



12月号

三木高大

自治会新聞

発行 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 1年1班 正井 一
 1年4班 谷川 一男
 発行日 平成27年12月1日

NO.117

今年を振り返って

三木市高齢者大学学長 岩波 孝昭

年初に、今年目標として漢字一文字で「読」としました。

しかし、自分の苦手なことを実践するのは、なかなか難しいことだと改めて痛感した次第です。文字通り、読書をするという意気込みでしたが、果たして何冊の本を読んだことでしょうか。とは言え目標に掲げた以上、日頃関心のないことでも知識を広めたい、と思い、経済の本や宗教の本なども少々読みましたが、改めて「知るは楽しみなり」を実感した次第です。



新聞、テレビ等から流れて来る情報も、一方的な受け身でなく、ある程度の知識を持って受け止めることにより、理解度が違って来ることを感じた次第です。

「知識から知恵が生まれる」と言う先人の教えを、年老いた今だからこそ思い返して「昔日を自慢すべからず、人の価値は今日に定まる」を自分自身に言い聞かせている1年になりました。

東・北播磨学ぶ高齢者のつどい開催

東播磨、北播磨地域の高齢者大学で学ぶ学生が集まり、日ごろの学習成果を発表し交流の輪を広げる第30回東・北播磨学ぶ高齢者のつどいが10月30日、稲美町立文化会館コスモホールで約500人（三木市から40人）が参加して開催されました。午前の高齢者の主張大会では、「学びと生きがい」をテーマに3市1町の代表者が意見発表。午後は、アトラクションや「国際ボランティアへの挑戦と感動」をテーマに、稲美町のJICAシニア協力員、杉本和恵さんの講演会がありました。



また、作品展には、三木市から「書」「日本画」「写真」「工芸」「手芸」の部門に力作18点を出品。審査の結果、日本画部門で澤比佐子さん（4年5班）の作品「菊」が最優秀の金賞を受賞されました。この作品は、11月27日、丹波の森公苑（丹波市）での兵庫県中央大会に東・北播磨ブロックの代表作品として出品、展示されました。

来年の第31回つどいは当市が開催当番になります。式典や主張大会は10月14日に、作品展は10月13日と14日に市文化会館などで開催予定です。

教務主任 井上 達夫

秋季研修旅行の報告

南信州へ

11月11日(水)～11月12日(木)

昨日までの鬱陶しい天候から、一転秋の行楽日和に恵まれた2日間でした。

旅行期間中皆さまのご協力のお陰を持ちまして、大過なく終了出来ました事、実行委員一同感謝いたします。

6月16日に第1回の実行委員会を開催してから、11月10日まで8回の実行委員会と、その間数回に及ぶ小委員会を開催し、ようやく研修旅行を迎えることができました。

実行委員会では、見積条件を作成、ツアー会社へのお見積照会、行先調査アンケートの結果、南信州



と決まり、参加者を募集したところ当初の予定を超え140名の参加者を数えました。最終的に135名、内男76名、女59名の参加となりました。

11日に14か所の集合場所から4台のバスで淡河SAに集結し、学年毎のバスに乗換えて出発しました。近場と云ども約300km走行し飯田で昼食を取り、リンゴ狩りへ、赤く色付いたリンゴをもぎ取りかじり付くが、食後だった事もあって多くて2個程度か。

次の見学は水引工芸館。工芸師の実演を見学、説明をしながら手元で素早く作られる作品に只驚く、作品は何か？鶴を見抜く我が高大の女性の目にも感心しました。

飯田市内の路側にたわわに実るリンゴに手が届くほど。このリンゴの処分を想像しながら一路今夜泊りの昼神温泉へ。昼神温泉は昭和48年旧国鉄の線路工事中に湧出した。泉質はアルカリ単純硫黄泉PH9.7、美人の湯で有名な川中温泉がPH8.4、湯は上質「3回入浴するとお肌つやつや間違い無し」とガイドが説明。明日の朝食会場が楽しみになります。



恒例の宴会が開始宣言され、各学年が持芸を披露する。昔取った杵柄か？今取っている杵柄か知らないが何と芸達者が多い事。今回初めて学長の朗々とした美声を聞く。今年は歌が少なく、珍芸や踊りで「アッ」という間に時間が過ぎていきました。

12日、早朝から朝市や散歩に出るなど、温泉の朝を満喫し、バスに乗り元善光寺へ、集合写真を写真部に依頼して撮影、アルカリ単純硫黄泉の効果か？笑顔、美顔一杯での記念撮影をした後、諏訪湖や日本アルプスの山々の紅葉を左に見て一路伊那へ、伊那の名物寒天工場、諏訪で味噌工場を見学。各々の製品試食で腹を満たすよう、ガイドがアドバイス？午後1時過ぎに昼食を取り、南信州を後にしました。また、淡河SAで帰宅地別にバスを乗替え予定時間少し過ぎ無事帰宅しました。来年の研修旅行に期待して筆を置く。

