

特集

思ったときが学びどき

学習グループに参加してみませんか？

岡谷市は、生涯を通じて学び、豊かな心を育むため、年間を通じてさまざまな講座を開いていますが、講座が終了しても活動を続けたい人が集まり、定期的に開催されているのが「学習グループ」です。

なかでも、カルチャーセンターには現在118の学習グループがあり、美術、手芸、運動、合唱、料理など、そのジャンルはさまざま。自分の趣味にあったグループで、多くの人と一緒に楽しく学んでいます。若い人も楽しめるグループもありますよ。

今回は、グループの活動のようすや参加者のこえをご紹介します。生きがいがづくりや健康づくり、仲間づくりに…あなたも学習グループに参加してみませんか。



生涯学習がむかしから盛んだった岡谷で、長年活動を続けている、2つの学習グループをご紹介します。

岡谷イルフダンスの会



代表
宮坂 雄二さん

岡谷イルフダンスの会は、昭和55年に結成された社交ダンスの学習グループです。現在、60〜70歳代が中心の43名が在籍し、男女はほぼ同数。週1回の練習と月1回のダンスパーティを基本として、プロの講師を招き、社交ダンスを楽しく学んでいます。

社交ダンスのステップには、大きく分けてスタンダードとラテンがあり、スタンダードにはタンゴやワルツなど、ラテンにはルンバやチャチャチャなどがありますが、同会では、1年間の練習プログラムにさまざまなステップを割り振り、学んでいます。

「社交ダンスは、文字通り社交のためのダンスですので、基本的なステップを覚えれば、だれとでも男女ペア

になって踊れるのが魅力です。リズムに乗って踊るには、頭と体をいっしょに使います

し、全身を動かして汗もかきまわすので、いい運動にもなります。女性にとっては、おしゃれをしてダンスパーティに参加することも、楽しみになっていると思います。」と、会長の宮坂雄二さん。

参加者の多くは1980年代前後のブームから始めたベテラン勢ですが、近年、テレビ番組やコミックでも話題になっているので、若いみなさんにとっても、見逃せない学習グループといえるでしょう。



活動情報…

毎週水曜日午後7時〜8時30分

すいぎん
帥吟会



代表
若杉 貞夫さん



長野県連合会
吟道大会での発表

帥吟会は、諏訪岳風会の木川岳帥さんを師範とする詩吟の会です。諏訪岳風会には、ほかにもいくつもの詩吟教室があり、総勢約30名が学んでいます。このうち帥吟会には現在7名が在籍しています。年齢層は60〜80歳代が中心で、男女はほぼ同数。月2回の練習を基本とし、年に1度の昇段試験があります。また、初吟会をはじめ市民文化祭など、発表の機会もあり、定番の漢詩や和歌だけでなく、自作の短歌や自由詩などを発表する場にもなっています。

会長の若杉貞夫さんは、「最初は大きな声が出ませんが、先生のやさしくていいいな指導により、美しく吟じられるようになります。宴会などで一芸を求められた時にも、詩吟は役に立ちますよ。なにより、腹式呼吸で大きな声を出すことは、健康にいいと思います。」と魅力を語ります。また「高齢になると何かに挑戦することが少なくなりますが、詩吟は何歳になっても挑戦し続けられる、すばらしいもの」と話す会員も。

ちなみに詩吟には多くの流派がありますが、詩吟の祖宗範とされる、故木村岳風は諏訪市の出身。諏訪岳風会や帥吟会は、その本流を汲む流派ですので、これから詩吟を始める人には、最適な入り口ではないでしょうか。



活動情報：第1・4水曜日

午後1時30分〜3時30分

イルプラザ・カルチャーセンターの学習グループ

※平成29年2月実施のアンケートに基づき掲載
※新=平成29年度新規学習グループ

グループ名	活動内容	学習日
運 動		
気功の会	気功	毎週月曜日/午前
気功 通天の会	気功	第1・3・5木曜日/午後
イルフ・ヨガの会	ヨガ	火・水・金曜日/夜
月曜ピラティス	ピラティス	毎週月曜日/夜
太極拳 火曜会	太極拳	第1・3・4火曜日/午前
太極拳 黄河の会	太極拳	毎週水曜日/午後
太極拳の会	太極拳	第1・3水曜日/午前
ストレッチの会	筋肉体操、ストレッチ	第1・3・4土曜日/午後
吹矢りんどう岡谷教室	スポーツ吹矢	第1・3月曜日/午後
み柱クラブ	ストレッチ	第4火曜日/午前
岡谷イルフダンスの会	社交ダンス	毎週水曜日/夜
長地ダンスの会	社交ダンス	不定期
ダンスサークル ワン・ツー・スリー	社交ダンス	毎週木曜日/午後
新 YOLO ダンスサークル	ヒップホップ ダンス	毎週金曜日/午後
新 バレーザ	フラメンコ	第2・4土曜日/午後
料 理		
男の厨房	料理	第3木曜日/午前
梅花の会	料理	月1回/午前

グループ名	活動内容	学習日
詩 吟		
帥吟会	詩吟の朗詠	第1・4水曜日/午後
詩吟愛好会	詩吟の朗詠	第2・4水曜日/夜
短歌・俳句など		
からたち短歌会	短歌	第3金曜日/午後
しるくの会	口語短歌	第3火曜日/午前
未来山脈めぐみ会	口語短歌	第1木曜日/午後
あづさ俳句会	俳句	第1・3水曜日/夜、 第2・4木曜日/午後
歌月会	百人一首	第1金曜日/午後



