



シルバーだより

No. 369
令和3年10月1日
荒川シルバー大学
荒川区荒川3-49-1
理事長 岡田芳子
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— 本に出会う —

音楽教室講師 飯島 純子

コロナ禍で世の中は変わり、人はマスクで顔を隠し、心まで塞ぎがちな日が続いています。そんな中、趣味に没頭したり、好きなことに時間を使うことができれば、気分転換になり、ストレスも少し和らぐことでしょう。まさにシルバー大学の皆様がそうでしょうか。

私は退職後、時間にゆとりができたので、やれるようになったことがいくつかあります。そのひとつが読書です。仕事をしている間は、本を読む暇はあまりありませんでした。今は、行き当たりバッタリに本を選び、興味の赴くままに読んでいます。ですから、どんな本といつ出会うかがとても楽しみなのです。

数年前こんなことがありました。「ゆいの森あらかわ」を訪れた際、入り口を入り正面の書架に山田風太郎「エドの舞踏会」がありました。タイトルは知っていたので、手にとった時読んでみたくなり借りてきました。鹿鳴館を華やかに彩った明治の元勳とその夫人達にまつわる物語で、とても面白かったのです。この中で興味をかき立てられた部分がありました。それは、大正から昭和にかけて二枚目歌舞伎俳優として名をはせた、15代市村羽左衛門(うざえもん)のことです。彼の出生の秘密(日米の混血?)についてふれていて、以前母から聞いた話を思い出し驚きました。



そして、詳しくは里見弴(さとみとん)の「羽左衛門伝説」に出ているとあったので、早速読んでみたいと思いました。図書館で検索してもらったところ、大分昔の本で、どこにも無さそうだと分かると、尚手に入れたいと思いました。そこで、アマゾンに頼み、数日して、何と愛知県古書店から送られてきた「羽左衛門伝説」を手にすることができました。昭和30年発行の本なので紙の質はよくありませんが、その装丁の素晴らしいこと。ハードカバーの全面に羽左衛門らしき歌舞伎の絵姿が描かれていて、「今時こんな本は無いな」と感動しつつ読み進めました。今大事に本棚にしまってあります。

一冊の本を読んだことから、また別の本とめぐり会うことができた嬉しい経験でした。

コロナ禍でも、脳が活性化するよう本を読んで、これからも知らない世界への扉を開けていきたいと思います。

《《 ゴッホの自画像 》》

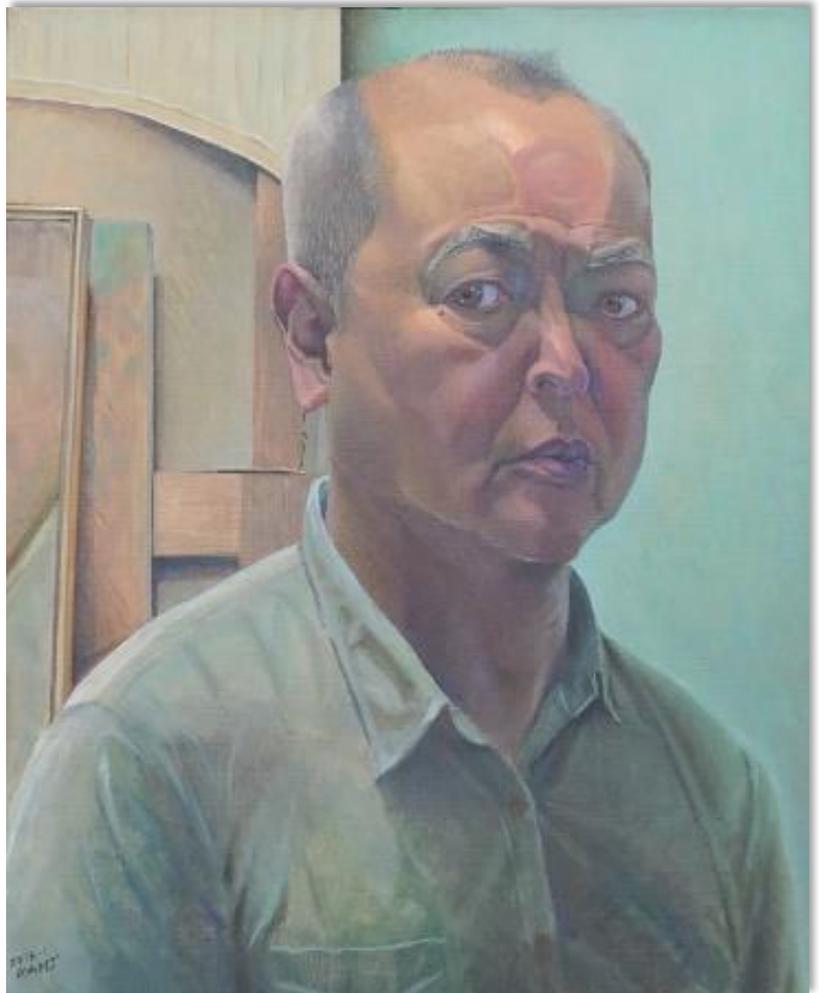
パステル・絵の具画教室講師 永井 克巳

ゴッホは、晩年まで自画像を描き続けてきた。その枚数は、油彩画だけでも40枚を超えるという。私が一番好きなゴッホの自画像は、「包帯をしてパイプをくわえた自画像」である。この作品は、ゴッホが、パリからアルルの「黄色い家」に移住し、ゴーギャンとの共同生活をしていた頃の作品だ。ゴッホが『耳きり事件』を起こした1ヶ月後に描いた作品と伝えられている。眼光は鋭く、躍動するような筆のタッチが、強烈な印象をあたえる。

