

創立  
40周年



# 荒川シルバー大学

## 令和5年度 受講生募集

理事長 岡田芳子 ・ 学長 木村國子

### 申込受付日時

期日： 2月4日（土）～ 時間：午後1時～3時  
定員になり次第、締め切りと致します。

土日祭日を除く

◆申込会場：生涯学習センター内  
荒川区荒川3-49-1（JR三河島駅 徒歩5分）

- ◆対象： 区内在住・在勤 60歳以上の方
- ◆内容： 下記の教室から選択（複数選択可）
- ◆会費： 総合運営費 年間¥8,000
- ◆受講料：（1教科） 年間¥5,000～¥7,000

※教室によって教材費（活動費・交通費・見学費等）がかかります。



活動日	教科名	時間	会場	人数	年間受講料	回数	
月	1 硬筆	午後 1:00～3:00	生涯学習センター	54	¥5,000	年間 各教室 19回	
	2 水彩画・午前	午前10:00～12:00		30	¥5,000		
	3 水彩画・午後	午後 1:00～3:00		30	¥5,000		
	4 水墨画	午前10:00～12:00		40	¥5,000		
	5 フラダンス	午後 1:00～3:00		夕やけこやけふれあい館	35		¥5,000
火	6 歌声クラブ	午前 9:10～11:30	生涯学習センター	50	¥6,000		
	7 書道・火曜	午前10:00～12:00		40	¥5,000		
	8 陶芸	午前10:00～午後3:00		48	¥5,000		
	9 東京近郊ミニ散歩	午前10:00～12:00		生涯学習センター他	55		¥7,000
	10 日本の話芸	午後 1:00～3:00		生涯学習センター	30		¥5,000
	11 パソコン	午前 9:45～11:45（パソコン要持参）		生涯学習センター	30		¥7,000
水	12 頭の体操	午後 1:00～3:00	生涯学習センター	30	¥5,000		
	13 折り紙・絵本	午後 1:00～3:00		30	¥5,000		
	14 自然と小さな旅	午前10:00～12:00（第三水曜）1日コース		生涯学習センター他	50		¥7,000
	15 社会科見学	午前10:00～12:00（第四水曜）1日コース		生涯学習センター他	50		¥7,000
	16 写真	午後 1:00～3:00		30	¥5,000		
	17 料理	午前10:00～12:00		尾久ふれあい館	30		¥6,000
	18 ヨガ	A. 午前9:15～10:30/B. 10:40～11:55		生涯学習センター	50		¥5,000
	19 絵手紙	午前10:00～12:00		生涯学習センター	30		¥5,000
20 おしゃれニット・木曜	午後 1:00～3:00	30	¥6,000				
21 華道	午前10:00～12:00	40	¥5,000				
22 健康体操	午後 1:00～3:00	35	¥5,000				
23 俳句	午後 1:00～3:00	30	¥5,000				
24 朗読・午前	午前10:00～12:00	25	¥5,000				
25 朗読・午後	午後 1:00～3:00	25	¥5,000				
26 輪おどり民舞	午前10:00～12:00	35	¥5,000				
金	27 今と昔の歴史散歩	（第三金曜）1日コース /午後 1:00～3:00	生涯学習センター他	60	¥7,000		
	28 歌声・金曜	午前 9:30～11:30	東尾久本町通りふれあい館	40	¥6,000		
	29 英語	午前10:00～12:00	生涯学習センター	60	¥5,000		
	30 おしゃれニット・金曜	午前10:00～12:00	南千住西部区民事務所ひろば館	30	¥6,000		
	31 気功	午後 1:00～3:00	尾久ふれあい館	50	¥5,000		
	32 茶道	午後 1:00～3:00	講師宅	30	¥6,000		
	33 書道・金曜	午後 1:00～3:00	生涯学習センター	40	¥5,000		
	34 本を楽しむ	午後 1:00～3:00		30	¥5,000		
	35 パステル・絵の具画	午後 1:00～3:00		30	¥5,000		
	36 音楽	午前10:00～12:00		生涯学習センター他	70		¥6,000

