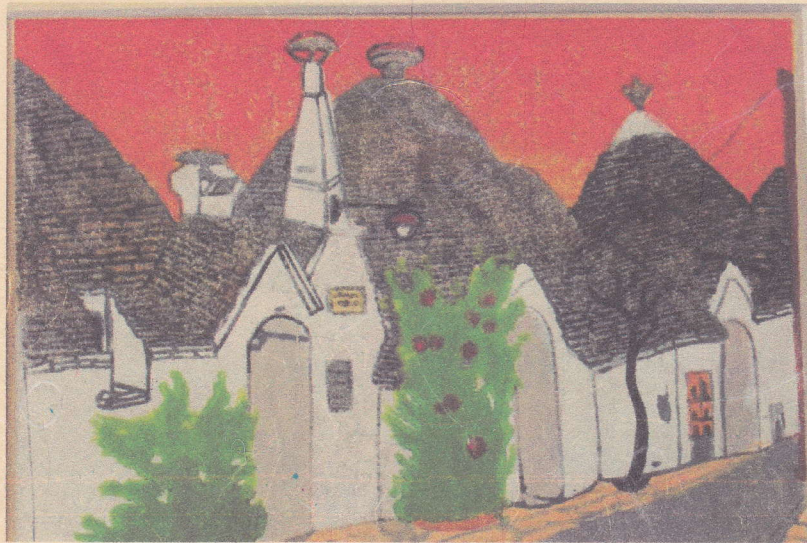


かがやき



平成27年度

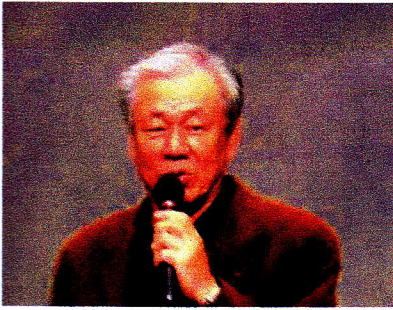
さいたま市シニアユニバーシティ

北大宮校第5期生 卒業記念文集

目 次

巻頭言（学友会の皆様へ）	1
学友会について	2
学習の記録（カリキュラム）	3
班の紹介とまなび人のことば	
1 班の紹介と感想文	4
2 班の紹介と感想文	11
3 班の紹介と感想文	17
4 班の紹介と感想文	24
文化祭の記録	30
クラブ活動の記録	
ハイキングクラブ	34
史跡めぐりクラブ	35
花散策クラブ	36
呼吸法クラブ	37
パソコンクラブ	38
卒業記念文集 執筆者一覧	39
卒業記念文集編集委員会	40
編集後記	40
表紙について	奥付

巻 頭 言



さいたま市シニアユニバーシティ
北大宮校第5期学友会会長

南 利勝

学友会の皆様へ

シニアユニバーシティ北大宮校第5期学友会卒業記念文集の発行にあたり
ご挨拶申し上げます。

昨年5月にシニアユニバーシティに入学し、皆さんと一緒に無事に本日を迎え
られたことに対し、ともに喜びあいたいと思います。

私が入学した動機は、家内が先に大宮校に入っているいろいろな活動している話を聞
き、70歳になったこともあり、それじゃあ私もあまりできないと思うけれどや
ってみようかと軽く考えていました。

しかし、その学習、クラブ活動はなかなかのもので驚き、また感心したところ
です。

会員の皆さんも講義の回を重ねるごとに、親睦が深まり本校の目的にかなった
活動を展開していると思います。

とくに、私たちの知恵、知識、パワーは、文化祭の全員での取組みに大いに力
を發揮しました。楽しいはずの文化祭の準備が、予備知識のないままに開催日が
近づき、いろいろと悩まされ苦勞もしました。

しかし、そのことが心をひとつにして、文化祭を成功させることになり、さら
に達成感を共有できたことは、つぎの各種サークル行事にいかされていると確信
します。

何れにしましても、活動、親睦、いずれの場面を思い起こしても、第5期学友
会の皆様との触れ合いは、これからの人生で十分生かされることでしょう。

共に過ごした会員の皆さんが、この経験を今後の活動に生かされ、元気で過ご
されることを祈念いたします。

ありがとうございました。

平成28年3月

北大宮校第5期学友会について

理事会の構成と役割

学友会は、総会で選任された理事および監事で構成する理事会が中心になって事業を計画、実行する体制を整え、また、クラブ活動をつうじて学友相互の親睦に努めました。

1 理事会理事および監事

会長	南 利勝
副会長	蓮尾 英二
副会長	西川 守
総務	町田 臣
会計	白金 しげ
会計	吉岡 義信
監事	桑野 ヨリ子
監事	武藤 英雄

2 おもな事業の担当役員

文化祭	1～4班	委員長	110	蓮尾 英二
		副委員長	409	西川 守
		会計	411	吉岡 義信
親睦旅行	3班	委員長	307	江田 雅彦
		副委員長	302	桑野 ヨリ子
		会計	305	前田 キミエ
卒業懇親会	4班	委員長	409	西川 守
		副委員長	411	吉岡 義信
		会計	410	武藤 英雄
卒業文集	1、2班	委員長	209	町田 臣
		副委員長	110	蓮尾 英二
		会計	103	白金 しげ

