

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)

素晴らしい仲間



高齢者生きがい創造学園
代表者会 副会長 伊藤 敏数

我が人生八十年余り眠られぬままに仲間について振り返ってみた。

金子尋常高等小学校に入学したのが昭和十二年四月である。卒業は大東亜戦争末期の二十三年三月で金子国民学校高等科である。卒業写真を引っ張り出して見ると校舎の玄関前に校長を始め教官を含め男子生徒のみ四十名位が写っていた。右に二宮金次郎の銅像左に「軍神、神風特別攻撃隊大黒繁男飛行兵曹長の母校」と印した大きな木柱がどんと立っていた。私達生徒が校門を潜る際は必ず奉安殿に向かつて最敬礼をしてから入門したものである。四十名余りいた同級生達も他界したり、住所が変更されたりしてか街角で顔を合す事も殆ど無くなってしまった。淋しい限りである。

私も在職中は仕事の関係でほんの一握りの人物の他は面識も無く、然してこれといった信頼の出来る友達も殆ど皆無であった。退職後仲間を求めて創造学園の門を叩いてからもう十年余りが過ぎた。お陰で心を許し合える友達や仲間を大勢得る事が出来て、本当に嬉しく思っている。

学園の他にも自治会長や老人部長等を拜名して知人も一層増えた事は大変喜ばしい事である。私が副代表を勤めるサークルに大好きな「やまびこ」がある。男女合わせて三十四名、結成以来もう十年余りになるが本当に信頼出来る仲間も話し合える友達が殆どである。昨年傘寿を祝って全員が喜び合い祝福をしてくれた。本当に有難う。結成十周年を祝って此の程記念の日帰り旅行も実施した。

また、日頃集合場所としてお世話になっている山根公園のあづま屋附近の清掃を毎月一度お礼の意味を込めて、グループ活動の一環として実施している。また、月に一度グループの親睦を図る目的でハーモニカ演奏も盛んに行われている。同様の目的でカラオケも盛んである。何と素敵な仲間達であろうか。願わくば此の「やまびこ」全員が一人の落伍者も無く今後何年も何十年も続いて行って欲しいと願っている。私は自分にとつて有利な友もそうでない友も大好きである。

| 10 | 9 | 8 | 7 | 2 | 1 | 日 |
|-------------------------------------|--------------------|--|---|---|---------------------------------|----|
| 木 | 水 | 火 | 月 | 水 | 火 | 曜 |
| 四季の組み木教室 写真教室 書峰(書道) 街道をゆく | 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) | 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) | 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) | 書硯(書道) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス) | 午前 |
| 亀池B(陶芸) ひろせ(コーラス) | 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 絵手紙はなみずき 亀池B(陶芸) 桃山A(卓球) | 百描会(美術) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) | 桃山B(卓球) | 桃山A(卓球) | 午後 |



学園祭 寸描



| 17 木 | 16 水 | 15 火 | 14 月 | 11 金 | 10 木 | 日 曜 |
|-----------------|---|---|--|---|----------------------|--|
| 郷土を歩く 書龍(書道) | 桃山C(卓球) 広瀬GG(ゴルフ) プルースカイ(ハーモニカ) そよかぜ(俳句) 書心(書道) | 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) | コーラス教室 ラージボール卓球教室 書楽(書道) あすなろ(俳句) さくら(茶道) いとこのこ(組み木) ハッピー(ダンス) 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸) | 趣味の料理教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 弥生(生花) | 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | 午前 午後 |
| | 陶芸教室 桃山B(卓球) ミニッツ(ハーモニカ) ショパン(ピアノ) | 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸) | いずみ(短歌) ウッド(組み木) 桃山B(卓球) | 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) なごみ(茶道) | | |

