第2回さいたマーチ2日目のチェックポイント・給水の奉仕活動に参加

2014/03/25 10:43 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/04/04 12:19 に更新しました]

第2回さいたマーチが3月29日(土)、30日(日)に開催されました。



第1日目は見沼田圃北側ルート、第2日目は見沼田圃南側ルートで、東浦和校第12期校友会はこの2日目の30キロと10キロのチェックポイントと給水給茶の接待を受持ことになりました。

当日は生憎の雨模様でウォークラリーの参加者は予定を大きく下回り、30 キロでは約 300 名弱、10 キロは 300 名超が通過しました。 ご家族、ご夫婦、同好会、他県からの参加者がありました。 参加者にお聞きしたところ、昨日、今日と2日間の参加した方が沢山いらっしゃいました。 そして、昨日は大宮公園付近を通過した際、さくらがきれいでしたとのことです。今日は雨と

なり、30 キロ・20 キロから 20 キロ・10 キロへとコース変更の方が見受けられました。 感じたことはラリーに参加したほうがより楽しいことと思いました。



来年は希望者を募り、この奉仕活動に参加する予定でいます。

見沼キレイきれい大作戦に参加しました

2014/03/17 23:10 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/03/17 23:13 に更新しました]

今年も3月8日(土)に見沼たんぼの清掃活動がありました。 浦和くらしの博物館民家園へ9時に集合し、自治会、団体、個人そして東浦和校第12期からも3班、7班、10班の方々も参加し、それぞれ担当別に分かれ、捨てられたゴミを回収しました。

当日は天気もよく、汗をかきながら、「いつまでもこの自然を」と思い、皆さん頑張っていました。 いつも感じることは、何でこんなものが捨てられているのか、だれが捨てるのか、どうしてこんな所に、 です。

最後に豚汁のごちそうと、芝桜を頂いて、今日は素晴らしい一日だと自己満足しながら、来年はもっと多くの人に参加してもらいたいと思った。

坂元副会長より投稿 ⇒ ボランティア活動

「見沼たんぼキレイきれい大作戦!」に参加して

2014/03/17 22:08 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/03/17 22:14 に更新しました]

『良い事も悪い事も神様は見てなさる』祖母が口癖の様に私達兄弟に言ってくれた事 お陰でゴミを捨てる事は出来ない。 昔の子供は自然と身についていたのかも知れない。

参加して驚いた、こうも平気で捨てる事が出来ると。 そんな人の為に一年分のゴミを拾うのは腹が立つが、きれいな場所には捨てにくいもの。 1年も間を置かずゴミ拾いするのも良いかと思った。

シニアが多い同じグループの中に小学生の親子が参加していたが、あの娘はゴミを捨てないと思い、つぎは親子で参加の機会を作り捨てない人を育てる作戦を考えたらとも。

終了後、頂いた豚汁の美味しかったこと!

投稿者 坂元 副会長

3月28日 東浦和校第12期生100名 大学院を卒業

2014/04/04 10:06 に 学友会東浦和 が投稿

さいたまシニアユニバーシティ大学および大学院の卒業式が市民会館おおみやで午前 10 時より、行われました。



今年度の卒業生は 1007 名で、優秀な成績を修めま した東浦和校第 12 期大学院からは 100 名が卒業しま した。

学長挨拶(さいたま市長 清水 勇人)では卒業生に対 し、「Olds, Be Ambitious」の お言葉を頂き、皆さん、これ からも野心をもって、自治会 やシルバーバンク等への地 域社会の市民活動に参加さ れ、「生きがい」ではなく「活



きがい」でいままでの学んでこられたことを還元してほしいとの主旨の送る言葉がありました。

2月22日、連合会の文化祭へ フォークダンスクラブが出演しました

2014/02/11 21:37 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/03/10 10:58 に更新しました]

YouTube 動画

第21回 校友会連合会文化祭が2月22日、さいたま市民会館いわつき ホールで開催されました。 東浦和校第12期校友会の代表として、フォークダンスクラブが参加出演し、元気いっぱいに①グランド・スクェア②ベスデモルス・ヴァルス③タールオクセンの3曲を披露しました。

時間は午後の部4番目の13時頃で観客も満員状態で盛んに拍手を送っておりました。 フォークダンスクラブの皆さんご苦労様でした。

今回の文化祭に1000名弱の来場者があったとの報告。

コーラス、踊り、ダンス、朗読といった演目で楽しい時を過ごさせて頂きました。 最後に橋本企画部長の指揮のもと「今日の日はさようなら」を合唱しました。 次回は27年2月22日埼玉会館で開催するとのこと。





