

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)



桜からの通知表

新居浜市高齢者生きがい創造学園
事務局

新居 健二

桜の木々の間から小鳥のなごやかなさえずりが聞こえてきます。学園に来て三度目の春を迎えることになりました。春は別れと出会いの季節。別れも出会いも新たな出発であると思えます。大阪万国博覧会の年、初めて赴任した校庭の桜は、未熟な私に発してもまばゆく感じられました。三十八年の勤めを終え、二年前の四月、生きがい創造学園に着任させていただきました。その時の学園の桜もみごとにまばゆかったことを覚えています。

桜を見るたびに時の流れを感じます。肩を組み学園ソングを歌った学友も既に還暦を過ぎました。白いプランコの少女も母となりました。誰もが素敵に年を重ねていることと祈っています。二度目の桜からはまばゆさは薄れ、包み込むような優しさを感じられるようになります。学園の方々から頂く元気というエネルギーと温かく優しい思いやりに支えられ今日を迎えられたと感謝いたします。

突然ですが、好きなテレビ番組のひとつに笑点があります。とんちに長けたずば抜けた芸に笑い転げます。その私を見て笑い転げる家族がいます。笑いは、免疫力を向上させるそうです。伝染力もあるのです。か。ある学者が、ジョークは時に相手や傷つける場合があるが、ユーモアはただひたすら笑うこと、「職場にもつとユーモアを」と論じられ、共感したことを覚えています。ユーモアで肝心なことは、心のゆとりだと思えます。心にゆとりがなければ、ユーモアの送信も着信もありません。心にゆとりをもてるよう、これまでの遊び心も忘れないで修養したいと思えます。

三度目の桜を、昨年同様母を連れて参ります。今年卒寿を迎えた母ですが元氣です。ありがたいことです。鑑定団には出ませんが、母は私の宝です。ザットとは申しませんが、もうしばらくお付き合いできればと念じています。桜からの通知表がもうすぐ届きます。姿勢を正し勇気を持って臨みます。

学園では、「拓こう自分、つなげよう心」のスローガンのもと、生き生きとした活動が展開されています。全ての活動が豊かで実りの多い活動となりますよう、笑顔とあいさつを忘れることなく、声援を送ります。

『人生意気に感ず』

20	19	14	9	日
火	月	水	金	曜
				午前
			会計監査	午後
		三役・各委員長会		
		第五回役員会		
		第五回代表者会		

◆今月のロビー展◆

(三月二十日～四月二十三日)

百描会(美術)

*五月の予定

- つつじ(俳句)
- あすなる(俳句)
- 梅(俳句)
- 山茶花(俳句)

◆ご恵贈お礼◆

- ◎ロビー生け花(三月度)
鴻上 美智甫 様(講師)
- ◎川柳にいほま 三月号
にいほま川柳会 様
- ◎「時の流れをみつめて」
「短歌と俳句」
「正岡子規の日常」
泉 寔 様
- ◎(二十二年度短歌教室 講師)
「新居浜公民館のあゆみ」
新居浜市立新居浜公民館 様
- ◎鄙を照らした儒者の生涯
「遠藤石山物語」
内藤 雅行 様

感謝

(コーラスサークル ひろせ)

我が家には、二匹の愛犬、七匹の愛猫、一羽の兎、義父、主人と私の大家族です。猫たちは自己中心で人間社会でもよく似た人達がいま。でも犬や猫はいやな言葉ひとつ言わず癒してくれ助けられています。

去年の五月より大世帯の「コーラスひろせ」の代表を務めさせていただきました。今まで代表をされてこられた諸先輩方のご苦労が身にしみた一年でした。昨年八月頃から急に体調を崩し息苦しくなり、はじめての経験で数ヶ所の病院で検査を受けましたが特に異常は見つからず、ストレスと診断結果が出ました。自分で何がストレスなのか分らないほど沢山あり、友人に相談するとひとつづつ原因を無くしていけばいいとか、いやな事を言う人のことは気にしないようにすればいいとかアドバイスをくれました。

でも目に見えぬ代表としての責任がのしかかった時も、しばしばあり、不安で眠れず家事も思うように出来ず、家族に迷惑をかける日が続きました。「楽しいことに目を向け好きなことをして、ゆっくり休んだら治るよ」と病院の先生も言うてくれました。

本当に辛い一年でしたが、辛さに慣れたというところでしようか！優しい言葉や、励ましてくださった友人、会員の皆様、役員の方々に心から感謝しております。

(泉川 立石 和美)

二人の句集

(俳句サークル 梅)

