

9月8日(火) 13:30～15:30	野外講座
なかむら珈房を訪ねて	
2年半ぶりに「なかむら珈房」へ伺います。五十鈴塾で行う講座とはひと味違う雰囲気の中で、珈琲はもちろん、人気の珈琲シェイクもお楽しみいただけます。さらに、なかむら珈房オリジナルのスイーツもご堪能ください。珈琲の香りに包まれながら、珈琲にまつわるお話を伺い、暑さで疲れた身体を癒しましょう。	
参加費 会員 3,200円 ビジター 3,700円	(珈琲代・菓子代・保険料含む)
講師 中村 雅則 なかむら珈房 店主 中村 純也	ブラジル珈琲鑑定士／焙煎士
集合場所 なかむら珈房	集合時間 13時20分 募集定員 15名

9月18日(金) 8:00～17:30	野外講座
AGF工場見学と「かぶせ茶」手もみ体験	
私たちが日頃親しんでいる飲み物の代表格である珈琲と日本茶。以前の講座では、松本先生にその魅力についてお話いただきましたが、今回はその実体験をしていただく企画をご用意しました。珈琲は工場見学、日本茶は手もみ体験を通して、実際に見て、触れて、香りを感じていただきます。いつも何気なく飲んでいる一杯が、どのような工程を経て生まれるのかを知ること、その味わいはより特別に感じられることでしょう。お土産もご用意しています。	
※履物はハイヒール・ブーツ・サンダルでのご参加はご遠慮ください。(最少催行人員16名)	
参加費 会員 16,000円 ビジター 16,500円	(バス代・食事代・体験料・保険料含む)
集合場所 五十鈴川駅	集合時間 7時50分 募集定員 18名

9月18日(金) 13:30～15:00	企画講座
伊勢神宮の何故 その7	
伊勢神宮の何故シリーズもすっかり定着し、これまで皆さまから多くのご質問をいただきました。多岐にわたる疑問に対して真摯な回答を心掛けてきましたが、なかには典拠が明確でないものもございました。今回の講座では、そうした点についても、当日に何らかの形でお答えできるようにしたいと思います。また「内宮は四至神の方角を向いているのに対し、外宮は五丈殿の方向を向いているのはなぜか」というご質問も寄せられました。この点につきましても、開催日までに回答をご提示できるようにしておきます。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 音羽 悟	神宮司庁 広報室次長／神宮参事

9月24日(木) 13:30～15:00	企画講座
令和のお木曳	
第一次のお木曳が無事に終了しました。奉曳団は72団体にのぼり、お木曳車にはそれぞれ趣向が凝られ、揃いの法被も団ごとに個性が光ります。木遣りも団により異なり、見どころの多い行事となりました。陸曳は基本的に、お木曳車で御用材を外宮まで運び、内宮へは五十鈴川をそりで曳く川曳です。しかし、5月31日のみ、唯一宮川から内宮まで陸曳で御用材を運んだのです。これはなぜなのでしょう。今回、三度目の遷宮を経験される千種先生に、お木曳にまつわる様々なお話を伺います。来年の第二次お木曳に参加される皆さまにも役立つ内容となることでしょう。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 千種 清美	文筆家／皇學館大学 非常勤講師

9月25日(金) 13:30～15:00	企画講座
凜として美しく 伊藤小坡の美人画	
伊藤小坡（1877－1968）は、猿田彦神社の宮司の娘として生まれました。明治30年（1897）、21歳の小坡は画家を志して京都へ向かいます。大正時代には女性の日常生活を描いた風俗画を、昭和時代に入ると歴史上の女性を主題とした歴史画を次々と発表し続け、やがて上村松園と並び称される京都を代表する女流画家となりました。今回は、小坡の長い画歴のうち昭和時代前半に制作された美人画に焦点を当て、その作品が醸し出す凜とした美しさについてお話しいたします。	
参加費 会員 1,100円 ビジター 1,600円	
講師 山口 泰弘	三重大学 名誉教授／伊藤小坡美術館 顧問

