

「こころとからだの健康」講座実施状況

実用万象学で自分発見！伝え方コミュニケーション講座



実用万象学の価値観の3分類に焦点をあわせて、自分を知ることの大切さを伝えました。自分を知るとは、簡単なようで非常に難しいが、人間関係を構築していくことの基本であることについて深めていきました。

コミュニケーションに活かすコーチング～ Let's enjoy コーチング～



講義と実習（ワーク）を織り交ぜて実施しました。ワークによって体感し、「気づき」「学び」を起こすことを意図して講座を組み立てました。「安心・安全な場づくり」に配慮し、受講者一人ひとりのエネルギーによる相乗効果を引き出すよう心がけました。

「歴史文学」講座実施状況

発見!! 越中国の埋もれた歴史(9)～加賀・富山藩政と国境紛議



越中国に関する講座シリーズを重ね今回の講座で9回目となりました。藩政初期からの歴史を振り返りながら、現在も残る地域感情について考察しました。

「ものづくり」講座実施状況

シュガークラフト - スイーツを彩る砂糖のアート -



1回もしくは2回で一つの作品（通年で7作品）を完成させることで、達成感を積み重ねるカリキュラムとしており、毎年課題内容を少しずつ変えることで、前年受講者にも新鮮であるように配慮しました。

塾生の声

あの青春を再び!!
ハーモニカと人生・健康・
音楽について!!

松永美智子

30年前から富山市で2つの合唱団の一員として音楽に親しんでいる大正14年生まれ私の希望は、何人かの仲間と一緒に老人ホーム等でボランティアの演奏活動をする事です。そこで若いときに少し習ったことのあるハーモニカ講座を受講することにしました。

講座は10回で構成されており、参加者の中で一番年齢が上だった私ですが、先生の熱心な指導で初心者も塾生も何とか上達していききました。一番楽しかったのは昨年の秋の学遊祭の発表会です。ギター伴奏に合わせ、「夏の思い出」や「明日があるさ」を演奏し、最後には会場の皆さんと一緒に「ふるさと」を歌いました。この経験は、今後の慰問演奏の予行演習として大変役に立ちました。今後さらに練習を重ね上手になり、慰問演奏をしたいと思っています。



「録音を楽しもう」を受講して

奥井 邦雄

お気に入りレコードをCDに変換してみようと思ひ、デジタル変換用レコーダPCMレコーダを検討していたところに、加藤先生の「録音を楽しもう」講座が始まると知り、レコーダを使いこなす良い機会と思ひ受講を決心しました。



数回の講義・録音実習の集大成として、コスモホールで高森静香さんのピアノ演奏録音会があり、私はピアノ内部の生々しい音を収録しようと、小型マイクをピアノ弦上部にセッティングして録音しました。演奏10曲の中に私の大好きなショパンの夜想曲が2曲あり感激しました。

録音の編集は無料PCソフトを探し、録音レベルチェック・フィルタ処理・削除・フェード加工・モード変換などの作業をし、各トラックの演奏開始までの無音時間を何秒にするか、市販CDの実態調べもしまし

た。CD-R書き込みではPC内蔵ソフトでタイトルと曲名を私のSACDプレイヤーに英数字表示できるようにしました。高森さんの協力と先生の指導のもと、最後のCDレーベル印刷まで一通りの工程を経てまがりなりにもCD制作までこぎつけられ、大変うれしく思っています。

皆との出会い

堀 俊弘

「知って得する生活情報」の講座を知りました。私も退職して拾年余、講座では職場と違い上下関係もなく皆んなとの出会いで世間が広くなり喜んでいきます。今は、長寿高齢化社会でもあり、安全と安心の出来る生活をしたいと思ひ、幅の広い先生方の話を毎回楽しく聞いています。消費者問題、園芸、健康、旅、余暇、介護の話、肩の張らない話し方で皆が和やかな雰囲気の中で聞かせて貰っています。今年も高齢化が進み、年金制度の破綻懸念も。関連した消費税の増税論議も。地球環境の悪化や不景気と不透明な点も多く、変動の早い社会と思われる事から、今年も先生方の話を参考にしたいと、楽しみにしています。

「はつらつ弦楽アンサンブル」

追分 秀美

音楽が好きなら、自分も仲間と集まって音楽を奏でることができたらいいなあ、と一度は考えたこと



があると思ひます。私もアンサンブル(室内楽)をやってみてみたいなあと思ひ、憧れている一人でした。でも楽器を上手に弾けるわけでもなく、私なんかが入ったら迷惑になるのではないかと思ひ、尻込みしてしまいました。しかし、このはつらつ弦楽アンサンブルに思ひ切つて参加してみてもよかつたと思ひます。

自分一人ではなかなか弾くことのできないモーツァルトの作品などを、参加者の皆さんと一年かけて挑戦し、少しずつ弾けるようになっていくことがとても楽しかつたです。そして、秋の学遊祭の発表会で披露できた時は、一つの音楽をみんなで完成させた満足感でいっぱいでした。

この自遊塾のもつ一つの楽しみは、いろいろな年代の方々と音楽談義に花を咲かせて、友好の輪を広げていくことです。アマチュアオーケストラで活躍されている方や、小学生以来何十年ぶりにヴァイオリンを弾いた方など、様々な音楽好きが集まり、みんなで楽しく意見交換しながら演奏するのが本当に楽しいです。これからも自遊塾の皆さんと素敵な音楽を楽しんでいけたらと思ひます。

