

団塊シニア世代!! セカンドデビューのすすめ

Vol.

6

2013.07

ながさき

ダンカーズ

★★★★★★★★ Baby-boom generation! Recommendation of the second debut.



読者プレゼント
「長崎通さるく手形」
詳しくは6頁

おもちゃを修理するボランティア団体 長崎おもちゃ病院の皆さん

特集 長崎おもちゃ病院

おもちゃが治った時の子どもたちの歓声と笑顔が何よりの報酬。苦労はあっても医師のお仕事は満足感でいっぱい。

●まちなかダンカーズ/あっか&ばい代表 山田ゆかりさん

●ダンカーズしよっと/中田正孝さん、中野美紀子さん

読者アンケートにみるダンカーズセカンドデビューDATA考

夏の講座・イベントに参加しよう!

ダンカーズチョイス

- 長崎プラチナパスポートの紹介
長崎国際観光コンベンション協会
- 介護施設ボランティア養成講座
長崎市高齢者こやか支援課
- 2013「自分新化講座」
長崎佐賀所務局(市民活動センター内)
- 「シニアいきいきカレッジ」受講生募集
長崎県こやか長崎大学校
- 中島川夏風情～長崎夜市2013
長崎夜市実行委員会
- オクトバーフェスト・長崎飲んでみん祭
長崎オクトバーフェスト実行委員会
- 団塊世代プロボノワーカーを募集
ながさきプロボノ協議会

ながさきダンカーズ倶楽部

メンバー募集!

団塊シニア世代の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?

これから定年を迎える世代、まだ高齢者と呼ばれたくない団塊シニア世代が集うみんなの居場所

これまで培ってきた豊富な経験を活かし、みんながアクティブなセカンドライフをつくる場所

みんなと一緒に「仲間づくり」や「出番づくり」を後押し



・毎月の例会、趣味や特技を活かしたグループに参加、人生が楽しい!
・何かしたいと思っている団塊シニア世代、参加しませんか!

だれでも参加OK

月例会

シニアいきいき iPad 講座
うたごえ喫茶
ダンカーズ・ウォーク
杵の川ほろ酔い講座
ダンカーズ・ピンポン
ダンカーズ・ボウル

月例会に参加しませんか?

- 開催日: 8月30日(金)、9月27日(金)、10月25日(金)
- 時間: 16:00~18:00
- 場所: 市民活動センター「ランタナ」会議室
- 参加費: 一回500円
(会員登録:年間会費3,000円あり)
(終了後、参加自由「居酒屋交流会」あり、実費負担)

秋期

楽しい!簡単!便利!世界が広がる!

「シニアのための iPad いきいき講座」が開講します。

簡単な操作や楽しいアプリを体験する

iPad体験会

参加費:1回500円

※iPadを購入する必要はありません。最新機種10台をご用意します。※問合せ:「ながさきダンカーズ倶楽部」

iPad超入門講座

参加費:4回コース 3,500円(別途テキスト購入代)

「ながさきダンカーズ倶楽部」について

問い合わせ: 090-2557-4393 (ダンカーズ倶楽部:井手)

ホームページ <http://www.dankers.justhpb.jp/> 検索ダンカーズ

ながさきダンカーズおすすめ

BOOK

団塊・男女・6人

たびものがたり(牧歌舎)

ISBN978-4-434-17519-0



気が合う友との旅行は楽しい、私も現役時代の異業種仲間が各地から集まるままな旅に参加する。
出発前に送られてくる分刻みの綿密な日程に胸ときめかせ、長崎へ戻ったら道中先々を克明に記録した日誌が届く。旅の余韻がゆったり続くのが良い。

長崎の団塊世代6人が40代前半から20年間続いている旅の記録を綴った本が、書店の目立つ所に平積みされている。『団塊・男女・6人たびものがたり』(牧歌舎)。同世代として、女性4人と男性2名の旅の記録とはいえ、出会いのきっかけや

