

# 井戸端 通信

Vol.16

発行  
平成13年3月10日

〒930-0096  
富山市舟橋北町7-1  
富山県民生涯学習カレッジ内  
自遊塾倶楽部広報部

紹介します  
平成13年度

## 塾生募集開始

### 新たに開設予定の17講座

### 新川地区会場

#### 百名山を楽しむ

木内 静子



私、五十歳でようやく深田久弥百名山を完登できました。よく聞かれたことは、「何年かけて登ったの」「誰と行くの」「いくらお金がかかったの」などでした。

登れそうにない人にはだんまりを通してきました。しかし、あれから二年。私の口のまわりがムズムズ。語りたくて語りたくてムズムズですが、どこからもお呼びはなし。「じゃあ自分から語ろう」ということで立候補しました。

愉快的なエピソードも取り入れて、ためになる話、夢のある登山人生を紹介します。ちょっとしたコツで百名山を楽しく登ることが出来ます。

目指す人目指さない人、もう終わった人、皆でワイワイと山について語り合いましょう。

#### 競技カルタ

#### “百人一首”に親しもう

渡辺 和恵

お正月になると、家族で百人一首をして遊んだ経験のある人は多いのではないのでしょうか。ここでは、一歩進んで競技としてのかるたに親しんでみましょう。

競技かるたは、約五十一センチ×八十七センチと狭い範囲で競うため、老若男女の差がほとんどなく、どなたでも平等に楽しむことができます。テニスでサーブエースが決まったときや、バレーボールでスパイクが決まったときのように、人より早く札が取れるとうれしいものです。スポーツ感覚でトレパンをはいて、百人一首を取ってみませんか。



#### 安・近・短流

#### 「絵の旅・一行詩の旅へ」

松田 和夫

「絵日記で二十一世紀の自分史を」

戦後、小学五年で漫画博士手塚治虫の門を叩いた私は、パリーの日本画家として再出発した時からル・マンを指す自動車レーサーとして、また帰国してより与謝蕪村に私淑し俳句を学びました。

ゆえに私の人生は自動車十絵十文学の「三頭立ての馬車」で疾駆する毎日であったと申せましょう。

振り返ると私はすばらしい先達との出会いと、沢山の友人に支えられて今日まで生きて参りました。今までの短期大学の授業とは違い、一般国民の皆様との新しい「出会い」を求めこの講座を開設しました。

短詩形文学として俳句や川柳が知られていますが、今、京都の雅びの文芸「冠句」が現代人にブームとなりつつあります。

それに小さな絵を描き添えて絵日記とし、自分史を新世紀に残しませんか。そして身近な大自然や文学碑をたずねてドライブしませんか。年齢に関係なく自分史を歩くあなたをパートナーとして待っています。

## 富山・高岡地区会場

## 羊の毛で

## フェルトを作ろう

荒井 よしこ

ふわふわの羊の毛を積み重ね、お湯と石鹸と摩擦を加えると、毛が絡んで縮んで一枚の布ができます。これが「フェルト」です。

手芸店で売っている機械製のフェルトと違い、自分の手でこしらえるフェルトは、羊の毛の種類、色など材料の選び方次第で、風合いも色合いも自分で好みに調整できます。また平面だけでなく、切ったり縫ったりせずに自由に立体を形作れる不思議な素材でもあります。

この講座では、バッグや帽子といった実用小物が中心のプログラムとなっていますが、この七回で基本は一通り学べますので、あとの応用はアイディアと体力次第です。遊牧民のような住居はちょっと難しいかもしれませんが、猫の家くらいならあなたにも建てられるでしょう。(寒がりな猫は暖かなフェルトが大好きです。)



## ハンガリーを体験しよう

カチヨール ユネツド

今から一千百年前、遊牧民である我々の祖先たちはウラル地方からやってきて新たな地を探していました。そして、周囲を高い山々と豊かな水をたえた川に囲まれたカルパチア盆地を見つけ、ここに落ち着き「ハンガリー」と名づけたのです。

私は、フタペスト大学卒業後、母国ハンガリーの私立語学学校やフリーランスの講師として、十二年間ドイツ語を教えてきました。そして、二年前に富山にまいりました。

受講する皆さんには、ハンガリーという国やそこに暮らす人々の日常生活について、またハンガリーの料理とおいしいワインなどについてもより深く知ってもらいたいと思っています。異国の文化や異文化、日本とは異なった物の見方・考え方に興味のある方は、ぜひ受講していただきたいと思えます。

ユーモアがあつて、たのしいことが大好きな方、大歓迎です！一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



## 和算をたずねて

西村 明憲

日本古来、独自の発展をとげた和算は現代から見ても興味深い内容がいっぱいあります。庶民の数学として鶴亀算やねずみ算、数学の文化財といわれる「算額」から視覚的な幾何学が発達しました。

