

会報 「ねんりん みなみ」  
 発行日 令和7年2月1日  
 発行所 シルバー大学校  
 南校 学生自治会  
 発行者 学生自治会会長  
 赤羽根 則男

より有意義な学生生活のために

学生自治会会長 赤羽根 則男



私は現在、とちぎ歳の街シニアクラブ連合会という、かつては「老人会」と呼ばれていた組織の事務局を担っています。

シルバー大学に入学したのも、この事務局を担当していく中で、高齢者（当然私もだが）の健康増進や生きがいづくりのため、また、年々減少する単位クラブやクラブ員に歯止めをかけるべく、何か役に立つものを見つけよう、より高いスキルを身に着けようというのが、まず一番の動機となっています。

そして、入学し一年が経過する中で、図らずも、これまた学生自治会長という、今までそして現在も、シニアクラブに加え、地域の中で色々と担っている役割と同様な役割を、重ねて担わされることとなって

まいりました。正直、色々と風呂敷を広げすぎてしまったのではないかとこの思いにかられています。

私自身、忙しい思いをするのは一向にかまわないのですが、今後、関係する色々な機関・団体の事業の関係から、日程調整などに無理がこないか若干心配をしているところです。

いざれにしても、一年という限られた期間です。より有意義な学生生活とするため、皆さんの協力を仰ぎながら、自治会活動を精一杯、盛り上げていければと思っています。

さて、シルバー大学校南校のクラブ活動についてですが、令和六年度から、新規クラブの立ち上げに必要な会員数を七人から五人に引き下げました。

現在も多くのクラブが、部長さんを中心として、試行錯誤しながら、自主的な運営の下、活発に活動しています。中には、私が所属するソフトボールクラブのように、クラブ員がなかなか集まらず、苦勞しているクラブもあるかと思いますが、シルバー大学の存在意義が、まさしくここにあるの

だと思っています。

一方で、自分のやりたいクラブがなく、本大学を去っていった方もいます。

世は多様性の時代です。既存のクラブにとどまらず、やりたいものがあつたときは、皆さん同志で誘い合い、これまでにはない、新しいクラブを立ち上げてほしいと思います。少しばかり、ハードルが下がりましたので……

いざれにしても、シルバー大学の二年間はすぐに過ぎてしまいます。学生の皆さん、自分のやりたいことを見つけ、ともに、新たな青春の一ページを綴ろうではありませんか。

スポレク大会・南校祭／演芸会と学校祭

学生自治会副会長 福田 全子

授業とクラブ活動と日々多忙ですね。その蓄積した経験を發揮しよう。

- ① スポレク大会／四月、運動公園体育館
- ② 演芸会／七月、栃木文化会館大ホール
- ③ 学校祭／八月、南校校内に作品展示他

①大会『お手玉投げ』で一年生が知恵結集合計点を二年生の二倍得て最終順位上位をほぼ一年生が占め賞金得ました。

②演芸会演目決めに難航、BGMのCD作成。ユーチューブ音源のCD化を部活仲間に頼んだり、嫌いな『サライ』を歌いこんで好きな楽曲になったり大忙し。

③名刺作成サービスでは、PCや印刷機の当日の作動確認に友と早朝設定に。

不得意の俳句も短冊に書き展示できた。面白い事には何でも首を突っ込んだ者勝ち一緒に行動、多く助けられ出来る事は全力協力で残る八カ月間を過ごしたい。一年四ヶ月間多くの友を見て触れ会話して得た膨大な宝物が増やせるように。



## 目 次

区 分	掲 載 項 目	氏 名	役 職 等	掲 載 頁
はじめに	より有意義な学生生活のために	赤羽根 則 男	学生自治会会長	表紙
	スポレク大会・南校祭/演芸会と学校祭	福 田 全 子	学生自治会副会長	表紙
	目次			
	楽しみの多い季節に	荒 井 勝 治	教務部長	1
	令和六年度の活動計画等	飯 村 勝 昭	会誌会報編集委員長	1
	令和六年度の活動計画について	柴 崎 和 子	社会奉仕委員長	1
四班 五期 長抱 生負	A シルバー大学での目標と人生の目的	杉 浦 利 彦	チーフ班長	2
	B シルバー大学校に入学しての抱負	片 野 盛 充	チーフ班長	2
	C シルバー大学校に入学しての抱負	塩 澤 良 則	チーフ班長	3
	D シルバー大学校に入学しての抱負	渡 辺 一 利	チーフ班長	3
	E 入学しての抱負	大 塚 昌 彦	チーフ班長	3
ク ラ ブ 活 動 紹 介	パソコン	大 出 佳 正	部 長	4
	囲碁・将棋	古 川 敏 夫	部 長	4
	書 道	杉 江 透	部 長	5
	絵 画	中 島 好 江	部 長	5
	社交ダンス	橋 本 圭 司	部 長	5
	陶 芸	松 井 喜 久 江	部 長	6
	卓 球	高 瀬 茂 夫	部 長	6
	写 真	堀 田 秀 男	部 長	7
	カラオケ	福 田 全 子	部 長	7
	ゴルフ	増 田 芳 久	部 長	7
	ソフトボール	赤羽根 則 男	部 長	8
	コーラス	手塚 眞 由 美	部 長	8
	フラダンス	大 塚 京 子	部 長	9
	ウォーキング	飯 村 勝 昭	部 長	9
	民話・語り部	二 宮 幸 子	部 長	10
	絵手紙	柴 崎 和 子	部 長	10
	俳 句	大 塚 美 智 代	部 長	10
	蕎麦打ち	谷 本 淳 一	部 長	11
	アフリカン&レッツダンス	久 我 均	部 長	11
	ギターハーモニー	池 澤 輝 夫	部 長	12
	盆ダンス	早 乙 女 紋 子	部 長	12
	山を歩こう	荒 川 智	部 長	13
	竹 画	酒 井 英 子	部 長	13
	ターゲット・バードゴルフ	澤 田 憲 二	部 長	13
	太極拳	小 泉 英 子	部 長	14
	健康マーじゃん	齊 藤 武 彦	部 長	14
きりえ	山 中 信 明	部 長	14	
ハーモニカ	江 崎 ひ ろ み	部 長	15	
学 生 文 芸 紹 介	4 4期生「俳 句」			16
	4 4期生「川 柳」			17
	4 4期生「短 歌」			19
	4 5期生「俳 句」			21
	4 5期生「川 柳」			23
	4 5期生「短 歌」			24
名 簿	学校職員、自治会役員、正副班長、委員会・正副委員長、クラブ部長・副部長			26
	クラブ部長・副部長、会誌会報編集委員、社会奉仕委員			26
	44期生徒名簿「所属班・学籍番号・氏名・住所（市町）」			28
	45期生徒名簿「所属班・学籍番号・氏名・住所（市町）」			29
おわりに	編集後記	船 橋 康 男	会報編集リーダー	裏表紙

楽しみの多い季節に

教務部長 荒井 勝浩



「ねんりん みなみ」第四十二号発刊おめでとうございます。

四十五期生の入学式。福田富一校長より「皆さんは意欲のある高齢者だ」という話を受けました。南校で講師の先生と話していても、「この学校は聴いている目が違うのでやりがいがある」という言葉をいただくことがあります。

これは四十二期生になるが、私自身胸に残るのは、当校に就任後初めて自主研究という授業で現地同行した際に覚えた、魅せられるような感覚。納得するまで質問を繰り返す妥協のなさ。和気あいあいの中に怖ささえ感じる真剣さ。なんでこの人たち(失礼)、やっそれ感がないの？

私は従来、「学び」とは目的達成のための手段との認識でした。進学のため、職に就くため、等々。しかしここでは純粋に学びたいという志で入学し、各々の思惑を胸に机に向かう。正に自由な多彩な学びがある。前に何かで読んだように、学びそのものが目的と言えるのだと、それこそ本物の勉強だと、シルバード大で思い直しています。ならば何歳になってもできるもの。なればこそ楽しめるもの。

そういえば「習うは一生」と言いますね。

先日、OBのクラブ練習を終えて帰宅する三人の女性から話しかけられた際のこと。「この方は九十歳よ。元気でしよう！」「私がこんな元気でいられるのはシルバードに入ったおかげなの！」

その楽しさ満開の表情に勇気づけられた気もして、嬉しいひとときとなりました。同時に、今現役の皆様と十年、二十年後どこかでそんな会話が交わされるといいなと思った瞬間でした。

この原稿を書いている今は秋。木々は色づき、黄、赤、オレンジに緑と彩り豊かでも魅力的です。また秋といえは、食欲行楽、読書、実りの秋というように楽しみの多い季節。そして高い空。この季節に、シルバードの入学式はあるのです。

会誌会報編集委員会

令和六年度の活動計画等

会誌会報編集委員長 飯村 勝昭

本年度は、第四二号『ねんりん』を令和七年二月に、第四一号『年輪みなみ』を令和七年八月に発刊予定です。今年度の編集委員は、四四期十一名、四五期十名にて、作業を分担しながらの発刊を目指します。

『ねんりん』の創刊号は、昭和五八年七月で、B四版四頁で在校生六〇名、編集委員は九名でした。掲載内容は自治会長、教務部長の投稿、学生の入学感想・豊富、クラブ活動紹介、文芸作品(俳句、短歌)で、現在とほぼ同じ内容となっています。

二一年後の平成十六年にA四版十八頁となり、現在はA四版三頁となっています。

クラブ数が増え、全学生の文芸作品、学校職員、自治会役員、クラブ部長、全学生の名簿等を掲載しているため、頁数が増えることになりました。『ねんりん』には、本校の行事、クラブ活動、学校職員、学生名簿等が掲載されており、どんな活動を行い、どんな人がいるのかがわかる会報です。

長年にわたり、様々な人生の年輪を積み重ねてきた人達にとって、シルバード大学の二年間が新たな年輪を刻むためのスタートであると思います。『ねんりん』は四一年にわたり先輩たちの在学二年間の年輪歩みを記録として発刊されてきました。皆様の協力をいただき、編集委員の皆さんと一緒に良き『ねんりん』を刻みたいと考えています。

創刊号表及び裏表紙



社会奉仕委員会

令和六年度の活動計画について

社会奉仕委員長 柴崎 和子

社会奉仕委員会は、学校内の環境美化を

進めるため、四四期生二名・四五期生二〇名・計四二名で構成されています。活動計画は次の通りです。

構内に配置してあるプランターに、一月にパンジーの植栽、三月には、マリゴールドの植栽です。

今年度は、一月初旬にパンジーの植栽をし、植栽後の水やりを当番制で行い、きれいな状態で、皆さんを迎えようと思っています。

一二月には、全校生による校内除草及び清掃を行う予定です。

全校生による校内除草作業及び清掃は、令和六年度の三月、五月、七月にも行う予定です。

これらの活動を実施することで、生徒間のコミュニケーションを図り、構内美化を推進し、本校で、楽しく、気持ちよく過ごせますよう、みんなで協力しながらやっていきたいと思います。

