



# 長寿大学だより

2023年7月号

令和5年7月1日

編集・発行:長寿大学47期生

広報委員会

我孫子を知り、趣味を広げ、新しい仲間を作ろう

**長寿大学は今年、創立50周年を迎えました**

4月21日 ~長大入学式~

## 半世紀を経た50回目の入学式行われる!

湖北地区公民館（愛称：コホミン）で、3年ぶりに全校生参加のもと、50期生44名（男性17名、女性27名、平均年齢74.6歳、最高齢90歳）の入学式が行われました。今年度は、「第50回入学式」という半世紀を経た記念すべき入学式となりました。



# みんなで楽しく今年も生きがいづくり

~我孫子をもっと好きになりました~

**4年間授業で巡った我孫子**

**47期の授業から**

**1年：湖上から見る我孫子**  
手賀沼と水神山古墳

古墳があることも初めて知る



**2年：我孫子と白樺派の足跡**

我孫子駅の誕生

素通りしていた、顕彰碑。  
我孫子駅誕生の歴史。  
先人に感謝



**4年：布佐史跡めぐり**  
鮮魚街道 網代場観音堂  
利根水運で栄えた布佐



三樹荘へ続く天神坂

白樺派の文人も通った道?



**3年：湖北散策&谷津ミュージアム**

観音寺

将門神社

観音様はどこ向いてる?

今に残る将門信仰



**今も自然が残る谷津ミュージアム**

昨年11月訪れた谷津ミュージアム。紅葉の中、谷津の自然とそこに生息する動植物を観察し、豊かな自然に感動しました。また、谷津保存のために多くの市民が活動していることも知りました。

ここでは年間を通してイベントが開催され、特に「ホタル観賞会」は夏休みの子供達に人気です。（今年は7月29日土曜日に開催予定）



ここはどこ? 我孫子?

蛭池



みんなで何見てるの?



めだか

# 長大46期生卒業式

# 調理実習&シニアヨガ

47期の  
授業から



46期生の卒業式が2月21日に行われました。コロナ以降、初めて全校生徒が出席しました。卒業生44名（女性24名、男性20名、平均年齢74.6歳、最高年齢83歳）で、4年間皆勤10名です。皆さん元気にあふれ、希望にあふれた巣立ちと言っても過言ではありません。生き生きシニアライフ送ってください。

## シニアヨガ



硬くなった体をほぐす。ヨガの基本「呼吸を意識」して！少し若くなった気がします。

## 調理実習



フレイル予防の実践調理。講師と同級生の女性に教えられながら、みんなで楽しい授業でした。今ではネットでレシピを見ながら酒の肴を作っております。（男の得意顔！）

## 七宝焼きの額絵

学祭での展示



硝子板に下絵を描き焼きます。それから下絵に色を入れてまた焼きます。焼き上がった色に感動！赤色を入れるのが一番難しいそうです。



みんなで、楽しく、いただきます！



～今までも、これからも～

## みんなで市民活動～他にも、4つの活動が動いています～

### 健康体操

いつまでも元気に、生涯現役



授業後に健康体操を始めました。仲間と一緒に体を動かします。筋肉と脳の刺激は、フレイル、認知症の予防に効果抜群です。



### あびこ綺麗にし隊

みんなで楽しく清掃



“きれいな街あびこ”を目指し、昨年9月から今年5月で8回目の出動です。我孫子市内を縦横無尽に拾いまくります。吸い殻、マスク、ペットボトルがゴミの定番です。通りがかりの人の会釈に感激！今後も楽しくあびこを綺麗にします！

詳細はネットで検索

我孫子市長寿大学 X

検索

## 長寿大学について

1974年(昭和49年)開設された全国でも珍しい4年制(当初2年間は1年制)の生涯学習大学。市の歴史や文化、一般教養、世界の話題など幅広く学習し、今年度で半世紀を経て50回目の新入生を迎えました。卒業生は延べ2,000人を超えて、仲間とともに元気な高齢者として、地域活動や、文化活動に励んでいます。

## 編集後記

長寿大学は半世紀たった今もなお、楽しく学び、楽しく集うところです。コロナ禍でも、中断する事無く続けられた学びの姿を伝えたい。そんな思いで編集しました。どの記事もみんなで楽しく、元気に活動していることを感じていただけたら嬉しいです。

47期(4年生)広報委員一同