



みはら市民大学 ふれあい

第99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

三原市長祝辞

市長 岡田 吉弘

本年八月に市長に就任いたしました、岡田吉弘です。私は、一人の市民も取り残さない、という思いで、真摯に市民の皆様の声に耳を傾け、「住んで良かった」、「住み続けたい」と思われる魅力的なまちを、皆様と一緒に創りあげて参りたいと考えています。

この度は、老人大学がみはら市民大学として駅前に移転し、新校舎での新たなご出発、心からお祝い申しあげます。私自身も老人大学のスマホ入門の講師として、少しの期間、大学に関わった経験から、学習環境が充実した、新たな時代にふさわしい学び舎が誕生したことを、大変嬉しく思っています。

そこで、新しい環境で学びをスタートされる皆様に、私が尊敬する松下幸之助氏の『青春』という詩を紹介いたします。

「青春とは心の若さである

信念と希望にあふれ勇氣にみちて

日に新たな活動をつづけるかぎり

青春は永遠にその人のものである」

年齢に関係なく、その人の心



8月23日(日) オープンセレモニー

の持ち方次第で、充実感に溢れた生活を送ることができる、私はそう解釈して、この詩を読み返しています。

学生の皆様は総じて学習意欲が高く、定期的に学習成果の披露もされていると聞いています。どうか、信念と希望と勇氣を持ち、生涯青春の学習を続けていただき、その豊富な知識と経験を、余すことなく発揮され、三原市を盛り上げるために力を貸していただきたいと思えます。

結びに、皆様が、新たな学び舎でより充実した学習を続けていかれますとともに、みはら市民大学が皆様にとって、一人ひとりが輝ける場所になりますよう、心から願っています。

みはら市民大学 新校舎への思い

大学院 陶芸 本田幸三

「すごいな」私が教室に入っ
て一番に出た歓声です。天井も
壁も床も新しく明るくてこんな
良い環境で授業ができるのかと
大変ワクワクしていました。陶
芸コースは、造形から焼成まで
いろいろな作業がありそれぞれ
色々な設備が必要となります。
その為、年度初めからいろいろ
な意見や要望を出してもらい事
務局へ相談に行きました。三原
市教育部生涯学習課とも要望事
項の確認等をしていただき、新
教室が出来上がるのを楽しみに
待つだけでした。今回の下見は
完成間近のところではありまし
たが、希望どおりの大きな電気
釜が据え付けられ冷暖房設備も
常設されており焼成時の夏の厚
さ、冬の寒さに別れることがで
きそうです。その他いろいろな
要望が反映されており、民間の
陶芸工房にも引けを取らない教
室になったと大変喜んでいま
す。我々の意見、要望を聞いてく
ださった事務局、生涯学習課に
感謝してこれからも一層励んで
いきたいと思えます。



陶芸コース 電気釜

実用書道入門(筆ペン)へ

実用書道入門 保科 静香

近年熨斗袋書きは筆ペンが主流となってきたが、いざ書こう
と思うとなかなかうまく書けな
いでいた。おまけに名刺だけで
なくフルネーム、裏には住所も
書かなければならない。そんな
時「実用書道入門」の講座が開
設されると聞き入学。

自己紹介の折には、皆さんの
意気込みに圧倒された。書く事
が好き、記帳しなければいけない時
に困っていた人など様々。宿題
もさることながら、先生の添削
の待ち時間にもせつせと練習に
励んでいる。私は何回書いても
納得いく字にはならないが、先
生のお手本をじっくりと拝見し、
アドバイスいただいたところに
注意しながら少しずつうまくな
れたらそれで嬉しい。

「字は一生涯ついて回るもの」だ
からこそ、自信をもって人前で
スラスラと書けるように修練し
ようと思う。



実用書道入門(筆ペン) 講座風景

三原の歴史講座

三原の歴史 藪 哲

「歴史とは何ぞや」物の本には、
①人類社会の過去における変遷
工房の有様。又その記録②物事
の現在に至る来歴とある。私が、
講座「三原の歴史」をなぜ受講
し始めたかという、前年度に
受講していた「書道漢字」の講
座の先生が退官されたのでそれ
に代えて、新講座「三原の歴史」
が始まるのでこの講座を選んだ。
現在もう一つ「民謡」の講座を
受講しているが、考えてみるに
民謡と歴史は似通ったところがある
ような気がする。



三原の歴史 講座風景

民謡も歴史も日本全国津々
浦々に古くから存在する。民謡
も各地の歴史を語っている。歴
史の講座では、福井先生から現
在、旧石器時代を習っている。
三原といえは、三原城が浮かぶ。
私は城が好きだ。城主浅野忠吉
から始まり十二代忠英(十代忠
敬の五男)が將軍徳川家茂公よ
り三万石を賜ったといわれる。
備後国三原村から現在に至る

