



みはら市民大学 ふれあい

第105号
発行・編集
みはら市民大学
ふれあい新聞
編集委員会
電話 64-6868

市民大学のますますの発展を

学長 屋敷 光

三原での生涯学習の場として市民大学を選んでいただきありがとうございます。

本年度はコロナ過の中にあっても、講座はもちろん教養講座や大学祭を開催することができたことは大きな喜びです。

講座では皆さんが学習を楽しみ、その成果をギャラリー展や大学祭、ボランティア活動等で発表されています。

継続して学習ができるという特徴をもった市民大学での積み上げた学習成果として、全国水彩画展に二名、県美展に一名、三原市美展では四十六名の応募で十名の受賞がありました。

学生のみなさんが生き生きと活動されているようすを拝見できることは生涯学習の充実を願っている事務局員の喜びでもあります。

集う場があり、人との交流があることは健康を維持していただく一つの要因だと思います。大学に集うことで新しい出会いもあり、学びもあります。

次年度も多くの市民のみなさんが大学の講座を受講され、世代を超えて、新しい学びを楽しんでいただけることを願っています。

地域を自分たちで支える

榎野勝昭

私の地域は世帯数約五百、平均年齢七十歳超の高齢化団地となりました。高齢化に伴う住民同士の交流の減少、日常の困りごと増加(ゴミ出し、通院・買物、剪定や草刈り)などの課題解決に取組むため、四年前に県内で初めて自治会の中にNPO法人が設立されました。

現在三事業に取組んでいます。第一は住民ふれあい事業として産直市、無人市、美味しいコーヒーカフェ、もの作り教室などのイベントを開催中です。

第二は困りごと支援事業として四十名のオタスケマンが住民や自治会から依頼される年五百件の困りごとを支援中です。

第三は行政の許認可が必要なサービスマンとして高齢者が要介護者に陥らないよう機能訓練と昼食を提供するミニデイサービスを緩やかな住民見守り活動の形で実施中です。



最近の活動ピククスを紹介します。正会員百七十名に美味しいコーヒー券を渡し毎月

一回午前中招待した結果、押すな押すの盛況となり四回で百六十名の来場者を迎えました。手作りケーキとコーヒーを飲みながらの楽しい会話が続きまし

また季節野菜や柑橘の無人市を始めたところ、心配していた代金不足は皆無で生産者と購入者への利便性供与ができました。

今後とも持続的活動のために有償ボランティアの仕組みと元気な高齢者が活躍できる居場所作り注力し、安心で住み易いコミュニティを目指します。

学んで輝き、伝えて輝く

大正琴 桧山幸三

「税が、社会を支えるいかに大切なものであるかはもちろん自らの人生の中で学ばれた貴重な教訓から、一度きりの人生を幸せに生きるための心構えを学ぶことができました。これからの自分自身の生き方にまで思いを巡らせることができる素敵な時間でした」と、担当の教諭から聞いております。生徒にとっ

ただでなく、担当の教諭にとっても貴重な学びになったようです。

(中学校長の礼状より) 「僕は、所得や所有、利用すること、税を集め、みんなのためや幸せのためなどに使われることがよくわかりました。そして日本は民主主義国家で、僕らが主役なのでしっかりと勉強に努め、賢い市民になり、三原とい

う地域を活性化させていきたいと思いましたが」

(中学生の感想文より)

私は三、四年前から職業ボランティアとして、市内の中高生を対象にした租税教室に参加しています。昭和四十七年に税理士事務所を開業し、現在まで営々と税に携わってきて、学んだこと思ったことなどを中心に、遺言のつもりで孫の世代に話させてもらっています。

初め「この爺さん何を話すのだろう」と怪訝そうな様子でしたが、話を進めるにつれて、目が輝いて真剣な目つきに変わってくるのがよく分かります。

「生きる意義」「人生の一回性」「税の役割」「勉強の大切さ」など、彼ら彼女らの人間作りのことやしなればと話をさせてもらっています。これからも元気が続く限り、若い魂に訴えていきたいと思えます。

絵手紙で咲く話の輪

絵手紙 村上富士子

ずいぶん前のことですが、今も心豊かに思い出すことがあります。観音寺奥の院鉢ヶ峰寺の十三日の縁日に、白髪の男性が、お孫さんでしようか若者に助けられながら登っておられました。

「よくお参りされますね」と声をかけると「息子が戦地に行つたとき願をかけたので今日もお礼参りに来ました」とのことでした。色々話しながら登りましたが、豊かな話に心が満たさ

れ香光しささえ感じました。本堂前で「今日はあなたとお話できて最高のお礼参りになりました」と言われました。私も「いいお話が聞けて楽しく登ることができました」とお礼を言いました。

平成十二年絵手紙コースが始まり私も参加しました。「下手でもいい」の精神で学び、また絵とともに添える言葉が大切だと教わりました。

奥の院でのことを思い出し、参拝者を励まし、絵手紙で皆さんにお話ししようと思えました。そこで毎月一回絵手紙を山道の掲示ボックスに掲示することにしました。ご住職も喜んで下さり、私も「今月の絵手紙はこうしよう」とすつかりはまつてしまいました。

そんな中、「今月はどんな絵手紙かなと楽しみに登っています」「登山者同士話はずみ、元気が湧いてくる」との声が届きました。これを聞き私も元気が湧き、絵手紙の素晴らしさに改めてきづかされました。

絵手紙を今日まで続けられてきたことは皆さんの言葉かけと手紙を通して会話が嬉しい喜びによるものと感謝しています。これからも自分なりに「学んで輝き、伝えて輝いて、生きたい」と思っています。

