

# 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)

## こころにそよ風を



高齢者生きがい創造学園  
生け花教室講師  
神野 早希子

私は冷房の風が苦手だ。  
自然のそよ風が好きです。

人にはそれぞれ好きな事と苦手な事があると思いますが、私にとって生け花は、こころのそよ風です。

中学生の頃から結婚する迄、ずっと陸上をしていて運動が好きだった私は、茶道や生け花とは縁がないものと思っていました。

新居浜に嫁ぎ、夫の母から生け花を習うことに恵まれ、幸せなことに生け花を続けることができました。

陸上と生け花、何の関係もないようですが、共通点がある事に気づきました。  
運動をしている時って頭の中はカラッポ何も考えず無風状態です。

お花をいけている時も無心になっていけているので、頭の中がカラッポになっていくのです。

お花をいけ終わって、いけあがった花を見ていると心の中にそよ風がすうっと通っていったような気持ちになるのです。

悩み事がある時も、お花をいけている間は忘れていきます。不思議な感覚です。  
生け花を通じ、たくさんの方と出会い、つながっていける事も一つの喜びです。

人それぞれしあわせと感ずるこころに違いはあると思いますが、  
「しあわせはいつも自分のこころがきめる」

相田みつおさんの言葉のようにちいさな幸せとそよ風を感じるこころを持ち続け、  
笑顔でいたいと思っています。

最近、笑顔のステキな方がおられて、その方の笑顔を見ると元気がでます。またその方の笑顔がみたくなります。男性ではありませんよ。私より目上の方です。  
私もそんなふうになれるといいなあと思うこの頃です。

日曜	午前	午後
1 木	郷土を歩く 書龍(書道) サンシャイン(写真) じやらんじやらん歩く 桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ) 亀池B(陶芸)	絵手紙あけぼの ベーターヴェン(ピアノ) 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸)
2 金	メヌエット(ピアノ) 弥生(生け花) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
5 月	コーラス教室 墨友(書道) 桃山D(卓球) 亀池A(陶芸)	ピアノ教室 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)
6 火	書硯(書道) ドルチェ(ピアノ) ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ)	生け花教室 リスト(ピアノ) 桃山A(卓球)
7 水	書心(書道) アルカディア(ハーモニカ) 美味しんぼ(料理) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	3Bフリージア(体操) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)
8 木	四季の組み木教室 書峰(書道) ソナタ(ピアノ)	コーラスひろせ モーツァルト(ピアノ) のこのこ(組み木) 桃山D(卓球)

平成30年度 グラウンドゴルフ大会成績報告

日時 10月24日(水)競技開始AM 9:00~ 場所 山根総合グラウンド

参加者 254名 ※1R 8ホール (2R 16ホールで競技)

団体A	優勝	別子GG-A	196打	原 義夫	矢野 幸治	飯尾 節子	政岡貞次郎	奥坂 功
	準優勝	フレッシュ2009	197打	大賀 敏広	大賀久美子	森 博	鈴木 陽子	篠原 陽子
	3位	広瀬GG-B	203打	内田 悦子	久門 直之	越智 和人	真田 靖枝	福岡 正子
団体B	優勝	GG教室-B	221打	栗田 英治	田中 寛	兵頭 広行	小野 健治	山田 新一
	準優勝	GG教室-A	223打	小寺 哲司	内田 健二	篠原 貢	鈴木 勝	尾藤 哲郎
	3位	GG教室-D	228打	平田 克己	近藤 幸子	石川玲斐子	星加 典子	宇野由美子

