

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

(電話)四四一四八二六



私の小さな夢

高齢者生きがい創造学園
代表者会 図書副委員長

三柴 三郎

小さい頃、気象観を見たり、読んだりすることが楽しみだった。将来は、気象関係の仕事をしたと小さな夢を抱いていた。しかし、夢は叶わなかった。高校一年の時、化学の先生の講義に引き込まれた。大学も化学科を卒業し、化学者になった。夢は叶った。次は、山登りの話。中学生時代の地元の山々、大学時代の赤城山、浅間山、妙義山の上毛三山や乗鞍岳、妙高山等の信州の山々、会社員時代も関西の葛城山や金剛山に登った。何時か、富士山の頂上に、歩いて登ろうと思っていたが、夢に終わった。勿論、四国の石鎚山、剣山も登っている。

学業、会社員での転勤・寮生活、結婚後の新居等で、生まれてから現在まで、住んだ所が十二カ所、転居が十四回だった。関東、大阪、四国に住み、東北の北部と北海道は、ツアーで、他の地区は自分の車で、全都道府県に行ったことがあるが、退職後は、妻とのんびり、テントを積み込み、全国を車旅行しようと思っていたが、小さな夢に終わった。

仕事の関係で、アメリカとヨーロッパに行ったが、地球の大きさ、欧米と日本との文化・生活習慣の違いを感じた。特に、アメリカの道路と駐車場の日本との違いを痛感した。これらの経験から、やはり、退職後は、妻と世界一周の旅も良いなと思っていたが、これも夢に終わりそうだ。

その道路：本州と四国との高速道路に関して、他の高速道路と同じ料金になるように、と思っている。大阪での文化的な催しにも参加できないし、輸送費の点から、企業は、四国に関心がないし、四国の人口は減るばかり。建設資金の通行料金への押し付けは、四国だけ、更に、列車は本州と一緒に。車社会において、四国の人だけ、割を食っている。サークルの仲間との活動に感謝しながら、親より長生きし、本州との高速道路の料金が、他と同じになることを、生きている間の小さな夢にしている。

日曜	1 木	2 金	5 月	6 火	7 水	8 木
午前	書龍(書道) サンシャイン(写真) じやらんじやらん(衆く) 桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ)	弥生(生け花) メヌエット(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	墨友(書道) 山茶花(俳句) いとこのこ(組み木) 桃山D(卓球)	絵手紙教室 家庭菜園教室 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)	書心(書道) ショパン(ピアノ) アルカディア(ハーモニカ) 美味しんぼ(料理) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	四季の組み木教室 写真教室
午後	絵手紙あけぼの ベートーヴェン(ピアノ)	山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球)	百描会(美術) ウッド(組み木) 桃山B(卓球)	高齢社会を賢く生きる 山雄会(カラオケ) 亀池B(陶芸)	絵手紙レッドパール ミニッツ(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 3Bフリージア(体操) 亀池A(陶芸)	コーラスひろせ モーツァルト(ピアノ)

平成28年度 購入図書一覧

図書(DVD)名	著者名、編集者名	出版社名、発行所名
基礎からわかる・はじめての陶芸	南條 達也	(株)学研プラス
名歌のメカニズム	小塩 卓哉	本阿弥書店
絵手紙入門 日々の暮らしを描く	花城 祐子	(株)誠文堂 新光社
書道三体字典(A5型増訂第7版)	高塚 竹堂	野ばら社
大人のピアノ時間(ファーストステップ)	K. K. クラフトーン	草野夏矢 シンコーミュージック
もっと知りたい美しい季節のことば	文 浦川聡子 編集人 向坂好生	NHK出版 橋本 隆
魔法のポイストレーニング DVDつき	日東書院	日東書院
良い声に変わって音域も広がる即効ポイストレーニング CD付	成美堂出版	成美堂出版
今日から描けるはじめての水彩画	野村 重存	日本文芸社
動物とシルエットタイプ パズル	小黒 三郎	遊プラン
粘土と釉薬の焼成見本帖 1260	誠文堂・新光社	祖師谷陶房(編)
デジタル一眼撮影テクニック大事典	松井 謙介	(株)学研プラス
デジカメ大全	西尾 崇彦	(株)普遊舎