秋季研修旅行実行委員長 3年1班 藤枝 修

「蕎麦に魅せられて」

地方公務員共済組合連合会理事長 板倉 敏和 様
 (全国麺類文化地域交流推進協議会 そば打ち段位五段)

講師の板倉様は、口吉川町出身で東京大学を卒業後、昭和47年に自治省（現総務省）に入省、北九州市助役・消防庁長官・長野県副知事などを歴任。本日は、日頃の仕事とは全く違う別の世界の話しとして、平成19年に全国で8人という最高段位五段の認定証を持つ「そばうち名人」としての登壇であった。

講座は、旅行中での湯ノ花温泉（南会津）のそばの味が忘れられず、遂に平成4年には「裁ち（断ち）そばにはまった」、平成8年に「ホームページを立ち上げた」とそば打ちの履歴から始まった。

<http://www2e.biglobe.ne.jp/~soba/>

そばのルーツは中国の雲南省、我が国では飢饉への備えが始まりであり、1574年のそば切り、1614年に江戸でそばが振る舞われている歴史を話された。信州から全国に広まり、味を決める要素は、「つなぎ」「水」「見た目の美しさ・盛り方」「雰囲気」「サービス」であるという。

蛋白質が豊富、高血圧の予防作用があるルチンを多く含んでおり、汁は、醤油・みりん・砂糖に厚削りの本枯れ節が味の秘訣という。出石そばなど全国のそばの話を聞き、動画によるそば打ちを視聴させてもらった。最後に、そば打ち体験をする近くのスポットとして永沢寺を紹介され、「多くの人にそばに親しんでもらえるとうれしい」と結ばれた。これからは、おいしい食べ方やマナーを守って「そば」を味わってみたいと思った。



4年2班 大垣 紀子

専門講座だより

郷土史学科

三木市に移り住んで2年。歴史に疎い私は、別所長治公も藤原惺窩も知らなかった。「三木」という町を知ろうと高齢者大学で「郷土史学科」を専攻した私は、講師の熱のこもった授業に引き込まれ、どんどん興味がわいてきて、毎回アッという間に2時間が過ぎる。

三木の地が、秀吉に敗れた戦国時代をはるかに遡り、日本で最も古い書物とされる「古事記」に記されていると知り、そんなに古い時代からこの地で人々の営みがあったことに驚かされた。出土品がたくさん見つかる古墳群や史跡、秀吉によって金物の町として栄えた産業、70年前の世界大戦末期に特攻隊の練習場として建設された三木飛行場など、学んで行くうちに古い歴史ある三木に誇りと愛着さえ感じるようになった。

私はいま、郷土史を学ぶということは三木を大切に思う心につながると実感している。

これからも、高大一の人気学科 郷土史学科で69名の学友と共に、興味深く学んで行きたいと思う。

1年4班 岡本 直美



クラブ紹介

バドミントンクラブ

バドミントンクラブは創部4年目を迎え、今では部員数25名までに発展しました。

バドミントンのラケットは100g以下で非力な女性や子供でも軽々と扱える重さであり、打ち合うシャトルの重さも約5gです。それゆえそれぞれの年齢に合わせて楽しめるスポーツだと言えるのです。

皆さんは健康長寿を願うなら、やはり身体を動かさなければいけません。ラケットを振ることにより上半身を伸ばす運動となり、日頃使わない筋肉を使い、腹筋・背筋を強化して、更にはシャトルを追いかけることにより脚力にも負担をかけることになり自然と全身運動をすることになります。



さて、クラブでは毎年、年2回親睦を兼ねた合宿を行っています。

今年の夏季合宿は丹波少年自然の家で2日間行い、2日目は午前中に練習を終え午後から竹田城跡（天空の城）を訪ねて三木に帰ってきました。冬季合宿は忘年会を兼ねて西脇市青年の家で合宿を行う予定にしています。

バドミントンクラブ部長 4年2班 宝来 明正

ゴルフクラブ

ゴルフクラブは、総勢68名で活動しております。内女性は15名です。特にOBの方が多く、現役学生とOBが和やかに毎回楽しくプレーしております。そのため「交友会」という名前で活動しております。

大会は気候の良い月の、年6回三木市内のゴルフ場で開催しております。

第84回の年末特別ゴルフ大会を11月16日に行いました。大会の様子は、ロビー前の掲示板に毎回掲示しますので、ご覧下さい。

初心者もベテランの指導を受け、また先輩後輩ゴルフ談義をし、元気で若い気持ちで和やかにプレーしております。

昨今の平日プレー費は、昼食を食べて、お風呂に入り、終了後にお茶を飲んでゴルフや世相談義をしても10,000円でおつりが来ます。ゴルフに関心、興味をお持ちの皆さん、入会してみませんか。今からでもエイジシュートは、夢ではありません。頑張ってください！

12月の忘年会は福引やカラオケで盛り上がりますよ。社会福祉に役立つよう募金をして、新年を迎えます。

ゴルフクラブ部長 4年4班 中西 義彦