個人Aクラス				個人Bクラス			
優勝	福岡 正子	35打	広瀬GG	優勝	中橋シゲ子	34打	GG教室
準優勝	大賀久美子	35打	フレッシュ2009	準優勝	小寺 哲司	36打	GG教室
3位	河端 義雄	35打	亀池B	3位	安井 誠一	36打	サンシャイン
4位	原 義夫	35打	別子GG	4位	篠原 陽子	38打	フレッシュ2009
5位	津田 宣臣	36打	広瀬GG	5位	吉武 博	38打	メヌエット
6位	矢野 幸治	36打	別子GG	6位	田中 貢	39打	GG教室
7位	薦田 悟朗	37打	別子GG	7位	近藤 幸子	39打	GG教室
8位	加藤 道彦	37打	広瀬GG	8位	伏見 英昭	39打	桃山D
9位	大西 明美	37打	広瀬GG	9位	友岡 勝利	39打	山雄会
10位	林 アヤ子	37打	別子GG	10位	宇野由美子	40打	GG教室

※ホールインワン総数66本



団体A優勝 別子GG-Aチーム



団体B優勝 GG教室-Bチーム

14	13	12	9	8	日曜
水	火	月	金	木	
書道教室 男の料理教室 アルカティア(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	家庭菜園教室 短歌みらい 絵手紙なでしこ 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 ラージボール卓球教室 書楽(書道) あすなる(俳句) ねこやなぎ(川柳) さくら(茶道) いとこのこ(組み木) 桃山D(卓球)	趣味の料理教室 俳句教室 ピアノ10 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸)	午前
コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球)	幸齢社会を賢く生きる 絵手紙はなみずき 桃山A(卓球)	いづみ(短歌) コンテニュー(ハーモニカ) 百描会(美術) ウツド(組み木) 桃山B(卓球)	山雄会(カラオケ) なごみ(茶道) 桃山A(卓球)	亀池B(陶芸)	午後

### 写真に魅せられて

(講座 写真教室)

五十年以上の仕事を離れて、時間が出来た。何かしたいと思った時に、写真に興味を持ち小さなカメラを買った。何時も持ち歩きなんでも目に着くものはカメラで写す。

元来無精者で、趣味と言うものには、無縁でした。竹馬の友に、高齢者生きがい創造学園に、写真教室があると聞き、願書を出し、通うようになった。教室の皆様は顔見知りの様で、和やかな雰囲気だった。

この秋に広瀬邸で写真の展示をするので、この秋に広瀬邸で写真の展示をするので、事度広瀬邸の庭園がテーマになり、受講生全員で撮影に行った。五十数名の受講生が好きなアングルをカメラに収めた。三回目の教室では、それぞれの写真を木村孝先生に見てもらい、作品の評価を頂いた。人それぞれ、捕らえるところが違い、捕らえる物も違い、皆様の作品はすばらしく思えた。

昨今、スマホ、タブレットでも綺麗な写真が撮れる。フィルムも要らない。プリンターがあれば写真の現像も自宅で出来る。SDカードには莫大な写真が保存出来る。新聞で情報を得て、季節の花を追いかけ、ては東へ西へと足を運ぶ。歩き回る事にて運動となり、写真のことを考えれば、ボケ防止にも役立つのでは。

人生これから元気に写真を撮りたい。

(角野 渡辺 健二)

### グラウンドゴルフ活動報告

第16回四国ブロック普及指導員研修大会 7月26日(木)

【3R】 県運動公園補助競技場

個人 男性 3位 矢野 幸治 【48打】

平成30年度新居浜市GG協会会長杯 8月4日(土)

【3R】 新居浜市GG場

女性 2位 政岡 恵子 【54打】

4位 神野 洋子 【58打】

5位 星加多美子 【58打】

茨城国体第1回愛媛県代表選考大会 9月17日(月)

【3R】 県運動公園球技場

女性 優勝 薦田 明世 【56打】

第102回新居浜市GG親睦会 10月6日(土)

【3R】 新居浜市GG場

団体 3位 別子GG会A 【308打】

大賀敏廣 飯尾節子 加藤剛士

飯尾邦彦 栗林正明

第4回しまなみ海道GG大会 10月13日(土)

【3R】 今治市補助球場

女性 4位 飯尾 節子 【55打】

第30回愛媛県GG大会 10月20日(土)