グループの間柄がとてもミステリアスであり一気に読み通した。
6人が集まり旅のプランをたてる時間の過ごし方が楽しい。旅の回数を重ねることは、それぞれが歳を重ねていくことを感じる。いつかツアープイアフォー20年の人生に、私のこよみを重ねながら、なつかしい気持ちで読み終えた。これが同世代の思いだろう。
著者の松尾信之さんは、「旅」を通して培った人間関係を振り返り、オーバー渡の方に「あきらめずに仲間を探し始めて」とメッセージを送る。

ながさきダンカーズ通信

本誌は今号から長崎市委託事業として継続発行となりました。市の団塊シニア世代のための情報誌として役割を果たしていきます。

6号から「新生ダンカーズ」としてタイトルの字体も、スタッフも一新しての発行。みなさんの御意見を聞かせて下さい。(N)

沖繩と沖永良部島へ行きました。泡盛の原料はタイ米だそうで、エラブ焼酎は黒砂糖です。なるほど。またお酒?と影の声 (YI)

新しい企画が生まれるたび、気持ちも頭(頭髪は別)も若返っていく気がします。これって「脳トレ」に一種ですね。(M)

春の異動で市民協働推進室に参りました。創刊号から「ながさきダンカーズ」の大ファン!担当させていただいて嬉しいです!(H)

発行元

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。

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7号は
2013年00月発行
予定です。

今後の開院予定(平成25年)

- 8月11日(日)みらい長崎ココウォーク5階お祭り広場
- 9月21日(土)長崎シビックホール
- 11月16日(土)長崎シビックホール
- 12月15日(日)みらい長崎ココウォーク5階お祭り広場



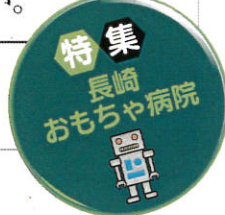
大村市にておもちゃドクター養成講座開催予定
第5回おもちゃドクター養成講座(初級編)
日時平成25年11月2・3日
■テキスト代/1,700円 ■年会費/1,000円

お問い合わせは下記メールアドレスか
ホームページへお願いします。
nagasaki_toy_hospital@live.jp
http://nagasakiyhospital.web.fc2.com

おもちゃが治った時の子どもたちの歓声と笑顔が何よりの報酬。
苦労はあってもドクターのお仕事は満足感でいっぱい。



長崎おもちゃ病院



任んでいた時に鳥栖の講習会に参加したこと。その後設立された「おもちゃ病院とす」で2年間ドクター経験を積み、昨年10月諫早へ引っ越したのを契機に、いさはやおもちゃ病院に参加することになったそうです。

ドクターの仕事について、深江さんは「壊れたものを分解する楽しさがあります。中を開けて見るのが爽やか。おもちゃ屋さんの裏側を覗いた気分になるんですよ」と、やりがいを説明してくれました。「おもちゃを修理して返す時また動くようになったおもちゃを見て、子ども達はびびくりして、喜びます。『動いた! 光った! シャベツた!』と歓声を上げて、目が輝くんですよ」とも。

東京で35年間勤め上げた元公務員の松本芳さん(65歳)は、いさはやおもちゃ病院立ち上げのメンバーのひとり



次々に持ち込まれるおもちゃ(患者)たち。付き添って来た親子の心配そうな表情。そのおもちゃを修理(治療)するために笑顔で預かるドクターたち。「長崎おもちゃ病院」の会場受付で展開される風景のコマです。



物の大切さや温かい心を子どもたちに伝えたい

おもちゃ病院は、おもちゃの修理(治療)を通して、子どもたちに物の大切さや心の温かさを感じてもらい、明るい気持ちづくりを目指すボランティア団体です。壊れたおもちゃを持ち込めば、原則無料で診察・修理をしてくれます。現在、全国に約440カ所の病院があるそうです。

長崎おもちゃ病院が設立されたのは、平成24年1月。坂本靖夫会長にお話をうかがうと「平成23年12月におもちゃドクターの養成講座が長崎市で開催され、その時に参加した受講生20数名が集まり、長崎にもおもちゃ病院をつくりました」と発足の経緯を説明し



▶真剣な中にも温かい目で治療(修理)に当たる深江ドクター(左)と松本ドクター(右)

