



三木高 自治会新聞

平成30年7月号 (No. 146)

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 幸岡 義信

編集者 自治会新聞編集委員会

発行日 平成30年7月17日

<http://koureisyaigaigaku.cccp.jp>

6月の教養講座から

金子みすゞと青海島(おうみしま)の信仰

講師：関西国際大学

非常勤講師 坂上 雅翁 様

今日の講義は、生命とは、絆とは、優しさとは、何か、を改めて感じさせる、自分自身への大きな問いかけの時間であった。金子みすゞ氏の詩歌には、草木や魚や空の星など、物言わぬ生命体への思いが綴られている。「こだま」の詩のなかで訴えている、己の心の状態が相手の心に響きこだまとなって返ってくる。相手への強い思いやり、優しさや、素直さ、また嫌味、怒り、傲慢さといった全ての物が、自分自身から発せられていることに気づく。いかに言葉の一つ一つ、相手への思いやりが大切かを思い知らされた。

また「雀の母さん」「お魚」等々の作品では物言わぬ、言えない生命体に対してあまりにも無関心になっている自分に気づいた。氏のような感性で物事を見つめ、相手を気遣い、痛みをも自分自身のことのように、心の中でとらえる人たちがいたことに驚愕を覚える。恥ずかしながら己に置き換えてみれば、この年になっても未だ強く反省することばかりである。今の世の中、人としての感性と姿勢、相手への思いやりと絆の大切さが失われようとしている。一方的で身勝手な欲望から、人を傷つけ、幼い命をうばい、生まれたばかりの命をもつぶしてしまう。今まさに命の尊厳を軽視する傾向があるように思われてならない。今こそ、勇気と優しさを持って、思いやりのキャッチボールをしよう。幸い、高齢者大学で多くの友と知り合い、共に学び、語り、励まし合いながら研鑽に努めている。あと残された幾ばくかの老後の生活の中で地域と家族に感謝し、嫌みのない年寄りでありたいと願うばかりである。有難うございました。

3年3班 野口 一夫

意見発表会のご案内

日時：7月26日(木)10時より

場所：まなびの郷みずほ体育館

1学期の講座も、本日(17日)の講座が最終となり、例年、この時期には意見発表会を開催しています。今年の発表会は第27回を迎え、来る7月26日(木)午前10時から12時まで、まなびの郷みずほ体育館で開催します。

今年の発表者は、次の8名の皆さんです。(敬称略)

【1年】2班 小山 利治、3班 戸田 秀久

【2年】2班 寺本 孝治、3班 福崎 和代

【3年】1班 武久 勤、2班 横山 房子

【4年】2班 田村 栄二、2班 福本 國子

発表は、「学びと生きがい」をテーマに、1人5分程度皆さんの長い人生において経験してきたことや学んできたこと、生きがいなどを発表していただきます。発表される皆さんは、「どんなことを発表しようかな」「みんなの前だとドキドキするだろうな、早く終わってほしいね。」などと原稿づくりに一生懸命です。今年も、きっと素晴らしい発表会になることでしょう。

【今年は、東・北播磨学ぶ高齢者のつどい(10月19日、明石市で開催)の高齢者の主張大会への出場はありません。】



昨年度の発表会の写真

教務主任 藤原 良一

学年通信(1年生)

高大に入学して約3ヵ月が過ぎました。4月当初は、新入生オリエンテーションでクラブ紹介や入部受付があり、その二日後に入学式、自治会総会、そして、教養講座・専門講座と続き、目まぐるしく時間が過ぎていきました。

その間、私たちの学年愛称を早く決めなければいけないということで、今年の干支から発想してワンワン、ワンダフルとなり「Wonderful30」にバタバタで決まりました。その他にもいろいろの決め事をするため、お昼の食事をするのも慌ただしく、今やっと落ち着いて来た感じです。

6月22日に初めての学年親睦会を春季清掃活動の終了後に行いました。クラスのみなさんの顔や名前や人柄がよく分かり、とても和やかなひと時を持つことができました。

先輩たちに教わりながら、これからの四年間、たくさんの思い出を作り「Wonderful」な素晴らしい学年になることを願っています。



1年3班 松岡 久恵

専門講座だより(健康福祉学科)

昨年度から内容が一新された健康福祉課程は全校生148名の内50名が参加する最大規模の専門課程です。私自身は2年連続で受講中、登校日は午前、午後そしてクラブ活動と全日広々とした体育館で過ごしています。講座は毎回その道の専門の方が最新の情報を織り交ぜて座学と体を動かしての体験学習です。これでもか、これでもか、元気になれ、元気になれそして健康で長生きしてねと励ましてくれます。

6月の講座内容を少しご披露いたします。

1、2年生と3、4年生に分かれて二回でワンセット、1、2年生20名の初回は調理室での夏バテ防止策調理実習。4から5名編成で三木市いづみ会の方々(代表：北井さん)のご指導を受けながら4品を約一時間かけて調理、全員で試食しましたが結構うまく完成した様で各班の感想発表は満足に集約されました。中には家族に披露するぞと勇ましい方もいましたが・・・。



二回目は体育館で体力測定です。種目は合計6種類、準備体操の後握力、膝の筋力、開眼片足立ち、5m歩行とタイムアップアンドゴー、体の前屈と多彩で自分自身の現在を認識する非常に良い機会を得ました。測定結果は分析と比較を行った上、7月17日講座で通知頂く予定です。

