

◀◀令和6年度年間行事予定▶▶

Table with columns: 月日, 曜, 代表者会・役員会・学園行事等, 主な議題. Contains monthly event schedule from May to March.

【資料提供 学園事務室】

Table with columns: 日曜, 14金, 13木, 12水, 11火, 10月, 日曜. Contains weekly activity schedule for the month.

生きがい

6月号

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  
代表者会 広報委員会  
(☎四四一四八二六)

就任のご挨拶

高齢者生きがい創造学園  
園長 岡田 公央



この度、(前)佐々木園長の後任として就任させて頂きました岡田(62歳)と申します。

現在、日本は、65歳以上の方が全人口の約3割を占め、来年(2025年)には、団塊の世代が全て75歳以上の後期高齢者となるなど、世界に例のない超高齢社会を迎えます。

そこで、新居浜市も現在、関係機関との連携強化に努めながら、保健事業と介護予防を一体的に展開すること等により、高齢によるフレイル(心身の老い・衰え)を予防し、健康上の問題がなく日常生活を送ることができる『健康寿命の延伸』を図っています。

他人と関わること・交わることは、「生活の張り」や「生きがい」に直結します。例えば、外出する機会が増えれば、身体を動かすため、体力の維持・向上が期待でき、また、他人と話すこと(おしゃべり)も、脳の

働きを活性化し、口腔機能の低下を防ぐことに繋がります。

そして何より、人生経験豊かな高齢者の皆さんが、自分らしく、笑顔で生き生きと暮らす姿は、間違いなく市内一円の若い人たちに、希望と活力を与えます。

「存じのとおり、この学園は、高齢者の「社会参加促進」「能力開発」「健康増進」を図るために設けられた施設です。一人でも多くの方々が、世代を超えた趣味のつ

ながり、日常生活に豊かさをもたらす交流の場、通いの場として、積極的に活用いただき、健康で、いきいきと生活するアクティブシニアを目指していただければと思います。

皆様方におかれましては、引き続き、学園に対する絶大なるご理解・ご協力を切にお願い申し上げます。就任にあたりましてのご挨拶に代えさせていただきます。

何卒、よろしくお願いいたします。

Table with columns: 日曜, 3月, 4火, 5水, 6木, 7金. Contains weekly activity schedule for the month.

料理サークル クロワッサン

私とパン



桜だよりが日本全国から届く季節ですが、お花見は出来ましたか。移動や会食、市の施設等の制限の緩和となりましたが、コロナはまだ収まっていませんので、これからも気をつけてください。

サークル・クロワッサンに入り、大好きなパンを焼き、お喋りしながら会食するのは、楽しくて美味しいことです。

今月のパンは、いちごクリームキューブとチョコロールでした。来月はどんなパンだろう？材料計算や発酵温度の管理は難しいけど、焼きあがった後のパンを見つめながらのひとりくんの笑顔が素敵です。また、持って帰ったパンは、孫が大好きでいつも楽しみにしてくれています。

今年度は、講師が泉玲子先生から堤智子先生に代わりました。堤智子先生、これからもご指導のほどよろしくお祈りします。

皆さんサークル・クロワッサンに入りませんか、お待ちしております。

(船木 伊藤勝美)

ピアノサークル コモド

貴方の趣味は？



貴方の趣味・特技は何ですか？

初対面の人にはよく聞かれる質問です。趣味も特技もない私は「いつでもどこでも眠れることです」と答えることに決めていました。そんな時、高齢者生きがい創造学園の存在を知り、60歳になったら幼少期から憧れていたピアノを習おうと密かに計画していました。

退職を機に65歳からとなりましたが、ピアノ教室に入りワクワクドキドキの1年が始まりました。コロナ流行期真っただ中ということもあり、途中休講や発表会中止等ありましたが、何とか教室を卒業。その時にメンバーの方達で新サークルを立ち上げようということになり、会長の提案で「コモド」と命名されました。「コモド」とはイタリア語で「気楽に」という意味がある音楽の発想記号だそうです。3年目となる今年度はサークル人数ギリギリの10名でスタートとなりました。でも、継続は力なり！

