

生きがい

6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
(844・441・26)

俳句を嗜むといふこと

高齢者生きがい創造学園
俳句講師

猪瀬美智子



世は二、三歳の幼児から、百歳の長老まで俳句を詠む、一億総俳人といった時代となりました。
ひと昔前までは、俳諧（俳句）は文人墨客の趣味で、我々一般庶民には縁の遠いものと思われていました。

高齢者生きがい創造学園では、設立当時より俳句講座を坂上史琅先生がご指導していらっしやいました。先生は元教師、真面白一筋、俳句では山口誓子の「天狼」一筋のお方でした。そのような立派な先生から、学園の俳句教室を引き継ぐよう、たつてのご要望でした。何故私かと疑問を抱きながらも引き受け致しました。

私はサラリーマンの平凡な妻でした。夫の仕事の関係で、南はインドネシアから、北は北海道まで各地を転々と致しました。何処の地でも、その地域の句会に参加し俳句に携わって参りました。
坂上先生がご指導され、現在も続いている「つれ

づれ」の会員の中には、新聞・雑誌へ投句なさっている方々がいらっしやいます。年間賞で紙面を飾ります。

俳句を嗜んでいると、自然や風物をじっくりと見るようになります。そしてそれをどう表現すればいいかと言葉を探ります。字引・辞典を調べることで脳の活性化が謀られます。脳の老化防止・若返りの秘訣です。私は俳句は「心の日記」と思っています。毎日をぼんやり過ごすのではなく、事物をしっかりと見詰め有意義な日々を送りたいと思います。

ご縁があり、学園の講座を担当させていただくことに心より感謝しつつ、受講生の皆様と一緒に楽しく勉強したいと思えます。



【資料提供 学園事務局】

◀◀令和7年度年間行事予定▶▶				
月 日	曜	代表者会・役員会・学園行事等	主な議題	
4月22日	火	役員推薦委員会（三役・委員長・歴代会長）	三役・委員長推薦準備	
5月20日	火	第1回役員会（三役・委員長・副委員長）	役員決定 令和7年度活動方針と予算 等	
5月27日	火	第1回代表者会		
7月15日	火	第2回役員会	グラウンドゴルフ大会要項 親睦旅行、学園祭骨子 あかがねミュージアム展等	
7月22日	火	第2回代表者会		
9月 9日	火	桃山杯ラージボール卓球大会《桃山会、卓球教室対象》	於：市民体育館	
9月19日	金	学園グラウンドゴルフ大会《全講座、サークル生対象》申込締切り		
10月1日～6日		第10回あかがねミュージアム展《文化サークル》 於：あかがねミュージアム		
10月22日	水	学園グラウンドゴルフ大会 雨天時 10/25(金)	於：山根グラウンド	
11月 7日	金	学園祭係名簿提出		
11月初旬頃		講師・学園生親睦旅行《全講座、サークル対象》		
12月上旬頃		避難訓練		
12月 9日	火	第3回役員会	学園祭実施要項及び運営方法 サークル加入 等	
12月16日	火	第3回代表者会		
1月23日	金	学園祭用品注文書・備品 締切		
1月27日	火	第4回役員会	学園祭運営細案 サークル活動申請 等	
2月 3日	火	第4回代表者会		
2月24日	火	学園祭グラウンドゴルフ大会《GGサークル、GG教室対象》	雨天時2月26日（木） 於：学園グラウンド	
2月26日	水	学園祭ラージボール卓球大会《桃山会、卓球教室対象》	於：市民体育館	
3月 2日	月	リハーサル開始（午後）		
3月 4日	水	駐車場ライン引き		
3月 5日	木	駐車場ライン引き・学園祭準備		
3月 6日	金	学園祭準備		
3月 7日	土	第34回学園祭	※広瀬公園駐車場許可者以外駐車禁止 3/4 ～3/7	
3月26日	木	会計監査(代表者会・学園祭会計)		