今後も興味ある講座が予定されていますが、都度内容を参考に思い立ったら即実行して元気で楽しい日々を送れたらと思っています。素晴らしい講座を企画と運営いただいている大学事務局の方々と三木市介護保険課関係の皆さんに感謝する次第です。

2年4班 渡邊 治

自治会からの報告

広報委員会の報告

平成30年度の広報委員会総会が6月9日(土)に開催されました。本総会では新聞編集委員会、ホームページ作成委員会及びパワーポイント作成委員会の3つの分科会から現状の報告がなされ、活発な意見が交わされました。その要旨は次のとおりです。

- 新聞編集委員会からは、記事の内容がどうしても自治会の行事が主体となるため、諸事情により中止や延期された場合の対応が困難である。また、新聞に対する関心や興味を持ってもらえるよう、「ひろば」(個人的な体験、趣味など、自由な記事を掲載)をもっと活用したいので各学年に協力をお願いしたい、との要請がありました。
- ホームページ作成委員会からは、ホームページの更新をしたいので各クラブ、実行委員会の担当者はその旨の依頼をして下さい。
- パワーポイント作成委員会からは、入学時のオリエンテーションでの使用のみであり、ソフトがあるので各クラブで作成していただければありがたい。作成できない場合は、パソコンクラブに依頼して下さい。
- そのほか、自治会行事等の写真撮影の依頼について、その内容、取り扱いについて明確にして欲しいとの意見がありました。

みずほ交流キャンプの案内

まなびの郷みずほ活用連絡会主催の「みずほ交流キャンプ」は、細川地域の自然豊かな環境のもと、異年齢集団(小1から中3)の中で交流を図り、相互理解、自主性、協調性、主体性などの育成を基本としながら、生きる力を野外活動、集団生活で養い、将来的な人間形成の土壌を作ることを目的としたもので、今年も以下のとおり実施されます。

日 程 平成30年8月21日(火)～8月22日(水) 1泊2日
ただし、小学生2年以下は8月21日のみの日帰り

場 所 まなびの郷みずほ

なお、主催者側から子供達の体験プログラム補助員として16名のほか、クッククラブ及び写真クラブに昨年同様のボランティア要請がありました。皆様のご協力をお願いします。

自治会会長 幸岡 義信

春季清掃活動の報告

恒例の春季清掃活動が6月22日(金)、学友会、大学院の皆様の協力を頂きながら総勢170数名の参加を得て、事故もなく無事終了致しました。ご協力ありがとうございました。おかげをもちまして校舎内、外回り共に大変きれいになりました。

これからの講座、部活にと気持ちよく利用いただけることと思います。

実行委員の皆様には準備から後片付けまでのご協力をありがとうございました。

春季清掃活動実行委員長 3年2班 多鹿 善己

ク ラ フ 紹 介

グラウンド・ゴルフクラブ

グラウンド・ゴルフとは、昭和 57 年に鳥取県東伯郡泊村生涯スポーツ活動推進事業の一環として、泊村教育委員会が中心になり考案されました。高度な技術を必要とせず、しかも全力を出す場面と、集中力や調整力を発揮する場がうまく組み合わされており、ルールもごく簡単なことから、初心者でもすぐに取り組みます。

(JCCA 日本グラウンド・ゴルフ協会より)

さて高齢者大学クラブ活動内容は、毎週金曜日 9 時から 11 時まで、加佐ふれあい広場にて約 40 名で楽しくプレーを楽しんでおります。グラウンド・ゴルフの特徴は男女関係なく初めての方でも、優勝できる可能性のあるスポーツということです。

入会金 1,000 円 年会費 1,000 円、現役 10 名、OB/OG 72 名(内女性 38 名) 道具がない方でも、クラブ所有の道具がありますので、誰でも、いつでも参加できます。皆さんの入部をお待ちしています。



グラウンド・ゴルフクラブ部長 2年4班 川坂 成眞



詩 吟 ク ラ ブ

声だし健康クラブ（詩吟部）

唇に歌を心に太陽を持て、愉しく過ごしましょう。

在校生男性一人に、OB 4 名の男世帯に女性吟士 2 名誕生。

「詩は志なり」と言われています。何百年、何千年経っても人間の心、魂を揺さぶり新鮮の感動を与えてくれます。詩歌は人間の心情の発露であり、作者の感情の結晶であります。

漢詩を読んで病気を治せるわけではありません。漢詩は心を癒してくれます。

都会の生活に疲れた時、寂寞に耐えられない時、心にゆとりを与え気持ちに潤いを与えてくれる詩があります。

桂林荘雑詠諸生に示す 広瀬淡窓作

道心を休めよ他郷苦辛多しと、同袍友あり自ら相親しむ。柴扉暁に出ずれば霜雪の如し、君は川流を汲め我は薪を拾わん。

詩吟(歌)の効能

- 1、脳のつかれをとる。
- 2、ストレス解消。
- 3、意気が合う、気持ちが一つになる。今から歌、詩吟を歌おう、聞こうという気持ち。
- 4、若返り、声を出すから粋になる。

高大詩吟クラブでお腹の底から思いの丈、声を出し、放し、唸り学び舎に思い出を残しましょう。

練習日 第2、4水曜日 10時から12時。会議室

詩吟クラブ部長 4年2班 田村 栄二

