる場面があるとして、写真を見ながら「ああ、あの人らしい写真だねえ」という言葉から、昔話が始まるかも。いい写真からは、たくさん楽しい思い出話の花が咲くことだろう。  
岡野さんの言葉を借りると、「60才の人なら、60才の今を生きて、その時なりの発見をする。70でも、80でも発見はある。そして、その時が来れば『人生いろいろあったけど面白かった。ここでさよなら、ニッコリ笑って別れようね』と言えれば一番いい」と。  
さて、「生きてきた証」の一枚、あなたはどう撮りますか?

まちなか  
ダンカーズ



## 唐蘭館絵巻の世界

～出島と新地蔵・唐人屋敷～



海外貿易の拠点となった出島と新地蔵・唐人屋敷。長崎貿易の中心となる二つの外国人居留地を、構造の背景や貿易、生活の様子など、様々な視点から比較し、伝えられた文物、文化から両国が日本にもたらしたものと、影響について、紹介。

**会期** 12月1日(土)～2013年3月24日(日)  
**会場** 出島ヘトル部屋2階 企画展示室  
 旧出島神学校1階 展示室  
**主催** 長崎市  
**観覧料** 無料 ※ただし出島入場料は必要です。  
**出島入場料** 大人500円

【問い合わせ】TEL.095-829-1194  
 市出島復元整備室

## 第50回 長崎県水産加工振興祭卸売会



生産者が直接消費者に自慢の水産加工品をPR!お歳暮やおせち料理にもぴったりの海産物などがたくさんありますよ。佐世保会場との共同企画「沖縄ペア旅行券が当たる抽選会」も。

**日時** 12月14日(金)～16日(日)  
**会場** おくんち広場(元船町 夢彩都横)  
**内容** 水産加工品の品評会・展示・即売会、チャリティー模擬せり、絵巻き寿司体験など

【問い合わせ】TEL.095-820-6563  
 市水産振興課

## あぐりの丘「風の香りレストラン」で自家製ウインナーを楽しむ週末



「あぐりの丘」は団塊世代に愛されている場所のひとつ。「風の香りレストラン」では、本場ドイツの自家製ウインナーの盛合せ(4本盛り・300円)やバケットA(ホットドッグ・380円)などが

人気。また、生ビールとウインナーセットが500円という庶民価格も嬉しい。「早朝ウォーキングを楽しむ方や、天気の良い日には水彩画を描く『同世代の仲間』も見かけます」とお店の梁瀬さん。なお、「あぐりの丘」では、近々、陶芸教室もオープン予定。孫を連れて小動物と触れ合うこともできます。但し、週末の土日のみ営業(祝日は営業しません)で、冬期休みあり。お出かけ前に、電話でご確認ください。

★注文時、「ダンカーズを読んだ」と言うと、ウインナー2本サービス!

【問い合わせ】TEL.095-860-4429  
 農事組合法人 ながさき夢ファーム(あぐりの丘内)

11月は「さるくフェスタ」を開催中。まち歩きに参加して、豪華賞品を当てよう。  
**さるくフェスタ**

### ■豪華賞品を当てよう「得さるく賞」

11月1日(木)～30日(金)、通さるく・学さるく・食さるくの参加者にアンケートを実施。回答者に抽選で、「ペアホテル宿泊券」「ペアお食事券」ほか、豪華賞品が当たります。

### ■通さるく達人をめざせ!

長崎さるくフェスタ期間中、通さるくの参加回数に応じて、賞品を贈呈します。(出島ガイドステーションで押印の際、抽選の上、賞品をお渡しします)

3回参加で努力賞(キャンディー・ストラップ・手ぬぐいほか)

5回参加で敢闘賞(ペアお食事券・トートバッグほか)

10回参加で達人賞(ビデオカメラ・ホテル宿泊券ほか)

※賞品がなくなり次第、終了となります。

★「ながさきダンカーズ」読者の方に「通さるく回数券」をプレゼント!!

本誌のアンケートにご協力いただいた方の中から抽選で、「通さるく回数券」を5人のかたにプレゼントします。詳しくは、アンケート用紙をご覧ください。

【問い合わせ】TEL.095-811-0369 (9:00～17:30)  
 長崎国際観光コンベンション協会 ながさきさるく受付

## 長崎洋館音楽舞踏塾

鹿鳴館時代の音楽・舞踏の世界を一緒に楽しみませんか?



