

◆見つけよう！自分に合った健康法

～骨・筋肉のこと～

主 題 良いとはわかっている健康法でも、実際に続けるのは難しいもの。細胞レベルから骨や筋肉について学び、ご自身のからだを知ること、ひとりひとりにあった健康法をご自身で見つけてみませんか。いつまでも健康を維持し、自分の意思と判断で長い人生を歩んでいくためのノウハウを見つけ出すことを目的とした講座です。

【第2回、第3回について】

・動きやすい服装・靴でお越しください（ジャージ、Tシャツ、スニーカーなど）

【第4回について】

・肘、膝まで肌を出せるような服装でお越しください

※更衣室はありません。

※はじめて受講される方が優先されます。

講座番号 ③－1

時 間：午後6時～7時30分
場 所：聖路加国際大学 2号館
回 数：5回
受講料：1,500円

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	9/13（水）	細胞から骨と筋肉を知ろう	松石 雄二郎
第2回	9/27（水）	体力を測ろう	前田 洋平
第3回	10/11（水）	体を動かしてみよう	
第4回	10/25（水）	体を整えよう	高山 美歩
第5回	11/ 8（水）	自分に合った健康法を考えよう	射場 典子

講 師 紹 介

松石 雄二郎（まついし ゆうじろう）

聖路加国際大学大学院看護学研究科ニューロサイエンス看護学助教。聖路加看護大学卒業後、聖路加国際病院、筑波大学附属病院を経て、2020年より現職。現在、人が日常生活行動を営むための身体の構造と機能に関する科目である形態機能学の講義を行なっている。

高山 美歩（たかやま みほ）

東京有明医療大学保健医療学部鍼灸学科 講師。医学博士。はり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師・看護師・保健師。病院・クリニック看護師、鍼灸専門学校教員を経て、2009年より大学勤務。鍼灸の効果に関する研究を行う傍ら、東京有明医療大学附属鍼灸センターで鍼灸治療にあたっている。

射場 典子（いば のりこ）

聖路加国際大学大学院看護学研究科PCC開発・地域連携室/看護情報学 准教授。地域で暮らす人々が主体的に自分の健康を創り守り、自分らしくいきいきと暮らせるよう、ピープル・センタード・ケア（市民が主体となるケア）の教育や実践、大学と中央区の地域連携の推進を行っている。聖路加健康ナビスポット「るかなび」の非常勤看護師を経て2022年より現職。中央区民。

前田 洋平（まえだ ようへい）

聖路加国際病院リハビリテーション科所属、理学療法士。2001年広島大学医学部保健学科卒業後、2008年より聖路加国際病院勤務。主に脳血管疾患、運動器疾患、糖尿病患者への運動指導などを担当。また2010年からは中央区内での訪問リハビリテーションにも従事。現在は地域包括ケア病院で在宅復帰に向けたリハビリに取り組んでいる。





◆歌舞伎ものしり講座

講座番号 ③ー2

時 間：午後2時30分～4時
 ※第3回は講義後、各自歌舞伎座へ移動して午後9時頃（予定）まで観劇

場 所：築地社会教育会館
 ※第3回は講義後、歌舞伎座

回 数：5回
受講料：2,500円
観劇料：14,000円～15,000円

主 題 歌舞伎は江戸時代の日本人が創り出したエンターテインメントの最高傑作と言えるでしょう。そこには優れた色彩感覚や音楽、言葉の遊びが溢れ、綿密に練り上げられたストーリーは自由奔放に展開し、時には奇想天外な楽しさで観客を魅了します。その主役はなんといっても、舞台上で華やかなオーラを放つ歌舞伎俳優たち。時代を超えて、脈々と受け継がれてきた芸は、観客からパワーを得てますます輝き出す……、だから歌舞伎は面白い！

