



レイカディア大学同窓会 草津・栗東支部だより

令和4年8月 No4-3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

小石 支部長 報告

1. 本部理事会報告 (8/1)

- (1) 「美しい湖国をつくる会」活動の一環として10月18日を「レイカディア同窓会の日」(仮称)として湖畔や河浜の一斉清掃(支部により日程変更等有り)に取り組むことになりました。
- (2) 本部主催のGゴルフ大会が11月22日 竜王町ドラゴンハットで開催されます。詳細は今後決まり次第お知らせいたします。
- (3) 44期学生募集の結果、応募者は草津キャンパス182/145名、彦根キャンパス84/70名となり両キャンパスとも定員を超えることができ、学科によっては公開抽選となりました。支部の皆様の熱心な募集活動ありがとうございました。
- (4) 令和4年同窓会9支部会員数報告。
会員数1436名(内88才以上172名)

2. 支部報告

- (1) 本部「レイカディア同窓会の日」(仮称)活動として当支部では10/18湖岸清掃を行います。場所は例年通り矢橋帰帆島対岸 AM9時から開始します。皆様の多数のご参加宜しくお願いいたします。
- (2) 米寿の方4名ご紹介「おめでとうございます」
 ◇ 渋川学区 前田 務 様
 ◇ 志津南学区 向出 信一 様
 ◇ 葉山学区 太田 正雄 様
 ◇ 大宝東学区 加藤 光也 様
 8月末までに祝詞とお祝いの品をお届けするとともに支部だより10月号に関連記事を掲載いたします。
- (3) 傷害保険の勉強会を行いました。
当支部主催の行事での傷害保険は現在3種類の保険で対応していますが全てをカバーできていません。行事ごとにカバー出来る部分を増やせられるのか運営会議で勉強中です。



「第52回滋賀県芸術文化祭」参加事業

草津・栗東支部

令和4年度 支部作品展・活動展

今年は9月16日(金)～18日(日)の開催です。

草津市立図書館3Fギャラリーにて、多数の皆さんのご来場をお待ちしています。



投稿

大宝村ふるさと絵図が栗東駅に掲示されました

大宝学区 西村 久 (36期 地文)

JR栗東駅の改札横壁面に『大宝村ふるさと絵図』が栗東市によって設置され、令和4年3月24日に除幕式をおこないました。

2018年12月に「大宝村ふるさと絵図の会」を発足しました。地元の高齢者から昭和20年から30年の暮らしを聞きとり下絵を作成しました。栗東市の補助金制度も活用し、栗東高校美術科の生徒さんに絵を描いていただきました。生徒さんの絵は素晴らしく、絵図の会は地域の思いの詰まった絵図を通じ世代間交流や地域の愛着につながることを願って、栗東駅に掲示し

たいと要望し実現しました。

絵図は実物より少し小さい横3m×縦2mの大きさで皆さんに親しまれ栗東駅の名物となるよう活用されることを望んでいます。

実行メンバー8名中6名(28期園芸 高田、28期生活 中嶋、34期地文 片岡、36期地文 和田、36期地文 西村、39期地文 竹内)がレイ大OBです。

(ふるさと絵図は昨年の活動展で紹介しました)



栗東駅に掲示された
大宝村ふるさと絵図



実行メンバーの皆さん

投稿 私が経験した坐骨神経痛

治田西学区 石橋 英洋 (40期 地文)

昨年11月中旬、栗東市ボランティア観光ガイド協会定例会の午後、山岳班有志6名で希望が丘文化公園側の登山口より小堤城山城跡(標高286m)の探索を行いました。山頂手前のロープが設置してある岩場で下山時バランスを崩してのけぞりました。翌日から右臀部が痛くて整骨院へ通いましたが、右脚がお尻のラインに沿って痺れと痛みが増してまともに歩けなくなりました。正月前に2か月に一度通うクリニックで症状を伝えたところ、坐骨神経痛なので整形外科へ行くよう促され、その日のうちにレントゲン写真を撮りました。結果、腰椎脊柱管狭窄症になっており、右臀部から右足裏まで坐骨神経痛との診断でした。

