

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)



ハーモニカの魅力

高齢者生きがい創造学園
総務委員会 委員長

藤田哲夫

一昔前までは、小学生が楽器演奏を体験的に学ぶための教材として、ハーモニカはそれなりの地位を保っていたと記憶していますが、最近では、ごく普通の家庭が、ピアノでもバイオリンでも買える時代になると、急速に軽んじられるようになり、ついに小学校の教材としてその地位さえ失って忘れ去られつつあると思います。そんなハーモニカに懐かしさを覚えて、3年前に当学園に入園させて頂きました。

開講にあたり先ず、講師の宇佐美進先生が3曲ほど、紹介のために吹いて下さいました。その時の感動は今でもはっきりと蘇ります。ハーモニカという小さな大衆楽器で、今まで一度も聞いたことがなかった、変幻自在なる演奏を自分の目と耳とで確かめる事ができたからです。超一流者の手にかかるこのような変貌を遂げるのは正に驚くべきものでした。

この時以来、月並みな表現ですが、「たかがハーモニカ、されどハーモニカ」は、正にその通りだと考えるようになりました。

さて、その後、ハーモニカの魅力に取りつかれて一生懸命に、皆と力を合わせて頑張っています。しかしながら、練習しても練習しても、なかなか上達はしません。恐らく死ぬまで納得できる演奏はできないと思います。他の人から見るとけっこう上達したものだと思われてきます。それを心のよりどころとして、時間を工夫して毎日の練習に取り組んでいます。辛く苦しい時もありますがハーモニカ仲間の交流演奏会なども、できるだけ参加させて頂き仲間との絆は大きくなっています。

日常の些細なことだつて、追及する気持ちや、創造性さえあれば、いくらでも無限に広がっていくのと同じように、こんな小さなハーモニカから我々は幾つもの幸せを感じることができてしまいます。ですので、できる限り継続して楽しんでいこうと考えています。

| 日曜 | 1月 | 2火 | 3水 | 4木 | 5金 | 6土 |
|----|--|---|--|---|---|------------|
| 午前 | グラウンドゴルフ教室 墨友(書道) 山茶花(俳句) さくら(茶道) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | 絵手紙教室 書硯(書道) ドルチェ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | 男の料理教室 ピアノ教室 書心(書道) ブルースカイ(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 書龍(書道) サンシャイン(写真) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸) | そよかぜ(短歌) 弥生(生花) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) ハッピー(ダンス) わいわいウオーキング | グラウンドゴルフ大会 |
| 午後 | 山野草栽培教室 百描会(美術) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 高齢者社会を賢く生きる 亀池B(陶芸) | ミニッツ(ハーモニカ) シヨパン(ピアノ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 亀池B(陶芸) | 山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球) | |

楽しみのピアノ

(ピアノサークル ソナタ)

私は、住友鉦山社宅を通りかかる時、小学生の頃の記憶が鮮明に蘇るのです。夏休みの宿題の昆虫採集をしていました。その頃、社宅は手入れの行き届いた生垣に囲まれて、立派な社宅が整然と立ち並んでいました。セミを追っていると、社宅の家からピアノの音が聞こえてきて、音にひかれて生垣の隙間から入ると、女性がピアノを弾いている姿が芝生越えに目に入りました。その女性は私の姿に気づき笑顔で手招きし、冷たいジュースを、ご馳走になりながらその女性のピアノを聴いて居ました。

一般家庭にピアノなど無い時代、その優雅な情景は私の記憶に鮮明に焼き付けられました。そして子育てを終え自分の時間が持てるようになった時、その夏の日のことが思い起こされ、ピアノと接することに躊躇はありませんでした。今は、記憶にある女性を遙かに超える年になりました。しなやかで優雅な姿を、その女性に投影しているのかも知れません。階段から落下し肩を骨折しても続けてこられたのは、その夏の日の出会いと思っています。それから、ピアノサークル「ソナタ」の仲間との出会い、高橋恵里先生の色々な教え本当に有難いです。レッスン日が、とても楽しみです。

