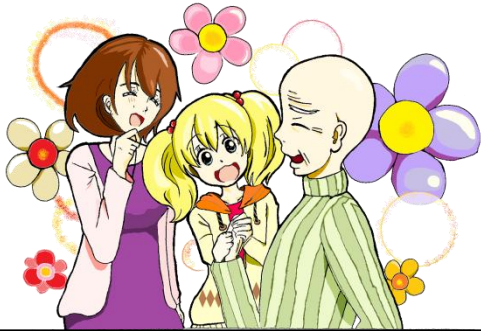


# myらいふ

1985. 4. 25～  
-143号-

## ● 紙面のご案内 ●



ギャラリーコンサート「トイズボックス コンサート」  
 地域デビュー講座「傾聴ボランティアってなあに？」  
 図書館文学講座「宮沢賢治の世界～童話と詩と音楽と」  
 プレパパ・プレママデビュー塾  
 ハーブ&スパイスで簡単クッキング  
 カヌマ大学第20回授業「宇宙戦艦概論」

myらいふは、市民編集員が取材・編集する生涯学習情報紙です。

## おもちゃ箱を開いたら…たのしい音楽が!

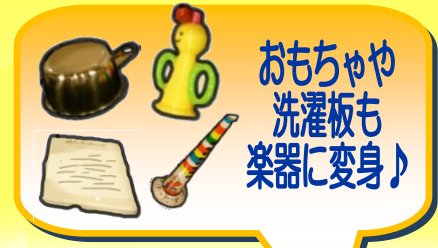
「Toy's box コンサート」が3月1日(日)川上澄生美術館2階展示室で行われました。演奏者はマルチピアニストである畑奉枝さん(トイピアノ)椎名友樹さん(トイ打楽器)です。このコンサートは絵を見ながら楽しむもので、会場に飾ってあった絵は「時計のある静物」「ランプのある静物」「身近静物へのまなざし」シリーズです。川上澄生は小さい物への愛情を持っていた方で、絵からもその温かい心が伝わってきます。

オープニングは「フィドルファドル」で始まり、「大きな古時計」と曲は続いてゆき、小さなお子さんも音に乗って楽しそうに体を動かしていました。畑さん作曲の「銀色のネコ」はネコへの愛情が感じられる曲、「タイプライター」はブリキのおもちゃや洗濯板を使って、タイプライターを急いで打つような音を表現していて、そのあまりの忙しさに来場者は思わず笑顔。カッコー笛やおもちゃのラッパ、赤ちゃん用の笛で「音遊び」をして、日常のあらゆるところに音楽があることがわかりました。

21台ものトイピアノを持っている畑さんは、それらの全てを大切にしているそうです。始めるきっかけとなった骨董市で見つけた「黒のトイピアノ」も見せてもらい、皆さん感激の様子。わらべうたあそびでは、「あんたがたどこさ」の曲に合わせて紙風船を使って遊び、会場が一体となりました。

畑さんは「愛しき物たちに囲まれて、演奏できて嬉しかったです」、椎名さんは「今の時代は既成品も多いいけれど、今日は自分で工夫する楽しみを味わってもらえたようです」と笑顔で話してくれました。

来場者は「可愛い物に囲まれて、懐かしい気持ちになりました」「子どもが音楽が好きなので連れてきました。楽しんだようです」と皆さん満足の表情。会場全てが一つになった楽しいコンサート。目、耳、体を使って楽しむことが出来たのではないのでしょうか。





# 傾聴とは、敬聴なり！



2月4日(水)市民情報センターで「地域デビュー講座」の第5回目「傾聴ボランティアってなあに？」が開催されました。講師は栃木県傾聴ボランティア連絡協議会会長の黒川貢さんです。参加者は7名でした。

高齢者の話を聞く活動として広まった傾聴は、最近ではパートナーや子どもとの関係を良くしたいといった思いから関心を持つ人が増えています。

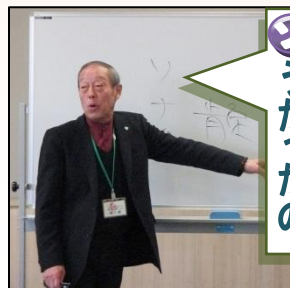
黒川先生は1、傾聴とは敬聴なり 2、素直に、謙虚に、あたたかく、無我に 3、「ソナタ」の活用 4、傾聴が身につくための自分づくり の四つの項目に分けて講義を展開されました。話す相手を敬い、聴き手は心を傾けて能動的に聴き、必ず相手の話を肯定するようなあいづちを返し、そしてなにより相手は間違っている人で