添えた言葉

まるいおむすびまるいもち
両手合わせて作ったものは
人の心を丸くする
母の日ありがとう

天使の鳥ハミングバード

院.パソコング カールソン幸恵

五、六年前まで私は、シカゴの八十マイル北に住んでいました。冬はとても寒くマイナス二十五度にもなります。夏は空気がカラツとして、肌もサラツとしていました。

気候が良くなってくる頃、毎朝庭に面したキッチンブラインダーを開けると、浮き浮きした気分になります。窓のわきには、赤い円筒形のフイダを吊り下げています。中にはハミングバードが大好きな砂糖水が入っています。鳥たちがこれに気付いてくれるまでは一週間かかります。一度見つけると窓辺に毎日何回もやってきます。私は見たこともなかった夢の鳥です。



大きくてつぶらな瞳は一点を見つめ、羽は風切り羽しかなくないようです。喉はルビー色で光沢があり、羽は緑、背中はおレンジで非常に可憐なのです。何といても空中でピタリと止まっています。花の蜜を吸う姿は可憐そのものです。体長七センチ、重さ二グラム、でも気に入らないときは大きな鳥にでも向かっていきます。

「スーチャップ」「スーチャップ」と鳴きながら庭をビュンビュンと飛び、持久力もあります。渡り鳥でメキシ

コまでの長い距離を移動するのですから。小さな体に似合わない力に驚きます。

くちばしが長いので細長い花の蜜を吸うのが上手です。空中を飛ばたきながら蜜を吸う姿はとても美しいものです。家ではハミングバードの好きな花をポーチにかけたり、庭にもたくさん花を植えました。アメリカで暮らした一番の思い出は天使の鳥ハミングバードとの出会いでした。

百人一首練習帳を作る

院.パソコング 新宮壮一郎

地域の老人会で、何組か札を作り、百人一首をしたことがあります。若いころやったのを思い出し、結構楽しめました。

そこで自分の練習用にと、パソコングで百人一首練習帳を作ってみました。歌番を入力すると上の句が現れ、それを見て下の句を言う。もう一回歌番を入力すると下の句、意味、背景が出るというものです。

作る過程

で本やネットで調べ、女性の活躍が予想以上であったことや、詠み手の人生の喜びや悲しみなど多くを学びました。



印象に残る歌を二首挙げます。

「心にもあらで憂き世にながらへば 恋しかるべき夜半の月かな」(心ならずも辛いこの世に生き永らえたら、今夜の月は恋しく思い出されるだろうなあ)

藤原道長が娘の子を天皇にしようとし、三条天皇は退位させられます。その上心労から翌年亡くなります。これは退位を決意したときの歌、悲しみが伝わってきますね。

「世の中は常にもがも(こうありたい)な 渚(く)海人(あま)の小舟の綱手(引き綱)かなしも」(岸边を行く漁師の小舟を陸からも綱で引っ張る風情がなんともいとおしい...)

三代鎌倉殿、源実朝の歌です。しかし、のどかな世への願いは、甥による暗殺で踏みにじられます。：

この練習帳はG組の講座でも皆で作ってみました。一週間でもかなり覚えられますよ。皆さんもどうぞ！

かかりつけ医を見つけます

院.パソコング 水戸ミサエ

昨年春三原市から二年以上医療機関にもかからず、健康診断も受けていないので、アンケートに答えて下さい」という書類が届いた。それで気がついた。ドックを受けたのは五年前。何も異常がなかったので安心してそのまま忘れていた。

その書類に「フレイルに気を付けよう」と書かれていた。調べてみると「加齢や病気などにより日常生活が困難になりつつあるが、支援があれば生活は可能な状態」



「健康な状態と要介護の中間」ということらしい。

フレイルを予防するためには以下が大事とのこと

- ・運動習慣をつける
- ・食事をしっかり取る
- ・病気の対策をしっかりと行う
- ・歯のケアにも注意する
- ・社会参加を進める

丈夫な体に生んでくれた両親(母は三歳の時他界)、健康に育ててくれた兄弟夫婦には、どんなに感謝しても足りることはない。それなのに自分の体について、あまりに無頓着すぎたことを申し訳なく思っている。

三年前から、コロナウイルスの流行で「かかりつけ医に相談してください」という言葉をよく耳にしてきた。その都度(私はどこに相談すればいいの?)と気になってはいたが、忙しさにまかせて放置したままになっている。今年こそフレイル予防をしながら、健康診断も受け、かかりつけ医も見つけなければと思っている。

一曲に魅せられた想い

院.パソコング 坂井英治

私が頑張れる原動力は唄です。次の曲は布施明「恋」の替え歌です。

♪「頂点の編集」に逢えばそれだけで楽しいくせに／別れた後の涙がつかいのさ／「頂点の追加」に逢うたびにうれしくて／逢えばまた切なくて／逢わずにいられない／そんなパソ会だけれど先生・同僚が好きだよ／僕はパソコングを愛しつづけたい♪

はこの曲と、表現力豊かに丁寧に歌う歌い手の影響もあると思います。

さて、院Gの年度終わりの懇親唄として「酒季の歌」(梶芽衣子)を紹介します。♪小芋の煮ころろがし笹カレイ／肴は四季のありあわせ／酒あればこそ苦しみも楽しき明日の語り草♪

「右クリックしてコピー・貼り付け」などなど右クリックでできることは多い。出来る人とは雲泥の差があることに気が付き、焦燥感にかられます。しかしそれも「楽しき明日の語り草」になると思っています。ユーチューブで音楽情報も受けられ、日々生きていく喜びを味わいかみしめている今日この頃の私です。

編集後記

コロナ時代を元氣を出して生きる皆さんの声を集めてみました。編集は院.パソコングが担当しました。