

いるま 9 だより

発行

彩の国いきがい大学入間学園

第 9 期自治会 会報委員会

目次

自治会会長挨拶	1
上期実施学習報告	1
※ 宿泊学習	
※ 公開学習	2
※ 体験学習	
クラブの活動状況	3
※ 秩父札所巡り	
※ ハイキング	
※ 花めぐり	
※ 写経	4
※ 絵手紙	
※ ヨガ	
※ 史跡めぐり	
編集後記	4



入間市新久の茶業公園

「男女共学」のたたずまい

自治会会長 三浦 幸廣

丁度折り返し地点を迎えた「いきがい大学・入間学園」。その魅力は「男女共学」にあると思います。「男女共学」は戦後教育の旗印。私たちはその空気を吸いながら育ち歩んでまいりました。記憶の中の「男女共学」が青いレモンの味ならば「入間学園」でのそれはマイルドで深みのある珈琲のように感じます。男女が席を並べて授業を受け、心ときめかせながら放課後を過ごす。風景は昔と同じでも人生を重ねてきた人だからこそ現れる言葉やしぐさ、たたずまい、いくつになっても失われない爽やかな色気。こうした仲間たちとの光景は「入間学園」だからこそその魅力に間違いありません。この特権的な光景・舞台はこれからがクライマックスです。贅沢に楽しみましょう。

宿泊学習（埼玉県県民活動総合センター）7月5～6日(火～水)（記）雨宮・石谷・平澤

【5日】1時限目 ＊レクレーションでなごやかに 浅見真一（アザミ：秩父出身）先生

笑いを入れた和やかな雰囲気の中で軽く体を動かしてレクレーションゲームを楽しみました。妻以外の女性と手を繋ぐのは久しぶりで、ドキドキしながらも有意義な時間でした。

2時限目 ＊笑いの効用

小ホールに移り、初めに落語「小話いろいろ」三遊亭多歌介と「湯屋番」三遊亭歌実、次にスクラップロゴス（二人）による漫才、最後に落語「番町皿屋敷」三遊亭多歌介を楽しみました。プロの話術は流石で、次第に話に引き込まれて大いに笑ってしまい時間が経つのを忘れてしまいました。



三遊亭多歌介



三遊亭歌実

【6日】1時限目 「脳科学を学ぶ」 阿部 和穂 教授（武蔵野大学薬学部）

「記憶に関係する脳の仕組みと認知症などの記憶障害」のお話しでした。「問題とならない健常者の物忘れ」と「治療を必要とする記憶障害（認知症）」があると言う。前者は、「直前に覚えていたことを忘れてしまう」症状で、「物忘れをしてしまったことを自覚している」のが特徴であるのに対し、後者の認知症は、「忘れてしまったことそのものを忘れてしまう」症状で、「自分が忘れていているという自覚さえない」のが特徴だそうです。認知症では、記憶形成に必要な海馬の機能低下が生じているのだとか。

脳の衰えを防ぐために日常的に出来ることは：①食事、特に噛むことの意味、笑う。②しっかり記憶するには睡眠が大切。③適度な刺激によって新しいニューロンが生まれる（再生はしない）。④楽しむことが大切（ストレスは脳を傷つけ記憶障害を招く）。

2時限目 「芸術に親しむ」 トリオ NANA さん

大滝奈々さんチェロ・藤森理子さんオーボエ・小坂真紀さんクラリネットによる目の前での生演奏です。テレビ放送とは違った迫力と奏者の気迫・緊張が感じられ、演奏に引き込まれました。演奏の合間にストローで音の発生指導があり、挑戦するもなかなか上手に出来ず四苦八苦。また「学生時代」を合唱し、若かりし頃の思いを巡らせました。熊本地震復興の支援お願いがあり、私たちも思い思いの寄付をしました。



