

生きがい

8月号

編集発行

新居浜市高齢者生きがい創造学園
新居浜市上原二一八一
代表者会 広報委員会
(☎四四一四八二五)

学園生活を顧みる

高齢者生きがい創造学園
体育委員長

久門 薫



今年度体育委員長を務めます桃山Cの久門 薫です。宜しくお願い致します。

私は、平成23年にラージボール卓球教室を受講し翌年桃山Cに入会致しました。その端緒は、主治医の「貴方にとって一番の薬は運動ですよ」との一言にあります。

以来今年で15年目になりますが、仲間助けられながら続けて来ました。おかげ様で、服薬をしながらですが、血糖値の数値も6点台前半を保っています。

入会当初の桃山Cは、会員数も50名を超え、恒例の「桃山C杯」も常に12組以上のスリダブルスのリーグ戦を年に4回実施していました。しかし近年は、高齢を理由に退会される方が多く、会員数が半減し、6組でのリーグ戦を年3回行うのがやっとの有様です。

さて、高齢化による弊害の発生は、当学園の各サ

ークルに共通の課題でもあるようです。

平成6年以来毎年（コロナ禍を除く）開催されてきた10月の学園グラウンドゴルフ大会も、当番GGサークルから、高齢化と会員数の減少を主たる理由として「大会の運営ができないので中止にして欲しい」との申し出があり、3月と5月に体育委員会を開き協議しました結果「中止やむなし」との結論に至りました。もちろん正式な中止の決定は代表者会においてなされるべきものですが…。

個人的には、ひと月以上も前からチームを組み練習を重ねて参加してきた大会であり、様々な思い出の多い大会ですので「中止」は残念です。

代表者会並びに学園生各位のご尽力により、早い機会に再開されることを切に願うものです。

◀ 新居浜市高齢者生きがい創造学園 ▶ 令和8年度 桃山杯ラージボール卓球大会開催要領



1. 目的

新居浜市高齢者生きがい創造学園で活動している、ラージボール卓球サークル生の親睦・交流を図るとともに、共に学ぶ喜びを共有し、学園事業の推進に寄与する。
2. 主催

新居浜市高齢者生きがい創造学園（新居浜市教育委員会 社会教育課）
3. 主管

学園卓球サークル（桃山会A・B・C・D・E）
4. 担当

サークル桃山C
5. 実施日

令和8年9月8日（火） 9：00～17：00
6. 会場

新居浜市市民体育館（2階 大競技場）
7. 参加者

学園卓球サークル（桃山会A・B・C・D・E／講座生） 計 約100人
8. 競技方法

大会参加者をA～Dの4グループに分ける。
各グループ共に3ダブルス総当たりのリーグ戦とする。
なお、競技方法・詳細は、合同会議で決定する。
9. 式次第

○開会式

・開会宣言

・代表者挨拶

・競技説明

○閉会式

・開会宣言

・成績発表及び表彰

・閉会挨拶
10. 運営時間

9：00～9：45

競技場設営、開会式、公式練習

9：50～12：00

競技（試合）

12：00～12：50

昼食

12：50～15：30

競技（試合）

15：30～

閉会式、競技場片付け

21	20	19	18	17	13	12	日
金	木	水	火	月	木	水	曜
本革で小物作り教室 広瀬GG（ゴルフ） 桃山C（卓球） メヌエット（ピアノ） ハッピーダンス	桃山D（卓球） 書龍（書道）	桃山C（卓球） 亀池A（陶芸） 家庭菜園教室 おまん美味パン教室	桃山E（卓球） 亀池B（陶芸） みどり（茶道）	桃山D（卓球） 墨友（書道） さくら（茶道） 組み木	桃山D（卓球） 書峰（書道）	広瀬GG（ゴルフ） 桃山C（卓球）	午前
桃山A（卓球） 山雄会カフオケ なごみ（茶道）	桃山E（卓球）	桃山B（卓球） 亀池A（陶芸）	桃山A（卓球） 亀池B（陶芸） コモド（ピアノ）	桃山B（卓球） つれづれ（俳句） アル・コンテハーモニカ 組み木	桃山E（卓球） 組み木 コースひろせ	桃山B（卓球）	午後

10	7	6	5	4	3	日
月	金	木	水	火	月	曜
桃山D（卓球） 書楽（書道）	広瀬GG（ゴルフ） 桃山C（卓球） メヌエット（ピアノ） ハッピーダンス	桃山D（卓球） 亀池B（陶芸）	広瀬GG（ゴルフ） 桃山C（卓球） 亀池A（陶芸） 書心（書道）	篆刻教室 ピアノ教室 桃山E（卓球） みどり（茶道）	オカリナ教室 桃山D（卓球） 組み木 墨友（書道） さくら（茶道）	午前
桃山B（卓球） 百描会美術 アル・コンテハーモニカ ねこやなぎ（川柳）	山雄会（カラオケ） 桃山A（卓球） なごみ（茶道）	桃山E（卓球） 亀池B（陶芸）	桃山B（卓球） 亀池A（陶芸）	桃山A（卓球） 短歌みらい（短歌）	アル・コンテハーモニカ 桃山B（卓球） 組み木 和音（ピアノ）	午後

