

### 令和6年度桃山杯ラージボール卓球大会

#### A1リーグ (表彰チーム)

優勝	横川 正志	笠崎多賀子	曾我部照正
準優勝	片岡 哲郎	松木 政子	佐光 幸正
3位	佐々木恵子	直野 幸枝	小林ひとみ

#### A2リーグ

優勝	大久保光人	伊藤 修	藤田 宥之
準優勝	十河 良幸	村上まり子	角田 春美
3位	高橋 聖明	天野 明美	竹内 輝美

#### B1リーグ

優勝	近江 悦子	大林 弘規	飯尾 典子
準優勝	内田 義治	白石 和雄	西川 盛男
3位	近藤 彰	曾我部三恵子	林 節子

#### B2リーグ

優勝	塩崎 裕二	矢野ヤヨイ	横井 歳美
準優勝	神野 徹	佐々木 縁	加藤 和子
3位	木藤 茂徳	石井 智恵子	矢野 香苗

開催日：令和6年9月10日  
 開催場所：新居浜市民体育館  
 参加者：卓球サークル  
 (桃山)A・B・C・D・E  
 より合計90名  
 担当サークル：桃山A

開会式・ルール説明



試合風景 熱戦の様子!



結果発表・表彰式 皆様、お疲れ様でした。

15	11	10	9	8	日
火	金	木	水	火	曜
別子GGゴルフ 桃山E(卓球)	別子GGゴルフ ねこやなぎ(川柳)	本革で小物作り教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) ピアノ10(ピアノ)	書道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	家庭菜園教室 篆刻教室 別子GGゴルフ 亀池B(陶芸) 桃山E(卓球) みどり(茶道)	午前
生け花教室 桃山A(卓球)	なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	桃山E(卓球) モーツァルト(ピアノ) のこのこ(組み木) コーラスひろせ	亀池A(陶芸) 桃山B(卓球)	アリス(ピアノ) 亀池B(陶芸) 短歌みらい(短歌) 桃山A(卓球)	午後

# 生きがい

10月号

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  
 代表者会 広報委員会  
 (84448126)

## 最近始めた「認知機能維持」

代表者会  
 総務委員長 岡 憲朗



この度、総務委員会のお世話をさせていただくことになりました、茶道サークル「みどり」の岡です。宜しくお願い致します。

本来ならば、ここで総務メイン行事の「講師・学園生親睦旅行」のご案内をさせて頂くところですが、残念ながら今年も新型コロナウイルス等諸事情により中止となりました。来年こそ実施出来ることを願います。

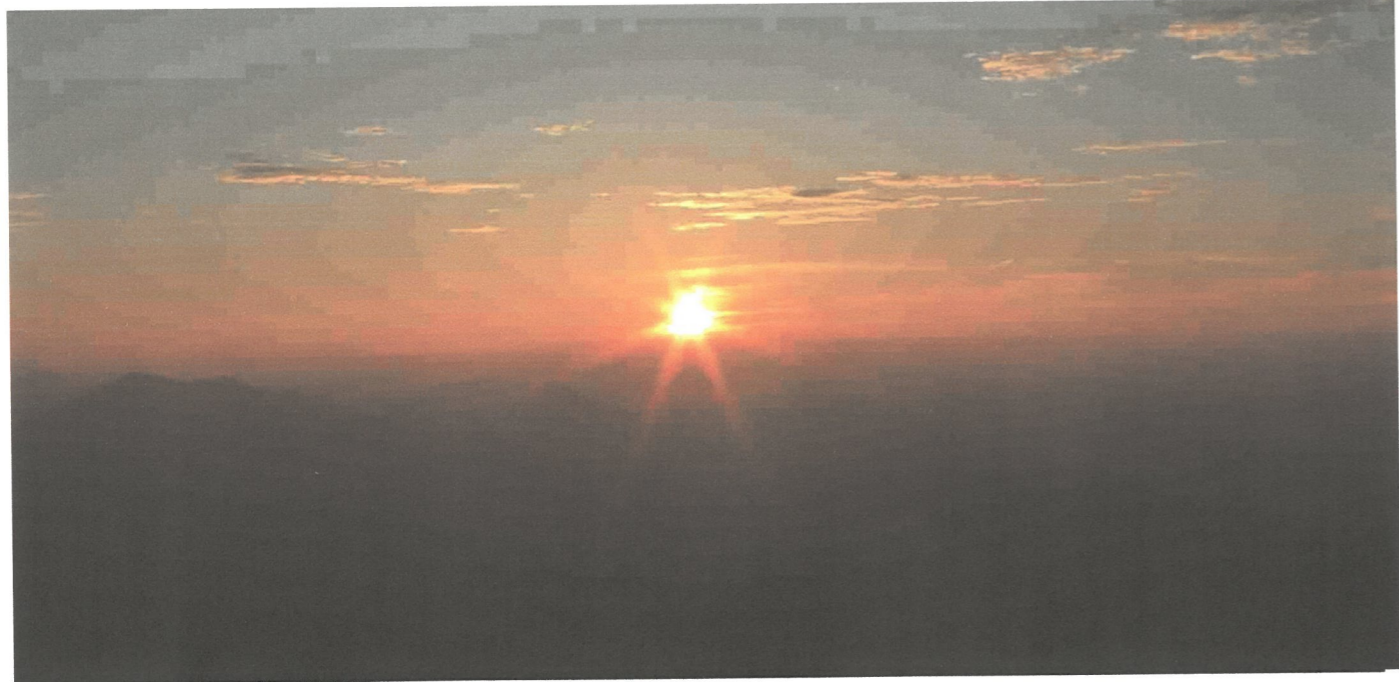
さて、話は変わりますが、「一字一句地軸」ノートが39冊になりました。2021年5月1日から始めた、愛媛新聞一面に毎日記載されているコラム「地軸」約580文字の書き写しです。内容は社会情勢や愛媛の出来事、風物などを題材につづつていきます。「地軸」を書き写す愛媛新聞社発行の専用のノートが39冊(3年3か月分)完了しました。