太極拳 黄河の会

気功 通天の会



カルチャーセンターの講座から
新しい学習グループも生まれています。

YOLOダンスサークル



グループのみなさん (右:講師の河口紘子さん)

カルチャーセンターは、生涯学習を支援していますが、若い人たちを含めた新しい学習グループも生まれています。そのひとつがヒップホップ

ダンスを学ぶ、YOLOダンスサークルです。
昨年6月に開講したこの学習グループは、現在5名が在籍。女性が中心ですが、男性もいます。講師にインストラクターの河口紘子さんを招き、毎週1回の講習を行っています。ヒップホップというと激しいダンスを想像しますが、河口さんが、参加者の年齢やレベルに合わせたオリジナルのステップや振り付けで指導するため、無理なく上達できます。また、毎回、曲に合わせたストレッチ

で、ほどよく身体をほぐしてからダンスレッスンに入れます。60代の参加者は「若い人たちに交じって続けられるか心配でしたが、先生の教え方がじょうずなので、わたしのような年齢でも始められました。」と、新しいダンスとの出会いに楽しそうです。



YOLOダンスサークルの「YOLO」とは、「You Only Live Once.」の頭文字。「人生一度きりだから、やってみようよ!」という、この学習グループのモットーを表しているそうです。まさに生涯学習ですね。

活動情報...

毎週金曜日 午後1時30分～3時

グループ名	活動内容	学習日
絵画・美術		
水彩 ダ・カーポの会	水彩画	第2・4木曜日/午後
パステルの会	パステル画	第2・4木曜日/午後
スケッチの会	水彩画	第2・4金曜日/午前
イルフ墨友会	水墨画	第1・3金曜日/午前
和紙絵の会	和紙絵	第1・3土曜日/午後
木彫りの会	仏像彫刻	第2・4水曜日/午後
手芸		
金洋会	パンフラワー	第1・3金曜日/午前
花園キルトの会	パッチワーク	第1・3木曜日/午前



箏楽



ハーモニカ21

花園キルトの会



グループ名	活動内容	学習日
合唱		
青葉愛唱会	歌唱	第3金曜日/午後
岡谷合唱団	混声合唱	毎週火曜日/夜
岡谷せせらぎ会	混声合唱	不定期
岡谷熟年歌唱会	合唱	第2・4土曜日/午前
川岸女声コーラス	合唱	月曜日/午前 ほか
千の会	合唱	第2・4水曜日/午前
やまびこ男声合唱団	合唱	毎週日曜日/夜
あひるコーラス	コーラス	第1・3・4火曜日/午前
女声コーラスしなの	コーラス	金曜日/午前～午後
岡谷民謡愛好会	民謡	第2・4水曜日/午後
郷土の唄と踊り伝承会	唄・踊り	第2・4月曜日/午後
楽器		
箏楽	箏	第1・3金曜日/夜、 2・4土曜日/夜
桐の会	箏	毎週月曜日/午前
アフリカンリズムを楽しむ会	アフリカンリズム	不定期
岡谷マンドリンクラブ	マンドリン	不定期
ハーモニカ21	ハーモニカ	第2・4月曜日/午前
オカリナ Pip	オカリナ	月1回土曜日/午前
新 オカリナ ラルゴ	オカリナ	第1・3水曜日/午前
工芸		
陶遊会	陶芸	第3水曜日/午前・午後

発表の場があるから、目標に向かって取り組める



書道、絵画、写真、手芸などの文化系学習グループは、市民文化祭の展示などで、日ごろの学習の成果を多くの方々にに向けて発表しています。

市民文化祭のステージの花形のひとつに、マジックを学ぶ学習グループ、岡谷M50会があります。同会は昭和50年に発足し、現在13名が所属。男女はほぼ同数で、月2回の例会を基本として、テキストやビデオを使い、各自がやりたいマジックを練習しています。会長の坂井智彦さんは「観客



代表
坂井 智彦さん

岡谷M50会

エムじーまる

生涯学習は単に学んで身につけるだけでなく、その成果を発揮する機会があると、やりがいを感じるものです。独自に発表の場を持っている学習グループもありますが、カルチャーセンターでは「市民文化祭」などの発表の機会があります。

を驚かせたり笑わせたりするのがマジックの醍醐味なので、発表の場は欠かせません。市民文化祭は大きな発表の場ですので、会員の目標になっています。」と語ります。



活動情報：第2・4木曜日
午後7時～9時

グループ名	活動内容	学習日
書道		
杏月会	ペン習字	第2・4金曜日/午前
清美会	ペン習字	第2・4木曜日/夜
清風会	ペン習字	第2・4木曜日/夜
その他		
岡谷映像サークル	映画作成	第3木曜日/午前
岡谷M50会	マジック	第2・4木曜日/夜
岡谷堅香子の会	語りの学習	第1土曜日/午前
写撮クラブ	写真	第2水曜日/夜
オリオン天文同好会	天文	第3木曜日/夜
水曜囲碁会	囲碁	毎週水曜日/午後
日本野鳥の会 諏訪支部	自然保護・観察	最終金曜日/夜
土師の会	考古学	毎週木曜日/午前～午後

グループ名	活動内容	学習日
茶道		
交和会	茶道	第2・4金曜日/夜



水曜囲碁会



岡谷映像サークル

申込み・問合せ ● イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

このほかにも、湊公民館、川岸公民館、長地公民館の講座から生まれた、多くの学習グループが活動しています。詳しくは、各公民館にお問い合わせください。

申込み・問合せ ● 湊公民館 ☎22-2300 ・ 川岸公民館 ☎23-2200 ・ 長地公民館 ☎27-8080