敬老の日



いばらき
元気な
おじいちゃん
おばあちゃん
長生きを
しなね。



14 水	13 火	12 月	9 金	8 木	日 曜
書道教室 男の料理教室 アルカディア(ホームニカ) 広瀬GG(ゴルフ)	短歌みらい 絵手紙なでしこ みどり(茶道) エリーゼ(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) のこのこ(組み木) さくら(茶道) ねこやなぎ(川柳) あすなろ(俳句) 書楽(書道) ラージボール卓球教室 グラスボール教室 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	桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ) ソナタ(ピアノ) 書峰(書道) 街道をゆく 街道をゆく	午前 午後
短歌教室 コンテニュー(ホームニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	絵手紙はなみずき 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	生け花教室 いずみ(短歌) 桃山B(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	のこのこ(組み木)	

「晴耕雨読」にあこがれて

(講座 家庭菜園教室)

退職したら「晴耕雨読」の生活を送りたいと思つていましたが、中々思うようにはいきません。今の世の中、地球温暖化が進み、将来自給自足の生活を強いられる様になるかもしれないという話を聞いたり、友人達が、家庭菜園の収穫の話を楽しそうにしたり、また、ごく当たり前のようにその野菜を持つて来て下さるのに感激して、自分も「家庭菜園教室」で野菜作りを教えて頂くことにしました。受講生の皆様と楽しく作業が進み、肥沃な土地のせいで種や苗を植えても成長が早く、収穫が楽しみです。

この様な野菜作りを学びながら自然の恵み(太陽の光、水、土)に感謝せずにはいられません。

私たちは、快適便利な生活を追及してきましたが、最近の異常気象が頻繁に起きる現代社会は、本当に豊かな社会とは言えないと思うようになりました。本当に人が心豊かな社会にするために私たちはどうすればよいのかを真剣に考えさせられます。

自然を大切にし、自然と共生し、様々な自然の周期・リズムに合わせて、自然の恵みを利用し、豊かに心地よく暮らしたいものです。

(金子 石塚 斐子)

◇ご恵贈お礼◇

- ◎ロビー生け花 八月度 鴻上 美智甫 様 (講師)
- ◎川柳にはま 八月号 にはま川柳会 様

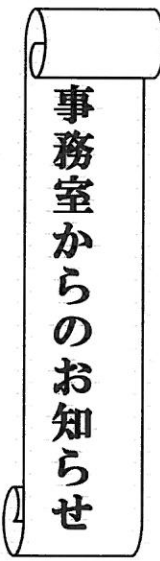
◇今月のロビー展◇

(九月一日〜九月三十日)

書硯(書道)・書楽(書道) 書龍(書道)

*来月の予定

- 絵手紙うさぎ 絵手紙はなみずき
- 絵手紙なでしこ 絵手紙すみれ
- 絵手紙あけぼの
- 絵手紙レッドパール



事務室からのお知らせ

学園グラウンドゴルフ大会

申込みについて

平成二八年一〇月二六日(水)に行われます「学園グラウンドゴルフ大会」の申し込み期間が、八月一八日(木)〜九月二三日(金)までです。初めての方でも気軽に楽しむことができます。スポーツです。ふるって参加くださいますようお願いいたします。

日	曜	午前	午後
14	水	桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	ベートーヴェンピアノ 亀池B(陶芸)
15	木	郷土を歩く 書龍(書道) フレッシュ2009(歩く) やまびこ(歩く) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸)	
16	金	3B体操教室 さつき(生け花) メヌエット(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
20	火	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)	高齢社会を賢く生きる ピアノ教室 やながわ(川柳) 桃山A(卓球)
21	水	書心(書道) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	陶芸教室 ミニッツ(ハーモニカ) 3Bフリージア(体操) 桃山B(卓球)
23	金	ピアノ10 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球)
26	月	ラージボール卓球教室 書楽(書道) つれづれ(俳句)	百描会(美術) 桃山B(卓球) いとこのこ(組み木)

私のハッピーな 老後に乾杯

(ピアノサークル メヌエット)

ボケ防止にと気楽に応募し学園に通い始めて、早5年目、教科書もそれなりにむずかしくなつて、楽譜も読めない私は、とうとうギブアップ、本気でやめようと思つた時もあったけれど、サークル仲間の励ましの言葉や、本当に気長に教えて下さいます山内恵里先生のおかげで、何とか頑張れています。

それは、私は教科書ではなく、自分の好きな歌に挑戦しているからです。先生に、もう無理と話したら、先生は「ピアノは練習も楽しくないと続かないので自分の好きな曲を弾いてもいいんですよ」と言つて下さつたので、皆んなにも了解をもらつて、新たに頑張ろうと、決意しました。