山内恵里先生の温かいご指導とメンバーの励ましのなかで、気楽に楽しく1日1回はピアノの前に座れるように心がけていきたいと思っています。

そして「私の趣味はピアノです」と自信を持って言えるようになりたいと願っています。

(中萩 八木やよい)



活動中のクロワッサンの皆さん



コモドのレッスン風景



この「生きがい」は新居浜市のホームページでご覧いただけます。このQRコードをご利用ください。



28	27	26	25	24	日
金	木	水	火	月	曜
午前 広瀬GG(卓球) 桃山C(卓球) ピアノ10(ピアノ)	午前 己書教室 別子GG(ゴルフ) 書峰(書道) 桃山D(卓球)	午前 書道教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸) クロワッサン(パン)	午前 はヘルスケア教室 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸) 別子GG(ゴルフ)	午前 ライツボール卓球教室 書楽(書道) 桃山D(卓球)	午前 午後 百猫会美術 アル・コンテハーモニカ 桃山B(卓球)
午後 桃山A(卓球) 山雄会カラオケ	午後 桃山E(卓球) コーラスひろせ モーツァルト(ピアノ)	午後 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	午後 アリス(ピアノ) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	午後 桃山A(卓球) 山雄会カラオケ なこみ茶道	午後 桃山B(卓球) 和音(ピアノ) アル・コンテハーモニカ 書楽(書道) いとのこ(組み木) つれづれ(俳句)

21	20	19	18	17	日
金	木	水	火	月	曜
午前 幸齢アート教室 広瀬GG(ゴルフ) 亀池A(陶芸) 桃山C(卓球) 美味しんぼ料理	午前 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) 書龍(書道)	午前 篆刻教室 別子GG(ゴルフ) 亀池B(陶芸) 桃山E(卓球) みどり(茶道)	午前 グラウンドゴルフ教室 ウッド(組み木) 桃山D(卓球) 墨友(書道) さくら(茶道)	午前 午後 コモド(ピアノ) 亀池B(陶芸) 桃山A(卓球)	午前 午後 桃山B(卓球) 和音(ピアノ) アル・コンテハーモニカ 書楽(書道) いとのこ(組み木) つれづれ(俳句)

### 桃山Aは卓球だけではなかった

卓球生活3年目、始まりは旧知の先生に誘われ週1回のピンポンから。1年経って物足りなくなり、学園へ来ましたが入会資格がなく、諦めてインドアスポーツ卓球教室に通い始めました。同時に短歌教室で資格を取り、ようやく念願のサークル桃山Aに入会できました。今では毎日でもしたいくらい虜になっています。卓球ってホントに楽しいですね。

口過ぎの為に遅くまで働いていたので、離職当初全くの自由に戸惑いましたが、もうすっかり隠居生活が身についたようです。また、マインドピアでの花見会では皆さんの芸達者にビックリ仰天。愉快的宴と新しい出会いに乾杯です。

80才までと一応の目標を立ててはいますが、健康であればいつまでも続けたいと思っています。よろしくお祈りします。



桃山Aの練習試合の様子



甲辰初夏偶作 下平聲十一尤韻  
離職三年 広瀬頭(離職三年 広瀬のほとり)  
卓球耽溺 不知憂(卓球に耽溺して憂いを知らず)  
忘吾忘歳 閑天地(吾を忘れ歳を忘る閑天地)  
流汗薫風 初夏遊(流汗薫風 初夏の遊)  
(垣生 矢野和雄)



