

Vol. 17

島根の特産品等が当たる!
**読者
 プレゼント
 実施中!**

しまね *Smile days* すまいる デイズ

*Shall We
 Dance?*

いくつになっても健康で心豊かに暮らすための情報誌



Active Senior!

- くにびき学園 「学園生活ってどうですか？」学園生インタビュー! / 東西校交流会開催
- 老人クラブ 奥出雲町「三成いきいきクラブ」再始動から1年
- ねんりんピック 県予選会続々開催! ダンススポーツ・ボウリング



東部校 33期生
いしほし ひろお
石橋 洋男さん(77) = 松江市在住

豊かな人生の学び舎「くにびき学園」

島根県社会福祉協議会が運営する「くにびき学園」は、社会や地域の中でつながりや活動を通じた生きがいづくりと仲間づくりの場です。前後期の2年課程で、現地学習やフィールドワークを取り入れながら地域課題を知り、地域活動に関わる教養や手法を実践的に学んでいます。東西両校の2人に、学園生活への思いや今後の抱負を聞きました。

人間関係も好奇心も探求心も、 どんどん広げていきたい

「くにびき学園に入ったきっかけを教えてください。」
友人からくにびき学園の話聞き、興味を持ちました。長年地元演劇鑑賞会の事務局運営に関わり、今も週2日は出掛けていますが、以前より自由な時間が増えたことが大きいですね。友人や知人も演劇分野の人が多く、地域への関わりは少なかつた。新しいことを知ったり、今まで出会わなかった人たちと知り合えたら楽しいと思いました。

「学園生活はいかがですか。」

まだ入学して半年余りですが、経歴も年齢も異なる同期生たちは地域に関心がある、好奇心、スキルアップへの意識が高い人が多く、大いに刺激を受けています。交流することで元気になります。

また、多様な地域づくりの活動を学んでいます。とくに印象深かったのは、こども食堂の活動。自然と地元にあるこども食堂にも目が向くようになり、これまでよりも身近に感じられるようになりました。学園での学習が気付きや探求心、行動のきっかけになっていると思います。

「今後はどのようなことに取り組みたいですか。」

興味があるのは、環境や草花などの植物についてです。現地学習で、森林や里山にかかわる環境教育や体験活動を手掛けるNPO法人もありふれ倶楽部の活動にも興味を持ちました。今後さらに同期の皆さんとの交流を深めていきたいですし、人間関係も、私の好奇心や探求心も、どんどん広がっていくといいな、と思っています。

- 開講時期：令和6年9月
- 募集期間：令和6年4月1日～7月31日
- 募集対象：60歳以上の方を基本とします。(60歳未満の方も受講できます) 学習意欲が旺盛で地域活動に関心のある方
- 学習拠点：東部校(いきいきプラザ島根) 西部校(いわみーる)
- 定員：75名(東部校50名・西部校25名)程度

- 登校：週1日/年間40日程度 (東部校 火曜日・西部校 金曜日)
- 受講料等：①受講申込金 10,000円 ②受講料 18,000円(年額) ③傷害保険料 1,500円程度(年額) ④その他、受講に関する諸経費や、学生自主活動(学生自治活動、クラブ活動等)に関する費用は、学生の個人負担となります。

東部校 TEL 0852-32-5981

西部校 TEL 0855-24-9336

社会福祉法人 島根県社会福祉協議会

人、そだて、人、ともに、人、くらす わが島根づくり

資料請求・申込書はこちらから→

<https://www.kunibiki-gakuen.jp/>





西部校 31期生
おおた けいこ
大田 圭子さん(64) = 浜田市在住

興味を持ったこと、心が動いたことを「まず体験」したい



東西両校の交流会

— 40年近い県外生活を経て、4年前に千葉からUターン。入学のきっかけは。

浜田の海の近くで育ち、その風景が好きでした。以前からいずれは帰郷し、親と生活しながら生まれ故郷で暮らしたいと考えていたこともあり、定年退職から半年後にUターンしました。誘われたことは断らずにやってみようと考えていましたので、くにびき学園も知人から勧められ、「長く離れていた地域のことを学んでみよう」「何かのご縁なので、まず乗ってみよう」という軽い気持ちで入学しました。

— 入学して2年目。学園生活はいかがですか。

前期の学習で視覚障がい者のための音訳の活動を知り、研修を受講し、今春修了することができました。学園の先輩に紹介された県立しまね海洋館アクアスのボランティア活動にも関わるようになりました。学習から行動に移せたことが良かったと思います。

