

# 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)

## 年の始めに



高齢者生きがい創造学園  
短歌教室講師

泉 憲

広瀬公園とのかかわりはすでに七十年を超える。一番の思い出は角野小学校に入学した春の、広瀬への遠足であった。うれしい余りに、いささか興奮していたのか、おたまたまじやくしを追って、服のまま池に入った。思ったより深く、胸のあたりまでつかった。友人にはげまされて、しばらくはつかっていたが、寒くなって岸に上がった。先生がたは近くにいななくて、注意も受けなかった。

遠足から帰る途中、山田部落(アジサイの里)に実家があり、あまりに寒く気持ち悪くて、篠場の麦畑のところまでこっそり列からぬけて、実家に帰った。母がいて、すぐに着がえをさせてくれた。

すぐに学校へ行けばよいのに、部落の年上の連中との遊びに熱中してしまった。そこへ受け持ちの森田先生が、かけつけてきた。小学校では「泉が帰ってない」というので、職員室は大さわぎになり、池に入っていたこともバレて、受け持ちの先生は青くなつて走って来たのだ。それで私の勝手な行動は小学校中に知れわたった。父は中萩の小学校で教員をしていたので、面目丸つぶれだっただろう。

その広瀬の学園で短歌同好の士と月二回歌の批評をしあい、世間ばなしができ、感謝するばかりである。悪ガキがよくも今日まで生きのびて来たと自分でもあきれられるばかりである。年の始めということ、大伴家持が因幡の国守として正月の宴に詠んだ歌を紹介したい。

### 新しき年の始めの初春の今日降る雪のいやしけ吉事(よごと)

この歌は万葉集中最後の歌である。武人(もののふ)の家の長として、おとろえゆく大伴家のいや栄を願った歌であろう。

広瀬の学園におかれましても、新しい年を迎えて、ますます充実されますことを、心から祈り上げます。

13	10	9	8	7	6	日
月	金	木	水	火	月	曜
書峰(書道)	桃山C(卓球) 広瀬GG(ゴルフ) 趣味の料理教室	桃山D(卓球) 別子GG(ゴルフ) 街道をゆく	書道教室 ソナタ(ピアノ)	書硯(書道) 絵手紙なでしこ ドルチェ(ピアノ)	コーラス教室 墨友(書道) 山茶花(俳句)	午前
	山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	写真教室 四季の組み木教室 書峰(書道)	短歌教室 コンテニュー(ハーモニカ) ピアノ10(ピアノ)	桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	いとのこ(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス) 亀池A(陶芸) 亀池B(陶芸)	午後

## ダイヤモンド水広場 でのハーモニカ演奏

(ハーモニカサークル コンテニュー)

平成二十一年五月発足のコンテニューです。月に二回の授業と二回の自主練習をしています。いつも室内でしているのですが、時には屋外で奏するのも良いものではないかとの話があり、今回、旧別子銅山のダイヤモンド水広場での練習を計画し、九月十二日(木)に実施しました。(十名参加)

当日の天候は、日が照ったり曇ったりの絶好のコンディションになりました。今年はずいぶん異なる対策をテレビ等で知らせており、私達も事前に遭遇した時の対策、不運にも刺された時の特効薬等用意して出かけました。登山口(標高八〇〇m)で準備中にも早くもお出迎えがありました。大きな音を立てたり、タオルや帽子で追わない、知らぬふりをして静かにすること。そうするとハチは攻撃してこない。目的の地まで旧別子の史跡が点在しているのゆくりと見たり聞いたりしながら一時間余りかけて登りました。その間にも何度となくハチとお見合いをしました。

ダイヤモンド水広場に着くと、心地よい風が吹いていました。お弁当を食べる時も十四以上のハチが入れ替わり立ちわりお弁当や体にまつわりつきましたが、知らぬ存ぜぬを通すことで、脅かさなければハチも攻撃してこないことを知りました。終わりの方ではハチと友達になったような気持ちでした。すぐ上の岩場に直径六〇cmほどのスズメハチの巣があり、盛んに活動していました。

