



レイカディア大学同窓会 草津・栗東支部だより

令和2年10月 No2-4号

総務広報部会 発行

同窓会ホームページを閲覧ください。URL : <https://lacadosokai.com/>

レイカディア大学同窓会

検索

支部理事会報告 (8/24)

1. コロナ禍での支部活動の今期方針について6/22の理事会で確認しているが、見直しの意味で再確認を行った。
41期生の新会員歓迎説明会は3月30日とする。支部理事会の開催と「支部だより」の発行はこれまで通り続ける。文化研修部会は12月予定の歴史探訪「大津より小関越え」のみ実施する。健康スポレク部会と地域活動部会については6/22の理事会での確認通りとする。
2. 支部だよりを充実するため投稿記事の募集に努める。新会員には入会年度に出来るだけ全員に投稿いただけるよう尽力する。(藪支部長)

本部理事会報告 (10/2)

1. 42期生の地域活動体験学習ガイダンスでボランティア活動先の相談会に同窓会として初めて参加した。今回の経験を活かし更によりよい相談会を目指す。
2. 11月18日予定の講演会「高齢期を楽しく過ごすために～私の整理帳」はレイ大草津校大教室で密にならないよう配慮し実施する。9月24日米原校で開催の同必修講座は好評であった。
3. 会報「つながり」37冬号は12月14日開催の常任理事会で各支部に配布できるよう完成させる。
4. 同窓会のHPは9月末に旧アドレスから新アドレス <https://lacadosokai.com/> に更新しました。(藪支部長)

「地域活動体験学習ガイダンス」に同窓会も協力 (9/18)

42期生への地域活動体験学習ガイダンスが9月18日に大教室で開催されました。事務局からの説明と先輩の41期クラス代表による体験学習の発表があり、42期生の皆さんは興味深く聞き入っていました。その後、同窓会各支部ごとにスペースを設けられた2階研修室において、各支部で「先輩が活動しているボランティア」を紹介しました。

草津・栗東支部は「ボランティア活動資料(15件紹介)」を基に藪支部長はじめ7名が対応しました。42期生の草津・栗東在住者は35名で、多くの学生が来場し、興味のあるボランティア活動に熱心に質問していました。「コロナ対策で休校となり、どうしたらいいの不安でした。先輩の意見が聞けて良かったで

す。」と感謝の声もいただき、42期生とレイ大同窓会の熱気に包まれた1時間となりました。

説明会の後、コロナ対策の一環で研修室内は全員で除菌清掃を実施し解散しました。(取材/森下)



42期生に活動紹介

投稿 「レイカディアえにしの会」入会へのお誘い 矢倉②学区 黒川 かず江

私はレイ大35期健康づくり学科を卒業後、同窓会草津・栗東支部とサポート隊にも加入し3年間活動を続けてきました。そうした中、サポート隊の3年間の活動を終えると、レイ大との関わりが途切れることを懸念していました。そんな時に「レイカディアえにしの会」の設立の話があり、設立時の発起人の一人として参加しました。

2016年8月に発足後、2018年10月には特定非営利活動法人として再スタートしました。2019年には縁(えにし)創造実践センターからの助成金がなくなるのを機に、定期総会において年会費2000円を徴収することを決定しました。会員は当初107名でしたが、現在74名で活動しています。

活動内容は地域の他の団体や住民と連携を図り、居

場所づくりやつながりを広げる事業(要請のあったサロンや公民館で紙芝居や健康体操等)、子ども食堂時のイベント事業(折り紙、紙飛行機等)、環境整備に関する事業(芦浦観音寺の整備)、目的を達成するための事業(折り紙教室、フォークダンス講習会、手品講習会等)です。最近では、滋賀県社会福祉協議会からの依頼で募金箱の作成や、「子どもの笑顔はぐくみプロジェクト」の寄付物品の仕分け等の仕事が舞い込んできています。

