

# 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)



## 私のつぶやき

―長生き音頭でシャシャントネ―

高齢者生きがい創造学園 代表者会 副委員長 田坂 重只

学園祭行事も無事終わり、5月からいよいよ26年度の活動がスタートします。新しく講座に挑戦する人、講座を終えてサークル活動に入られる人、それぞれ、あれも、これも、と期待と不安の中、新たな生きがいと出会いの場を求め、学園の目標である「高齢者の健康で生きがいの場」に今年も2000余人が集い元気に活躍されて、近隣都市には見られない施設として元氣高齢者が活動出来、誇らしく思います。また新居浜市の国保・介護会計にも大いに貢献しています。

私も60の手習いで学園の戸をたたいて、あれから早10余年、受けた講座は軽スポーツ、前半(グラウンドゴルフ)後半(卓球)フオークダンス、郷土を歩く、社交ダンス、男の料理教室、家庭菜園教室、陶芸教室、写真教室など、どちらかといえば頭脳系でなく体力系を中心に学んできました。

今は亀池A(陶芸サークル)桃山A(卓球サークル)に励んでいます。技術よりも、もつぱら仲間たちと和気あいあい友達づくりをモットーに、余生をエンジョイしています。

次は頭脳系のサークルに挑戦してみようかな、ピアノ、短歌にも挑戦してみたいし、パソコン教室もできたらいいな。また来年からは4月もサークルを開いてほしいと私はつぶやいています。

巷では、健康年齢は70歳といわれていますが、元氣でいつまで続けられるか、せめて80まではとがんばっています。長生き音頭の歌の文句じゃないけれど...

まだまだ若い、70なんてまだ若い、ひよつとして迎えが来たならば、ただいま、お留守といいなさい。まだまだ若い、まだ若い、80なんてまだ若い、ひよつとして迎えが来たならば、これからお風呂といいなさい。まだまだ若い、まだ若い、90なんてまだ若い、ひよつとして迎えが来たならば、そんなにせくなと言いなさい。まだまだ若い、まだ若い、100歳なんてまだ若い、ひよつとして迎えが来たならば、頃みていくよといいなさい。まだまだ若い、まだ若い、いくつになってもまだ若い、ひよつとして迎えが来たならば、あんたが行きなといいなさい。元、元氣でシャシャントネ、長生き音頭でシャシャントネ、というように生きたいものです。

(鉄道唱歌のメロディ)

12月	9金	8木	7水	2金	1木	日曜
コーラス教室 ラージボール卓球教室 書楽(書道)	桃山C(卓球)	別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	四季の組み木教室 写真教室 書峰(書道) ソナタ(ピアノ) 街道をゆく	桃山C(卓球) ハッピー(ダンス)	桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ) サンシャイン(写真)	午前
百描会(美術) ウッド(組み木) 桃山B(卓球)	山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球)	ひろせ(コーラス) のこのこ(組み木) モーツァルト(ピアノ)	桃山B(卓球) ミニッツ(ハーモニカ)	桃山A(卓球)		午後



# シャル ウィ ダンス?

(ダンスサークル「ハッピー」)  
結婚以来、専業主婦であったことから、幾つかの習い事やスポーツを愉しむことが出来ました。取分け、茶道は、五感を駆使する生活文化の総合芸術であり、形、であるお点前はその一部であって、学ぶほどに奥が深く、その愉しみがいつの間にか半世紀が過ぎました。道程はまだまた遠くまで高いけれども、「真心の交わり」の良き友を得ました。

また、古希を過ぎてより始めたダンスは、記憶力の減退を痛感させられながら、少しずつステップを覚え、齢より若く見える仲間と曲がりつつある背筋を伸ばし、好きな音楽に乗って踊る。その事が認知症や寝たきりにならないための要素が多分にあるのではないかと期待している後期高齢者です。

これからも、効能もあるが副作用もある薬やサプリメントに頼らない健康管理をし、心豊かに明るく、お仲間と楽しみたいと願っています。  
小さなサークルです。  
興味のある方、歓迎致します。  
ダンスする 鏡の中に 春の風



(船木 高橋 妙子)

写真提供=高橋妙子さん

## ◆今月のロビー展◆

(五月一日〜五月三十日)  
あすなる(俳句)  
山茶花(俳句)  
六月の予定  
サンシャイン(写真)