陶芸サークル 亀池会

陶芸サークルへのお誘い



過日開催された代表者会において、陶芸サークル（亀池会）に関する取扱いが変更されました。これまでの入会資格には、「当該講座を修了した者のみ」という制約がありました。ところが、4年ほど前に当該講座であるべき「陶芸教室」が廃止されており、必然的に会員の募集ができない状況になっておりました。それが今回の改訂により、学園の卒業生であれば誰でも入会できるということになりました。

学園における陶芸教室には約30年の歴史があり、過去には会員数が2百名に達する程の盛況を呈する時期もありました。ところが現在では会員が68名にまで減少しております。経験を積んだ人もいれば、私のように単に粘土いじりの域を出ない者もいます。

陶芸の起源は古代に遡ります。縄の文様による縄文土器に始まり、連綿と続く時代の変遷を経て、今日のように芸術的な創作活動になったのです。土の塊、それを進化させ続けた悠久の時の流れ、歴史のロマンを共に辿ってみませんか。

（泉川 岡部 信）

コーラスひろせ

歌う喜び



「コーラスひろせ」に仲間入りさせて頂いて、もう15年以上になりました。毎年5月の第2木曜日から始まる練習。何年経っても、新しい楽譜を受け取る時は、「今年はどんな曲を歌うのだろう。好きな曲は入っているかしら」とわくわくします。

奥坂聰子先生がえらばれる曲には、毎年必ず、世界の平和を願う曲が入っています。今年3月の学園祭でもいろいろな曲を発表しましたが、アンパンマンの作者やなせたかしさんが作詞された「アンパンマンのマーチ」「手のひらを太陽に」も歌いました。どちらも楽しい曲ですが、その中に、過酷な戦争体験を通した、平和への祈り・生きている喜び・命の尊さが紡がれています。

今までの楽譜を見返してみると、「こんなにたくさん曲を歌ったのか」と、改めて驚きます。完璧には仕上がらなくても、1年近くかけて難しい曲に挑戦する過程、そして、うまく歌うことができた時の気持ち良さは格別です。

高い音が出にくくなったり、息が続かなかったりと、年を経るにつれて問題も出てきましたが、奥坂先生の若さとパワーにあやかっ、もう少しつづけられたらと思います。

アンパンマン歌ふシニアやうららけし 佳子

（角野 中原 佳子）



やなせたかしさんの指揮?!で合唱



コーラスひろせの皆さん



※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

31月	28金	27木	26水	25火	24月	日曜
桃山D(卓球)	桃山C(卓球) ピアノ10(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) ハッピーダンス	書峰(書道) 桃山D(卓球)	書道教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	ヘルスケア教室 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	ラーシボール卓球教室 桃山D(卓球) 書楽(書道) 組み木	百描会美術 桃山B(卓球) アル・コンテ(ハーモニカ)
桃山B(卓球) アル・コンテ(ハーモニカ)	桃山A(卓球) 山雄会(カラオケ)	モーツァルト(ピアノ) 桃山E(卓球) コーラスひろせ	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	暮らし筆ペン教室 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸) アリス(ピアノ)		

茶道サークル なこみ

椅子とテーブルの茶道なせ



茶道の立礼式（りゅうれいしき）は、椅子とテーブルを使って行う立礼棚を用いたお点前です。正座の苦手な方や海外の方にも楽しんでもらえるように、時代の変化に合わせて取り入れられた画期的なお点前です。用途に応じて様々な立礼用の棚が考案されました。その中のひとつ御園棚は、裏千家十四代淡々斎によって考案された棚です。

3月の生きがい創造学園の学園祭では、この御園棚を用いてお茶会が開かれています。

今年の学園祭では、未熟な私ですが、お点前をするようになりました。

たくさん稽古したこと。

着物を着たこと。

明正寺桜が咲いていたこと。

少し肌寒い陽だまりの中でお点前をしたこと。

楽しい思い出となりました。金村宗裕先生ありがとうございました。正座の苦手な私にとって立礼を取り入れてくださった先生、学園の方々に深く感謝します。

これからも年を重ねながら、伝統文化である茶道の時間を大切にしていきたいと思っています。

（大生院 伊藤 三恵）



料理サークル しあわせパン

パンのいい香り しあわせ!!

