



2023♡イベントカレンダー

(営業時間 11:00 ~ 15:00 カフェ:カフェ営業日)

| | | | | | |
|----|---|------------------|----|---|-------------------|
| 1 | 水 | | 16 | 木 | |
| 2 | 木 | | 17 | 金 | カフェオープン |
| 3 | 金 | カフェ/クラフト教室 | 18 | 土 | カフェ/健康体操 |
| 4 | 土 | | 19 | 日 | |
| 5 | 日 | | 20 | 月 | |
| 6 | 月 | | 21 | 火 | カフェ/チェロ教室 |
| 7 | 火 | カフェ/体操教室 | 22 | 水 | |
| 8 | 水 | | 23 | 木 | |
| 9 | 木 | | 24 | 金 | カフェ/二胡教室 |
| 10 | 金 | カフェ/ 二胡・チェロ教室 | 25 | 土 | カフェ/野菜販売 |
| 11 | 土 | | 26 | 日 | |
| 12 | 日 | | 27 | 月 | |
| 13 | 月 | | 28 | 火 | カフェ/手作り教室 哲学講座 |
| 14 | 火 | カフェ/哲学講座 | | | |
| 15 | 水 | | | | |



New < 本末浩司先生 健康体操 (けんぞう倶楽部) > 2/18 (土) 10:00 ~ 11:00

奈良市社会福祉協議会、若草地域包括支援センターに協力いただきます。

< 出原佳代先生 体操教室 >

2/7 (火) 13:30 ~

音楽に合わせて体を動かし
健康寿命をのばしましょう♪



< 森脇真理子先生 二胡教室 >

2/10・24 (金) 12:30 ~

中国の伝統的な美しい擦弦楽器。
まずは見学だけでもお気軽にどうぞ!



< 石川泰羽先生 チェロ教室 >

2/10・21

体験レッスン受付中! お子さまから大人の方まで
チェロを弾いてみたい方お気軽に体験にいらしてください♪



< クラフト教室 >

2/3 (金) 11:00 ~

開くとパッと飛び出す手作りの
カード作りしてみませんか?



< 田原新鮮野菜販売 >

2/25 (土) 10:30 ~



動物作家 篠原かをりさんのステキなコラム(月刊福祉)をそのまま引用しました。

『2021年9月、57歳の母が大学院修士課程を修了した。元々学問に通じている人ではなかったのにまさに一念発起して勉強に打ち込み、ワードの使い方もわからない状態で入学しながら、最後は立派な修士論文を書きあげた。今はシニア生活情報アドバイザーという、高齢者にパソコンを教えるための講座を受講している。「明らかに教わるほうに申し込むべきだった」と笑いながら日々新しいことを吸収していく母を見てみると「できるはずだから、やってみる」という優越感に基づかない健全な自己肯定感の重要性を実感する。

87歳の祖母はステイホームですっかりスマホを使いこなせるようになったそうだ。私は今、算数を勉強している。数学ではなく算数だ。算数が終わったら中学校の数学、それが終わったら高校の数学と学び直していく予定である。長いこと、自分には数学が向かないと思いついてきた。26歳になって、「自分にはできない」という考えを捨ててみることにした。若い頃は能力的にも生活的にも勉強がしやすい環境にあるが、試験だとか受検だとか、期限に追われて、ある程度効率を求めざるを得ないところもある。できないことに焦りを感じていた頃とくらべると、ただ自分の成長だけを目的にした勉強はとても心穏やかだ。

人間は身体づくりに不釣り合いなほどの寿命をもった生物である。多くの生き物は、繁殖年齢を終えると寿命が終わることが多い。ペットや動物園の飼育動物など、人が介在する環境下では、動物の寿命も大きく伸びるが、野生下において老後と言えるまで長く生き延びる動物はまれだ。その中でシャチは人間同様に老後が存在する動物のひとつだと言われている。祖母のシャチが群れの中に存在することで、若い孫のシャチの生存率が上がるという研究結果がある。おばあちゃんの知恵袋のように狩りの知恵を伝授し、リーダーシップを発揮することで生存率が上がると考えられている。

しかし、歳を重ねたからといって、必ずしも教えるほうに回らなくてもよいと思う。学びは子どもや若者だけのものではない。人間の身体の成長は20歳前後で止まるし、吸収率や成長率は相対的に低くなる。けれど、約80年の寿命のうち、学ぶ時間が、20年なのももったいない。いつまでも、この世に生まれたばかりのよう