



彩の国いきがい大学熊谷学園

36期校友会会報

楽しく、健康に!!



目次

会長挨拶「校友会この1年を省みる」	P.2
学習会・社会見学	P.3
新年会・熊連協文化祭	P.4
班活動	P.5～8
クラブ活動	P.9～10
HP紹介・投稿	P.11
新役員紹介	P.12

平成 27 年度

No. 7



校友会この1年を省みる

会長 清水 靖夫

校友会会員の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

早いもので、熊連協主催の芸能祭が最後の活動行事となり、本年度計画されました全ての事業を終えることが出来ました。会員各位に対しまして、感謝とお礼を申し上げます。

年度を通して顧みますと、総会の議事改定、会費削減等の承認を頂き、また前年度の要望をも加味した形での事業活動を展開してまいりました。

具体的に列举しますと

- 1.熊谷市保健医療部健康長寿課を招いての健康講座の開催（学習会）
- 2.社会見学では私たちの身近な公共施設、歴史的な名所を含む見学場所の発掘（当日、雨天のため見学中止）
- 3.36期HP（ホームページ）の立ち上げと活用
- 4.連絡網の見直しと、整備による完全伝達

結果として、全てが満足出来たものではなく、次年度に引き継ぐ項目もあります。インターネットで最も人気のあるのがHPです。最終の目的として、「もっと楽しく」をキーワードに多くの情報を手に入れたいところです。

結びに、会員の皆様には更なる生きがいと、英知を結集して頂き、末永い校友会活動と運営に、ご参加下さいます様お願いし、ご挨拶とさせていただきます。

お世話様でした (27年度理事)



総務部



企画部



広報部

「学習会」 「健康長寿サポーター養成講座」

年度企画の第1弾「学習会」が7月10日、10時から熊谷市立勤労会館大ホールで開かれました。53名が参加し、『健康長寿サポーター養成講座』を12時まで聴講、有意義な時間を過ごしました。

講座は熊谷保健センターの木戸実悦・坂本幸久保健師の二人。講義の主な内容は①健康長寿サポーターとは②健康づくりへのヒントー特定健診、食、からだを動かす、生活習慣、など。続いて10問の修了テストを受け、全員、無事に「健康長寿サポーター応援ブック」と県知事発行の「講習修了証」を戴きました。

最後に簡単な体操「フリフリグッパ」で脳と筋肉を刺激して若返りに挑戦しましたが、健康と若さの秘訣は、適度な運動とバランスの取れた食事にあると痛感しました。



「社会見学」 都庁、NHKスタジオパークへ



「社会見学」を9月25日、47名が参加し実施しました。今回は東京都内をテーマとし、名園で名高い六義園、NHKスタジオパーク、都庁展望台そして一流ホテルでのバイキングと盛り沢山の予定でしたが…。朝起きると無情の雨。

予定を変更して先ず都庁へ、45階の展望台まで高速エレベーターは55秒で静かに到着しました。窓からの視界は雨と霧にさえぎられて残念な状況でした。待望の新宿プリンスホテルのバイキングで、ロードサイドのファミレスとは一味違うゴージャスな雰囲気、味に舌鼓を打ち、続いてNHKの『スタジオパークからこんにちは』へ。4台のカメラで3人の表情やトークを追い、天井のライトが照らしています。近くにいた職員らしい人に聞くと、「あのライトは百個くらい。赤青白のLEDを使い分けている」そうです。『報道スタジオでニュース番組作りを体験』も面白そうでしたが、時間切れで次回へととなりました。





新年会は1月13日正午から熊谷「リガーレ」で43名が出席し開かれました。幸いに寒さ厳しいものの好天。座席は受付で抽選と言う方式で、いつもの班のメンバー以外との交流が図られました。6、7名の円卓に料理が次々と運ばれ、飲み物はフリー。途中、「マジック同好会」のメンバー6名による日頃のお手並みを拝見。鮮やかな技の披露に感激しました。各テーブルでは普段、顔と名前の一致しない人らが自己紹介するなど、大いに親交が進み、有意義な会となりました。会員の今後ますますの活躍と健康を願い、午後2時、再会を期し、集合写真を撮ってお開きとなりました。



