



第 21 期
広 報 誌



ま ら め き



2023 Vol.1

CONTENTS

自治会長挨拶 / 事務局紹介
第21期入学式 / 自治会設立総会
学部紹介
私の自慢・お気に入り話 /
俳句・川柳・短歌
クラブ紹介
私の趣味紹介 / 編集後記





自治会長
国際・文化学部
西村 俊輔

自治会長挨拶

皆様におかれましては、益々ご健勝の段お慶び申し上げます。
私儀、東松山市きらめき市民大学第 21 期生自治会設立総会において、自治会長を拝命致しました。

この重責を務めるにあたって、私は米国のエイブラハム・リンカーン大統領の次の言葉を座右の銘にしたいと思っております。「Where there is a will, there is a way.」これは「意志あるところに道は開ける。」という意味です。市民大学においての学生の本分は、学友と共に学び、その成果の共有を図ることです。もし、私や皆様が高齢で体力の不足や、自身の知識や経験の未熟さを感じたとしても、学びたいという強い意志を持って取り組めば、必ず、学習の成果は得られると信じます。

そして、その努力が、ご学友、ご家族、近隣のご友人に伝わり、「あの人があんなに頑張っているなら、私も頑張れるはず。」という小さなきらめきを生むことにつながるのではないのでしょうか？

自治会としても、第 21 期生全員がきらめけるように、精一杯お手伝いに務めさせていただきます。何卒、宜しくお願い申し上げます。

事務局紹介

事務局長 小関 一史

コロナの流行とともに事務局長に着任し、今年で 3 年目になります。きらめき市民大学は、様々な職業経験、年齢層の学生が、自分の興味や関心に応じて学ぶことができる場です。さらに、2 枚目の名刺として「きらめき市民大学の学生です」と言えることは、活躍の場を校外に広げる可能性を持っています。学生生活を楽しんでいただいて、友人を作り、きらめき市民大学での活動を、たくさんの思い出にさせていただきたいと願っています。



大野 葉月

事務局の大野葉月と申します。昨年 9 月からきらめき市民大学に配属になりました。きらめき市民大学は元気な方が多くて圧倒されます。最初は初めての事ばかりで戸惑いましたが、皆さんに色々教えていただき、あっという間に 1 年が経ちました。きらめきでは自分も学ぶ事が多く、いつも新鮮な気持ちで従事しています。

栗原 進

市役所を定年退職し、再雇用 3 年目となります。住まいは、市内柏崎で日帰り温泉「蔵の湯」の直ぐ近くです。熱帯魚の飼育と登山、ゴルフが趣味です。登山は 50 歳を過ぎてから始め、ゴルフについては、年に数回なので上達いたしません。開校時、準備に携わった経験を思い出しながら、仕事をさせていただきます。

嶋田 陽子

事務局の嶋田です。きらめき市民大学は今年で 3 年目になります。

実は私の母もきらめきの卒業生です。楽しく学び、充実した学生生活だったようです。授業日の楽しそうな皆さんの声や様子から私も元気をもらい、お仕事をさせていただいています。今後ともよろしく願いいたします。

第21期 きらめき市民大学 入学式

晴天に恵まれた令和5年4月12日、第21期きらめき市民大学の入学式が体育館にて挙行されました。新入生の不安と緊張の中、開会の辞に始まり、初めて耳にする(私だけ?)市歌斉唱、校歌斉唱が行われました。続いて、市長でもある森田学長により新入生全員の名前が呼ばれ、入学が許可されました。学長挨拶では新入生への期待と激励の言葉が贈られました。昨年度はコロナの影響で、かなり制約された学園生活だった



たと言う

ことでした。横山理事長の式辞、来賓の祝辞や紹介と進み、第20期自治会長の大井氏からは温かい歓迎の言葉がありました。最後に閉会の辞を以って式典は終了。私たちは皆一様に期待とワクワク感で、これからの学生生活を大いに楽しみにしています。

歓迎演奏会では、きらめきコーラスクラ



ブの合唱で、皆が良く知っている曲が披露されました。またコーラスの指揮をとったプロのオペラ歌手でもある利根川佳子さんの素晴らしい歌声に魅了されました。その後、事務局によるオリエンテーションで学生生活のルールや規則、自治会運営等の説明があり、すべてのプログラムが終了しました。これから充実した学園生活を送れることを大いに期待しています。



