

上川町白寿大学

白寿だより

平成29年4月 1号



平成28年度 白寿大学卒業式・修了式 3月22日



中野学長の式辞

大野委員長の送辞



第41回白寿大学の卒業式、並びに第16回大学院修了式が、来賓のエスポワール会久保田会長のご臨席をいただき、多くの学生・エスポワール会員が列席の中、盛大に挙行されました。

今年度は、白寿大学にとっても最後の卒業式となりました。大学19名、大学院16名が白寿大学を巣立ち、学びの意欲を新たにしました。また、共に学びたいものです。



ご卒業おめでとうございます!!

式の後は、かみっきーも山から(?)駆けつけ、共に記念写真やスナップ、卒業生の皆さんとのふれ合いに大活躍でした。最後は「ふりかえって、あのとき」がプロジェクターで上映されました。この一年、白寿大学でのいろいろなシーンが上映され、会場にいた皆さんは、笑いと一緒に、懐かしい思いで見入っていました。

さて、もうすぐ、ここ上川町でも春の訪れが本格的になります。季節の変わり目は、体調が崩れがちです。何とぞ皆様には、ご自身の体調の変化に気をつけて頂き、入学式やその後の授業で元気にお会いしましょう。

今年も白寿大学の一年が始まります。よろしくお願いいたします。(文責 千葉)

上川町白寿大学

白寿だより

平成29年5月 第2号



平成29年度 白寿大学 開講式 新たな白寿大学の始まりです



4月26日（水）、白寿大学の開講式が行われました。白寿大学は、今年度より、新しい制度の下（今まであった大学・大学院・エスポワール会が一つに再編）でスタートしました。この4月より、新たに7名の新入生を迎え、学生数は、総勢141名となりました。

当日の開講式では、教育委員の辻様と阪本様のご臨席の下、中野学長の式辞や新入生の紹介、そして運営委員の大野とみ子さんの歓迎の挨拶が滞りなく行われました。その後、各学級で運営委員の選出を行い、当日の日程を終了いたしました。この日が今年一年の白寿大学の授業のスタートです。皆さんが大学でこの一年、充実した日々を過ごされますよう、スタッフ一同でサポートを頑張ってお参りたいと思います。よろしくお願いいたします。



【今年度新入学された方】

- ・泉 谷 喜久子さん
 - ・内 田 富士子さん
 - ・大 平 美津子さん
 - ・杉 本 幸 子さん
 - ・高 畑 智津子さん
 - ・福 屋 隆 則さん
 - ・渡 部 房 子さん
- （以上7名）



開講式は、厳粛な中にも温かい雰囲気で行われました。『思いやりとやさしさと継続』の白寿大学の合い言葉を一人ひとりが胸に刻み、学生生活を送る決意がそこには感じられました。

白寿大学の在籍数

学 級	男	女	計
学 生	9	21	30
学 士	14	25	39
修 士	7	38	45
博士&名誉博士	5	22	27
合 計	35	106	141



■新運営委員の皆さん 一年間よろしくお願いします。
【平成29年度 運営委員】 ※敬称略 順不同

学生の会	学士の会	修士の会	博士&名誉博士の会
福屋 隆則	小森 敏弘	長田 博光	川畠 昭生
宮本 清	安西 輝男	池田 春子	鈴木 千恵子
長江 洋	渡邊 壘子	明石 征子	久保田 忠吉
篠永 公子	但野 タケ子	山田 俊子	小沢 克司



白寿大学役員が決定しました。！！

- 運営委員長 小森敏弘さん
 運営副委員長 安西輝男さん 但野タケ子さん
 顧問 久保田忠吉さん 川畠昭生さん
 事業部長 川畠昭生さん（兼務）
 会計部長 渡邊壘子さん
 監 査 長田博光さん 池田春子さん

