



シルバーだより

No. 386

令和 5 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

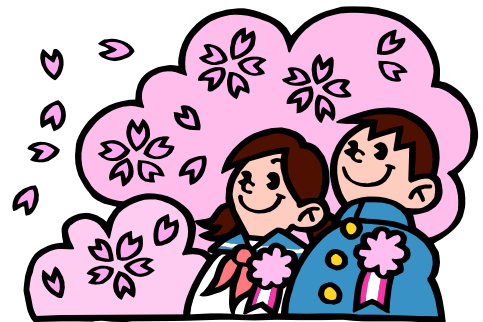
— 令和 5 年度の出発にあたって — 〈 創立 40 周年 〉

理事長 岡田 芳子

令和 5 年度が始まりました。

4 月 14 日、開講・入学式が行われます。新入生 111 名の皆様、入学おめでとうございます。在校生の皆様、シルバー大学での『共に学ぶことの楽しさ』を新入生に伝え学びを進めて下さい。

皆様ご存じのように直近 3 年間は、思うように学習が行われませんでした。時には国内全学校施設が閉鎖になり、その後解除されても人数制限等苦難の学校生活でした。講師の先生方や学生の人生経験が生かされ、よりよい方法を生み出しました。今、徐々に落ちつきを取り戻してきましたけれど、油断は禁物です。



自然現象も体調不良も、どうにもならないことがあります。だからこそ、今を大切に出会いに感謝して生活しましょう。

マスク生活は個人の判断となります。

この 3 年間の経験を生かし、安心・安全を優先して学びを進めて下さい。

さて、今年度は創立 40 周年です。

創設した初代水越清次理事長は、今のシルバー大学を想像したでしょうか。「創業は易(やす)く守成(しゅせい)は難(かた)し」という言葉がありますが、創業は易くはなかったはずです。私は「創業は難しく守成もまた難しく」ではないかと思うのです。40 年前に創設した当時のことを原田治子名誉学長や、頭の体操教室の水越絹代講師から何うにつけそう思うのです。皆さんは 40 年前どのようなことがありましたか。その頃は、シルバー大学に受講することなど考えなかったことと思います。当時の楽しかったこと三つ位を思い出して下さい。脳が若返りますよ。今年は行事も多くなります。その若返った脳で周年行事を豊かに致しましょう。

間もなく学習が始まります。生涯学習センターをはじめ、ふれあい館等を提供して下さい。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）のご理解とご協力でありますので、感謝の気持ちを忘れないで学べることの喜びを感じて下さい。

《 2月28日に開催されました学芸会の写真と感想です 》

フラ・ダンス教室

今回のプログラムは「月の夜は」「プアカーネーション」「パパリナラヒラヒ」「ナニワレオハフ」「ウルパラクア」の5曲でした。「月の夜は」は新人3人がフラの初舞台ということで緊張しながらも楽しく踊れたようです。「ナニワレオハフ」は以前、教室の助手をして頂いていた安藤先生が踊って下さいました。久しぶりの安藤先生のダンスでしたが、学生たちは衣装の着替えを大急ぎでする必要があり、先生



の優雅な踊りを見られなかったのが残念でした。最後の「ウルパラクア」は「イリイリ」というフランダンスの石の楽器を使って踊る曲です。両手に2個ずつ石を握り、打ち付けた音に合わせて踊ります。佐々木先生からは「イリイリを落とさないように！！」と指示がとびます。幸い石を落とす人が一人もなく無事演技終了でき、会場からたくさんの拍手を頂きありがとうございました。

(フラ・ダンス教室代表 志村 眞知子)



QRコードを読み込むと、スマートフォン等で発表の様子を視聴できます。

英語教室

新年度すぐに本選び。今年は“美女と野獣”に決定。本の読み込み&訳詞に苦労しながら、2学期後半より、1～9班（1班6～7名）にグループ分けし、配役とセリフ作りの作業に取りかかる。後半には、ネイティブの先生の発音チェック、セリフ

の暗記、と忙しく、本番さながらの練習をして集大成。学芸会本番を迎えました。あとは、皆力を合わせて成功させるだけです。

当日は、3時に集合して、最後のチェックをしました。長い文でしたので、まとまるか心配でしたが、学生たちの秘めた力に感動しました。良く演じきれていて楽しい学芸会となりました。

さて、来年度の物語も、皆さまどうぞお楽しみに・・・。

（ 英語教室 市川 弘美 ）



歌声クラブ



日本の話芸



輪踊り民舞



朗読



気功

❀ 創立40周年 記念誌発行について ❀

記念誌編集委員長・副学長 加藤 純成

荒川シルバー大学は、令和5年度に創立40周年を迎え、その記念として「記念誌」を発行いたします。新しい工夫として、全員集合の見開き写真、各教室ごとの紹介ページ、カラー写真も取り入れていきます。皆様のご協力をいただきながら、『みんながいるから 楽しい』記念誌を作ってまいります。

3月号 頭の体操の解答

さるすべり せつげつ か どうかせん さんすいが なみきみち しきんせき ふ ど き
百日紅 雪月花 導火線 山水画 並木道 試金石 風土記

いかがでしたか？ 全問正解者に拍手 パチパチパチパチ！

4月の行事

令和5年度 開講・入学式

日時：令和5年4月14日（金）午後1時 会場：サンパール荒川 大ホール

- | (第一部) | (第二部) |
|--------------|------------|
| 1 開式の言葉 | 1 開会の言葉 |
| 2 理事長挨拶 | 2 講師・事務局紹介 |
| 3 新入生紹介 | 3 常任理事紹介 |
| 4 前年度途中入学生紹介 | 4 教室代表者紹介 |
| 5 学長式辞 | 5 地区長紹介 |
| 6 誓いの言葉 | 6 地区委員紹介 |
| 7 来賓挨拶 | 7 閉会の言葉 |
| 8 来賓紹介 | |
| 9 校歌斉唱 | 新入生記念撮影 |
| 10 閉式の言葉 | |
| 11 来賓退場 | |



※荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

(3/13) 料理 (3/9) 写真 (3/3) ご挨拶・お知らせ・シルバー便り (2/27) 今と昔の
歴史散歩 (2/19) 社会科見学

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 〈3月〉 ◆◆◆◆◆

- | | |
|---|--|
| 1 日 次年度閉講・卒業式会場申請（施設部）（サンパール荒川・R6. 3/18） | 20 日 令和4年度閉講・卒業式表彰式 |
| 1 日 常任理事会・役員会
募集申込み状況/閉講式について・受賞者確認/開講・入学式の件 | 卒業生 34 名
奨励賞受賞者 35 名
学長賞受賞者 8 名
理事長賞受賞者 1 名
感謝状受賞者 4 名
(於・サンパール荒川・小ホール) |
| 1 日 企画・施設部会議 | |
| 14 日 賞状準備（事務局・増山・伊東） | |
| 17 日 広報委員会 | |
| 17 日 賞状確認 理事長・学長他五役
閉講・卒業式打合せ | 23 日 記念誌編集委員会
28 日 シルバーだより 386 号作成
31 日 学校要覧作成準備 |
| 20 日 スポーツ安全保険加入書類作成 | |

※事務局だより※

当校は、今年度創立40周年を迎えます。ご入学・ご進級おめでとうございます。共に生涯学習のスタートを切りましょう。

- 新年度書類配付について：4月14日（金）開講・入学式会場にて配付
① シルバーだより4月号 ②年間日程表 ③各教室第一回目の持ち物
- 講師会について：4月19日（水）午後1時 会場：センター 大会議室
(記念誌説明会 4月19日（水）午後3時45分 会場：センター 音楽室)
(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. 387
令和5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

— 新緑の5月を迎えて —

学 長 木村 國子

鉢植えのバラの蕾がみるみる膨らみ、見事な花を咲かせています。新緑の5月を迎えました。

令和5年度、開講・入学式を4月14日無事行いました。今年度の新入生は113名です。前年度途中入学者も、今年度から入学式で紹介することに致しましたので、8名が加わりました。

今年は、荒川シルバー大学創立40周年に当たり、在校生・講師・役員全員出席のもと、荒川区長 西川太一郎様をはじめ多数のご来賓の御参列をいただき、大勢の祝福を受けての式が行われましたことを大変嬉しく思います。

荒川シルバー大学は、学生の自主的活動と、講師・助手・役員の皆様のボランティア精神に支えられた、素晴らしい学校です。

学びたいという意味と、意欲さえあれば、何年でも、何教科でも学べます。更に、共に学ぶ中で、良き友に巡り合え、協力すること、困難を乗り越えること等、社会と繋がる貴重な体験、経験ができる場でもあります。

今、世界では、学びたくても学べない、それどころか、安心して毎日の生活が送れない悲惨な状況の中で苦しんでいる人々が大勢おります。

年をとっても、学びたいという意思があれば、学べる場所がある。同じ志を持つ友がいて、温かく迎える師がいる。皆さんは、幸せですね。学びの広がりは無限です。

歌手の加藤登紀子さんは、こんなことを言っています。私は、この言葉が大好きです。「いくつになってもジタバタしてていい!!」「人間には完成とか、完璧とか、ないのよ。経験をいくら積んでも、間違いはあるし、ドジはするし、やり直しもできる!!」

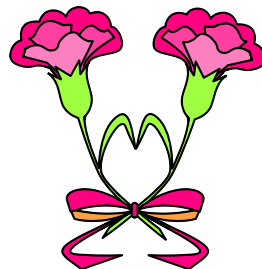
このシルバー大学で、これからの人生を思いきり羽ばたいてみませんか。私も皆さんと共に学び、人生を楽しみたいと思っています。



●令和4年度 閉講・卒業式 : 3月20日 サンパール荒川小ホール

5年間の学習を無事終了し卒業されました皆様、おめでとうございます。さらに、10年間学習を継続され奨励賞を受賞されました皆様、20年間学習を継続され学長賞を受賞されました皆様、おめでとうございます。30年間に及ぶ学習継続での理事長賞受賞、及び感謝状を受賞されました皆様、誠にありがとうございます。

卒業生・奨励賞・学長賞・理事長賞・感謝状受賞者のお名前を掲載いたします。



各受賞者氏名（敬称略）

🌸 卒業生 34名

土田勝治・山田敏雄・森戸陽子・向川原悌二・清水牧子・増田きよ子
岩崎弓子・石川絹子・岡田昌義・小磯紀子・原 恭子・長谷川洋子
加々美 収・深澤由美子・中村泰博・北村芳子・根本一枝・松崎ミツエ
入山博子・平野智子・萩原久榮・水越満佐子・竹内みさの・小池幸枝
宮坂千枝子・塩澤みよ子・佐藤みよ子・助川加代子・萩田信江
海老根いく子・うてなとも子・竹林章子・田嶋まり子・篠田和子

