

## 「学友会活動を振り返って」

27期 時任道信

私事ですが、27期同期会「ニーナ会」設立時（2011年）から神戸フロイデ合唱団に入団し、週1回の猛特訓、及び年2回合宿のハードな練習成果を「西宮芸術文化センター」、「三宮国際会館」でのコンサートに毎年（夏・冬）出場という退職後の趣味としては大変充実した日々をコロナ禍直前迄送っておりました。学友会有志（諸先輩）と毎月1回カラオケ（ジャンカラ）も楽しんでおりました。又夫婦で毎週2回プール・ジム通いによる体力造りに励んでおりました。皆様方も同様でしょうが、2年有余のコロナ禍ですべての生活スタイルが一変致しました。しかしネガティブ思考では人生が非常につまらないものとなってしまいます。

よって下記の5項目の目標を設定致しました。

- ①毎日 5千歩～8千歩を歩く事。
- ②厳選してテレビ番組を視聴する。
- ③ドライブがてらの週2回食料品買い出し。
- ④愛読書の再読、及び新刊書精読。
- ⑤日経新聞を丁寧に熟読する事で脳の活性化及び世情・動向の認知。



73歳の高齢者で基礎疾患を持つ者として細心の注意を払いながらポジティブシンキングで充実した人生を送るよう努めたいと思っております。

最後になりましたが、2013～2022年迄 「学友会委員（広報メンバー）」「2015年15代 副会長」「2016年学友会設立30周年記念号の編集委員」として微力ながらも協力・参加させて頂きました。今後は学友会会員として講演会、イベント等を楽しませて頂ければ幸いです。御座います。