* 文化祭は、文化祭実行委員会が準備を進め、全員の参加で実施した。

* 卒業文集の作成は、編集委員会と各班、各グループのワード担当者があたった。

3 クラブの代表者

ハイキング	108	掛橋 清人
史跡めぐり	409	西川 守
花散策	202	小野 和子
呼吸法	104	富永 京子
パソコン	110	蓮尾 英二

北大宮校(5期)カリキュラム

期日	会場	講座内容		当番
		1時間目(10:00~11:30)	2時間目(13:00~14:30)	
5月16日(土)	プラザノース	今後の学習の進め方について 自己紹介	学生自治会の結成と 年間事業計画について	1
5月30日(土)	プラザノース	資産運用と円満相続 ファイナンシャルプランナー 茂木 一晃	クラブ活動の結成	2
6月10日(水)	茨城県周辺	醤油工場/茨城自然博物館他の見学		
6月27日(土)	プラザノース	かしこい消費者 悪徳商法被害者対策委員会 堺 次夫	さいたまの歴史 大村 進	3
7月11日(土)	プラザノース	手前は本当に役に立つ 東京ニュービジネス協議会 東明総研(株)	公共施設マネジメント計画 さいたま市行財政改革推進本部	4
8月12日(水)	県立近代美術館	埼玉県立近代美術館の見学		1
9月5日(土)	プラザノース	高齢者の健康 栄養管理士 小板谷 典子	身近な法律 日本大学名誉教授 山川 一陽	2
9月19日(土)	プラザノース	正しい姿勢とプラス思考 心身統一合気道会 野口慎一郎	異文化理解/イスラム世界 早田 正明	3
10月3日(土)	プラザノース	介護家族から見た認知症 認知症の人と家族の会 田中麻沙巳	季節の変わり目を教える 「旧暦の節気と候」 漢字研究家 藤井 迪昭	4
10月14日(水)	文化センター		市長講話 14:00~16:30	1
10月17日(土)	プラザノース	一皿を仕事にできる幸福 仏料理シェフ 毛塚 智之	シルバー人材センターのご紹介 広報部 畑 佳一郎	2
11月1日(日)	プラザノース	文化祭		
11月14日(土)	プラザノース	日常生活の健康 日本成人病予防協会 金岡 健二	パドルジャークス体操 パドルジャークス体操協会	3
11月28日(土)	プラザノース	高齢者の交通安全 (財)日本交通安全普及協会	環境問題と私たちの暮らし 環境アドバイザー 田野 實	4
12月12日(土)	プラザノース	暮しの税情報 税理士 藤間 紀弘	校友会連合会	1
12月25日(金)	文化センター	上手な話し方・聞き方 落語家 三笑亭 笑三		2
1月16日(土)	プラザノース	懐かしの愛唱歌 合唱指導者 原 美峰		3
2月25日(木)	文化センター	合同講座		4
3月25日(金)	市民会館おおみや	卒業式		1

1 班の紹介

1 班の交流が深まる



1 班の文化祭での発表は、2 回ほどの練習だけで不安でしたが、茂木さんの『気』を取り入れた準備運動をすると、皆さんの一体感が高まりました。落ち着いた雰囲気、心にしみる柔らかな音色のハーモニカの吹奏と秋を主題とした歌の数々のコラボレーションとなり、合唱のなかに秋の景色を醸し出していました。また、四季の歌や学生時代の替え歌は、それなりにハーモ

ニーして、気持ちよく歌えました。蓮尾さんのマジックショウタイムで爆笑を誘い、私たちは、「いつまでも元気で輝き続けようシニア時代」そのものを演出できました。

続けて、校外学習を兼ねた親睦食事を計画しました。パレスホテル大宮で地域循環型完全リサイクル「エコパレス」の考え方を学習しました。学習会后、食事会では舌鼓を打ちながら満腹となりました。この時より 1 班全員が打ち解け始め、交流が始まりました。講義を熱心に聴くシニア大学での生活から、お互いの気心をも知りあう生活に変



