

発行日 2008年12月1日

年末年始のお休みについて

教室は12月28日(日)から来年1月5日(月)までお休みします。
来年は1月6日(火)から平常どおり営業いたします。

皆さんこれから冬本番です。風邪を引かないように気をつけましょうね。
外から家へ帰ってきたら、必ず『手洗い』・『うがい』をしましょう。

新講座のお知らせ

パソコン教室しおんには、まったくパソコンを使うのが初めての方だけでなく、結構パソコンを活用されている方もお見えになります。

パソコンをよく使っておられる方でも、パソコンを使う上でこれは知っておくべきだと思いがきちんと理解されていない方が多いことに気がつきました。

そこで、ぜひとも理解を深めていただきたいと思って作った新講座は、
名づけて『なるほど! 納得講座 (ファイルとフォルダ編)』
パソコンを使う上で基本中の基本です。

2時間かけてしっかりと学習していただきます。

料金はテキスト代、消費税込み3,800円です。

『わくわく! ショート講座』のように決して楽しい講座ではありません。

しかし受講してしっかり理解しておく、後々いろいろと役立ちます。

今まで、もやもやとしていたことが一気にスカっとするかもしれないですよ。超お奨めです。

みなさんが苦手なことや、苦勞していることなどを取り上げて、分かりやすく理解できるような『なるほど! 納得講座』を作って、シリーズ化していけたらいいなと考えています。



気功

実は、この10月から気功教室に通い始めました。

JR六甲道の南にある六甲道勤労市民センターで実施されており、毎週1回1時間、全20回の講座です。超人気の講座で、わたしは補欠の繰上げ当選でなんとか受講生になれました。

生徒は20名で、そのうち男性は3名です。

年齢も30代ぐらいから70代ぐらいとさまざまです。

気功とは病気予防や健康増進を目的とした中国の伝統医療のことです。

よい『気』を体に取り入れて、悪い『気』を外に出し、病気にならない体をつくるのが目的です。ツボの名前と場所を教わり、『八段錦』という八段で構成された『養生導引体操』を行い、あっという間の1時間です。

通い始めて、かれこれもう2ヶ月になりますが、なかなか身についていません。

一つ一つの動作が覚えられないのです。(これは私だけでなく他の方も同じようです。)

また『入静』というのがなかなかできません。

『入静』とは一切の雑念を払い、無念無想の状態に入ることです。

なんと自分は雑念が多いことかとおつくづく思います。

一緒に受講している方々とも楽しくおしゃべりして、非常によい時間を過ごさせていただいております。

女性はやっぱり食べることが好きで、グルメ話になると非常に盛り上がります。先日も、『地蔵家』のパンの話になり、初めて『地蔵家』を知った方はその日に買って帰られたそうです。

『地蔵家』の食パンは、耳も中身も柔らかくてとても美味しいです。

私も大ファンですが、なかなか買い出しにいけなくて、ここ最近は食べていません(泣)



図書館

最近よく灘図書館を利用します。

つい先日、K-libネット(神戸市立図書館ネットワークサービス)の申し込みをしました。

インターネットを利用して、図書予約が出来たり、借りている本の返却期限の延長(予約待ちがない場合のみ)が出来たりします。書籍の検索も出来てとっても便利です。

灘図書館も多くの方が利用されていますね。

借りるたびに悲しく思うのが、多くの本が雑に扱われてボロボロになっていることです。

図書館の本も寄贈された本以外は、市民の税金(私たちのお金といってもいいかな?)で購入されているのですから、私たち市民の財産です。自分がお金を出して買った本と同じくらいに大切に扱って欲しいなあ~って思いながら、ボロボロにされてしまった本を読んでいます。