ゴッホは、画業10年程の短い期間に、なぜ40枚もの自画像を描き続けたのだろうか。ある美術雑誌に「モチーフが自分自身なのでモデルがいらない。鏡があればいつでも描ける。つまり、人物画を描くための習作として自画像を描き続けたのであろう」とあった。だが、自画像は、肖像画・人物画とは異なる。たとえそのような理由であっても、作品からは安易な姿勢は、全く感じない。そこがゴッホの凄いところなのだ。

「包帯をしてパイプをくわえた自画像」を見ると、パイプの煙がユラユラ動いているように見える。耳を切り落とした不安定な心境が伝わってくる。ゴッホの当時の息づかいや鼓動までが伝わってくる。ゴッホの自画像は、何回見ても何時間見ても飽きない。凄いと思う。

私も自画像は、年に1枚は描いている。ゴッホと比較すると1割にも満たないが、描いている時は、気持ちが高揚して緊張する。年々、頭髪は薄くなり、白髪やシワが増えて老いを感じるが、眼光は鋭く輝き、若い時と変わらない。体力は衰えても気力は十分にあることが、自画像を描くと解るのだ。シルバー大学の「パステル・絵の具画」講座でも、自画像や人体クロッキーを描いているが、その時の学生さんの真剣な眼差しは、鋭く輝き、衰えを感じない。自画像を描くことは、自分自身を見極める特別な行為なのだ。私もゴッホのように、生涯、自画像を描き続けていきたいと思っている。



永井講師自画像

《《 「読書・心の旅」教室に参加して 》》

近年、「読書ばなれ」「活字ばなれ」が指摘されています。私もその一人です。要因は様々あるが、私の場合は、「老眼が進んで目が疲れる」が、一番の理由でした。また、理解力、記憶力、集中力が低下し、続けて本を読む忍耐力がなくなってしまうことも原因です。

私は、元々は読書が趣味で、空き時間にはいつも本を読んでおりました。しかし、現在は加齢を理由に本から久しく遠のいてしまいました。先頃、米国の医学誌が、1日30分以上読書をすれば、死亡リスクが20%減少する。また、読書習慣がある人は、ない人よりも約2年寿命が長い、との調査報告が発表されたと、ネットの記事に掲載されました。



読書がもたらす様々の効果やメリットは十分承知していますが、長生きにつながるとは思いませんでした。科学者の考えによれば、読書が加齢による認知力の低下を食い止め、認知機能を守ると表明しています。

今年度「読書・心の旅」教室の受講は、まさしくこれから先の私の健康に恩恵をもたらす講座になると確信しました。この講座に参加し、再び本と触れ合う機会ができ、読書を通し「脳健康」を増進し、皆さんと語り合う中で「心の世界」を広げ、豊かな幸せな時間を過ごしたいと思います。

(読書・心の旅教室 北潟 園枝)

《《 スポーツ安全保険について 》》

福利厚生部長 堀内 邦雄

学生・講師・助手・事務局員全員保険の「スポーツ安全保険」は、設置3年目となりました。フラダンス・健康体操・気功教室がスポーツとして見做されていますが、シルバー大学では、年間5件程度の事故が発生しており、今までは主に登下校歩行時と自転車の転落事故となっています。

登下校の往復中や、授業中、教室の外部での行事や旅行などでのケガなど、団体・グループでの活動中の「傷害」や対人・対物の「賠償責任保険」などを補償しています。

死亡・後遺障害と傷害保険金が最低1日目から30日間限度の通院、入院は180日限度で支払われます。

加入区分のB型(上記3教室)以外では、通院1日に付き1500円、入院1日に付き4000円が支払われます。傷害事故以外では、シルバー大学活動中に熱中症やウイルス性食中毒も事故として補償されます。

シルバー大学活動中に、身体的に何か異常がありましたら、「教室代表」を経由して「福利厚生部」の部員へ状況をご連絡下さい。



☆俳句教室作品より・・・初秋の句より☆

たまゆらに方丈記など秋燈 京
古木戸や老の二人の秋灯し 謡
重陽や残照淡き富士の嶺 智
オリパラの炎消えゆき秋燈 みつえ



10月の予定について

○10月のコロナワクチン接種会場について

生涯学習センター三階は、新型コロナウイルスワクチン接種会場として11月末日まで延長されました。三階使用教室の皆様は、ご協力会場にての受講となります。よろしくお願い申し上げます。

○10月役員会の開催日時について

常任理事会：10月6日（水）午後0時30分～1時30分

教室代表者会：10月6日（水）午後1時30分～3時 会場：四階・音楽室

※ 荒川シルバー大学ホームページ更新履歴

9/24 パソコン・9/21 今と昔の歴史散歩・読書心の旅・9/16 社会科見学・合同講義プログラム 9/2 ご挨拶・お知らせ・シルバー便り 8/23 パソコン・英語

◆◆◆◆◆ 学園日誌（9月） ◆◆◆◆◆

1日	常任理事会・役員会	29日	シルバーだより 369号作成
17日	学園祭打合せ（ムブ町屋にて）	30日	合同講義
28日	広報委員会		

※事務局だより※

① ふれあい館・ひろば館・各施設利用についての点検票提出等について

1. 利用者全員が発熱していないことを確認し、「検温済」欄にチェック
2. 退室時、点検が終わりましたら「貸室点検表」の提出
3. 退室時、「貸室利用者名簿」の提出（コロナウィルス感染者発生時対策）

② 11月の公開教室のお知らせ

11月は各教室の授業をどなたでも見学できます。来年度の申込の参考になさってください。密にならないよう入場人数に制限を設ける場合がありますので、事前に事務所へお問い合わせください。



事務所 TEL3801-5740 FAX3801-5691 室長：田原
(ホームページ) <http://www.arakawa-silver.com/>