どうぞ皆様のご協力をお願いいたします。



# 四五期生 班長抱負

## シルバー大学での目標と人生の目的

### Aグループチーフ班長 杉浦 利彦

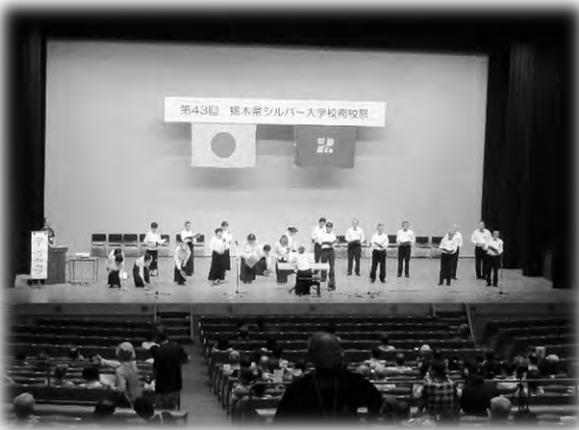


現在入学してから3か月が過ぎようとしています。私たちのチームは九名で、栃木、小山、

下野、鹿沼からのメンバーで構成されています。

当初はなかなかメンバー各人とのコミュニケーションも上手く行かない様な感じでしたが、授業や昼食時での会話によりお互いの経験や知識を知ることにより少しずつお互いを理解することが出来るようになり、多少はコミュニケーションもとれるようになり良い雰囲気になっています。

これから来年に向けてもっともつとメンバーを知ることにより、自分自身も班の各メンバーの人たちも、学校での授業やクラブでの活動から仲間を増やし、卒業後の心豊かな人生を送れるよう、充実した学校生活になるようメンバー全員で努力していきたいと思っております。



## シルバー大学校に入学しての抱負

### Bグループチーフ班長 片野盛亮



私が栃木県シルバー大学校を知るきっかけになったのは、自分が間もなく会社勤めを退職す

ることを決め、その後の生活をどの様に充実した日を送れるかを考えていたそんな時でした。

妻からシルバー大学校の存在とその内容を聞き、さらなる一般的な知識の習得及び奉仕活動と、趣味を生かした様々なクラブ活動の存在でした。これは、今までの会社勤めにはなかった、地域に密着した人とのつながりと、更なる自分の発見ができるのではないかと思えました。

会社勤めをしてから長い単身赴任生活が続き、地元栃木との触れ合いもほとんどなく、妻や子供たちに対しても寂しい思いをかけてきたかと思いました。まだ残りわずかですが、会社勤めをする予定です。三月には正式退社を予定しております。

これからは、新たなシルバー大学での生活を通して、自分自身が内面的、外面的にもハツラツとして、何事にも積極的な姿勢で、いろいろな人とも協調し、謙虚な自分を出して充実した日々を送りたいと思っております。



シルバー大学校に入学しての抱負

Cグループチーフ班長 塩澤 良則

私はコロナが始まるまでは、スポーツボランティアをしておりました。具体的には、各地のマラソン大会に参加して、会場の準備や、マラソン中継地点において、選手に水やカロリーのあった食品を管理、差し出すことなどをしていました。又、サッカーの場合には一時には、会場に集合して、場外のイベントの清掃、手伝いなど、試合が始まると個人席の出入場のチケットの管理、試合前後には、かならずミーティングがあり、終了すると二時ぐらいになります。自宅に帰宅すると、午前一時すぎになります。シルバー大学は、明るいうちに帰宅できるので、お金も、あまりかからず、この二年間をどう過ごせるのか、楽しみです。ここを卒業したら、カード収集のため、日本一周しようと思っています。マンホール・ダム・公園・橋・古都・漁港など、集まるかな、楽しみです。お金をためて、健康に注意して卒業をめざします。ヨッシーより。



シルバー大学校に入学しての抱負

Dグループチーフ班長 渡辺 一利



会社を退職し余暇が増えたため渡良瀬遊水地ボランティアガイドを今年から始めたところ、

ガイドの先輩からシルバー大学校の第四五期生募集チラシを頂いたのが入学志願のきっかけでした。学校説明会でシルバー大学校の目的・事業内容・クラブ活動等の説明を聞き、今後、充実した人生を過ごしていく上で役に立つと思いい入学を決意しました。授業では、ガイドだけでなく栃木市熱気球クラブで係留飛行体験や小学校での熱気球教室等も行っているのでボランティア活動を行う上での心構えや課題に対する対応方法などを学んでいこうと思っています。また、昨年町内会の自治会長を務めて地域活動の難しさも実感していますので、地域活動の授業は重点を置いて学びたいと思っています。最後に、班長や自治会役員を仰せつかるとともに複数のクラブに所属しましたので、新しく出来た諸先輩や同僚と楽しく学生生活を送っていこうと考えています

入学しての抱負

Eグループチーフ班長 大塚 昌彦



私は希望と愛情を持って道を求めてシルバー大学校の門を叩きました。私の身近に当校の卒業生の方々が多くいらっしゃいました。私の入学にあたりお言葉を頂きました。同級生とサークル仲間、一生の友人がいっぱいできて卒業後も楽しいぞ、また税金が投入されている大学校で学ぶのだから地域の皆さまに恩返しをしなければならぬとご指導も頂きました。二年間を学友と共に豊かな心、気高き心、福祉の心を身に着けて、徳をみがいた人として明日の地域にお役にたてる人間に成長する事を誓いました。



# クラブ活動紹介

クラブ活動紹介コーナーです。皆さん、クラブを楽しんでいますか？  
 当コーナーは、各クラブの部長が、クラブの魅力や活動状況を紹介しています。  
 充実した学校生活や、卒業後もより豊かな人生を楽しむために、いろいろなクラブへの加入をお勧めします。ぜひ、クラブ選び・入部の参考にしてください！



パソコン習うよ 今更 もう遅い？

部長 大出 佳正



パソコン

パソコンクラブは、三コースに分かれて活動をしています。入門コースと基礎コース、ノウハウコースです。スキル別になっていますので、パソコン初心者の方から上級者の方まで、すべての方を受け入れています。

マウス、リボン、タスクバー、OS、CPU・・・「AI」って、なにになになに？

これからはAIの時代です。パソコンは文章や表を作成するだけではありません。対話ができるようになりました。将棋や麻雀ゲームもできます。できることが、たくさんありますよ。キーボードを打つことで脳の活性化にも繋がります。パソコンやスマホと友達になりましょう。

『今更、もう遅い』はないです。今からでも十分マスターできますよ。できるようになると楽しいです。一緒に学びましょう。

囲碁・将棋



脳の老化防止

部長 吉川 敏夫

新入生の皆さん、囲碁と将棋「何となく難しい」と想われた事、有りませんか？

ご安心下さい！当シルバー大南校の先輩方は卒業後も通学し、我々初心者にも親切丁寧にご指導してくれました。

元々囲碁将棋は、右脳を刺激し老化防止の効果有り注目浴びております。今年囲碁界では、一力遼棋監督が初めて「世界一」将棋界では、藤井聡太名人が「八冠」を達成、あつと驚きの一年でした。

囲碁将棋の授業は、毎週火曜日の午前中沢山の先輩方と同じ会場にて熱戦を繰り広げております。(あなた盤上にて)あ..明るく、な..仲良く、た..楽しくをモットーに有意義なひと時を過ごしています。

是非、皆さん！体験学習も大歓迎です。既に入部を決めた素晴らしい一年生と共にお待ちしております。



# 書道



自分らしい字を書いてみませんか

部長 杉江 透

「書道」。その言葉に何を思い浮かべますか？多くの皆さんは、毛筆ではないでしょうか。その筆を、もう一度手にしませんか。しかし、「ちよつと、筆はなあー」という方のために、ペン字もあります。

活動は、第三教室で第一・第二・第四月曜日の午後一時から三時までの二時間です。講師は、書道家の杉山真理先生。毎月、先生に書いていただいている楷書と行書の手本をもとに、部員一人ひとりに寄り添った丁寧な指導。そして、毎回和やかな雰囲気の中で、練習に励んでいます。

書道、あるいは、ペン字は気楽に始め、ずっと続けられる趣味の一つと考えます。昔から「書は人なり」と言います。これは、字の上手い下手ではなく、字は人柄を感じさせるという意味だそうです。ぜひ、一緒に自分らしい字を書いてみませんか。関心のある方は、一度見学して下さい。

# 絵画



楽しく絵を描いてみませんか

部長 中島 好江

皆さんは絵画と聞くと少し難しいと思われるのではないでしょうか？



美しい花を見たときに「わあ！きれいだな。」と心動かされたことがあると思います。その時の感動したことを画用紙にスケッチし絵具で色づけをしたかと思いませんか。当絵画クラブでは透明水彩画を基本としていますので、学校で経験してきたみなさんには馴染みやすいです。スケッチ、色づくり、塗り方、筆使いなどを先生が丁寧に指導してくださるので、ご安心ください。

クラブは、毎月第一・第三火曜日の午前九時半から十二時まで活動しています。みなさんも一緒に絵を描いてみませんか。

# 社交ダンス



エンジョイ・エイジング

部長 橋本 圭司

皆さん、当クラブに入って華やかに格好よく踊ってみませんか。社交ダンスは年齢に関係なく幾つになっても出来るスポーツです。踊れるようになった時の喜びはまた格別気持ちのいいものです。社交ダンスは優雅に見えても実は有酸素運動です。体脂肪燃焼効果や足腰の筋力向上、姿勢が良くなる、ストレス発散、脳の活性化による認知症発症予防にもなるといわれています。

今期は未経験者を含め六名入部され十二名で活動をスタートしました。ワルツ、タンゴ、チャチャチャを主に練習予定です。毎週月曜日、水曜日の午前中活動しています。未経験者大歓迎です。見学来て下さい。エンジョイ・エイジング「一生ダンス！」年相応の踊りができればいいと思います。年齢に伴う身体の変化を受け入れ、私達と一緒に楽しく踊りませんか。

陶芸には土から(陶器)と石の粉から作る(磁器)と大きく二つに分かれますが、部では陶器を作ります。

一年目カリキュラムでは、小カップに始まりマグカップ、筒花入れ、抹茶碗、平角皿、蓋付小物、アロマポット、ティーポットで締括ります。粘土を手びねりでつくり色々な装飾法を学び最後の釉薬を浸けての本焼は本当に楽しみです。

二年目には、今までの経験を生かして自由制作です。陶芸の本やYouTubeも参考になり見て聞いて自分が作ってみたいものに会えたら挑戦したいものです。

電動轆轤も四台あるのでそれも魅力です。大嶋先生という強い味方とOBの方々の手をお借りしながら自分の作品を作り生活を豊かにしましょう。

### 陶芸の楽しさ

部長 松井喜久江



## 陶芸



トで締括ります。粘土を手びねりでつくり色々な装飾法を学び最後の釉薬を浸けての本焼は本当に楽しみです。

二年目には、今までの経験を生かして自由制作です。陶芸の本やYouTubeも参考になり見て聞いて自分が作ってみたいものに会えたら挑戦したいものです。

電動轆轤も四台あるのでそれも魅力です。大嶋先生という強い味方とOBの方々の手をお借りしながら自分の作品を作り生活を豊かにしましょう。

## 卓球

### 卓球は一生のスポーツ

部長 高瀬 茂夫



体育館に響く球の音。中では部員が楽しく汗をかきながら活動しています。クラブでの練習は、コーチ(卓球部OB)による初心者への丁寧な指導と部員同志の腕ならしの練習に始まり真剣勝負の練習試合、そして自由練習で終わります。

卓球は、反射神経を養い俊敏性を高めるので生活習慣病や認知症予防にも効果があるとされている。卒業してからも地域などで活躍する機会もあり一生のスポーツと言えます。活動日は、毎週月曜と水曜の午後一時から三時迄となります。どうぞ見学に、又は、お試し入部にお越し下さい。お待ちしております。