今回の講座では、歌舞伎座一等席での観劇を通して歌舞伎の楽しさを体感していただきます。

※初めて受講される方が優先されます。

※第1回～5回のうち1回にゲストをお招きする予定です。

※ゲストの都合等により、講座内容が入れ替わる場合がありますのでご了承ください。

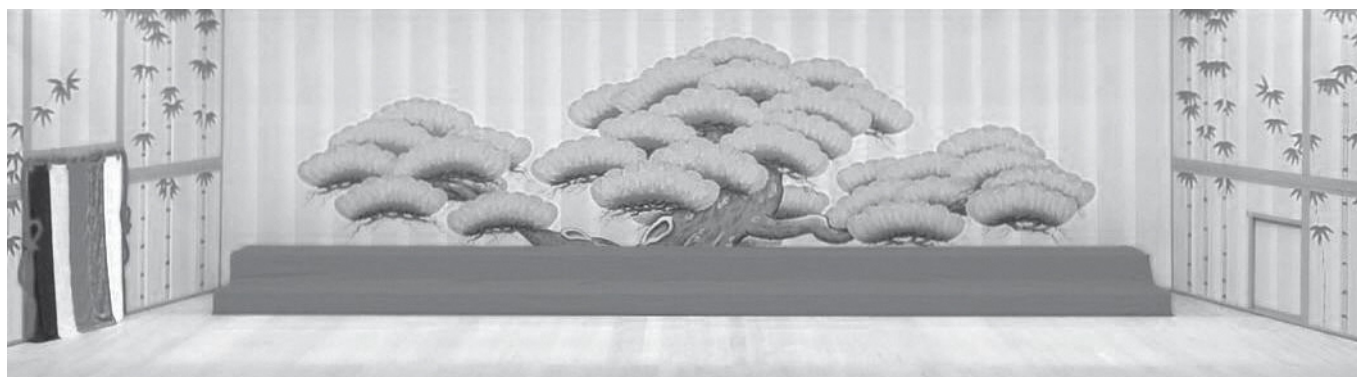
回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	9/27（水）	「衣裳のいろいろ」	金田 栄一
第2回	10/11（水）	「歌舞伎グルメ考」	
第3回	10/18（水）	「観劇の手引き」と観劇	
第4回	11/ 8（水）	「歌舞伎演目深掘り」	
第5回	11/15（水）	「芝居ゆかりの地」	

講 師 紹 介

金田 栄一（かねだ えいいち）



歌舞伎座舞台(株)顧問。大学在学中は歌舞伎研究会に所属し、1971年立教大学卒業後、松竹(株)入社。歌舞伎座宣伝課長、副支配人、支配人、演劇本部ゼネラルマネージャーを経て、2005年5月から(株)伝統文化放送代表取締役社長就任。2008年から歌舞伎座舞台(株)代表取締役社長、2012年から現職。2020年「令和二年度文化庁長官表彰」受賞。



©松竹 松羽目

連携講座 ③ー3 【小津和紙】

定員 15名

◆家康がつくった町 日本橋と小津

主 題 今年で創業370年になる小津和紙は、創業以来日本橋の同じ場所で商いを続けています。1653年（承応二年）8月9日、小津清左衛門長弘29歳のとき、江戸大伝馬町一丁目（現在の日本橋本町三丁目）に紙問屋「小津清左衛門店」を構えました。第1回目の講座では江戸文化研究家の先生をお招きして、日本橋という町がどのように形作られ発展していったのか、また江戸のなりたちについても、古地図を見ながら楽しく分かりやすく解説していただきます。

また第2回目は毎年恒例となっている紙漉き体験を行います。和紙をより身近に感じていただける講座です。

講座番号 ③ー3

時 間：午後2時～4時

場 所：小津和紙

回 数：2回

受講料：600円

材料費：500円

回数	日程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	9/29（金）	家康がつくった町 日本橋と小津 / 小津史料館見学	菅野 俊輔
第2回	10/ 6（金）	紙漉き体験と小津和紙照覧他、館内案内	高木 清

講 師 紹 介

菅野 俊輔（かんの しゅんすけ）

古文書講座講師・歴史家。1972年早稲田大学政経学部卒業。小津文化教室をはじめ、早稲田大学八丁堀校、朝日カルチャーセンター、毎日文化センター、読売・日本テレビ文化センターなどで講師を勤めながら、講演・著述・テレビ出演など幅広く活動中。主な著書に『江戸・戦国の古文書くずし字入門』（芙蓉社新書）、『江戸の長者番付』（青春新書）、『なぞり書きで覚える江戸のくずし字入門』（芙蓉社）など多数。

高木 清（たかぎ きよし）

株式会社小津商店 小津和紙広報担当。1983年小津産業株式会社入社後、不織布による工業用ワイパーの企画販売、不織布による生活雑貨品の企画販売、機械漉き和紙による産業原紙の企画販売担当。2009年、株式会社小津商店へ移籍。小津和紙にて現在手漉き和紙体験工房指導員を兼ねる。



紙漉き体験の様子



中央区日本橋本町3-6-2

◆人と食とが出会う場所～築地場外市場～

主 題 築地場外市場は、昭和のはじめよりプロの買い出し人で賑わう「食の台所」として親しまれてきました。中央卸売市場が豊洲へ移転した現在でも、鮮魚・青果・精肉・調理道具、さらには飲食店などおよそ400の店が営業をしております。最近では、中央区にお住まいの方を中心に、日々の買い物の場として利用されるようになり、幅広いニーズに対応できる市場として賑わっています。

築地場外市場の店舗が加入しているNPO 築地食のまちづくり協議会では、築地から食の情報を発信することを目的に、2016年5月より「築技セミナー」と題し、さまざまな学びを一般の方向けに開催しています。

