



5月号 三木高大  
自治会新聞

発行 三木市高齢者大学学生自治会  
発行責任者 自治会会長 三木 清  
編集担当者 3年2班 石原 修  
3年4班 中西 義彦  
発行日 平成26年 5月20日

No.100

《記念号》

創刊第100号に贈ることば

三木市長（三木市高齢者大学名誉学長） 藪本 吉秀

里山を包む緑が日増しに色濃くなり、爽やかな風が初夏の訪れを告げる季節になってまいりました。

満開の桜に迎えられて、新一年生が入学されたのが昨日のこのように思い出されます。あれからもう1ヶ月余、皆様は新しい環境で新しい学友とともに新たな気持ちで学生生活を謳歌されているものとお喜び申し上げます。

このたびは、自治会新聞の第100号の発刊、誠におめでとうございます。

第100号という記念号の発刊は、歴代の自治会役員の皆様方が、今日まで心を込めて編集に当たられたご努力の賜物であると存じます。皆様の熱意とご労苦に深く敬意を表します。

さて、自治会新聞の第1号が発刊が兵庫県から総務省へ出向していきながら「ふるさと三木」を思い出しながら長になるとは夢にも思っていませぬ長に、また、三木市高齢者大学のとになり、皆様とお会いすることが人生のおもしろさを感じずにはおれません。



されました平成16年4月は、私た時期であり、東京の桜を見なておりました。その頃は三木市んでしたが、縁があって三木市名誉学長に就任させていただくこ出来ました。出会いの不思議さ、人

ひとり一人の人生には、それぞれの物語があります。三木市高齢者大学にも多くの物語があります。自治会新聞を読ませていただくと、皆様の楽しい学生生活が目につくようで、ひとり一人の物語、行事ごとの物語が凝縮されています。この新聞は、三木市高齢者大学の歴史を記録し、物語を紡いでいるといっても過言ではないと思います。

おりしも、三木市は今年、市政施行60周年を迎えます。

また、今年NHKの大河ドラマで「軍師官兵衛」が放映されており、今まさに三木合戦の真最中です。千載一遇のこの機会をとらえ、三木のまちを全国にPRすべく、さまざまな行事を開催しますので皆様も行事にご参加いただき、ふるさと三木の歴史や良さを再発見していただきたいと存じます。三木のまちを楽しみながら活気あるまちづくりを進めるため、皆様のご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

今後も三木市高齢者大学自治会新聞の発刊がいつまでも続くことと皆様のご健勝、ご多幸をお祈りし、お祝いの言葉といたします。



別所長治公春祭り

## 自治会新聞第100号の発刊を祝して

三木市高齢者大学学長 岩波 孝昭

まさしく「継続は力なり」であります。

高齢者大学の自治会新聞についてはニュースは勿論のこと学生諸氏の思いなども掲載されており、紙面を通じてのふれあい

先輩の功績を引き継がれ又育まれ、  
と思えます。

大学側としましても、新聞を通じて受け止めさせて頂くようにした

私自身も新聞発刊に関しては学  
まで、さまざまな分野で関わって来

積であります。それを思うとき、100号発刊には敬意を払わせて頂く他はありません。

今後とも自治会新聞が学生諸氏の「ふれあい」のツールとなることであろうことを祈念して100号発刊のお祝いと致します。



を持たれているものと拝察致します。

そして後輩へ託されて行かれるもの

じて学生諸氏の「声」の一部と  
しいと考えております。

校や会社または趣味の会報に至  
りましたが、今振り返っても反省の山

## 自治会新聞第100号までの歴史をたどる！！

新聞発行責任者 自治会会長 三木 清

いまから10年前、平成16年4月15日にモノクロ版の『自治会通信』として創刊号が誕生している。

平成17年4月号から『miki KOU-DAI』の表題に変わり、カラー版の自治会だよりとなっている。

創刊号は、春季研修旅行の目的地を比叡山延暦寺・琵琶湖ミシガン周遊で参加費用を9,000円と伝えており、現在の研修旅行の企画とほとんど変わらないようである。

平成17年6月号は、スポーツデーとして学年対抗のソフトバレーボール大会の開催案内を掲載、秋には全校ハイキング（平成17年11月）が実施され、在校生全員が取り組みやすい現在のグラウンドゴルフ大会になっていることが伺える。

「高大18年目にして福祉会館から瑞穂小跡への学校移動という記念すべき年」と報じている自治会だより第23号の記事（平成19年4月26日）も目に留まる。

第57号（平成22年5月）から『自治会だより』、第67号（平成23年4月号）からは『自治会新聞』と改められた。

第78号（平成24年5月）からはA4サイズ4ページ構成となり、挿入写真も増え、クラブ紹介や学年通信などの豊富な企画が盛られ、現在の自治会新聞の紙面になった。

第100号の記念号発刊にあたり、学校新聞としての唯一の情報誌の役割を担う手作り新聞の灯を点し、先輩達の遺産を引き継ぎ、益々充実した紙面内容になるべく努力して第200号、第300号に引き継ぎたいと決意を新たにする次第である。



