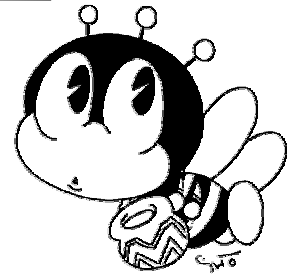


第28号  
2007  
5.30

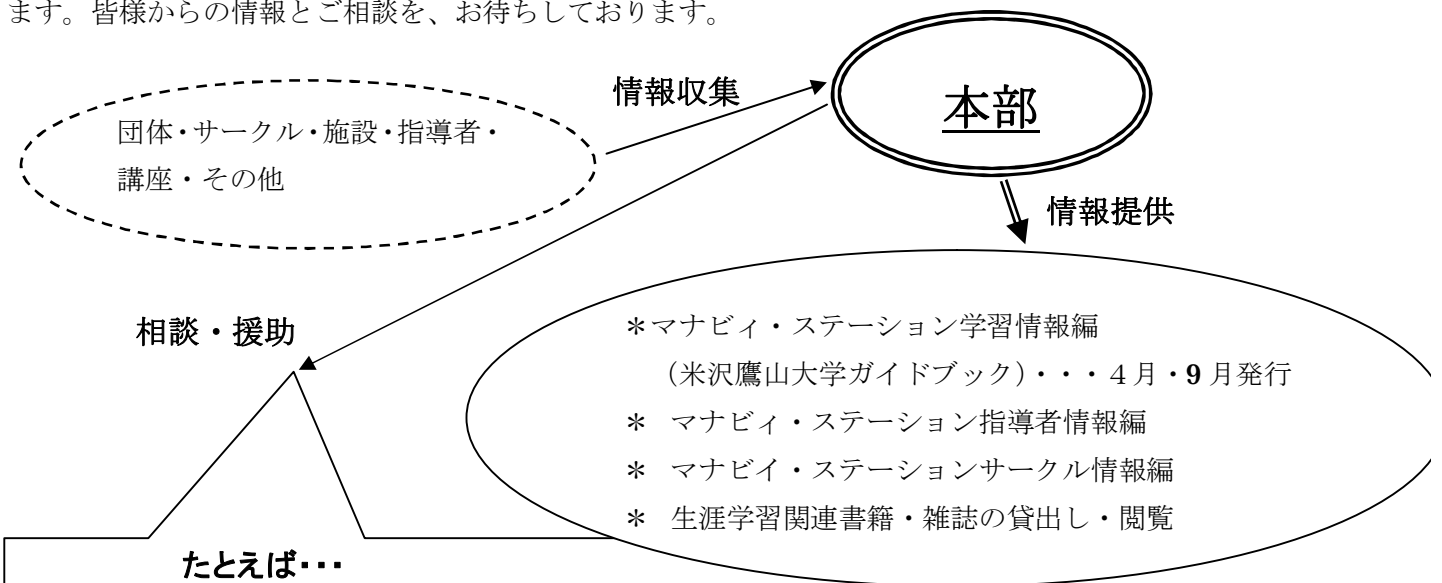
# マナビイ通信

米沢鷹山大学本部だより



## こんにちは！ 米沢鷹山大学本部です

米沢鷹山大学本部は、米沢市が目指す「生涯にわたって、いつでも、どこでも、だれでもが学習でき、学習したことが生かされ、適切に評価される、豊かな生涯学習社会の実現」のためがんばっています。皆様からの情報とご相談を、お待ちしております。

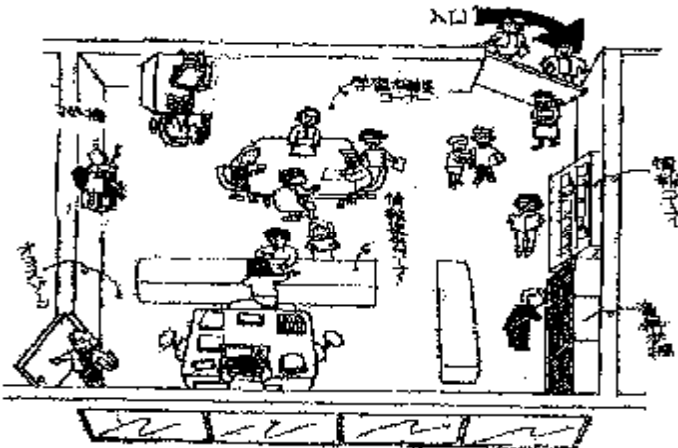


### たとえば・・・

- ： 何か習ってみたいけれど何処で教えてくれるか分からない？
- ： 学校行事の講師を探しているのだけれど・・・だれか紹介して！
- ： 自分に出来る事を誰かに教えたい・一緒に始めたい！
- ： 仲間でサークルを作りたいけど作り方がわからないなど

