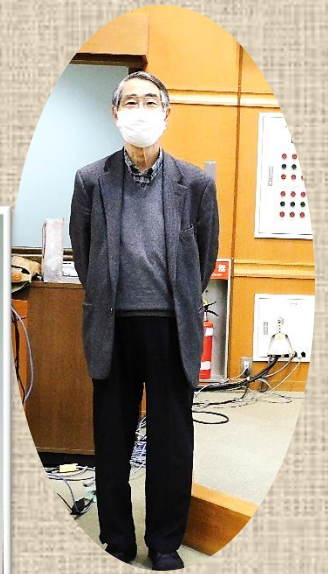


レイ大卒業生講師、第1号！

◇講師 一色 実 先生 (39期びわこ環境学科 卒業)

◇テーマ **出会いを活かす ~クラスの絆をいつまでも~**

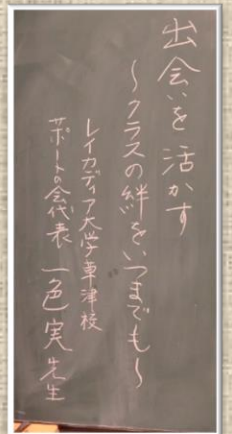


提言：卒業後も活躍できる場をつくる

夢の続きに、新たな場を創設して、みんなで楽しむ

1. 卒業生独自の講座の開設
現講座との重複避けて企画開設。在学生と一緒に聴講
2. レイカディア大学での講師・助手
必修講座・選択講座でのテーマ提言と講義
3. 新組織・新機能での情報発信
地域活動もクラブ・同好会活動も、元気を活かす機会発信

この講座で話しをすることは、初めの一步です！



私の入学した動機

退職後にぶらぶらと琵琶湖周辺をひとり巡り、比叡山を千日回峰行のまね事で歩いているとき、山歩きの仲間から「レイカディア大学」を紹介されて、入学しました。

16年間単身赴任し、各地を転々と渡りながら、滋賀のことを何も知らないことに気が付いたのです。



課題学習が卒業後も止まらない

2年目の課題学習

選択講座で学んだこと、日頃興味のあること、先輩が残した報告書、自由を選べるクラスの中で、テーマを出して、グループ分けを行う
グループの活動は、更に仲間意識が高まる機会
卒業後も、学習意欲が湧いてくる
卒業は区切りで、そこから何かが始まる

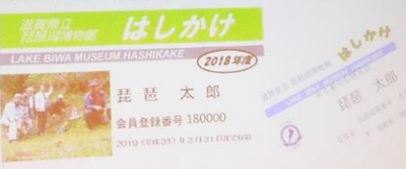
◇講師一色先生の思いをそのまま伝えたく、文字にはせず、発表画面をカメラに収めました。

◇41・42期生にとって一歩を踏み出すきっかけになったのではないのでしょうか。

◇これから「元気にシニアをともに生きる」ために大いに参考になる講座でした。

卒業後の11月から県立琵琶湖博物館はしかけグループ活動に参画しグループ名「水と暮らし研究会」として登録し活動を継続し始めました。

「はしかけ制度とは、琵琶湖博物館の理念に共感し、共に琵琶湖博物館を作り上げたいという志を持つ方々のための登録制度です。登録を行うことで博物館内外での活動が、活動に関する情報を得ることができ、また、自分たちで様々な活動を企画・運営することもできます」



古都おおつ観光ボランティアガイドの会 <坂本周辺の歴史を巡る名所旧跡を案内>

(公社)びわ湖大津観光協会指導のボランティア団体
初めての応募者でも、現地研修、座学研修を受けて、ガイドとしての研鑽を積み、大津市内の名所旧跡を案内する。

例えば、小野・和邇、湖旅の郷、比叡山延暦寺、門前町坂本、大津京遺跡、大津百町、義仲寺、石山寺、瀬田川清流域 など

会員 約30名



地域のつながり

<第二の地元へ愛着をもって>

- ・大津市内を訪れる観光客に大津の文化や自然風土を紹介
- ・この活動を通じて、地域の活性化や交流に貢献
- ・地域とともに生きることの楽しさややりがいを感じる
- ・多くの人と知り合い、生き生きとしたシニアでいたい



講義資料として用意された資料は30ページもありました。

その一部分ですが、丁寧に纏められています。是非パネル一枚ずつお読みください。

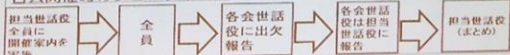
卒業後のクラス活動
 <地域文化学科39期の活動>

クラス:3グループ

baumの会、ぽっぽD51、人物探訪

新年会、春のハイキング、秋の旅行を毎年開催(コロナで中断)

各会開催時のフローチャート



卒業後のクラス活動
 <園芸学科B38期の桐生会>



卒業後のクラス活動

<園芸学科B40期地球市民の森と山野草めぐり>



卒業後のクラス活動
 <健康づくり学科39期レインボーの会>

let's enjoy bowling.