処方された2種類の鎮痛薬の服用量を2月から増やしても症状が改善しないため、4月から漢方薬2種類に変更、6月から3種類に増えました。すると痛いけ

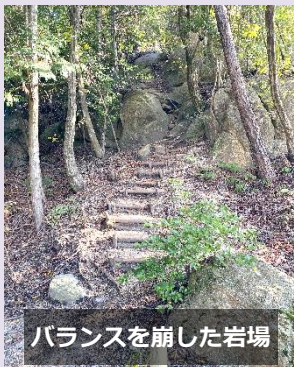
れど普通に歩けるようになったので、卒業生が集うグラウンドゴルフやフォト・ウォーククラブ、そして城郭探訪会に参加しました。

この症状の解説対処方法の書籍3冊を読み、また二人の知人から克服した話を



聴いていたので、どんどん歩くようにしたところ、びっくりするくらい症状改善をみました。

昨年11月から春先まで外出が億劫になっていましたが、少し痛いのを我慢すれば従来通り歩けるようになって嬉しい今日この頃です。この経験がご参考になれば幸いです。



投稿 レイ大で過ごした特別な時間 治田西学区 朝田 文作 (42期 びわ環)



レイ大で過ごした2年間(休校期間のぞく)の中で、最も充実感を感じ楽しく時間を過ごせたのは、課題学習(漁港から見えてくる「琵琶湖の健康診断」)でチームのメンバーとわいわいガヤガヤと活動した日々です。

びわ湖の漁港を実地に回り漁協の組合長の方や現場担当者の方々から過去の状況、現状の課題、未来の展望などを説明いただき、わからないことは質問させていただいたりして、チームでレポートをまとめました。

沖島や堅田などの漁港や、滋賀県水産試験所などを各自が責任をもって窓口担当を務め、先方にアポイントを取ったり、現場では質疑応答を進めたりしました。本当に充実した時間でした。レイ大の授業はどちらかといえば教えていただくことが多かったが、課題学習は何事も自主的にことを進めなければならず、その点

がやりがいに繋がり楽しい時間を過ごせました。また、チームのメンバーとも自主的に動くことにより、より深い繋がりも生まれました。

思い返せば、私にとってレイ大で過ごした時間の中で課題学習は特別な“時”でした。チームのメンバーの皆さんありがとうございました。感謝!!



投稿 ～おまけ人生を心の向くまま楽しみたい～

矢倉②学区 大西 孝子(42期 健康)

連れ添った夫が亡くなって家に籠る事が辛くなり、ボランティア活動をして外へ出て気分を紛らわせることが多くなりました。

そして、より広く多くの出会いを楽しみたいとレイ大へ入学しました。身体から元気になろうと健康づくり学科を選びました。県内各地から来られたクラスの仲間達と学生時代に戻ったような、ワクワク感と楽しさを味わうことが出来ました。でもコロナ感染拡大のため半年間休校となりました。当初19名の仲間が、最終13名での卒業式でした。そして卒業しても、ずーっと先輩方や同級生仲間と繋がるレイ大は良い処だと思います。この年になると、私は何事も無理はしたく

ありません。無理のない心の向くまま、楽しい人生を過ごしたいと思っています。

しかし、地域に戻れば民生委員・児童委員をしています。心の赴くままではいきません。子ども達の見守りから、いろんな相談に来られた方、気になる方達には何とか繋げることが出来るように調べたり、研修会に参加したり、先輩委員に相談したりしています。多くの人達に助けられての我が人生。今は少しでもお返しのつもりで、お役に立てるようにと頑張っています。

悔いのない人生を送れたら良いなあと思います。



第16回歴史探訪会 (5/20) ～近江国庁跡周辺の歴史文化遺産を訪ねて～

文化研修部会

第16回歴史探訪会は26名の参加者とともに瀬田唐橋から近江国庁跡と建部大社、四つの遺跡巡りを実施しました。当日は絶好のハイキング日和となり「古都おおつ観光ボランティアガイド」さん2名による詳しい説明を受け近江の歴史を知る一日となりました。

