

# 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)

## サクラへの想い



高齢者生きがい創造学園  
学園長 一色 明繁

今年の広瀬のサクラは、静かに咲き静かに散っていった。咲くも無心、散るも無心、サクラは嘆かず、今を生きていた。

令和二年がこれほど厳しい状況になるとは誰が予想できたであろうか。歴史は繰り返すといわれるが、人類は百年ごとに疫病と戦ってきた。一七二〇年、ペスト。一八二〇年、コレラ。一九二〇年、スペイン風邪。二〇二〇年、新型コロナウイルスである。人類がこれまで抑え込むことができたのは天然痘だけである。これからも新型コロナウイルスとは付き合っていかなければならない。

日本における新型コロナウイルスの感染者数や死者数が初動の失策にもかかわらず世界的に見ても極めて低いレベルで推移できている。その理由の一つとして、清潔好きな国民性や独自の生活文化が挙げられる。予防のために誰もがマスクを着用し、ウイルスが好まない高温多湿な風呂を毎日のように入る。外で履いていた靴は玄関で脱いでスリッパに履き替える。外出から帰ったときは必ず手を洗う。こういう習慣に加えて握手、ハグをしないでお辞儀で挨拶をするという非接触文化も感染防止に一役買っている。このような文化習慣があればこそ、一見して厳しすぎるかのように思われる学園の新型コロナウイルス感染症対策も徹底できているのである。

ダーウィンの進化論の一節を思い出す。「最も強い者が生き残るのではなく、最も賢い者が生き延びるのでもない。唯一生き残ることができるのは変化できる者である」という有名な言葉である。新型コロナウイルスが私たちに与えた教訓は、目の前の試練に柔軟に対応しながらそれら乗り越えていくこと、その度に新たな知恵や技術を身につけていくことなのではないかと思う。

嘆くことなく、新型コロナウイルスと上手につき合い、来年は笑顔でサクラを愛でたいものである。

9	8	7	4	3	2	1	日
水	火	月	金	木	水	火	曜
書道教室 広瀬GG(ゴルフ)	家庭菜園教室 短歌みらい 絵手紙なでしこ 別子GG(ゴルフ) 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	いとこのこ(組み木) 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸)	弥生(生け花) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	四季の組み木教室 書龍(書道) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸)	川柳教室 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 別子GG(ゴルフ) 桃山E(卓球)	午前
桃山B(卓球)	生け花教室 絵手紙はなみずき 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	ウッド(組み木) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	桃山A(卓球)	絵手紙あけぼの 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	幸齢社会を賢く生きる 桃山A(卓球)	午後



### 絵手紙を楽しく学んで

(絵手紙サークル すみれ)  
 仕事を辞め、何か趣味でも持たなければと焦っていた時、友人から高齢者生きがい創造学園を教えてもらいました。

絵手紙教室に興味があり応募しましたがとても人気があるようで、当選は無理かと思っておりますが、運よく受かり、今年で十年になります。

今では絵手紙サークルの中で最古参になります。いつまでたっても上達せず、落ち込むこともありすが「下手でいい」「下手がいい」と自分に言い聞かせ、サークルの方達と和気藹々と楽しみながら続けて来ました。

月に一度のサークルですが、皆さんの笑顔と和田静子先生の描かれる優しく素晴らしい絵手紙に感動し、自分もやる気を起こし、無理せず続けていこうと思っております。

今年、春から新型コロナウイルス感染拡大で学園の活動が休止となり、折角準備してきた三月の学園祭は無くなり、作品を見ていただく機会が失われました。それでも六月からは活動が再開され、ホッとしております。

コロナウイルス禍はまだまだ収束する様子が見えませんが、一日も早く元の生活に戻ってきますように、そして明るい世の中になりますように、と願っております。

(中萩 壺内 清子)

### 「気」といふもの

(俳句サークル つれづれ)  
 「皆さん、お元気ですか?」「はい、元気です」「いえ、元気ありません」と人それぞれ「気」の持ち方で違ってくるものですね。

私達の身体には「気」といふものが常に宿っています。「気」が高まっている時は活気に満ち溢れ、希望に満ち溢れています。一方、「気」が落ち込んでいる時は活発さも失われ、病気にさえなってしまう。

まして「気」が身体から完全に抜けてしまえば死んでしまいます。

健康であり、長寿であり、人生を楽しく過ごすためには「気」をいつも高め、活発にしていなければなりません。そのためには趣味や好きな事に傾倒したり、仕事や諸事に追われつつ、時間を忘れ充実感を得る事が大切だと思います。

私は独居老人であり、家事諸々、庭木剪定、畑などしなければならぬ事が山ほどあり、その上に、写真や俳句など多趣味であり病気になる暇はありません。時間に追われていないと、始めた俳句が思うように作れず、幾度となく心が折れそうになりました。が、自身に気合を入れて頑張っています。少しですが俳句にも馴染んできて、またやる気も盛り上がっています。

