

健康長寿に貢献する老人大学

大学運営要諦

- 1 公共性・公平性・公開性が大原則…………… 福山市の高齢者に等しく機会を
- 2 老犬の発展は 大切に思う者の自助努力で …………… 自分達で出来ることは自分達で
- 3 校内美化状況は 老犬生の品格の表れ …………… ごみを落とさない 掃除は丁寧に
- 4 老犬生のマナーは 地域社会への感謝の証 …………… 一般車両・歩行者優先 ウィンカーは早め

学生生活の合言葉 **「健康と安全が1番」**

呼びかけ 老犬生の自覚と交流のために 名札を着用しよう!!



第54期 2学期のスタート

学長 飛田 洋悟

みなさんもお覧になられていると思いますが、夏休み中にパリオリンピックが開幕して熱戦を繰り広げ、現在はパラリンピックが行われています。トップアスリートたちが繰り広げる競技には純粋に感動させられる場面が多々あり、私も胸を熱くしながら応援をしています。

さあ、いよいよ2学期のスタートです。1学期末の7月10日には、河野デジタル大臣が老犬スマホ講座と太極拳講座を視察されました。デジタル相として、高齢者のスマホ学習などの視察に老人大学を選んでいただいたものと思います。ほんとに感激しました。

さて、今年も猛暑の厳しい夏休みでしたが、この間にも「ボランティア活動育成集中講座」、「ヨガ特別講座」の開催、健康診査、フレイルチェック会等が実施され、多くの学生のみなさんは元気に参加していましたね。

当分厳しい暑さは続きそうですが、やがて一月ほどすればやわらぎ、過ごしやすい季節になります。そして、今月26日には全員教養講座「大道芸人“たっきゅうさん”が届ける笑いあふれる講演会」をリーデンローズで開催します。きっと楽しい素敵な一時を過ごせることと思います。多くの学生のみなさんが参加して下さいを願っています。

さらに10月26日・27日には、老犬における年間最大の行事「第44回学生祭」を実施します。昨年に続き多くの市民のみなさんを歓迎して、盛大に実施したいと考えています。学生のみなさんにとって、学習やクラブ活動の成果を発表し相互に鑑賞するということは、大きな喜びであり今後の学びへの励みにもなると思います。みなさん方のはじける笑顔が見られることを期待しています。2学期も頑張りましょう。

2学期の主な行事

第1回環境整備の日 …… 9月24日(火) 9時～

本部役員、保体部員、**午後の教科**・クラス、校内ボランティア

全員教養講座【健康と生きがいづくりに役立つ笑いの力】

…………… 9月26日(木) 9時30分開場 リーデンローズ

第44回学生祭 …… 10月26日(土)・27日(日)

委員長会等研修旅行 …… 11月 1日(金) 蒲刈島へ(松濤園、御手洗町並み保存地区ほか)

学生祭 反省会 …… 11月29日(金) 9時30分～

第44回学生祭 に向けて

第44回 学生祭を成功させよう

学生会副会長 國光 芳郎

学生の皆様、強烈に暑い夏休みも終わり、待望の2学期が始まりました。

入学時より教科での学びを重ねるごとに、10月に開催する学生祭への期待を膨らませておられる事と推察いたします。

こうした状況を踏まえて、7月24日(水)の**第2回本部役員会**では、事務局提案の学生祭実施計画(案)をもとに、学生の頑張りを広く市民にアピールする事が出来るかという事を大切にしつつ、反省会の意見も踏まえまして、発表会の工夫やバザー・売店開催の方法等を協議しました。

また、8月26日(月)の**第2回講師懇談会**、さらに8月29日(木)の**学生祭準備委員会**では各クラスの学級委員長と出演クラブの代表などが出席して、共通理解を深めます。

9月9日(月)からは学生祭で開催する「バザー」の用品受入を始めます。多くの提供品が集まる事を願っています。また、当日の運営についても各クラスにお願いすることとなりますが、学生一人一人の力を出し合い宜しくお願いします。

学生祭は、10月26日(土)・27日(日)に開催されます。事前準備や当日の運営についても各クラスにお願いする事となりますが、学生一人一人が力を出し合い、必ず成功させましょう。

学生祭準備日程

- ・ **バザー用品 受付** 9月9日(月)～10月11日(金)

タオル・寝具・石鹸・洗剤等の日用雑貨 衣類 食品類(賞味期限内)
電気製品(新品) 陶磁器(大きすぎない、箱入り) その他

- ・ **環境整備作業** 9月24日(火) 午前 9時
- ・ **各係打ち合わせ会** 10月 1日(金) 午前 9時30分
- ・ **発表のリハーサル** 9月30日(火)～10月22日(火)
- ・ **作品提出** 10月 7日(月)～10月22日(火)
- ・ **各教室の準備作業** 10月21日(月)・22日(火)
- ・ **展示作業**
 - 2階教室 10月23日(水) 午前 9時
 - 老人会館 10月24日(木) 午前 9時
 - 1階教室 10月25日(金) 午前 9時
 - 3階教室 10月25日(金) 午後 1時
- ・ **会場準備**
 - 講 堂 10月25日(金) 午後 1時
 - 運 動 場 10月25日(金) 午後 1時
 - 園芸売店 10月25日(金) 午後 1時



第43回学生祭の一コマ

熱中症対策をお願いします

近年、温暖化がもたらす異常気象により、夏季に限らず、異常な高温が続いています。最早「100年に1度」等という表現は、虚しくなっていました。

この常態化した異常高温による熱中症への対策として、今年度より右写真の熱中症警報付きデジタル温湿度計を導入しました。この表示を参考に、皆様には室温調節や積極的な水分補給を心掛けて頂きたいと思います。