☆お問合せ先 荒川シルバー大学 事務局 電話 03 (3801) 5740



# 令和5年度 荒川シルバー大学 募集要項

理事長 岡田芳子 ・ 学長 木村國子

荒川シルバー大学は、区内に居住する60歳以上の方々が趣味と教養を身につけ、仲間づくりを図りながら、生涯学習をすることを目的としています。自立から互助・共助、更には社会への貢献に向けて、この輪を広げている区民の教育団体です。新しい仲間のご参加を得て更に充実した内容にしたいと考えております。

- 31教科（36教室）と年間3回の合同講義があります。
- 入学後5年で卒業証書が授与されます。卒業後も引き続き学習できます。楽しい学びの場です。  
10年間受講された方は「奨励賞」を授与されます。  
20年間受講された方は「学長賞」を、30年間受講された方は「理事長賞」を授与されます。  
100歳を迎えた方は「長寿賞」を授与されます。

## 令和5年度 教科案内

(年間費用) 総合運営費=年¥8,000 受講料1科目=年¥5,000~7,000 (年間諸経費) ①印刷費 年@¥100~500 ②教材費等実費

曜日	No.	教科名	内容
月	1	硬筆	古典を始め、日本文学の名作や童謡などを心を込めて美しい文字で書いていきます。漢字・ひらがな・カタカナの文字の成り立ちも学びます。心を込めて書いた字は人の心を動かします。
	2	水彩画・午前	子供の時に描いて以来の水彩画。教室では基礎をしっかり学び、石の上にも3年を目標に楽しく続けると、いつしか素敵
	3	水彩画・午後	な絵が描けるようになります。
	4	水墨画	現在は筆を2本（墨筆と水筆）使い、特別技法でドーサ引きの色紙を使って、ぼかし（墨をぼかす）や、たらし込み、
	5	フラダンス	ゆったりとした動きの中にしっかりと運動量があり、健康にも良く、ハワイアン音楽に心を癒されて、日常の忙しい生活を忘れさせてくれます。手の動きや足のステップも何回も繰り返し、どなたでも踊れるまで復習を重ねます。みんなで楽しく踊れる事を目標にしています。初心者歓迎します。
火	6	歌声・火曜	童謡、唱歌、ロシア民謡や日本の“懐かしのメロディ”（歌謡曲）などを1冊の歌集と歌詞カードを使い、ピアノに合わせて歌います。昔の「うたごえ喫茶」のような教室です。
	7	書道・火曜	楷書、行書等基本を中心にしていますが、遊び心で創作文字も取り入れ、楽しい書道教室を目指しています。
	8	陶芸	全ての工程を自分のものとしていこうと食器類を主体に制作し、奥深い陶芸の技法と心を学んでいきます。
	9	日本の話芸	教室では落語・講談・浪曲などを鑑賞し、時々寄席にも行きます。聞くも楽し、語るも楽しい教室です。
	10	東京近郊ミニ散歩	東京近郊の街での散歩を楽しみます。目的地までは各自、交通機関（電車、地下鉄、路線バスなど）を利用します。五感を使って、史跡・文化財・パワースポットなどを見学しましょう。合わせて体力作りも・・・歩く日は第二木曜日。
水	11	パソコン	パソコンの持ち込みができる方が対象です。色々なソフトを使用し、楽しい動画の作品づくりに取り組んでいきます。パソコンの基礎を学習したい方は、別途ご相談ください。
	12	頭の体操	「読み・書き・計算」を基本にして皆で知恵を出し合い、頭や体を楽しく使って、脳細胞を若返らせることを目指します。不思議な『インド式計算』や日本の古典も楽しく学びます。
	13	折り紙・絵本	日本の紙文化「折り紙」をみんなで楽しみましょう。制作の楽しさと、ちょっとしたプレゼントの喜び、指先や脳のアンチエイジングにもつながります。そして毎回、童話・絵本の読み語りもあります。
	14	自然と小さな旅	日本の四季は美しい。私達は自然の変化を楽しみながら、月に一回電車や貸切バスを利用して日帰り旅（第3水曜）を実施しています。恒例として、学園祭には苔玉の作品を全員が出展・1月には七福神めぐりを実施しています。見学料等の実費は参加者各自負担で、その都度徴収します。
	15	社会科見学	見学コースは、博物館、科学館、公園、庭園、民間企業の工場などや時には日帰りバス旅行、男性受講生も多く、班組織で助け合い、楽しい見学とランチをしています。昨年度の主なコースは、NHK放送（博）、江戸東京たてもの園、国立自然教育園、神田川クルーズ、NTT歴史展示館、日帰りバス旅行などへ行きました。