日本三名橋と言われる唐橋の高欄の色は石山寺縁起絵巻に描かれているのは朱色ですが記憶にあるのはクリーム色です。2012年の塗り替えで木肌を思わせる唐茶色になりましたが、色の決定に当っては活発に論議され決まったそうです。また、中之島に水位計がありますが、琵琶湖の水位は湖内5か所の計測値を平均したもので水位ゼロは海拔85.614mとのことでした。

1200年前にできた近江国庁は東西72.8m、南北109mと大変大きな国府(政庁)で昭和38年に団地造成工事で偶然発見されました。奈良・平安時代と近江の中心的存在でしたが10世紀後半の山城・近江大地震で

倒壊し国庁は荒廃しました。律令制において定められた国司が最初に神拝する神社が建部大社であり大社の近くに国府を置いたのも理解できました。

今回ガイドをしていただいたレイ大卒業生の大野さん、古市さんありがとうございました。

(文化研修部会 馬淵 恒雄)

第16回歴史探訪会ビデオは下記のURLからご覧になれます。

◇<https://youtu.be/s3-x9cR1DSI>

◇<https://youtu.be/YLVz71l-3ys>



瀬田廃寺跡



建部大社

春季グラウンドゴルフ大会開催 (5/25) 健康スポレク部会

令和4年度春季グラウンドゴルフ大会を5月25日(水)午後1時30分から帰帆島グラウンドゴルフ場で、28名(男性15名、女性13名)が参加して開催しました。当日、参加者は初夏の日差しでやや汗ばむ陽気の中、各班4名ずつに分かれてスタート。全員が3コース24ホールを和気あいあいと元気にプレーしました。

2回連続優勝の実力者青柳公夫さんは6位と残念な結果に終わりました。また昨年度から女性の参加者が多くなりましたが現在まで優勝者はありません。秋季大会で活躍されることを期待しています。

ゲーム終了後、表彰式を行い1位～3位、B B賞、ラッキー賞、ホールインワン賞などの方に記念品を贈呈しました。

なお1位～3位の方は次の通りです。

優勝 山元 譲治さん(笠縫)
2位 三輪 益三さん(笠縫)
3位 石橋 英洋さん(治田西)

(健康スポレク部会 藤岡 敏文)



3位 優勝 2位



第4回 陶芸教室 (6/25)

文化研修部会

今年の陶芸教室は昨年に引き続き長引くコロナ禍の中、参加人数を絞って密を避け、安心安全を心掛けながら草津市立なごみの郷の工房で開催されました。

陶芸が初めての人からレイ大陶芸学科の卒業生まで様々なスキルの参加者10人が7人の講師の皆さんから手取り足取りの丁寧な指導をいただき、頭の中のイメージやスケッチに描いた作品をもとに作陶に挑戦しました。土を捏ねた後、丸い底を作り紐状にのばした粘土を積み重ねて原型を作り紐と土台のつなぎ目をな

らす人や、作るお皿の大きさに粘土の塊を伸ばしスライスした粘土板を石膏型に押し付けてつくる人など様々でした。素焼きは7/3、本焼きは7/16になごみの郷の電気窯で行なわれました。

皆さんの個性豊かで一つ一つを見比べて楽しめる自信作が出来上がりました。この作品は9月16日～18日に開催されます作品展・活動展に展示され来場者の皆さんの目を楽しませることは間違いありません。

(広報情報部会 今村 治)



部会別対抗スローイングビンゴ大会 (7/14)

健康スポレク部会

YMITアリーナ(くさつシティアリーナ)で健康スポレク部会主催のスローイングビンゴ大会が開催されました。参加した会員の皆さんと大会をサポートする健康スポレク部会の皆さんの総勢32名が各部会2チームの8チームを編成し、各チーム総当たりのリーグ戦方式で2面のコートを使い、蒸し暑い体育館の暑さを吹き飛ばすような熱戦を繰り広げました。

