

平成20年度生涯学習
講座・自主講座紹介
『民謡四季の会』



●第2・第4水曜日
午後7時半～9時半
(参加を希望の方は、教育
委員会 ☎ 78-5400まで)

○参加者の声○

民謡教室がスタートして八
年。全く素人の私でしたが、習い
始めの頃は民謡独特の唄いまわ
しが楽しくて、農作業や家事を
しながらつい口ずさんでいまし
た。有名な民謡から熊本県の民
謡そして初めて聞くような民謡
まで、習っているうちに独特の
節まわしなど奥の深さを感じる
ようになりました。繰り返し

りかえし苦労しながら一つの曲
をマスターする喜びは格別です。
教室のメンバーは四十歳代から
七十代後半まで幅広くおもしろ
いキャラの方々が多く笑い声が
絶えません。活動としては町内外
の行事への参加、ホームへの慰問
など。訪問先でお年寄りが一緒に
唄ったり踊り出したりされる姿
には、こちらまで嬉しくなりま
す。先生は、とても優しくユーモ
アを交えながら、また時には忍耐
強く指導をしてくださっています。
皆さんも民謡を楽しく唄って
みませんか。(澤田京子)

先ず人は健康でなければいけ
ません。寝たきりでは何をす
ることもできません。

私は生涯現役を貫き、死ぬ前
日まで元気で先祖様を供養し
好きなことをいつも通りに楽し
み、朝晩「爺ちゃん、こ
飯よ」と起こしに来て返
事がなく、良く見ると笑顔
で眠るがごとく死んでい
た。この様な生涯を送りた
いと思っています。生涯現役
は人類の願いであります。寝た
きりで家族に迷惑を掛けたくあ
りません。それは心掛け次第で
可能です。食生活に気を配り、適
度な運動をして趣味を持ち毎日

随筆



「健康づくりは生きがい創り」
演本 純男(全国老人クラ
ブ連合会健康づくり推進委員)

生き甲斐のある生活を楽しむ過
ごす事が必要である。そのために
私は、健康に悪いことはやらない
ことにしています。タバコは吸い
ません、酒類は休肝日を週2、3
日つくり、お湯・焼酎3の割合

気分爽快である。死ぬ前日ま
で歩くことができるなら寝た
きりにはならない。毎日
ウォーキングを続けることが
最も良い。また、世界には生涯
スポーツが600種類あり、
グラウンドゴルフが
人気第一位である。私
はこれを勧めたいと
思う。寝たきりゼロ、
生涯オムツを使用し
たくありません。皆様も生涯
現役を貫くために目標を持つ
て運動を続けて下さい。これ
が広く普及することにより津
奈木町も日本国も豊かに成る
と思っています。

短歌

つなぎ短歌会

甲子園くらいまつくす手に汗を
にぎりて肩に力入りゆく
西川 ムキ

鮮やかに夜空を染めて打ち上ぐる
花火にしばし心捉わる
福田八重子

サーフィンの人影黒き房総の
磯の白砂足裏にあつき
寺本ツルヲ

雨はれしま昼の畑の木のかげに
猫の親子は寄り添ひ眠る
西 滋子

高速の道路となりて滅びむか
夏水仙の花をいとしむ
野田 浦子

肥後狂句

待ちきれん
トイレは何処にあるだろうか
紅葉
なんかさびしい美しさ
達生

待ちきれん
早よ見たかたい孫の顔
紅葉マーク
前車後車も御同輩
宰相

待ちきれん
とうに期日は終わりがけ
紅葉
気づいた時は過ぎたばい
神無月

待ちきれん
タイムリミットまだかいな
紅葉
安芸の宮島思い出す
寅之助

待ちきれん
腹ペコペコの伸びざかり
紅葉
色味の足らん温暖化
万葉

「次回の笠」
○宝物
○年初め
一笠一句を
十二月八日(月)迄
津奈木町教育委員会へ