



4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 立石 勲  
編集担当者 2年1班 八木 義明  
2年5班 小阪 信之  
発行日 平成27年4月21日

No.110



## 自治会会長就任あいさつ



新入生の皆さんご入学おめでとうございます。心からお祝い申し上げますと共に歓迎致します。

これからの4年間は、今までの人生経験に何かとプラスになるものと確信いたします。

平成27年3月に卒業された諸先輩が残された卒業文集で、「楽しかった。充実した学生生活だった」と、体験談を述べられています。“頑張れ新入生！” エールを送ります。

私は平成27年度の自治会会長に任命され、その責任の重さを痛感している次第です。

学生の皆さんが、楽しく・充実した学生生活を日々送られるためには、我々の自治会活動が、きめ細かく、心のかよったものにならなければと思っています。伝統ある我が高大学生自治会を少しでも発展させるべく、他の役員と一致協力して取り組んでいく所存です。

地域や社会への貢献などに取り組みつつ、生涯学習に励む決意を新たにし、皆さんのご理解と絶大なるご協力・ご支援を賜り、任に当たる覚悟です。

自治会会長 立石 勲

## 学年通信（3年生）

我々新3年生は、毎月、班毎に食事会やイベントを実施して、親睦を深めています。学年全体としては、月初めに行うワイワイクッキングと年末の忘年会です。

ワイワイクッキングは、毎回決めた献立を参加者全員で、名前のおりおしゃべりをしながら料理を作って、美味しくいただいています。

昨年末の忘年会は、日帰りで少し遠いですが、加東市の東条湖ランドのホテルで行いました。40名以上の参加を得て、お酒も進み、カラオケ大会が始まると次から次へと出演者が舞台上がり自慢の歌を聞かせて、大いに盛り上がりました。中には少しテンポが外れて大爆笑をもらった人もいましたが、今までより更に、仲間意識の向上を図ることが出来き、大満足の日でした。

4月には、来る春季スポーツデーでの必勝を祈念するとともに、更なる団結と親睦を図るために、グラウンドゴルフ大会を行いました。今年は責任学年としてさらに絆を強めながら、率先して一年間の活動を推進していきたいと思っています。

3年2班 漁 晴毅



## 春季スポーツデーのご案内

## グラウンドゴルフ大会の開催

開催日：5月22日（雨天：6月12日に順延）

会場：三木グリーンパークグラウンド

新入生の皆様ようこそ三木市高齢者大学へ！

学生自治会では、一年間に全員参加による様々な行事が企画されていますが、その第一弾が春季スポーツデーです。以前はバレーボール等も行われていたようですが、競技の簡易性からグラウンドゴルフ大会に変更され、今年で11回目になります。



[ 昨年の大会風景 ]

団体戦は、編成されたチームで午前と午後に1回ずつ競技して、各学年2回の合計スコアの上位10名の合計点で順位を決定します。

個人戦も同じく、各人2回の競技でスコア合計点の少ない順です。同点の場合は、午前の競技の1ホール目から順次打数の少ない者が上位になります（特に、午前の競技が大事です）。それでも決着がつかない場合は年齢順、次いで女性が上位になります。

この行事は高大職員、在校生、大学院、学友会のオール高大による親睦競技大会です。

1年生の皆様には、早く学校生活に馴染んで頂き、名前や顔が一致しない同僚と親睦を深め、また思わぬ上級生・同窓生等の旧友を見つけたりできる最初の出会い・ふれあいの場でもあります。

在校生の皆様にとっても、初心者はそれなりに、上級者は益々奥義を極めて下さい。実行委員一同準備万端お待ちしております。

春季スポーツデー実行委員長 3年4班 松田 昭男



## 専門講座だより

## 園芸学科

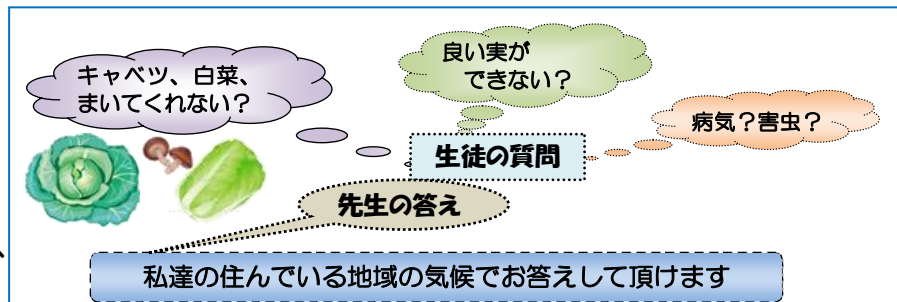


園芸学科では、野菜作りを森永良寛先生に、盆栽（花木、山野草等）を森脇正和先生に教えて頂いております。受講している皆さんは、以外と基礎的な事が自分流のようです。

野菜作りでは、良い土作り、春夏秋冬の一般的基礎、種まきから、水やり、肥料（時期、種類、有機肥料、化学肥料）の長所、短所、暑さよけ、寒さよけ、病害虫防除、収穫まで、きめ細かく質問を受けながら教えて頂いております。

盆栽（花、山野草他）では、木の習性、種類での剪定、植

えかえの時期、用土（赤玉、まさ土他）についての基礎を学ぶとともに、お正月用鉢植え（松竹梅）花、山野草の寄せ植え、木の盆栽では、上手なハリガネのかけ方、木と鉢（大きさ、形）のバランス、病害虫防除方法等を実習しております。