はなく、自分とは違う人なのだといった認識を持つことが大切であると話されました。

講義の最後には受講者が2人1組となり、「相手の良いと思うところを3つ見つけてそれを相手に伝える」という演習も行い、笑顔のやりとりの中で親近感が一気に高まった瞬間を体験しました。

終了後には「傾聴は人との交流や家庭においても役に立つと思った」との受講生の感想を聞いて、人と優しく関わろうとする姿勢が傾聴なのかもしれないと実感しました。

皆さんも日常の様々な場面で傾聴のノウハウを取り入れてはいかがでしょうか。



ソナタの活用  
多々いへんだったね  
なるほどね  
うだったの



「でも」「だって」、  
否定しないで  
肯定を



相手の良い所、  
ちやんと  
伝えていきますか？



## 「童話と詩と音楽」でめぐる賢治ワールド

鹿沼市立図書館主催の文学講座「宮沢賢治の世界～童話と詩と音楽と」が3月8日(日)図書館本館で開催されました。講師は、地元鹿沼はもとより各地で賢治についての講座・講演をされている石島崇男先生。当日は50名以上の聴講生が集まる人気でした。

まず初めの「童話」で取り上げたのは「どんぐりと山猫」。数ある賢治の名作童話の中でもとてもわかりやすく、しかも明るく楽しい短篇です。石島先生は時に声色も交えて、約20数分の全文を朗読し解説を加えます。通り一遍の読みでは及ばない解釈をいくつも指摘し、より深い賢治の世界に導いてくれます。井上ひさしも感嘆したという賢治ならではの「うるうる」とか「どってこどってこ」などといったオノマトペ(擬音語・擬態語)表現の巧みさも強調しました。

次のテーマ「詩」では「習作」と「休息」の2篇を

朗読し解説しました。推測に頼って読み解く部分も多く、有名な「雨二モマケズ」や「永訣の朝」のような解りやすい詩に慣れ親しんだ身には、相当な知識と読解力が必要のように感じました。

最後は「音楽」です。「賢治の文学世界は音楽抜きには語れない」また、「父親への手紙にも『音楽・・・これが文学、殊に詩や童話劇の詞の根底になるものでありまして、どうしても要るのであります』という文面が残されている」このような解説を挟みながら賢治ゆかりの音楽を鑑賞しました。「セロ弾きのゴーシュ」に登場するシューマンの「トロイメライ」やシューベルトの「アベマリア」などを石島先生のフルート演奏もまじえて聴かせていただきました。そして、賢治が作詞作曲した歌の独唱や会場の皆さんとの合唱などもあり、幅広い賢治の才能と魅力にふれる味わい深い講座となりました。



童話集「注文の多い料理店」掲載の「どんぐりと山猫」。ファンタジックな内容であるが、人間関係の風刺にも読み取ることができる。

# もうすぐパパママ 子育て講座



2月15日(日)市民情報センターで行われた、プレパパ・プレママデビュー塾「子どもの成長と子育てで大事にしたい基本のこと」の取材に行ってきました。講師はさわやか内科・小児科副院長の白石由里先生です。赤ちゃんがすくすく育ち、家族みんなが幸せになる子育てのコツを学ぶ講座で、参加者はこれから出産を向かえる27組のご夫婦でした。

人間の一生で脳が最も急速に発達する誕生から3歳、そして第2段階である3歳から5歳までの時期は脳に育児環境が深い影響を及ぼすとても大事な期間だそうです。特にその期間にスポットをあて、子育てのアドバイス、心の健全な成長のために望ましい発達課題などについてお話されました。

子どもが、自分は愛されているという感情を持つことができるための親子間の信頼関係は大切に、特に赤ちゃんから幼少期は目を見て話しをする事、週に数回は家族で食事の時間を持つ事なども将来への成長にとっても大事だそうです。また、最近の社会情勢に見られる「メディア漬け」の時間は日本の子どもが世界一で、メディア接触の時間が短い子どもほど自己肯定感や我慢強いと感じる割合が高い傾向にあるそうです。

参加されていたご夫婦は「色々子育ての不安はあるけれど、あまり心配はしすぎず、周りに相談しながら子育てをやって行こうと思いました」と話していました。



## 子育てをうまく乗り切るためのアドバイス

- 不安やストレスは家族で話し合う
- 赤ちゃんのことを心配しすぎない  
(ミルクの時間、量、排せつ、睡眠など)
- 不安な時は鹿沼市役所健康課の赤ちゃん訪問などを利用する。



## ハーブ&スパイスに魅せられて

いつものメニューに少し加えるだけでも料理が変身!