です。ドクターになった動機を「もともと作ったり壊したりするのが趣味のひとつでした。5、6年前に東京で講習を受けたのがきっかけですね」と説明してくれました。松本さんは「修理しておもちゃが治った時の子どもの喜びとこっちの満足感が楽しみであり、やりがい」と話します。

この3人のドクター共通の悩みは、マイコンやICなどの電子部品を使ったりおもちゃを修理する専門知識が不足していることだそうです。時には修理できずに悔しい思いをすることもあった。そういう場合は、ベテランドクターの多いいさはやおもちゃ病院の勉強会に参加したり、仲間同士で情報交換したりしながら、不足している知識を補い合っているという事です。

団塊の世代、ドクターが大活躍中!

ドクター活動には、たくさん団塊の世代の方々も加わっています。

黒いエプロン姿の築瀬誠さん(66歳)は、定年まで製造業に従事していました。現在、週2回ソフトボールを楽しみスポーツでもあります。築瀬さんがドクターになったきっかけは、1年前に友人に誘われたこと。

「おもちゃがきれいに治った時の子ども達の喜ぶ姿を見て、やりがいを感じますね。本当の係のつもりで接しています」。築瀬さんは楽しそうにこう話してくれました。実はソフトボール仲間3人もドクターになり、ますます交流が広がっているそうです。

長崎市生まれで「いさはやおもちゃ病院」所属のドクター、深江衛さん(65歳)は、定年まで転勤族の会社員でした。ドクターになったきっかけは佐賀に

おもちゃドクターに挑戦しよう!

取材でおじやました「みらい長崎ココウォーク(会場)」には、たくさんのおもちゃが持ち込まれ、受付対応に修理に大忙しのドクターたち。坂本会長のお話によると、今後は毎月1回以上のペースで開催地が決まっていますが、これからの目標は「拠点本拠地を設けて定期開院すること」と「おもちゃドクターの人数を増やすこと」だそうです。ドクターになるには特殊技能や器用さは不要。知恵と愛情があれば大丈夫とのこと。今後、養成講座が開催される予定なので、読者のみなさんもぜひおもちゃドクターに挑戦してみたいかがでしょうか?



▲熱心に治療(修理)に取り組む築瀬ドクター

ダンカーズ しよっと



元気な団塊シニア世代の合言葉 「ダンカーズしよっと?」

第5号で実施した読者アンケートから
「私のセカンドデビュー」をピックアップしました。

仲間がいることの幸せを満喫。
2回目の長崎暮らしは、学びと娯楽で
気分は上々!

中田正孝さん

S25年4月18日生まれ



貿易会社を55歳で退職し、東京からUターンしました。帰郷して2年間は、家庭教師をしていたので社会との繋がりはありましたが、両親の介護のために職を辞してからは陸の孤島状態。慣れない介護に振り回されている間は無我夢中でしたが、ディサービスなどを利用するコツを覚えて時間ができると、県外にしか友人がいない私にとって、長崎での暮らしは非常にわびしく、味気ないものでした。そんな時に思い切って飛び込んだパソコン教室で出会ったのが、ダンカーズのメンバーでした。誘われるままに出席した飲み会が実に楽しく、そこからは積極的に例会やイベントに参加し、現在に至っています。

長崎でのセカンドデビュー、次の目標は英会話の再勉強。会得したことを何かで役立てることができれば、こんな嬉しいことはありません。普取った柄柄を發揮できるかどうか、ワクワクの毎日です。

メンバーとの出会いで毎日がイキイキ。
楽しいアイデアが途切れることなく
次々に浮かんでくるんです。

中野美紀子さん

S00年0月00日生まれ



現在、母を介護中です。つきっきりではなく、夫も理解がありますので外出できないわけではないのですが、家の中でする裁縫や手芸も充分楽しく、無理に外に出る必要性は感じませんでした。

でも、お誘いを受けてダンカーズに入ってみたら、今まで自分の周辺にはいなかった、様々な魅力を持った方が本当に多く、会う度に刺激を受けています。

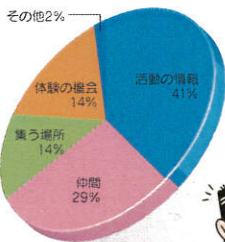
iPad教室にも参加したのですが、インスピレーションが泉のように湧きました。(作った作品をデジタルで撮影して、iPadでブログにアップできたら…)、夢の広がりが本当に楽しく、心浮き立つ思いでした。