ハーモニカ課題曲を合奏練習して、また独奏はそれぞれ十八番の曲を緑の山の上にハーモニカの音色を響かせました。最後は全員で「赤とんぼ」を合唱。旧別子に初めて来られた方、活動中のスズメバチの巣を初めて見た方、いろいろですが、ダイヤモンド水のコーヒーと紅茶を美味しく頂き、澄んだ空気、緑の薫りを満喫してきました。

☆秋の日をスズメバチと暮れコンテニュー  
(中萩 伊藤 浩)



ダイヤモンド水広場にて演奏する  
コンテニューの皆さん

日	14 火	15 水	16 木	17 金	20 月
午前	絵手紙教室 短歌みらい エリーゼ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	ピアノ教室 書心(書道) そよかぜ(俳句) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	書龍(書道) サンシャイン(写真) フレッシュ2009 ウオークひうち げんき2012 やまびこ 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	さつき(生花) メヌエット(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) ハッピー(ダンス)	コーラス教室 墨友(書道) ウッド(組み木) さくら(茶道) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)
午後	絵手紙はなみずき 桃山A(卓球)	陶芸教室 シヨパン(ピアノ) ミニッツ(ハーモニカ) 桃山B(卓球)		山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	書楽(書道) いずみ(短歌) いとこのこ(組み木) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)

### ピアノと私

(ピアノサークル ドルチェ)

子供の頃から、音楽は好きな領域でした。中でもピアノは大好きな楽器で、その音色に魅せられ、これを習いたくて仕方なかったのですが、叶いませんでした。そんな思いもあって、娘にはピアノを習わせたのですが、その頃の私は家事・育児に追われ、とても娘と共に習う余裕がないまま、時を経てしまいました。

それが還暦も過ぎた頃、自己啓発とでもいうのでしょいか、突然、子供の頃叶わなかった夢、ピアノの練習を今からやってみようという思いが湧き起ってきたのです。幸い自宅に古いピアノがありましたので、これを弾き始め、我流にならないようピアノ教室にも通うようになりました。

そんな日々が続くうち、不思議な感覚をおぼえるようになりました。それは、悪戦苦闘してピアノの練習をした後、疲労感と共に何とも言えない満足感が得られるようになったことです。そして、日頃のストレスや悩みごと雲散霧消。その後は面倒な家事仕事もルンルン気分ではかどります。私にとってピアノは、本来の自分を取り戻すことのできるものになっていました。これからも先生やサークルの方達と一緒に末永くピアノに寄り添っていきたいと思っています。

(角野 青木 文子)

### 「くろくろさん」が聞きたくて

(料理サークル クロワッサン)

月一回の出会い。エプロンと三角巾をつけるわかるサークル仲間たちの顔。おいしいものが食べたい、作りたい、家族に食べさせたいの気持が重なり、舌を肥やし腕を磨く。

作っていく過程で各家庭のやり方や新しい食材の使い方、昔からの習わし段取りや手際の良さを学ぶ。泉玲子先生はフル回転で「先生！これでいいですか」と声が掛かると「そうそうこんな感じだね」と作りたいのパンのようなふんわかムードで教えて頂く。

先生の手元を見つめる真剣な目。少しでも近づけて、良い加減の我が家流を創り出そうとする。

いい匂いがしてきたね。本当！

わあ、おいしそう！すごいね。

初めて、こんな食べ方あったんだと感動と共に笑顔が増し、今日もたっぷり栄養を身体と心に満たしていく。料理は、五感をフルに働かし、脳トレに良いらしい。

「ごちそうさん」が、今日もあちこちの家庭から聞こえていることでしょう。

(角野 高橋 益美)