2月21日(土)「ハーブ&スパイスで簡単クッキング」取材しました。木立に囲まれた自然豊かな場所に建つアロマ・ハーブ工房「Ambrosia」の扉を開けるとさわやかな香りに包まれました。やわらかな陽ざしが降り注ぐ店内は落ち着いた雰囲気、壁の棚にはたくさんの種類のハーブやアロマオイルが整然と並べられていました。

この工房を主宰する阿部仁美先生は、ハーブティーやハーブを使った手づくり講座などいろいろな体験講座を行っています。

本日はハーブとスパイスをふんだんに使ったチキンカレー作りです。カレーの美味しさの決め手となるカレー粉は何種類ものスパイスやハーブを調合して独自の物を作ります。スパイス類はフライパンで空炒りしてから粉状にします。みじん切りしたたまねぎは茶色く色づくまで炒め、ニンニクやしょうが、セロリ、トマト、鶏肉等を炒め合わせます。カレー粉が加わると異国情緒あふれるスパイスのいい香りが部屋全体に漂いました。調理の合い間にはハーブやスパイスについての説明があり、写真を参照しながら用途や効能を詳しく教えてくださいました。

そしていよいよ試食タイム! クミンシードと一緒に炊き上げたクミンライスとカレーが素敵に盛り付けられ、取材で訪れた私たちの分まで用意してくださいました。カレーのスープを口もとに運ぶとさわやかなスパイスの香りが口の中いっぱいになり…感激!感動!受講生の皆さんからも笑顔がこぼれます。

香りで癒され、美味しさで満たされて……。ハーブ&スパイスの魅力を満喫させていただきました。

心と体を癒すハーバルライフを提案するお店「Ambrosia」にぜひ足を運んでみてください。

# 好きから始まるコミュニティ

カヌマ大学  
第20回授業

## 宇宙戦艦概論

2月14日(土)、まちなか交流プラザには中学生から60代の男性12人が少し落ち着かない様子で集まっていました。そこにアニメ「某有名宇宙海賊」のコスチュームに身を包んだ学長が登場し授業が始まりました。

第一部は現役大学生である講師大門由樹さんによる「宇宙戦艦とは」の講義です。壁には『有名宇宙戦艦』をはじめとするアニメーションやテレビドラマ、科学小説などに登場する「宇宙戦艦」が次々に映し出され、時代の移り変わりとともに物語の設定やデザインが変わっていく様子を、スピーディでいながら丁寧に解説していきます。様々な角度から宇宙戦艦を語り、最後に「とにかく宇宙戦艦はかっこいい!」と締めくくると、受講生一同から大きな拍手が沸き起こりました。



カヌマ大学

「自分が好きなことをやろう」を運営理念に、授業を通して人との交流を深め、コミュニティづくりやまちづくりを進めることを目指しています。これまで開催した講座は

- ・「本場の作法で食べるインドカレー講座」
- ・「野球ポジション別性格分析」
- ・「給食を食べよう ～インド煮の伝説に迫る～」
- ・「大人のツアー 競輪場に行ってみよう!」

など、とてもユニークなものばかり



第2部は「ビブリオバトルシップ」と題して、受講生がそれぞれ“イチオシ”の宇宙戦艦について発表し、皆で投票し合っが一番を決めるという趣向です。最初は恥ずかしそうに話し始めた受講生たちですが、いつしか旧知の盟友のようにリラックスしてとても楽しそうです。

第3部はテーブルごとに新世代の宇宙船について話し合い、新しいデザインを考えます。奇想天外なものから、細部にこだわったものまで、たっぷり宇宙戦艦を語り尽くして4時間に及び講座は終了しました。受講生は声を揃えて「次回が楽しみ」と話してくれました。好きなことを生で思い存分語り合うことができ、受講生にとって至福の時間となったようです。

「カヌマ大学」は今後もユニークな企画でカヌマ市民を刺激してくれることでしょう。



### 編集後記

新緑の季節です。私は一年の中でこの時期が大好きです。寒い冬を乗り越えた草花や木々が一気に芽吹き、辺りが緑色に染まっていく様に力強さを感じます。「また野菜作りをガンバロウ!!」と益々やる気が湧きます。



藤沼清美

編集：myらいふ編集員 発行：鹿沼市教育委員会事務局生涯学習課生涯学習係 TEL0289 (63) 3498  
鹿沼市文化橋町 1982-18 鹿沼市民情報センター内