

コース別研修のようす			フラワーアレンジメント	
ソフトバレー		けがもなく、参加者全員で和気藹々とソフトバレーを楽しむことが出来ました。来年もぜひ実施してほしいという声が多数ありました。 青年部のみなさんは軽やかな動きでしたが、壮年部の方々は、気持ちばかりが先走り、始めの一步が出にくく、苦労していました。 みなさん、体力と実力に応じたプレーを心がけていました。けがや体調不良もなく、全試合を終えることができました。	 	8名の先生方に参加いただき、講師の池田先生の丁寧なご指導のもと、短時間で充実した研修ができました。今年は、ピンクのトルコキキョウ・白の小菊・黄色のスターチスとパンダの3色4種類の生花を使っでのアレンジを行いました。同じ花を用いたものの、一人一人雰囲気の違い素敵な作品が出来上がり、参加いただいた先生方からも好評でした。キャンパスに絵を描くように花を生けていく楽しさや、生けることで心も癒されていくような温もりを感じた研修会になりました。
	パソコンQ & Aコース			
諏訪崎ビーチクリーン作戦	  	7月海の日にて「諏訪崎ビーチクリーン作戦」に参加した。当日1名欠席し、7名が参加した。諏訪崎を愛する会を中心に、愛教研の他に八幡浜市民ボランティア約百五十人が参加した。参加者全員で約二キロの小道を歩き、海岸で発泡スチロールやビニールごみなどを拾う活動をした。		9名が参加し、書と美術が融合した「書道アート」をご指導していただきました。文字を自由に書くことや色を楽しむという一番のねらいとしてご指導いただきました。角度や線の太さを変えたり、かすれやにじみなど筆を全部使って、書くテクニックとして見せていただいたときには、筆一本で全く雰囲気の違う線が書けることに、感動しました。初めて参加される先生は、最初、文字を崩したり、自由に表現したりすることに戸惑っていましたが、講師の先生に丁寧にアドバイスをしていただいたり、見本の絵や実際の筆使いを見せていただくことで、発想が広がり、自分なりの文字を書くことができました。また、参加された先生同士で、お互いの表現を見合いながら和気あいあいと制作することができました。最終的には和紙パネルに白抜き材で文字を書き、乾かして、着色をしたが、一発勝負で書き上げなければならないため、経験されている先生も、改めて緊張感を味わいながら制作しました。全体的に充実した内容となった書道アートでした。参加された先生方も、「また挑戦してみたい。」といわれる方が多くおられました。
	書道アート			
ガーデニング			 	配置を考えながら丁寧に生けていきました。花を足す度に素敵な作品になっていきました。
	浜っ子共同作業所との交流			
ヨガで心身リフレッシュ			和気藹々と制作に取り組みました。みなさん楽しそうでした。	 
	8月22日(月)、スポセンサブアリーナで、一万田結貴先生を講師に迎えて、ヨガ体操を体験した。呼吸を大切にヨガの動きを、丁寧に指導していただいた。個人の体調や能力に合わせた指導で、大変心地よく、有意義な体験をすることができた。			
料理教室	 		 	完成です。同じ材料でも、みんな違った作品ができました。
	8月22日(月)の午前9時から午前 11時30分まで、四国電力八幡浜営業 所で壮年部コース別研修料理教室が実施 されました。 昨年度に続いて、市内在住の料理研究 家の後藤和子先生を講師にお迎えして、「明太子パスタ」「夏野菜サラダ」「じゃがいものスープ」の3品のメニューを、3班に分かれて作りました。 9名の参加した先生方は、和気藹々とし た雰囲気の中で楽しく研修をすることが できました。厳しい暑さのため、食欲が減退 したり、体調を崩したりしがちな時季にぴ ったりのヘルシーメニューを教わりました。ぜひ家庭でも作ってみたいと思いました。講師の後藤先生には、お忙しい中、たいへんお世話になりました。			