木	16	写真	初心者主体の教室です。教室では撮影方法や、何を撮るかをお互いに学びあいます。（自分のカメラの使用方法は可能な限り学習しておいて下さい。尚、パソコン操作の授業ではありません）。写真実習の時は、授業時間を変更（午前・夕方）する場合があります。
	17	料理	今日の献立は何にしたらいいのかスーパーをうろろうろしながら考える毎日、自分の好きな食べ物を選んでいませんか。季節の食材でバランスのとれた美味しく簡単な料理を、皆さんで調理をして食べる大切さを考えながら健康寿命を延ばしてみませんか。
	18	ヨガ	ヨガは哲学です。どなたでも、年齢に関係なく、ご自身のココロとカラダを健やかに豊かになれるよう、一緒に学んでいきましょう。
	19	絵手紙	四季折々の花や野菜を自分らしく個性豊かに描きます。そしてひとこと言葉をそえて気持ちを表します。画材：花や野菜・画仙紙（ハガキ）・絵の具（顔彩）・筆等は各自用意。
	20	おしゃれニット・木曜	一本の糸から色々な物を一緒に作ります！手作りの良さと作品をより個性ある愛する一品にする事を目的にしています。基本的な編み方（メリヤス編み等）が出来る方希望。
金	21	華道	イキイキとした姿で私達の目を楽しませ、心を明るくしてくれる花や緑を通して、季節の移り変わりを感じ、その美しさを華やかに彩るように学びます。
	22	健康体操	軽い運動で健康を維持し、心と体をリフレッシュします。
	23	俳句	四季の移り変わりの中で、心に触れた一瞬を5・7・5という詩形の中に、季語に託して表現してみましょう。自分らしい表現の仕方を探るのが楽しくなってきます。年二回、吟行会があります。
	24	朗読・午前	朗読の基本を学びながら、様々な詩や文章にふれ、声を出す喜び、また仲間と一緒に表現し言葉を贈る喜び、さらに作品の奥深さなども味わいます。「誌の朗読会」や、小さな朗読会「なごみの会」、また、文学散策なども行っています。
	25	朗読・午後	輪になって、盆踊りから民謡など。初心者の方、基礎からゆっくりと練習します。
土	26	輪おどり民舞	区都から関東平野くらいまでの範囲で「歴史」を訪ねて歩いています。近い所は電車で、遠い所は、バス旅行です。今年出かけた所は、湯島聖堂・神田明神・岩崎庭園・八幡山古墳石室・妻沼聖天山・神田川クルーズなどです。この教室で歴史を学び、そして「感じる」ことを目指しています。
	27	今と昔の歴史散歩	童謡、唱歌、ロシア民謡や日本の“懐かしのメロディ”（歌謡曲）などを1冊の歌集と歌詞カードを使い、ピアノに合わせて歌います。昔の「うたごえ喫茶」のような教室です。
	28	歌声・金曜	懐かしい歌を英語で歌ってみませんか。やさしい物語を英語で読んでみませんか。「外国の人と、会話が出来るようになりたい」と思っている人は、どなたでも英語クラスに大歓迎です。友達を作り、一緒に楽しく学びましょう。
	29	英語	一本の糸から色々な物を一緒に作ります！手作りの良さと作品を、より個性ある愛する一品にする事を目的にしています。基本的な編み方（メリヤス編み等）が出来る方希望。
	30	おしゃれニット・金曜	呼吸法を取り入れたゆったりとした動きで、健康寿命を延ばしましょう。60以上の病気の予防、治療、リハビリに効果のある医療気功「内養功」とリラックス簡単気功「香功」を中心に五臓六腑を鍛える動きを学びます。
日	31	気功	裏千家。茶の湯の文化を通して、日本人の心を学びます。立札（イス）での稽古もできます。
	32	茶道	基本的な筆使いを学び、美しい文字が書けるコツを教えます。墨と筆がかもし出す線の美しさを鑑賞し、自己表現に生かしていきます。自分の書きたい言葉を創作表現し、書の楽しさを味わってもらいます。
	33	書道・金曜	本を読んで楽しむ。本に関連した画像を見て楽しむ。本を朗読で聞いて楽しむ。色々なジャンルの本に接し、本を通して交流し、ゆかりの地を訪ねます。自分の読書ノートを作り、「読む・見る・聞く」をバランスよく取り入れながら本の世界を楽しみましょう。
	34	本を楽しむ	パステルにはしっとり仕上がるオイル系、粉っぽく淡い表現ができるソフト系があります。その他水彩・アクリル絵の具・色えんぴつ等幻想の世界、風景・人物・静物など好みの画材で、描きたいモチーフを自分の個性を出して表現しています。
	35	パステル・絵の具画	心と体の健康は歌から～。懐かしい歌、また新しい感覚の歌を声を合わせて楽しく二部合唱しています。高低それぞれのパートをお互いにきき合ってお互いにアンサンブルし、指揮に合わせてすてきなハーモニーを目指します。
36	音楽		

