



# やしお市民大学の日誌

・やしお市民大学OB会編集委員会・



## 法話を聴く会 P.2

心暖まるお話 参加者 30名



## 学長懇話会 P.3

4年ぶりの懇話会 参加者 25名



## 健康ウォーキング部会 P.4

亀戸天神の太鼓橋にて記念写真



## 孤立問題研究会 P.5

上大瀬公民館での避難所運営ゲーム講座



## 大学院研究発表会 P.6

院生4名と講師を含めた研究発表



## 自主研究発表会 P.7

体験、創作が溢れる研究発表

## 総会・役員会報告

### 第6回役員会

11月18日は、報告として、「市民祭り」での交通整理の大変さから人数と時間に余裕を持たせようとのこと、「草加せんべい手焼き体験」の会計、「プロの講談を聴く会Ⅱ」の様子、「やしお市民大学企画会議」の様子がありました。今後の活動では、「法話を聴く会」、「OB 会役員の忘年会」、「花桃まつり実行委員会」が11月22日にあることが確認されました。次の議題は令和6年度の「総会」と「グランドゴルフ」で、その後、委員会ごとの話し合いと内容の報告でした。

### 第7回役員会

12月16日は、13日に行われた「市民大学事務局と各期代表とOB会執行部の会議」の報告、「法話を聴く会」と「学長懇話会」の連絡、「花桃まつり」の駅前案内とまつりの中のイベントの一つである水辺の楽校部会の宝探しゲームについて説明及びお手伝いの募集でした。そして、議題は来年度に向けて、「総会」の持ち方や「部会」のあり方についてでした。後半は、委員会ごとの話し合いと内容の報告でした。

### 第8回役員会

1月20日は、特に報告は無く、「法話を聴く会」と「学長懇話会」と「花桃まつり」の駅前案内や水辺の楽校イベントの詳しい内容が確認されました。「総会」について、会場はメセナ集会室、14:00開始、親睦会を行わない、部会の発表をお願いする、リハーサルを行うなどが確認されました。「部会」について、「うたまち部会」の解散が報告されたこと、今後も部会のあり方について検討していくことにしました。委員会ごとの話し合いでは、総会に向けての資料づくりのために今年度の総括と来年度の活動計画について話し合い、報告と次回の確認をしました。

### 第9回役員会

2月10日は、1/24(水)に行われた「法話を聴く会」が30名の参加があり、とてもとても良い話であったこと、2/8(木)「学長懇話会」には26名の参加があり、楽しく和やかな会であったことが報告され、今後の活動の「花桃まつり」について詳しい説明がありました。議題の中心は「総会」についてで、取組日程、招待者の先例に習っての人選、会費納入方法の変更、役員の一部交代を確認

しました。また、OB通信編集委員会から66号の原稿依頼がありました。委員会ごとに総会に向けて話し合いをし、内容の報告を互いにしました。

## 企画講座

### 「法話を聴く会」

1月24日、真冬の寒風の中、どれほどの参加者があるものかとの心配をよそに30名の参加があつて、内心ほっとする所があつた。

立正寺(りゅうしょうじ)では、毎月、門前の掲示板に「今月の言葉」を張り出している。平成22年から始めて今日まで続く。今、門前に立てば「今月の言葉」が張り出されているに違いない。この度の法話は、其の14年間に亘る「今月の言葉」を使って、優しく温かく、なるほどそうかと納得できるお話だった。



立正寺住職 鈴木俊也和尚

#### 『和顔愛語』

優しい眼差し、明るい笑顔で、優しい言葉を掛け合おう。ということかな。

『口は一つ 耳は二つ しゃべる倍だけ 聞きなさい』

話し上手は聞き上手という言葉がある。人を納得させる話をするには、相手の話に耳を傾けることが大事。分かっているけど、それが難しい。

『いつだって もう ではなくて まだ なんだ』  
一念発起して再起を図る、という人もあれば、結果に満足せずより良いものを求めて精進し続けるという人もいる。向上心を掻き立てる良い言葉だ。

『人生は あい(愛)で 始まり をん(恩)で 終わる』

これは、五十音図だな。でも、人生で欠かせない大事な言葉をうまいことあてはめたいと思う。

『一、掃除 二、勤行 三、学問』

これは、何より先にすべきことは整理整頓、清掃だということらしい。人生の大半は探し物に費やされる。職場でも家庭でも、間違いや無駄をなくすためには何より優先したいことだ。でも、つい、

