講師と受講生を結ぶ情報誌 ～カルチャースクールACT便り～

10号
2022年

ほっとタイム

発行：ワーカーズ・コレクティブACT 発行日：2023年3月10日 発行責任：渡邊扶美子
〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-8-4 オルタナティブ生活館4階
事務局営業時間：月～金 10:00～17:00 TEL:045-472-7633 FAX:045-472-7644

⬆HPはこちら

2022年度 活動報告

オルタ館フェスタ 2022.11.5(土)開催

コロナ感染予防に気を配る中の開催で来場者は約250名。ACTからは絵本とギター・マンドリンコンサート、切り絵・児童絵画・はがき絵の展示、クッキー・ポーチ・一筆箋・絵はがき・クリスマスグッズ・お正月飾りの販売、手相&タロット占い・クリスマススグッズのワークショップ、体験講座での参加もありました。コンサートは盛況で急遽椅子を追加、占いは順番待ちが出るほどでした。

絵本とギター・マンドリンコンサート

手相&タロット占い

児童絵画&切り絵の展示

クリスマスグッズのワークショップ

講座紹介

クリスマスコンサート～朗読&ヴァイオリン～

トピックス講座

2022.12.12(月)　74名参加
「クリスマスコンサート」をスペース・オルタで開催しました。去年は「とびはね」でカジュアルな雰囲気で行いましたが、今年は広々としたステージで朗読2作品、ヴァイオリンとグランドピアノの演奏をたっぷりお聞き頂きました。ほぼ満席のお客様から沢山の拍手を頂き、充実感で一杯のコンサートでした。　（講師 寺澤京子）

子供料理教室クックランチ ～お料理からお片付けまで～

大人気講座

12月はX'masロールケーキを作りました。スポンジを泡立てたり、生クリームをホイップしたり。仕上げは、子供たちがそれぞれ、チョコやピックで飾りつけをして、赤いケーキ箱に入れて完成です。男の子達も、とても上手に作りましたよ。
（講師 後藤加代子）

ヨガ&個人整体 体にまかせる健康法

体や心は、いくつになっても育むことができます。当クラスではヨガのポーズや動き、呼吸法をとり入れながら、季節に沿った健康法をお伝えしています。元々の元気の力をとり戻し"考えるよりは感じてみよう！"体の内なる快、心地良さを感じ味わうだけで自然と心身が楽に整っていきます！！是非ご体験ください。　（講師 今野幸子）

シニアから始めるフラダンス

2003年にスタートしてから早いもので今年で20年目を迎えます。長く来て下さっている生徒さんと時代のニーズに合わせ、講座名にシニアを入れました。皆で集まるという事が難しい昨今ですが、レッスンに集いお仲間同士で過ごす時間はとても楽しいひとときです。講座を通して、皆様の心と体の健康にお役に立てたら嬉しいです。　（講師 清原智子）

ギター&マンドリン

17年前ギター&マンドリンの講座を開講し、初めて楽器を手にした方が、今では合奏しミニコンサートが出来るようになりました。コロナ禍での久しぶりのアンサンブルは心が満たされてゆく思いでした。これからも様々なジャンルの音楽に挑戦し、楽しめる音楽を目指したいと思います。
（講師 浅川朋子）