## ◇ご恵贈お礼◇

◎川柳にはま 四月号  
にはま川柳会 様  
◎書籍  
・「生子山城落城秘話」(他4冊)  
角野の民話と伝説シリーズ  
・つばきの木は見ていた  
一別子銅山坑夫物語 家族の絆  
・鷺尾勘解治物語  
一ふるさとの偉人伝  
以上3点 民話のさと・すみの 様

・新居浜からの便り  
泉 寔 様  
(創造学園「短歌教室」講師)

・進藤覚写真集 四国里山  
一原風景・暮らし

賞  
進藤 覚 様  
(西の端薬局薬剤師・平成25年度 愛媛出版文化賞受賞)  
・秦榮子のお礼状  
生きて、生かされて、生き抜いて、  
ボランティア 50年の歩み

秦 榮子 様  
(創造学園「男の料理教室」講師として22年間学園生を御指導下さいました)



日	曜	午前	午後
12	月	あすなる(俳句) さくら(茶道) いとこのこ(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	いずみ(短歌) 亀池A(陶芸)
13	火	絵手紙教室 短歌みらい みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	絵手紙はなみずき 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)
14	水	男の料理教室 書心(書道) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	ピアノ教室 陶芸教室 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球)
15	木	郷土を歩く 書龍(書道) フレッシュ2009 やまびこ ウオークひうち げんき2012 25歩こう会 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	
16	金	さつき(生花) メヌエット(ピアノ) ハッピー(ダンス) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)



## 平成26年度 サークル一覧 (4月1日現在)

No	サークル名	代表者名	会員数(男・女)	主活動曜日	教室	時間
1	広瀬GG(ゴルフ)	越智 和人	59 ( 22・37 )	毎週 水・金	グラウンド	午前
2	別子GG(ゴルフ)	原 義夫	72 ( 34・38 )	毎週 火・木	グラウンド	午前
3	桃山A(卓球)	田坂 重只	39 ( 12・27 )	毎週 火・金	212・卓球場	午後
4	桃山B(卓球)	高橋 賀意	40 ( 14・26 )	毎週 月・水	212・卓球場	午後
5	桃山C(卓球)	片岡 哲朗	47 ( 13・34 )	毎週 水・金	212・卓球場	午前
6	桃山D(卓球)	片上 公男	50 ( 16・34 )	毎週 月・木	212・卓球場	午前
7	山雄会(カラオケ)	徳本 勝彦	49 ( 11・38 )	毎週 金	211	午後
8	サンシャイン(写真)	奥坂 功	90 ( 60・30 )	第1 木	123	午前
9	亀池A(陶芸)	田坂 重只	49 ( 14・35 )	第1・4 月・水	112	午後
10	亀池B(陶芸)	三柴 三郎	58 ( 19・39 )	第2・4 火・木	112	午後
11	あすなろ(俳句)	東原 昌美	16 ( 4・12 )	第2 月	121	午前
12	山茶花(俳句)	白鳥 佳正	11 ( 5・6 )	第1 月	121	午前
13	そよかぜ(俳句)	菅野 謙二	10 ( 5・5 )	第3 水	121	午前
14	弥生(生花)	高橋 あゆみ	16 ( 0・16 )	第1 金	111	午前
15	さつき(生花)	高橋 益子	13 ( 0・13 )	第3 金	111	午前
16	書硯(書道)	佐伯 光夫	21 ( 11・10 )	第1・3 火	114	午前
17	書心(書道)	細川 衛	22 ( 5・17 )	第1・3 水	111	午前
18	墨友(書道)	山本 秀樹	29 ( 9・20 )	第1・3 月	111	午前
19	書楽(書道)	薦田 陽之介	30 ( 4・26 )	第2・4 月	111	午前
20	書峰(書道)	小川 伸子	27 ( 9・18 )	第2・4 木	111	午前
21	書龍(書道)	守谷 絹子	26 ( 6・20 )	第1・3 木	111	午前
22	百描会(美術)	山田 茂	14 ( 6・8 )	月	111	午後
23	さくら(茶道)	長野 淳子	16 ( 1・15 )	第2・4 月	114	午前
24	みどり(茶道)	坂西 愛子	13 ( 1・12 )	第2・4 火	114	午前
25	なごみ(茶道)	高橋 正夫	16 ( 3・13 )	第2・4 金	114	午前
26	コーラスひろせ	宮崎 昭子	133 ( 14・119 )	第2・4 木	212	午前

