



シルバーだより

No. 332

平成 30 年 4 月 1 日

荒川シルバー大学

荒川区荒川 3-49-1

理事長 岡田芳子

TEL 3801-5740

FAX 3801-5691

平成 30 年度の出発にあたって — 創立 35 周年 —

理事長 岡田 芳子

平成 30 年度が始まりました。荒川シルバー大学は歴史を重ねて、本年度創立 35 周年を迎えました。

平成 29 年度の閉講・卒業式が去る 3 月 16 日に行われました。規約の改正で卒業が 3 年から 5 年になってから 2 年間卒業生はおりませんでした。29 年度は 51 名の卒業生が出ました。卒業式と言いますと卒業することですが、シルバー大学はその後何年でも何教室でも学び続けられます。そして、10 年間学び続けられた 39 名に奨励賞、20 年間学び続けられた 11 名に学長賞、30 年間学び続けられた 1 名に理事長賞の表彰を行いました。

午前中の閉講・卒業式に続き、同じ会場で午後交歓会が盛大に行われました。交歓会実行委員会による計画・実施で、213 名の学生・講師が出席され、食事や飲み物を楽しみながら、各教室の学生・講師による、歌・踊り・即興劇等で会場は笑いにつつまれました。受賞者のお祝いと、一年間共に学び合えたことの喜びを教室を超えて楽しいひとときを過ごしました。交歓会実行委員会の皆様、本当にありがとうございました。



いよいよ平成 30 年度が始まりました。33 教科、39 教室で現在 850 名となり多くの学生が複数教室を受講されております。これから 4 月 13 日、開講・入学式が行われその後学習が始まります。

私達シルバー大学は、学びの場である生涯学習センターやひろば館、ふれあい館、日本総合医療専門学校等を提供して下さる荒川区（西川太一郎区長様・区議会議員・区役所の各部署の皆様方）のご理解とご協力のおかげで、学ぶことができます。感謝の気持ちを持って施設を大切に使いましょう。

また、学校の体制ですが、ご存じのようにシルバー大学は、学生が自ら経営と運営をしています。そのまとめ役として、理事長岡田、木村國子学長、原田治子名誉学長、望月公子学長代行で力を合わせてまいります。学生の役員につきましては開講式でご紹介致します。

今年も、脳に体に心にたくさんの栄養を与え、人とのふれ合いを大切にして、豊かな心で学び合いましょう。

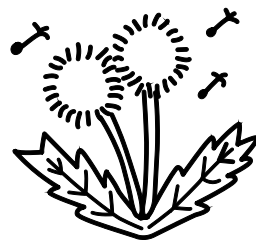
◎2月23日の学芸会は、楽しんで頂けましたか。今までで最多の約450名の方が見学と応援に駆けつけて下さり会場は熱気であふれていました。学芸会の練習風景や当日の発表の様子を、各教室の方に書いて頂きました。

器楽 29年度開講のため学芸会は初舞台、しかもトップバッター。どんな演奏になるのか、私達もドキドキ。会場の皆さんも、興味津々だった事と思います。

昨年5月、初めて教室の皆さんとお顔を合わせた時、顔見知りの方が数人いましたが、殆どが初めての方で最初は皆、緊張気味でした。しかし、そこはさすが三枝先生。長年培われた指導力抜群、きめ細やかな気配りのお陰でお互いに打解けるのも早く、回を重ねる度に和やかさも増し、レッスンが楽しく教室のある日が待ち遠しくなってきました。先生のピアノに合わせ、ギター・ハーモニカ・フルート・大正琴・オカリナ・鍵盤等、それぞれの楽器の良さを生かし、交互に奏でる合奏はとても楽しいです。それから、なんと力強い事に、岡田理事長も教室の一員です。今から来年の学芸会が楽しみです。（代表 丸橋浩子）

健康体操 今年はちょっと違った企画を考えミニ劇を取り入れる事になりました。シナリオを皆で考えて作り、セリフを覚えるのに苦戦しました。お腹に力を入れて大きな声を出す練習とセリフの順番を間違えないように気を付けました。マイクをさりげなく次の人に渡す練習を何回も繰り返しました。身体の動作も元氣よく大きくのびやかに格好良く見えるように頑張りました。

また、本命の小道具を使ったリズム体操は5曲、メンバー一人一人が主役になれるように組合せを考えて決めました。練習を重ねる度に、学生同士が仲良くなり太陽のように明るい笑顔が輝いてきました。練習の甲斐もあって本番では、会場と一つになり、とても盛り上がったように思います。



望月先生は、とても明るく楽しい元氣いっぱいな先生です。そのような先生にご指導を受けていますので生徒も自然と豊かな心と元氣が湧いてきます。

他にも、お楽しみ外出授業があります。春には鎌倉の散策、本土寺のアジサイ、堀切菖蒲園、秋には秩父の紅葉を見に出かけました。そして、筋肉を鍛える目的でボーリングも楽しんでいます。私は、教室に入って13年目になりますが、日々進化している健康体操教室が“大好き”です。（代表 増山美代子）

歌声クラブ 学芸会での発表はいかがだったでしょうか。

楽しかったでしょう？！皆さんのご存知の歌ばかりだったことでしょう。

教室ではまず、発声練習を大事にしています。本田先生の楽しいリードで腹式呼吸で声を出します。時にはぼけ防止の体操もかねて体を動かしながら。これが又楽しいのです。

当日は、発表前に発声練習もでき、お陰様でしっかり声が出せ歌うことができました。会場の皆さんとも歌えてとても楽しかったです。

歌声クラブでは、演歌から小学生唱歌、世界の歌まで幅広く歌っています。来年はどんなテーマで発表できるか今から楽しみです。（学生 太田諏訪子）

日本の話芸 今回は例年に比べ準備への対応が遅れ、練習時間が少なく大変苦勞しました。話芸教室とはいえ、話術が得意な方ばかりではないので、話し方が棒読みになったり中々暗記することができず、早朝の散歩時や風呂・トイレの中で大声での練習、また女房を相手に掛け合いの練習に励んでいた方もいらしたようです。それでも何とか、先輩方のアイデアや三浦先生のご指導に助けられ、ヘタながらも皆さんに笑って頂き無事終わることができ、楽しい思い出の一つになりました。
(代表 竹内英晴)

フラ・ダンス 「カホロ!」「ヘラ!」佐々木先生のかげ声が舞台に飛びます。楽屋前の通路で待機していると緊張で身体が震えてきました。舞台に出ていくと眩しい照明、そして大勢のお客様達の視線。ますます緊張感が高まるばかりで、先生と打ち合わせた「フリ!」の合図で一斉に前を向くなんて約束は吹き飛んでしまいました。先生によるフラ・ダンスの紹介や普段の練習の説明の後に「ベーシック」を実演して見せました。4拍子で足を左右に動かす「カホロ」、片足ずつ交互に前に出す「ヘラ」などのステップ。それから波、花などを表わすハンドモーション。ちょっと手話に似ています。そしていよいよ曲に合わせて踊ります。

今回は3つのグループに分かれて「月の夜は」「グリーンランタンフラ」「レイナニ」(美しいレイの意)をそれぞれ1曲ずつ踊り最後に全員で「パパリナラヒラヒ」(可愛いほっぺの意)。踊り終るとお客様が大きな拍手をしてくれました。それは私には温かい、励ましの拍手に聞こえました。楽屋に戻るとメンバーの上気した、そして舞台を終えてホッとした笑顔。

先生にいつも「笑顔を忘れずに」と言われていたのに、舞台では緊張して顔がこわばっていたのではないだろうかと反省することしきりです。フラの魅力は、人や自然界への愛、心癒やすメロディーだと思います。先生の「(振り付けは)忘れてもいいのよ、何回も繰り返してやりますから」というお言葉に支えられてこれからも練習に励みたいと思います。
(学生 横須賀とも子)

輪踊り民舞 今年8年目に突入しました。新英先生のご指導の元、学芸会の練習は10月から。2つのグループに分かれ2曲ずつ踊ります。毎年恒例の「炭坑節」は、会場の皆さんも楽しんで下さり、とても盛り上がりました。

今年の出し物では、小道具として、うちわを持って色っぽく、赤いタスキ掛け、赤い前掛けで、とてもかわいく出来上がりました。
(代表 丸田陽子)



創立 35 周年記念誌発行について

編集委員長・講師 水越絹代

荒川シルバー大学は、平成 30 年度創立 35 周年を迎えます。その記念として『35 周年記念誌』を発行することになりました。30 周年から 5 年間の“荒川シルバー大学のあゆみ”と共に、役員・講師の方々に思い出やエピソードを書いて頂く予定です。また、受講生全員にアンケートをお願いいたしますので、皆様のご協力を宜しくお願いいたします。

4月の行事予定

13日（金）	平成30年度 開講・入学式
一部 1. 開式の言葉 1. 理事長挨拶 1. 学長式辞 1. 来賓祝辞・紹介 1. 新入生誓いの言葉	1. 校歌斉唱 1. 閉式の言葉 二部 1. 講師の紹介 1. 班編成と役員紹介 1. 新入生写真撮影
会場：サンパール荒川 一階 大ホール 開式：午後2時	



◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 〈3月〉 ◆◆◆◆◆

7日	常任委員会・役員会(募集申込み状況、閉講式について他)	16日	平成29年度閉講・卒業式
	サンパール荒川閉講式打合せ		卒業生 51名
12日	奨励賞・学長賞受賞者出席確認(地区長・班長)		奨励賞受賞者 39名
14日	国旗・校旗・徽章・式次第		学長賞受賞者 11名
	横断幕準備確認	20日	広報委員会
16日	30年度「学校案内」印刷	23日	講師会
		31日	だより 332号作成

※ 事務局だより ※

平成30年度(創立35周年)の幕開けです。新入生の方、ご入学おめでとうございます。講師の皆様、在校生の方、本年度もよろしく願いいたします。事務局からのお知らせは毎月この紙面に掲載致します。お見逃しなくご覧ください。

① 常任委員会・役員会：4月2日(月)の配付書類：

シルバーだより4月号・学校案内・開講入学式のご案内カード

(在校生・黄緑)・(新入生・桃色)・ファイルと保存袋＝新入生のみ

② 開講・入学式：4月13日(金)の持ち物

1. 「学校案内」・・・式典には必携・校歌斉唱に要す

2. 開講・入学式のご案内カード(受付で提示し「祝菓子」をお受け取り下さい)

(事務所) TEL 03-3801-5740 FAX 03-3801-5691

(ホームページアドレス) <http://www.arakawa-silver.com/> 室長 田原



シルバーだより

No. 333

平成 30 年 5 月 1 日

荒川シルバー大学

荒川区荒川 3-49-1

理事長 岡田芳子

TEL 3801-5740

FAX 3801-5691

— 限りある人生を楽しもう —

学 長 木村 國子

風光る 5 月、ものみな命甦る 5 月、エネルギーみなぎる季節になりました。誰もが、何か新しいことを始めたいくなるような、そして、出来そうな、そんな気持ちになれる 5 月ですね！

荒川シルバー大学平成 30 年度の学期が始まりました。どの教室も新年度の計画のもとに、期待と意欲を持って活動を始めたことでしょう。

この 1 年間、体だけではなく心も前向きに、元気に明るく意欲をもって過ごしたいものです。高齢者にありがちな自分の体の不調を嘆き、慰め合うことから、脱皮してみましょう。

ここに、私の愛読書から得たヒントをいくつか挙げてみます。生き生き人生を送るための参考にして下さい。

◆趣味を持とう

自分の好きなこと、やっていて楽しいことを見つけて、積極的にかかわってみましょう。新しい発見、気づきに出会えるかも知れません。形や技術にばかりこだわらず、自分ならではの工夫や独自性を発揮して楽しんでも良いのではないのでしょうか。外に出かける機会も増え、新しい人との出会いも期待でき、心の活性化につながります。



◆変化を楽しもう

変化や問題を回避するのではなく、喜んで対峙することによって、前頭葉が鍛えられフル稼働し、頭の活性化につながります。「杓子定規な人はボケやすく、頭が柔軟な人はボケにくい」とは、医学的にも正しいそうです。望みもしないのに訪れる問題や変化にも、それを避けようとするのではなく、むしろ積極的に対峙して、問題解決に臨みましょう。

◆人付き合いをよくする

人付き合いは、感情の老化、思考の老化を防ぎ、うつ防止の効果もあるということです。気心の知れた仲間、友達と語り合えば、元気をもらい、前向きな気持ちになります。一人でくよくよ考え、抱え込まず、教室の身近な友達に話してみましょう。良い知恵、解決方法のヒントを見つけられるかも知れません。

人と比べず、比べるなら自分自身と。即ち、過去の自分と現在の自分を比べ自分がどれだけ成長してきたかを見つめてみましょう。

限りある人生、荒川シルバー大学で前向きに、共に楽しく生き生きと過ごしましょう。

◎2月23日の学芸会の発表を終えての感想 第二弾

朗 読 授業は午前と午後に分かれて受けていますが学芸会は全員一緒になって作品を発表しました。池田先生のご指導のもと今回は少し趣向を変えて、昔話の物語りを皆様に聞いて頂きました。その他に「冬の詩」を朗読致しました。お楽しみ頂きましたでしょうか。各自とてもリラックスして楽しんで発表する事が出来たとの感想です。学生一同、これからも様々な作品との出会いを楽しみに仲間と共に日々精進して参りたいと思います。

(午前代表 辻原貞子 ・ 午後代表 澤野敏子)

音 楽 今年度発表の曲名は、幼い頃の思い出、唱歌メドレー、青春時代聞き惚れた「希望」「風」、全世界を席卷したスーパースター、ビートルズ「イエスタデイ」、そして最後にある事件のため命を失くした方の作詞に曲が作られた「あなたの心」と5曲。懐かしさと、かなしさを心に深く感じながら飯島先生のご指導のもとで、曲の由来他を学び、ソプラノ、メゾ、アルトのハーモニーによって、練習を重ねてまいりました。

声を出し、詩を覚えるという事は脳の活性化を高めると医学的にも証明されているようです。これからも素敵な選曲に出会いながら、楽しく学んでいきたいと思っています。

(代表 西野喜美代)

気 功 今回は学生が主体となり、健康習慣として毎日行っている病気の予防を原先生にご相談し、テーマを『自分で出来る病気の予防』と決めました。

「頭顔面部」の病症は、頭痛、めまい、視力低下、耳鳴り、難聴、鼻づまり、鼻血、ノドのマヒ等があります。目の予防・耳の予防・足のつり予防にテレビを見ながら出来る爪押し等を会場の皆さんと行いました。そして、全国で高齢者に最適の「気の健康法」と言われている『香功』を、音楽に合わせて皆さんと楽しく練功しました。



自分の健康は自分で守れます。シルバー大学で好きな教科で学び、心豊かな人生を送れる私達は幸福です。心に残る学芸会でした。感謝です。

(代表 中澤玉枝)

英 語 一つの目的に向かって学び、作り上げていくその過程で、親睦を深め、互いに尊重し合い、支え合い、協力し合いながら、木村先生のご指導のもと、同じ時を共有することの喜びと、達成した時の感動を仲間と味わえる。学芸会とはそのような貴重な体験の場であると思います。

今年も8グループに分かれ、それぞれテーマを決めて話し合い創作寸劇を演じました。今年は魔女の衣装を身に着け「ミニミニミュージカル」を演じたり、お花をたくさん小道具に使い花占いをしたりと、どのグループも個性豊かなステージをお見せ出来たと自負しております。歌唱の「ケセラセラ」と「カレンダーガール」は少しリズムが合わなかったけれど、皆、体をゆすり楽しく気持ちよく歌えました。客席の皆様 “Thank you very much!”

