



- 2019年度 会員について (1)
 校外研修報告・・・小寺理事 (1)
 介護施設の体験・・・石川澄子 (2)
 海外 (BonVoyage) クラブ報告・・・高橋敦子 (2)
 美術鑑賞クラブ報告・・・石橋進 (2)
 ハイキングクラブ報告・・・境屋邦夫 (3)
 松戸・戸定邸と私・・・秋元和信 (3)
 出合・触れ合い・助け合い・・・武井長久 (4)
 受付業務の迅速化・・・立澤佑良 (4)

2020年度 会員に募集について

2019年度の継続会員は11月15日(木)の学習会にて最終受付を行い、定員の1,150名に達しました。
 新入会員は10月31日の締切で279名の応募があり、11月21日抽選会を実行し130名を決定しました。

区分	定員	入会・当選(a)	補欠	退会・選外	合計(b)	率 b/a
継続	1,150	1,150	20	175	1,345	117%
新入	130	130	25	124	279	215%
合計	1,280	1,280	45	補欠を含む 344	1,624	

継続希望で継続会員登録のできなかった方には12月、1月の学習会で「2020年度会員募集案内」送付申込を受付、登録して戴いた方に2019年9月頃に案内書を発送予定です。

新入会希望者が定員の2.15倍になりましたが、選外となられた方には2019年9月頃に案内書を送付します。
 生涯大学のホームページの新着情報欄にも募集案内を掲載します。

天気にも恵まれた2018秋の研修旅行

「身近な石・大谷石の故郷を訪ねる旅」

私・小寺は、この春、飯嶋・安田両先輩理事と共に「研修旅行担当」に指名された、研修部の新米理事です。5月の理事会で「大谷石の故郷を訪ねる旅」が了承された時は、「秋の研修旅行なのにもう？」が正直な感想でした。6月に募集予告をしたせいでしょうか、7月の募集では、バス2台の予定が、たった1日でバス3台満杯の申し込みを受け、嬉しい悲鳴を上げてしまいました。9月にキャンセル待ち募集をしましたが、辞退される方がほとんどおられず中にはしびれを切らした方もおられました。しかし、間近になると、電話の向こうでせき込みながら辞退される方などが続出し、7席もの空席が出てしまいました。残念！

準備に半年をかけた10月30日の校外研修当日は、それはそれはすばらしい秋の青空で、皆さん出発前から笑顔がこぼれていました。8時15分に千葉駅前通りを出発、穴川ICから外環道・東北道を通って宇都宮ICまでほぼ3時間の高速道路の旅でした。ICすぐ近くのお店でお腹いっぱい「宇都宮餃子尽くし」を堪能してから、大谷寺に向かいました。大谷寺の内部は古代の横穴式住居を利用しており、本堂がすっぽりと洞窟に覆われている洞窟寺院です。

御本尊は壁面に彫刻した高さ4mの像に赤い朱を塗り、粘土で細かな化粧を施し、漆を塗り、一番表には金箔が押されており、出来上がった当初は金色に輝いていた、弘法大師作と伝えられる千手観音様です。(最近の研究では、パーミヤン石仏との共通点が見られることから、アフガニスタンの僧侶が彫刻したものと考えられています。)

大谷寺のすぐ前の「大谷公園」には大谷石採掘場跡が残っていて、公園内には戦没者の慰霊と世界平和を願い昭和23年から6年の歳月をかけて、全て手彫りで完成させた、高さ27mの「平和観音像」があり、その前で写真部の小駒さんに写真を撮っていただきました。

次に訪ねた大谷資料館の地下は、大正8年から昭和61年まで約70年間、大谷石を掘り出してできた巨大な地下空間で、広さは20000㎡、深さは30m、壁や床に手堀り時代のツルハシのあとが残っており、坑内の平均気温は8℃前後ということでした。