(中萩 山内 和恵)



ピアノサークル ソナタ
レッスンを受ける皆さん

(写真提供 山内和恵さん)

| 15月 | 12金 | 11木 | 10水 | 9火 | 日曜 |
|--|-------------------------------|--|---|--|-----------------------------------|
| コーラス教室 墨友(書道) あすなろ(俳句) いとこのこ(組み木) ハッピー(ダンス) 桃山D(卓球) | 生け花教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | グラウンドゴルフ大会予備日 四季の組み木教室 書峰(書道) 街道をゆく やまびこ 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | 書道教室 ブルースカイ(ハーモニカ) ソナタ(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 短歌みらい 絵手紙うさぎ みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | 心とからだの健康管理 絵手紙はなみずき 桃山A(卓球) |
| いずみ(短歌) ウツド(組み木) 桃山B(卓球) | 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) | ひろせ(コーラス) | ピアノ10 コンテニュー(ハーモニカ) | | |

生き生き人生

(サークル あすなる)

五十歳の頃から、自分の時間がもてるようになり、これから何を楽しみにして自分が輝けるかと考えた結果が走ることでした。

まずはウォーキングから始め、走る距離を少しずつ伸ばしフルマラソンに挑戦しようとして、制限時間のないホノルルマラソンに五十七歳でデビューしました。四時間半でゴールした時、達成感で泣き崩れ、自分で自分を褒めました。

諦めなければゴールできるマラソンに出会えたことに感動し、これからの人生、年末にはここで走れるよう心身共に元気で過ごすという目標を見つけ、家族の理解もあり十年連続完走しています。

「継続は力なり」でマスターズ全国大会では二位になり、「努力は裏切らない」を信じています。

二年前に俳句を勧めていただき、五七五で詠むこと位しか知らないで入会しましたが、阪上史琅先生にご指導頂きまして少しずつ仲間入りができ始めました。

走る時はいつもポーチに紙と鉛筆を入れて、閃いたことを俳句にしています。

愛媛マラソンを走った時の句

・早春の伊予路を駆けるマラソンマン
・春疾風ランナー泣かせの向かい風

十七文字の自分詩、ちよっとオシャレな自分史を作りながら四季の風を肌で感じて、日々リフレッシュしています。



(角野 東原 昌美)

「ヴェネツィア芸術作品展」観覧

(講座 ラージボール卓球教室)

七月五日、アイテレビ開局二十周年記念、世界遺産魅惑の芸術一千年の都と題した「ヴェネツィア芸術作品展」を観る為に愛媛県立美術館へと向う。館内に入り音声ガイドを借り、イヤホンを耳へ、一番から順に、説明を聞く。

ヴェネツィア共和国は、優れた造船技術のガレ―船やアンドロスの婦人用ドレス、ムラーノ製青色ガラス小杯等が有名である。

ロレンツォ・ロットの天使より戴冠される聖母子(写真参照)、ピエトロ・ロンギの香水売り、サンマルコ広場の行列など多数の作品があった。

イタリアの文化や貴重な作品が紹介され「水の都」ヴェネツィア、風光明媚なイタリアの街、これまで数多くの人々を惹きつけた。

私たちが魅了するのは「瀉ワグナー」に形づくられた比類のない景観でありこの街に引き継がれた無数の芸術作品である。そして現在もお様々な分野の新しい芸術の発信地でもある。

ヴェネツィア共和国(六九七〇―一七九一)で紹介されていた。

この展覧会で「ヴェネツィア」の貴重な作品や歴史資料により文化を発見出来た事は私にとって勉強になり、又、こんな機会があればと思っている。



(惣開 鈴木 勝)

| 日 | 19 | 22 | 23 | 24 | 25 |
|----|--|--|---|--|---|
| 曜 | 金 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 午前 | さつき(生花) ハッピー(ダンス) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | ラージボール卓球教室 書楽(書道) ねこやなぎ(川柳) さくら(茶道) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | 家庭菜園教室 絵手紙教室 みどり(茶道) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | 書道教室 ブルースカイ(ハーモニカ) クロワッサン 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 桃山A(陶芸) | 郷土を歩く 書峰(書道) 歩こう会 ウォークひうち ウォーカーズ別子 フレッシュ2009 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) |
| 午後 | 山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球) | 百描会(美術) 桃山B(卓球) | 書硯(書道) やながわ(川柳) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸) | 俳句教室 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | サンシャイン(写真) ひろせ(コーラス) |