レイカディア大学のホームページから「えにしの会」を閲覧していただき、ぜひ会員登録をお願いします。



投稿

歩行困難になって

矢倉②学区 太田 禮子 (37期 健康づくり)

地域サロンを立ち上げて今年で10年を迎えます。当初は自分自身の健康維持と増進のためもあり、地域の老人会に声掛けをしました。そして、当時の会長さんのつよい後押しもあり開設できて、今日まで継続してきました。



10年の間には色んなことがありました。このサロンは町内会以外の方にも声を掛けましたので、情報交換の場にもなり地域福祉に少しは役立っています。お仲間でご夫婦で参加され1年間1回も休むことがなかった方が、自分の町内でもサロンを開設され、「毎月の開催案内を宝にしています。」と云われたときはこの上ない喜びでした。

今年はコロナ禍で、中断していましたサロンの開催をどうしようか大変迷いました。自分自身が左足かかとの鈍痛をこの2、3年放置してきた結果、4月中頃よりいよいよ左足が悲鳴をあげ、歩行困難になってしまったのです。大台の誕生日をこんな状態で迎えることになりました。体をゆがめ老化が一度に襲い掛かってきました。色んな医者に掛かり身体的には問題がなくても歩けない現実だけが残り弱気になりました。悶々と生活するうちにお友達の紹介で整体に掛かることになって、凝りに凝った左足の鈍痛の根源をほぐしてもらっています。現在、痛めた足はまだ自分の思うように動きませんが、気長に付き合って杖なしでも

歩ける日を見据えて生活しています。人生どこに落とし穴があるか分かりません。たかが鈍痛されど鈍痛です。ので、皆様もお気を付けくださいませ。

ミックスいきいき百歳体操開催中!

令和2年(子年) 9月開催日のお知らせ

日・曜日	時間	内容	参加者	スタッフ	経費
1日(火)	10:00~11:00	百歳体操とお口の体操 専門栄養士による、食生活栄養教室 開催します。 栄養士: 山本紀美子先生			
8日(火)	10:00~11:00	百歳体操とお口の体操 おしゃべり、情報交換			
15日(火)	10:00~11:00	百歳体操とお口の体操 おしゃべり、情報交換			
22日(火)	10:00~11:00	百歳体操とお口の体操 おしゃべり、情報交換			

うだるような暑さの中間期しています。熱中症、コロナ対策 気を付けることはたくさんありますが、こぞって参加しましょう。

サロンの開催案内



サロンの様子

投稿

私の第2の人生

「栗東シルバー人材センター」

治田学区 吉田 進 (22期 園芸)

私の第2の人生について、今年の栗東シルバー人材センター総会で理事功労賞の受賞を機会に思いつくまま紹介します。私のシルバー人材センター入会は65歳(平成16年)、定年後の余暇利用に困るができるのが動機でした。



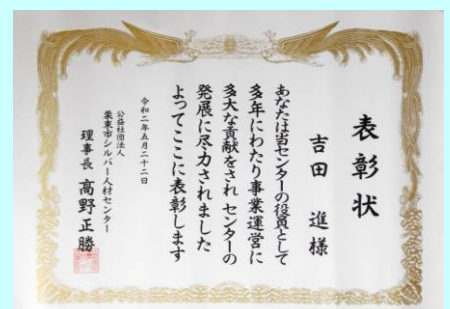
【働く】入会翌月から特別養護老人ホーム淡海荘の「夜間管理」で10年間、入院退職後は栗東歴史民俗博物館の「古民家管理」で現在に至っています。雇用形態はいずれも「請負」ですが、平成18年より適用の「派遣」が最近急増しています。

【遊ぶ】互助会で親睦旅行・Gゴルフに参加、クラブは趣味の「囲碁将棋」と「手原SL同好会」です。互助会の運営は役員が行いますが、入会2年目の平成18、19年度にその役員として、企画運営上の会計を担当し、そのときの苦楽には皆生温泉と山中温泉の1泊親睦旅行が思い出されます。互助会親睦旅行にはその後もほとんど参加して楽しみました。最近は親睦旅行がなく残念です。(平成24年の公益法人化で補助金カットが原因)

