

会報 こほく

第 31 号
 滋賀県レイカディア大学
 同窓会湖北支部
 発行責任者 北村喜代嗣
 編集責任者 木田 勝幸



定期総会を終えて

湖北支部
 支部長 北村 喜代嗣

初夏の候、陽射しが強くなり、暑さもいよいよ本格的になってまいりました。会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。平素は同窓会活動に格別のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

先日あるTV番組で、老後の寝たきりを予防するためには、禁煙、運動、肥満解消などよりも、『人とのつながり』や『人に親切にする』が一番の効果があるとの放送をしていました。『人とのつながり』を大切にすること』で、体内の炎症作用が低下して、筋肉や血管の老化を遅らせ、寝たきりの予防になるとの効果が期待されています。

去る四月二十四日、グランパレーキリを予防するために、禁煙、運動、肥満解消などよりも、『人とのつながり』や『人に親切にする』が一番の効果があるとの放送をしていました。『人とのつながり』を大切にすること』で、体内の炎症作用が低下して、筋肉や血管の老化を遅らせ、寝たきりの予防になるとの効果が期待されています。

今年度の事業方針のひとつ目は、会員様に各事業に積極的に参加していただき、会員相互の交流を図り、本会の活性化を図ることです。そのためには魅力ある事業の企画が必要と考えています。ふたつ目に、地域に根差したボランティア活動を通じて、世間に本会を広く周知して

今年度の事業方針のひとつ目は、会員様に各事業に積極的に参加していただき、会員相互の交流を図り、本会の活性化を図ることです。そのためには魅力ある事業の企画が必要と考えています。ふたつ目に、地域に根差したボランティア活動を通じて、世間に本会を広く周知して

平成 30・31 年度 湖北支部新役員のご紹介

湖北支部長	北村 喜代嗣	副支部長	総務担当	高橋 静子	
副支部長	地域活動担当	大塚 忠夫	副支部長	体育担当	土川 豊男
副支部長	研修担当	富永 洋司	副支部長	広報担当	木田 勝幸

平成 30・31 年度 湖北支部担当幹事さんのご紹介

地域・学区	幹事名	会員	地域・学区	幹事名	会員	地域・学区	幹事名	会員
長浜学区 1	中川 孝	6	湖北町管内	杉田 信男	4	入江 地区	中川 善雄	4
長浜学区 2	三俣 繁美	5	虎姫町管内	渡邊 徳成	11	梅ヶ原地区	草川 洸治	9
長浜学区 3	川村 敏夫	9	高月小学区	新道 貞雄	10	息郷 地区	土川 豊男	6
神照学区 1	大谷 利春	8	古保利七郷	西川 益美	10	醒ヶ井学区	中村日出夫	9
神照学区 2	鍋 敏子	10	富永小学区	高橋 静子	9	坂田西学区	高橋勘太郎	17
六荘神田学区	久保田幸雄	11	木ノ本管内 1	長谷川美好	8	坂田東学区	池野 忠勝	12
南郷里学区	三國喜代志	10	木ノ本管内 2	富永 洋司	9	息長 学区	木田 勝幸	11
北郷里学区	大塚 忠夫	6	余呉町管内	平野 敏行	6	大原 学区	西堀 幸	8
西黒田学区	清水 裕女	3	西浅井管内	増谷 綱一	3	柏原 学区	岩崎 文松	9
びわ地区北	馬淵 良一	7	下多良地区	竹林 春雄	3	東黒田学区	西岡 孝士	7
びわ地区南	中川 晴男	9	駅西部地区	児玉 嘉明	9	伊吹 管内	小寺 君江	4
浅井ブロック	伊吹 綾子	6	駅東部地区	松村 武温	4	計		272

平成30年度 収支予算書

自・平成30年4月1日～至・平成31年3月31日

収入の部

単位：円

項目	前年度決算額	本年度予算額	増減額	摘要
繰越金	205,819	118,273	△ 87,546	
会費	439,000	408,000	△ 31,000	1人 179人、夫婦14組、(39期)8人
支部総会費	129,000	140,000	11,000	4,000円×35人
特別会費	313,300	500,000	186,700	G・G 100,000円 研修 400,000円
利子	3	10	7	通帳利息
雑収入	11,785		△ 11,785	
合計	1,098,907	1,166,283	67,376	

