

平成31年度 学科紹介

あじさい大学の各学科です。お申込の際の参考にしてください。
※「教材費・用具費」は、受講料(7,800円)以外にかかる費用です。

■書道(1)

教材費 ※作品展有
年額 5,000円程度
(用具代は別)

楷書、行書、草書の基本を学び、和洋漢字と仮名の調和した作品への応用を目指して学習します。

最後には作品を仕上げ表装して交流作品展に出品します。

■書道(2)

※作品展有
(用具代は別)

楷書の基本から行書、草書、実用書を学び、漢字作品への応用を目指して学習します。

最後には作品を仕上げ表装して交流作品展に出品します。

■美術(1)

水墨画 ※作品展有
教材費
年額 7,000円程度
用具費
年額 15,000円程度

季節ごとに咲く花や雨上がりの山々、木々を見たとき自然の美しさに心打たれ、描き、表現してみたいと思うことはありませんか。この授業では水墨画を描くための墨絵(墨と水・筆や絵の具を使って和紙に描く技法)を、臨画(手本画を元に技法を学ぶ)からスケッチ、そして創作への基礎を学習します。身近な自然を描きつつ、これからの人生を感動ある生き生きとしたものにしてみましょう。

■美術(2)(3)(5)

水彩画 ※作品展有
教材費
年額 10,000円程度

絵を描いてみたいけど自信がない、美しい花や景色を描いてみたい、始めるなら基礎を学びたい、など初心者の方のためのクラスです。果物や花等、身近にあるものをモチーフにして、絵を描くうえで大切な基礎を学びます。

■美術(4)

油絵 ※作品展有
教材費
年額 1,500円程度
道具費
年額 25,000円程度

この学科では、それぞれのペースや個性を大切に油絵をのびのびと楽しく学ぶことができます。

重ねる削るなど油絵の具では様々な表現が可能です。描きたい気持ちがあれば絵に自信のない方でも大丈夫です。

まずは道具の使い方からはじめ、身近なものをモチーフに絵画の基礎から学んでいきましょう。

※すでに油絵の道具をお持ちの方は、そちらをご持参ください。

■版画

※作品展有
教材費
年額 16,000円程度

基本的な木版画の作り方から新しいテクニックまでを全体説明と個別相談を通して指導致します。版画制作をするための絵の考え方、スケッチブックの使い方、水彩絵の具や色鉛筆の使い方等も実演し、実際にみなさんに体験して頂きます。初心者、経験者共に歓迎です。版画を通じた交流の場として楽しく学んでいきましょう。

修了時には共同版画集を制作し、版画の魅力を味わいましょう。

■陶芸(2)

※作品展有
教材費
年額 4,000円程度

土はやわらかく、形をかえやすい素材です。焼成することによりかたくなり耐水性をえます。土で作ったものを乾燥させ、1度目の焼成(素焼き)、色付けや釉薬を施して2度目の焼成(本焼き)をして完成です。

この講座では、手で土の感触を実感し、小さなものから大きなものへと発展させながら、やきものができるまでの行程を学びます。

*この講座では年に数回ずつ、授業日とは別に、窯詰め、窯当番、窯出し(素焼き、本焼き、各30分程度)があります。詳細は授業内でお伝えします。

■民謡(1)

※発表会有
教材費
年額 1,000円程度

日本にはたくさんの地方色豊かな素晴らしい唄があり、日本人の心の唄、故郷の唄として、多くの人々に唄い継がれ、親しまれてきました。授業では、唄い方を基本から学び、また、その民謡ができた風土・時代背景等も学びます。授業の最終日には、詩吟、コーラスと合同発表会を開催し、一年間の練習の成果を披露します。

■ 詩 吟
※発表会有
教材費
年額 500 円程度

詩吟の基本、漢詩の形態、呼吸法、発声法、母音の使い方、吟詠のアクセント、余韻の止め方、音位の変化、言葉と余韻、和歌の詠法等を学びます。詩吟の発声法は健康維持にもぴったりです。授業の最終日には、民謡、コーラスと合同発表会を開催し、一年間の練習の成果を披露します。

■ 健 康(1)
軽体操
教材費
年額 1,000 円程度

普段あまり運動していない方が、急に強い負荷で体を動かすと、怪我(スポーツ障害)にもつながりやすくなります。「安全で、最先端の効果的な運動法」を、優しく分かりやすく、色々なアプローチで楽しくお伝えします。効果的なラジオ体操の実践方法や、肩こり・腰痛など体の不調を緩和し整える体幹トレーニング、転ばない若々しいウォーキング法、メタボリック症候群の改善、認知症の予防、呼吸法など、毎回テーマを変えて色々な運動法を身につけていきます。これから運動をスタートさせたい方、今行っている運動をより理論的で安全に実施する為の知識やフォームをマスターしたい方、ぜひ仲間と共に笑顔で一緒にしましょう！ご健康とメリハリ BODY づくりをしっかりと応援させていただきます。