5月17日（水）10:00～第1回運営委員会が開かれました。当日の議題は、上記の役員を選出すると共に5、6、7月の授業と平成29年度の会計予算について話し合われました。5月の授業は「ヤクルト健康講座（おなかの健康と乳酸菌とのかかわり）」（ハガキで案内済み）6月の授業は「ゆったりスポーツ（パークゴルフとフロアカーリング）」（近々にご案内します）7月の授業は、日帰り研修（増毛方面に決定しました。後日経費と日程、参加の有無をご案内します。）8月の授業は未定ですが、9月の宿泊授業は「再建に取り組む夕張」と空知方面という意見がありました。



■クラブ会員募集中！

白寿大学には、合唱クラブ「コールかみんぐ」、カラオケクラブ「楽しく歌おう会」、スポーツクラブの3つがあります。（写真は昨年度のもので）それぞれ40名程度の会員で楽しくやっています。加入希望の方は、千葉・工藤までご連絡ください。

*連絡先（2-2371）
かみんぐホール内にある白寿大学事務局まで



新しいクラブの設置に向けて！！

4月の開講式にもお話いただきましたが、新しいクラブの設置に向けて、加入者を募集しております。只今（5/22現在）料理クラブ7名（男3女4）絵手紙クラブ4名、手芸1名、囲碁1名の加入希望があります。何とかクラブとして活動可能と思われる10名程度になればと事務局は考えております。クラブは基本自主活動です。ご希望があれば、事務局までお願いいたします。



俳句・川柳・短歌等募集中！！ 読者参加型の「白寿だより」を目指して、俳句・川柳・短歌等（詩も可能）を募集します。作品は未発表のものに限りませんが、年間2回以上掲載された方には、薄謝（図書券）を差し上げます。たくさんの方の応募をお待ちしております。事務局まで持参いただくかFAX2-3927・郵送でも可能です。選者は工藤&千葉です（＾＾）

上川町白寿大学

白寿だより

平成29年8月 第3号



5月の授業

～おなかの健康と乳酸菌のかかわり～ヤクルト出前講座
(株)ヤクルト北北海道 管理栄養士 井田 史織氏

白寿大学の5月の授業は、ヤクルト北北海道の管理栄養士井田史織先生による乳酸菌のお話でした。プロジェクターを使い、腸の仕組みを具体例を入れてわかりやすく話していただきました。時折、クイズや腸の実際の長さの模型、体操などを交え学生さんと対話しながら、講演を進めていただきました。参加者は、楽しく有意義な時間を過ごすことができました。また、ヤクルトとミルミルの試供品の提供もあり、実際にヤクルトを飲みながら、自分の腸について考えを深める時間となりました。最後に井田先生に謝辞と感謝の花束をお渡ししました。先生もうれしそうにしていたのが印象的でした。先生の若さあふれる話し方とそのパワーに参加者の皆さんは、たくさん元気を頂きました。



6月の授業

ゆったりスポーツ パークゴルフ&フロアカーリング



パークゴルフ優勝

大浦昭二さん
鈴木和雄さん
千葉 修さん
以上の臨時チーム(?)
が優勝しました



フロアカーリング優勝

泉谷喜久子さん
笠井百合子さん
池田 春子さん
村形 ハルさん
鎌田シゲ子さん
旭岳チームの優勝でした



事前の週間天気予報では、6月21日(水)は余りよくない天気との予想でしたが、当日は好天に恵まれ、パークゴルフは33名、フロアカーリングは43名の参加で、6月の授業「ゆったりスポーツ」がそれぞれの会場で行われました。どちらの競技でも、ケガをする人もなく、和気あいあいとした中で学生同士の親交も深められました。競技終了後は、大学からペットボトルのお茶が配られました。

7月の授業 自主授業 北海道警察音楽隊&カラーガード隊演奏会

7月7日(金)午後1時から道警音楽隊とカラーガード隊の華麗で迫力ある演舞と演奏を鑑賞しました。この事業は、「元気だ会」の7月の事業でしたが、社会福祉協議会が白寿大学にも声をかけていただき実現しました。演奏&演舞だけでなくコント仕立ての「詐欺防止」の寸劇もあり、楽しみながらためになる時間でした。当日は、元気だ会に所属する学生も含めて白寿大学から101名の参加がありました。これからも社会福祉協議会と情報を共有し、授業の充実に努めていきたいと思います。