(代表 北潟園枝)

《《 交歓会を終えて 》》

3月は、1年の中でもなんと特別な月なのでしょうか。インフルエンザを流行らせる寒い日々もあれば、5月の頃の温暖なランニング日和もあり、まさに三寒四温。生活面では、年度末を控え卒業式、転勤、引越し等で忙しい季節です。

荒川シルバー大学においても、3月16日平成29年度交歓会が、サンパール荒川にて閉講・卒業式の後に開催されました。出席者が、講師・学生合わせて213名という、会場が熱気ではち切れんばかりの賑わいでした。

諸先生の挨拶から始まり、教室対抗のクイズ大会、余興と続けました。クイズ大会では、見事「朗読」チームが大接戦の末、優勝の栄誉を得ました。講師の先生方には、クイズの回答をして頂くという役割を担当して頂きありがとうございました。余興においては、各教室から歌あり、踊りありと、会場が最高に盛り上がった瞬間でした。

私がシルバー大学で学ぶ書道の手本に王羲之の「蘭亭序」という約1660年前に書かれた非常に有名な書があります。これは名士41名を招いて宴会を催しその時作られた詩の序文です。今回の交歓会は、出席者213名が一つになって、食事をし、飲み、語り合い、歌あり、音楽ありと、まさに蘭亭序の宴会を彷彿とさせる会ではなかったでしょうか。平成29年度交歓会が今後後生に語りつがれば幸いです。ご関係の皆様お疲れ様でした。そしてありがとうございました。

(実行委員長 田崎 富男)

投稿 1 “春”三寒四温と申しますが、近年の寒暖の差は激しく、私はうかつにも「インフルエンザB型」にかかってしまいました。微熱と吐き気で2週間程食物が口に入らず絶食状態になり辛い思いをしていました。しかし、お教室の方々の優しさ、食べ物を届けて頂き勇気づけられました。地域の班の方々には、連係プレイにて「シルバーだより」も皆さんに届けて頂く事が出来ました。本当に感謝しております。ありがとうございました。人と人との繋がり大切さ、何よりもシルバー大学の大切さを今さらながらに思いました。恙無く生活出来る事に感謝しております。

(24 班班長 竹内 陽子)

投稿 2 《《 イチゴ泥棒 》》

我が家のベランダは畳6枚ほどの広さである。花好きの夫が、所狭しと色々な植物を並べている。植物たちは年々成長していき、冬に葉を落としスッキリするが、春になると新たに可愛い芽を出し葉が茂る。更に本来の物干しの為の空間が狭くなり、主婦としてはとても迷惑している。

この春白い花が咲き、真っ赤なイチゴが熟れていた。夫は収穫して、我が家で実ったイチゴと報告して仏壇に供えた。

数日して、また赤く色づき始めたイチゴを見つけ、楽しみにしていた。所がところがです。ネズミがそのイチゴを前足で抱え、ムシャムシャ食べているではありませんか。その姿の何と可愛いこと。暫く見とれていた。

もう一度、あの姿を見たいと思っていたが、やって来たのに気づけなかったのか、我が家のイチゴが気にいらなかったのか、見たのはその時一度だけだった。

“イチゴ泥棒”だが憎めない愛らしさだった。

(2017年6月・自分史教室 井口 和子)



5 月 の 行 事 予 定

期日	行 事	講師プロフィール
18 日 (金)	<u>平成 30 年度 第一回合同講義</u> 箏曲演奏：六段・千鳥・ことうた・瀬音・ 鳥のように ～みんなで歌おう～ 花は咲く・花（滝廉太郎作曲）	桜木一公 生田流 櫻葉美会代表 箏曲一公会主宰・荒川邦楽連盟理 事・川村学園箏曲部講師 吉原一智枝：東京芸大邦楽科卒 「洗足学園・熊本大学」非常勤講師
会場：サンパール荒川 三階 小ホール 時間：午後 2 時より		

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (4 月) ◆◆◆◆◆

2 日 常任委員会・役員会：開講・入学 式の件、「学校案内」配付	16 日 規約・名簿作成 印刷へ 16 日 予算委員会
9 日 校旗・横断幕・看板他準備	17 日 広報委員会
13 日 平成 30 年度開講・入学式 在籍総数 902 名 (内新入生 93 名)	18 日 講師会 26 日 創立記念日 27 日 シルバーだより 333 号作成

※事務局だより※

1. 講義及び講座開始の件：日時・会場は学校案内書類・日程表または学校の
掲示板をよく見て確認して下さい。又教室使用後の掃除、戸締りを確実に
行い、教室で出たゴミは責任を持って各自お持ち帰りください。
2. 教室使用手続き時間の件：生涯学習センター窓口へ
【使用承認書の提出時間】午前教室：9 時 30 分～、午後教室：12 時 20 分～。
【終了後の鍵他の返納時間】午前教室：12 時まで、午後教室：3 時まで
※時間厳守の上、速やかをお願いします。

3. 気功教室・野外講座のお誘い（シルバー大学の方はどなたでも）

期日：平成 30 年 5 月 11 日（金）11：00～13：00

場所：荒川自然公園 ふれあい健康広場

持ち物：飲み水・帽子（軽装で）/雨天の場合中止（教室の方は通常どおり）

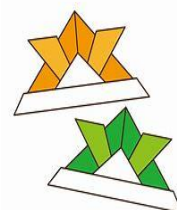
荒川シルバー大学【事務所】開所時間のご案内

（月～金曜日）午前 9 時 30 分～午後 4 時

※土日祝祭日はお休みです。

（事務所）TEL3801-5740 FAX3801-5691

（ホームページ）<http://www.arakawa-silver.com> /室長：田原





シルバーだより

No. 334
平成 30 年 6 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

ある一日の記録 - 老いもまた楽し -

名誉学長 原田 治子

雨に洗われた柿の葉の淡い緑が美しい。庭に目をやりながらふと用事を思いついて、どっこいしょ、立ってみたけど、何だっけ。ややしばらくして、外出のために財布の中を調べようとしていたことに気づく。いつの間にか私の物忘れは日常茶飯事となり、心配するどころか、上手におつき合いをするようになった。

ただでさえよろついているのに、傘をさしての歩行はつらい。やっと駅に着いて改札に入ると、杖がよく似合う白髪の婦人が前を歩いていた。杖というよりステッキと表現した方がいいかも知れない。花模様のコート、黒のスラックスと靴。格別に上等な物を着ているわけではないのに、身だしなみのすべてから上品さを感じる。そこでわが姿が気になった。雨降りだからどうでもいいと思い、クリーニングに出すはずのズボンにセーター、厚手のジャンパー。その上、さっきまでさしてきたビニール傘を杖に。もう少しきれいに老いるべしと反省しきり。

車中はすいていたが空席はない。腰をかばいながら、出口に近い優先席の手摺に寄りかかると車内の光景がよく見える。支柱につかまり立ちをしている老人が 4 人。優先席では、旅行に出かけるらしい中年女性が楽しげな話し合い。私のすぐ後ろの優先席の奥は、化粧に余念のない女性と連れの男性。その隣はスーツをばっちり着こなしているおしゃれな老紳士。あとは、居眠りをしている数人以外はほとんどスマホに目をやっている。吊り革につかまっている人も、片手でベビーカーを押えている母親も、座席に着いている人も。周辺の様子には関知しない、人は人、自分は自分という雰囲気が社会の縮図のように思えてきて、少々わびしくなった。



M 駅に着くと雨は止んでいた。再びビニール傘を杖に歩きながら、「おじいさんのランプ」(新美南吉作)のあの場面が浮かんできた。— 子守りや走り使いをして村人の世話になって暮す孤児の巳之助。駄賃でやっと手に入れたガラスのランプ。「この文明の利器で村中を明るくしてやる」。夢は叶うが希望のランプは電気の時世に打ち消される。池を囲む木々にランプを吊るし闇の中で煌々とするそれに石を投げつけ、お前たちの時世は過ぎた。世の中は進んだ。ランプは涙でかすんで見えなくなった —

事務所着。10 時から 30 年度予算会議開始。学校の土台を作る役割を担っている 6 人。学生から預かった大切なお金を、いかに公平かつ有効に運用するか、熱のこもった協議およそ 4 時間。ほっとひと息ついていると、会計部長の岩崎さんから「おむすび代 1 人 280 円」と請求され、ボランティア精神に徹しているわが学校の金庫番に脱帽。老いてこそ感じることも見えることがたくさんあるんだなと、帰途は楽しかった。

《《 パソコン教室の思い出 》》

パソコン教室前講師助手 久納 良夫

最初に、パソコン教室を約 14 年続ける事が出来たことは、理事長・学長はじめ関係者の皆様、パソコン教室の望月先生、学生の皆様のお陰と深く感謝を申し上げます。また、3 月 16 日の閉講式におきまして、心温まる感謝状をいただきありがとうございました。

パソコン教室は、開講当初は、初級・中級・上級の 3 教室に分かれていました。年々学生たちのレベルアップに伴い、現在では応用教室が 2 教室になりました。授業では、文書作成から始まり、写真を使ったポスターや旅行日記また画像と音楽入りのスライド、年賀状、カレンダーなど多岐にわたり学習しました。



それぞれの思いで、頭と指を使い一生懸命パソコンに向かって勉強する姿には、年齢に関係なく敬意を表する思いです。まさにパソコンはボケ防止となる道具と思います。高齢になると、私自身もそうですが、パソコン用語は覚えにくく、教える時には身振り手振りで、例えば、ダブルクリックの時「カチカチと人差し指で 2 回続けてこのボタンを押して下さい」。また画像を移動する時のドラッグする操作には「この丸いハンドルを引きずって下さい」という感じです。

授業中、困っている学生がいたら、一緒に問題を解決してあげると嬉しそうな顔をしてくれる時、やりがいを感じます。楽しい思い出や難しい質問もありましたが、これからも楽しい授業が継続発展されることを心からお祈り申し上げます。

《《 発表会を終えて 》》

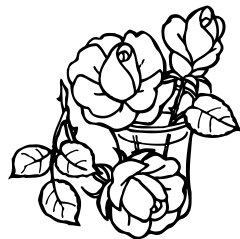
水彩画・絵手紙 B 教室講師 遠藤 光胡

水彩画教室の発表会は、毎年 3 月にその年の集大成として教室発足の平成 6 年度から始まり今回で第 24 回になりました。さらに今回は、絵手紙教室も第 1 回目の発表会を同時開催致しました。

教室では、毎年その時期に手に入る物を中心にして制作しているので過去と今の成果を比較でき、本人の向上の跡を辿ることが出来ます。さらに、その成果を発表して、鑑賞された方々の評価を励みにして、更なる向上を続けることが出来ます。これは水彩画・絵手紙教室に限らず、シルバー大学全ての教科でも云えることでしょう。

そして自己実現。絵の中に自分の思いを表現することは大きな課題ですが、続ける限り自己実現に近づいていきます。

荒川シルバー大学は、受講生にとって、向上を続ける人生の伴侶となり、受講終了後も継続していくことを願っています。



この 24 年間、発表会の会場で何かとお世話下さった町屋文化センターや、区役所の教育委員会の担当者の方々、そして初代水越清次理事長に感謝し、ここまで継続してきた受講生皆さんの努力に敬意を表したい。

荒川シルバー大学万歳！ 人生万歳！

《《 陶芸教室を担当して 》》

陶芸教室講師 羽二生 みどり

昨年の7月から陶芸教室の講師をさせて頂いております。昨年は、7月が猛暑、8月になると急に涼しくなり梅雨に逆戻りというような気候で、私は体調を崩し腰痛になってしまいました。腰の痛みを押して陶芸教室の授業を終え、帰り際「私の方が元気だから荷物を持ってあげるわ」と、学生さんから声を掛けられました。学生さんは皆さん私の両親と同じような年代の方ですが、お言葉に甘えて荷物を持って頂くことにしました。その後、学生さんとランチをご一緒して分かったことは、皆さんが、荒川シルバー大学に通っているから元気だということです。

一緒に学んで、おしゃべりしてご飯を食べて笑っているから元気なのです。歳を基準に物事を考えてはいけないのだと思いました。年を重ねてもなお、学び、笑って元気に過ごすことが豊かな人生なのだ、とこちらが教えられました。

今年度、陶芸教室で一番年長の方は90歳。人生の先輩として目標にしたいです。これから共に学び、笑い、元気に日々を迎えていきたいと思います。

よろしくお願い致します。

❀ 創立35周年記念誌原稿依頼とアンケートの実施について ❀

6月6日の役員会におきまして、記念誌の原稿依頼（常任理事・講師・教室代表）と全学生へのアンケートを各教室代表の方に配布しお願い致しました。

教室の授業前に、アンケート記入の時間を取って頂きますよう、講師の先生方にお願ひ致します。原稿とアンケート回収の最終期限は7月30日の役員会になります。尚、回収は事務局でも専用の箱を準備してありますのでご利用下さい。