26	23	22	21	20	19	日	
月	金	木	水	火	月	曜	
ウッ 書楽(書道) ウッド(組み木)	桃山C(卓球) ラジオボール卓球教室	生け花教室 ピアノ10(ピアノ) クロワッサン(料理)	別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	書心(書道) そよかぜ(俳句) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	家庭菜園教室 書硯(書道) 絵手紙なでしこ ドルチェ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) 亀池B(陶芸)	グラウンドゴルフ教室 墨友(書道) ねこやなぎ(川柳) のこのこ(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	午前
亀池A(陶芸) 桃山B(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	ひろせ(コーラス) モーツァルト(ピアノ)	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	シヨパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ)	第一回役員会 やながわ(川柳) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	百描会(美術) 桃山B(卓球)	午後



平成26年度 サークル一覧 (4月1日現在)

No	サークル名	代表者名	会員数(男・女)	主活動曜日	教室	時間
27	シヨパン(ピアノ)	藤田 恵子	12 ( 2・10 )	第1・3 水	211	午後
28	エリーゼ(ピアノ)	桑原 梅信	11 ( 5・6 )	第2・4 火	211	午前
29	ソナタ(ピアノ)	谷口 紀久雄	13 ( 4・9 )	第2・4 水	211	午前
30	ピアノ10(ピアノ)	山本 博満	13 ( 3・10 )	第2・4 水	211	午後
31	ドルチェ(ピアノ)	岡 憲朗	14 ( 3・11 )	第1・3 火	211	午前
32	メヌエツト(ピアノ)	石井 和美	10 ( 3・7 )	第1・3 金	211	午前
33	モーツァルト(ピアノ)	日野 富夫	11 ( 7・4 )	第2・4 木	211	午後
34	ファイブ・ミニツツ(ハーモニカ)	南 宏	16 ( 6・10 )	第1・3 水	221	午後
35	コンテニュー(ハーモニカ)	藤田 哲夫	15 ( 9・6 )	第2・4 水	221	午後
36	クロワッサン(料理)	高橋 英隆	30 ( 1・29 )	第4 水	113	午前
37	ねこやなぎ(川柳)	高橋 正明	12 ( 6・6 )	第3 月	122	午前
38	やながわ(川柳)	村上 省二	11 ( 7・4 )	第3 火	122	午後
39	街道をゆく(歩く)	秋山 勉	27 ( 8・19 )	第2 木	園外	午前～後
40	やまびこ(歩く)	大塚 茂雄	30 ( 10・20 )	第3 木	園外	午前～後
41	ウォークひうち(歩く)	宇野 昌子	23 ( 5・18 )	第3 木	園外	午前～後
42	フレッシュ2009(歩く)	篠原 貢	34 ( 13・21 )	第3 木	園外	午前～後
43	げんき2012(歩く)	荒井 晋	24 ( 7・17 )	第3 木	園外	午前～後
44	25歩こう会(歩く)	藤田 若隅	32 ( 13・19 )	第3 木	園外	午前～後
45	ワルツ(ダンス)	青木 寛士	32 ( 14・18 )	毎週 火	ホール	午前
46	ハッピー(ダンス)	真鍋 幸子	10 ( 5・5 )	第2・4月 第1・3金	ホール	午前
47	ウッド(組み木)	石井 和夫	11 ( 4・7 )	第2・4 月	128	午前・後
48	いとこのこ(組み木)	桧垣 一夫	11 ( 3・8 )	第2・4 月	128	午前・後
49	のこのこ(組み木)	武田 雅二	11 ( 8・3 )	第4月 第2木	128	午前・後
50	短歌みらい(短歌)	瀬崎 貞三	20 ( 7・13 )	第2 火	122	午前
51	いずみ(短歌)	小森 登美	12 ( 4・8 )	第2 月	122	午後
52	絵手紙うさぎ	大広 貞夫	27 ( 1・26 )	第4 火	111	午前
53	絵手紙はなみずき	近藤 茂子	15 ( 2・13 )	第2 火	111	午後
54	絵手紙なでしこ	岡 祥子	24 ( 3・21 )	第2 火	111	午前
55	絵手紙すみれ	鈴木 恵美子	20 ( 2・18 )	第4 火	111	午後
合計 55サークル 1,494人 《昨年度》53サークル 1,481人						