俳句で脳を活性化し、惚けを防止し、「気」を高めつつ健康を保持していきたいと思っています。

(惣開 村上 泰雄)

日曜	18	23	24	25	28	29	30
午前	金 桃山C (卓球)	水 書道教室 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球)	木 書峰 (書道) 別子GG (ゴルフ) 桃山D (卓球) 亀池B (陶芸)	金 墨友 (書道) 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球)	月 ラージボール卓球教室 書楽 (書道) つれづれ (俳句) ウツド (組み木) 桃山D (卓球) 亀池A (陶芸)	火 絵手紙ひよこ 別子GG (ゴルフ) 桃山E (卓球) 亀池B (陶芸)	水 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球)
午後		絵手紙レッドパール 桃山B (卓球)	桃山E (卓球) 亀池B (陶芸)	桃山A (卓球)	ハッピーヨガ教室 百描会 (美術) いとこのこ (組み木) 桃山B (卓球) 亀池A (陶芸)	代表者会 絵手紙すみれ 桃山A (卓球) 亀池B (陶芸)	桃山B (卓球)

◇ご惠贈お礼◇  
 ◎川柳にはま 八月号  
 にはま川柳会 様



### 新たな楽しみを見つけました

(卓球サークル 桃山D)

定年退職し、一、二カ月は、のんびり出来て、ゴルフ・登山・旅行と楽しんでいましたが、次第に暇を持って余す様になり何か良い趣味を見つけようと思つていたところ、会社の先輩から、生きがい創造学園の事を教えてもらい、申込用紙を見ると色々なサークルがあり、何にしよるか迷いながら、卓球教室なら、屋内でできて適度に運動が出来るかなあと申し込みました。

温泉卓球くらいしかやったことがないので、少し不安でしたが、曾我部照正先生にラケットの持ち方から教わりました。

その後知り合いが、桃山Dに誘つてくださいます、入会させていただきまし

た。まだまだ上手いきませんが、先輩達にも恵まれて、楽しんでラージボール卓球をしていこうと思えます。

(角野 曾我 正明)

### 続 頼まれごととは試されごと

(講座 家庭菜園教室)

家庭菜園講座の講師を引き受けて5年余りがたちました。知人を通じてオフアアがあり、当初は断りするにどうしたら良いのかばかり考へていましたが、首題にある「頼まれごとは試されごと」これは有名な中村文昭氏の講演会での言葉が脳裏にうかび、これも何かの縁、チャンスととらえ、講師の立場でありながらも自己研鑽の場でもあると思ひ、引き受けることにしました。あれから5年余り・・・毎年20名あまりの受講生と出会い、個性あふれる皆様と楽しくやっております。

一口に家庭菜園講座といっても、まったく土いじりはしたことなく、興味のみでこられた方、プランターや自宅敷地内に猫の額ほどの畑をお持ちの方、はたまた、営農できそうなくらいの農地を持たれている方など、受講生個々の環境も違います。

大きなテーマとしては、植物の成長を楽しんでいただくこと！

収穫することが最大の楽しみであり、喜びであることは確かですが、種の芽が出ること、葉や茎が成長すること、果実が実ること。そして、収穫物で家族やご近所さんに喜ばれること。いろいろな楽しみを肌で感じていただきたいと願っております。受講生のみなさんから刺激をもらいなから、これからも農にかかわっていききたいと思ひます。

(講師 藤田 準)

### グラウンドゴルフ活動報告

第15回 全国レディース交歓大会県予選

令和2年7月18日(土)

【3R】

入賞 4位 大賀久美子

【51打】

第21回 県GG協会長杯大会 8月1日(日)

【3R】

団体 優勝 別子GG-A

【252打】

矢野 幸治 原 義夫

大賀久美子 大賀 敏廣

相場 和也

男性 優勝 矢野 幸治

【39打】

2位 原 義夫

【43打】

第108回 市GG協会親睦大会 7月31日(金)

【3R】

男性 2位 原 義夫

【51打】

4位 政岡貞次郎

【55打】

5位 加藤 剛士

【57打】

女性 3位 大賀久美子

【62打】

第76回三重国体GG大会予選会8月18日(火)

【3R】

男性 優勝 藤原 聖士

【41打】

女性 3位 政岡 恵子

【53打】

県運動公園多目的広場

# 「幸齢社会を賢く生きる」

(講座 幸齢社会を賢く生きる)

「高齢」という名前に抵抗感があり、「幸齢」と名前を変更したのが三年前である。とてもいい響きである。平成四年に「高齢者生きがい創造学苑」として十五講座でスタートして以来この講座は看板講座である。その内容も変化しその時々世相を反映する内容である。この間、終始一貫してきたことは『井の中の蛙にならないように、世の中の動きと真理に耳を傾け、知識教養を幅広く深め、よりよく生ききる』ことである。

