

9月 「那須で100年コミュニティをつくる会」主催

「おひとりさまの老後」を支えるしくみづくり フォーラム

講師：上野千鶴子さん（東京大学大学院教授） 浅川澄一さん（日本経済新聞社編集委員）  
司会：近山恵子（社団法人コミュニティネットワーク協会理事長）

男女や未婚既婚、子どものあるなしに関係なく、「みんな最後はひとり」。そのとき、あなたはどこで、誰と、どのように暮らしているのでしょうか。「おひとりさま」の時代の暮らし方や介護のあり方を考えます。



上野千鶴子さん 浅川澄一さん

- 日時：9月27日（土）13時30分開場 14時開演
- 会場：那須塩原市・黒磯市民文化会館小ホール
- 参加費：無料

「那須100年コミュニティ」の食を考える会

みんなで食卓を囲む。旬を味わう。「もったいない」を考える。「箱膳」を体験しに来ませんか？



- 日時：9月28日（日）11時～14時
- 会場：「那須で100年コミュニティをつくる会」那須池田事務所
- 参加費：1500円（交通費別途）
- 定員：20名
- \*「那須塩原」駅より送迎いたします。

お申込みは ☎：0120-81-7215 FAX：0287-76-7434 メール：nas100@conet.or.jp

9・10月 社団法人コミュニティネットワーク協会・高齢者住宅情報センター主催

「高齢者住宅のいろいろ」

- 日時：9月17日（水）14時～15時30分
- 有料老人ホームとケアハウス、高齢者向け賃貸住宅など、高齢者施設の種類や有料老人ホームについてわかりやすく解説します。

「有料老人ホームの暮らしと費用」

- 日時：10月22日（水）14時～15時30分
- 入居時の費用、月々の費用、万一、介護を受けるようになった場合など、有料老人ホームの暮らしとその費用についてお話いたします。

- 会場：高齢者住宅情報センター（銀座・七十七ビル3F）
- 参加費：500円
- 定員：10名
- お申込みは ☎ 0120-352-350

\*編集後記\*

9/27、地元での大きなイベントの日を迎えます。スタッフはチラシ配布に奔走する日々です。そんな合間、出先から「今、夕焼けすていよ」「今日の山はきれいだよ」と電話が…。忙しなく過ごしていても、思わずカメラを取り出してしまふ豊かな風景が、那須の初秋には溢れています。次号は、10月15日発行の予定です。

お知らせ

現地見学会を開催しています。

9/20（土）、10/10（金）、10/18（土）  
10:10 新白河駅集合 → 生活利便施設見学 → プロジェクト現地見学 → 那須の野菜を使った昼食@事務所 → 昼食で食べた野菜の畑を見学 → 那須町見学（温泉・道の駅…） → 16:30 那須塩原駅解散  
（スケジュールは変更になる可能性があります）  
定員：10名  
費用：無料（昼食材料費 700円）  
\*但し、交通費は自己負担となります。  
\*池田事務所にて共生の住まい方を体験できます。体験利用されたい方はご相談ください。

# なす那須通信

発行：「那須で100年コミュニティをつくる会」（社団法人コミュニティネットワーク協会）  
〒345-0302 栃木県那須郡那須町大字高久丙1777-434サンロード池田 ☎0120-81-7215 FAX：0287-76-7434

vol. 4

風の匂い、土の匂い…  
“秋の気配”ってこういうことだったんだ。



那須高原有機農場から茶臼岳（那須岳）を臨む

## 9月27日（土）黒磯文化会館 「『おひとりさまの老後』を支えるしくみづくり」 フォーラム開催!

いよいよ今月27日、「那須で100年コミュニティをつくる会」主催の初めてのフォーラムを、那須町のお隣・那須塩原市にて開催することになりました。「おひとりさまの老後」著者の上野千鶴子さん（東京大学大学院教授）と、日本経済新聞社編集委員の浅川澄一さんを、講師にお招きします。

男女や未婚既婚、子どものあるなしに関係なく、「みんな最後はひとり」。そのとき、あなたはどこで、誰と、どのように暮らしているのでしょうか。家族介護がま

だ機能しているように見える地方であっても、この課題に悩まれている方は、特に女性を中心に多いのではないのでしょうか。

最後まで自分らしく生きるための暮らし方について考える機会として、多くの方にご来場いただき、一緒に「おひとりさま」の時代の暮らし方や介護のあり方を考えていただきたいと思います。どうぞ奮ってご参加ください!

お申込みは… ☎ 0120-81-7215



食

箱膳体験イベント in 那須を開催

8月29日（金）、東京と那須から10人の方にお越しいただき、箱膳体験イベントを行いました。この日の献立は、さんま蒲焼、なす煮びたし、揚げ出し豆腐のえびあんかけ、トマトのマリネ、そしてぬかづけ。「わぁ、玉手箱みたいね」とうれしい声が!「昔はこんなに豪華じゃなかったよね」と、70代の方は懐かしそう。箱膳は昔の暮らしを追体験して、多世代の交流を育むとてもいい機会を与えてくれそうです。これから、食材も木箱も器も「100%那須産」の箱膳を計画していきます。ぜひ一度ご参加ください!