# 写真



## 瞬間 瞬間を思い出に

部長 堀田 秀男

写真部では、みんなで楽しく写真を撮るを基本に活動しています。身の回りの花や風景を見てその美しさをカメラやスマホを使い、形を写真として残り、撮影を楽しんでいます。

活動としては、水曜日月二回の活動を基本に一回は撮影会とし、みんなで出掛け撮影を楽しみ、あと一回はより美しくするカメラの操作等の勉強会に先生をお呼びして技術向上を行っています。写真を撮っていると不思議に身近な風景や孫の表情にも目が向いてくるようになります。  
活動日としては、第一と第三の水曜日の午後に行っています。現在の部員数は四十四期生が六名で四十五期生が一名です。  
カメラ初心者の方、スマホの方も大歓迎です。みんなで楽しく学び、感動ある写真を撮っていきましよう。



# カラオケ



## 天才の作詞を味わう嬉しさ

部長 福田 金子

通信カラオケ機器を用いますが採点表示は禁止です。また部員の歌唱を邪魔せぬように私語は禁止、歌唱後は拍手で熱唱を褒め称え喜び合います。

幼少期に音痴と思い込み歌えない時期がありました。コロナ禍に家族を失い外出も会話も無しになってしまい。父の古い家庭用カラオケのオンステージを探して歌い始めたのは六十九歳で二年半前です。歌うと頭・胸・腹調まで改善して爽やか気分です。カラオケクラブでは、新たに歌う意味・喜びを知りました。

- ①好きな歌を好きに歌う(楽しさ)
  - ②ボランティアの施設訪問では、聞き手が喜んでくれる(嬉しさ)
  - ③発表会の為に大切な歌を、歌い込む(充実感や特別感)
- 《シルバー大学三校合同歌の発表会》  
北校/中央校/南校の合同で六月十六日・月曜日・栃木文化会館/小ホールで開催。  
本年度は南校当番校で全員で準備します。  
新入部員は『歌上手さん多数』で心強くも楽しい仲間ばかりです。

- ①本格ステージで
- ②オシャレして歌い
- ③特別感を満喫しよう!!



# ゴルフ



## グッドマナーとプレイファースト

部長 増田 芳久

ゴルフが他のスポーツと決定的に違うのは、審判員がいなく、プレイヤー自身が判定することです。従って仲間とエンジョイして笑顔でラウンドするにはルールを知っている必要があります。また、スピーディーなプレイも求められており、自分の打順になったら速やかに打てるような習慣の習得も望まれます。

必要なマナーの一つとして、ディポットの埋戻しがありますが、近年セルフプレー

が増え、どのゴルフ場も必ずしもよい状態とは言えません。そこで当部のコンペでは公平性の観点から六インチリプレースを採用しています。

バンカーショット後の砂慣らし、グリーン上のピッチマークの修正については、残念ながら十分に行われていないと思います。既にグリーンオンしているプレイヤーが砂慣らしを代行したり、自分が作ったピッチマークはもとより、他のものも修正しているプレイヤーを見かけますが嬉しい気分になります。

現在四十四期生十名、四十五期生十五名で、女子七名が入部しています。

健康寿命の延長を目的に、毎月違ったゴルフ場で和気あいあいとコンペを楽しんでいます。さあ、皆でエイジシユートを目指して、「フライングショット！」



### ソフトボール



夏の暑さ、冬の寒さにも負けず

部長 赤羽根 則男

毎週水曜日、大宮運動広場で、午前九時半から十一時半までの二時間、練習には最適な春、秋はもとより、真夏の太陽の下で、また、木枯らしが吹く寒い冬の間も、私たちは元気に、OBの先輩方とともに、かつ

ての青春時代をほうふつとさせるかのように、精一杯ソフトボールの練習に励みます。

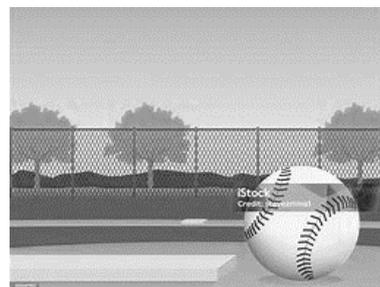
一週間に二時間ほどですが、一年を通して練習を続けていくと、動きも軽くなり、若返った気持ちになつてきます。

試合は、シルバー大学中央校と春・秋の練習試合、それぞれ二試合ずつ、それと、栃木市や小山市のシルバーの大会に参加しています。

成績はさほど長くはありませんが、クラブ員一同、高齢となつた今でも、練習ができ、そして試合ができる健康な体でいることに喜び、感謝し、これからも一層の精進をしたいと思います。

経験のある方、ない方問いません。

ぜひ、私たちといっしょに、今が青春!!! ソフトボールを楽しみませんか。



### コーラス



ラララ♪ ルルル♪

部長 手塚 真由美

「皆さん、身体を楽器に変えて響かせて、大人の歌を歌いましょう」

講師の中山先生に美ハモリマジックをかけていただき、今日も練習のスタートです。発声準備体操や、発声練習を行った後は



課題曲の練習です。季節の歌や演芸会に披露する歌など、美しい日本語、特に鼻濁音には気をつけて歌います。コーラス部らしい、自然できれいなハーモニーを奏でられるように、其々がレベルアップを目指し練習に励みます。一時間半の短い時間ですが、練習後には、日常にはない達成感や高揚した気分を味わうことができ、教室はたぐさんの幸せホルモンに包まれます。

歌は全身を使って声を出すので、ストレッチを発散し、健康づくりにつながります。一緒に歌を楽しみましょう。一度コーラス部の練習を覗きに來てください。部員一同お待ちしております♪

### フラダンス



アロハ〜 楽しく踊りましょう

部長 大塚 京子

皆さまは、フラダンスをどこかで見たり踊ったことがあると思います。フラは、ハワイアン音楽に合わせ踊る癒しのダンスです。

体を揺らすだけでも心が穏やかになっていきます。

クラブの講師は金賀先生です。基本のステップを優しく丁寧に教えてくださり初めての方でも不安なく踊れるようになります。

現在は、男性一名、女性五名の他にOBの方を迎い入れ楽しい雰囲気の中でレッスンを行っています。

年齢や経験は関係ありませんので一緒に楽しみましょう。

皆さまの入部をお待ちしています。

### ウォーキング



### 心と体の健康作り

部長 飯村 勝昭

現在のウォーキングクラブ部員数は、四四期生二七名、四五期生二二名です。定例会は月一度土曜日に設定され、公共交通機関を利用し、朝集台、お昼頃解散、歩行距離は四〜五キロです。

ウォーキングは体に優しい有酸素運動で、心肺機能向上、ダイエット効果、骨粗しょう症予防、持久力向上等の様々な効果があるといわれております。健康に良い運動をしながら、史跡、文化施設を巡り、景色を見たり、雲の流れを眺めながら友と会話し、心の健康も図れます。

皆さん、ウォーキングして心と体の健康作り、友達作りをしてみませんか。



# 民話・語り部



楽しく民話を語りましょう

部長 一宮 幸子

私達は二人の先生のもと、第二金曜日と第四木曜日の放課後に練習をしています。民話は人々の暮らしの中から生まれ地域の歴史や風土によって培われた口承文学の一つで説話・伝説・神話など心動かされる話がたくさんあります。クラブでは最初に早口言葉の練習をしっかりやります。そう滑舌をよくすることにもなるのです。それに脈々と語り継がれた多くの民話に出会うこともできます。先生・先輩・仲間の練習を重ねた語りに魅き込まれ感動し自分の語りの上達にもつながっていくのです。

今期は六人の仲間も増えて語る楽しさも喜びも、ここには一杯あります。耳で覚え・目で覚え・そして心で覚えて、はじめて自分の言葉に命を吹き込み聞き手に届ける。感情を共有するコミュニケーションの世界です。皆さんもこんな語りの世界に飛び込んでみては。



# 絵手紙



絵手紙を楽しもう

部長 柴崎 和子

私たち絵手紙クラブは四四期生四名全員が初心者で始めました。最初は下書きから始め、色を塗ることさえ思うようにいかず、にじんだり、全然思う色じゃなかったり、先生が書くように簡単にはいきません。それでも、何とか見よう見まねで形になってきました。色の付け方、立体の書き方、影

の付け方、先生の添削で学びました。それでもまだまだ満足する出来栄にはなりません。

作品が一枚増え二枚増え、だんだん愛着がわき、書くことが下手で面倒だったのが、今では時間も忘れ、じつくり時間をかけて書いています。(時間がかかっちゃうんですけど)

一般的な絵手紙は、筆を立て、ヘタウマといわれる手法でポンポンと色を付け、空白を残しながら書いていきます。これも味があつていいのですが、下手ではダメだと先生は言います。

物をリアルにそのものを書きます。

そして大事なのが文字です。何で書いてもいいのですが、ぱっと目に飛び込んで分かりやすい文面、太字で強調したり、出来れば個性的がいいですね。

とにかく自分の近況報告だったり心境だったり、絵手紙にして出してみるのもいいかもしれません。

四五期生も何人か入ってくれて、ますます楽しみになってきました。

これからの入部も大歓迎です。



# 俳句

俳句の楽しみ

部長 大塚 美智代



俳句というとプレバトや教科書に載っていた名句を思い出すことはあっても、自分で詠むものとは思わないかもしれない。な

んとなくハードルが高いのである。私もそうだった。ただ、なんとなく気になるものでもあった。その季節になると、時代を越えて愛唱されてきた名句がふと口について出てくることもある。覚えようとしなくても口ずさめるのは十七音の短さ、その短さ故の余韻、そして五七五のリズムの心地良さにあるのだと思う。

俳句部の活動は月二回の句会である。景色や身近な出来事などを見つめ句を作り提出する。他の人の俳句の中からそれぞれがよいと思う句を選び、選んだ理由を発表する。最後に作者が名前を名乗り、誰の句なのか分かる。自分の句が選句されればうれししいし、されなければがっかりはするが、この選句と互いに鑑賞し合う時間が楽しい。自分の思いを汲んでもらったり、思いがけない感想をいただいたり、講師の先生から俳句の基本を教えていただいたり。シルバ―大で句会を重ねることに、俳句は読み手あつての俳句であり、句会は読み手と詠み手のコミュニケーションの場なのだと思うようになってきた。

「句会で選句された句が良いとも限らないし、選句されなかった句がダメとも限らない。」講師の先生はこの言葉を胸に、皆さんも句会を通して俳句の芽を一緒に育てていきませんか。



### 蕎麦打ち



お蕎麦はいかがですか

部長 谷本 淳一

蕎麦とうどん、よく比較されますが、私は蕎麦が好きです。

お蕎麦は、タンパク質、鉄分、ビタミン類などが豊富に含まれており、なかでも「ポ

リフェノール」の一種であるルチンは、毛細血管を強化し、血圧や血糖値を下げる効果とすい臓機能を活性化し、動脈硬化や糖尿病、脳梗塞など私たちに馴染みのある「生活習慣病」の予防に優れております。