【3R】 県運動公園球技場

男性 優勝 原 義夫 【45打】

日曜	午前	午後	
15	木	書龍(書道) フレッシュ2009(歩く) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	ベートーヴェン(ピアノ) 桃山D(卓球)
16	金	3B体操教室 さつき(生け花) メヌエット(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
19	月	学園ウォーキング大会 コーラス教室 ラージボール卓球教室 墨友(書道) つれづれ(俳句) のこのこ(組み木) 桃山D(卓球)	ピアノ教室 コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B(卓球)
20	火	書硯(書道) ドルチェ(ピアノ) ワルツ(ダンス) 別子GG(ゴルフ) 書心(書道) アルカディア(ハーモニカ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	幸齢社会を賢く生きる やながわ(川柳) リスト(ピアノ) 桃山A(卓球) 陶芸教室
21	水	写真教室 書峰(書道) ソナタ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	3Bフリージア(体操) 桃山B(卓球)
22	木	モーツァルト(ピアノ) コーラスひろせ 桃山D(卓球)	

### 陶芸は奥が深かった

(講座 陶芸教室)  
六十五歳で退職し、再就職の意欲なくサundeー毎日に慣れ、人付き合いも外出もめつきり減少。このままでは老け込んでしまふ危機感があつた。

そんな折、創造学園の講座案内を知り、申し込んだ「陶芸教室」に当たつた。以前から陶芸には憧れがあり期待して教室へ通つた。

篠原雅士先生指導の下で、ろくろを使ひ粘土をこね作つてみるが、全く思い通りに器が出来ない。先生がやつてみるのをじっくり見て同じようにやつてみるが、さつぱり上手く出来ない。自信がすつかり無くなり、冷や汗で粘土に取り組む。

皆さんのやり方を横目で見ながらやつてみるが、粘土は思いの外柔らかで、少しの指の力加減で形は簡単に変わつてしまふ。修正しようと思つて触ると更に思つておれなりの器が出来上がった。

先生いわく、ろくろが使えるようになるには十年位かかるらしい。始めからそんなり出来るとは考えていなかったが、相当奥が深い陶芸である。

今後の陶芸への夢はと自問自答するが、家族に自分の作つた器は「欲しくないとやっぱり才能ないと、かとり組みむ意欲の相当薄れてしまつたのが実情である。



ああ……終盤の人生は寂しいものになつてしまふのか……

(惣開 真鍋 和正)

### 第八十一回東予短歌大会の入賞歌

(九月三十日 四国中央市福祉会館)

(秀作)  
亡き妻の丹精こめし山畑に身の丈ほどの夏草茂る  
吉田みのる

(入選)  
ポーナスや退職金も定年も無縁ですとふ世襲の床屋  
石井 典一

女房は女神のようだと喜ばせ逝きたる夫よすべてを宥(ゆる)す  
尾崎 幸子

頑張つて君も生きろ！といふ顔で塀の上行く猫が振り向く  
松本美智子

なまぬく肌にまつわる風吹けばビルマに逝きし父を恋うなり  
高橋 征子

塀越しに今を盛りの金木屋暮れゆく路地に光をこぼす  
船越 順子

サークル (短歌みらい)

◆今月のロビー展◆  
ウッド (組み木) いとのこ (組み木)  
四季の組み木教室 (講座)

\*十二月の予定  
墨友 (書道)  
書道教室 (講座)