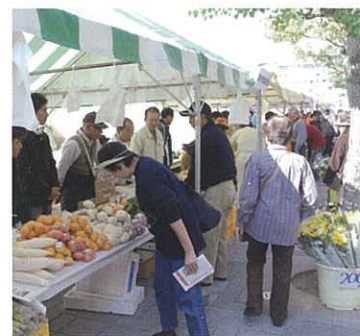
長崎洋館音楽舞踏塾では、文化財の洋館を活かし、音楽やダンスなどを通して、夢のあるまちの催しや人々の交流の場をつくることを目的に、舞踏会やサロン、舞踏練習会などを開催。洋館の時代の名曲で踊る舞踏練習には、県内外から20代から60代の方々が

参加。2013年1月13日には冬の舞踏会も予定しています。詳しくは塾のホームページでどうぞ。

<http://happy.ap.teacup.com/mcnagasaki/>

【問い合わせ】TEL.090-8915-6139  
 長崎洋館音楽舞踏塾

## ながさき実り・恵みの感謝祭2012



長崎市内の新鮮な農水産物が大集合! カキ焼きバーベキューや「ながさきの味わいの匠」による郷土料理の試食・販売のほか、お楽しみ抽選会・歌謡ショーなどイベントも盛りだくさん。実りの秋を満喫しよう!

**期日** 11月17日(土)・18日(日)  
**時間** 午前10時～午後5時(※18日は午後4時まで)  
**会場** 長崎出島ワーフ前

【問い合わせ】TEL.095-820-6568  
 ながさきの食推進室

## ながさきクリスマス



ユネスコの世界遺産暫定一覧表に掲載されている「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」の魅力を発信し、世界遺産登録を支援するプロジェクト「ながさきクリスマス」。異国情緒あふれた歴史ある長崎の教会で「クリスマス」を楽しみませんか。

ながさきクリスマスイルミネーション

11月25日(日)～12月25日(火) 出島～グラバー園付近

長崎市コールセンター「あじさいコール」TEL.095-822-8888

イベント内容(予定)

★「二十六聖人の道を歩く」時津～西坂ウォーク

12月15日(土)10:00～

★「外海ド・口神父の足跡を訪ねて」出津・黒崎ウォーク

12月15日(土)9:30～

★「エンジョイ・クリスマスウォーク」西坂～大浦天主堂ウォーク

12月15日(土)・22日(土)

【問い合わせ】NPO法人世界遺産長崎チャータートラスト

TEL.050-3444-1922

ngs-ch@mxh.cncm.ne.jp

カエル・カワル・カソクスル  
**2012「自分新化講座」**  
**さだまさしの仲間たち。**  
 ただいま好評開催中!! ぜひご参加ください。  
**会場** 長崎ブリックホール国際会議場(全自由席)  
**聴講料** 当日券1,000円(学生500円)各回  
**【問い合わせ】**  
**TEL.095-829-1125**  
 長崎伝習所事務局(市民活動センター内)  
<http://www1.city.nagasaki.nagasaki.jp/denshusho/>

第3回  
**11月24日(土)**  
 14:00～16:00  
 ●テーマ  
 「不可能を可能にする思考力」  
 プロゴルファー  
**中嶋 千尋**

第4回  
 宮内庁文書専門員  
 現代書道研究所所長  
**佐伯 司朗**  
 12月26日(水) 19:00～21:00

第5回  
 ヨシダソーズ創業者  
 ヨシダグループ会長  
**吉田 潤喜**  
 1月18日(金) 19:00～21:00

第6回  
 歌手・作家  
**さだまさし**  
 2月18日(月) 19:00～21:00

## 高齢者いきいきカード



市内の公共施設が無料で利用できる便利なカードです。身分証明書をご持参ください。

**対象** 市内にお住まいの60歳以上のかた  
**申込場所** 高齢者すこやか支援課、行政センター、支所

【問い合わせ】  
 高齢者すこやか支援課  
**TEL.095-829-1146**

### ■無料入園(館)できる施設

グラバー園、シーボルト記念館、長崎市古写真資料館、長崎市科学館、原爆資料館、野口彌太郎記念美術館、長崎市埋蔵資料館、長崎旧香港上海銀行長崎支店記念館、べつ甲芸芸館、永井隆記念館、清水崑展示館、須加五々道美術館、伊王島海水浴場交流施設、長崎市出島史料館、長崎ペンギン水族館、亀山社中記念館、ロープウェイ(半額)、端島見学施設、遠藤周作文学館  
 市内の老人福祉センター(6ヶ所)・老人憩の家(11ヶ所)

# 「ながさきダンカーズ倶楽部」



ただいま、  
会員募集中!

