

おとな字 トレーニング

講師

小高桃果さん



懐古園 三の門を彩るシダレザクラ（長野県小諸市）。例年4月中旬～下旬が見頃

① ワンポイントアドバイス



バランスの良い
三角形になるように

上手に書く第1のポイントは、文字を安定させることです。人間の体に中心があるように、文字にも中心があります。中心を見極めて、バランス良く書けるように心掛けて、ゆっくり大きく練習しましょう。「美」の字は、名前に多く使われる文字。きっと役立つと思います。

小高 桃果（おだか・とうか）

硬筆書道の先駆者である三上秋果の元で長年にわたり研さん。2006年、日本ペン習字研究会理事に就任。2013年「4週間で美しく書ける！ボールペンおとな字練習帳」（日本文芸社）を上梓。著作多数。



なぞって書いてみましょう。

文字の中心を見極めて、バランス良く書きましょう。

〈テーマ〉

美しい桜に感動

春の訪れをことほぐ桜は、私たち日本人にとって特別な存在かもしれません。入学式、就職……。風に舞う花びらに、さまざまな思い出が重なります。また、旅先で出会う桜も格別です。旅情をより一層高めてくれる薄桃色の花。その感動を、文字に込め表現してみましょう。