

12



# 清見潟ニュース

清見潟大学塾事務局

〒424-0817 静岡市清水区銀座 9-11

TEL: 054-367-3588 / FAX: 054-367-3599

URL: <https://www.kiyomigata.sakura.ne.jp>Mail: [kiyomigata@cy.tnc.ne.jp](mailto:kiyomigata@cy.tnc.ne.jp)

## ステージ発表会 出演講座決まる

令和六年二月二十五日（日）清水文化会館マリナート小ホールで開催される、第三十九年度ステージ発表会の出演講がきまりました。今回は、第三十八年度より三講座増えて、二十一講座が出演します。

多くの方のご来場を待ちしています。  
出演講座は次の通りです。

- ・健康リズム体操
- ・日本舞踊初心者
- ・大正琴アンサンブル
- ・二胡を奏でる
- ・みんなで歌おう

- ・健康！うたごえサロン
- ・楽しいピアノC
- ・誰でも知ってる歌・唄・うた
- ・ハッピーぴあの
- ・鳴らそう尺八第一歩
- ・楽しもうよ大正琴Ⅰ
- ・楽しもうよ大正琴Ⅱ
- ・武術太極拳
- ・健康太極拳
- ・ヴァイオリンを始めよう
- ・エンジョイウクレレ教室Ⅰ
- ・エンジョイウクレレ教室Ⅱ
- ・めざせフラガール
- ・オカリナを吹こうⅢ
- ・オカリナを吹こうⅡ
- ・オカリナを吹こうⅠ

第39年度 清見潟大学塾

## 修了作品展と ステージ発表会

塾生たちの学びの成果、力のこもった表現の数々を  
作品展とステージ発表でお楽しみください。

《修了作品展》  
清水文化会館マリナート 1階ギャラリー  
令和6年 2月24日(土) 13:00~16:30  
2月25日(日) 9:00~15:00

《ステージ発表会》  
清水文化会館マリナート 小ホール  
令和6年 2月25日(日)  
開場 12:00  
開演 12:30

※両会場とも入場料は無料です  
お気軽にどうぞ

お問合せ先 清見潟大学塾事務局 ☎054-367-3588

ポスター パソコンで友達作り 柿澤美地子塾生

## 清見潟川柳

- ・ウロコ雲  
どこに泳いで 行くのかな  
(ペンネーム ムーさん)
  - ・天高く  
馬と一緒に 肥えた秋  
(ペンネーム 秋にがて)
  - ・敬老会  
支度するのも 高齢者  
(ペンネーム 組の長老)
  - ・お財布と  
ダイエットの敵 物産展  
(ペンネーム クミちゃん)
- 皆様の投稿をお待ちしています。

募金ありがとうございます

- ・筆のたのしみ
- ・書道「蓬会」
- ・入門「実用書道」

講師 太田静苑

- ・楽しい書道

講師 平井昭子

## 事務局からのお知らせ

清見潟大学塾事務局は、十二月二十八日（木）から新年一月四日（木）まで、年末年始の休みになります。  
ご注意ください。





ウォーミングアップ 映画のワンシーンみたい

朝散歩をしていると、ポールを持った人たちとすれ違います。最近流行りのノルディックウォーキングですね。ブームに乗り遅れないように、興津交流館でノルディックウォーキングの講座を開講している前澤先生に、お話を聞きました。

### 実は全身運動

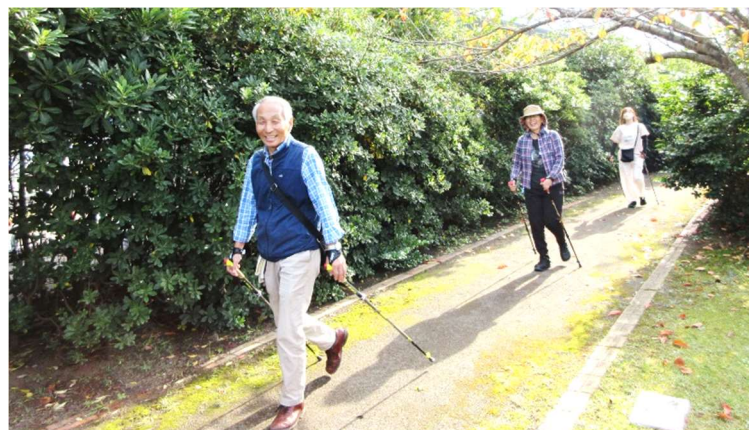
ノルディックウォーキング

Q ノルディックウォーキング流行っていますね。これで雪があればクロスカントリースキーですね。



青空の下は最高！

Q すれ違う人たちを見ると、杖の代わりにしていたり色々なんですが？



余裕の先頭集団

A その通りです。もともとは、クロスカントリースキーの選手が夏にやっていたトレーニングでした。だから最初は長いポールを使っていました。それを専用のポールに変えて、健康運動としてフィンランドで紹介したのが、ノルディックウォーキングだと言われています。

A そうですね。どこでも、誰でも簡単に始めることができますけど、効果を期待するなら基本的な意識は必要ですね。さっきもお話しした通り全身運動ですから、ダイエットや呼吸機能の強化、もっと身近なところでは肩こりの解消や自然の中を歩くことによるストレス発散など、良いところがたくさんあります。