後列左から 茂木路由、吉野雄三、五十嵐清吉、蓮尾英二、鈴木和夫、掛橋清人
前列左から 細田由美子、富永京子、大谷ちづ、白金しげ、天生目幸子

シニア大学で学んで

101 天生日 幸子

一年間位、継続して何かをやりたいと考えていた頃、老人大学のOBと出会い、シニア大学入学を決めた。

「旧暦の節気と候」の講座は一番興味があった。大好きな時代小説を深めるために生活習慣やことわざ等を知りたかった。また宇宙の時代であっても先人の自然と共存する力、知恵を継いでいきたいと、災害のあるたびに思うから。

年金、資産の運用、相続、税金等の分野も学んだ。が、この問題は過去から未来まで、そして個人から国まで絡むので頭が痛くなった。遺言書については全く関心がなかったが、世情を鑑みしっかり考えなければと思う講座であった。

健康、介護の講座は身にしみた。今年、身近に病人が数人出て、死別もあって、元気だけが取り柄の私も体調を崩した。今後は予防第一とし、早期発見に努めピンコロ人生の講座を忘れずに自立して生きたい。中でも認知症が恐ろしい。IPS細胞や薬の研究等で解決できる日が早く来て欲しい。

限られた年代で活動したのは小、中学校のPTA以来で、また給料、年金生活も経験し、今までと違った視点から人生を考え始めている。

シニア大学に入学して

102 大谷 ちづ

シニア大学に入学して、早一年が過ぎようとしています。昨年、用があり区役所の支所に行った時、シニア大学の入学案内がありました。現在2才10カ月の可愛くもあり小憎らしい元気な男の子の孫の面倒をみており、このまま毎日を過ごしていいのかと思っていた時でもありましたので、すぐ入学を申込みました。

5月7日に入学式が行われ、大勢の人達に驚きながら、同じ考えを持った人がいるのだと思いました。シニア大学の授業が始まりましたが、内容が多方面にわたっての授業で、悪徳商法にひっかからない様にするにはどうしたらいいのかなど、すごく興味深い授業でした。

又、知らないことがあつたりしました。それは、大宮に住んで40年過ぎになりますが、現在のステラタウンの前身が中島飛行場だったことまでは知っていましたが、さらにその前が競馬場だったという話にはびっくりしました。

シニア大学に入学していろいろな人達と出会い、楽しいとても有意義な一年でした。大学の通学日に2才の孫の世話をしてくれた主人とお姉ちゃんの11才の孫のお陰で、貴重な時間とわくわく、どきどきな授業を受けられた事に感謝したいと思います。

出合いを求めて

103 白金 しげ

入学のきっかけは！ 全く違う社会を知りたかった。そして人との出合いと夢？ 不安を抱えての入学でした。やはり想像以上に経験豊かで、知識の深い人ばかり。

講義でもふと見れば真剣にノートを取っている人が多い。講義は実用的なものから高度なものまで盛り沢山。

楽しかったバス旅行、夢中で取り組んだ文化祭。

思い起こすとクラブ以外でも気軽に声をかけていただき、もう一度行って見たかった高尾山へのハイキング。紅葉も素晴らしかったです。前日の雨のため下山時は足場が悪く脚がつるのもなんのその、途絶える事のない会話で心底笑った一日でした。

またクラブでは電車やバスを乗り継ぎ川越や平林寺・・・どちらもガイドの説明があり、より解りやすく楽しく過ごすことができました。それらの資料の手配をしてくださったリーダーらの皆様に心から感謝します。

また、前期の歴史クラブにも加入。そんなに好きなの？・・・と。いいえ私の知識レベルは、中学生はおろか小学生程度かもしれない、だから知りたいのです、これからある全てを。

シニア大学に入学して

104 富永 京子

仕事をやめ少しゆっくりしていた頃、何かを見つけなければと思っていた時、市報でシニア大学生募集を知りました。北大宮校は定員より少ない様子だったので、受かるかもしれないと期待をして申込みましたらOKで嬉しかったです。

入学式は合同で約千人と聞いてびっくりしました。市長さんまで出席されての本格的な入学式に感激しました。

色々ご指導のもと、いろんなカリキュラムで学ばせて頂き、すぐにザルから漏れはこそすれ、いろんな知識を頂きました。そして沢山の素晴らしい方々と出会わせていただき、班の方々とはより親しみも増し、文化祭ではみんな楽しくもの作りを体験させて頂きました。

みなさんのいろんな趣味や才能に感動しました。“人生の最終章”、あと少し頑張っていきたいと思います。

シニア大学に入学して本当によかったと思います。これからもどうぞよろしく願い致します。

シニア大学に入学して

105 細田 由美子

机に向かってノートを広げ、講義を聞く。何十年ぶりでしょうか。とても新鮮でした。その上、同年代の方が講師となられ、一つの道を究められた内容は充実しています。日常に即した経済や法律、全く関心の無かった地理にも興味を持ってました。身近な例を挙げ、グラフや数字を示して頂き納得できることも多くありました。毎日TV等のメディアから沢山の情報が流されますが、直に声を聴き質問に答えて頂ける機会は少ないものです。貴重な時間でした。

