

会長挨拶

平成26年度にあたり

平成26年4月
シニア大宮11期会長
橋本 文重

シニア大学に入りあっという間に3年間に過ぎました。平成25年度は我々にとって最初の自主運営の年でしたが、皆様のご協力で校友会活動をスムーズに行うことが出来ました。

平成26年度も99名の校友会員のもと協議会・連合会活動も含め皆様方の積極的な参加をお願いいたします。

会報“軌跡”は今回で会員全員の自己紹介記事が終わります。

色々な人の近況が聞け顔写真もあるので仲間意識が強くなった感があります。これからもさらに充実した紙面作りをお願いします。

シニア世代は人によって老け具合はかなり違います。年齢ではありません。

“きょういく”（今日、行くところがある）と“きょうよう”（今日、用事がある）を合言葉に今年度も元気で過ごしましょう。



平成26年度総会風景 26.3.26 宇宙劇場

平成26年度役員紹介

会長	橋本 文重	副会長	渡辺 栄雄
会計	新岡 芙美子	久留 裕美子	
企画	磯 不二男	有泉 俊男	荻野 博司
広報	高橋 紀元	鳥山 玲子	坂本 旭
総務	小暮 茂	五味 澁 紀夫	河田 登美子



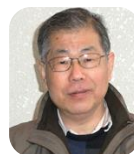
各班紹介

1班 ~ 10班

1班紹介 10名

■北野 茂 10年来の病気を根治する為にここ一年間で三度入院した。長くて7日、手術しても痛くなく病室からファッション街の人の往来を見ているのもまた楽し。入院の間にも好きな旅行は欠かさず北海道に九州に拳句の果てにはベルリンやブリュッセルまで健康の有難さを感じながら。北野旅行社(者)は未だ健在です。

■布施 千代子 同期の皆で作る「気晴らしの会」5年が過ぎても一人も減ることもなく、いきがい大学伊奈校、大宮、北浦和、東浦和校とシニア大学校友会は各々がいますが、学校での出来事等を早朝のウォーキングで語り合っています。そして季節によって軽井沢の紅葉、最近では群馬県の花のじゅうたん(芝桜)とネモフィラを見てきました。心洗われる思いでした。また趣味で「ちぎり絵」をやっており、2回目のグループ展を目標に楽しみながら作品に取り組んで居ます。



2班紹介 12名

■久留 裕美子 サークル活動の太極拳に入れていただきました。なかなか手強く、思ったようにいかず、手と足がバラバラ、改めて運動音痴を自覚しました。仲間とお互いに叱咤激励しながら和やかな雰囲気の中、爽やかな汗をながします。東京オリンピックを元気で見に行くためにも、今からでも少しずつ体力を維持したいと思っています。



■丸岡 弘作朗 「お若いですね」と言われるのは歳を取った証拠。それなら生活年齢を若返らせれば良いのだ。ジム通いだランニングだと健康志向運動をしなくても積極的に「お付き合いの場」に出る事が実生活年齢を若返らせると言う。4月にはウォーキングで桜満開の景色の場、軽ハイクでは五日市で斜面いっぱい咲く三つ葉つつじと出会い花を愛でる場に恵まれた。これは生活年齢を下げる最高の「お付き合いの場」だった。今日も研修会後の「放課後クラブ」がある。生活年齢を下げる絶好の機会。さあ！みんなで行こう最高の場を創りに。



3班紹介 10名

■岡部 勉 週4日の仕事、合間は家庭菜園、シニア大学の活動、時々ボウリングを楽しむ毎日です。この度3班の班長を拝命しました。活動日は何かと制限がありますが、班員皆様方のご意向に沿えるよう精一杯務めさせていただきます。ご協力よろしく申し上げます。



4班紹介 9名

■本間 キヨ子 私の趣味は社交ダンスです。踊り出して20年にもなりますが上手にならないのが不思議です。それでも真赤なドレスを身に纏いお姫様のようにワルツを踊っている自分がとても素敵だと満足しています。体に気をつけ可愛いおばあちゃんこれからも踊り続けたいと思っています。