2月21日 講演とパネルディスカッション

2014/02/25 16:02 に 学友会東浦和 が投稿

本日午後2時より南浦和文化センターで標題の合同講座が開催されました。



講座はボランティア活動について、NPO教育支援協会 代表理事の吉田博彦氏より伊勢湾台風から3.11東日本 大震災までの歴史的経過の講演とパネルディスカッション ではボランティアの取組やその活動に対する有償、無償の 考えをパネラーに問う内容でした。参加者の質問からはパネラーの人達の生活はどうしているのか、活動は楽しいも のなのかというものでした。

講演をきいて、ボランティア活動にどう参加するか、改めて考えさせられるものでした。皆さんは今後どのように取組ますか。 人生なかなか課題が尽きません。

1月17日(金)特別講座「大宮盆栽美術館」

2014/01/20 22:09 に 学友会東浦和 が投稿

今回は2017年に開催される世界盆栽大会のメーン会場の大宮盆栽美術館で盆栽村の歴史や盆栽について、シニアのガイドさんからお話をお聞きしました。

ここ大宮の盆栽村は関東大震災の被害で東京根岸・千駄木の植木屋 さんが植木の土壌が適している大宮に移り、清水〇〇氏が先頭に立 ち盆栽村の取決めを定め、現在の町並の基礎を造りました。

現在展示品は、真柏、五葉松、黒松、野梅、かりん、かえで等がありました。樹齢は200年、300年と経っているが、実際の樹齢は不





明とのこと。印象に残ったことは、手入れが大変なこと、素晴らしい作品である、高額な作品である。だが、季節的なこともあるが華やかさに欠けている。 (貯蔵品をインターネットで調べてみ

観覧終了後は、漫画会館、歴史博物館を 見学し、大宮公園を通り抜け、大宮駅ま で歩きました。

ても、花卉類の盆栽がない)

12 期 大学院卒業懇親会が終了して

12 期 大学院卒業懇親会が終了して

実行委員長 近藤 汎

川西さん、早川さんの軽快な司会でスタートし、ご来賓の挨拶等を頂いたあと、想い出が沢山つまったス



ライドショーが始まり、皆が真剣になって見 る中で楽しさや嬉しさが広がりました。

アトラクションでは、それぞれの人達が個性豊かに表現してくれて、それはそれは楽しいひと時になりました。

全員合唱の"ふるさと"はいつまでも 12 期全員の想い出になると思います。

清水会長の拍子木で締めて頂き盛会の中 で終了しました。

お赤飯のお弁当が大変に評判が良かった ことを記しておきます。







卒業懇親会を終えて

2014/01/15 12:16 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/01/15 13:15 に更新しました]

1月10日、大学院の卒業懇親会が午前の懐かしの愛唱歌のあと、12時30分から近藤実行委員長の開会宣言で、盛況に催されました。



今日は普段、お話する機会のない人のテーブルをまわり、お話しようと思っていましたが時間があっという間に過ぎてしまいました。

歓談に、アトラクションに楽しい時間を創ってくれた一人 一人に感謝します。

そして、懇親会を担当された4班、5班、8班の皆さんご苦労様でした。

卒業懇親会実行委員会より報告が届いております。

1月10日 第17回 講座

2014/01/12 18:44 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/01/12 18:55 に更新しました]



「懐かしの愛唱歌」 講師: コーラス指導者 岡村恵子 先生

まず体をほぐす軽い体操で始まりました。 四季の 歌を手話で表現しながら、歌いますが、なかなか腕 の動きを歌に合わすことができませんでした。 皆 さんはいかがでしたか。

そして、蛍の光を4番まで歌いましたが、普段2 番までしか歌わないため、3番4番の歌詞は覚えて おらず、非常に感慨深い愛国心をそそるものでし た。 そして、今回紹介して頂いた曲はどれも、同 じ曲で歌詞を変えた唱歌でした。

見わたせば=むすんで開いて、手を打ってむすんで

進め進め=すずめ、すずめ、お宿はどこだ

旅泊=灯台守 オ女=アンニィ・ローリィ

明治時代の愛唱歌を指導していただきました。 歌とともに老後を過ごすために **かきくけこ** を薦めてくれました。

- か 感動すること
- き 興味をもつこと
- く 工夫すること
- け 健康であること
- こ 恋をすること

最後に、皆で 「**ひとり野辺を歩くときも歌は心はげます**」 輪唱して終了しました。

12月20日 合同講座(市民会館おおみや)