新型コロナウイルスで学園が休園になったところ新聞広告で毎日続けて集中力アップ●文章の読解力や構

成力が身につく●脳の活性化に役立つ●漢字や言葉を知る等のうたい文句に誘われて始めました。何とか3年余り毎日続けることが出来ました。効果のほどは？ 美文字に改造、文章構成力アップ等良くなればと頑張りましたが、長年の癖はなかなか抜けません。効果はほとんどなし。今は諦め、ボケ防止効果でもあればと考え継続しています。もうすぐ76歳、いつまで頑張れるか…7月2日、取りあえず半年分6冊購入。



7	4	3	2	1	日
月	金	木	水	火	曜
グラウンドゴルフ教室 オカリナ教室 墨友(書道) さくら(茶道) いとこの組み木 桃山D(卓球)	ペン教室 ハッピーダンス教室 本革で小物作り教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) メヌエット(ピアノ)	別子GGゴルフ 書龍(書道) 桃山D(卓球)	和菓子のはろは教室 川柳教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 書心(書道) 亀池A(陶芸)	別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	午前
和音(ピアノ) ウッド組み木 アル・コンテ(ハーモニカ) 桃山B(卓球)	山雄会カラオケ 桃山A(卓球) なごみ(茶道)	桃山E(卓球)	亀池A(陶芸) 桃山B(卓球)	コモド(ピアノ) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	午後



### 桃山杯卓球大会を終えて



今回の大会の運営などを担当したメンバーのほとんどは、なにぶん初体験でしたので、ベテランの方々の助言やサポートをいただきながら、資料作り・設営・準備・運営を、サークル活動日の練習試合の合間に何度も打ち合わせを重ねてまいりました。

如何にして楽しくサークル会員の親睦・交流を図り、参加者の皆様には、普段の練習成果を遺憾なく発揮していただけるか。そして、満足した大会にできるかを念頭に、時間をかけて準備を進めてまいりました。大会当日、最初は不安でしたが、時間が経つにつれて試合の熱気も盛り上がりました。

あっちこちで大声を出して歓喜の声をあげる人、落胆して溜息をつく人、ちよっとしたブレイミスで悔しそうな嘆き声。そしてギャラリーからの応援と、「これが高齢者学園の人?」と思わせるような若々しい声が館内に響き渡りました。

そんな光景を見て、リタイヤし、10数年ぶりにパソコンとにらめっこして資料を作成したことなどの苦勞も何処かへ吹っ飛びました。これまで何も知らずに大会に参加していましたが、この経験で、大会を開催する裏には相当な人の苦勞があつて成り立っていることを痛感しました。

今回の卓球大会担当の桃山Aサークルの皆様には、朝早くから準備や運営・進行に大変お世話になりました。有り難うございました。

(桃山A 白石和雄)

### ゴルフサークル 広瀬GG

### GGで健康寿命を延ばす



私達広瀬GG会は、現在38名で活動しています。活動状況としては、週2回の練習と、月1回の月例会があります。また、対外試合として山根杯、市の大会、東予大会があり、これについても積極的に参加して、ここ最近では好成績をおさめています。距離としては15・25・30・50メートルの4種類があります。1ゲームが8ホールで合計3ゲームを行います。