平成24年度 講座申込の概要 (4月6日現在)

| 講座名 | 定員 | 応募者(延) | 回数 | 曜日 | 午前・午後 |
|---------------|----|--------|----|----|-------|
| 1 高齢社会を賢く生きる | 70 | 62 | 6 | 火 | 午後 |
| 2 心とからだの健康管理 | 70 | 64 | 6 | 火 | 午後 |
| 3 郷土を歩く | 45 | 70 | 6 | 木 | 終日 |
| 4 家庭菜園教室 | 45 | 53 | 8 | 火 | 午前 |
| 5 男の料理教室 | 25 | 25 | 8 | 水 | 午前 |
| 6 趣味の料理教室 | 24 | 61 | 8 | 金 | 午前 |
| 7 四季の組み木教室 | 15 | 19 | 10 | 木 | 午前 |
| 8 俳句教室 | 20 | 13 | 10 | 水 | 午後 |
| 9 生け花教室 | 20 | 10 | 8 | 金 | 午前 |
| 10 書道教室 | 30 | 37 | 16 | 水 | 午前 |
| 11 絵手紙教室 | 30 | 53 | 16 | 火 | 午前 |
| 12 写真教室 | 35 | 36 | 9 | 木 | 午前 |
| 13 陶芸教室 | 20 | 45 | 8 | 水 | 午後 |
| 14 山野草栽培教室 | 30 | 31 | 8 | 月 | 午後 |
| 15 コーラス教室 | 45 | 45 | 16 | 月 | 午前 |
| 16 ピアノ教室 | 15 | 20 | 16 | 水 | 午前 |
| 17 グラウンドゴルフ教室 | 45 | 45 | 10 | 月 | 午前 |
| 18 ラージボール卓球教室 | 40 | 43 | 10 | 月 | 午前 |

平成23年度 新居浜市グラウンドゴルフチャンピオン大会

開催日 3月10日(土) 場所 山根グラウンド

準優勝(サークル広瀬GG)

真田 靖枝 河上富士美 杉山エミ子 小野 金男

鈴木 光子 河乗フミ子

平成23年度 新居浜市グラウンドゴルフ協会

最優秀選手 神野 達乃(サークル広瀬GG)



| 24 | 23 | 22 | 21 | 19 | 18 | 17 | 日 |
|---------------------------------|---|---|--|------------|--|--|----|
| 木 | 水 | 火 | 月 | 土 | 金 | 木 | 曜 |
| 別子GG(書道) 書峰(書道) 別子GG(ゴルフ) | 別子GG(卓球) 広瀬GG(卓球) クワツサン(料理) ブルスカイ(ハーモニカ) ソナタ(ピアノ) | 家庭菜園教室 みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ) | グラウンドゴルフ教室 墨友(書道) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | わいわいウォーキング | さつき(生花) ハッピー(ダンス) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ) ウォーカーズ別子 ウォークひうち フレッシュ2009 やまびこ | 午前 |
| ひろせ(コーラス) | 桃山B(卓球) ピアノ10 コンテニュー(ハーモニカ) | やながわ(川柳) 桃山A(卓球) | 百描会(美術) 桃山B(卓球) | | 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球) | | 午後 |

平成24年度 サークル一覧 (4月1日現在)