交流を育むとてもいい機会を与えてくれそうです。これから、食材も木箱も器も「100%那須産」の箱膳を計画していきます。ぜひ一度ご参加ください!

住

設計コンペ審査結果発表

全国84件の応募作品から、近藤創順建築設計事務所+瀬戸健似さんの作品が一等に選ばれました! 審査会のポイントは: ①自立者と介護者の生活ゾーンを分けず、混在型であること。②コミュニティを育む場を台所・風呂など日常空間を共用・シェアすることに任せ過ぎずに、住まい手の選択性が高いこと。③個人の生活が独立性を持ち、開放的であること、でした。このプランの実現に向けて、いよいよ検討がスタートします! 入賞作品は、CN協会HPでご覧いただけます。http://www.conet.or.jp/competition/



医

温泉診療所・見川医院の往診に同行しました

那須湯本で温泉診療所を営み、在宅診療に取り組まれている見川泰岳先生の往診に同行しました。今回、往診先は、6軒。その内の何名かは、別荘に移住して数十年、夫に先立たれひとり暮らしの女性たちでした。高齢にもかかわらず、身の回りのこと全てを自分で賄っている明るく元気な方たちばかりでした。

中には、移動手段がなく、閉じこもりがちになっている方もいました。「先生、手を握って! 私のこと忘れないでね」と繰り返す方に、先生は笑顔で手を握りながらやさしく、そして力強く語りかけていました。みなさんが先生をととても信頼し、月2回の往診を心待ちにされているのがよく分かりました。

一方、地元で長く住まれている多世代家族（なんと5世代同居）のお宅では、高祖母が玄孫をみているという光景がみられ、家族の中で役割や生きがいを見出していらっしゃるのことが分かりました。

今回、てきぱきと診療を行いながらも、会話を通して医者と患者という立場ではなく、心と心、人と人という関係を作っていくという理想的な場に立ち会うことができました。見川先生、ありがとうございました!



セミナーアンケートより

セミナー「ひとりの家族 ひとりの老後 わたしの居場所」(8/24)を開催しました!



講師: 松原惇子さん (ノンフィクション作家・SSS ネットワーク代表)

セミナーアンケートより

- ・勇気もらった感じです。今を楽しく過ごす事の大事さを再確認しました。(60代女性)
- ・松原先生のユニークな人柄がチャームで素晴らしく良かった。参考にしたい。自分の人生が変わると思った。(60代女性)
- ・話し方がとても上手で自然と引き込まれていきました。ひとりの自由さもまた、必要な感じがしました。自分の人生設計を元気づけながら考え、決めておくこと、行動を起こすこと、そして笑顔を絶やさないこと、などのお話が印象に残りました。(50代女性)

「那須100年コミュニティ」予定地を見に行こう!

現地見学会レポート

7月からスタートした現地見学会がとても好評です。今回はその模様をレポートします!

まず、福島県側の新白河駅を出発。多くの店舗が集中するエリアへご案内し、スーパーを生活者としてしっかりご覧いただけます。「ここなら日用品は何でも揃うし、価格も安い」との声も。

次に、栃木県側に入り、「那須100年コミュニティ」予定地の広大な雑木林を散策。その後、事務所に移動して、地元の安全で安心な食材を使った昼食をスタッフを交えていただきながら、自己紹介と意見交換タイムに入ります。

みなさんがどうしても気になるのは、寒さ対策、そして移動手段です。まず、寒さ。氷点下10℃と話す、みなさん身構えてしまいます。「でも、四季がはっきりしているということですから、ぜひそれぞれの季節に足を運んで確かめてくださいね。寒暖差があるからこそ素晴らしい紅葉、新緑をぜひ見てみたい、と言ってくださって一安心。

移動手段では、カーシェアリングのお話に関心を示される方が多いようです。「できる人が運転して、その代わり食事を安くする、地域通貨の仕組み



はどう?」などなど。生活の足となる車と上手に付き合うために、ぜひみなさんと一緒に考えていきたいと思っています。

昼食後は、おいしいお野菜を提供して下さる地元の恩塚さんの畑、そして陶芸家の三上さんの工房を訪ねて、先輩から直接、暮らしぶりを聞いていただけます。仕事や生きがいの場は、どこで暮らしていくにも大変重要なことです。豊かに暮らすために、ボランティアや仕事をしたいと多くの方が回答していらっしゃる、今後ご要望に応じて地元の様々な仕事や生きがいの場を見ていただきたいと思っています。

那須はこれから紅葉シーズン。ぜひ、9月10月の見学会にお出かけください。