緊張しながら投げ始めた皆さんでしたが、ゲームが進むにつれ、好投にはハイタッチで誉めあったり、あちこちで「ナイス、ビンゴ!」の歓声が沸き上がり大変盛り上がっていました。ゲームが終わる頃にはどのチームも「ワンチームの絆」に結ばれていたようです。

ゲーム終了後、結果発表に続き表彰式を行い下記のチームに記念品を贈呈しました。

優勝：文化研修部会チーム2

準優勝：文化研修部会チーム1

3位：広報情報部会チーム1



各部会別の総合得点は文化研修部会が117点(チーム賞) 選手層の厚さでダントツの勝利、広報情報部会51点、スポレク部会35点、地域活動部会34点の順でした。

(健康スポレク部会 中橋 民男)



編集後記

「第6波」の感染が収まり切っていないなか支部の行事も無事実施でき8月号でもお知らせすることができました。しかし、新型コロナウイルスは置き換わりが進み新規感染者は急激に増加しました。ワ

クチンの4回目の接種とリスクを理解した皆さんの行動により、8月号を発行するころには「第7波」が収まっていることを願うばかりです。

(担当 今村)

地域活動部会 6、7 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	6/11(土) 7/9(土)	13+11	1.5+1.5	36
志津小学校環境ボランティア	6/23(木) 7/28(木)	4+6	2+2	20
草津第 2 小学校環境ボランティア	6/16(木) 7/20(水)	6+4	2+2	20
芦浦観音寺庭園庭木剪定ボランティア	6/28(火) 7/26(火)	3+6	2+2	18
治田小学校 園芸ボランティア(花壇整備・校庭清掃)	6/16(木) 7/15(金)	8+7	2+2	30
ロクハ公園での花壇整備	6/16(木) 7 月休み	4+0	2+0	8
集計(延べ)		72 名		132 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、藪部会長まで(電話・メールは会員名簿参照)

活動名	活動予定日時	活動場所・内容など
de 愛ひろば(草津川跡地公園)花壇整備	9/10(土) 10/8(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
志津小学校環境ボランティア 草津第 2 小学校環境ボランティア 芦浦観音寺	9/22(木) 10/27(木) 9/21(水) 10/19(水) 9/27(火) 10/11(火)	環境整備 環境整備 庭園庭木剪定、原則、毎月第 2 火曜日
治田小学校 園芸ボランティア	未定	花壇整備・剪定・校庭清掃ほか 原則、毎月中旬以降の月曜日、2 月活動休止
ロクハ公園での花壇整備	9/15(木) 10/20(木)	花壇の植栽手入れ、草引き、土壌改良など 毎月第 3 木曜日、9 時半～11 時半まで

同窓会関連活動スケジュールの案内(2022 年 9 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。

同窓会本部 草津・栗東支部 会議等予定

開催日時	活動・イベント内容	場所	内容
9 月 26 日(月) 9:30～11:30	支部運営会議	西一会館	三役、部会長、学期理事、事務局の皆様、出席をお願いします。
10 月 24 日(月) 9:30～11:30	支部理事会	西一会館	理事の皆様、出席をお願いします。

草津・栗東支部 行事予定

開催日時	活動・イベント内容	場所	内容
9 月 16 日(金) ～9 月 18 日(日)	作品展・活動展 10:00～17:00	草津市立図書館	(文化研修部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
9 月 29 日(木) 9:00～11:00	ルネ イックウォーキング 体験 会	草津川跡地公園「Ai 彩ひろば」 P3 駐車場集合	(健康スポレク部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
10 月 17 日(月) 予備日 10/19(水)	勝竜寺城公園＋ サントリー工場見学	長岡京市 JR 長岡京駅 10:30 集合	(文化研修部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
10 月 18 日(火) 9:00～11:30	びわ湖岸清掃活動 帰帆島大駐車場集合	矢橋町の湖岸(帰帆島キャンプ場の対面)	(地域活動部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>
10 月 27 日(木) 予備日 11/2(水)	秋季グラウンドゴルフ大会	帰帆島 G ゴルフ場 受付 13:00	(健康スポレク部会) <u>詳細は折り込みチラシ参照</u>

