

# たかさご新聞

## 退任の挨拶

高砂大学校同窓会会長

113期1組 小野 隆

私は、令和6年4月末をもって、高砂大学校同窓会会長を退任させていただきましたことになりました。令和4年4月の会長就任以来、1期2年にわたり同窓会会員の皆様から多大なるご支援をいただきましたこと、改めてお礼申し上げます。

戸惑うばかりでありました。それには会員の皆様といかに距離感を近くし、多くの活動事業を通じて「明るく、楽しく、そして笑顔で」をモットーに生きがいを見いだせる同窓会運営にしなければと思われました。そして高砂大学校同窓会会員以外の多くの皆様にもアピールをし金沢市、大学校、同窓会と一体となることも必要と考えて職務遂行に掲げ邁進しました。

昨年同窓会として大きな節目になる「創立60周年」を迎え「記念式典」



## 同窓会役員退任に当り

### 事務局理事

114期1組 田中清之

私は、114期1組の会長として、同窓会理事を2年間

## 創立60周年

## 記念行事で感動

任命され、務めました。

本年2月に満86歳になり、退任となりました。

大学校終了後、大学院で学びながら同窓会理事として2年間勤めました。初年度はコロナ禍にて一部開催できない行事もありました

発行 高砂大学校同窓会 会長 小野 隆 〒920-0901 金沢市彦三町1-15-5 金沢中央公民館2F TEL (076) 261-8101 FAX (076) 261-8149 (HP) http://www.takasagoob.net



QRコードで ホームページ

参加いただきました多くのみなさまからお褒めの感想と温かい言葉をいただきました。変われぬ思い感謝しました。

そして「記念誌」発刊に奔走、ご健闘頂きました専門委員のみなさま、また多くの関係者の方々のご支援、ご協力があった結果だと改めて思い、素晴らしい同窓会なのだ感銘しました。

同窓会「創立60周年記念」と「北陸新幹線敦賀延伸」

一体となり新体制の下、多くの会員の皆様に寄り添った運営を目指し同窓会活動の楽しい発展を盛り上げていただくよう祈っております。

同窓会役員を初め、同窓会会員の皆様、そして多くの関係者の方々のご理解とご支援の賜物であり、厚くお礼申し上げます。

最後に、高砂大学校同窓会の皆様の益々の発展とご活躍ご健勝をお祈り申し上げ、退任のご挨拶といたします。

## 「能登半島地震災害義援金」

### 募金へのお礼

#### 高砂大学校同窓会 高砂ボランティア会

能登半島地震災害「義援金」募金にご協力を頂きました。ありがとうございます。

能登半島地震は最大震度7を記録し、多数の犠牲者と多数の家屋の倒壊や焼失、道路の決壊等の甚大な被害等をもたらしました。同窓会では、被災された方を支援するため能登半島地震災害「義援金」募金活動を実施しました。

石川県等では、被災された方を支援するため、「能登半島地震義援金」の受付を開始しましたので、当会は次のとおり義援金募集活動を展開しました。1月9日～同月19日までの11日間、高砂ボランティア会と一体

で彦三館利用者に募金を依頼し、集まりました義援金は、1月23日に小野同窓会長から北國新聞社を通じて石川県へ寄託しました。1月20日以降は、同窓会事務局受付カウンターに義

## みんな集まれ

## 体育まつりだ

みんなで一緒に楽しみましょう

6月4日(火) 10時～15時30分に金沢総合体育館(泉野出町)で第44回すこやか体育まつりが開催されます。競技種目は、クラス対抗と団体競技から構成されています。体力や運動神経が必要な種目は無く、スポーツが苦手な人も楽しめる簡単で分かりやすい競技を用意しています。

2階の観覧席が応援席となります。クラス単位に割振られています。その応援席からクラス会の競技者に一生懸命に声援を送ります。

お昼休みには、悠々健康クラブ、フラダンス、太極拳による演技が披露されます。みんなで一緒にお弁当を食べ、ランチ会のように会話が弾みます。楽しい小学校時代の運動会を思い出し、お祭り気分です。ワッショイ・ワッショイです。