◇ご恵贈お礼◇  
◎ロビー生け花 十月度  
鴻上 美智甫 様 (講師)  
神野 早希甫 様 (講師)  
◎川柳にいさま 十月号  
にいさま川柳会 様

日	曜	午前	午後
26	月	グラウンドゴルフ教室 書楽 (書道) さくら (茶道) ウッド (組み木) 桃山D (卓球) 亀池A (陶芸)	コンテニュー(ハーモニカ) 百描会 (美術) いとのこ (組み木) 桃山B (卓球) 亀池A (陶芸)
27	火	みどり (茶道) エリーゼ (ピアノ) 絵手紙ひよこ 別子GG (ゴルフ) ワルツ (ダンス) 亀池B (陶芸)	絵手紙すみれ 桃山A (卓球) 亀池B (陶芸)
28	水	書道教室 アルカディア(ハーモニカ) クロワッサン(料理) 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球) 亀池A (陶芸)	絵手紙レッドパール コンテニュー(ハーモニカ) 桃山B (卓球) 亀池A (陶芸)
29	木	郷土を歩く 別子GG (ゴルフ) 桃山D (卓球) 亀池B (陶芸)	桃山D (卓球) 亀池B (陶芸)
30	金	元気はつらつ(歩く) 広瀬GG (ゴルフ) 桃山C (卓球)	なごみ (茶道) 山雄会 (カラオケ) 桃山A (卓球)



## 体も心もリフレッシュ

(講座 3B体操教室)

「ああ楽しかった」  
「今日の歌もよかったねえ」

なんて会話をしながらホールを出ますが、私たちコーラスの教室ではありません。毎回3B体操が終わった後、木坂英子先生が選んでくださった『昭和の名曲』の歌詞カードを配ってくださいます。それから座って、音楽をかけて大合唱の始まりです。これが結構心のリフレッシュになるんです。もちろん、3B体操も頑張っています。先生の巧みな言葉のリードで、少し錆つきが気になり始めた頭と体をフルに動かして錆を振り払って、帰るころには十代?(気持ちはず)です。

その内容の一つは、円くなり全員で手をつないで助け合いながら、音楽に合わせて体幹などを鍛えます。フラックとしても大丈夫、両隣の人が支えてくれます。ついでに先生の指示のもと、ここぞというタイミングで掛け声を掛けます。だんだん苦しくなりますが、みんなの顔が見えるのと掛け声で曲の終わりまで動き続けられるのです。先生曰く、今を時めく若者(NHKの朝ドラの律くんなど)をパートナーに思い描き、想像力をたくましく使い動くのだそうです。楽しい先生のトークが続きます。早速実践、大成功したつもりで帰っています。

(角野 石川 美鈴)

## ラージボール卓球との出会い

(卓球サークル 桃山B)

退職後七十才も過ぎ、何かすることはなかなと思っていたところ、当学園でラージボール卓球の講座を知り応募して運良く受講することができました。

卓球は小学生の頃、遊びでやって以来のこと、不安でしたが、講師の熱心な指導により、どうにか少々のラリーくらいは続けられる様になりました。

一年間の講座終了後、サークルに誘われサークル活動を始めましたが、先輩の皆さんは上手な方ばかりです。試合経験の全く無い私にとって、いきなりダブルスの試合形式で始まったため、とまどいと相手さんへの迷惑ばかりの連続でした。

この様な状態で続けるのは無理かなどの思いで時を過ごしていました。皆様より「最初は皆同じなのだから、気楽に楽しみながら頑張りましょう」と優しい言葉で迎えて下さいました。

適切なアドバイスやご指導を受けながら、早く先輩方に迷惑をかけないで相手が出来る様に頑張ろうと思つているところです。先輩方との楽しい時間を過ごしながら、体力維持のためにも続けていきたいと思つたので、各先輩方には末永くお付き合い頂きますようよろしくお願いいたします。この様な楽しみと出会いを下さつた方々に、感謝いたします。

(中萩 西川 盛男)

## 俳句に触れて

(俳句サークル つれづれ)

私が俳句を始めたきっかけは、テレビ番組「プレバト」俳句の才能査定ランキングをよく見ていたことです。理系が好きで文系は苦手でしたが、自分も詠めるのではなにかと思つたからです。

学園の俳句講座を知り受講しました。阪上史琅先生のご指導の下、翌年サークル「つれづれ」を結成し活動しています。俳句の基本を学び、句会は会員の選句、入選句の発表、先生の講評と和気あいあいと学んでいます。毎月の句会に自作のベターな発想の句を出すために、電子辞書とにらめっこし、推敲を重ねています。

