

セカンドライフファクトリー通信

発行者
矢富直美
一般社団法人
セカンドライフ
ファクトリー

一助とします。
一昨年秋以降、すでに二百数十名の方々が受講されています。
日時 水曜コース 2022年5月11日(水)〜7月13日(水)
土曜コース 5月14日(土)〜7月16日(土)

SLF事務所のコロナ対応について

コロナ感染対策のため、セカンドライフファクトリー事務所では、入室時の検温・手指の消毒、マスク着用、ドア・窓の開放、空気清浄機の運転などを実施しています。

脳トレ健康麻雀入門講座のご案内

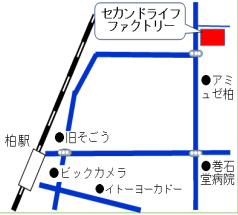
認知症予防の研究者である矢富先生の監修による初心者を対象とした10回シリーズの講座を開催します。麻雀は、認知機能を鍛える要素を持つています。この脳トレ健康麻雀入門講座では、矢富直美先生考案による、誰もが楽しく、簡単にルールを覚えられよう工夫されたテキスト・DVDを使い、認知症予防の



セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介

生きがいが加わった生活が、研究の成果が活かされた地域づくりの支援のために、講座、サロンなどの活動を行っています。

アクセス



柏駅東口より徒歩8分 アミュゼ柏と同じ並び市役所寄り、1階赤い看板の「はんこ屋さん 21」が目印。SLF は7階 住所・電話は下部青帯

広告

ブチカル 柏の葉

脳トレ健康麻雀入門講座
5月12日(木)〜7月14日 毎週木曜 14時〜16時
麻雀が初めての人対象
1回 500円 × 10回
テキスト代 800円
計 5,800円初回払い

※SLFと同時・同内容で開催

健康麻雀(1回500円)
平日 10時〜13時
1回ごとの予約制
お一人から受付
※上記2事業はフレイル予防ポイント対象
柏市柏の葉 2-3-27
TEL 04-7100-8439
info@pc-kashiwa.com
駐車場あり(100円)

ブチカル柏の葉

第81回SLF講演会のご案内

「実家と我が家のたたみかた」

「今のうちに、立つ鳥跡を濁さず」を実践しませんか?」

講師 不動産コンサルタント

大澤 健司 氏

形式 ZOOMを使ったオンライン講演会

内容 平成30年の調査で、全国の空き家が840万戸を超え、毎年空き家は増加しています。空き家の半数以上が相続によるもので、今後相続させる自宅を含めた不動産は親世代がしつかりと考え、対策をしていく時代になっていきます。
しかしながら、その方法や進め方などわからないことが多く、気にはなるが何もしていないという方が大半です。この講演会をきっかけに実家や我が家を今後どのようにしていくかを具体的に考えて、実践しませんか?
・認知症による財産凍結を防ぐ!
「家族信託」
・これだけはやってはいけない自宅の相続
・なぜ一般家庭で遺言書を書く方が増えているのか?
・事例から学ぶ。相続の成功と失敗
・自宅を貸すとき売るときに注意
※内容は若干変更することがあります。

※大澤様はNHK「あさイチ」に出演され、不動産のお話をされました。

日時 4月22日(金)

10時〜11時30分

参加方法 講演会はZOOMを使用したオンライン形式。生中継で行います。

費用 無料

主催 一般社団法人セカンドライフ

ファクトリー(SLF)

メール: info-slf@jcom

home.ne.jp (件名: 第81回講演会申込) または

WEB: セカンドライフファクトリー

(<https://www.secondlifefactory.org/>) の講演会の申込ページ

申込期限 4月20日(水)

連載

セカンドライフをどう生きる(第45回)

前回、厚生労働省が推進しようとしている「通いの場」の事業がうまくいっていないと思われる。その原因は、「通いの場」事業が科学的エビデンスを考慮しないからである。どんな社会参加の活動が介護認定率を下げる効果があるのか? 科学的に示されていないのである。例えば、「旅行」は、シニア層が今後やりたい活動のトップである。(次ページに続く)

