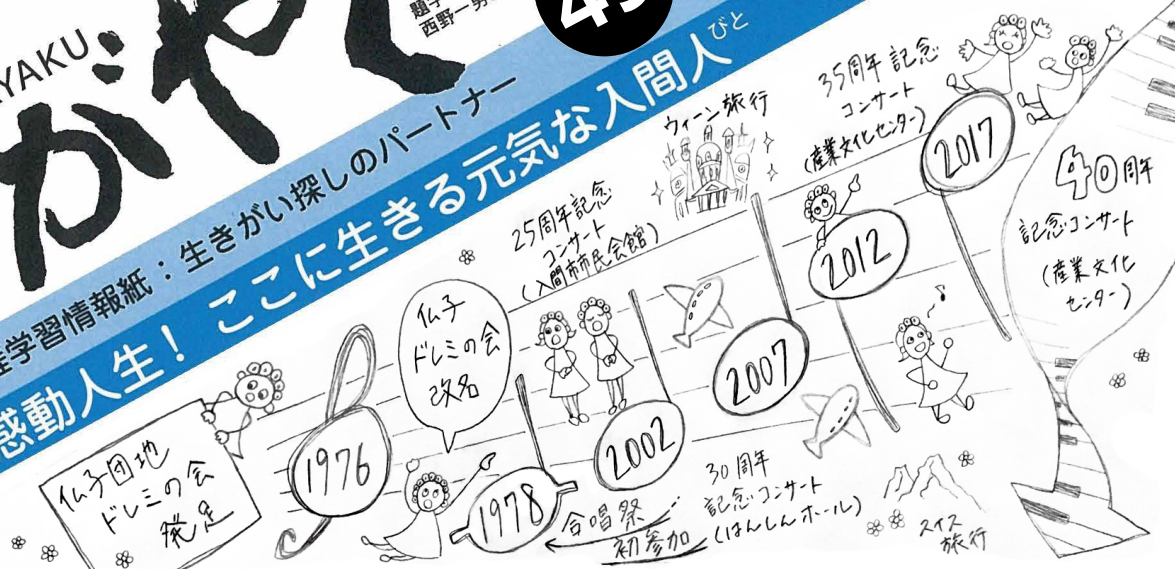


# KAGAYAKU かがやく

題字：木版  
西野一男さん

49

生涯学習情報紙：生きがい探しのパートナー  
感動人生！ここに生きる元気な人間



## ■ 仏子ドレミの会 (西武公民館) 人生は歌声と共に♪

前向きで、穏やかで、明るくて、仲良し!! 歌うことが大好きな女性コーラスグループ『仏子ドレミの会』をご紹介します。

結成して42年。その活動年数の長さには、感心したり驚いたり。メンバーは22人で、6代から80代。初期メンバーも6人いて、ジャンルを問わず楽しく歌っています。

昭和48年に『仏子団地』ができました。しばらくして、コーラス講座に参加した住人が団地の親睦を目的に呼びかけ、その名も『仏子団地ドレミの会』を結成。昭和51年10月のことでした。集会所で歌い始めましたが、会は盛況を極め、集会所は程なく手狭となり公民館へ。それを機に名称も『仏子ドレミの会』と改め、団地以外の会員も増えました。多い時には50人の大所帯。そのうえ子育て中の若いお母さんたちは子どもを連れていましたから、公民館は大賑わいでした。

そんな様子を温かく見守りながら、初代指導者の南先生は27年間ご指導くださいました。その後、松尾先生に引き継がれましたが、温かく熱心な指導はそのままです。練習風景は真剣そのもの。「一分でも大切

に。」そんな気持ちが伝わります。それでいて笑いも絶えないのは、松尾先生の持ち前の大らかさとユーモアのなせる業。伴奏ピアニストの市谷先生も含め『仏子ドレミの会』のチームワークは万全です。