🌸 奨励賞受賞者 35名

柳原雅子・飯野文代・松澤延子・杉浦弘子・福島 孝・細田榮計
吉原 功・堀川優子・小山克子・畑 あつ子・田中信子・黒岩つや子
小林久美・小川圭子・木野内美智子・市川恵子・大野富美・渋谷一子
伊藤美江子・吉田百合子・中野利香・八木澤康江・谷川禧子・宮澤恵美子
湯藤峯子・小泉貞子・入江ユキエ・杉山カツ・山崎すい子・常木英夫
常木美登利・小野塚松枝・小野口重雄・高橋洋子・佐藤芽衣

🌸 学長賞受賞者 8名

長峰十九枝・松島律子・井上雄視・井上房子・辰野敏子・鵜澤由紀子
加藤峯子・布川春江

🌸 理事長賞受賞者 1名

畠山英子

🌸 感謝状受賞者 4名

立川禮子(前料理教室講師)・堀内邦雄(前福利厚生部長・前社会科見学助手)
山口俊章(前総務部長)・田畑一枝(前西日暮里地区長・班長)

受賞なされた皆様 おめでとうございます！！

✿ 40周年記念誌編集委員会よりお知らせです ✿

●カットについて

記念誌の余白に入れるカット(絵やイラスト)を皆様より募集致します。
はがき大の紙に描いてご提出下さい。テーマは自由です。

※ 印刷は白黒になります。

裏に氏名と教室名をお書きください。匿名希望にも対応します。

提出期限 6月末日

提出先 シルバー大学事務所前の箱に入れて下さい。

●シルバー大学生の現状を知るためのアンケートを実施致しますので、 学生の皆様のご協力をお願い致します。

●記念誌資金「掲示用バザー」について

30・35周年記念誌は有料で学生に配布しましたが、40周年はバザー等で
資金を捻出し、少額又は無料で配布することになりました。そのため、セン
ター事務所横のボードを利用して「掲示用バザー」を実施します。

シルバー大学の学生・講師には「不用品ではあるが他人には必要な、まだ
活用できる物」が少なからずあると思います。それらを提供(寄付)して頂き
その販売益を記念誌発行資金に役立てたいと思います。

皆様のご協力をお願いします。

具体的な実施方法は、高橋建司講師までお問い合わせ下さい。

高橋建司 携帯電話 080-5066-0085

《《 健康体操教室 学芸会感想 》》

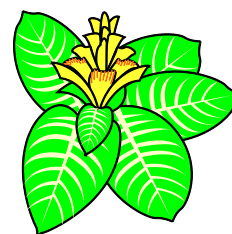
ワン・ツー・ワン・ツーのかけ声と共に、舞台狭しと「三百六十五歩のマーチ」
の曲に合わせて私達の創作体操は、はじまりました。皆さんニコ
ニコと元気な笑顔です。

「アメージンググレイス」の曲、幅広の白いゴムを使つての作
品です。手足を曲に合わせて大きく延ばし、ピンとゴムを張りまし
た。白いゴムと私達の手足の動き“如何でしたか?”「ロザリ
オ」「おもちゃのマーチ」と舞台狭しとのびのびと楽しく創作体
操を、皆様に学芸会で発表することができたことを大変うれしく思いました。

望月先生、関口先生のご指導のもと、毎年新しい創作体操に取り組んで、次の
学芸会までに新しい作品を創ってご披露したいものと目標ができました。

「健康体操」教室は、楽しい教室です。見学も、参加も大歓迎です。
お待ちしております。

(健康体操教室 高山 順子)



5 月 の 行 事 予 定

期 日	行 事	講師プロフィール
22 日 (月)	<u>令和 5 年 第 1 回合同講義</u> ① 荒川区あれこれ ② ことばとメロディを花束にして 朗読：昔の話っこ語りましょ 藤十郎の恋（菊池寛作）他	荒川区教育長：高梨博和 朗読教室講師：池田洋子 ピアノ：(シンガーソングライター) 三浦鯉登
会場：サンパール荒川 3 階 小ホール 時間：午後 2 時より		

ホームページ更新履歴 4/5 ご挨拶・お知らせ・シルバー便り 更新 4/2 各教室新
 年度予定表 更新 3/31 今と昔の歴史散歩 更新 3/27 社会科見学 更新
 3/18 新着情報・学芸会ビデオ 3/17 年間予定 更新

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (4 月) ◆◆◆◆◆

- | | |
|---|--|
| 3 日 常任理事会・役員会
14 日 開講・入学式（サンパール荒川大ホール）
令和 5 年度 在籍者数（4/14 締）
学生在籍総数 736 名
（内新入生 113 名）
配付：日程表・一回目の持ち物・たより
17 日 広報委員会
19 日 講師会・40 周年祈念誌説明会 | 22 日 特定教室名簿・出席簿他作成
25 日 「学校要覧」作成・印刷へ
26 日 創立記念日
27 日 会計監査
28 日 シルバーだより 387 号作成 |
|---|--|



※事務局だより※

季節の花々が少し早めに、しかも一気に咲いている今年の 5 月です。講座が
 いいよ始まります。外に出て、さわやかな風を頬に受け深呼吸してみませんか。
 創立 40 周年の記念すべき本年、周年委員の皆様が活動を開始しています。

【会場使用承認書の提出時間】

午前教室：9 時 30 分～ 午後 I 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 I 教室：15 時まで
 上記、ご協力よろしくお願い致します。



※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. 388
令和5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

— 「 咲かせましょう !! 」 — ～ 人と人との 和の花を ～

副学長 加藤 純成

今年の春、卒業式・入学式とシルバー大学の校歌を歌う機会がありました。その最後に「見事咲かせん大輪の 人と人との和の花を」・・・という歌詞がありました。

今年は、シルバー大学の40周年の年・・・それを記念して、「記念誌」が作られますが、その表紙の「題字」を考えていました。

校歌の中の「人と人との和の花を」・・・これを使いたい。これはシルバー大学の姿そのものだ・・・しかし、これだけだと何か、物足りない・・・何だろう？

そんなとき、東日本大震災の後の、プロ野球「東北楽天イーグルス」の「嶋キャプテン」の言葉を思い出しました。

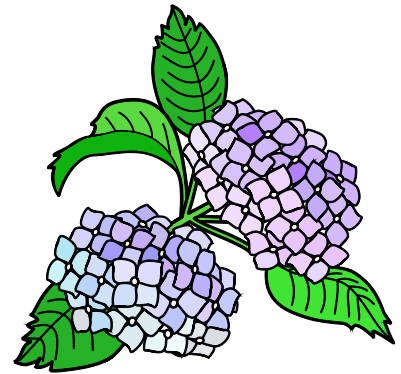
「見せましょう 野球の底力を・・・東北の底力を」

なんと、力強いメッセージ・・・これだ、「見せましょう」を使おう、みんなに強く呼びかけるんだ。

「一粒の麦」であるシルバー大学の皆さんなら、花を「咲かせましょう」かな・・・すると、こうなります。

「 咲かせましょう ～人と人との和の花を～」

これを記念誌委員会に提案すると、皆さんに賛成していただき「縦書き」が良いのでは・・・となりました。この題字を岡田理事長の筆で書いてもらいます。



創立40年の「シルバー大学」では、たくさんの方々が学び続けています。10年、20年、そして30年学び続けている人もいます。一人一人のたくさんの小さな花が咲いているはずです。みんなの力が合わさって大きな花も咲いているはずです。

そこで、10月29日(日)には、シルバー大学の校庭に、たくさんの「和の花」を咲かせようと思っています。みなさん、校庭に集まってください。校庭にたくさんの花を咲かせましょう。

※ 4階から撮った写真は、記念誌の見開きページに大きく載せます。



●令和5年度 開講・入学式 :

4月14日 サンパール荒川大ホール

令和5年度の開講・入学式がサンパール荒川の大ホールにおいて開催されました。新入生 113 名をお迎えし、全学生 736 名、講師・助手 40 名でのスタートとなります。当日の式典の写真とご来賓の方々のお名前を掲載いたします。



新入生記念撮影

★ご来賓の皆様★

- | | |
|-------------------------|--------|
| ・荒川区長 | 西川太一郎様 |
| ・荒川区教育長 | 高梨博和様 |
| ・荒川区議会議長 | 志村博司様 |
| ・警視庁荒川警察署署長 | 五十嵐真慈様 |
| ・荒川区教育部長 | 三枝直樹様 |
| ・荒川区地域文化スポーツ部長 | 谷井千絵様 |
| ・荒川区福祉部長 | 東山忠史様 |
| ・荒川区地域文化スポーツ部
生涯学習課長 | 青谷宗彦様 |
| ・荒川区福祉部高齢者福祉課長 | 後藤 誠様 |

《《 一年を振り返って 》》

金曜書道教室講師 吉見 松香

書道教室に来ていらっしゃる皆様は、年齢的にはシルバーかもしれませんが、精神的に若々しいエネルギーな皆様でした。私も俄然やる気のスイッチが入ったのを覚えています。「今、手に入れている自分のための自由な時間を存分に好きな書道を通して、自己実現してほしい」と願って、教室をスタートさせました。

しかし、一つ困ったことがありました。それは秋の学園祭に作品を発表しなければならないということでした。教室では、漢字の基礎基本の点画やかなの基本線の練習から学びに入っていましたので、「秋に作品は無理」と思っていました。が、多くの皆様が初心者ではなく、続けて書道教室で学んでいらっしゃる事が分かりました。そこで、学園祭では、一人一人が「家元」となって自分流の作品を発表していただくことにしました。そのために、校外学習の日には、書道展会場に行って、作品の構成の仕方、ことば選び、墨の色等を、自分の作品づくりに生かす学びができました。結果は、見ていただいた通りです。多くの「家元」の皆様の作品を前に、私自身学ばせていただいたことが多々ある作品展でした。



来年度もこの教室は、基礎基本の学びが続きます。学園祭という発表の場で一人一人が学んだことを生かすことができるよう、私自身の学びに励んでいきたいと思っています。

《《 ヨガでつながったご縁 》》

ヨガ教室講師 る〜（花嶋 薫）

「ヨガを学び、ヨガで地元貢献できたらいいな」という想いが、素晴らしいご縁により現実のものとなり、昨年度からヨガ講師を務めさせていただきました。

応募時には沢山の申し込みがあり、全員に受講していただきたいという想いから、2クラスに分けることになりました。年齢層も幅広く、身体的な不調やストレスを抱える方も多かったため、私自身も授業内容やアプローチを熟考しながら、指導にあたりましたが、時間が短くなった分、できる限り満足いくよう考え、悩んだ時もありました。そしてこの経験から私自身も新たな学びを得ることができました。