■三井 正子 孫を連れてディズニーランドへ行ってきた。朝から雨、傘をさして園内を歩き回る。どこに行っても行列。でも時間指定なしのファストパスはすごい！2時間待ちの所も好きな時にスイスイだ。ちょっと優越感を味わう。初めてジェットコースターにも乗った。翌日は晴れて孫も私も大満足だった。



5班紹介 11名

■酒井 和子 小学校のころに近所に住んでいた友達と30年ぶりに会うことになりました。中学校時代の共通の友人と一緒に来るとのこと(50年ぶり)で、楽しみに出かけました。相手は二人なので簡単に見つかると思ったのですが、私の変わった体形を言わなかったため、なかなか会うことができませんでした。自分の歩んできた道を今まで振り返ることもなくきましたが、これからは自分なりに進んで行く道を考えてみようと思いました。



■前田 信子 電車内で、深刻な表情の女性が気になった。彼女は下車駅が近づくとドアの方へ歩を進めた。途中、若いお母さんの抱く赤ちゃんに気付く顔を覗き込んだ。その途端たくさんの花がパッと咲いたかのような笑みが溢れ周りは眩しいほどのオーラに包まれた・・・赤ちゃんはまるで小さな魔法使い！皆にいっぱい幸せの魔法をふりかけてね！と願わずにはいられない衝撃的な一瞬だった。私も赤ちゃんにメロメロのバーバです。



6班紹介 7名

■廣畑 カズ子 シニア大学～大学院～校友会と外へ出る機会が多くなり、家にいる時よりオシャレとまでいきませんが身だしなみに気をつけるようになったこと、話すこと、笑うことが多くなったこと・・・背筋を伸ばし歩く姿にも気をつけ、老いても身ざれいに暮らしていけるように心がけたいと日々思っています。



7班紹介 9名

■山口 武久 シニア大学に入学をして、はや4年目になります。クラブは史跡めぐりクラブに入っています。近いところにもこんなに見どころの多いことに気付きました。これからも健康に気を付けて元気で活動ができることを願っています。



8班紹介 10名

■福原 啓子 私の続けている趣味は水墨画と煎茶道です。どちらも室内でのことですが、シニア大学で史跡めぐりや朗読クラブなどの行事に参加し、出かけることが多くなりました。今では日程調整にうれしい悲鳴をあげています。いつまでも好奇心と向上心をもっていこうと思っています。



■吉田 豊 シニア大学の校友会はすばらしい。自主運営でありながら、企画がしっかりしています。会長はじめ役員の方々のご苦勞がよくわかります。私自身あまり参加できておりませんが、校友会にエールを送ります。



9班紹介 9名

■大坂 英夫 古希を過ぎ終活もチラついてきた。此岸しがんにおいてこれと言って人に語れるものもない。体の動くうちにと、今年から日本100観音霊場巡りに挑戦。秩父34霊場から始めたが、このところ体調を崩し、弱気の虫が坂東と西国への懸念を誘う。しかしせめて満願を持って、彼岸への強い思いもある。



■森 健祐 「自分でコントロール可能なことにのみベストを尽くす」これは、国民栄誉賞を貰った松井秀喜が選手時代に残した言葉である。この至言に従って、私も種々起きる出来事、心配事は「コントロール可能なこと」にのみ頭を使い、不可能と思われることにはクヨクヨしないよう自分に言い聞かせて生活している。



■山本 圭子 シニア大学に入学して、はや3年。今年の目標は？ 充実した人生を過ごすには？ 確としたものが浮かばないうちに日々は過ぎてゆく。せめて校友会の行事やクラブ活動に楽しく参加できるよう、健康でありますようにと手を合わせるが多くなった。



10班紹介 10名

■松村 昭男 ゴールデンウィークで娘一家が泊まりに来ました。一番大きい孫は、今年中学一年になり卓球部に入部しました。私も孫と一緒に卓球をするために、まずは体づくりに取り掛かることにしました。とりあえず念願だったメタボ克服が目標です。頑張っています。