おろそかになる。

『虫の目 鳥の目 魚の目』

これは、ミクロの視点、マクロの視点、流れを見る目ということで、何事を行うにも多くの視点から見直すことが大事だということ。

『体は食べ物で作られる 心は聞いた言葉で作られる 未来は話した言葉で作られる』

実は、私自身の人生がまさにそうだ。人に語れば、アドバイスがある、手助けがある、指導がある。

何より、実行しなければならぬ状況に追い込まれる。やり遂げるまで抜け出せない。まさに、自分の言葉が未来を作る。



法話はみなさんの心に染み渡りました

『人間関係は鏡である 鏡は先に笑わない』思うところがあるなら、まず自分から行動しないと、何も始まらない。

最後に「無財の七施」についてお話があった。

六波羅蜜という菩薩の六つの修行の第1番が「布施」=「与えること」です。布施にも、金銭衣服食料を施す「財施」、仏の教えを説く「法施」などがありますが、誰でも実践可能なのが、「無財の七施」です。その内のいくつかは、OB会員の皆さんもすでに実践しているところと思いますが、せっかく学んできたので、ここに記します。私たちが知らず知らず菩薩行を積んでいます。

① 眼施(がんせ)

やさしい眼差しで人に接すること

② 和顔施(わげんせ)

にこやかな顔で人に接すること

③ 言辞施(ごんじせ)

やさしい言葉で人に接すること

④ 身施(しんせ)

自分の身体でできることを奉仕すること

⑤ 心施(しんせ) 他のために心をくばること

⑥ 床座施(しょうざせ) 席や場所を譲ること

⑦ 房舎施(ぼうじせ) 自分の家を提供すること

⑦は難しいけど、他のことならできそうですね。

法話が終わると長い列ができた。半紙大の「今月の言葉」を頂こうと十数人が並んで、「あれと

これとそれ」「何年何月と何年何月」「〇〇と△△」、一人当たり4～5枚は頂いていたようだ。先生から「はなまる」を貰った児童のようにみんな嬉しそうにしている。みんなが「良かった」「わかりやすかった」と喜んでいる。立派な言葉、有り難い言葉も、理解されなければ意味がない。その点、今回の法話の会は、参会者の満足げな表情から大成功だったと言える。

(1期 坂本 藤次)

## 「学長懇話会」

2月8日、コロナ禍により4年ぶりに楽習館映像ホールにて開催されました。

今年の講話は新庁舎になった今後の八潮市は？

では防災対策強化、市の交通インフラの整備拡充。すでに、3月16日からつくばEXプレスの八潮駅に快速の停車が決定。又、東京駅への直行地下鉄18号線の乗り入れ等の計画。市内バス路線も駅南、新庁舎、北部外環地区をハブとした市民の足回りの便利さ等を実現させ、住みやすさNo.1を目指す八潮市を語られました。



思いを熱く語る学長

市民大学の未来についても大、行政、OB会との連携と目標の共有を更に強化して八潮市の街づくりの理解者、協力者の人材育成を目指せる様にとの理想を語られました。



終始なごやかでした

今回25名の参加者が市長としてまたは学長講話に関連した質疑応答もしていただき、久しぶりの楽しい講話会でした。

(12期 寺嶋 誠)

## 部会活動

### 健康ウォーキング部会

#### 新様式第14回

##### 「東京十社④富岡八幡宮・⑤亀戸天神へ」

ここ一週間の天気予報では4月21日は雨マークでした。「あ～雨なんだ……」、アレッ？3日前になって傘マークがとれています!!よかった!くもりでも降らなきゃ。そして、当日は晴れて、4月とは思えない陽気になり暑いほどでした。熱中症にならない様に水分補給の注意を受けました。

やしお市民大学OB会健康ウォーキング部の総会ウォーキングとしてやしお駅前公園に集合致しました。私は初めての参加でした。令和4年度の活動をウォーキングの報告と写真集で見せて頂きました。集合写真、歩いている写真、名所旧跡、風景、植物(花)、そして、バランス食、スタミナ食、活力増進食と銘打ったおいしそうな食事がありました。「うわ～、おいしそう」今日も食べられそうで、楽しみです。