荒川シルバー大学生そして講師の、心のこもった素敵な記念誌が出来ますよう皆様のご協力をよろしくお願い致します。（編集委員長 水越 絹代）

◎平成30年度の開講・入学式も、大勢の学生やご来賓・講師の方々総勢約500名の方のご出席を賜り、4月13日にサンパール荒川大ホールにて盛大に執り行われました。式場の準備・受付・誘導・式の進行には、大勢の役員の方にお手伝い頂き、誠にありがとうございました。今年度も無事始まる事が出来ました。

開講式にご出席頂いたご来賓の方々（敬称略）

東京都特別区長会会長・荒川区長
荒川区議会議長
警視庁荒川警察署生活安全課長
荒川区福祉部長
荒川区福祉部高齢者福祉課長
荒川区社会福祉協議会事務局長

西川 太郎
鳥飼 秀夫
佐藤 良一
片岡 孝
堀祐 美子
谷嶋 弘



《 追加加入は終了しました 》

福利厚生部長 高橋 建司

スポーツ安全保険は、在学生で加入漏れの方や新入生を対象に実施していましたが、6月4日を最終として今年度は終了致しました。教室代表の方や関係して頂いた方々のご協力に感謝致します。役員会や「シルバーだより」等でお伝えしておりますように、この保険は荒川シルバー大学の教室、行事、通学時等(団体活動中)のみの保険ですのでご理解下さい。

6 月 の 行 事 予 定

期 日	行 事 内 容	講 師
6 月 22 日 (金)	<u>平成 30 年度 第二回合同講義</u> 誰もが輝く地域社会を目指して ～トップランナーとしての荒川区の取組～	東京都特別区長会会長 荒川区長 西川太一郎様
会場：サンパール荒川 小ホール 時間：午後 2 時より (開場：1 時 30 分)		



学 園 日 誌 (5 月)



- | | |
|---------------------------|---|
| 2 日 常任委員会・役員会
規約・名簿配付他 | 18 日 第一回合同講義 (サンパール荒川)
箏曲演奏：六段・千鳥の曲・
ことうた・瀬音他 |
| 10 日 講義打合せ (サンパール荒川) | 講師：桜木一公・吉原一智枝 |
| 16 日 広報委員会・編集委員会 | 29 日 シルバーだより 334 号作成 |

※事務局だより※

1. パソコンⅡ教室追加募集の件

若干名募集致します。この度はパソコンⅠ教室や基礎やOB会で学んでいる方も申込みできます。シルバー事務所へどうぞ！

2. お願い：暑くなります。冷房使用の際は、こまめな温度設定を心がけましょう。また各教室代表の方は教室終了後、以下の項目を必ずご確認お願い致します。

- ①冷房のスイッチ ②戸締り ③忘れ物 ④ごみのチェック

TEL3801-5740 FAX3801-5691

(ホームページ) <http://www.arakawa-silver.com/> 室長・田原





シルバーだより

No. 335
平成 30 年 7 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— 35 周年を契機に地域力をつけよう —

学長代行 望月 公子

今年度は荒川シルバー大学の 35 周年にあたります。役員会の中の広報部では、毎月の「シルバーだより」を作りながら「35 周年記念誌」の発行準備もしています。9 月完成、12 月配布を目標にしていますので皆様楽しみにして下さい。詳細は教室代表からお聞き下さい。

事務局からの情報では、今年度は 60 歳から 98 歳という幅広い年齢層の学生が延べ約 1380 名在籍しています。これだけの規模と歴史を持った高齢者の学習のための組織は、日本はおろか世界にもありません。しかも、企画運営は荒川区民である学生の手で行われているということは、耳目にあたります。ここまで育て上げてこられたのは、学びたいという思いの強い学生達のパワーですし、今後に引き継ぐのもまた学生の皆さんです。



シルバー大学は、入学と同時に 39 教室のどれかと、住所によって東日暮里地区・西日暮里地区・南千住地区・荒川地区・町屋地区・東尾久地区・西尾久地区に所属します。学生の皆さんは、ご自分で選んだ教室と自動的に入っている地区の両方を支えています。更に、教室代表・地区長・地区班長・副班長、計 100 名程の方々が様々な行事のお世話を下さっていますので、時々励ましの声を掛けていただけると有りがたいです。

講義への行き帰りの道で学生たちが語らいながらゆったりと歩いているのに出会いますが、仲間に入れて欲しくなるほど楽しそうです。尋ねますと大抵は同じ地区の学友が誘い合っているということです。個を大切にする教育が進められている現代社会の中では、他者への関りが薄くなってきているようで寂しく思える中、下町の助け合い、優しさや思いやりが自然とあふれ出しているシルバー大学の交友風景は、本当に素晴らしいものです。

因みに荒川区民のうち 65 歳以上の高齢者は約 5 万人、シルバー大学 50 校分です！！後期高齢者だけでも約 2 万 5000 人、25 校分です！！つまり私達が元気で何かをすることが荒川区に貢献することになるのだと思うのです。

今後の課題としては、地域活動が更に魅力あるものとして成長できるように皆さんからの意見を寄せて頂けることをお待ちしております。

《《 今と昔の町歩き教室を振り返って 》》

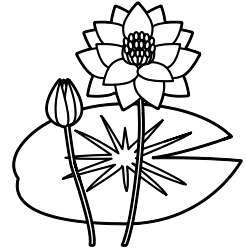
今と昔の町歩き教室前講師助手 斉藤 弘子

皆様ご機嫌よろしゅうお過ごしですか？

今年度も無事に開講・入学式を迎えられましたことお祝い申し上げます。

平成 29 年度の閉講・卒業式では、ご厚志賜りましたこと、感謝申し上げます。最後の教室で望月先生から「寂しくならない？」と聞かれました。私は、「ホッとしています」と答えましたが、今は忘れ物をしたような気がしています。

『山の会』で望月先生とお会いして、シルバー大学とのご縁が出来ました。平成 21 年のことです。外歩きで一番心掛けていたことは、『安全第一』でした。全員、保険にも加入しました。8 年間大きな事故もなく過ごせたことに感謝しています。私が同行した初めてのバス旅は、谷川岳でした。天神平駅からリフトで天神峠へ。谷川岳の頂上部は二つあり、猫の耳のように見えるので双耳峰（トマの耳・オキの耳）が見られたことなど、はっきりと覚えています。



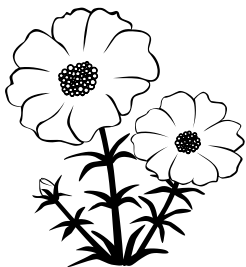
一番の思い出は、平成 23 年 3 月 11 日の東日本大震災です。その日、国立演芸場にお笑いを聴きに行っていました。交通が止まり帰宅できなくなりました。約半数の方は、徒歩で帰宅されましたが、足腰に不安のある方は劇場のロビーに一泊し、翌日帰宅しましたが、全員無事でした。

また、等々力溪谷では増水中の八沢川にボチャン、ずぶぬれになった事も。白駒池では木道の継ぎ目を恐る恐る歩きとおした事等。皆様楽しんで頂けたと思います。皆様のご健勝と荒川シルバー大学のご繁栄を祈念申し上げます。

ありがとうございました。

《《 気功教室・野外教室に参加して 》》

気功教室の野外教室が 5 月 11 日 11 時より荒川自然公園ふれあい健康広場で開催されました。前日までの天候とは異なり爽やかな 5 月の風に乗った楽しい教室でした。講師の原先生にご挨拶して「爽やかな日ですね」と申し上げましたら、「私、晴れ女なんですよ」と。五月晴れにぴったりの笑顔のご挨拶を頂きました。



気功教室の学生さんに混じって、楽しい源氏物語教室の中山先生や事務局長の瀧澤さんなど何名かの方々が参加していました。自然公園へ向かう幼いお子さんの集団が居ましたが、公園の中へ入ってまたビックリ。公園のあの広い各広場が子供達であふれており、それはそれは賑やかなことでした。

私は足が痛くて、引き返そうかと思いながらの参加でしたが、原先生ご夫妻のご指導を頂き、逆腹式呼吸や気功の練功を最後まで頑張り、痛みも少し薄らいだように感じました。

来年は是非教室に入れて頂きたいと思っていましたが、気功教室は金曜日に変更になっていましたので、残念残念。また機会がありましたら参加したいと思います。

（ 広報部 高山 順子 ）

【 昭和の記録 】

◎平成 22 年に第二代理事長故秋山照子先生から、「現在荒川シルバー大学に在籍している学生さんに『昭和の記録』として、戦争の話・空襲の話・戦後の混乱期に苦労した話などの記憶を書いて頂き、それを後世に残しましょう」というお話が出ました。

その年 60 名の方が投稿して下さり、平成 25 年に冊子として作成し貸し出しを行いました。今回は、その中から 2 編を掲載致します。

尚、今後も原稿の募集をしていきますので、皆様の記憶の中にある『昭和の記録』を是非次世代へ伝えるべく、多くの方の寄稿をお待ちしています。

— 字数・形式 自由です —

(広報部)

《 疎 開 》

当時、私が縁故疎開で父の故郷の静岡県掛川に居た時の事です。久しぶりに東京から父が陣中見舞いと称して来訪していて、翌日には浜松の伯父の家に行く予定でした。伯父一家は東京から開拓団として浜松飛行場の近くに移植しておりました。当日は一家団欒で楽しく夕食をして、東京の話題などで盛り上がった事を覚えております。翌日朝早く、父が浜松へ向けて列車にりましたが、途中、艦載機による機銃掃射で攻撃され、全員避難で命からがら掛川に戻ってきました。

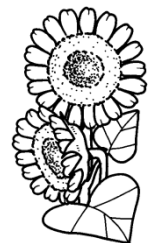
後日聞いた話ですが、伯父の一家 4 人（伯父、伯母、従兄妹）は艦砲射撃で全滅してしまったそうです。翌々日、父が浜松へ行ってきましたが、跡形もなかったそうです。当時私は 10 歳で小学 3 年生でしたので、記憶としては定かではありませんが、悲しい出来事だった事とは認識しております。

終戦記念日が近くなると思い出します。

(平成 22 年 8 月 記 3 班 矢田 明)

《 戦中の思い出 》

昭和 19 年 3 月女学校卒業と同時に女子挺身隊として、南は沖縄、北は秋田他、各県から同じ女子挺身隊としてそれぞれ職場につきます。幸い私は用度課として事務所勤務でした。警報が鳴るたび、大きなリュックに書類を入れ防空壕に入る毎日でした。20 年 3 月 9 日夜 11 時頃残業を終え帰宅したのと同時に空襲警報が鳴り、近くの広場へ避難し、夜空はサーチライトの光で昼間のような明るさの中、焼夷弾が雨のように降り、近くの私が学んだ小学校、遠くの高校、都の材木置き場などが、アッという間に焼け落ちました。



解除になり、幸い私の家も周りの家々も無事で、明け方 2 階から浅草方面を見ると焼け野原の中、五重の塔だけがかすかに目に映りました。残務整理のため、翌 21 年の 3 月まで職場に残り、その後は食糧難と闘いながらの生活でした。

その年（昭和 21 年）の 5 月に兄の戦死の報を受けました。

(平成 22 年 8 月 記 17 班 椎根 八重子)

～～ 35 周年記念誌作成に関して ～～

6 月より記念誌のアンケートにご協力頂きましてありがとうございます。現在編集委員が総力を挙げて集計しております。

都合が悪く、お教室でアンケートを提出できなかった学生の方は、事務所前の箱にアンケート用紙が置いてありますので、ご記入の上、事務所内のアンケート回収箱へお入れ下さい。

アンケート並びに原稿の最終締め切りは、7 月 30 日の役員会の日になりますのでよろしくお願い致します。

皆様のご協力に感謝致します。(編集委員長 水越 絹代)



❀ 8 月の「シルバーだより」はお休みとさせていただきます ❀

◆◆◆ 学 園 日 誌 (6 月) ◆◆◆

- | | |
|---|---|
| 6 日 常任委員会・役員会
29 年度決算報告
30 年度予算報告
監査報告 | 22 日 第二回合同講義 (サンパール荒川)
誰もが輝く地域社会を目指して
東京都特別区長会会長・荒川区長
西川太一郎様 |
| 6 日 安全保険料集金 | 25 日 学園祭打ち合わせ (ムーブ町屋) |
| 11 日 合同講義打合せ | 26 日 広報部 35 周年記念誌に関する作業 |
| 19 日 広報委員会・編集委員会 | 28 日 シルバーだより 335 号作成 |

※事務局だより※

1. 講師会について

日時：7 月 20 日 (金) 午後 1 時～3 時

会場：生涯学習センター 三階 大会議室

2. 8 月の常任委員会・役員会について

日時：常任委員会 7 月 30 日 (月) 午前 9 時 30 分～

役員会 " 午前 10 時 30 分～12 時

学園祭の打ち合わせを行います。

教室代表・地区役員の方全員のご出席をお願い致します。



◆街なか避暑地について：生涯学習センター内でどうぞ！

7/1～9/30 まで生涯学習センターを避暑地としてご利用いただけます。

◆夏季休暇について：8 月 10 日 (金)・13 日 (月)～17 日 (金)、事務所はお休みとなります。御用の方は 20 日以降にお願い致します。

TEL3801-5740 FAX3801-5691

(ホームページ) <http://www.arakawa-silver.com/>

室長・田原



シルバーだより

No. 336

平成 30 年 9 月 1 日

荒川シルバー大学

荒川区荒川 3-49-1

理事長 岡田芳子

TEL 3801-5740

FAX 3801-5691

— 東京五輪マラソンに思いを馳せて—

理事長 岡田 芳子

「東京五輪マラソン シルバー大学生楽しむ」

こんな見出しで新聞に掲載されたらどう思いますか。

2 年後に迫った東京五輪、無理かなとも思いながらも私は生で見たいと思うのです。皆様は如何ですか。真夏の暑いときにわざわざ現地へ行かなくとも「テレビの大画面に映る姿を見られるのだから無理することないよ」と思っていないですか。私もそう思いながらもやっぱり現地へ足を運びたいのです。

5 月 31 日、大会組織委員会はマラソンコースを発表しました。新国立競技場（新宿区）を発着点とする 42.195 キロ、皇居外苑や浅草、銀座など都内の名所を回ります。女子は 8 月 2 日、男子は 8 月 9 日実施で現在調整が進められています。

