

生きがい

編集発行

新居浜市高齢者生きがい創造学園

新居浜市上原二一八一

(☎ 四四一四八二六)



感謝の心で

高齢者生きがい創造学園
代表者会 図書委員長

桑原 梅信

新しき年を迎えられ、皆様には、それぞれの思いを胸に進まれておられますことと存じます。

書物は、人々の色々な考え、思い、やさしさ、恐さ、等々を勉学させてくれる一助となると思います。

今年も、図書委員の皆様と図書の購入、整理、その貸出し状況等に委員様と共々に行っております。

感謝、感謝、感謝です。

私は退職後、農業を行っております。

農は、天地の恩恵に対する感謝の気持ちと、水、空気、お照りの働きにより成り立ち、人は生かされて生きているのではなからうか!!とも考えたりする事もあります。

日々是学問かもしれない。

委員と共によろしくお願いいたします。

8月	5金	4木	3水	2火	1月	日曜
ねこやなぎ (川柳)	桃山C (卓球)	写真教室 書龍 (書道) 別子GG (ゴルフ)	書心 (書道) 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球) 亀池A (陶芸)	絵手紙教室 書硯 (書道) ドルチェ (ピアノ) 別子GG (ゴルフ) ワルツ (ダンス) 亀池B (陶芸)	コーラス教室 墨友 (書道) 山茶花 (俳句) いこのこ (組み木) 桃山D (卓球) 亀池A (陶芸)	午前 午後
書楽 (書道) あすなる (俳句)	茶道教室 メヌエット (ピアノ) 弥生 (生け花) 広瀬GG (ゴルフ)	桃山D (卓球)	サシシャイン (写真)	ミニッツ (ハーモニカ) ショパン (ピアノ) 3Bフリージア (体操)	百描会 (美術) ウッド (組み木) 桃山B (卓球) 亀池A (陶芸)	
いずみ (短歌) 桃山B (卓球)	なごみ (茶道) 山雄会 (カラオケ) 桃山A (卓球)	絵手紙あげぼの	桃山B (卓球) 亀池A (陶芸)	桃山A (卓球) 亀池B (陶芸)		

私の趣味

(料理サークル クロワッサン)

私の趣味は、パン作り、フラダンス、大正琴です。パン作りは高齢者生きがい創造学園で、泉玲子先生に教えていただき、料理サークルクロワッサンに所属しています。

月一回ですがその日が大変待ち遠しく、皆さんとワイワイガヤガヤと、にぎやかに、あつと云う間に、三時間が過ぎます。そしてホカホカのパンを食べ、誰もが満足な笑顔で本日のクロワッサンは終了です。

フラダンスは、月二回船木公民館で、鈴木正子先生に、指導してもらっています。運動の為にと思って習い始めましたが、なかなか難しく、でも自分の健康維持と思いい、頑張っています。施設慰問や、校区の行事に参加して、皆さんに喜んでいただいています。

大正琴は、昭和六十年台より習い始めました。あの美しい音色に魅せられて、育児、仕事、大正琴との共同生活、あれから二十数年が過ぎました。私は講師の資格を取り、現在は、近代大正琴衛会に所属しています。

私達のグループは新居浜市の春と秋の芸術祭に参加、校区の行事に参加、福祉施設の慰問、等と多忙な日々ですが、大正琴により多くの友達ができ、その人達と手の動くかぎり、楽しく生き生きとした笑顔と共に人生を送りたいと、思っています。

(船木 伊藤 勝美)



大正琴を演奏する皆さん

(船木 池田池にて)

写真提供 伊藤 勝美

16	15	12	10	9	8	日
火	月	金	水	火	月	曜
書硯(書道) ドルチェ(ピアノ) ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ) 亀池B(陶芸)	桃山D(卓球) ウツド(組み木) 墨友(書道) コーラス教室	桃山C(卓球) 広瀬GG(ゴルフ) ピアノ10 趣味の料理教室 3B体操教室	桃山C(卓球) 広瀬GG(ゴルフ) 書心(書道) ハーモニカ教室	ミッツ(ハーモニカ) ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ) 亀池B(陶芸)	桃山D(卓球) 短歌みらい 絵手紙なでしこ みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ)	午前
やながわ(川柳) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	桃山B(卓球) いとこのこ(組み木) 百描会(美術)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球)	絵手紙はなみずき 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	午後	