この講座では、身近な食材をテーマに3回にわたってご紹介致します。専門家ならではの知識と、日常でも使える食材の扱い方のコツを、わかりやすくご紹介いたします。

企画・協力：NPO法人築地食のまちづくり協議会

※食品アレルギーのある方は受講決定時にお知らせいただきます。

【持ち物】エプロン、お手拭き、マスク

第1回は、360gの豆腐を持ち帰るための容器、

第3回は、鰹節削り器をお持ちの方は刃を調整いたしますのでご持参ください。

講座番号 ③ー4

時 間：午前10時～正午

場 所：魚河岸スタジオ

回 数：3回

受講料：900円

材料費：3,000円

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/ 4 (水)	豆のおはなしと、ざる豆腐の作り方	石川 秀樹
第2回	10/25 (水)	築地場外市場と水産仲卸～魚の扱い方と簡単レシピ～	門井 直也
第3回	11/ 8 (水)	料理に合う鰹節の選び方と鰹節の歴史	秋山 久美子

講 師 紹 介

石川 秀樹 (いしかわ ひでき)

三栄商会 (さんえいしょうかい) 社長。三栄商会は創業昭和23年の豆・雑穀の専門店。全ての豆を手で選り、割れや欠けを丁寧に選別し販売。北海道産の小豆、大豆、大正金時から、とら豆、ひよこ豆、レンズ豆など珍しい品種も多く扱う。豆の扱い方やレシピも多数紹介。生産者を招いたセミナーや料理教室も開催している。

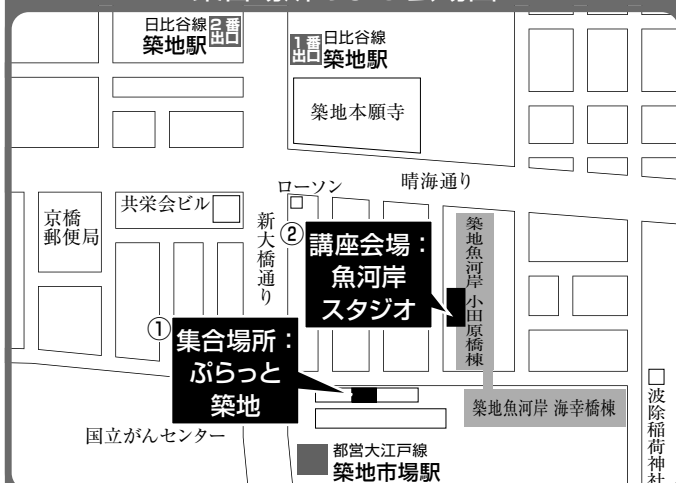
門井 直也 (かどい なおや)

築地魚河岸 京富 (つきじうおがし きょうとみ) 五代目社長。京富は日本橋時代から続く魚の仲卸。お客様目線での品揃えと目利き力が評判。五代目は和食の料理人の経験もあり、魚の捌き方や保存方法などが学べる講座「はじめての魚のさばき方」は、初心者でもわかりやすいと人気。2017年に築地場外市場にオープンした「築地魚河岸」の事業部長も務めている。

秋山 久美子 (あきやま くみこ)

秋山商店 (あきやましょうてん) 社長。秋山商店は創業大正5年の削り節一筋の老舗です。香り高い削りたてを提供し、料亭をはじめ多くの料理人から厚い信頼を得ています。店頭に並ぶ削り節の種類は10種以上。鰹節の出汁のとり方はもちろん、鰹節の歴史や料理における役割を伝えることにも取り組んでいます。

集合場所および会場図



- ①受付場所 (ぷらっと築地): 築地4-16-2千社額棟1F
②講義会場 (魚河岸スタジオ): 築地6-26-1築地魚河岸小田原橋棟3F

※受付場所と講義会場が異なりますのでご注意ください。



◆書物で読みとく徳川幕府

主 題 慶應義塾大学の附属研究所としての斯道文庫（しどうぶんこ）は、日本を含む東洋の古典の研究所として60年以上の歴史を有しています。今日、書物のかたちで伝わるさまざまな古典には、各時代のひとびとの思いがこめられており、それらを実証的に読み解くことを目指して活動を続けています。

今回の講座では、大河ドラマなどでも注目を集めている徳川家康、また彼が開いた江戸幕府を「書物」という切り口から読み解いていきます。太平の代を築いた徳川家、そして幕府のサムライたちが持っていた文化のちからにスポットライトを当てることで、彼らがどのように書物と向き合い、またそれらをどのように活用していたのかを探ります。

講座番号 ③ー5

時 間：午後6時30分～8時

場 所：築地社会教育会館

回 数：5回

受講料：1,500円

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/ 5（木）	印刷出版する家康—伏見版から駿河版へ—	堀川 貴司
第2回	10/12（木）	幕府のふみくら、紅葉山文庫	住吉 朋彦
第3回	10/19（木）	日本と朝鮮、書物の国際交流	矢島 明希子
第4回	10/26（木）	徳川家と能楽伝書・謡本	高橋 悠介
第5回	11/ 9（木）	松平定信の書物愛	一戸 渉

