

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)

神様からの贈り物



元南海放送アナウンサー
生きがい創造学園 講師

松田 はつみ

私は、縁あって、おしゃべりの仕事に携わってきました。そうして思うことは、つくづく言葉は、奥が深いということです。

同じ言葉でも、使い方によっては、伝わり方も違います。使う場所や状況、相手の心境や体調によって、受け取り方も違うでしょう。

たとえば、言葉を大好きな珈琲におきかえてみましょうか。珈琲を疲れた時にいただいたらどうでしょう。朝から何杯も飲んでいたらどうでしょう。病気などで、我慢していた後の初めての一杯はどうでしょう。

また、同じ珈琲でも、分量や入れ方によって、おいしさも変わってくるし、工夫して、いろんな楽しみ方ができるのも忘れてはならない点です。

言葉も、同じように、TPOを考えつつ、使い方によっては、また、選び方によっては人の人生を大きく左右することもあるのです。誰かのひとことで、落ち込んだ気分から救いだしてもらったという経験をお持ちの方も多いかと思います。

よく、自分は、話し下手だからとか、話すことが苦手だからという人がいます。日本人の考え方の中に、無口をよしとする傾向も、どこかにあるようです。たしかに、たくさんしゃべればいいというものではありません。でも、黙っているのは、何も伝わらないのです。

私は、言葉は、神様からの最高の贈り物だと思っています。その贈り物を、よりよく使うのは、あなたの腕(口?)次第なのです。

難しいことは、なにもありません。月並みな言い方ですが、心さえあれば、きっと思いは伝わるのです。

たくさんの人の間で生きている私たちが、よりよいコミュニケーションをとって、すこ

でも、豊かな日々を送れることを、心から願っています。

すこでも、豊かな日々を送れることを、心から願っています。

| 8 | 7 | 6 | 5 | 2 | 1 | 日 |
|----------------------|-------------------------------------|---|---|---|------------------------------------|----|
| 木 | 水 | 火 | 月 | 金 | 木 | 曜 |
| 別子GG(卓球) 桃山D(卓球) | 別子GG(卓球) 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) | グラウンドゴルフ教室 墨友(書道) 山茶花(俳句) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | 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) | 午前 |
| 亀池B(陶芸) ひろせ(コーラス) | シヨパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) 桃山B(卓球) | 高齡社会を賢く生きる 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸) | 山野草栽培教室 百描会(美術) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 桃山A(卓球) 山雄会(カラオケ) | | 午後 |

平成23年度 購入希望図書一覧

| 希望図書 (DVD)名 | 著者名・編集者名 | 出版社名・出版社名 |
|----------------------------------|----------|-------------|
| 男子おかずの感動レシピ | 夏梅 美智子 | 成美堂 出版 |
| 組み木の夢 | 小黒 三郎 | (有)遊プラン |
| 釉薬・加飾による「新陶芸技法」 | 小山 耕一 | 誠文堂新光社 |
| 「大人のためのピアノ悠々塾 初級編 レパートリ集 CD付」 | | ヤマハミュージック |
| 卓球上達テクニック (LEVEL UP BOOK) | 西村 卓二 | 実業之日本社 |
| やきものの釉 | 手島 敦 | 双葉社 |
| Hobby Days「板作りの急須」 | 石村 悟 | kk美術出版社 |
| 現代俳句の鑑賞事典 | 宇野 千代 | 東京堂出版 |
| 2011年全国観光施設入場見学料金一覧表 | 高橋 康二 | トラベル出版 |
| ①楽しく始める 短歌 | 田島 邦彦 | ①金園社 |
| ②作家のヒント | 永田 和宏 | ②NHK出版 |
| 「枝物フラワーアレンジ講座」 | 永塚 慎一 | 誠文堂新光社 |
| 小黒三郎の組み木 | 小黒 三郎 | (有)遊プラン |
| ピアノで弾く 昭和の歌110曲集我が心の歌 | | タイムソーミュージック |
| つちのこブログと組み木図面集 | 小黒 三郎 | (有)遊プラン |
| 絵手紙・線の勉強法 | 桜井 幸子 | (株)日貿出版社 |

| 15 木 | 14 水 | 13 火 | 12 月 | 9 金 | 日 曜 |
|--------------------------------------|--|---|---|---------------------------------|--------|
| ウオカース別子 楽歩2008 遊歩2007 郷土を歩く | 街道をゆく 桃山C(卓球) | 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) | 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) いとこのこ(組み木) さくら(茶道) あすなろ(俳句) 書楽(書道) コーラス教室 ラージボール卓球教室 | 桃山C(卓球) わいわいウォーキング | 午前 |
| | ピアノ10 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 川柳教室 絵手紙さくら 亀池B(陶芸) 桃山A(卓球) | いずみ(短歌) ウッド(組み木) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) なごみ(茶道) | 午後 |