※入学式前の受講申込者には、学習時間中の「スポーツ安全保険」が付保されます。

## 令和5年度 教科・教室一覧

◆31教科、36教室の活動予定は、下記一覧表のとおりです。定員になり次第、締め切らせていただきます。

◆読書・心の旅教室は「本を楽しむ教室」と教室名が代わります。

曜日	教室	教科名	午前	午後	時間	講師名	会場	基本週	募集人数	年間受講料
月	1	硬筆		○	午後 1:00～3:00	野口和歌子	生涯学習センター	1・3週	54	¥5,000
	2	水彩画・午前	○		午前10:00～12:00	遠藤光胡	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	3	水彩画・午後		○	午後 1:00～3:00				30	¥5,000
	4	水墨画	○		午前10:00～12:00	結城秀翠	生涯学習センター	1・3週	40	¥5,000
	5	フラダンス		○	午後 1:00～3:00	佐々木時子	夕やけこやけふれあい館	1・3週	35	¥5,000
火	6	歌声・火曜	○		午前9:30～11:30	本田晴子	生涯学習センター	2・4週	50	¥6,000
	7	書道・火曜	○		午前10:00～12:00	大友悦子	生涯学習センター	1・3週	40	¥5,000
	8	陶芸		○	午前10:00～午後3:00	羽二生みどり	生涯学習センター	1～4週	48	¥5,000
	9	東京近郊ミニ散歩	○		午前10:00～12:00 (第二木曜)1日コースあり	河合美津江 助) 荒井廣子	生涯学習センター他	1・2週	60	¥7,000
	10	日本の話芸		○	午後 1:00～3:00	石畑榮一	生涯学習センター	1・3週	30	¥5,000
	11	パソコン	○		午前9:45～11:45	望月利一	生涯学習センター他	2・4週	30	¥7,000
水	12	頭の体操		○	午後 1:00～3:00	水越絹代	生涯学習センター	2・3週	30	¥5,000
	13	折り紙・絵本		○	午後 1:00～3:00	石崎恵子	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	14	自然と小さな旅	○		午前10:00～12:00 (第三水曜)1日コースあり	箭内忠義 助) 長照美	生涯学習センター他	1・3週	50	¥7,000
	15	社会科見学	○		午前10:00～12:00 (第四水曜)1日コースあり	高橋建司 助) 高橋武三	生涯学習センター他	2・4週	50	¥7,000
	16	写真		○	午後 1:00～3:00	戸叶恒夫	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	17	料理	○		午前10:00～12:00	山崎眞生子 助) 大島るり子	尾久ふれあい館	2・4週	30	¥6,000
	18	ヨガ	○		A) 午前 9:15～10:30 B) 午前10:40～11:55	花嶋薫(る～)	生涯学習センター	2・4週	50	¥5,000
