



みんな(37期)の会報

第13号

所沢市高齢者大学 第37期同期会

広報管理委員会発刊



第3回ボーリング大会

第3回ボーリング大会を終えて

田中会計委員

昨年暮れの25日より雨が降らず、雨が恋しくなってきた暖かな1月16日第3回みんなの会ボーリング大会が所沢スターレーンにて開催されました。

皆さん楽しみにされていたようで 13時受付予定が13時には受付終了していたくらい気合いが入っていました。開始までの間、靴の履き替えやボール選びなどウキウキしながら待っている方や入念にストレッチをしている方もいました。

今回は当初30名の参加申し込みがありましたが風邪が流行っていたせいか、男性13名女性12名の25名の参加となり、8レーンを使っ

てゆったりとゲームをする事になりました。

13時10分山内会長の開催挨拶と林企画運営委員より女性には1ゲーム20ポイントのハンディが付き2ゲームで終了等のルール説明がありました。その後鈴木委員指導の下(スコアボードの映像も横眼で眺めながら)ラジオ体操第一で準備運動をし、5分間の練習投球で体を慣らしました。

いよいよゲーム開始ですが、投げ始めると皆さん昔の勘を取り戻したように格好良くスムーズに投げていました。昨日練習したのでは?と思えるように勢いよくストライクを取る方、1年ぶりにボールを持っても昔取った杵柄かスペアを

平成31年2月12日

出す方、お互いの好投に拍手したり悔しがったりしながら、物足りない位あッという間に終了となっていました。

終了後は3階パーティールームにて各自成績表をもらい成績発表と賞品授与を行いました。賞品は毎年きれいな鉢花で、下表の上位10名に加えブービー賞、飛び賞、当日賞にも渡されました。何も当たらなかった方には残念賞のチョコレートでした。

成績表 (敬称略)

| 順位 | 氏名 | 合計スコア |
|-----|-------|-------|
| 優勝 | 山内 規義 | 304 |
| 準優勝 | 大澤 鶴治 | 302 |
| 3位 | 林 弘泰 | 284 |

| | | |
|-----|-------|-----|
| 4位 | 進藤 正一 | 273 |
| 5位 | 小西 章子 | 249 |
| 6位 | 清山 建夫 | 242 |
| 7位 | 田中美智子 | 240 |
| 8位 | 鎌野 治樹 | 240 |
| 9位 | 坂本 孝雄 | 238 |
| 10位 | 小沢 香 | 227 |

優勝の山内会長は、会員の皆さんに気を遣ってか気まずそうに多くを語らず、でもとても嬉しそうでした。今年も女性3名が頑張って上位入賞しました。

3時半過ぎには怪我人もなく無事解散となり、来るときは暖かかった道も帰りは風が出てきて1月の寒さになっていました。



豪華な賞品を用意していますと企画担当の林さん



怪我の無いようにしっかり準備運動



二人とも賞品がもらえて良かったわネ！



優勝して上機嫌の山内会長

充実した「みんな（37期）の会」クラブ活動

図書館でふと目にした37期高齢者大学の募集案内に応募し、おかげで定年退職後の生活も軟着陸。新しい出会いともめぐり逢い、大学終了後もいろいろなクラブの集まりに参加し、充実した活動を継続している橋本さんを紹介します。

求めてこそ出会い

60歳の定年後に地元の図書館で目にしたチラシの中に「高齢者大学」の募集案内を見つけた。対象は60歳以上の男女であった。1年間にわたる広範囲な講座など企画内容が盛り沢山だし、市役所主催だから費用も安い。新しい事の出会いにワクワクと心が弾んだ。丁度、定年後の自由時間をどんなふうにご過ごそうかと考えていたので、これは良い！と即決。運よく抽選にも当たり幸運だった。

総人数160名には驚いたが1グループ男女約10名で編成され、年齢も60代から80代までと幅広い。月に3～4回というのも負担が少なく、初めての人間関係を作っていく事に緊張もしたが徐々に慣れていき、心楽しくお付き合いが出来る様になった。老年になってから知り合いになった方だが同じ時間を共有するうちに親しさが生まれていた。

当時は自宅で夕食をしながら夫にその日の講座内容を興奮気味に話しては感想を求め、うるさがられもしたが、生活に話題が増える事にもつながっていたから良しとしよう。何といても私の方は新しい事を知り好奇心を刺激する事になり、退職後の変化にスムーズに適応出来た。

老年になると自ら求めないと新しい出会

橋本絹子



いは得られない事を高齢者大学に参加したことで知り、足を踏み出す事の大切さを実感している。高齢者大学がきっかけとなり行動に大きな変化が生じた。それは大学終了後に参加した遊びの会「カラオケ・ハイキング・ボーリング・お花見・小旅行」でのお付き合いを続けている事だ。

職場を通して知り合った今迄の方々とはまるで違う面白さもある。お互いに人生経験を重ねてきた共感も大きい。

カラオケの会には毎回7～8人が揃い、3時間程度の集まりでは途中でティータイムもはさみ、ワイワイと近況を報告しあって交流を深めている。歌の上手・下手は関係なく、それぞれが歌う事に自己満足する世界。これも良しで、気持ちがスッキリして浄化作用がある。

ハイキングは月に1回集まって里山や低い山歩きが主体になる。かつての山男・山女のメンバーもいて初心者の方にはとても心強い。適切なリードがあり、私の方は何といても足手まといにならないように心がけている。楽しく歩いて自然を満喫中だ。山での植物との出会いも新鮮だ。庭で育てる花にはない色合いがあり、ひそやかに美しい。控え目な風情は緑の中で格別に映えるのだと思う。

平成31年2月12日

そしてボーリングは年に1回だが若い頃にただけでもそれなりに体を動かせた。とても一人ではやらない事も共に集まって遊ぶと倍楽しい。今を大切に過ごそうというスタンスが同じに思える。

最近一番充実しているなと感じているのは旅行である。1泊旅行も4回目になるが男3人・女4人とまるで修学旅行の様にたわいなく良く笑い、冗談を言い合っているかと思えば真面目に名跡を見学したり、旧跡を訪れたりして、今頃勉強？をしている。こんな旅が楽しめるなんて、新しい出会いを求めなければ有り得なかったことだ。本当に良かった。

だがメンバーの最高齢は83歳だからこの遊びの会がいつまで続くかわからない。そう思いつつ、先の事等考えずにその時その時を楽しんでいけばいいとも思っている。

高齢者大学を受講してから知ったことだが、メンバーの皆さんどなたも前向きで愚痴も不満も出ない。マイナス方向の話がなくて明るいのが良い。私もそうでありたいと心から思う。

お付き合いから5年目になり、いくらか私もみなさんの様に成れたかなと思っているが、さてどうだろうか・・・新しい出会いは求めなければ得られないからこれからもアンテナを張って、出会いを見つけていきたい。

編集後記

第3回ボーリング大会は思いがけず山内会長の優勝となり、若干白けた雰囲気はありましたが本人も素直に喜んでいたので”良し”としますか。今回は橋本さんが、新しい出会いを求め積極的に高齢者大学の活動(卒業後も含め)を進めている姿を紹介しました。今後ともこのような投稿は大歓迎です。橋本さん、有難うございました。

坂本