生きがい創造学園 初参加に際して

(講座 生け花教室)

友人の誘いに乗って、今年から生け花教室に参加しました。まだ高齢者教室には：と思いつつも、毎日仕事で忙しく、慌ただしい生活を過ごしていますが、あと何年か後の自分の為にも、生きがいとまでは言わないけれど、趣味にと思つて参加しました。

ある一定の人達だけの毎日よりも、色々な人と、関わりを持ちながら、色々な世界を知ると言う事が必要だと思ひ、面白い毎日が過ごせるような気がします。これから一年間、どれだけ面白い毎日が過ごせるか楽しみにしています。また、沢山の友達とお会いすることも楽しみです。(柳末子)

昨年書道に初参加しました。今まで筆を握りたいと考えていましたが、なかなかチャンスがありませんでした。半紙の前で筆を握るひと時が学生時代以来で、書いていく間は無我の境地でした。上手に書けなくても、少しづつの進歩があれば良いのです。ロビー展、学園祭など、作品を提出する機会があるので、否が応でも練習しなければならず、心地良い緊張を感じる事が出来ました。良い友に恵まれ、良い時間を一緒に過ごせる、本当に申し込んで良かった！

(中萩 松島布末子)

趣味は広がる

(生花サークル 弥生)

二月の早朝、出品した水墨画展を見る為に東京へ。一人旅の慰めは、もっぱら車窓の景色だが、新幹線から見る富士山もすばらしく、あちこちから写真を写す。昼には上野に着いたが、授賞式は三時からなので国立西洋美術館へ行く。前庭にあるロダンの彫刻「カレーの市民」や「アダム」や「イブ」は本当にすばらしく感動した。館内にも多くのロダン作品があった。多数ある絵画も無料で観られるのは、老年になつて良い事の第一位だ。鑑賞後、上野精養軒へ行き、有難くも良い賞をいただく。懇親会には中国人作家も数人いた。七時に解散後駅前ホテルに直行、千葉に住む同窓生に電話して会える時刻を聞く。

翌朝、六本木の国立新美術館へ。十時、友人夫婦が来てくれ、初めて作品を観る。御主人は用事で行かれ、一人でおしゃべり。そこへもう一組の友人夫婦が来てくれ、再び会場へ入る。彼らは仕事で中国に住んでいたもので、中国人の絵に話はずんだ。四人で観て回り、私の作品の前で記念撮影したり、館内の空中喫茶(のような)店でおいしい昼食をいただく。皆と別れ、国主催の3D映像や絵画展も観る。趣味のおかげで旅行ができ、友好を深められた。帰宅は夜九時半になったが、充実した二日間だった。夫に感謝!

(中萩 大西 ヨシ子)

| 日曜 | 15 | 16 | 20 | 21 | 22 | 26 |
|--|---|---|--|---|--|-----------------------------------|
| 木 | 金 | 火 | 水 | 木 | 金 | 日 |
| 午前 | 午前 | 午前 | 午前 | 午前 | 午前 | 午前 |
| 午後 | 午後 | 午後 | 午後 | 午後 | 午後 | 午後 |
| フレッシュ2009 やまびこ ウォークひうち 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | 茶道教室 きさらぎ(生花) ハッピー(ダンス) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 書硯(書道) 梅(俳句) モーツアルト(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | ピアノ教室 書心(書道) そよかぜ(俳句) ブルースカイ(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 陶芸教室 シヨパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) 桃山B(卓球) | 書峰(書道) 歩こう会 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | グラウンドゴルフ教室 書楽(書道) ねこやなぎ(川柳) |
| | 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) | 桃山A(卓球) | | ひろせ(コーラス) | | いとこのこ(組み木) 百描会(美術) 桃山B(卓球) |

楽しいグラウンドゴルフ

(ゴルフサークル 広瀬GG)

