

①ウィークエンド体験(第1回)「楽しいおやつを食べ方」(生涯学習課)

楽しく発見！おやつのはみつ

カルビー株式会社による食育講座が開催され、小学3～6年生20名が参加しました。講座が始まると、キャラクターやお菓子の名前に子どもたちの目は輝き、会場は元気いっぱい。



高野純江先生のもと、適切なおやつの量、パッケージの見方や、野菜のどの部分を食べているのか？などをクイズで楽しく学びました。

ポイント

★おやつの量を決めよう！ おやつのはみつは 200 kcal

★時間をまもろう！ おやつは、ごはんの約2時間前までに

おやつのはみつ

①体の栄養(ごはんできれい部分)

②心の栄養(楽しみ・うまみ)

「親に楽しそうだよと言われて参加した」「ゲームが楽しかった」という声も多く、最後のお菓子のおみやげに笑顔が広がりました。おやつの量や時間、役割を考えながら食べる大切さを学ぶ講座となりました。



②ギター教室入門(月)(かぬまマイ・カレッジ)

～楽しみながら基礎を学ぶ～

市民情報センターで行われた「ギター教室入門」取材しました。この講座は全10回シリーズで今回は2回目。講師は野口理先生。参加者は8名でした。

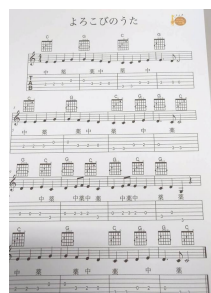
まず最初にドレミファソラシドの音階とコードの練習を行い、その後、順番に弾いていきました。先生は「コードを覚えると、その組み合わせでいろいろな曲が弾けます」と話し、実際に演奏を披露し、心地よい音色が響きわたりました。

参加者は真剣に練習に取り組み、うまく弾けた時はとてもうれしそうでした。和やかな雰囲気の中ギターを楽しむ様子が印象的でした。

受講のきっかけを尋ねたところ「家に長い間使っていないギターがあるので、この機会に弾けるようになりたい」と話してくれました。

初心者でも楽しみながら学べる講座で、今後の上達が楽しみです。

野口 理先生



先生オリジナル
の譜面

③大人のはじめての絵画教室(かぬまケーブルテレビホール)

大人のはじめての絵画教室

講座名に惹かれ取材を申し込みました。鹿沼市美術協会の会長を務める渡辺ふくさんと同協会員の鈴木和成さんが迎えてくれました。

会場には流木や花、果物などの絵のモチーフとなるさまざまなオブジェが置かれていて、受講生が描きたいものを選びます。真っ白いキャンバスに鉛筆を使ってデッサン開始。先生方は、受講生に寄り添い、立体感を生み出すための影の付け方などを熱心に指導されていました。(つづく)





(ノつづき)受講生は「仕事を引退したので趣味の世界を広げたい」「忙しい日々の生活から離れて別世界にいるよう。集中できる時間が心地良い。自分の時間が楽しめた」と満足そう。

講師の渡辺さんは、絵画の魅力について「何も描かれていない真っ白いキャンバスの前に立った時のわくわく感。そして仕上がった時の喜びです」と語っていました。

キャンバスを見つめる受講生の真剣なまなざしは、学ぶことのすばらしさを物語っていました。取材は初回に行いましたが、4回目となる最終日には力作が勢揃いしていることでしょう。

④やさしいミニハープ（かぬまマイ・カレッジ）

♪天使の竖琴♪

三角形のフレームに張られた弦を、両手の指で弾いて音を出す撥弦（はつげん）楽器のハープ。

今回は、膝の上に乗るミニハープ特有のキラキラとした優しい響きを手軽に楽しむことができる講座です。講師は、鈴木薫利（かおり）さん。初めに、『いつも何度でも』『浜辺の歌』を弾いてくださいました。次に前回のおさらいとして3人の受講生と共に『チューリップ』を練習。

鈴木薫利先生



15本の弦のうち「ド」の音は赤色の弦、「ファ」の音は青色の弦と初心者にもわかりやすくかつ弾きやすくなっています。本日の練習曲は『海』。一人ひとりに優しく丁寧に指導されていました。受講生は「何かやってみようと思った時、珍しいミニハープを選んだ」「念願のハープが弾けて良かった」と、笑顔で話してくれました。天使の音色に癒され、心豊かになる時間でした。

⑤トラベル英会話（かぬまマイ・カレッジ）

“What did you do...?”

今回取材したのは「トラベル英会話」の3回目です。受講生は7名でした。講師は明るく親しみやすい荒川シージー先生。「人と人をつなげるのが好き」という先生の思いから、10年前より色々な所で講座を続けています。

荒川シージー先生



この日のテーマの一つは、“What did you do during Golden Week?”（ゴールデンウィーク中、何をしていましたか？）。受講生はそれぞれの思い出を英語で話し、教室には笑顔があふれていました。言葉につまった時には、先生が優しくサポートし、和やかな雰囲気の中で会話が進みました。

「昼間に学べる英会話講座がなかなかないので、助かってます。仲間と一緒に学べるのも魅力です」と話す受講生もいました。

英会話を学ぶだけでなく、人とのつながりも感じられる温かな講座でした。

まなばニャー



myらいふ編集員：介川恭子・藤沼清美・井上恵理子・湯澤美子・西村和子・知念知佳