はやる心をおさえる様のためになる話を聞いていざ出発です。途中、乗り換えなどありましたが、

特にトラブルなどなく  
門前仲町に到着しました。門前仲町、深川公園にて準備体操、水分補給をして



富岡八幡宮

出発です。私達1班が先頭です。

深川不動尊→富岡八幡宮→横綱力士碑→八幡橋  
八幡橋は明治11年赤羽製作所が製作した赤い鉄橋で国産第1号です。

→木場公園→東京都現代美術館→小名木川橋→  
小名木川クローバー橋

この橋を渡って水辺の散歩道です。ここでは各自自由にあるいてくださいとのことで、川風に吹か



木場公園

れながら、川の中の沢山の泳ぐ魚を覗きながらの気持ち良い散歩道のため、私達18期生の仲間3人はいつしか最後になっていました。内藤部長は行き先々で写真を撮って下さいました。

→江東公会堂→猿江恩賜公園→亀戸天神→香取神社

亀戸天神では満開の藤の花が甘い香りを漂わせていました。境内の太鼓橋の所は、お参りと



亀戸天神

藤の花の見物のため、お勢の人達で賑わっていました。香取神社が最後の目的地で、無事お参りできました。

当日は行程の具合からお昼が13時30分頃とのおやつタイムが2回ありました。食いしん坊の私としてはラッキーでうれしい展開でした。幸せ～。そして、亀戸商店街を歩いて行き、昼食です。楽しい一時でした。乾杯のビールはおいしかったです。

→亀戸駅→曳舟駅(乗換)→北千住駅  
北千住駅で解散しました。

内藤部長をはじめ市民大学OB会健康ウォーキング部会の先輩の皆様、今日は大変お世話になりました。ありがとうございました。

(18期 大垣 恵子)

#### 新様式17回

##### 21世紀の森～祖光院「彼岸花」

健康ウォーキング部会に入会后、足の手術があり、半年ぶりの参加で完歩できるか否か?一抹の不安を抱きながら松戸運動公園を出発しました。

当日は今夏の猛暑が終わっていることを願っておりましたが、相変わらぬ暑さとなり、ウォーキングよりも

暑さに閉口しながら、グループに遅れぬように歩きました。休憩ポイントが多く、適度な



21世紀の森

休憩を取ることが出来ました。リーダーの内藤さんより水分補給を何度も促されたこともあって、何とか暑さにも負けずに完歩出来、失っていたウォーキングの自信回復が出来て安堵しました。又、小腹が減った頃の休憩時にリーダーからおやつの差し入れが有り、体力も回復して続きを歩くことが出来ました。お気遣いありがとうございますした。

見学場所ではリーダーから丁寧な説明が有り、まるで旅行会社主催のウォーキングに参加した様な



祖光院の彼岸花

錯覚にとらわれましたが、参加費等がかなり低額なため、この経費で運営されている事に驚くと共に感謝の念が深まりました。



祖光院をウォーキング

又、班ごとに先頭が順番制なのは前後を気にせず歩いて助かりました。

金ヶ作自然公園の加藤ぶどう園前を素通りしたときは、見事な葡萄と直売所が外から見え、「この場所近くが休憩ポイントであったならば、葡萄を購入して帰れた。」という気持ちが募り、後ろ髪を引かれる思いで、たわわに実った葡萄の木を横目にして通り過ぎました。毎回でなくても歩く&「地場のお土産購入機会」が有ると更に楽しいウォーキングになると思いました。その位に見事な葡萄でしたので。

ゴール近くになり、空腹と暑さで歩きながら、昼食場所での生ビールが頭に浮かびましたが、「新参者で生ビールはいかがなものか？」と思案して入店すると、飲酒席が設けられており、そこに着席できた皆さんの気配りに感謝しながら、生ビールを一気飲みして生き返りました。が、帰宅後、同日に配布された案内書を再確認しましたならば、『会食のマナー』静かな行動・静かに会食

と記載されており、違反をしておりましたことをこの場にてお詫び申し上げます。以後マナーを守って参加させて頂きたいと思ひます。

部会の名の通り、これから健康維持の為にも、継続して参加させて頂きたいと思ひますので宜しくお願い申し上げます。

(17期 吉田三恵子)