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。

令和4年8月22日

レイ大同窓会

草津・栗東支部会員の皆様

草津・栗東支部長 小石 秀司

文化研修部会長 大石 修

作品展・活動展へのご来場のお願いについて

会員の皆様におかれましては当同窓会に格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、既にご案内申し上げますように、今年度も下記の通り、作品展・活動展を開催致します。会場には会員皆様などによる素晴らしい作品を多数展示致しておりますので、ご多用なところ誠に恐縮ですが、ご家族様共々是非お越し頂きたくよろしくお願い申し上げます。

記

日 時：令和4年 9月16日(金) 13時～17時
9月17日(土) 10時～17時
9月18日(日) 10時～16時

場 所：草津市立図書館3階大ホール

入場無料

一般来場者各日先着30名様に花苗贈呈

作品展示：園芸、陶芸、書、絵画、切り絵、絵手紙、俳画、短歌俳句、
写真手芸、紙芝居など

活動紹介：町内会、老人会、スポーツ、福祉など

以上

令和4年度 草津・栗東支部 作品展・活動展は

「第52回滋賀県芸術文化祭」参加事業です。



勝竜寺城公園＋サントリービール工場見学のご案内

昨年までの滋賀県内の見学から、今年は県外に出て行こうということで、京都長岡京市サントリービール工場見学をメインに、その途次 明智光秀最後の城「勝竜寺城」と「恵解山古墳」を見学する行程を立案致しました。

同窓会の皆さん是非ともご参加下さい。

日 時	令和4年10月17日(月)、少雨決行 (予備日 10/19(水))	
集 合	JR長岡京駅 東口	10:30 集合
	JR時刻(参考) 草津駅発 普通	9:43 ⇒ 10:20 長岡京着 (590円)
	(栗東駅発 9:40	南草津駅発 9:46)
行 程	長岡京駅東口から 徒歩にて勝竜寺城公園へ	10:30 ⇒ 10:40 (10分)
	勝竜寺城公園見学	10:40 ⇒ 11:40 (60分)
	勝竜寺城公園から徒歩にて恵解山古墳へ	11:40 ⇒ 11:50 (10分)
	恵解山(いげのやま)古墳見学	11:50 ⇒ 12:20 (30分)
	古墳周辺で弁当昼食	12:20 ⇒ 12:50 (30分)
	古墳から徒歩にてサントリービール工場へ	12:50 ⇒ 13:00 (10分)
	サントリービール工場見学とビール試飲	13:00 ⇒ 14:10 (70分)
	サントリー工場からシャトルバスにて長岡京駅へ	14:30 ⇒ 14:45 (15分)
	JR長岡京駅から帰着	

会 費 会員：100円、非会員：200円 集合時徴収させていただきます。
長岡京駅迄のJR代は各自ご負担ください。 各自弁当持参方。



【注】10月17日(月)、19日(予備日)それぞれについて参加可能かご連絡お願い致します
10月17日(月)、19日(予備日)共に予約が取れない場合は中止と致します。

参加申込先

き り と り せ ん

大石 修 宛 メール ohishi-mine@hi3.enjoy.ne.jp 携帯 080-4564-6346

ご家族・お友達も一緒にどうぞ

お申し込みの時 参加者について、電話番号(固定と携帯)をご記載お願いします。

締切り 令和4年9月5日(日)まで

令和 4 年 8 月 22 日

滋賀県レイカディア大学同窓会
草津・栗東支部 会員各位

草津・栗東支部長 小石秀司
地域活動部会長 藪 健治

びわ湖岸清掃活動への参加のご案内

同窓会本部が平成 30 年から取り組んでいる「美しい湖国をつくる会」の活動の一環として、今年は 10 月 18 日をレイカディア同窓会の日として、全支部一斉に、各支部ごとに会員が集い、びわ湖の清掃活動を行うことになりました。

