

学園祭準備(3/5・6)及び当日(3/7)の駐車場について



㊤全面駐車禁止

【3/ 5 ・ 6】:公園内駐車場の広瀬歴史記念館専用スペース、大型バスのエリア
【当日 3/7】:公園内駐車場の広瀬歴史記念館専用スペース、大型バスのエリア、
学園北側駐車場(事務室入口側)

駐車場

公園内駐車場(第一駐車場)⇒学園の西側駐車場
グラウンド内(第二駐車場)⇒グラウンド中の駐車場
グラウンド南(第三駐車場)⇒グラウンド上の駐車場
学園北側駐車場(事務室入口側)⇒当日、来賓及び講師(出場・出品する講座・サークル)専用の駐車場



	3/5(木)	3/6(金)	3/7(土)
搬入の方 搬出の方	「公園内駐車場」に入り、学園 玄関へ荷物搬入後、「公園内駐 車場」か、「学園北側駐車場」へ (空いていない場合はグラウ ンド南)	「公園内駐車場」に入り、学園 玄関へ荷物搬入後、「公園内駐 車場」か、「学園北側駐車場」へ (空いていない場合はグラウ ンド南)	14:30以降、「公園内駐車 場」「学園北側駐車場」に空き があれば、可 (空いていない場合はグラウ ンド南)
設営の方 撤収の方	「公園内駐車場」か、「学園北 側駐車場」へ (空いていない場合はグラウ ンド南)	「公園内駐車場」か、「学園北 側駐車場」へ (空いていない場合はグラウ ンド南)	14:30以降、「公園内駐車 場」「学園北側駐車場」に空き があれば、可 (空いていない場合はグラウ ンド南)
駐車許可 のある方	「公園内駐車場」 (空いていない場合はグラウ ンド南) ※許可証は、講師や身体の不自由な方のみの発行となり、2月3日(火)～2月27日(金)の期間 に事務室への申請が必要です。 ※許可証があっても駐車できない場合があります。このことをご了承いただける方に限り発行 いたします。	「公園内駐車場」 (空いていない場合はグラウ ンド南)	「公園内駐車場」 (空いていない場合はグラウ ンド南)

【グラウンドのライン引き】 ○3月4日(水)午前 グラウンド南駐車場
○3月5日(木)午前 グラウンド上駐車場

- 当日は駐車場整理担当係の指示に従ってください。
- 事故等の発生の際は、当事者間で解決処理してください。

16	13	12	10	9	日
月	金	木	火	月	曜
墨友書道 組み木 さくら(茶道)	グラウンドゴルフ教室 オカリナ教室 コーラス教室 桃山D(卓球) 桃山D(卓球)	広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) しあわせパンパン ハッピーダンス ピアノ10(ピアノ)	四季の組み木教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	コーラス教室 あかねGGゴルフ 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸) 書楽(書道)	午前
アル・コンテ(ハーモニカ) 和音ピアノ 桃山B(卓球) つれづれ俳句 百描会(美術)	季節の料理教室 桃山A(卓球) 山雄会カラオケ なこみ茶道	組み木 コーラスひろせ 桃山E(卓球)	短歌みらい(短歌) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	アル・コンテ(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) ねこやなぎ川柳	午後

生きがい

2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ー一

代表者会 広報委員会

(844-48126)

日常生活について思うこと

高齢者生きがい創造学園
代表者会副会長

伊藤 勝美



2026年が華々しい1年になることを願いつつ
ペンを取っています。

高齢者生きがい創造学園代表者会の副会長と大変
な役を引き受け6年が過ぎました。役に立ったのだろ
うか、役に立たなかったのではないかと、思っている
今日この頃です。

後期高齢者となった私の人生、いかに健康で認知症
にならない為にどうしたらいいのか思い悩んでいま
す。

加齢とともに心身の活力、運動機能や認知機能等が
低下し、身体的な問題、精神的な問題、社会的な問題
があります。外出や社会との交流が減少せず、閉じこ
もりなどしないで1日過ごすようにするつもりです。
そのために、趣味を大いに活用して外に出ています。
私の趣味は大正琴、フラダンス、パン作りです。パ
ン作りは生きがい創造学園でクロワッサンのサーク
ルに所属しています。フラダンスは公民館グループで

お稽古しています。

大正琴は毎週木曜日にし
ています。大正琴は新居浜
市の春の文化祭、秋の芸術
祭に参加、また校区の行事
に参加、福祉施設慰問する
等と外出するようにしてい
ます。

さて、最後に大きなイベ
ントがあります。

令和8年3月7日土曜日
第34回学園祭があります。
皆様の協力で学園祭を盛り
立てて行きましょう。
よろしくお願いします。



新居浜市・秋の芸術祭にて演奏

6	5	4	3	2	日
金	木	水	火	月	曜
俳句教室 書道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸) メヌエット(ピアノ) ハッピーダンス	別子GGゴルフ 桃山D(卓球) 書龍(書道) 亀池B(陶芸) 茶道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球)	家庭菜園教室 篆刻教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) みどり(茶道) 音の輪(オカリナ)	グラウンドゴルフ教室 コーラス教室 オカリナ教室 組み木 墨友(書道) 桃山D(卓球) さくら(茶道)	桃山B(卓球) 和音ピアノ 百描会(美術) 組み木 アル・コンテ(ハーモニカ)	午前 午後