私がグラウンドゴルフを知った切っ掛けは十一年前に、この地へ引越して来た折に誘われた時です。でもその時は、まだその年齢ではないと思いました。今考えるとグラウンドゴルフに対して失礼な事でした。

その後退職して最初に講座「趣味の料理教室」から創造学園グラウンドゴルフ大会へ、一人個人参加をしました。

それから大会まで、広瀬のグラウンドで練習です。クラブや球を借りて、一生懸命練習をしました。が、なにせ全然やった事がないため、ボールは、あっちこちで散々な目にあいました。

翌年広瀬GGへ入れていただいて、一年後、主人と一緒に講座「軽スポーツ」で、グラウンドゴルフを教えてくださいました。講師の谷屋峯凱先生や事務局の新居さんには、大変お世話になりました。

今では、県・東予・市の会員となり色々な場所です。プレーが出来、広瀬GGの皆様と一緒に楽しく遠征しております。

グラウンドゴルフは、暑い時も寒い時も、屋外でするため、体は丈夫になり日光にも当りまですし、風邪を引かなくなりました。

女性の方で、日焼が嫌でグラウンドゴルフをしない方、日焼止めをしつかり塗って、楽しいグラウンドゴルフをやってみませんか？

(中萩 柴田 秀子)

第20回 愛媛県GG協会

【中予】大会

期日 七月二十四日(日)

場所 県総合運動公園【球技場】

入賞

団体 準優勝 別子ーA 【2723R】

薦田明世 矢野幸治 飯尾節子

原 義雄 薦田悟朗

個人『女性の部』

優勝 薦田 明世【48打】別子

準優勝 神野 達乃【48打】広瀬

五位 白川セツ子【50打】広瀬

◆今月のロビー展◆

(八月一九日～九月二十一日)

書硯(書道) 書楽(書道)

いとこのこ(組み木)

◆来月のロビー展◆

(九月二十二日～十月二十日)

絵手紙さくら 絵手紙うさぎ

| 日曜 | 26月 | 27火 | 28水 | 29木 | 30金 |
|----|---|---|---|---------------------------------|--|
| 午前 | さくら(茶道) ウツド(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | 書道教室 ソナタ(ピアノ) ブルースカイ(ハーモニカ) クロワッサン | 桃山C(卓球) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | 生け花教室 ハッピー(ダンス) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) |
| 午後 | 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸) | コンテニュー(ハーモニカ) ピアノ10 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) | |

◆ご恵贈お礼◆

◎ロビー生け花(八月度)

鴻上 美智甫 様(講師)

◎川柳にいま 八月号

にいほま川柳会 様

健康第一

(講座 郷土を歩く)

巨大地震と大津波がもたらした東日本大震災の未曾有の災禍は、発生から四ヶ月余りを経た今でも日本社会全体に深刻な打撃を与えたままです。さらには、原発の事故・放射能排出汚染による住民避難など、一瞬にして東北各県で暮らす人々の豊かで平穏な日常生活を奪ってしまいました。震災から間を置かずして、義援金の募金や寄金、生活物資の支援、そしてボランティアの人々の姿は、人と人の「絆」で私達の社会が成り立っていることを教えてくれました。今後とも、「想定外」の事案に巻き込まれることなく、当学園活動を、「絆」を座右の銘とし、健康的に送りたいと思います。

次に、なでしこジャパンがサッカーの女子ワールドカップ(W杯)で、初優勝果たしたニュースが七月十八日早朝飛び込んできました。日本女子代表は多くがアマ選手で、昼間働いて夕方から練習に打ち込む。男子に比べ不遇の中、「勝てば注目される。勝てば環境も変わる」ハングリー精神を大切に、「最後まであきらめない」気持ちの結果です。私も大変感銘を受けました。今後の学園活動においても健康第一の初志貫徹の為、有意義に過したく思います。皆様も健康管理に留意され楽しく学園生活を送りましょう。

(金子 秋山 壽康)



講座「郷土を歩く」の皆さん

(西条市原八幡神社にて)

素敵な仲間と「街道をゆく」

(サークル 街道をゆく)

「街道をゆく」はサークル結成以来十三年になります。「サークルは活動を通じて心身の健康維持増進と相互の親睦を図ると共に、郷土の歴史、文化をたずねる」を目的に、毎月第二木曜日に活動しております。

行き先等は、会員からのアンケートを基にし三月の総会にて年間の月々の行事と担当を決め、実施の二〜三カ月前迄には詳細スケジュールを役員会にて検討、審議、その結果を活動日に報告し、楽しく、和気あいあい、健康的な大人の遠足が出来ております。