県内の神社には、この「算額」が十三面あるといわれます。その一つ一つを尋ねて、先達の苦労の跡をたどってみましょう。

ホームページで、和算問題の「私の解答例」を発表するというのも面白いでしょう。「漏れ知新」きつと新しい発見がありますよ。

## ストリートダンスで

## 新しい自分発見

加藤 善之

音楽に合わせて、ついつい知らないあいたに体が動いていたり、体のどこかでリズムをとっていたりした事ってありませんか？ダンスってそんな誰もが心の奥深くから感じられるものなのかも。難しく考えすぎずに、でも軽くとらえずにカッコ良くダンスしてみませんか？

熱い講座にしましょう。



## 富山県の農と食を顧みる

飯田 周治

私は農業試験場等に勤務し、平成五年に退職しました。退職後は同様の仕事で体力が維持できればと思いき、休耕田を借り受けて、小面積で手作業による水稲の無農薬栽培を始めました。自分で収穫した米で、おいしい食事ができることに、一人うれしさを実感してきました。

三年前にドミニカ共和国へ技術援助に出かけ、二年間過ごしたのですが、帰国後は体調の悪化や物忘れが多くなり、解決策として、まず野菜栽培を取り入れ、その野菜と魚を利用した食生活の改善に取り組みました。

今、社会では健康や旅行、学校がブームとが。そして中高年の半数が生活習慣病の要注意者といわれています。こんな折に「富山県の農と食を顧みる」を通して、農と食は勿論、健康や社会への影響に至るまで討論や検証を行いたいと願っています。



星道楽(みやあらく)の  
すずめ

中村 哲也

みなさん、こんにちは。今年県民カレッジで、星のお話をする事になりました。中村哲也です。どうぞよろしく。

三月まで富山市天文台で働いておりましたので、ひよっとすると見覚えのある顔かもしれません。星の世界に入り込んだきっかけは、呉羽山にあった旧富山市天文台で、オリオン大星雲を見せていただいたことです。あまりの美しさに、まだ小学生だった私が感動してしまったというわけです。

天文の話というと、とかく難しいことばかり目につきますが、ただ星を見ることができれば、とても簡単でおもしろいというのをわかっていただきたく、みなさんにお話しようと思っております。星の好きな方も、またそうでない方も、ぜひ私の星の話を聞いてください。十月には、あなたも星の世界のと・り・こ。

藤と楽しく

熊木 保子

編みだしたら止まらない、藤の不思議な魅力を、一人でも多くの方に知っていただけましたなら、大変うれしく思います。

日用雑貨から平面まで取り組みますが、初心者の方にもできるようなカリキュラムになっております。

創る楽しさと、完成の喜びを味わってみましょう。



現代川柳入門

森谷 正成

「二十歳すぎたら川柳を」

一隅を照らす男になれ二十歳

一勝九十九敗自分を恥じることはない 正成

若者のマナーの悪さを全国に発信した新世紀の成人式。

ありあまる物と、ありあまる自由。ありあまる平和と、ありあまる力。これをどう使いこなせばいいのか、大人も若者も迷っている。全てが未経験のことばかりだからだ。みんな前例なき世界へ突入して悩み苦しんでいる。

現代川柳は、私が私であるための文芸であると信じている。これでいいのか、と自分を見つめ自分を詠むことでしか新世紀に生き残ることはできないと思っている。

オリジナルアルバムで  
撮った写真を楽しく見せよう

青海 正和

普段写真を撮った後どうされてますか？ポケットアルバムに入れてそのままに…。なんて事ありませんか？アルバムにするときにちょっとした工夫（タイトルや、ちょっとした切り抜きを入れてみたり、また順番を入れ替えるだけ）で、全然違った物になります。せっかく撮った写真なんだから見ていて楽しく、そして美しいアルバムに変身させてみてくださいませんか？

これから写真を撮り始めようと思ってる方、初心者の方大歓迎です。色んな場所で、色んな写真を撮って、素敵なアルバムづくりをしてみませんか？

前むきな足もみ

健康法で三歳若く!!

