



16号の主な内容

まつりつくば2016	2
剪定・草刈班がゆく	3
企業訪問	
日本自動車研究所	4
ボランティア活動	5
筑波研究学園都市探訪	
地質標本館	6
私の趣味	7
健康であること	8
ご案内	8

〈地域社会に根ざして〉 まつりつくば二〇一六に出店

わがセンター活動の根幹をなす理念のひとつが、地域社会への貢献活動です。その活動の一環として参加しているのが、例年八月下旬に開催され、県南最大の規模を誇る「わたしたちのふるさと「まつりつくば」」です。本年八月二十七日（土）～二十八日（日）に、「まつりつくば二〇一六」が、TXつくばターミナル駅に隣接するつくばセンター広場を中心とした会場で開催さ



カラフルな布草履です。



どれどれ。



やはり同じ色ですか。



「スライムであそぼう」何色にしようかな。

れ、わがセンターも中央公園ボランティア広場の一角に設けたブースに出店しました。

私たち会員は、市民のみなさんに、センターの活動を知っていただきたいと願って、開催期間中はPRのパンフレットやチラシの配布を続けました。

今回積極的に展開したのが、女性部会員たちによる手作り製品コーナーです。布草履、アクリル毛糸製ポシェット、いまや必需品となった防災頭巾等々は大好評をいただきましたが、これも手作り志向への高い関心のためで

しょうか。

センターの独自事業として活躍しているシルバー自転車部も、会場に各種のリサイクル自転車を揃えました。女性用、スポーツタイプ、通勤用、マウンテンバイク用など。昨今の自転車ブームで市民の関心も高く、安心、安全なシルバーのリサイクル自転車に対する評価が、定着しつつあるように感じられました。

シルバーの年代構成なるがゆえに、ブースを訪れるお客さまはそれなりの年代の方々となりますが、いつも痛感



会場にはボランティアグループが設けた「ペットショップにいくまえに」コーナー。ペットは一生かわいがって育てましょう。



ママチャリやその他各種リサイクル自転車、販売中です。

させられるのは、やはり子どもたちの姿が多いほど、大人の方々も引き寄せられるように、自然に集まってくるという事です。さて今回も小学生たちに断トツの人気を集めたのが、理科実験「スライムであそぼう」。未来の科学者のタマゴたちが夢中になる実験で、お母さんたちも子どもたちと一緒にのめりこんでおられました。子どもたちにもう一つの楽しみが、「ヨーヨー釣り」と「スーパーパーボールすくい」。大はしゃぎする子どもたちを見ていると、こちらまでも楽しい気持ちになってきます。

表紙の写真は、こちらのブースで買い上げのポシエットをかけて楽しそうな仲良し四人組。とてもすてきな笑顔に、私たちが幸せな気持ちになり、お母さん方のご許可を得て撮影させていただきました。

〈剪定・草刈班がゆく〉 希望者、大募集！

剪定・草刈班の作業を「近所でたまたま見かけた」との連絡を結構いただきます。そして「丁寧な仕事をさせていただきますね」と言われたこともたびたび

あります。これらの作業はそれなりの技術が必要であり、同時に安全第一の作業を心がけています。

センターでは剪定・草刈班に所属する会員と、一度どういものか体験してみたいという一般の会員を対象に、5月、10月および冬季の1月に「剪定・草刈、技能講習会」を実施しています。この講習会で「技能と安全な作業」を徹底的に学びます。こ

れから剪定・草刈をやってみたいと考えている一般の会員や、センターの会員ではないが上記の講習を見学したいという方にも門戸を広げていきますので、ご希望の方はセンター事務局（本誌八ページ末参照）にお問い合わせください。



ずいぶん伸びました。草刈班の会員による作業です。



今年5月の剪定講習会、2人で仲良く松の剪定をしています。



衝突実験用のダミー人形（大きさや体重は人間と全く同じようにできている）



子供のダミー人形



衝突実験を詳しく説明をしていただいた久保田さん

〈企業訪問〉

一般財団法人

日本自動車研究所

「よりよいクルマ社会を
めざして」

自動車は、それを取りまく関連産業、エネルギー、電機、情報・通信などと裾野が極めて広く、産官学の協力のもとに日本の産業分野を支える柱の一つと言っても過言ではないでしょう。今回は「自動車」をテーマに取材したの

が、〈一般財団法人日本自動車研究所〉（JARI）です。つくば市に広大な構内を有し、クルマの研究・試験事業をおこなう重要な中立機関として活動しています。またここでは、「センター」の会員が車に関連する高齢者の被験者として、就業の機会を与えていただいているところでもあります。取材では、総務部宮本さん、石田さん、さらには衝突実験場でご説明いただいた安全研究部次長の久保田さんに、たいへんお世話になりました。

同研究所では、研究・試験事業の説明につづき、広い場内を車で移動しながら、自動車の衝突事故を再現する衝突実験場と、次世代自動車の研究施設に伺いました。衝突実験場では、センサー、データ・レコーダーを組み込んだダミー人形を自動車に搭載して実際に衝突させ、データを分析し、自動車の安全性能を評価しています。高価なダミー人形が衝突実験のたびにかなりのダメージを受けるので、そのつど修理しながら何回も使用するそうです。