ピカピカの一年生

(講座 書道教室)

定年後、何をしようかと模索している時に市政だよりで「高齢者生きがい創造学園」を発見。六十才から受講できるということで、すぐ申し込み「書道教室」に入園することができました。

講座では最年少。「ピカピカの一年生」気分でもかかも新鮮でした。今まで家庭と職場の往復だけで限られた人間関係の仲で生活していた私でしたが、講座を通していろいろな方々と交流がもてるようになったことは、何よりの収穫でした。

書道道具に触るのは、四十数年ぶり。大雑把な性格で字はいつも大きくなり、お手本の字にくらべるとすべてビッグ。そんな私に小野博先生は「伸び伸びと書いていいね」と言っして下さいます。

人間、褒められるといい気分得意欲も出てきます。週二回ほど家でも練習をするようになりました。書く時は筆先に神経を集中させ、雑事を忘れることができるのでとてもところが落ちつき、私の大好きな時間になっています。

書道教室を通しての交流と書道は私の生活の糧になっています。あと少しで講座を卒業してしましますが、サークルに入り、これからも活動していきたいと思っています。

(金栄 中村 菊栄)

書に魅せられて

(書道サークル 書楽)

書道教室を経て、サークル書楽に入らせていただき、未だ一年と、書についての経験が浅い私です。

学生の時より筆を持つと言う機会もなく、美しい字への憧れはありましたが、なかなかチャンスが無いまま過ぎていました。今回、筆を持つ切っ掛けは、川柳教室での作品を色紙に毛筆で書くという必要にせまられて、書道を習うと言う連鎖反応からの出発です。

しかし、いざ筆を持つてみると、思ったように字の間隔がつかめなかったり、漢字の持つ魔力、魅力に振りまわされています。それでも小野博先生を始め、諸先輩方の見事な筆運び、字体を見てみると書の持つ奥深さに心を奪われて見入ってしまいます。

まだまだ未熟な私ですが、継続する事が大切かと自分なりのペースで続けて行きたいと思えます。御指導の程よろしくお願ひします。

(角野 山本 嘉恵)

日曜	午前	午後
17 水	男の料理教室 書道教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	陶芸教室 桃山B(卓球) ショパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) 3Bフリージア(体操)
18 木	四季の組木教室 書龍(書道) ウォークひうち(歩く) 街道をゆく(歩く) やまびこ(歩く) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	コーラスひろせ ベートーヴェン(ピアノ) のこのこ(組み木)
19 金	書道教室 メヌエット(ピアノ) さつき(生け花) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
22 月	コーラス教室 書楽(書道) さくら(茶道) のこのこ(組み木) フレッシュ2009(歩く) 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸)	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)
23 火	絵手紙うさぎ エリーゼ(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) みどり(茶道) ワルツ(ダンス)	絵手紙すみれ 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)

社交ダンスと認知症(2)

(ダンスサークル ワルツ)

社交ダンスパーティは、日曜祭日を中心に全国各地で、ダンス愛好者主催により開催されています。

昨年十二月にも当サークルの講師である岡部俊一先生のお世話によるダンスパーティをマリノパーク新居浜で開催し、県内外からも大勢の方が参加し賑わいました。当サークルからも多数参加して、日ごろの成果を確かめたところです。

会費は千円(七十五才以上は五百円)。三時間余り。パートナーを変えて踊ります。お菓子、飲み物もあります。会場によっては軽食が出ることもあります。大変有意義で楽しい一時を過ごします。

社交ダンスは「認知症予防に効果あり」と最近あらゆる場面で紹介されています。

ダンスを踊るにはいろんなステップがあり、それを覚えなくてはなりません。それ自体が脳を刺激し活性化します。しかもダンスには、全身を機能させ、回ったり相手を支えたりステップを踏んだりと、知らず知らずに体の筋肉が鍛えられ、バランス感覚や持久力が高まります。ですから心肺機能も向上するそうです。