レインボー
 幹事 藤田・山中

幹事の日、皆様にはお楽しみいただけることをお願い申し上げます。
 大会は、10月13日(日)、レインボー・センター大ホールで開催いたします。
 以下、大会のご案内となります。

- 幹事 藤田(幹事)・山中(幹事)
- 幹事 藤田(幹事)・山中(幹事)
- 幹事 藤田(幹事)・山中(幹事)
- 幹事 藤田(幹事)・山中(幹事)

第3回 レインボー会
 健康づくり学科39期の集まり



卒業後のクラス活動
 <陶芸学科40期の陶遊会>



卒業後のクラス活動
 <健康づくり学科40期>

「森づくりサポーター」新しい活動価値の紹介!



よし笛の会

<草津社会福祉協議会の依頼で演奏会、練習2回/月>



マジックサークルの活動
 第2・4木曜日 びわこ大津館



卒業後の活動と歩み

みなよし会：37期北近江文化学科 奥長裕幸



既成概念を超えて「有意義に」末永く



サポートの会の仲間たち

＜レイカディア大学への想いをともに＞

一緒に学んだこと、悩んだこと、楽しかったこと、何かに目覚めさせてくれたことを次に残し伝えたい、その想いが仲間をつくる。「シニアでも情熱を忘れずに・・・」



家族のつながり

＜離れていても、溶けあう心＞

母の誕生日を祝う集うに、孫やひい孫がカラオケを楽しむ

無事に育ってきたことに感謝し、明日への糧を膨らます



テキサスの仲間たち

＜一緒に苦勞し、乗り越えた先に＞

50を過ぎたの異文化体験、言葉の壁は自分が作っているものと悟り、現地に住むことで見えてくる景色を楽しみました。大切なことは、「言葉ではなく、心を通わすこと・・・」



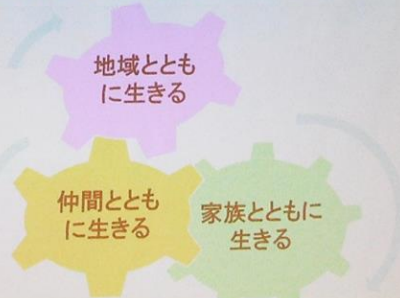
ともに学び、出会うとは

- 仲間とは
違いを認め合い、楽しく一緒に過ごせる
生きてきた時代をともに思い浮かべる
ひとりよりふたり、ふたりより・・・想いを一緒に
- 家族とは
生きてきた証であり、生きている証でもある
離れていても思いやるつながり
肩の力を抜いて憩えるところ・・・
- 出会うとは
その時に、その場所で、一緒に居ること
何かを感じて、ところを通わす初めの一步

ともに生きる

＜家族とともに、仲間とともに、地域とともに＞

シニアになって、「ともに生きる」ことの大切さを感じています。その源が家族であり、その支えで、仲間とも出会い、地域とも触れ合えます。感謝を忘れずに、次代を育てていきたいと願っています。



出合いを活かす

＜せっかくの機会を大切に、我が儘を少し封印＞

“シニアでのフラットな出合いは、大切な宝物”

300人を超すシニア仲間と出合い、平均70歳とすれば、21,000年の経験が目の前に積み上がっているボランティアだけではなく、趣味も元気に生きる根っ子せっかく踏み出した歩みを次の一步につなげたい

是非、無理をしないうで、一緒に仲間と楽しみましょう！

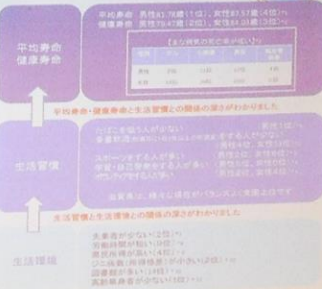
何よりも健康が大切！

＜コロナで、日頃の抵抗力とストレス解消の大切さを感じます＞

- 偏食を避けて新鮮な食材を
- 適度な運動、歩く、歩く
- 半歩でも、新しいことに挑戦
- 夜は冷やさない、湯たんぽで
- 落ち込んでも自分を褒める
- 人と触れ合う、感じる
- ときに流れのままに
- 眠れなくても横になる
- 年を忘れる、今が大事
- ポケットは3つ持って柔軟に
- 素直に感謝の奇妙なシニア

滋賀県の長寿のヒミツはこれだった？

ヒミツは、健康な生活習慣をもっている人が多く、それによる生活環境が整っていることです





コロナ禍を乗り切る秘訣！ <友人から、年末にメール配信された情報です>

- ・ 朝から晩までニュースを観ない
- ・ 毎日、何かを考えだして楽しいことをする
- ・ 美味しいものを(少し)食べる
- ・ 親しい人にメールする

元気にシニアをとともに生きる

レイカディア大学に
入学して、初めて集う

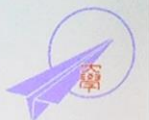
卒業しても、仲間
と一緒に楽しむ

クラスの仲間と
一緒に学ぶ・遊ぶ

グループ活動で
やりがいを共有

互いに共鳴し、
古い殻を破る

レイカディア大学で出会い、一緒に学んだ仲間との縁を大切に、豊かなシニアとして、滋賀を元気にしましょう



◇講師一色実先生の講座は 41 期・42 期生にとって今の学生生活の指針にもなり、卒業生の様子もみえて、レイカディア大学での“出会いを活かし”、これからの“シニアをとともに生きる”を実践されるエールになったと思います。