講 師 紹 介

堀川 貴司（ほりかわ たかし）

慶應義塾大学附属研究所斯道文庫教授・文庫長。専門は日本漢文学・和漢書誌学。日本人が中国の書物をどのように読み解き、また漢詩や漢文を創作していったのか、そこには中国とは違う独自の展開があったのか、といったことを、書物や自筆資料などを用いて研究している。著書に『書誌学入門 古典籍を見る・知る・読む』（勉誠出版）、『詩のかたち・詩のこころ—中世日本漢文学研究—補訂版』（文学通信）などがある。

住吉 朋彦（すみよし ともひこ）

慶應義塾大学附属研究所斯道文庫教授。宮内庁書陵部図書調査室員を経て現職。東洋書誌学専攻。日本に数多くのこる典籍を、東洋文化の粋と捉え、時代とともに変化する姿や、国を越えて流通したいきさつを調べ、その背景を考えている。著書に『中世日本漢学の基礎研究 韻類編』（汲古書院）、編著に『図書寮漢籍叢考』（同）があり、現在、他の講師とともに研究プロジェクト「江戸幕府紅葉山文庫の再構と発信—宮内庁書陵部収蔵漢籍のデジタル化に基づく古典学—」を進めている。

矢島 明希子（やしま あきこ）

慶應義塾大学附属研究所斯道文庫専任講師。専門は東洋書誌学・中国古代の文化史。現在は日中韓の書物の交流に加え、中国古典籍中の動植物に関する知識の継承に関心があり、中国の動植物に関する書物が日本でどのように受容されたのかという課題を中心に研究を進めている。論文に「日本における『毛詩草木鳥獸虫魚疏』の受容—国書中の引用に関する調査」（『斯道文庫論集』第55輯、2021年）などがある。

高橋 悠介（たかはし ゆうすけ）

慶應義塾大学附属研究所斯道文庫教授。神奈川県立金沢文庫学芸員を経て現職。専門は日本中世文学・寺院資料研究。中世の寺院における学問や寺院資料の形成、仏教説話・芸能の成立背景などを研究している。著書に『禅竹能楽論の世界』（慶應義塾大学出版会）、論文に「観世文庫の文献資料の形成と蔵書管理の一端」（『能と狂言』18号、2021年）などがある。

一戸 渉（いちのへ わたる）

慶應義塾大学附属研究所斯道文庫教授。専門は日本近世文学・学芸史。江戸時代の日本において、自国を対象とした知的な営み、またその器としての書物がどのような環境のもとで産み出され、流通・展開していったのかの実証的な解明を研究テーマとしている。著書に『上田秋成の時代—上方和学研究—』（ぺりかん社）、『橋本経亮旧蔵 香果遺珍目録』（慶應義塾大学三田メディアセンター）などがある。

◆クラシック音楽講座 音楽を愛する人のための音楽——「室内楽」を楽しもう！

主 題 オーケストラ、吹奏楽、オペラ、合唱…。クラシック音楽には、さまざまなジャンルがありますが、みなさんのお好きなものはどれでしょうか？そのなかでも「室内楽」とおっしゃる方、貴方は「さしずめ相当の音楽通だな！？」（寅さん風に）。そう、室内楽こそはまさに「音楽を本当に愛する人のための音楽」。室内楽の歴史には、音楽だけに憩いを求めた人々の心のつぶやき、言葉にはできない愛のためいき、誰にも理解されない孤高の精神、そして時には政治に抑圧された人々の自由を求める叫びが満ちています。演奏者たち一人一人の「歌」が聴こえ、「言葉」が聴こえ、人と人との暖かく親密な「対話」が見えるのも室内楽の魅力。この講座では、万華鏡のように時代と人々の心を映す室内楽の歴史を紐解いていきます。普段室内楽に馴染みのない方にこそ聴いていただきたい！世界最高峰のホルン奏者、バボラークさんと親交も深く、今回バボラーク・アンサンブルと共演する日本を代表するハーピスト、吉野直子さんをゲストにお迎えしてのハーブのお話もお楽しみに！