9月28日(月) 13:30～15:00	企画講座
戦国時代の伊勢①～応仁・文明の乱と伊勢国司北畠氏～	
戦国時代は、京都の町を焼け野原にした応仁・文明の乱から始まります。群雄割拠の時代、伊勢では御遷宮が120年も中断しました。決して対岸の火事ではなかった戦国期の伊勢について、岡野先生にシリーズでお話しいたします。第1回では、室町幕府と敵対する南朝勢力として誕生した伊勢国司・北畠氏が、応仁・文明の乱を経て伊勢守護に任命されるまでの経緯を取り上げます。なお、岡野先生が著された『伊勢・志摩・伊賀の戦国史』が発刊されており、本講座の資料としても大変有用です。ぜひお買い求めください。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 岡野 友彦	皇學館大学 文学部長

10月7日(水) 13:30～15:30	体験講座
伊勢茶ならではの楽しみ	
三重県はお茶の生産量が全国第3位を誇り、その歴史は古く、文献には約1200年前に明恵上人が茶の木を伝えたと記されています。四日市・鈴鹿・亀山では「かぶせ茶」飯南・度会では「深蒸し茶」と、地域によって製法は異なりますが、いずれも高い評価を受けています。今回は、かぶせ茶をまず玉露風に味わい、その後本来の煎茶としての風味を楽しみます。さて、その違いはどこにあるのでしょうか。藤原先生からは、月見やお彼岸など秋を楽しむ行事についてのお話も伺います。	
参加費 会員 2,500円 ビジター 3,000円	(茶葉代含む)
講師 藤原 和美	皇風煎茶禮式 師範 杉山 悟雲 皇風煎茶禮式 準総師範

10月8日(木) 13:30～15:00	企画講座
豊臣秀吉と伊勢神宮	
赤福餅、へんば餅、二軒茶屋餅など、伊勢には数多くの餅がありますが、その中でもひときわ異彩を放つのが「太閤出世餅」です。なぜ秀吉ゆかりの餅が、伊勢神宮のお膝元で生まれ、今日まで親しまれてきたのでしょうか。実は、秀吉と伊勢神宮には非常に深い結びつきがあり、これが歴史的背景となっているようです。本講座では、天正年間に秀吉が行った遷宮の再興をはじめ、大政所（生母）や豊臣秀次（甥）による伊勢参宮の記録などをもとに、両者の関係に迫ります。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 谷戸 佑紀	皇學館大学 文学部国史学科 准教授

10月13日(火) 18:30～20:30	体験講座
「萩の花香」を楽しむ	
「乙女子が 萩の萩の花の元に 王さかざれる 秋の白露」 藤原為家	
この歌は「萩の花香」の証歌であり、秋の野に遊ぶ少女の姿を通して、萩の花と白露が織りなす自然の美しさと、人の感性との結びつきを表しています。日本独自の古典や詩歌の世界を香りで楽しむ香道。日本の秋を象徴する萩の花と白露をテーマに、香りを通して深く秋を味わってみませんか。	
参加費 会員 5,500円 ビジター 6,000円	(香錠料・食事代・菓子代含む)
講師 東 堯霞	香道御家流三條西宗家 直門師範

10月16日(金) 11:30～15:00	野外講座
神嘗祭と伊勢市歴史博物館	
伊勢神宮で最も重要なお祭りである神嘗祭は、新穀を神様にお供えし、豊作を感謝する大切な祭儀です。30品目にも及ぶ由貴大御饗が天照大御神に捧げられ、天皇陛下からの幣帛が勅使によって奉られます。今回は、この奉幣の儀を皆さまとともに奉拝します。衣冠束帯に身を包んだ勅使、緋の袴に白の装束をお召しになった祭主様、その後続く白装束の神職たち。まさに平安時代を思わせる厳かな光景が広がります。奉拝の後には「あそらの茶屋」にて御饌膳をいただき、続いて4月にオープンした伊勢市歴史博物館を見学します。学芸員による解説で、伊勢市の歴史や御師のVR映像などをお楽しみいただけます。	
参加費 会員 3,300円 ビジター 3,800円	(食事代・入館料・保険料含む)
集合場所 外宮 衛士表見張所	集合時間 11時30分