熊連協文化祭

傑作を展示

熊連協創立40周年記念「第26回文化祭」が、11月6日午後から9日午前まで熊谷市立緑化センター1Fホール、展示室で開かれました。期間中、出展総数259点、36期からは出展14点。長沼政晴さん（7班）の「道の駅めぬま「ばら」」、内田善治さん（2班）の「雪の朝」、絵手紙は棚澤はつ江（7班）、油井民代（10班）、加藤幸子、菊池博明、落合浪江、金井喜代子（3班）、市川錦子、岩田恵子、新井綾子（2班）、藤巻ハル（9班）さんの10名の作品が飾られました。



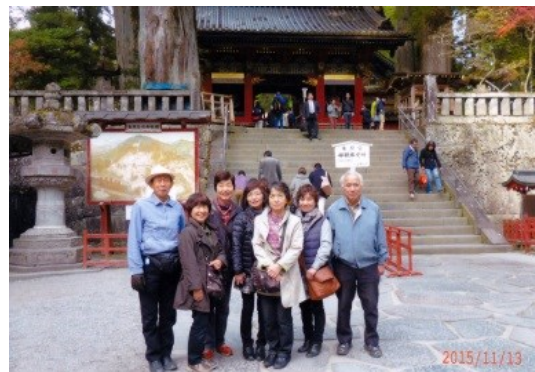
絵手紙クラブ



「ばら」長沼政晴さん



「雪の朝」内田善治さん



「どうでしょうか？」のひと言でいつも参加してくれる 1 班の女性は皆、元気潑刺です。一方、心優しく、時には適切な助言をしてくれるのは、頼もしい男性陣です。

秋、バスツアーで行った「わたらせ渓谷鉄道と高津戸峡・日光散策」は見事な紅葉に感動し、親しく会話が弾んだ楽しい一日でした。また、花ボラの後のお茶会、行事の後の食事会でも楽しいひと時を過ごすことができました。“仲間”のご協力に“感謝”。

私達の 2 班は 11 月 4 日、沼田にりんご狩りに行って来ました。青い空と真っ赤なりんごがとても印象的でした。蜜のたくさん入ったジューシーな味に皆、笑顔でパチリ。その後、日帰り温泉に入り、豪快な吹割の滝を見て、楽しい秋の一日を満喫、良い思い出となりました。



りんご狩り

他の班から「3班は良く集まっているね」と言われますが、今年度もほぼ昨年同様の活動でした。定例の花ボラの後の喫茶、食事や4年目の落合農園の農作業？が中心でしたが、今年も昨年にも増しての猛暑で、班員の中には寄る年波の方もいて、そろそろ農園の継続も危ぶまれて来ました。それに代わって行動半径の広い女性陣のリードで、暑気払いには太田市のレストランまで遠征、忘年会では熊谷駅前の居酒屋で海鮮料理。初めての班員にも好評でした。今後も〈食い気〉の方面を主体に、プランが進む予感がします。その他、36期の年間の諸行事には積極的に参加した一年でした。



大収穫の落合農園㊤

忘年会㊤ 暑気払い㊤



食事会

9/25 校友会の社会見学に5班は4名が参加、NHKの「スタジオパーク」では童心に帰りました。雨の都内観光もバス車中では、企画の皆さんの協力で盛り上がり楽しかったです。

9/29 熊谷市内「磯野」にて食事会、久しぶりの集いで熱弁懇談タイムとなりました。

1/13 新年会リガーレでは、健康不安者もあり4名の参加。

花ボラへは、少人数ですが協力できました。



NHK「スタジオパーク」



36期新年会



5 月、深谷の花フェスタに集まりランチでおしゃべり。7 月、校友会健康長寿講座参加。8 月、花ボランティアの後、暑気払いランチ。9 月、校



友会社会見学。11 月、早めの 6 班忘年会と集まり、懐かしいメンバーも加えて今年も楽しく過ごしました。H28 年もメンバーの健康を祈り、1 月の校友会新年会、2 月の 6 班新年会と楽しみです。

4 月 9 日の天神山庭園とカタクリ。5 月 22 日ガリガリ君工場見学。

6 月 15 日日光中禅寺湖、千手が浜のクリン草散策。

10 月 8 日碓氷峠アプトの道、めがね橋、ハイキング、カラオケ招き猫にて忘年会等いろいろ班活動をして来ました。



碓氷峠・めがね橋



忘年会



クリン草



初めに年間予定を立てようと食事会で意見を出し合いましたが、皆、それぞれ忙しく足並みが揃いません。その中でも食事会、飲み会等で親睦を図っています。今期は全員クラブ活動等で日程の調整が上手く行かず、出掛ける話もまとまりませんでした。次年度は班活動を活発にさせていただき、絆を強めて欲しいと考えています。