「とにかく楽しい。水曜日が待ち遠しい。」「毎回心満たされて家路につきます。」「お友だちが増えました。」「復習は生活の一部になっています。」「未だかつてイヤな思いをした事がない。毎回楽しいです。」「皆さん口々に語ってくれました。美しいハーモニーの秘訣でしょうか。長く続いてきた理由がわかる気がします。週一回の練習の他に、春の日帰りバス旅行、秋の市民合唱祭、冬の忘年会。また、リクエストがあればお年寄りの施設を訪問して歌うこともあります。」

目下、市民合唱祭に向けて猛練習しています。11月10日(日)入間市市民会館にて。どなたも自由に聴いていただけます。そしてもし気に入ったら、「私たちと一緒に歌いましょう。大歓迎です!!」  
毎週水曜日13時から15時  
西武公民館、アミーゴ  
月会費3000円



■古典文学同好会（藤沢公民館）  
千年の時空を超えて



新たな時代の始まり『令和』になり半年が経ちます。当時、典拠である『万葉集』が注目され、これをきっかけに、古典文学に関心を持たれた方も多かったことでしょう。古典文学の面白さ、魅力はどこにあるのかを知りたくなり、同好会を訪ねました。

平安時代の宮廷文学は、当時の人々の言葉のまま、今日まで読み継がれていきます。その中から「春はあけぼのやうやう白くなりゆく」で始まる『枕草子』を皆さんは学んでいます。これは、清少納言によって執筆された随筆です。『をかし』という美的理念に基づいて、自然や生活などが日記的・随想的に綴られています。



▲自由気ままに語り合い

代表の深田恒夫さんは、「千年前のキラキラした女性が目の前に現れます。感覚の鋭さ、言い切っている面白さに心を動かされます。」と、その魅力を語ります。皆さんも「歴

史があつて今がある。未来に繋げていきたい。」「視覚的・感覚的なものを豊かな感性で捉え、文章にしているのがおもしろい。」「古文が好き！当時の表現の仕方や言葉の美しさが好き！80歳を過ぎてでも楽しんでいきます。」と屈託がなく明るく話します。

会は、十数年前に公民館主催の講座から始まり、その後、有志により講師を招いての学習会になりました。昨年からは、会のメンバーによる自主的な会合になっています。皆さんは、各自で様々な資料を持ち寄り、和気藹々と意見を交わしています。そして、次々と紡がれる『清少納言』の世界に心を寄せています。会員は、現在9人で毎月第2水曜日に活動をしています。（会費 年1000円）

取材を終え、早速、皆さんお勧めの章段から読み始めました。言葉の調べが心地良く、本物の美しさに出会えました。



▲ここらキラキラな皆さん

■精鋭会カラテ愛好会 藤沢支部（健康福祉センター）  
世界中で圧倒的なファンを持つ護身術

真っ白な道衣とレベルごとに分けられた色鮮やかな帯。修業生が続々と大きな声で一礼をし道場へと入ってきました。取材するこちらでも思わず背筋が伸びるような空気感。そして、支部長の石川さんの合図と共に柔軟体操が始まり、徐々にカラテ道場らしい型の練習などへと移っていきます。

精鋭会は発足から26年、会全体の会員数はおよそ170人の規模を誇る団体。その中でここ藤沢支部は現在23人が所属しています。取材当日も小学生から高校生までが練習に来ていましたが、大人の方も募集中との事です。子どもが多いので練習前や休憩時間中は子ども特有のわんぱくで賑やかな雰囲気ですが、一旦練習が始まると顔つきは一変します。

初心者でも参加可能なのか心配になりますが、石川さんの他にも2人の指導員がレベルに応じた指導を行っています。また、低学年の修業生を高学年がフォローしている姿がよく見受けられます。この雰囲気の良いカラテという一見敷居の高さを感じる世界に入りやすいものになっているのかもしれない。また、小さい頃からこうした環境の中で礼節