「井の中の蛙」で最近思うことがある。実は、「井の中の蛙大海を知らず」と言われるがこれには続きがある。「井の中の蛙大海を知らず。されど空の深さ(青さ)を知る」である。狭い世界で一つのことを突き深めたからこそ、その世界の深いところまで知ることができるのである。コロナ禍のいま改めて大海に出る必要はないのではなかろうか。

大海であれ井の中であれ、新しい目標を常にもちながら学び続けることが大切である。単に年を取るのではなく、年を取るこの素晴らしさを実感できるのである。これが「高齢」ではなく「幸齢」たる所以である。

(学園長 一色 青龍)



「幸齢社会を賢く生きる」の活動風景

# 土塊に命を吹き込む

(陶芸サークル 亀池A)

当サークルは会員数が多く、今年119名の大所帯です。本年度はコロナ禍の影響で、例年より遅れて7月からの活動となりましたが、まだ再開されていないサークルもあります。活動できることはラッキーと思わなければなりません。

「陶芸とは土塊に命を吹き込むこと」という言葉を聞いたことがあります。初入会の私の場合、とてもそのような段階ではありません。どちらかと言えば単なる粘土遊びに過ぎません。それでも会長はじめ諸先輩が懇切丁寧にご指導くださいます。サークルでは、釉薬、攪拌、施釉、窯詰め、窯出し等の聞き慣れない言葉が飛び交っています。また、これらの作業は定められた活動班が担当しますが、みんなが助け合うことが基本となっています。そこに自ずと連帯感が生まれてきます。

今日では、3密を避けるための厳しい規則が定められています。活動一回の定員は20名となっており、そのため活動回数も制限されています。また、全員がマスクの着用を義務付けられているため、お顔とお名前がいつまでも一致しないという事態が生じております。一日も早くコロナ禍が終息し、素顔の皆さんにお会いしたいと願っております。

(泉川 岡部 信)



### 子供は褒めて育てよう

(書道サークル 書龍)

生来の悪筆で、自分が書いたメモが後で解読できないことがよくあった。いい大人がもう少しまともな字が書けないものか。こんな思いから書道教室に通い始めた。

凜とした楷書は正座している人のようだ。行書はアスリートが走っているようで格好いい。宙を舞うかのような草書は字というよりは絵である。実利本位で始めた書道だが、だんだんと書そのものの魅力に惹かれ始めた。サークルにも入れてもらい、気が付けば八年あまりも続いている。

これはひとえに小野博先生のおかげである。あつちにもこつちにも朱が入るが必ず一字には丸を付けて「この字はよく書けているね」などと褒めてくださる。褒められればやる気が出る。自分は褒めれば伸びるタイプの人間ではないかと今頃になって思うようになった。小中高の先生方がこのことに気付いていたら私の人生は変わっていたかもしれない。

とはいえ元が元だけに、やる気の割に腕はさっぱり上がらない。さすがに自分で書いたメモが読めないなどということは少なくなりましたが、最近、そのメモがどこにいったのかわからなくなり困っている。



(中萩 川西 眞)

### 学園歌壇

サークル「短歌みらい」

コーラスも学園祭も中止となりひとり口遊むパプリカの歌  
スーパージでくしゃみし睨まれぬ新型ウィルス徳島に迫る  
老いふたり競うがごとく物忘れ大きな暦に書きこむ太字

徳永 康夫

近藤佳代子

三並 桂子

サークル「短歌いずみ」

足元をしかと確保し泰山木おおき花咲く木末(こぬれ)を見あぐ  
静かなる大師泉に光差すていれぎの間のめだかの群れは  
草餅を二人で分けて新茶飲むこもり夫婦に青葉の季節

柚山 君代

神野優津子

金子由美子

### 学園柳壇

サークル「やながわ」(自選句)

人生は押して押されて登る道  
傘寿越えたカラ元気でも胸そらす  
マドンナが輝いている同期会

河端 輝満

竹内 信夫

村上 省二

サークル「ねこやなぎ」(自選句)

どう変わる前途多難な日本丸  
ときめいた昭和を生きて明日がある  
老いた親生きてるだけでありがたい  
言い分を思わず呑んだいい笑顔

井原みつ子

### 学園俳壇

サークル「つれづれ」

二度三度叩かれ西瓜買はれけり  
のどけしや牛も放たるゴルフ場  
蟬時雨七日の命風止める

和田 恒夫

直野 光正

亀井喜一郎

### 感染を防ぎ、新たな日常を生きるために

- 1 密集・密接・密室を避ける
- 2 安全な距離を保つ
- 3 こまめに手を洗う
- 4 室内換気と咳エチケット
- 5 接触確認アプリをインストール

(内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室)