バラエティコース

生涯学習「宝箱」！

～くまもと県民カレッジ認定講師１０名によるバラエティ講座～

①

「家族で野菜育てを楽しみ 健康生活をしよう」

コロナ禍により、在宅の時間が多くなった時に始めたのが、野菜づくりでした。家族で野菜を作る内に、一緒に育て、食べる楽しみが大切な家族の時間になりました。
人生を豊かにする生き方を学びました。

太田 州保さん

②

「レクリエーションで コミュニケーション」

じゃんけんや歌に合わせて動くレクリエーション等、脳を使いながら体を動かしました。レクリエーションを通して、心を元気にし、笑顔になる講座でした。

岡田 富子さん

③

「地球を守り隊 菌活で生ゴミ堆肥化隊員募集！！」

生ゴミを利用した堆肥化の方法について学びました。生ゴミを微生物が分解し、堆肥となり、それを利用して野菜が育つ、この流れを循環する事により、地球環境を守る事につながるとお話しいただきました。

國本 聡子さん

④

「もしもの時に！ ～大切なのは命を守ること～」

防災士である講師に、事故や災害等のもしもの時の対処について学びました。AEDやケガの手当の仕方等は身近で大切な人や周囲の人を守るために、役に立つスキルを伝授していただきました。

的場 幸雄さん

⑤

「ブルーベリーの育て方」

ブルーベリーの種類と育て方について、学びました。
育て方によっては、枯れてしまう場合もあり、正しい育て方のコツを伝授していただきました。

矢野 博さん

⑥

「笑うこと～命とともに歩む道～」

自身の子供を亡くしたことで、失意の中にありましたが、残った子供達の励ましもあり、笑顔を取り戻しました。笑顔を絶やさず、毎日小さな幸せに感謝して生きる事の大切さを学びました。

宮本 儀子さん

⑦

「米粉ってなに！！」

米粉のメリットや利用法について学びました。

美味しい米粉パンの作り方もお聞きする事ができました。

福田 信子さん

⑧

「日本の民族衣装を学ぶ “きもの”を紐解く」

“きもの” の柄や種類によって意味や用途が異なりますが、それは、家族の健康や繁栄を願ったものでした。

“きもの”に込められた思いを学びました。

小田 佳生留さん

⑨

「笑顔と感謝で 悪性リンパ腫脱出！！」

悪性リンパ腫の病魔と闘う中で、気持ちが沈んだ時期もありましたが、自身で意識を変え、明るく笑顔で生きる事に気持ちを切り替えました。精神的にも、落ち着きを取り戻し、周囲への感謝と笑顔で困難を乗り越えたエピソードをお話しいただきました。

高木 正三さん

⑩

「世界遺産いじわるカルタ」

カルタを通して、世界遺産について学ぶ事ができました。

世界遺産について、知らない事も多く、受講生も四苦八苦しながら、カルタに挑んでいました。

吉田 紀子さん

●受講生の感想

・学習の喜びを味わえたので良かったです。講座の内容が色々で、知らない事や、気が付かなかった事、参考になりました。

・講師の先生もバラエティに富んで楽しく受講しました。