

11

清見潟ニュース

大学バコ



清見潟大学塾事務局

〒424-0817 静岡市清水区銀座 9-11

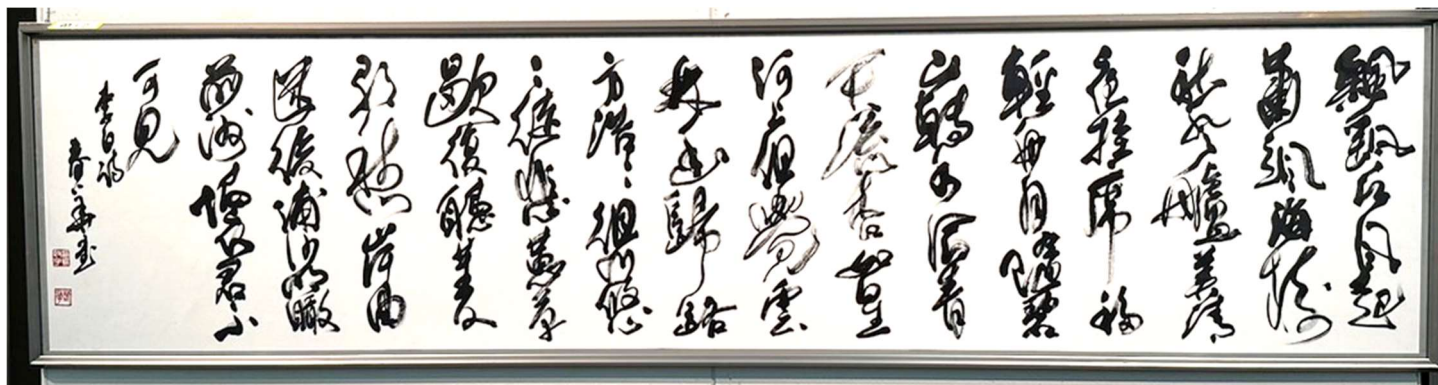
TEL: 054-367-3588 / FAX: 054-367-3599

URL: <https://www.kiyomigata.sakura.ne.jp>Mail: kiyomigata@cy.tnc.ne.jp

ふじのくに芸術祭二〇二三（第六十三回静岡県芸術祭）美術部門書道展において、「私にも書ける美文字」（両河内生涯学習交流館）の西島春華講師が、最高賞の静岡県芸術祭賞を受賞されました。

表彰式は、来年二月にグランシップで行われます。

おめでとうございます！



受賞作品 李白詩



講座の西島講師



(静岡県ホームページより)

「ふじのくに芸術祭」は、広く県民に芸術作品の発表や鑑賞をする機会を提供し、県民自ら行う文化活動を支え、静岡県の文化向上発展を図ることを目的として開催しています。県民のみなさん誰もが参加できる総合芸術祭です。

ユネスコ無形文化遺産 太極拳

太極拳と聞くと、朝の公園に集まって稽古しているところが思い浮かびますが、本当のところよくわかりません。そこで今回は「健康太極拳」におじゃましました。



まずはストレッチ

Q 太極拳は武術なんですか。

A もちろん。太極拳は中国の武術です。身を守るために誕生した護身術ですよ。

東洋哲学と養生法を取り入れた鍛錬法は、心身の健康という面で発展して、今では世界中に知られる健康法になりました。時には「哲学拳」とも呼ばれています。



足だけでなく腰の動きも気を付ける

Q 踊っているように見えますが、護身術ですか。

A ゆっくりとした動きがイメージされますけど、ゆっくり動くのは心からリラックスでき、繊細な感覚や細かな筋肉一つ一つを発達させられるからです。

あの動きはほとんど円運動からきています。円には始まりも終わりもありません。それはとても自由な形ということです。頭と体で円を意識することで、どんな変化にも対応できるしなやかな心と体を作っていくのです。



