

たかさご新聞

令和8年度「よいか健康講座」の案内

独立行政法人国立病院機構金沢医療センターのご支援により「よいか健康講座」を開催します。

フレイル予防は、「食事」「運動」「社会参加」の3要素から構成されますが、今回の講座は、それらを更に深掘りした内容で、専門家の先生が講師を担当されます。

多くの皆さんの受講をお待ちしております。

第1回	6月4日(木)	13:30~14:30	胃がん健診、大腸がん健診、受けましょう!!
第2回	6月22日(月)	13:30~14:30	最期まで好きなものを食べよう ~飲み込む力を落とさないためにのどを鍛えよう~
第3回	7月16日(木)	13:30~14:30	大人のアレルギーについて
第4回	7月29日(水)	13:30~14:30	お口と全身の深〜い関係
第5回	8月6日(木)	13:30~14:30	寝たきりにならないための転倒予防
第6回	8月27日(木)	13:30~14:30	認知症予防のヒント
第7回	9月3日(木)	13:30~14:30	スッキリ快適で、快腸生活を送りましょう
第8回	9月18日(金)	13:30~14:30	ずい臓がんも、早期に発見します!!
第9回	10月21日(水)	13:30~14:30	最新の糖尿病治療とは
第10回	10月29日(木)	14:30~15:00	「あれ、認知症かな?」と思ったら聞く話

ランチタイム・オンステージ 開催のお知らせ

お昼のひととき、料理は端唄を!

日頃、一生懸命に練習に励みながらも、なかなか発表の機会がない同窓会内のグループを応援する「ランチタイム・オンステージ」。

今回は、私たちの仲間である「高砂端唄会」の皆さんをお迎えして開催します!

端唄(はうた)は、江戸の粋を伝える短い唄です。三味線の心地よい音色にのせて、日頃の練習の成果を情緒豊かに、心を込めて披露します。

お昼休みの

ランチタイム・オンステージ 端唄

とき 令和8年6月11日(木) 12時30分から13時

ところ 彦三館1階ロビー

出演 高砂端唄会

お昼休みのひととき 三味唄に合わせて一口ずきまきせんか

(演奏曲) 梅は咲いたか 津川くすし
よきをもどして 北本地附
さけいし 越前小唄
さけいし 越前小唄

令和8年度第一回グループ代表者懇談会開催

令和8年度第一回グループ代表者懇談会が5月7日午後1時30分から、彦三館大研修室で開催され、全56グループのうち代理を含む45グループが出席しました。

冒頭では参加者全員で金沢市民憲章を唱和して気持ちを一つにし、来賓として出席した中央公民館館長の松本直氏より祝辞が述べられました。

続いて、令和8年度同窓会総会の報告や今年度の事業計画について説明があり、

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.takasagoob.net



QRコードでホームページ

リーダー研修講演会の案内

近年、金沢市や近隣地域でも、電話やSNSを使った詐欺事件が急増しています。詐欺の手法は年々巧妙になり、警察官・役所・銀行・家族などを名乗るケースも多く誰でも巻き込まれる可能性があります。

新聞報道によるとある女性がSNSで知り合った相手からメッセージのやり取りを通じて株式投資を勧められ、わずか数ヶ月の間に27回にわたり、約2億円を指定口座に送金してしまいう事件がありました。1件あたりのSNS型投資詐欺としては、石川県内で過去最悪の被害額です。

同窓会では、こうした特殊詐欺をテーマに「リーダー

リーダー研修講演会開催

日時: 7月2日(木) 午後1時30分から

場所: 彦三館3階 大研修室

講師: 石川県警察本部
生活安全部 生活安全企画課
源 安代 様

演題: 特殊詐欺の現状と被害防止について

出席者: 期クラス会長、グループ代表者

作発表会のお知らせ

高砂大学校同窓会恒例行事の第44回作品発表会を、8月1日・2日の2日間開催いたします。本年のテーマは「百花繚乱! 今日的一步が明日を作る。創造の翼は無限大!」としました。

現在この発表会に向け役員、運営委員並びに関係者ともども一丸となりその準備に奔走しております。

メインイベントの一例ですがお茶会など体験してみたいかがでしょうか、金沢の美味しい生菓子もいただけ例年好評であります。(お茶券前売り七五〇円、当日券一〇〇〇円) お茶会のみならず、交流プログラムなど数々のイベントを楽しめます。作品発表についても既に会員のみならず、たくさんの方の出品申込みをいただいております。