私は最近ワクワクすることが少なく、もう少し好奇心をもちたいと思っているところへこの発表があり、生で見学できる体づくりをしたいと思うようになったのです。さて、どうなることやら。先のことなどわかりませんが久しぶりにワクワクしているのです。

暑い夏でした。梅雨明けが例年より早く毎日毎日暑さが厳しく「熱中症に注意」の表示がテレビに出ました。そんな中、西日本豪雨、「猛暑の被災地に支援の手」と全国からボランティアが駆けつけ活動の様子を報道されました。ありがたいことです。一日も早い復興を願った夏でした。



《 5月の合同講義 ― 箏曲演奏会 ― 》

講師 生田流 櫻葉美会代表 桜木一公先生・吉原一智枝先生

平成30年度第一回合同講義では150名以上の方が出席の上開催されました。岡田理事長の挨拶後、音楽教室の飯島先生より箏曲講師のご紹介がありました。桜木先生と吉原先生は親子であり、箏曲を広める活動を幅広くされていて、荒川区内の小学校等にも貢献していらっしゃるとの事でした。

演奏の合い間にお琴について詳しい説明があり、お琴を知らない人でも、分かり易く知ることが出来ました。

流派は生田流（斜めに構えて座る）、山田流（まっすぐに構えて座る）。琴の素材は桐、弦は13本（昔は絹糸、現在は強力テトロン）、弦を押すと高い音、そして引く時の色々な爪の使い分け（すくい、わり、ちらし等々）さすがにプロフェッショナルで多種多様な技法に感激しました。そして、17弦のお琴はひと回り大きく、重厚な音を奏で聞きごたえがありました。

その後、多数の方が初めてである琴の伴奏で3曲（花は咲く、花、ふるさと）を合唱し心安らかになれた気が致しました。

木村学長の謝辞では、古典楽器の良さを感じ又親子で演奏できるのは素晴らしいとの言葉で締め括り盛会のうちに終了となりました。（広報部 市川弘美）



《《 若さはどこから・・・？ 》》

頭の体操教室講師 水越 絹代

年齢を尋ねられて答えると「あら、お若いわねえ」と言われたことが、シルバー大学の皆さんなら一度はあるのではないのでしょうか。その場合のお若いというのは、“何を”あるいは“誰を”基準にして言っているのだろうと思いませんか。

一つのヒントとして、昭和26年に放送が始まった「サザエさん」。あのサザエさんのお父さんの波平さんの年齢は54歳。そして奥さんのフネさんは何と48歳の設定だそうです。今の感覚からすると確実に10歳以上年上に思えますね。

このように日本人が若々しくなったのは、魚も肉も食べるバラエティー豊かな食事で栄養状態が良くなったことに加え、医学や技術が進歩して生活環境が良くなり、平均寿命が伸び、老けないで若々しい人が増えたことだそうです。

身だしなみや外見を若くきれいに保っておくと精神的にも身体的にもはつきりと若返り効果があるそうです。積極的に体を動かして、頭を使い続けようという心の若い人には、老化は起きにくいとか。

そして更に嬉しいことに「見た目が若い人は脳も若い」そうです。それに脳は、自分のことより他の人のために働いている時の方が、より活性化するとのこと。だから、シルバー大学がボランティア精神に支えられているのも十分納得できますね。

自分の努力で、いつまでも若々しくいられるのだとしたら、もう年齢に縛られることのない“真の若さ”を求めていきましょう。自分が自分の年齢の基準になるのだ、という気概を持って！！



◎今月号にも『昭和の記録』より 2 編掲載致します。

《《 戦争に明け暮れた女学校時代 》》

昭和 16 年 12 月 8 日、第二次世界大戦勃発。

私が入学した年でした。まだ 1 年生の時は英語の授業もありましたが、2 年生になってからは、敵国語として無くなりました。3 年生になってからは、今迄スカートだった制服もズボンになり、髪もお下げになりました。授業も減り、担架訓練、防災訓練が増えてきました。4 年生になってからは、動員学徒として皆あちこちに配属され、週に 2 回位学校に行くだけでした。私は病院勤務、勉強している暇はありませんでした。食料も配給制度となりました。

しかし、私は満州の大連に住んでいた為、空襲にあう事は数回でした。そして、私が卒業した年の昭和 20 年 8 月 15 日に戦争は終わりました。

私の女学校生活は、戦争に始まり、戦争に終わった 4 年間でした。

(平成 22 年 9 月 記 29 班 歌川美世子)

《《 過ぎ去りし昭和 》》

遙か遠い旧満州で終戦のお言葉を聞いたのが女学校三年生。それまで動員で毎日兵隊さんの軍服を縫わされていた。昼の時間、庭に整列をさせられ静かにラジオから流れる放送に耳を疑い、驚き、声も出なかった。一緒に働いていた中国人は態度を一変し、罵声を浴びせられ、信じられない思いで帰宅した記憶がある。

それから私の人生は大きく変わった。間もなくソ連の軍隊が侵入してきて、大きな家を狙って立退きを命じ、2 時間で残った荷物は差し押さえられ、涙を流すひまもなく恐怖におののき従うしかなかった。取りあえず郊外の市営住宅の空家で約 1 年間暮らした。ソ連軍は突然やって来て大騒ぎをしたが間もなく引き揚げていった。その後八路軍、政府軍と中国の管理下に置かれたが治安は悪く外出が出来なくなっていた。引っ越した住宅は、隣の家との壁に穴をあけ、何時でもお互いに逃げられる様助け合い命を守る事となる。

昭和 21 年 7 月日本への引揚開始の命令が下り、100 人位の部隊を作り移動する。駅から出る列車は屋根のない貨物列車でぎゅうぎゅうに詰められ、トイレはバケツ持参という悲惨さ。女の子の私は風呂敷でカバーしてもらい用を足す状態だった。途中何度も停車しては「女を出せ！」と要求され、お金をばら撒きながらやっとコロ島という港に到着。3 日間収容所に置かれやっと乗船出来た。待ちに待った日本に帰れる喜びはいかばかりだったか。幸せなことに雲仙丸という素晴らしい客船で酔うこともなく 3 日間を過ごすことが出来た。博多に上陸後、検疫や消毒を厳しく受けて、父の故郷の山形へ満員列車にて向かい到着した時には疲れはピークに達し、16 歳の私は思考力も衰え、ボーッと 2.3 日を過ごした。

内地は食糧難の真ただ中、米だけでなく大変だったと思う。父も母も色々な仕事に挑戦し、子供の教育だけとはと頑張ってくれたお陰で、兄弟 3 人は現在があるように思う。両親の財産すべて満州に残し人生の大半を棒に振って帰国。何の保障もなく自力で築きあげなくてはならなかった。

昭和の時代は激動の時代であり運命のいたずらにしては余りにも哀れを感じてならない。二度と戦争を経験したくないし、昭和の時代を無駄にしないよう、これからの余生を送りたいと思う。(平成 22 年 8 月 記 35 班 川村和子)

9月の行事予定

期 日	行 事	講師プロフィール
28日 (金)	第三回 合同講義 東洋医学からみた 健康のはなし	石田スポーツマッサージ鍼灸院院長 斎藤仁丸先生 (スポーツマッサージ指圧師)
会場：サンパール荒川 三階 小ホール 開演：午後2時（開場：1時半）		

◆◆◆学園日誌 7月・8月◆◆◆

7月4日 常任委員会・役員会
20日 講師会（学園祭他）
21日 陶芸教室 31年度日程表作成
（教室清掃依頼）
24日 会計監査
24日 広報委員会
30日 8月度常任委員会・役員会
（学園祭他）

8月4日 学園祭茶菓子券作成
7日 社協：福祉団体運営助成に
伴う書類作成
14日 茶道教室学園祭打合せ
（ムーブ町屋）
21日 学園祭共催依頼書作成
21日 学園祭区報掲載依頼書作成
21日 広報委員会
31日 シルバーだより336号作成

※事務局だより※

① 学園祭について：期日 10月19日～21日（金土日）の3日間

会場：ムーブ町屋3階及び4階ギャラリー

9月以降、各教室は展示作品や発表の準備等宜しくお願い致します
茶道教室発表は20日（土）となります。茶菓子券は1枚¥300です。
（教室毎にご集金の上、10月3日の役員会会場にて会計担当へお渡してください。）

② 西日本豪雨災害（平成30年7月豪雨）募金・義援金について

西日本の広範囲における記録的な豪雨の深刻な被害に対し、当校と致しまして
も皆様からの支援金の募集を開始させていただきたいと存じます。
どうぞご協力をよろしくお願い申し上げます。
（教室毎にご集金の上、10月3日の役員会会場にて会計担当へお渡してください。）

③ ランチクルーズの案内：期日 10月24日（水） 料金¥5,300.-

・集合時刻 11：20 ・運航時間 11：50～14：00
・集合場所「ゆりかもめ」日の出駅下車2分 シンフォニー乗り場
（教室毎にご集金の上、10月3日の役員会会場にて福利厚生部へお渡してください。）

（事務所）TEL 03-3801-5740 FAX 03-3801-5691

（メールアドレス）arakawa-silver@tcn-catv.ne.jp

（ホームページアドレス）arakawa-silver.com/



室長・田原



シルバーだより

No. 337
平成 30 年 10 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

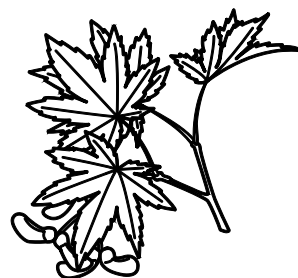
— いいこと（とこ）見つけ —

学 長 木村 國子

「いいこと日記」について書いている某新聞の記事を読んだ。その日の良かったことを 3 つ、簡単にメモするだけという。精神科医の宮地尚子さんのエッセイによるもので、どれほど嫌なことがあったとしても、悪かったことはあえて書かないという。その日記を続けて宮地さんが見えてきたのは、いいことはたくさん起きているのに、うまくいかなかったことに不満を持ち、反省することに多くの時間とエネルギーを費やしていたことが分かったという。

この記事を読んで、「その通り」と自分の日常に照らし同感すると共に、日記ではなくても、せめて 1 日を振り返り、よかったことを思い出してみることにした。

話は変わって、皆さんは今、19 日から始まる学園祭へ向けて準備に忙しいことでしょう。学習の成果がどのように表れるかとても楽しみです。どの教室においても一人一人が心を込めて創り上げた作品や発表はその人の学びの軌跡であり宝物です。



また、学園祭は、お互いの作品や発表を鑑賞することによって学びあえる機会を得る場でもあります。自分の教室の発表だけでなく、出品、あるいは発表しているいろいろな教室の成果から、各人が良い所に気づき、取り入れ、自分を高められる良い機会を与えられる場でもあるでしょう。

ここで、先ほど述べた「いいこと日記」にならい、「いいこと気づき、見つけ」をしてみませんか。

まず、各自の教室の作品について、あるいは発表について、いいことを 3 つ見つけるのはどうでしょう。例えば、発想が良い、丁寧である、技術が素晴らしい等々。

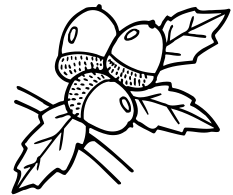
次に、他の教室の発表を見て、いいことを 3 つ挙げてみる。例えば、何々教室の何々さんの、何々が、どういう所が良かったというように。

更に、作品や発表以外のことで、いいところを見つけるのは出来ますか。例えば、何々教室の展示の仕方、発表の仕方。何々係、担当の工夫や配慮。会場の配置、進行の流れ等々にも目を向けてみてください。

学園祭だけでなく、シルバー大学のいろいろな場面で「いいこと見つけ」が行われたら、きつともっと楽しい、暖かい、明るい学校になるでしょう。

荒川シルバー大学創立 35 周年、水越理事長の決断で出来てから早くも 35 年を迎えた。私は在籍 34 年で 97 歳、最年長の方だと思う。先生方は大変でも学生は生き生きとして通う。

毎年恒例の学園祭、明日は飾り付けに行かなくてはと思って早めに寝た。平成 28 年 10 月 20 日の事。夜中に目が覚めてトイレに行き壁にぶつかって左に倒れた。頭もどこかにぶつかりこぶが出来た。立ち上がろうとしたが、左手がブラブラして起き上がれない。やっと起きてベッドに戻って時計を見たら、12 時 40 分。こんな時間に息子に電話しても仕方ないと思って 7 時迄待った。



8 時前に息子が来てくれて東日暮里整形へ行く。レントゲンを見て先生は、「脱臼ではなく上腕骨折です」と。女子医大に聞いてくれたが満員で、頭も打ったので順天堂へ行ったが、頭は何事もなかった。年寄なので麻酔から目覚めない人が多いから手術しないので入院できないと言われ、他の病院へ行った。そこで不整脈が出て夜中に苦しくて大変だった。又病院を変えて御茶ノ水へ。そして 4 か月も経ってしまった。良くはならないが退院した。私は厚生部長で、倒れた時あと 6 日で秋の研修旅行だったから、部の人には迷惑をかけてしまった。でも、退院してまた自分史教室に行けた時は本当に嬉しかった。

平成 29 年 10 月、学園祭が近づいた。今年こそは、と思ったら今度はひどい風邪ひきでまた入院。教室の皆様申し訳ないと思うばかり。人間て生身で何時どうなるか分からないから、変わりなく毎日が過ごせることがどんなに有り難い事かと、そして、シルバー大学という行く処があって有り難いの一言に尽きる。

シルバー大学の益々の発展を祈って…。 (副理事長 後藤八重子)

《 参加者 200 名超のランチクルーズ 》

(平成 30 年 10 月 24 日 (水) 実施予定)

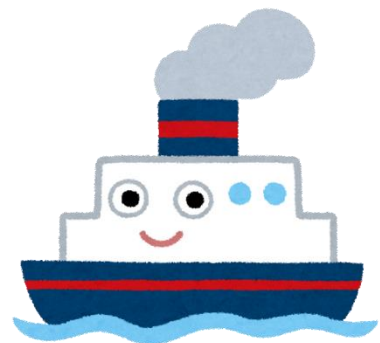
福利厚生部長 高橋 建司

今年の 3 月に開催された“閉講・卒業式”後の「交歓会」は、30 周年記念懇親会を上回る 212 名の参加者で過去最多数の行事となりました。そして今回も 200 名を超える参加予定となり、福利厚生部としては嬉しい悲鳴を上げております。

