

2015.10月号
ぽーこ あ ぽーこ



発行日:平成 27 年 9 月 24 日 発行所:Music Company 音楽教室 Tel.:075-642-6822

お元気ですか？ 今年は秋の訪れが早いようです。朝夕と日中の温度差が10度以上になる日が続きますので、体調に気をつけて過ごしてくださいね！

さて、あっという間にシルバーウィークも終わりました。秋の5連休は6年ぶりで、次は11年後の2026の見込みだそうです。因みに秋の5連休は、30年間で3回しかないそうです。このシルバーウィークって、「敬老の日」を含んでシルバーウィーク？なんだか失礼な連休と愚痴っていたら、高校生のSちゃんが、『春のゴールデンウィークに対して、秋のシルバーウィーク【Silver Week】ですよ！』と教えてくれました（笑）元々9月15日に固定されていた敬老の日が、祝日法の改正に伴いハッピーマンデーになり、9月第3月曜日に！秋分の日が9月21日、22日、23日のいずれかで、なおかつ水曜日に限り『国民の祝日に関する法律（祝日法）』によって、秋分の日から2日前が必ず9月の第3月曜なので敬老の日となります。そして、敬老の日と秋分の日に挟まれた9月第3火曜日が国民の休日となり、土日も含めた5連休シルバーウィークが成立します。この巡りあわせを知ると、何とも貴重な秋の大型連休ですね(^_^♪

子供たちに秋の実りがありますように！

では、また…



♪お知らせ


10月12日（月・祝）は、体育の日の為、お休みさせていただきます。



今月号は、「スタジオジブリ」のクロスワードです。教室にて配布中です。チャレンジしてね！

♪「よくわかるピアノ/ニスト呼吸法」⑤

よくわかるピアノ/ニスト呼吸法より抜粋

今回は、**カカト**が「く」の字 ¹ ² ³ ⁴  です。浅く腰かけて、脚全体の裏側をのびします。膝は曲げずに、**カカト**が「くの字」になるのがポイント。3で、足を上げると筋トレになります。腰の筋肉は脚につながっています。脚の裏側がのびることで腰も緩み、腰からの強いタッチにつながります。