ヨガを通じて、身体的な健康だけでなく、精神的な安定や内面の成長にもつながることを伝えることができたのではないかと感じております。

この一年間、私はこの大学から、そして学生達から多くのことを学び、指導者としてのスキルを磨くことができました。今年度も健康的で豊かなココロとカラダのために、沢山の学びを広め、ヨガを通じて人生に彩りを、楽しみを分かち合いたいと心から願っております。



ヨガは生きるためのヒント、ヨガは人生における哲学、ヨガは生命(いのち)の法則を知るための術。ヨガは特別な教えではない。ヨガの語源サンスクリット語の『ユジュ』が由来の『結ぶ・つなぐ』です。

私がシルバー大学の講師をさせていただきましたのは、まさにヨガを通じてつながったご縁なのです。

6 月 の 行 事 予 定

期 日	行 事	講師プロフィール
16日 (金)	<u>令和5年 第2回合同講義</u> 「踊りとマジック」 ☆花の舞・龍虎川中島・雅の舞・人生の 並木路 😊 マジック ☆愛怨歌・静の舞・静夜月に嘆く ☆炭坑節（会場のみなさんと楽しく踊り ましょう）	<u>踊りの出演者</u> 静燕会 山本知允子・渡辺千恵子 金子 正吉・関口 弘美 河部 安子・榊 幸子 <u>マジックの出演者</u> 渡辺 夏雄
会場：サンパール荒川 3階 小ホール 時間：午後2時より		

●荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

5/12 本を楽しむ 5/11 ご挨拶・お知らせ・シルバー便り 5/3 英語
4/22 折り紙絵本・パステル絵の具画

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (5月) ◆◆◆◆◆

- | | |
|---|---|
| <p>8日 合同講義打合せ
(サンパール荒川)</p> <p>10日 常任理事会・役員会（教室・地区）</p> <p>16日 広報委員会</p> <p>17日 学校要覧 配付（各教室にて）</p> <p>22日 第一回合同講義
①「荒川区あれこれ」
講師：荒川区教育長 高梨博和</p> | <p>②「言葉とメロディを花束にして」</p> <p>朗読教室講師：池田洋子
ピ ア ノ：三浦鯉登</p> <p>26日 40周年記念誌編集委員会</p> <p>30日 シルバーだより 388号作成</p> <p>31日 40周年バザー委員会</p> |
|---|---|

※事務局だより※

1. シルバー大学近況について

人数制限のない「開講入学式」そして「第一回合同講義」が終わりました。
元気に学べる幸せな時間を享受できる日々が、今ようやくやってきました。

2. 冷房使用について

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。
学習・講座の終了後は、以下の項目を必ずご確認ください致します。

- ① 冷房のスイッチ ②忘れ物 ③戸締り ④ごみは持ち帰り など。

（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. 389

令和5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

— 葡萄が酒になるように —

折り紙・絵本教室講師

石崎 恵子

「葡萄に種子があるように」 (詩・高見順)
葡萄に種子があるように／私の胸に悲しみがある
青い葡萄が／酒になるように
私の胸の悲しみよ／喜びになれ



「先生、この詩は人生そのものですねえ。」としみじみ語ったマサさん……。マサさんは、私がシルバー大学にご縁を頂いて「絵本と童話」(初期の教室名)教室を開講した時から在籍して下さっていた学生さんで、年齢的に大先輩。戦時中の、それはそれは大変な社会の荒波を乗り越えていらっしゃった方々のお一人でした。

昭和20年3月10日、東京が大空襲に見舞われ火の海と化した時、彼女は丁度お腹に新しい命を宿し、臨月を迎えていました。予定日はもうすぐそこまできていたのです。リヤカーに荷物を積んで、迫りくる火の手から逃げまわり、大きなお腹を抱えて、命からがら親戚を頼りに西新井方面まで歩き続けたそうです。口にするものは何もなかったけれど、お腹の子のためにも頑張らなくてはと無我夢中で、空腹も疲れも忘れて、ひたすら歩き続けたと言います。

親戚の家に着いた翌日、赤ちゃんは生まれました。無事生まれてホッと胸をなでおろして喜んだのもつかの間。それからが地獄だったと彼女は振り返ります。

お乳は足りないし、働くこともできないし、自分の食べる分も気兼ねしながら恵んでもらう毎日。こんな惨めな思いは二度としたくないと、別な親戚に身を寄せながら、子どもをおぶい、職を探し、店の掃除でも日雇いの仕事でも、何でもやっ手がむしゃらに働かずくめの生活を続けたマサさんでした。「あの悲しみが、いつかは喜びにならなければ、あまりにも悲しすぎます。」と、詩に思いを寄せるマサさんでした。

やがて、60歳を過ぎ人生のひと山越えたとき、彼女は出来たばかりの荒川シルバー大学に出会います。様々な教室に入っては積極的に学び、体験し、それまでの人生の空白を埋め合わせるかのように、学べるのが嬉しかったと言っていました。陶芸、水彩画、茶道、華道、硬筆、ダンス…そして「絵本と童話」教室。この荒川シルバー大学が、彼女にとって人生の酒造り、喜びづくりの場になりえたとなれば、こんな嬉しいことはありませんね。荒川シルバー大学がこれからも発展し、区民の高齢者の豊かな人生のよりどころとなりますように。

以前、NHK テレビの「ブラタモリ」で皇居周辺をバスでまわるツアーを放送した。徳川家康がこの地を江戸城とした理由は色々あるが、第1は栄える地形条件を備えている。そして、大きな川や海があり、水路として利用できる。埋め立てをして広い土地を確保できる等と考えたという。玉川上水から江戸まで水を引いたことも以前のテレビでやっていた。東京は世界に誇れる街になり、家康の功績の甚大さを400年後の今、改めて思う。今年は家康の話題が多い。現在は皇居として天皇のお住まいになっているが、私は皇居の近くに住み恩恵を得ていることを幸いと思っている。様々な思い出がある。

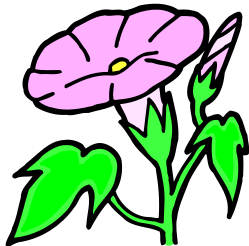
私にとって、皇居周辺はマラソンコースとして忘れられない場所だ。義母の介護の日々を送っていた当時、近所の奥さんから気分転換にと誘われたのがきっかけで始めたマラソンだった。義母を送った後もマラソンは続け、仲間達と月に1度、朝早い時間帯に周辺を走った。御濠周辺は1周約5キロ、30分程で完走。清々しい気分帰宅した。毎日新聞社の「レディースマラソン」にも参加して、大勢のランナーと共に走った。その日はおにぎりを持って行き、広い皇居内を散策し、手入れのいき届いた樹木や花々を楽しんだ。



或るときは高校の恩師の主宰する文学散歩の会で、忠臣蔵で有名な「松の廊下」の場所と井伊直弼が暗殺された桜田門を見学した。先生の解説付きだからそれは楽しかった。また、日曜日の午前中、娘と小学生の孫2人と自転車乗りにいった。道路を通行止めにして自由に乗れるサイクリングロードが用意され、子供用の自転車も沢山あり、無料で利用できた。4人で暫く自転車を楽しみ、日比谷公園で遊び、時には松本楼で食事をした。

「いちど行ってみたい」との義父の希望で皇居に行ったこともあった。義父は大手門の前で深々と頭をさげた。義父にとって感慨深い特別の場所だったのだろう。また、友人と昭和天皇の誕生日に大勢の人達と一緒に、国民参賀の列に加わったこともあり、三の丸尚蔵館の美術品を鑑賞した。

日比谷公園の野外ステージでは、水曜日と金曜日には消防団や警視庁のコンサートが行なわれていた。1時間たっぷり、緑にかこまれた屋外で聴く生演奏は至福の時だった。コロナ禍で中止になったが。



共に過ごした人達の多くは鬼籍に入った。ある人が言いました。在りし日を思い偲ぶことは亡き人への供養だと。記憶を辿りながら楽しかった日々を思い、皆さんに伝えたい。「出会えて良かった。有難うございました」と。今日は春のお彼岸です。

(2023年3月 硬筆教室 井口和子)

《《 10 年を振り返り、思うこと 》》

長い会社勤めを終え、引き続き家業のすし店の手伝いと孫の世話に追われ、やっと解放された時には既に 70 歳を過ぎていました。これからは自分の為に時間を使いたいと思っていた時、たまたま区報でシルバー大学を知りました。

早速応募して先ず、パソコン教室に入りましたが、当時は何もできず、パソコンをいじるのさえ恐く感じました。しかし、先生の優しい指導のもとで基礎からしっかり学んだお陰で今ではそれが自分の生活になくてはならない物になりました。シルバー大学で学ぶことの楽しさを一番最初に知った教室です。

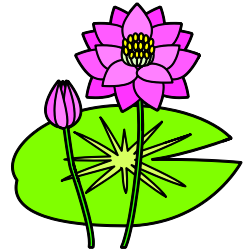
その後いくつかの教室を経ながら今は「英語」「ミニ散歩」「本を楽しむ」の 3 教室で楽しく学んでおります。

この 10 年の間にはコロナ禍で 3 年間も授業や行事に制限をやるなくされた時期もありましたが、昨今それも徐々に回復に向かっていているような兆しも見えてきました。希望をもって前に進んでいきたいと思ひます。

シルバー大学に入って何が良かったか振り返ると、それは何といたってもお友達が沢山できたことです。大勢の人と触れ合うことで自分も社会の一員であると自覚し、毎日を生き生きと生活できることは本当に幸せなことと思ひます。これからも健康を保ちながら生涯学んでいきたいと思ひます。

この度は、奨励賞を頂きましてありがとうございました。

(34 班 入江 ユキエ)



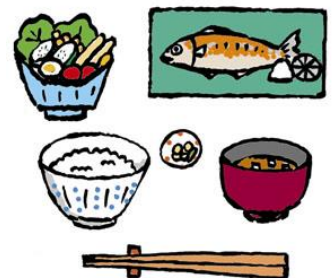
《《 1 年間の授業を終えて 》》

料理教室講師 山崎 眞生子

教室の皆さんに助けられてなんとか 1 年経ちました。

この 1 年 19 回の調理実習で一番楽しそうに実習していたのは、クッキー作りのようです。丸めたり、こねたりするのは子供の頃を思い出してかとても楽しそうでした。レシピを作る時、主食(米、パン、麺)・主菜(肉、魚)・副菜(野菜、海藻、茸)、乳製品等を取り入れた献立を考えています。料理をする人は、美味しいものを作って食べたい。食べてくれる人を喜ばせたいと思って作っています。特に料理を作る時には、献立を考え、必要な食材を準備し、材料を切り、複数調理を同時並行にすすめます。完成させ食卓に並べることで脳が活性化します。