2013/12/31 0:23 に 学友会東浦和 が投稿

「上手な話し方・聞き方」 落語家 三遊亭 笑三 師匠



今年は高座が設営され、古典をお話していただき ました。

まず、出だしは上から読んでも、下から読んでも「三遊亭 笑三」の決まり文句で自己紹介。 去年もお話していました初詣の人出の1位(明治神宮)、2位(川崎大師)、お賽銭の金種を笑いを誘いながらのお話。寄席にいらっしゃる時は、頭を空にして、大いに笑うことで健康になると力説しておりました。

師匠は現在88歳の米寿で、今日もこれから寄席に 出るとのこと。ほんとに元気な師匠です。 非常に楽しい今回の講座でした。

12月13日 第15回 講座

2013/12/17 13:53 に 学友会東浦和 が投稿

第1時限目·第2時限目



「夏目漱石入門 『薤露行』 を中心に」 講師:大竹 雅則 先生まず、夏目漱石の生誕、生い立ち、家庭環境、その不幸



な幼少時代、正岡子規との 交流の青年時代、苦悩の欧 州留学時代を話して頂きま した。

薤露行については、未読で あったため、内容がいまい ち掴めませんでした。

クリスマス音楽会

2013/12/10 14:56 に 学友会東浦和 が投稿 [2014/01/02 1:03 に更新しました]



クリスマス音楽会(東浦和協議会主催)12月19日(木)市 民会館うらわで開かれました。 東浦和協議会の各期会員の 方がたくさん観覧にいらっしゃておりました。わが12期は 30名余の人がドルチェの三重奏(フルート、ヴァイオリン、 ピアノ)に聞き入っておりました。

特に、フルートの甘い音色が印象的でした。演奏会がおわり、 批評したり、感激したり、話題が尽きません。これからも機 会があれば行きたいと思います。

歌舞伎観賞会へ

2013/11/24 17:22 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/12/10 12:39 に更新しました]

12月9日 歌舞伎観賞(国立劇場)会に参加しました。

まず、伝統芸能情報館で本日の演目である忠臣蔵の見せ場や歌舞伎のポイントを学芸員よりレクチャーをうけ、劇場へ向かいました。 すでに、劇場はたくさんのお客様でにぎやかです。開演前に各自昼食をロビー・休憩室・座席ですませ、第1幕の始まりです。



第1幕の『主税と右衛門七』は討入前夜の家老の子と足軽の子に呉服屋の娘の恋心をからめた物語です。 娘 のお美津が登場すると、ご自身と隣の人と比較して、何がきれいかわかりませんが、わあ!キレイと声援が あがりました。

第2幕は『弥作の鎌腹』です。 千崎弥五郎の兄で百姓の弥作が弟から打明けられた討入の秘密を、義理ある代官に自ら秘密を漏らしてしまったため、武士も顔負けの自害するお話です。 中村吉右衛門の名演技に客席の方々から「播磨屋」「二代目」と掛け声がかかりました。 場面場面で拍子木の音が印象的でした。 第2幕と第3幕の休憩で座席を左右交替し、第3幕は『忠臣蔵形容画合』で竹本・清元・長唄に合わせて演じる舞踊形式の舞台でした。



16 時 30 分に終了し、久しぶりの都内で銀座へ、東京駅へと 2 次会に向かわれたグループがたくさんありました。 そして、今、丸の内で光のイルミネーションが行われており、見学してきました。



来年も歌舞伎鑑賞会が実施されるとおもいますので、今回都合が付かなかった方はぜひ参加されてはいかがでしょうか。

11月29日(金) 第14回 講座

2013/12/17 12:59 に 学友会東浦和 が投稿

第1時限目



「経済の動向と暮らし」 講師: 行政書士 吉岡 勇 氏 吉岡氏はさいたま緑のトラスト運動に尽力されて、自然環境に 力を注いでいるとのこと。

講義内容は日本経済の指標等を説明して頂きました。 配布資料でリーマンショックの時期は数値・グラフが大きく動いているのがわかりましたが、細かい内容は理解不能のうちに終了してしまいました。

「サッカーの町 浦和」 講師:浦和お宝探検隊 毛利 弘元 氏

サッカーが盛んな町として、昭和30年代、40年代の頃を思い出しながら、お話しを聞いておりました。

当時、全国大会の応援に大阪まで出かけ、2回戦で敗退し、即席 応援団は大阪観光をして、先生に怒られたことが未だに覚えていま す。

勝てなくなった埼玉サッカーは理由はわかっているが、復活を願う のみです。



11月22日 9期校友会の講座に参加しました。

2013/11/24 17:04 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 17:34 に更新しました]

来期運営の参考として、9期の講座に参加させて頂きました。

講座: 『継続は力なり一 最初で、最後のオリンピックを目指して』

講師: 小原 日登美 さん

2012オリンピックロンドン大会 レスリング女子 48Kg 金メダル

自衛隊体育学校 1等陸尉

当日は100名近い参加者、年齢層は12期より2・3年年配で皆さん元気です。

講座・講師を自分たちで見つけて、限られた予算で開催するまで大変苦労されていると感じました。

講座の内容は、小原さんの子供時代からレスリング漬けのなか、ストレートでゴールドメダリストになったのではなく、怪我や挫折(レスリングを中断)を乗り越えて、家族・ライバル・仲間等の協力を得て、センターポールに日の丸を揚げることができたとのこと。 感謝!!