第1回公開学習（大宮ソニックシティ） 7月12日（火） （記）浅見

【第1部】いきいき活動事例発表

*東松山学園オカリナアンアサブル：「オカリナの楽しい演奏」

楽器を演奏できるというのは、私の憧れです。みなさんととても格好よくて、またオカリナの響きが忘れていた幼少のころの思い出を胸の内に駆け巡らせました。いつの日か私にもあんなふうに演奏できたらと思いながら聞き入ってしまいました。

*秩父音頭を楽しむ会：熊谷学園 32 期校友会 皆野町秩父音頭保存会の皆様：正調秩父音頭の実演

きびきびした動きの中に力強さを感じ、秩父の生業である養蚕と農耕の仕種とかを取り入れた踊りだそうですが、皆さんとても元気が良く踊りの中に若さがありました。その郷土に残る伝統を引き継ぎ、後世に残してゆくのはとても大切なことだと思いました。

【第2部】「学び続けること ～思い立ったら吉日～」 見城 美枝子 氏（青森大学副学長）

老いとどういふふうに向き合って生きていくのか、周りの人たちとの繋がり大切さの経験を交えての講演に、我が身を置き換えて考えてしまいました。声が良いくて、若々しく見える「ケンケン」さん。私たちも負けずに何にでも興味を持ち、チャレンジしていこうと勇気を頂きました。

第1回体験学習(埼玉防災学習センター) 防災に備えて 9月14日(水) (記) 森下・守谷

全国的に及ぶ地震や台風などによる被害状況が連日の様に報じられている昨今、防災についての知識は一応心得てはいるものの、突然やってくる災害に対しては「自制心」を失いその思考力・判断力・行動力は無力なものになりがちです。今回の体験学習を通し「自分の身は自分で守る」ことを痛感し、「もしものことを考えて」防災に対する「備え」を日頃から行っておくことの重要性を再認識でき、防災意識がより高められました。（参加者：52名/72名）



クラブの活動状況

秩父札所巡り 部長 嶋村 完治

構成：女性7名、男性3名

目的：秩父札所を、古代に思いを馳せ自然を愛でながら和気あいあいと巡り、親睦を深める。

活動：全34札所を7回(月1回)で巡る計画のもと、これまで2回(12札所)を巡りました。

梅雨時の空模様を気に掛けつつ、巡道脇の花や山に癒され、励まされ、よもやま話に花を咲かせての歩き旅です。ほっこりとした解放感にほど良い疲労感、そして大きな達成感がお土産になりました。それにしても、建造物・彫刻等を通して古代人の偉大さに感嘆します。皆さまも機会がありましたら、是非お出かけになって見てはいかがでしょうか。お勧め致します。



四萬部寺にて



四萬部寺納経帖

ハイキング 部長 奥山 清

我々ハイキングクラブは山のベテランから登山経験なしの人まで総勢10名です。月1回の低山登山と里山ハイキングを開催することとスポーツ保険加入でスタートしました。6月26日最初の山行「鎌北湖を尋ねる道」総歩行距離12.5kmのコースで天気にも恵まれて無事に終了、最初の事もペースが掴めず不安でしたが自然と隊列も整い楽しい山行となりました。飯能市で反省会と称してビールで親睦を計り解散。

7月27日2回目の山行「棒が嶺登山」生憎の小雨の中厳しい登山でした。沢歩きの醍醐味と山の厳しさを味わう登山となりましたが全員無事に予定のコースを完歩できました。8月は奥多摩の大岳山登山を計画しましたが台風9号の関東直撃を受けてやむなく中止となりました。9月に大岳山登山リベンジの予定です。10月には錦秋の尾瀬登山を一泊二日で計画しています。