好きなこの曲を弾ける様になりたいと思つたら、ふしぎと頑張れるんです。気持ちも楽になりました。久しぶりに会つた友人に、「まだピアノに行つとんの」と言われ、「ほっといて好きなんよ」と言つたりして……。

田んぼや畑で、草刈りやら、消毒やらと忙しい毎日の少しの時間、弾ける様になつた何曲かを自己満足で楽しんでます。

いつか車に乗れなくなつて、他のサークルにも行けなくなつて、友人との交流も少なくなつた時、家の周りの草取りをしながら、たまにピアノを楽しめたらいいなと思いがながら……。

(船木 鴻上 ヨシ子)

ハーモニカ始めました

(ハーモニカサークル アルカディア)

前々から時間が出来たら何か楽器を習いたいと考えていた。一昨年の暮れに仕事が一段落したことから、平成二十七年度の「生きがい創造学園」ハーモニカ教室に応募したところ、運良く受講できるようになり、小学校(中学校?)以来五十数年振りにハーモニカを手にとつた。

簡単に考えていたが、当初は全く吹けず、ハーモニカの奥の深さに打ちのめされる情けない状態が続いた。茎田正治先生のご指導と幹事の波多野和滋さんはじめ受講者の皆さんの熱心な練習に引っぱられて、お蔭さまで今年三月の学園祭のころには何とか吹けるようになった。

卒園後は教室の皆さんと一緒に「アルカディア」を結成して毎月二回の練習を続けている。

ハーモニカは腹式呼吸なので、健康に良いと聞いている。これまで仕事人間で(と自信を持つて言えるほどの仕事はしてきていないが)、趣味らしきものがないまま過ごして来たが、今回始めたハーモニカをこれからも続けて、趣味と健康の一石二鳥を目指したい。そしてもう少し練習を重ねて、いろいろな演奏会にも参加できることを願っている。

(中萩 原 恭介)

日曜	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金
午前	さくら(茶道) ウツド(組み木) 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸)	みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 絵手紙うさぎ 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) 亀池B(陶芸)	書道教室 アルカディア(ハーモニカ) クロワッサン 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	ソナタ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)
午後	亀池A(陶芸)	絵手紙すみれ 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	コーラスひろせ モーツァルト(ピアノ)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)

お詫びと訂正

8月号P3「サークル ピアノ10」

(誤) 坂井 慶昭 (正) 阪井 慶昭

お詫びして訂正いたします。



美味しんぼを 立ち上げて

(料理サークル 美味しんぼ)
今年4月より料理サークル「美味しんぼ」を立ち上げ活動しています。

サークル「美味しんぼ」の立ち上げるまでを紹介します。きっかけは2015年、学園の男の料理教室に27期生として入園したことから始まります。1年間8回の講座を多くの仲間とワイワイ、ガヤガヤ楽しく料理を作り、美味しく食べて過ぎ行きました。

そんな中、教室以外に多くのサークルが活動していることを知りました。2月の7回目の講座の時、サークルを立ち上げようか!と話しが持ち上がってきました(同班の三浦孝信さんと)。まず教室の先生(玉井輝美先生・近藤恵美子先生)に相談、無事サークルが誕生した時は、講師を引き受けてもらえるか、お願いしました。結果は、快く引き受けてもらえることになりました。

そこからメンバー集めです。20名の参加を目標に、27期生、26期生の方にハガキを送り、サークルへの参加を呼びかけました。運よく18名の参加をいただき、サークルの登録を事務局に提出し受理され、無事、サークル「美味しんぼ」が誕生しました。
年間10回の講座を5月よりスタート、7月で3回目の講座を終えています。未熟な男だけのサークル美味しんぼに、ご指導、ご鞭撻をお願い致します。

(中萩 村上 真佐逸)

グラウンドゴルフに 魅せられて

(ゴルフサークル 広瀬GG)

真夏の暑い日差しの中、真冬の寒い木枯らしの中でのグラウンドゴルフ。これはなかなかのもので「他にも軽スポーツがあるだろう」なんて自問自答しながら、それでも、もう四年目。ここまでくるとそんなものなんのその、グラウンドゴルフは本当に面白い。いろんな偶然が重なってホールインワンが生まれると、成績がビリから一位になるのが何よりも快感です。それまでのモヤモヤが吹っ飛んでしまします。

老いは機会均等、個人差なんてほとんど無いに等しい。容赦なく確実にやってくる。日々何もなく元気に過ごせればもうけもの。私たちは日々仲良く楽しく過ごすとをモットーに長い歴史を受け継いでいます。

