

さいたま市シニアユニバーシティー岩槻校第9期校友会会報第2号

7月全体集会

平成27年7月22日（月） 本丸公民館

・平成27年度岩槻校協議会文化祭について

日時（作品展示）：11月13日（金）～15日（日）1回ロビー（演芸発表）：11月15日（日）

場所：本丸公民館ロビー・視聴覚ホール 9期の文化祭担当班：5班6班7班 実行委員長 澄川会長

演芸班 前澤 中山 佐々木 熊倉 作品展示 内田 三品 広報 浪江 撫木 会場整理 小野

9期の作品出品数：各班2作品 9期の演芸演目：3演目

・日帰り研修バス旅行（案）

実施日：平成28年3月2日（水） 旅行コース：Aコース 栃木足利方面（旅費6,400円）Bコース

群馬箕郷方面（旅費6,800円）Cコース 栃木益子方面（7,900円）9月10日に9期の希望を決定する。

自主講座 落語鑑賞会

6月8日（月）14時～15時30分、ふれあいプラザ岩槻にて今年度第2回自主講座「落語鑑賞会」を開催しました。

出演者は、鹿鳴家酒郷（かなりやしゅごう）・鹿鳴家あん好（あんこう）・鹿鳴家さん好（さんこう）・鹿鳴家ここあ及び飛び入り参加として三味線を披露した音曲の中尾さんの5名の方でした。

代表の酒郷さんの芸名は「酒豪」から付けられたそうで、他の方もそれぞれの謂れがあるとのことでした。皆さん素人ながら素晴らしい高座で短い時間の中で5名の方が熱演していただき有り難う御座いました。



東京湾クルーズ

7月7日9期生44名が、東京都港湾局が無料運航している「東京湾視察船 新東京丸」に乗船しました。

11時に大宮を出発、新橋駅から「ゆりかもめ」に乗り換えて竹芝駅で降り、駅隣接のレストランで「子羊のロース」などの豪華ランチを戴きました。その後、徒歩1分で竹芝小型船ターミナルから出航、1時間30分の乗船見学でした。

下船はお台場の「青梅客船ターミナル」で、近くの「初代宗谷」を見学、次にお台場を散策する予定でしたが、雨のため中止、大宮駅前のカラオケ店で盛り上がりました。



貧しき者は財をもて礼とし、老いたる者は力をもて礼とす。おのが分を知りて、及ばざるときは速やかにやむを智といふべし。許さざらんは、人の誤りなり。分を知らずしてして励むは、おのが過ちなり。貧しくて分を知らざれば盗み、力衰えて分を知らざれば病を受く。 徒然草第131段【身の程を知る】 自戒あるのみ

足利史跡巡り

5班 小野 ○○

6月23日 史跡めぐりクラブの行事として、足利散策を実施しました。総勢22名の参加で梅雨どき天候が心配されましたが、雨にもあわず無事に終わりました。

春日部駅に9時15分集合し東武電車で館林駅を經由して足利市駅で下車、それから40分ほど歩いて織姫神社へ到着。織姫神社は産業振興と縁結びの神様らしいです。200段以上の階段のぼり足利市内と関東平野が一望でき絶景でした。筋肉パンパン日頃の運動不足を感じましたね。

それから、近くのうおえ(和食処)で全員海鮮丼を頂きました。美味しかったですが昼食の時間が1時間ぐらい、酒飲みには少し時間不足だったかな?午後からは近くの鏝阿寺へ。鏝阿寺は鎌倉時代に足利義兼公により開創されたそうです。

それから、足利学校を散策。鏝阿寺と足利学校は足利市のボランティアガイドの親切な説明もありよく理解できました。帰りはみなさんお土産を買い 足利市駅まで歩き 久喜経由で春日部駅まで、17時前に解散し帰宅の途へ。楽しい散策でした。史跡クラブの会員は27名ですが、次回の予定は11月に予定しています。



パソコンクラブ懇親ドライブ

3班 松井 ○○

5月21日(月)9時 岩槻駅前に希望者10名が集合する。

ドライバー中山さん(今回の企画者・なかなかの博識なガイド役)・浪江さんの車に分乗して出発する。両車は無線で折々連絡を取り合っていた。

まずは印旛郡栄町にある「房総の村」を目指し、一般道をしかも主要道は混雑も予想されるため、熟知した脇道や逃げ道を主として行く。場所によっては直線で道幅は狭いが、10キロほどの間で信号も一ヶ所だけでの所があり、少々緊張もするが、スイスイ行けた。眺めることができたと思うほどの利根川の土手下道路を進むなどして目的地に到着する。

ここは千葉県立のしかも65歳以上は無料(全員適用)で、江戸時代後期から明治時代初期の房総における、当時の商家・武家屋敷・農家などの景観・環境を含めて再現した所。実演や自らが体験できるようにもなっており、黒い色の木の壁・土の壁や黒瓦が多く使われた建物を見ると、実に気持ちが落ち着く場所であった。