団塊シニア世代セカンドデビューを応援する  
「ながさきダンカーズ倶楽部」に参加しませんか!合言葉は、「ダンカーズしよっと?」

「ながさきダンカーズ倶楽部」は、出入り自由な  
《プラットホーム》です。

- 団塊シニア世代のセカンドデビューをみんなで後押し
- 情報紙「ながさきダンカーズ」読者の交流の場



これから定年を迎える世代から団塊シニア世代まで誰でも自由に参加できます。毎月例会は、参加者が自己紹介と「わたしのセカンドデビュー」を語り、豊富な自由時間の費やし方、豊かなセカンドライフへのプランをみんなで語り合う場。みんなと一緒に「仲間づくり」や、これまで培った知識やノウハウで「出番づくり」のきっかけづくりの『場』です。一緒に参加しませんか!

## 《例会のご案内》

- 期 日 / 11月22日(木)
- 時 間 / 18:00~20:00
- 会 場 / 市民活動センター「ランタナ」会議室
- 参加費 / 500円(イベント等開催時は実費負担です)

## 「ながさきダンカーズ倶楽部講座」ご案内 日本酒のタベin出島

～杵の川しぼりたて新酒と、出島西洋料理のコラボを学ぶ～

- 日 時 / 12月1日(土)18時(開場17時45分)~20時
- 会 場 / 出島和蘭商館跡・内外倶楽部レストラン  
※電停「築町」側の東ゲートから入館下さい。
- 参加費 / 2,800円(一合研付)
- ※50人定員(先着)になり次第締め切ります。

## 年忘れダンカーズ・ワイガヤ講座

### みんなで長崎を語り、歌い、踊るを学ぶ

- 日 時 / 12月14日(金)18時~20時
- 会 場 / 長崎県婦人会館(長崎市桜馬場1-12-18)
- 参加費 / 1,000円
- ※自分が飲みたい飲み物(お酒、ソフトドリンク)、おつまみを持参して下さい。

#### ■申し込み・問い合わせ

**TEL.090-2557-4393**(ダンカーズ倶楽部:井手)  
ホームページ「ながさきダンカーズ」を検索!



## 長崎伝習所「塾」新テーマ・塾長募集!!

「このまちをもっとよくしたい」「大好きな長崎のために何かやりたい」という  
思いを形にする研究活動にあなたも取り組んでみませんか。

- 対象 / 新たなテーマで塾を開いてみたいかた
- 活動期間 / 平成25年5月~平成26年3月
- 申込方法 / 市民活動センター、市役所本館案内所、行政センター、支所にある申込用紙(ホームページや郵送でも入手可)に必要な事項を記入し、郵送かファクスまたは直接センターへ持参してください。
- 申込期間 / 11月19日(月)~平成25年1月11日(金)
- その他 / 申し込みいただいた案については審査会(公開プレゼンテーション)で決定。
- 問い合わせ  
長崎伝習所事務局(市民活動センター内)  
**TEL.095-829-1125**

## 「ながさきダンカーズ」通信

来年3月号は特集「長崎市公会堂開館50周年記念」を予定。読者の「公会堂にまつわる思い出やエピソード」を募集します。私は高校時代に聴いたジョージ・ルイス公演、これがジャズとの出会い。詳しくは本誌折り込みのアンケート用紙を参照下さい。(編集長 井手達夫)

みんなから、体調管理はしっかりしていると思っていたのに病気になるのはビックリ。約20日間、病気で全ての活動を中止する破目に、病名は「帯状疱疹」。皆さん気をつけましょう。(N)

長崎では「暑さも「くんち」まで」のはずなのに、季節感がいまいちです。年のせい、ではないですよ。(I)

野球は筋書きのないドラマ!人生もまた然り。一人で歩むより、仲間とともに「♪人生楽ありゃ〜苦もあるぞ」(M)

秋はイベントの季節。お祭りにコンサート。準備が重なり、モノワスレが進化するダンカーは、混乱して右往左往。毎年続けるのは楽しみでもあり苦痛でもあるけど、結局またやってしまうんだなー。(O)

◎ながさきダンカーズについてのお問い合わせは下記までご連絡ください。

〈発行元〉 特定非営利活動法人 新現役の会長崎センター / 長崎市 市民協働推進室  
〒850-0022 長崎市馬町21-1 TEL.095-829-1125

次回第5号は  
2013年3月発行  
予定です。