

たかさご新聞

華やかなステージで各サークルが

最高のパフォーマンスを披露

10月4日（金）9時開場で金沢市文化ホールで第46回高砂生きがい演芸発表会が開催されます。

大勢の人を前に、特別な衣装に袖を通し、華やかなスポットライトを浴びる晴れがましいステージのため

「観客と共にある」ことの大切さ、ありがたさ、意義深さ、素晴らしさを学ぶ、またとない機会です。観客席からの肌で感じる期待感や張りつめた緊張にこたえるためにチャレンジ精神をもって準備しています。

第46回
高砂いきがい演芸発表会
積み重ねてきた練習
聴かせる・演じる

お誘いください
ご家族・ご友人・ご近所の方

日時：10月4日（金）開場9時
会場：金沢市文化ホール（高岡町）

意義深さ、素晴らしさを学ぶ、またとない機会です。観客席からの肌で感じる期待感や張りつめた緊張にこたえるためにチャレンジ精神をもって準備しています。

一回のステージが精

未来の看護職を育てるために

看護学生の臨地実習に協力



看護学生は、看護学生が現場に身を置き、実践的に行う訓練です。同窓会は、高齢者の臨地

臨地実習の目的は、看護学生が地域で生活する高齢者との交流により、高齢者とその家族の健康と暮らしの状態を把握し、暮らしが健康に与える影響を理解することです。

健康で生きがいのある生活を過ごす生涯学習の場を学び、ライフステージの特徴とその多様性を理解しま



昨年の出演者のみなさん

古場で約百回の練習に匹敵する、あるいはそれ以上の収穫をもたらします。多くのみなさんのご来場をお待ちしています。

発行
高砂大学校同窓会
会長 泉屋和雄
〒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.taka
sagoob.net

スケジュール	臨地実習の看護学生	協力サークル
9/10(火)	県立総合看護専門学校1年生18名	合唱クラブ、オカリナクラブ、悠々健康クラブ等を予定
10/16(水)	金沢医療センター附属看護学校1年生約80名	調整中
10/31(木)		

すこやか健康講座の開催スケジュール(何回でも受講可能)

回数	月日	時間	講座名	講座担当者
第4回	9/04(水)	14:30~15:30	スッパリ快便で快腸生活を送りましょう	臨床研究部長 加賀谷尚史
第5回	9/12(木)	14:30~15:30	最期まで好きなものを食べよう～飲み込み力を落とさないために喉を鍛えよう～	言語聴覚士 坂野千枝
第6回	9/19(木)	14:00~15:00	認知症 予防のヒント	主任作業療法士 西田大祐
第7回	12/10(火)	10:30~11:30	あれ、認知症かな？と思ったら問く話	脳神経外科 藤沢弘範
第8回	12/12(木)	15:00~16:00	心不全への取り組み	循環器医師 山本花奈子
第9回	R7年1/9(木)	14:00~15:00	寝たきりにならないための転倒予防	理学療法士 調整中
第10回	1/16(木)	13:30~14:30	大人のアレルギーについて	呼吸器内科 北 俊之

健康教育の知識で、元気を継続しよう

受講回数制限なし、現在申込受付中



大正琴とハーモニカサークルのコラボ

大正琴（琴路会）とハーモニカサークルのコラボによるランチタイムオンステージが7月10日（水）12時30分開催され、60数名の観客が集まりました。

大正琴側からハーモニカサークルの有志に声掛けがあり、今回のコラボが実現しました。大正琴2人とハーモニカ3人の計5人がステージに登場しました。

親しみのあるトークで周りを巻き込み

楽しい雰囲気でもコラボを開催



QRコードでホームページ



生け花教室

出演者のリーダーが周りを巻き込むトークで観客と絡み、みんなが友達のようなアットホームな雰囲気に変化しました。演奏の間には軽妙なやりとりがあり、ステージと観客の距離がさらに縮まり、みんなが笑顔になりました。楽しい時間となりました。

月日	出演サークル
8月	お休み
9/20(金)	草笛愛好会
10/24(木)	高砂琴好会
11/13(水)	高謡会

ランチタイムオンステージ 今後のスケジュール

開催時間は12:30~(20分程度)



受講中のみなさん

7月5日（金）14時～15時に金沢医療センターより辻原美智雄先生（理学療法士長）をお迎えして、「腰痛予防と腰痛体操」をテーマに「第1回すこやか健康講座」を彦三館で開催しました。