くらしと健康学部副学部長 栗原 二郎

自治会設立総会

第21期自治会設立総会は、入学式から1カ月半ほど経った5月31日に講堂で開催され、規約・事業計画・予算案等、滞りなく承認されました。

私たち役員は、各学部それぞれのやり方で選任された正副学部長ですが、ほとんどのメンバーは初めての体験です。準備期間の短

い中、事務局スタッフの後押しを受けながら、最初の難関を無事クリアしました。私たち役員7名は、毎週登校日の9時からミーティングを行っていますが、顔を合わせての話し合いは時間も限られるため、規約・予算の作成にはグループLINEでのやり取りが不可欠でした。細かいところまで、何度も綿密にチェックを繰り返したのに、2箇所も間違いを指摘されたことは、痛恨の極みでした。

自治会の運営には皆様のお力添えが必要です。今後とも、よろしくお願い致します。

国際・文化学部副学部長 遠藤 さだ子





みんなで明るくそして楽しく をモットーとしています

第21期くらしと健康学部は、
学生数28名、男性が15名、女
性が13名在籍しています。過去
にきらめき市民大学を経験され
た方もいます。また休学中の方
が1名おりましたが、残念なが

月に退学されました。学部のホームルームで、学部長がなかな
まらないので、これもいい経験になると思い、「私がやります」
ってしまいました。とても不安ですが、皆さんの協力を以って
りたいと思います。

れから、なんらかのクラブに加入している方が、くらしと健康



2つのクラブ	5名	3名



気に活躍しています。特に女性の
3つ以上のクラブで活動してい
るのはとても素晴らしいです。

私は、写真クラブ、パソコンク
ラブ（19期から続けているもの
と、21期で加入したもの）それと
パークゴルフ部に所属していま
す。パークゴルフは初心者です。
屋外で行うのでとても楽しいで
す。（成績は別ですが）

高齢者に対する特殊詐欺防止、ボランティア活動に関することや食生活における健康の維持、病気に
ること等々学んでいます。健康寿命を維持して、学んだことを生かして地域社会に貢献できればと思
います。





経験知識を交流に生かす！

第 21 期国際・文化学部は、年齢 55 才から 90 才まで男女半々。趣味も外国旅行・フルマラソン・ウォーキング・山登り・サイクリング・絵画・手工芸・カメラなどなど、看護師経験者も居て多種多様な 31 名の学生集団です。



この学部は、毎週月曜日から金曜日まで、午前 9 時から午後 5 時まで開校しています。

学生は、週 1 日の教養科目、専門科目の講義を受け、放課後はクラブ活動、学園祭の準備などで楽しんでいます。

講義カリキュラムは、色々と工夫されており、スピーチ、健康、市歴史などの一般的な知識、また海外旅行、国際交流、近代建築、陶芸、和食文化などの専門知識をみんな真剣に学んでいます。まだ 2 学期という学びの途中ですが、2 年後卒業する頃には、全員逞しくなっていることでしょう。

社会の役や家庭内で様々な経験をされた方が、今まで経験できなかったことや経験したいことを学び



食をベースにしてそれぞれが独自の色付けができ、それを広く社会に還元する。なんと、素晴らしいことではありませんか。特に、若者や外国の方との交流が活発になるよう、学部が率先して行動してゆく。「凛として一朶の雲を見ながら歩いてゆく青春の頃のように。」これが学部の夢です。





チームワークをモットーに 船出、視界は良好

第 21 期 歴史・郷土学部は男性 16 名、女性 13 名の総勢 29 名で航海に出ました。授業では、地元東松山の歴史・文化に



海の底だったこと、城跡や寺院、観光、郷土の祭り、失われつつある農業文化のことなど・・・

高年齢差 30 歳。チーム最年少の私と S 口さんとは、地元県立松山高校の先輩後輩の間がらで、しか私の母親とは幼少のころ、地元野本小学校で同期生だった様なのです。

のチームには、陽気で頼りがいがある 3 人娘？がいます。私はこの 3 人の事を、親しみを込めて、頭で『D・M・Y』と呼んでいます。D 口さん、M 谷さん、Y 岸さんです。総務委員として、素敵なク名簿を作ってくれた他、学園祭のアトラクションのリーダーも担当してくれました。もう 1 つのアト



いつも隣の席からの確なアドバイ
をしてくれる O 澤さん、委員会や
ラブ活動でかわいがってくれる Y
さん（かわいがり、ではありません
）、お昼には、いつもお手製の総菜
振舞ってくれる N 岡さん、地元松
山で同期だった T 橋君（当時け