■渡辺 栄雄 初夏になると想いだす。山登り漬けが原因で“網膜剥離、白内障”を患い痛い目にあった事を！以来趣味をカラオケ大会で優勝できるレベルの歌唱力を身に付ける事に置いてきた。ここから学んだのは健康維持にも腹式呼吸が効果大である事を！こんな事を想いながら移ろう季節を眺めています。



各クラブ情報

■シネマクラブ

毎月1回第1金曜日浦和パルコム・ピックスシアターでシニアの仲間が集まり映画を見ています。浦和は椅子が良いとの評判でよく寝ている人もいます。先日は映画を見た後、皇居・乾門通りを見に行ったり多少ミーハー？のクラブです。でも一緒に見た映画の感想を話したり、映画の後食事したりして気の置けない仲間達です。是非ご参加ください。

■童謡クラブ

クラブ発足してから早一年半が経ちました。先生の指導のおかげで日増しに上手になり？公演依頼がひっきりなしです。そこで厳選して校友会夏季懇親会、新年懇親会で成果を発表し好評を得ております。7月懇親会では「ふるさと今もかわらず」を唄うべく猛特訓中です。是非ご期待ください。

■朗読クラブ

この活動も4年目になりました。声を出すことはアンチエイジングに役立つとか。そういう意味でも、朗読は楽しむだけではなくシニア世代の生活に合ったものかもしれません。今は、宮部みゆきさんの時代小説で神無月を朗読していて、親分とか下手人は・・・とか喋っている自分が楽しいです。無理せず、楽しく仲良く朗読を続けましょう

■ハイキングクラブ

4月は天候に恵まれ奥多摩・今熊山に行ってきました。山里の紅白の桃、山ザクラが素晴らしく今熊神社でのツツジは最高でした。5月は美の山のツツジ、6月は箱根のアジサイ等季節を感じるスローハイキングを行います。8月は遠出して白馬八方・梅池ハイクも計画しています。

■ゴルフクラブ

今年は4月になって近場のリバーサイドフェニックスでゴルフを行いました。都合が合ったメンバー4人で和気あいあいと楽しく行うことができ、感謝しています。次回はなるべく多くの人に参加できる日と場所を選んで行いたいと思います。



■囲碁クラブ ＝開催日と会場の変更＝

- 1) 毎月 第1・第3 火曜日
- 2) 会場 レイルシティー大宮 管理棟2階
集会室
- 3) 時間 13時～16時30分頃まで
- 4) 使用料金 1回 1000円（会費から支出）
- ☆会員募集、見学いつでも歓迎
- ☆問い合わせ 倉持一則（080-3432-5435）

■なんでも体験隊

6月から9月までの活動予定をお知らせします。
参加は自由ですので、ふるってご参加ください。
6月) 新東京丸乗船と品川水族館
7月) 絵てがみ体験
9月) 崎陽軒と麒麟ビール神奈川工場見学
詳細はホームページをご覧ください。

■グラウンド・ゴルフクラブ

平成26年に新たに設立しましたクラブです。グラウンド・ゴルフはルールが簡単でだれでも手軽に楽しむことができます。現在クラブ員は20名で、月1回土曜日に西楽園で楽しく活動をしています。校友会でクラブ6セット用意していますので、クラブを持っていない方も気軽に参加できます。参加希望者は8班山口まで連絡ください。今後の活動は6月7日（土）9時30分、7月19日（土）9時30分を予定しています。



寄稿コーナー

■絵を楽しみながら生きる 小熊 角（6班）

永遠の微笑みを浮かべたモナリザはルネッサンス時代の代表的な絵として今も人々を魅了し続けています。そして現代に至るまでの数多くの巨匠が描いた絵画、光に満ちあふれた印象派の絵など観る人に感動を与え、これからもずっと輝き続けるでしょう。

私もそんな絵を描きたいな、と（大それた）見果てぬ夢を抱きながら今も絵を描き続けていますが……。子どもの頃から絵を描くことが好きで、はじめは一人でこつこつと人や静物を描いている程度でしたが、いつともなく趣味の仲間に誘われ絵画サークルに入り、デッサン会や写生会などに参加し色々な人とふれあう中で、水彩・パステルなどの画材や具象・抽象といった分野にもふれる機会ができ、特に変わったものでは新聞紙にクレヨンを使って描く方法で名画を模写したり、自画像を描いたり手軽に（安く）描け、意外と思いがけない作品ができることも。

