

ふれあい

福智町高齢者大学が開講

■ 50歳以上、265人のスキルアップが始まる ■

# 町内最大規模の「学びの社交場」

30年以上もの歴史を誇る高齢者大学。幅広い分野にわたる半年間の講座が教育委員会主催で幕を開けました。福智町としての一体感が倍増された本年度の講義。町内50歳以上のかたが楽しみながら学び、自分を磨く… 喜びと生きがいを感じられる貴重な時間が流れています。

## ふれあいを楽しみながら 人生の成熟と教養を高める

「あら、お久しぶり。お元気でしたか？」  
会場の客席から再会にはずむ声響いた6月5日の地域交流センター。町内の50歳以上、265人が受講する町内最大規模の学びの社交場が、この日開かれました。192人の受講生が出席するなか、福智町高齢者大学開講式が盛大に幕開け。昨年度までは旧町の特徴が色濃く、赤池は養命大学、金田は生きがい健康教室、方城は老人大学として実施されてきましたが、本年度からは「福智町高齢者大学」として統一した名を掲げ、より全体の一体感が深められました。



↑午前中の講義は月に2回、各3会場で行われています。

## 歌う

声を出すことで肺活量が増え血行が良くなり、ストレスも発散できます。音楽療法にあるように、歌は心身の活性化につながります。赤池会場では「民謡教室／川野ナオコ先生」、金田会場では「歌謡教室／木下利則先生」、方城会場では「コーラス教室／桑野紀子先生」、「歌謡教室／工藤孝子先生」が開かれています。



## 作る

金田会場の「陶芸教室／日比生信孝先生」では丁寧な指導による手びねりの作陶が楽しめます。方城会場の「園芸教室／加来浅夫先生」ではガーデニングや庭木、作物栽培など幅広い知識や技法が学べます。どちらの教室も創作への意欲をぐんと向上させてくれます。



## 動く

健康づくりには無理のないペースで体を動かすことが最適。運動不足の解消につながります。赤池会場では「リズムダンス教室／進悦子先生」、金田会場では「健康教室／吉田操先生」、中山会場では「富永幸子先生」、「弓道教室／松山範昭先生」が開かれています。



## 書く

日常生活でも役に立つ書、美しい字は自信につながります。書くことで脳の前頭前野が活性化され、認知症の予防効果も期待できるといわれています。赤池会場では「学習教室／有川信子先生」、方城会場では「書道教室／近藤秀雄先生」が開かれています。



## 踊る

赤池会場の「民謡教室／白橋靖代先生」では日本の伝統芸能である民謡をしなやかに、方城会場の「ダンス教室／中山秀夫先生・玉木エミ子先生」では社交ダンスのステップで軽快に踊ります。和と洋の踊りで、姿勢も正しくなり、心身ともにリフレッシュすることができます。



## 詠む

自然に親しみながら、見たことを心で感じ取って表現する俳句。日ごろの視点が変わったり広がったりと、生活や心の支えになり、自分を知り、育てることにつながります。その時の情景を詩に映し出す喜びを感じることができます。赤池会場と方城会場の両会場で「俳句教室／池田一歩先生」が開かれています。



会場の都合上、これまでどおり各3会場が主に実施されますが、統一講義の開催が2回、閉校式前には全体での「日帰りバス研修」も企画されるなど、受講者全員によるふれあいの場も倍増。11月まで、およそ半年にわたり、15の専門講座が16回、3会場それぞれで一般教養の講義が6回、延べ2661回の学びの場が設けられています。毎回何かの発見があり、新しい自分に出会うことができる高齢者大学。交流しながら学ぶ喜びを感じ、知識を深め人生の成熟度を増す… 卒業のない大学が、勢いよくスタートしました。



↑6月5日に地域交流センターで開催された福智町高齢者大学の開講式、受講生と講師が対面。