

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)

心の音楽



高齢者生きがい創造学園
講座 ピアノ教室 講師 高橋 恵里

まだまだ、人生の上で半人前の未熟な私が、この学園でピアノを通して、いろいろな人に出会い、教える立場でありながら、たくさんの方を教わり、また学ぶ機会を頂いて、早いもので七年になりました。

音楽って「音を楽しむ」と書きますよね。みなさんの中で「音楽」ってどんな存在でしょうか？

誰しも、思い出の曲をお持ちだと思えますが、フとしたところでその曲を耳にした時、その場面や状況、またその時の感情・感激等を思い出すことがあるかもしれせん。

また、最近注目されている、音楽療法の一つに、音楽には普段忘れてしまっている記憶を呼び覚ます効果があるとも言われています。

それは、ある人にとっては恋の思い出だったり、ある人にとっては家族との思い出だったり、人それぞれに、そのメロディーは異なっていますし、同じ音楽を聞いたとしても、それらの曲が同じように聞こえるとは限らないようです。その時の状況、場所、人など、さまざまな環境の変化・心の変化によつて悲しい音楽に感じたり、楽しい音楽に感じたり、音楽に勇気づけられたりするでしょう。

そんな心の音楽のページに講師として、また一人の人間として、皆さんとの思い出が、日々お互いの心に紡がれていると思うと、本当にピアノに感謝です。

これからもクラシックに限らず、いろんなジャンル(懐かしの曲、ポピュラー、ジャズなど)の曲を皆さんと心から楽しめたいと思います。

今後、私の見習いたい人生の指針に出来るような先輩方に囲まれて、また、そんな皆さんと一緒に素敵な音楽を感じ演奏し、心を豊かにできるような、充実した日々を過ごしたいと思えます。

7月	4金	3木	2水	1火	日曜
コーラス教室 墨友(書道) 山茶花(俳句) さくら(茶道) ウッド(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	茶道教室 弥生(生花) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) ハッピー(ダンス)	サンシャイン(写真) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) はつらつA(体操)	男の料理教室 ピアノ教室 書心(書道) つつじ(俳句) ブルースカイ(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	絵手紙教室 書硯(書道) モーツァルト(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	午前
百描会(美術) いとこのこ(組み木) はつらつC(体操) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) はつらつB(体操)	ひろせ(コーラス) はつらつD(体操)	シヨパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	絵手紙ひまわり シヨパン(ピアノ) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	午後

平成23年度 高齢者生きがい創造学園受講生募集

募集期間は3月1日(火)~3月22日(火)

講座名	定員回数	曜日時間	年間受講料	講座名	定員回数	曜日時間	年間受講料
① 高齢社会を賢く生きる	80人 6回	火 午後	1,000円	⑪ 書道教室	30人 16回	水 午前	3,500円
② 心とからだの健康管理	80人 6回	火 午後	1,000円	⑫ 絵手紙教室	30人 16回	火 午前	3,500円
③ 郷土を歩く	45人 6回	木 終日	3,000円	⑬ 写真教室	35人 8回	木 午前	2,500円
④ 家庭菜園教室	45人 8回	火 午前	2,500円	⑭ 陶芸教室	20人 8回	水 午後	2,500円
⑤ 男の料理教室	25人 8回	水 午前	2,500円	⑮ 山野草栽培教室	30人 8回	月 午後	2,500円
⑥ 趣味の料理教室	24人 8回	金 午前	2,500円	⑯ コーラス教室	45人 16回	月 午前	3,500円
⑦ 四季の組み木教室	15人 8回	木 午前	2,500円	⑰ ピアノ教室	15人 16回	水 午前	3,500円
⑧ 川柳教室	20人 8回	火 午後	2,500円	⑱ クラウド・ゴルフ教室	45人 10回	月 午前	3,000円
⑨ 茶道教室	20人 16回	金 午前	3,500円	⑲ レジャーホール卓球教室	40人 10回	月 午前	3,000円
⑩ 生け花教室	20人 8回	金 午前	2,500円				