初のカラー版/平成17年4月号



第57号/平成22年5月

新聞は、三木市高齢者大学ホームページ【<http://www.ddknet.ne.jp/~m-kodai/>】からもご覧いただけます。

# 平成 26 年度 自治会総会の報告と新役員の紹介

4月10日(木)平成26年度自治会総会が開催されました。  
 学生総数235名参加、川口みち子副会長(3年5班)の司会により、須藤千代子さん(3年3班)を議長に選出、議長の円滑な進行により、各議案・役員ともに全会一致で承認されました。



**1号議案**：平成25年度活動報告 統括総務 四方 順夫(4年4班)  
 平成25年度会計決算報告 統括会計 岸下 保(4年1班)  
 会計監査報告 幹事 原田 建夫(4年1班)  
 平成25年度役員退任挨拶 会長 正垣二三男(4年5班)

**2号議案**：平成26年度新役員の紹介と承認  
 平成26年度新正副班長の紹介

**3号議案**：平成26年度活動計画 統括総務 鳥羽 聡(3年1班)  
 平成26年度会計予算 統括会計 宝来 明正(3年2班)

最後に三木新会長より「先輩方の伝統を守り、穏やかに、楽しく高大生活をおくれるよう自治会活動をこころのかよったものにしていきたい」という挨拶があり、総会は滞りなく終了いたしました。



## 平成 26 年度自治会役員

挨拶をする三木新会長

会長	三木 清	統括総務	鳥羽 聡	統括会計	宝来 明正
	1年生	2年生	3年生	4年生	
副会長	金丸 正	立石 勲	岩波 勉	安川 一夫	
副会長	戸田 幸子	常深 豊子	川口みち子	松本 律子	
総務	板東 和己	山口 仁朗	吉田 建	菊本 國男	
会計	藤原 秋子	脇田 悦子	大垣 紀子	井上 清子	
監事	渡邊 昶彦	漁 晴毅	宮脇 征史	原田 建夫	

入学式後に行われた自治会総会



承認された3年生役員



《報告者》 副会長 3年2班 岩波 勉



## 高齢者大学に入学して

春爛漫の4月10日、私たち62名は、伝統ある三木市高齢者大学に入学しました。入学に先立ってのオリエンテーションでは、あれもこれもやってみたいと思うようなクラブ勧誘のアピール合戦で胸のワクワク感も高まりました。

永年勤務した職場を退職し、嘱託社員としての勤めも終わりに近づき、「退職後のいきがいについて」考えていたとき、先輩から「三木市高齢者大学に来ないか」と誘いを受けました。

職場の人間関係だけでは、退職夫婦共に健康で気のおけない仲間なりの生きがいを通じて社会参加第2の人生に欠くことのできないを叶えてくれる場所であると思います。



したとたんに孤独になる場合が多い。や友人に恵まれ、趣味、それに自分しているという実感が豊かで幸福な要素です。高齢者大学は、そんな希望

入学した上には、学則を守り充実した学生生活を送り、明るい地域社会づくりに努めたいと思います。

先輩の皆様、私達1年生を宜しくお願いします。

副会長 1年1班 金丸 正

## 人物紹介

### 4年5班 米村 博志氏

「世界に一つしかない額を作ろう。自分の好きな時間にゆっくり作ろうか」と水墨画の額（写真右上）を作る目的から賛同者を募ったという匠クラブの牽引役である。1年生の入部（男性3、女性1）があり、午前と午後の2グループで活動をする部員数24人、複数日の活動を考えるまでの活況ぶりには「米村あり」である。

学童期には肥後の守を携えていて、それが物づくりや創造力の原点になっていると聞きながら、作品を見せていただいた。

幼少時に死別のお母さんの実家にあった農村歌舞伎に親しんだことから、子ども歌舞伎、金毘羅歌舞伎などに造詣が深く、携帯の待ち受け画面に坂東玉三郎の写真が貼り付けられ、特筆は、お正月の京都・南座での公演を観るのを欠かさないとのことである。

また、四国の88か所巡り、20か寺の別格霊場を巡っての「108の煩惱」などの教義を聞き、自作の数珠（写真右下）を拝見した。

奥様も油絵に興じておられ、自宅の北側に植栽された桜、自宅から南方向に打ち上げられるみっきい夏祭りの花火のロケーション、地元志染町の社寺や催される祭事などの熱心なお話も伺った。