よく「一日三食」バランスよく食べましようと言ひます。食べることも大切ですが、生活リズムを整えることが大切です。食の乱れは体調不良の原因にもなります。今現在の平均寿命は男性 81.47 歳、女性 87.57 歳です。ただし健康寿命はどうでしょう？生活習慣病の方が多ひようです。寝込んでなにかいられません。その為には運動をして筋肉を付け、バランスのとれた食事をし、シルバー大学の各講座に参加して健康寿命をのばして下さい。



40 周年実行委員会よりお知らせです

- アンケートは、7月5日の受け付け分をもちまして締め切らせていただきます。学生の皆様のご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました。
- 教室紹介ページの原稿と写真の締め切りは、7月15日となります。
- カット（イラスト）の募集は、7月末日まで延長致します。今後も多数のご応募お待ちしております。
- 10月のバザーへの提出品リストは、教室代表がまとめて、9月6日の役員会に提出して下さい。宜しくお願い致します。

荒川シルバー大学ホームページ更新履歴日時

6/11 料理 5/27 今と昔の歴史散歩 5/26 社会科見学・写真

❀ 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） ◆◆◆

7 日	常任理事会・役員会	20 日	広報委員会
	令和4年度決算報告	21 日	令和5年度 学園祭打合せ
	令和5年度予算報告	28 日	区功労賞関係書類作成
	監査報告 中田・平野監査役		閱歴事績調書
9 日	合同講義打ち合わせ サンプル		団体の主な行事一覧表他
16 日	第二回合同講義	30 日	シルバーだより 389号作成
	踊り:静燕会の皆さん・関口講師	30 日	40周年誌委員会
	マジック:渡辺夏雄		

※事務局だより※

1. 雨傘対策について

過去、帰宅時に急な雨で困り、センター窓口で傘の借用をお願いしたことがあるかと思います。今後当校の皆さんは、シルバー事務所で用意したものをご利用ください。※使用後は、速やかに事務所へご返却お願いいたします。

2. 講師会について

日時:7月10日(月)午後1時～ 会場:センター3階 大会議室

※学園祭:11月27日(月)～29日(水)についての大切なお話し合いも
ございます。

◆事務所夏季休暇:8月10日(木)～20日(日)

皆さん、お体を大切にお過ごしください。

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. 390
令和5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

みんなでバザーを成功させよう ―

代表副理事長 箭内 忠義

荒川シルバー大学は今年度創立40周年を迎えました。これもひとえに皆様の御支援、ご協力の賜物と感謝申し上げます。40周年の今年は、創設、成長へとつなげてくださった方々への感謝とともに、現在学んでいる私たちの意欲を高め、さらに未来へと力強く前進する年でもあります。

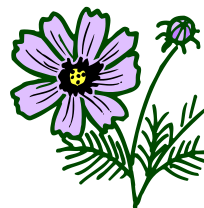
現在、シルバー大学のこれまでのあゆみを記念誌として作成する運びとなっております。記念誌作成の財源確保のため、私たちの力を合わせてバザーを開催しようとの計画に至りました。皆様にご協力をお願いしたいと思います。

バザーのやり方は二つあります。

一つは掲示用バザーです。1階の廊下の壁に品物などを写真又は文章で掲示します。誰でも出品できます。気に入ったものがあれば、すぐに申込み購入ができます。

二つ目は公開バザーです。

- ・日時 10月29日(日)午後1時～5時
10月30日(月)午前10時～午後3時です。
- ・場所 生涯学習センター 三階大会議室、
第三・第四・第五会議室です。



品物を出すのは、学生・私たちです。食食物以外ならどんなものでも構いません。9月6日までに特定教室ごとにまとめて集約します。そして、全部の提供品をシルバー大学としてまとめ、会場の配置計画を作ります。

品物の持ち込みは10月29日(日)の午前中です。値段を自分で決めたい人は値段を書いてください。値段の希望がない品物はバザー担当者が決めます。

さて、バザー終了後、残ったものは、どうしますか。持ち帰りたい人は、出品者が持ち帰ります。持ち帰らないという品物は、シルバー大学からリサイクル業者に全てお渡しすることにいたしました。

バザーをみんなの力で成功させたいと願っています。品物を出品できなかった人は、バザーで買っていただくなり、バザーの宣伝をしていただけたらと思います。バザーのポスターを描いていただいたり、ポスターを掲示していただいたりするのも嬉しいことです。

バザー提供品リストに出していなくても、当日に出品できるものがあれば、会場に持ってきてください。使わせていただきます。歓迎します。どうぞ皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

《《 令和5年度 第1回合同講義 》》

5月22日 サンパール荒川3階 小ホール

●第一部 荒川区教育長 高梨博和先生

「荒川区あれこれ」と題して区民が関心をもっていることをクイズ形式でわかりやすくお話頂きました。

●第二部 「ことばとメロディを花束にして」

朗読教室講師：池田洋子先生 ピアノ：シンガーソングライター 三浦鯉登先生
最初に「へいわとせんそう」というタイトルの絵本（谷川俊太郎作、Noritake 絵）の朗読から始まり、言葉は短いのですが平和の大切さを強く訴える内容でした。

次は「昔の話っこ語りましょ」と題して“神様がくれた寿命”と“果て無しばなし”を”ちゃんちゃんこ“ 姿で方言を交えてユーモラスにお話いただき、先生の話術に皆癒されました。

最後に「藤十郎の恋（菊池寛作）」前説を岡田芳子理事長がお話下さり、いよいよ池田先生が緋色の衣装で登場。このお話は坂田藤十郎という歌舞伎役者と人妻であるお梶との恋物語というだけでなく、人間の愛情、芸に対する執念のようなものが感じられました。池田先生が登場人物それぞれの声を巧みに演じられ会場の皆さんも一緒に藤十郎の世界に引き込まれてしまいました。また、それぞれの場面を盛り上げる三浦先生のピアノも本当に素晴らしいと感激しました。

（ 朗読教室 志村 眞知子 ）



岡田理事長挨拶



高梨教育長講演



池田先生朗読



三浦先生演奏

《《 やっと咲いたグレープフルーツの花 》》

今から 50 年前、第八峡田小学校（今の生涯学習センター）に赴任しました。まだ東側に古い家が建ち並び、体育館が平屋でやはり東側にありました。昭和の雰囲気色が濃く残っていた時代です。

その年の冬、夫がスキーで骨折し、その時、保護者の方が当時珍しかったグレープフルーツをお見舞いにくださいました。その中の一つに種が根を伸ばしていたのがあったのです。面白がって早速植木鉢に植えてみました。結構元気に育って、15 センチ程になったとき、丁度体育館が壊され、緑の小道が作られたので、そこに植え替えました。2 本植えたのですが、邪魔にもされず、元気に育って今年とうとう花が咲いたのです。実生(みしょう)はなかなか花が咲かないと言われていたのですが、とうとうやったね、という感じです。現在、小さな小さな実が一つの花から五つずつ見られるようになっていきます。



(パステル・絵の具画教室代表 太田 諏訪子)

投稿

《《 思いがけぬ事故 》》

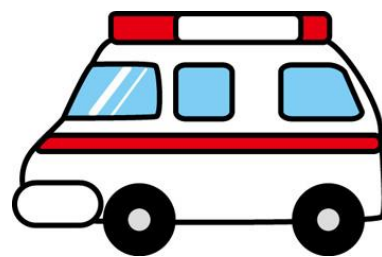
令和 5 年初の「本を楽しむ教室」が終了した 1 月 6 日金曜日、恒例のコーヒータイムの帰り道、日が短いせいもあり、辺りが薄暗くなりかけていたので、Sさんと 2 人タクシーで帰ろうと話し、明治通りに出るが 1 台も空車は来ず、仕方なく荒川区役所のバス停まで歩く。丁度 5 時 7 分のさくらバスが余り待たずに来たので、2 人で乗り込み、Sさんは花の木橋停留所で降車。私は一つ先の町屋駅前に。棒につかまって立ったのは覚えているが、あとは床に転がり出血しているのでビックリ。

運転手さんが救急車を呼んでくれ、高校生位の女の子が新しいタオルがあるからと頭を押さえてくれた。ありがたいことに、東大に運ばれ処置をしてもらった。バス会社の人も待っていてくれて車で送って下さり、夜の 10 時頃に帰宅。

抜糸と CT の紹介状を持ち、近所の脳外科で 1 月 16 日に抜糸をしてもらった。1 ヶ月後にもう一度 CT を撮って、何事もなければ終了するとのことであった。

転ばないようにあれ程気をつけていたつもりなのに 何故?…何故?…。

(本を楽しむ教室代表 市川 弘美)



※ 保険の請求に関しては追って別号に掲載します ※

9月の行事について

期日	行 事	演 奏 者
9/29 (金)	<u>第三回合同講義</u> ♪ みんなで歌おう ♪ あの頃の懐かしい歌を、フォークギター伴奏で、“みんなで歌おう” ごいっしょに！	演奏：E b s (イーフラッツ) 荒川 シニア・フォークソング同好会  pixta.jp - 34424791
時間：午後 2 時より 会場：サンパール荒川 3 F 小ホール		

8/6 パソコン 7/15・28 料理 7/13 英語 7/8 今と昔の歴史散歩 7/5 ご挨拶
・お知らせ・シルバー便り 7/2 社会科見学 6/11 料理 以上

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (7・8月) ◆◆◆◆◆

30 日 地区委員会

※事務局だより※

事務局 田原



シルバーだより

No. 391
令和 5 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

— 人生 100 年時代 —

東京近郊ミニ散歩教室講師 河合 美津江

みなさんは「若宮正子さん」という方をご存知でしょうか。

若宮さんは 1935 年生まれですが、定年退職後でもパソコンがあったら友達と交流できると思い、独学でパソコンの学習を始めたそうです。その後プログラミングも学習し、81 歳でゲーム用のアプリを制作しました。88 歳の現在、若宮さんは、「人間は人工知能 (AI) とどう付き合っていくべきだろうか。人間にしかできないことは、それは創造すること、新しいことに挑戦することだと思います。」と話しておられました。

また、若宮さんは、「実り豊かな人生を楽しむために必要なことは“つながる力”です。たくさんの人に囲まれて、多くの人から学んで、多くの人役に立つことが大切です。」とも述べています。