募集人員50人に対して、締切日前に満席となり、受講者にとつて関心の高いテーマです。

最後の質問コーナーでは、自宅の洗面所での立ち姿勢等に関する質問があり、患者目線のわかりやすい表現で回答を頂きました。

多くの受講者は腰痛対策で、日常生活での注意事項が重要だと理解し、日々の生活習慣を見直すきっかけの講座となりました。分かり

よく知っている「上を向いて歩こう」がコラボで演奏され、観客席から大合唱が起きました。

お昼休みに、楽しい時間を過ごし、観客から感謝の大きな拍手が起こり、終演となりました。

県立美術館広坂別館で

デジカメクラブ単独で写真展を

開催しました

デジカメクラブ 副会長 109期2組 藤島寛仁

高砂大学校デジカメクラブでは毎月2回の例会の他、年2回の撮影旅行や、金沢市内のいろいろな公共設備に随時作品を展示発表する等の活動を行っています。

「旅情」は、外国の旅先街角で撮ったかの様な風情を漂わせる作品と言えるのではないのでしょうか。これからも、機会あるたびに作品の発表会を行ってゆくつもりですので、皆様の温かい心でご支援をお願いします。又、一緒に写真撮影を楽しみたいと思われる方は、いつでも我々の例会にお立ち寄りください。



雪美人



旅情

気軽に写真を楽しみませんか！

高砂デジカメクラブ 会長
102期2組 高田 進

写真は出会いと思いを書き込み記憶を残す、これが私の今の写真への思いです。人の写真を見てこんな写真が撮れればと思ったことが私の写真との出会いの始めでした。

日頃何気ない出合いを記憶に留めようと始めた写真を見てもらい教えてもらう多くの写真愛好家との出会いから写真の写し方や場所を教えてもらいました。

沢山の失敗作を繰り返しながら、人の写真を見てこんな写し方があるのかなど長年経験をしているうち少しずつ人様に見てもらい、良い写真だねと言われることが励みになり続けてきた



日本一短い手紙館前での集合写真

今は、そんな苦労は必要なくその場で写り具合が液晶画面で確認できる時代になり撮り直しや写し方の変更などその場で変えることが出来、後で失敗したと悔やむことが少なくなり、大変気軽に撮れるようになりました。

私が所属している「高砂デジカメクラブ」の皆様が例会の際、持ってきて見せてもらう写真も素晴らしい写真が多く嬉しく思っております。これも人の写真を見て写し方を学び経験を経て一層良くなって行くのではないかしら思っております。

また、年二回は撮影旅行をして楽しんでおりますが、写真を撮るには出掛けて行き出合いを楽しみながら歩き回ることと心と体の健康にも良いことと思っております。

何よりも例会でお互いに写真を見せ合うことが参考になるとともに励みになり、次の写真作りの意欲にもなると思っております。

写真に上手い下手は関係なく出かけることの健康維持と写した時の感動、出来上がりを楽しみを楽しもうと思われ方は、どうぞ何時でも例会（原則、毎月第二・第四水曜日に二階の視聴覚室で開催）を見に来て頂き加入をお待ちしておりますので、気軽に覗きにきて頂ければと、お待ちしております。

お花はいやしです

お花で四季の変化を楽しみましょう

生け花教室 会計
114期3組 釣見 八重子

今から40年前、家を新築した折り、座敷開きの宴に、大工の棟梁が当時珍しかった、シンビジュームの鉢植えを、大感動したものでした。今でもそのシンビジュームは、毎年花を咲かせ他にも沢山の植物たちと上手く長く付き合っております。

秘訣は、育て方の見きわめ、ねぎらいの言葉をかける等々、するとちゃんと応えてくれますよ。若い頃には、気にも留めなかった路傍の草花さえ、愛おしく思える様になりました。

花はいやしです。これからも出来る限りずっと仲良くしたいと思っております。さて、私事に終始しましたが、サークルサイドからもひと言。流派は、嵯峨御流で京都の大覚寺に本部があります。

メンバーで最高齢の方は90才近く、元来、お花が好きな方です。

大好きなお花で 四季の変化を

生け花教室のご案内
練習日 毎月第1・2・3火曜日
時間 午後1:00~2:30
講師 小林幸南先生
月謝 3,500円 お花代金1回1,000円
お問合せ 平田さき子 TEL 252-4410
〒460-0001 愛知県津島市花崎町
花崎等のお道具類は、サークルに有りますので購入不要です。

加賀藩ゆかりの地訪問と 佐川美術館での鑑賞

OB歴史会 会長
107期3組 藤堂 昭雄

6月20日（木）午前7時薄曇りの中、一行64名で滋賀県マキノ町に向かつて金沢を出発した。

今回は加賀藩ゆかりの地としてかつて琵琶湖湖畔に二か所あった飛び地（今津・弘川村、塩津村）を訪れて旧跡を見て往時を偲ぼうという企画であったのでバスの中で二か所の飛び地になった経緯を説明し、現地確認の予備知識を持つてもらった。

最初に塩津村を訪れ、禁門の変で詰め腹を切らされた松平大式自刃場所の正行院を訪れた。住職の読経に従い参加者全員でお参りをした。その後、住職から当時のお寺の状況の説明を受けた。