が、三原市内にも古くからの言い伝え、遺跡等々の歴史が存在することと思う。歴史は奥の深い興味のある評価の対象となる代物といえるだろう。

ヨガ入門と私

ヨガ入門② 西廣祐美子

今回、栄えある老大ヨガ講座の第一生期生として入門しました。昨年十月体験教室に参加して、ここ最近感じたことのない晴れやかな気分を感じることができました。そして、自分の時間が取れる今こそ、運動としてヨガをやってみようと思いついたのです。

講座初日先生が、ヨガを習おうと思った動機を聞かれました。皆が思い思いの不調、困りごとなど話した後、先生は、「今の皆さんの困りごとは全てヨガで解決できます」と言われ、びっくりしました。

体はそうすぐには軽くなりませんが、体と相談しながら、可動域を広げていけるヨガ講座が、自分の体と向き合う習慣を付けてくれるものと思っています。同じような思いを持って集う同志とすがすがしい後味を感じられるよう、これからも、先生、皆さん、よろしく。



ヨガ入門②講座風景

ヨガ入門 スタートする

ヨガ入門① 谷中 恭明

今年度、新たに上原明美講師を迎え、女性十七名、男性一名のメンバーでヨガ入門コースがスタートした。

私は三年前、柑橘の剪定をしているとき右腕、肩、甲骨が痛くなり整形外科の検査で、頸椎の「五番目の骨」神経が圧迫していると言われた。

治療は、痛み止め薬・電気療法・マッサージを行ったが、肩甲骨の痛みは取れなかった。

一年間、薬と電気治療・マッサージを続け、肩甲骨の痛みが軽くなり通常の生活にもどった。

理学療法士に「体が硬い」と言われていた。その後半年くらい経過したころ、腰が痛くなり椅子から立ち上がる時、腰の痛みで前かがみになることもあった。

整形外科でも「体が硬い」と言われ運動を勧められて、自分で体を柔らかくしようと思ったが、家での運動を続けることはできなかった。

老人大学で、ヨガを始めるとのこと、ヨガについて聞くと評判がよく、背中を押してくれた。ヨガを通じ、体の管理をして健康寿命を重ねていこうと考えている。



ヨガ入門①講座風景

スポーツ吹矢に

出会ったことに感謝して

スポーツ吹矢 得能 房子

人生百年時代と言われる中でテレビや新聞等で、健康に関する紹介が紹介されています。その中で「吹矢は健康に良さそう」と思っていました。そんな時、広報三月号にスポーツ吹矢の募集がありました。

しかも今回から対象年齢の引き下げで、私も応募することができるとわかりました。その後、応募多数で抽選だったと聞き、二度のラッキーで、入学することができました。

吹矢には、沢山の健康効果があること、そして今は、基本動作を覚え、楽しく行うことが大切だと教えてもらっています。これからも、どうぞよろしくお願いします。



スポーツ吹矢 講座風景

あたらしい日常

書道漢字入門 川崎常子

二〇二〇年は私たちにとって特別な年です。新年を迎えた一月中旬にうわさのように、新型

コロナウイルスの感染が中国をはじめ、次々と世界の国で確認され、世界中が大混乱に陥ってしまった。世界が拡大を防ぐために、緊急事態宣言、都市封鎖、学校閉鎖など新型コロナ対策措置が各国で取られてきました。その影響で三月、四月老大学の行事も中止されました、日本全国で緊急事態宣言も解除され、ようやく少し落ち着いて、日常生活が正常に戻ろうと思っていた矢先、第二波か：新たな感染増加をみています。

一か月遅れの授業も開始され、「新しい日常」「ウイズコロナ」を模索しつつ、うつらない、うつさないを目標にお互いに気を付けて、喜びを持って助け合いながら、楽しく学ぶことが出来ればと思います。

三原市老人大学として

最終版を迎えて

院。パソコンA 惠美晋一

当学園に通い始めて、私も十年あまりになる。大変お世話になりました。

八月の中頃、本新聞のことで事務局を訪ねて思ったことです。引越準備で大変な時でした。学長をはじめ、この暑さの中、汗だくで資料、道具類の整理にあちこちと動いていらっしやいました。

私事ですが、今年の四月に四国の家を売却することになり、そのために大変苦労しました。準備のため一月ごろから数回、

車で通い家の整理に九十に近い老夫婦は頑張りました。持ち帰った色々なものが三原の方はまだ全く片付いていません。二人とも体力的にもダウンしてしまいました。

この苦勞を思うと、事務局の方々には長年たまった沢山の資料や道具などの整理、片付けに、しかも暑い最中、頑張っている様子でした。ご自愛を祈っています。



みはら市民大学校舎内風景

次回は、院。パソコンBが担当になりますので宜しく。