目標 興津のたい焼き屋！

でも、正しい姿勢をいつも意識して歩かないと、その効果は十分出ません。ですから、用具の選び方や基本的な歩き方など、まず指導を受けてから始めるのがいいと思います。さあ、あなたも健康維持のために一緒に歩きましょう。

・ノルディックウォーキング  
興津生涯学習交流館  
第二・四（木）十三時半～  
講師 前澤康代



江戸時代から続く伝統の技  
一閑張

「一閑張」皆さんはご存じですか。私は清見潟大学塾に入るまで知りませんでした。今でもかごを作るくらいしかわからないので、中川先生の講座を見学してきました。



講座の風景

Q なぜ「一閑張」というのですか。  
A 江戸時代の初めに中国から来た、飛来一閑（ひらいっかん）が考へ出したからです。和紙を張り合わせて柿渋を塗る。出来上がったもの



笑わせないで

は軽くてとても丈夫です。  
地方によっては一貫の重さにも耐えるほど丈夫だということで、「一貫張」と書いたりするようです。  
Q そんなに丈夫ですか。



楽しいですよ

A 日本地図を初めて使った「伊能忠敬」が使った望遠鏡、その望遠鏡の筒の部分が一閑張で作られていたと言われています。長い間、雨風に耐えることができるということだったのでしょうか。  
この講座では、古くなったかごや箱に下地の紙を張り、その上にきれいな紙を張ります。そして柿渋を塗って完成。家の中で眠っていたものが見違えるようになりますよ。  
あなたもオンラインワンを作ってみませんか。



さあ 始めるわよ

・一閑張  
不二生涯学習交流館  
第一（火）十時～  
講師 中川昌昭

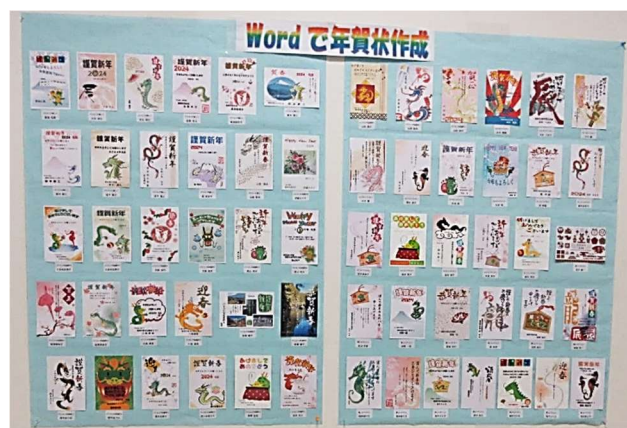


入江生涯学習交流館まつりで展示  
楽しい絵手紙 講師 栗田稔江



おきつ文化祭に出演  
二胡を奏でる 講師 池ヶ谷愛美





庵原生涯学習交流館で展示 パソコン4講座 講師 川口香津子

第51回飯田交流館まつりで展示  
楽しい書道 講師 平井昭子

展示します

・創作キルト

興津生涯学習交流館ロビー

十二月一日〜十二月十五日

講師 木下かつ美

冬空は遠き世のこと

鳥翔け去る 白夢

たとえばどんなに財産があっても最後に家族を恨んで死んだら、それは地獄である。財産などなくても家族に感謝して死ぬことができれば、それは極楽だ。人間の価値は死に方によって決まる。

人生は楽しくなければ人生とはいえない。両親が楽しんでこしらえてくれたのだから、苦しむのはおかしい。この歳になっていまだ何になろうなどという野心はない。一日一日を楽しく、仲良く暮らす。最後は家族の手を握って「ありがとう」と言って死ねたらそれで満足だ。

私はかつてある大富豪の臨終に立ち会ったことがある。氣息奄々の中でその大富豪が叫んだ言葉を今も忘れない。「医者はまだか。貴様らは俺が死ぬのを待ってるんだらう。だから医者を呼ばないんだ。ああ、苦しい。早く医者を呼べ。」この時、私は地獄を見た。なんて気の毒な人だろう。昔は今と違って携帯電話などない。往診中の医者との連絡は難しい。何十億という財産があっても、この人の貧しい心は救えない。

今、私達は人類が未だかつて体験した事のない高齢社会の真っ只中にいる。すでに両親の生存年齢を超えている方も、まだまだという方もとにかく

精一杯楽しんで、それからおもむろに支度をすればいい。急ぐことはない。年金制度が崩壊するまでは死に急ぐことはない。死に臨んで辞世の一句でも残すのも粹だ。今からでも遅くはない。短歌や俳句の講座はどこにでもある。

私の父は五十五歳から俳句を始め、七十歳で所属誌の同人になった。死の直前、私に手帳を見せた。「冬空は遠き世のこと」と書き記してある。その下の空欄を指さして何か言いたげだが、すでに言葉にならない。「下五を俺に書けというのか」と覗き込むと、頷く。窓の外には南アルプスの雪山が見える。親父は酉年だ。「鳥掛け去る」と書き加えた。父は満足げに目を閉じた。

これが父への唯一の親孝行であった。父の俳号は「白夢」。この話は誰も知らない。

『不良老人のすすめ』より抜粋

著者 故大石正路(第二代塾長)