私が小学校に勤めていた時、シニアボランティアの方から月に数回、絵本の読み聞かせをして頂きました。ボランティアの方 3 名が 1 グループとなり、1 年生から 6 年生までの学年・クラス別でのおよそ 15 分間の読み聞かせでした。終了後は会議室に集まり、当日の報告と課題を話し合いました。ボランティアの方は朝 8 時 30 分までに学校に来て頂くのですが、1 時間以上かけて来てくださって



ボランティア「りぷりんと」による読み聞かせ

いる方もいました。「大変ではないですか。」とお聞きすると「お子さんたちの笑顔を見ると、また頑張りたいという力が湧いてきます。」とってくださいました。読み聞かせを通した活動からは、仲間との交流や子どもたちとの繋がりも生まれていたようです。

生涯学習の場として 148 名で出発したシルバー大学も、昭和 59 年から令和 5 年までの 40 年間、地域に根付いた役割を果たし、活動の輪を拡げてきました。60 代から学び続け、100 歳を迎えた 2 名の学生さんが「長寿賞」を受賞したことにも感動を覚えます。何歳になっても学ぶ姿勢を持って頂きたいと願っています。

私も区内の図書館で、5 年ほど読み聞かせボランティアをしておりますが、これからも自分の生涯学習のひとつとして続けていきたいと思っています。

《《 令和5年度 第2回合同講義 》》

6月16日 サンパール荒川 3階 小ホール

- 健康体操助手の関口弘美先生が所属する静燕会の方々の日本舞踊と
90歳になられる渡辺夏雄さんによるマジックを楽しみました。



あの鳩たちはどこに消えたのでしょうか…？



皆で踊った東京音頭と炭坑節

《《 自然と小さな旅教室 20 周年記念 「北海道の旅」 》》

自然と小さな旅教室では、20 周年の企画として 4 月 24 日から 26 日まで北海道旅行に行きました。

1 日目は、東京駅より新幹線で新函館北斗駅に降りたちました。赤レンガ倉庫を車窓に見ながら、五稜郭公園に到着しました。五稜郭タワーからの眺めは、星形に縁どられた満開の桜がとても美しいものでした。

夜は「日本三大夜景」として知られる函館山に行き、光る街並みの絶景に皆さんと見られました。

2 日目は、駒ヶ岳が一望できる大沼公園に行きました。その後は噴火活動で隆起した昭和新山に行き、赤茶色のゴツゴツした山肌に大地のエネルギーを感じました。

宿泊地の登別温泉では夕食の宴会があり、皆さんの得意芸が披露されたり、カラオケをしたりと楽しい一夜になりました。

3 日目は小樽運河の見学など市内観光をして千歳空港より飛行機での帰路となりました。美味しい食事と北海道の雄大さを感じることができたとても楽しい旅行でした。

(自然と小さな旅教室 石川 絹子)



創立40周年記念「バザー」のご案内

◎公開バザーについて

日時 10月29日(日) 午後1時～午後5時
搬入時間：午前9時半～
10月30日(月) 午前10時～午後3時
会場 生涯学習センター 三階大会議室・
第三・第四・第五会議室



◎展示用バザーについて

日時 10月30日(月) まで常時
会場 生涯学習センター 一階(廊下・壁面)
写真・文章で掲示

🌸 みなさん！おいでください 🌸

全員集合写真撮影のご案内



☆日時 10月30日(月) 午後3:00～ ☆場所 校庭
⇒ ☂ のときは、11日1日(水) 午前11時～
☆目的 40周年記念誌に集合写真を掲載
☆撮影は写真教室(戸叶先生)に依頼

※荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

9/15 今と昔の歴史散歩・料理 9/9 本を楽しむ 9/5 ご挨拶・お知らせ・
シルバーだより

◆◆◆◆◆ 学 園 日 誌 (9 月) ◆◆◆◆◆

6日 常任理事会・役員会	19日 広報委員会
10日 第三回合同講義打合せ (サンプール荒川にて)	28日 シルバーだより 391号作成
15日 荒川区共催申請書提出 (令和5年度学園祭)	29日 第三回合同講義 ♪みんなで歌おう♪ 演奏：E b s (イーフラッツ)
15日 センター次年度工事予定のため他会場見学(学長他4名)	30日 バザー打ち合わせ (ふらっとにつぼりにて)

※事務局だより※

秋たけなわの好季節は皆様のご活躍が楽しみな季節です。創立40周年記念のバザーや学園祭等の行事には揃って参加して楽しみましょう。

○公開教室のお知らせ

11月は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。

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. 392

令和 5 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

— 私の平均余命はあと 7 年！！ —

社会科見学教室講師 高橋 建司

“平均余命”とは、“あと平均何年生きられるか”という意味である。
100 歳の人でも平均余命があり、男性で 2.21 年、9 月で 84 歳になった私の平均余命は生命表によると 7.09 年、平均にすると 91 歳まで生きられることになるが、果たして？ ※平均寿命とは 0 歳の平均余命である。
84 年間、丈夫に生んでくれた両親のお陰か、今まで入院・手術もなく今のところは健康な人生を送ることができている。

転勤、出張、旅行で 47 都道府県全てを制覇、2 組の夫婦で 5 年を要した東京から京都までの 538 km の中山道を踏破。国と地域へ 16 回の外国旅行。
趣味は学生時代から今も続く、品川区内の混声・男声合唱。そして、友人と立ち上げた荒川ウォーキングの会と荒川健康クラブ活動も 20 年超となる。

最も時間を掛けた“荒川シルバー大学”は、ちょうど創立 20 周年に入学して、今春で満 20 年、しかも今年度は創立 40 周年と区切りのよい年となった。
担当の社会科見学教室も 14 年目を迎え、多くの学生が通り過ぎて行った。

学生時代に通った“歌声喫茶”を思い出して立ち上げた「歌声クラブ」9 年間、コロナ禍で講師集めで潰された「何でも教室」に 5 年間。講師会会長及び 30 周年懇親会、5 回実施の福島支援旅行、200 名以上参加の“ランチクルーズ”等をリードし、安全保険の設置など福利厚生部長としての役割が完了、すべてのバトンタッチは終わりに近づいた。
最も楽しかった「社会科見学教室」も今年度で退任し、軸足を品川区に移す時期が来たようだ。残りの余命 7 年を悔いのない人生にしたいと思っている。

《《令和 5 年度 第三回合同講義》》

9 月 29 日 サンパール荒川小ホール

E♭s (イーフラッツ)の方々をお迎えし、参加された 219 名の皆さんと懐かしい歌を歌い会場は大盛り上がりでした。



岡田理事長挨拶



会場の様子



木村学長謝辞



E♭s の皆さん

《《 イギリス旅行で感じたこと 》》

今年イギリスに行って、何百年前の建物が今でも当たり前のように使われているのに驚きました。私達が泊まったコテージも、400年前のだということです。ベッドから窓越しに見た景色はとてものどかで、400年前のイギリスの人も同じ景色を見ていたことに感動を覚えました。

ロンドンに行った時も、古いビルがとても大切に受け継がれていましたが、新しい建物はほとんど見られませんでした。

私は東京みたいに新しいことを優先されることが良いのか、またイギリスみたいに古い建物を大切にするのが良いのか、分かりません。そして、この旅は私が日本人だということを強く感じることでできた旅でした。

例えば、イギリスで私を見た日本の人に「あなたは日本人ですか」と話しかけられた時、私は中国人でも韓国人でもなく日本人として見られたのだと思うと嬉しくなりました。

イギリス人は、自分の国の文化に誇りを持っています。私達の日本にも独自の文化があります。浮世絵とか習字の仮名とか美しく感じます。私はこれから、これらの日本文化を勉強して、易しく外国の人に英語で話せたらいいなと思います。これからは、自分が日本人だということを誇りに、日本の良さを外国の人に発信できればと思います。

(市川 明美)



6月のイギリス旅行は、全てが素晴らしいものでしたが、その中でも一番の思い出は、大小50個くらいもあると言われる湖水地方です。

牛や馬、羊が長閑に草を喰む、広い草原の緑と藍色の湖の織り成す、息を飲むように美しい景観に出会えた幸せを今も時々思い出しています。

また訪れてみたい、憧れのイギリスです。

(佐々木 多恵子)

《《 Windermere で出会った笑顔 》》

カフェでのクレジット払いでまごまごしている私に、数人後ろの老紳士がさりげなくサポートして下さり、お礼をと振り返るとニコリ笑って親指を立てウィンクを返してくれました。“何と素敵な まるで映画の1コマの様…❤️”

イギリスの美しい湖や村巡りの感動と共に、一生忘れられない思い出の1つです。＜ 笑顔ひとつで、旅の印象は変わりますね。＞ (亀和田 眞理)

11月の行事

令和5年度 学園祭について

(会場：町屋文化センター)

祝 創立40周年記念学園祭

学園祭実行委員会

開催日	展示時間	展示会場
11/27（月）	14：00～17：00	ふれあいひろば・ プレイコーナー 2F
11/28（火）	9：30～17：00	
11/29（水）	9：30～14：30	
開会式：11/27（月）13：00～13：30・閉会式：11/29（水）14：40～15：40		
◆健康吹き矢教室（6年度新設）：デモンストレーション		
	11/27（月）9：30～11：30	多目的ホール 1F
◆茶道教室：茶席	11/29（水）9：30～14：00	第1・第2会議室 3F（要茶券）
◆陶芸教室：チャリティ	11/29（水）10：00～12：00	多目的ホール 1F
※尚、片付け開始は、11/29（水）16時からの予定です。控室は第4会議室です。		

荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

10/14 料理 10/3 ご挨拶・お知らせ・シルバー便り・料理 9/26 写真・社会科見学
教室公開のお知らせ

11月は、各教室を公開授業として見学できます。令和6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、事前に事務所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) ◆◆◆◆

4 日	常任理事会・役員会	20 日	6 年度代替会場見学
13 日	6 年度代替会場見学 (アクト 21)		(ふらっとにつぼり)
13 日	40 周年記念誌編集委員会	23 日	周年行事会議 (企画・施設他・40 周年誌委員)
16 日	6 年度代替え会場一覧作成 (センター工事による)	24 日	6 年度講義日程提出(センター)
17 日	広報委員会	27 日	シルバーだより 392 号作成
		29・30 日	40 周年記念公開バザー

※事務局だより※



功労者表彰について

このたび、「パソコン教室」講師の望月利一先生が荒川区活動賞を、石井久子さんが荒川区社会教育功労賞を受賞することになりました。区の表彰式典は11月10日(金)サンパール荒川大ホールにての表彰式となります。永年の労に心より感謝申し上げます。おめでとうございます。