— 今後はどのようなことに取り組みたいですか。

音訳の履修やアクアスのボランティアのように、興味を持ったこと、心が動いたことを「まず体験してみよう」という気持ちでいます。後期のフィールドワークでは「環境」をテーマに選びました。現地学習で目に留まった耕作放棄地の問題に、2人グループで取り組みんでいます。農地の実態や対策を行政機関に尋ねたり、農業経営者にインタビューしたりと実践的な学びで、やりがいがあります。地域貢献というところまで進んでいます。地域貢献構えず、楽しみながら、ささやかな挑戦を重ねていきたいですね。

9月開講

学園生
募集

豊かな人生の学び舎

くにびき学園

くにびき学園で仲間と出会い共に学び
元気に楽しく地域を盛り上げてみませんか？

私たちはこれからも
伸び続ける、



ともに目指そう
「わが島根づくり」
マイスター!



グループワーク

意見交換やレクスポで交流 東西校交流会



ボール運び

(写真はいずれも松江市東津田町のいきいきプラザ島根)



いきいきクラブ体操

くにびき学園東部校の活動拠点となつている松江市東津田町のいきいきプラザ島根で4月23日、西部校の学園生を招いて「東西校交流会」が開かれ、グループワークでの意見交換やレクリエーションスポーツを通じて交流を深めました。

くにびき学園は2年課程で、現在東部校が32・33期生、西部校が31・32期生の計65人が受講しています。交流会は両校の交流促進を目的に2年前から始まりました。

グループワークでは、参加した47人が「研修」「広報」「文化・体育」の3つの部会ごとの8グループに分かれて意見交換。それぞれの活動内容や課題を紹介し合い、より充実した学園活動につながるアイデアや、シニア世代が地域貢献できるための方策について意見を出し合いました。

シニア層向けの「いきいきクラブ体



活発に意見交換

操」やヨガ、ボール運び、風船送りなどのレクリエーションスポーツで交流する時間も設けられ、「楽しいひと時を過ごしながら交流することができました」と笑顔が並びました。



風船送り

くにびき学園西部校 公開講座



“人生100年時代” 生きがいやりがい 活動見本市

日時 **令和6年
6/14(金)**
13:00~15:10
会場 **いわみーる**
浜田市野原町1826-1

県西部の各地で活動する団体と、交流・情報交換を行い、つながってみませんか?「地域のなかにこんな活動をしている団体があるなんて知らなかった」「自分の地域でも参考にしたい」そんな発見があるかもしれませんよ。

[内容]環境、居場所づくり、地域づくりなど、様々なテーマで活動する8団体がブースを構え、交流や情報交換ができます。

[定員]20名(先着) **[申し込み締切]**6/10(月)

[申し込み先]くにびき学園西部校
TEL:0855-24-9336

詳しくは
「くにびき」



豊かな人生の学び舎
くにびき学園

県内12会場にてオンラインでも開催!!

受講
無料

日時 **令和6年**

申込締切

6.11火

6.21金 13:00~14:45

本会場

いきいきプラザ島根
(松江市)



公開講座

オープン・マインドでみた日本と世界 ~現代に活かす小泉八雲のまなざし~



講師 **小泉 凡 氏**

小泉八雲記念館館長・筑津小泉八雲記念館名誉館長・島根県立大学短期大学部名誉教授。1961年東京生まれ。成城大学・同大学院で民俗学を専攻後、1987年に松江へ赴任。妖怪、怪談を切り口に、文化資源を発掘し観光・文化創造に生かす実践活動や、小泉八雲の「オープン・マインド」を社会に活かすプロジェクトを世界のゆかりの地で展開する。一連の活動が評価され、2022年度全国日本学士会アカデミア賞を受賞。主著に『民俗学者・小泉八雲』、『怪談四代記—八雲のいたずら』、『小泉八雲の怪談づくし』、『小泉八雲と妖怪』ほか。小泉八雲(ラフカディオ・ハーン)曾孫、日本ベンクラブ会員。

お問い合わせ・お申し込み先

お申し込みはくにびき学園東部校へ

【くにびき学園東部校】
〒690-0011 松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根内
TEL:0852-32-5981 FAX:0852-32-5982
✉ kunibiki@fukushi-shimane.or.jp