第1打で入るとホールインワンと呼ばれていて実際の打数からマイナス3点となりますので、参加者全員がホールインワンを目指してプレーしています。

広瀬のGG会では、和やかな雰囲気のもと、談笑もしながら、楽しくプレーしています。

グラウンドゴルフの醍醐味は、何ととってもホールインワンを達成することです。その際はグループ全員が、「おめでとう」「よかったね」の祝福の声をしています。グラウンドゴルフは軽い運動ができる。また、色々な人と会話ができるということが、健康寿命を延ばすことにつながっていると思います。

最後に、グラウンドゴルフに興味を持たれた方の入会を心待ちしております。

(高津 山田新一)



### 石鎚山・御来光

(中萩 山本昌太郎)

石鎚山へは年間何度か登ります。常々一度は山頂で御来光をと思っていました。昨年9月16日に決行、車で瓶ヶ森林道(ユーホーライン)を走り、土小屋登山口に17日0時頃到着。2時間程仮眠後、2時半出発。

この日は満天の星空でしたが、月はなく真っ暗闇、ヘッドライトが唯一の灯り、歩き慣れた登山道とはい



### 原稿募集

貴方の生きがいをここに



日曜	午前	午後
21月	グラウンドゴルフ教室 ラッシュボール卓球教室 オカリナ教室 さくら(茶道) 桃山D(卓球) 墨友(書道) ウッド(組み木) 亀池A(陶芸)	和音(ピアノ) いとこの(組み木) 亀池A(陶芸) 桃山B(卓球) 百描会美術 アル・コンテ(ハーモニカ) つれづれ(俳句)
22火	篆刻教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) みどり(茶道) 亀池B(陶芸)	亀池B(陶芸) 桃山A(卓球)
24木	別子GGゴルフ 桃山D(卓球)	桃山E(卓球) コーラスひろせ
28月	コーラス教室 あかがねGGゴルフ 書楽(書道) のこのこ(組み木) 桃山D(卓球)	アル・コンテ(ハーモニカ) 桃山B(卓球)
29火	ヘルスケア教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	亀池B(陶芸) 桃山A(卓球)

日曜	午前	午後
30水	書道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸) クロワッサン(料理)	亀池A(陶芸) 桃山B(卓球)
31木	郷土を歩く 別子GGゴルフ 桃山D(卓球)	郷土を歩く 桃山D(卓球)

※状況により予定を変更する場合がございます。最新の情報または詳細は各サークル代表者にお問い合わせください

え、明るい時間帯とまったく様子が違います。大丈夫かな?不安の中スタート...歩き始めて30分、目も少し慣れ3時間程で弥山頂上。

山頂では20人前後の人が待機、カメラをセットしている人、岩場の上に座っている人、一人登ってきた女性、色々なスタイル待ちます。

6時頃、地平線から茜色に染まる御来光、感動の一瞬でした。暗闇で五感を研ぎ澄まし「歩く」。大自然のパワーを頂き「甦る」。そんな不思議な体験をすることができました。

料理サークル 美味しんぼ

### 「美味しんぼ」を楽しむ

美味しんぼは、毎月第3月曜日の午前、学園の調理室で、12名の男子が賑やかに料理をしています。令和6年度は、4月に「中華丼」、5月は「ピースご飯にロールキャベツ」、6月は「手作りポテトコロッケ」、7月は「韓国ビビンバ」、8月は「中華・韓国・和食・洋食と、多様な料理を楽しみました。」

「人生の楽園」というテレビ番組では、退職や転職・移住した方のいろいろな楽しみが紹介されますが、多くの方が、カフェや民宿などで料理を楽しんでいます。

美味しんぼでの料理で、これまで普通に食べていた食材や、あまり食べなかった食材が、違う料理法で大好きになったことがあります。そんな時は、それを家で復習したり、妻に作ってもらって一緒に食べます。こんな楽しみ方も「人生の楽園」かな?と思います。

また美味しんぼでは、学園他のサークルや家庭菜園を楽しみながら料理を楽しんでいる人がたくさんいます。私も美味しんぼを楽しみながら、卓球も楽しんでいます。

今年から年度途中のサークル加入が可となりました。他のサークルで活動しながら、美味しんぼでも料理を楽しみませんか?  
大歓迎です。  
(金栄 三浦孝信)