又、美白効果が非常に高く、お肌の張りに欠かせないコラーゲンの生成を促進させ気になるシミやしわなどの予防、毛穴のトラブル解消効果まで期待できます。

ご自分で打ったお蕎麦を、家族や友人、ご親戚と楽しく食べて健康対策しませんか。



### アフリカン&レッツダンス



楽しく踊ろう・ワサワサー

部長 久我 均

「ワサワサー」は、アフリカの言葉で「楽しもうよ!」とか「いくぞ!」(祭りの時のかけ声)という意味があり、その呼びかけに「アイエー」と大声で答えます。

アフリカダンスは、太鼓に合わせて体を激しく動かす踊りをイメージしますが、私たちの踊りは、シニア世代に合わせてアレンジされたものです。年齢性別を問わず楽しめ、健康な体づくりに最適なものです。定番の大地の踊りは、森の木や動物・収穫の喜びなどの表現があり、気持ち豊かで元気になります。そして派手な衣装には日常では味わえない楽しみがあります。

練習は、講師の先生が基礎から丁寧に教えてくれるので、未経験者でも気軽に踊れます。また、学校祭やレクリエーション大

会などで、踊りを披露する機会もあります。皆さん、私たちと楽しく踊りましょう！入部をお待ちしています。「ワサワサー！」



# ギターハーモニー



みんなで楽しく音楽を

部長 池澤 輝夫

皆さん、若い頃ギターを弾いてみたりギターを弾いて一緒に歌ってみたりしたことはありませんか。思い出してください。楽しかったですよね。今からでも遅くありませんもう一度、ギターじゃなくても他の楽器なんでもいいと思います。一緒に音楽を楽しみましょう。

また、初心者の方、ギターを弾いた事が無い方それでも問題ありません。先輩、現役生が基本からおしえてくれます。弦の音の合わせ方からドレミまですぐにできるようになります。2年の間には他の仲間と好きな曲を楽しんで演奏できるようになります。

曲を何曲か演奏できるようになれば、南校際(演芸会)、施設訪問演奏等、音楽の楽しさをボランティア活動を通じて感じることが出来ます。

毎週月曜日、午前中は全体練習、金曜日授業終了後個人練習を行っています。

皆様の入部を心よりお待ちしております。



# 盆ダンス

踊りの輪にどうぞ

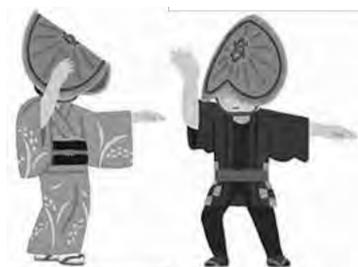
部長 早乙女 紋子

幼ない頃、お盆が近づくと日立のグラウンドに櫓が建てられ、里帰りした人たちが老若男女、田舎が活気に甦ったものです。

浴衣を着せてもらい、祭りばやしに花笠音頭、日光和楽踊り、誰も懐かしい思い出がありますよね。

我が盆ダンスクラブでは、藤間流名取り岸親子先生のもと、第一、第四木曜日、第一、第二金曜日、教室で練習しています。手踊り、手拭い、扇子、花笠などで、和氣あいあい、筋トレ、脳トレ、ストレス解消で健康づくりをしています。また、時には高齢者施設にボランティアに招かれ、利用者様と手を繋いで輪になり、炭鉾節、好きになった人など、一緒に踊ることもして、大変喜ばれています。感謝です。

皆様、一緒に踊り、エンジョイしませんか。クラブ員一同、お待ちしております。



# 山を歩こう



何て楽しいの！

部長 荒川 智

山を歩くのに、専門知識は要りません。山の空気は澄んでいて歩いていただけでも楽しいです。直（じか）に見ると、そこには写真とは違う臨場感溢れる景色があり感動です。ちよつと、風景に見とれて躓（つまづ）いて転ばないで！と言われて足元を見ると、そこには、きれいな花。自然に親しみ、健康増進並びに会員相互の親睦を図ることを目的としたクラブです。栃木県内を中心に近隣にある低山を日帰りの山歩きを行っています。

他のクラブ活動を行いながら、毎月第二火曜日のこの日を楽しみにしている人が多いです。山には、登りがあれば、下りも有ります。皆さん、しっかり靴紐を締めて、足元に注意し、一緒に山歩きを楽しみましょう。ヤッター、着いた！「山は逃げない」

# 竹画



竹と向き合う楽しさ

部長 酒井 英子

「竹画？」という言葉からどんな活動をするのか、なかなかイメージがわからないことと思います。

竹画とは、薄い竹の板に自分の描きたい絵をパーツごとに貼り合わせ、そのパーツを糸鋸で一つずつ切り離して、切り離したパーツを元の絵になるように組み合わせる仕上げるものです。

竹画クラブの特徴は活動が形になって残ることです。世界にたった一つの唯一無二の作品は、シルバー大学で活動した一つの証として思い出に残ることと思います。大きな作品でも小さな作品でも楽しめます。困ったときは、経験豊かで技術の優れた講師の方が手助けをさせていただきます。たまには無心になり糸鋸を動かす竹と向きあってみませんか？

# ターゲット・バードゴルフ



ターゲット・バードゴルフ部

部長 澤田 憲一

ターゲット・バードゴルフは、ゴルフを

ミニ化したスポーツです。ゴルフボールにバトミントンの羽を付けたボールをゴルフクラブで打ち、打数の少なさを競う。

自然あふれる中で、十八ホール（パー七十二）で競うスポーツで老若男女だれでも安心してフルショットでクラブを振ることができボールを空中に飛ばすので爽快感が味わえる生涯スポーツです。

南校ターゲット・バードゴルフ部は、岩舟総合運動公園内の常設バードゴルフ場を中心にクラブ練習を、毎週月曜日／土曜日、活動を行っております。当バードゴルフ場には、岩舟ターゲットバードゴルフクラブも活動しております。シルバー大学卒業生も数多くの人が練習を継続して行っております。当クラブには、全国大会の上位者も一緒に活動しており、現役部員への技術指導を行ってまいります。日々技術の向上を図り練習しております。



# 太極拳



太極拳をご存知ですか

部長 小泉 栄子

太極拳は、中国発祥の戦わないで相手を説得し、和を尊ぶ平和拳法です。

この武術はゆっくり動いて全身に気を巡らせることで、新陳代謝をアップさせる効果があり、バランス感覚を養い転倒防止にもつながり、脳の活性化やリラックス効果等も期待できます。

部員の私たちにとって、良いことづくめの武術と考えております。

ご指導して下さる先生方と、四四期生、更に、今年度入部された四五期生を交えて、和気あいあい、楽しんで太極拳に取り組んでおります。これからも心と体を整え、健康維持に努めたいと思います。

太極拳は、老若男女だれでも参加することができ武術です。一度体験してみませんか。



# 健康マーじゃん



ドンジャラで楽しもう

部長 齊藤 武彦

皆さん元気なうちに頭で考え指先を使い今よりも知的に生活をエンジョイしてみませんか。

初心者疑問の第一は「牌の積み方が難しい・上がり方がわからない・点数の数え方がわからない」という事でした。

丁寧に分かり易く説明します。頭をフル回転させて楽しみましょう！

モットーは「健康的に少しの闘争心を持つてみんなで楽しむ！」です。

\*毎週月曜日午後一時から二下第一教室で活動しています。

興味のある方は部屋を覗いて体験してみてください。きっとやってみたいと思うでしょう。

お待ちしております。

# きりえ



切り絵の魅力を知る

部長 山中 信明



現在クラブは、四十四期生八名と今期入部した四五期生五名が初山先生の指導のもとで、第二水曜日と第四水曜日の十三時から十五時迄活動しています。

四十四期生全員がカッターナイフを使って紙を切るの初めての取組みでしたが、一年が経ち素晴らしい作品を制作出来るようになりました。

ここで簡単に切り絵作製の流れを説明します、初めに黒い和紙を課題の原稿に合わせてカッターナイフで切り抜きます。同時

に白い和紙に絵の具で作品に合わせて色和紙を製します。次に切り抜いた黒和紙の裏から色付けした和紙を糊張りし、別に作製した落款を添えて先生に提出して作業は終了です。後は先生に色紙に糊貼りしてもらい完成です。

切り絵の作品の魅力は、黒い和紙を切り抜いた時のシャープな切口のラインと、課題にあわせて各人が作るオリジナルな色付け和紙の色調だと思います、そしてこの作品を思い出として残す事ができます。

制作中の魅力は、カッターナイフを使用した、指先の細かい作業の連続ですので、集中力が付き、脳の老化防止、活性化に有効です、また雑念を忘れて夢中に成れる時間を持つ事が出来ます。

最後に、クラブ活動が、楽しい思い出の一コマと成る事を願っています、誰でも出来ますので、やってみたいと思った方の入部をお待ちしています

# ハーモニカ

ハーモニカを楽しみましょう

部長 江崎 ひろみ

ハーモニカと聞けば先ず懐かしさが一番でしょうか？小学校の授業で小さなハーモニカを手にした覚えがあると思います。

ハーモニカの音色はとても郷愁を誘います。

ハーモニカ同好会は今年の一月に発足した新しい会です。四十三期生の先輩が立ち上げて私達四十四期生に引き継がれました。

会員全員で和気あいあいと楽しく練習に取り組んでいます。童謡や唱歌、民謡なども練習しています。発表会や施設訪問などボランティア活動の参加を目指しています。練習日は毎月第二、第四水曜日の午前中二階の演習室で行っています。ハーモニカはいつでも手軽に持ち歩き練習が出来ます。また、腹式呼吸で健康に繋がっています。この懐かしいハーモニカの音色に触れてみるのはいかがでしょうか？是非一度練習室を覗いてください。