【奉仕】県内一斉の定期的清掃奉仕のほかSLの清掃作業などがあります。

【学び】各種の研修と部会活動です。事業運営としての役員は、平成22年度から2期の監事と平成26年度から3期の理事務め(広報担当)、業務遂行上多くを学び理事10年の勤続表彰は記念に残ります。また部会の委員として、平成20、21年度に地域の班長と企画運営部会委員、および平成21年から令和元年度まで広報部会委員があります。広報部会は年2回の市民向け「いきがい」と年4回の「センターニュース」を継続して発行し、注目は平成21年5月号からの「センターニュース」を従来のB4判からA3判への大改編があります。

こうした活動の中で多大のご支援やご協力を頂きましたことに対して関係者各位に謝辞を申し上げます。



投稿

レイ大卒業と現在

笠縫学区 原 光義 (37期 園芸A)

レイカディア大学を近所の方に熱心に勧めていただき園芸学科に入学しました。入学の動機はそれまでに実践していた自然農法を多くの人に知って欲しいことと樹木の剪定を学びたかったからです。また会社や地域関係のない友達作りも魅力でした。



私は農薬や化学肥料を使わない自然農法で、野洲川河川敷で配布される植物堆肥のみを使用して野菜を育てています。レイ大の課題学習も他の3人と共にオーガニックカルチャーと名付け実施しました。表題は『有機栽培(有機肥料・無農薬)に挑戦』です。その活動の中で、私は自然農法によるジャガイモ(アンデス)の生育を発表しました。植物堆肥については、国交省所管の野洲川出張所を訪問し、植物堆肥の加工方法と分析結果を詳しく教えていただきました。そして

自然農法に問題のない堆肥だと確信しました。

地域活動体験学習とその後のボランティア活動は、以前に環境ISOに関わったことと活動場所も近いため「草津塾」に入り活動しています。主な活動は笠縫東小学校と葉山川周辺での環境活動、葉山川エコフォスター(清掃活動 毎月第1日曜日実施)、琵琶湖岸パトロール(毎月第3土曜日実施)、葉山川の水質測定(年1回)、そして市民活動の皆さんとの交流などです。レイ大卒業生の4名と共に活動しています。

卒業後は37会として、月1度の地球市民の森でのボランティア活動、1月には新年会、春の花見、夏のバーベキュー、秋の一泊旅行を実施しています。園芸の勉強もさることながら、新しい友人を得たことがこの上ない宝物です。皆さんと元気にいつまでも活動を続けて行きたいものです。

投稿

紅葉について

渋川学区 大西 隆夫 (34期 陶芸)

私は毎年秋になると紅葉が恋しくなります。旅行会社の添乗員に聞いた話ですが、外国人特に欧米人は紅葉に興味がないというか普通のこととして特に感動することはないそうです。日本人はというと、紅葉の季節になると私も我もと名所や観光地に多くの人を訪れ混雑して大変ですが、そんな状態でもあちらこちらで「すごいね、きれいやね!」と感動しきりです。これは四季の変化に富む風土に根ざし自然を崇拝して暮らしてきた日本人の感性から来ているものと思われます。



紅葉は庭木の紅葉例えばナナカマドが紅く色づいたとか、近くの公園の落葉樹の紅葉、京都などの寺院や名所の紅葉、街道沿いの雑木林や山全体の紅葉など色々あります。人の手で造られた庭や林のように人工的な紅葉もあれば、人の手の入っていない山や溪流沿い、原生林など自然の紅葉もあります。私は特に自然の紅葉が好きです。

昨年10月下旬、数年ぶりに紅葉をみるツアーに参加し、青森県の奥入瀬溪流、白神山地のブナの原生

林を歩いてきました。例年紅葉の見ごろは10日間くらいで、私たちは運よく紅葉のピーク直前を見ることができました。奥入瀬川は十和田湖から流れる11kmほどの溪流でそのうちの8kmほどを歩きブナ、樺(ナラ)、桂などの黄葉と楓、モミジ、漆などの紅葉が混じるポスターや雑誌の写真で見るとような鮮やかな紅葉を堪能しました。意外だったのは観光客の7割程度が中華系の外国人で日本人が少なかったことです!?