13	12	11	10	9	日
金	木	水	火	月	曜
茶道教室 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) しあわせパンパン ハッピーダンス	四季の組み木教室 別子GGゴルフ 桃山D(卓球) 書峰(書道)	書道教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球)	家庭菜園教室 篆刻教室 別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 亀池B(陶芸) みどり(茶道)	コーラス教室 ラージボール卓球教室 あかがねGGゴルフ 書楽(書道) 亀池A(陶芸) ねこやなぎ(川柳) 桃山D(卓球) さくら(茶道)	午前 午後
季節の料理教室 桃山A(卓球) 山雄会カラオケ	桃山E(卓球) モーツァルトピアノ 組み木 コーラスひろせ	桃山B(卓球)	桃山A(卓球) 短歌みらい(短歌) アリス(ピアノ) 亀池B(陶芸)	アル・コンテハーモニカ 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸) 百描会(美術)	

6	5	4	3	2	日
金	木	水	火	月	曜
カラダにいいことはじめ 専科教室 広瀬GGゴルフ 桃山C(卓球) メヌエット(ピアノ) ハッピーダンス	郷土を歩く 桃山D(卓球) 亀池B(陶芸) 別子GGゴルフ 書龍書道	俳句教室 広瀬GGゴルフ 亀池A(陶芸) 桃山C(卓球) 書心書道	別子GGゴルフ 桃山E(卓球) 音の輪(オカリナ)	グラウンドゴルフ教室 オカリナ教室 組み木 桃山D(卓球) 書友(書道)	午前 午後
山雄会カラオケ 桃山A(卓球) なごみ(茶道)	桃山E(卓球) 亀池B(陶芸)	亀池B(卓球) 池A(陶芸)	コモド(ピアノ) 桃山A(卓球)	和音(ピアノ) 組み木 桃山B(卓球) アル・コンテハーモニカ	

料理サークル クロワッサン

パン作り



孫たちは皆大きくなり、手が掛からなくなりました。私も何か趣味でもと思いながら、何をしようかと考えていました。

そんな時、学園の講座がある事を知りました。

講座には、卓球、陶芸、書道、ピアノ、料理など様々な分野があり、その中にパン教室もありました。パン作りは以前から興味があつたので、早速申し込みました。

初めて参加させていただいた時は少し不安でしたが、和やかな雰囲気でした。先輩方や指導してくださる先生も優しく、出来上がったパンに感激したのを覚えています。

私達「クロワッサン」は六人ずつ三グループで、生地をこねたり具を詰めたり、最後は形成して焼き上げを待ちます。パンが焼けて来ると教室中にパンの良い香りが立ち込め、毎回とても幸せな気分になります。自分達で作るパンは自分で食べても美味しいですが、娘や孫から「美味しかったよ」と言って貰えるのも楽しいの一つです。

講座・サークルと二年が過ぎ、三月の学園祭では、お寿司と赤飯の販売をお手伝いさせていただきました。無事完売することができ、お力添えいただいた皆様には大変感謝しております。

クロワッサンは月一回の活動で、次回はどんなパンになるのか毎回楽しみです。今後も皆様と楽しく活動していきたいと思います。

（角野 柚山 由利）

窓

石鎚山ブロック??

「石鎚山ブロック」と言う言葉をご存じですか。台風が接近しても愛媛は石鎚山が守ってくれるから大丈夫！というものです。街の人（主に松山市）に聞いてみてもそう信じている人が結構多いとのことでした。

先日、テレビで取り上げていました。

（ひめDON『石鎚山ブロックのナドを追え』5/16）
（NHK松山放送局）

番組によると、過去に愛媛に接近・上陸した台風の進路図を検証した結果について、専門家は「必ずしも石鎚山が台風をブロックしたとは言えないが、台風が通過した時の愛媛（東・中予）の雨量は他地区に比べて圧倒的に少ないことは明らか。でもこれは四国山地の特殊な地形の結果と考えられる。つまり四国山脈ブロックというのが相応しい」と説明していました。

ではなぜ「石鎚山…」と云うのか？

石鎚山は古来から、水など沢山の恩恵を麓の人々にもたらしてきました。人々はそれを「石鎚山のお蔭」と云い、感謝し敬うという思いが強くあります。ではなぜその考えが広く愛媛県に広がったのか。それには「石鎚山信仰」が関わっている、古文書（西条市の前神寺蔵）から解ると言っています。それによると、「石鎚山信仰」には「講」（信者団体）が東・中予に広く存在していたことが古文書からわかります。その「講」の人達から「石鎚山のお蔭」という思いが一般にまで広まったのではないか、「石鎚山ブロック」もそのひとつだ…というのが番組全体の結論でした。