文芸作品四四期生

俳句の部

スポーツレクリエーション学科

一班 三番 赤羽根 則男  
畑作業青空高くひばり鳴く

一班 十九番 別井 典子  
なりたいたのかれんでつよいコスモスに

一班 二八番 渡辺 弘  
新米を二合たいてもうまくなれ

夕焼け見上げる空もきれいだよ

一班 五二番 大竹 登茂代  
秋風や田の足あとはアルペジオ

一班 六六番 齋藤 光子  
部屋曇るお鍋囲んでフウフウト

一班 七九番 橋本 房江  
キャンプの荷いちばん上にビール乗せ

富士見上げ落ち葉ふみふみテント張り

一班 八一番 福田 茂  
晩秋の同窓会魚春の追憶

一班 九二番 大嶋 重子  
桜咲く君と歩いた田舎みち

二班 四番 荒川 智  
枯葉さん落ちて来ないで家の庭

二班 五六番 堤 康満  
飛行雲秋前線にかき乱れ

二班 七一番 五月女 敏子  
秋の宵アトラスすいせい旅の宿

菊一輪供えて今朝は義母思う

二班 七三番 土田 弘子  
冬の朝窓から見える筑波山

二班 八二番 藤本 洋子  
夏日でも一雨一度厚着なり

健康づくり 学科

三班 九番 熊倉 陽子  
錦秋の乗鞍高原一人占め

秋晴れや彫刻屋台勢揃い

三班 二四番 村井 恵子  
オリオンの煌めき眺む頬の冷たき

三班 三二番 早乙女 紋子  
シルバー大百戦錬磨の百日草

三班 四〇番 大塚 京子  
毎日の散歩景色を見ながら冬の風

冬の公園に小鳥のさえずり耳を傾ける

三班 七〇番 鈴木美代子  
いつのまに金に染まるや並木道

三班 九八番 齋藤 高明  
さわやかにラジオ体操空高し

四班 一〇番 小林 初枝  
れんげ草冠づくりプリンセス

四班 二〇番 増茂 とよ子  
城跡で紅葉見ながら食べるそば

四班 二六番 村上 實  
木枯らしと校庭で戯る大童

四班 三八番 葛生 秀子  
雨上がり水たまりで遊ぶすずめたち

四班 四四番 大森 とし子  
彼岸来しガンで亡くなる友用う

秋麗尺八の音聞き耳たて

四班 六一番 大出 佳正  
颯雲体に辛い時季が来る

四班 六四番 小泉 栄子  
雀の子巣立つ姿に吾子重ね

老猫のくつつく秋のお愛し

五班 六番 小野 昌子  
秋高しブルーインパルス弧を描く

シクラメン心によりそう花の色

五班 十四番 野中 昌子  
深呼吸静かな朝に返り花

五班 十六番 福田 全子  
杜鵑草二年分もも頑張りて

交渉に手応え有ってひと心地

五班 四九番 阿部 茂  
抱きおこす稲と吹かるる風優し

五班 六三番 尾島 照美  
龍王峡変わる景色に感動し

福祉学科

六班 八番 熊倉 千代子  
満月にゆれるシルエット吊し柿

鏝阿寺にひこうき曇と大銀杏

六班 二二番 増山 敏子  
ひっそりと山際に咲く秋ざくら

六班 六八番 坂井 茂夫  
温暖化みかん色つき寒さ知る

六班 八三番 丸山 悦子  
秋空に花火のような皇帝ダリア

六班 八六番 山城 光雄  
時を越え八乙女の舞い由良の浜

七班 五番 五十嵐 加代子  
公園の銀杏並木黄色のじゅうたん

七班 四六番 岡部 トシ子  
お年玉孫の笑顔でついゆるみ

七班 五三番 櫻井 清  
窓外見淡墨色の桜かな

七班 六七番 酒井 英子  
山茶花が垣根に赤く色添える

七班 九三番 君嶋 裕子  
枝わかれ雨のごとくにいちよう舞う

七班 九六番 飯村 勝昭  
お正月孫の笑顔で幸倍加

八班 十三番 田名網 佳代子  
メールなら何でもつてる春愁

友に逢うラケット握り落葉路

八班 六〇番 大塚 美智代  
秋天へ溶けてゆくなり越天楽

厚着して今日のはじめの湯を沸かす

八班 六九番 鈴木 正明  
初取りの酸っぱ蜜柑に肩すぼめ

八班 九五番 関口 孝  
濡れ落ち葉掃除しやはらからと

ふるさとふれあい 学科

九班 十一番 小松 清  
丘の下風に揺れてるススキの穂

夜の空星座を見れば冬近し

九班 八五番 八楸 秋雄  
孫はどこ目が追いつけず体育祭

九班 九一番 内田 昭男  
朝靄の水面を滑る鴨の群れ

一〇班 二七番 山中 信明  
イガのトゲいたみ忘れる栗ご飯

一〇班 四四番 福田 和美  
朝日挿す庭の紅葉の晴れ姿

夕暮れの庭の柿の木鳥の群れ

一〇班 五十番 池澤 輝夫  
秋の陽の日差しを浴びてウオーキング

公園のあの日の思い出金木犀

一〇班 七五番 中村 由美子  
薄紅葉氣候変動冬の露

一一班 十二番 関口 幸雄  
喉越しの味を占めたる走り蕎麦

ピオーネの隙間に日を映す

一一班 二九番 飯田 昌男  
山紅葉寒さこらえて歩む道

冬隣突如知らせ友が逝く

一一班 五一番 石塚 恵子  
月あかりはつと息のむ酔芙蓉

朝焼けに身が引きしまるお正月

一一班 九九番 松井喜久江  
亥の子餅複雑な思いで食べる味

川柳の部

スポーツレクリエーション学科

一 班 一五番 橋本 圭司  
忘れ物展示しても気がつかず

一 班 五二番 大竹 登茂代  
異常気象兵庫選でも狂い咲き

一 班 六六番 齊藤 光子  
シャンプーとリンス間違え泡をくう

一 班 七二番 高崎 千恵子  
エアコンも昨日冷房今朝暖房

口角を上げて鏡に語りかけ

一 班 八一番 福田 茂  
新人に指導するうち追抜かれ

一 班 九二番 大嶋 重子  
風呂あがり化粧おとし子供泣く

二 班 四番 荒川 智  
誰か来たワンワン吠えて賢いね

二班 七番 加賀谷 貴子  
深呼吸すつてはいて立ちくらみ

寝坊したマスクで隠すノーマイク

二班 三〇番 柴崎 和子  
こたつ出す読書食欲まだなのに

二班 一三番 増田 芳久  
ダイエット動画だけ見て痩せた気に

アレとソレ用事済むのが我が家流

二班 七三番 土田 弘子  
年賀状出すか出さぬか迷ってる

健康づくり 学科

三班 十八番 古川 敏夫  
盤の上ふと想い出す友の顔

負けぬ前一度はかけたハイ王手

三班 二四番 村井 恵子  
ユーチューブどんなチューブと孫に聞き

三班 三三番 早乙女 紋子  
柿食えど鐘のならない寺もある

三班 六五番 齊藤 武彦  
風呂掃除しながら励むスクワット

三班 七〇番 鈴木 美代子  
5時なのにライトまぶしい帰り道

三班 九八番 斎藤 高明  
両腕にコロナインフル打ちまくり

四班 二番 土屋 孝子  
運動と社会参加と栄養と

四班 六一番 大出 佳正  
思いやり人のなしを聞くことも

四班 九七番 折原 和美  
ちから湧く良薬のかな間食は

五班 十四番 野中 昌子  
蕎麦打ちで忘れた頃に筋肉疲

五班 三六番 三浦 孝子  
一斉に両手上げての踊りかな

五班 三九番 堀田 秀男  
お互いに年を忘れる同期会

名所よりまずはトイレにバスツアー

五班 四九番 阿部 茂  
輪の中の月の明日は雨模様

五班 五五番 田所 光枝  
アレとソレ用事住むのが齢の候

福祉 学科

六班 一番 江崎 ひろみ  
菅笠で笑みと横目のポランティア

六班 十七番 船橋 康男  
シルバー大友や社会と輪をつなぐ

六班 二二番 増山 敏子  
健やかに育てと願う泣きずもっ

六班 六八番 坂井 茂夫  
いどめどもその壁高しギター増え

七班 五番 五十嵐 加代子  
ソース作り初の体験自ら満足

七班 四三番 高瀬 茂夫  
それロコモサルコペニアだフレイルよ

はやすぎてついていけない新技術

八班 六九番 鈴木 正明  
還暦にもう一廻り深みます

八班 七四番 手塚 眞由美  
愛犬のかすかな寝息ヒーリング

ふるさとふれあい 学科

紅葉より私が主役はいピース

九班 三四番 谷本 淳一  
一週間部活授業にポランティア

九班 四七番 澤田 憲二  
夢を見るいまから何が出来るかな?

