

# ほっとタイム

～カルチャースクールACT便り～

6号  
2018年

カルチャースクールACT

〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-8-4

オルタナティブ生活館内

TEL:045-472-7633/FAX:045-472-7644

HP検索

事務局営業時間:月～金 10:00～17:00

発行日:2018年5月13日

発行:ワークス・コレクティブACT

発行責任:牧島佐代子

## これまででもそしてこれからも 受講生とともに!

カルチャースクールACTは、1985年に生活クラブ生協を母体に誕生。全国でもめずらしい講師の協同組織ワークス・コレクティブ(W.Co)ACTが運営するカルチャースクールです。講師メンバーの活動への思いや講座の紹介をさせていただきます。

### ◆ピアノで楽しく脳力アップ

ACTの講師になったのは25年前です。新横浜にある生活クラブのオルタナティブ生活館の和室で、2～3歳の子どもたちにわらべ唄を取り入れたリトミックを教え始めました。その後、中山生活館でピアノも教え始め、今はピアノを中心になごみ邸と自宅でレッスンをしています。小さなお子様からご高齢の方まで幅広い年代の方が受講されていて、最近は認知症予防にと始める方も多いです。ある記事では、脳科学者が「ピアノを弾くこと」が習い事の中で最もHQ(人間性機能)が高くなると力説しています。記憶力や集中力を高め、「脳力アップ」にいいのです。大切なのは子どもも大人も「楽しんで弾く」こと。好きな曲をピアノで弾いてみませんか。



(ピアノ講師:塚脇由美子)

### ◆自然の恵み、人の絆に感謝して

講座名は「つる・籐手芸」とひと言で片付けてはいるのですが、ただ「かご」を編むだけではなく、長～い素材(自然のつる・糸・草など)を使って様々な作品を制作しています。それは「かご」という言葉からは想像もつかない人形だったり、動物だったり、花・アクセサリーその他、たくさん!もちろんバッグや花入れ、パン皿、鉢カバーといったかごは定番ですし、最近では白樺やくるみの樹皮を使った小物も扱うようになりました。



1993年、中山生活館の開館とともにスタートして25年。現在は、なごみ邸で楽しく生徒の皆さんと手仕事に親しんでいます。数々のACTのネットワークに助けられ、遠方から通ってくださる生徒さんに感謝しながら、自分の技術が役立つことを嬉しく思うこの頃です。横浜と北海道に居を構えているので、皆さんにご迷惑をお掛けしてしまいますが、それもまた利点…と活かして前に進んでいきたいと思えます。(つる・籐手芸講師:米川和子)

### ◆20年以上支えてくれるメンバーに感謝

ZUMBA、フィットネスバレエ、ルーシーダットンを担当。1993年よりお世話になっています。ということは25年!?自分の中ではそんなに経った自覚は無いですが、よくまあ続きましたネ!これもスタッフやメンバー、先生方に支えて頂いたお陰と深く感謝します。最初はダンスクラスが1つ…でも受講生が集まらず数年間はいつ辞めるかということしか考えてなかった。ただ敢えて難しい道を選ぶという妙な性格が効を奏したのか、ある時期から必要なメンバーがトントンと集まるようになり、そのメンバーにさらに必要なクラスを考え増設に繋がり、現在に至ります。20年以上支えてくれるメンバーがたくさんいて、中には2時間かけて通ってくださる方もいます。昨年はZUMBAのハロウィンイベントに参加してくれました。私は海賊になり躍りました。



(ZUMBA・フィットネスバレエ・ルーシーダットン講師:吉野純子)

### 出張講座を展開しています

W.Co ACTでは、各教室での開講の他、要望のあるところへ講師が出向いていく出張講座もいたします。健康に役立つ講座、趣味やおしゃれの講座、お料理講座など、多種多彩に、また親子で参加できる講座も展開しています。PTAや地域活動にご活用ください。出張講座のパンフレットがあります。詳しくは事務局にお問い合わせください。

### 受講生の声、いつでもどうぞ

受講されている講座の感想、施設のことなどお気づきのことがありましたら、ACT事務局に設置のアンケートBOXへ投函、あるいはFAX・メール等でお寄せください。ACT作成のアンケート用紙もあります。