戦争中は地下の秘密基地(飛行機製造)、戦後は政府米の貯蔵庫、現在はコンサートや美術展などが開かれ、結婚式場としても利用されているそうです。

ここまで見てきてほぼ3時、また3時間かけての帰路の旅ですが、その間に皆様から、「楽しかった」「良かった」とお褒めの言葉をいただきました。

大勢参加してくださり、拙い企画にも関わらず、無事に楽しく旅を終わることが

出来ましたのは、皆様のご協力の賜物です。ありがとうございました。晩酌、美味しかったです。

研修部 小寺正孝



松戸・戸定邸と私

23年前に現住所へ転居した。当時は9階の我が家の眺めは良く、西に富士山、南に戸定邸の茅葺の門が見えた。その後周辺にマンションが続々と建設され、戸定邸は見えなくなった。しかし同所までは十分足らずで行ける私の憩いの場所である。

戸定邸は江戸幕府最後の将軍徳川慶喜の弟、昭武の住まいで、明治時代の様式をほぼ完全に残している。室内の構造・建築素材は見ものだが、広い内庭と周辺の外庭があり、様々な植生や松戸市のミニコンサート等の行事が楽しめる市民の財産である。

私は四季折々に訪ねて、退職と同時に始めたデジカメ撮影を楽しんでいる。春は外庭で花見の宴を張って名物の枝垂れ桜を愛で、初夏には市の圃場から藤の鉢植えが持ち込まれる。雨の日の躑躅や紫陽花も美しい。秋は好事家によって菊花展が開催される。大小様々な菊が展示され、高度な栽培技術が鑑賞できる。紅葉の風景も良い。冬には5センチ程の霜柱が苔を高く持ち上げる。近年には得難い見ものである。

最近撮影した写真を掲示するので、戸定邸の景色の一端をお楽しみ頂きたい。

14003 秋元和信



介護施設三年目の体験感想

小規模多機能の介護施設で週三回仕事をしています。近い将来六十五歳以上の方が、三人に一人は認知症予備軍になると想定されるなかで、軽度の方や、重度の脳障害認知の方が五人利用されています。今回はこの方たちの印象を書きます。

食事は召し上がりますが、入浴、排尿、排便は自分では出来ず自分の意志を言葉が出ないため大きな声で終わるまで絶叫します。虐待に間違われそうです。

凶暴で唾を吐き散らし隣に座る利用者の首を絞めようとするかと思えば、頭を手で叩いたり、食事の時は、他人の食器を取ったり！。歩きまわるのでマンツーマンで付き切りで介護しなければ、転倒し骨折することもあり、事故が起きると介護の不備になります。この方は食事、排便全て介護、夜間凶暴になり部屋の壁を叩き皆の睡眠を妨げます。お小水が大量で座ったまま、おむつかバーをしても床に漏れるほどです。スイッチが切れると穏やかに笑顔を見せる時もあります。この症状も認知です。

また脳出血の方は詩吟を十年間習い、機嫌のよいとき吟じていますが、言語障害、視野障害のため、歩行のバランスが崩れ、転倒し大腿骨頸部骨折、手首骨折等々要注意です。

性格が短気で強情の面もみられますが言葉が思うように出ないためもあるので、気の毒です。

皆さん、排便は腹圧が弱くなっています。緩下剤を服用、浣腸、摘便で行いますが、認知の方なので、理解し処置と言う訳にはいかないのが、現状です。

拒否され抵抗します。男性の方の入浴拒否あり、暴力で拒否されます。タイミング、気分転換させる事も必要、また勝手に出歩きますが自宅に戻れず警察の世話に、他人の家を開け、喧嘩になる事も、いろいろ問題あり、本人自覚なし、今回は見た儘、体験していることを書きました。認知機能が衰えても、意識できないそれが現状です。介護の基本は、認知症の人の形成している世界を理解し大切にする。その世界と、現実とのギャップを感じさせない様にする。心情、言葉をまず受け入れてもらい、ここは、安心して住めるところだと、感じてもらう事、その安心感が介護者や家族にも良い結果をもたらすでしょう。今回は症例にポイントを置き、現状の体験を思いつくまま書きました。この体験を介護と、予防に生かせるように研鑽を積み向上しようと思います。

