



第12号

滋賀県

レイカディア大学

米原校 サポート隊通信



2018年(平成30年)4月15日

元気なシニアの皆さん集まれ「レイカディア大学」に!

レイカディア大学は、高齢化社会を迎え元気なシニアが地域の担い手として活躍できるように40年前に設立され、米原校と草津校の二つの学び舎があり、卒業生は実に5,900人になります。

米原校には、園芸学科、北近江文化学科と健康づくり学科の3つの学科があります。

2年間、地域の担い手としての知識や技術を学び、新しい多士済々の多くの仲間を作りながら学ぶことができ、楽しく充実した学校生活が送れます。

卒業後も培った多くの仲間と一緒に、地域ボランティア活動や健康寿命を延ばす健康づくり活動なども待っています。

元気なシニアの皆さん、自分づくりの旅、仲間づくりの旅、そして地域貢献の旅、自分を磨く新たな旅のスタートをレイカディア大学で始めてみませんか。



ニュースポーツ大会 キンボールを楽しむ

『仲間・学び・発見いっぱい!』 ~新入生の声~

40期 園芸学科

寺嶋 作雄

園芸学科で学んでいます。

40期生28名は、野菜・果樹・樹木・剪定・盆栽と幅広く園芸に関する基礎を座学からスタートし、待望の課外実習がいよいよ、びわこ地球市民の森から始まっています。

これからの技能の習得と、共に学ぶ新たな仲間との学生生活を大いに楽しみにしています。

40期 北近江文化学科

田中 幸男

毎回「目からウロコ」です



番場宮北条仲時縁の「蓮華寺」にて

毎回「目からウロコ」の楽しい学生生活を送っています。宿場を訪ね、なんて近江には、神社、仏閣が多いのか。



実習後きれいになった「びわこ地球市民の森」で

芭蕉等の句碑が人目に付かない処に在り、新しい発見に心ウキウキしています。昨秋、柏原宿を訪ね、京極家の菩提寺に在る歴代の墓等へ、「古きを訪ね、新しきを知る」毎日が歴史文化との出会いです。

学生は17名で、ボランティア活動等新しい課題にチャレンジする事で、増々絆が強くなっています。



身体をいっぱい伸ばして健康づくり

そして、ここには様々な出会いがあり、この出会いこそ自分の後半の人生にかけがえない豊かさをもたらしてくれます。

そうです、今こそ一歩を踏み出す時です。

40期 健康づくり学科

田中 紘

今、一歩を踏み出そう!

レイカディア大学の最大の特徴は過去の自分をリセットして、また新しい人生を始められることです。年齢も学歴も性別も、経験やつながり、しがらみとも決別して後半の人生をスタートでき、素晴らしい生き甲斐を発見できる最高の場所です。

在学生の課題学習への取組を紹介

39 期園芸学科

課題学習を通して……

私たち「せせらぎ三九良会」のメンバーはここ数年十分な管理が行き届いていない町内の官地、施設の二ヶ所を課題学習の実践テーマ場所として位置づけました。



Before



After



Before



After

『桜並木路の整備』と『グループハウスの庭木の剪定』の二ヶ所で、いずれもこのまま放置しておくことができない場所であると認識し、メンバー総意の基、課題学習として取り組むことに致しました。

ビフォーからアフターへ景観が変われば変わるほど達成感は大きく、また、選択講座の剪定実習で培



大きな松の木の剪定

ったノウハウを生きた教材で実践できる機会でもあります。

これらの取組は一過性のものではなく、レイカディア大を卒業してからもこれらのボランティア活動の取組を通じて、

未永く校友関係を維持していけるものと確信しています。

現役をリタイアした後、共通の目的をもったレイカディア大学での新たな出会いは、課題学習での地域貢献とともに認知症予防と新たな仲間づくりの機会であると考えます。

39 期北近江文化学科

御代参街道を往く ～信仰の道・商人の道

「お伊勢参らばお多賀へ参れ、お伊勢お多賀の子でござる」

この言葉を実践したのが、徳川3代将軍家光の乳母で大奥の礎を築いた春日局でした。春日局は家光の病氣平癒祈願のため伊勢神宮から多賀大社へ参拝しました。

この時春日局が通った道が御代参街道で、東海道土山宿から日野、八日市を経て中山道愛知川宿に出て、高宮宿より多賀大社に詣でました。



河辺いきもの森の道標を囲んで



日野伊勢道

我々北近江文化学科39期生は7月の大学祭の発表に向けて、毎月1回この道を歩いて道標を調べたり、建部神社・太郎坊宮・綿向神社・田村神社等に参拝しながら信仰の道、そして数多くの近江商人達が歩いた道を巡っています。

