

やまさんだより 4月号

2020年4月～6月 ①～⑧の教室を開催します。

初めて教室に参加される方は、各教室の4月の第1回目が**無料体験日**となっています。

① 「私の風景画」を楽しむ 教室

絵画表現の基本的な要素を理解しながら、「私らしい一枚の風景画」を描くことを目指し、一人ひとりが自分のテーマを持つとともに、配色や筆づかいなど表現技法もいろいろ自由に創意工夫しながら楽しく制作する水彩画(ガッシュ・不透明絵具)の教室です。

講師：木村 主税 先生
日程：4/1・15 5/6・20 6/3・17
時間：13:30～16:00
定員：10名(先着順・小中高生は除く)
受講料：月謝制 700円×回数/月・1回参加800円
持ち物：鉛筆(4B以上)、水彩画用具

★少人数ですが、それぞれその方らしい表現になってきて、相互に作品鑑賞しながら楽しく制作していらっしやいます。常時館内に作品を展示していますのでぜひご覧ください。



② アロハ! 「ハワイアンフラ」 教室

初めての方も大歓迎! 基本の動作からしっかり学べます。年齢や経験、体力に関係なく誰でも楽しく踊れ、シェーブアップ効果も期待できるのがフラダンス!! 宵の一時ゆったりとハワイアンミュージックに乗って、リラックスしましょう。

講師：きがみ こずえ 先生(Hlau Oiekulua/ハロー オクールの代表・指導)
日程：4/2・9・16 5/7・14・21 6/4・11・18
時間：19:30～20:30
定員：20名(先着順)
受講料：月謝制 700円×回数/月・1回参加800円
持ち物：汗ふきタオル、運動服(素足で踊ります) 飲み物、ノート、筆記用具

★教室がはじまると、時々楽しそうな話声や音楽が聞こえてきます。小さいお子さんも交え華やいだ雰囲気です。また皆さんが出演される発表の場・機会もあるようです。



③ 「おもしろスポーツ」を創って楽しむ 教室

「様々な場所で、色いろな年齢の人が集まって手軽にスポーツが楽しめたら」そんなスポーツをみんなで考え出そうという教室です。メジャーな競技スポーツからレクリエーションゲームまで、皆さんの豊かでユニークなアイデアをもとにし、どこでも誰でも楽しめる「おもしろスポーツ」を話し合い、ルールを創り、発信します。

講師：各種スポーツ・野外活動指導者、スポーツトレーナー等
日程：4/10・24 5/15・29 6/12・26
時間：19:00～21:00
定員：20名(先着順) <小学校高学年以上ならどなたでも>
受講料：各回300円
持ち物：筆記用具・動きやすい服装

★アイデア豊かで何にでも積極的な方歓迎します。学校の体育館や児童公園、野外の広場など多種多様な展開が可能ですね。

④ 初歩からの書道 教室

毛筆は苦手だとおっしゃる方は是非おいでください。一人ひとりに対する丁寧な指導で「書」の持つ楽しさや素晴らしさにふれるとともに、日常の生活にも生かしてみてはいかがでしょうか。当然ですが、書道に自信のある方の参加もお待ちしています!!

講師：玉出 草穂 先生 習字研究社毛筆硬筆大師範傳師
日程：4/8・22 5/13・27 6/10・24
時間：10:00～11:30
定員：15名(先着順)
受講料：月謝制 700円×回数/月・1回参加800円
持ち物：書道用具一式(用具貸出もあり)

★参加者が増えるとともに、皆さんはより一層真剣に「書」に向き合いながら、毛筆を楽しまれています。



⑤ らくらく健康ヨガ 教室

体力・筋力に自信がない、もう年齢も高くなって体が硬いので・・・など色々あっても大丈夫!! イスやヨガブロック等を使い、自分のペースで、どなたでもらくらくで楽しくできる健康のためのヨガです。

講師：JUNKO 先生(全米ヨガアライアンス認定 ヨガインストラクター)
日程：4/8・15・24 5/8・13・20・27 6/3・10・17・24
時間：13:15～14:30
定員：20名(先着順)
受講料：月謝制 700円×回数/月・1回参加800円
持ち物：汗ふきタオル、運動服
タオル(30×70cm) <ヨガの動きに使用>

★午後のひと時、皆さんゆったりとリラックスした時間を楽しんでいらっしやいます。男性も参加されています。



⑥ 初心者リフレッシュヨガ 教室

週に一度日々の疲れやストレスを解消してください。宵の一時、落ち着いた雰囲気の中、呼吸を整えてヨガに集中し、心も身体もリフレッシュ! 気持ちのよい明日を迎えてください。