7月の授業 増毛方面への日帰り研修

7月12日(水)に7月の授業である増毛方面への日帰り研修がありました。当日は、天気もよく絶好の旅行日和でした。午前中は、国稀酒造の酒蔵見学を行い、昼食は、オーベル増毛でいただきました。増毛ニ生寿司&果物のイメージがあるのですが、増毛で一番大きな「寿しの松倉」でも、当日の予約はできないとのことで、昼食が生寿司でなかったのを残念に思った人もいたと思います。午後は、その海鮮物を遠藤水産で購入する人が多く、両手一杯に荷物を抱えていました。また、帰路に寄った「ローズガーデンちっぷべつ」では、バラの花盛りでたくさんの種類のバラを見ることができ、その香りと幸せな気分を味わうことができました。



お詫び!!

7月の増毛方面への日帰り研修は、希望者が多く、希望数が定員を超え、キャンセル待ちが十数名出るなど、参加希望に添えない状況がありました。バスの車検と配車の関係で、定員の大幅増はできなかったのですが、来年は工夫したいと思います。また、定員にも先着順にゆめの記載がなく、ご迷惑をおかけしました。すみませんでした。

料理クラブの設置に向けて!!

4月の開講式や5月の授業の時も説明がありましたクラブの新設について、料理クラブ(仮称)の加入希望が22名(7/27現在)に達しました。8月23日の授業終了後15:00~インターナショナルルームで発会(顔合わせ)を行います。尚、他のクラブは、絵手紙が6名、手芸・囲碁が各1名となっております。クラブは、基本的に部員の自主運営組織です。どんなクラブになるか楽しみです。

上ジャン流しそうめん

上川ジャンプアップ広場が7月26日~28日にかみんぐホールで行われました。例年白寿大学では、最終日に流しそうめんのお手伝い(そうめんと流し台作り)をしています。今年も1.2年生と運営委員に案内したところ、13名の参加がありました。当日は、一心に流しそうめんを楽しむ子どもの姿に目を細める学生さんがいました。



投稿短歌

「病みてなお 家事せんとする 妻を見て 慣れぬ代役 我が身もどかし」

「我が人生 傘寿を迎え 30と 気持ちだけでも 若返るなり」
名誉博士の会 川島 昭生さん作 2首

投稿有り難うございました。

(文責 千葉)

上川町白寿大学

白寿だより

平成29年12月 第4号



8月の授業

～ティクセブンの演奏～ 8/23

当日、ティクセブンの皆さんにはアンコールも含めて24曲もの昭和の懐かしい曲を演奏していただきました。その演奏に会場では一緒に歌ったり、時には女性陣も思わず（?!）踊り出したりして、一層演奏を盛り上げていただき、全員で楽しい一時を過ごすことができました。

プログラム終盤は、前アドバイザーの武田先生のドラムソロや演歌の熱唱に会場が沸きました。また、アンコールでは、突然会場から「ベンチャーズ！」とのリクエストにベンチャーズメドレーを即興とは思えぬ演奏で披露していただきました。さすがの演奏に会場が更に盛り上がりしました。

最後に、安西副委員長が武田先生との思い出と演奏の素晴らしさを謝辞に込めて述べました。また、来年もとの声も数多く聞かれた演奏会でした。

9月の授業

～夕張・札幌方面への宿泊研修～ 9/27～28



白寿大学にとって恒例となった秋の宿泊研修ですが、新しい大学の制度になって初めての実施となりました。宿泊を伴うということで希望者が若干少なかったのが残念でしたが、総勢24名で夕張札幌方面へ出かけました。アサヒビール工場の見学では、ビールのできる過程や目にもとまらぬ機械の様子に驚きの声が聞かれました。見学の後のビールの試飲とその後の焼き肉で渴いた喉を潤し、空腹のお腹を満たしました。その後、夕張での黄色いハンカチ広場と石炭の歴史村の見学や街の現状などは興味深いものがありました。二日目は、思わぬアクシデントで白い恋人パークがキャンセルになりましたが、昼食は予定どおり海鮮丼で締めくくることができました。全員無事帰町しました。しかし、旅に危険はつきものと改めて自覚させられました。