辻 美喜子

足もみや、肩・腰を中心とした全身のこころよい動きを体感する実技中心の講座です。体も心もほんわか感をおなかに。

健康に関心のある方、運動は苦手という方、より若く健やかでありたいと願う方は、どうぞ参加下さい。

三十〜六十歳代の主婦仲間と、こころり美しくなる会」を作り、情報交換をしています。そのような情報・智慧をあなたにも伝えたいと思っっています。

砺波地区会場

お菓子をおしゃれに

コーディネット

坂田 千波

皆さんこんにちは。私は料理、お菓子を作ることはもちろん大好きなんです。それが以上に、「しゃべること」が好きです。

尊敬する人は、「古賀伊知郎」好きなテレビ番組は、「漫才」という感じです。

今回企画させて頂きました「お菓子をおしゃれにコーディネット」の内容は、お菓子作りの基本をふまえて、次に最もわくわくする部分である、心をこめて作ったお菓子をどんな風に演出しようか？そこをポイントに展開していきたいと思っております。そして工芸菓子の中でも最も優美な「シュガークラフト」も加え時には繊細に、「一枚のお皿にデザート、旬の果物、鮮やかなソースを使って素敵な世界を演出しましう」



心がふんわり  
世界で一冊の手づくり絵本

沢田 奈美枝



子供の頃から大好きだった絵本。大人になってから読んでも、心がほっとして好き。子供に読み聞かせるのも楽しいし……。ある日、日常の何気ない事とが、子供のつぶやきを何かに残してみたくて絵本にしてみた。

うれしそうに小さな手がかかえて読んでいた。その日からその絵本は私と子供の宝物になった。小さな絵本を何冊か手づくりして、ある人にプレゼントしたら、思った以上に喜んでくれた。手づくりの絵本には魔法がある。心をふんわり包んでくれる。人と人をつなぐやさしくしてくれる。つくるのも楽しいけれど、出来上がると、とってもうれしい。そして、自分のつくった絵本をみてもらうのは、もっともっとすばらしい。

かんたん！たのしい！！  
リサイクルペインティング

山口 ひとみ

え、ペインティング？絵下手やからダメ。大丈夫。だって下絵の図案を写して描くんじゃなく！色のセンスないからあかんわ。それも大丈夫。色は個人が持ち合わせたものだから大切にしましょう。自信をもって自由に色を選び組み合わせましょう。

同じ図案を使っても、どれも同じになることはないのです。一人ひとりの色使いの強弱で微妙に、また大胆に仕上がりが違ってくるから不思議です。世界でたった一つの素敵なオリジナル作品が完成することでしょう。

講座で学んだことを生かし、家の中の不用品をどんどんリサイクルして、蘇らせてください。

自遊な心で、美しく楽しい講座にしましょうね。

## 越中の山野草と温泉を楽しもう

(すみれグループ)

高瀬 清美

新鮮な空気と自然をいっぱいすって花をみつけてみましょう。

花の魅力にとりつかれるでしょう。一緒に味わいませんか！！



## ボジョレー・ヌーヴォーを楽しむ

リサイクルで  
オリジナル雑貨  
荒子 益代

11月17日「2000年ワインを楽しむ夜会」が企画され、私は早速、胸わくわく出席しました。他の講座の方々と初対面ながらすく「うちとけ」あい、まずは「お互いの講座のこと」から始まり、ワインの原産国から各ヨーロッパ諸国の生活情報まで会話はずみまじりました。また、次年度の講座についての希望まで出されるやら、私達にとっては大変有意義な交流会でした。

今後とも自遊塾にいるんな人々と出会い、自分を成長させていきたいと思いました。

## お問い合わせ

## 県民カレッジ自遊塾 係

〒930-0096 富山市舟橋北町7-1  
TEL 076-441-8635 (内線222)  
FAX 076-441-6157

## 編集後記

いよいよ今年度最後の井戸端通信となりました。編集にあたり、塾生の皆さんから多数のアンケート回答や原稿等ご協力をいただき、何とか今年度の発行を終える事ができました。改めてお礼申し上げます。

さて、自遊塾倶楽部は、県民教授会のもと、既に「春のときめき講座」に向けて企画運営を進めております。また、来年度は新川、砺波地区センターでの自遊塾講座開設も決定して、一層の発展が期待されます。

今後とも自遊塾というリンクが参加なさって、その活動がより一層活性化されていくことを期待します。

最後になりましたが、今後とも井戸端通信をご愛読いただき、更なるご協力の程よろしくお願いたします。

自遊塾倶楽部広報部一同

## アフタヌーンティーパーティーに参加して

シュガーアート 般若 克江

紅茶が好きな私は、11月23日、自遊塾交流部企画の紅茶講座とアフタヌーンティーパーティーに参加しました。参加者は、幅広い年代で男性もおいでになり、紅茶が好きな方が多い事を実感しました。

ローズワットのオーナーから英国式の紅茶の入れ方を教わりましたが、自分のいつもの入れ方と随分違い、おはしを使うのにはびっくり！実際にやってみると難しく、おいしく入れる事ができたのかな？紅茶一杯おいしく入れる大変さを学びました。



香り高い紅茶とおいしいケーキをいくつも頂き、みなさんとの会話も弾み、とても楽しいひとときでした。