【くにびき学園西部校】
〒697-0016 浜田市野原町1826-1 いわみーる内

老人クラブ

休止の老人クラブ 8年ぶり再結成

「交流の場」に手応え 奥出雲町三成地区

休止していた奥出雲町三成地区の老人クラブが昨春、8年ぶりに再結成され1年。名称も親しみやすく「三成いきいきクラブ」に生まれ変わり、順調に会員数を増やしています。山本勝昭会長(80)は高齢者の孤立防止と健康づくり活動を柱に掲げ「高齢者が元気でいることが地域貢献につながり、日ごろの交流が災害時対応にも役立つ。地域に顔見知りを増やし、交流できる場を増やしたい」と抱負を語ります。



上三成下地区の「集い」



クラブの活性化へ意気込む山本会長(右から2番目)ら幹部

町内9地区で老人クラブ組織がなかったのは三成地区のみで、行政や町老人クラブ連合会などが新設を働きかけ、町社会福祉協議会長だった山本会長や2022年度三成地区連合自治会長の鶴原英樹副会長(71)らが中心となり設立準備を進めていました。60歳以上対象者は約830人。41人で発足し、設立1年で121人にまで会員を増やしています。

最も重視している事業は、「集い」と名付けた身近な地域単位のサロン活動です。鶴原副会長の地元、美女原地区では初回の集いで、参加者が内容や進め方について意見交換しました。「集まって会話を楽しむことへのニーズが高い。身近な地域に住んでいる同世代が集まって活動するので、共通の話題が多いし、お互いの安全確認にも気を配るなど交流が生まれるのがメリット。要望を反映させながら、楽しい交流の場になりたい」と話します。

事務局長の川西夫さん(72)、幹事の藤原陽子さん(76)は、地元の上三成下地区でこれまでに計3回の集いを開催しました。思い出話を楽しむ茶話会や健康体操のほか、今年4月の3回目は能登半島地震の被災地で活動した町職員の話の聞いたり、非常用トイレや防災ラジオの講習など防災をテーマにした内容が好評でした。「災害など共通の課題や、日常の心配ごとを話しやすい雰囲気を作っています。食や健康づくりへの関心が高く、今後充実させたい」と2人は声を揃えます。

今後は「集い」活動を広げるためリーダー研修を拡充し、全町の進む「小さな拠点」づくり活動との連携も検討していく計画です。山本会長は「試行的段階ですが、孤立防止と健康づくりに向けた交流の場として手応えがあります。老後の生活をなるべく一人きりでなく、助け合いながら仲間と共に楽しく過ごしてもらいたいため、今後も知恵を絞りたい」と先を見据えています。



リーダー研修会も開催

読者プレゼント

A. JAアグリ鳥根 アムスameron2玉&デラウェアセット
or
B. 鳥根県立美術館「アンアン」「ポパイ」展
ペアチケット

各5名様

©マガジンハウス ©Hearst Holdings, Inc.

はがきがWEB(申込フォーム)で下記のアンケートにご回答ください

- ご希望の賞品 AかBのどちらかお選びください
- 氏名、年齢、郵便番号、住所、電話番号
- 一番参考になった記事と、その理由を教えてください
- 一番参考になった広告と、その理由を教えてください
- 今後の暮らして興味があることは何ですか
(1)健康 (2)資産運用 (3)家屋の管理 (4)終活 (5)介護 (6)その他*1
- 情報収集は何でしていますか
(1)新聞 (2)テレビ (3)ラジオ (4)インターネット (5)その他*1
※「その他」を選んだ人は、具体的な回答を記入してください(自由記入)
- 「くにびき学園」「老人クラブ」「ねんりんピック」の資料をメール送付します。希望の方は、メールアドレスおよび希望の資料名をご記入ください。


応募方法

●はがき
〒690-8668 松江市殿町383
山陰中央新報社ビジネスプロデュース局
すまいるデイズプレゼント係

●WEB
(右の2次元コードから申送ください)

締め切り/2024年
6月13日(木)必着

当選発表/発表は発送をもってかえさせていただきます
※お預かりした個人情報はプレゼント発送業務にのみ使用させていただきます



ねんりんピック

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている全国健康福祉祭は、60歳以上の方々を対象にしたスポーツと文化の祭典。鳥取県で今年10月19日から22日に開催される「第36回全国健康福祉祭とっとり大会」(ねんりんピックはばたけ鳥取2024)には、計29種目に約1万1千人の出場が見込まれています。同大会の予選を兼ねた鳥根県健康福祉祭が県内各地で開催され、熱戦を展開しています。

