



いざなぎ学園だより

No.6 2023.6/14

◆令和5年度 淡路文化会館「いざなぎ学園」第6回講座◆

令和5年6月14日（水）午前「いざなぎ学園」第6回講座 学年別講座4が行われました。（1年、3年伊弉諾神宮、2年関西総合リハビリテーション専門学校、4年塩糍を使った料理講座）午後からは、サークル B1 彫刻・カラオケ・手芸・文芸・書道・民謡・社交ダンス・PC 中級が行われました。



1年 伊弉諾神宮



2年 関西総合リハビリテーション専門学校



3年 伊弉諾神宮



4年 塩糍を使った料理講座

◎学園生のみなさんの感想

振り返りシートから(抜粋)

伊弉諾神宮には、よくお詣りしますが、あまりよく知りませんでした。本名孝至宮司様より神宮の由緒、由来を詳しく説明いただき大変勉強になりました。お話は多岐にわたり、日本書紀、古代から戦国時代、明治14年初代松村宮司を中心とした官費による造営、さらに戦後までの歴史のお話、特に伊弉諾神宮を中心とした「陽のみちしるべ」の石碑、境内に銅像のある淡路島出身の樋口季一郎中將のお話に感動しました。ありがとうございました。

「日本書紀」の天地開闢の説話、天沼矛先からできた「おのころ島」。そこに降り立った二神が夫婦の契りを結び、最初に誕生した「淡路島」。淡路島で余生を過ごした伊弉諾大神をお祀りした伊弉諾神宮の起源。そして全国に79,800社ある神社、神宮の中でも最古の一つであること。宮司様のお話は興味深かったです。

実家の氏神様でしたが、詳しいことは知りませんでした。久々に訪れた伊弉諾神宮は壮観でした。本殿屋根の菊の御紋が美しかったです。今日、詳しく説明いただいたことを子や孫たちに教え、また訪れたいと思いました。

関西総合リハビリテーション専門学校では優しい学生の皆さんからの自己チェックリストの一问一答に答えながら、日常の生活習慣への反省や体力強化すべき点を学びました。足の曲げ伸ばし運動は楽しかったです。学生の皆さんと楽しい時間を過ごせて感謝です。

ついてくださった学生さんとお話ししながら、楽しく体力測定ができました。体力の衰えを心配していましたが、励まされながらなんとかできました。日々、身体を動かして少しでも健康寿命を延ばせるように頑張りたいです。

兵庫県の健康寿命が男性42位、女性44位とは知りませんでした。山梨県は男女とも1位。高たんぱくの摂取、積極的な社会参加、私も心がけようと思います。学生さんたちの検査はとても丁寧で分かりやすく説明してもらいありがたく思いました。

パワーポイントでの講義が大半かなと思っていました。予想に反して学生さんが丁寧に寄り添っていただき、楽しい時間を過ごすことができました。にこやかな対応、ありがとうございました。

みんなでわいわい言いながら声かけあって料理を作って楽しかったです。初めての学年講座なのでとても新鮮でした。男性陣もよく頑張りました。塩麴を使ってのとうもろこしの炊き込みご飯、ハンバーグ、ソース作り、コーヒーゼリーの生クリームと甘麴のソース、どれもおいしくいただきました。ありがとうございました。

レシピを見ながら、初めて塩麴を使った料理を学びよかったです。皆さんと一緒に和気あいあいとおしゃべりしながら作れたことが一番良かったです。これからも健康に気を付けて料理を作ろうと思います。

またひとつ、新しい料理を学びました。お家で実践したいと思います。またこんな講座を計画してください。コロナ禍で皆さんとのコミュニケーションの機会が少なかったのですが、歳を取って人と人とのつながりの大切さを感じます。調理実習だけでなく、コミュニケーションが取れる講座をよろしく願います。