10月22日(木) 13:30～15:00	企画講座
食と農の未来を旅する～伊勢志摩・アジア・島嶼国をつなぐ農業の話～	
伊勢志摩を拠点に農業に取り組む中で、近年はカンボジア、タイ、インド、モルディブなど、海外での農業プロジェクトにも携わるようになりました。本講座では、気候変動・水不足・食料輸入依存など、世界各地で起きている食と農の課題を紹介しながら、アジアや島嶼国に進む新しい農業の可能性についてお話しします。伊勢志摩から世界へ。食と農の未来を旅するように考えましょう。(季節野菜のお土産付き)	
参加費 会員 1,500円 ビジター 2,000円	
講師 豊永 翔平	株式会社ボモナファーム 代表取締役CEO

10月23日(金) 17:30～20:00	体験講座
十三夜の月	
お月見といえば「中秋の名月」がよく知られていますが、これは中国から伝わった風習で、旧暦8月15日の月を愛でるものです。これに対し、日本独自といわれるもう一つのお月見が「後の月」です。旧暦9月13日の、満月の少し手前でわずかに欠けた月を愉しむもので、今年は10月23日にあたります。月の出は15時過ぎですので、私たちが参集する頃には、薄明の空にその姿を見せてくれることでしょう。「野あそび棚」でのお食事を味わいながら、望遠鏡を使った現代の宴を楽しみたいと思います。	
参加費 会員 4,500円 ビジター 5,000円	(食事代含む)
講師 野田 学	FUJIなごや科学館 学芸員 受付場所 五十鈴塾

10月27日(火) 13:30～15:00	企画講座
伝統建築と近年の木造の可能性 ～建築バカと巡る伊勢の町並みと町歩き～	
伊勢には、今なお数多くの魅力的な木造伝統建築が息づいています。本講座では、それらの建築を旅人の目線で眺めながら、その歴史や見どころ、町に刻まれた物語を楽しく紐解いていきます。仮想コースは、みそぎの町二見、河崎の大商人の街並み、外宮参道、古市、おはらい町通り、おかげ横丁、そして内宮へと続きます。講座を終える頃には、伊勢ならではの魅力やうんちくを、家族や友人に思わず語りたくなることでしょう。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 中村 伸二	なかむら建設株式会社 取締役会長

10月29日(木) 13:30～15:00	企画講座
昔噺の伊勢参り	
お伊勢参りにまつわる昔話が、全国各地に残されていることをご存じでしょうか。浦島太郎や桃太郎のように広く知られた昔話は絵本などで語り継がれていますが、テレビやインターネットの普及により、地域に根ざした昔話は次第に顧みられなくなりつつあります。名もなき庶民が、伊勢への憧れとともに語り継いできた物語を、もう一度よみがえらせたい。そんな思いから生まれた講座です。昔話ですから、楽しみ方は「耳で聞く」。子どもの頃の心に戻って、素朴であたたかな物語の世界を味わっていただければ幸いです。	
参加費 会員 1,000円 ビジター 1,500円	
講師 山中 一孝	豆腐庵山中 代表取締役

11月4日(水) 13:30～15:30	体験講座
あなただけの癒しの世界「テラリウム」づくり	
透明なガラスの中に、手のひらサイズの小さな森を描くテラリウム。今回は前回よりも苔を多く取り入れ、あなただけの癒しの世界をデザインしてみませんか。土や石を重ねて小さな丘をつくったり、背の高い苔や植物をシンボルツリーのように配置したり、お気に入りの動物やフィギュアをそっと置けば、そこに暮らす誰かの物語にまで想像が広がります。完成したテラリウムをお部屋に飾れば、ふとした瞬間にあなたを癒しの世界へと誘ってくれることでしょう。	
参加費 会員 3,500円 ビジター 4,000円	(材料代含む)
講師 高津 文年	tk.forest株式会社 代表 募集定員 15名