さきごろ、Sさんから一冊の句集を頂きました。句集はこんな句から始まります。

- ・一命を得てコスモスの眩しかり
- ・もう使ふことなき名刺春焚火
- ・病氣回復の感謝と退職時の感慨
- ・白木槿握手のみして別れけり
- ・あぢさいや我にもありし恋の日々
- ・淡い初恋の思い出でしようか
- ・梅雨晴や静養できぬ妻の性
- ・奥様への労わり
- ・晩学に椅子の堅さや秋深し
- ・一輛車発ちたる後に赤とんぼ
- ・堂塔も秘仏も古都の枯のなか
- ・義理人情少し欠きつつ夏果つる
- ・秋のもの寂しさが漂う
- ・束の間の逢瀬でありし魂祭
- ・追儼豆妻を奪ひし闇に打つ
- ・亡くなった奥様への強い思慕
- ・峰雲を抱く霊山の鉄鎖攀づ
- ・強い勇気と生命力
- ・最後に奥様の句より
- ・・ 鉦山眠る父の形見のヘルメット
- ・ 薔薇いけて薄化粧する病室に

句集はSさんと奥様の句約七百五十句余りで構成されていますが、奥様は二年前にお亡くなりになりました。

句集のあとがきにはこう記されています。

「この句集は妻との約束でもあり、私達の生きた証として、自分史として作らせて頂きました」

Sさんは当学園の俳句サークルの大先輩で、現在もお元気で活躍されています。

(中萩 細川 衛)

「ラージボール桃山会」は楽しい

(卓球サークル 桃山B)

桃山短期大学の廃校後、市の配意により「新居浜市高齢者生きがい創造学園」が開園しました。学園生の講座は一年で卒業の決まりがあり、卒業した者が集いサークルをつくり、講座で学習した成果をふまえ、さらに自己を向上させ仲間の輪を広げ、人生を健康で実りあるものにするために、学園活動の一環として自主的に活動しています。

私たちは、学園の講座「軽スポーツ教室」の卒業者が主体となり、「ラージボール卓球桃山会」をつくり活動しています。

まず、平成六年に「桃山A組」、平成七年に「桃山B組」、平成九年に「桃山C組」、平成十四年に「桃山D組」を結成し二十一年度現在、百八十四名の多くの会員が毎週二回のべ五時間ラージボールを楽しんでいます。

もっと頑張りたい者が木曜会を作り毎週二時間半市民体育館で練習しています。

高齢者の健康維持のためのスポーツとしてラージボールは非常にすばらしいものだと思負っています。ボールをラケットでバシッと叩くとストレスの解消にバツチリです。

練習では、足を前後左右に動かし、腕はラケットを振り、目は球を追い体中を動かせるスポーツです。試合となると練習と違い、負けるより勝つ方が楽しいので自然に力が入り緊張します。この緊張感が大事なのです。ボケ防止に役立つのです。ラージボールを楽しみましょう。

(泉川 笠原 照久)

心静まるお茶

(茶道サークル みどり)

サークルに参加して一年が経ちました。私にとって「茶道」は敷居の高い遠い世界のような印象がありましたが、思い切った飛び込んでみると、とても魅力的でした。お床に飾られる季節折々のお花とお軸。和菓子をいただき口いっぱいひろがる甘さを感じながら、お抹茶をいただく：普段あわただしく過していると、このひと時こそが心静まる時間になります。紙紗(ふくさ)さばきや柄杓(ひしゃく)の扱いなど、茶道独特の所作に戸惑いつつ、気長に教えてくださる金村宗裕先生やサークルの先輩たちに囲まれて楽しい一年でした。

昨年の九月末には、金村先生宅で開かれた「夕ざれのお茶会」にお招きいただきました。初めてののお茶会に緊張しっぱなし：目にするものが新鮮でした。懐石料理が振舞われ、濃茶、薄茶とすすみます。いつのまにか辺りは闇につつまれ、和ろうそくの明かりが時折ゆらめくあつという間の四時間は、生まれて初めて経験する息をのむ幽玄の世界でした。今、私達のサークルは三月二十日に開催される学園祭に向けて、準備をすすめています。四月、広瀬公園の桜が満開のところ私のサークル二年目が始まります。

(中萩 兵頭 厚美)

さまざまなこと 思い出す 桜かな



「……桜かな」

(講座 高齢社会を賢く生きる)

さまざまなこと 思い出す 桜かな 芭蕉

俳聖と言われる松尾芭蕉の有名な句である。元禄元年芭蕉が奥の細道の旅に出る一年前、実家のある伊賀上野で詠まれたもので、桜を見ながらさまざまなる事を思い出したのだろう。芭蕉がこの句に込めた思いは詞書から想像出来る。芭蕉は四十五歳であった。尚、この時芭蕉とおける桜についてはさまざまに色々な事を思い浮かべるのではないだろうか。