、新しい人達にこそ、是非味わって欲しい」と発言し、私が学部長になることを決意させてくれた Y ん。このチームには魅力的な人材が揃っています。

の程知らずの大役に、息苦しさを感じることもありますが、人間関係の構築と、脳トレの為には、こ上ない環境では無かろうかと感謝しております。また、皆さんの協力と応援を、背中に感じながら、大変心強く感じています。

後とも、ゴールまで皆さんと共に『楽しみながら』やって行こうと思います。



が好き、温泉が好き！

勤で様々な所に住みました
一番お気に入りです。自慢できる
「お気に入りの温泉地」



く定禅寺
のイルミ
ーションは
です。
かし、何と
てもお薦



、作並温泉は休み毎に楽し
もらいました。今でもあの頃
達と繋がっていることを嬉
思います。いつかまた、思
地を巡りたいものです。
らしと健康学部 大野 広

皆さん 遊びに来てけらいん

私のふるさと奥州市水沢は岩
手県南部に位置し、南に平泉、北
に花巻（大谷翔平選手のふるさと）
があり、北上川が南北にゆっ
たりと流れる人口6万人の城下
町です。緯度観測所・水沢競馬場
もあり、とても長閑な街です。

偉人の街・商人の街・天文台の
街・そして、みちのくの小京都と
して知られています。

文化や風習が京都そのものの、歴
史と文化が豊かに凝縮された小
さな街です。

〈〈おらが街の有名人〉〉

☆高野長英(江戸後期の医者・蘭
学者) ☆後藤新平(東京市(現東
京都)第7代市長) ☆斎藤實(第
30代内閣総理大臣) ☆小沢一郎
(衆議院議員・元自由党党首)
☆宮沢賢治(詩人・銀河鉄道)
☆石川啄木(詩人・盛岡市) ☆千
昌夫(演歌歌手)など多くの著名
な人材を輩出しています。

国際・文化学部 高橋 剛

大蛇伝説－私は信じる

昔から日本各地に大蛇伝説が
ある。岩殿山正法寺にも坂上田
村麻呂が悪大蛇を討伐し、蛇の
頭部が「鳴かずの沼」に捨てられ
たと伝えられている。



前、当が成る北海道で大蛇を半
で轢いてしまった経験がある。広
い道路を軽快に飛ばしていると
前方に何か落ちている。十数メー
トルまで近づくと農業用水をく
み上げるホースのようであった。
その上をゴトン、ゴトンとゆっく
り渡って行くと、様子が少しおか
しいのでバックミラーを覗いて
見ると、大蛇が鎌首をあげて私の
方を睨んでいた。その大蛇を例え
るなら、勝沼の大善寺「藤切り
祭」の藤蔓で作られた大蛇に色
も、太さもそっくりなのである。

歴史・郷土学部 岡崎 邦彦

の陽に 木漏れ日青し 大けやき
冬至の夕 鬼灯色の 広き空
歴史・郷土学部 ペンネーム…のぼうのいし
かたまり 針さすように 雨落ちる
くらしと健康学部 昌子 稔弘
四つたら 昔神様 今チャットGPT
ハッピーチの ネットで困れば チャットGPT
くらしと健康学部 ペンネーム…迅口遅能
高齢者 物価・税金 右肩上がり
くらしと健康学部 岩崎 順一
かな児が くつぬぎ捨てて はだしにと
母困らせる 春の公園
枕友の 夫君亡くなり 訃報には
泣きそうなのでと 手紙で届く
夜空に 肉球のような 雲浮かび
のほほんとして 風なせるまま
まな板の 音よく響く 秋がきて
ブリ大根を くつくつと煮る
口に似て 懷中電灯 トントンと
叩けば パツと つく時のあり
歴史・郷土学部 尾沼 綾子
病院の 帰りに寄った 公園の
母と見た日の 満開の梅
庭先の 鉢に植えたよ ミニトマト
赤く連なり 孫喜びて
ふるさとの 父が育てし みかんの木
はじめてなりて 母仏壇へ
日間らと 初めて歩く 七清水
和気あいあいと 語り合うかな

ク ラ ブ 紹 介

大活躍、心づいているより前半です

初心者大歓迎！「東松山スリーデーマーチに参加する外国人に英語で挨拶できるようになろう」がゴールです。毎週水曜日の3時から1時間、総勢18名でワイワイ行っています。講師は15年米国に住んだ経験から西村が務めさせてもらっています