カレた字を書きたい

(書道サークル 墨友)

よく、この字はカレてるな、とかこの人の字はカレていて良いねえ、と耳にする。

カレるは、涸れる、枯れるなどと書く。意味は若さ、うるおいなどがなくなる、とあるが、これが深い味を持つ、老練になる、円熟する、という意味合いにもなるようだ。

今年五月の連休明けに、講師の小野博先生のご尽力で初の書道三サークル合同展示会が市郷土美術館で実現できた。従来はロビー展と学園祭の二回だったが、今年度は一回増えて、より広く、より多くの方々に観ていただくことになった。

会員各自の成果、ひいてはサークル活動の成果をみていただく機会が有るのは嬉しいこととですし、会員、そしてサークルのモチベーションを高めることができると思う。

わたしも書くのは嫌ではない。だから続けられるかぎり続けたい、と思っている。そして見て下さる方々が、せめて「うーん、この字自体は大したことないけど、カレていて味があるなあ」と言ってもらえるような字を目指して進みたい。

この字自体は大したことないけど、カレていて味があるなあ」と言ってもらえるような字を目指して進みたい。



(船木 山本 秀樹)

「生きがい」紙を読んで

(講座 心と体の健康管理)

学園生活も半ば、4月〜9月の「生きがい」紙から印象深いものをまとめてみました。

○茶道・学びの喜び(四月号)

茶道の奥深さを前に、今、学ぶ苦しみと楽しさを実感。

○初めての出来事(四月号)

コーラスで習った唄を母に歌うと、私と繋いだ手の中でリズムをとる。歌の力って凄い。

○素晴らしい仲間(五月号)

学園の門を叩いて十余年、心を許し合える仲間を多く得た。全ての友達が好き。

○絵手紙の楽しみ(五月号)

身の回りの物をよく観察するとその美しさに感動。今まで何とボンヤリ見ていたのか。

○学びのおすそ分け(六月号)

学園は『個人の要望』に応えるだけでなく『社会の要請』に応えることも大切。それが学園の価値を高めていくはず。

○孫に勧められて(六月号)

七十歳まで経験なし。一日一回ピアノの前に座り6年、今ピアノを楽しんでいる。

○同級生との交友(八月号)

学園は机を並べる同級生の集まり。仲間意識と一体感で楽しい学園活動を。

○ホールインワン(八月号)

何歳でも新しい出発はある。ホールインワンの快感。これが若返りと健康の源。

○「生け花教室」を受講して(九月号)

花に心が和む。ゆったりと、一つ一つを生かして、可憐な花は上向きに。

以上、紙面の関係からほんの一部です。後半の学園生活、お互い元気で頑張りましょう。

(中萩 細川 衛)

日曜 午前 午後

26 金 広瀬GG(ゴルフ) 山雄会(カラオケ)

桃山C(卓球) 桃山A(卓球)

29 月 グラウンドゴルフ教室 いとこのこ(組み木)

ウツド(組み木) 桃山B(卓球)

桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)

30 火 ドルチェ(ピアノ) 桃山A(卓球)

別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)

31 水 書心(書道) 桃山B(卓球)

ブルースカイ(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)

◆今月のロビー展◆

(十月一日〜十月三十一日)

絵手紙うさぎ

絵手紙はなみずき

*十一月の予定

組み木グループ

組み木教室(講座)

そよかぜ(俳句)



月一度のリフレッシュ

(サークル フレッシュユ2009)

新居浜を終の棲家と決め、東京から来て三年目、郷土を理解するため学園の講座「郷土を歩く」を受講した。郷土の歴史・文化・地理等の新しい知識と新しい受講者との出会いを得ることが出来た。

