

# ゆうネットくさつ

学習ボランティア通信

No.65



ゆうネットくさつサポーターの会 発行 2016.12

住所 草津市草津三丁目13-30 (生涯学習課内)

TEL077-561-2427 FAX077-561-2488

## ◆ 草津市ゆうゆうびと講座

「草津市ゆうゆうびと講座」は、さまざまな学習の成果を地域社会に生かしていくために、「草津市ゆうゆうびとバンク」に登録されている方が、講師となって講座を開設し、講師としての指導経験を積んでいただき、活動の場を学校や公民館、地域社会へと広げてもらうことを目的としています。今回は9～10月に開催された4講座についてご紹介します。

### ① 「ハワイアンフラダンスにチャレンジ!!」

**開催日：9月6日、13日、27日 (いずれも火曜日) 全3回**

**場 所：まちづくりセンター**

**講 師：MIYUKIさん**

9月6日から9月27日まで計連続3回で、まちづくりセンターにおいてフラダンスの講座を開催しました。30代から70代まで幅広く10名のご参加をいただきました。ほとんどの方がフラダンスは初めてのご体験ということで、基本的なステップやハンドモーションから進めていきましたが、最終的には『レイナニ』【美しい恋人】という曲を4番まで覚えて踊っていただけました。ハワイ語の歌詞のお勉強もしました。



皆さん、とても楽しく賑やかに、さらに興味深くご参加いただき、私自身もたいへん楽しい時間を過ごすことができました。

(記事：講師 MIYUKI)

## ② 「日本式気功」

開催日：9月10日、17日、24日（いずれも土曜日） 全3回

場 所：まちづくりセンター

講 師：西田 静代さん

平成28年9月に3回の講習をやらせてもらいました。この養生術は、東洋医学に基づいた日本式気功です。病気にならない体をつくります。自己免疫力、自然治癒力を高めていきます。これ程強いものはないです。その為には、リラックス、丹田呼吸、体のすみずみまで伸ばす。これにつきます。丹田呼吸法



を覚えてしまうと病気になった時、ふとん、ベッドの上でも出来ます。くせのついた体は、なかなか元に戻りません。体が軟らかく気の流れが良くなるには、丹田呼吸法が一番です。継続は力なりと言いますが、続けていくのがいいと思います。

（記事：講師 西田 静代）

## ③ 「ダンス・だんす・健康ダンス」

開催日：9月13日、20日（台風により中止）、27日（いずれも火曜日）

全2回

場 所：老上西市民センター（公民館）

講 師：乗松 芳子さん

ゆうゆうびと講座を初めて担当することになり、3回講座の内1回は残念ながら台風の影響でやむなく中止となりましたが2回は無事終えることができました。募集人数1回目は8名の内5名、2回目は9名の参加でした。



NHK 朝の連続小説「あさが来た」のテーマソング『365日の紙飛行機』や、2020年に行われる東京オリンピックにちなんだ曲でのダンスやワルツで癒される曲の踊り等を紹介し、皆さんと一緒に楽しみました。また1人踊りで難しいステップもありましたが、2回目の講座においては全員が踊れるようになりました。

2回の講座でしたが皆さんと楽しんで体を動かし心地良い汗をかきながら有意義な日々を送ってもらい、良いコミュニケーションが取れた講座でした。

この機会を与えて頂きサポーターの方々のご支援を頂き厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。

(記事：講師 乗松 芳子)

## ④ 「木の笛 コカリナ演奏体験 (ハンガリーの民族楽器)」

**開催日：10月4日、18日(いずれも火曜日) 全2回**

**場 所：大路市民センター(公民館)**

**講 師：戸高 弘子さん**

10/4、10/18の両日、コカリナ体験を開講させていただきました。いつものことですがコカリナを見たことも、聞いたこともないという方がほとんどでした。受講者の方々は中学以後、楽譜を読むことが久しぶりと言っておられましたが、なんのそのタンギング奏法や音階を苦も無く覚えられたので、童謡から琵琶湖周航の歌まで7曲に挑戦できました。思っていたよりトントン拍子に進み、追加教材のコピーに走ったほどでした。草津コカリナグループのメンバーに合奏とアシスタントに加わってもらえたので、予想外に早く、楽しく取り組めたものと思っております。これから先、テレビや、ラジオのBGMにコカリナの音が流れたらピピッと反応することでしょう。そしてコカリナをやりたくなる！それがコカリナの特長です。



草津コカリナ教室は大路市民センターにおいて第1、第3(火)9:30~11:30開講中です。いつでも覗きにいらしてください。

(記事：講師 戸高 弘子)

## パワフル交流・市民の日に参加して

第17回パワフル交流イベントは11/5(土)、好天に恵まれた中で盛大に催されました。パワフル交流の実行委員長、社協の委員長に続いて市長のあいさつがありましたが、今年は各代表とも、川柳を織り込んでもらうということで、市長の川柳は「秋が来た ふれあいまつりに 飽きは来ず」としゃれたものでした。玉川高校吹奏楽部の高らかな、そして華やかな演奏で幕が開き、大勢の市民が模擬店のスイーツを食べ歩き、体験コーナーで子どもも大人も作り物に熱中し、ステージの熱演に拍手を送り秋の一日を堪能してもらったようです。当日の人出は約1500人でした。私はステージの司会役で、すっかり疲れましたが。我が「ゆうネットくさつサポーターの会」も、生涯学習課と共同でパネル展示に参加しました。残念ながら人気はいまひとつで、パネルの前に人だかりができるという具合にはいきませんでした。締めくくりは「出会いの街、くさつ」をみんなで歌って終わりました。また来年も続くことを期待しています。



(記事：ゆうネットくさつサポーター 戸高 秀人)

## 《「草津市ゆうゆうびとバンク」登録者随時募集中！！》

### ・「草津市ゆうゆうびとバンク」への登録について

草津市では、地域で子どもと大人が互いに学びあう「地域協働合校事業」を推進しており、多くの学習ボランティアの皆さんに御活躍いただきたいと思っております。

以下のような人の登録をお待ちしています。

- ・自分の知識や経験、技能を市民の皆さんに提供したい
- ・免許や資格はないけど、得意なことを伝えたい
- ・子どもと学習やさまざまな活動をしたい など



「草津市ゆうゆうびとバンク」への登録を希望される人は、所定の用紙に記入の上、生涯学習課まで提出してください。

(なお、用紙は生涯学習課窓口かHPからダウンロードできます。)