11014 石川 澄子

ハイキングクラブの活動報告

ハイキングを通じて、心身ともに健康的な体力維持と会員相互の親睦を図ることを目的にしています。当初62名の会員でスタートし、平成30年5月に設立12年が経過しました。今年度の会員数は102名です。クラブの活動内容は歩く楽しみと仲間の親睦を図るために、年4回(バスハイク2回、現地集合2回)実施しています。30年度は、5月22日に「勝浦・鶴原理想郷」に行き、晴天の中、紺碧の色のリアス式海岸と海中公園を歩きました。7月24日に「谷川岳」に行き、お天気は最高、一番の見どころノ倉沢谷を望み、そそり立つ尾根や突然広がる迫力ある谷川岳大岩壁に圧倒されました。11月10日には紅葉に染まる「天覧山・多峯主山」ハイキングです。富士山、丹沢の山々が望めます。3月には、桜咲く「玉川上水第2回」の下流を歩きます。参加者の安全・安心・快適の面を考慮し、事前に役員による、現地の下見を行っています。また次年度の計画策定あたり、参加者の意見を反映するため、アンケート調査を実施しています。皆さまと一緒に、素晴らしい自然の中を歩いて、健康づくり、仲間づくりを楽しみましょう。年会費は1000円(傷害保険含む)です。バスは別途参加費が必要です。皆さまの入会をお待ちしています。同時に役員も募集しています。

副会長 14106 境屋邦夫

海外 (BonVoyage) に参加して

2017年9月29日から10月4日迄、千葉県生涯大学校卒業生学習会 海外旅行クラブでバリ島に行ってきました。数年ぶりの海外旅行に一人で参加したので、不安でしたがとても楽しい六日間を過ごすことができました。バリのアマリスホテルに四日間泊りましたが、ホテルからは、目の前に白オレンジ、ピンク等のプルメリアの花が美しく、良い香りも漂っていました。バリの道を歩いていても、原色の花が咲き乱れ、園芸科卒業生としては、見るも物、皆珍しく、沢山の写真を撮りました。又あちらこちらで、供物を神様に捧げお祈りをしている人を見かけ信心深い人が多いのだと感じました。二日目には、現地の孤児院にボランティアに行きました。参加者が持ち寄ったボールペン等の文房具を寄付し、手品、折紙、笑いヨガで子供たちと交流しました。手品を不思議そうに見つめ、笑いヨガで皆で大笑いしました。私は折紙を担当しましたが初めて折紙を折るのに、動物の形を楽しそうに一生懸命折る姿に胸打たれました。そして、バリ島の美しい棚田や原色の果物が並ぶマーケット、タナロット寺院から皆で見た海に沈む夕陽、最後の夜、見たケチャファイヤーダンス等思い出は沢山出来ましたが、あらゆる所に咲いていた花の美しさと、子供たちのキラキラした瞳を私は忘れることがないでしょう。

17093 高橋敦子

美術鑑賞クラブ、活動状況および今後の計画

- 活動状況は 2007年 H19年度から主に関東近県の美術館巡りを、奇数月・年/6回行っています。会則に依り、年会費¥1,000.-にて現在会員数は65名です。
- 今年度H30年は既に東京ステーションギャラリー、箱根の岡田美術館を鑑賞しました。最近では10/5 汐留ミュージアム、11/6 国立西洋美術館ルーベンス1/8 東京都美術館 ムンク展は鑑賞40名、来る3/8は三ツ井記念美術館 三ツ井家お雛様 鑑賞です。活発に活動中です。皆様 共に美術鑑賞しませんか? ご入会お待ちしております。