－ 老人大学 アラカルト －

老大ニュース265号を発行した7月以降、夏休みも含めて、老大ではさまざまな取り組みを進めてきました。その一部を紹介します。

○ 河野デジタル担当大臣 老人大学訪問

7月10日、河野 太郎 デジタル行財政改革大臣が、福山市老人大学の研究科スマホ4組を視察されました。これは、高齢者がデジタル機器に慣れ親しむ事に取り組む現場の視察の一環でした。

当日の天気は生憎の雨模様でしたが、皆様のご助力により、視察は滞りなく実施することが出来ました。

本クラスの学生の西村さんと藤井さんが、スマートフォンで河野大臣



の画像を取り込んで、僅か数分でアバターを作成しましたが、その手際の良さと出来栄に、河野大臣も感心頻りといった感じでした。

その後、研究科太極拳1組の授業も視察され、本学生の活力ある演武に甚く心を動かされた様子で、今後の活動への励ましの言葉を掛けて頂きました。



○ 特別講座「福山シティFCによる華麗な健康・暮らしへのキックオフ」開催

夏休み中の7月30日（火）、昨年に引き続き、華麗で屈強な若者、福山シティフットボールクラブの選手たちが、老大特別講座「健康へのキック・オフ」に来てくださいました。

第1部はファンイベントとして、映像によるチーム紹介や選手自己紹介、ボールを使ったイベント（リフティング）、選手とのコミュニケーションなどを、第2部はインストラクターによる準備体操や選手と一緒にフレイル予防体操などを行いました。最後にみんなで記念撮影をしました。本当に楽しい時間を過ごすことが出来ました。



福山FCは、今年、新たに森監督を迎え、「今年こそはJFLへの昇格を」を目標に掲げています。目標に向けて、是非ともチーム一丸となって頑張ってもらいたいですね。私たちもしっかり応援しましょう。



★ 短期講座「古典文学入門」・「ばらづくり講座」開始 7月4日・11日

7月4日、第54期の「古典文学入門」及び「ばらづくり講座」が始まりました。普段履修している講座とは異なる講座でもあり、受講している学生は興味深そうに聞き入っていました。

7月は4日・11日の2回ですが、9月～2月も含め、全15回催されます。



★「ボランティア活動」育成集中講座 7月23日・25日・29日・31日 8月5日

夏休みを利用した6回連続の集中講座方式に改めて7回目となりました。

初日の「ボランティア活動とは」から始まり、ボランティアへの取り組みは、ちょっとした募金などの日常の何気ない行いの中にも存在するという事を学びました。

ボランティアは「自由意志」を表すラテン語の「ボランタス」が語源だそうです。つまり、ボラン



ティアとは、強制されるものではなく、「自発的な行為」なのです。

「無財の七施」という話もありました。これは、「1. 優しい眼差しを以て人に接する」「2. 優しい微笑みを以て人に接する」「3. 思いやりの言葉で人に接する」「4. 身を以て思いやりを示す」「5. 心を込めて思いやりを示す」「6. 人に場所や席を快く譲る」「7. 人に宿泊や休憩の場所を快く提供」の七つです。これらは何時でも出来る事です。ボランティアは「自分の楽しめることを」「できる範囲で」「ムリしない」が大切である事を学びました。



★ 第11回老大健康診査 8月7日

8月7日、老人大学で、健康診査が実施されました。

成人病や年齢からくる疾患に対し、早期発見し治療することは、命に関わる様な事態を回避したり、健康年齢を保ったりする上で、極めて重要です。肺や胃の透過検査など、普段見過ごされがちな臓器の精密検査も実施され、健康状態を知る上での重要な機会となりました。



今回は、大勢の方が参加して下さい、老大生の健康意識の高さを実感しましたが、まだ未参加の方も大勢居られます。老大でのものに限らず、是非とも健康診査に積極的に参加して頂きたいと思いました。

前日には本診査の準備のため、学生会の保健体育部員が集まって下さった事に感謝します。お陰で円滑に準備を整える事が出来ました。有難うございました。



★「フレイルチェック会 in 老大」 8月28日

2021年度から実施されてきた福山市の「フレイルチェック会」を、引き続き開催しました。老大会場での申し込みは、今年より、学生以外の方も可能となりました。



健康寿命を如何に伸ばすかと言う課題への取り組みは、高齢社会では極めて重要です。自らの健康状態を知り、どこに問題があり、どの様に対処すれば健康な状態を維持できるかを知り、実践していく事は、自分にとっても周囲の人々にとっても大切な事です。

本会は、毎月市内の何処かで開催されるので、老大に拘らず、2年間で4回の出席を達成しましょう。

🌸 おめでとうございます！

第71回 福山市美術展覧会

洋画	小林 福恵	竹田 和子	村尾 恕經	磯兼 憲昭	田木 正	津組 将之
	高橋 裕子	藤井 正孝	村上 彰子	寺岡 玲子	高橋 賢治	
彫刻	田木 正					
写真	山本 博司	石井 洋二	小山 憲二	原田 勇	山田 弘	楠本 隆亮
	畑田 憲利	重政 宗孝	石井 孝志	湯浅 百合子	中西 信之	
日本画	藤谷 實	石井 スヅ江	高橋 英雄	石井 美登里		
書・仮名	佐藤 多恵子					
書・前衛	高橋 和子					
美術工芸	渡辺 敏彦	藤井 素子				

奥の細道むすびの地「大垣」十六万市民投句

入 選 栗本 リカ