■ 健 康(3)
太極拳
教材費
年額 2,000 円程度

楊名時の健康太極拳は二十四式太極拳を中心に気功八段錦を取り入れ、『調身』『調息』『調心』を意識した健康法です。太極拳には疲労回復、ストレス解消はもとより、転倒防止、生活習慣病予防などの多くの健康作用がある他、脳に刺激を与え、認知症予防にもつながります。
加齢で筋力が衰えても、太極拳を学び続ければ、何時しか心身が整い、仲間との絆も深まり、寿命も増えて人生を楽しむことができます。
講師は 5回は「久保田博子」氏 その他「倉田豊三郎」氏

■ 健 康(5)
楽しく健康づくり体操
教材費
年額 500 円程度

「楽しく」「元気に」「頑張らない」を合言葉に、筋力トレーニングやストレッチ、リズム体操など、さまざまな運動を組み合わせしていきます。また、栄養の基礎知識や季節に応じた食事方法などをお伝えする「栄養講座」、正しい運動方法や健康寿命延伸のためのポイントなどをお伝えする「運動講座」も定期的に行い、食事と運動の両面から健康へのアプローチを行います。
運動になれている方もそうでない方も、ご自身の身体の声聞きながらマイペースに進められます。

■ 健 康(4)
みんなで楽しく歌おう
コーラス ※発表会有
教材費
年額 5,500 円程度

「声」は人間が持つ楽器です。歌うことは身体全体を使うため、健康づくりに最適です。しかし、コーラスクラスの1番の素晴らしさは、最初は知らない方同士でこれまでの人生の背景が全く違っていても、同じ目標に向かって一緒に歌っていくうちに「絆」が育まれていくことです。どうぞ、人には作れない「出会い」をコーラスを通して体験してみてください。今年の課題曲には、フォスターの《故郷の人々》や《学生時代》を予定しています。

■ 健 康(8)
みんなで楽しく歌おう
コーラス ※発表会有
教材費
年額 5,500 円程度

「歌を歌う事は、素晴らしい！」心も身体も元気！になります。喉に自信のある方もない方も、声の出し方、腹式呼吸のイロハから一緒に始めましょう。心身を開放し、楽しい仲間と心豊かな時間を過ごしましょう。素敵な音楽の世界があなたを待っています！！
授業の最終日には、民謡・詩吟と合同発表会を開催し、一年間の練習の成果を披露します。

■健康(9)

シニアのエクササイズ
教材費
年額500円程度

「健康のために運動をしなくては!!」と思いながら、何をどう始めたらいいかわからず先延ばしにしていることはよくあります。身体を動かす方法は様々ですが、本講座では気軽に楽しめるよう、ストレッチ、ほぐし体操、軽体操(頭の体操)、筋トレを軸に、その他色々なプログラムを予定しています。身体を動かすポイントを知り、日常生活に取り入れられることを目指します。身体に語りかけながら、「頑張りすぎない」「楽しく」「優しく」を第一に進めていきます。

■調理 (1)(2)(3)

教材費
年額12,000円程度

これからの健康を支える食事・栄養について学びながら、野菜の切り方、だしのとり方などの調理の基本を中心に、季節の料理、お菓子作りにも挑戦していただきます。実習で作ったものを試食しながら楽しく仲間づくりをしてみませんか？

※食材の準備等の当番があり、年5回程度午前9時すぎに集合していただきます。

■文芸

短歌 ※作品展あり
教材費
年額500円程度

言葉を楽しんだり、大切な人へのメッセージを込めたり、人生の奥深い思いをも表現する短歌。実作指導を中心に、秀歌鑑賞や短歌の歴史を学びます。歌会では相互批評をするとともに鑑賞力も磨きましょ。修了時には、自作の一首をしたため、書道科や美術科と合同の交流作品展に出品します。初めての方、歓迎いたします。

■文学(1)

源氏物語
教材費
年額2,000円程度

『源氏物語』の世界を学習します。『源氏物語』は長いから、難しいと聞いているからと敬遠していませんか？実は人間心理を細かく描いているという意味で、意外に取っつきやすいものなのです。本学科では冒頭の「桐壺」巻から順に、物語の歴史的な背景を含め、詳しく読み解いていきます。原文の音読とその解説による授業です。皆さんにも、一緒に朗読をしてもらいます。文法的な知識は不要です。これを機会に皆さんも絢爛たる王朝世界の精髓である『源氏物語』の世界に「原文で」触れてみませんか。きっと新たな地平が開けるはずです。

■文学(4)

上代文学(万葉集)
教材費
年額1,000円程度

日本最古の歌集『万葉集』を講義します。初期万葉と考えられている巻第一、第二、第三の雑歌・相聞・挽歌を中心に見ていきます。まず、『万葉集』とはどのような文献かを話し、その後、一首ずつ、現代の注釈書を参考にしながら、歌を考えていきます。基本的にはプリントを使って講義をするので、指定のテキストはありません。

■文学(8)