600 名乗りの客船ですが、最大の船室は 150 名のため大小 2 船室に分かれることとなります。出来る限り申し込みの特定教室が同じ船室になるようにしたいと思います。

レインボーブリッジの真下を通ったあと、ゲートブリッジ、東京タワー、東京スカイツリー、話題になった新豊洲市場、建設中の東京五輪選手村など話題のスポットがバイキング料理と共に観光気分で満喫できます。節目の創立 35 周年、記憶に残る行事にしたいと思います。

(詳細は、ランチクルーズの案内をご覧ください)



《 6月の合同講義 ― 誰もが輝く地域社会を目指して ― 》

講師 東京都特別区長会会長・荒川区長 西川太一郎様

岡田理事長より、ゆいの森図書館の紹介と共に荒川区長のご紹介があり、講演が始まりました。

お茶の話から始まり、茶ガラや学校給食の残飯などの生ゴミを活用し肥料にすること。荒川遊園地は東京 23 区の中でも区で運営する遊園地は荒川区だけであること。それをリニューアルし秋田県と提携し、観光交流で色々な催しをすること。そして、沢山のの人に利用して欲しいとのことでした。

荒川区の安心安全。区役所の変貌 1.いち早く対応することを心がけている
2.区民第一に考えている 3.ビジネスカレッジの開催（区職員の教育）

荒川区の教育は世界に認められていて人口も増加して財政も潤ってきている。ガン早期発見他、病気の政策として荒川コミュニティーバスで行けるよう病院を増やしていく。（日本医科大学、順天堂医院、東大病院、駒込病院、等々）。

アヤメの時期の潮来が素晴らしかったので、是非シルバー大学の皆さんで行って下さいと宣伝がありました。

30 分程の講演が終わり、木村学長より西川区長は要点をまとめて原稿なしの講演は素晴らしいとのことのお話があり、毎年ながら謝礼をご辞退され花束のみ受け取られ退出と思いきや再度登場され良い言葉を残されました。

格言 ヘラクレイトス（6 世紀ギリシャ人）

“人間にとってエトスは運命である”

エトスとはエッセンシャル

先天的なもの、と後天的な能力（努力をした人）

ありがとうございました。

（ 広報部 ）



●平成 29 年度中、荒川区内で特殊詐欺は 55 件発生し、被害額は約 1 億 7 千万円で、前年より大幅に増加したそうです。

今年 2 月には、歌手の郷ひろみさんの母親がオレオレ詐欺に会い 200 万円だまし取られました。自分だけは大丈夫と思わず、普段から注意しましょう。

❀ 特殊詐欺被害防止 5 か条 ❀

- ① 自宅の電話を留守番電話に設定したり、電話自動通話録音機を設置しましょう
- ② 家族や親族で合言葉を決めましょう
- ③ 知らない人には絶対にお金を渡さないようにしましょう
- ④ 家族や身近な人にすぐ相談しましょう
- ⑤ 怪しい電話が来たら、すぐに 110 番しましょう

注意せよ！ 金の話は全部サギ！

10月の予定

学 園 祭



19日 (金) 展示：13時30分～17時

20日 (土) 展示：9時30分～17時

※「お茶席」は20日のみ：10時～16時（受付は15時まで）

21日 (日) 展示：9時30分～15時

※「陶芸チャリティ販売会」は21日のみ、11時～14時30分
学園祭設営等に関する注意点

※18日 (木)	学園祭前日	取付作業	10：00～
		搬入希望教室 4階へ	13：45～16：00
◆19日 (金)	各教室作品の展示準備（華道教室以外）		9：30～11：00
	その後 華道教室の生花を展示		11：00～12：00
	《開会式》	会場：3階 ムーブホール	13：00～13：30
◆20日 (土)	「お茶席」	会場：3階 ムーブホール	10：00～16：00
◆21日 (日)	「陶芸チャリティ販売会」ハイビジョンルーム		11：00～14：30
	《閉会式》	会場：3階 ムーブホール	15：00～15：30
	※閉会式終了後、華道教室より片付け開始		15：30～17：00
	華道教室終了後、指示によりほかの教室片付け		

会場：ムーブ町屋 3・4階



学 園 日 誌 (9 月)



5日 常任理事会・役員会 (学園祭他・お茶席券発売開始)	18日 広報委員会
7日 学園祭ポスター作成	27日 シルバーだより 337号作成
7日 合同講義プログラム作成	28日 第三回 合同講義 東洋医学から見る健康のはなし
13日 合同講義打合せ (サンパール荒川)	斎藤仁丸先生

※事務局だより※

① 10月の教室について (学園祭直前による曜日変更等ある教室について)

- ・書道・火曜教室/ 9日(火)と15日(月・午前)となります。
- ・書道・金曜教室/ 5日(金)と11日(木曜・午前)となります。

② 11月の公開教室のお知らせ

11月に限り各教室の授業をどなたでも見学できます。来年度の申込の参考に

なさってください。変更のある場合がありますので、事務所へお問い合わせください。※お間違いのないようにご出席ください。

事務所 TEL3801-5740 FAX3801-5691

(ホームページ) <http://www.arakawa-silver.com/>

室長 田原



シルバーだより

No. 338
平成 30 年 11 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— どうしてそんなに探したいの —

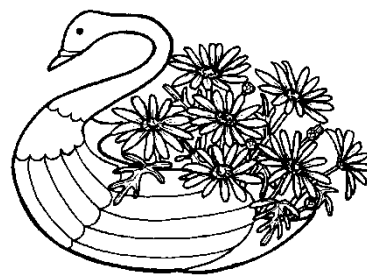
名誉学長 原田 治子

平成最後の夏は、これまでに体験したことがないほどの猛暑でした。いや、酷暑といった方がいいかも。それにもかかわらず、学園祭をみごとに成功させたみなさんの精神力はすごい。この暑さにめげず、あれだけの作品を仕上げたのですから。90歳100歳まで生きることが珍しくなくなった今、身体のあちこちが故障したり、認知症になる可能性は誰にでもあります。この老いの現実にしっかり向き合い、目標を持って生きるシルバー大学生の姿はとても美しい。

私ごとですが「頭のふらつき」を感じ始めたのは3年ほど前から。次第におかしくなり、頭や耳への圧迫感、視力の衰え、声が鼻の奥にこもる。ふらつきはひどくなるばかり。耳鼻科、脳神経内科、目まい専門科…。

いくつもの病院で検査や薬の処方。診断の結果は自立神経失調症やら脳過敏症、特別わるいところなし。しかし何と言われても頭のふらつきやバス酔いのような気持ちのわるさは我慢できない。

そこで3年ほど前に掛った脳神経外科を再度受診。



30分ほどで終わったMRIの画像をみながら

「3年ほど前のものと全く変わっていません。40代のようなきれいな脳です。今の症状は脳の異常によるものではありません」「それでは、どこを調べればいいのでしょうか」「どうしてそんなに探したいの。緊急を要する病気は別として、年をとるほどに不調な部分はぼちぼち出てきます。これは極く自然なこと。時を変えところを変えて顔を出す症状に自分を適応させ、手だてを考えながら残りの人生を楽しみましょうよ」

あれこれ病名をつけ薬を出してくれた医師とは全く違う。「どうしてそんなに探したいの」からはじまったおよそ20分は、医師と患者ではなく、人間と人間との対話でした。生きることは老いること、この現象に左右されず、自分の知恵で工夫をしながら残りの人生を大切に楽しく生きるべしと。

病気そのものと、患者の心のゆらぎを鋭く観察し、優しく包み込む名医に出会ったこの日（8月7日）から、私は「頭のふらつき」の原因追及を止めました。

生きることは老いること、老いることは生きることを自覚し、優しい思いやりの手で結ばれている私たちの学校には、人生の名医がたくさんいるのです。

みな様の意見感想をお寄せください。

《《 ミニ散歩で大きな輪を 》》

東京近郊ミニ散歩教室助手 荒井 廣子

ミニ散歩教室は、今年で3年目に入り47名で出発しました。第一木曜日は教室での学習で、次週散歩する場所を詳しく勉強します。学生さん達は皆さんメモを取り真剣そのものです。学習の後半は、班ごとに前回の散歩の感想をまとめます。ミニ知識コーナーの問題に挑戦して、答えを発表し合います。答えが分からない時は、文明の利器スマホで調べ、最新情報の答えを出す等、とっても意欲的です。最後に大きな花まるをもらって、皆さん子供時代を思い出し嬉しそうです。

散歩当日は現地集合で、自分の経路を考えながら電車やバスを利用して集まって来ます。班で待ち合わせをして来る人など様々です。12時過ぎに散歩が終わって解散。都合の良い人たちが集まって、お食事おしゃべり等楽しい時間を過ごしている様子をお聞きします。さらに発展して、時には有志が集まり、季節を変えて同じ場所に散歩に出かけるなど広がりをみせています。

今、学園祭に向けて、班ごとに散歩のまとめをしています。写真を撮ったり資料を集めたりとても熱心です。各班チームワークが良く、それぞれが得意とする分野で力を発揮しています。

散歩教室をきっかけに、人の輪が大きく広がり、元気で生き生きしている皆さんに乾杯です。



❀ 10月19日（金）から21日（日）までの3日間 創立35周年記念学園祭が開催されました ❀

3日間天候も良く大勢の方がご観覧下さいました。
今年は学園祭の様子を写真でご報告致します。





朗読教室 第7回 発表会のお知らせ

今を生きて ～ 小説をリレーで読む ～

- 日 時 平成 30 年 11 月 22 日 (木)
午後 2 時開演 (開場 午後 1 時 30 分)
- 会 場 サンパール荒川 3 階小ホール
- プログラム 「角筈にて」(浅田次郎作)
「神無月」(宮部みゆき作) 他

・・・11 月の教室授業一般公開のお知らせ・・・

11 月に限り、各教室の授業をどなたでも見学できます。31 年度の申込の参考にしてください。但し、日程・会場に変更のある場合がありますので、事前に事務局にお問い合わせの上、ご見学ください。 連絡先 ☎3801-5740

◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (10 月) ◆◆◆◆

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| 3 日 常任理事会・役員会
(学園祭・東京湾クルーズ等) | 19-21 日 学園祭 ムーブ町屋 3・4F |
| 学園祭お茶席券販売 | 21 日 都電ポスター取り外し (有志) |
| 8 日 都電ポスター貼り (有志) | 24 日 東京湾ランチクルーズ |
| 8 日～21 日 | 29 日 避難訓練 |
| 16 日 広報委員会 | 30 日 シルバーだより 338 号作成 |

※ 事務局だより ※



1. 荒川区功労賞授賞式について

推薦団体として本年度ご推薦致しました田畑一枝さんが「社会教育功労賞」、そして水彩画・絵手紙教室講師の遠藤光胡先生が区より「活動賞」を受賞、11 月 7 日 (水) 表彰式が行われます。永年の労に心より感謝申し上げます。

2. 学園祭の件

平成 30 年度の学園祭は無事閉幕致しました。3 日間で 1,400 人を超える入場者をお迎え出来ました。ご協力を賜った区の皆様方、そして講師・役員・学生各々の熱意の集約した素晴らしい学園祭だったと思います。

31 年度の学園祭開催日は 10 月 18・19・20 日(金・土・日)です。またがんばりましょう。

3. 変更教室について

今と昔の歴史散歩教室：11 月 9 日 (金) の会場は、中央医療学園専門学校 2 号館 11 階 大講堂となります。時間は午後 1 時からです。

(事務所) T E L 03-3801-5740 F A X 03-3801-5691

(メールアドレス) arakawa-silver@tcn-catv.ne.jp

室長・田原



シルバーだより

No. 339

平成 30 年 12 月 1 日

荒川シルバー大学

荒川区荒川 3-49-1

理事長 岡田芳子

TEL 3801-5740

FAX 3801-5691

— 安全保険加入と運営費値上げについて —

学長代行 望月 公子

11 月 7 日、ホテルラングウッドにおいて荒川区功労賞授賞式が行われ、荒川区長西川太一郎様から「荒川シルバー大学のために長年の…」と遠藤光胡講師と田畑一枝様が表彰されました。おめでとうございます。本校は、「学生による学生のための学生の学校」を標榜して 35 年になりました。そこには、学生のたゆみない努力と共に荒川区の支えがあったからです。発展を続ける荒川区に高齢者の経営による「荒川シルバー大学」ありと言われるように勉学に励みましょう！

11 月の役員会で表題の件について話し合いがもたれ、決定されましたので、お知らせいたします。過去 2 年間、希望者加入だった安全保険を次年度から全学生一括加入とします。この件については、それぞれの教室で話し合いがされていますので、学生の皆様にはご承知かと思います。しかし、教室によってはスケジュールの関係で内容の報告が遅れている場合もあるかと思うので、ご質問等がありましたら常任理事会の方に連絡して下さい。



なお保険事務に関しましては、加入者個人が手続きすることが建前の保険になっておりますが、福利厚生部内に係を置き、シルバー大学としてまとめて処理することといたします。

この安全保険はシルバー大学の行事を対象にしたものですのでご注意ください。

(大学の行事とは、毎月の教室での講義、開講式・閉講式、合同講義、学園祭、学芸会等、大学で承認している内容と大学が必要と認めたものが基本となります)

今後の課題として、保険の期間は 1 年ですので、より良い保険が見つかった時には次の年度に変更することも視野に入れています。

保険料は運営費から支出することとし、現在の 7000 円を 8000 円に値上げいたします。今までの 35 年間、大きな事故がなく来られたことは、ひとえに学生の皆さん一人一人が安全に気をつけていたからに他なりません。1000 人以上の組織としてこの成果は本当に素晴らしいものです。安全保険に入ったからといって安心せず体力気力を充実させて元気な学生として勉強を続けましょう！！

全学生加入という取り組みはシルバー大学としては初めての試みです。学生の危機管理に役立つと信じて役員会で決定いたしました。お気づきの点やご意見等ございましたら、荒川シルバー大学常任理事会までご連絡下さるよう重ねてお願いいたします。