今年の母の日に息子たちから送られたメッセージは、「いつまでも好奇心の強い女性でいてね」。ダンカーズのおかげで、息子たちの願いはそのまま実現できそうです。

読者アンケートにみるダンカーズセカンドデビューDATA考

団塊シニア世代が地域・社会活動を始める「セカンドデビュー」には、何が重要だと思いますか?

活動の情報	41%	セカンドデビューのきっかけとして必要なものについては、「情報」が1番多く、次に「仲間」次いで「場所」と「体験」が同数でした。
仲間	29%	
集う場所	14%	
体験の機会	14%	
その他	2%	



今回のアンケート結果で一番多かった答が「何かしたいが何をしたらいいのか分からない」でした。「ながさきダンカーズ」は、そういう人たちのための集いの場です。同じような青春時代を過ごした仲間が大勢います。一度のぞいてみませんか?

あなたの「セカンドデビュー」に関するエピソードや話題があれば教えてください。

外に出ていろいろな人と交流がしてみたい

できれば何かしたい

今から考えてみる

世間と関わってみたい

今から「私の人生だ」と思えることがしたいと思う

今でも何かできる事があれば、地域に関わっていききたい

もう一度できる事があれば、何かしたいと思う

何をどうすれば良いかわからない

自分でも出来る何かをしたい

現在一人暮らしで、何か出来ることを探しているところ



「あっかとばい」代表
山田ゆかりさん
やまだ・ゆかりさん
昭和26年生まれ

「わらべうたが伝承される条件は、音が単純で、リズムがシンプルで、言葉がおもしろくて、覚えやすく、子どもにとって謎があるということが大切」と話す山田ゆかりさん。



長崎市内で音楽教室を主宰する山本ゆかりさんは、小学校の時に、出島阿蘭陀商館跡に移り住んだという異色の経験を持つ。そんな彼女は、29年前から公民館などでわらべうたの教室を開き、県内に伝わるわらべうたを広める活動を続けている。

「まず私自身がおもしろいと思ったから、わらべうたには、その国や地方の言葉と音律があつて、子ども達に遊びとして受け入れられやすいんです。わらべうたを子ども達に広めようと思ったきっかけを山田さんはこう説明する。10年前、山田さんはホームページを作り、わらべうた遊び方を動画で紹介する活動を始めた。その中で一番反響があつたのが「でんでらりゅうば」だった。きっかけはNHKの子どもの向け番組で「でんでらりゅうば」が紹介されたこと。「あの時は、私が伝えてきたことを、こういうふうに使いますよ」と番組関係者に話しましたが、放送後にすぐアクレイクしました。ホームページのアクセス数は30〜40万回になったと思います。」

山田さんは当時のブームをこう振り返る。これまでの人生を団塊の世代として歩んできた山田さん。これからやりたいことについて尋ねてみると、「大人のためのわらべうたを広める活動をやりたい。また、マタニティの母親のためのわらべうた活動もやりたい。それから海外在住の駐在員や日系人町の方々にも広めたい」という返事が返ってきた。こんなふうな普段から活発な山田さんだが、昨年、語学習得のために6週間フィリピンに滞在したことがあつたという。その時、痛感したのは自分の体力がなくなつたこと。そういう体験を踏まえて、最後に同世代のセカンドデビューへの応援メッセージをお願いした。「定年になつたらまだまだ時間があると思われがち。でも、若い頃に比べて結構体力はなくなつていきます。もう残された時間が限られているなら、体力のあるうちに、失敗してもいいから、やりたいことをやることです。まさにこの言葉は、団塊世代へのエール。同時に山田さんご自身の生き方、モットーでもある。」

『でんでらりゅうば』ブーム火付け役のモットーは、
体力のあるうちに、失敗してもいいから、やりたいことをやる!