九班 七八番 野中 史雄  
渡良瀬に人を集めるコウノトリ

九班 八五番 八鍬 秋雄  
ポランティア絶滅目指せアワダチソウ

九班 九一番 内田 昭男  
目が覚めて足がふらつき二日酔

九班 二二番 舛田 昌昭  
「無礼講」信じて言ったら根にもたれ

九班 三七番 和久井 光晴  
手のひらを見つめ続ける我が人生

一〇班 二七番 山中 信明  
大谷の記録ラッシュに笑みが漏れ

一〇班 三三番 和久井 光晴  
シルバー大重大事項ラインの学び

九班 二五番 村井 則彦  
鞆が無い肩にかけてるそれは何に

一〇班 四八番 中島 好江  
相撲観戦懸賞数えて北叟笑むほくそえ

ドジャースのパーカー羽織はって得意顔お

一〇班 七五番 中村 由美子

基礎代謝上昇相場場で秋瘦あきやせよ

一班 四一番 久我 均  
ボタンずれ見つけて直す孫の手が

入園料僕は学割妻大人

一班 七七番 沼部 嘉雄

シルバーに行く道迷うな妻の声

皆笑うわけわからずに我笑う

一班 八四番 望月 次夫

どの山も年々きつくなりにけり

逆走は他人事でなし気をつけよう

短歌の部

スポーツレクリエーション学科

一班 三番 赤羽根 則男  
古希まぢか心は未だ青なれど  
鏡の我にぞ驚かれぬる

一班 十五番 橋本 圭司

クラブきてダンスのリズム聞きおれば

心いつしか晴れて明るし

一班 十九番 別井 典子

おばあちゃんおしいごはんありがとう  
またきますねとえがおでかえる

二班 三〇番 柴崎 和子

秋の朝ほのかに香る菊の香に

紅葉彩る木々望む

二班 五六番 堤 康満

神の道光の先に一里塚

歴史を刻む石の灯籠

二班 五九番 石川 マツエ

モルックで点取遊ぶ笑い声

孫と楽しむ健康第一

吹く吸うで音鳴るハーモニカ

息続かぬもどかしさ昭和懐かし

二班 八二番 藤本 洋子

夢向かう坂本龍馬も称赞

大谷の50・50

健康づくり 学科

三班 六五番 齊藤 武彦  
秋空のドライブ迫るつづら折り  
目指すは人気手づくりのパン

四班 二番 土屋 孝子

母として生きると決めた明け方に

父に会わんと車走らす

四班 一〇番 小林 初枝

軽いはず孫が重いとランドセル  
パソコン入りのランドセル

四班 二〇番 増茂 とよ子

友達とランチ楽しみ料理を

参考にして作る夕飯

四班 九七番 折原 和美

学び舎で歌詠みはじめ縁となり

親しき人へ想いを馳せる

五班 三六番 三浦 孝子

合掌し「いただきます」と一人でも

食する事に感謝をこめて

五班 六三番 尾島 照美

金曜日今日の授業を楽しみに

車走らせ胸弾ませ

福祉学科

六班 十七番 船橋 康男  
毎日の運動食事を意識して  
社会参加でフレイル予防

六班 四二番 佐々木 吟子

小三で学びし雪国二階から

出入りに憧れ新潟の人

恐竜も一乗谷も永平寺も

身近に感じし北陸新幹線

七班 三三番 武井 悦子

男体のなごりの雪に朝日射し

向かう学びに心は弾む

鍋囲み孫ら集まる古希祝

わが手のしわに母を思いて

七班 四六番 岡部 トシ子

障害走爺ちゃん婆ちゃん手をひいて

ゴールのテープに笑顔満点

七班 六七番 酒井 英子

腰痛んでままならぬ身の歯がゆさに

改めて知る健康の価値

七班 九三番 君嶋 裕子

友と来し箱根のみちは時をわすれ

錦のなかに心あそばす

七班 九六番 飯村 勝昭

パリ五輪トラック初の金メダル

榛花の笑顔でこころ温まる

六班 一番 江崎 ひろみ

黒ハット白いワイシャツ演芸会

傘を操りひと華添える

八班 四五番 二宮 幸子  
晩秋の龍王峡へ山歩き  
いろとりどりに心躍らす

寒空にこうこうとして三日月が  
生き抜く力我に与えし

八班 五八番 小杉 洋子

冬空を見上げてみれば山なみに  
囲まれ光る満天の星

通学路元気に歩く朝の道

やさしくほほえむ皇帝ダリア

八班 六九番 鈴木 正明

高齢のお一人様が闊歩する

次の課題はわれらの介護

八班 七四番 手塚 眞由美

頬なでる君住む街から来た風は

優しい香りの定期便

八班 九五番 関口 孝

年の瀬に慰問で踊るフラダンス

席のばあちゃん腰もウキ浮き

ふんふんとふれあい 学科

九班 十一番 小松 清

風なびく丘から下を眺めれば

コキアの紅に人押し寄せる

九班 四七番 澤田 憲一  
此の歳で身体動かし若返り  
然れど遅れて湿布生活

九班 六二番 岡 永子

梅花咲く逝かれし友に好物の

ビール供えて心安らぐ

夜に咲き朝方落ちるサガリバナ

花火の様に余韻残して

一一班 九九番 松井喜 久江

初釜に湯気龍のごとし炭起きて

移り行く様に時を思う



文芸作品四五期生

俳句の部

一斑

秋深し久方ぶりの満願寺  
二番 青柳 均

うたたねに耳もとかすか鈴虫の

花ばさみ持ちてオリブを仰ぎみる  
十二番 小林 サト子

山帰来さんきらいの赤い実ほろりこけの上

かさこそもみじの落ち葉を踏む朝あした

冬の空孫と一緒にランニング  
五八番 八下田 恵子

喜寿の秋シルバー大学一年生  
九五番 小林 恵美子

孫送迎はずむ会話のいちよう坂

二班

秋明菊ふるさと思う母の花  
十八番 島田 利江

ホーホケキョ鳴く声聞けどかくれんぼ

冬はじめ自分のことと置き換える  
十九番 杉浦 利彦

秋の日を浴びてまつかな烏瓜  
三四番 大塚 克子

幼児の宝に見えし烏瓜

変わり行く里の秋インバウンドの波  
四三番 熊倉 正巳

秋そは粉初打ち急ぎ妻のもと  
七五番 古關 保男

八一番 長谷川 修

筑波山峰のあいだに初日の出

愛と恩与えてくれて散った母  
八二番 原 道子

ひかる雪希望をのせてさあ行こう

いちようの木色づきおそし温暖化  
九八番 平 清子

三班

秋深く西日輝しき帰り道  
九番 片野 盛充

あさつゆに草枯れまばゆくまんげきよう

芋堀の私の頭を撫でる風  
三八番 大出 洋子

仕掛け檻外に出してと鹿が泣く

うりぼうの遊び場無くすコンバイン  
三九番 猪俣 定一

赤トンボ麦わら帽子独り占め

登校の明るき頬や紅葉晴れ  
五三番 毛塚 つぎ子

故郷の家なくなりて夕時雨

子が去りて学びのプールかも二羽  
一〇六番 真瀬 悦子

木の先に熟たる柿や天に帰す

四班

贈りもの夏に生まれし初孫は  
二四番 棚橋 幸子

寒椿花器は亡母のお気に入り  
四〇番 大川 恵子

晩年の母のごとくに柿つるす

秋深し皇帝ダリア空仰ぐ  
六三番 出井 加代子

息白し心待ちなるダイヤモンド筑波

ルートルが足に自慢のスキー場

コスモスの咲き乱れしや散歩道  
七七番 鈴木 恭子

十五夜に供えし団子つまみ食い

五班

歯みがきで元気な体笑顔だね  
一番 久保 紀江

寒い日は手をつなぐと暖かい  
四五番 高橋 登美子

年を取り筋肉のありがたさ思い知る

秋空の下りんと咲く皇帝ダリア  
五〇番 工藤 将雄

年の暮なやみながらのシルバー大

五五番 寺内 利夫  
生徒待つすすきの穂咲くシルバー大

六四番 今泉 都美子  
さんぽ道畑いちめん霜はしら

一〇〇番 野尻 祐子  
コロナあけ読書旅行が大学に

六班

三番 赤間 シズ子  
赤とんぼ葉っぱと草とかくれんぼ

二七番 藤沼 紀伊子  
昼食の教室甘いみかんの香り満つ

黄色うさぎ追いかけてくる十五夜散歩

三二番 渡辺 幸一  
秋祭り山車の上には桃太郎

四八番 伊藤 幸子  
排球部うちわ片手に孫を追う

鈴なりの梨狩り畑手弁当

六五番 上村 芳子  
四季桜葉のない木々でさみしそ

雪国で怪我なくかえるすべり止め

八九番 細田 澄恵  
通学路落葉の上のペダル跡

九六番 篠原 稔  
涼やかに夜長奏でるハーモニカ

七班

六番 大塚 町子  
冬隣庭のバイクや一周忌

二九番 森戸 幸子  
熊鈴が背中で躍る紅葉狩

秋日傘行列の先べーカリー

三三番 芦澤 清久  
秋高し新しき友期待感

木枯の大学向かう通学路

四二番 熊倉 節子  
どんぐりを拾って遊びやじろべい

七〇番 川島 朗  
西風の音寒々と鍋で待つ

七四番 小泉 紀男  
秋深し散歩の夫婦気持ちよし

温暖化遅い紅葉いろは坂

八〇番 新田 善子  
山寺にもみじでハートの掃き残し

紅葉踏む音に残り葉散り急ぎ

九〇番 青山 宏子  
わが畑いとどりどりの冬野菜

九七番 下原 陽子  
愛犬と散歩する道小春日和

一〇三番 河田 重春  
ひと夏を瞑想するや枯れ落ち葉

八班

七番 柏崎 光子  
秋まつり孫吹く音色胸を打つ

二二番 鈴木 義明  
行く秋に咲き誇るバラ美しき

三〇番 山内 和枝  
にぎやかに虫たちが舞う菊の群れ

秋の夜に友と重ねしハーモニ

四六番 富田 昌敏  
宮参り子らと競り合うアブラゼミ

秋葦の渡良瀬そぞろ親子キジ

四七番 渡辺 一利  
冬日和空を彩る熱気球

五一番 尾花 百合子  
雲海に雄しく輝く雪の富士

七三番 栗原 久雄  
シルバーの仲間と会えて秋の声

冬夕焼後姿が包まれて

八四番 増山 桂子  
どんぐりを集めて楽し幼き日

一〇一番 板垣 篤  
ダム湖面逆さ紅葉に感動す

九班

八番 片岡 紀美子  
七五三あざやか着物母ゆずり

三七番 和賀井 藤子  
古希祝紅葉の候学生に

四一番 乙供 繫信  
年明けて孫引きつけるお年玉

湯のけむり愛犬伴に紅葉踏み  
五七番 元島 俊彦

亡き友や思い出しつつ雪見風呂  
六一番 浅野 やす江

窓の外陽あたりほしい霜柱

寒の入まだまだこげるジムチャリは  
六六番 江口 浩

檸檬の葉名残惜しむや冬温し  
一〇四番 河田 ゆり子

十班

ひとり旅ゆく先々に秋の蝶  
十一番 小島 正

来年も良い花咲けよと枝下し  
七二番 熊倉 典子

銀世代新たに実る稲穂かな  
九四番 稲葉 隆



一斑

散歩道とどんどん抜かれ老い感じ  
二五番 中沢 文雄

古希になり今から何を学ぼうか  
四四番 佐久間 貞吉

いつまでも笑っていたい我が人生  
五八番 八下田 恵子

シルバーも学生になり若返り  
六二番 伊澤 淳

いつの間にスキーも子には置いてかれ  
六九番 川口 美佐子

あれそれで理かいできる仲間たち

ウォーキングゴクオンで貰う水うまい  
七九番 西川 博和

取れすぎた芋料理に苦ふうする

シルバーの友の笑顔は常備薬  
一〇五番 須永 敏子

人生の答えはいつも無限大

二班

入学のきっかけくれた自治会長  
十九番 杉浦 利彦

円安だ喜色満面外国人  
四三番 熊倉 正巳

三班

繰り返す会話に頷き肩凝り治る  
三八番 大出 洋子

失業し食事切り詰め税金払う

老化防止パソコンマウス進まない  
八三番 前沢 治夫

シルバーのパソコンマウス片手うち

思い出に始めた断捨離また後日  
八六番 室橋 正枝

四班

シルバー大知れば知るほどいいところ  
五番 怡土 青磁

おかえりと真珠の門でいわれたい

年の暮れ笑顔あふれる「ありがと」  
五四番 島田 基治

焚火の炎心癒され過ぎる時

まご抱っこ早く歩いてもう無理だ  
六三番 出井 加代子

西の空勤め終わりと日が沈む  
七七番 鈴木 恭子

歳かさねもらう薬の多さかな

秋入学シルバーばかりの新入生  
一〇七番 三井 金次

ライングループ顔と名前が一致せず

五班

七十年自由になりし病待つ  
十四番 斎藤 信明

七十歳やりたい事はなんだっけ

三国志今もむかしもいくさあり  
十六番 塩澤 良則

水滸伝悪人いまだなくならず

脂肪減る多くのサプリ成果なし  
二六番 生井 恵子

ダイエットしても着ぶくれ切れないな  
六四番 今泉 都美子

八七番 渡邊 裕子  
楽しいな還暦過ぎの部活動

六班

十三番 小山 豊  
一年生遅刻するなど馬鹿にされ

オレオレか家族無視する黒電話

三二番 渡辺 幸一  
衣替え明日ヤルヤルと季節過ぎ

一〇二番 出井 信子  
ふゆのあささむきこらえてさあしこと

おちばかなみんなであるくハイキング

七班

六番 大塚 町子  
訃報欄お名前よりも歳を見る

四二番 熊倉 節子  
芋のつる秋の風鈴なびくなり

七〇番 川島 朗  
もう駄目だ言い続けて二〇年

シル大生余暇も街もピッカピカ

八班

二二番 鈴木 義明  
またオービークースが狭いと嘆きぬく

四七番 渡辺 一利  
花札の札がいつぱい遊水地

八四番 増山 桂子  
雨降りて迎えに来てと孫LINE

一〇一番 板垣 篤  
渡り鴨沼の水辺にカモンカモ

九班

二八番 前田 宏  
だれない年を重ねたクラス会

一人旅たまにはゆつくり骨休み

四一番 乙供 繁信  
白髪染め若作りしてクリニック

五七番 元島 俊彦  
半袖やいつまで残る衣替え

六六番 江口 浩  
歌音痴オカリナ吹いて出直した

七六番 権守 明美  
雨耐えて見上げてみれば虹笑う

還暦や遠いはずだとみる鏡

十班

十一番 小島 正  
どうすんべえ百年時代金不足

十五番 坂本美知子  
「おねえさん」呼ばれて返事「私かな？」

三五番 狐塚 静江  
政治家のゴシップ羨む我が亭主

五六番 藤井 愛子  
徹夜して出来た川柳この一句

五九番 高木 康弘  
補聴器に頼りすぎての不安あり

七二番 熊倉 典子  
幼子の昼寝に寄り添う高いびき

一〇八番 都丸 久美子  
入部して初夢華麗なパソドブレ

短歌の部

一班

十二番 小林 サト子  
初霜に凍えて光る大根葉  
良く育つたと身の足元

三六番 館野 由紀子  
月満ちていざなわれし和子の声  
歩む道のり照らされるらむ

ここだよと手を振る友をみつければ  
今日も始まる学びの時間

五八番 八下田 恵子  
手を振って送ってくれる孫の顔  
ばあばの心は寂しさいっぱい

二班

十九番 杉浦 利彦  
人生の最後に咲かず青春の花  
努力の結果は君の手の中

イシバさん夢をかなえてみたものの  
内治・外交の夢は最悪

三班

一〇番 葛生 正道  
思うほどやってみると難しい  
人付き合いと師走とパソコン

八六番 室橋 正枝  
店先のオレンジかぼちゃと入れ替わり  
赤と緑のツリー輝く

四班

二四番 棚橋 幸子  
秋深し人生老いてチャレンジ  
入学せり大学校へ

五班

六四番 今泉 都美子  
あま柿の枯葉も落ちて鳥たちも  
食べ頃わかる皮と種残す  
五五番 寺内 利夫  
楽しみなシルバー大学新しき  
仲間作りて心が躍る