最後に金メダルを触らしてもらいました。



11月15日 第13回 講座

2013/11/25 14:54 に 学友会東浦和 が投稿

第1時限目

「高齢社会の問題点」 講師: 社会福祉法人 代表 西村 美智代 氏



スライドで地域社会との交流や介護風景を紹介 して頂いた。

特に地域の人との関わりが大きな役割をしめているが印象的でした。

ケアについては画一な方法ではだめで、一人一人 知らないとケアできないとのこと。

胃廔、誤嚥、排泄等について、今後の問題点として考えさせられました。

生活のリズムを守ることが大事

『1. 朝日光を浴びる 2. おいしくご飯を食べる 3. 午前中に行う』

第2時限目

「異文化理解/中国」 講師:柏村 哲博 氏 現在の中国共産党の組織構成、人脈について話を されました。

今なお、権力闘争が激しく続いており、安定した 国情にない状態。

そして明代・清代から続く汚職的背景は決して無くならず、格差社会・少数民族の問題など不安定な緊張をもたらしている。

道徳の国一中国はどこに行ったか?一



11月9日 東京スカイツリー見学会

2013/10/30 13:05 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/12 14:37 に更新しました]

今日は空模様が今一つすっきりしませんでしたが、スカイツリーへ上ることができました。 日が落ちて遠くは望めませんでしたが夜景それなりに感動できました。

また、集合時間の前より、班ごとや他の班といっしょに待ち合わせて、浅草見学、食事会などで交流をはかりました。

11月8日 親睦旅行⇒わたらせ渓谷と富弘美術館への旅

2013/10/21 13:07 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/12 14:01 に更新しました]

本日は天候に恵まれ、7時30分 緑区役所を5分遅れで国際興業バス2台に分乗し出発。東北道を順調に進み、羽生パーキングでトイレ休憩。 そして桐生大田で高速道路と別れ一路大間々へ予定より1時間ほど早く着き、急遽、高津戸峡を散策することになりました。

紅葉は初期の段階で、見ごろは一週間先か? 今回メインのわたらせ鉄道へと向かい、二輌編制のうちー輌をシニア大が貸切状態で発車。 渓谷側と山側の座席に運・不運があったかどうかわからないが、神戸駅に近付くころ、車内ガイドの説明で素晴らしい滝を紹介してくれました。

草木ドライブインで煮込みうどんと炊き込みご飯でお腹を満たし、富弘美術館へ向かいました。 富弘氏の作品が心をうつ本質は生命と向き合った感謝の表現を素直に表しているからか? みなさん、どう感じました?

コース最後の桐生おりひめ館で買物をバスガイドさんが一生懸命薦めておりましたが、皆さんお買いになったかどうか???

バス車中では、昨年の文化祭のビデオ放映、ビンゴ、クイズ、カラオケとそれぞれ愉しい時間と談笑を交わしました。

わたらせ渓谷と富弘美術館への旅の一日でした。 17時 15分 緑区役所着。

実行委員の方、お疲れさまでした。









11月7日 『 世界のタンゴをあなたに! 』 に感動!!

2013/10/21 11:46 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/09 21:59 に更新しました]

11月7日 『 世界のタンゴをあなたに ! 』



池田みさ子&ロス・アミーゴスの演奏に感動しました。 プログラムとアンコールのラ・クンパルシータを合わせ て 21 曲のタンゴに酔いしれました。

名(迷)司会者による各曲のエピソード(オランダ皇太子の結婚式とAdios Noninoの関係)や演奏者のプロフィールを興味深く記憶に残りました。 また、バンドネオンは製造していないため厳しい状況にあり、貴重品とのこと。

そして、久しぶりにバイオリンの生の音色にうっとり耳 を傾け、世俗を忘れることができました。

11月1日 第12回 講座

2013/11/04 19:43 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:15 に更新しました]

第1時限目 環境問題と自然保護①

第2時限目 環境問題と自然保護② 講師:埼玉県環境アドバイザー 荒居 裕夫 氏

国連環境計画(UNEP)が問題としている地球環境について、お話して頂きました。

気候変動、オゾン層の保護、廃棄物処理の問題、海洋環境の保護、森林問題・砂漠化防止、生物多様性の保護、水質保全、産業活動と環境の調和

これらが複雑に絡み合い、地球誕生 46 億年の危機として、二酸化炭素の増加による地球の温暖化が原因となり、自然環境が変化し続けている。また、南極は植物がないため、二酸化炭素の増減が少なくの観測地として適しているとのこと。