生きがい創造学園にはいろんな講座があり、各自がそれらを全うすることが認知症予防に一番の方法ではないかと思えます。

(中萩 青木 寛土)

月にたったの一時間

(サークル やまびこ)

変な題目だが、此れが我が「サークルやまびこ」のボランティアグループの目標である。グループを作ってもう十年余りにもなるだろうか、誰に頼まれた訳でもないのだがその昔サークル活動の集場所として、山根公園の東屋を利用して貰ったものである。

月に一度位の頻度での利用であったが時に道路一面が落葉に覆われて見苦しい状態になって居た事もあった。せめてものの恩返しにと思いい月に一度だけではあるが掃除をしようと有志を募って始まったのがやまびこボランティアグループである。

月によってまちまちだが十人前後が参加している。毎月の第一火曜日を予定している。九時三十分集合で一時間余りの清掃でかなり奇麗になる。まるで心が洗われる様な気持ちになって満足感が湧いて来る。たまにはあるが、通行人から「御苦労さん」と言ってくれることがあるが、一寸とばかり嬉しい気分になる。掃除が終ると有志達が持ち寄ったホットコーヒータイムである。土産物の饅頭が出る時もある。色々な情報の交換も出来て素晴らしい一日の出発点になる。月に一度のたったの一時間を目標にグループの有志達の身体の続く限り頑張っていくたいと思っている。

一句

掃いたあと我がもの顔にまた落葉

(金栄 伊藤 敏数)

日曜	午前	午後
----	----	----

23	火	別子GG(ゴルフ) 亀池B(陶芸)	
24	水	ハーモニカ教室 クロワッサン(料理) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)
25	木	書峰(書道) ソナタ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	モーツアルト(ピアノ) コーラスひろせ
26	金	ピアノ10 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
29	月	コーラス教室 墨友(書道) ウッド(組み木)	いとこのこ(組み木) 百描会(美術)

◇こ恵贈お礼◇

◎ロビー生け花 一月度

鴻上 美智甫 様 (講師)

◎川柳にはま一月号

にはま川柳会 様

◇今月のロビー展◇

(二月一日～二月二十九日)

弥生(生花) さつき(生花)

短歌みらい(短歌) いずみ(短歌)

平成二十七年学園祭の実施要領 決まる
(於 平成二十八年十二月十五日 第三回代表者会兼第一回学園祭実行委員会)

【テーマ】 学園は 新たな生きがい 出合いの場

日 時 平成二十八年三月十二日(土) 十時～十五時

(バザーは十四時まで)

行事内容 ★ グラウンドゴルフ大会(学園グラウンド) 平成二十八年二月二十九日(月)

(雨天順延)

★ ラージボール卓球大会

本年度中止(体育館耐震工事)

★ 展示部 各講座・サークルの活動成果の発表展示

(書道・写真・短歌・俳句・川柳・陶芸・美術・絵手紙・生け花・組み木など)

★ 公演部 各講座・サークルの活動成果の発表や公演

(茶会・社交ダンス・3B体操・ハーモニカ・カラオケ・コーラス・ピアノ)

★ バザー部 うどん・すし・おはぎ・お抹茶

★ サークル市 陶芸

④講座・サークル団体のバザー券の販売は二月十六日(火)が締切りです。

窓口での個人販売は三月四日(金)までです。

計画書 行事を実施する各講座・サークル及び各部門などの実施計画書等は

一月二十九日(金)までに、学園事務室へ提出してください。

実施細目 二月九日(火)の学園祭実行委員会(正副会長・会計・正副委員長

各部門正副部長)と二月十六日(火)の学園祭実行委員会(代表者会)を

経て決定します。

※ 園生駐車場は、三月九日(水)より三月十二日(土)十五時まで、

グラウンドとグラウンド南駐車場とします。



学園祭準備及び当日の駐車場について

学園祭実行委員会

一、三月七日、八日のグラウンド駐車場

①三月七日午前中IIグラウンド南側広場はライン引きの為使用不可(雨天順延)

②三月八日午前中IIグラウンドはライン引きの為使用不可(雨天順延)