先生のレッスンもあります。

初めてのレッスンは自己紹介、東松山の良い所・好きな所の紹介でした。もちろん英語です。ゴール目指して、張り切って学んでいます。代表 西村 俊輔

当クラブは会員数14名です。活動日は毎週水曜日で、講義終了後の午後3時30分から1時間半程度研修室でパソコンと向かい合っています。月2回は講師による丁寧な指導を受け、残りの2回はお互いに教え



ながら、楽しく・賑やかに復習や予習を行っています。

当面はワードを、最終的にはパワーポイントを学習していく予定です。新規入会は大歓迎ですので、興味のある方は研修室2においでください。

長い説明よりも伝える力の大きい1枚の写真。あなたの伝えたい1枚を撮ってみませんか。

毎月第3水曜日15時15分～17時まで研修室3で勉強会をしています。スマホやカメラで撮った写真をプロ



ジェクタ
ーに映し
て、※自



分の色を美しく、※人物を印象的に、※風景をきれいに、※集合写真を上手に撮るには等、ちょっとした裏ワザを共有しながら、技術の向上に励んでいます。また、年4回の撮影会と年1回の

高田博厚彫刻群、地域活性化に

東武東上線、東松山市の玄関口「高坂駅西口 高坂彫刻プロムナード・高田博厚彫刻群」の32体は29年間、四季折々の朝夕にこの街と人々を見守っています。彫刻家、文筆家、哲学者等の様々な顔を持つ高田博厚の世界とその彫像、人物を、お年寄りから次世代の子供たちにも楽しんでもらえるようにスリーデーマーチや地域支援の月例市民ウォーキングでのガイド等をしてきました。

これからは近隣の市町村とも



プロムナード」の賑わいを盛り立て、「HAKKO MARCHE」「祭り」等の実現を目指していきます。身近に芸術を楽しみ地域の活性化をめざし、社会貢献を一緒にしましょう。

代表 渡辺 和恵

毎週水曜日授業終了後、体育館では軽快にピンポン玉の音が響いています。第21期の卓球部は男性7名、女性9名の計16名の部員数です。経験のなかった方もはじめはぎこちない動きでしたが、3ヶ月もすれば経験者と同じように軽快なフットワーク



ける卓球は、健康によくまたストレス解消にも最適です。ご多分にもれず、わが卓球部も女性のパワーに圧倒されていますが、素晴らしい仲間と恵まれた和気あいあいとしたチームです。

太極拳クラブは、現在クラブ承認ギリギリの5名です。毎週木曜日15時15分から1時間半、第20期のメンバー9名と一緒に体育館で練習をしています。



練習は台湾出身の林沙梨^{リン サリー}先生に指導していただき十五式、二十四式、不老拳、百華拳のほか、太剣、太極扇など色々な演舞を練習しています。太極拳はゆっくりとした動きと腹式呼吸を組み合わせた全身運動で、高齢者にも無理なく受け入れ、健康維持に最適なスポーツです。現在部員

めさ 9 は秋又二十四札所元巡じ 9

メンバー31 人が電車に乗って秩父札所を巡っています。札所から札所へ歩いて、歩いて、歩いての遍路クラブです。境内でおにぎりの昼食や、秩父名



所へ足を延ばしている人、四国巡礼を計画している人もいます。「札所巡りは癖になる。」と云った人もいます。名言ですね。

次回は秋 ススキのゆれる秩父路を歩

部員 9 名の少数精鋭の私達が、歴史を訪ねる旅を始めました。

記念すべき第 1 回は、『渋沢栄一生誕の



さんの講義を聞き、菩提寺の華蔵寺では渋沢家の御位牌を拝見等々。貴重な、そして楽しい体験ができました。

これからの旅は、①日本一の板碑と災害伝承碑と彫刻を訪ねる ②昔むかし秩父は海だったツアー ③毛呂山の流鏝馬^{やぶさめ}を楽しもう ④秩父吉田の龍勢祭り等々です。歴史を楽しむのはもちろんですが、忘れちゃいけないのは、グルメ!! 地元