有志の自主サークル活動をする事が決まり、3年目に入っているが、月一回の活動が確実に行われ、毎回多くの新しき事に出くわしていることが有難い。

活動内容も年々進化し、年間計画は山・海・名所・史跡巡り、果実狩り……。何でも見て歩くです。行動範囲は県内・香川・徳島に及んでいる。体のリフレッシュを第一とし、歩く距離は10kmが目安、当月の計画は年間計画で決まった担当班が事前に活動を具体的に計画立案し、役員と打合せ決定、Hさんに全員が判り易く、読むのが楽しみな資料を配布して頂いている。

物忘れの激しい年になっているが、お蔭で間違わないで済んでいる。

一度、車で出かけたことのある場所でも我がサークルで愉快地楽しくワイワイ言いながら歩いてみると、以前の景観と違うことに気が付いて帰路につく。月一度の心身リフレッシュが出来たと思える時である。

何時までも今の仲間と楽しく歩けるように願っている。

(S・D)

「泣ける歌」の紹介

(川柳サークル ねこやなぎ)

2009年3月3日に日本テレビ系で放送の「誰も知らない泣ける歌」で紹介され広く知られるようになった「手紙」親愛なる子供たちへ」をご紹介します。

この歌は題名のとおり、年老いた親が自分の子供に向けた手紙の形をとっております。元の歌詞はポルトガル語で書かれており、作者不詳だそうです。

この歌の歌手は樋口了一氏ですが、樋口氏の友人、角智織氏が偶然届いたチェーンメールの中からこの歌の元になるポルトガル語の詩を発見します。角氏はこの詩に感銘を受け翻訳、樋口氏に見せたところ樋口氏も大いに感銘を受け、曲を制作・発売に至ります。

そしてこの歌は、2009年の日本レコード大賞優秀作品賞及び日本有線大賞有線音楽優秀賞を受賞しております。

この詩を下欄に掲載いたします。高齢の親御様を抱えている方には身につまされる内容だと思います。また、まだまだ若いと思っておられる方でも、老いるとはどのようなことを考える一助になればと思います。そして、若いへの理解と覚悟を持つてお互いにいたわり合いたいものです。

この歌を聴きたい方は、ユー・チューブにアップロードされていますので視聴されてはいかがでしょうか。

なお、下欄の詩は長文のためフォントを小さくしました。ご了承下さい。

(金子 高橋 正明)

手紙 ～親愛なる子供たちへ～

【作詞】不詳

【訳詞】角 智織

【日本語補詞】樋口 了一

【作曲・歌手】樋口 了一

年老いた私がある日今までの私と違っていたとしてもどうかそのままの私のことを理解して欲しい。

私が服の上に食べ物をこぼしても靴ひもを結び忘れてもあなたに色んなことを教えたように見守って欲しい。

あなたと話す時同じ話を何度も何度も繰り返してもその結末をどうかささげずにうなずいて欲しい。

あなたにせがまれて繰り返して読んだ絵本のあたたかな結末はいつも同じでも私の心を平和にしてくれた悲しいことではないんだ消えて去って行くように見える私の心へと励ましをまなざしを向けて欲しい。

楽しいひと時に私が思わず下着を濡らしてしまったりお風呂に入るのをいやがるときには思い出して欲しい。あなたを追い回し何度も着替えさせたり様々な理由をつけていやがるあなたとお風呂に入った懐かしい日のことを悲しいことではないんだ旅立ちの前の準備をしている私に祝福の祈りを捧げて欲しい。

いづれ歯も弱り飲み込むことさえ出来なくなるかも知れない足も衰えて立ち上がる事すら出来なくなつたならあなたが弱い足で立ち上がるように私に助けを求めたようによろめく私にどうかあなたの手を握らせて欲しい。

私の姿を見て悲しんだり自分が無力だと思わないで欲しい。あなたを抱きしめる力がないのを知るのはつらい事だけど私を理解して支えてくれる心だけを持っていて欲しい。きつとそれだけでそれだけで私には勇気がわいてくるのです。