投稿のコーナー

### 感謝!! 健康のありがたさ!!

健康に恵まれ、八十の手習いとして、小野博先生の丁寧な指導で筆を持つ楽しさ、書道の奥深さを感じ、8年目の新しい年度を迎えようと思う矢先でした。

コロナ禍ではばらく中止となっていた学園祭を目前に控え、急性虫垂炎で緊急入院。全身麻酔、2時間の手術となり、令和5年度学園祭当日は、まさかのベッドの上。

昨年新築オープンした県立新居浜病院6階、洗練された快適な病室に先ず感動し、各種高度医療機器、医療設備は言うに及ばず、特に医師、看護師、薬剤師、清掃スタッフに至る各担当者の行き届いた連携。更に各主治医、担当看護師の、ひとりの患者に合わせた思いやりのある親身な対応、笑顔と優しい言葉づかいの中に暖かさを感じました。



また患者バーコードによる確認管理、ソフト面とハード面の素晴らしい融合に安全と安心を感じ、新しい時代、新しい地域中核病院医療の姿を体験することができました。  
人生初の8日間の入院生活をしたことで、より



## 原稿募集

エッセイ(日常生活について思うこと、人生についての所感)など自由です。

短歌・俳句・川柳

字数は500字以内。出来ればパソコンで(Word、Excel、一太郎など)

もちろん手書きもOKです

1行あたりの文字数やフォントなどの

書式の制限はありません。

写真・イラストなども大歓迎です

提出方法は、インターネットのメールで送信

(データとして添付) (madonnanet99@yahoo.co.jp)

(読み: マドンナネット99)

または USB にコピーして、創造学園事務室までお届け下さい。

手書きの原稿は、学園事務室までお届け下さい

「一層、病院スタッフの皆さんの仕事に向きあう真摯な姿勢に信頼と安心感、感謝の思いで病院を後にしました。」  
人は病気になるまで健康の価値に気がつきません。病気になるまで初めて健康の有り難さを実感します。これからは今まで以上に日々の健康の有り難さに感謝し、1日くを大切に過ごそうと思います。心穏やかに集中できる幸せを感じつつ、人生を豊かにしてくれる書道を楽しみ、あと2年で卒寿を迎える私が墨友会10年を達成することを新たな自分の目標として精進するつもりです。

(墨友会 進藤 寛)

### ご恵贈お礼

◎ロビー生け花 令和六年五月度  
神野 早希甫 様(講師)  
◎川柳にいはま 令和六年五月号  
にいはま川柳会 様

### 学園歌壇

#### サークルみらい

母さんのレシピでらっきょう漬けました母逝きし歳ゆくり歩む 近藤佳代子  
架け替えし「祖谷のかずら橋」ゆらゆらと平家落人伝説を行く 齋藤 哲雄  
売れ残る花の苗買うパンジーもまだこれからよ如月の宵 坂田 純子

### 学園柳壇

#### サークルねこやなぎ

私利私欲持たぬ女の出すオーラ 白川 英男  
震災は明日は我が身と備える 近藤 茂  
潔い五月で消えるコロナ菌 高橋 正明  
どうしても消せぬ思いを如何にせむ 井原みつ子

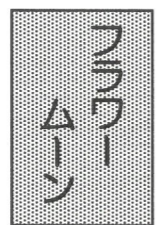
### 学園俳壇

#### サークルつれづれ

鶯の調べ高きや城址ゆく 長尾 健治  
記念碑に学ぶ郷土史水争ひ 藤本 進  
夜桜や雨が残した潦(におたずみ) 村上 泰雄  
憂気楼巨大客船虚空航く 猪瀬美智子

講師 猪瀬美智子

### 編集後記



5月の満月のことです。今年5月23日夜から翌日の朝までの月がこれに中りました。

なぜ「フラワー...」なのか、美しい花があちこちで咲き乱れるこの時季の満月を、こう呼ぶようになったというのが一般的な説です。私も当日夜に見ましたが、いつもの満月とかわらない...と思いましたが、きっと「フラワー」が主語、花を愛でる気持ちが主役なんだなと思えました。ちなみに日本では「花月」と言うそうです。たまにはゆっくりと夜空の眺めであれこれ思いを巡らすのも楽しいものですね。  
初めてこの生きがいの原稿募集に、お2人応じて下さいました。有り難うございました。今月号から「窓」というコーナーを設けました。皆様もどんどん応募下さい。  
(生きがい子)