講座番号 ③ー6

時 間：午後2時～4時
場 所：アートはるみ「ギャラリー」
※第3回は第一生命ホール
回 数：3回
受講料：900円
鑑賞料：S席5,500円

回数	日程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/ 7 (土)	「室内楽」はインドア派？ ——室内楽事始め！さまざまな室内楽の歴史とその魅力	有田 栄
第2回	11/11 (土)	吉野直子が語るアンサンブルの魅力 ——ハーブの魅力徹底解剖！演奏会を何倍も楽しむために	有田 栄 ゲスト：吉野 直子
第3回	11/25 (土)	公演鑑賞「ホルンの室内楽Ⅲ バボラーク・アンサンブル」 ベートーヴェン（バボラーク編）：弦楽五重奏曲 Op.4（ホルンと弦楽四重奏での演奏） マーラー（バボラーク編）：交響曲 第5番 より 第4楽章「アダージェット」（ホルン、弦楽四重奏、ハーブでの演奏） ほか	

講 師 紹 介

有田 栄（ありた さかえ）

昭和音楽大学教授（音楽学）、同ピリオド研究所所長。東京藝術大学音楽学部楽理科、同大学院修士課程を経て、同博士後期課程修了。専門は西洋音楽史および現代の音楽・音楽美学。西洋芸術音楽における声の伝統をテーマに研究。他方で執筆や、ラジオ・TV音楽番組への出演、公開講座や講演を通じ、古楽から現代音楽までさまざまなジャンルの音楽の紹介に努めている。NHK-FM「オペラ・ファンタスティカ」番組パーソナリティ。近著『わからない音楽なんてない！子どものためのコンサートを考える』（アルテスパブリッシング、共著）ほか。

吉野 直子（よしの なおこ）

ハーブ奏者。ロンドン生まれ。第9回イスラエル国際ハーブ・コンクール優勝（参加者中最年少）。世界各地でソロ・リサイタル他、ベルリン・フィル、イスラエル・フィル、アーノンクール、小澤征爾、メータ、クレメルなどの主要オーケストラ、指揮者、ソリストと共演。武満徹、細川俊夫作品などを初演。国際基督教大学卒業。

認定NPO法人トリトン・アーツ・ネットワークとは

音楽活動を通じて地域社会に貢献する認定NPO法人。晴海トリトンスクエア内にある第一生命ホールを拠点とし、ホールの主催公演である芸術活動と、周辺地域を中心としたコミュニティ活動を2本の柱として、会員とサポーター（ボランティア）、寄付者の支えを受けて実施している。



◆くだもの その魅力と人間との関わり

講座番号 ③ー7

時 間：午後2時～3時30分

場 所：築地社会教育会館

回 数：3回

受講料：900円

主 題 くだものは古くから人間とのかかわりが深い食物です。日本でも縄文時代の三内丸山遺跡からくだものの種子が多く発見されており、この時期の人々がくだものを採集していたことを物語っています。現代においては、野菜などでは品種名が広く知られていない一方で、リンゴの「ふじ」、ブドウの「巨峰」や「シャインマスカット」、ナシの「幸水」など、くだものは品種名ともに広く親しまれる存在になっています。

今回の講座においては、くだものと人間との関わりについて広く紹介をすることを目的に、第1回目では、くだものの持つ機能性について解説するとともに、果実以外の部分、例えば葉に含まれる有効成分に関する研究成果を紹介します。2回目は、さまざまな色、味、香りを持つ熱帯果樹の魅力に迫ります。3回目は、新品種育成のエピソードなども交えながら、くだものの品種改良の過去から現在までをたどっていきます。

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/14（土）	“知って得する” くだものが持つパワー	伊藤 仁久
第2回	10/21（土）	マンゴーとトロピカルなくだもの達	志水 恒介
第3回	10/28（土）	くだものの品種改良—新しい品種ができるまで	佐藤 明彦

講 師 紹 介

伊藤 仁久（いとう きみひさ）

近畿大学附属農場准教授/近畿大学薬学部卒業、博士(薬学)、薬剤師。専門分野は薬用資源学。未利用農産資源（植物の栽培過程で廃棄される葉や花など）から生活習慣病の予防に有用な機能性を見出す研究に従事。本講義では、植物（くだもの）のパワー（機能）をご紹介して、健康維持に興味を持っていただこうと考えております。

志水 恒介（しみず こうすけ）

近畿大学附属農場講師/近畿大学農学部博士課程前期課程修了、博士(農学)。専門分野は果樹園芸学。熱帯果樹を研究材料にしており、特にマンゴーの栽培技術について研究しています。マンゴーの新品種育成にも携わり、日本で初めての育成品種「愛紅（アイコウ）」を登録。

佐藤 明彦（さとう あきひこ）

近畿大学附属農場教授/茨城大学農学部卒業、博士(農学)。専門分野は果樹園芸学、果樹育種学。2020年に近畿大学附属農場に異動後は、主に熱帯果樹を研究材料にしています。主な著書『品種改良の日本史』（悠書館、2013）、『園芸生産学』（朝倉書店、2021）など。