### 開館時間

平日の午前9時～午後の5時  
土・日曜日・国民の祝日はお休み



鷹山大学本部は置賜総合文化センター4階にあります。

## 歌声講座

谷本 久徳 氏

上野先生を講師に向かえ大野木さんのピアノで講座の始まりです。発声練習・音のとり方・口のあき方・姿勢など基本の基本からの練習です。今回は『みなさんこんにちは』ということばを混声3部合唱と輪唱で楽しく歌っていました。また上野先生のユーモアあふれた話術での教え方はすばらしく、取材に行った私もついつい口を動かしていました。



## おいしい紅茶とかんたんスイーツ

古居 由紀 氏

受講者22名と講師2名（うち1名はアシスタント）でみなさん張り切って受講されていました。日本の水は軟水なのでミネラルウォーターがいない、お湯を注いでジャンピングなどを学び、持ち寄りのお気に入りカップに、手作りマフィンとともにお茶を頂き、楽しいひと時をすごしていました。あと5回、頑張りましょう!!



## 日本伝統武術（古武道）講座

柴田 孝一 氏



市営武道館を訪ねると、参加者は直立不動で講師二人の体術の模範演技を見ていました。体術の技の指導を受けた後、剣術と棒術に分かれ、足の置き方、手足の運び方、重心のかけかた、視線の定め方などの基本を習いました。古武道は、戦国時代に生まれ江戸時代に栄え、明治時代に多くの技が禁止され、「柔道」「剣道」などのスポーツとなり終わりました。危険な技を、先人は命がけで修行し身につけたであろうこと、また心の鍛錬でもあったのだろうと感じました。講師の柴田さんは、天神真楊流柔術第7代宗家であり、「埼玉県伝統武術演武大会」の実行委員長も務めた方です。「古武道を故郷米沢でも広めたい」とおっしゃっている柴田さんの熱意が伝わってきました。見応えもあり、文化的遺産としても傳承されていくことを願います。

## 市民おしょうしな

「市民おしょうしなカレッジ」の講座のうち今年度新しく始まった講座の様子を取材してお伝えします。

市営武道館を訪ねると、参加者は直立不動で講師二人の体術の模範演技を見ていました。体術の技の指導を受けた後、剣術と棒術に分かれ、足の置き方、手足の運び方、重心のかけかた、視線の定め方などの基本を習いました。古武道は、戦国時代に生まれ江戸時

## 太極拳入門講座

遠藤 千鶴子 氏

ちょっと肌寒い日でしたが、南原コミセンのホールはストーブがあり、暖かな雰囲気でした。音楽にあわせ練功十八法から始まりました。ゆっくりと体をときほぐしていきます。その人にあわせて無理なくやります。自律神経がバランスをとりもどし体を矯正するので、続けることにより体調がよくなっていきますと説明がありました。皆さん、ゆるゆると体を伸ばしていました。この伸ばすことでさえ教えてもらわないとできないものですね。体と精神面のために続けて、さらに健康な毎日を送ってください。



カレッジ

後期講座実施者の募集が始まります。詳細は本部にお問い合わせ下さい。

## オンリーワン・フラワーアレンジメント

綿貫 恵子 氏

テーマは「母の日をおしゃれに飾るスイートアレンジ」。バラ・カーネーション・アジサイのプリザーブドフラワー(生花に特殊液を吸わせ生花のようなみずみずしさを長期間楽しめるもの。色も豊富)を用いてのミニブーケ作りです。花の子房にワイヤーを通すワイヤリング、ワイヤーにフローラルテープを巻きつけるテーピングを行っているときには、受講生から、「地味なお仕事ですね」という言葉が出たように根気がある作業を熱心に行っていました。その後、メッシュペーパーを加え、オンリーワンの組み合わせをあれこれ悩みながら作っていました。会場には、アフタヌーンティーセットも準備され、まるで英国にでも来たような気分でした。