9～12月の自主授業 上川小学校低学年とのふれあい交流から



9月から12月にかけて、白寿大学として8回あまりの自主授業を設定しました。特に上川小学校低学年との交流は、昔遊びやいも餅カボチャ団子の試食と子どもたちの喜びの様子に白寿大学の皆さん(運営委員と学生)も思わず笑顔になる温かい交流になりました。1・2月も自主授業を設定します。自主授業への積極的な参加をお待ちしています。特に出席の少ない方は、通常の授業と同じ出席扱いです。



10月の授業 鷹栖ななかまど大学との交流 10/11

10月の授業は、恒例になりました「鷹栖ななかまど大学」との交流です。今年度は、ななかまど大学の主催で鷹栖町総合体育館で行われました。

ところでこの交流が始まって白寿大学は、一度もななかまど大学に勝っていません。参加した皆さんも内心期するものがありました。ゲームの勝敗の行方は、最後の玉入れゲームを残して同点、この競技で勝敗がつきます。(勝者30点敗者10点)途中のゲームでは奇跡のホールインワンも含めて必死の追い上げで同点としたものの、また負けるのではとの思いが参加者の脳裏をかすめました。結果願いが通じたのかは分かりませんが、たった3個差で勝ち点30をとることができました。最後は、和やかにお互いの健闘をたたえ、来年の再会を約束して、交流会を終えました。



上川町白寿大学		鷹栖町ななかまど大学		交流会 得点表	
	大玉おくり	フロア カーリング	ホールイン ワン	紅白玉入れ	合計得点
白 寿 大 学	10	82	290 260	30	412
な な か ま ど 大 学	30	92	260	10	392

今年から優勝カップをつくりました!



11月の授業「中高齢者の健康・体力づくり(理論・実践)」11/8

東洋大学 佐藤 征夫名誉教授



11月の授業は、今年4月に東洋大学の「講師を全国に派遣する事業」(経費は東洋大学が負担)に応募して実現しました。講師の佐藤教授は、わざわざ前日に東京から旭川空港経由で上川町に來町し宿泊して、当日の講演に備えていただきました。

寝たきりになる前に「生きがいやりがいの達成」という目標を持って、生活の質の充実を図らなければならない。そのために日頃からの運動の大切さを理論と実践を通して教えて頂きました。後半の体操は結構ハードで先生の言葉「少し筋肉に無理をかけて、次の日から体が痛いくらいがちょうどいいですよ。」を信じて皆さん頑張りました。私は、日頃の運動不足を痛感しました。



第1回 料理クラブの活動!! 10/23(月)10:00～

当日は、19名が参加して、料理クラブの活動を行いました。明石さんのメニュー(「鮭の炊き込みご飯」「人参の豚肉巻き」「タコと玉ねぎのマリネ」等)をもとに役員が前日買い物をして準備を進めました。何をどうするのか?という不安な気持ちは、あっという間に吹き飛んで、皆さん手際よく料理を進めていました。男性陣も時折女性陣のアドバイスを受けながら、手際がだんだんよくなりました。教育委員会には、お米や調味料(通学合宿等で使ったもの)の提供をいただき、有り難うございました。第二回は12月4日(月)10:00～ 鎌田さんのレシピで「巻き寿司」です。



合唱クラブ コールかみんぐ 頑張っています!!