講座、サークル合わせて3年目になります。もともとパンは大好きでしたが、材料をこねたり、発酵させたりが分からないので、自分で作ることは全く考えにありませんでした。

初めて、講座で焼いたパンはフワフワで焼きたてはなんておいしいんだろうと感激しました。毎回今日はどんなパンだろうとワクワクです。家でも出来そうやってみようと、パンを焼くようになりまし。作業が雑なので、サークルで焼くほどにはうまくいきませんが、でも、美味しいパンが焼けた喜びはひとしおです。

グループの人達と協力し合って、準備したり、パンの成型をしたりするのも面白いです。出来上がったおしゃべりしながら試食するのも楽しいです。

ご指導の堤智子先生から、体にいい砂糖、塩、油などの話を聞くのも大好きです。自分の食を振り返りすぐにやってみようと思ってしまう。

最近友達に紹介された本の中に心をご機嫌にする「魔法の言葉」がありました。樋口恵子さんと和田秀樹さんの本です。

和田 ①何とかなるさ ②毎日実験

樋口 ①ま、いっか ②楽しくなくても楽しげに

生きる

パン作りはこの言葉を体現し、元気に活動できる源になっています。（大生院 伊藤 喜久美）



しあわせパンの皆さん



ペンネームまたは匿名での掲載も可能です!!

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



幸齢社会を賢く生きる講座より

デタラメ語?



友人の運転でお四国参りをしているが、弘法大師の修行の道を進むにはほど遠く、私は後部席で駄菓子をつまみながら道中の風景を楽しんでいる。

「車中から歩き遍路に手を合わせる」

結構外国の人も多い。年配のご夫婦、家族連れ、若い女性も。声を掛けてみたいと思うのだが「Where are you from?」の後が続かない。

そこで思い出すのが講座で聞いた芸の虎や志さんの落語である。インバウンドが増えても言葉が解らないので商売にならないと嘆く店主は「デタラメ語でいいんだよ。人間同士通じ合うもんだ」とそのかされる。意を得た店主は口からで出まかせに言葉を繋ぎ、早口で、しかもカタコト日本語風の妙な抑揚をつけてテンション高くまくしたてる。相手の頭の中ではO×△□@×:が飛び交ってチンプンカンのはずなのに、最後はハグしあって「なっ、そうだろう」となる。本当にこんなと世界はもっと穏やかだろう。

とはいえ、デタラメ語は思っ以上に難しく、即興では尚更。皆さん暇つぶしに創作してみてください。思わず笑いがこぼれて、言葉の壁を超える練習になるかもしれません。

「コロツーツー&ミー・ハア・ナムダイシヘン
ジョウコンゴウ」

(中萩 神野 さかえ)



山茶花の散りたる庭に

苔むして

少しの風に

煌めく花びら

幸舟

さざんかの ちりたるにわに

こけむして

すこしのかぜに きらめくはなびら

さ／ち／こ／す／き／幸子好き

折句 短歌の頭を第一句から第五

句へと拾うとメッセージになる



ご惠贈
お礼

◎ロビー生け花 令和八年七月度
神野 早希甫 様(講師)
◎川柳にはま 令和八年七月号
にはま川柳会 様

学園歌壇

サークル短歌みらい

「ちよつと来い」甲高く鳴く小綾鶏の声に目覚めぬ夏の夜明け
仕事終え一杯のコーヒー疲れ取れ よう頑張った自分を誉める
カメムシは尻っこき虫と呼ばれてもちつともカマヘン桑の実甘い

竹内 芳子
高橋 正一
徳永 康夫

学園柳壇

サークルねこやなぎ

老いた犬寝転んだまま尾っぽ振る
生けるもの覇権争いエンドレス
Aに頼り警察沙汰にした
アドバイスやっとわかった母の年

白川 英男
高橋 恵
高橋 正明
井原みつ子

学園俳壇

サークルひぐらし

ところてんするりつるりと通りゆく
半ズボンにはかみ隠れる膝坊主
螢火や闇き温気をわけて交ひ

清水 哲夫
吉田 康雄
河野みどり

サークルつれづれ

貨物列車踏切閉まり梅雨に入る
干したての洗濯物に初夏の風
一本のバナナ分け合ふことの幸
花菖蒲濃き紫へカメラ寄る

講師

猪瀬美智子
藤本 進
村上 泰雄
和田 恒夫

あとがき

夏の思い出

NHKに「音楽遊覧飛行」というラジオ番組があります。

先日、「夏の思い出」という抒情歌が「〇〇さんからのリクエストです」という、ある年配の女性の手紙の内容とともに紹介されました。

その人は、学生時代に仲間達と尾瀬に行った思い出を綴っていました。「水芭蕉」を見たかったが既に遅く、ニッコウキスゲが一面に咲いていて綺麗だった。「夏の思い出」を聴くと懐かしい…。

「〇〇さん」というのは、実は私がメールなどでよく使うニックネーム。私が投稿したみたいでビックリ!?、内容も私が体験したことと似ていて二度ビックリ!。

私は関東在住の時に尾瀬に行きました、白い水芭蕉を見たくて。夏の盛りで、ニッコウキスゲの黄色が一面に広がっていましたが、水芭蕉は見当たりませんでした。あとで地元の人に話すと、「ひと月早かったら見られた」と言われました。

ニッコウキスゲが満開の木道を、残念な思いを抱えながら歩いた、あの時のことが懐かしく思い出されます。尾瀬の水芭蕉を見たいという望みはもう叶いません。

(生きがい子)

この「生きがい」は新居浜市のホームページでご覧いただけます。
このQRコードをご利用ください。