南極のオゾンホール、9月に今年最大 (毎日新聞より)

気象庁は1日、南極上空の「オゾンホール」の面積が9月16日に今年最大となり、約2340万平方^{*}。に達したと発表した。2003年以降10年間の平均と同程度だが、南極大陸の面積の約1.7倍に相当し、規模の大きい状態が続いているという。

10月18日 課外活動⇒ブリジストンタイヤ博物館とサントリー武蔵野ビール工場

2013/10/21 12:27 に 学友会東浦和 が投稿



緑区役所正面玄関前に 8 時 10 分集合し、最初にブリジストン博物館へ、府中の大國魂神社へ参拝、食事しました。午後は JRA 競馬博物館、そして、サントリービール工場を見学し、普段の授業とは違い楽しい一時を過ごしました。

10月4日 第10回 講座

2013/10/09 11:15 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:14 に更新しました]

第1時限目 「歯と健康」 講師:マーレあきら歯科クリニック 長谷川 晶 先生



歯の役割について、お話をして頂きました。

- ①歯がないとしゃべれない、発音を助ける、脳に刺激を与える
- ②歯は皮膚と同じ組織である
- ③食べ物を噛む、よい歯でよく噛むことが健康の基本
- ④健康を助ける:但し、健康の歯は長寿に繋がる!、病気の歯は短命に繋がる?
- ⑤生きる喜び・・・良く噛めるということは体に十分な栄養を 供給し、健康な生活リズムを整え、「食」を楽しいものにします。

* 8020運動・・・・満80歳で20本以上の歯を残す

20 本以上の歯を持つ高齢者は活動的であり、寝たきりとなることも少ない

第2時限目「歯と健康」講師: 荒川歯科医院 荒川 匠 先生

歯周病(歯槽膿漏)や高齢者の多い歯科疾患について、お話をして頂きました。

①歯周病とは、歯周組織が歯垢(プラーク)に含まれている「歯周病菌」に感染し、歯肉が腫れたり出血したり、最終的には歯が抜けてしまう、歯の周りの病気の総称です。歯周病菌は唾液に混じって全身に拡散され、死に至る疾患を引き起こすことも。

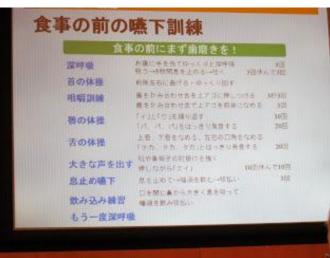
②摂食・嚥下障害摂食・嚥下とは、水分や食べ物を口の中に取り込んで、咽頭から食道・胃へと送り込むことです。これらの過程のどこかがうまくいかなくなることを摂食・嚥下障害といいます。

高齢者は、加齢とともに(1)歯の欠損、(2)舌の運動機能低下、(3)咀嚼能力の低下、(4)唾液分泌の低下、(5)口腔感覚の鈍化、(6)味覚の低下—などが生じて、口腔から咽頭に飲食物の送り込みが遅れたり困難になったりする、口腔期(食べ物を口から喉に送り込む段階)での問題が生じます。

③口腔ケア ・・・要介護者の入歯の手入れ

―入歯には名前を登録しましょう!―





10月3日、東浦和協議会の芸能発表会が「市民会館うらわ」で開催されました。

2013/08/22 17:33 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/10/21 11:56 に更新しました]

10月3日、東浦和協議会の芸能発表会が「市民会館うらわ」で催されました。



第 12 期の代表として、3 班 N 氏が坂本九の『見上げてごらん夜の星を』を謳い上げましした。(本人談:良い思い出となり、愉しかった。)





そして、フォークダンスクラブの皆さんはグランド・スクェア(アメリカ)、ダス・フェンスター(ドイツ)、ベ・ダビット(イスラエル)の3曲を舞台狭しと、かわいよ!きれいだよ!の声援をうけ、見事第12期の期待に応えました。



なお、フォクダンスの演技はクラブ活動<u>フォークダンスクラブ</u>に載せておりますので見てください。

(フォークダンスの練習風景)



9月27日 第9回 講座

2013/10/09 10:14 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:13 に更新しました]