**わいわいサロン
会員募集**

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。参加費無料。

《サロン一覧》

楽しく終活を話そう！
スマホを使おう！
写真を楽しもう！
いつまでも勉強しよう！
投資を楽しもう！
手芸を楽しもう！
異文化交流サロン

詳しくは Web で。セカンドライフファクトリーで検索。

広告



**庭木のお手入れは
SLFガーデン
サポートへ
お見積り無料**

**安価で丁寧な仕事
庭木の改作を提案**

TEL 04-7100-2839
http://slf-gardensupport.com/



**暮らしの支援
えんがわ**

生活のお手伝い

お掃除
お庭仕事
買い物代行
困りごと相談

TEL 04-7100-2839
http://kurashi-engawa.com/

男女ともに認知症予防の効果が期待できるとの研究結果が国立長寿研究所の研究をはじめ様々な研究で報告されている。しかし、旅行プログラムを「通いの場」の事業として取り組んでいる自治体があるとは聞いたことがない。もっと科学的エビデンスにもとづいた介護予防事業に取り組みべきであろう。

よく地域づくりは人づくりと言われる。多くの自治体は「健康推進委員会」とか「介護予防リーダー」というような名称の人材を研修し、その人たちに介護予防に資する活動をしてくださいという育成事業をやっている。しかし、例外をのぞけば、そのほとんどが介護認定率を下げるほどの地域づくりに成功していない。介護認定率を下げる効果のある活動を地域で増やしたいとしたらどうしたらよいのか？

まだ地域に伝統的な地縁組織である町内会自治会が残っている場合には、その地縁組織に委員となるべき人を推薦してもらい、その人たちに研修を行い、いくばくかの報酬を用意して



活動をやってもらう。

今や地域組織は弱体化しており、行政のこうした働きかけに「行政の下請け仕事」を担わされるとの被害意識を持つている人が多い。価値観が多様になった現代社会の地縁組織は、健康問題などの地域課題に取り組む意欲のある人材を確保ができなくなっている現状であるといわざるを得ない。地縁組織に頼ることができないとすれば、どうすればよいのか？それは、次回で。

(矢富直美)

第一回フレイル予防チェックが行われました

去る2月14日午後、SLF事務所における第1回のフレイル予防チェックを実施しました。

フレイルとは、健康と要介護の間、虚弱の状態を言います。このフレイル予防のため、現状の自身のフレイル度を知るための講座です。当日14名の会員の方々が、測定を受けたり、講義を聞いて熱心に受講されました。このフレイル予防チェックは、継続的に受ける事が重要であるので、今後定期的に、幅広く実施していきたいと考えています。会員の方々の参加をお待ちしております。

農業グループ便り

今回は、ブルーベリーチームの活動についてご紹介します。

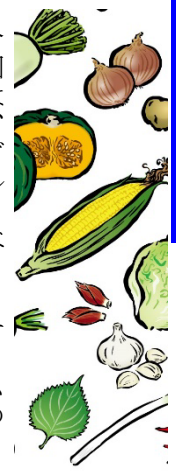
対象のブルーベリー園は、逆井の「シノダファーム」と布瀬の「ブルーベリーの丘」の2か所で、チームの収入の形態がそれぞれ異なります。

「シノダファーム」は、園主からの作業依頼毎に見積もりを提示、チームとして収入を得ます。

一方、「ブルーベリーの丘」は自主運営で、ブルーベリーおよびジャムの販売・来園摘取りの売上が収入となります。いずれも、メンバーに作業時間または出来高に応じた報酬として配分しています。

ブルーベリーの仕事は、冬春の剪定・結実前後の防鳥ネットの敷設・撤去、6月～8月の収穫から店舗納品(一部直販)までの一連の作業、随時行う除草からなり、一年を通して活動を行っています。

各作業の内容は、農業グループのHPにアップしております。



すので、そちらをご覧ください。

なかでも、実成の良否を左右する剪定は最も重要で、去る2月19日に千葉大三輪先生をお招きし「ブルーベリーの丘」で剪定の実技講座を行いました。昼は屋外で懇親を兼ねうどんを食べ、午後は復習の時間を設け、学習したことの確認ができるようにし好評を得ました。更に今回の受講者中、既メンバー以外の方数名に引き続き実際の剪定作業に参加して頂いています。

また、柏市生涯現役促進協議会からの依頼で2月28日に、動画の撮影に協力しました。「皆楽しく生きいきと生きがいを感じて活動している姿」が撮れたでしょうか？ 4月の公開が楽しみです。

私達のモットーは、やりがいのある楽しいチーム！。今までのいろいろな社会経験を積んでこられた皆さんが、この機会にブルーベリーチームに参加され、ご自分の活力にして頂ければ幸いに存じます。いつでもご参加をお待ちしております。

