

長寿大学だより

2022年7月号

令和4年7月1日

編集・発行:長寿大学46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

長寿大学で学ぶ
それは
あなたの明日を変える



仲間と共に「長寿」

長寿大学の魅力である「仲間と共に」という活動のため、昭和51年から毎年、みんなで随想を書き留めた文集「長寿」を発刊しています。内容は、長寿大学での学び、遠い昔の体験、故郷や旅の思い出、我孫子への思い、日々の生活や家族のことなど、お互いの新しい一面を発見できて、一層の絆を深めています。

令和4年3月には第47号を発刊しました。

執筆の思い!

Kさん(目次②)

40年以上続けていたダンスなどの運動をコロナ禍で止めたらコロナ太りに至ったので、元のスリム体形を取り戻す意気込みを書きました。
お気に入りのドレスが着られるよう頑張ります!

Tさん(目次①)

昨年秋、近畿地方に1300年前からある観音霊場17寺を参拝してきました。訪れた寺院はそれぞれ多様な歴史と変化の中でその威容を保っており、私は感慨深いものを感じたので書きとめました。

学 習
思 い 出
体 験
健 康
家 族
地 域
旅 行
趣 味



昭和51年創刊当時

②

「長寿」47号の46期生の目次

①

- 恒例の大学祭
- 楽しかったサークル
- 思い出のコンサート
- 家庭菜園
- 愛するインコ
- 三度の折
- 西国三十三観音霊場を訪れて
- この一年を振り返って
- 地球の気温上昇
- 抑えることが出来るか?
- 大河ドラマ「青天を衝け」
- 我が家の「ねこ」の出会い
- 五年間の出来ごと
- 第三の句集
- 横山ヤンタさん
- 早朝散歩
- 「あなたへの手紙」(3)
- 木下駅周辺と川めぐり
- 家族のふるさと
- 私の奥の細道
- 輪行がけないブルジョアの旅
- 思ひがけないブルジョアの旅
- 長寿大学入学のいきさつ
- 米作り体験
- 趣味と健康
- 東おとこに京おんな
- 夢の中へ
- ある電話
- 年齢と運動
- 箱根駅伝
- 才根デイオ・趣味と私
- 孫芸クラブ
- 園芸一日一万歩
- 日標あいサロン
- ふれあいから歴史を学ぶ
- 司馬作品から歴史を学ぶ
- 我が家の愛犬
- 運動をやめた証
- 大切なお産
- 娘の出産
- つれづれなるままに
- パラサイト「寄生虫」



長寿大学では南新木にある農園で年間四〇種類以上の野菜・花を栽培・収穫しています。

- ・ 適度な運動になる
- ・ 収穫の喜びを感じる
- ・ 季節を感じる
- ・ 自然の野菜に愛着がでる
- ・ 新鮮で美味しい
- ・ 経済的メリットがある
- ・ 土に触れて癒される
- ・ 無農薬の安心野菜が採れる

その家庭菜園を行うメリットは、次のようなこととされています。
・ 収穫の喜びを感じる
・ 季節を感じる
・ 自然の野菜に愛着がでる
・ 新鮮で美味しい
・ 経済的メリットがある
・ 土に触れて癒される
・ 無農薬の安心野菜が採れる

野菜を栽培しています

野菜栽培や花作りが目覚め、家庭菜園やガーデニングを趣味にする高齢者が増え、ある生活基本調査によると、男性シニアの趣味活動のトップにも挙げられているようです。

45期生卒業式令和4年3月24日



45期生の卒業式が3月24日に行われました。卒業生は41名(男性14名、女性27名)で平均年齢73.7歳、4年間の皆勤賞が6人に贈られました。

多くを学び、固い絆で結ばれた卒業生は、これから地域社会でいきいきと元気にシニアライフをおくっていくことを誓いました。

49期生入学式令和4年4月19日



4月19日に49期生を迎える入学式が行われ、式では市長メッセージ(代読)、丸教育長より歓迎のご挨拶、在校生歓迎の言葉などがありました。

今年の新入生は49名(男性27名、女性22名)、平均年齢73.3歳で、厳粛な式のなか新たな仲間とともに学んでいくことに、期待を膨らませました。

46期生のあゆみ

伝統工芸～七宝焼による額絵作り

七宝焼は釉薬(ガラス質の粉)をのせた銅板などの表面をかきとる様に線画を描き、焼付ける伝統工芸です。

皆さん、初めての経験でしたが夢中で額絵を描き、七宝焼の奥深さを感じる体験となりました。



癒しのアイテム～ハーバリウム作り

ガラス瓶にドライフラワーを入れ専用オイルを流しこむと、水中花のようにゆらゆらと華やかに咲き、感動しました。

花本来の美しさを立体的に鑑賞でき、フラワーインテリアとして楽しめます。

～ハーバリウムは「植物標本」を意味します～



これらの作品はコホミンとアビスタで展示されました。

安心して生活するための健康と介護

加齢や病気などで日常生活が困難になった場合の介護のポイントについて学びました。

特に、車いすで移動する際の操作や乗り心地を体験しながら、移動介助のコツを覚えしました。



屋外で楽しくグラウンドゴルフ

6月の梅雨の晴れ間、軽スポーツとして人気の高いグラウンドゴルフを五本松運動広場で楽しみました。

みんなドキドキ、ワクワクしながら集中力を発揮し、仲間との親睦をさらに深めました。



長寿大学について

昭和49年(1974年)に1年制、昭和51年(1976年)から4年制で開設されている我孫子市の公民館学級のひとつ。「つどう場からむすぶ場に」
「まなぶからまなびあう」「学習を地域に還元する」という公民館の特性に沿って活動。

卒業生は延べ2000人を超えている。

ホームページ



編集後記

長寿大学だよりを創刊して2年目になります。初年度の記事内容を踏まえ、長寿大学の活動がより多くのみなさまに伝わるように、この3月に発行した第47号「長寿」を中心として、掲載記事を選定しました。長寿大学に更に興味を持って頂ければ幸いです。

46期(4年生)広報委員一同