

和歌 一笑顔と優しい空気に包まれて

塾生 吉田雅美さん

私は「初めまして古典」という言葉に背中を押され、この講座を受講しました。

講師は、毎回わかり易い資料を準備して私たちに楽しく解説くださり、教室はいつも笑顔と優しい空気に包まれていました。

「百人一首」の回では、各自お気に入りの一首を発表し合い、平安時代の生活ぶりを学んで、和歌が身近になりました。

また「くらべてみよう紫式部と清少納言」の回では、アニメビデオで彼女たちの人物像を楽しく学び、それぞれの作品により興味がわきました。

たったの三十一文字なのに、和歌の感じ方は人によって様々だったことも今回の学びの一つです。だからこそ、現代まで多くの人の心にきらりと響き、愛されてきたのかもしれない。私にとって古典こそ「新鮮」です。

多くの学びをありがとうございました。

(U 1 9 2 7 「言葉に心きらり ― はじめまして古典」
担当県民教授 坂田陽子)



基本を学ぶことで やる気アップ！

塾生 西田きみ子さん

整理収納、生前整理のことは、メディアでよく取り上げられているので、以前から気になっていました。講義が大変分かりやすかったので、重い腰を上げて片付けをしたところ、想像以上に目の前も気持ちも明るく開けスッキリしました。悩み解決のきっかけを頂き感謝です。

先生は時々入る京都弁の柔らかい口調で、繰り返し丁寧に話しされていました。講座以外の話でも盛り上がり、時間を少々オーバーすることも。受講者同士、外に出た後も、しばらく話し込むなど、楽しく有意義な時間でした。

基本を学ぶことでやる気アップしたことが何よりの収穫でした。

(U 1 9 3 9 「整理収納の基本～もう片付けに悩みたくない貴方に！～」
担当県民教授 稲村美由起)



県民教授交流会

スナッフ写真



交流研修会 in 滑川(10.21)



交流研修会 in 富山 (9.29)



お食事会 集合写真 (8.21)



お食事会 in 富山 (8.21)

自然を丸ごと楽しもう

塾生 森久恵さん

膝や腰の治療中でも大丈夫なのかと思いつつ受講しました。何より衝撃的だったのは、この歳になって地面に顔を付け、木に抱きついたことです。これは子どものすることではないのか？

それでも同世代の方々と同じことをするうちに抵抗は徐々に薄らぎ、素直になれました。

森の中に入ると、家にいる時とはまったく違う空気が漂っています。地面を踏む音、鳥の鳴き声や池の水の音、葉っぱに風が当たる音。自分の感性が研ぎ澄まされます。

ゆっくり身体をほぐし、お茶を飲み、心和らぐ時間で思いもよらない体験を楽しみました。

(U 1 9 6 7 「五感で楽しむ、大人の自然体験～自然を丸ごと楽しもう～」
担当県民教授 吉田篤史)



身体にゆるく効く、中国の民間療法

塾生 吉田篤史さん

子どもの頃、身体が弱かったので健康法に関心があった。人から健康フェチと言われるが、若い頃よりずっと元気だ。

今年受講したのは、中国の健康法。本場の中国茶を味わったり、本格的な太極拳を練習したり、漢方の食事やお茶の養生法、経絡マッサージを経験したり。中国四千年のエキスを簡便にふれることができた。

民間療法は眉唾も多いが、身体にゆるく効くものもある。最後は自分の身体に聴くしかない。

こういう健康法を、自分の講座にも活かしたい。

(U 1 9 0 7 「啦・啦・啦 中国三昧 ― 今こそ免疫力を高めよう」
担当県民教授 青海海燕)



受講者の声

みんな、来てね！

自遊塾の講座 3つの特長

◎一位 分かりやすい！

「わかりやすいレジメ形式で文章表現等も工夫」「理解度に応じた個別対応」「ペアや数人での分かち合い」「小冊子を配布し、毎回、読み合わせ」「開始後も参考図書を購入し資料作成に励んだ」「専門用語は平易に表現」「質問内容で理解度を探りながら」「韓国語の動画をルビ付きに編集」「画像と大きなフォント多用のパワーポイントを作成し、カラー刷り資料(百ページ)を配布」「毎回、感想を書いてもらい、通信にして次の講座で配布」「事前の下調べと資料作りに力を入れた」「専門的すぎる言葉の分かりやすい言い換えや動画を入れた」等、さまざまな工夫が見られました。

◎二位 参加して楽しく学ぶ！

「初心者もリピーターもみんなが楽しめるプログラム構成と話しやすい雰囲気づくり」「会場づくりやおやつにも季節に合ったものを」「ゲームも取り入れた」「楽しめているか席を回って確かめた」「希望すれば小発表できる機会を設けた」などの配慮がありました。

◎三位 みんなで交流する！

「＼＼＼＼＼＼＼＼と笑顔で挨拶する」「裏ワザ&失敗談等も包まず披露」「ペアで練習」「楽曲ごとに塾生間で意見交換」「質疑応答を必ず入れる」「毎回、座談会の時間帯を設ける」「最後に塾生と記念写真」「毎回、終了後のお茶タイムで雑談し人柄を知る」など、輪を広げようとしておられました。