「身体の老化は足腰から」と云われております。私の毎日の歩行目標は、七千歩以上とされていますが、なかなかです。

毎月、仲間と楽しく一日歩く事は、普段の運動不足を補足してくれています。ちなみに四月は大阪城で一万九千歩、五月は本川発電所で八千歩(悪天候で登山は中止)六月は四国中央市で一万四千歩、そして七月はサークル名を借用している司馬遼太郎も再々訪れた西予市卯之町で一万歩、八月は地元銚子の滝で一万四千歩、九月は久しぶりの一泊旅行で、熊野古道探訪です。さて〇〇歩でしょうか。

全員無事に心に残るすばらしい探訪が出来たことを祈念しています。

(金栄 秋山 勉)

短歌を学んで

(サークル・短歌みらい)

台風は豊後水道を北上か夜の事務所に
タイプ打つわれ

こんな残業もしばしばの会社勤めも定年と
なり、さて今からの人生何をしようかと考え
ました。車の運転が出来ないので、新居浜の
街のことも全く知りませんでした。

家庭で出来るものをと探していた頃、新聞
でパッチワークの通信講座を知り、さっそく
申し込み全課程を修了しました。作品はたく
さん出来るのですが、人との会話がありません。
ん。

ある日、公民館で見た「生きがい創造園」
の資料を頼りに、興味があった短歌講座を受
けることにしました。誰一人知らないので勇
気がいりましたが、同じ趣味の皆さんが優し
く仲間に入れてくれました。講師の吉田みの
る先生の巧みな講義と面白い話術に引き込ま
れ楽しく学んでいます。

あれから五年目、もつと早く勉強していた
ら良かったと思いつつ、針持つ側に紙とペ
ンを置き、嬉しいことや腹の立つこと、また
新しい発見を目指して、指を折りながら自分
の世界へ入っています。

春のお花見や秋の園外学習など楽しい行事
もあります。興味のある方、一緒に短歌を勉
強しませんか。

車座になりて女ら 姦かしましく歌問答する
葉桜の下

(高津 近藤八千世)

学園歌壇

サークル「短歌みらい」

自販機はボタンを押せば無愛想にポトル吐
き出す真面目なるかな 三浦 忠光
転勤の娘が住みいる海の町大津波警報な
なか解けず 高橋 征子
やわらかに伸びたる吾子の髪を梳く母の
強くしなやかに見ゆ 三並 桂子

サークル「いずみ」

白キキョウ風に揺れおり見ているとふと口
をつく牧水のうた 金子田美子
吹く風の芋の葉の露ころころと転がしつ
に落としてゆけり 上村扶佐子
乗り合いの客より聞こゆ讃岐言葉亡き父
思い急ぎ書き留む 桑原八重子

学園柳壇

川柳教室

失敗も楽しく歩くマイロード 加藤 茂
よちよちの孫が家族を喜ばす 神小沢 国彦
遊歩道妻の後つく濡れ落葉 河端 照満

サークル「ねこやなぎ」

百まで生きてと父の顔を拭く 高橋 正明
揉めるのが嫌で相手に花持たす 竹内 睦子
女子会で日頃の憂さを喋り合う 寺井ひとみ
トンネルを抜けたな部屋がすつと開く

講師 井原みつ子

学園俳壇

サークル「そよかぜ」

草笛や無口な父の肩車 高橋いたる
駅前バス待つ夜の冬の雨 太田 稔
ニレ一樹熊蟬群れて鳴きさかる 工藤 孝子

サークル「あすなろ」

門灯に蛾が来守宮来蛇も来る 篠原幸太郎
雲の峰隠岐の断崖押し迫る 真田 靖枝
なだらかな坂の渋滞花木槿 佐伯 嘉子

サークル「山茶花」

まづは手を浸すことより岩清水 上村扶佐子
初燕郵便局に巣造りす 迫田 三雄
初浴衣少女の顔をのぞかせし 森 フサエ

サークル「梅」

万緑の山門神将猛々し 那須口静子
大西日石州瓦灼き尽す 細川 衛
路地からの風に風鈴鳴りやまず 山崎 敏慧

青嵐やポールに社旗のひるがへる
鉛筆で自分史下書き薄暑かな
江戸風鈴書斎は常に風通る

講師 阪上 史琅