| No | サークル名 | 代表者名 | 会員数(男・女) | 主活動曜日 | 教室 | 時間 |
|----|------------|--------|----------------|----------|---------|------|
| 1 | 広瀬GG(ゴルフ) | 渡部 悟 | 51 (21・30) | 毎週 水・金 | グラウンド | 午前 |
| 2 | 別子GG(ゴルフ) | 岸 寛 | 79 (35・44) | 毎週 火・木 | グラウンド | 午前 |
| 3 | 桃山A(卓球) | 加地 敏重 | 48 (19・29) | 毎週 火・金 | 212・卓球場 | 午後 |
| 4 | 桃山B(卓球) | 森松 巧 | 46 (17・29) | 毎週 月・水 | 212・卓球場 | 午後 |
| 5 | 桃山C(卓球) | 片岡 哲朗 | 47 (13・34) | 毎週 水・金 | 212・卓球場 | 午前 |
| 6 | 桃山D(卓球) | 田中 博明 | 45 (14・31) | 毎週 月・木 | 212・卓球場 | 午前 |
| 7 | 山雄会(カラオケ) | 徳本 勝彦 | 49 (6・43) | 毎週 金 | 211 | 午後 |
| 8 | サンシャイン(写真) | 奥坂 功 | 83 (53・30) | 第1木 | 123 | 午前 |
| 9 | 亀池A(陶芸) | 伊東 雅男 | 55 (15・40) | 第1・4 月・水 | 112 | 午後 |
| 10 | 亀池B(陶芸) | 秋月 剛 | 52 (15・37) | 第2・4 火・木 | 112 | 午後 |
| 11 | あすなる(俳句) | 真田 孝夫 | 17 (6・11) | 第2月 | 121 | 午前 |
| 12 | 山茶花(俳句) | 瀧本 隆子 | 10 (4・6) | 第1月 | 121 | 午前 |
| 13 | そよかぜ(俳句) | 太田 稔 | 10 (6・4) | 第3水 | 121 | 午前 |
| 14 | 弥生(生花) | 大西 ヨシ子 | 16 (1・15) | 第1金 | 111 | 午前 |
| 15 | さつき(生花) | 町野 佐智恵 | 12 (0・12) | 第3金 | 111 | 午前 |
| 16 | 書硯(書道) | 佐伯 光夫 | 21 (10・11) | 第1・3 火 | 114 | 午前 |
| 17 | 書心(書道) | 丹 勝登美 | 20 (6・14) | 第1・3 水 | 111 | 午前 |
| 18 | 墨友(書道) | 山本 秀樹 | 28 (10・18) | 第1・3 月 | 111 | 午前 |
| 19 | 書楽(書道) | 岡田 良平 | 31 (7・24) | 第2・4 月 | 111 | 午前 |
| 20 | 書峰(書道) | 神野 功男 | 28 (9・19) | 第2・4 木 | 111 | 午前 |
| 21 | 書龍(書道) | 長谷部 文子 | 17 (4・13) | 第1・3 木 | 111 | 午前 |
| 22 | 百描会(美術) | 近藤 一夫 | 11 (6・5) | 月 | 111 | 午後 |
| 23 | はづき(句碑) | 田邊 注連一 | 11 (8・3) | 第3木 | 会議室・園外 | 午前・後 |
| 24 | さくら(茶道) | 白石 登子 | 15 (2・13) | 第2・4 月 | 114 | 午前 |
| 25 | みどり(茶道) | 山口 明子 | 16 (1・15) | 第2・4 火 | 114 | 午前 |
| 26 | なごみ(茶道) | 秋山 利代 | 16 (3・13) | 第2・4 金 | 114 | 午後 |
| 27 | ひろせ(コーラス) | 中原 佳子 | 128 (16・112) | 第2・4 木 | 212 | 午後 |

| 31 | 30 | 29 | 28 | 25 | 24 | 日 |
|----------------------|---------|----------|----------------------|--|-------------------------------|-----------------|
| 木 | 水 | 火 | 月 | 金 | 木 | 曜 |
| 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) | 桃山C(卓球) | ワルツ(ダンス) | 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) | 書楽(書道) ねこやなぎ(川柳) さくら(茶道) ウッド(組み木) | 生け花教室 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) | 桃山D(卓球) 歩こう会 |
| サンシャイン(写真) | 亀池A(陶芸) | 亀池B(陶芸) | 桃山A(卓球) | 桃山A(卓球) いとこのこ(組み木) 桃山B(卓球) | なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) | 午後 |

◇ご恵贈お礼◇

◎ロビー生け花 四月度 鴻上 美智甫 様 (講師)

◎川柳にいはま 四月号 にはま川柳会 様

◇今月のロビー展◇

(五月十一日～五月二十四日)

あすなる(俳句)

山茶花(俳句)

*六月の予定

サンシャイン(写真)

