

コロナにも負けず、がんばる年でした！



今日22日は冬至。一年で一番夜が長い日です。できれば、かぼちゃと小豆のいとこ煮を食べ、ゆず湯につかり、しっかりと体を温めましょう。

かぼちゃは、今が旬で、収穫してから数ヶ月保存した頃が栄養価も高く、おいしいのです。

昔(今でも?)よく縁側などに並べてありました…

また、小豆は、①植物繊維で便秘解消②ポリフェノールで抗老化③鉄分で貧血予防④サポニンでコレステロール低下⑤ビタミンB1で冷え性改善⑥カリウム

で高血圧予防というのですから凄いです。加えて、かぼちゃには、免疫力アップ、肌の健康、むくみ改善…(まだまだあります…)プラス ゆず湯……先人たちの知恵は素晴らしいですね。

さて、冬至が過ぎると、クリスマスにお正月です。我が家も、クリスマス一色です。

上の写真のぬいぐるみは、娘の幼稚園時代のお遊戯会でのオークションでおばあちゃんが孫のために5000円で落札したものです。思い出が一杯の大きくてかわいいスノーマンです。

“雪の降る夜は楽しいペチカ…ペチカ燃えろよお話しましょ…昔…昔よ…燃えろよペチカ”家には、ペチカや暖炉はありませんが、薪ストーブがあります。

煙突掃除もしましたので、この冬も、サンタが来てくれますように……

そして、お正月です。



Today's schedule

本日、**12月22日(水曜日)**

1/19の新春の集いの参加者の最終確認

8時45分 会場準備 当番 第2研究生

9時15分 朝の集い 校歌斉唱 ラジオ体操
本日の日程の説明

9時50分 クラブ学習準備

12時00分 クラブ終了 解散 バス発

PM: 自主活動

13時00分 スコップ三味線同好会練習日

14時00分 自治会役員会



今年最後のことぶき大学は、クラブ学習です。コロナ禍の中で回数は例年より少なくはなっていますが、皆さんとても熱心に取り組んでいます。このクラブ学習は、ことぶき大学の学びの中では一番の人気のある活動です。

来年度は、ことぶき大学開校50周年記念式ということもありますので、可能な限り、講師の先生と相談しながら、回数を増やす方向で検討しています。10月から再開したことぶき大学ですが、同好会活動あり、大変忙しい毎日だったと思います。皆さんの頑張りについても感動しています。

9時15分 当番学年集合（本科1年2年3年）・自治会役員集合

9時30分 山部校バス着 朝の集い 諸連絡・準備

10時00分

①自治会 池田会長挨拶

②市長挨拶

③校歌斉唱・一月一日斉唱

③学長乾杯の挨拶

④スコップ三味線・大正琴演奏（美音の会）・ビンゴゲーム

⑤自治会 東海林会長挨拶

自治会からお弁当を受け取ってください。お持ち帰りとなります。（富良野校）

11時50分 終了 後片付け 解散 バス発



新年の集いは、「美音の会」にお願いし大正琴の演奏をしていただくことになりました。

大正琴による“春の調べコンサート”皆さん、お楽しみに！

感動！年末お楽しみ会・クリスマスライブ



先週の「年末お楽しみ会・クリスマスライブ」はいかがでしたか。まずは、藤野さんの熱唱に感動しました。藤野さんには昨年来、お願いしていて、やっと今回実現しました。

鵜飼さんにも大変お世話になりました。例年ことぶき大学の校歌指導の講師として歌唱指導をしていただいていますので、ほんとうに久しぶりでした。

後半は、きよしのズンドコ節、大都会……船曳さんには、トランプによる楽しいマジック（数学的かも…）を披露してくれました。（ライブの伴奏などすべて裏方さんとして大活躍！）

私ことですが、今度は生で聞かせてほしいです……お願いします！

自治会の池田会長をはじめ、司会の平間副会長、総務の原さんと宮西さんには、事前の準備から当日の全体の進行役をスマートにこなしてくれました。

皆さん、大変ありがとうございました。

映画音楽への誘い・山部校



15日(水曜日)山部校で「映画音楽への誘い」を実施しました。映画のポスターを趣味で集めていた時もありましたが、引っ越しで大部分が保存不可能となり処分してしまいました。残っていたものがあつたことを当日の朝、思い出して4枚をパネルにして持参しました。

上の写真で私が持っているポスターは、チャップリンの「ライムライト」です。あと、左から「風と共に去りぬ」「ロミオとジュリエット」「ひまわり」の4枚です。

もう、50年以上も前のポスターですが、意外と保存状態がよかったことに驚いています。

終了後に、「“スクリーン”の映画雑誌を購入していました…」「クリント・イーストウッドのファンです…」などと、皆さんから声をかけていただきました。うれしかったです。

できれば、事前に皆さんからの要望などをお聞きした中でお話ができるような流れが良かったとも思っています。次回も楽しんでもらえるよう厳選した映画音楽を用意したいと思います。



これからの予定・諸連絡



フロアカーリング同好会

明日、12月23日(木曜日)9時から12時

富良野スポーツセンター **手袋**を必ず持参ください。

卓球同好会予定

新春は、1月17日(月曜日)、1月24日(月曜日)10時～

スコップ三味線同好会予定

新春は、1月17日(月曜日)13時～大会議室で練習です!

映画同好会活動予定

新春は、1月18日(火曜日) 9:30から大会議室で実施です。



前回は「リトル・ダンサー」でした。皆さんからは大変感動したとのことでした。よかったです。

この映画は、労働問題、人種問題などいろいろな社会問題を取りあげており、イギリスBBC制作らしい映画でした。英国アカデミー賞、日本アカデミー賞外国映画賞受賞作品です。

次回も、とっておきの映画をご紹介します。ご期待ください。

連絡 大人のための体力テスト 富良野・山部校の皆さんには、別途申し込み用紙を配布します。

令和3年度もまもなく終わります。新型コロナウイルス感染症の変異株であるオミクロン株の増加が心配です。年末年始を迎え、寒さも厳しくなる時期ですが、感染予防対策には、部屋の換気が欠かせません。どうぞ、皆さん、健康管理にご留意いただき、よいお年をお迎えください。

新春1月にお会いしましょう。