翌日は白神山地(日本で最初に登録された世界自然遺産)のブナの原生林を2kmほど歩いて紅葉と森林浴を満喫しました。ブナの原生林は人の手が入っていないのですが、自然の淘汰によって林がすごく美しく保たれているのに感心しました。このほか、青森空港から奥入瀬、白神山地に行く沿道もブナ林が続く、さらに近くの山々が錦秋に染まる様も非常に魅力的で一番の景色だったかも知れません。日本人に生まれてよかったなとつくづく思う旅でした。



投稿

子育てを応援

葉山・葉山東学区 松江由多加 (40期健康づくり)

私は昨年10月地域の仲間と栗東駅近くの借家を借り、シニア子育てサロン『ぽっけ』を立ち上げました。

『ぽっけ』という名前は「カンガルーのおなかの袋のように暖かい場所、ドラえもんポケットのように夢のある場所にしたい。」という思いから命名しました。地域の問題として、核家族化で育児の相談や子供を預かってくれる人がいない若い保護者が多いことです。そこで子育てに興味があるシニア11人が『子育て支援員』の資格を取り託児事業をスタートしました。

具体的には、色々な用事で困った時やリフレッシュしたい時に子どもを預けられるよう毎週金曜日に『一時預かり』をしています。また育児の悩みや楽しさを共有できるように『親子サロン』を開催し、子育てに悩む若い保護者の相談に乗り適切なアドバイスを行っています。これにより若い保護者の育児負担を軽くし、また我々シニアも幼児から元気を貰い生きがいを感じることができます。

お陰で令和2年度『元気創造まちづくり事業』として採択され、栗東市より助成金をいただきました。また「広報りっとう」4月号にも掲載され、「さあやるぞ!」と思った矢先にコロナ禍です。「万一感染したら? 怖い、怖い!」と尻込みするスタッフ、結局3月～5月まで休業に追い込まれました。

6月より手探り状態で再スタートしました。当然マスク着用、消毒、換気等を考えられる限りの対策を講じました。しかし「3密を避けよ」とは言うが、生後6ヶ月～3歳の幼児相手では限界があります。それでも「再開を待っていましたよ!」と言う若い



ママさんの声に後押しされ、7月は『七夕飾りづくり』に挑戦しました。普段は騒ぐ幼児も集中できたし、お迎えに来たママに誇らしげに作品を見せています。後日スナップ写真をママさんに送付すると、「楽しそう。普段見せない姿に感激!」とお礼が届き、スタッフ全員「やって良かった。次は?」と前向きな発言が相次ぎました。

現在『ぽっけ』では、一緒に活動するスタッフを大募集しています。年齢、資格、経験は問いません。子どもが好きな方なら誰でもOKです。興味のある方はぜひご連絡ください。

【松江携帯：080-5365-7755 まで】



『ぽっけ』のみなさん



幼児と遊ぶ松江さん



健康スポレク部会

ノルディックウォーキング体験会 (9/23)

当日は午後の開催予定でしたが、台風12号の影響で、午後が雨の予報のため急遽午前10時開催に変更されました。そのためか参加者が10名に減ったのが残念でした。

最初にノルディックウォーキングの実際の歩き方、ポールの使い方、その後矢橋帰帆島公園の外周歩道約3kmを60分掛けて歩きました。心配していた台風の進路が東にずれたこともあり、ウォーキングに最適なさわやかな気候になりました。途中帰帆島から大津市街、比叡山を見ながら、美味しいお菓子の差し入れもいただき楽しく歩くことができました。最後に中橋部会長の指導でポールを使用したストレッチ体操を行い11時半に解散しました。