私たち草津・栗東支部では下記のとおり、昨年も実施した帰帆島対岸の矢橋町湖岸での清掃活動行うことといたしました。

日頃支部の活動にあまり参加されていない方も、是非参加いただきますようお願いいたします。特に 42 期生のみなさんには、支部全員で行なう活動ですので、会員相互の交流と親睦の為のよい機会として、積極的に参加いただきたくお願いいたします。

この清掃活動では、草津・栗東支部のビブスを着用する予定をしており、レイカディア大学の知名度の向上にも寄与することになります。皆様それぞれ何かとお忙しいと思いますが、今から日程調整のうえ、当日のご参加をよろしくお願いいたします。

記

清掃場所	矢橋町の湖岸（帰帆島キャンプ場の対面）
日時	令和 4 年 10 月 18 日（火） 9：00～11：30 当日朝 7 時の NHK 天気予報で午前中に雨の予報があれば 中止
集合場所	帰帆島大駐車場（9 時までに集合） 大駐車場から作業現場までは 5 人一組、車で移動 （運転いただく方には別途お願い致します。）
作業内容	矢橋町湖岸周辺でのゴミ拾い
<u>持参する物</u>	ゴミを掴む長ハサミ、軍手。なおゴミ袋は用意致します。
服装	作業ができる服装、マスクは必ず着用お願いします。

参加いただける方は、10 月 2 日までに学区理事もしくは地域活動部会長あて、メールまたは携帯電話で連絡をお願いします。出来るだけ参加をお願いします。

地域活動部会長：メールアドレス yabukenji63@yahoo.co.jp 携帯電話 080-4152-1014

以上

健康スポレク部会からのご案内

ノルデックウオーキング体験会と実技



日 時：9月29日（木） 9：00～11：00
場 所：草津川跡地公園「ai 彩ひろば」P3 駐車場集合（駐車料金無料）
（草津市北山田町 3268-1 ☎077-568-2941 にぎわい活動棟）
持 物：飲み物、歩きやすい靴、動きやすい服装、ポール（無い方は準備します）
参 加：会員、家族、知人、在校生（参加費ナシ）
申込必要：中橋民男 090-3038-4523 [メール minato3139@yahoo.co.jp](mailto:minato3139@yahoo.co.jp)
締 切 日：9月26日（月）ポール準備の為
中 止：前日の降水確率が60%以上
内 容：準備運動と簡単な講習後「ai 彩ひろば」周辺を約2kmウオーキング
（猛暑日なら距離を短くする）

ノルデックウオーキングで期待できる効果

- ◆ ポールを使って歩くノルデックウオーキングは全身の筋肉を使う上バランス性も向上するので最も安全で効率の良い有酸素性運動を行うことができる。
 - ◆ ノルデックウオーキングは身体全体の約90%の筋肉を活動させる全身運動となるため通常のコウキングと比較すると運動効率を約20%アップさせることができる。
 - ◆ ポールがバランス維持をサポートするので転倒防止又、ポールを突くことで30%の体重軽減効果があり、関節や膝への負担が軽減される。良い姿勢、綺麗な歩き方になる。
- ※ 新型コロナウイルス感染状況により中止となる可能性が有ります。

秋季グラウンドゴルフ大会のお知らせ

「健康スポレク部会」

日 時：10月27日（木）受付13：00 13：30 スタート
予 備 日：11月2日（水）
場 所：帰帆島Gゴルフ場 草津市矢橋町2108 ☎ 077-566-3774
参 加 費：会員500円 会員外600円
参加資格：会員、家族、在校生、知人
持 ち 物：飲み物、用具（無い方は申込み時連絡をお願いします）
連 絡 先：中橋民男 携帯090-3038-4523 [メール minato3139@yahoo.co.jp](mailto:minato3139@yahoo.co.jp)
締 切 日：10月24日（月）
※前日の降水確率60%または警報が出たときは中止
※当日は新型コロナウイルス感染防止のため、マスクの着用をお願いします
※新型コロナウイルスの感染状況により中止となる可能性があります