※ 冊子「講座のご案内」は学園ロビー・市役所・各支所・各公民館等にあります。

15	14	11	10	9	8	日																																					
火	月	金	木	水	火	曜																																					
モーツァルト(ピアノ)	梅(俳句)	書硯(書道)	公演部リハーサル	コーラス教室	書楽(書道)	あすなる(俳句)	さくら(茶道)	いとこのこ(組み木)	ハッピー(ダンス)	絵手紙(組み木)	ウツド(組み木)	はつらつC(体操)	百描会(美術)	亀池A(陶芸)	なごみ(茶道)	山雄会(カラオケ)	桃山A(卓球)	はつらつB(体操)	ひろせ(コーラス)	はつらつD(体操)	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)	みどり(茶道)	エリーゼ(ピアノ)	別子GG(ゴルフ)	ワルツ(ダンス)	ブルースカイ(ハーモニカ)	ソナタ(ピアノ)	桃山C(卓球)	広瀬GG(ゴルフ)	街道をゆく	ウオークひうち	別子GG(ゴルフ)	桃山D(卓球)	はつらつA(体操)	趣味の料理教室	広瀬GG(ゴルフ)	桃山C(卓球)	絵手紙たんぽぽ会	短歌みらい	日
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前																																					

素敵な仲間とウォーキング

(サークル やまびこ)

サークル活動は原則毎月第三木曜日に実施しております。行き先は県内、近郊、県外、それぞれ均等に会員からアンケートに依り季節を考慮して総会で一年間の行動が決まります。役割分担もしっかりしておりスムーズに行動が出来ます。

又このサークルの中にはボラインテア、カラオケ、登山等のグループ活動も行なっており毎月がとても楽しみです。中でも最大の行事は西条ふれあいセンターでの野外炊飯です。ウォーキングの後、皆で手分け協力して料理を作り自然の雄大な景色の中で戴く食事は格別のものがあります。

ちなみに昨年の九月は男性がすべて食事を作り、女性は草木染めに専念しました。此のときの食事のおいしかった事は言うまでもありませんでした。又忘年会は各班毎に趣向を凝らした出し物で豪華景品を目指し賑やかで楽しい一時を過ぎました。

同じく九月、会員の方の傘寿のお祝いも全員参加で賑々しく行いました。このサークルは家族の様な暖かな雰囲気のある仲間の集まりで、漢字一文字で表すと「和」だと思えます。

来年度の行動内容も決まる予定です。今年も又素敵な仲間とウォーキングが出来ることを幸せに感じております。

(角野 竹内 芳子)

もったいない

(ピアノサークル モーツァルト)

コーラスで「もったいない」という題の歌を歌っています。もったいないについて考えてみました。高度成長の時代消費は美德の様に唱えられ新商品が出る度にまだ使える物も買替えてきました。その度にいらなくなつた物はゴミに捨てていきましたが、でも、それはもったいないもつと大切に使える間は使わないとゴミはふえるし貴重な資源が失われています。

〇〇削減と世界各国が会議をしていますが、私達が毎日テレビをつけ放しにしない。使わないコンセントは抜く。テーブルにタオルハンカチを置いてティシューの使用を減らすとか、ティシューは日本が世界で一番消費しているそうです。又割り箸も一年間に使い捨てている数は二五〇億膳96%が中国からの輸入ですが、約四十坪の家が一万七千戸に相当するそうです。でも二〇〇五年から中国も国内使用に必要と年々輸出货量を減らしその分国産がふえ金額も上がってきています。

近ごろではエコ(節約)に対する意識も高まっておりますが、まだまだ無関心な人、自分には関係ないと思っている人もいるのではないかと思います。

今地球規模で起こっている温暖化による異変について考え一人一人が自分の事としてとらえていけたらと思います。

(泉川 古川 千代美)

日	曜	午前	午後
15	火	ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ)	亀池B(陶芸)
16	水	ピアノ教室 そよかぜ(俳句) ブルースカイ(ハーモニカ)	ミニッツ(ハーモニカ) シヨパン(ピアノ)
17	木	学園祭準備 フレッシュ2009 楽歩2008 はつらつA(体操) 別子GG(ゴルフ)	ひろせ(コーラス) はつらつD(体操)
18	金	学園祭準備 きさらぎ(生花) ハッピー(ダンス)	はつらつB(体操)
19	土	学園祭	
22	火	別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	桃山A(卓球)
23	水	書心(書道) クロワッサン	桃山B(卓球)
24	木	やまびこ 歩こう会 ウォーカーズ別子 遊歩2007 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	
25	金	広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	桃山A(卓球)

本場で本物を体験する旅

(体操サークル はつらつA)

健康美はつらつ、昨年に続き二度目の沖縄二泊三日の旅に出かけました。今回のメインは日本一に輝いた那覇太鼓との交流で私達もパーランクの練習を重ね披露するのを楽しみにしていました。孫達のような那覇太鼓の皆様素敵な民族衣装を身にまとい踊りに酔いしれ「イーヤーサッサー」の掛声、指笛 響き渡る鼓動の中に若さと眩しい程の笑顔が溢れていました。琉球村で見た艶やかな紅型衣装で大きな笠を被りしつとりと舞う宮中舞踊とは対照的です。見ている人も踊りの中に引き込まれる様な迫力に魅了され鼓動と共に余韻を残し、本場で本物を見て共に踊った最高の贅沢な時間を持ちました。この感動こそが上達への道です。