《 9月の合同講義 ― 東洋医学からみた健康のはなし ― 》

講師 石田スポーツマッサージ鍼灸院院長 齋藤 仁丸先生

すがすがしい秋晴れに恵まれた今年度3回目の合同講義は、スポーツマッサージ鍼灸師の齋藤仁丸先生をお迎えして、東洋医学からみた健康のお話と実技をお教え頂きました。

先生は、硬式テニスで全国ベスト8に進んだこともあるスポーツマンで、現在テニス部のコーチ・トレーナーもしていらっしゃる、あんまマッサージ指圧師、鍼師、灸師でいらっしゃいます。

陰陽五行等の理論は少々難しかったですが、「精気」が生命力のことであり、「精気の虚」というのが、本来の生命力を発揮できない状態のことを指し、その状態を年齢相応に動けるようにもっていくのが東洋医学であり、精気の虚が起こらないように過ごすのが養生であるとのことでした。

骨折や傷などの器質異常を手術や薬で治すのが西洋医学であり、西洋医学では「様子をみましょう」と言われるような痛みやしびれ等の感覚異常を看るのが東洋医学であり、養生になるとのことでした。

食養生のワースト3が柑橘類、乳製品、チョコレートであることを知り驚きました。

齋藤先生が、座ってできる実技を色々教えて下さいました。

習った実技は6つです。皆さん、覚えていらっしゃいますか？

A…刺激のキャンセル

こめかみから上をなで上げ高まった状態を下げる

B…肩甲骨ストレッチ

両手を交差させ上に上げ、横に下ろす

C…心筋梗塞止め（竹内流仁神術）

手の指をからめる

D…視野と姿勢のレッスン

手のひらを上にひざの上に置いて、

左を向いたり、右を向いたりする

E…酔い止め

「内関穴」の刺激

F…大腿後面のストレッチと拮抗筋のトレーニング

G…手指、足趾のセルフマッサージ



最後に木村学長がおっしゃっていたように、自分の身体が必要とする実技を続けていけば良いのではないかと思います。

皆様からは、「東洋医学と西洋医学の違い等易しくご説明下さり、生活に役立つお話でとても参考になった」「お話を聞いて、NHKの健康体操が理に適っていると納得できた」という感想が聞かれました。また、「教えて頂いた実技をすると、とても気持ち良くて毎日続けています」という方もおられます。

学生からの質問にも丁寧にお答え下さり、皆様の役に立つ情報が得られたのではないのでしょうか。

（ 広報部 ）

《《 「楽しい源氏物語」 改め『源氏物語・文学散歩』 》》

「源氏物語」は平安朝切っけの美男子・光源氏の恋の遍歴を文才豊かな紫式部が宮廷の人間模様を織り交ぜて噂話風に描いたものです。来年度(2019年度)から教室名を『源氏物語・文学散歩』と改め、源氏物語ゆかりの名所旧蹟や風光明媚な地を訪れたり、美術館で源氏物語絵巻をはじめとする作品を鑑賞したり等、より活動的なプログラムも加えて源氏物語の世界をよりリアルに、より深く味わえる教室にしていきたいと思います。皆様の参加を心から歓迎申し上げます。



《《 英語教室イギリス研修旅行（心に残った思い出） 》》

英語教室では年に1、2回、希望者を募り、木村先生の友人が経営するB&B(ベッド・アンド・ブレイクファースト 朝食付き民宿)でお世話になりながら、英国人のご主人ジョン先生に英語を教えて頂き、英国生活を体験するという旅行をおこなっています。

行先は、チェルトナム。6月4日～6月15日の第一回目の行程は、チェルトナムを起点として、ウェールズ地方やロンドン観光。8月17日～8月26日の第二回目の行程は、同じくチェルトナムを起点として、エジンバラ地方のタトゥーフエスティバルへ。

目的は、外国の生活・文化に触れ、ハイキングを楽しみ、英語の実践練習をすることです。

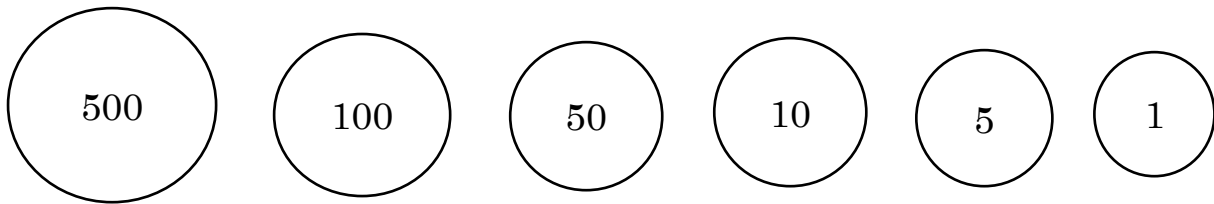


参加された方々の感想を掲載いたします。

- ・個人旅行のゆったりとした醍醐味を味わい、イギリスの人達のフレンドリーさに触れ、またステイ先のアットホームな所が気に入り、何回でも訪問したいと思いました。(S・K)
- ・ステイ先の食事が毎回美味しかったこと。そしてオックスフォード等どこも景色が素晴らしかった。(M・S)
- ・ウェールズ語と英語がまじったウェールズ地方が印象的でした。(Y・I)
- ・イギリスの家庭を垣間見ることが出来たこと。タトゥーフエスティバルが素晴らしかった。(I・K)
- ・草原で動物のフンをよけながら、ブラックベリーを摘み摘み歩いたこと。ステイ先でのお勉強、そしてお料理と様々な勉強が出来ました。(M・I)
- ・広大な草原の散策と民宿のご夫妻の心温まる接待に感激し、エジンバラ地方にまで行けたことに感無量でした。(H・I)

★ もんだいです★

500 円、100 円、50 円、10 円、5 円、1 円の全ての硬貨を使い、しかも
15 枚で 750 円にするには、それぞれの硬貨を何枚ずつ使えばよいでしょうか？



(答えは 1 月号に掲載致します)

◆◆◆◆ 11 月 の 学 園 日 誌 ◆◆◆◆

- | | | | |
|------|--|------|------------------------------|
| 7 日 | 常任理事会・役員会
(学園祭・ランチクルーズ 反省他
年度末交歓会の件) | 28 日 | シルバーだより 339 号作成 |
| | | 28 日 | 31 年度ふれあい館・ひろば館
使用許可申請書作成 |
| 7 日 | 荒川区功労者表彰式 (サンパール荒川) | 28 日 | 31 年度日本総合医療専門学校
使用許可申請書作成 |
| 15 日 | 31 年度年間講義日程
センターへ申請 | 30 日 | 30 年度支払調書作成 |
| 20 日 | 広報委員会 | | |

※ 事務局だより ※

平成最後の感慨深い年末です。多岐にわたる事務所の任務を済ませ帰路に着く頃、思い浮かぶのは「皆さんのあふれる笑顔」です。その笑顔から元気をもらい、「おかげさまで今年も何とかなりました」と深謝申し上げます。天変地異に負けず、病気にも負けず、シルバー大
学魂、新年も健在なれと祈ります。

1. 交歓会打合せについて

日時：12 月 5 日 (水) 午後 3 時～ 会場：大会議室

※地区役員・教室役員共に役員会終了後、大会議室に残ってください。

2. 講師会について

日時：12 月 21 日 (金) 午後 1 時～ 会場：大会議室

3. 教室名変更について

「楽しい源氏物語教室」は新教室名「源氏物語・文学散歩教室」となります。講師：中山幸子先生

4. 来年度学園祭について

期日：2019 年 10 月 18 日 (金) ～20 日 (日)

会場：ムーブ町屋 3F・4F

※年末年始の「事務所のお休み」は 12/27 (木) ～1/6 (日) となります。

(事務所) T E L 03-3801-5740 F A X 03-3801-5691

(メールアドレス) arakawa-silver@tcn-catv.ne.jp

(ホームページアドレス) arakawa-silver.com/



室長・田原



シルバーだより

No. 340
平成 31 年 1 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— 新しい年を迎えて —

理事長 岡田 芳子

あけましておめでとうございます。

新しい年が始まりました。ああ、もう一年たったのか、と年齢を重ねると一年の流れの早いこと。「なぜ早く感じられるのか？」“チョコちゃんに叱られる”で放送していました。それは“ときめき”がなくなるからだそうです。

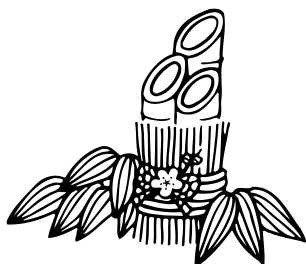
子どものころは、運動会が楽しかったり、遠足が待ち遠しかったり、その後もその思い出を友人たちと話し懐かしく思い、次の年への期待がありました。お正月も誕生日も春休み・夏休みも“ときめき”の連続でした。どんなプレゼントがもらえるか、どこへ連れてってもらえるか等々。



年齢を重ねた私たちです。新幹線のように時が流れていきます。でもシルバー大学には“ときめき”があります。学園祭も学芸会もあります。今年の合同講義は何かなとか、なにより教室での学習は、学習そのものと友達との会話、時には「お茶でもしていこうか」と時の流れは早くとも、その時々思い出が残ります。

私は昨年、オリンピックのマラソンコースが発表された時はときめきました。もしかしたら生でマラソンが観られるかもしれないと思ったのです。でも真夏の暑さが課題となり今、開始時刻をどうするか検討が重ねられて「朝六時スタート」になるようです。今年が始まったばかり、来年のことは、思いがちですが、様々な種目の日程が決定していくことでしょう。今年は時の流れがゆっくりになるのではないかと思います。

さて、皆様は今年どんな年にしたいですか。今日の元気に感謝して、明日はどこへ行こうかなと明るい気持ちで目標を考えていることでしょう。今年もゆっくり楽しく生活して参りましょう。



※「チョコちゃんに叱られる」

NHK 総合 毎週金曜 午後 7 時 57 分～
再放送 毎週土曜 午前 8 時 15 分～

今年も良い年になりますよう、役員一同頑張りますのでよろしくお願いします。

平成30年度 荒川シルバー大学 役員一覧

常任理事	理 事 長	岡田 芳子	名 誉 学 長	原田 治子			
	学 長	木村 國子	学長代行・副理事長	望月 公子	事務局室長	田原 弘子	
	副理事長	(企画) 石崎 恵子 (講師)	副理事長・講師会長	高橋建司(企画)	書 記	立川 禮子(講師)	
	副理事長	後藤八重子	講師会副会長	遠藤 光胡			
	事務局長	(総務) 瀧澤百合子	企画部	嶋戸由美子	東日暮里地区長	尾島ゆう子 (総務)	
	副事務局長	(総務) 山口 俊章	企画部	北潟 園枝	西日暮里地区長	畠山 英子	
	施設部長	高橋 武三	広報部	高山 順子	南千住 地区長	伊東千代子	
	広報部長	水越 絹代 (講師)	広報部	市川 弘美	荒 川 地区長	山田 紀子	
	会計部長	(企画) 岩崎 芳民	会 計	江川 芳江	町 屋 地区長	滝口 和彦	
	総務部	} 池田 洋子 (講師)	会 計	伊ヶ崎元子	東尾久 地区長	後藤 王子 (福利厚生)	
広報部	会 計		入江ユキエ	西尾久 地区長	新井 義三		
相 談 役 (元学長) 稲川 君江 会計監査 43. 新井 義三 20. 中田恭子 (施設)							
地区代表長：後藤王子 地区副代表長：岡田正規・篠崎節江 地区代表書記：山田紀子・今井智枝子							
(地区)理事	班 長	1. 山口 俊章 2. 藤田 静江 ・東日暮里 1～7 ・西日暮里 8～13 ・南千住 14～21 ・荒 川 22～29 ・町 屋 30～35 ・東尾久 36～41 ・西尾久 42～47	11. 西澤 節子 12. 鶴岡 恵子 13. 中島 英子 14. 宮下 貞子 15. 隅田 照子 16. 庭野 美枝 17. 大工原仁子 18. 小林 敏子 19. 小磯 教子 20. 土肥 絹江	21. 武田 咲 22. 酒井 倫夫 23. 入山 勝子 24. 竹内 陽子 25. 高野宗四郎 26. 佐藤 康子 27. 大島千恵子 28. 藤原 公子 29. 西野喜美代 30. 松本 光章	31. 松田 和子 32. 滝口 和彦 33. 竹内 吉春 34. 山泉 昭子 35. 布川 春江 36. 橋 ハツミ 37. 安西 昌子 38. 今井智枝子 39. 山崎すい子 40. 中村美妙子	41. 篠崎 節江 42. 石原 優子 43. 高橋 信子 44. 吉田 淑子 45. 横山 陽子 46. 戸塚 和江 47. 岡田 正規	
	副 班 長	20. 榎本 節子	32. 森 秀太郎	34. 清水 若子			
	教室代表長：田崎富男・北潟園枝 教室書記：塩崎美津江・柳原雅子 教室会計：太田諏訪子・鳥井充子						
	(教室)理事	(月)教室代表	器 楽	5. 丸橋 浩子	(木)教室代表	絵手紙 A	29. 宮向井芳江
			硬 筆	27. 佐藤 ひで		絵手紙 B	31. 松田 和子
			水彩画・午前	41. 橋本 伸枝		ニット・木曜	4. 柳原 雅子
			水彩画・午後	30. 榎本節子 (町屋)		華 道	44. 押江マサヨ
			水 墨 画	23. 矢ヶ部昭彦		健康体操	26. 伊東 國江
		(火)教室代表	フラ・ダンス	39. 白田みよ子	(金)教室代表	俳 句	20. 高間 恭子
			何でも	47. 寺澤 武		朗 読・午前	16. 辻原 貞子
歌声クラブ			22. 鳥井 充子	朗 読・午後		23. 入山 勝子	
自 分 史			23. 石井 美晴	輪踊り民舞		13. 高林フサ子	
書道・火曜			1. 山口 俊章	楽しい源氏物語		44. 村山 義博	
(水)教室代表	陶 芸	28. 竹内ゆみ子	東京近郊ミニ散歩	41. 小嶋 新平			
	パソコン応用Ⅰ	47. 安部八千代	(土)教室代表	今と昔の町歩き	25. 沼田 信子		
	パソコン応用Ⅱ	26. 花島 克夫		英 語	32. 北潟 園枝		
	日本の話芸	44. 竹内 英晴		ニット・金曜	13. 五十嵐睦子		
	頭の体操	11. 西澤 節子		気 功	46. 中沢 玉枝		
折り紙・絵本	22. 塩崎美津江	茶 道		18. 吉野さち子			
(事務局)理事	施 設 庶 務 福利厚生	28. 金久保芳夫	20. 中田恭子 (監査)				
		20. 榎本節子	9. 増山美代子	45. 小黒初枝			
		22. 鳥井充子	29. 近藤 明				