五条の滝にて「鎌北湖を尋ねる道」

花めぐり 部長 近岡 祐子

花めぐりメンバーは男性1人女性6人の7名です。第一回は、6月28日(金)西武ゆり園へ行って来ました。シーズンの終わりに近く遅咲きのものが美しく、よい香で私達を迎えてくれました。50種、約45万株という、園の中を維持して行くのは、大変だなと思いました。当日午前中は、雨模様で傘をさしての入園でしたが、午後には上がり、入園者も増え、にぎやかになって来ました。第2回は8月25日(木)御岳山のレンゲショウマを観に行きました。この日は朝から晴天で、山の斜面につつましく咲くレンゲショウマにしばし見とれ、展望台からの景色も堪能してきました。



西武ゆり園



レンゲショウマ

写経 部長 山崎 トシコ

写経クラブは、12名（内男性3名）で、鈴木秀夫講師のご指導のもとで日々精進しています。般若心経を写経しながら、奥深い仏教の勉強もやってみたいと思います。この一年間、皆さんと一緒に和気あいあいとした雰囲気です。卒業までにできれば出来上がった作品を持って、納めに行けたらいいと思います。



絵手紙 部長 木内 喜美

絵手紙クラブは、10名（男性4名女性6名）で活動しています。全員が未経験者です。絵というと、どうしても「上手に描かなくては」という気持ちで負担感が増しますが、ご指導下さる本橋まつえ先生の教えの第一は、「絵手紙に失敗はありません。形が崩れようが、墨が滲もうがその人らしさを大切に」です。これで私達の肩の力はぐっと抜け、気軽に向き合えるようになりました。一方「下書きはしない。ぶっつけ本番」なのが絵手紙です。筆の穂先に全神経を集中して、ぶっつけ本番で描くことはドキドキしますが、その程よい緊張感が心地よくもあります。たとえ不器用でも、心を込めて描こうと思っています。



ヨガ 部長 渡邊 忠雄

ヨガクラブは、全員で9人（女性6人・男性3人）です。講師の大和田信子さんは、昨年も入間学園のヨガクラブをご指導された、体の柔らかい若くてきれいな先生です。私にとって、ヨガはまったく初めての体験ですが、腰痛が治ればとの思いから入部しました。体が硬いので、先生の言うとおりになかなか動けませんが、1時間体を動かし呼吸すると体も頭もスッキリします。正座できなかった人が正座できるようになった人もいます。

史跡めぐり 部長 平澤 守

歴史(史跡)に興味のある男性5名・女性7名総勢12名とまとまり易い人数で活動を開始しました。第一回目は8月30日(火)「迎賓館赤坂離宮」の参観を計画しましたが、賓客接遇の為との理由で突然参観が出来なくなり、急遽、国分寺の史跡「武蔵国分寺～資料館～お鷹の道～殿ヶ谷戸庭園」の見学を計画しました。当日は迷走する超大型台風10号が関東地方上陸の予報で決行か、中止か大変悩んだ末の決行でした。

旧跡に先人の偉業と工夫に感動の連続でした。後半は雨に降られましたが、日照りの猛暑より良いなどと負け惜しみを言いながらも無事終了しました。その後、反省会と称し喉を潤し親睦を深めて散会しました。



編集後記 ・会報の編集作業は初めての経験で、皆さんに力を貸して頂き無事発行に至りました。(雨宮勇次)

- ・何もかもが初めての経験でしたが、皆様の協力のお陰で無事発行に至り感謝しています。(浅見茂子)
- ・担当になった時には正直不安でした、編集などの詳しい方に助けられ無事発行できホッとしています。(平澤守)
- ・互いに協力しあう心を常に感じることでできた、素敵で貴重な時間でした。チームの皆様に感謝です。(森下千恵)
- ・アナログ人間の私にとって不安だらけのスタートでしたが、皆様のお陰で無事発行できて感謝です。(守谷泰子)
- ・いきがい大学・入間学園に参加して、共に協力する事の素晴らしさを実感致しました。(青木八重子)
- ・前年度先輩のガイド支援、同期仲間の執筆協力と編集担当者の熱意と活躍で発行できました。(石谷亨)