活動を通して皆さんの元気な姿にお逢い出来るのを楽しみにしたいと思います。

春は久しぶりの顔合わせで、食事におしゃべりに時間を忘れる程のひとつときでした。

9月はバスツアーです。ぶどう狩りとりんご狩りで童心に帰り秋晴れの空の下、身も心もリフレッシュ!! お土産どっさりの充実した1日でした。

12月は班員の車でドライブ、『畠山重忠公史跡公園』、『鉢形城公園』（歴史館）を散策。起伏のある地形を利用して築いた城跡の景色に戦乱の世を生きた先人たちへ思いを馳せ、感慨に浸った初冬のひとつときでした。



りんご狩り



食事会



ぶどう狩り



畠山重忠公史跡公園



上田城

昨年の5月26日、晴天に恵まれ31名にて、来年度の大河ドラマの舞台となる上田城ではおもてなし武将隊に迎えられて記念撮影、小諸懐古園、びんころ地蔵にもお参りをしてまいりました。10月15日開通した圏央道を利用して眺めのよい



厚木PAで休憩、建長寺、安養院から江ノ島でランチと自由散策、そして箱根駅伝が脇を走る遊行寺を参拝です。第3回目は今年の3月15日に柴又、江戸東京博物館、月島散策の予定。

太極拳 (36 鶴熊会)

3つの極意

荒岡 忠秋



練習風景



揚名時太極拳演武研修会に参加

クラブ発足後、6年目を迎えようとしています。今では簡化24式 (11.21 武蔵丘陵森林公園) 一連の基本姿勢をほぼ全員がマスターし、太極拳3つの極意〈心・息・動〉(注1)を極められるよう舞っています。鍛錬を積み重ねるほどに、その奥の深さを心身でひしと受け止め、稽古に励んでいます。現在は円形になる新しいスタイル(百花拳)の練習を始めました。注1 26年度会報(前期号:P9)参照

絵手紙あじわいクラブ

絵手紙で〈輪〉を!!

金井喜代子



絵手紙の会は月2回、第3木曜日はピッコロ館、第4木曜日は新井志津子先生の下で楽しく手解きを受けています。絵を描くのが楽しいのではない。授業の後の先生を交えてお茶のひと時、今日の出来栄を評価して頂き、雑談して笑って帰る。時には会員のK様の「そば打ち名人」のソバを吸りながら、ワイワイガヤガヤと楽しく過ごします。5月には会員Y様宅(長野県)で2泊の旅。11月から「カレンダー作り」。いきがい大学に入ったお蔭で友達の輪!! 輪!! が出来て、今、充実しています。



今年は 39 期、2 名が加わり部員総勢 32 名になりました。

6 月 27 日には「長瀬げんきプラザ」でバーベキューで楽しみました。

3 月 10 日にはふかや市民大学「生涯学習のつどい」に出演しました。

10 月 23 日には毎年参加している「たんぼぼの会」に出演。《明るく楽しく健康に》をモットーに会を進めています。

㊤「生涯学習のつどい」

㊦「たんぼぼの会」

社交ダンスクラブ

自由に遊びに来て

関根 治夫

先日、12 月 6 日アイトピアにて今年度一大イベントであるところの橋場和枝先生 45 周年記念ダンスパーティが盛大に行われました。おめでとうございます。45 年間にわたるダンスのご指導お疲れさまです。

女性と組んで踊るということは、この年になってもうれしいことであります。これは男性ばかりではなく、女性にとっても同じくらいだと思います。身だしなみに気をを使うようになるのか、皆さんだんだんきれいになってくる。そんな彼女たちと踊るために、ひざや腰が痛いからやめようかなと思う自分を奮い立たせて、大里コミュニティに今日も出かける。もう 70 と思っていたが、まだ 70 だったと、これからもダンスはこれでいいということがないのでずーっと練習していきたいと思います。体験レッスン、見学無料です。自由に遊びに来てください。部員一同大歓迎です。



さんろく歩行会

電車で行くハイキング

渡辺 敏雄

毎回違う山へ行けるのも「さんろく」の魅力です。今年は電車を使って登山口近くまで行くハイキングが多くなりました。また、6 月には山梨の金山跡を訪ね砂金採りをしました。いろいろな思い出が残るハイキングクラブです。



観音崎灯台



金山跡



忘年会

熊連協HPの 36 期 of 頁をご覧ください!!