支出の部

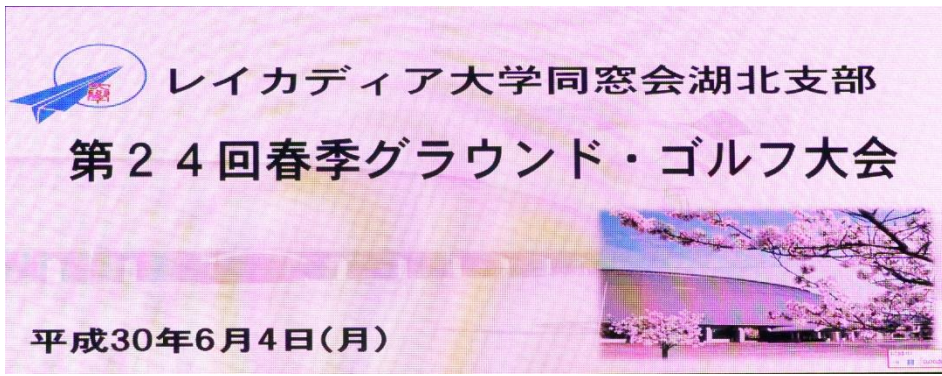
項目	前年度決算額	本年度予算額	増減額	摘要
支部総会費	188,385	200,000	11,615	議案書・懇親会費
本部総会費	10,000	10,000	0	出席者交通費補助
本部会費	118,000	107,500	△ 10,500	本部会費 500円×215名
会議費	160,677	100,000	△ 60,677	会議他、幹事交通費補助
体育・研修費	335,646	500,000	164,354	本部・支部 G・G 100,000円 研修 400,000円
会報費	36,322	50,000	13,678	会報等
慶弔費	49,700	60,000	10,300	物故者香典等
通信費	25,543	30,000	4,457	連絡郵便費・振込料
雑費	7,561	10,000	2,439	資料作成コピー・文具
予備費	48,800	98,783	49,983	各大会補助・会場費等
合計	980,634	1,166,283	185,649	

平成30年度 事業計画

- 事業方針
 - (1) 会員へ各事業への積極的な参加を呼びかけ、支部の活性化を図る
 - (2) 湖北支部としての地域活動により、本会の存在を広く周知する
 - (3) 米原校のサポート隊と連携し、レイカディア大学の学生募集に積極的に協力する

2. 主な事業計画

部会	月日	事業の内容	開催場所
事務局	4月24日(火)	平成30年度支部総会	グランパレー京岩
	5月16日(水)	平成30年度本部総会	長寿社会福祉センター(レイ大草津校)
体育部	6月4日(月)	春季グランドゴルフ大会	長浜バイオ大学ドーム
		秋季グランドゴルフ大会	健康浅井パーク(予定)
		4支部グランドゴルフ大会(湖東支部)	
広報部		会報「こほく」発行	年3回発行、原稿募集しています
研修部	10月26日(金)	日帰り研修バス旅行 名古屋方面(予定)	(詳細は決まり次第ご案内します)
		地域歴史探訪	
地域活動部	11月14日(水)	校庭樹木の選定	県立長浜擁護学校
	予備日16日(金)	校舎内の整備、補修を検討	(詳細は決まり次第ご案内します)
		びわ湖清掃	美しい湖国をつくる会



北村支部長の挨拶の後、ルール説明や注意事項を受け体育部の皆さんのご協力のもとABC3班に分かれ、3ゲーム24ホール、ストロークマッチプレーで行われた。

第24回 春季グラウンド・ゴルフ大会開催
6月4日 長浜バイオ大学ドームにて

更新された電光掲示板にレイ大同窓会湖北支部の文字

成績優秀者

順位	氏名	スコア	H1
優勝	松岡 純次	44	3
準優勝	増谷 綱一	48	2
3位	北村 宗吾	50	2
4位	広田 正和	53	2
5位	久木 幸子	53	2