〈案内〉

〒305-0822 茨城県つくば市苅間 2530

Tel 029-856-1112（総務部）

Fax 029-856-1122（総務部）

<http://www.jari.or.jp/>

アクセス：（電車）つくばエクスプレス研究学園駅 徒歩 25 分、タクシー 5 分 常磐線ひたち野うしく駅 徒歩 20 分（高速バス）つくばセンター、タクシー 10 分（自動車）常磐道谷田部 IC から約 10 分または首都圏中央連絡自動車道つくば IC 約 5 分



究極のエコエネルギーカー「MIRAI」(みらい)



電気自動車用の電気供給ボックス



詳細説明、場内案内をしていただいた石田さん、宮本さん

ちなみに人形一体が、最高級車凡そ一台の金額に相当するとのことのお話でしたが、それが相当な数があったので修理しながら使い続けるのもむべなるかなと納得した次第です。

次に案内された実験場では、究極のエコカーともいわれる燃料電池自動車の性能試験や開発、データの収集などを行っていました。そこには量産型として世界初となる燃料電池車「MIRAI」(みらい)も保管されていました。また、構内の駐車場には電気自動車に電気を供給する充電スタン

ドが数多く設置されていました。同研究所は、一九六一年(財)自動車高速試験場としてつくば市に発足、長大なテストコースを有していました。が、のちにそのコースは茨城県北部の城里へ移設、二〇一二年非営利型一般財団に移行。最近では自動運転技術の研究、生活支援ロボット的安全検証を取り入れるなど、未来を見据えた先進的な研究の推進、次世代自動車の普及の促進を計りつつあるとのこと。地元市民としてはそれらがたいなる成果を挙げることが祈っています。

ボランティア活動 (アダプト・パーク、公園清掃)

地区委員 菊田 潔

谷田部地区では本年度第1回目として6月27日に、谷田部野球場に隣接した薬師寺下公園で清掃活動を行い18名が参加。当日は梅雨時のつかの間の晴れで天候にも恵まれ、ときおり爽やかな風が吹く中での活動でした。

見た目ではきれいなようでも1時間の作業で、空き缶・ペットボトルやたばこの吸殻など他のゴミと合わせて結構な量が集まり、これらを分別して作業が終了。そのあと皆が楽しみにしている懇談会が開催され、色々な課題、問題点に参加者から意見が述べられました。これらの貴重な意見を今後の地区の活動に活かせるようにしていきたいです。



作業終了後、参加者一同カメラに、「はい、パチリ」。



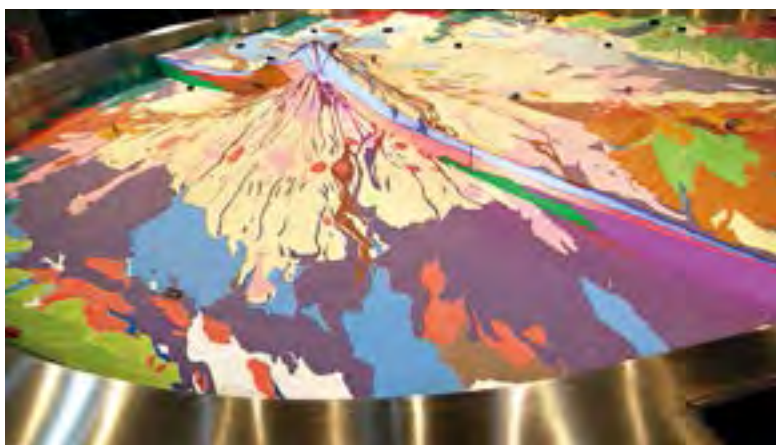
収蔵物にふさわしく重厚な外観を誇る地質標本館



〈第1展示室：地球の歴史〉日本列島大型地質模型。34万分の1。興味のある地域の地質を調べてみましょう



〈第2展示室：生活と鉱物資源〉600万分の1の太平洋海底地形



〈第3展示室：生活と地質現象〉1万3300分の1の箱根・富士火山模型

〈筑波研究学園都市探訪〉 地質標本館

地球科学専門の博物館

地球の歴史や地下資源、地震・火山などの膨大な資料や情報を備えた、国立研究開発法人産業技術総合研究所の〈地質標本館〉を、今年八月下旬に訪れました。ここは市民が気軽に見学や学習のために利用できる施設として、市民の間にはすっかり定着した感があります。ご案内いただいたのが、地質

標本館長の利光誠一博士だったので、こちらが期待した以上に貴重なお話をいただくことができました。

標本館の沿革は、一八八二年（明治15年）、資源拡充を目的として地質調査所が設立され、有用な国内の資源調査から化石の発掘保存や、日本全体の地質図の作成など、近代国家としての日本に必要な地下資源の調査、収集、研究を進めてきました。現在登録標本は15万点余に上りますが、設立当初の経緯から、鉱物資料が多いのが特徴です。