講師：寺西 しのぶ 先生(全米ヨガアライアンス認定ヨガインストラクター)
日程：4/6・13・20・27 5/11・18・25 6/1・8・22・29
時間：19:30～20:45
定員：15名(先着順)
受講料：月謝制 700円×回数/月・1回参加800円
持ち物：汗ふきタオル、運動服、タオル(30×70cm) <ヨガの動きに使用>

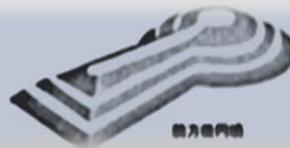
★仕事帰りの若い方から年配の方まで、皆さんゆったりと流れる時間と静かな環境の中で熱心に取り組まれています。



⑦ 「南山城古代史セミナー」 教室

「古墳時代」をメインテーマに、参加者は「前方後円墳」の分布や副葬品について、或いは「古墳時代」の成立や時代背景などについて、文献や論文等を講読して毎回各自のまとめを報告されています。探れば探るほど奥深い内容に出会い、どなたもまだまだ道半ばの思いが強く、毎回講師からの指導助言を得ながら古代史を学ぶ面白さ、楽しさを堪能していらっしゃるようです。第2クール(7月~9月)からメインテーマが新しくなる予定です。

講師：細川 康晴 先生 府立山城郷土資料館資料課長
 日程：4/11 5/9 6/13(予定)
 時間：13:30~16:00
 定員：15名程度(途中参加も歓迎)
 受講料：1回参加500円



★「古墳時代」について様々な角度から発表したり協議したりするセミナー形式は、お互いに『なるほどそうだったのか』と納得できることが多くて楽しそうです。途中からの参加やスポット参加の方も歓迎します。

⑧ 「脳を活性化させるデザイン・絵画」 教室

＜新しくスタートする教室です＞

日常生活で「ちょっと気になる色・形」は誰にでもあるものです。また、「秋は落ち葉が美しいね」・「夏はエネルギーで好きだ」・「この空間はいつ来ても落ち着くね」・「ココの景色はダイナミックだ」など一人ひとりの感性豊かな言葉もよく耳にします。しかし言葉にすることで、なんとなくその意味を共有できたような気になっているのですが、実はその微妙なニュアンスは思うようには伝えられていないことが多いものです。(各月第2・4月曜日の夜開催)

具体的なものを描くのではなく、皆さんの繊細な感受性を、一人ひとりの研ぎ澄まされた感覚を駆使し、単純で抽象的な形と色彩に置き換えて表現してみましょう。右脳と左脳を同時に働かせる活動は大変楽しいものです。

講師：教職経験者・予定(元中・高美術科教員)
 日程：4/13・27 5/11・25 6/8・22
 時間：19:00~21:00
 定員：15名(先着順)
 受講料：1回参加800円(用紙等材料費含む)
 持物：ポスターカラー絵具、筆、筆洗、パレット等



★絵画の技術は必要ありません。「人より感性は豊かで自信はあるが本当に絵が苦手」とおっしゃる方はぜひ参加してください。「不器用だから」、「年齢が・・・」一切関係ありません。一度やってみるかチャレンジしてみてください。

2020年度[主催事業]の日程(予定): 詳細は順次ホームページに掲載します

- 2020年 5月16日(土) やまきん杯「ソフトバレーボール交流大会」
・募集チーム数20チーム 参加費 2,500円/チーム
- 2020年 7月23日(木) やまきん杯「バドミントン交流大会」
・募集チーム数40チーム 参加費 2,000円/チーム
- 2020年 11月28日(土) 「スポーツ恋活 in やまきん」
・男女各20名(40歳までの独身成人) 参加費 2,700円
- 2020年 12月27日(日) やまきん杯「バスケットボール交流大会」
・募集チーム数15チーム 参加費 4,000円/チーム
- 2021年 3月6日(土) やまきん杯「硬式テニス交流大会」
・募集チーム数15チーム 参加費 2,500円/チーム
- 2021年 3月20日(土) 「やまきんスポーツフェスティバル」
・参加無料 どなたでも楽しく遊べます。お気軽にお越しください。

○「やまきんサロン」＜毎月第2・4水曜日・午後(13:00~17:00)第2会議室に開設エアコン完備＞

「お茶でも飲みながら、ゆっくりと何かやってみよう。」そんな皆さんのための遊び空間です。お1人でも10人ぐらいのお仲間でもOKです。読書・囲碁・将棋・手芸など趣味の世界を広げ、楽しい時間をお過ごしください。使用料1人200円(小中学生1人50円)

やまきん・京都府立山城勤労者福祉会館

電話 0774-82-3639 FAX 0774-82-3762

住所 京都府綴喜郡井手町大字井手小字大塚99-35

アクセス：山城大橋から車で約7分、JR玉水駅から徒歩約20分、近鉄三山木駅からタクシーで約10分