夏も近づく八十八夜  
野にも山にも若葉が茂る  
あれに見えるは茶摘み  
あかねだすきに菅(すげ)の笠



茶摘み

文部省唱歌 作詞・作曲者不詳

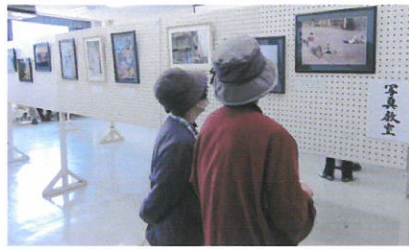
30	29	28	27	26	日
金	木	水	火	月	曜
桃山C(卓球) メヌエツト(ピアノ) ハッピー(ダンス)	亀池B(陶芸) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 絵手紙うさぎ 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	さくら(茶道) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	午 前
山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球)	亀池B(陶芸) 亀池A(陶芸)	ピアノ教室 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球)	第一回代表者会 絵手紙すみれ 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)		午 後



第22回 高齢者生きがい創造学園

学園祭

平成26年3月15日(土)



写真提供 学園事務局  
岡部真里さん



好天に恵まれ盛会のうちに開催することができました



### 絵手紙との出会いと 人とのふれあい

(絵手紙サークル はなみずき)

『絵手紙ありがとう。ちよっぴり寂しかった気持ちだが、少し癒されたよ!』妹からメールが届きました。妹が夫と永遠の別れをして数カ月を過ぎた時でした。

絵手紙を初めて、最初の作品を送ったお礼のメールでした。何を書いたのかは思い出せませんが、稚拙な私の絵手紙が人の役に立ったと思いい、感慨深いものでした。

絵とか字とかは苦手だった私が、絵手紙と出会ったのは、長年勤めていた会社を定年退職して一年経った時でした。

『何か自分を刺激できることをしたい』『人と  
の触れ合いを大切にしたい』と思い、絵手紙教室を受講することにしました。

悪戦苦闘しながら挑戦していくうちに、自分の変化に気付きました。道端の草花、垣根越しに見える植木、旅先の風景に興味を持つようになり、『あの人に絵手紙を送って感動をおすそ分けしたい』という気持ちが湧き出しました。

行き詰まった時には仲間アイデアをいただきながら、送った方には喜んでもらい、時には誉めていただき、絵手紙と出会ったことを心の底から嬉しく思っています。

これからも、自分の感性を磨きながら、感動を与える絵手紙を発信していきたいと思えます。

(中萩 岡田 良子)

### 学園歌壇

サークル「短歌みらい」

乳癌の癒えたる友は退院の胸にいたみし子等の  
花束 三好寿恵子  
輪の中に君も確かに居たんだねセピア色した記  
憶の底に 瀬崎 貞三  
大島へ白芋掘りに訪れし小泉進次郎の柔きての  
ひら 近藤八千世

サークル「いずみ」

紙テープ風に吹かれて船出する見送りのひと遠  
ざかりゆく 横川 若水  
七夕の笹を流せしこともあり堤防の下岩陰めが  
け 金子由美子  
初デートかつら橋にて焼き鮎の香ばしき味今も  
残りに 長谷部文子

### 学園柳壇

サークル「やながわ」

やわらかな孫のほつぺにチューをする  
老樹から元気をもらう花の宴 合田 修身  
薬より妻の一言良く効いた 村上 信夫

サークル「ねこやなぎ」

若者のやる気本気に光見る 伊藤 純子  
世話人の苦勞を知っている桜 浮川 良美  
すぐ傍へたぐり寄せたい子の住所 岡田 文子  
感性が同じ花ぐもりを歩く

講師 井原みつ子

### 学園俳壇

サークル「そよかぜ」

クラシック流れる医院秋麗 横山 正和  
白衣脱ぎ結願印を受く遍路 太田 稔  
あれこれの夢もこぼるや二月尽 橋本 信人

サークル「あすなろ」

冬ぬくし仏師が入れる目のライン 加藤 和子  
高野山観光ガイドの息白し 石川伊津子  
手入よくとどきし庭のしだれ梅 泉 百合子

サークル「山茶花」

紅梅の幹朽ちかかり花盛り 神野 信美  
庭を這ふ小虫など居て暖かし 上村扶佐子  
一茶来し入野の里の花曇 近藤 静

神馬の像濡らし春雪積もらざる  
湖底より鳥居現はるダム涸れて  
農夫には停年はなし春田打つ

講師 阪上 史琅