◆広島県の「ものづくり」～筆・お酒・造船など～

主 題 今年5月19日から21日までG7サミットが開催された広島県。

自動車・造船・鉄鋼・電機・繊維・木工から農業・水産業や食まで、広島県には魅力的なものづくりがあふれています。

広島県の産業は、「ものづくり」を軸として、造船・鉄鋼・自動車などの重工業から、電気機械・電子部品などの先端産業まで、バランスのとれた層の厚い産業群を形成し、製造品出荷額等は、中国・四国地方で1位となっています。

今回の講座では、その中から厳選した、G7広島サミットでも振舞われた日本酒・ワイン、経済産業大臣指定伝統的工芸品の川尻筆、戦艦大和を造った先代の技術が造船を始めとした現代のものづくりに与えた影響など、“ものづくり文化”を中心にお届けします。

※酒の試飲があるため、募集は2023年10月10日時点で20歳以上の方に限らせていただきます。

講座番号 ③ー8

時 間：午後3時～午後4時30分

場 所：ひろしまブランドショップTAU

回 数：2回

受講料：600円

回数	日程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/10 (火)	酒造り・サミットピックアップ (試飲あり)	檜山 篤志 金廣 隆徳 広島県東京事務所職員
第2回	10/17 (火)	川尻筆・造船 (筆の試し書きあり)	畑 幸壮 呉市役所職員

講 師 紹 介

檜山 篤志 (ひやま あつし)

梅田酒造場蔵元の次男。大学卒業後一般企業に入学し、2021年秋の酒造期より蔵人として酒造りに携わる。現在、梅田酒造場は広島県酒造組合の会長と日本酒造組合中央会の理事に就く。

金廣 隆徳 (かねひろ たかのり)

世羅町副町長。株式会社セラアグリパーク (セラワイナリー) 代表取締役社長。1991年役場入庁後、土木建築、総務、企画、情報化等の部門を経て、せらにし支所長、建設課長を歴任し、2021年から世羅町副町長。第3セクターとなる(株)セラアグリパークへの役員選出により公職と社長職を併任。

畑 幸壮 (はた こうそう)

文進堂畑製筆所四代目。2010年に入学。川尻筆の伝統技術を用い、川尻の筆職人として初めて化粧筆を手掛ける。また、フランス・パリでの筆づくり実演、地元 (呉市) の小学校の児童向け筆づくりの授業、ワークショップ開催なども実施。令和4年度全国伝統的工芸品公募展入選。



◆展覧会を観る

主 題 三井記念美術館が開催する2023年度後半の展覧会にあわせ、担当学芸員がそれぞれ専門の立場から講義を行います。

2時間のうち1時間が講義、あとの1時間が展覧会の自由見学です。

講座番号 ③ー9

時 間：午後2時～4時
場 所：三井記念美術館
回 数：2回
受講料：600円
入館料：1,600円（2回分）

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/24(火)	超絶技巧、未来へ！ 明治工芸とそのDNA	小林 祐子
第2回	1/23(火)	国宝 雪松図と能面×能の意匠	海老澤 るりは

講 師 紹 介

小林 祐子（こばやし ゆうこ）

三井記念美術館学芸課長。学習院大学大学院人文学科研究科博士後期課程単位取得退学。財団法人永青文庫学芸員を経て2004年10月から現職。専門は日本漆工史。

海老澤るりは（えびさわ るりは）

三井記念美術館主任学芸員。成城大学大学院文学研究科博士後期課程単位取得満期退学。専門は日本彫刻史。

展覧会スケジュール

特別展 超絶技巧、未来へ！ 明治工芸とそのDNA

2023年9月12日（火）～11月26日（日）

「超絶技巧！明治工芸の粋」展、「驚異の超絶技巧！明治工芸から現代アートへ」展で多くの観衆を魅了した「超絶技巧」シリーズの第3弾。金属、木、陶磁、漆、ガラスなど様々な素材により、新たな表現領域を探索する現代作家の作品をご紹介します。また、これらの作家を刺激してやまない明治工芸の逸品も併せて展覧。進化し続ける超絶技巧の世界をご堪能ください。

国宝 雪松図と能面×能の意匠 特集展示 新奇贈能面

2023年12月8日（金）～2024年1月27日（土）

年末年始は恒例の国宝「雪松図屏風」を展示します。また、今回は能と能の意匠をテーマとし、当館が所蔵する能面・能装束のほか、能にまつわる茶道具などをご紹介します。能の厳かな雰囲気とともに、華やかで美しい色やデザイン、作品の中に広がる豊かな能の世界をお楽しみください。展示室7では、橋岡一路氏より新たに寄贈を受けた能面をご紹介します。

会 場 図



中央区日本橋室町2-1-1 三井本館7階
☎050-5541-8600（ハローダイヤル）

◆さかなパワーでおいしく・豊かに・健康に!