ノルディックウォーキングは、健康促進に大変有効かつ手軽な運動であることが分かりました。次の機会にはもっと多くの皆さんの参加を願っています。(取材/藪)



地域活動部会 8、9 月活動実績報告

活動名	月日	参加人数	時間/人	時間計
de 愛ひろば(草津川跡地公園)花壇整備	8/8(土) 9/12(土)	4 + 5	1.5 + 1	11
治田小学校 園芸ボランティア(花壇整備・校庭清掃)等	8/27(木) 9/23(水)	7 + 6	2 + 2	26
集計(延べ)		22 名		37 時間

地域活動部会 活動予定

* いつでも皆様の参加を歓迎します。

* 参加連絡は、佐々木部会長まで(電話・メールは会員名簿参照)

活動	活動予定日時	活動場所・内容など
de 愛ひろば(旧草津川跡地公園) 花壇整備	6 月より活動再開 11月 14 日(土) 12月 12 日(土)	花壇の植栽手入れ、草引き、土壌改良など 原則、毎月第 2 土曜日、1 月のみ活動休止
栗東傾聴 (訪問先は毎月変わります)	活動休止中	デイサービス施設での傾聴(お年寄りの話し相手をする) 原則、毎月第 3 月曜日 約 1 時間
治田小学校 園芸ボランティア	6 月より活動再開	花壇整備・剪定・校庭清掃ほか 原則、毎月中旬以降の月曜日

同窓会関連活動スケジュールの案内(2020 年 11 月以降)

同窓会の活動・イベントスケジュールです。皆様の参加をお待ちしています。

開催日時	活動・イベント内容	場所	内容
11 月 11 日(水) 9:45~16:00	秋のハイキング 大津、坂本方面 明智光秀ゆかりの地を歩く	JR 比叡山坂本駅 9:45 集合	(健康スポレク部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
11 月 18 日(水) 13:30~15:30 (受付 13:00~)	同窓会本部主催 講演会 講演テーマ 「高齢期を楽しく過ごすために~エンディングノート~私の整理帳」	レイ大草津校大教室 講師：大津市社協 井ノ口 浩士氏	<u>詳細は 8 月号の折り込みチラシを参照ください。</u>
12 月 1 日(火) 9:30~12:30 頃	第 14 回歴史探訪会 「大津より小関越え」	京阪電車 三井寺駅 9:30 集合	(文化研修部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
3 月上旬予定	部会別全体会議		
3 月 30 日(火)	新会員歓迎説明会		

注) 各種行事への参加申し込みは、各部会長(電話・メールは会員名簿参照)に連絡ください。

健康スポレク部会 秋のハイキングのお知らせ

NHK 大河ドラマ「麒麟がくる」明智光秀の菩提寺がある

石積の町坂本・日吉大社など！

- 日時：11月11日（水）JR 比叡山坂本駅 9：45 集合～16：00 頃解散
＜予備日：11/16（月）＞
- JR 草津駅発 8：35 発～8：53（山科着）山科発 9：03～9：14（JR 比叡山坂本駅着）
または、草津駅発 8：58 発～9：17（山科着）山科発 9：22～9：33（JR 比叡山坂本駅着）
- 集合場所：JR 比叡山坂本駅の改札を出てすぐ観光案内所の前の広場
- 往復の交通費、入拝観館料などは各自ご負担ください。
- 参加資格は、会員、家族、在校生、知人
- レクリエーション傷害保険を掛けますので参加者は連絡をお願いします。
- 持ち物：飲み物、雨具、歩きやすい服装、靴など
- 昼食は各自ご用意下さい。
- 前日の降水確率 50%以上、警報が出たときは中止
- 行程は約 10 km
- 〆切日：11月2日（土）
- 連絡先：中橋民男まで ☎090-3038-4523 メール minato3139@yahoo.co.jp
- 参加者が 20 名を超えるとボランティアガイド 1 名追加となるので、出来れば 10 日前までにお知らせ下さい。