挨拶される泉屋会長

ランチタイム・オンステージ 語り部九官鳥の会

5月25日(月)、第12回ランチタイム・オンステージを、彦三館1階ロビーで開催しました。

今回ご出演いただいたのは「高砂語り部九官鳥の会」の9人の皆さん。始めの出し物は、宮沢賢治の『星めぐりの歌』から着想を得た「時間旅行」。朗読あり、歌あり、またイラストも全て、竹田会長の手作りという事で、視覚でも楽しませていただきました。

次の紙芝居「さらやしきのおきく」は、有名な怪談ですが、物語の展開は意外や意外、驚きの顛末が待っていました。

驚きの顛末とは・・・当日



語り部九官鳥の会の熱演

第44回作品発表会

<テーマ>
百花繚乱! 今日的一步が明日を作る
創造の翼は無限大

日時: 8月1日(土) 2日(日)
午前10:00~

会場: 中央公民館彦三館

体育祭り開催の案内

高砂大学校同窓会の皆さま、待ちに待った「体育まつり」の開催です!

「楽しく、怪我なく、みんな仲良く」。勝ち負けよりも、お互いに声を掛け合い、笑顔で親睦を深めることが一番の目的です。

会場には、どなたでも無理なく参加できるユニークなゲームをたくさん用意しました。ハッスルすぎず転ばないよう、自分のペースで心地よい汗を流しましょう。

さらに、頑張った皆さま全員に喜んでいただけるよう、**たくさんの素敵な賞品**も準備しています! 最後まで安全に、最高の思い出と一緒に作りましょう!

第46回体育まつり 6月9日(火) 10:00~

金沢市総合体育館

体育まつりに参加して、みんなで盛り上げましょう!

注意事項のご案内

- 1) プログラムと会員証は、必ずお持ちください。
- 2) プログラム表紙右上の切り取り線の上に期、組、氏名の記入をお願いします。
- 3) 内履きズックは必ず持参してください。
- 4) 昼食は、2階観覧席で必ず食べてください。

もう一度学びの場

高砂大学院院修了生が、修了済の講座を再度受講できる聴講生制度が始まりました。今年度は悠々健康科で7名の方が受講されることになりました。「一度学んだだけでは物足りない」そんな向学心に燃える方々が受講されています。来年度は他の講座の受講にも広がる事が期待されます。



高砂大学院の受講中の様子

高砂ダンス同好会 独自の活動と交流

109期3組 土井 忠一
高砂ダンス同好会では、ダンスのレッスンだけでなく、地域との交流や社会貢献活動にも積極的に取り組んでいます。メンバー同士が楽しみながら活動が続

げることを目指しています。これまで同好会では、「一人一本タオル運動」として、メンバーの協力により集めたタオルをボランティア団体へ届ける活動を続けてきました。そして昨年十二月には、独自の活動として「医療的ケア児」の保育施設へ三十七本のタオルを寄付することができました。医療的ケア児とは、人工呼吸器の使用やチューブによる栄養補給など、日常的に医療的支援を必要とする子どもたちのことです。北陸では初めてとなるこの保育施設が金沢市に設立され、医療的ケアを必要とする子どもたちや、そのご家族を支える重要な役割を果たしています。現在、石川県内にも多くの医療的ケア児がおり、ご家族、特に母親が付き添いながら日々懸命に支えておられます。その負担は大きく、こうした施設や地域の支援の充実が強く望まれています。同好会としても、施設の希望に寄り添いながら、タオル寄付だけでなく、タオル製作による支援活動にも取り組んでいきたいと考えています。このような小さな支援の輪が、地域全体へ広がっていくことを願っています。また、本年一月からは、



ダンス同好会のみなさん

金沢駅で「高砂一座」公演開催 多彩な演芸で観客と一体に

高砂大学校同窓会の演芸グループによる「高砂一座」の発表会が、5月27日(水)の午前10時から正午まで、金沢駅地下の「もてなしドーム」で開催されました。同一座を構成する演芸関係15グループのうち、この日は8グループが出演。会場を埋め尽くした多くの観客を多彩な出し物で魅了しました。同窓会では毎年10月に「生きがい演芸発表会」を行っているのですが、日頃の練習成果を披露する場として、毎年5月にもこの発表会を企画しています。今回は、企画段階から参加サークルの募集、出演順の決定、プログラム作成にいたるまで、この記事を見た方でも少しでも絵に興味のある方は気軽に覗いてみてください。当日は金沢駅地下という開放的な会場の特性を最大限に生かし、観客席と出演者が一つになれるよう、手拍子や唱和を取り入れる工夫が凝らされました。ステージでは、民謡やオカリナ演奏、カラオケ、民舞、フラダンス、草笛、大正琴といった多彩なジャンルの演目が次々と披露されました。懸念された音響の調整やステージの切り替えも滞りなく行われ、会場は終始満席の賑わいを見せました。