あなたの人生の始まりに私がしっかりと付き添ったように私の人生の終わりに少しだけ付き添って欲しい。

あなたが生まれてくれたことで私が受けた多くの喜びとあなたに対する変らぬ愛を持って笑顔で答えたい。

私の子供たちへ
愛する子供たちへ

森の病院

(サークル 短歌みらい)
 私は森の病院に月二回自転車で通っている。注射もしなければ薬もくれない。保険証も診察券もいらない。定年後十余年、大した病気もせず、飲み続けていた薬をやめても元気でいられるのは、この病院のおかげである。
 あわて者の私は生れてきた時に運動能力と美的感覚を母のお腹の中に忘れてきた。病弱で、花の識別さえ十分に出来ない、取るところがない私を鍛えてくれたのがこの病院である。

船木の市民の森に万葉植物園がある。かつては百余種の万葉植物が育っていた。平成十六年の大災害でほとんど壊滅。追い打ちをかけるようにそれまでであった市の援助がすべて打ち切られた。再開を始めてすぐ猪による被害で大きな打撃を受けた。

私がこの万葉植物園を知ったのは当学園の山野草栽培教室である。数年前亡くなられた神野一郎先生のお誘いにより、弁当と怪我は自分持ちということと通い始めた。私はほかの人の作業をポケーと眺めていることも多かつたけれど、鳥の声を聞き、緑の空気を吸い、汗を流しているうちに病気は逃げていった。薔薇とチューリップぐらいいしか知らなかった私が、多くの花の名前を教わった。そして悲しいことにほとんど記憶に残っていない。

万葉植物園の作業員は少ない。私も自転車であと数十年通えるわけでもない。健康を望み、自然を愛する人が一人でも多くこの病院へ通院されることを望んでいる。



(角野 瀬崎 貞三)

学園歌壇

サークル「短歌みらい」

スイーツを一口ほおばり「ヤバイ」と言う若者言葉に戸惑いていつ

竹内 芳子

あかがねの色した露頭が別子銅山の三百年のロマンを秘める

齊藤 哲雄

夕焼けの羊蹄丸に銅鑼響く津軽海峡二度と渡らず

鴨田 光弘

サークル「いずみ」

鈴虫は色は黒いが鳴き声は澄んだ水色耳そばだてる

横川 若水

虫たちのグランドオータムコンサート季節はすでに秋へと移ろう

金子由美子

若き日は思い至らず父母のこと盆にも息子等の時間流るる

桑原八重子

学園柳壇

サークル「やながわ」

総選挙風が頼みの立候補

小野よしのぶ

噂聞きたびに行きたい風の盆

河端 照満

人生に吹く風いつも向かい風

合田 修身

サークル「ねこやなぎ」

それぞれの昭和を生きたクラス会はつらつとサマータイムの二十五時

細川 衛

野心とは心の隅に潜む鬼

石田 恵子

脱ぎ捨てた殻を恋しく思う秋

伊藤 敏数

学園俳壇

サークル「そよかせ」

校庭の石碑古ぶ敗戦忌
 標的は妻の背中や草矢射る
 遠まわりするやフェンスの時計草

福本 蝶子
 高橋いたる
 工藤 孝子

サークル「あすなる」

紫陽花の一万本の中歩るく
 短日や路上画商の早仕舞
 ビールの泡抜けてしまいいし長電話

松本 義男
 森実みよ子
 青野 幸永

サークル「山茶花」

ジャム・ジュース妻は軽やか実梅選る
 拓本の取りし摺り跡句碑灼くる
 春一番室戸の波濤荒れ狂ふ

長尾 健治
 白鳥 佳正
 迫田 三雄

花茨荒れ放題の墓がある
 籐椅子の古りて飴色吾が常座

冷房のドアのノブまで冷えてゐる

講師 阪上 史琅

ご恵贈お礼

◎ロビー生け花 九月度

鴻上 美智甫 様 (講師)

◎川柳にはいま九月号

にはいま川柳会 様

講師

井原みつ子