<http://yuurenkyo.net/>

27年度の総会で提言頂いた「熊連協HP」の活用については、「36期会報」の年1回発行に伴い重要性が増して来ました。広報部では各班、各クラブに活動報告の呼びかけを行い、寄稿原稿を掲載してまいりました。まだまだ十分な内容とは行きませんが、時間を見つけてHPを覗いて頂ければ幸いです。PC等の苦手な方はお子さん、お孫さんのPCやスマホでご覧ください。《あなたが写っているかも?》…。



熊連協HP トップ画面

36期 トップ画面



投稿

「輪」

絵手紙あじわいクラブ 金井喜代子

絵手紙の会に入って4年になります。絵心のない私ですが、今は月1回、第4木曜日に新井志津先生の下で楽しく手解きを受けています。絵はとても正直で、その時の心が良く出ます。穏やかな時に描いた絵は、いつ見ても心が和みます。心に暗さがある時は悲しい絵になります。人には六道心が巡っているのだから仕方ないでしょう。後で見た時、「どの絵も良く描けているじゃない」と一人で満足しています。差し出して喜ばれ、貰って嬉しい、心伝わるような絵が描けるように頑張って描きます。絵を描くのが楽しいのではない。授業の後の先生を交えてお茶のひと時、今日の出来栄を評価して頂き、雑談して笑って帰る。時には会員のK様（そば打ち名人）のソバを吸りながら、ワイワイガヤガヤと楽しく過ごします。

5月には会員Y様宅（長野県）で2泊の旅。枕を並べ、昔懐かしい修学旅行の様に楽しかった。11月には東京のモネ展に行き、素晴らしい絵を観て下町で食べ歩きし、昼食は都会の中心にありながら静けさを感じる上野の杜の「韻松亭」で、板前の料理に舌鼓を打ちました。11月から来年に掛けて「カレンダー作り」。今までの実績を出し、思い思いの、世界に一つしかない「からくりカレンダー」が出来ます。いきがい大学に入ったお蔭で友達の輪!! 輪!!が出来て、今、充実しています。健康でいつまでも輪を大事にして行きたい。

どうぞよろしく 28 年度 新役員の皆さん

敬称略



酒井 興一
(28 年度会長候補)

会 長 酒井 興一
副会長 荒岡 忠秋 (総務部長)
副会長 清水 靖夫 (企画部長)
副会長 増井 元宣 (広報部長)
会 計 関根 治夫 武井 よう子
監 事 高澤 陽子 鈴木 守

班 理 事

クラブ理事



総務部



企画部



広報部

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1 班 荒岡 忠秋 (総務部長) | 絵手紙クラブあじわい * 落合 浪江 |
| 板倉 永枝 (広報部) | 史跡めぐり * 島田 敏江 |
| 3 班 落合 浪江 (企画部) | 太極拳 * 荒岡 忠秋 |
| 小川 幸也 (総務部) | おひさまコーラス 中島 洋 |
| 4 班 酒井 興一 (会長) | (企画部) |
| 5 班 坂本 久子 (企画部) | 社交ダンス * 関根 治夫 |
| 清水 靖夫 (企画部長) | |
| 6 班 島田 敏江 (企画部) | ◇各理事は4月6日開催の総会で承認 |
| 嶋田ゆう子 (広報部) | 後、就任します。 |
| 7 班 関根 治夫 (会計) | ◇クラブ理事の*印は班理事と兼務 |
| 武井よう子 (会計) | |
| 9 班 中村 則子 (広報部) | |
| 増井 元宣 (広報部長) | |
| 10 班 山本洋二郎 (広報部) | |

編集後記

会報発行に当りご協力頂きました皆様に御礼申し上げます。今年度から年1回の発行となりましたが、内容はいかがでしょうか。何となく物足りなさに対しては、熊連協のホームページに『36期』の頁が新設されましたので、多少なりとも補えるのではないかと考えております。同HPを更に充実させるのは、各班、各クラブの活動報告のご協力によります。新年度もその継続、発展をよろしくお願いいたします。

27 年度 広報部

発行日 2016 年 3 月 31 日

発行者 彩の国いきがい大学熊谷学園 1 年制

36 期校友会 会長 清水 靖夫

編 集 広報部長 鎌倉 八郎