

第24回生涯学習サロン概要紹介 第3週(4月23日)

第3週 A	題名: 知って安心! ~ 年金・介護・医療・相続の最新情報	有田 進治
<p>高齢期になると年金や介護等いろいろ不安になります。この講座では、高齢期に必要な最新情報を幅広くまとめてポイントをお伝えします。まさに「知って安心!」です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年金：毎年の年金額はどう決まるのか? 今後、金額はどのくらい減るのか? 遺族年金の留意点 ・介護：保険料の決め方、サービス内容、費用、施設と選択のポイント ・医療：75歳以上全員が加入する後期高齢者医療制度について（保険料、医療機関等の窓口での自己負担額、医療費が高額になったとき、高額の介護費用と重なったとき） ・相続：40年ぶりの相続税法の大改正について（配偶者居住権の新設、結婚20年以上の配偶者への自宅贈与の優遇、介護に尽力した夫の嫁が相続人へ金銭請求可能など） 		
第3週 B	題名: どうぞ、ひと、とき ~ 煎茶の世界へ!	阿部 治子
<p>煎茶の精神は、亭主と客がお茶を通じて一体となり“和”を重んじるものです。その気持ちがお互いに通じ合い、香気高く、甘味ある一煎のお茶の味は格別のものになることでしょう。煎茶は、中国の隠元禅師によって日本に伝えられました。その後、煎茶は売茶翁によって方向づけられ文人墨客の間でとり入れられました。文人たちが好んだ数々の名器で、プロバス茶の会の手前を楽しみながら、“どうぞ、ひと、とき” ~ 煎茶の世界へ!</p>		
第3週 C	題名: 唯識から学ぶ人間の心	土井 俊玄
<p>「唯識」(ゆいしき)とは仏教の心理学といえるものです。皆さんよくご存知の『西遊記』に出てくる玄奘三蔵法師がインドから持ち帰り、日本へは遣唐使とともに渡唐した留学僧によってもたらされ、奈良仏教のうちの法相宗に伝えられました。この唯識は、ヨーガを実践する瑜伽行派の瑜伽師達の瞑想実践の中から究明されたもので、人間の心の奥深くに自分では気付かずに巣くっている心が自他を苦しめ悩ますものになると言います。小は個人の争い、うつ、引きこもり、大は民族の対立、国対国の対立等が無い世界を願い、この講座を設けました</p>		
第3週 D	題名: 1964年東京オリンピック「自転車競技」in 八王子 — 記録映画鑑賞とお話	河合 和郎 * 西澤 幹夫
<p>1964年10月10日「東京オリンピック」の開会式が国立競技場で開催された。昭和の初め、戦争の為に開催できなかった幻の「東京オリンピック」が実現した。聖火が燃え上がり、東京の空に五輪のマークが描かれた。この時、八王子市は自転車競技の開催地となり、オリンピックの一翼を担った。八王子市は全市をあげて競技施設や歓迎体制を整え、スポーツの祭典を成功に導いた。55年前、八王子市において繰り広げられたオリンピック絵巻をひもとき、2020年の夏に迫った第2回東京オリンピックを歓迎したい。サロンでは、八王子市内で展開された自転車競技の様子とそれを迎えた八王子市民の活動の様子を、記録映像とその製作者・担当者の体験談を交えて振り返ってみたい。</p>		

第24回生涯学習サロン特別講話(開講式・閉講式)のご案内

1. 開講式 2月27日(木)13時30分から16時

特別講話 「古びた心にみがきをかける」

講師 Sista Lidwina 村上 多美代 氏

(聖霊奉侍布教修道女会会員、社会福祉法人聖霊会理事)



1969年、聖霊病院付属高等看護学院卒業、病棟看護師として勤務。
1980～83年フィリピンで修道者として異文化宣教体験および Ateneo de Manila University East Asian Pastoral Institute で司牧神学を学ぶ。
1983～2004年まで聖霊病院付属看護専門学校 専任教員、副校長を務める。
2004年～聖霊病院に籍を移し、臨床パストラルカウンセラーとして、患者、家族スタッフの心のケアにあたる傍ら、ホスピス聖霊の設立に携わる。
2009年、宗教学法人カトリック聖霊奉侍布教修道女会 日本管区責任役員に就任、現在まで一貫してホスピスボランティアの養成に関わっている。2017年から修道者の高齢化対策チームの一員として様々な修道会から依頼を受けて介護の問題の相談にのる。現在、東日本大震災と東京電力福島原子力発電所事故の復興支援ボランティア活動に携わっている。