アクセス：

住所：〒305-8567

茨城県つくば市東 1-1-1

開館時間：9：30～16：30

休業日：毎週月曜（祝日の場合は翌平日）、及び年末年始、臨時休館日

入場料：無料

予約：団体（15名以上のみ）

交通アクセス：（バス）つくばセンターから学園並木経由荒川沖駅行き「並木二丁目」下車、あるいはつくばサイエンスツアーバス南回りで「産業技術総合研究所」下車、徒歩数分。

電話：029-861-3750

HP：<https://www.gsj.jp/Muse>



〈第4展示室：分類展示〉世界各地から集められた岩石、鉱物、化石の分類学的展示や新着標本



入り口正面奥にある壁面展示は、糸魚川～静岡構造線活断層系～岡谷断層のトレンチ調査の巨大な剥ぎ取り標本。これに興味津々の子どもさんがいたので、お母さんのご許可をいただいてパチリ

筑波研究学園都市への研究所移転に際して、地質博物館設立の構想がおこり、一九八〇年に〈地質標本館〉がつくば市内にオープンしました。建物の正面は印象的な御影石によりデザインされ、他では見かけない堂々たる外観を誇っています。かつては資源調査の目的が強かった時もありましたが、現在では国の基盤情動的なものに重点をおくようになりました。インフラ、防災関連、衛星を活用した基礎的な情報をといること。また大学とも連携しつつ、これらの分野に必要な後継者の育成にも力を注いでいるところ

す。さて、当館は無料で一般に開放されており、年齢層に応じたさまざまな企画や、子供向け啓発のプログラムなど楽しさがいっぱい。七月後半から八月末まで、つくば市主催の「ちびっこ博士二〇一六」では当館に地質学的情報発信元として、多くのちびっこたちが押しかけてきました。館内は四つのテーマに応じた展示室があり、動く模型や映像、音声などを使って紹介しています。大人も子どもも、とにかく楽しく勉強になる〈地質標本館〉に行ってみましょう！

私の趣味、鑑賞稲を楽しむ

シルバー会員 三浦喜美男（谷田部）
 稲には緑色の色素以外に、ピンク、白、緑・白の縞模様、紫、赤と黒穂などの色素があることが分かり、それを我が家の花壇で花と一緒に育てています。色が鮮やかですので、紙面で紹介させて頂きます。私が育てている稲は7種ですが、稲の生長をデジカメで撮り、演歌の曲に合わせて、3分程度のビデオを作ったり、稲を生けて、楽しんでいきます。

また、つくばで稲作技術を学んだアジア、アフリカなど開発途上国の国際協力機構（JICA）帰国研修員に鑑賞稲の写真やネットを送り、稲の美しさを伝えてい



花と鑑賞イネ

ます。
この活動は、私にとつて、日々を楽しくし、心身の健康に役立っています。

つくば市シルバー人材センター会員の方で、私もやってみたという方がおられれば、鑑賞稲の育て方など情報提供します。



白稲と花

健康であること

総務部会員 福田 征男
楽しくシルバー活動をするうえで、最も大切なことは健康です。私は昨秋、胃の摘出手術を受け、3週間の入院生活を送りました。

この間、ふと目にとまった冊子のなかで、「現代はストレス社会であり、このストレスがいろいろな病気の引き

金になると思われる」という記事に出会いました。

万病のもとであるストレスに打ち勝つためには、次の3つが有効だそうです。

- (1) 3R を上手に組み込む
 - ① Recreation (趣味・気晴らし)
 - ② Rest (休憩)
 - ③ Relaxation (くつろぎ、癒し)
- (2) メリハリのある生活習慣を心掛ける
- (3) 食事を見直す (ストレスに強くなる3大要素を摂る)
 - ① 蛋白質
 - ② ミネラル (カルシウム、マグネシウム)
 - ③ ビタミン C、B1
 これらをよく噛んで、ゆっくりと食べることにしました。

ぜひ参考にしていただき、健康でハツラツとした毎日をお過ごしください。

付記

表紙の写真は、名前が歯の特徴に由来し、約1100万年前に絶滅したと言われる哺乳類デスマスチルス(子ども)の全身復元骨格化石レプリカ。

〈ご案内〉

平成二十八年度
入会説明会および
面接は次の通りで行います。入会をご希望の方は、直接説明会会場へお越しください。お問い合わせは、電話で受け付けております。

* 電話 ..

029-879

15199

* HP ..

[http://www.](http://www.tsukuba-sc.com)

[tsukuba-sc.com](http://www.tsukuba-sc.com)

◆きずな原稿募集

「きずな」の原稿を随時募集しています。就業先での出来事や体験談、身近な出来事等々、お待ちしております。些少ではありますが執筆謝礼をご用意いたします。

開催月日	時間	会場
10月13日(木)/11月10日(木)	午後1時30分	シルバー人材センター 会議室 (大穂庁舎3階会議室)
12月8日(木)/1月12日(木)		
2月9日(木)/3月9日(木)		