## やしお孤立問題研究会

### 上大瀬町会移動公民館活動 「防災、知識更新講座」

#### 避難所運営ゲーム (HUG)

日時：令和5年12月10日(土)10:00~11:30

場所：上大瀬公民館

参加人数： 地域住民：9名、研究会員：4名

この度の上大瀬町会移動公民館活動では、3回の講座を企画し、1回~2回は明治安田生命が担当し、避難所運営ゲームは3回目を実施しました。町会内の住民で9名の方に参加して頂きました。

カードを読み上げていくうちに、参加者は慣れてきて、いろいろな意見が出てきて、盛り上がってきました。外国人旅行者、ペット、認知症患者、幼い子ども等の受入れを、皆と同じ部屋で良いのか、別の部屋にするのかの意見交換がなされました。



会場全体の様子

感想文からは、「発生時には皆さんがパニック状態なので、気持ちを落ち着かせることが重要なので、多くの人に声掛けをすることが大事。このような訓練を多く開催してほしい。」、自治会の備蓄担当者からは「発電機の試運転は少なくとも半年に1回は必要と思う。職場では1週間に1回5分間実行していた。」など頂きました。



避難者の配置を考えます

(8期 原文雄)

## 同窓生の話

### 市民大学 I 期生新年会

過日、1月27日、市内の寿会館でI期生の新年会を開きました。OB会の会員、元会員含めて10名が集まりました。

平成15年度に八潮市民大学が開設されてから満20年。第I期生として共に学んだ仲間との付き合いも20年に及びます。

市民大学1年生の時の平均年齢は50代でした。大半の人が現役で働いていました。今は、皆さん70代、まだ現役で働いている人も、何人もいるものの、さすが80歳を前にしては、もうこの1年でとか、そろそろ区切りをつけようかという声も聞かれます。

皆元気そうで「若いね」「全然変わらないね」と互いに相手を持ち上げるものの、それは自分を尺度として相対的に比べ



1期生新年会の参加者

ているからであって、絶対的な尺度を当ててみたら確実に20年間を重ねている。何かしらの持病を抱えながらの健康生活。色白になっていたり、顔が細くなったり、丸くなったり、体重が7キロ増えた、10キロ減ったというところにこの間の苦労が滲む。飲めない人は変わらず飲めない。飲める人は相変わらず飲める。喉は年を取らないらしく、食べても飲んでも滑舌は良く、歌をうたえば節回しも正確にきれいな声を響かせる。誰かが歌えば、じっと聞いている、拍手する。温かいなあ。同級生はいいなあ。

あっという間に3時間。今後は毎年、暑気払い・新年会を定例会にしようと提案してお開きにした。今後の連絡のためにと、参加者一同、ラインの友だちになった。そのラインの言葉。

- ちょこっと顔合わせできればいいですね。会えない方の状況もわかりました。
- また皆さんお元気で会えるといいですね。
- 楽しいひとときを過ごすことができました。これからもよろしくお願いします。
- 久しぶりに皆様にお会いして懐かしくなりました。またお会いできるのを楽しみにして、リ

ハビリ頑張ります。

- 元気な皆さんの顔を拝見し、楽しいひとときを過ごすことができ、感謝しております。またの機会を楽しみにしております。

(1期 坂本 藤次)

## 市民大学関係

### 「大学院研究発表会」を終えて

「令和5年度やしお市民大学大学院研究発表会」が2月3日、楽習館多目的ホールにて、大山学長、井上副学長、学生やOBの方々が見守る中行われました。今年度の院生は4名です。

獨協大学教授高松和幸氏には、2人の院生のご指導をして頂きました。鴨狩院生のテーマ「魅力ある町会・自治会を目指して！」、鈴木院生のテーマ「高齢者のフレイル予防について！」が発表されました。



ステージ上での記念撮影

続いて、気象予報士坪井淳子氏のご指導で2度目の大学院、遠藤院生の「天気はどうして変わるのか？」、初めて指導者と院生が一緒に登壇し、指導者の質問に院生が答えるという方式での発表でした。そして、声楽指揮者佐藤宏之氏のご指導で宍倉院生の「いつでも青春を！」では初めてピアニストによる伴奏で、声の発生方法の発表となりました。佐藤先生の「オーソレミオ」の歌唱もありました。