円を意識して

ところで、「転倒」などによる死者は交通事故の二倍以上になると、厚生労働省が発表しています。となると転倒予防がとても大切になってきます。

太極拳は、全身のツボやそれを結ぶ経絡を刺激し、バランス感覚の良



手だけじゃなくて腰からひねる

い転倒しにくい体を作ると、世界的に注目を集めています。ハーバード大学でも太極拳の研究が進められています。

転倒防止とダイエットのために、あなたも始めたら。

うーん、さすが中国四千年の歴史、奥が深い。

- ・ 健康太極拳
- ・ 江尻生涯学習交流館
- ・ 第二・四（水）九時三十分
- ・ 講師 勝山道子

楽しもうよ大正琴Ⅰ

塾生 大洞 久代

大正琴を始めて、早や十数年がすぎようとしています。初めは琴がどんなものかも分からず、教室の門をたたきました。
初めてふれた琴にも、緊張した事を思い出します。



稽古で使用している大正琴 譜面は数字譜

一年二年やっついていくうちに、だんだん琴にも慣れてきて、曲も弾けるようになり、発表会やマリナートで演奏も出来、いろいろな経験をさせ

て頂きました。今では楽譜も琴を弾く手も板につきました。



楽器はチューニングが大事



稽古の様子

授業中、先生が皆の机を回りながら、悪いところなどを、ここはこう弾いたらいいと指導してくれます。

童謡、演歌その他いろいろな曲に挑戦しています。月二回、第一、第三土曜日、午後一時から三時まで、今は有度の交流館でやっています。塾生は気のいい人達で、笑ったりしゃべったりして、ストレス解消になっています。



「先生！」 振り向いてもらえませんでした

今から何か始めたいと思っている方は、一度見学に教室へお越しください。お待ちしております。

- ・ 楽しもうよ大正琴Ⅰ
- ・ 有度生涯学習交流館
- ・ 第一・三(土) 十三時
- ・ 講師 西嶋光代

交流館からのお願い

・ 交流館の駐車場は限られた台数しか駐車できません。

なるべく公共の交通機関を利用するか、自家用車の場合は乗り合わせをお願いします。

・ 季節性インフルエンザなど感染症が拡大しています。

うがいや手洗いをおこない、熱のある時には休むようにしてください。

・ 常に「来たときよりも美しく」の気持ちで清掃、片付けをしてください。その際、忘れ物の確認もお願いします。

募金ありがとうございます

- ・ 筆のたのしみ
- ・ 書道「蓬会」
- ・ 入門「実用書道」
- ・ 講師 太田静苑
- ・ 日本舞踊初心者
- ・ 講師 花柳美乃玉
- ・ 母さんの味を作ろうⅠ
- ・ 講師 牧田まさ子
- ・ 簡単ツールペイント
- ・ 講師 植田靖子

出演します

・健康リズム体操

次郎長マーケット

(次郎長通り商店街イベント)

十一月二十六日(日) 午前

講師 鈴木節子

出演しました



・誰でも知ってる歌・唄・うた

袖師生涯学習交流館

講師 鈴木芳子

展示します

・パソコン四講座

図形でお絵かき

十一月十三日～十一月二十九日

パソコンで年賀状

十一月十三日～十二月十一日

庵原生涯学習交流館

講師 川口香津子

展示しました



・簡単ツールペイント

袖師生涯学習交流館

講師 植田靖子

日本経済は1/2が適正規模

今朝(二〇〇三年五月四日)の朝刊に「ダウン・サイジング」(人口減少)の記事があった。二〇〇六年をピークに、五十年後には日本の総人口は一億人を切ることになる。高齢者比率も三十六パーセントを超え、日本経済は渋滞から閑古鳥に変化し、すべての分野で活力を喪失し奈落の底に落ちる、というのだ。そんなことは二十年前からわかっていたことだ。

一九八三年、中森明菜が『1/2の神話』を歌ったとき、私は日本が人口を含めあらゆる分野で二分の一になることを予言した。すでに地価、株式は二分の一を割り、市町村の数も都市銀行の数も減少に転じつつある。公的年金もやがて半分になり、日本の経済力は半減する運命が定められていた。これは神の啓示である。増えすぎたものが衰退するのは自然の摂理なのかもしれない。

が、この現象がすべてマイナスとは限らない。地球のために最も危険な環境破壊は、そのスピードを緩めるかもしれないし、わが国にとって最大の課題である穀物自給率も改善されるかもしれない。現在、先進七か国で穀物自給率が最低なのは日本

だ。第六位のイタリアでさえ九十パーセント、万一、外国から輸入できないときは十パーセントの節約でしのげる。ところが、日本は三十七パーセント程度だ。人口が半分になったとしても足りない。牛や豚や鶏の数を半分にしても自給自足はおぼつかない。さらに人口を減らすには、余剰官吏を発展途上国に輸出する以外はない。現在、発展途上国で最も不足しているのは管理制度である。どんなに援助物資、援助金をつぎ込んで、砂漠の砂に吸い込まれる水のように消えてしまう。援助を生かすも殺すも管理制度の確立である。幸い日本の管理制度は世界最高の水準にある。五年間を一区切りとして発展途上国へ出張する。現金援助よりはるかに効率的だ。

効果はそれだけにとどまらず、官僚の語学力は必然的に向上する。

『1/2の神話』は、マイナス×マイナス＝プラスの発想が無ければ日本はじり貧に陥ることを示唆している。現在の態勢を逆転させる以外に途はない

『不良老人のすすめ』より抜粋

著者 故大石正路(第二代塾長)