興味ある内容だったので紹介しました。（匿名）

※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

日曜	24火	25水	26木	27金	30月
午前	ヘルスケア教室 別子G Gゴルフ 亀池B（陶芸） 桃山E（卓球） みどり（茶道）	書道教室 広瀬G G（ゴルフ） 桃山C（卓球） クロワッサン（料理）	別子G G（ゴルフ） 桃山D（卓球） 書峰（書道）	カラダにいいことはじめ 専科教室 本革で小物作り教室 茶道教室 広瀬G G（ゴルフ） 桃山C（卓球） ピアノ10（ピアノ）	桃山D（卓球） あかねG G（ゴルフ）
午後	幸齢社会を賢く生きる アリス（ピアノ） 亀池B（陶芸） 桃山A（卓球）	桃山B（卓球）	モーツァルト（ピアノ） 桃山E（卓球） コースひろせ	なごみ（茶道） 山雄会（カラオケ） 桃山A（卓球）	

ロビー展計画表

展示月	期間（準備 12:00～片付け 15:00）	講座・サークル名	備考	
5月	5月 1日（水） 30日（金）	準備 片付け	つれづれ（俳句） みらい（短歌）	
6月	6月 2日（月） 30日（月）	準備 片付け	書峰・書心・書楽（書道）	
7月	7月 1日（火） 31日（木）	準備 片付け	亀池 A・B（陶芸）	
8月	8月 1日（金） 29日（金）	準備 片付け	百描会（美術）	
9月	9月 1日（月） 30日（火）	準備 片付け	☆己書教室	
10月	10月 1日（水） 31日（木）	準備 片付け	書龍・墨友（書道） ☆書道教室	
11月	11月 4日（火） 28日（金）	準備 片付け	組み木 ☆組み木教室	
12月	12月 1日（月） 24日（水）	準備 片付け	ねこやなぎ（川柳）	
1月	1月 5日（月） 30日（金）	準備 片付け		
2月	2月 2日（月） 27日（金）	準備 片付け	☆俳句教室	
3月 4月	3月 6日（金） 4月30日（水）	準備 片付け	百描会（美術）	学園祭

※準備等の時間は該当月の講座・サークル間で調整

【資料提供 学園事務室】

日曜	16月	17火	18水	19木	20金	23月
午前	グラウンドゴルフ教室 オカリナ教室 桃山D（卓球） 墨友（書道） 組み木	別子G G（ゴルフ） 音の輪（オカリナ） 桃山E（卓球） 亀池B（陶芸）	広瀬G G（ゴルフ） 桃山C（卓球） 亀池A（陶芸） 書心（書道）	己書教室 別子G G（ゴルフ） 桃山D（卓球） 書龍（書道）	ラージボール卓球教室 あかねG G（ゴルフ） 桃山D（卓球） 組み木 亀池A（陶芸） 書楽（書道） さくら茶道	
午後	アル・コンテ（ハーモニカ） 和音（ピアノ） 桃山B（卓球） つれづれ（俳句） 組み木	幸齢社会を賢く生きる コモド（ピアノ） 桃山A（卓球） 亀池B（陶芸）	桃山B（卓球） 亀池A（陶芸）	山雄会カラオケ 桃山A（卓球）	アル・コンテ（ハーモニカ） 桃山B（卓球） 百描会（美術） 亀池A（陶芸）	

エッセイ(日常生活について思うこと、人生についての所感)など自由です。
短歌・俳句・川柳 など
写真・イラストなども(単独でも)大歓迎です。
ペンネームまたは匿名での掲載も可能です!!