多くの参加をお待ちしています。申込は各クラス会よりお願いします。

## 6月4日(火) 体育まつりプログラム

- 開会式 「君が代」「高砂大学の歌」斉唱(歌謡クラブ)
- 準備運動(ラジオ体操)
- 午前の競技
  - ①パイプにくるりんGOサイン(団体戦・事前申込が必要)
  - ②ゴールキックはテクニシャン(クラス対抗戦・事前申込が必要)
- 昼休み(60分)(悠々健康クラブ、フラダンス、太極拳)
- 午後の競技
  - ③カニさんとカニさんが玉運び(団体戦)
  - ④天使の輪を投げちゃおう!(団体戦)
- 整理運動(百万石音頭)
- 閉会式

### ①パイプにくるりんGOサイン

スタートラインから、定位置に着いたら両端にボールを付けたひもを逆さまの椅子のポールに引っ掛け、そのボールを回収し、コーンを回ってスタートラインに戻り次の人にボールをバトン代わりに渡します。アンカーのみ直進し、ゴールします。



①パイプにくるりんGOサイン

### ②ゴールキックはテクニシャン

ボールを定位置から中央まで運び、中央のペットボトル2本の間を通り、ネットに向かってゴールを決めます。ボトルの間を通りスタートラインに戻り、次の人にボールを渡します。アンカーのみ直進し、ゴールします。



②ゴールキックはテクニシャン

### ③カニさんとカニさんが玉運び

ビーチボールを二人の背中に挟み腕を組んでカニ歩きでコーンを回ってスタートラインに戻り、次の人にビーチボールを渡します。アンカーのみ直進しゴールします。



③カニさんとカニさんが玉運び

### ④天使の輪を投げちゃおう!

天使の輪を頭に乗せて定位置に行き、そこでペットボトルに輪を投げる、回収した輪を頭に乗せてコーンをまわり、次の人に輪を渡します。アンカーのみ直進しゴールします。



④天使の輪を投げちゃおう!

すこやか健康講座  
フレイル予防を乗り越えて

人生百年生になろう  
フレイル予防をみんなで実践しましょう

3月11日(月)午後1時から3時に「すこやか健康講座」が彦三館大研修室で開催されました。事前に受講者を募集しましたが、定員114名の満席になりました。

第一部は、「健康寿命の秘訣はなぜそうすると良いのか」のテーマを木下幸子さんが講義を行いました。

第二部は、「座つてのフレイル体操」をテーマに竿下り子さんが実技指導を行いました。

受講者は、自分の日々の生活や行動を振り返りながら、熱心に聞き入りました。

高年齢者は、細身では無く、チヨットぽつちやりが長



みんなで体操中



講師の竿下さん



講師の木下さん

俳句・短歌  
さんご句会

ふる里は駅から一里初つばめ 八重子  
桜道四百年の森に入る 姿婦子  
香り立つ今朝のおすまし三葉芹 依子  
星天の淡き光に白木連 紀代  
花篝影を映して浅野川 ひろみ

石菰句会

雛飾りの子等の幼き頃偲ぶ 照子  
何時までも細目輝く雛人形 雅夫  
下校児の蹴り上げ遊ぶ斑雪 ミイ  
夢であれ今朝の静寂はだれ雪 素子  
隆起せし割れ田延延はだれ雪 翠風

雪椿句会

古民家の庭にてひっそり寒椿 高二  
灯籠の少し傾きつくづくし 房義  
源平の谷へ散華か春の雪 悦子  
白山の春光弾く雄姿かな 順治  
パンジイの小雨に打たれ人目引く 陽子

OB短歌会

竹ぼうきに落ち葉集めぬ軽やかにサクサクカサカサ音を奏でて 洋子  
枯落葉われを追いつつカラカラと風との輪唱耳にやさしく 栄子  
溢れるような想いに灼かれる冬の胸歌人で花人、一途なる女性 美代子  
「転ばないで」と吾に声かけ先を行きし友が転びて足の骨折る 千佳子  
武家屋敷に琴、尺人の音がながれて庭は黄葉とどうだんつつじ 重子