を学ぶのは成長の過程で非常に大切な事だと思えます。

練習も後半になるにつれミット打ちなど、より実践的な技術を学びます。一般クラスの中学生以上になるとその蹴りの破壊力たるや相当なもの。バーンという大きな衝撃音は道場中に響き渡り、カラテが打撃系格闘技だという事を再認識させられました。「空手道を通して、会員の心身の鍛錬、運動不足の解消、健康と体力作りを目的とし、明るく力強い空手を目指す。」というのが精鋭会の目的となっています。

健康づくりやダイエット効果にボクシングが注目されるようにカラテという選択肢もありません。活動日は毎週火曜日19時から21時。会費は月3000円、入会金は5000円。他に道衣などが最初に揃えるものがあります。詳しくはホームページをご参照ください。



▲真剣に稽古中！

■チーム「あいてい夢広場」（市民活動センター）  
おまかせください!!無料 パソコン相談会

いきなり『5G元年』間近に到来かと新聞・雑誌等の見出しにあっても何のことか解らない。平たく言えば、格段の速さで送受信ができるので、本意に待たされる時間の解消などにつながります。そして夢の実現に一歩前進します。

難解な事はさておき、日常の身近な情報発信、チラシ作成や写真整理、さらにウェブサイト運用等の支援を精力的に取り組んでいる市民活動団体（略称・チームあいてい）をご紹介します。

毎月第2と第4の土曜午後、市民活動センターで無料相談会を行って3年。パソコンが思い通りに動かないなど種々雑多なトラブルを気軽に相談できます。「大変だけど困っている人にアドバイスすることで楽しみを味わっている。」と相談窓口の佐藤享さん。相談会は時に初級PC教室に変身することもあります。

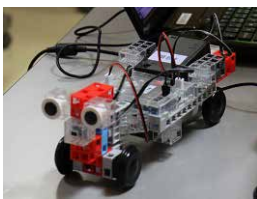
構成メンバーは12年前頃から『生涯学習をすすめる市民の会』などの場で知り合った情報技術に強い関心を抱く人たちが始まりました。その後、トラブル相談に訪れた方の中で、メンバーの親切な対応に感銘を受けた2人の女性が会員として加わ

りました。

今後、義務教育の中でプログラミング教育が必修化となります。そこで新たな活動を教育委員会と協働し、小学生を対象に親子でロボットの組み立てとプログラミング体験をこの夏休みに公民館で実施しました。

ロボットの、幾つかの部品と複雑な電子回路が内蔵された手頃な自動車を模したものの（教材等は主催者側で準備設定）。完成後のテスト走行は暴走や衝突もなく、上手に製作されていて、子どもたちの有意義な思い出に残る夏休みになりました。

チーム「あいてい夢広場」では会員募集中です。様々な活動はホームページでも紹介していますので是非ご覧ください。あなたも仲間に加わりませんか。お待ちしております。



▲ロボット完成



▲プログラミング講師の佐藤さん

■自彊術ひまわり会（久保稻荷公民館）  
体操で毎日をリフレッシュ

生き生きと輝いた生活を送る為には心と身体の健康は大切な事です。そこで、国に認められた公益社団法人自彊術普及会とし治病を目的とした医療技術は自彊術のみである事を知り、訪ねました。

自彊術とは、呼吸法と31の動作からなり各人の身体状況に応じその範囲内で動かすもので、ラジオ体操の原型となり大正時代に考案された歴史ある医療体操です。



▲胸郭を広げる体操

生徒さんは、30代から80代で、現在女性25人です。継続年数も10年以上の生徒さんが多く皆さん汗をかきながら、心も身体もハツラツと有意義に楽しまれています。

まず準備体操を顔から足にかけて15分位行い、31の動作と呼吸法を組み合わせ、自然な呼吸をする為に木下先生と共に号令をかけ合いながら20〜25分行います。①〜⑩の動作が次の動作への準備運動として連続しています。その後、腹もみ術を行います。不足している部分を二人一組で手もみ、足もみ、背部、肩等を補い終了になります。