「サイタ サイタ サクラ ガ サイタ」昭和八年から十五年までに尋常小学校に入学した世代が使用した小学校国語読本。

♪ さくら さくら やよいのそらは作者不詳の日本古謡。箏を習った人は必ず練習されたはず。やよいは陰暦二月。

♪ 十五夜お月さま ひとりぼち 桜ふぶきの花影に 花嫁姿のおねえさま

昭和六年の童謡。曲名は、「花かげ」だが曲名を知らなくてもなぜか歌えるから不思議。

♪ 若き血潮の予科練は 七つボタンに桜に 誰もが一度は口にした軍歌。酒を飲むと必ず肩を組み声を張り上げ熱唱する上司がいた。最近他界されたがどんな思いで歌っていたのだろう。軍歌には桜を読み込んだものがある。「花は桜木、人は武士」というか、兵士は桜のように潔よく散るべし」として軍国主義の道具として桜が使われたのではなからうか。桜に罪はない。♪ 朝日に匂う桜花 …… 立ててぞ仰ぐ神の国この軍歌を歌える人はもう居ないだろう。

広瀬公園の桜ももうすぐ満開になる。満開の下、さまざまな人が、さまざまなことを思い出す花見の宴ももうすぐだ。

(中萩 山本 和一)

平成二十一年度 学園祭

◎ラージボール卓球大会 九十四名参加

(三月二日 市民体育館)

Aグループ 得点

優勝 森・岡田・国田 一四点

準優勝 星加・岸・塩見 一三点

三位 鈴木繁・片上・古西 一二点

Bグループ

優勝 辻田・高橋妙・鴨田 一三点

準優勝 飯尾・高橋松・近久 一三点

三位 小崎・笠崎・樋口 一点

Cグループ

優勝 渡部・酒井・寺尾 一三点

準優勝 直野・田坂光・檜垣富 一二点

三位 能智・松浦・真鍋 一二点

Dグループ

優勝 真田・奥坂・中矢 一二点

準優勝 丹下・工藤孝・白川多 一点

三位 竹内・柴田・小野邦 一〇点

◎グラウンドゴルフ大会 一〇二名参加

(三月五日 学園グラウンド)

優勝 真鍋 友一(別子GG)三九打/三R

準優勝 河上富士美(広瀬GG) 五一打

三位 矢野 幸治(別子GG) 五二打

四位 薦田 悟朗(別子GG) 五二打

五位 高倉 春江(広瀬GG) 五三打

六位 薦田 明世(別子GG) 五三打

七位 森賀 隆文(広瀬GG) 五三打

八位 飯尾 節子(別子GG) 五四打

九位 鈴木 勝(別子GG) 五四打

十位 藤田 幸子(別子GG) 五四打

ホールインワン 六三本 賞五一人



熱戦続くラージボール卓球大会 (新居浜市民体育館にて)



ホールインワンを目指して



さていつまで、続くやら

(陶芸サークル 亀池A)

六十の手習いで、陶芸教室を申し込むのが二年目で、難関を突破して何とか入れたのに、まじめに出席できず、亀池会に入ったら、と決意したが、思うように出られないので、土練りやロクロを未だに使えないで困っています。二年前に、当時の会長の安藤さんから、土係をといわれ、勉強になると思い引き受け、伊藤さんの補佐として土売り役をさせていただきました。

そのおかげで、福島釉薬の工場見学をはじめ、丹波焼き、信楽焼き、備前焼などの窯元など本場の焼き物の研修に参加できて陶芸の奥の深さに触れ、いまさらながら感銘しています。

亀池会Aサークルは会員五十余人で今年も新人が数人入会しますので、教室も狭くなり、創作活動に支障が出ないか心配していますが、先輩の皆様方が親切に指導していただき、感謝していますし、とても家庭的で和やかな雰囲気、皆さん仲良く、楽しく土と戯れています。

私の腕は一向に上がりません。家族からは、器の型が悪い、重い、などと文句をいわれながらも、自分にとっては世界に一つしかない器で国宝級の陶芸家より値打ちがあると自負しつつ陶芸に精を出して、あと一期役員としてがんばりますのでよろしく。

(角野 田坂 重只)



「国宝級」を願って

窯入れの前に作品を手にする陶芸サークル亀池Aのみなさん。

在宅介護について

(代表者会 広報委員会)