歳をとるのは自然なことだと頭ではわかっているのに、なぜわたしたちの多くが老いという現象にいらだつのでしょうか。死、そして神なる神秘へと向かう人生の旅路を否定するのはなぜでしょうか。加齢は誕生から死への自然なプロセスであるはずなのに、わたしたちは歳をとることを恐れてしまいます。「自分の財産は深くかかわった体験の量」だと曾野綾子さんは言います。人生には良いことも悪いこともあります。困難にぶつかって逃げたりせず、真正面からぶつかって苦しんだり、泣いたり、悲しんだり…人に誤解されることもあります。そうした悲しみや恨みをしっかり味わってこそ人生は濃厚になり、心はみがかれていくのです。老いの目的は、緊張から解き放たれて自らの人生の意味を見出すことです。老いをどう生きるか、最後の時のために何を準備すればよいのか、死に臨む患者さん、東北大震災被災地での被災者の皆さん、高齢者の介護の現場での関りなどから学んだことを伝えたいと思います。

2. 閉講式・交流会 4月23日(木) 15時30分～17時30分

◆ 閉講式: 15時30分～15時50分

◆ 交流会: 15時50分～17時30分 (参加費 2000円)

軽食とソフトドリンクをともにし、大いに笑い、語り、知り合いを広げましょう!

♥ 明日につなげよう!

サロンで学び楽しかったこと、気づいたこと、役立ったことなどを情報共有し、さらに学びを深めましょう。

♪ 歌ってさよならしよう!

クラブが誇る男声合唱団「シニアダンディーズ」とフレッシュなプロ音楽家のバイオリン演奏、全員での歌を楽しみましょう。



第24回 生涯学習サロン概要紹介 第1週(3月12日) *印 外部講師

第1週 A	題名： 安心な介護のために	根本洋子・ 齋藤万里子・根本照代
<p>介護はある日、突然訪れます。多くの人は、パニックに陥ります。後悔しない介護のため、事前に役立つ情報を介護・医療現場の責任者3人がお伝えし、またポイントもアドバイス致します。サロンの後半は、参加者の個別質問にお答えする時間に充てます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・介護認定の申込から、利用できる介護サービスの全貌（居宅・施設・介護予防） ・各介護サービスの代表例（例：デイサービスやグループホームなど） ・介護費用の目安・老後の住まいの選び方・配偶者の介護に直面した経験者の実体験の紹介 ・質疑応答 		
第1週 B	題名： 絵手紙を楽しむ～ひとあし早い春を描く	池田 ときえ
<p>まだ風は冷たいのですが日差しは春です。暮らしの中のちいさな春を見つけて描いてみましょう。会場にはプリムラ、チューリップなどのお花を用意しますが、みなさんも公園の木々の芽立ち、弾けそうな椿の実、育ち始めた草など「あ、春だ!」と思うものがあればお持ちください。梅や椿はもう咲いているでしょう。今までに試みた筆、割りばし、ボールペン、クレヨンなどいろいろな道具で描きます。今回は絵に添える言葉にも時間をかけてしっかり完成させたいと思います。はがき、絵の具など一式はいつものように準備しておきます。お気軽にご参加ください。</p>		
第1週 C	題名： キャッシュレス社会がやってくる～賢く生きるために	* 関本 恵一
<p>今、スマホなどを用いたキャッシュレス決済が世界的に広まっています。殆ど現金を使わなくなったという国も珍しくはありません。日本でも、消費税率の引き上げ時にキャッシュレス決済を優遇するなど、政府はキャッシュレス化を進める方針です。しかしキャッシュレス決済と一口に言っても、クレジットカード・電子マネー・スマホ決済などさまざまです。「便利でお得」ということが強調されていますが、「個人情報流失しないのか」などの不安もあります。キャッシュレス決済の種類と違い、現金決済とキャッシュレス決済のそれぞれのメリット・デメリットなどを知り、上手に使いこなしていく方法を学びましょう。</p>		
第1週 D	題名： 歴史は語る ～大地震と富士山の噴火	* 倉持 隆雄
<p>今後30年以内に80%の確率で発生とされている南海トラフ巨大地震。最悪の場合、死者が32万人以上に達するとされている。富士山は、781年～1707年の間に10回噴火しているが、1707年以降約300年間噴火していない。世界で最近発生した7つの超巨大地震では発生後数年以内に、例外なく近くの火山が噴火している。東北地方太平洋沖地震では、発生から4日後に富士山の真下を震源としたM6.4の地震が観測されたが噴火はしていない。1703年の元禄関東地震では地震発生後35日目に富士山は地鳴りをおこし、4年後の1707年の南海トラフ巨大地震では地震発生後49日目に富士山は噴火した。過去の地震から巨大地震や首都圏直下型地震、富士山の噴火などを探るとともに、過去の自然災害被害などから身の守り方を学ぶ。その他、地震の前兆現象など。</p>		

