

# ずし楽習塾 だより

2015.秋季号

NO. 20

NPO法人ずし楽習塾推進の会

電話・Fax 046-871-7007

URL: <http://zushigakushu.jp/>

学びあい 教えあい ふれあい

生涯学習活動推進団体

「地域に広がる交流の輪に期待」



昨年、談話サロンのお仲間に入れていただいたのがご縁で、Ⅲ型およびⅣ型の企画に市民委員として参加しています。

在宅高齢者約900名を対象とした東京都老人総合研究所の熊谷らの調査によると、家族と一緒に食事をする、あるいはボランティア活動をしている人は、そうでない人に比べてはるかに食欲があることが報告<sup>1)</sup>されています。また、先日の新聞<sup>2)</sup>では、いろんな人たちと付き合うことが健康にとっても大切であることを日本福祉大と千葉大の研究チームが報告しています。

海の幸、山の幸に恵まれた三浦半島の地であって、美味しい食材と学びの場が提供されているということは、健康寿命を延ばす素晴らしい環境が与えられているということでもありましょう。

出会いの場としてのずし楽習塾の様々な活動に、逗子市民のみならず近隣市町の多くの方が参加されることを期待しています。

出典：<sup>1)</sup> 月刊総合ケア 2001年11月号、

<sup>2)</sup> 朝日新聞 2015年4月22日朝刊



藤井 高任さん  
(会 員)



Ⅲ-1型講座風景



講座企画会議風景

## 講座づくりが面白い



石黒 佳代子さん  
(市民委員)

「広報すし」2013年8月号に掲載された市民委員募集の呼びかけに名乗りを挙げ、楽習塾のお仲間に加えていただきました。

講座の準備には、テーマの設定や講師の選定を始めとして、広報紙やチラシ、ポスターによる受講者の募集、開催当日の会場の設営や進行の段取りなど、どの場面でも「産みの苦しみ」があります。

しかし、スタッフ一同が文殊の知恵を惜しみなく持ち寄って一つひとつの課題をクリアし、受講者や講師の方から「良い講座だったね」と言っていた時ほど主催者冥利に尽きることはありません。

常に旬な内容の講座を提供できるよう、日々アンテナを張り巡らして情報感度を高くしておくことも大切なことだと実感しています。



講座「シニア・60才からの主張大会」風景



講師 中津 悠子さん(作家)

## 受講者の笑顔が喜び



牛尾 洋三さん  
(理事)

「アートで楽しく！美術講座」シリーズで、写真講座の講師を2年間担当しました。フォトインストラクターとして講師担当をしますが、事前打ち合わせとサポート、自ら事前実習をする等、他には無い受講者の立場に立っての講座作りに感心させられました。



### 「写真講座」の講師を担当

講師を担当しながら、他の講座企画にも参加し、受講された方々の笑顔と感謝の言葉に、設営の楽しみを感じ、会の運営に参画しました。

「教えることは学ぶこと」「一人で学ぶより仲間と学べ」、を講座の基本に、「相手の笑顔が自分の笑顔」になるような講座企画ができればと思います。



講座企画会議



## 趣味を得る楽しみ



小林 紘岳さん

(市民講師:鎌倉彫歴 40 年)

鎌倉彫に出会ったのは全くの偶然のことでした。以来40年、尽きることのない奥の深さと漆の魔力にすっかり虜になっています。

古典を手本にして基礎刀法を身につければ世界で一つだけの創作作品へと夢が広がります。

木地を選び、用途に応じた図案を付け、完成作品を想像しながら少しずつ仕上げていく手作業は、時間を忘れて木と対話しているようです。そして彫り上がった時の達成感は何とも言えません。

楽習塾の講座講師に参画し、その後サークルを発足した仲間と月に2回市民交流センターに集い、年代も性別も様々な同じ趣味を持つ友人として楽しいひと時を過ごしています。ぜひ御一緒に参加なさってみませんか。



市民講師企画講座 (パーソナルカラー)



市民講師企画講座 (鎌倉彫)

## 楽習塾に感謝!



長谷川 伸子さん

(やまばとの会 会長)

「録音ボランティア」の理解が拡がりました。

「やまばとの会」は録音ボランティアグループとして1980年に発足以来35年活動の幅を広げてきましたが、新人の募集及び育成が大きな課題でした。「ずし楽習塾推進の会」のご支援のお蔭で平成20年、21年、25年と毎回30名の受講者を得、受講後の実践活動に結び付ける事ができています。

また、受講者を募るだけでなくチラシ・ポスター等を通じ、録音ボランティアという必ずしも認知度の高くなかった仕事に多くの方が関心を持たれたことが大きな成果となっています。「推進の会」のご尽力に「やまばとの会」一同大変感謝しております。



「やまばとの会」では、新聞(連載小説、社説・コラム、俳壇、川柳)、月刊誌(健康雑誌壮快、NHK ラジオ深夜便など)、ゴルフ情報、観光情報等を録音図書(CD)にして無

料貸し出しをしております。また年間60タイトルを超える最新刊から人気本を制作。ご希望の本の録音依頼も受け付けております。(市役所福祉課に音声案内(CD)があります)私たちの周りの情報は8割が目から得るものと言われております。会では視覚に障害を持つ方々の目の代わりとなり耳からの読書の楽しみをお届けしていくために、少しでも良質な録音図書を提供できるよう努力しています。今年も「録音ボランティア養成講座」が開かれますが、講座をきっかけに私たちの活動が繋がっていく事を心より願っています。



## 談話サロン ～ 良質な空間 ～

葉山 富弘さん  
(会 員)



「談話サロン」に参加しおよそ一年になろうとしていきます。当初は先輩達に囲まれ、少なからずプレッシャーも有りましたが、参加する毎に皆さまの魅力的なキャラクターも発見でき、今では私にとって楽しく心地良い空間となっています。

いつも自分の無知、無能、無才を思いしらされ、謙虚に自分を視つめ直すいい機会となっており、終わると“少し豊かになっている自分”を発見します。何かとストレスの多い昨今、“自由に意見交換できる場” “自己解放できる場” 更には“ボケ防止の場”として、大変貴重な場でもあります。“人生死ぬまで勉強”を信条としている私にとって、まさに最適な談話サロンです。ご一緒しませんか！



談話サロン例会風景



談話サロン例会後懇談会風景

## 楽しく学び、友も出来る楽習塾メンバーへのお誘い！



女子会でおしゃべりは満開

いつまでも元気に！  
毎日リフレッシュ！  
是非ご参加ください！  
特に女性の方、  
お待ちしております！



黒星 恭子さん (代表理事)

### NPO 法人ずし楽習塾推進の会

会員募集 随時、会員を募集しています

2015年9月1日現在正会員：26名 賛助会員：4名

正会員年会費 1000円 (一口以上任意) 賛助会員年会費 2000円 (一口以上任意)

連絡先：〒249-0006 逗子市逗子 4-2-1 市民交流センター (内) URL: <http://zushigakushu.jp/>

Tel & Fax : 046-871-7007 Mail: [z-gakushujuku@bz04.plala.or.jp](mailto:z-gakushujuku@bz04.plala.or.jp)