データ
リトム音楽教室
住所/長崎市銭座町5-12 リトムビル2F
電話/095-846-1642

「町で饅頭買って」というわらべうたの地を巡る「饅頭ツアー」の様子。目印であるかわいらしい桃饅頭の赤いのぼりを掲げて歩く。



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

中島川夏風情～長崎夜市 2013

江戸時代長崎町人の「川祭り」の伝統を受け継ぐ長崎夜市が開催される。ライトアップされた眼鏡橋と、200個の提灯に照らされた中島川周辺で開かれるレトロな夜市。浴衣を着て、夏の夕暮れのそぞろ歩きを楽しみませんか。出店やアトラクションなどのお楽しみもいっぱい!



今年も「ながさきダンカース倶楽部」が出店。「ながさきダンカース」最新号の配布や、「iPadなんでもコーナー」など、楽しいスペースを用意します。団塊シニア世代の皆さん、缶ビール片手にどうぞ!



会場：長崎市 眼鏡橋周辺
開催日：8月3日(土)・4日(日)、8月24日(土)・25日(日)
開催時間：17時～21時(イベントは19時開始)

主催 長崎夜市実行委員会 (あじさいコール)
[お問い合わせ] TEL.095-822-8888

9月の長崎はまだ暑い。おいしいビールを飲みましょう!

今年もこの季節がやって来る! 長崎オクトーバーフェスト2013

ドイツでは200年以上の歴史を持つビールの祭典。日本では10年前から各地で開かれており、日本のビール発祥の地・長崎では3回目となる。今年も「長崎食べて・飲んでみん祭」も同時に開催され、長崎・出島エリアにうまかもんが集結する!

◎長崎オクトーバーフェスト2013

開催期間：9月13日(金)～23日(祝)
平日/午後4時～9時30分 土・日・祝/午前11時～午後9時30分
会場：長崎おくんち広場
主催：オクトーバーフェスト実行委員会
後援：ドイツ大使館・ドイツ観光局・バイエルン州駐日代表部

◎長崎食べて・飲んでみん祭

開催期間：9月13日(金)～16日(祝) 9月20日(金)～23日(祝)
平日/午後4時～9時30分 土・日・祝/午前11時～午後9時30分
会場：出島三角広場
主催：長崎食べて・飲んでみん祭実行委員会

両催事とも 長崎県観光振興課
[お問い合わせ] TEL.095-895-2645

この夏に企画されている情報の中から、おススメのものをピックアップ!ピンときたらすぐアクション。出かけてみましょう!!

介護施設ボランティア養成講座

施設で暮らす高齢者の話し相手や、趣味・行事のお手伝いをするための「介護施設ボランティア養成講座」に参加しませんか。

- ◎対象：ボランティア活動に興味があるかた
- ◎日程・内容：下表のとおり
- ◎日時：毎週水曜日 午後1時30分～午後5時
- ◎場所：西公民館など
- ◎定員：50人 ◎参加費：無料
- ◎申込：8月7日(水)までに電話でお申し込みください。

講座終了後はボランティアとして登録。65歳以上のかたがボランティア活動を行うと、買い物券や現金(上限5,000円)に交換できるポイントを差上げます。

期 日	内 容
8月21日(水)	できることから始めるボランティア・長崎市の高齢者を知ろう
8月28日(水)	増加する認知症を理解しよう・活動に活かす話し方 聴き方
9月 4日(水)	活動に活かす体操・レクリエーション・音楽体験
9月11日(水)	介護方法を理解し体験しよう・高齢者向け読み語り
9月18日(水)	長く元気を保つあなたの食と健康を知ろう!
9月25日(水)	さあ、あなたもボランティアの一員!活動の準備をしよう

*講座期間中のうち1日、施設で高齢者との交流をおしたボランティア体験があります。

高齢者すこやか支援課 (担当：地域支援係 島村)
[お問い合わせ] TEL.095-829-1146

培った豊かな経験や知識を社会貢献に活かしませんか?