第1時限目 「食糧問題を考える!①」

第2時限目 「食糧問題を考える!②」 講師: 元立教大学教授 石原 健二 先生

米のルーツをゲノム解析をもってアジア系・アフリカ系に分類、米の種類や育成について、スライドで説明を受けた。

日本の農政については、自給という考えがないとおっしゃっておりました。公共事業は土地改良・農道整備が主な事業とのこと。





また余談として、地方公共団体の財政については、予算を獲得するため若い有望な省庁の公務員を出向先として受入れ、代々継続し有利に予算配分を受けるシステムとなっている。鳥取県の農道は舗装がよく整備されている。

9月13日 第8回 講座

2013/09/16 22:27 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:12 に更新しました]

第1時限目 「 シニアからのビジネスとシニア向けビジネス① 」 第2時限目 「 シニアからのビジネスとシニア向けビジネス② 」

「シニア」からの記集の時代
・ 第13シに7からの記集が社会の節(を集めている)
・ 第45とから7から記集を受ける思えが開催)
・ 巻きの支援が、5温度素価数(の・通として、早期 高端組織の記憶のみならず、7分仕扱立」(記集)をデニューに入れている
・ 1世末周世代情報の。 デ それでまずます異類野菜。
・ 1世末周世代情報の。 デ それでまずます異類野菜。
・ 1カニテによるウエアパソコンクラフ選挙。
・ ドリニテによるウエアパソコンクラフ選挙。
・ ドリニテによるウエアパソコンクラフ選挙。
・ ドリニテによるウエアパソコンクラフ選挙。
・ もまという条動化けではなく、NEOの方面と活動の一番

をして手掛ける場合も多い

講師: 文教学院大学教授 桜澤 仁

桜澤先生のてきぱきした授業の進め方に耳をを傾けるも、 長年の自堕落な癖を覗かせ、世の中のスピードに追い付かず、今一度聞きたい講義であった。 物事の捉えかたについて、正面・たて・よこ・斜め・上・下と360度×360度の方向からビジネスの世界は窺っている。そして、 私たちシニアは団塊の世代を迎え、ビジネスマーケットのチャンスのひとつと捉えられている。その戦略は思いもかけない形となっていろいろな方法で分析・アプローチされている。

シニア向けビジネスの4類型

- (1)シニアの志向に応える「消費者ビジネス」
- ②シニアを働き手として捉える「人材活用ビジネス」
- ③シニアを介護予備軍として捉え、行政と関わる「介護予防ビジネス」
- ④シニアを要支援・要介護者として捉え、行政と関わる「介護ビジネス」

8月27日 埼玉大学で授業

2013/09/03 21:36 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/09/03 21:55 に更新しました]

本日は 10 時より埼玉大学の教室で大橋修一教授の「漢字の文化史」について受講しました。

各国象形文字の変遷と漢字の源流について大橋先生のユーモアを交えた充実した1時間30分でした。特に、この漢字の変遷が国民性にあらわれ、ひらがな・カタカナへと漢字から簡易化した日本人の柔軟な表現力を改めて教えて頂きました。 この豊かな表現力が正確に訳すことができず理解されないため、各国と摩擦を生んでいる一因かと感じる次第です。





授業終了後は学生食堂で昔を想い出しながら、楽しい一時を共有しました。

8月22日 合同講座 (市民会館おおみや)

2013/08/30 0:34 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/08/30 0:42 に更新しました]



- 1. 「市政について」 さいたま市長 清水 勇人 さいたま市の課題
- ①(高齢化)人口構成の変化と今後の見通し
- ② 公共施設の老朽化今後も、財政状況が厳しくなると見込まれる 健康都市づくりを目指して一誰もが安心して長生きできるまち づくり条例一 市民、企業・団体、行政との連携を推し進める
- 2. 「人間行動についてのいくつかの疑問」 一般財団法人日本交通安全教育普及協会 専務理事 川口 雄

人の心理をついた行動が販売や詐欺に活かされていることが諺や格言をもって説明して頂きました。 そして、騙されないために、少しでも疑問に思ったら、報・連・相が有効だと思いました。

ボウリング大会を8月9日に開催しました

2013/07/08 21:04 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/10/21 12:07 に更新しました]

各班対抗ボウリング大会を開催しました⇒その模様をスライドショーに掲載しております

場所: 浦和スプリングレーンズ (中浦和駅)

団体の部

優勝 1班 779点 準優勝 8班 690点 第3位 5班 657点

個人の部

男子ベストスコアー賞 324 点 1 班 K さん 女子ベストスコアー賞 200 点 10 班 0 さん

特別賞

ナイス・ファイト賞 ガーター連発でがんばりました 5 班 T さん 皆さん、おめでとうございます!

ボウリング大会 清水克美 会長より寄稿

当日は猛暑!! にも拘わらず、47名の第12期の校友 会のメンバーが参集!!