武家屋敷では有料ではあるが抹茶をいただくことができ、今回参加された方は優雅な方が多く、ほとんどの方が嗜まれた。運よくここと農家では、現在放映されているTBSの「天皇の料理番」のロケ(他にも多くのロケに使われた)が行われていて、美保純の姿を目にした。

次いで九十九里の「蓮沼海浜公園」(5月2日に園内のゴンドラが落ち親子二人がケガをした)に向かう。途中の道の駅で昼食とする。(ガイドお奨めの「イワシ丼」を食べる人が多かった。うまかった。)

30.5メートルある展望塔に歩いて登り、眺望を楽しむ。緑内障では無い自分(他の人も)は180度の展望が出来、青空と地球が丸いと思わせる水平線、真下に連なる白波が一望できた。思わず「九十九里 五月の空に 雲フワリ」と一句。

その後帰路途中某所でティタイム。前方後円墳なども見学し、成田空港近くでは手を伸ばせば掴めるほどの場所で、間断なく見える離着陸の飛行機を眺め、見れば見るほど興奮する男の子・女の子であった。

道中そこそこでガイドさんの説明があり、木々の緑に癒され、飽きることなく楽しい時間を過ごし、少々遅くなったが無事岩槻に到着した。次会は紅葉狩りでもしたいなどの声あり。



思想は本屋にいけば即座に手に入るが、皺(しわ)を手に入れるのはつらい時間がかかるものだよ。開高 健
若いときには若いなりの、年をとってからはそれなりの、それぞれの年代の美しさがある。そう思って生きる。

大宮盆栽村周辺散策

5班 深井 ○○

梅雨時の中、晴天に恵まれた6月29日、私達5班は、久さしぶりに8名全員が集まって、大宮盆栽村周辺を散策しました。

大宮公園駅から、けやき通りを過ぎて、「盆栽四季の家」に立ち寄り、ここは無料休憩室や、茶道、華道、旬会として利用されている和室二間があります。近くには「漫画会館」もありますが、月曜日は休館日で残念ながら見学することができませんでした。



緑豊かな閑静な住宅街を歩いて、「大宮盆栽美術館」に着きました。展示室には、立派なエゾ松、黒松、五葉松などを観て、盆栽庭園に出てみるととても素敵な庭に実のついた花梨や、小さな花が二・三輪咲いた梅の木などに見入ってしまいました。館内2階のバルコニーで、盆栽ダーを一杯ずつ飲み、喉を潤しました。（「盆栽」と「サイダー」をかけて「盆栽ダー」）

近々オープンされる「東大宮メディカルセンター」を横手に見ながら大宮公園駅に戻りました。

短い時間でしたが、出かけていろいろな物に触れ合いながら、ゆっくり散策することも楽しく感じました。昼食は、駅前の食事処に入りビールを飲みながら、チラン寿司を食べました。

今までの出来事や、今後の活動など、会話も弾み楽しい一時を過ごすことができました。

病んで思うこと あれこれ

2班 中澤 ○○

胃の手術を受け、医学の進歩に伴い手術技法について、目を見張るものがあると痛感した。

ただ「食べる」事については、肝心の胃を切除しているので思い通りに運ばないのが現実である。胃切除により、胃の大きさや胃酸、消化酵素の分泌が減るので消化が不十分になり、食べ方や摂取量を考慮せねばならない。胃は時間が経っても大きくならない臓器であるが、次第に消化力が増し、それなりに働きが元に戻るとも言われている。しかし個人差が大で、1年以上かかる場合も有るらしい。

入院中は胃や腸の負担をできるだけ軽くするために、常食3回、分食3回の6回に分けて食事をした。これは1回の摂取量が少ないので、必要とするカロリーを取るための手段でもあり、退院後も3か月ぐらいは自宅で分食をするよう言われ、毎日実施するのは大変だが何とか実行した。

「食べ方」について何よりも大事なことは、「良く噛んで食べる事」で、1口30回噛み、時間は30分以上かけゆっくり食事をするよう指導されたが、30回も噛んでいると食べ物の味などは分からず、食べ物の美味しい食べ方は、1口10回ぐらいい噛んで胃に送るのが最高と思うが如何だろうか。

「食べ方」の手を抜くと、胃部不快感、もたれ感、吐き気、ダンピング症状（胃に食べたものが溜まらず、すぐに腸に落ちるので腹鳴や下痢）、胃液の逆流等が起きるので注意する事が肝要だ。実際にちょっとした悪い食べ方により、これら症状を起こし何度か苦い経験をし、「食べ方」が如何に大事かと考えさせられた。

今回の経験から、外科的処置の傷等は時間と共に回復するが、胃切除の場合「食べ方」は必ずしも時間だけでは解決出来ず、通俗的な言い方ではあるが、「とにかく良く噛んで」時間をかけゆっくり食事をするのが、最善の方法と思う今日この頃である。