開会式にて支部長挨拶

日頃鍛えた技を生かし競い合う中にも笑いもあり楽しいひと時を過ごすことが出来ました。参加者は61名、ホールインワ賞は8名でした。



左から優勝、準優勝、3位、4位、5位入賞者

残りの人生は？
松岡 純次

※優勝・準優勝のお二人に投稿頂きました

私はレイ大22期生で卒業してもうすぐ、20年になります。満83才。
現在、私はグラウンド・ゴルフと瓢箪作り、家に居るときは耳が少々遠い(携帯の着信音が胸のポケットなら聞こえるがウエストポーチはだめ)ためテレビはニュースや相撲位で、ドラマ等は一切見ることはありません(出来ませんが正しいか?)。その時間帯は頭の体操にとクイズ「ナンクロ」をやっています。
一・グラウンド・ゴルフは県GG協会の会員(日本GG協



会会員)を平成15年より連続して16年日。もちろん在所でのGG、近江GG連盟、米原市GG協会そして長浜ドーム等の月平均10日前後はGGの日々です。
二・瓢箪作り。これも、もう20年位に(一時期2〜3年止めた時期もあったが)なりましようか。瓢箪も色々の種類があつてミニ、千成、百成、十成、大瓢、長瓢、つる首、イボ、だるま瓢色々。
今年も長瓢、十成、イボ、平成と4種20株あまり作付けしました。この頃は蔓の伸びる盛りで毎日畑へ通う日々。出来た瓢箪はあちこちへと、時には小学校の教材にしてみました。

三・クイズの本も色々。漢字パズル、クロスワード、ナンクロ、スケルトン、ナンプレ等やりだしたら切りがない位。この頃はナンクロを主体に月1〜2冊位(1冊70〜100問)はしています。魅力の一つに正解の場合、勿論抽選ではありませんが賞品が付く事で、過去現金2万円を始めグルメ千円券十枚、図書券3千円等が当たり一寸やみつきになってます。
以上の運動(GG)。自然との付き合い(瓢箪作り)。頭の体操でポケ防止(クイズ)との3

坐骨神経痛 & グラウンド・ゴルフ
増谷 綱一

本柱であと十年くらい健康寿命を全うしたいと思つていますがどうなることやら？

先ず 老生がグラウンドゴルフ(以下G・G)をやることになつた切っ掛けから
10年程前突然左臀部に鈍痛あり。何の憶えもないのに筋肉痛かと放つておいた。10日も経つのに痛みが和らぐどころか左足甲が痺れて来た。慌ててかかりつけ医院に走り診てもらつたところ、言下に加齢による「坐骨神経痛」と宣告された。どのようなものか全く知らず心配ならば名医を紹介すると言われ、1ヶ月後大津市民病院の宝子丸先生を訪ねた。
MRC T撮影の結果「脊柱管狭窄症」と診断をうけた。初めて聞く言葉にていろいろ尋ね最終的には100m歩くのに10回休憩が必要となつた時に手術を考えようと説明を受けた。それ迄は暇があるとゴルフの打ちっ放し練習で1回300〜500球を打ち込み、月に何回か近くのゴルフ場へ友人と出掛けていたが上記の症状が出てからは50回程スウイングすると左足が火照り痺れが酷くなつた。
医者に相談するとそのような強い腰の回転を要する運動

が一番悪いと注意されゴルフを断念。



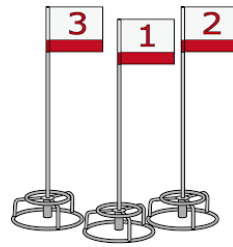
ショックを受けぶらぶらしていると同僚からG・Gなるものに誘われた。早速運動具店で道具を買い求めたが、これが高価でびっくり!

間もなくルールもマナーも解らないまま町外の広い河川敷が試合場になる公式戦に連れていつてもらった。初心者故到着早々一人悠々と練習を始めたところ直ぐに本部役員から大声で叱られてしまった。

ここで初めてG・Gに幾つかの変な?ルール(マナー)があることを知った。野球をはじめどのようなスポーツでも試合前の練習はOKであるのにG・Gは

①試合前練習はご法度。道具に關しては同じ棒状の物でありながら
②クラブと言わずスティック(杖?)と呼ぶ。
③ボールにも軽重がある。
④打順は遠近に關係なく決められた打順通りに打つ。
⑤エース(ホールインワン・以下A)が出た時は8ホール合計打数からA1本につき3点を差引く。

⑥ランキングを決定する際、最終合計スコアが同点の場合にはAの多い者が上位にいくこと。(実際にはAが少ない方が実打は少なく上位にランクされるのは領けるがこの不思議なルールは理解に苦しむ)