その後、嘉手納基地、ひめゆりの塔を見学し平和の礎 愛媛の塔に献花と祈りを込めて七十名が小雨の中を献舞しました。

旅は何処で何を見聞きし体験するかが平均年齢七十一歳、踊って三線弾いて観て食べて、幾つになっても青春の旅となり見守り支えて下さった方々に感謝です。

健康美とは、外見の美しさのみならず人の痛みを知り心豊かな内面美こそが御指導下さる青木三恵先生のお心だと思えます。

先日立派な旅のアルバムが出来上がり忘れる事のない永久保存の宝物となりました。

(大生院 伊藤 典子)



本場の踊りを体験するサークルの皆さん

日	28	29	30	31
曜	月	火	水	木
午前	書楽(書道) ねこやなぎ(川柳) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	墨友(書道) 短歌みらい 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)
午後	桃山B(卓球)	桃山A(卓球)	桃山B(卓球)	

◇ご恵贈お礼◇

◎ロビー生け花(二月度)

鴻上 美智甫 様(講師)

◎川柳にいはま 二月号

にいはま川柳会 様

◇今月のロビー展◇

三月十九日(土)

学園祭

◇来月のロビー展◇

(三月十九日～四月二十一日)

百描会(美術)

よき仲間へ感謝

(川柳サークル ねこやなぎ)

学園の川柳に入らないかと誘われ、ほんの軽い気持ちで川柳ぐらいならと何も思わず入会させてもらって驚いたのは宿題がある事、「二句」と「四句」に分けて提出するので寝ても覚めても何を作ろうかと頭から離れません。たかが五七五ぐらゐと思つたのに出来た句は、字足らず字余りでやつとの思いで作つて読み返すと何とも面白くない句になつていて才能のなさを感じています。

でもお互いの作品を読み合う時、同じ席題でも十人十色の句が出来て楽しく面白く又、井原みつ子先生を筆頭に生徒さんが皆優しく教室がほっこり温かい雰囲気でも和かです。さびかけた頭に湯を入れ五本の指をいつも折つて数え何を見てもどこへ行つても目についたもの書きとめる様手帳を持ち歩く習慣もつきました。季節によつてあじさい見物、芋たき、忘年会等楽しい事も多く、どなたも川柳しているだけに機転のきいた一芸も二芸も持つておられてよい仲間に出会えた事に大変感謝しております。

「年頭に立てた誓いも三日間」にならないよう今年も元気に楽しく句作りに励みたいと思つています。

(金子 村上美智子)



観音寺で吟行中の、川柳サークル「ねこやなぎ」の皆さん

お詫びと追記

二月号の俳句で誤りがありました。お詫びして訂正いたしますと共に追記します。

乾風吹く濁流に悠悠鳶の舞ふ 迫田 三雄

・「濁流」は「渦流」の誤りです。
・なお、句作者の申し出により「乾風」に読み仮名を追記して下さい。

広報委員会「乾風」が話題になりました。何と読む？ 電子辞書や歳時記にも無い。寒風の間違ひでは？ という事で原稿と何度も確認しましたが「乾風」でした。会議の中心が「乾風」となり「濁」には気がつきませんでした。お詫びいたします。

数日後、山茶花の方より右述のご指摘と申し出がありました。「あなじ」と読みます。申し出がなければ知らなまま過ぎました。有難う御座いました。

「乾風」は「あなじ」は無く「あなじ」で有り、冬北東から吹く風、しばしば航行の妨げとなる。あなせ(冬・季)とあり、例文に「後拾遺和歌集(一〇八六年)の歌が載つています。瀬戸内では「あなじの八日吹き」と言います。

余談ですが京都の古い(創業・明暦三年)醸造会社が「乾風吟醸」という清酒を造つています。正しく読める人は少ないので

か？ 京都の土産に何方か一本買って来ません。ご指摘頂きました山茶花の方に改めてお礼申し上げます。

料理教室を受講して

(講座 趣味の料理教室)

妻を亡くし一人暮らしをよぎなくされて数年毎日の食事の献立に大変である。料理本を買って来て本とにらめっこをしながら悪戦苦闘。そんな時公民館で高齢者生きがい創造学園のパンフレットを見つけ料理教室がある事を知り男の料理教室を受講

秦栄子先生の下で色々一年間勉強させていただき無事卒業。次は趣味の料理教室に申し込むも残念。受講する事が出来ず二年目によくやく受講でき胸わくわくで第一回目の教室に出席。