新講座紹介

真空管アンプのほのぼのとした音の世界を楽しもう！

水上 宗久

富山クラフトオーディオクラブ所属の講師から、真空管アンプの概要、使用パーツによる音質の特徴、シャーシの加工から部品取付、配線・半田付など製作ポイントの指導を受けながら、アンプを実際に組み立てます。

製作するアンプは、初心者でも製作可能な真空管パワーアンプ又はプリメインアンプとします。講座での説明を聞いてから各自でキットやパーツ選んで準備したものを会場に持ち込んで製作し、完成した作品は試聴会に発表します。

初心者大歓迎です。世界に一つしかないあなたの音創りを通じてオーディオ仲間との交流の輪を広げましょう。



24年度は新たに4名の県民教授の方が講座を開設されます。



ふるさとの文学めぐり

(入門編)

澤田 隆彰

多少、本が好きということ、無謀にも「ふるさとの文学めぐり」という講座を企画しましたが、私自身は文学の専門家でも教えた経験もありません。正直に言えば、学生の頃は小説や文学を敬遠していたように思えます。

ところが社会人になってから、ある作家の小説を読んだことから、目覚めたというか、のめり込んでしまい、今では求めた本が書棚に入りきらず、作家別の段ボール箱が積ん読状態となっています。

本を好きになって、「世界が広がる楽しさ」を実感しています。7月には「高志の国文学館」も開館します。まずは富山市ゆかりの作家や文学作品を、映像や現地訪問など多面的にアプローチすることにより一緒に楽しみませんか？

俳句は自分史

森川 敬三



二十四年度の新規講座として「俳句を作る 富山を語る」を担当します。俳句は、紙と鉛筆があればOK！ガーデニングをする方は草花の美しさ、ウォーキングをする人は朝夕に見る立山連峰の変化、お子さんやお孫さんが成長する喜び等々、自分の感性や経験を一度言葉(俳句)にしてみてください。これはもう立派な自分史です。こうして、富山の自然や人情のすばらしさを俳句の窓から見たいと思います。共に富山の魅力を語り合いましょう。初めて俳句を作る方は、大歓迎。丁寧に支援します。

塾生全員の俳句をまとめて、『富山歳時記』を制作します。あなたの自分史と富山の魅力を、後世に残したり広く発信したりしましょう。

街づくりの1つ1つ……

河合 裕子

ヨーロッパの街中に窓から溢れんばかりに咲く花の姿にあこがれ、10年前にハンギングバスケットのマスターの資格を取りました。現在南砺市園芸植物園やチューリップ四季彩館で教室を持っています。

6年前に山中温泉からの依頼で、



花いっぱい街飾り事業に関わりました。「花が人を呼び、人が人を呼ぶ」ということを実感した驚きの体験でした。以後、地元の商店街や倉温泉街づくり事業、JR寺井駅前花飾り事業に協力しています。

「城端線を常花線に」。福野駅から福光駅、城端駅へと南砺市と周辺住民との協働の花の道が繋がってきます。

花を飾ると「きれいですね」と声がかかりました。花たちはもっときれいに咲こうと頑張ってくれますよ。

外部開催の講座実施状況

富山の名水発見



県内を8分割して52カ所の名水探訪を行いました。またその近隣の名所旧跡、寺社等にも立ち寄りました。各回にアンケートを実施して名水の評価をするとともに清掃活動を行いました。富山にはとても多くの名水があります。今後とも保全活動が大切であることを実感しています。

いきいき富山の健康・体力づくり(応用編)



健康・体力づくりの講座で、7月初旬古洞ダム南池自然観察路をバードウォッチングをかねて歩きました。鳥の鳴き声と木立の中を抜けるさわやかで心地よいそよ風を受け、どんぐり吊り橋を渡り天文台で星の学習をし、古洞の湯につかり心身ともにリフレッシュして楽しむことができて大変満足でした。

24年度自遊塾

59の楽しい講座がいっぱい!!

あなたも好奇心と探求心で参加してみませんか

こころとからだの健康	15講座	自然環境	4講座
歴史・文学	13講座	情報映像	2講座
ものづくり	13講座	音楽	7講座
くらし・食	2講座	ふるさと	3講座

事務局からのお願い

教育文化会館に駐車できる台数に制限がありますので、公共交通機関をご利用ください。(自遊塾講座だけで使用しているわけではありません)

講座の現地研修等で教育文化会館を集合場所にされる場合、会館駐車場の使用について遠慮願います。(会館を使用される方々が優先されます)

自遊塾講座の修了者には、時間数に応じて県民カレッジ単位を付与しています。従って、講座申込者と異なる方の受講はできません。

自遊塾への申込みは、郵送・持参以外にもインターネットから申し込み可能です。

「インターネット申込み」のご希望の方は、サービス開始にあたり、学遊ネットマイページ会員(無料)になっていただいております。学遊ネット会員の手続きをお願いします。とやま学遊ネット利用登録を参照ください。

<http://www4.tkc.pref.toyama.jp/download.phtml>