間のぬけたうぐいすが時々今でも鳴いているここ広瀬公園は、四季が素晴らしく恵まれた環境の中で、のびのびとプレー出来ます。

広瀬GGは大きく門を開いて一人でも多くの人が参加してくれる事を望んでいます。気軽に声をかけて下さい。
ワー入った!! エーどうして!!
貴方にも聞こえてきませんか、こんな声。

(中萩 内田悦子)

「じゃらんじゃらん」です

(サークル じゃらんじゃらん)

「じゃらんじゃらん」は、平成27年度「郷土を歩く」講座の受講生から「一人では、不安だけど、みんなで継続して歩きたい」との意見があり、諸先輩、学園の先生からご助言をいただき、今年の3月に参加者21名で結成いたしました。

「じゃらんじゃらん」聞きなれない言葉ですが、インドネシア語で、「散歩する」「ブラブラお出かけする」の意味があり、サークル名としました。

まだまだブラブラ散歩する余裕はありませんが、車ではサツと、通り過ぎる街角、田んぼ道をゆっくり歩き、なかなか動かぬ景色は、新鮮で、新しい発見、再発見の宝庫でもあります。

話しながら、細い裏道もゆっくり歩く。楽しく、健康的ですが、熟年には少し、しんどく、翌日まで疲れは残りますが、楽しく面白いサークルです。

来月も再来月も楽しく歩いてまいります。そして、5年後、10年後、じゃらんじゃらんの全員が「楽しい歩ける健人」であるためにも歩こう!歩こう!元気に歩こう!

(角野 山本 公)

健康長寿の心得

人の世は山坂多い旅の道

年令の六十に迎えがきたら

還暦

六十才
とんでもないよと追い返せ

古希

七十才
未だ〜早いとつばなせ

喜寿

七十七才
せくな老楽これからよ

傘寿

八十才
なんの未だ〜役に立つ



きはながく ころはまるく はらたてず

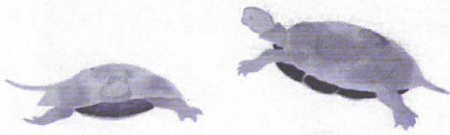
気心身

くちつしめば

いのちながかれ

口命

念ずれば花ひらく



学園歌壇

短歌教室

短歌詠みマクワつくり精出せば暑さのために
体力がない 徳丸 利夫
炎天下バス待つ我の水筒に氷を恵む 尾藤 文子
う 尾藤 文子
平日の午後の書店で自由なるこのひとときを深
呼吸する 福嶋 桂子

呼吸する

福嶋 桂子

サークル「短歌みらい」

断捨離は吾の歩みし足跡を消し去る様で遅々と
進まず 高橋 正一
あざやかな光の彩(いろ)の大アーチ空半分の
華を描けり 三並 桂子
蔵王釜のエメラルドグリーンに会い行けば霧に
包まれ水面も見えず 馬木由利子

サークル「いずみ」

英国の国民投票雨降りて離脱の方が優勢となり
喜びも悲しみもあるわたくしが「山田ロード」
の紫陽花の中 神野優津子
仏壇に供えしメロン下げてみて半分痛みしこの
暑さゆえ 藤田 育子

学園柳壇

サークル「やながわ」

一杯のお茶で始まる和解案
知らぬ間に妻に変わっていった城主 松垣富美子
眉と目はくつきり描こう老いたとて 藤田貴美代
宮部 照美

サークル「ねこやなぎ」

母居ない故里行きの道途絶え 長谷我部仁子
古希はいい真の自由が一番よ 寺井ひとみ
器用だと褒められ今日もポランテア 野上 哲也

戦艦よ浮いてイクサの愚を語れ

井原みつ子

学園俳壇

サークル「つれづれ」

トンネルを抜ければ異郷山茂る 遠藤 隆一
レストラン冷し中華の旗なびく 服部 順子
通洞の錆びし鉄路や山笑ふ 藤本 進

サークル「あすなる」

糸プツと切りて羅物仕上りぬ 加藤 和子
船室は二段ベッドや星涼し 佐伯 嘉子
泣き黒子大きくつけて夏芝居 真田 孝夫

サークル「山茶花」

ひとり居の欲しいままなる大昼寝 神野 信美
稜線にもくもく立てり雲の峰 森 フサエ
暁よりの大樹ゆるがす蝉しぐれ 近藤 静

定量を超えし封書や梅雨長し
アドバルン商社のビルに虹懸る

坂上 史琅