日曜	21 火	22 水	23 木	24 金	27 月	28 火
午前	書硯(書道) ドルチェ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)	書道教室 ソナタ(ピアノ) クロワッサン 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	書峰(書道) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球)	コーラス教室 書楽(書道) 書峰(書道) ねこやなぎ(川柳) さくら(茶道) のこのこ(組み木) 桃山D(卓球) ハッピー(ダンス)	絵手紙うさぎ みどり(茶道) エリーゼ(ピアノ) 別子GG(ゴルフ) ワルツ(ダンス)
午後	やながわ(川柳) みどり(茶道) 桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)	コンテニー(ハーモニカ) ピアノ10(ピアノ) 桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)	ひろせ(コーラス)	なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)	百描会(美術) 桃山B(卓球)	桃山A(卓球) 亀池B(陶芸)

### あれから六年!!

(書道サークル 書峰)

平成二十年に書道教室を受講し、それから六年が経過しようとしています。

一年間続け翌年に書道サークル「書峰」を立ち上げサークル名の如く上を目指して頑張つて来たが自分の場合、何かにつけ隔靴搔痒なサークル活動となっている。

サークル仲間はどうどん上達するのを遠目で見ながら自分は遅れているので退会を考えた事も屢々ある。

しかし、そういう時にタイムリーに適切なアドバイスを頂ける小野博先生は、教え方がうまいと言われる所以であり感謝している。

下手で失笑されても根気強く学園に通い自分は、書は書けないという思いを払拭して、退会しないで良かったと思える様にした。

また、小野先生やサークルの皆さんとの花見や忘年会等での親睦を図ることは、サークル活動では大切であるし、楽しく活動する基本だと思っている。そういう意味に於いてもサークルの皆さんに出会えて幸せ者だと思う。

これからも皆さんと協力しながら楽しい学園のサークル活動を送って行きたい。

(船木 高橋 松彦)

### 絵手紙に感動

(講座 絵手紙教室)

六五歳以上の高齢者のうち、認知症の人は推計一五%で、二〇一二年時点で約四六二万人に上り、認知症になる可能性がある軽度認知障害の高齢者も、約四百万人いると推計されるという、ある大学の調査結果が新聞報道されていました。

現役を退職して、退屈な日々を送っていました。家族や他人のお世話にならない様、「手足動かし脳刺激」のために絵手紙教室を申込みました。絵手紙は、現役時代少し描いていて、単身赴任先でも家族への葉書に描いていました。

今回、和田静子先生の指導のもと、受講生の皆さんとお喋りをしながら習っています。単に葉書に描くだけでなく、色和紙に漂白剤で描いたり、ハンコ、名刺、カレンダー、納豆のふたを活用したミニ額縁などを作ったり、先生のアイデア満載の指導に毎月新たな感動を受けています。

教室も、六名ずつの班で、会話をしながら描けるのがこの教室の良いところです。絵の方はなかなか上達しませんが、私は、認知症予防の一つの手段として、楽しく自分なりの絵が描ければと思っています。この絵手紙が一生の趣味として続ける事ができれば幸いです。

(神郷 岡田 豊)

日曜	午前	午後
----	----	----

29 水	書心(書道) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) 亀池A(陶芸)	桃山B(卓球) 亀池A(陶芸)
------	---	--------------------

30 木	書龍(書道) 別子GG(ゴルフ) 桃山D(卓球)	亀池B(陶芸)
------	--------------------------------	---------

31 金	メヌエット(ピアノ) 広瀬GG(ゴルフ) 桃山C(卓球) ハッピー(ダンス)	なごみ(茶道) 山雄会(カラオケ) 桃山A(卓球)
------	---	---------------------------------

### ◇ご恵贈お礼◇

◎ロビー生け花 十二月度 鴻上 美智甫 様(講師)  
◎川柳にはま 十二月号 にはま川柳会 様

### ◇今月のロビー展◇

(二月六日～一月三十一日)  
ねこやなぎ(川柳)  
やながわ(川柳)  
短歌教室(講座)  
陶芸教室(講座)  
写真教室(講座)  
\*二月の予定  
弥生(生花)  
さつき(生花)  
短歌みらい(短歌)  
いずみ(短歌)