たまたま同じ教室で知り合い、楽しくお話できる方にも恵まれました。積極的にボランティア活動されている方に感心したり、家庭での役割をしっかりと果たされている方を見習わなければ、と思ったり。

人の輪を少し広げ、教えられた事も数々あります。同じ年月、いえ、それ以上を生きながら、何も語るものの無い自分を反省致しました。一年に満たない期間でしたが、人が集まれば様々な用事が生まれます。同じ班に組み込まれながら、何もお役にたてなかった事を申し訳なく思っております。表に出ず働いてくださり、私共を支えてくださった方に深く感謝致します。

シニア大学の感想

107 五十嵐 清吉

シニア大学では、今年傘寿の私にとって、若い人（シニアの若手）との交流が、久しぶりに昔の学生時代を思い出させ、若返った気分になりました。

講座については、最初の課外講座は、都合により参加できませんでしたが、他の講座は、ほとんど出席しました。講座内容は、資産・相続、健康、交通安全等や一般教養的な事まで、高齢者の生活に役立つ事柄を実学として取り上げ、また落語や合唱指導などがあり、毎回興味深く楽しく拝聴致しました。

クラブ活動は、パソコンクラブに入部しましたが、IT専科の先輩先生方が、基礎から懇切丁寧に教えていただき、メール、インターネット、ワードなど基本操作を学ぶことができました。

11月の文化祭は、クラブ活動の成果を発表する場として、各グループが一丸となって、展示飾りつけに協力し、シニア大学生としての連帯感を感じました。有志の方々が製作された縫いぐるみや、ステンドグラス、絵画、書道等の手工芸品の数々が陳列され、又班の合唱では、「学生時代」の歌を「シニア時代」の替え歌につくり替える等、多才な方々がおられるのに感服いたしました。

シニア世代の学友達との出会い

108 掛橋 清人

41年間の会社勤務を終え自由生活となり脱力感を感じ始めた時に知人からシニアユニバーシティの話を知り、即北区役所に出向き資料を頂き、一般教養と更なる向上心を目指し新しい事にチャレンジしたく、応募しました。私は団塊世代の生まれで全てに競争社会の中で生きて来た感がありますが、会社時代には5年間の米国駐在をはじめ欧州、北米、アジア諸国等仕事で約40カ国余り訪問し、世界の人々との出会いがあり、治安の悪い南アフリカ2カ月滞在、紛争前のウクライナを訪問して日本が何と平和で安全な国と再認識した次第です。改めて出会ったシニアユニバーシティの仲間達それぞれの異業種での生き方等を伺い学び、活力あるシニア生活を願っている次第で、班やクラブ以外でも幅広く交流できる機会が増える事を希望しています。

シニアユニバーシティでの多種多様な講義や新しい志を共有できる学友達との出会いを大切に有意義な活力あるシニアユニバーシティ生活を願っている次第です。

最後にシニアユニバーシティ運営に携われる事務局の方々のご尽力に感謝申し上げます。

シニア大学に入学して

109 鈴木 和夫

会社を引退し数年後、『シニア大学』の学生募集を知り、自宅に一番近い『北大宮校』に申込んで入学し、第1班への配属となりました。クラブ活動は、中学生の頃より病みつきになった登山が趣味で、『ハイキングクラブ』に入部しました。大学の講座では、それぞれが貴重な内容でどこまで身についたかわかりませんが、今後も時々資料を読み返して参考にして行きたいと思います。授業の中でも特に印象に残ったのは、『すたーらいと林先生』の「シニア世代の生き方がわかる」でした。内容も有意義でしたが、先生が話された『長所を尊び短所を忘れる』の言葉が思い出されます。クラブ活動では、10月5日に『大宮市内遺跡（鴨川古墳群巡り）』を実施。自宅に近く1~2箇所は普段、車で素通りしている所なので驚きました。又、11月9日には、高尾山に登りました。どの山でもそうですが頂上から眺める景色は最高でした。

最後になりますが入学時役割決めの際、自ら副班長に名乗りを上げながらその役を十分に全う出来ず、蓮尾班長を始めメンバーの皆様にご迷惑をお掛けしたことをこの場をお借りしてお詫び申し上げます。そして何よりも、このユニバーシティに入学し、新たな友達が出来たこと、『バンザイ』です。これからも時々機会を設け、交遊を育んで行ければと思いますので、その際には是非声を掛けて頂ければ幸いです。