ピアノサークル メヌエット

歌とピアノ



私は子供の頃から、歌うことが大好きだった。たしか小学3年の時、当時大ヒットしたフランク永井の「有楽町で逢いましょう」を歌っていた記憶がある。したがって、歌に関しては大変ませた子供であった。大人になってからは、兄の影響もあってか、石原裕次郎の歌に惚れ込んだ。ムード歌謡に魅了され、大好きな風呂に入っていると、つい口ずさんでいる。さて、ピアノサークルに入ってから4年になる。最初の頃は、右手と左手を同時に動かすなんて神業で、人間の脳って本当に2つの事を同時に出来るのだろうか。しかも、指番号とかリズムとか謎の記号の解釈に困惑する日々であった。

そんな日々が続く中で、半年たつと何となく両手で弾くことが出来るようになった。そして、無理だろうと思っていた曲が、少しずつ弾けるようになった。最初の1年間は、無我夢中でピアノ教本を最初から順番通りに弾いていたが、2年目からは余裕もでき、自分の好きな裕次郎の「夜霧よ今夜も有難う」「黄昏のビギン」などに挑戦している。メロディーも知っていて、曲の感じもつかめているので、楽しく弾いている。究極は弾き語りをしたいと思っているが…

（高津 石倉 謙二）

卓球サークル 桃山C

『まだまだいける！』



58歳からの7年間は主人の両親の介護と、5人の孫の出産ラッシュに明け暮れ、てんやわんやの日々だった。

60歳になったら、「高齢者生きがい創造学園」であれもしたいこれかもしれないと思っていたのが、5年遅れの入園となった。パン・和菓子・家庭菜園・書道の講座を経て、桃山C卓球サークルに参加させていただいた。とはいっても、卓球はド素人。「あれっ私、選択間違ったかしら？」と後悔しつつも、先輩方の素晴らしいプレイを見て、「私もうまくなりたい！」との思いが沸き上がり、皆様に教えていただきながら、はや1年半が過ぎた。

結論！桃山Cに出会えて、本当に良かった。汗をかくことが、ボールを打ち合うことが、こんなに気持ちがいいとは知らなかった。振り返れば、私の周りには卓球関係者が結構いたのに、卓球をすることにあまり縁がなかった。私の人生における大きなターニングポイントだった。

人生において「出会い」は大切。65歳を越えてこんなに充実感を味わうことができ「私、まだまだいけるじゃん！」って思えたことが本当に嬉しい。

こんな出会いの場所を作ってくれたすべての関係者の皆様に、心から感謝申し上げます。

（角野 藤田 明美）



桃山Cの皆さんの練習の様子
有り難いアドバイスも！！

メヌエットの皆さん

一人一人のレッスンをみんなで
見守る



日曜	午前	午後
27 金	茶道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) ピアノ10(ピアノ) ハッピーダンス	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) なこみ茶道
26 木	(予備) 学園祭GG大会	
	別子GGゴルフ 桃山D(卓球) 書峰書道 亀池B(陶芸)	モーツァルトピアノ 桃山E(卓球) コースひろせ 亀池B(陶芸)

※状況により予定を変更する場合がございます。
最新の情報または詳細は各サークル代表者にお問い合わせください

2025愛媛新聞短詩型文学賞
俳句
櫛部天思選 優秀
国境を越ゆる折鶴冬茜
つれづれ(俳句サークル) 寺村 洋子
豊田みゆき選 優秀
遠足の列に加はる知らぬ犬
つれづれ(俳句サークル) 和田 恒夫
木下節子選 優秀
公園の土管をくぐる小春風
つれづれ(俳句サークル) 和田 恒夫

日曜	午前	午後
17 火	篆刻教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 音の輪(オカリナ) 亀池B(陶芸) みどり(茶道)	桃山A(卓球) コモドピアノ 亀池B(陶芸)
18 水	書道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 美味しんぼ(料理) 亀池A(陶芸)	桃山B(卓球) たんぼぼ(生け花) 亀池A(陶芸)
19 木	別子GGゴルフ 書龍(書道) 桃山D(卓球)	コースひろせ 桃山E(卓球)
20 金	広瀬GGゴルフ メヌエット(ピアノ) 桃山C(卓球) ハッピーダンス	なこみ茶道 桃山A(卓球) 山雄会カラオケ
24 火	別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 組み木 学園祭GG大会	桃山A(卓球) アリスピアノ 学園祭GG大会
25 水	広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸) 書心(書道) クロワッサン(料理) 学園祭卓球大会	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) 学園祭卓球大会