園芸学科で  
学びましょう

3年2班 藤井 敏子

## 春季研修旅行のご案内

若狭の海と山を訪ねて日帰りの旅  
期 日：5月29日（金）

当大学の五大大行事の一つ、春季研修旅行のご案内を致します。

平成27年5月29日(金)に日帰りで、三木市内各地から舞鶴若狭自動車道で若狭方面に行きます。

1年生の皆様には入学して間もない何かと気忙しい時期ですが、ご入学の歓迎と、同期や先輩たちとの親睦を深めて、一日も早く学生生活にも慣れて頂くことを目的とする行事です。この研修旅行が、これから始まる4年間の楽しい学生生活の大きなきっかけになることと期待しています。

また、各学年の皆様にはさらに絆を深めて頂ける旅となればと思います。

旅行先では若狭塗り箸の削り体験、郷愁誘う美山かやぶきの里のご散策、みやげ店での楽しいお買い物、並びに海が見えるホテルでゆったり気分でのご昼食を心行くまでお楽しみ下さい。



この度の研修旅行が有意義且つ楽しい思い出深いものとなりますよう、実行委員一同頑張ってお準備していますので、一人でも多くの皆様のご参加を心よりお願い致します。

春季研修旅行担当役員 3年2班 漁 晴毅

## 3月の教養講座から

## 日本一周の旅話とオカリナ×ピアノのメロディー

今年度の締めくくりに相応しく、一年間の疲れが癒される講座であった。

第一部は、若き女性の「日本一周旅話」。旅の準備・当日の行動計画・車中泊や一人旅の恐怖体験。自分撮りの撮影方法・各地の絶品グルメの紹介。旅先での出会いをきっかけに、旅を終えた今も家族ぐるみの交流を継続等々の豊富な体験談。「旅を終えて、故郷が好きになった」とのコメントには実感がこもっていた。

幾多の貴重な体験は、聴講者の経験をもはるかに上回るものと感嘆した。

第二部は、オカリナとピアノが奏でる美しい音色にうっとりさせられた。懐かしい童謡・唱歌に、目を閉じて思わず口ずさんでいた。

これまでも幾度となく聴いたオカリナの音色に魅せられて調べてみた。紀元前の古代遺跡から発掘された「土で出来た素焼きの楽器」が原型で、イタリア北部のポローニヤ地方で生まれたと知る。



その独特の面白い形状から「オカリーナ=小さなガチョウ」と名付けられ、チロル地方の吟遊詩人達によって音楽の都ウィーンに伝わり、世界中に広まったらしい。

何度聴いても、素朴で郷愁を誘う美しい音色が親しまれる。いつの日か、また出会いたいですね。



2年1班 森本 幸三

## クラブ紹介

### 太極拳クラブ

太極拳クラブは、毎週土曜日に「練功十八法」と「簡化二十四式太極拳」の鍛錬をして、地域との交流も含め、頑張っています。

中国では、この太極拳を体操と同じ様に毎朝公園で行い、それぞれの健康管理に精進している様です。

当クラブでも年に2～3回、三木山森林公園のホール前広場で地域の人、OB、高大生の20数名で朝9時から12時まで演技を行っています。公園で散歩している人、ジョギングをしている人達も立ち止まって見えています。「見るだけでは健康にはならないですよ。一緒にしませんか」と入部を勧めるが、やはりもう少しの隔たりがありますね。

この太極拳は、医療体操と呼ばれ、健康の維持、増進を目的とする大衆のスポーツとして普及しています。

静かなるスポーツですが、終わると身体中ジワッと熱くなる内に秘めた動きです。

一度見学に来て、ゆっくり見て下さい。

お待ちしております。

太極拳クラブ部長 3年2班 浜淵 徹



「練功十八法」の鍛錬風景



### 詩吟クラブ

詩吟は古今の漢詩、和歌、俳句等に節調といわれる独特の節をつけて詠う（吟ずる）芸能です。

そのルーツは、幕末から明治初期に私塾や藩校で漢詩を素読する際に、節を付けて行われた事から始まっている。

戦前は国威高揚に資するとして奨励された時代もありましたが、戦後は美しい日本語で名詩を味わう事と、腹式呼吸による発声の健康志向としての側面も重宝されています。名詩は素読だけでも美しいものですが、上級者による吟詠はまさに感動を覚えるものです。また、吟ずる事によって自然にお腹から声が出て、腹式呼吸になっています。これが心肺機能を十分に活用し、健康増進に役立っているのです。詩吟は「声出し健康法」でもあるのです。

しかし、現在OBを含めて10名の部員が在籍していますが、在校生は2名だけなのです。今年入部者が3名以上なければ、自治会の定めによりクラブとしての資格が無くなり、同好会になります。

日本の伝統芸能の一つである「吟道」が三木市高齢者大学からなくなっていくのは誠に残念な事ではありませんか！！伝統芸能を継承して行くことも我々の使命ではないでしょうか！！始めるのに遅すぎる事はありません。一緒に研鑽を積みませんか。

稽古：隔週水曜日 10時～12時 場所：本校 研修室

詩吟クラブ部長 3年4班 松田 昭男