美術鑑賞クラブ 石橋進



ほら まな うつ
大谷地の洞に眸失せ石菩薩現し世照らす千二百年

そこい
ライト照る三十メートル底方よりガイド率いる声響きせり

校外研修に参加して

17150 山崎純一

雑感 「出会い・触れ合い・助け合い」

退職後いくつかの倶楽部やサークルに飛び込み、そこで出会った先輩方から耳にした数々の言葉の中で当時あるいは時を経て印象深かった言葉を通しての雑感です。

ある懇親会の挨拶で I さんが「人生は出会い・触れ合い・助け合い」という話をされた。共感して以後その倶楽部のモットーとして多くの行事場面で使わせてもらった。社是・社訓のような建前ではない実感の伴う響きだった。また、ある役員会の場で N 会長が、ボランティアは「出来る人が・出来る時に・出来る事をやればいい。決して無理をしなくていい。そして常にさせていただくという意識が大切」という話をされた。当時、自分の中で十分な段取りをしたつもりでも物事や周りの状況が現役の頃のように思うようには進まないこともあり、少なからず気を揉むことも時折あったが、この一言で気持ちの切り換えが出来て楽しさを前面に見る術を見つけられたような気がする。前述の I さんは含蓄語辞典のような人で沢山の名言を発信してくれた。シニア世代の「キョウヨウとキョウイク論」もその一つ。最近によく耳にするフレーズではあるが 10 年前に初めて耳にした時は思わず会場の全員が目を見合わせて頷いたものである。

昨今は自分自身、時々キョウヨウが重なってしまい不義理をすることもあります。これからも出会いを大切にしながら、適度にキョウイクの日々が続くように、そして常に何かを、させていただいているという気持ちで過ごしていきたい。それには何よりも健康第一に心がけねばならないと思っています。

15130 武井長久

受付業務の迅速化

昨年三月当会より皆様のお手元に届きました会員証に QR コードが入っていましたが、これは事務経費削減のため会員証を外注から内作に変更し、この会員証を継続使用して頂くために新しく発行したものです。勿論、新規入会会員には追加発行していきますが、再発行は費用が発生しますので大切にしてください。

バーコードには一次元バーコードと二次元バーコードが存在します。物流界に急速に普及しました。よく見かけるのはスーパー、コンビニ等で商品にバーコードリーダーのレーザー光を中(あて)て商品名、価格等を読み取っている光景かと思えます(POS システム)。データ分析、管理をしています。宅配便等も受け取ると運転手さんが送り状をリーダーで読んでいるのを見かけると思いますが、読んだ瞬間に時間が記録され配達完了となります。

このように便利なバーコードですが、バーコード(一次元バーコード)の縦筋を増やして管理するには限界が来てしまいます(数十字程度)。そこで登場したのが水平方向と垂直方向に情報を持たせる二次元バーコード(QR コード)です。記録させられる情報量が一元バーコードの数十倍から数百倍で大きさも数十分の一になります。

当学習会では将来を見据えて QR コードを採用しています。外国ではバーコード化が進み IC チップ(銀行カード・クレジットカード等に埋め込んで使用する)の代わりに使用しています。(印刷なので安く作成できる・リーダーが安い等) 学習会では七月から試験実施を行い問題点を整備、十二月にはパソコンを更新し、操作にも習熟してきたこともあり、スムーズに業務遂行できました。受付処理時間は、大幅に短縮でき会員の皆様も待ち時間が少なくなり好評を得ています。

皆様の出席状況がデータとしてパソコンに集積でき、出席率の把握(全体の出席率、入会年度別出席率、個人出席率等)等を通して今後の業務に役立てたいと思っています。

会員証をお忘れなくお持ちください。 忘れると、あいうえお順台帳から、本人特定を行いリーダーで読ませるため時間がかかります。

リーダーはレーザー光を $200 \mu s$ (2/10000 秒) 出してパターンを読み取ります。

読込台に設置しますと読込部は 10 度程度下向きになります。これは会員証を読む際に反射を防ぐために角度をつけています。(他にもレーザー光が目に入らないようになるメリットもあります。) 16079 立澤佑良

読込面から 1cm から 5cm 離して 0.5 秒程度静止させてください。

(左右に通過させない！二度読みの原因)。この静止させることが重要です。

それでは皆々様 自分でリーダーに中(あて)て 0.5 秒程度静止させて(“ピッ”と完了合図が出ます)

出席登録にチャレンジしてください。会員証に入っている QR コードはスマホ等で読めます！。