主 題 中央区は「さかな」とのつながりが深く、現在も新鮮な魚や水産加工品が入手しやすい魅力的な街となっています。

この講座では、「さかな」とおして、自分の健康や、環境とのつながりを再確認しながら、健康な食事のポイントとともにもっと「さかな」を身近に感じ、日常の食卓に取り入れられるようなヒントをお伝えできればと思います!

知らなかった「さかな」のおいしさやおもしろさをたくさん見つけ共有しましょう! 毎回、魚や水産加工品を主菜にした健康的な1食を作り、一緒に食事をします。

持ち物: スリッパ(室内履き)、エプロン、三角巾(バンダナ等、頭を包める大きめの布)

※実習は時間の関係上、一部の作業となる場合があります。 ※実習・食事・片付けは講座時間に含まれます。

※食品アレルギーのある方は受講決定時にお知らせいただきます。

講座番号 ③ー10

時 間: 午前10時~12時30分

場 所: 豊海おさかなミュージアム

回 数: 4回

受講料: 1,200円

材料費: 2,400円(昼食代4回分)

回数	日程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	10/27(金)	講話: 今こそ、イワシを食べましょう! 実習: 包丁を使わない! マイワシの手開きで主菜作り	高橋 千恵子 石井 元 栗原 修
第2回	11/24(金)	講話: 食べる人にぴったりあった食事とは? 実習: サケ料理を主菜に、自分にぴったりの1食の確認	
第3回	12/22(金)	講話: 練り製品の原料となる魚は何? 実習: 練り製品を主菜にした食事づくり	
第4回	1/26(金)	講話: 旬のさかな、ブリの探検! 実習: ブリ料理を主菜にした、冬らしい1食づくり	

※テーマの魚は漁獲状況などにより変更する場合があります。

講 師 紹 介

高橋 千恵子 (たかはし ちえこ)

食の専門家を支援する「NPO法人食生態学実践フォーラム」理事。管理栄養士。一般財団法人東京水産振興会客員講師として「豊海おさかなミュージアム」食育セミナーの企画・実施・評価に携わっている。

石井 元 (いしい はじめ)

豊海おさかなミュージアム名誉館長。1974年(社)漁業サービスセンター入社。人工衛星解析事業、流通事業に従事。2016年(一財)東京水産振興会特別研究員、「さかな丸ごと食育」養成講師。2018年(一社)漁業情報サービスセンターを退職、2019年より現職。

栗原 修 (くりはら しゅう)

(一財)東京水産振興会振興部副参与。1999年(財)東京水産振興会入社。冊子「水産振興」の発行や教材映像の制作、水産に関する調査研究事業の実施、豊海おさかなミュージアムの運営等の水産振興事業を担当。2021年より現職。「さかな丸ごと食育」養成講師。

一般財団法人 東京水産振興会とは

1957年設立。東京都民に新鮮な水産物を円滑に供給する構想のもと、東京都から現在の豊海町全域の埋立免許を受け、1962年に豊海水産基地を造成。以来、基地の管理運営事業及び水産振興事業を実施。2000年代以降は「さかな」をテーマとした食育事業を開始し、NPO法人食生態学実践フォーラムと連携して「さかな丸ごと食育」を全国的に展開。2012年に魚や水産に関する情報発信施設「豊海おさかなミュージアム」を豊海センタービル2階に開設し、特別展示や食育セミナー等を開催している。



連携講座 ③ー11【三重テラス】

定員50名

◆～伊勢西国三十三所観音巡礼～もう一つのお伊勢参り

主 題 紀伊半島の東に位置する三重県。みなさんはどのようなイメージをお持ちですか？忍者、海女、熊野古道、松阪牛・伊賀牛、伊勢えび、あおさ、伊勢うどん…。

この講座は、「三重の「いいところ」ぜんぶ日本橋へ。」をテーマに日本橋室町で情報発信を行っている三重テラスとの連携講座です。

海、山、川の美しい自然の中で、農業や林業、漁業が盛んに行われている三重県の歴史や文化、伝統など、たくさんの魅力を学びましょう。今回の連携講座では、「お伊勢参りの魅力」をテーマにお届けします

講座番号 ③ー11

時 間：午後2時～3時30分

場 所：三重テラス2階
イベントスペース

回 数：2回

受講料：600円

回数	日程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	11/24（金）	江戸のお伊勢参り	千種 清美
第2回	1/12（金）	伊勢西国三十三所観音巡礼～もう一つのお伊勢参り	