シニア世代に人気再燃 4人が全国切符

ボウリング



県代表に選ばれた左から順に立花さん、石原さん、村上さん、元吉さん

振る動作は肩こり防止になり、足腰も鍛えられ、楽しみながら健康づくりが行えます」と、競技の魅力を語ります。

1970年代に一大ブームとなったボウリング。一時人気低迷したものの、シニア層の競技人口はこの10数年で急増しているといえます。県連盟の黒光秀尊理事長は「ブームを経験した団塊世代が健康づくりや社交の場として再び始めるケースも多い。経験者でも初心者でも気軽に楽しんでほしい」と呼びかけています。

ボウリング大会(鳥根県ボウリング連盟主催)は4月27日、出雲市渡橋町の出雲会館センターボウルで開かれ、13人のボウラーが熱戦を繰り広げました。

ねんりんピック特別ルールとして年齢や性別によるハンディキャップ制を採用した男女混合の個人戦。計6ゲームで競い、トータルピンの上位4人が県代表に決定しました。

優勝した出雲市神門町の立花正枝さん(76)は競技歴30年以上で、国体出場経験もあるベテラン。ねんりんピックは2013年高知大会でダブルス優勝を果たし、通算4回目の出場となります。「全身を使った緩やかな酸素運動で、腕を



熟年ボウラーたちが熱戦を展開(写真はいづれも出雲市渡橋町の出雲会館センターボウル)

- ◆大会結果(敬称略)
- ①立花 正枝(出雲市)
- ②村上 賀章(松江市)
- ③石原留美子(松江市)
- ④元吉 平(出雲市)

ワルツやタンゴ、 華麗なステップ披露

ダンススポーツ



華麗なダンスを披露=松江市宍道町の来待地区公民館

す。この日は大会に併せてダンスパーティーやトライアルなどの交流イベントが催され、60人を超えるダンサーが集結。ギャラリーから大きな声援が送られました。

団塊世代のリタイヤなどもあり近年、脚光を集める「社交ダンス」。シニア同士の交流や健康増進にも役立てられているといえます。ダンス歴50年以上という県連盟の野島辰彦

ダンススポーツ大会(鳥根県ダンススポーツ連盟主催)は5月5日、松江市宍道町の来待地区公民館で開催。えんび服や鮮やかなロングドレスに身を包んだ男女ペアが、ワルツやタンゴなどの音楽にあわせて華麗なステップを披露しました。

「ダンススポーツ」は社交ダンスをベースにスポーツ性を発展させた競技で、ねんりんピックではスタンダード部門のワルツとタンゴ、ラテン部門のルンバ、チャチャの計4種目で競いま

会長(72)は「正しい姿勢が身につく、楽しみながら体の柔軟性や心肺機能維持などの効果が期待できます。何より楽しいので、初心者でもダンスサークルや公民館教室に気軽に参加してみたい」と話します。

ねんりんピック出場ペアは大会上位ペアの中から今後決定する予定です。

◆各種目優勝ペア(敬称略)ワルツⅡ山本真司・山本由紀子、タンゴⅡ庄司政雄・庄司美代子、チャチャⅡルンバⅡ梢江哲夫・梢江陽子



ずっと手作業。すごく時間がかかることだけど、かけた時間が生み出すものがあるからね。

大阪 海士町 大阪 東京

海士町
2024.6.28

『アンアン』『ポパイ』『オリブ』など、数多くの有名雑誌を手がけた隠岐郡海士町在住のデザイナー、新谷雅弘さん(80)の画業を紹介する企画展『『アンアン』『ポパイ』のデザイン 新谷雅弘の仕事』が6月28日から9月2日まで、松江市袖師町の島根県立美術館で開催されます。準備のため同美術館を訪れた新谷さんに、創作活動の一端を見せていただきました。

海士での幼少期
デザインに関心芽生え

同展は新谷さんのデザインを軸に、雑誌の世界を紹介する展覧会。デザイン文字のレタリングが有名で、一貫して手作業にこだわったという新谷さんのデザインに対する考え方を実際の誌面を通して紹介するほか、同時代のイラストレーションにも光をあてます。1943年大阪生まれの新谷さんは、生後すぐ両親の出身地である海士町に疎開し、10歳まで過ごしましたが、美術やデザインへの関心は海士での生活から芽