第24回生涯学習サロン概要紹介 第2週(4月9日)

第2週 A	おとなの朗読会 山本周五郎作「おもかげ」	*青羽 美代子
<p>最近、静かなブームともなっている朗読。ある作家は「小説の本源的な楽しみは朗読にある」と。文学は声に出して読むことにより一層作品の良さがしんと身体に伝わってきます。朗読によって更に深く小説を楽しむことができるのです。それは文学の素晴らしさを伝える「声による演奏」とも言えるのでしょうか。現実の生活では味わえない情緒や感動は正にもう一つの人生を経験できる大きな喜びとなります。また、朗読は読み手の数だけ読み方があり、どれが正しい、どれが間違っている等の立て分けはありません。私はアニメや洋画のアフレコなどの仕事をして参りましたが（故）井沢八郎（歌手）と結婚後は朗読を広く伝える活動を始めました。今回は数ある山本周五郎作品の中から「おもかげ」を読ませて頂きます。日本語の美しさと共に日本人の心に響く小説です。この機会に声優による生の表現朗読を是非お楽しみみください。</p>		
第2週 B	題名： 懐かしの映画とその音楽 その21「禁じられた遊び」	立川 富美代
<p>原題 J E U X I N T E R D I T S 1952年 フランス映画 ルネ・クレマン監督と言えば反戦映画です。第二次世界大戦で戦争孤児になった一少女と農家の少年の純心な交情を表現しています。モノクロの色合いも心に沁みます。何も知らなかった少女が死んだ愛犬を土に埋めてお墓を作り十字架を立てることを知りそれから十字架遊びに夢中になるが・・・少年と少女の悲しい結末になる。 ナルシソ・イエペスのギターのメロディーも美しく世界中に広まった映画です。</p>		
第2週 C	題名： 八王子の偉人「Dr.肥沼」を知っていますか？ 桜にまつわる涙の物語を・・・	*塚本 回子
<p>八王子市出身の肥沼信次博士は第二次世界大戦の後、ドイツ・ヴリーツェン市で多くの人を伝染病から救い、自らも感染して37歳の若さで亡くなりました。ヴリーツェン市では肥沼信次博士を名誉市民とし、死後75年も経つ今なお、人々は偉業を讃え、尊敬しています。なぜ、八王子の市民はそのことを知らなかったのでしょうか？今、肥沼博士のご親族はいらっしゃるのでしょうか？ Dr.肥沼のことを知った私はその後、どのような活動をしたのでしょうか？ Dr.肥沼から学んだ事、今考えていることなどをお話し致します。</p>		
第2週 D	題名： 落伍者をつくらない教育支援の実践的取組み	深谷 正徳
<p>教育界にはさまざまな問題がありますが、いわゆる「落ちこぼれ問題」は忘れられている感があります。勉強に自信をなくし、劣等感に苦しむ子どもたちは自身の生まれつきの素質や努力不足に原因があると思ひ込み、辛い学校生活をおくっています。しかし、少し手をさしのべることで見違えるよう立ち直るはずです。落伍しないための基礎学力の確立には、わずか10分足らずの毎日の積み重ねで効果があらわれる学習法があります。私は市内の小学校に出向いて放課後にアドバイザーとして、この学習法を用いて、落伍者をつくらないための実践的な取組みをしています。学校でも家庭でも取り組むことができるこの学習法がひろまることで、落伍者がなくなるばかりではなく、どの子の学力も伸びることも確信しております。</p>		