

# 2025年度定期教養講座 高年者センター岡崎

## 心の書 己書

第1・第3火曜日 9:30~11:30

### 講師紹介

初めての方を中心にわかりやすく説明します。  
「習字が下手だった」「絵が下手だった」そんな思い込みから解き放たれ 自分の心のままに「季節を感じる絵や言葉」を描いて楽しみましょう。己書は「読めるアート」です。基本は筆ペンを使いますので筆にも親しみが持てるようになります。落款のない方は講師が書きますので安心してください。



講師：牧野 典子

### 教室内容

己書は「おのれしょ」と読みます。己書の楽しさは「文字を描くこと」「絵を描くこと」「自らを表現すること」です。人と比べることはありません。上手下手もありません。普段書いている自分の字を書かないような簡単なコツを覚えて楽しみます。作品の基本はハガキですが色々な教材に挑戦します。



教材費：3500円

### 持ち物

- ・筆ペン（黒中字 薄墨 顔料黒）の3本  
ドローイングペン又は製図用ペン
- ・机に敷く新聞紙 絵具一式  
筆記用具 あれば落款  
練習用の紙（A4コピー紙等）

### 教室の一日の流れ

講座計画に従ってテーマに沿った手本を配布します。描き方はホワイトボードを使って説明します。細かいところは個々に直接説明をしますので心配はいりません。好きな手本から練習をはじめて作品を仕上げます。作品は「己書の印」と「自分の落款」を押して完成となります。