井上班長の開会宣言の後、インストラクターの注意 と準備運動、その後、中町総合司会の発声により、 私の始球式(ガーター)でスタート。これも愛嬌!!

ゲーム中そここで、歓声、悲鳴、爆笑が挙がり、笑 顔、笑顔、そこにはまさに童心に帰り、小学生の球 技大会そのものだった。

仲間っていいな!! スポーツっていいな!! 生きているっていいな!!

その後、地下の居酒屋で、成績発表!!







7月19日 第5回 講座

2013/07/23 8:40 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:03 に更新しました]



「養生訓を読む」鎌倉女子大教授 山野 清二郎 先生 養生訓とは貝原益軒が 84歳の時、発行したとのこと。益軒は寛 永7年(1630年)生まれで正徳 4年(1714年)85歳で妻女を追 うように没した。福岡藩士で出筆は 71歳から始めたとのこと。 決して丈夫な人ではなかったようでいろいろな病気に罹り、その 時の経験と先人の教えのもとにこの養生訓を出した。その内容は 一部科学的に合わない部分もあるが、現代でも参考になることが 多い。山野先生の TV なし、クーラーなし、携帯なしの日常生活 をいまも続けている模様を交えながらの楽しい講義でした。

養生訓(全現代語訳) 女大学 (参考)

2013. 7. 14 浦和踊りに参加しました! 電ここをクリック

2013/06/22 13:23 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/07/18 1:21 に更新しました]

うらわ市民会館 17 時集合。 外は雨模様、蒸し暑いなか、各連の人たちが右往左往して、お祭りを盛り上げております。 我が東浦和校は 140 名、そして 12 期はサポーターを含めて 40 名程参加しました。 30 分遅れでスタートし、楽しみながら 練習の効果もあり見事な 浦和おどりをゴールのさくら通りまで流すことができました。 振り返ると、上手・下手は関係なく、五体満足体を動かせることがなんと幸せなことかと感じました。 サポーターの皆さん、有難うございました。 次回は皆さんも踊り子になり、楽しみましょう!!

サイドバーのスライドショーも見てください。





















第37回浦和踊りに参加します。

日時: 7月14日 17時~

場所: 中山道一さくら草通り(浦和駅)

さあ、皆で参加しよう!! 武田 副会長が待っています。

練習日は 6月28日 仲本荘 13:30~15:30

7月 5日 イーストプラザ 大学院放課後

7月12日 仲本荘 13:30~15:30

6月28日

東浦和協議会の皆さんといっしょに 仲本荘で浦和おどりの練習を 行いました。 最初はコツがつかめず、ぎこちなかったがじょじょに みんなに合わせることができま

した。短い時間でしたが汗をかきました。いい運動ですよ!



7月5日 第4回 講座 電ここをクリック

2013/07/09 10:17 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:02 に更新しました]

第1時限目

「介護のかかえる問題点」 コミュニティキャンパス浦和 岡田 唯文 先生



- 1. 自立した生涯現役を目指して
- 2. 人生 90 年時代を生き抜く生活防衛、経済基盤の確立 を目指して
- 3. 健康寿命をのばすために
- 4. 在宅介護を推進するために
- 5. 施設介護をどのように利用するか!

について、お話をして頂きました。

介護施設に入るには高額な頭金や月々負担金が必要となり、

年金だけでは難しい。 ある程度の蓄えが必要。 結果として、介護にならないよう健康に気をつかい、高齢期の生活設計の見直しを考える。

第2時限目

「高齢者の健康管理」 日本成人病予防協会 本間 香 先生・熱中症 ・食中毒 ・脳卒中 ☜ 今の時季は特に注意しましょう!!

高齢者は体内の水分が若い時より減少しています。 熱中症や脳 卒中の予防に水分をこまめに取りましょう!



健康寿命を縮める介護になる要因

・脳の疾患 ・認知症 ・高齢による衰弱 ・関節疾患 ・転倒 骨折・血清アルブミン・骨密度の診 断をしましょう

血清アルブミンとは血清中に多く含まれるタンパク質の一つで血清アルブミンを調べることによってあなたの健康状態がわかります。

健康維持に毎日行いましょう!!