二、学園西側公園駐車場(第一駐車場)

①三月九日(水)～十二日(土)十五時

許可証のある方のみ駐車できます。

【発行条件は講師の車及び届けを出して許可された車。

一般園生並びに当日外来者の車には基本的に発行しません】

②一般学園生の展示作品搬入時について 第一駐車場に入れますが、作品を車から降ろし、園舎入口に搬入したら直ちに車を第三

駐車場に移動して下さい。

※許可証の無い車は駐車不可です。運転者に同行する作品搬入者が必要です。

③十一日 八時半～十二時・十三時(お茶席・バザー会場設営担当者)

事前の許可証なしに第一駐車場に駐車できませんが終了後は移動して下さい。

三、学園祭当日 十五時以降II駐車場制限解除

◎当日は整理担当係の指示に従って下さい。(駐車場への出入り、進行経路等)

◎事故等の発生は当事者間で処理下さい。

※学園生全員のご協力をお願いします。

事務室からのお知らせ

平成二十八年度

受講生募集について

講座受講生募集期間は三月一日(火)から三月二十二日(火)までです。

三月号の「市政だより」にてご案内いたします。講座冊子の配布は三月一日からです。高年齢生きがい創造学園・生涯学習センター・市役所・各公民館等に配布予定です。冊子で内容をご確認の上、受講申し込みをお願いいたします。

警報・台風接近に伴う

対応について

暴風・暴風雪・大雨・洪水・大雪等の警報が発令された場合、学園の活動は中止です。
※七時三十分の時点で右記のいずれかの警報が出ている場合は学園活動中止。
※十一時三十分の時点で警報が解除されている場合は、午後からの活動を行います。以上よろしくお祈いします。



学園歌壇

サークル「短歌みらい」

行き先のシミュレーションし車にて七カ所まわればあかき虹たつ近藤佳代子
小猿抱く親はなだりを駆けおりて尾根の小道を吾に譲りぬ瀬崎貞三
群れ鴨は入江の風に列なして水脈を引きつつ片岸根ゆく三好寿恵子

サークル「いずみ」

クリスマス大きな広告持つてきてこれがほしいといたつた子も二十三長谷部文子
同級生会えば話題の中心は身体に良いこと藤田育子
情報交換孫子二歳まだ半分は宇宙語で「何が欲しい?」と聞いても分からず谷永順子

学園柳壇

サークル「やながわ」

マンネリを辛子ピリツと引き締める山本嘉恵
国民が打ち出の小槌消費税小野貴啓
愛あれば働き蜂で悔いはない河端輝満

サークル「ねこやなぎ」

70年前からぶれぬ鳩時計白川英男
この歳でやっと分かった父の背な高橋正明
天然のプラネタリウム独り占め竹内睦子
怖いものなし八十の毬はずむ井原みつ子

学園俳壇

サークル「あすなる」

冬怒涛原子炉三基再稼働岡静子
坐して一人侘びしきしじま夜のちちろ越智富貴子
廃屋が宿泊施設竹の春加藤和子

サークル「山茶花」

稜線の寝釈迦の像や初茜近藤静
百歳の庭のにぎわう実千両森フサエ
初鏡ますます父に似てきたり神野信美

献血車来てゐる広場銀杏散る
寒卵と大書してある販売機
寒泳も武芸の一派鎧付け

講師 阪上史琅

第78回 東予短歌大会

(12月5日 西条市総合福祉センター)
(秀作「西条市長賞」)

まだ熱き骨壺しかと胸に抱くこれが最後の夫の温もり 尾崎幸子

戦争をシナイ国からスル国へくちなわのごとぬらり越え行く (講師) 吉田みのる

(秀作「西条市教育長賞」)
地下鉄のざわめきまでも拾いつつ子のケイタイは吾を気づかう 高橋征子

(秀作「西条市文化協会長賞」)
冷蔵庫に生まれ落ちたる氷塊の幽かにひびき夜は深みゆく 徳永康夫

(入選)
秋風に合戦場を見る如く分譲宅地の幟はためき 竹内芳子

(サークル「短歌みらい」)