## もっとすてきに！楽しい寄せ植え教室

齋藤 博子 氏

今回は壁などに飾るハンギングの寄せ植えでした。半円状で縦に5本切れ目の入った植木鉢に13種類の花を植え込みました。「こんな小さな入れ物に13種類も入るのか？」と思いつつ講師の手順を見ながら、花が綺麗に見える向きを考え、見事に植え込む事ができたようです。綺麗に咲き誇るとボールの様に丸くなるとの説明でした。

秋頃まで楽しめる花材だそうで、管理をしっかりして長く楽しみましょう！とのアドバイスでした。



## 新しくマナビストになりました。

米沢市生涯学習ボランティア養成講座「マナビスト養成社会通信教育編」を修了された方々です。

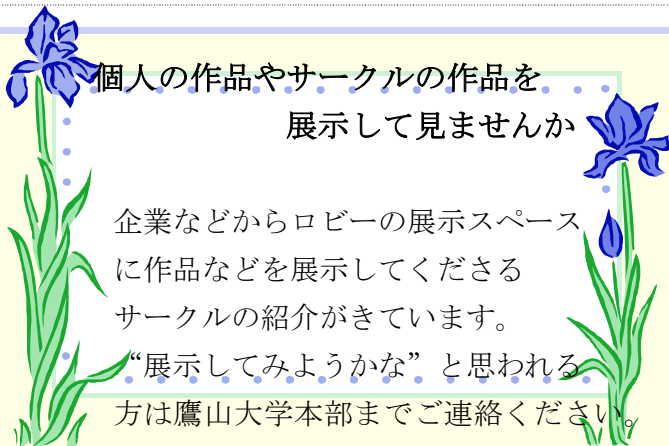
**通信講座を修了して** 豊田 千恵子さん  
生涯学習に関心があり、人との関わりを多く持つてその中から豊かな人柄になりたいと思っていた時に半年間の通信講座を受講しました。終了して、小さいながらも知る喜びと達成感を今味わっています。これからもさまざまな“人”と出会いを通して皆さんのことを学んでいきたいと思っています。

**ボランティア** 安部 貴子さん  
私は現在「学校支援ボランティア」の活動をしています。実際には、教科指導の支援者として、低学年と高学年の児童に入っています。今学力低下が指摘されています。基礎学力をつけることが「生きる力」につながると考え、活動をし失敗を恐れない自信と勇気を育てることが今とても大事だと思っています。

### マナビ通信によせて

4月から生涯学習担当で指導員の仕事をすることになり、鷹山大学本部の仕事もサポートします。市民の皆さんの意欲的な参加で『おしょうしなカレッジ』も順調にスタートしました。名前にふさわしい米沢「らしさ」、「ならでは」のまなびを広められればいいなァと思っていますので、どうぞよろしくをお願いします。 社会教育指導員

小林 圭一



個人の作品やサークルの作品を  
展示して見ませんか

企業などからロビーの展示スペースに作品などを展示して下さるサークルの紹介がきています。

“展示してみようかな”と思われる方は鷹山大学本部までご連絡ください。

## シリーズ 米沢の食材

### なぜか山菜料理には『さばカン』

主席者

A：四国出身者 B：県外出身者  
C・D・E：ねっからの米沢

- A：四国・九州では新鮮なさばとか魚を食べてるので缶詰は米沢に来て初めて食べた。関西ではあんまり食べないんじゃないだろうか。関東以北の食べ物かも。
- B：米沢に嫁にきて吾妻竹の味噌汁を食べた時はビックリした。この季節になるとスーパーなんかでは『さば缶』を前面に持ってくるよね。
- D：孟宗筍だって『さば缶』の味噌汁美味しいよ。
- C：子どもの頃から食べているのでよくわからないが値段の高い『さばの缶詰』は脂がのっていて美味しい。
- B：インターネットで調べるとものすごい値段のがあってビックリ。
- D：なんて言っても山の物には『さば缶』か『にしん』だよ！
- E：夏冷たいそうめんを『さば缶』を入れためんつゆで食べると美味しい。しそ・みょうがをいっぱい入れて！
- C：『みそ味のさば缶』は調理する時味付けが決まっていて楽だよ。うるいやあいこはほんとうに楽。
- 『さばの缶詰』は米沢の食卓には欠かせない一品のようです。

発行：米沢鷹山大学本部  
マナビスト

事務局：〒992-0012 米沢市金池 3-1-14  
置賜総合文化センター4階  
TEL 21-6111(内線 6423)  
FAX 21-6020  
ホームページアドレス  
<http://yozan.educ.yonezawa.yamagata.jp/>