高砂創作絵画会 楽しく絵を描く

11期1組 高橋 孝一
表題にある様に当会は楽しく絵を描いて、時には感想を互いに述べたりして会の活性化を図っております。描くモチーフも風景、静物、人物等皆自分で考えて、自分の感性で自由に表現しております。画材も各自好きな物を使って楽しんでおり、中には今人気の絵手紙を描いて送っている方もいらっしゃいます。

講師は二二紀会の中井喜美子先生で初心者からベテランまで、レベルに応じた指導をしていただいております。また、一年一回は外に出て野外活動もしております。

高砂創作絵画会
水彩画・アクリル画など学ぶ
活動日：第2・第4水曜日
13時15分から15時15分
入会金：1000円
月会費：2000円

兼六園、玉泉院、外スケッチをし、また一年一回は外に出て野外活動もしております。



創作絵画会の活動風景

俳句・短歌

石菰句会

夏浅き少女の腕の白さかな 中野 吉隆
浅き夏寺に出会いし縁一日 桑本 順子
夏浅く着たき水玉模様かな 高松 素子
石菰花の香りに触れて天広し 原篠 義景
山頂へ石菰花潜る狭き径 松田 翠風

雪椿句会

夕日浴ぶ顔一面に花吹雪 宮本順治
鶯の声に聞き入る朝散歩 酒井高三
青空へ蕾ほころぶ花水木 幅田陽子
石菰花を土に戻し父十七忌 花岡鉄男
苗守る風防眩し半夏生 宮本房義

OB短歌会

一口で食べられるもの一言に言い切れぬこと振られて見上ぐ
川沿いの突き上げるような黒き枝あやとりするごとく大寒の風
淡々と受付こなす職員と待合室には投票待つ人
凍みる寒さに慣れて日常穏やかに稀な視界に打ち拉がん
窓の外のベレー帽みたいな屋根の雪被り具合に粋さが増して

太田良子 有川明美
中富重子 宮岸妙子
國枝明美

作品展示
①ムサシ地下クロスピア
6月1日(月)～7月31日(金)
寿雪書道会
創作絵画会
雪椿句会
②金沢医療センター内展示
5月20日(水)～7月20日(月)
手編みサークル
ものづくり会

**同窓会仲間の
作業見に行こう**
市内2カ所、われわれ同窓会仲間の作品が展示されています。是非皆様も出かけて鑑賞してください。

日時：10月27日(火)
定員：各コース80名

①岩の原葡萄園ワイナリー
見学と上杉謙信公を訪ねるコース
②信州・安曇野コース
③岐阜関ヶ原古戦場と「豊臣兄弟」大河ドラマ館コース
④絶景 黒部峡谷鉄道YKセンターパークコース

日頃、中々友達や個人で旅行へ出かける機会が少ない方々のため、右記のようなコースでバス旅行を実施する事といたしました。詳しい案内は後程お知らせいたします。

「金沢市長を囲む懇話会」開催のお知らせ
私たちの街の未来について、市長と直接語り合いませんか？「市長を囲む懇話会」を開催します。

日頃感じていた疑問や、これからの街づくりへのアイデアなど、あなたの生の声をお聞かせください。

クラス会長とグループ代表宛に質問紙をお送りしました。是非あなたの声をお寄せください。市長と触れ合うことができる貴重な機会です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

金沢市長を囲む懇話会
日時：7月23日(木) 午前10:00～11:00
内容：村山市長をお招きして、金沢市政に関わる課題などをお話頂き意見交換を行います。
場所：中央公民館彦三館 3階 大研修室
出席者：高砂大学校同窓会 役員及び会員 約150名



高砂金沢ひびき会



高砂オカリナクラブ



高砂かがやき懐メロクラブ



高砂ひまわり会



高砂フラダンスクラブ



高砂草笛愛好会



高砂Jハーブクラブ



高砂大学校同窓会