昨年暮れに急に父の介護が必要になり、介護保険による在宅介護サービスについて少し勉強しましたのでまとめてみました。

一 家庭を訪問するサービス

- ・訪問介護(ホームヘルパーの訪問)
- ・訪問看護(看護師などの訪問)
- ・訪問リハビリテーション
- ・訪問入浴介護

二 居宅療養管理指導(医師等による指導)

三 日帰りで通うサービス

- ・通所介護(デイサービス)
- ・通所リハビリテーション(デイケア)
- ・短期入所サービス(ショートステイ)
- ・短期入所生活介護
- ・短期入所療養介護

四 福祉用具の貸与・購入や住宅改修

- ・福祉用具の貸与
- ・福祉用具の貸与(車椅子・特殊寝台・歩行器等)
- ・福祉用具の購入費支給(腰掛便座・入浴用椅子等)
- ・住宅改修費の支給(手摺の取付・段差の解消等)

これは概要で、更に細かいサービスがあるようですが、詳しくは最寄りの民生委員や在宅介護支援センター(地域包括支援センターのプラント)等にお聞き下さい。

そして、介護保険の範囲でどのようなサービスを受けたらよいかを設計してくれるのがケアマネージャーさんですが、右のような知識があれば、ケアマネージャーさんのお話も理解しやすいと思います。

在宅介護のサービスを受けようとしている方に少しでも参考になれば幸いです。

(金子 高橋 正明)

川柳を楽しもう

サークル「ねこやなぎ」(サークル「ねこやなぎ」)とは、川柳をこよなく楽しむ者達のグループである。

新居浜川柳会の代表井原みつ子先生を講師にお迎えして男性八名、女性五名が毎月第四月曜日に勉強会を催すものである。

既に賞味期限が切れた者や切れかかって居る者も何人か居る。決して若さなどで置かれておき毎月一度自分達が出された宿題にのっとり、作った句を持ち寄ってお互いに相手の句を批評し合せて秀句を二句、次句の二句を決める事となる。

五七五の十七文字でより面白く、より可笑しく纏めるのが仲々難しいものである。作者の心の中まで詠みとるのは至難の業であるが、中には腸が捻れる程笑い転げる事もしばしばである。

詠み人知らずの一句を紹介しよう。仮に宿題は「甘い」であるが「ネエちよつと甘えた声についフララ」と詠んだ。

これには先生始め全員で笑い転がった。私も秀句の一つに選ぶ事とした。秀句の最高点を採った句とは「塩少し入れて甘さを引き締める」である。人生訓として誠に味のある一句である。私も勿論の事秀句に選んだのは云う迄も無い。

以上、一例に過ぎないが本当に毎月第四月曜日が待ち遠しい「ねこやなぎ」である。

(金栄 伊藤 敏数)

学園歌壇

サークル「短歌みらい」

人生は半分越すと早いもの残んの生に望みを持たん

越智 麗子

真珠湾に沈みし兵士の涙とう今も重油の

近藤八千世

浮きて漂う

古備前の登り窯跡に木は茂り数多の破片

近藤佳代子

しずかに眠る

病院で泣き叫ぶ子に目もくれず茶髪のマ

松本 玉恵

マはメールを打ちをり

大雨に音立てながれる川の水山からの濁

三好寿恵子

流を今も恐れる

学園柳壇

サークル「ねこやなぎ」

少子化で園児募集に大わらわ

村上美智子

酒が好き桜が好きで妻が好き

細川 衛

正社員募集に出来る長い列

石田 恵子

甘事につられ遠くに来たものよ

伊藤 敏数

どうしても躰は隠せぬ若作り

伊藤 純子

メール打つ青年たちよ顔上げよ

講師 井原みつ子

学園俳壇

サークル「あすなろ」

早春の牧の仔牛の哺乳瓶
銭太鼓演じる背にも冬日差
リハビリの窓に吹雪の横なぐり

塩崎 蓮長
真田 靖枝
篠原幸太郎

サークル「山茶花」

雛の宴グラスに満たす赤ワイン
古神札燃やし氏子の鬼やらひ
病妻を家族で支へ鬼やらひ

今井ヨリ子
白鳥 佳正
迫田 三雄

サークル「梅」

小春日や瀬戸内らしく風わたる
住む人の絶へたる旧家後の月
山眠る火種となりしダム抱へ

佐々木俊行
佐藤寿見子
曾我部剛生

サークル「つじ」

文庫本二冊のせある春炬燵
中古屋の化粧直しや日脚伸び
寒行の歩幅に乱れなかりけり

浜田美智子
永海 平三
逢坂 繁子

着膨れやエレベーターに乗りそびる

火除護符受く立春の古刹にて
一筆箋で用足る手紙寒明ける

講師 阪上 史琅