このようにちよつと変わったルールにも慣れ、あちこちの試合に同行。各種大会にも参加して顔を合わす人達と打ち解け、気楽に挨拶を交わせる間柄になり、楽しい時間を過ごせるようになった。この間、左足の痺れ症状は進行が遅く助かっていた。

ところが昨年2月(H29)今度は右臀部と太腿裏が急に痛み始めた。痛み止め薬を呑みながらG・Gを続けていたが4月に入り薬も効かなくなり歩けなくなった。

診てもらったところ今回は「腰椎椎間板ヘルニア」と診断された。辛抱できずあちこち調べた結果、日野記念病院に名医(高橋忍先生)がおられることが分かり、早速、診療所の先生に紹介状をお願いし、5月1日に手術をうけ10日後に無事退院。あの猛烈な痛みから解放さ

れひと安心。

しかし、まだ右足に突っ張り感、膝下から指先まで強い痺れが残っているため3ヶ月間理学療法士に週1回リハビリ治療を受けたが症状の改善がみられず今日に到っている。

現在、老生と同様の症状で困っておられる皆さんは如何にこの「病(やまい)」と付き合っておられるのでしょうか?

この三度目の「坐骨神経痛」により6ヶ月間G・Gを休まざるを得なかったものの、右足を引きずりながらも復帰できたことを有り難く喜んでいる。これ迄遊びのつもりでやってきたG・Gが今では大切なリハビリ替りになり健康維持に役立っていると感じ次回の試合を心待ちにしている今日この頃。今や老生にとつてG・Gはスコア勝敗はさておき健康は勿論、呆け防止、社会とのつながりの為のツールとなっている。

「たかがG・Gされどグラウンドゴルフ」
この歳になって身体障害者?となってしまった老い先短いわが人生にとつて身体的、精神的健康維持の為の特効薬になればと願う次第。



大学祭の開催案内

今年も、大学祭が七月二十五日(水)から二十七日(金)まで米原校で開催されます。スローガンは「楽しく・仲良く・元気よく」です。地区幹事様より配布お願いした、卒業生の作品展示コーナーが設けられて展示されます。またこの機会に在校生や地域の方々、先輩とのふれあい交流を深め、さらには、これらが学生募集のための一助になればと期待しています。友人、ご近所お誘いあわせの上見学してください。在校生がお待ちしています。



昨年の大学祭の様子 (卒業生の作品展示)

滋賀県レイカティア大学

第41期

学生募集!

- ・60歳から入学できる大学です。
- ・「入学して、こんなにたくさんの楽しい友人ができるとは思ってもみなかった」と多くの在校生が実感しています。
- ・卒業生の多くが地域でボランティアや仲間づくりなどの活動を楽しみながら生きいきと行っています。

募集期間 平成30年6月1日(金) ~7月31日(火)



米寿をお迎えになり おめでとーございます

支部の会員で次の10名の
方々が今年度米寿をお迎えに
なりました。

- 14期文芸学科 大久保むゐ子
- 15期園芸学科 松本 睦美
- 16期生活学科 小寺 静子
- 21期文芸学科 北村 宗吾
- 22期スポレク学科佐倉喜代隆
- 23期園芸学科 沢村 祥延
- 24期文芸学科 成宮 建男
- 25期文芸学科 北川 孫一
- 25期園芸学科 富永 八郎
- 26期文芸学科 田辺 一義

同窓会本部で行われました
慶祝行事には4名の方が参加
されました。



米寿を迎えられた方 からの投稿です

※投稿いただいた原稿はその
まま掲載させていただきまし
た

卒寿・白寿を目標に

松本 睦美

一企業に就職し長浜・大垣・
四日市・彦根の事業所で単身赴
任を含め38年間、定年退職まで
勤務することが出来、多くの人
との出会いは私にとって大き
な宝となっております。生涯忘
れ得ぬ数々の思い出や会社で
の経験を今後の生活の糧にし
ていきたいと思っております。

現役を引退して27年経過。老
人会行事への参加、並びにボラ
ンティア活動へ。家庭菜園作り
を中心に、他の余暇は今亡き
家内との思い出国内外旅行、グ
ラウンドゴルフ(2年前より足
痛中止)へ。プロ野球観戦をス
カパーテレビで阪神タイガー
スを応援し楽しんで来ました。
今回米寿を迎えることが出
来たのも昔の体力の蓄積と皆
様方のご指導ご支援の賜と感
謝し喜んでいきます。