その後正行院の正面に望む琵琶湖湖畔に並ぶ高さ約2.5mの石垣が1.2kmに亘って並ぶ様子を見たが、これだけの大きな石を何処からどのようにして運び、積み上げたのか興味を持った。



語り部九官鳥の会のみなさん

高砂語り部九官鳥の会 会長
115期1組 竹田 啓子

朗読とは、場面の雰囲気や登場人物の性格や心情を表現するもので、表現力や演技力を磨くことができます。

六月に私達『高砂語り部九官鳥の会』が朗読発表会で上演した、年配者向紙芝居では、登場人物を分担して紙芝居を群読したので、皆が個性を存分に発揮して作品を盛り上げ、会場は笑い声が溢れて盛況でした。機会があれば、どうぞ体験してください。

また、高砂演芸会等にも参加して、舞台で朗読劇やスクリーン紙芝居を演じています。その準備では、皆

最初に塩津村を訪れ、禁門の変で詰め腹を切らされた松平大式自刃場所の正行院を訪れた。住職の読経に従い参加者全員でお参りをした。その後、住職から当時のお寺の状況の説明を受けた。

その後正行院の正面に望む琵琶湖湖畔に並ぶ高さ約2.5mの石垣が1.2kmに亘って並ぶ様子を見たが、これだけの大きな石を何処からどのようにして運び、積み上げたのか興味を持った。



民家と背中合わせの不自然な石垣



正行院での集合写真

塩津村をあとにして今津村を訪れ、かつて加賀藩の今津代官所があった旧跡を確認しようとしたが以前まであった代官所の立て看板が無くなっていて旧跡を探すのに随分と手間取った。

最後に11年ぶりに佐川美術館を訪れたが前回は平山郁夫画伯の「平和の祈り」サラエボ戦跡」をみて戦災孤児の明るい表情に見入ってしまった、今回は11年前の感動はありませんでした。

まず、移転四年目を迎えた「国立工芸館」で明治の建物に触れ、展示中の「鈴木藏の志野展」で、大皿等の大作を鑑賞。「金城靈沢」を経て兼六園に入り、根上松等を見ながら、日本最古の噴水前「兼六亭」で、昼食をとりました。

五月晴れの某日、クラスで初めての企画「近くを歩こう・お散歩会」を行ないました。

106期3組 会長 轟 健正

4400歩の「お散歩会」

きではあるのですが、月に三度、足を運び、サークルの方々とのコミュニケーションを通して元気を頂いているとの事。外の空気に触れる事がフレイブル予防に、皆さんも一緒に如何でしょうか。



106期3組のみなさん

富士山会のランチ会

107期1組 副会長 松山幸江

107期1組の富士山会では毎年恒例の「金沢散歩」と銘打って行事を行っていました。

今年は県立図書館としました。10時30分に正面玄関に総勢16名が集まりました。

宏大な広さを持ち図書館上階から順に案内を受け見学に回りました。もう一度じっくりと来たくなった、との意見も聞きました。

何度か来て、自分の方向を確かめるのも一味かと。その後、香林坊へ出て楽しいランチ会をしました。

口の中の人参が言ってるこれからのキミの人生はボクも共にと朝はやく金石漁港に干物うる輪島朝市のおなごしの声描かれし老松を背に浮くとき「翁」の舞いの不思議な舞台われわれは無病息災望むなり時に寂しさは万病のもと庭で摘みし木の芽も添えて朝掘りの筍「はんの春の香を食む

俳句・短歌 さんご句会

切子灯籠夕日の風のこきざみに 八重子
原爆忌日射しあの日碧き空 姿婦子
カンナ咲く山村の道あかあかと 紀子
羽衣のような雲あり夏の朝 ひろみ
終戦忌田舎の蔵の石ラジオ 紀代

石蓐句会

鳴き止まず大樹に蟬の命燃ゆ 義景
蟬時雨告げたまきことある如く 素子
今生の名残とばかり蟬時雨 吉隆
夕涼み故老に学ぶ囲碁将棋 友江
涼しさの心くばりや旅の宿 ミイ

雪椿句会

早苗月米寿の祝い受けにけり 高三
ねぎらいの一言もらう草出し 房義
童心で体育まつり梅雨晴れ間 順治
母の日にお紫の濃紫陽花 陽子
兄弟のパパ似ママ似や夏帽子 静子

OB短歌会

口の中の人参が言ってるこれからのキミの人生はボクも共にと朝はやく金石漁港に干物うる輪島朝市のおなごしの声描かれし老松を背に浮くとき「翁」の舞いの不思議な舞台われわれは無病息災望むなり時に寂しさは万病のもと庭で摘みし木の芽も添えて朝掘りの筍「はんの春の香を食む