生えていたと言います。

「幼少期から姉3人と室内で遊ぶことが多く、キャラクターの包み紙やお手玉の布の絵柄にとっても興味があつて、鮮明に覚えていました。小学生になると同級生から「絵描きさん」というニックネームで呼ばれ、特技の校内表彰では「雲能賞」をもらいました。なつかしく、うれしい思い出です」と振り返ります。2013年に家族とともに移住後は、経験を生かして雑誌発行などに尽力。「地域文化、海士の魅力発信に貢献したい」と意気込んでいます。

新谷 雅弘(しんたに・まさひろ)
1943年大阪市生まれ。生後すぐ両親の出身地である隠岐郡海士町に疎開し、10歳まで過ごす。大阪市立工芸高校図案科(当時)、多摩美術大学デザイン科、広告代理店アド・センターを経て1970年『アンアン』創刊に参加。『ポパイ』創刊から誌面レイアウトの中心となり、『ブルーバックス』『オリブ』『鳩よ』『ハナコ』『ギンザ』『マッツ』などマガジンハウスの多くの雑誌のアートディレクターを務めた。



1. 「大阪市立工芸高校図案科の2年生からレタリングに魅かれた」という。今展チラシの「新谷雅弘」は自身の手書き文字
2. カラス口や鉄道定規、雲形定規など愛用する道具は長年同じ
3. 墨汁、筆で線取りした文字に墨入れ。「紙は月光荘。滑りが良く、最高」
4. 一貫して手作業。「文字は角が大事。マジックペンを使うと立ってないんだよ」と独特の表現で魅力を語る。

開館25周年記念
『アンアン』『ポパイ』のデザイン
新谷雅弘の仕事

2024年6月28日(金)-9月2日(月)
開館時間：10:00-日没後30分(展示室への入場は日没時刻まで)
休館日：火曜日(8月13日は開館)
主催：島根県立美術館、日本海テレビ、山陰中央新報社、SPSしまねグループ 特別協力：マガジンハウス
©マガジンハウス ©Hearst Holdings, Inc.

観覧料
●オンラインチケット・ローソンチケット
[企画展・コレクション展セット]
一般：1,100円/大学生800円/小中高生400円
オンラインチケットはホームページより、ローソンチケットはローソン各店にてお求めいただけます(ローソンチケット/Lコード61782)
●当日券()内は20名以上の団体料金
[企画展・コレクション展セット]
一般：1,450円(1,160円)/大学生：1,100円(880円)/小中高生：500円(400円)
[企画展のみ]
一般：1,300円(1,040円)/大学生：1,000円(800円)/小中高生：500円(400円)
・未就学児無料・小中高生の学校教育活動での観覧は無料・身体障害者手帳(障害者手帳アプリ：ミライロID)、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、被爆者健康手帳をお持ちの方、及びその付添の方は1名まで無料



オンラインチケットの購入はこちらから

オープニングギャラリートーク **要企画展観覧料**

講師：新谷雅弘(デザイナー、本展監修者)
日時：6月28日(金) 10時頃(約45分) 会場：企画展示室

トークイベント **聴講無料**

「POPEYEはどのように生まれたのか」
講師：石川次郎(編集者)×新谷雅弘(デザイナー、本展監修者)
日時：8月24日(土) 14時(約90分)
会場：ホール(190席・当日先着順/30分前開場)

ギャラリートーク(担当学芸員による展示解説) **要企画展観覧料**

日時：7月27日(土)、8月18日(日)、25日(日) 14時(約45分)
会場：企画展示室

現在進行形のカセットテープ概論 **要企画展観覧料・要事前申込**

講師：角田太郎(カセットテープ専門店waltzオーナー)
日時：7月21日(日) 14時(約90分)
会場：講義室・企画展示室 定員：40名

美術館キネマ「2001年宇宙の旅」 **鑑賞無料**

(1968年/アメリカ/監督・製作 スタンリー・キューブリック/字幕)
日時：7月14日(日) ①10時-②14時-(148分)
会場：ホール(190席・当日先着順/30分前開場)

島根県立美術館
〒690-0049 島根県松江市袖師町1-15
TEL.0852-55-4700 FAX.0852-55-4714
https://www.shimane-art-museum.jp

詳しくは
当館ホームページを
ご覧ください