「神経的な部分も改善でき、血流もよくなります。」と木下先生からお話をいただき、生徒さんからは、「正座が出来るようになり気持ち明るくなった。」「骨盤を骨折し入院したが、その後自彊術により今では支障がなくなつた。」「目まいも克服できた。」「薬の量も減り今では不要になった。」等。普段使っていない筋肉を動かす事で様々な身体への効果も期待できるのかもしれない。

もちろん体操を始められた動機が身体の不調だけではなく健康を維持したいという生徒さんがほとんどです。

会費は、月4回で2000円、毎週金曜日10時から11時30分まで久保稻荷公民館で。また東藤沢公民館にて、夜間も行っています。

機械や器具を用いず、たたみ一畳のスペースがあれば出来る、自彊術で健康的な身体づくりを体験してみませんか。



▲ひまわり会の皆さん



■読み聞かせグループ「茶の花」(図書館金子分館)  
楽しい絵本読みの世界



広い茶畑の一角にある入間市立図書館金子分館に入ると、かわいい子どもたちが、今か今かと『おはなし会』を待っていました。

毎週木曜日と第一・三土曜日は、読み聞かせボランティアグループ「茶の花」のメンバーの活動日です。14〜15人が3人1組の交代制で行っています。

午後3時30分、本日の当番3人が集まった子どもたちを前に、指人形を使って「こんにちは！」と挨拶をしてから、絵本読みに入りました。本日は『そらまめくんとめだかのこ』『しっぽのはたらき』『かたつむりタクシー』の3冊を10分ぐらいつで交代。

金子分館の絵本の中から事前に何を読むかを決めておいて、自宅で予習して当日に備えるとのことでした。



▲夏のお楽しみ会

代表の関根恵子さんは、絵本が好きで好きで2005年頃から始め現在に至っています。また、お孫さんに読んであげていううちに、絵本にはまってしまいました。ここに来るようになった方もいます。おはなし会は子どもたちが本のおはなしの持つ魅力にひきこまれる時間です。

終了後は、自由参加で折り紙教室に早変わり。おはなし会に参加するとスタンプがもらえて10個たまると、ミニ人形のプレゼントがあります。色々なミニ人形の中から好きな物を・・・。



▲かわいいミニ人形

いるまなびと大介助隊 さあ！トビヲを助けよう...  
第25回 いるまなびと大介助隊フェスティバル



◎生涯学習情報紙「かがやく」  
広告募集!!

「かがやく」は年2回発行し、広報いるまとともに全戸配布する生涯学習情報紙です。各種宣伝や募集など、広告を掲載してみませんか？

●お気軽にお問い合わせを！  
担当：市教育委員会社会教育課  
TEL 04-2964-1111(内線4125)

●編集後記●

●枕草子に「秋は夕暮れ、夕日のさして山の端いとちかうなりたるに・・・」とあります。趣き深い夕暮れは、今も昔も、やはり秋ですね。(TS)

●長年愛用のPCが壊れた。それ配したが、何故か最新のOSを手売側都合が目に付いて不愉快だった。(SK)

●今月、また一つ歳を重ねました。年齢に恥じぬよう、しっかりと和を以て暮らしたい。(TE)

●ボランティアや趣味などのサークル活動を通して、いろいろな方と触れ合う事ができ、十色という言葉があるように、人はみなそれぞれ考え方が違うのだと、実感させられました。(HT)

●言い訳を考えず、欲しいものは手に入れようとして行動してみよう。月末の支払いさえ来なければ・・・。(HN)

●秋といえば食欲の秋ですが、秋の味覚を楽しむためにも運動も最適なシーズンです。普段の生活に少し工夫したいものです。(MF)

企画編集：「かがやく」編集委員会  
発行：入間市教育委員会社会教育課

お問い合わせ 入間市教育委員会社会教育課  
事務局 〒358-8511 入間市豊岡 1-16-1  
TEL04-2964-1111(内線4125) FAX04-2964-4841

この発行物は資源ごみ一箱がみとして出せます