今までにない発表形式のため、事務局では打ち合わせやリハーサルを重ね、当日は滞りなく終わることができました。今後も院生の研究に寄り添い、新しい形の発表にも対応していきます。OBの皆さん、大学院に入学してみませんか？お待ちしております。



宍倉院生の研究発表

(事務局 前田)

## 「自主研究発表会」を終えて

「令和5年度やしお市民大学自主研究発表会」は、2月17日、楽習館多目的ホールにて、19期生9名の発表が行われました。大山学長、井上副学長、学生、院生、そしてOBや市民の皆様、総勢90名近くという大勢の方々が見守る中で行われました。

今年度の発表は、例年のパワーポイントでの発表だけでなく、歌あり、体操あり、「踊り」ありのパフォーマンスを取り入れての発表でした。

19期生の発表は、八潮市民の皆様が、健康で楽しい人生を送ってもらうための「フレイル予防」の提案や「フレイル予防体操」の作成、そして、やしお市民大学創立20周年を記念すべく市民大学の「旗」や「シンボルマーク」の作成、市民大学の「校歌」の作成を発表し、最後は、19期生全員がステージで「旗」や「シンボルマーク」を振りながらキーボードやギターに合わせて「校歌」を歌いました！

初めての内容であり、また大学院同様初めての発表形式なので、「様々なジャンルの発表で、ユニークな発表！面白かった。こんな発表もありか。楽しく拝聴出来ました。」など、参観者の皆様方から、たくさんの賞賛の感想を頂きました。

是非、19期生の作成した「旗やシンボルマーク」



発表者の皆さん



フレイル予防体操の様子



全員による大学の「校歌」発表

が、そして、「校歌」がこれからの市民大学に永く使われることを期待しております。

(やしお市民大学事務局 岩間 啓)

## 特別寄稿

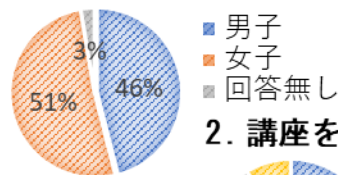
### 「プロの講談を聴く会Ⅱ」アンケート集計結果

上記の企画講座が11月12日に開催されました。当日お集まりいただいた方の中から66名からアンケートを頂きました。その集計結果です。

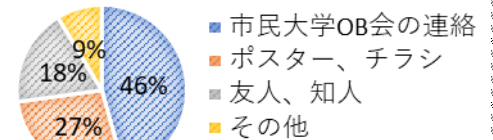


楽しい時間を過ごせました

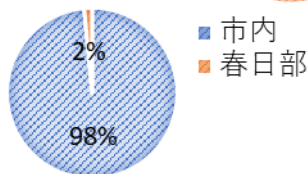
#### 1. 性別



#### 2. 講座を何で知ったか(複数回答)

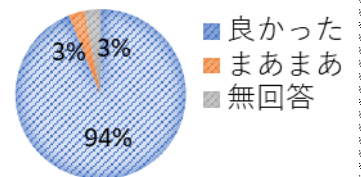


#### 3. 何処から

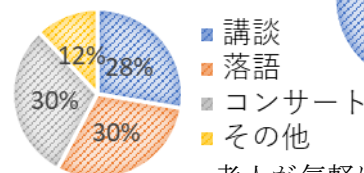


八潮市ちゃんねる(2)、八潮市広報(2)、町会掲示板(1)、妻から(1)、母から(1)

#### 4. 企画はどうだったか



#### 5. 今後の希望(複数回答)



老人が気軽に楽しめるもの(5)、漫才・コント(1)、文学講座(1)、みんなでできるレクリエーション的なもの(1)、楽しい企画(1)、観劇(1)

#### 6. OB会への意見

・いろいろな企画を考えてくれることに感謝です。できるだけ参加したい、観にいきたいです。・OB会の方がいろいろな活動していることを知らなかったのも、今後もっとPR、発信して下さると、市民大学のこと、関心が持てると思います。本日は大変お世話になりました。素敵な時間を過ごす事ができました。OB会のみなさまお疲れ様でした。・とてもよかったです。歴史が大好きなので。・講談初めて聴きましたが良かったです。次回あれば参加したいです。・毎回開催されると嬉しいです。・よい講演でした。・企画がすばらしい。・楽しく聴かせていただきました。ありがとうございました。・私