7月自主講座7月22日（水） テーマ「花燃ゆ」の主人公 杉 文の生涯

歴史講演会 埼玉大学名誉教授 福島 正義先生

今年放映されているNHK連続テレビ「花燃ゆ」の主人公 杉 文の生涯についての講義であった。テレビでの主人公は吉田 松陰と思われがちであったが再確認できた。彼女が生きた幕末、維新、明治、大正と目まぐるしく時代の移り変わり講師の戦争体験談を交えたお話は、参加した満席の聴衆を魅了。TVの中だけでは知りえない様々なシーンを彷彿とさせる幅広い知識を共有できたことは幸せである。90歳とは信じられない矍鑠とした語りで、講師を選んでくださった校友会の先輩に心から感謝を申し上げる。福島先生はこのテーマで多くの出前講座をお持ちで、県下のみならず各所でお話を聞くことができる。充実した一日であった。

花散策クラブ

5班 木村 ○○ (明治神宮 花菖蒲)

私達花散策クラブ田中さん、工藤さん、高山さん、木村は6月16日(火)大宮駅10時集合、JR原宿駅で下車、明治神宮に向かい、まず突き当りに、明治天皇御製と昭憲皇太后の御歌を見て、鳥居をくぐり参道に入りました。

少し歩き、左手の御苑東門から、熊笹の小道に入り、そこを通りぬけると、武蔵野の面影を残す雑木林の中に、広大な南池がありました。そこには白や黄色のスイレンが静かに咲き乱れており、水面を時々魚がピチピチはねていました。

大きな杜の上を鷺が優雅に飛び回っておりました。しばらく鑑賞した後、次の目的地花菖蒲苑に入りました。

この菖蒲苑は明治天皇が、お後の昭憲皇太后をいたわるため、植えられたとの事、今がちょうど見ごろで、最も美しい時期に来られたのは、大変ラッキーでした。現在1,500種が咲き乱れているとの事で、特に明治時代に多くの名作を作り出したといわれる菖翁こと、松平定朝の菖翁花を見ることができました。

深い森に囲まれ、流麗な曲線を描く菖蒲田や、茅葺屋根のあずまやが佇む、その風雅な景色は、画家たちにも愛されているようです。

再び参道に戻り、明治神宮に向かい参拝してきました。その後原宿方面に戻り、途中レストランで昼食をとり、駅を通り越して若者の街、竹下通りを廻って帰路につきました。有意義な楽しい一日でした。



my ブーム 吹き矢に夢中

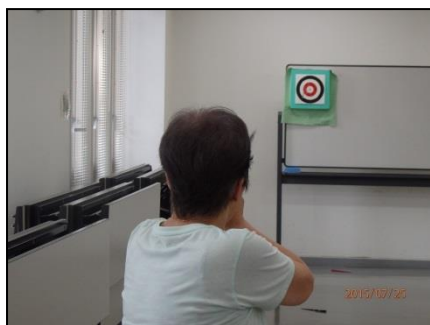
3班 石塚 ○○

運動音痴の私に何かできることは無いかと模索中、吹き矢の体験募集があり早速応募しました。第一日目どんな事をするか皆目見当も付かず会場へ20名ほどが参加。礼に始まり、礼に終わると言う基本動作を一通り教わり、そして120cmの筒を立てて片手で持ち、的に向かい一礼し、20cmの、矢を筒にいれ一吹き、何と届いたのです。

第一声は、“えー届くんだー”この初めの一步に気を良くし、4回の体験後クラブに入会しました。このクラブには先生級の方々が多く、自分の後ろで7~10mの距離で吹きポンポンと的に当てていました。6mから7mと級が上がり的に僅か1m離れただけで、中々的に当たらず四苦八苦しました。それでも、2年掛かりで初段に合格し、“やったー”と言う喜びも束の間で、今度は腹式呼吸の大切さを痛感しています。それでも毎週土曜日に‘息を吸って一気に吹くー’と楽しんでます。

その後も体験講座が何度か開催されていますが、人数に限りがある為、外れた方から‘何で外れたか?’との問い合わせが有るそうです。myブームだけでなく皆さんのブームになりつつあり、嬉しい限りです。皆さんも一緒に如何ですか。

‘吸って一吹くー’楽しいですよ。



冬 秋 夏 春

風に舞ひて花に寄り添う蝶々は春の盛りを追ふて生くるを
白鷺城日本の名に恥じず威風堂々青空に聳ゆ
北さつね野生のするどき目に見せてひらり身かわし森の中に消ゆ
舞ふ雪はただひたすらに白々と荒く波立つ日本海に消ゆ

一班 宮崎 黎子

ボウリングに参加してください・ボウリングを楽しもう・応援しよう

9月15日(火)春日部ターキーボウル2F受付 9時30分集合 (春日部駅西口10分)

表彰式・懇親会 中国料理 酔香園 (大塚家具道路沿い)