俳句は叙景詩と言われ、事物や風景を切り取る省略の文芸と言われています。俳句を始めてから街での買い物、旅行や人物のちよつとした所作や考え方を俯瞰的、又ズームアップして見るように心掛けています。日本語の表現力の豊かさを代表する季語を主役に四季を感じ、頭に浮かんだものを「写生」しています。助詞一つで印象が大きく変わる奥深いものです。

学園祭、ロビー展、あかがね展等々発表の場もあります。十七音に思いを託し、貴方も俳句に触れてみませんか。

(船木 藤本 進)

# 『想定外』 活動ストツプ

(歩くサークル フレッシュ2009)

平成二十六年五月、創造学園に通い始めて、郷土を歩く、書道、ハーモニカ講座を終え、『フレッシュ2009』と『書硯』の2サークルに入会。いつのまにか、稔りの多い老楽人生を楽しむ活動の魅力に、はまっていました。歩こう会は四年目に入る。毎月、欠かさずに参加してきました。

ところが、今年は活発な梅雨・秋雨前線、猛暑、台風など西日本各地記録的な豪雨、歩こう会の活動に少なからず、影響がありました。四月黒島海浜公園花見会(前日雨)、五月眉山公園(濃霧、雨、引き返す)六月五台山公園(高知市内晴)、七月大洲長浜水族館(大水害)、八月アサヒビール工場見学(台風二十号)九月高知県の町沈下橋(大雨警報)、結成以来、毎月一回欠かさずに活動を続けてきた。その連続記録が八年でストツプする。予定日が来ると天候悪化、中止発令が出る。誰もが予想していない3回連続しての『想定外』事態である。十月は、いの町沈下橋方面を設定。中止発令だけは避けたいが祈るのみだ。結成して九年、来年は元号も平成から新たな時代が変わる。歩こう会の基本は心身の健康維持。歩くことは活きる事。世の中の動きや体力をわが身で確かめる。継続は力なり。老楽人生を楽しみたいものだ。

(角野 日野 健次)

## 学園歌壇

サークル「短歌みらい」

開脚は百八十度の一直線吾にもせよと孫はムリ言う  
瀬崎 貞三

亡き夫(つま)の在らばと思う初孫の振袖姿の写真届きぬ  
近藤八千世

悪天候に便の遅れを待つ人の空港ロビーに旅の澱積む  
船越 順子

サークル「短歌いずみ」

球児らの行進の顔輝けり並びて浮かぶ学徒出陣  
神野優津子

稲実り大型農機轟音を響かせ走り忽ちに刈る  
横川 若水

季くれば庭の雑草刈り取ると妻に言うけどこの暑さでは  
山本 修三

## 学園柳壇

サークル「やながわ」

台風の目のどでかさに恐怖増す  
山本 博堂

ダイエツト針の動きがヤジロベエ  
加藤千代子  
余生でも味付けしようひとつまみ  
桧垣富美子

サークル「ねこやなぎ」

半分この体験したい一人っ子  
寺井ひとみ  
忘れてた明日のない日の来ることを  
野上 哲也  
遊ぶには困らぬ時間持て余す

ニッポンは豊かと言えぬ被災跡  
井原みつ子

講師

## 学園俳壇

サークル「つれづれ」

初堀は京への土産衣被(きぬかつぎ)  
長尾 健治  
眠る子の紅いリボン水着干す  
直野 光正  
雨に濡れし父の墓拭く彼岸かな  
亀井喜一郎

サークル「あすなる」

緑陰の保母をかこみし赤帽子  
太田 稔  
静けさや清めし古刹秋気澄む  
越智富貴子  
廃山の故郷の山雉子の鳴く  
岡 静子

風乾く仏足石に青蜥蜴

蛍光灯の紐を好める金亀子(こがねむし)  
分校児金次郎像に通草(あけび) 供ふ

講師 阪上 史琅