《《 東京湾ランチクルーズに参加して 》》

学園祭も無事に終了しホッと一息ついた 10 月 24 日水曜日。暖かくて良い天気になりました。係の人たちの案内・誘導に助けられ、参加した 201 名全員が無事にシンフォニーモデルナ号に乗船できました。企画して下さいました福利厚生部の皆様ありがとうございました。お二人の方の感想を掲載致します。

●好天に恵まれ、大勢のシルバー大学のみな様と初めての東京湾ランチクルーズに参加しました。キラキラと光る波、海上から見る大都会東京の景色は、船内のバイキングのお料理と共に大変なご馳走でした。まるで恐竜のような形をした東京ゲートブリッジの下をくぐり、遠くの空へ飛び立つ飛行機をながめ、心豊かなひと時を過ごすことができました。

“よく食べ、よく笑い、おしゃれを忘れない” 健康長寿の極意を学んだ貴重な一日でした。
(自然と小さな旅教室講師助手 松本 タキ子)

●200 余名、間違いもなく整然と集まり散会 先生方、役員の皆様に感謝
空と海風と波とを受けとめて 乙女となりて華やかし友
夕ばえに一羽はぐれて都鳥 故郷ありや待つ人ありや
光波刺してはじけて心内 やわらかき風と師にうちあけて

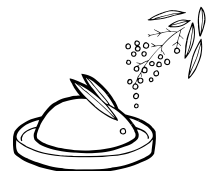
(朗読教室学生 榎本 節子)

❀ 平成 30 年度シルバー大学創立 35 周年記念交歓会について ❀

閉講・卒業式後の交歓会を、今年度も下記要領にて実施致します。

多数の方のご参加お待ちしております。(教室ごとの申し込みになります)

1. 日 時 3 月 15 日 (金) 午後 1 時～3 時 30 分
2. 会 場 サンパール荒川 3 階小ホール
3. 会 費 4,000 円 (食事・飲み物代含む)
4. 参加申し込み締め切り 1 月 31 日 (木)



～～荒川シルバー大学創立 35 周年記念誌について～～

役員・講師・教室代表延べ 92 名の言葉と、全学生へのアンケート集計結果、大学のあゆみ、教室の変遷、写真で見る荒川シルバー大学年間行事等の内容の記念誌が完成予定です。一冊 500 円で全学生・講師に配布させて頂きます。各教室で配布して頂きますので、ご協力宜しくお願い致します。

(編集委員長 水越絹代 ・ 会計部長 岩崎芳民)

(シルバーだより 12 月号に掲載しました 「もんだい」 の答えです)

500 円玉 1 枚 100 円玉 1 枚 50 円玉 2 枚 10 円玉 3 枚

5 円玉 3 枚 1 円玉 5 枚 これで 15 枚 750 円になります

いかがでしたか？ 解き方等ご質問のある方は広報部までお問合せ下さい。

◆◆◆◆◆ 12月の学園日誌 ◆◆◆◆◆

5日	常任理事会・役員会 (31年度募集・安全保険・ 学芸会・交歓会他)	18日	広報委員会
		21日	講師会
17日	31年度募集要項作成	25日	31年度年間日程打ち合わせ (生涯学習センター)
		26日	シルバーだより 340号作成

※事務局だより※

1. 平成31年度受講生募集受付について

◆町歩き関係「下記4教科」を含む申し込みについて(新規希望者のみ)

- ①今と昔の歴史散歩 ②自然と小さな旅 ③社会科見学
④東京近郊ミニ散歩

受付日: 2月8日(金) 時間: 午後1時~3時

※ただし、パソコンは12日(火)からの申し込みとなります。

◆29教科「上記4教科以外」の募集 (土日祝日を除く)

受付日: 2月12日(火) 時間: 午前10時~午後3時

受付日: 2月13日(水)~21日(木) 時間: 午後1時~3時

(申し込み会場について)

生涯学習センター内です。(正面玄関に会場を掲示)

(費用について)

運営費については、複数の教科を受講されても1年間一律¥8,000です。

受講料は、1教科1年間5,000~7,000円です。

(申込用紙について)

「継続申込書」=1月の役員会終了後、地区班長が配付・・・在校生用

「新入学申込書」=1月より玄関ポスト前に設置・・・・・・新入学生用

2. 平成31年度の開講教室の曜日・時間帯は下記のようになっております。

/=午前・午後の時間帯区分 ◎=午前と午後の授業あり

(月) ◎水彩画・水墨画 / 器楽・硬筆・何でも・フラダンス

(火) 歌声クラブ・書道火曜・◎陶芸・パソコンI・II・ミニ散歩/ 自分史・
日本の話芸

(水) 自然と小さな旅・社会科見学・料理 / 頭の体操・折り紙絵本・写真

(木) 絵手紙A・華道・◎朗読・輪踊り民舞 / 絵手紙B・おしゃれニット木曜・
健康体操・俳句・源氏物語文学散歩

(金) 英語・書道金曜・おしゃれニット金曜 / 今と昔の歴史散歩・気功・茶道・
パステル絵の具画 (土) 音楽 /

注記: 上記に変更のある場合は、改めてお知らせ申し上げます。

(事務所) TEL 03-3801-5740 FAX 03-3801-5691

◆年末年始のお休み: 12月27日~1月6日◆

ホームページ : <http://www.arakawa-silve.com>

室長・田原





シルバーだより

No. 341
平成 31 年 2 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

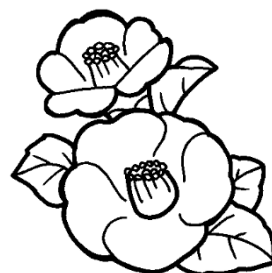
— 海外旅行で考えたこと —

学 長 木村 國子

昨年の年末から新年にかけてイタリアの小さな街めぐりというツアーに参加し、8日間旅行をしてきました。年末の慌ただしさと一人で祝う新年の味気無さを避け、ここ数年の定番にしています。そのため大掃除をしなくて済むように少しずつ掃除や整理なども早めに済ませ、「今度はどこへ行こうかな」などと考えるのも楽しみの一つです。

海外旅行の魅力は、何と言っても未知の世界との遭遇ですが、最近他の楽しみもあることに気付きました。その一つは、人との関わり、交流です。特にツアー参加者同士の関わり方は、小さな社会の縮図を見ているようです。最初は、お互い知らぬ者同士、慎重にきっかけを見つけ話しかけたりしている内に気の合う者同士のグループが出来て行きます。

結びつけるものは、年齢だったり、住んでいる場所や知っている場所、趣味、性格だったり等々。話し相手が出来ると観光や食事をもっと楽しくなるようです。周りの人に心配りや配慮が出来る人が数人いると、更に明るい楽しい雰囲気生まれます。シルバー大学の教室も同じようですね。

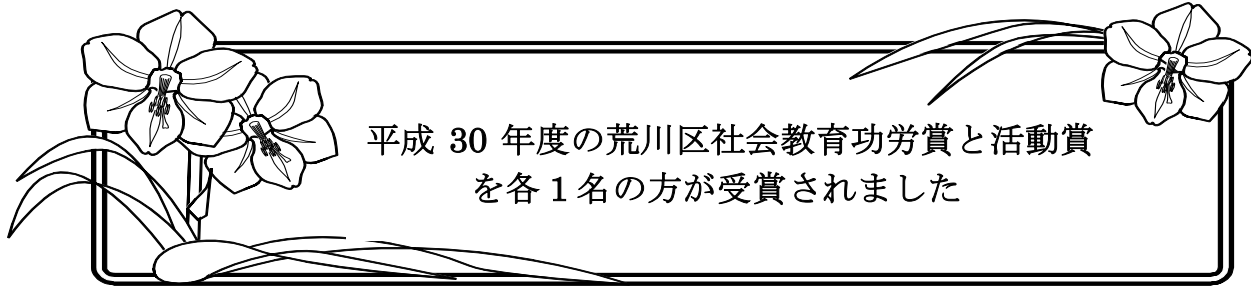


風景や遺跡だけでなく、人間ウォッチングも旅行の楽しみの一つですが、もう一つの楽しみは、何と言ってもその土地の食事！今回はイタリア料理に期待して行っただけですが、パスタについては、茹で方の硬過ぎるもの、柔らか過ぎるもの、3軒目にしてやっと美味しいパスタに巡り合えました！結論は、やはり日本料理に勝る物無し！

さて、2月はシルバー大学の募集が始まります。よく考えて、自分の希望に合った学習ができる教室を選んで、応募しましょう。

また、2月28日には学芸会があり、10教室の皆さんが発表をします。この1年間で学んできたことの集大成でもあります。シルバー大学では、1年間に秋の学園祭と冬の学芸会、2回学習の大きな発表の機会を設けておりますが、学芸会は目、耳、口、体全体を使う表現活動による発表です。皆様お誘いあわせのうえご観覧下さい。

最後に、来年度から諸事情により運営費を8000円とし、皆様の活動の安全と補償を図るため、全員安全保険加入と致します。ご協力よろしくお願い致します。寒さに負けず、元気にこの冬を乗り切りましょう。



平成 30 年度の荒川区社会教育功労賞と活動賞
を各 1 名の方が受賞されました

《《 功労賞（活動賞）を受けて 》》

水彩画・絵手紙 B 教室講師 遠藤 光胡

昭和 33 年、戦災復興の途上にあった荒川区に請われて、19 歳から今日まで夢中で生きた 60 年。初代水越理事長に請われて水彩画教室の講師になって 25 年。更に、絵手紙 B 教室の講師になって 3 年。

10 年目の「シルバーだより」に所感を掲載したことを覚えています。私の人生後半は、まさにシルバー大学あつての人生でした。当初、65 歳ぐらいで講師を降りようと思っていましたが、考えてみると毎年新生が入り、先輩は水彩画教室や絵手紙教室を生き甲斐にして頑張っている毎年が続き、結果として今日まで初年度の心構えのままの自分を継続し続け頑張ってきました。



今は、男性のメンバーには申し訳ありませんが、水彩画教室・絵手紙教室は、まさに私の恋人。この魅力的な関係は望んで得られるものではありません。

こんな私が荒川区から賞をもらうことになったのは、理事長以下多くの方々のバックアップがあったからこそと思っています。素直に喜び感謝を申し上げます。

限りある人生ですが、それまでシルバー大学の恋人たちと元気に付き合っていきたい。 シルバー大学万歳！

11 月 7 日、立冬にも拘わらず、とても暖かく好天に恵まれた受賞式でした。

此の度、岡田理事長、木村学長はじめ皆様方のお陰様で、社会教育功労賞という立派な賞を頂きました。誠にありがとうございます。

水彩画の遠藤先生を筆頭に 142 名の方々が受賞致しました。それぞれの分野でご活躍なさっている方々ばかりです。隅田川にて人命救助にご協力した方が 2 名いらっしゃいました。本当に頭の下がる思いが致します。



私もシルバー大学に入学し今年で 20 年になりますが、まだまだです。人生の先輩方、元気な学生さん達が大勢いらっしゃいます。10 月の学園祭、2 月の学芸会等エネルギーとパワーが凄いです。それらの良い所を吸収し、皆様に助けて頂きながら好きなお教室に入り、微力ながらこれからもお役に立てればと思います。

誠に有難うございました。厚くお礼申し上げます。

(西日暮里 9 班班長 田畑 一枝)

❀ おめでとうございます ❀

《《 初めまして 》》

平成 31 年度絵手紙 A 教室担当講師 中島 愛子

次期の絵手紙 A 教室を受け持つ事になった中島愛子と申します。お話を受けた時はためらったのですが、実際に教室を見学させて頂き、皆様の和やかな雰囲気を拝見した結果お引き受けしました。これを機会に私も勉強してみよう、などと図々しくも考えておりますが。教員時代に授業で絵手紙を扱った事はありませんが正直、私自身は旅先から葉書にスケッチをして送った事はあるものの、所謂「絵手紙」は殆ど描いていません。むしろ私の方が学生の皆様から教えられる所が多そうです。何しろ私より人生の先輩が大勢いらっしゃるようですから。

絵手紙は十人十色「みんなちがって、みんないい」のだと私なりに考えています。10×15センチ程の小さな紙の上に描かれるであろう様々な絵を今からあれこれ想像して楽しんでいます。

自己紹介を致しますと出身は立川市ですが荒川区に住んで早四十余年、今やここが第二の故郷となり、生まれ故郷に等しい愛着があります。趣味は読書、ジョギング、旅行がメインでしょうか。新しく出来た図書館「ゆいの森あらかわ」は行きつけの場所。ジョギングは健康保持に効果大で今や「やめるのが怖い」状態。旅行に関しては今回の講師のお話を受けた時に躊躇した点です。「旅行のため絵手紙教室の日程変更」が起こるかも知れず、その節はご寛容を。

あれこれ書き散らしましたが、それでは来年度から、宜しくお願い致します。

2月の行事

平成 30 年度 学芸会プログラム

日時：平成 31 年 2 月 28 日（木） 午前 9 時 50 分～午後 4 時 30 分

場所：サンパール 3 階 小ホール

No.	教 室 名	内 容	予定時刻
	開 会 式・挨拶	理事長 岡田芳子	9：50～9：55
1	輪 踊 り 民 舞	1. 音頭「福よ来い」 2. 平成ロマン音頭 3. 祖谷甚句 4. はっぴーロック 5. 炭坑節（皆さんと踊ります）	9：55～10：20 (25分)
2	日 本 の 話 芸	1. 寿限無とあめんぼの歌 2. 18歳と81歳の違い 3. 日本昔話し「厠の神様」 4. 落語「井戸の茶碗」	10：25～10：50 (25分)
3	気 功	1. 自分で出来る経穴（ツボ）押し 心臓、腎臓の 疾病の予防 2. 血圧調整功（リラックス気功） 3. 香功（しゃんごん）（初級）	10：55～11：25 (30分)
4	朗 読	光太郎と智恵子 - 智恵子抄より -	11：30～12：10 (40分)
5	音 楽	1. アメージンググレース 2. ライム・ライトより「エ ターナリー」 3. オルフェの歌 4. ムーンリバー 5. いのちの記憶	12：15～12：40 (25分)
	（ 昼 休 み ）		12：40～13：30 (50分)

