


# お楽しみ会 参加者募集

ページID：0124767

掲載日：2025年11月18日更新

 [通常ページへ戻る](#)

## お楽しみ会 毎月第4月曜日 9時30分～

「お楽しみ会」は、おしゃべりしながら小さなものづくりを楽しむ会です。みんなで教え合いをしながら、ワイワイ、ガヤガヤ楽しい時間を過ごしています。

## 9月25日 筆ペンで笑顔になる「己書」を書いてみよう！ 参加者8名

筆ペンを使って型にとらわれず、心のまま自由に味わいのある字を書く「己書」のコツを教えてもらいました。今月の講師は、米倉久詠さん（己書あさひ道場代表）。

「己書」は、筆遊びを楽しむもので、認知症予防にも良いと言われています。

まずは、いつもとは違う筆ペンの扱いに慣れるため、楽しい「楽」の字を、楽しく書いてみました。同じ「楽」という字だけれども、それぞれ異なる、楽しい「楽」が出来ました。

余計な言葉を書かなくても、「楽」の一文字で、楽しい気持ちが伝わってきますね。



さて、ここから本番です。もうすぐ中秋の名月なので、「お月見」をお題に作品を作りました。月の中に、薄墨の筆ペンでススキ、お団子、ウサギの絵を描いたその下に、童謡・唱歌の「うさぎうさぎ」の歌詞を書きます。

最初は「難しい」といった声も聞こえてきましたが、だんだん「楽しい！」「家でも描く！」と笑い声であふれる講座となりました。



最後に、書いた作品を手に記念撮影。11月22日に開催予定の認知症セミナーでも米倉先生に己書を教えてもらいます。みなさん、練習の成果を披露しに、またご参加ください。