行 程

(10：00) 10：30～10：40 10：50～10：55 11：45～11：50
JR 比叡山坂本駅出発 → 坂本城天守址 → 明智塚 → 滋賀院門跡 →
 
11：55～12：00 12：15～13：00 14：00～14：05 14：10～14：40
慈眼堂 → 日吉会館（昼食）→ 山辺の道（千体地蔵）→ 西教寺 →
 本殿・境内 
14：50～15：10
禅明坊 → 京坂坂本比叡山口駅 → JR 比叡山坂本駅（約 15 分歩く）
光秀・大博覧会 16：00 解散

- ◆ 車で JR 比叡山坂本駅に来られる方は平和堂坂本店で無料駐車可能です（了承済み）
- ◆ 西教寺・禅明坊は拝観料 500 円
- ◆ マスクの着用を忘れずお願いします
- ◆ 当日のボランティアガイドはレイ大 39 期びわ環 0B 古都おおつ観光協会の大野光男さんです

びわ湖大津

戦国ぶらさんぽ

光秀

大博覧会

戦国大津・明智光秀・熙子^{ひろこ}

二人が見た景色



2020年3月8日～2021年2月7日

〈期間中無休〉(大津市歴史博物館を除く)

明智光秀一族の菩提寺「西教寺」からびわ湖を望む

メイン拠点 禅明坊光秀館(西教寺内)

- びわ湖大津「麒麟がくる」展
大河ドラマの魅力を体感しよう
- 近江の光秀ものがたり展
地に残るエピソードや資料を展示



～他にも、西教寺・滋賀院門跡・大津市歴史博物館と合わせて、4会場をメイン拠点到展示～

2020年大河ドラマ「麒麟がくる」の舞台・滋賀県大津市坂本エリア一帯で開催!!

主催:大河ドラマ「麒麟がくる」大津市観光振興協議会



第 13 回歴史探訪会のご案内

日 時 2020 年 12 月 1 日 (火) 少雨決行

集 合 京阪電車 三井寺駅 改札口 9:30 集合 ～ 12:30 頃解散予定
参考 草津駅発 8:58 (快速各停) 膳所駅着 9:10
京阪 膳所駅発 9:16 三井寺着 9:23

行 程 琵琶湖疎水は、明治維新で東京に都が移り、活気を失っていた京都の復興を目指して、明治 18 (1885) 年に建設を始め、明治 23 (1890) 年に第一疎水が完成しました。

疎水の水は、水車動力、舟運、灌漑、防水などに使われ、さらに日本初の事業用水力発電に用いられました。生み出された電力によって、工業が発達し、日本初の電気鉄道が走るなど、京都はにぎやかさを取り戻していきました。

琵琶湖の豊かな水を引いたことは、京都の発展をもたらしたのです。小関越は、北国海道から京都へと続く古道です。この道の下を疎水が通過しています。

京阪三井寺駅→琵琶湖疎水→長等神社→小関越道標→峠の地蔵→分岐点
→第一竪坑→普門寺→寂光寺→疎水西口→疎水より分岐→J R 山科駅 解散

距 離 約 7 k m ぐらいです。(峠までは上り坂です)

昼 食 山科駅で解散後、各自でお願いします。

会 費 同窓会会員は 100 円です。

会員以外の方には 200 円お願いします。

当日は「古都大津観光ボランティアガイドの会」様にガイドをお願いしています。

交 通 費 現地までの往復運賃や拝観料が発生する場合は、個人負担でお願いします。

参加の申し込みは下記まで

大石 修 宛 メール ohishi-mine@hi3.enjoy.ne.jp

Fax 077-564-7437

お申し込みの時 参加者の電話番号 (固定と携帯) お願いします。

締切り 11 月 20 日までをお願いします。