### 出逢い

(俳句サークル そよかせ)

昔ある西国三十三観音の寺で、小さなノートを手にとり花を見ている老人に会いました。いつまでもじっとしているのです、つい一声かけました。「何をしているのですか？」すると老人はここにこしながら「五七五です、俳句ですよ」と答えられ、私は少し間の抜けた質問を返しました。「俳句ですか？難しいのでしょうか？」老人は相変らずにこにこしながら、小さなノートを示し「なかに簡単ですよ、ノートと鉛筆さえあれば誰にでも出来ますよ、あなたもやってみなさい」「そうですね、又いつか」：

それから二十余年六十才を少し過ぎた頃、体調を崩しリタイアをする事にし、さて少し余った時間をどうしようかと考えている時、あの昔、古利で出会った優しい笑顔の老人の事がふと思ひ出され、ひとつ私もやってみるか、いとも簡単に踏み出しましたがいささか早まった様です。錆びつき初めた脳味噌を今更ぐるぐる回してみても大した句の出来る筈もなく、悪友曰く「俳句を勧める人は皆んなそう言うんだよ」とひとつのこと。

折角踏み込んだ道です。あの時の老人が最後に言った「俳句っていいもんですよ」の意味がすっかり分るまで、ことごとと俳句と歩いて行ってみようかと…

(泉川 高橋 臻)

### 私のカメラ歴

(カメラサークル サンシャイン)

カメラを手にしたのは、子供の成長を残す為でした。マミヤだったと思います。うまくは写せなかったけれど、表情とか動きは見ていてもとても楽しいもので、その成長振りやアルバムの中に懐かしく時の流れを留めていきます。何年かしてシャッターが下りなくなつたのでキャノンに買い替えました。

子供や旅先での風景、四季の草花等フアインダーを通して少しずつ広くなっていきまし。しかし年のせい目が少し悪く乱れも出た頃、オートフォーカスという自動でピントの合うミノルタが出て「これだ」とばかりに手にしました。これで映した万博の家族写真をカメラ屋さんで賞められたことがきっかけで、写すだけではなく作品を作ってみたいと思うようになったのです。

その後、生きがい創造学園の写真教室で、田尾忠士先生のご指導のもと初めての作品を手にした時は本当に嬉しかったです。今でも忘れられません。二台目のミノルタが壊れた頃サンシャインではすでにデジカメに移行していました。そこで長年憧れていたニコンを購入。写してはみるものゝ、機能の多さに驚き勉強のやり直しです。

八十路近くになり、これからはじっくり腰をすえて、スナップだけでなく美しい風景写真にも挑戦してみたいと思っています。

(中萩 佐藤 麗子)

### 神様への願い

(カラオケサークル 山雄会)

新しい年を迎え、私が山雄会の門を叩いて九年目に突入！ 月日の流れるのが早いこと…早いこと…年を重ねると一年間が短く感じられます。

山雄会の講師は山本先生から山根幸子先生に山繋ぎにバトンタッチ。年二回の成果発表会、老人ホームへボランティア、学園祭GG大会その他諸々、山根先生の下、会員四十三名楽しく過ごさせていただいております。

九年も習っているから上手だろうか？と皆さんお思いでしょうね。ホラッ、世間で云う「下手の横好き」とは良く言ったもの。人前に立つとマイクを持っている手が小刻みに震えだし、仕方なく両手で握るものだから表現力ゼロです。

こんな私ですが歌うことが大好き。金曜日が楽しみなんですヨ。

会員の年齢層は厚く、私の母と二才違いの方もいらつしやいます。毎週欠かさず出席、頑張っているお姿を拝見していると嬉しくなります。歌うことは身体に良いと聞いていますが本当みたいです。