六班

三番 赤間 シズ子  
今年も又新米届くこれ正に  
何よりわかる父は元氣と

八九番 細田 澄恵  
廃線のふる里の駅にハマナスの  
紅い実濡れてる八月の雨に

九六番 篠原 稔  
シルバーの健康維持の麻雀を  
仲間と囲み笑い溢る

七班

三一番 吉田 東美雄  
秋空に映えし錦や山車模様  
稚児に惹かれて暫し佇む

断捨離を競いし妻の三回忌  
孤独嚙み締め額すく墓前

九〇番 青山 宏子  
汗かいて追肥土寄せ空仰ぐ  
今年も咲いた里いもの花

一〇三番 河田 重春  
憑き纏う妄執かなや耳底に  
集く蝉声時知らずして

八班

七番 柏崎 光子  
毎朝の窓からもみじ赤赤と  
色染め変えて運ぶ冬かな

二二番 鈴木 義明  
ジム帰り車窓より見る秋バラの  
あざやかな色にこころ癒され

八四番 増山 桂子  
落ち葉散り大沼歩き思うこと  
今年も終わりまた歳をとる

九一番 阿部 優子  
亡き母の老いの淋しさ気づかざる  
若さの驕り今にして知る

旅にきて何故にはずまぬ心かと  
問う声を聞く秋風の中

九班

一〇四番 河田 ゆり子  
曼殊沙華ポキポキ折りて首飾り  
作ってくれし姉やいずこに

十班

九四番 稲葉 隆  
古希過ぎて年賀状出し決別し  
心にゆとり年越し楽し



理事			監事		会計		総務			副会長				会長
部長	委員	班長	45	44	45	44	45	44	44	45	45	44	44	44
二八名	二名	二一名	渡辺 一利	土屋 孝子	大塚 昌彦	澤田 憲二	塩澤 良則	小杉 洋子	池澤 輝夫	三井 金次	杉浦 利彦	福田 全子	荒川 智	赤羽根則男

2 自治会役員

事務	教務		教務部長
小野口 裕子	橋本 衛	小松崎 聖菜	荒井 勝浩

1 学校職員

45期生										44期生										学年	
E		D		C		B		A		ふるさとふれあい		福祉		健康づくり			スポーツレクリエーション		学科グループ		
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	班
●大塚 昌彦	乙供 繁信	●渡辺 一利	川島 朗	渡辺 幸一	●塩澤 良則	三井 金次	●片野 盛充	●杉浦 利彦	西川 博和	石塚 恵子	●池澤 輝夫	澤田 憲二	小杉 洋子	●岡部トシ子	江崎ひろみ	●福田 全子	土屋 孝子	鈴木美代子	荒川 智	●赤羽根則男	班 長
稲葉 隆	片岡紀美子	栗原 久雄	下原 陽子	細田 澄恵	斎藤 信明	金子 光伸	真瀬 悦子	島田 利江	川口美佐子	望月 次夫	舛田 昌昭	谷本 淳一	手塚眞由美	櫻井 清	坂井 茂夫	尾島 照美	増茂とよ子	大塚 京子	五月女敏子	別井 典子	副班 長

3 正副班長 ●チーフ班長

卓球	社交ダンス	絵画	書道	囲碁将棋	パソコン	クラブ名
高瀬 茂夫	橋本 圭司	中島 好江	杉江 透	古川 敏夫	大出 佳正	部 長
橋本 房江	澤田 憲二	谷本 淳一	加賀谷貴子	石塚 恵子	土田 弘子	副 部 長

5 クラブ部長・副部长

社会奉仕委員会	会誌会報編集委員会	委員会名
柴崎 和子	飯村 勝昭	委員 長
室橋 正枝	鈴木 正明	副委員 長

4 委員会・正副委員長

太極拳	絵手紙	民話語り部	ウォーキング	フラダンス	コーラス	ターゲットゴルフ	俳句	ゴルフ	カラオケ	写真	クラブ名	
小泉 英子	柴崎 和子	二宮 幸子	飯村 勝昭	大塚 京子	手塚眞由美	澤田 憲二	大塚美智代	増田 芳久	福田 全子	堀田 秀男	部 長	
真仁田増夫	小野 昌子	藤本 洋子	早乙女紋子	鈴木 正明	斎藤 信明	谷本 淳一	石塚 恵子	松井喜久江	小野 昌子	鈴木 義明	福田 茂	副部 長

陶芸	きりえ	蕎麦打ち	マー健康 ージャン	竹画	山を歩こう	盆ダンス	ハーギター ーモニー	アフリカ ダンス& レツツ ダンス	ソフトボ ール	ハーモニ カ	クラブ名						
松井喜 久枝	山中 信明	谷本 淳一	齊藤 武彦	酒井 英子	荒川 智	早乙女 紋子	池澤 輝夫	久我 均	赤羽根 則男	江崎ひ ろみ	部長						
青柳 均	和久井 光晴	増山 敏子	小林サ ト子	木村 広雄	杉江 透	山中 信明	蓼沼 京子	石原 清美	五月女 敏子	江崎ひ ろみ	荒川 智	関口 孝	木村 広雄	澤田 憲二	篠原 稔	折原 和美	副部長

45期生											44期生							学年			
E		D		C		B		A		ふるさと ふれあい		福祉		健康 づくり			スポーツ レクリエーション		学科		
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	班
小島 正	元島 俊彦	阿部 優子	大塚 町子	篠原 稔	今泉都 美子	鈴木 恭子	猪俣 定一	長谷川 修	佐久間 貞吉	松井喜 久江	山中 信明	八鍬 秋雄	鈴木 正明	飯村 勝昭	船橋 康男	堀田 秀男	小林 初枝	齊藤 武彦	加賀谷 貴子	齊藤 光子	委員

6 会誌会報編集委員

44期生											学年											
ふるさと ふれあい				福祉				健康 づくり			スポーツ レクリエーション		学科									
11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1												
久我 均	関口 幸雄	中島 好江	和久井 光晴	内田 昭男	野中 史雄	関口 孝	大塚美 智代	高瀬 茂夫	武井 悦子	佐々木 吟子	熊倉千 代子	野中 雅子	小野 昌子	大出 佳正	村上 實	斎藤 高明	村井 恵子	柴崎 和子	増田 芳久	渡辺 弘	橋本 圭司	委員

7 社会奉仕委員

45期生											学年									
E		D		C		B		A		学科										
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1											
藤井 愛子	坂本美 知子	和賀井 藤子	鈴木 昭男	山内 和枝	鈴木 義明	小泉 紀男	森戸 幸子	藤沼紀 伊子	小山 豊	渡邊 裕子	寺内 利夫	出井加 代子	篠原 延元	室橋 正枝	葛生 正道	熊倉 正己	大塚 克子	館野由 紀子	青柳 均	委員