11月6日(金) 13:30～15:30	企画講座
やさしい俳句	
俳句は、17文字の中に季語を入れて詠むことが基本とされ、自然を美しく、風情をもって描くことが大切です。興味はあるけれど「格調が高くて難しそう」と感じている方に、もっと気軽に楽しみながら俳句に親しんでいただきたい。そんな思いから新講座を企画しました。講師の大西健司先生は、戦後の俳句界の重鎮であり、現代俳句の巨匠・金子兜太氏に師事された方です。現代俳句は、季語や17文字に必ずしもこだわらず、自由な発想と現代的な題材を重視するのが特徴です。※受講される方は、当日までに3句ご用意ください。肩の力を抜いて、まずは自由に詠んでみましょう。	
参加費 会員 1,700円 ビジター 2,200円	
講師 大西 健司	東海地区現代俳句協会 会長／三重県俳句協会 副会長

11月11日(水) 13:30～15:00	企画講座
眠れる姿勢が若々しい身体をつくる ～疲れをためない暮らし方～	
「寝ても疲れが取れない」「朝起きると身体がこわばる」そんな不調の背景には、日中の何気ない生活習慣や、睡眠中の姿勢・環境が関係しているかもしれません。本講座では、睡眠専門家である作業療法士の視点から、姿勢と睡眠の深い関係をやさしく解説します。実は良い睡眠の準備は朝から始まっています。そして睡眠は、明日の自分のために行う大切な営みです。若々しく動ける身体を保ち、疲れをためにくい暮らし方のヒントをお伝えします。	
参加費 会員 1,500円 ビジター 2,000円	
講師 石垣 貴康	睡眠オタクな作業療法士

11月20日(金) 13:30～15:30	体験講座
伊勢しめ縄づくり体験 ～伝統文化への取り組み～	
伊勢の暮らしに根付いた伝統「伊勢しめ縄」を、あなたの手で縄(な)ってみませんか。この体験では、老舗・宮忠の職人が、その由来や込められた意味や丁寧にお話しします。「なぜしめ縄を飾るのか」「どんな願いを託すのか」そんな物語も一緒に味わっていただけます。手のひらで薫の香りを感じながら、自分だけのしめ縄を縄(な)う時間は、心を静かに整えてくれるひとときになるはずです。完成したしめ縄を玄関に飾り、新しい年を清々しくお迎えください。	
参加費 会員 5,000円 ビジター 5,500円	(小寸しめ縄材料代含む)
講師 川西 正彦	株式会社宮忠 しめ縄班 主任 募集定員 15名

11月23日(月・祝) 11:00～13:30	体験講座
おせち料理を楽しむ	
相可高校のおせちは予約制で大人気。その味わいを、今回は一足先に五十鈴塾でいただきます。おせちは、弥生時代に季節の節目ごとに神様へ収獲物をお供えた「節供料理」に由来し、平安時代には宮中の正式な行事「御節句（おせちく）」として定着しました。庶民に広がったのは江戸時代のことです。黒豆は健康、数の子は子孫繁栄、田作りは五穀豊穡、栗きんとんは金運、紅白なますは平和。それぞれ、願いを込める縁起物です。伝統を受け継ぎながら、高校生たちが作るおせちはどんな味わいなのでしょう。	
参加費 会員 5,000円 ビジター 5,500円	(食事代含む)
講師 西岡 宏起	相可高等学校 食物調理科 専門調理師／教諭

11月24日(火) 13:30～15:30	体験講座
季節を楽しむハンギングバスケット	
創造性豊かなデザインで、空間演出と植物の楽しみを両立できるハンギングバスケット。今回、久しぶりの開催となります。新たにご指導いただく鈴木典子先生とともに、可愛い花々を使って作品づくりを楽しみ、暮らしに彩りと癒しを添えてみませんか。お花を長く美しく保つコツも、先生から直接学べます。※園芸用手袋・エプロン・タオルなどをご持参ください。※材料準備の都合により、11/9で申込締切となります。 ※容器およびスポンジをお持ちの方は値引きいたします。	
参加費 会員 5,900円 ビジター 6,400円	(花代・材料代含む)
講師 鈴木 典子	ハンギングバスケットマスター 募集定員 15名