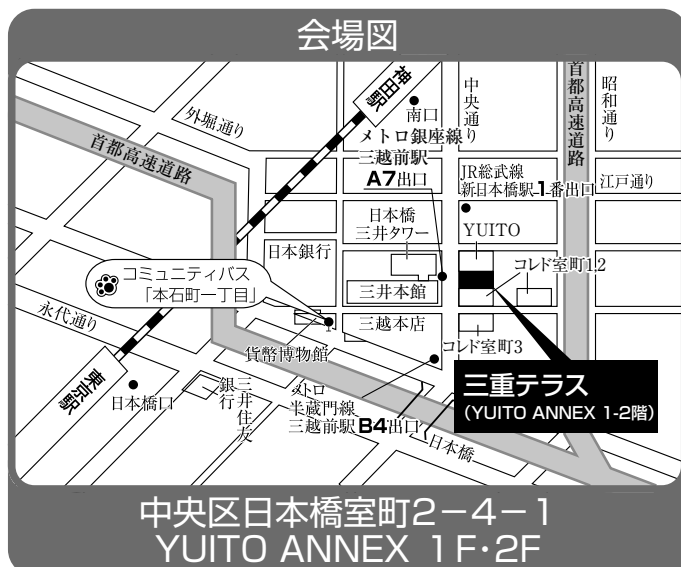
講 師 紹 介

千種 清美（ちくさ きよみ）

文筆家。皇學館大学非常勤講師。三重県津市生まれ。NHK津放送局630ニュースアシスタント、三重の地域誌『伊勢志摩』編集長を経て文筆業に。東海道・山陽新幹線車内誌『月刊ひととき』に「伊勢、永遠の聖地」を8年間にわたり連載。伊勢神宮の式年遷宮（第61、62回）を2度にわたり取材を行い、第62回では遷宮諸祭を別宮まで撮影し、遷御の儀では式年遷宮広報本部によるインターネット動画配信の司会進行を担当。伊勢神宮、祭り、歳時記、食文化など日本文化についての講演や執筆活動を行う。近著に『伊勢西国三十三所観音巡礼～もう一つのお伊勢参り』（風媒社）をはじめ、『永遠の聖地 伊勢神宮』（ウェッジ）、『女神の聖地、伊勢神宮』（小学館新書・全国学校図書館協議会選定図書）など。三重県観光審議会委員、三重県文化審議会副会長を務める。祭祀舞教室「千の会」代表として祭祀舞の指導を行う。



千種清美講師



◆初歩からまなぶ古文書 入門

主 題 本講座では、江戸時代の武家文書の入門編として、將軍の発給文書のなかでも最も基本となる將軍御内書と領知安堵状を取り上げます。幕府右筆が書いたものなので、典型的な御家流の書体（くずし字）が学べます。また、書式が概ね定まっていますので、一度学べば、同種の文書は読めるようになっていきます。

なお、將軍御内書とは、將軍が、端午・重陽・歳暮の三季に大名などからの時服献上の答礼として下賜した書状形式の文書のことを差します（17世紀半ば以降）。領知安堵状（領知判物・領知朱印状）は、將軍の代替わりに際して、新將軍から諸大名に対し発給されるもので、大名以外に、公家や寺社に対しても出されました。

回数	日程	講義内容
第1回	9/11（月）	將軍御内書を読む
第2回	9/25（月）	領知安堵状を読む

講座番号 ③ー12

時 間：午前10時40分～12時10分

場 所：早稲田大学

エクステンションセンター八丁堀校

回 数：2回

受講料：1,400円

講師紹介

久保 貴子（くぼ たかこ）

早稲田大学・昭和女子大学講師。早稲田大学大学院文学研究科史学（日本史）専攻博士後期課程満期退学。博士（文学、早稲田大学）。専門は日本近世史。著書に『近世の朝廷運営―朝幕関係の展開―』（岩田書院、1998年）、『徳川和子』（吉川弘文館、2008年）、『後水尾天皇』（ミネルヴァ書房、2008年）。

◆和歌と伝統文化 入門

主 題 百人一首は藤原定家撰と言われてきましたが、定家が撰んだのは百人秀歌であり、百人一首は後人が百人秀歌を改変したものであることが、最近ほぼ確定されました。こうした最新の研究動向を紹介するとともに、なぜ百人一首が広く普及したのか、また和歌の中でも短歌が常に日本の詩歌の基本形式であり続けたのかについて考えたいと思います。

回数	日程	講義内容
第1回	9/15（金）	百人一首と百人秀歌
第2回	9/22（金）	日本文化の中の和歌

講座番号 ③ー13

時 間：午後1時10分～2時40分

場 所：早稲田大学

エクステンションセンター八丁堀校

回 数：2回

受講料：1,400円

講師紹介

兼築 信行（かねちく のぶゆき）

早稲田大学教授。早稲田大学大学院文学研究科日本文学専攻博士課程後期中退。早稲田大学高等学院教諭、文学部専任講師、助教授を経て現職。専門は日本古典文学、和歌文学、文献学。著書に『一週間で読めるくずし字古今集・新古今集』、『同伊勢物語』（淡交社）、『聞いて楽しむ百人一首』（創元社）などがある。



中央区八丁堀3-17-9 京華スクエア3階
☎5117-2073