「窓」は読者の皆様の
自由な投稿コーナーです。
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 など
写真・イラストなども(単独でも)大歓迎です。

ペンネームまたは匿名での掲載も
可能です！！



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。

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。

学園俳壇

サークルつれづれ

入院の朝作り置くおでん鍋 寺村 洋子
やっちゃった顔のすじ跡春炬燵 明星 妥子
登校の手編みマフラーおしゃれ巻き 亀井喜一郎
ちんころの腹擦りゆく枯葉径 講師 猪瀬美智子



学園柳壇

サークルねこやなぎ

気も若く又一年を駆け抜ける 伊藤たみ子
ヒットマン熊すみやかに退治せよ 岡部 直美
銘柄を楽しむ旅籠雪見酒 小田登美夫
色褪せたジーンズだけ捨てられぬ 講師 井原みつ子



学園歌壇

サークル短歌みらい

ピアノ弾く指にこぼれる思い出は記憶の海へ 暮れなすむ部屋
何時もなら香りただよう金木犀 三度目となるレタスを時けり
コスパ良きレンジでチンのコップ酒 湯気に揺られて解けし心 大西 武
近藤佳代子
清水 哲夫



この「生きがい」は新居浜市の
ホームページでご覧になれます。
このQRコードをご利用ください。



ご恵贈
お礼

◎ロビー生け花 令和八年一月度
神野 早希南 様(講師)
◎川柳にいま 令和八年一月号
にいまは川柳会 様

大相撲

が大人気ですね。初場所は、安青錦
の優勝で幕を綴じましたが、なか

なか面白かったと思いませんか。若い元気の良
い力士が次々と台頭してきて、絶対的な横綱が
君臨していた時代とは違い、今は誰が勝つか
最後まで分からない。その不確かさが、かえっ
て相撲ファンを土俵に引き寄せる力になっ
ているように感じます。

若い力士が思い切りよく当たり、ベテランが
経験で受け止める。そのせめぎ合いに、つい見
入ってしまう方も多いのではないでしょう。か
体格だけでは勝てず、立ち合いや土俵際の一
瞬が明暗を分ける。負けた力士が深く頭を下げ
る姿を見ると、勝敗以上の何かがここにはある
と、思わずうなずいてしまいます。

変わり続けるからこそ伝統は生きる。今の太
相撲の面白さも、そこにあるのかもしれない
ん、そう思いませんか。(生きがい子)

あとがき

オカリナサークル 音の輪

たかがオカリナされどオカリナ

オカリナは気軽に始められ、私も自己流で吹いてい
た時もありましたが、仕事や親の介護などで時間に追
われ遠のいていました。

数年前にオカリナ演奏動画を見て感動し、学べる教
室を探していたところ、当学園のオカリナ講座を見つ
けて申し込んだのが2年前です。

第1期講座生となったものの、半音階がなかなか覚
えられない。指が思い通りに動いてくれない。腹式呼
吸で結構しんどい。など、「若い」を感じながら、付い
ていけるんだろうかと不安もありました。

そんな状態でも、堤 智子先生が「この所をもう1
回、もう1回」と辛抱強く熱心に指導してくださり、
そのおかげで苦手な箇所が吹けるようになったとき
は、心の中でガッツポーズをしています。

現在私は、サークルになったオカリナ「音の輪」で
活動しています。デュエット(2重奏)、アンサンブル
(3重奏)に四苦八苦しながらも、先生方と仲間と共に
和気あいあいと練習をしています。

そして、オカリナに興味を持った夫が第2期講座生
として学んでいます。夫は私とは違い毎日コツコツと
練習していて、その取り組み姿勢に感心し、私も頑張
る励みになっています。結婚して、10年、初めて夫婦
共通の趣味ができ、会話も増えたように思います。

これからもオカリナが、夫婦円満の架け橋になり
ますように。
(中萩 井月 美代子)



音の輪の皆さん



ゴルフサークル 別子GG

野菜を 作ろう



最近の天候不順等で、野菜の成育が悪く値段
が高騰していますが、高齢者になると、植物纖
維不足で便秘などになります。それを補うのに
市販のサプリメントを飲用している人が多いよ
うです。

私は土地を借りて、野菜を20種類程作ってい
ますが、これが大変です。土づくり・種まき・苗
の移植・追肥・夏場での水やりなど、するべきこ
とが多く手間暇がかかる大変な作業です。しか
し無農薬で作った野菜は市販のとは全然味が違
います。自宅では、畑で作った新鮮な野菜を家
内が料理してくれ美味しく食べています。

又、野菜作りは、鍬打ち・畝作り・水やりなど
体力を使うので、運動不足の解消にもなります。
野菜は連作障害が起きると成育や実入りが悪
くなるので、年々植える場所を考える必要が有
り、認知症予防にも役立つと思います。畑で真
っ赤に熟したトマトは甘くて美味しいですよ。
皆さんも野菜作りを初めてみませんか。
(中萩 北條 勝)