・スクワット 5 セット ・バランスフラミンゴ 1分

6月21日 第3回 講座

2013/07/01 12:16 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/11/24 18:01 に更新しました]

第1時限目 「介護について」 福祉施設長 小松丈祐 先生



身体的変化─体の水分保持が減少している。

秋田県出身、消防署勤務救急隊に従事、介護に就いて 25 年。 認知症の症状について、お話をして頂きました。

- ・認知症の人でも、車運転はできる。ただし、車両を変えるとできない。
- 環境を変えるとなにもできない。
- ・簡単なことでも責任ある仕事をさせることが認知症の予防 になる。
- ・3大生活関係(家族との関係、社会との関係、自分との関係)が低下し、障害が出易くなる。
- みんなで食べれば旨い。老いてもオシャレをする。

第2時限目 「薬と上手に付き合う法」 柴 元晴 先生

- ・子供の科学離れを憂慮しておられました。
- ・台場の未来館の来訪者の行動について、予習してきた 人とそうでない人では明らかな違いがあるとのこと。
- ・災害に対する準備として、各種のハザードマップの取 寄せを薦めておりました。
- ・薬の効き方:薬は水に溶け、胃から小腸で吸収され、 肝臓・血液として心臓から体全身へ運ばれる。体の悪い部分は治療となるが、何でもない部分にも薬は運ばれるので副作用となって症状が現れる。
- ・血液に含まれる薬の濃度が重要である。 水分の取り 方によって、その血中濃度が変化し、薬の効用が変わる ことに注意する。
- ・ポカリスエットは水分吸収が早い。



6月7日 第2回 講義

2013/06/07 18:43 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/07/01 10:08 に更新しました]

1時限目「血液循環体操」理学博士 二村 ヤソ子 先生



1939年東京生まれ。日本女子体育短期大学卒業。アスリートとしては、陸上競技80mハードルで日本歴代3位(1964年・11秒3)の記録を保持している。アスリート時代に大けがをし、そのリハビリ経験から血液循環体操を考案する。米国の大学で理学博士を取得。全国共済農業協同組合連合会(JA共済連)では、レインボー体操という名称で血液循環体操の指導をしている

血液循環体操は、その名の通り血液循環をよくする体操です。内臓を動かす筋肉を鍛えることによって手足などの末端、体幹部にまで血液を行き渡らせます。その結果、

内臓の働きが活性化され、さまざまな病気の予防ができます。

椅子に座ってもできるので、誰でも簡単にできます。 皆様の健康づくりにぜひお役立てください。

※復習

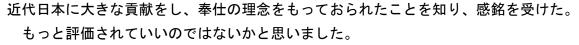
血流をよくすること。体を適度に動かす。(極度の運動は良くない。運動をしないのも良くない。)

現在、低体温の人が多い。体温36.5度を維持する。免疫力をつける。

脳・心臓の病気(梗塞)は血管の病気である。

一 血のめぐりを良くし、血管を丈夫に維持することが健康の秘訣か。

2時限目 「渋沢 栄一の生涯」 日本れんが協会 技術顧問 金子 祐正 先生





2013/06/22 13:04 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/07/08 20:55 に更新しました]

今までの他の班の人と話す機会がクラブ活動や学校の行事以外ではあまりありませんでした。 今年から席をくじで決めることになり、周りの雰囲気もかわりました。

ぜひとも、この機会に在校生全員の顔や名前を覚え、街角でお会いしたら、声を掛け合いましょう。









シニアユニバーシティ東浦和校 第12期校友会総会が開催されました。

2013/05/25 22:17 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/05/25 23:45 に更新しました]



3班 吉澤 正子 7班 内田 廣樹

8班 石後 嘉昭 9班 八木澤 義晴

10班 菅沼 尚武 10班 竹内 勇

の各氏です。 皆さん、気軽にお声をかけて楽しく、挑戦、 感動、仲間で行きましょう。

東浦和校第 12 期大学院入学式のスライドショ!!

2013/03/24 21:49 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/05/28 11:06 に更新しました]



さいたま市シニアユニバーシティ御入学おめでとうございます。 大学院入学式の写真をスライドショへ掲載しました。(ピンボケです が勘弁して下さい。)

見沼田んぼキレイきれい大作戦! に行ってきました。

2013/03/14 12:02 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/03/19 20:33 に更新しました]



3月9日9時見沼臨時グランドに集合、9時30分から5班に分かれそれ ぞれ燃えるゴミ、燃えないゴミの2種類の分別でキレイきれい大作戦を開 始しました。 当日は汗ばむほどの上天気で気持ち良く、1時間半位の作 業でしたが、周辺のゴミを一掃できました。 最後に婦人会の人が前日か ら準備したトン汁を頂き、終了しました。

卒業式

2013/03/06 20:31 に 学友会東浦和 が投稿 [2013/05/04 0:35 に更新しました]

卒業式は3月19日10時より浦和文化センター(南浦和)で行われました。



皆様ご卒業おめでとうございます。 清水会長の3本締めで大学生から大学

院生へと進学しました。

5月の入学式までしばらく皆様にお会いできませんが、新しい門出に気分一心、何事にも挑戦しましょう!