団塊世代プロボノワーカー

プロボノは、あなたがこれまで培った経験を活かすことができる。新しいボランティアの形です。さまざまなスキルを持ったプロボノワーカーが3～5人でチームを組み、活動の活性化を求める長崎のNPOを助成します。今まで4団体のNPO法人へ、リーフレット作成や営業支援でプロボノ助成を行いました。団塊シニア世代の皆さん、持っているスキルや知識を活かした社会貢献に参加しませんか?

募集中!

プロボノは あなたのできることを活かした 新しい社会貢献



ながさきプロボノ・プロジェクト (担当：松尾)
[お問い合わせ] TEL.095-811-1010

長崎プラチナパスポート | 好評発売中!

長崎観光を楽しむなら、この1冊がお得です。下記①②③の3種のメニューから5つ(または3つ)を選択して使用できるチケットが付いたパスポートです。

- ①ガイド付まちあるきツアー(38コース)
- ②長崎市内の観光施設(11施設)
- ③長崎市内指定のぶちグルメ飲食店(11店舗)

詳細は
(http://www.saruku.info/platinum.html)
<チケット5枚付>大人1,500円、中高生1,200円
<チケット3枚付>大人1,100円、中高生600円
◆有効期限/平成26年3月31日(月)
◆販売場所/総合観光案内所、市内宿泊施設など



[問い合わせ] 長崎国際観光コンベンション協会
TEL.095-823-7423 (9:00～17:30)

PRESENT 「ながさきダンカース」

読者のかたにプレゼント!!

本誌アンケートにご協力いただいたかたの中から抽選で、「長崎通さるく手形(2千円分)」を5人にプレゼントします。



通さるく(500円)に20回まで参加できます。

長崎県すこやか長寿大学校 シニアいきいきカレッジ

申込受付 7月1日～9月30日
あなたの活動をもっと応援します
楽しくて、充実した講座をみんなと一緒に

会場：長崎校
長崎市茂里町 県総合福祉センター内 佐世保校
佐世保市稲荷町 市労働福祉センター内
期 間：平成25年10月～平成26年9月
講座数：1回2時間、年間30講座
資格：県内在住55歳以上
募集人数：長崎・佐世保校各30名



予定している講座の内容

- 健康・生活問題の学習
- コミュニケーション、レクリエーションスポーツ、音楽、パソコン技能修得
- 音楽・文化祭、レクスボ大会の企画・開催
- 受講料：10,000円(年間)



卒業生の一言
いろいろな人と知り合いになった
身体と脳が活性化した
コミュニケーションが向上した かな?

[問い合わせ] (公財)長崎県すこやか長寿財団 TEL.095-847-5212 FAX.095-847-6181
〒852-8104 長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター県棟3階 Eメール info@sukoyaka-nagasaki.or.jp

第3回 [長崎伝習所] 特別講座 2013 杉田亮毅 プロデュース編 自分新化講座

会場◎長崎ブリックホール 国際会議場(全席自由)
対象◎一般・学生(高校生・大学生)
聴講料◎前売券4,000円(全6回分)当日券1,000円(学生500円)各回
販売開始◎7月中旬
販売場所◎長崎市民活動センター(長崎伝習所事務局)
長崎市役所(本館1F 生協売店)
長崎ブリックホール(1Fチケットカウンター)
浜屋プレイガイド

[問い合わせ] 長崎伝習所事務局
〒850-0022 長崎市馬町21-1
長崎市民活動センター内
TEL.095-829-1125 FAX.095-829-2925
E-mail:denshusho@city.nagasaki.nagasaki.jp

第1回	9/20 19:00～21:00 杉田亮毅 (公財)日本経済研究センター代表理事・専任
第2回	10/14 15:00～17:00 堺屋太一 作家・経済評論家
第3回	11/20 19:00～21:00 小宮山宏 (株)三菱総合研究所専任 プラチナ倶楽部ネットワーク会長
第4回	12/19 19:00～21:00 大田弘子 筑紫研究大学院大学教授 平成26年
第5回	2/4 19:00～21:00 大塚宣夫 医療法人社団 廣成会 会長
第6回	3/17 19:00～21:00 御手洗富士夫 キヤノン(株)代表取締役会長兼社長

*講演者・講演テーマ・日時については、やむを得ない理由で変更になることがありますので、ご了承ください。