800 年以上前に出来た鎌倉街道上道の痕跡を探しながら、月に 1 回のペースで歩いています。公共交通機関を利用し現地へ行き、街道沿いの名所旧跡を見て学んで歩き、



せっかく出掛けたのだから現地の美味しい食べ物を探し食べて、公共交通機関を利用し帰って来る、緩い旅をする男性 5 名、女性 16 名のクラブです。群馬県の安中市をスタートし、埼玉→東京→神奈川に入り、最終的に鎌倉にゴールすることを目指

「仲良く、明るく、楽しく」がモットーの9

メンバーの親睦を深め、健康年齢を10歳若返らせることを目標に、このクラブを立ち上げました。月2回、第1、第3土曜の午後1時から



初心者10人、経験者6人の初々しさ120%。ボールが言う事を聞いてくれず苦戦する中、Nさんがホールインワンを、Tさんは2回目で連続バーディ。

歓びの声と落胆の声も入り混じるなか、「歳を忘れる時間」を楽しんでいます。新たな仲間

21期ウォーキングクラブは、健康とおいしい空気・楽しいコミュニケーションを求めて集まったシニア23名で構成されています。活動は8月を除き毎月1回行います。



班任せですが、楽しい場所を設定していただけると期待しています。



6月に第1回記念「高坂七清水めぐり」を行い、終了後近隣の名物をいただきました。会員は随時募集しています。お気軽にお声がけください。お待ちしております。代表 土井 輝幸

5月にはタマネギ、6月にはジャガイモが大豊作でした。畑ではサツマイモ、ヤツガシラが元気にぐんぐん伸びています。同時に草も元気。暑い夏には草とのバトルが待っています。



秋から初冬にかけては、根菜類の収穫が楽しみです。サトイモを使っの芋煮会も計画されておこれも大きな楽しみです。個人の畑では、キュリ、トマト、ピーマン等、夏野菜がどっさり。こども食堂へもお裾分けしています。

代表 伊藤 健司

年目の家庭菜園

健康と、趣味と実益を兼ねた家庭菜園を始めてから、8年が経ちました。20年から始めた畑も徐々に増え、現在では100坪の畑を耕しています。健康のために始めた家庭菜園です。



これによる子煩悩で作業していきなり。しかし、近はいささかしんどくなくなってきました。現在、かなり経験を積んできましたので、植える種類も多くなり、葉物や根菜類、芋類等、1年を通して20種類以上の野菜類を作るようになりました。後期高齢者に突入、いつまで続く!?
くらしと健康学部 福田 國臣

本中を旅して歴史的建築物に出会う

建築物に興味を持ったきっかけは、子供の頃祖父の家の近くに建つ瀟洒な洋館を見たことでした。そこを通る度に心ワクワク、いつかこんな家に住みたいと憧れていました。

先日は水戸に移築された旧水海道小学校を見学しました。明治14年に建てられた擬洋風建築の美しい



な。使い込まれた手摺りや色鮮やかなステンドグラス、並べられた小さな机とイス、当時の落書き、まるでタイムスリップしたようで時の経つのも忘れます。

国際・文化学部 西川 恵子

に魅せられて

私の趣味はガーデニング、これ32年前に遡ります。あれはマイホームを建てたとき、我が家の庭は何もない状態でした。そこへ薔薇の薔薇苗木を頂き、それ薔薇の神秘的な魅力に引き込まれ、その薔薇を主木



これをかさ立てるべく庭のデザインを考えた。少ない予算で(ここがみそ)、あ〜したい、したいと妄想するのが楽しくて、はまってきました。今は宿根草の花ガラ摘みや剪定作業。庭のパトロールが日課になりました。以て仕事の合間の癒しライフワークになった今の頃です。
くらしと健康学部 新井 清美

に惹かれて二胡で脳トレ

結婚した娘の置きみやげの二胡を弾いてみようと思い立ち、二胡の教室に通い始めた。二本で様々な曲が弾ける。その音色はやわらかくやさしい。まだまだ未熟だが、がんばる楽しもうと思っている。

ないでネ。指を使う事はいいのよ!とハッピーなけられている。「アメリカグレイス」や「浜千鶴」が弾けた、嬉しかった。今日も二胡で脳トレ、レ!



棒高跳びのバーくらい高く見えました。しかし、編集長の超強刀なリーダーシップの下、ここまで完成し、驚きと共に自画自賛しています。我が編集長に大感謝です。

同時に、自治会役員、事務局、各クラブ代表の皆様、また、自由投稿にご参加下さった皆様、本当に力有難う御座いました。皆様と共に作り上げた「きらめき」を、篤とご覧下さい。