加齢のせいで一昨年春より
聴力、脚力が衰えたが傘寿の年
にOB会より頂いた「寿杖」を
支えに何時までも動ける身体
づくりを目指し介護保険を利
用し、毎週一回午前中に3時間
市内の早稲田イーライフの体

操教室へ通い、次は卒寿・白寿
を目標に頑張っていきたいと
思っています。

終わりにになりましたが同窓
会平成30年度定期総会の席で
祝詞・記念品をいただきました
有難うございました。
会員の皆様に御礼申し上げます。



元気で明るく

さわやかな老いの人生

北村 宗吾

馬齢を重ねて今年で88歳、
「米寿」の意義深い年を迎え家
族や周囲の方々から祝福をう
け感謝の念でいっぱいです。
また、5月16日のレイ大同窓会
総会の日には「長寿者慶祝会」
の式典が催され、晴れがましく
も皆々様から祝福され感謝、感
激、忘れることのできない思い
出となりました。

いま、日本は世界一の長寿国
と言われています。しかし、た
とえ長生きできても健康でな
ければ意味がありません。入院
や寝たきりになれば本人だけ
でなく家族も大変です。

私たち老人は、自らの心身の
状態や、家庭環境などによって
異なると思いますが、できるだ

け残された機能を最大限に生
かして前向きな姿勢で生きる
ことが大切ではないかと思っ
ます。

私は最近グラウンド・ゴルフ
に熱中しています。各自、自分
の体力に合わせて無理せず、和
気あいあいとプレーができま
す。

休憩時間には、お互いの健康状
態や世間の情報など、おしゃべ
りに花咲く貴重なひとときで
す。

互いに良き仲間として競い
合い、支えあって、元気で明る
く、さわやかな老いの人生を送
りたいと願っています。



妻や家族の理解と 協力のおかげ

佐倉 喜代隆

今回、米寿のお祝い有難うご
ざいました。お陰様で比較的元
気でこの様な年まで生かさせ
て頂き感謝しています。

レイ大には、私の趣味に合っ
たスポレクの学科に入学し学
習は勿論、信州、沖繩、阿蘇の
課外研修は楽しい思い出が一
ぱいである。
同級生との集まりは、グラン

ドゴルフを主として月一回が
隔月になり、昨年からは年令の
関係から御無沙汰になってい
る。

卒業後の活動は、公民館文化
協会のクラブでフォークダン
スを楽しみ、ボランティアとし
て小学校の読み聞かせ、学校行
事の手伝い、社協の玉すだれ訪
問、学習として古文書と地域の
歴史の学習、宗教による人生の
勉強等といろいろな人達に教
えを受けてお付合をさせてい
ただいている。

特にフォークダンスは22・
23歳頃が始まりで、レイ大の学
習ではもの足らず滋賀県連盟
に入会し、会員の仲間に助けら
れながら県講習会、全国大会、
県内クラブのパーティに参加
等、楽しい思いをしている。

この様に充実した活動が出
来るのも妻や家族の理解と協
力のおかげと感謝しています。



しかし、体力の低下で今後の
活動に不安を感じる此の頃で
す。自分の思い通りに活動でき
ない事は残念で淋しく、なさけ
なく、悲しくなると思う。

その時には、宗教心が必要に
なると思う。今学習中の、真宗
大谷派の故曾我量深師の説か

れる根本は「佛が私の体に同体されて共に悲しみ、苦しまれ、楽しまれていた。そして事がおこった時、諦めでなく、心機一転やり直そうと同体の佛が思われ、私の行動に現れる」と教えられる。この事を感得出来るよう更に聴聞を続けたいと思う。

自慢話になった事をお詫びし、レイ大、レイ大同窓会の発展と同窓生のご健康をお祈りします。

米寿を迎えて感謝すること
沢村 祥延

この度は米寿のお祝いを頂き有り難うございました。厚く御礼を申し上げます。

何時の間にか年を重ねて今日を迎えて振り返りますとあまりにも早かった事に驚いています。

私達、昭和一桁生れは満州事

変突入の期をひとつにして、その後少年期は戦時体制の中で成長しました。その後終戦を迎え民主日本の新しい体制の中で青春謳歌した事でした。学びの庭も男女共学の新しい波でした。まさに激動の時代でありました。

