

生涯学習のすすめ・・・  
心わくわくいきいきライフ

# 宮浦コミセンだより



## 宮浦コミセン自主講座の紹介(コロナ禍でも頑張っています) ①

### バウンドテニス

毎月第2・4土曜日の13時から2階の集会室で活動をしています。団体結成は1988年4月1日で、今年で33年目を迎えます。バウンドテニスの基本練習とゲームを行い、楽しみながら競技能力の向上と健康維持を図っています。さらに、広島県バウンドテニス協会にも所属し、県内外との交流を深め、バウンドテニスの普及にも努められています。

右の写真はダブルスでの練習風景です。「ポーン、ポーン」と心地よい音を響かせながらラリーが続いていました。



### ウクレレ同好会

毎月第2・4火曜日の9時から1階の研修室で活動をしています。団体結成は2009年8月1日で、今年で12年目を迎えます。ウクレレ演奏の技術の向上と地域貢献を目的として練習をしています。

現在は「コロナ禍」のため、各種のイベントが自粛されていますが、以前から、市民音楽祭をはじめとする各種発表会や高齢者施設での演奏等積極的に練習の成果を発表されています。

右の写真は、リーダーの指示のもと、優しい音色で「瀬戸の花嫁」が演奏されている時のものです。



### ラジオ体操&ウォーキングが開催されました

7月10日(土)から16日(金)までの一週間にわたり、三原市運動普及リーダー会主催の「ラジオ体操&1kmウォーキング」が実施され、ラジオ体操の後、宮浦公園周辺を一周するコースを歩きました。この取り組みは毎年この時期に企画され、今年で9回目にあたります。



こうした企画は、市内7ブロックある三原市運動普及リーダー会が行っており、各地域の特色を生かしたコースの選定をしながら開催されています。



### 宮浦コミセン推薦図書案内 ②

#### しがみつかない「徒然草」のススメ

鈴村 進 著 (三笠書房)

室町時代に吉田兼好が書いたとされる「徒然草」は、古典の教科書にとりあげられる大変有名な作品です。この中から77の段を選出し、その口語訳と現代社会の状況を重ね合わせながら分かりやすく解説されています。

たとえば、第109段では、難しい場面では緊張感が高まっているので思いがけないミスをするのが少なく、事態が良くなって少し気の緩みが出ると何でもないところでミスが出やすくなることを、木登り名人とその弟子とのやり取りのエピソードとして記載されています。およそ700年近く前に書かれた書物であっても、本質的な事に変わりはなく、「徒然草」が長年読み継がれてきた理由がここにあると思います。視点を変えて自分の「生き方」を見つめ直してみるのに最適です。

### 本年度の宮浦コミセン祭りは中止となりました

6月30日に宮浦コミセン運営委員会の役員会議を開催し、令和3年11月14日に開催予定であった宮浦コミセン祭りについて協議をしました。ワクチン接種が進んでいますが、「新型コロナウイルス感染症」は依然として収束しておらず、不特定多数の参加があるコミセン祭りにおいて、安心・安全な開催は難しいと判断しました。皆様のご理解をお願いいたします。

### 暮らしの歳時記

★処暑(しよしよ) ; 二十四節季(にじゅうしせっき)の1つで、暑さが和らぎ、本格的な秋の到来を意味しています。今年の処暑は8月23日(月)です。