話しぶりは控えめであるが、識見の豊かさや「高大で素晴らしい人」と出会えた。お金には変えられない」という懐深い人望のある人柄に接することができ、新聞委員冥利に尽きる訪問機会となった。

《取材》 編集委員 3年2班 石原 修



木工の台と紙細工



## 4月の教養講座から

### 幸せの方程式

講師 兵庫県生きがい創造協会

名誉講師 岩崎 拓治 氏

大変、よいお話しであったと思います。あらためて、「幸せ」について考えてみました。「あんた、今、幸せですか。」と聞かれれば、「そうですね、人一倍幸せなんでしょう」と答えます。

そう思えるのも、厳しかったけれど、恵まれた人生を送ることができた、その御陰だと思っています。

人生色々、幸せの感じ方も人それぞれ、又、幸せの方程式もいく通りもあります。

一生を通して、それぞれの年代や、ステージにおいて、幸せの大きさや、重さ等、感じ方が異なるでしょう。

「日々これ好日」ということばがありますが、「日々これ幸日」と思えるよう、至福への道をしっかりと歩み、自ら創り育む努力を積み重ねていきたいものです。

その人の本当の幸せは、人生を閉じる時に決まると言われています。その最後の時に、「幸せだったなあー。」と叫んで幕を降ろしたいものです。

副会長 3年2班 岩波 勉



## 専門講座だより

## 健康福祉学科

健康福祉学科は、3B体操と介護予防講座の二つに分かれ、月に2回の登校日にそれぞれ開催されています。

3BのBは、ボール、ベル、ベルダーという用具の頭文字であり、この用具を運動の助けとして使用しながら、全ての動きを音楽に合わせて集団で行う健康体操です。体操の始めに体をほぐすため、全員が大きな輪になって、男女一緒に手をつなぎ体を動かしながら左回りに移動します。私にとっては、この時がPKK（ピン、キラリ、コロリ）の「キラリ」のひとつときでした。

介護予防講座は、高齢者の医療と介護、転倒しにくい体づくり、在宅における看取りなど、内容的には暗い内容が多かったと思います。

私の年齢になれば、将来残された人生をいかに楽しく、元気に、有意義に過ごすかが目的であり、今さら内容の重たい話より、Kキラリを見つけるヒント、又は行動、交遊、アドバイスなどの話題、講義が多くなればよいと思います。



講座風景

副会長 2年1班 立石 勲

# クラブ紹介

## ターゲットバードゴルフクラブ

ターゲットバードゴルフは「狭い場所でもゴルフが楽しめるように」との思いから生まれたスポーツです。

活動日：毎週月曜日（祭日は除く）

時間：9時～12:00

場所：ホースランドパーク ミオの森

部員：78名（女性26名）

マットの上に置いたシャトル（バドミントンのシャトルに似た羽のついたボール）をクラブ（ゴルフのピッチング）で打って最終のターゲットであるホール（傘を逆さに立てネットを張ったもの）に入れるゲームで最少得点を争います。

フェアウエー（3m～5m）が狭いため、正確なスイングが要求されます。また、ホールに近づいたときは、細やかなテクニックが必要です。

手軽にできるスポーツですので、女性にも適しています。

また、ゴルフ愛好者が「ゴルフと異なった緊張感と難しさがあって非常に面白い」と言われます。

初心者の方には、競技方法を丁寧に指導いたします。

是非、入部して一緒にプレーしませんか。

部長 3年4班 丹 好雄



## 社交ダンスクラブ

社交ダンスというと、今までの私たちの感覚では、ちょっと！と思われがちですが、いざやるとなるとこれがまた大変な足腰の運動で、余計なことを考える余裕もないほど、頭と体の良い運動であることが分かります。

それに加えてタンゴのリズムやワルツのリズム、少し慣れてきたらラテンのルンバやジルバ、チャチャ等、昔に耳にした懐かしい曲ばかり、本当に高齢者大学にはとてもよいスポーツというのが一番ぴったりする表現ではないかと思えます。

毎月第1・2・3水曜日の13時～15時まで当校体育館で活動、講師は川野典雄先生（ラテンのプロ資格者）より指導してもらっています。ただし、第4週目は自習です。

入会費 1,000 円、月謝は月 1,000 円で3か月ごとに集金します。

高齢者には、お勧めしたいクラブです。

心も体も健康で若々しくなれる楽しいクラブです。ぜひ、入部してみてください。

部長 4年3班 千葉 美久子



第22回大学祭

《編集後記》カラー版の記念号なので、皆様の目に楽しい新聞を目指して図形や色合いに腐心しました。編集企画を再三繰り返して、ここにレーザープリントでお届けします。