



シルバーだより

No. 407
令和 7 年 3 月 1 日
荒川シルバー大学
荒川区荒川 3-49-1
理事長 箭内忠義
TEL 3801-5740
FAX 3801-5691

— 令和 6 年度の終わりに —

学長 木村 國子

令和 6 年度も 3 月でいよいよ終わりを迎えます。皆様にとって今年度は、どんな一年でしたか？

私は思いもかけぬ大病を患い、人生転換を迫られる一年でした。普段、当たり前と思って気付かずにいたことの大切さを改めてかみしめています。

*食事が美味しく食べられること

*食べた物がしっかり消化され、血となり肉となり、骨となり、動けること

*自分の足で歩けること

これらの基本的なことに支障が出て、食べると腹痛が起こったり、どんなに栄養のある物を食べても体重がどんどん減っていったり、食欲がわかなくなったりしたら、筋肉は衰え、骨も弱くなり、歩くことさえ困難になります。

長い人生の中で、皆さんも思いもかけない困難な状況に遭遇することがあるかも知れません。その時、多分、ショックを受け、一時は落ち込むことでしょう。

「何で私が？ 突然に？」

「でも、この落ち込んだ気持ちのままで一生を終えていいの？ 暗い気持ちで一生を終えるより、できないことは諦めて、今できること、楽しめることを探して、幸せな気持ちで毎日を過ごした方が良いのでは？」

心の声が聞こえ、この考え方で、残された人生を送ろうと決めています。

折しも、友達が素敵な言葉を送ってくれました。

あ、会いたい人に会う

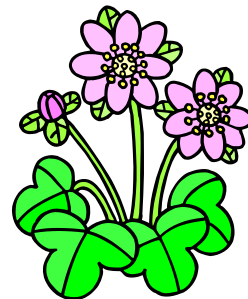
い、行きたい所に行く

う、嬉しいことをする

え、笑顔でいる

お、美味しい物を食べる

目下、これを実践中。



ところで、皆様の一年間のシルバー大学での生活、活動は、如何でしたか？一年間の終わりに当たり、是非この機会に振り返り、自分にとって良かったこと、残念だったことを考えてみて下さい。できれば、良かったことをなるべく沢山挙げられると良いですね。改善点にも明るい先が見えてきますよ。



令和6年度は、増山美代子さん、山泉昭子さん、
山田紀子さんが、荒川区社会教育功劳賞を受賞
なさいました。



令和6年11月26日、サンパール荒川大ホールにおきまして、荒川区功劳賞の表彰式が行われました。

《《 荒川区社会教育功劳賞をいただいて 》》

昨年11月26日に、荒川区功劳者として新荒川区長の滝口学様より、表彰状を賜りました。

地域自治会活動に尽力され、地域の発展に功劳顕著であった今井完様、尾久消防団団長として長年にわたり地域防災の向上に貢献し、区の発展に功劳された山本勝様、桐タンスの仕上げの技術、桐材をはぎ合わせの技術を生かし木目の美しさを磨き上げ、荒川区の指定無形文化財保持者に認定された村井泰雄様他、立派なお仕事をされた方々110名の中に名を連ねて頂き、ありがとうございました。

定年退職後に荒川シルバー大学に入学して学びながら、パソコン教室・硬筆の教室代表・地区班長・町屋地区長をさせて頂き、振り返ったら20年余りが過ぎていました。今と違い以前は、「シルバーだより」を一軒一軒に配って歩くのが班長の役目でしたので、暑い日、寒い日、大変な時もありましたが、暖かい言葉をかけて下さる方もいて心とらぐ時でもありました。陰ながら人の為に尽くしたい思いは変わりません。

(町屋地区長 山泉 昭子)

《《 私の20年 》》

大人の幼稚園、と言う人もいますが、私にすれば、二度目の入学です。

友人に誘われて、いくつかの教科を受けて20年余り。挫折することもありましたが、30以上の教科の中から自由に選択できて、何年でも勉強ができるというのは、素晴らしいことだと思います。

そして令和5年度には、創立40周年を迎えることができ、素晴らしい記念誌が出来上がりました。

また秋には恒例の学園祭が開催され、荒川区長様をはじめ多くの方にご祝辞を頂戴し、学生一同感激しております。

これからも一日一日を大切に元気に、荒川区民として暮らしていくつもりです。社会教育功劳賞を頂き、ありがとうございました。

(荒川地区長 山田 紀子)



おめでとうございます



《《 茶道教室のご紹介 》》

令和7年度茶道教室担当講師 山田 宗奈

日本を代表する伝統文化「茶道」は、お茶でのどの渴きをいやすだけのものではなく、日本の生活総合文化であるとともに、人格を練成し精神性を高めるという創造的な活動です。日本人が守り続けてきた伝統文化、人間関係、生活、心配りの大切さを身に着けることが可能になります。一碗のお茶を通して、慌ただしい日々の中でつい見失いがちな素直な気持ちや、身の回りの人達への思いやり、季節の移ろいを敏感に感じとり心のゆとりを得てゆきましょう。