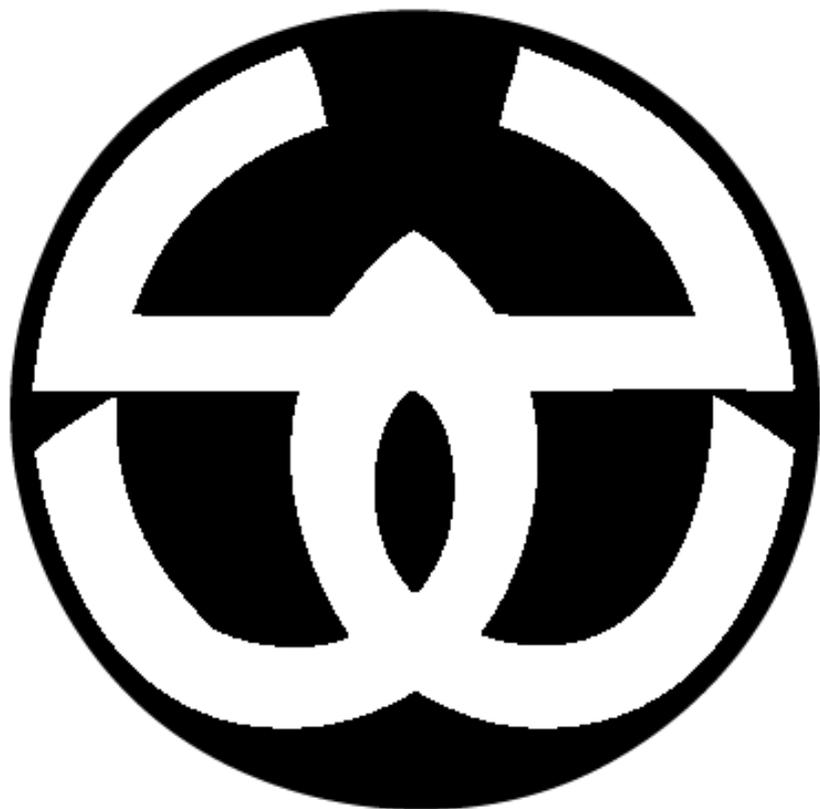
44期生名簿

班	学籍番号	氏名	住所(市町)	班	学籍番号	氏名	住所(市町)	班	学籍番号	氏名	住所(市町)
スポーツレクリエーション											
一班 (10名)	3	アカハネ 赤羽根 則男	栃木市	二班 (9名)	4	アラカワ 荒川 智	栃木市				
	15	ハシモト 橋本 圭司	栃木市		7	カガヤ 加賀谷 貴子	栃木市				
	19	ベツイ 別井 典子	栃木市		23	マスタ 増田 芳久	栃木市				
	28	ワタナベ 渡辺 弘	栃木市		30	シバザキ 柴崎 和子	栃木市				
	52	オオタケ 大竹 登茂代	佐野市		56	ツツミ 堤 康満	佐野市				
	66	サイノウ 齋藤 光子	小山市		59	イシカワ 石川 マツエ	小山市				
	72	タカサキ 高崎 千恵子	小山市		71	ソウトメ 五月女 敏子	小山市				
	79	ハシモト 橋本 房江	小山市		73	ツチダ 土田 弘子	小山市				
	81	フクダ 福田 茂	小山市		82	フジモト 藤本 洋子	小山市				
92	オオシマ 大嶋 重子	壬生町									
健康づくり											
三班 (9名)	9	クマクラ 熊倉 陽子	栃木市	四班 (9名)	2	ツチヤ 土屋 孝子	足利市	五班 (8名)	6	オノ 小野 昌子	栃木市
	18	フルカワ 古川 敏夫	栃木市		10	コバヤシ 小林 初枝	栃木市		14	ノナカ 野中 雅子	栃木市
	24	ムライ 村井 恵子	栃木市		20	マシモト 増茂 とよ子	栃木市		16	フクダ 福田 全子	栃木市
	32	ソウトメ 早乙女 紋子	栃木市		26	ムラカミ 村上 實	栃木市		36	ミウラ 三浦 孝子	栃木市
	40	オオツカ 大塚 京子	栃木市		38	クズウ 葛生 秀子	栃木市		39	ホッタ 堀田 秀男	栃木市
	57	テラウチ 寺内 慶子	佐野市		44	オオモリ 大森 とし子	栃木市		49	アベ 阿部 茂	佐野市
	65	サイノウ 齋藤 武彦	小山市		61	オオデ 大出 佳正	小山市		55	オドコロ 田所 光枝	佐野市
	70	スズキ 鈴木 美代子	小山市		64	コイズミ 小泉 栄子	小山市		63	オジマ 尾島 照美	小山市
	98	サイノウ 齋藤 高明	野木町		97	オリハラ 折原 和美	野木町				
福祉											
六班 (8名)	1	エザキ 江崎 ひろみ	足利市	七班 (8名)	5	イガラシ 五十嵐 加代子	栃木市	八班 (7名)	13	タナメ 田名網 佳代子	栃木市
	8	クマクラ 熊倉 千代子	栃木市		33	タケイ 武井 悦子	栃木市		45	ニミヤ 二宮 幸子	栃木市
	17	フナバシ 船橋 康男	栃木市		43	タカセ 高瀬 茂夫	栃木市		58	コスギ 小杉 洋子	鹿沼市
	21	マンヤマ 増山 敏子	栃木市		46	オカベ 岡部 トシ子	栃木市		60	オオツカ 大塚 美智代	小山市
	42	ササキ 佐々木 吟子	栃木市		53	サクライ 櫻井 清	佐野市		69	スズキ 鈴木 正明	小山市
	68	サカイ 坂井 茂夫	小山市		67	サカイ 酒井 英子	小山市		74	テツカ 手塚 眞由美	小山市
	83	マルヤマ 丸山 悦子	小山市		93	キミジマ 君嶋 裕子	壬生町		95	セキグチ 関口 孝	壬生町
	86	ヤマシロ 山城 光雄	真岡市		96	イイムラ 飯村 勝昭	野木町				
ふるさとふれあい											
九班 (8名)	11	コマツ 小松 清	栃木市	十班 (8名)	22	マスタ 舛田 昌昭	栃木市	十一班 (8名)	12	セキグチ 関口 幸雄	栃木市
	25	ムライ 村井 則彦	栃木市		27	ヤマナカ 山中 信明	栃木市		29	イダ 飯田 昌男	栃木市
	34	タニモト 谷本 淳一	栃木市		37	ワケイ 和久井 光晴	栃木市		41	クガ 久我 均	栃木市
	47	サワダ 澤田 憲二	栃木市		48	ナカジマ 中島 好江	栃木市		51	インヅカ 石塚 恵子	佐野市
	62	オカ 岡 永子	小山市		50	イケザワ 池澤 輝夫	佐野市		77	ヌマベ 沼部 嘉雄	小山市
	78	ノナカ 野中 史雄	小山市		75	ナカムラ 中村 由美子	小山市		84	モチツキ 望月 次夫	小山市
	85	ヤクワ 八畷 秋雄	小山市		80	フクダ 福田 和美	小山市		89	イチムラ 市村 政行	下野市
	91	ウチダ 内田 昭男	壬生町		87	スキエ 杉江 透	下野市		99	マツイ 松井 喜久江	野木町

45期生名簿

班	学籍番号	氏名	住所(市町)	班	学籍番号	氏名	住所(市町)	班	学籍番号	氏名	住所(市町)
Aグループ				Cグループ				Eグループ			
一班(11名)	2	アオヤギ トシ 青柳 均	栃木市	五班(11名)	1	クボトシエ 久保 紀江	足利市	九班(11名)	8	カタオカ キミコ 片岡 紀美子	栃木市
	12	コバヤシ サトコ 小林 サト子	栃木市		14	サイウ ノブアキ 斎藤 信明	栃木市		20	スズキ アキオ 鈴木 昭男	栃木市
	25	ナカザワ フミオ 中沢 文雄	栃木市		16	シオザワ ミシノリ 塩澤 良則	栃木市		28	マエダ ヒロシ 前田 宏	栃木市
	36	タテノ ユキコ 舘野 由紀子	栃木市		26	ナマイ ケイコ 生井 恵子	栃木市		37	ワガイ フジコ 和賀井 藤子	栃木市
	44	サクマ サダヨシ 佐久間 貞吉	栃木市		45	タカハシ トミコ 高橋 登美子	栃木市		41	オットモ シゲノブ 乙供 繁信	栃木市
	58	ヤマガタ ケイコ 八下田 恵子	佐野市		50	クドウ マサオ 工藤 将雄	栃木市		57	モトジマ トシヒコ 元島 俊彦	佐野市
	62	イザワ ジュン 伊澤 淳	小山市		55	テラウチ トシオ 寺内 利夫	佐野市		61	アサノ ヤスエ 浅野 やす江	小山市
	69	カワグチ ミサコ 川口 美佐子	小山市		64	イマイズミ トミコ 今泉 都美子	小山市		66	エグチ ヒロシ 江口 浩	小山市
	79	ニシカワ ヒロカズ 西川 博和	小山市		85	マニタ マスオ 真田 増夫	小山市		76	モトモリ アケミ 権守 明美	小山市
	95	コバヤシ エミコ 小林 恵美子	下野市		87	ワタナベ ユウコ 渡邊 裕子	小山市		92	イシイ ミどり 石井 みどり	下野市
105	スナガ トシコ 須永 敏子	壬生町	100	ノジリ ユウコ 野尻 祐子	下野市	104	カワタ ユリコ 河田 ゆり子	壬生町			
二班(9名)	18	シマダ トシエ 島田 利江	栃木市	六班(10名)	3	アカマ シズコ 赤間 シズ子	栃木市	十班(10名)	11	コジマ タダシ 小島 正	栃木市
	19	スギウラ トシヒコ 杉浦 利彦	栃木市		13	コヤマ ユタカ 小山 豊	栃木市		15	サカモト ミチコ 坂本 美知子	栃木市
	34	オオツカ カンコ 大塚 克子	栃木市		27	フジヌマ キヨ 藤沼 紀伊子	栃木市		35	キツネツカ シズエ 狐塚 静江	栃木市
	43	クマクラ マサミ 熊倉 正己	栃木市		32	ワタナベ コウイチ 渡辺 幸一	栃木市		49	キムラ ヒロシ 木村 広雄	栃木市
	60	オオグリ ノリコ 大栗 典子	鹿沼市		48	イトウ サチコ 伊藤 幸子	栃木市		56	フジイ アイコ 藤井 愛子	佐野市
	75	コセキ ヤスオ 小関 保男	小山市		52	カサハラ シゲル 笠原 繁	佐野市		59	タカギ ヤスヒロ 高木 康弘	鹿沼市
	81	ハセガワ オサム 長谷川 修	小山市		65	ウエムラ ヨシコ 上村 芳子	小山市		67	オオツカ マサコ 大塚 昌彦	小山市
	82	ハラ ミチコ 原 道子	小山市		89	ホノダ スミエ 細田 澄恵	小山市		72	クマクラ ノリコ 熊倉 典子	小山市
	98	タイラ セイコ 平 清子	下野市		96	シノハラ ミノル 篠原 稔	下野市		94	イナバ タカシ 稲葉 隆	下野市
			102	イデイ ノブコ 出井 信子	壬生町	108	トマル クミコ 都丸 久美子	野木町			
Bグループ				Dグループ							
三班(9名)	9	カタノ モリミツ 片野 盛充	栃木市	七班(11名)	6	オオツカ マチコ 大塚 町子	栃木市				
	10	クズウ マサミチ 葛生 正道	栃木市		29	モリト サチコ 森戸 幸子	栃木市				
	38	オオイデ ヨウコ 大出 洋子	栃木市		31	ヨシダ トミオ 吉田 東美雄	栃木市				
	39	イノマタ サダイチ 猪俣 定一	栃木市		33	アシザワ キヨヒサ 芦澤 清久	栃木市				
	53	ケツカ ツギ子 毛塚 つぎ子	佐野市		42	クマクラ セツコ 熊倉 節子	栃木市				
	83	マエザワ ハルオ 前沢 治夫	小山市		70	カワシマ アキラ 川島 朗	小山市				
	86	ムロハシ マサエ 室橋 正枝	小山市		74	コイズミ ノリコ 小泉 紀男	小山市				
	93	イシハラ キヨミ 石原 清美	下野市		80	ニツタ ヨシコ 新田 善子	小山市				
	106	マセ エツコ 真瀬 悦子	野木町		90	アオヤマ ヒロコ 青山 宏子	真岡市				
			97	シモハラ ヨウコ 下原 陽子	下野市						
			103	カワタ シゲハル 河田 重春	壬生町						
四班(11名)	5	イト セイジ 怡土 青磁	栃木市	八班(10名)	7	カンフザキ ミツコ 柏崎 光子	栃木市				
	17	シノハラ ノブモト 篠原 延元	栃木市		21	スズキ ヨシアキ 鈴木 義明	栃木市				
	24	タナハン サチコ 棚橋 幸子	栃木市		30	ヤマノウチ カズエ 山内 和枝	栃木市				
	40	オオカワ ケイコ 大川 恵子	栃木市		46	トミタ マサシ 富田 昌敏	栃木市				
	54	シマダ モトシ 島田 基治	佐野市		47	ワタナベ カズシ 渡辺 一利	栃木市				
	63	イデイ カヨ 出井 加代子	小山市		51	オバタ ユリコ 尾花 百合子	佐野市				
	68	カネコ ミツノブ 金子 光伸	小山市		73	クリハラ ヒサオ 栗原 久雄	小山市				
	77	スズキ キョウコ 鈴木 恭子	小山市		84	マシヤマ ケイコ 増山 桂子	小山市				
	78	トロ ジュンジ 所 純二	小山市		91	アベ ユウコ 阿部 優子	下野市				
	99	タテヌマ キョウコ 蓼沼 京子	下野市		101	イタガキ アツシ 板垣 篤	下野市				
	107	ミツイ キンジ 三井 金次	野木町								

45期生総勢103名



## 編集後記



令和七年も二月に入り、間もなく春が到来します。ここに皆様のご協力を得て、会報『ねんりんみなみ 第四二号』を発刊することができました。

本号の発刊にあたり、荒井教務部長、赤羽根字生自治会会長、福田副会長、柴崎社会奉仕委員長、四五期チーフ班長、及び各クラブ部長の皆様、お忙しい中、原稿をお寄せ頂き誠に有難うございました。そして在校生の皆様には、文芸作品(俳句・川柳・短歌)を寄稿して頂き、会報『ねんりん』が無事に編集・発刊できましたことに、心より厚く感謝申し上げます。

本号の「クラブ活動紹介」では、各部長により、クラブの魅力やモットー、活動内容等が幅広く紹介されています。特に四五期生におかれましては、クラブ入部選択の参考にして頂ければ幸いです。また「学生文芸紹介」には、各在校生の豊富な人生経験に基づく感性とユーモアに溢れた素晴らしい作品が並んでいますので、併せてご鑑賞頂ければと思います。

最後に、シルバー大学校設立の趣旨は、自らの生きがいづくりと地域社会への貢献を目的として学習することにあります。本号に掲載した様々な寄稿文や紹介文、文芸作品等を通して、数多くの仲間や社会との輪を広げる一助となることを、会報編集委員一同、心より願っています。

会報編集リーダー 船橋 康男