人生の楽園/美味しんぼの皆さん

ゴルフサークル あかがねGG

### いつの間にか10年



10年ほど前、いろいろな所でグラウンドゴルフをしている人たちをよくみかけていました。運動音痴で体を動かすことも嫌いな私だけどうやってみたいと教室に入りましたが、呆れて笑えるほど難しかった事を覚えていています。

そして、「サークルあかがね」が出来たとき、あまり熱心じゃない私は、週1回、月2回程度の練習なら出



あかがねGGの皆さん

席できるかなと思ったのと、気心も知れていたメンバーが多くいたので参加を決めました。それから3年目になります。

このサークルは、大概3回練習したら次回は大会となります。過日の練習時の点数で各自ハンディがあり、私事ですが、ハンディマイナス2で3ゲーム行い、まぐれで2回ホールインワンを出して優勝したことがあります。本人がいちばんビックリです。嬉しくて「グラウンドゴルフ楽しい〜!」ただ、次はハンディが減るのでもう上位は難しくなります。また、賞品も毎回たくさんあってもらえた時はうれしいです。いつも準備してくださる方々に感謝感謝です。

私の場合、上達は期待しないけれどまぐれに懸けて、とにかく元気に楽しくグラウンドゴルフを続けていけたらと思っています。  
(金子 片上真知子)

卓球サークル 桃山B

### ラージボール卓球に出会って



桃山Bのサークル活動に参加して2年目になります。ほとんどスポーツなどしたことのない私ですが、卓球に興味を持ち、健康の為にと思い入会しました。

初めてサークルに参加して、皆さんのレベルの高さに驚き、卓球は奥深いことを痛感しました。最初は私に出来るだろうかと不安もあり、楽しむというよりも、とまどいの1年でした。

なかなか身に付かないのが現状ですが、やさしく声をかけてくださったり、アドバイスをもらったりと、明るい雰囲気のおかげで、週2回の練習に励んでいます。

私は川東地区に住んでいるのですが、今まであまり広瀬公園には足を運ぶことはありませんでした。学園に通うようになって、春には満開の桜を楽しむことができ、また池の周辺や広瀬邸の佇まいも落ちついていて、心が癒やされます。

そんな学園に通いながら、ラージボール卓球を通して、体力作りと、いろいろな方々との出会いを大切に、これからも続けていこうと思います。  
(垣生 蟹江美津恵)

### ご恵贈お礼

◎ロビー生け花 令和六年九月度  
神野 早希甫 様(講師)  
◎川柳にはま 令和六年九月号  
にはま川柳会 様

学園歌壇

サークルみらい

胡瓜の葉を土俵に見立てし瓜葉虫こてんころりと転ぶもおかし  
三度目のさし木で根付し花筏葉っぱの上にはちよこんと咲けり  
苦瓜もこの夏越して育ちたり小さく生るが胸を張りおる

学園柳壇

サークルねこやなぎ

正直に言えば地震も予知不能  
雨欲しい予報士さんは晴れの顔  
熱帯夜明日の予報が気にかかる  
小面の静かな笑みを又見たい

講師

井原みつ子



学園俳壇

サークルつれづれ

赤とんぼう帰れば今日カリーの日  
炎風や近道塞ぐ救急車  
クレヨンで咲かす朝顔赤に青  
水天の雲を一蹴あめんぼう

講師

猪瀬美智子



### 編集後記

### 毎年

この時季になると我が家の庭にやってくる彼岸花が、今年はなかなか顔を見せてくれませんでした。周囲の田圃や畦道でもあまり見掛けませんでした。百科辞典を見ると、「彼岸花は秋の訪れを告げる花、気温が20数度になると開花し始める」と説明されていました。それで合点がきました。多分、この長い猛暑で、まだ開花の時期に非ずと思っていたのでしょうか。

遅咲きになっても良い、我が家や田圃・畦道で真っ赤な彼岸花を見たいものだと思っていました。急に秋めいたお彼岸の中、数本見つけました。「群生」というまでには至ってませんが、ひと安心しました。

地球温暖化が原因で、日本列島周辺が亜熱帯化していくそうです。春や秋の穏やかな季節も短くなりそうです。そのうち「日本の四季」が夏・冬だけの「二季」になってしまうのかも知れませんね。「秋は夕暮れ夕日のさして...」(枕草子)の風情も遠くになってしまおうと思つと淋しいですね。  
(生きがい子)



加藤 千春  
近藤佳代子  
清水 哲夫



この「生きがい」は新居浜市のホームページでご覧になれます。このQRコードをご利用ください。