この世情の中でレイカディア大学が誕生して私も希望に燃えて学びました。特に園芸学科は新鮮で同輩も意気に燃えて学びながら語り合った時でした。ボランティア活動で施設を訪ね園芸を通じて多くの人

達と交わり感謝の日々でした。激動の世界の中で私達は感謝の念で進み交流を広めたものでした。この中でも、みどりを愛する心を各所で会得する事が出来ました。まさにレイカディア大学に感謝する事大であります。

私はこれ迄にいただいたご縁を大切に行きたいと思っております。



夢を追って

成宮 建男

この度はからず米寿のお祝いをいただきまことにありがとうございます。厚くお礼申し上げます。

レイカディア大学に学び早くも15年の歳月が経ちました。地域の役職もほぼ勤め終えて、仲間とともに各地に先駆けて、ふれあいサロン「ゆうわ会」を立ち上げたり、郷土誌「ふるさと」の発行や、かつて放映された大河ドラマ「功名が辻」のヒロイン「千代」が当地の出身という事で、地域を盛り上げよう開いたイベントに、千代に扮して女装で寸劇に出演したりと、今思い出しても冷顔もありませんが、懐かしい思い出です。

最近では加齢と共に体力も衰え活発な行動は出来なくなりましたが、卒業後同期の有志とともに「夢歌会」と名付け、小西久二郎先生に短歌のご指導を受けております。歌会は毎月欠かさず、この6月で73回目となりました。

また個人的には6年前に「短歌研究社」から拙い歌集ですが『鳩鳥と共に』を出版することができました。

生涯夢を持ち続け充実した日暮らしができるのも、レイカディア大学に学んだこと、恩師、同窓の皆様の温かいご指導の賜と感謝しております。ありがとうございます。

2度とない人生だから
北川 孫一

本年度のレイ大同窓会に出席できず、米寿の祝詞と記念品を頂き、深くお礼を申し上げます。

顧みますと、私や、この年代の人たちは、多くの困難に耐えきびしい時代に遭遇しながらも、幸いにも生き残ることができ、今日も生かされている喜びに深く感謝しています。

私も、小学校在学中に大東亜戦争が始まり、戦いが長引くにつれて本土への空襲が激しくなり、その度に急いで帰宅させられる状況が多くなりました。子供ながらに、不安が募る学校生活でした。

更に、当時は青少年への軍人への志願が強く呼びかけられ、

私も志願して敗戦日の10日後に入隊する予定でしたが免除されました。その後の国内の混乱等は、今でも思い出されます。

敗戦後、再び新しい希望を持ち、教育制度の改革等で新制高校から大学にも学ぶことができました。

その後、教育関係の職場で60歳の定年まで、さらに10年余、地域での教育関係の職務に就くことになりました。

私の、人生を回顧するとき、その大部分を青少年の教育に専心でき、深く感謝しています。私の体験から、今後のわが国の平和と教育の充実を心から願っています。

退職後、レイ大米原校の文芸科に入学し、学習を通して自然への感覚や豊かな心を磨くこと、講義では新しい時代の課題や社会人としての生き方等、多岐にわたる講話等にも恵まれ、価値ある老いの日々を過ごすことができました。さらに、特筆すべきは、新しい学びの親しい友人たちができたことです。

この年になって、まだ未熟な人生を顧みるとき、つらいこと、苦しかったこと、失ったもの、過ったこと等の事実は変えられませんが、それを教訓として自らの心を「織り直す」ことが、これからの私の人生のあり方であろうと思っております。

新入会員の皆様
どうぞよろしく

第三十八期卒業生

- 桂田 貴子
- 木田 勝幸
- 北村 孝雄
- 辻川 幸治
- 中川 幸治
- 西川 恵美子
- 前田 恒子
- 三上 ます子
- 健康づくり学科
- 富永 節子
- 林 ひとく
- 松居 さと子
- 北近江文化学科
- 高山 五重
- 中川 豊太良
- 中川 善雄
- 三俣 繁美
- 森田 吉昭

物故者を悼む

- 38期園芸 小松崎次雄様
- 20期文芸 吉田 芳子様
- 13期スポレク 中川志げ子様
- 20期スポレク 橋元 高明様
- 21期園芸 三輪 信雄様

謹んで心からご冥福をお祈り申し上げます

