

生きがい世田谷の会会員のみなさまへ

コロナの猛威が一段落し、観光地、飲食店にも少し活気が出てきたのでしょうか？ 季節的にも天高く馬肥ゆる秋となりました。油断は禁物ですが、明るく、元気に、楽しく生きがい活動を再開する時を迎えましたので、以下の通り久しぶりに活動案内をご送付いたします。

記

1 例会の案内

- ① 1. 日時 10月21日(木) 15:00~17:00 (前回案内済み)
 2. 場所 「駒沢中学校」校内支え合いルーム 別紙ご参照
 3. 講師 笠原 一守 氏(当会会員)
 4. テーマ 「源氏物語の時代の男女関係(恋愛、不倫)」
 ①なぜ私が平安時代の男女関係に興味をもったか
 それは囲碁の歴史から・・・
 ②源氏物語が生まれた時代背景
 ③光る源氏の恋愛遍歴
 ④平安時代の性事情
 資料 「一条天皇と紫式部、清少納言の関係」その他
- ② 1. 日時 11月18日(木) 15:00~17:00
 * (9月の例会がコロナで延期になったため、11月開催)
 2. 場所 「駒沢中学校」校内支え合いルーム
 3. 講師 長谷川 宏 氏(当会会員)
 4. テーマ 「日本の実業界、ひいては資本主義の制度設計した渋沢栄一とは・・・」
 ○彼が子供時代から親しんだ論語を基に、「論語と算盤」を出版し、富をなす根源は、仁義道德であるとする道德経済合一説を唱えます。渋沢は三菱の岩崎弥太郎や安田善次郎のような財閥めいたものは残さなかった。そこから、決して私利私欲ではないという「論語と算盤」との言行一致が見られる。この首尾一貫こそが、渋沢がいつの時代にあっても、多くの人を惹きつけてやまない理由ではでしょうか
 いまこそ渋沢栄一です。
 * (当初11月の担当は海江田 佳子さんでしたが、2022年1月20日(木)に延期して開催予定です)
- ③ 1. 日時 12月16日(木) 15:00~17:00
 2. 場所 「駒沢中学校」校内支え合いルーム
 3. 講師 渡辺 三千男 氏(当会会員)
 4. テーマ 「80歳からの生き方研究会」報告
 同じ高齢者といっても、前期高齢者と後期高齢者のライフスタイルに
- は
 明らかな違いがありますが、後期高齢者の生き方についての研究はまだ未開拓の分野です。そのため、健康・生きがい財団では、昨年12月に「80歳からの生き方研究会」を立ち上げ、人生100年時代における80歳からの生き方についての検討を始めました。
 メンバーは、財団の幹部と健康生きがいづくりアドバイザーの各分野の専門家計8名で、なぜか私も誘われました。毎月の会合でどのような検討がなされてきたのかを報告しますので、やがて80歳を迎える60歳代、70歳代の皆さんの参考にしていただければ幸いです。
- ④ 1. 日時 2022年1月20日(木) 15:00~17:00
 2. 場所 「駒沢中学校」校内支え合いルーム
 3. 講師 海江田 佳子 氏(当会会員)
 4. テーマ (仮題) SDGs (エス・ディー・ジーズ) 国連サミット「共通目標」

「健康と食品ロスを減らす料理を考える」

- 「腸内環境と自律神経のバランスを整えれば・・・
免疫力が高まり、健康で長寿に・・・」
- 健康エコ料理レシピ 1. 「冬ならではの、残りごはんの活用法」
2. 「具だくさんの野菜スープでリメイク料理」

2022年1月までは、例会は駒沢中学校を使用する予定です。

ご不明な点があれば、事務局 03-3705-8056 (久木田) まで

2 生きがいウォッチングの案内

① 「新宿御苑菊まつり」観賞ほか

1. 日時 2021年11月6日(土) 10:10~15:00頃
2. 集合 JR線「新宿駅」南口改札 みどりの窓口前 10:00集合
3. 行き先 新宿御苑「菊花壇展(菊まつり)」鑑賞
4. 昼食 新宿御苑内で各自、又はグループで「レストラン」で昼食

② 「元祖山手七福神めぐり」

1. 日時 2022年1月16日(日) 10:10~12:30頃
2. 集合 東京メトロ南北線、都営三田線「白金高輪駅」改札口 10:00集合
3. 行き先 覚林寺 清正公(毘沙門天)~瑞聖寺(布袋尊)~妙円寺(福祿寿、寿老人)
~大円寺(大黒天)~蟠竜寺(弁財天)~滝泉寺(目黒不動尊 恵比寿)

*ご参考 元祖山手七福神は、今回の順
でお参りすると、「無病息災・長寿祈願
逆の順でお参りする

と「商売繁盛祈願」としてご利益があると云われています。

4. 昼食 散策終了後、各自で・・・

以上