むずかしい音符や知らない曲から新しい発見  
唄うには、楽しい、嬉しい、涙有り  
現在、男性メンバーを募集中です

高砂合唱クラブ代表  
111期2組 今村治代

私達の合唱クラブは、令和5年度はコロナ明けで、合唱に明け合唱に暮れまして。それも高砂大学の皆さんのご支援・応援のおかげだと感謝しています。

私達も新しい楽譜を手にし、むずかしい音符も解説し、私自身知らない曲に出会えた発見と昔からの童謡



2/18(日)公民館フェアのステージで  
正装姿で出演中の合唱クラブのみなさん

・声は口先でなくお腹の底から  
・高い所の声はその前にブレス入れて  
・口を縦にあげて唄う  
と疲れなく唄えるなどと、など、先生のアドバイス。

毎日テレビ新聞で能登の惨状が目に見え、1月1日の凄惨な揺れを体験した私達

自分として生きていく間と言っても後何十年あるか分からないけど悔いのない生き方をしようと思えます。

二年間合唱クラブで代表となり、いろいろな人と出会い、私達の合唱を聞いて

感動して涙を流してくださったり、本当にいい経験をさせて頂きました。

又、この四月に高砂大学校、大学院の入学式のイベントに参加させて頂くのですが、去年はアンコールの手拍子が先生も私達も始めての嬉しい経験でした。

合唱クラブは創部四十七年目に入ります。五十年目めざして唄っていくつもりです。

お稽古で作法を学び、季節のお茶を楽しみ  
二二ろ豊かな時間と感謝の気持ちを  
現在会員募集中です

高砂煎茶委員会  
110期1組 長山志津子

大震災で大変な年明けとなった令和6年。

とりあえず初茶会は取りやめましたが、1月にはお稽古を始めことにしました。

初稽古の日、全員で犠牲者に黙とうを捧げ、被災地の一日も早い復興を祈り、皆でお稽古できることに感謝しました。

その後、焙じたお茶に梅干、昆布、塩を入れ、竹箸でかきまぜる1月恒例の大福茶(おおふくちや)をいただきました。

その為には男性方随時募集中です。現在四、五名いらつしやるのですが、もう少し手とお声を貸して頂けないでしょうか。即入らずとも聞くだけでも予約なしでいつでもお顔を見せてください。そして、皆さんで楽しく唄って回りを元気づけましょう!

を忘れずお稽古励み

季節ごとのお茶を楽しみます。

高砂煎茶委員会では長年お稽古を続けられた方々が、高齢等の理由で退会され、新たな会員を募るようになりました。

そこで、案内チラシを作成し、同窓会に配布依頼するとともに、高砂ロードの掲示ポスターを刷新しました。

さらに、昨年度、同窓会のおかげで会員募集会場が確保できたので、修了生の方等にチラシを直接手渡すことにチャレンジしました。

その結果チラシや掲示ポスターを、ご覧になった方々に、入会して頂き、ひと安心です。

また、高砂新聞への掲載や高砂作品発表会における交流茶会が広報活動として有難い機会だと思っております。

稽古日は毎週木曜日(原則月4回)で、午前の組と午後の組に分かれています。講師は竹内香真(こうしん)先生です。

お稽古は正座と立礼(りゅうれい)(卓、椅子)で行っており、無料体験(お茶・和菓子付)ができますのでお気軽にお寄りください。



季節のお茶会を終えて  
全員で記念撮影

同窓会仲間の作品を見に行こう!

市内3カ所でわれわれ同窓会仲間の作品を鑑賞できます。

- ①武蔵地下クロスピア  
4月1日(月)~6月2日(日)  
さんご句会  
沙羅の花句会  
寿雪書道会
- ②香林坊東横インホテル展示場  
4月1日(月)~4月30日(火)  
創作絵画
- ③金沢医療センター内展示  
3月21日(金)~4月21日(日)  
デジカメクラブ

いつも自分の状態を  
ベストに!

106期3組 クラス会長  
轟健正

某日、定期健診のため、総合病院で採血待ちしていたところ、見覚えのある男性が隣に座った。すぐに新入社員時代の元上司と分かり、挨拶したが無言。私と分らないのか?と、マスクを外して名前を名乗ったが、チラとこちらを見ただけで無視。もともと態度が横柄だったのでいつまでも上司面して何と無礼など、不愉快だった。

しかし、後で、声をかけられること自体が迷惑だったのかもと、考え直した。

服装、見た目、立ち居振る舞いはまさに老人。当時の面影なく、元部下にさえない姿を見られたくなかったのか?と思った。これまで、挨拶は、社会人としての礼儀、当然と思っていたが、必ずしもそうではないのかもしれない。

今後、何によらず、状況に合わせた対応が出来るようにすると共に、いつでも誰と会っても恥ずかしくないように、自分の状態をベストに保っていないければ、

と思った。