平成24年度 サークル一覧 (4月1日現在)

| No | サークル名 | 代表者名 | 会員数(男・女) | 主活動曜日 | 教室 | 時間 |
|-------------------------------------|-------------------|--------|--------------|----------|-----|------|
| 28 | ショパン (ピアノ) | 仲渡 淑子 | 15 (3・12) | 第1・3 火・水 | 211 | 午後 |
| 29 | エリーゼ (ピアノ) | 中野 卓 | 14 (5・9) | 第2・4 火 | 211 | 午前 |
| 30 | ソナタ (ピアノ) | 山内 和恵 | 12 (3・9) | 第1・3 水 | 211 | 午前 |
| 31 | ピアノ10 (ピアノ) | 高橋 綾子 | 15 (3・12) | 第2・4 水 | 211 | 午後 |
| 32 | トルチェ (ピアノ) | 岡 憲朗 | 15 (5・10) | 第1・3 火 | 211 | 午前 |
| 33 | ブルースカイ (ハーモニカ) | 渡邊 利子 | 10 (5・5) | 第2・4 水 | 221 | 午前 |
| 34 | ファイブ・ミニッツ (ハーモニカ) | 矢野 克行 | 17 (5・12) | 第 1 水 | 221 | 午後 |
| 35 | コンテニュー (ハーモニカ) | 藤田 哲夫 | 17 (10・7) | 第2・4 水 | 221 | 午後 |
| 36 | クロワッサン (料理) | 宇野 ヤエ子 | 27 (0・27) | 第 4 水 | 113 | 午前 |
| 37 | ねこやなぎ (川柳) | 高橋 正明 | 13 (6・7) | 第 4 月 | 122 | 午前 |
| 38 | やながわ (川柳) | 河端 輝満 | 12 (8・4) | 第 3 火 | 122 | 午後 |
| 39 | 歩こう会 | 立石 貞彦 | 13 (9・4) | 第 4 木 | 園外 | 午前～後 |
| 40 | 街道をゆく | 秋山 勉 | 20 (7・13) | 第 2 木 | 園外 | 午前～後 |
| 41 | やまびこ | 大塚 茂雄 | 34 (12・22) | 第 3 木 | 園外 | 午前～後 |
| 42 | ウォーク「ひうち」 | 加藤 順子 | 26 (7・19) | 第 3 木 | 園外 | 午前～後 |
| 43 | ウォーカーズ別子 | 井出上 和孝 | 31 (9・22) | 第 3 木 | 園外 | 午前～後 |
| 44 | フレッシュ2009 | 篠原 貢 | 33 (13・20) | 第 3 木 | 園外 | 午前～後 |
| 45 | わいわいウォーキング | 日野 計保 | 21 (11・10) | 第 1 金 | 園外 | 午前～後 |
| 46 | 絆 | 岡田 充 | 26 (11・15) | 第 3 木 | 園外 | 午前～後 |
| 47 | ワルツ (ダンス) | 桑嶋 喜明 | 37 (19・18) | 毎週 火 | ホール | 午前 |
| 48 | ハッピー(ダンス) | 真鍋 幸子 | 13 (7・6) | 偶・月 奇・金 | ホール | 午前 |
| 49 | ウッド(組み木) | 飯塚 紀夫 | 14 (3・11) | 第 2・4 月 | 128 | 午前・後 |
| 50 | いとこのこ(組み木) | 桧垣 一夫 | 14 (5・9) | 第 2・4 月 | 128 | 午前・後 |
| 51 | 短歌みらい | 瀬崎 貞三 | 23 (8・15) | 第 2 火 | 122 | 午前 |
| 52 | いずみ | 大西 武 | 12 (4・8) | 第 2 月 | 122 | 午後 |
| 53 | 絵手紙うさぎ | 大広 貞夫 | 33 (3・30) | 第 2 火 | 111 | 午前 |
| 54 | 絵手紙はなみずき | 近藤 茂子 | 21 (2・19) | 第 2 火 | 111 | 午後 |
| 合計 54サークル 1,499人 《昨年度》54サークル 1,514人 | | | | | | |

認知症予防とダンス

(ダンスサークル ハッピー)