(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



シルバーだより

No. 393

令和5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

— 日々感謝を —

華道教室講師 内藤 眞澄

新型コロナウイルスのパンデミック発生から3年目となる2022年は、コロナ禍という長いトンネルの先に希望の道筋が見え始めたように感じました。その初期の頃はウイルスをもらうのは嫌だし、ましてや誰かにうつしてしまうのはもっと恐ろしいことでしたので、社会の至るところで自分と相手との間に距離を置くような行動が増えたことに残念でなりませんでした。常に外出時や食事以外ではマスクをする生活となりました。この3年間我慢したからこそ、コロナ禍前の生活がどれほど幸せであったかを感謝することができました。

思い起こせば街の薬局やドラッグストアで当たり前のように陳列されていた品物が、あっという間に品切れ、入荷未定の張り紙がされた頃、マスクや薬用ハンドソープなどは大変貴重な存在でした。今ではどこでも手に入りますが、当時はどこを訪ねても入荷未定で不安から不平不満を連ねていたような気がします。



今年5月の大型連休明けから新型コロナウイルス感染症法上の「5類」へ引き下げられ、そんな簡単に安全無事になるわけではないですが、どことなく心穏やかになったような気がします。ただ、夏に流行しないインフルエンザウイルスが流行しだし、9月、10月などは、インフルエンザかコロナで学級・学年閉鎖となっています。私は今のところどちらにも感染したことがなく、ワクチン接種の機会を与えていただいたことに感謝いたします。

シルバー大学でもコロナ禍で令和2年度の開講・入学式、学園祭を見送り、翌年度は縮小しながらも開講・入学式が挙行でき、学園祭も厳重なコロナ感染対策をした上で行うことができたのも、検討を重ね計画くださった常任理事・実行委員会の皆様に感謝いたします。また、急遽教室がコロナワクチン接種会場に使われることになり、代替教室の交渉、手配をしてくださった理事長・学長・副理事長・副学長、そして事務手続きをしてくださった事務局室長の皆様に感謝いたします。

高齢者が多い華道教室ですが、痛い足を何とか頑張って参加される方、自然現象や体調不良でどうにも参加できない時に家族の協力がある方など、大切な時間をいただいて講義ができていることに感謝いたします。

そして、日本の四季、旬の花を使って季節を演出できる花あしらいを教えてくれた亡き母に感謝します。ありがとう。

《 10月29・30日に開催されました公開バザーの様子を
写真でお伝えします 》



原田治子名誉学長と木村國子
学長の特設コーナー



《《 令和 6 年度新設「健康吹き矢」教室の紹介 》》

健康吹き矢教室担当講師 平塚 誠二

令和 6 年度より、“健康吹き矢教室”を開催するにあたり用命があり、公認指導員 2 名で、お手伝いをさせて頂くことになりました、よろしくお願い致します。

皆さん、吹き矢、聞いたことがあると思いますが、どんな印象でしたか、子供の遊びと思われた人が多いと思います。私もそうでした。何もわからず体験に参加して、簡単な説明を聞きやってみました。

的の高さ、床から 160 センチ、筒の長さ 120 センチで、矢の重さ 1 グラム(1 円玉の重さ)を 25 センチ角の的の中心部から外側に向かって 7 点、5 点、3 点、1 点と 4 つエリアがある的の所から 6 メートル離れて立ち、一気に吹き得点を競います。結果は当たり前にメチャクチャでした。



今思えば何事も基本動作が大切だと思っています。息を鼻から 3 秒で吸い、口から 9 秒でユックリ吐く。的に顔を向け鼻から息を吸い口に筒をくわえたら息を止め 1, 2, 3, で一気にホッと吹く。これが吹き矢式呼吸法(腹式呼吸)と言い健康に良いと言います。

正しい姿勢で腹式呼吸を基本動作と共に行うことで、体の隅々まで新鮮な酸素が行き渡り、体温が上昇し免疫がアップ、動脈硬化予防にもなります。

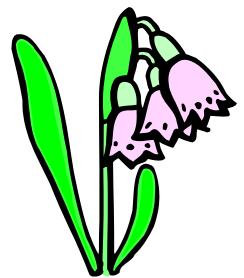
私事ですが、吹き矢を始めてから風邪をひかなくなり姿勢も良くなりました。

この他にも健康に良いことが色々あります。年齢、性別を問わずゲーム感覚で、仲間と楽しく、健康増進のため、参加をお待ちします。

《《 シルバー大学スポーツ安全保険請求方法 》》

シルバー大学に入った時点でかけた保険は、家を出てから帰宅するまでの事故や、他にも相手方のある場合にも請求できるものです。事故が起きたらまずは、教室代表への報告が原則で、代表から福利厚生部長の飯島純子先生へ伝えてもらいます。

そして、請求するためのハガキを受け取ります。ハガキに必要事項を書き、切手を貼って投函するだけです。すると、保険会社より自宅に書類が届きますので、必要事項を記入し、理事長印をもらいます。それと共に①加入団体の入会日が分かる書類のコピー②当該年度の会員名簿のコピーの書類を添えて保険会社へ送付します。



(①と②は福利厚生部の方が用意してくれます)。

私の場合、苗字と名前が似ている方がいたため、途中で多少のトラブルはありましたが、無事に 4 日分の通院費 6000 円が振り込まれ、保険会社より振り込まれたとの通知のハガキが届き終了となりました。

福利厚生部の方々のお手数に感謝致します。

(本を楽しむ教室代表 市川 弘美)

令和6年度の募集について

在校生の募集受付については、1月中に全教室で事前募集を実施致します。
一般の募集受付については、2月9日（金）～22日（木）
センター内で申し受け致します。（土日祭日を省く）
以下の変更項目に注意してお申し込み下さい。



- ◎健康吹き矢教室（月曜・午前）が新設されます。
- ◎折り紙・絵本教室（水）は教室名が折り紙教室となります。

荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

11/13 写真 11/11 料理 11/6 ご挨拶・お知らせ・シルバーだより
10/27 社会科見学 10/22 今と昔の歴史散歩 10/20 パステル・絵の具画

◆◆◆◆ 11月の学園日誌 ◆◆◆◆

10/26	令和6年度 年間講義日程 区へ	17日	学園祭ポスター区内都電駅に掲示
	申請（各ふれあい館・ひろば館等）	21日	広報委員会
1日	常任理事会・役員会	27日	～29日 40周年記念学園祭
16日	40周年記念誌校正		会場：町屋文化センター
17日	6年度募集ポスター 町会掲示用	30日	支払調書作成
	1500部 区へ依頼	30日	シルバーだより 393号作成

※事務局だより※

写真教室そして大勢の方々のご協力を得て、初試みの人文字が青空の下に鮮やかに映えました。40の人文字写真掲載の記念誌が心待ちにされる年末です。

1. 講師会について

日時：12月11日（月）午後1時～ 会場：センター 3階・大会議室

2. 朗読教室『群読と詩の朗読会』ご案内

日時：令和5年12月12日（火）

開場 12時30分 開演 13時～15時45分（終了予定）

会場：サンパール荒川小ホール（3階）

※三浦鯉登さんのピアノの調べと共に群読の楽しさ

また美しい日本語の様々な詩をお届けします。



3. 令和6年度学園祭について

日時：令和6年11月22日（金）～24日（日）

会場：町屋文化センター

※年末年始の「事務所のお休み」は12/28（木）～1/4（木）です。

（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





シルバーだより

No. 394
令和6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

— 新年を迎えて — 「健康と平和」

理事長 岡田 芳子

あけましておめでとうございます。

今年の干支は甲辰(きのえたつ)年で私の年です。早いもので間もなく 84 歳になります。「甲」は大きく育つ大樹を意味し、「辰年」は龍が天から膨大なエネルギーと人々に金運をもたらすと言われていています。私自身金運をもたらされたかと言えはなんとも言えませんが、この年まで生活できましたことを考えれば、特に辰年だからというわけでもなく楽しみながら生活したことが幸せだったのではないかと思います。

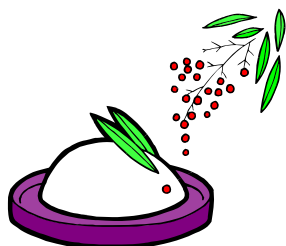


先の東京大空襲で当時 4 歳だった自分は、8 歳の姉に連れられて品川区の生家から山梨の父の実家に避難し成人するまでその地で過ごしましたが、今でも時々思い出すのは、8 歳の姉がどんな思いで妹の面倒をみていたのか、最近よく当時のことを姉と話します。父はやがて亡くなり母は慣れぬ田舎の生活でどれほどの苦勞をしたことか。生きる力の基礎をつけてくれたのは母だと思ったり、甲辰年の力強さかと思ったり、年回りであれやこれやと言えはありますが、何事もよい方に考えをもったことが強く生きるもとになったように思います。

シルバー大学の学生の皆様も今に至って学んでいることを思う時、それぞれの生まれ年のよい考えをもとに苦難の時代を乗り越え今を楽しんでいられるのではないかと思います。

身近な幸福は健康であること、みんなの幸福は平和であることです。

近ごろの世界情勢の中で、幼な子の、涙をいっぱい浮べ訴えている物言えぬ姿を映像で目にする時、あれは 80 年前の自分の姿ではないかと思う時があります。世界の平和を願わずにはられません。



ところでシルバー大学が創立 40 周年を迎え、全学生・講師が心をつなげて諸行事を行い、記念誌も間もなく出来上がろうとしています。計画から実践へと協力と努力のおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。

40 周年から 41 周年へとつながる年です。共に生き学べることの幸福をかみしめ、今年もすばらしい年でありますことを願っています。

40周年記念学園祭（令和5年11月27～29日）の様子をお伝えします。

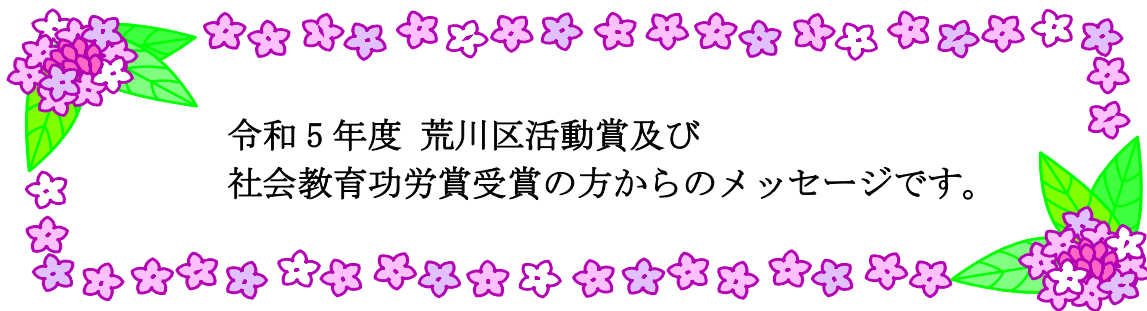


岡田理事長挨拶



西川荒川区長祝辞





令和5年度 荒川区活動賞及び
社会教育功労賞受賞の方からのメッセージです。

《《 荒川区功労者活動賞をいただいて 》》

パソコン教室講師・広報部 望月 利一

この度、荒川区功労者として、活動賞をいただきました。この活動賞は、荒川シルバー大学において、パソコン教室の運営及び常任理事としての活動に対するものとしていただいたものです。これも、シルバー大学の皆様のお陰と感謝申し上げます。

