

令和4年度公開講座「高齢者の健康づくり講座」第2回を開催しました。

令和4年8月17日(水)、令和4年度 鹿児島女子短期大学公開講座(かごしま県民大学連携講座・鹿児島市教育委員会後援)「高齢者の健康づくり講座:第2回『今こそ高齢者の智慧を～昭和・平成・令和を生きて～』(善福寺 住職 長倉伯博 氏)」を開催しました。

<受講生の感想>

- 楽しく、ちくつと心痛む ～にもかかわらずほほえむ(本当のユーモア) これが難しい。(物事に)とらわれを捨てる→少しずつ捨てなきゃ。 四苦八苦からは逃げられない…ありがとうを伝えられる人になりたいと思います。また、相手の話を聞くことができるようにしたい。いろいろな本を読みなおしたいと思います。
- いつまでも先生のお話を聞いていたいと思うほど、興味深くおもしろいお話でした。先生のお話をもとに今日からできることをしていこうと思いました。心の持ち方、命、生きている意味を考えさせられました。
- これからの生き方について、良いヒントを得られました。過去は変えられないが、これからの生き方で未来を変えられる。とられる事を捨てる。→心が楽になる。これからの生き方…微笑んで1日1日を楽しむ一生懸命に生きていきたいです。
- 長倉先生の軽快な語り口に魅了され、時が過ぎるのを早く感じました。「とらわれを捨てる」「とり返しのつかないことに気づく」これからの生き方は自分に素直に、自分の思いのままに、自分のしたいことをする一日を生きていきます。人生の下り坂、何にもとらわれず、わがままに生きる最高の人生です。死を見つめることは生を生きること。わたしの最期は笑ってピースしながら「ありがとう」と子どもたちに言いたい。

<講座の様子>



講座名:『今こそ高齢者の智慧を～昭和・平成・令和を生きて～』

日 時:令和4年8月17日(水)10:00～11:30

場 所:本学402号室

講 師:長倉伯博(善福寺 住職)

参加者:23名