泉玲子先生の下で生徒二十四名(男性三名女性二十一名)四班に別れてスタート。今日はクルミブレンドと野菜スープ他三品を作る事に。パン造りなど初体験なのでうろろするだけ、女性達が先生の指導の下生地作、こね上げの所では男の仕事と思い挑戦、こねたりタタイたり数百回、ようやく出来上り発酵焼成の間に野菜スープなど出来上がり自分達で作ったパンなど試食。大変おいしく出来上り感激。

二回目受講した所で体調をくずし長期入院する事に。せっかく受講出来色々と勉強しながらはと思っていたのに大変残念です。病院のベッドの上で思う事。健康でなければなんにも出来ないと言ふこと。皆様も健康に気をつけて毎日を楽しく学園活動にはげみましょう。

(大生院 合田 護)

道近くにありて遠き哉

(書道サークル 書心)

退職後ボヤールとテレビを見ていたら、書道歴十五年の七十五歳の婦人の見事な作品を見て、よし、私も今からでも間に合うと早速入園。サークルに入会させていただき早や七年。時のたつのは早い、上達の方は亀の如く着実に……。初心からすれば既に書道を研鑽しているはずなのだが、未だ習字の域を脱しない。この原因は良く理解しているのだが、何せ行動が伴わない。

我がサークルの藤田秋草先生が「生きがい」一九四号(平成二十一年二月)に書道の作品作りについて、「書に向う準備・心構え、書体・題材の吟味、自分の技術、気力・体力全てを集中させ感動的に表現する、鑑賞眼と知識の養い」等々、私には耳の痛い七訓を寄稿されており、このことを実践していないことである。

要するに努力と根気が足りないということ。しかし、今更気力・体力と向上心に燃えてというわけにも行かず、この七訓をあらためて少しづつかじらせていただき、倦まず休まずボチボチとサークルの皆様方と仲良く書を習い続け、数年いや数十年先になるかも知れない書の心がわかる道を目指して頑張っていこうと思っております。この為、お互いが健康で長生きし、サークルがなくならないことをこいねがっているのですが……。

(角野 播谷 慶二郎)

俳句力

(俳句サークル つつじ)

私は学園で俳句の講座を受けてより、十七年余、阪上史琅先生の指導のもとで、俳句を学び、楽しんでいきます。この頃「高齢者生きがい創造学園」と言うカンバン通りの生活になっているように思います。

新しく創った句を持って一と月一回の句会に出るのが、生きがいで、その時句友と会って話すのが楽しみになっています。

閑かさや岩にしみ入る蝉の声

芭蕉の代表的な句ですが、この句で使用している「閑かさ」「岩」「しみ入る」「蝉の声」のどれをとっても、日常用いられている、ありふれた言葉ばかりです。しかし、「岩にしみ入る」の究極の表現が、この句を不滅なものとしました。これこそが、俳句の到達点だと思います。今後このような句作に精進してゆきたいと思っております。

俳句は美しい四季の自然に親しみ、日常生活の中から人間の情愛を詠みます。そこから大きな感動が得られ、心が豊かになります。また、心に感じたことを短く文字にする。優れた作品からは、生きる活力と、勇気を与えられます。俳句には自分と他人を慰め、励ます強い力があるのです。これが『俳句力』です。皆さん俳句力で心身をリフレッシュ、明日への力としましょう。

より豊かな人生を送ろうではありませんか!

(新居浜 福永 やすし)

パン作りを楽しもう

(サークル クロワッサン)

満開の桜の下を通り、初めて高齢者生
きが創設学園、趣味の料理教室に通い、
またたく間に一年が過ぎました。もう教
室が終わってしまったのが残念だと思っ
ている時に、サークル「クロワッサン」
を知り、入会させていただいて早二年が
過ぎようとしています。

四季折々、樹々の出迎えを受けながら
教室に入り「おはようございます」と言
う皆さんの笑顔を見ると、ホッとします。
パンと言っても、アンパン、クロワッ
サン、ピザ、パイ、ナン、ロールケーキ
等々、色々な品に挑戦しています。パン
が硬く焼き上がったたり、黒く焦げたり、
変型したり、でもサークルでの失敗は家
での成功の元です。皆さん積極的にどん
どん作業をこなし、いつも笑い声が絶え
ないサークルです。

楽しみな事があると元気になると言わ
れています。泉玲子先生のご指導の下に、
皆さんの元気をいただける様に、これか
ら香ばしい甘い香りにさそわれて、新
しい出会いを楽しみに続けていきたいと
思います。