合唱団コールかみんぐは、9月の「上川管内高齢者学びのつどい」「上川中学校の文化祭」「町文化祭」「上川小学校との合唱交流」などステージ等の演奏が続きました。いずれも楽しいステージでした。団員の皆さんご苦労様でした。



*寒くなってきました。白寿大学の皆さんご自愛下さい。また、短歌・俳句等の募集も引き続き行っています。奮って応募下さい。投稿をお待ちしております。(文責 千葉)

上川町白寿大学

白寿だより

平成30年3月 5号



◆白寿大学12月授業「金融犯罪被害にあわないために」 12月6日(水)



12月の授業は、旭川財務事務所の江田恭章氏による講演「金融犯罪被害にあわないために」でした。講演当日は、荒天の上老人会の忘年会とも重なり、参加人数は39名と少なかったのですが、改めて「オレオレ詐欺」や「還付金詐欺」「架空請求詐欺」等の特殊詐欺について、旭川や近郊の被害など具体的な犯罪事例を挙げて講演していただきました。「わたしわたし詐欺」「だまされたふり詐欺」にも要注意と近年の犯人側の巧妙な手口も紹介していただきました。絶対に騙されないとっても、その手口に引っかかるのが詐欺。お陰様で有意義な時間を過ごすことができました。



□上川ジャンプアップひろば 「餅つき体験」のお手伝い！ 12月28日(木) 「よいしょ！！」のかけ声が聞こえそうです



「おいしいお餅ができました！！」
冬のジャンプアップ最終日。白寿大学の皆さんは、餅米（15キロ）を蒸かし、杵を振るい、子どもたちの餅つき体験のお手伝いをしました。重たい杵を使って、できあがったお餅に子どもたちからは、「おいしい」「おかわり」の声もたくさん聞かれました。子どもたちの笑顔に癒やされ、楽しい一時を過ごしました。年末のお忙しい時期にお手伝いいただいた白寿大学の皆さん、汗だくで頑張ってくださいました。本当に有り難うございました。

□白寿大学「新年交流会」で親睦を図る。1月17日(水) ☆優勝チームは、「8デーツル」の皆さんでした。



なかなか手強い
「フロアカーリング」

ホールインワンも出た
「グランドゴルフ」



熱戦「ボール転がし」

福引き&ジャン



1月の授業は、恒例の新年交流会でした。当日は、88名の参加があり、参加者は、3種目に汗を流し、チームメイトに声援を送りました。白熱のゲーム展開に会場は、大いに盛り上がりました。進行や審判をされた役員さん、ご苦労様でした。

表彰式の様子



◆白寿大学2月授業「チェロとピアノの演奏会」 2月21日(水)



工藤さんも賛助出演？！



チェロとピアノの音色にうっとり聞き入りました！！

2月の授業は、「チェロ&ピアノ」の演奏会です。当日の演奏会は、クラシック音楽・日本の音楽・映画音楽・歌謡曲と4部構成のプログラムで行われました。オーケストラで楽器を奏でる演奏者の中で人気ナンバーワンの楽器は、「チェロ」です。山口氏の豊かで深く響く音色で奏でられた色々なメロディーを皆さんで堪能しました。わざわざ冬の悪路を上川までお出でいただいた山口氏と伴奏をしていただいたピアノの西川氏に感謝です。

新入生の募集開始！！*募集の申込み書は、町内全戸に配布しましたが、窓口にも置いてあります。
去年は、140名あまりの方が一緒に学びました！！お待ちしております！！

白寿大学の学生募集は、3月1日(木)から受付しております。引き続き在学の方、または編入や入学を希望する方は、教育委員会の窓口(かみんぐホール)に会費(1000円)を添えて申し込んでください。60歳以上の方は、誰でも入れる白寿大学です。たくさんの皆様が共に集われることを願っております。



投稿欄

川柳 俳句 「アメリカは トランフ遊びで 圧力さ」
「バラ園の 秩父別にて 虹の色」博士の会 川島 昭生さん作 2首

*投稿いただいた川島さん有り難うございました。