「窓」は読者の皆様の
自由な投稿コーナーです

字数は500字以内。出来ればパソコンで(Word、Excel、一太郎など)もちろん手書きもOKです。
1行あたりの文字数やフォントなどの書式の制限はありません。
提出方法は、インターネットのメールで送信
(データとして添付)

(madonnanet99@yahoo.co.jp)
(読み:マドンナネット99)

またはUSBにコピーして、
創造学園事務室までお届け下さい。
手書きの原稿は、学園事務室までお届け下さい。

学園俳壇

サークルつれづれ

子牛の瞳青空映し牧開く
散る花ほめて裏道の旅人よ
金婚や着は謝意の桜鯛
結跏趺坐に在す大仏飛花落花

講師

猪瀬美智子



寺村 洋子

明星 妥子

亀井喜一郎

学園柳壇

サークルねこやなぎ

イヌフグリ名にこだわらず楚楚と咲く
花見酒父ちゃんの顔桜色
薪で炊く我慢の蓋でうまい飯
時は力ネなれど私は信じない

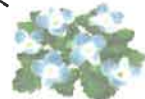
講師

井原みつ子

高橋 正明

伊藤たみ子

小田登美夫



学園歌壇

サークル短歌みらい

槇の実も食用蛙も田螺もこちそうだった戦後のわれら
垂れ梅の紅の蕾に凍り付く雨粒たちの命煌めく
補聴器を初めて付けて歌会へ会話が弾む心が躍る

ご恵贈
お礼

◎ロビー生け花 令和七年五月度
神野 早希南 様(講師)
◎川柳にはいま 令和七年五月号
にはま川柳会 様

編集後記

「まだまだ後がある、時間に余裕がある」と、のんびりしている心を云います。
それとは反対に、『無後心(むごしん)』と云う言葉があります。これは、「もう後が無い」という切羽詰まった心です。
私は最近まで有後心で過ごしていました、「明日があるさ」と言わなければならぬ。
先日誕生日を迎えました。家族などは「お目出度う」と言葉をかけてくれます。確かにそうなのですが、私は別のことを思っていました。「そろそろゴールが見えてきたな……」
これが無後心だと思つたのです。
これからは一日一日をむだ遣いしないように使おう……後期高齢者として決意を新たにしました。
(生きがい子)

仏教

には、『有後心(うごしん)』という言葉があります。

徳永 康夫
尾崎 幸子
越智 和人



この「生きがい」は新居浜市のホームページで読めます。
このQRコードをご利用ください。



ピアノサークル「コモド」

私にとっては大きな挑戦

大病を機に決めた「死ぬまでにやりたい10のこと」その一つが「ピアノを弾けるようになること」だった。ありがたいことに新居浜では高齢者向けの学園がありピアノ講座もあると知って、即申込み。その後、サークルにも入って今年で4年目になる。

全くの初心者で楽譜を読むのもひと苦労。五線譜からはみ出た音符はドレミと数えていかないと読めません。レッスンでは講師の山内恵里先生を前にするところでも指がプルプル震えてしまい、もう情けなくなってしまう。

そんな中、先日発表会に出ることになり1人では不安だったが仲間3人で連弾することになった。練習ではなかなか息が合わず、ため息や苦笑いが出ることもばかり。でも本番では3人という安心感があり、無事やり切ることができ、お客様から大きな拍手をもらえた時は最高に嬉しかったです。

気が小さくて何事にも最初の一步がなかなか踏み出せない私でしたがピアノを通じて素敵な仲間、先生そして素晴らしい場所を見つけることができました。

(泉川 田坂千恵子)



珍しい3人による連弾



頑張りました!!

卓球サークル 桃山A

新しい趣味

ラージボール卓球!

昨年3月、仕事を辞めて2年。「何か新しい趣味を持った方がいいかな」と思い始めました。



俳句や短歌、オカリナなど文化・音楽関係の講座も勧められましたが生まれつきそうだった才能はないので即断。

そんな中、友人からラージボール卓球が楽しいと聞



桃山Aの皆さんの練習風景
和気藹々かつ真剣に!!



き、「これなら!」と思い、昨年5月から学園のラージボール卓球教室に通い始めました。当初はシェイクハンドのラケットの扱いに苦労しましたが、基本的なことを教えていただいたおかげでラリーもなんとか続くようになりました。卓球教室では、年齢やレベルを問わず楽しめ、様々な人と楽しく交流することができました。

卓球教室修了後、卓球サークル桃山Aに入会させていただきました。まだ、入会したばかりでメンバーの顔と名前が一致しない状況ですが、楽しく参加させてもらっています。

卓球の奥深さを感じながら、サーブやレシーブなど未熟な部分を早く克服し、ペアの方に迷惑をかけないよう頑張りたいと思います。サークルの皆さんよろしくお願いします。

(角野 寺村 伸治)