木	19	絵手紙	○		午前10:00～11:55	中島愛子	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	20	おしゃれニット・木曜		○	午後 1:00～3:00	桜井企佐子 助) 植村暁子	生涯学習センター	1・3週	30	¥6,000
	21	華道	○		午前10:00～12:00	内藤真澄	生涯学習センター	1・3週	40	¥5,000
	22	健康体操		○	午後 1:00～3:00	望月公子 助) 関口弘美	生涯学習センター	2・3週	35	¥5,000
	23	俳句		○	午後 1:00～3:00	田中京	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	24	朗読・午前	○		午前10:00～12:00	池田洋子	生涯学習センター	1・3週	25	¥5,000
	25	朗読・午後		○	午後 1:00～3:00			25	¥5,000	
	26	輪おどり民舞	○		午前10:00～12:00	新英美紗信	生涯学習センター	2・4週	35	¥5,000
金	27	今と昔の歴史散歩		○	午後 1:00～3:00 (第三金曜)1日コースあり	加藤純成 助) 山下静江	生涯学習センター他	2・3週	60	¥7,000
	28	歌声・金曜	○		午前9:30～11:30	本田晴子	東尾久本町通りふれあい館	2・4週	50	¥6,000
	29	英語	○		午前10:00～12:00	木村國子	生涯学習センター	2・4週	60	¥5,000
	30	おしゃれニット・金曜	○		午前10:00～12:00	桜井企佐子 助) 植村暁子	南千住西部区民事務所 ひろば館	1・3週	30	¥6,000
	31	気功		○	午後 1:00～3:00	原幸代	尾久ふれあい館	1・3週	50	¥5,000
	32	茶道		○	午後 1:00～3:00	三浦宗真	講師宅にて	1・3週	30	¥6,000
	33	書道・金曜	○		午後 1:00～3:00	吉見翠(松香)	生涯学習センター	2・4週	40	¥5,000
	34	本を楽しむ		○	午後 1:00～3:00	木村國子	生涯学習センター	1・3週	30	¥5,000
	35	パステル・絵の具画		○	午後 1:00～3:00	永井克巳	生涯学習センター	2・4週	30	¥5,000
	土	36	音楽	○		午前10:00～12:00	飯島純子	生涯学習センター	1・3週	70

### 申込み方法

新入学の方は「新入学申込書」、在校生の方は「継続申込書」に必要事項をご記入の上、お申し込みください。

◆会場 荒川区荒川3-49-1 生涯学習センター内 (JR三河島駅 徒歩5分)  
生涯学習センター会議室 (3F・1F) 又は 荒川シルバー大学事務所 (1F) 事務局☎ (3801-5740)

◆期日・時間・内容 2月4日(土)～17日(金)＝午後1時～3時・・・すべての教科の受付  
(4日以外の土日祝日等を除く)

- 注1) 納入されました運営費・受講料は、返金できませんのでご了承下さい。
- 注2) 教室によって教材費(活動費・交通費・見学費その他)がかかります。
- 注3) 入学式以降の申込者に対しては安全保険は付保されません。