右も左もわからず、パソコン教室の講師として夢中で駆け抜けてきました。また、数年前から、広報部長の水越先生のお勧めで、広報部のお仕事もお手伝いさせていただいています。今では、シルバー大学での活動は私にとって、とても大切なライフワークになっています。

できることは限られますが、これからもシルバー大学のために微力を尽くしていきたいと思っております。皆様、今後ともよろしく願いいたします。

《《 荒川区社会教育功労賞を受賞して 》》

この度、思いがけない社会教育功労賞を授かり恐縮しております。

思い返すと家業の工場を閉鎖した時、私は65歳でした。近所の方から荒川シルバー大学を紹介され、平成14年に入学しました。その年に参加した九州旅行で、菅原さん、塚野さんと一緒にすることで、2年目から東尾久の班長を引き受け、夫の看病で辞退するまでの13年間、シルバーだよりをお届けしました。家業に追われ近所だけの付き合いでしたから、多くの方との出会いは新鮮でした。

現在は、朗読と折り紙絵本教室で学んでいます。おかげさまで健康に恵まれ、去年は学ぶこと20年で学長賞をいただき、今年は偶然にも87歳の誕生日に社会教育功労賞を授与され感無量です。ご指導いただいた先生方、教室の皆さんに支えて頂いての受賞と思っています。厚くお礼申し上げます。

感謝の気持ちを忘れず、もう少し皆さんと共に学ぶことを願っています。どうぞ宜しくお願い致します。

ありがとうございました。



(37 班 石井 久子)

寄付金のご報告

学生・講師の皆様にご協力頂きました『令和5年度の学園祭』における陶芸チャリティーの収益金より30,000円を、令和5年12月11日に荒川区を通じて「日本赤十字社」へ寄付致しましたことをご報告致します。

◆◆◆◆◆ 12月の学園日誌 ◆◆◆◆◆

- | | | | |
|-----|-----------------------------|-----|------------------------------|
| 6日 | 常任理事会・役員会
(学園祭報告・6年度の件他) | 21日 | 三役・会計部長会議 |
| 11日 | 講師会 | 25日 | シルバーだより394号作成 |
| 19日 | 広報委員会 | 26日 | 令和6年度年間日程打ち合わせ
(生涯学習センター) |

※荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

12/18 書道金曜 おしゃれニット 本を楽しむ 今と昔の歴史散歩 12/16 料理 12/15 社会
科見学 自然と小さな旅 水彩画・新着情報 12/11 パソコン 12/2 自然と小さな旅 おし
ゃれニット 11/30 パステル絵の具画 11/29 今と昔の歴史散歩 11/25 社会科見学 11/23
料理

※事務局だより※



1. 令和6年度受講生募集受付について

(在校生) 事前募集：令和6年1月に事前募集を行います。
(すべての教室を、1回で申込みできます。)

(新入生) 受付日時：2月9日(金)～22日(木)

時間：午後1時～3時 (土日祝日を除く)

◆受付会場：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」＝在校生(白色)・「新入学申込書」＝新入生(レモン色)

2. 令和6年度の開講教室の曜日・時間帯は下記のようにしております。

/＝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・☆健康吹き矢 / 硬筆・フラダンス

(火) 歌声火曜・書道火曜・◎陶芸・パソコン・東京近郊ミニ散歩/ 日本のお話芸

(水) 自然と小さな旅・社会科見学・ヨガ・料理/ 頭の体操・写真・※折り紙

(木) 絵手紙・華道・◎朗読・輪踊り民舞 / おしゃれニット木曜・健康体操・俳句

(金) 英語・歌声金曜・おしゃれニット金曜 / 今と昔の歴史散歩・気功・

茶道・書道金曜・本を楽しむ・パステル絵の具画

(土) 音楽

☆新設教室：(月) 健康吹き矢教室

☆教室名称変更：(旧)(水) 折り紙絵本教室→(新)(水) 折り紙教室に変わります。

(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



シルバーだより

No. 395
令和6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

— シルバー大学 40 周年 おめでとう —

副学長・40周年実行委員長 加藤 純成

「校庭に、40 という人文字を作りたい…」

との一心で始めた、40 周年の「記念誌」作りでした。

ともかく、10 月 30 日午後 3 時～ 生涯学習センターの校庭に、500 人以上の講師・学生達が集まり、ワイワイガヤガヤ、大騒ぎに…。

校庭にザイル(登山で使うロープ)で「4」をつくり、そこに並んでもらおう。

しかし、撮影する 4 階の窓からは、「4 の左の角が画像に入らない…」

と、困っているようだ。並ぶのが広すぎたのだ…「4」を右側にずらす…どうやって？ ザイルは動かせないし、4 の形が崩れてしまう。

真ん中の余裕の部分も狭くなるが…大丈夫なのか？

しょうが無い…やるしかない。小さいハンドマイクで…

「みなさん、左を向いてくださーい」

「良いですか？ そのまま、みんな一緒に、前に 5 歩動きます。」

「はい、良いですか…一緒にですよ。1、2、3、4、5！」

「はい、正面を向いてくださーい」

「どうですかー？」と、撮影する 4 階の戸叶先生に聞くと、OK とのこと。

無事に、写真を撮ることができました。

「記念誌」は、40 周年記念行事の一部分です。これ以外にも、合同講義、学園祭や学芸会、大きなバザーの計画…がありました。

毎年いつもやっている行事もありますが、「40 周年記念」という頭が付けば、その思いはよけい強くなります。計画する人、準備を進める人、そして参加する多くの人、日々続けられる会議又会議…まるで大きな塊が進んで行くようでした。みんなのパワーです、エネルギーです、底力です…これまでのシルバー大学 40 年間に関わった何万人という人たちの思いが、積もり重なり、今日のこのエネルギーになったんだろう…と私は感じました。

もう少しで、記念誌が届きますが、少しでもその思いをその中に表現できれば…と思っています。



10月30日、500名以上の方がお集まりくださり、二種類の人文字ができました。皆様のご協力感謝いたします。ありがとうございました。♥



《 学園祭を終えて 》》

令和5年度の学園祭(令和5年11月27日～29日)は、コロナが5類に移行し久しぶりに行動制限のない開催ができました。会場が長年慣れ親しんだムーブ町屋から、町屋文化センターへと移行し、展示方法を一新する事になり気がかりや不安もありました。ですが、事前に講師、教室代表の皆様が新会場の視察を行って下さった事でパネルの割り当ても円滑に進める事が出来、限られた場所を有効に使って充実した展示ができたと思います。

会場のパネル、机、椅子等の設置は、施設側が全て事前に設営を完了してくれていたのも例年の様な準備・片付けの作業が無くなり、実行委員の皆様の負担が軽減された事は今後の運営の利点となりました。

作品展示につきましても「各教室で創意工夫があり、大変見やすかった」「他教室の方々との交流が深まり、シルバー仲間の繋がりも広がった」等、多くの感想を頂きました。開会式での岡田理事長の「学びあう事の楽しさを充分味わいましょう」との言葉通り、鑑賞された皆様には、学習成果を充分に発揮した、学生達の素晴らしい力作を楽しんで頂いた事と思います。

40周年記念行事の一環として、一部の教室の展示作品をバザー提供品として販売する企画も大変盛況で、全て完売致しました。天候にも恵まれ、会場が変更になったにもかかわらず多くの方々にご来場いただきました。運営に携われた皆様には多大なご尽力を賜り心より感謝申し上げます。次回に向けてのご要望も多数頂きましたので、しっかり検討して、次年度に活かしていきたいと思います。

(学園祭実行委員長・企画部長 北潟 園枝)
)

令和５年度 荒川シルバー大学 学芸会プログラム

日時：令和６年２月２９(木) 午前９時４０分～午後４時３０分

場所：サンパール荒川 小ホール 受付９：２０

No	教室名	内容	予定時刻
	開会式・挨拶	理事長 岡田芳子	９：４０～９：４５
１	気 功	香功(しゃんごん) 内養香(ないようこう)	９：５０～１０：２０
２	日本の話芸	民話「おむすびころりん」川柳 小咄 落語「いち はちじゅうのも おくもく」	１０：２５～１０：５５
３	健康体操	①３６５歩のマーチ ②アメイジング・グレイス ③ロザリア ④おもちゃのチャチャチャその他	１１：００～１１：３０
４	音 楽	①春の歌 ②さくら ③秋の月 ④雪 ⑤いのちの歌	１１：３５～１２：０５
		昼 休 み	１２：０５～１２：４０
５	輪 踊 り	①嬉野(うれしの)夢音頭 ②いいじゃないか 人生 ③日光和楽踊り ④１円玉の旅ガラス ⑤炭坑節(皆さんと踊ります)	１２：４５～１３：１５
６	ヨ ガ	フレイル予防と日常のヨガ	１３：２０～１３：５０
７	フラダンス	①月の夜は②プアカーネーション③パパリナ ラヒラヒ④ポーライライ⑤ウルパラクア	１３：５５～１４：２５
８	朗 読	竹久夢二の世界 — 描いて 旅して 恋をして —	１４：３０～１５：１０
９	英 語	英語劇 「不思議の国のアリス」	１５：１５～１５：５５
１０	歌声クラブ	旅にちなんだ歌特集 鉄道唱歌他	１５：５５～１６：２５
	閉会式・挨拶	学長 木村國子	１６：２５～１６：３０

荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

1/15 パステル絵具画 1/10 写真 1/7 写真 1/4 募集要項・申込遺書・ご挨拶・お知らせ・シルバーだより 12/25 自然と小さな旅 12/23 頭の体操・硬筆・料理 12/18 書道金曜・おしゃれニット・本を楽しむ・今と昔の歴史散歩 12/16 料理

◆◆◆◆◆ 1 月の学 園 日 誌 ◆◆◆◆◆

5 日 各教室における事前募集開始 23 日 40 周年記念誌編集委員会
10 日 常任理事会・役員会 30 日 シルバーだより 395 号作成
16 日 広報委員会