(中萩 栗林 千恵子)

学園歌壇

サークル「短歌みらい」

銅山やま後に植えし落葉松連理していろは楓に
軌跡を残す 鴨田 光弘
別子銅山に植林したる白樺は樹皮の白さに
異彩をはなつ 齊藤 哲雄
雨に濡れ一人で帰る転校生なじみし犬に声
かけてゆく 高橋 征子
高原に打ちて走りて声あげて七十路の友
童にかえる 渡部 悟
菜の花で島うめ尽くさんといふ友に一リッ
トルの種を買い来る 徳永 康夫

学園柳壇

サークル「ねこやなぎ」

遊びではすまなくなった君と僕 高橋 正明
笑みの絵に誘われ知らずほほ笑んだ 竹内 睦子
こたわりを捨てて自由に生きたいよ 寺井ひとみ
埋めてもうめても溜まるゴミの山 村上美智子
こたわれれば黒が白にもなつて来る 細川 衛
梅に先駆けてきた良い話 井原みつ子

学園俳壇

サークル「そよかぜ」

国東の摩崖仏に雪しまく 中川 清
添へし手に芙蓉の花の影やさし 越智富貴子
仄かなる樟脳の香や冬着出す 徳原 洋一

サークル「あすなろ」

日めぐりをめぐり忘れて日脚伸ぶ 佐伯 嘉子
身に入むや紫電改へ折り鶴一つ 森実みよ子
冬麗や美女の眩しき紅き服 真田 孝夫

サークル「山茶花」

大寒や素足にわらじ修行僧 林 義廣
朝ドラや妻を炬燵へ引き戻す 白鳥 佳正
野良猫に花の名つけて冬ぬくし 石川久美子

サークル「梅」

無残なる銅板画のごと枯蓮田 大山 房夫
神杉の突き刺す空の凍ててをり 岡部 道栄
遍路行く雨の落葉を踏みしめて 小林 タズ子

サークル「つつじ」

道の駅に掛込みさける初時雨 松本 義男
凍山に凍月白く登りけり 逢坂 繁子
五百羅漢雪を纏ひて札所寺 泉 百合子

ハンブル文字少し読めだす燗炉端
白哲の教授の肩に木の葉髪
バイクにて獣医往診枯牧場

講師 阪上 史琅

第19回 平成22年度 学園祭実施内容

(平成23年2月8日 第2回学園祭実行委員会で決定)

<テーマ> 学園は 新たな生きがい 出会いの場

日時 平成23年3月19日(土) 10:00~15:00 (バザーは14:00まで)
(雨天決行)

☆ラージボール卓球大会 3月1日(火)9:00~16:00

☆グラウンドゴルフ大会 3月3日(木)9:00~15:00

◎展示 10:00~15:00

〈美術〉ロビー	〈俳句〉教室	〈書道〉教室
〈川柳〉ロビー	〈生け花〉教室	〈写真〉教室
〈組み木〉ロビー	〈絵手紙〉教室	〈陶芸〉教室
〈山野草〉ロビー	〈短歌〉教室	

◎公演 〈ラージボール卓球〉9:00~16:00 市民体育館(3月1日実施)卓球教室、桃山A、B、C、D
〈グラウンドゴルフ〉9:00~15:00 学園グラウンド(3月3日実施)GG教室、別子GG、広瀬GG

演目

〈ピアノ〉10:00~11:00 階段教室 ピアノ教室、ショパン、エリーゼ、ソナタ、モーツァルト
〈健康美体操〉11:00~12:10 階段教室 はつらつA、B、C、D
〈カラオケ〉12:10~13:05 階段教室 山雄会
〈ハーモニカ〉13:05~13:55 階段教室 ブルースカイ、ファイブミニッツ、コンティニュー
〈コーラス〉13:55~14:55 階段教室 コーラス教室、コーラスひろせ
〈社交ダンス〉10:00~14:00 ホール ワルツ、ハッピー

◎バザー 〈うどん〉学園北駐車場
〈すし〉学園北駐車場
〈おはぎ〉学園北駐車場
〈サークル市〉展示教室、屋外テント

注:グラウンドゴルフ大会でのバザー引換券は
3月10日までに引換を終了してください。
(当日は、引換できない場合があります。)

◎茶会 10:00~14:00 南側通路(雨天114教室) 茶道教室、さくら、みどり、なごみ

◎その他 〈探訪冊子頒分〉10:00~14:00 玄関前 はづき

★お願い

- ◆園生の駐車場は、広瀬の池西側のグラウンドを利用してください。
- ◆バザー・茶会は、時間内をお願いします。