6	器 楽	1. 山小屋の灯火 2. バラが咲いた 3. 知床旅情 4. 荒城の月 5. 見上げてごらん夜の星を その他	13:30~13:55 (25分)
7	フ ラ ダ ン ス	1. パパリナラヒラヒ 2. 月の夜は 3. レイナニ 4. カプアウイ	14:00~14:25 (25分)
8	健 康 体 操	1. 安来節 2. アメージンググレース 3. ロザリア 4. おもちのチャチャチャ 5. 黄色いリボン 他	14:30~14:55 (25分)
9	英 語	ミニミュージカル「サウンドオブミュージック」 劇中歌「ドレミの歌」「エーデルワイス」	15:00~15:40 (40分)
10	歌 声 ク ラ ブ	昭和を彩る歌謡曲「平尾昌晃特集」 1. ミヨちゃん 2. 星は何でも知っている 3. 草原の輝き 4. ふるさと 5. 恋のしずく 他3曲 他に皆さんで合唱あり	15:45~16:15 (30分)
	閉 会 式 ・ 挨 拶	学長 木村國子	16:15~16:25

◆◆◆◆◆ 1 月 の 学 園 日 誌 ◆◆◆◆◆

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| 5 日 荒川警察署武道始め式
(山口副事務局長 出席) | 17 日 荒川区高年者クラブ新年会
(山口副事務局長 出席) |
| 9 日 常任理事会・役員会 | 18 日 31 年度年間日程申請 (区へ) |
| 15 日 広報委員会 | 31 日 シルバーだより 341 号作成 |

※事務局だより※

1. 平成 31 年度募集受付 期日・時間・会場 について

- ① 2 月 8 日 (金) (午後 1 時・受付抽選) 受付会場：第一会議室
《町歩き 4 教科の受付となります。同時に他の科目の受付可・パソコン除く》
- ② 2 月 12 日 (火) (午前 10 時～午後 3 時) 受付会場：第一会議室
- ③ 2 月 13 日～15 日 (水～金) (午後 1 時～3 時) 受付会場：第一会議室
2 月 18 日～21 日 (月～木) (午後 1 時～3 時) 受付会場：当校事務所
《2/12～21 日はすべての教科の受付が可能です》

◆追加申込について：初回の領収書を持参すること。(運営費の重複支払を防ぐ為)
※募集要項をよくお読みになり、申込書にご自分で必要事項を記入の上、受講料を添えてお申し込みください。

※受付当番の方へ：当日は印鑑《領収書に押印》をご持参ください。

◆希望教室が定員を満たし次第、締め切らせていただきます。

2. 「水彩画・絵手紙」教室 発表会のお知らせ

会期：3 月 5 日 (火) ～3 月 11 日 (月)

時間：午前 10 時～午後 6 時 (初日は午後 1 時～、最終日は午後 4 時まで)

会場：町屋文化センター ふれあい広場 (二教室共、会期・時間・会場は同じ)

(事 務 所) TEL3801-5740 FAX3801-5691

(ホームページ) <http://www.arakawa-silver.com/>

室長：田原





シルバーだより

No. 342
平成 31 年 3 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— 平成の桜 —

名誉学長 原田 治子

春がそっと近づいてきました。わが家の狭い庭で冬の間枯れたふりをしていた木々も、小鳥のさえずりも嬉しそうです。

間もなく、元号平成の終わりを告げる桜が満開になります。今年の桜とは心して向き合い、自分の 30 年間の思い出を紡いでみませんか。よろこびも悲しみも積乱雲のように湧いてくるでしょう。

さくらさくら／今年のさくらは涙のさくら／やわらかい光の中に舞い
下りる花びら／私の手の掌にのりました／せつなさがにじんで見えなくな
りました／天空から「来年もこのベンチでね」／あの日の声が聞こえ
てきます／時は移り誰かがここで／笑顔のさくらをめぐるでしょう。

大切な友を失ったその年、ひとりぼっちのベンチで空に語り掛けた私の記録です（平成 24 年 4 月）。当たり前だったことが当たり前でなくなった時、失ったものの大切さを知るのですね。時は絶え間なく流れ常に変わらぬ表情をしています、30 年を顧みたとき「時は無常」であることに思いをいたすでしょう。日本の各地を襲った自然災害や忌わしい事件や事故。それによって平穏な生活を奪われた人たち。ごく身近なことだけを考えても、自身の衰え、親しい人たちとの別れもあれば、良き人やうれしいことなどとの出会い…。

荒川シルバー大学も、この 30 年間で小さな苗木が大木に育ちました。陶芸・音楽の 2 教科からはじまって現在は 33 教科。旧真土小学校から一部を残し生涯学習センターへの引越し。事務所と専任事務職員（現・田原室長）の確保。文化祭が学園祭となり町屋文化センターからムーブ町屋へ。学芸会の開設。講師会の設置や運営組織の整備。成長の足跡はまだまだありますが、主なことだけにとどめておきます。

平成の桜の蕾がふくらみはじめる 3 月 15 日は閉講・卒業式です。卒業証書・奨励賞・学長賞・理事長賞などに記される「平成」の元号は本年で最後です。講師への感謝、よき仲間との出会い、学習の成果や自身の成長など、証書に込める思いは様々でしょう。元号の終わりにあたって「平成ありがとうございました」の気持ちで、受賞者はいうまでもなく、受賞を祝福する学生であふれるほどの式場になると思います。

「みなさん おめでとう。私たちは間もなく満開になります。元号が改まって春は巡って来ます。その時の満開の桜とまたお目にかかりましょう」と平成の桜の言葉が聞こえます。

◎『私の平成』を広報部に是非お寄せ下さい。

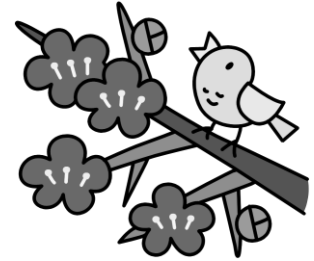
《《 福島復興支援ツアーに参加して 》》

俳句教室講師

田中 京

昨年 11 月 20 日好天の日、荒川シルバー大学から 30 名が 1 泊 2 日の福島復興支援ツアーに参加しました。福島の方達はリンゴ狩りやリンゴジャム作り体験、放射線量モニタリング施設や古関裕而記念館見学等のプログラムを企画して、私達を温かく迎えて下さいました。

7 年前の東日本大震災は千年に一度という大きな災害で、地震と津波により奪われた命は 2 万以上、家屋の損害は数知れず、更に地震と津波による原発事故で避難生活を余儀なくされた人で未だに元の家に戻れない人の数も 2 万以上というのが現実です。



思い出すのは数十年前、私が生活協同組合の会員として少しでも安全な食品を購入しようと努力していた時、日本各地の生協が原発反対運動をしていたことです。彼らの反対理由の中に、「原発が絶対安全であるという保障がないこと。耐用年数が切れた時、大きな原発の施設を負の遺産として私達の子孫に残してしまうこと」の 2 点がありとても気にかかりました。そして、彼らの危惧は現実のものとなってしまったのです。私達東京の住人に電力を供給するために福島に原発ができたのだと思うと、私達だけ快適な生活をしていて良いのかと申し訳ない気持ちになります。

福島の産物が未だに風評被害から抜け出せないでいることに心を寄せ、しっかりモニタリングをして安全なものを出荷しているのだから大丈夫だと、ツアーに参加した私達が周りの人達に伝えていこうと話しました。

帰りは、膝が痛くても腕が細くても太っ腹に直売所で買い求めた野菜や果物とお土産のリンゴを持ち帰りました。心優しい福島の方達に感謝の気持ちで一杯です。

今回の一句

復興の支援が縁や神無月

義援金と寄付金のご報告

◎学生・講師の皆様にご協力頂きました『平成 30 年北海道胆振東部地震』の義援金 267,000 円と『平成 30 年 7 月豪雨(西日本豪雨)』の義援金 267,000 円を、平成 30 年 12 月 18 日に荒川区役所を通じて、日本赤十字社へ寄付致しました。また、平成 30 年度の学園祭における陶芸チャリティの収益金より 42,640 円を平成 30 年 12 月 20 日に荒川区社会福祉協議会へ寄付致しましたこと合わせてご報告致します。

(理事長 岡田 芳子)

❀ ご協力ありがとうございました ❀

《《 朗読教室の発表会を聴いて 》》

第7回目の朗読教室発表会が昨年11月22日サンパール荒川小ホールで開催された。皆さんの練習の様子を聞き、毎年楽しみにしている。今年は小説をリレーで読むと聞きどんな形式になるのかと楽しみだった。

第一部は浅田次郎の「角筈にて」だ。この物語は“人と人とのつながり”を描いた物語だ。

「この静けさは何だろう…」。シルバー大学の講演会や学芸会などの集まりは、何時も私語が多く、舞台上で一生懸命頑張っている学生に申し訳なく思うことが多々あるが、今日はどうしたことだ？周りを見回すけど、みんなシルバー大学の学生だ。舞台の学生も。何が違うの？舞台の学生の自信ある声か？全員静かな語り口調、それぞれ音域の高さは異なるが、聞きやすい速さ、間合いが年寄りの耳に丁度良いのか。声の良し悪しではなく個性、味を生み出しているかと。自分の朗読する文章の意味を理解して読んでくれている。それぞれに合った速さで。椅子に座って舞台に居る。自分の出番になるとマイクの前に立つ。その時の姿勢、呼吸、発声、表情、目線がしっかりしている。心を込めて文章を読んでいる。そのことが聞く私達に伝わってくるのだ。

第二部は宮部みゆきの「神無月」。豊職市蔵には押し込み強盗をしなければならない訳があった。病気の娘の命を守るため。出かける前に娘に作って残していくお手玉と懐に入れた数粒の小豆。岡っ引きと居酒屋の親父の会話を通して捕まえる側の水入りを、軽妙な語り口の二人の男子学生と池田先生との語りが入る。

各物語の合間にピアノの演奏が入り、我々聞き手を別世界へいざなってくれた。

第三部は吉野弘の詩「好餌」「祝婚歌」を群読し、全員で「旅愁」を合唱した。池田先生、朗読教室の皆様、お疲れ様でした。

楽しいひと時ありがとうございました。 (広報部 高山 順子)

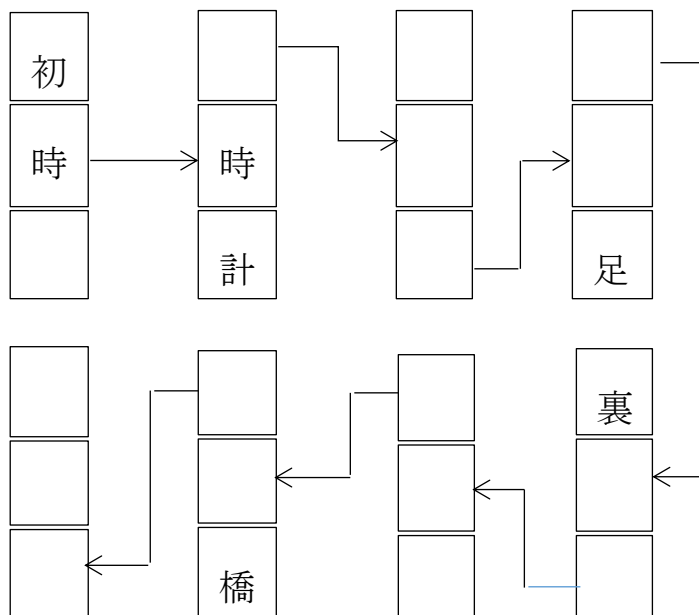
★もんだいです★

ヒント内の漢字をマスに入れ、三字熟語を作ってください。矢印でつながっているマスには同じ漢字が入ります。全ての漢字を使ってマスを埋めましょう。

*同じ漢字は2度使えません

ヒント

七	族	閑	千
鳥	大	五	古
家	三	雨	



(回答は4月号に掲載致します)

三月の行事

平成30年度 閉講・卒業式

日時： 平成31年3月15日（金）午前10時～

会場： サンパール荒川 3階 小ホール

一部

- | | |
|----------|----------|
| 1 開式の言葉 | 7 学長賞授与 |
| 2 敬礼 | 受賞者謝辞 |
| 3 理事長挨拶 | 8 理事長賞授与 |
| 4 卒業証書授与 | 受賞者謝辞 |
| 答辞 | 9 感謝状授与 |
| 5 学長式辞 | 10 校歌斉唱 |
| 6 奨励賞授与 | 11 閉式の言葉 |
| 受賞者謝辞 | 12 敬礼 |

二部

- 1 記念撮影



★交歓会のお知らせ★

閉講・表彰式終了後、希望者による平成30年度交歓会を開催いたします。

会場：サンパール荒川 3階 小ホール 時間：午後1時～

◆◆◆◆ 2月の学園日誌 ◆◆◆◆

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1日 閉講・卒業式受賞者名簿作成 | 19日 広報委員会 |
| 閉講・卒業式出席案内カード作成 | 27日 31年度年間日程表作成 |
| 6日 規約委員会 | 27日 シルバーだより342号作成 |
| 6日 常任理事会・役員会 | 27日 閉講・卒業式表彰状準備 |
| 8日 ～21日 31年度募集受付 | 28日 30年度学芸会 |

※ 事務局だより ※

1. 平成31年度の募集申込み受付について

31年度の募集受付が無事終了致しました。区の生涯学習課、福祉高齢者課および広報課、生涯学習センター他、皆様より多大なるご協力をいただき、心より感謝申しあげます。また役員の方々には、お手伝い頂きありがとうございました。

2. 受講生二次募集について 各教室の「若干名」の追加募集を致します。

期日：3月7日（木）～8日（金）時間：午後1時～3時 会場：シルバー大学事務所

3. 講師会について 日時：3月20日（水）午前10時より 会場：第一会議室

4. 写真教室展示会について

期日：3月14日（木）～18日（月）時間：9時～20時

会場：サンパール荒川 2F（初日は12時より最終日は15時まで）

（事務所）TEL 03-3801-5740 FAX 03-3801-5691

（メールアドレス） arakawa-silver@tcn-catv.ne.jp

室長・田原