昨今、認知症、孤独死が大きな社会問題になっていきます。認知症の予防には、「創造的なことをする」「指先や足を使う」「友達を作り会話する」などが有効と言われています。これらの全てを満たしてくれる、生きがい創造学園に通って、本当に良かったと思います。ダンスサークルに参加して一年余り、最初は思っていることと身体の動きがチグハグで、頭の中が真っ白になり、いつもパニックでした。それでも、熱心な先生に恵まれ、やさしい先輩に励まされ、最近ではちよつと余裕が出来て、楽しくなり、上手になりたいと頑張っています。

昨年暮れから娘家族と同居しています。二歳になる孫が居て、毎日新しい発見があります。物忘れが多くなる私、日増しに色々覚えて賢くなる孫、私のライバルはその孫です。一緒に遊んだり、笑ったり、怒ったり、勉強したりしながら脳を活性化しています。

プラス思考で元気ハツラツ、身体を動かし、おしゃやれに心掛け、人と触れ合い感謝の言葉をかけたり、お互いに褒め合ったりしながら友達を作りましょう。そして、たまには恋もして、ドキドキときめいてみるのもいいですね……。

ダンスはこれら全てを満たしてくれます。さあ皆さんも認知症予防に、一緒に楽しく踊って、若返りしましょう。

(金子 徳永 福子)

絵手紙の楽しみ

(絵手紙サークル さくら)

私が絵手紙と初めて出合ってから、もう丸四年になりました。講座生として、秋山登美子先生に筆の持ち方、線の引き方から教えていただきました。

絵手紙の楽しさは、最初の一と筆を墨で描く時の緊張感、色を付ける時のドキドキ感、一枚が仕上がった時の充実感、そして中々出合えない満足感です。うまく書けていなくてもポストイン！その後は、返事を待つワクワク。待ち遠しい感じです。返事はメールや電話で来る事もありそれも嬉しい事です。

絵を描く事で、日常の中にある普通の物、台所にある野菜や果物そして魚等。身の回りの品々をよく観察してみると思いがけない美しさや珍しさに感動します。今までなんとボンヤリ見ていたのかしら。加藤恵先生にも沢山の事を教えていただきましたが、一番印象深いのは、人生を楽しむという事です。絵手紙を遣り取りする事により、友達を作り色々な事に興味を持ち続けるという事です。この度、絵手紙「さくら」は解散卒業という事になりました。今からは各自それぞれの場所で続けて行く事になりましたがこの学園で出会ったたくさんの人達とのつながりが切れる訳ではありません。絵手紙を友として、いつも元気に幸せな人生を送りましょう。

(大生院 米澤 賢子)

学園歌壇

サークル「短歌みらい」

夫がいてあっちちちちと口細め笑まえつ餅を食む夢うるる
今年こそ鳥より早く採らんとぞ少し青めの甘柿をもぐ
細長くのびたる半島佐田岬灯台ともりて陽の沈みゆく

馬木由利子
三並 桂子

サークル「いずみ」

大角の石のクジラは東風受けて砂浜泳ぎ波音を聞く
花筏眺めて食べるお弁当桜吹雪の広瀬公園
鶯の初音未だ整わず残雪光る赤石の峰

林 勇夫
馬越 千恵
藤田 育子

学園柳壇

サークル「ねこやなぎ」

冬ごもり体重計に嫌われる立ち止まり人の思いを酌んでみる
逆境で家族の絆見つけたよ
相棒も阿吽の呼吸しめたもの
JR五分遅れに助けられ

浮川 良美
細川 衛
石田 恵子
伊藤 純子
伊藤 敏数

井原みつ子

学園俳壇

サークル「そよかぜ」

日溜りに野良猫集め人一人
鉢植ゑの梅一輪や紅ほのか
寒茜光背まとふ大銀杏

サークル「あすなる」

目葉注す慣れた手つきの受験生
臘梅咲く寺の和尚は元教師
入坑に祈りの句碑や風薫る

サークル「山茶花」

福永やすし
松本 義男
永海 平三

近藤 静
神野 信美
上村扶佐子

講師 阪上 史琅

第八回新居浜市GG協会

新居浜選手権大会

開催日 三月二十七日(火)
場所 山根グラウンド

最優秀選手賞(サークル広瀬GG)

河野 弥生
(47打 ホールインワン4本)