は2回目です。また講談がよろしいかと。皆様ありがとうございました。・換気をお願いします。・よかったです。・はじめて聴いたがとてもすばらしかったので次回も聴いてみたいです。・講談、聴く機会がなかったのですが、とても楽しかったです。また講談をお願いします。・初めての講談に感動、これから先、定期公演としての企画を願う。有料も可。・よい企画なら予算オーバーしてもよいのでは。

## OB 会役員忘年会

令和5年の活動の慰労を兼ねて「あやめ本店」で忘年会が12月16日(土)17:00～行われました。

その時の様子の原稿を1期の坂本さんをお願いしたところ、会の様子が鮮やかに思い出される内容が頂けましたので、ぜひともその時の様子を想像しながらお読みください。



会場は「あやめ本店」2階

### 「思いつくままに感想を」

忘年会っていうと、みんな明るかったネ。役員会とは全然違う表情をして。深刻に考え込む必要も無ければ、掴み掛かるような勢いで意見を闘わせる場面も無い。差しつ差されつ、あるいは手酌うっすら笑顔を赤らめて、誰かが歌えば誰かが手拍子。生真面目な会議ばかりじゃ得られない、新たな人間関係がアチラコチラで築かれていて、新年及び新年度へ向けて、OB会の成長発展を予感させる雰囲気がありました。これも、金澤会長の人柄が、役員それぞれのやる気意欲を掻き立てるのでしょう。楽しい忘年会でした。

(1期 坂本 藤次)

## 1年間の活動を終えるに当たって

会長 金澤 文子

会員みなさん一年間お疲れ様でした。「活気ある！見えるOB会に!!」をわずかでも感じていただけているのでしょうか。役員会では、役員みなさんが楽しく、負担なく、OB会をみんなですくすくしていきたいとの思いでやって来ましたが、突っ走ってしまったこともあったと思いますが、思いのゆえと理解していただき、今後も一緒にOB会を良くしていきましょう。会員みなさん今後もよろしくをお願いします。

## 連絡事項

### 行事予定

- 4月20日(土)：「令和6年度総会」
- 4月27日(土)：第1回役員会
- 5月：市民大学行事「入学式・進級式」
- 5月：企画講座「古典を楽しもう」
- 6月：企画講座「警察署による講座」
- 6月：協働活動「ジャズフラッシュ 2024」
- 7月：企画講座「八潮中央病院による講座」

### 次号の案内

次回7月に発行の67号は、3月に行われた「花桃まつり」での協働活動としての駅頭案内の様子と部会活動でもある水辺の楽校部会からの報告、「総会」の報告、5・6月には開催したい企画講座、ジャズフラッシュの報告を予定しています。

### 投稿に当たって

- ・記事は300～700文字程度で、できるだけ写真2枚程度を添付してをお願いします。
- ・お届け方法はメール添付ファイルを歓迎しますが、メールやラインの本文、自筆の郵便や手渡しで結構です。下記編集委員にお聞き下さい。
- ・皆さんの自由な投稿を特別寄稿として掲載します。投稿をお待ちします。

### 市民大学 OB 会通信QRコード

バックナンバーが見られます。スマホ、タブレットでQRコードを読み取ってください。



### 編集後記

今回は、総会資料の編集が重なると共に、会員の皆様にお送りする「総会の案内」と合わせて発送するという期間の制約があるためとてもハードな作業となりました。無事に発行できますので安心していただいております。

~~~~~  
やしお市民大学 OB 会 OB 通信編集委員会

編集委員 上村 義弘(11期) 堀 公保(13期)  
大垣 恵子(18期) 岡田 広行(18期)

委員長/連絡先/記事送付先：

鹿野 雅巳(16期)

(PCメール) [mf-kano@td6.so-net.ne.jp](mailto:mf-kano@td6.so-net.ne.jp)

(郵便) 〒340-0822 八潮市大瀬 4-1-11

(電話・Fax) 048-995-4892

(携帯メール) [kleostar3@gmail.com](mailto:kleostar3@gmail.com)  
~~~~~