※事務局だより※

春まだ遠く厳寒に向かう元旦に能登大地震はおきました。言葉にならない壮絶な様に胸が痛みます。シルバー大学では、募金活動を実施しています。

❀ シルバー大学の募集受付は 2 月 9 日（金）よりスタートします ❀

① 令和 6 年度募集受付の期日・時間・会場について

（新入生・在校生共）2 月 9 日（金）～22 日（木） 時間：午後 1 時～3 時

受付会場：センター各小会議室 （正面玄関に会場掲示）

（土日祭日は休み）

- ◆追加申込について：初回の領収書をご持参下さい。（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。
- ◆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。
- ◆申込用紙の色：新入学はレモン色・継続（在校生）は白の用紙です。

② 令和 6 年度学習会場について

○生涯学習センターの工事のため、下記教室は一年間会場の移動がごさいます。

（さつき会館へ）月硬筆・水墨画 木絵手紙・朗読午前・朗読午後

金パステル絵の具画

（アクト 21 へ）火歌声火曜 水頭の体操・ヨガ 木俳句

（南千住西部区民事務所ひろば館へ）木おしゃれニット木曜

○センター大会議室使用各教室は、7 月～9 月の 3 か月間の移動がごさいます。

（さつき会館へ）折り紙 （南千住西部ひろば館へ）陶芸

（アクト 21 へ）役員会・書道火曜・自然・社会科・華道・今と昔

（ふらっとにつぼり）講師会・英語・ミニ散歩・書道金曜・本を（英語と同日あり）

③ 令和 6 年度、曜日変更教室について

陶芸教室は、令和 6 年度に限り、月曜教室となります。

④ 「水彩画・絵手紙教室」合同発表会のお知らせ

会期：2 月 26 日（月）～3 月 3 日（日）7 日間

時間：午前 10 時～午後 5 時

（初日は午後 1 時～、最終日は午後 3 時まで）

会場：町屋文化センター ふれあい広場



（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. 396
令和6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

— 令和5年度最後の月、3月を迎えて —

学 長 木村 國子

「日中の陽射しに春の温かさが感じられる季節になりました。記念すべき荒川シルバー大学創立40周年の年も終わろうとしています。皆さんの力を結集した記念誌が出来上がり、そろそろお手元に届く頃でしょう。大学での活動の様子、皆さんの笑顔と心が一杯詰まった素晴らしい記念誌です。

今年度は、40周年を記念したバザーで品物の収集、販売をし、記念誌の資金協力をいただきました。一連の活動を通して心を一つに協力することができ、資金面でも大成功を収めました。

特別の記念行事は計画しませんでしたでしたが、新会場、町屋文化センターでの40周年記念学園祭は見事な数々の作品が出品され、皆様の日頃の活動振りがよくわかりました。サンパール荒川での合同講義は、有意義な講演と素晴らしいギター演奏、日本の伝統文化である日本舞踊や手品で祝っていただきました。有難うございました。



2月29日にサンパール荒川で行われた学芸会には、10教室が参加し、それぞれの学びの成果である演技、演奏などで楽しいひと時を過ごしました。

このように充実した実り多い一年となりましたのも、シルバー大学の誇りとする一人一人の力の結集、組織力が発揮されたからだと思います。各組織の先頭に立ってリーダーシップを取ってくださっているリーダーの皆さま、惜しげなく協力してくださっている各組織のメンバー、全校の皆様に厚く御礼申し上げます。

更に、荒川区関係者の皆様の日頃のご支援、ご協力があつてこそ達成されたものと深く感謝申し上げます。

さて、今年度もいよいよ最後の大行事、令和5年度閉講・卒業식을3月18日に迎えることになりました。

今年度は卒業生45名、10年在校の奨励賞授与者23名、20年在校の学長賞授与者9名です。感謝状は、11年の長期にわたり理事長として、講師として多大なご尽力とご指導を賜りました、岡田芳子理事長、高橋建司講師、石崎恵子講師（他役職省略）、長照美助手、増山美代子教室代表長、伊東千代子地区長に贈呈致します。各賞状を受けていただく皆様には、これからもお元気で、変わらぬお力添えをお願い申し上げます。

《《 俳句教室 六義園吟行記 》》

俳句教室では年数回吟行をしています。令和 5 年度は 2 回目の吟行を 12 月 7 日に六義園で行いました。初冬の庭園を散策して作句することが、吟行の目的です。この日は日射しが良く、目の前は天国のように見えました。雪吊の松・紅の紅葉・銀杏の黄落など、とりどりの色に囲まれ、枯葉の舞い散る庭園をそぞろ歩きしました。12 月とは言え、晩秋の雰囲気漂浮を漂わせる梔子の実・櫨の実を見つけたりと、小春日の中、俳句の題材は豊富で、大袈裟に言えば、ただ目の前の景色を文字に変えるだけでよいと感じられるほどでした。

吟行は 2 時間で終了し、予定通り皆で昼食に行きました。東洋文庫ミュージアムのレストランで楽しく食事をしました。この会話の中で、新しく俳句の芽を掴むことができ、良い会食となりました。

以下の 10 句が当日の参加者の作品です。

雪吊の池の水面を伸び縮み	ふみ子
師と並びほほばるランチ冬麗	ゆき
紅葉の木々を映して水静か	信
ひっそりと侘助二輪すゑ子笹	文
腰細きをみなのごとく菰を巻き	謡
はぜ紅葉日差しにいよよ燃え立ちぬ	恵華
雪吊と紅葉彩る六義園	みつえ
陽に映えて高さ目を引く櫨紅葉	ゆきえ
ロッカーに上着忘れ来冬ぬくし	洋輝
梔子の実の鈴生りに足止まり	京

(俳句教室 安部 洋一)

《《 小説ゆかりの地を訪ねて 》》

「本を楽しむ教室」では、学期毎に課題図書ゆかりの地を訪ねる旅を行っています。今回は 5 月の課題図書、三浦しをん著『風が強く吹いている』の舞台となった箱根駅伝の地を選手を目線で辿る旅です。

令和 5 年 11 月 17 日、生憎朝から激しい雨が降る中での出発となりました。テレビでは見る事のできない箱根湯本駅から太平台を経て往路 5 区の国道 1 号線最高点標高約 874 メートルまでの上りは、バスの中からでもその急峻さが体感できます。曲がりくねった道、1 月ともなれば日陰では凍結する場所もあるという厳しいコース。激しい雨に打ちつけられた紅葉は窓に張り付き、所々靄で見通しが悪くなります。駅伝をリアルタイムで体験しました。車内では、2024 年駅伝予測もしました。結果は皆様ご存知の通りです。

箱根駅伝ミュージアムで駅伝の歴史を学んだあと、紅葉の名所「長安寺」を訪れました。この頃には雨は上がり濡れて美しさを増した紅葉と、苔むして情趣ある石仏群に心を清められました。帰路、裾野まで姿を見せた富士山が夕焼けに染まっていました。

(本を楽しむ教室 雫石 恵子)



🌸 令和6年度より新しく講師を務めて下さる先生方からのメッセージです。

《《 社会科見学教室を良き学びの場として 》》

社会科見学教室講師 猪狩 ノブ

皆様 こんにちは。来年度より高橋様が大事に育ててこられた社会科見学教室を引き継ぐことになりました猪狩と申します。ほんとに長きに渡り良き雰囲気を作られ、運営されてきました教室を、どのような形で引き継いでいこうかと不安ですがよろしくお願いします。

私はバレーボールを40年続けております。現在は70才以上のシニアのチームを作り東京都のおふくの部に出場しております。いつまでできるか身体作りをしてプレーも楽しみたいと思っています。

同じくらい続けていることが登山です。今でも年1回から2回の北アルプス歩きや、山岳会の仲間と月1回から2回は山に登っています。お陰様で体力は十分にありますので皆様と共に活動することを楽しみにしております。

現在は自然観察や自然保護についても学習して、次世代にこの綺麗な日本を受け継ぎたいと思っています。社会科見学教室の皆様と共に良き学びの場として歩んでいけたらと思っています。



《《 折り紙で生き生きと 》》

折り紙教室講師 山田 美津子

私が折り紙に興味を持ったきっかけは、4年生の担任をしていた時に、折り紙が大好きな男子と出会ったことです。一緒に折っていると楽しくなり、折り紙の講座に通い始めました。たくさんの作品に挑戦し、続けてよかったと思っています。コロナ禍で講座が終了しましたが、本を見て作品を作っています。

退職してからは、1, 2年生に教える機会に恵まれ、毎年「七夕飾り、クリスマスツリー、おひなさま」を作っています。折り方が複雑になると、子ども達が集中して折るようになり、折り方を工夫したり、教え合ったりする姿が見られるようになりました。また、作品にはその子らしさが感じられ嬉しく思い「折り紙の力ってすごいなあ。」と感じています。



シルバー大学の「折り紙教室」では、一人ひとりが楽しんで作品を仕上げられるように心がけていきます。

作り方を学び、指を動かして作り、美しい物に感動し、最後まで集中して仕上げたりすることは、脳が活発に働く効果があると言われています。色々な作品に挑戦し、若さを保っていきましょう。皆さんで折り紙を楽しんでいきましょう。

令和5年度 閉講・卒業式・授賞式

日時：令和6年3月18日（月） 午前10時～12時30分
（受付9時30分）

会場：サンパール荒川 3階 小ホール

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



※荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

2/7 ご挨拶・お知らせ・シルバーだより 2/1 社会科見学 1/29 今と昔の
歴史散歩 1/28 写真 1/27 社会科見学 1/20 パソコン・料理

◆◆◆◆◆ 2月の学園日誌 ◆◆◆◆◆

1日 令和6年度学芸会会場申請（施設部）	20日 広報委員会
7日 常任委員会・役員会 「40周年の件・学芸会の件」	22日 卒業証書・奨励賞・学長賞・ 感謝状 賞状準備
9日 ～22日 令和6年度募集受付	29日 学芸会
	29日 シルバーだより 396号作成

※ 事務局だより ※

1. 令和6年度の募集申込み受付について

募集受付が無事終了致しました。区の高齢者福祉課、生涯学習課、広報課、区民施設課、生涯学習センター、荒川ケーブルテレビ、各町会、荒高連他、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。役員の皆様方にも感謝申し上げます。

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。

日時：3月4日（月）・5日（火） 時間：13時～15時 会場：シルバー事務所

3. 写真教室 第11回作品展について

期間：令和6年3月15日（金）～3月21日（木）10：00～17：00

（15日は13：00から：21日は15：00まで）

会場：サンパール荒川 2階ギャラリー



（事務局）TEL3801-5740 FAX3801-5691

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

室長：田原