（末尾に写真）

また、サークル仲間の影響で絵画の歴史などにも興味が湧き、美術館に出かけたり図書館で画集を借りたりと鑑賞する楽しみも加わってきました。

これからも、自然や物の美しさに感動する心と人々との繋がりを大切に、絵を描いたり観たりすることを楽しみながら、充実した日々を送って生きたいと思うこの頃です。

（写真）いずれも新聞紙にクレヨンで描いた作品

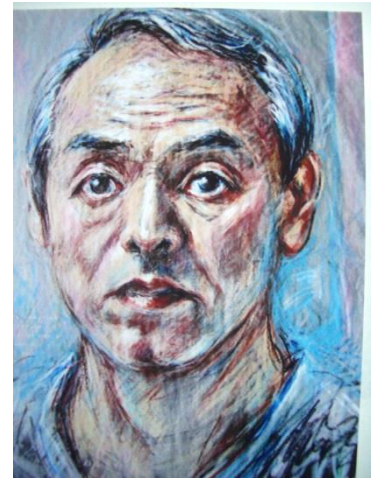
- ① 模写（ルノアール作「舟遊びをする人々」）
- ② 二人の孫（成長の記録）
- ③ 自画像（50歳代）



①



②



③

みんなにリレー

■本間 キヨ子（4班）

私はボランティアが大好きです。シルバーバンク事務所から、とある50人入所の老人ホームの傾聴ボランティアの話があり、毎週火曜日の2時から4時までの約束でせっせと通っています。賢人の言葉に「人の前を照らせば我が身明るくなり」とありますが、人のためにやっているようで実は私自身が励まされています。98歳になる方も元気でホームを歩き回っています。認知症になり自分の名前も年も忘れ子供のようにはしゃいでいる方もいます。今ではすっかり皆さんに慣れ家族のような繋がりができました。「今日はありがとう。お話ができ嬉しかったよ。また来てね」と言ってくださるのでいつまでも続けていきたいと思っています。（次回は5班の根本さんをお願いします。）

校友会情報

■シニア大宮 11 期も校友会としての自主運営が昨年からはまり 26 年度の総会が 3 月 26 日に開かれ 25 年度の総括と 26 年度事業計画の承認を頂き無事終了する事が出来ました。自主運営 2 年目の 26 年度は会員総数 99 名の下 事業運営をして参るわけですが、校友会行事として 5 月 27 日に第 1 回目の研修会が下落合コミュニティセンターで行われその後放課後クラブも開催されます。6 月 27 日にはボウリング大会が、7 月 23 日はラフレさいたま「レガーロ」にて暑気払いが開催されます。協議会行事としては 5 月 22 日にシビック広場に於いてグラウンドゴルフ大会が開催され我が 11 期も好成绩を収めました。6 月 13 日はプラザノース多目的ホールに於いて「相続と遺言についての」講演会が開催予定です。11 期校友会としても出来るだけ多くの会員の出席をお願い致します。

■会員の訃報

7 班の遠藤 奏喜様は、さる 3 月 21 日、病気のため逝去されました。享年 77 歳。謹んでご冥福をお祈りいたします。

■編集後記

立夏も過ぎて 5 月の後半となりますと流石に初夏というか、清々しい気分の今日この頃で御座います。お陰様をもちまして会報（軌跡）も今回で第 6 号を発行する運びとなりました。今回を持ちまして個人の紹介記事は全員の方が終わりました。毎回編集には広報部員の手を煩わし尚且つ会員の皆様には記事原稿の提供を頂き厚く御礼申し上げます。これから本誌を通じて皆様との情報交換と、大宮校 11 期のホームページの活用もして頂きより良いシニアライフを楽しんで頂ければと思います。

編集責任者 高橋 紀元

編集・発行 シニアユニバーシティ大宮校 11 期校友会 広報部

ホームページ <http://senior11omiya.jimdo.com/> 又はシニア大宮 11 期 で検索