「神様！二十五年後も少しもたついている私が小さくハミングしながら、学園迄の道を老人車を押している姿があります様お願いします。(笑)

(中萩 竹内 雅子)

### 僕の独り言

(講座 コーラス教室)

僕は住友化学から名古屋へと出張したときに、トリオ製のステレオを見つけ、帰ってからそれを購入し何かをしながらFM放送を楽しんでいました。

また、NHK第一放送午後九時からの「日曜名作座」で森繁久弥と加藤道子の朗読劇がすごく面白くて十年余り聴きました。

今から十五年程前にその名作座を思い出し、スイッチON。丁度放送していましたが何も面白くなくて、またそれ以後もかけてみても面白くないのです。どうも頭がおかしくなってきたみたい？やはり想像力がなくなっていたのです。

また僕はハーモニカを自己流で、優しい童謡から始めたので童謡が大好きです。作曲家の中山晋平のものが優しく楽しいので好きです。フォスターの歌はどれも合唱曲として作られたような作品が多く、中でも「ケンタッキーの我が家」は、日本語より英語の合唱の方がきれいな気がします。

アイルランド民謡「庭の千草」「ロンドンデリー」また「春の日の花と輝く」を由紀さおりの独唱で聴いたのは素晴らしかったです。

『合唱と言えば何といっても讚美歌に勝るものはない』のでは、と書いてみたものの何ひとつ曲としてまともに唱えるものはありません。

奥坂聰子先生の「指導により皆さん大変上手です。僕は居眠りしながら聴き入っています。」

(角野 金子 成規)

### 学園歌壇

サークル「短歌みらい」

青空に赤とんぼ舞うグラウンドに意気揚々と一打を放つ 竹内 芳子  
銅山の無縁佛は苔むして歩みを止めて黙禱 齊藤 哲雄  
捧ぐ 癌告知と夫の余命も聞かされし忘れられない秋のまた来る 伊藤 康子

サークル「いずみ」

帰り来ぬ時をたぐればぼろぼろと想いは巡るセピア色にて 大西 武  
海の青空の碧との境界に鳥影のあり白緑色した 金子由美子  
夜の間に台風が過ぎ大陸の寒気もたらし今朝は冷たし 谷永 順子

### 学園柳壇

サークル「やながわ」

銅山の歴史が地名にも残る 合田 修身  
色褪せた煉瓦の史跡秋に映え 酒井 孝寿  
選鉱の遺産を包む冬桜 竹内 信夫

サークル「ねこやなぎ」

先代のかけらが滲む三代目 伊藤 純子  
乾物を戻すとすぐに倍返し 浮川 良美  
加齢には負けぬと今日も飛び跳ねる 岡田 文子

我が家へと折れる最後の角が好き

講師 井原みつ子

### 学園俳壇

サークル「そよかぜ」

銅の道示す石碑に落ち葉舞ふ 徳原 洋一  
禅寺の鐘の響ける今朝の春 橋本 信人  
雪嶺を輝かせつつ夕日影 村上 雅治

サークル「あすなろ」

琴の音の流る名刹紅葉寺 那須口 静子  
秋祭り神主様も法被着て 浜田 美智子  
冬菫ひと咲きたる離村の碑 真田 靖枝

サークル「山茶花」

切りはなす貨物列車や冬の入り 近藤 静  
伊予路行く女ばかりの秋遍路 神野 信美  
秋の蚊の耳くすぐりて逃げにけり 石川 久美子

沈下橋渡れば札所鴟猛る  
露しとど磁石北指す地鎮祭  
秋灯下机上に取りたてパスポート

講師 阪上 史琅

### お詫びと訂正

十二月号六ページに誤りがありました。左のとおり訂正しお詫び申し上げます。

一 第34回 全日本短歌大会 撰者賞

黄色い傘の執着 ↓ 黄色い傘の終着

二 サークル「いずみ」小森様の句

小猿に敵しかる ↓ 小猿に敵しかる