近代文学
(夏目漱石・森鷗外)
教材費
年額1,000円程度

夏目漱石と森鷗外を中心に日本近代文学を学びます。当時の文壇の様子や後の時代への影響、他の作家(泉鏡花、樋口一葉、永井荷風、島崎藤村、有島武郎、芥川龍之介等)の作品などを見ながら日本近代文学史を学んでいきます。様々な作品に触れていくため特定のテキストは指定せず、授業ごとにプリントを配布します。授業の中で触れた作品で関心を持ったものを各自読んでいただければと思います。

■文学(9)

中世文学(今昔物語)
教材費
年額300円程度

『今昔物語集』は平安時代末期に成立し、1000話以上もの話を集めた日本最大の説話集です。天竺(インド)・震旦(中国)・本朝(日本)を舞台に、仏教・歴史・武力・怪異・犯罪など幅広い話題を扱っていて、話に登場する人々も、皇族・貴族・僧侶・武士から強盗などの犯罪者まで、さらには鬼や妖怪も活躍しますので、「平安時代の全て」と言ってよいでしょう。「平安王朝の雅」の裏に隠れた「今八昔」の物語を、一緒に楽しみましょう。

■ 歴 史(2)

世界の歴史と日本
教材費
年額 1,000 円程度

まず、身近なところから世界の歴史を見ていきましょう。それぞれの時代と地域の人々の生活に焦点を当て、新しい切り口で歴史のつながりを考えていきます。

今を生きる自分自身が立脚点となり、史料を読んだり、資料を見たりして、歴史を捉え返します。それは、自らの生き方を考えることにほかなりません。

■ 歴 史(6)

日本の歴史・郷土の歴史
(近世～)
教材費
年額 1,000 円程度

身近な神奈川県や相模原市の歴史を盛り込みながら、日本の歴史について講義を進めます。近世の江戸時代から近代の明治時代までについて、最新の知識を紹介しながらわかりやすく解説していきます。

毎回、図版を多用した資料を使用し、歴史の学習初心者の方に取り組みやすい授業となっています。

■ 教 養(5)

知の泉発掘の楽しみ
教材費
年額 1,200円程度

話題は、非常に多岐にわたります。俳諧、美術、文学、地球史、世界地理、21世紀、時事、心理学、それに、与謝蕪村、渡邊崋山、夏目漱石、森鷗外、河合隼雄などの人物を交えます。併せて真筆作品を鑑賞します。少々型破りな講座です。“日々、なんでも学ぶことを楽しむ”を目標として、教養講座(5)“知の泉発掘の楽しみ”で、ちょっと知的で楽しく、心ゆたかな時間をごいっしょしませんか。内容は毎回独立しています。

■ パソコン (1)(2)(3)(4)

パソコン
教材費
年額 5,000円程度

パソコンの電源の入れ方、マウスの使い方や文字入力などの基本事項から、Wordで文書の作成をはじめ、パソコンで出来る「図形描画」、「音楽」、「インターネット」「Excel」などを体験してパソコンの基礎を学びます。対象は初心者の方です。

■ パソコン (5)

デジカメ
教材費
年額 5,000円程度

カメラの選定、撮影小道具、構図の基本など、写真撮影の基礎から、写真をパソコンに取り込み、傾きを補正、トリミング、合成、コラージュを学びます。

音楽CDから好きな曲を選んで、写真と音楽を使用したスライドショーを作成し、発表します。

パソコンが出来る人で写真の整理や編集がしたい方が対象です。

■ 手 芸

編み物 ※作品展有
教材費
年額 13,000 円程度

棒針編みの基礎を楽しく学びながら、ベスト、セーターを完成させます。作品が編み上がった時のときの充実感、達成感を味わってみてください。初めての方、先ず参加して、みんなで手編みを楽しんでみませんか？

■ 園 芸(1)

教材費
年額 20,000円程度

生き物である植物を愛しみ育てるガーデニング。花があるだけで心が和み、華やぎます。ガーデニングは生活に憩いと潤いをもたらしてくれます。

その基本である「用土・水やり・光・季節の草花・病害虫対策など」のポイントを学び、四季折々の草花を寄せ植えしたり、ハンギングバスケットを作る実習を通して、植物の育て方のコツを学んでいきます。

またフラワーガーデンや花苗生産者の実際を見学するなどしてガーデン知識を増やします。

短期講座開設のお知らせ

あじさい大学では、短期講座も開設しています。

1年通うのは不安、野外運動をしてみたい、ちょっとお試して習ってみたい、という方を対象に前期と後期に分けて計10学科を開設します。

1学科は2時間を6回とし、通年講座(年24回の講座)を受けている方は受講できませんが、受講料も2,200円とチャレンジしやすくなっています。

前期は6月1日の広報さがみはら、後期は9月15日の広報さがみはらにて詳しい学科や募集案内をお知らせする予定です。

応募条件は通年講座と同じく、市内在住の60歳以上の方ですが、先着順による受付となります。