室町時代後半、足利義政のころに精神性を重んじて「心」を大切にする茶道が形づくられ始め、千利休により茶道が確立します。その利休の血脈と茶の心は500年経った今も受け継がれています。



相手を思いやる心を育む中で、自分の心を見つめる「道」である茶道は、生活に潤いを与えます。美しい動き方が身につく、花やお菓子から季節を感じる、書や工芸に触れるなど沢山の学びがあります。日本だけでなく、世界中で多くの方が学び楽しんでいきます。

茶道教室では、皆とおいしいお茶を楽しむことを第一に、お茶の頂き方やお菓子の食べ方などの基本的な所作から、最後は、椅子に座って抹茶を点て、お客様に振舞えるよう稽古をします。学園祭はその発表の場です。家庭でもできる、お盆の上で抹茶を点てられる盆略点前や、道具の名前や扱い方など基礎を学びます。地域で開かれる茶会のご案内もするので、ぜひ気軽に茶会にも参加してみてください。

《《 盆踊り(民踊舞踊)教室のご紹介 》》

令和7年度盆踊り(民踊舞踊)教室担当講師 松本 静江

6歳の6月から、民舞・新舞踊を習い、学業・仕事・子育てを終え、また大好きな踊りに戻り、今に至ります。今は、新舞踊・盆踊りを中心に教えています。不思議なもので、60歳過ぎた頃から、前よりもっと踊りが好きになり、本来教えることが好きな私なので、気づいたら、あちらこちらで踊りを教えていました。



私の稽古は、楽しく、笑いあいの練習です。でも、何でもそうですが、基本が大事だと思います。間違った所作のままでは進歩はありません。皆で考えたり、直したりで、上手に仕上げたいです。自己満足ではなく、他の方から「上手くなったね」と言われるようになったら嬉しいです。発表の場・ボランティア等ありましたら、是非参加して踊りの楽しさを見て欲しいです。そして見た方が、「楽しそうね、私も踊ってみたい」という気持ちになり、学生さんが増えたら良いと思います。

私の練習法としては、ビデオ撮りして自分を見ることです。自分の踊りを見て、初めて違いを知り、それから悪いところを直すという方法です。盆踊りは、地元荒川音頭から、各地域の盆踊りを練習します。名古屋・大阪は、メリハリのあふ、楽しい踊りが多いです。東京音頭は、各先生方独自の振り付けで作り上げた盆踊りが多数あります。盆踊りは全国にありますから、簡単なものから面白い踊りなど練習します。そして、楽しい教室を目指したいと思います。

三月の行事

令和6年度 閉講・卒業式

日時：令和7年3月19日（水）

午前10時～12時

会場：サンパール荒川 3階 小ホール

（受付9時30分～）

- | | | |
|----------|---------|----------|
| 1 開式の言葉 | 7 学長賞授与 | 12 閉式の言葉 |
| 2 理事長挨拶 | 受賞者謝辞 | |
| 3 卒業証書授与 | 8 感謝状授与 | |
| 4 学長式辞 | 受賞者謝辞 | |
| 5 卒業生答辞 | 9 祝電紹介 | |
| 6 奨励賞授与 | 10 学長祝辞 | |
| 受賞者謝辞 | 11 校歌斉唱 | |



交歓会のお知らせ

日時：令和7年3月19日（水） 午後1時

会場：サンパール荒川 3階 小ホール

平成30年3月以来、コロナ禍に阻まれ、開催不可能となっていた交歓会が有志の方々により、久々に開催されます。

◆◆◆◆◆ 2月の学園日誌 ◆◆◆◆◆

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1日 令和7年度学芸会会場申請（施設部） | 18日 広報委員会 |
| 5日 常任理事会・役員会 | 20日 卒業証書・奨励賞・学長賞・感謝状 賞状準備 |
| 7日～21日 令和7年度募集受付 | 26日 シルバーだより407号作成 |
| | 28日 学芸会 |



※ 事務局だより ※

1. 令和7年度の募集申込み受付について

募集受付が無事終了致しました。区の高齢者福祉課、生涯学習課、広報課、区民施設課、生涯学習センター、荒川ケーブルテレビ、各町会、荒川区高年者クラブ連合会他、皆様より多大なるご協力をいただき心より感謝申し上げます。シルバー大学役員の皆様方にも感謝申し上げます。

2. 受講生二次募集について 各教室の若干名の追加募集を致します。

日時：3月3日（月）～7日（金） 時間：13時～15時 会場：シルバー事務所

（事務局）TEL3801-5740 FAX3801-5691

（ホームページ）<http://www.arakawa-silver.com/>

室長：田原