



サークル間リレー



(232)「ステップ&ステップ」

昭和のポピュラー曲を中心に、青春時代を思い出しながらステップを踏んでいます。ステップの合間にオシャベリもあり、毎回15～16人が和気あいあいとやっています。

初めてでも簡単なステップもありますので気軽に、まずは見学でも、一度いらしてください。
お待ちしております！（見学者は参加費100円です）

次号は(233)「生涯元気クラブ」

元NPOシーズネット京都 理事長 村田 忠 氏 から 寄せられた随筆 ～第2回～

運のいい男の話 ～私の体験から～ 「高齢者の真の幸せ」

世間では、高齢者の幸せのために体が健康であることとよく言われています。しかし私が思うに、体の健康だけでは不十分で、心が生きいき元気・健康であることが必要です。そのためには何か人様のためになることを積極的に行い、それを受けた方々から感謝された場合、自分の心も喜び楽しく元気になると思います。それらの二つのことによって高齢者の真の幸せとなるようです。

私の経験では、若いころからの趣味として、学生時代に犬養先生から教えて頂いた萬葉集があります。先生は萬葉集の些細なことより万葉人の考えや感情、そして萬葉集故地をよく案内して下さいました。私は就職した後も萬葉集故地には学生たちと先生の案内についていきました。そんなこともあって、私は勤務地で一般の方々に萬葉集セミナーを開催し、定年後は今も自宅の京都では毎月数回萬葉集セミナーを開催しております。そこではセミナー終了後に参加者と共々コーヒーを片手に楽しく話し合い、多くの参加者から喜ばれています。

編集後記

春は別れと出会いの季節とも言われています。仲良くしていた友や仲間との別れがあったり、また新しい仲間に出会えたりもします。新一年生や新社会人の方々も1ヵ月が過ぎ、それぞれ新しい環境に慣れてきた頃でしょうか？（若い頃に転勤していた者として気になります・・・）

さて、北海道新幹線の札幌延伸はいつになるのでしょうか？当初、2030年と言われていましたが、ドンドン遅れて2038年以降とも言われています。それに伴い札幌駅南口付近のバスターミナルや地下鉄札幌駅ホームの工事などが重なり、いつ通っても札幌駅周辺は工事中で混雑しています。バスなど公共交通機関を利用している方々が不自由なく利用できるよう一日でも早く完成してほしいですね。（大西 記）

QRコードを活用してシーズネット
ホームページをご覧ください。



会員数（3月末現在）

総数：697名(旭川支部175名/函館支部61名)

・正会員：80名	男 183
・賛助会員：609名	女 506
・団体会員：8名	689
・平均年齢：76.8歳	

シーズネット通信5月号 <通巻281>

2025年（令和7年）5月1日発行

発行責任者 奥田 龍人

発行所 認定NPO法人シーズネット広報課

〒001-0010

札幌市北区北10条西4丁目1番地SCビル2階

TEL:011-717-6001 FAX:011-717-6002

AM10:00～PM4:00 土・日・祝・年末年始 休み

e-mail: seedsnet@abelia.ocn.ne.jp

URL: <http://www.seedsnet.gr.jp>

広報専用e-mail: koho@seedsnet.gr.jp