最終多賀大社に参拝後の打上げの飲み会や泊り掛けのお伊勢参りなど楽しい企画も盛りだくさんで、充実したレイカディア大学生活を満喫しています。

在学生の課題学習への取組を紹介

39期健康づくり学科

高齢者の健康づくりを学び、体験、実践を通じて、「笑顔でつなげよう心と心」「健康長寿の秘訣」をテーマで課題学習に取り組んでいます。

「笑顔でつなげよう心と心」：昨年、施設訪問の地域活動をより深めるために、施設利用の皆さんが参加できるような童話・愛唱歌や簡単な手品等の演芸の修得に努めています。

「健康長寿の秘訣」：効果があるといわれている



課題学習の発表

「歩き」について、日常生活の中で、無理をしないで運動を続けることです。継続こそが長生きの秘訣でもあ

ります。

手軽にできる「ウォーキング」(JR沿線「滋賀を歩こう」)や「グラウンドゴルフ」(東びわこ沿岸周遊)を仲間と一緒に楽しみながら心とからだの健康を目指しています。

～健康長寿をめざして～



ウォーキング(彦根城周辺)

そのほか、学習を通じて、地域回想法の拠点施設(北名古屋市)見学及び回想法終了者(いきいき隊)との交流を行いました。

回想法は、高齢者自身の主体的な力を引き出す地域支援活動の一つとして、位置づけされています。



回想法「生き生き隊」との交流

学外でも楽しんでいきます！

米原校ゴルフ愛好会

レイカディア大学米原校ゴルフ愛好会は、米原校の卒業生、在校生のゴルフ愛好家が集まり年4回ゴルフを通じて親睦を深めている会です。

本会は平成17年に米原校の有志が集まりゴルフ愛好会「レイカディア米原会」を立ち上げました。シニアの特色をいかして、平日にプレー費が安く食事も美味しいゴルフ場を選んでゴルフを楽しんでいます。



第53回レイカディア米原ゴルフコンペ

現在会員数は94名で毎回コンペには50名程度が参加しています。毎年3月、6月、9月、11月に近隣のゴルフ場でコンペを開催しています。



梅の花咲く中で



ベアーズパウCCにて

春はうぐいすの声を聞き、夏は緑の芝生の上で、秋は紅葉を眺めながら好プレー珍プレーの続出で和気あいあいとゴルフを楽しんでいます。

今年は3月に第53回コンペをベアーズパウで開催しました。早春の梅の花が満開のもと愛好会38名が集い一日ゴルフを満喫しました。卒業生、在校生を交えて今後益々この会を発展させていきたいと思っています。

地域で活躍する卒業生

みなよし会

今年も充実の日々を・・・!

私達 37 期北近江文化学科生は、卒業後“みなよし会”と名を改め、ユニークな活動を展開しています。

特徴の一つ目は、ボランティア推進の地域貢献部会、郷土の歴史と文化を研究する学習部会、相互交流と健康促進のコミュニケーション部会が分担する連



里坊の坂本探訪

携プレーです。

二つ目は、37 期健康づくりさんとのコラボ運営です。互いを尊重し、活動の輪を広げ、双方の持ち味を融合し、弱点を補い合う相乗効果の取組です。

初年度は、合同の卒業バス旅行を手始めに、14 回の例会イベントを行いました。思い出に残るのは、戦国武将や聖人を学ぶ近江歴史探訪、心身リフレッシュの荒神山ウォークや伊吹山ハイキング、春夏秋冬に集う飲み会、圧巻は期末の合同バス旅行でした。



ぎこちなく「男の料理教室」

東近江市内高齢者サロン
での合同慰問交流会

第二期も『仲よく・元気よく・楽しく』を念頭に、興味津々のイベント群にトライします。学年・学科・地域を超えて、今年も充実の日々が送れます様に・・・!

学生の学びを支えるサポート隊

広報情報部会

Power Point 講習会

広報・情報部会では、2月9日、Power Point の講習会が開催されました。Power Point は発表教材のまとめに大変便利なツールです。(授業・発表に多く活用できます。)

講習会には 40 数名の参加者があり、サポート隊・山本さん(37 期 北近江文化学科)を講師として始めました。教室には 50 台程度のマイパソコンが並び、熱の入ったスタートでした。



講習会参加者

例年より参加者が倍ほどあり、サポート隊だけで指導出来るか心配でしたが皆さんのレベルがたかく、



講習会の様子

サポート隊も一安心でした。

ほとんどの方が Word Excel の経験者で、Power Point の基礎編から応用編まで山本講師の詳細資料で裏わざも多く教えて頂き、有意義な講習会が終了しました。

今後、授業や発表資料・地域活動にも活用して頂けると幸いです

《編集後記》

今号は、昨年 10 月に入学した 40 期生及び 2 年目の 39 期生の学びの様子や仲間とともに地域活動に取り組む卒業生の姿などを紹介させていただきました。

シニア世代の皆さん、レイカディア大学で共に高め合いましょう。

滋賀県レイカディア大学米原校

サポート隊通信

2018 年(平成 30 年) 4 月 15 日 第 12 号

発行: 滋賀県レイカディア大学米原校サポート隊(広報・情報部会)

- 米原市下多良 2-137(県立文化産業交流会館)
滋賀県レイカディア大学米原校内
- 電話: 0749-52-5110
- HP: <http://lacamaibara.com>