

\*\*\*\*\*

# 夏休み子ども体験講座

## ～光について学ぼう～

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 親子で日ごろ体験できない事に挑戦し、子供たちに達成感と自信を持たせる。

○期 間 平成28年7月21日(木)・30日(土)(計2回)

○時 間 午前10時～正午(計4時間)

○対象・定員 小学生(保護者同伴可)・20人

○参加者 20人 参加延べ人数38人

○事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	7月21日(木)	・環境問題について学ぶ。 ・ペットボトルで、ペットボトルを作る。	サンケン電気株式会社 関 裕一
2	7月30日(土) 児童センター	・星座早見盤を作り、その使い方を学ぶ。 ・星座早見盤を見ながら今夜の星や星座を確認し、プラネタリウム上映と星の話を聞く。	新座星と星座愛好会会員 斉藤政登

○ま と め

1回目のサンケン電気によるペットボトル工作は環境問題について学習することから始まった。クイズ形式で楽しく学べるので受講者は喜んで手を上げていた。特にLEDと白熱電球の明るさと熱さを実際に手で触れて確かめ、LEDやソーラーパネルのよい点を学んだ。後半はペットボトルを完成させ、みんなで飾って楽しんだ。製作活動では6人もの講師が懇切丁寧に教えてくれた。

2回目は児童センターで講座を開き、星座早見盤を作った後、それを使いながら、今夜見える星や星座を確認し、星の説明を受けた。

大変興味深い星や星座の話も多く受講生は興味深く聞いていた。



\*\*\*\*\*

# 子どもヒップホップダンス

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 体で自己表現することや、仲間と気持ちをあわせて表現することの楽しさを学ぶ。
- 期 間 平成28年6月11日～7月21日まで（毎週土曜日6回、木曜日1回）（計7回）
- 時 間 午後1時30分～3時30分（土曜日12時間）  
午後6時～8時（木曜日2時間）（計14時間）
- 対象・定員 市内在住又は在学の小中学生・40人
- 参加者 45人 参加延べ人数293人
- 講師 スタジオパラダイス講師 木野村 温子
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	6月11日（土）	・約束事について・柔軟体操、ダンスの基本ステップ
2	6月18日（土）	・拍子の取り方、パート練習「R.Y.U.S.E.I」
3	6月25日（土）	・パート練習「R.Y.U.S.E.I」
4	7月 2日（土）	・パート練習「R.Y.U.S.E.I」
5	7月 9日（土）	・通しで踊る（フォーメーションの位置決め）
6	7月16日（土）	・全員でフォーメーションを組んで踊る
7	7月21日（木）	・ユニフォームを着て発表に向けての総練習

## ○ま と め

今年度は低学年の参加が多く、1年生12名、2年生10名とほぼ半数を占めた。また、男子の受講生が少なく3名のみの参加となった。

当初は講師の指示がなかなか伝わらず、講座を進行させるのに例年より苦労が多かったが、保護者の理解、協力があり毎回の家庭での復習もしっかりでき、回を重ねるごとに子供たちのダンスへの意欲が出てきた。特に、躍動感のあるEXILEの「R.Y.U.S.E.I」（流星）という曲のあたかも走っているように見えるランニングマンのステップの練習は、子供たちにとって魅力的であった。自由参加であったが42名が大江戸新座まつりの大舞台でお揃いの衣装で堂々と練習の成果を発表できた。



\*\*\*\*\*

## 書き初め練習会

\*\*\*\*\*

＜大和田公民館＞

- 開設の趣旨 広々した場所で集中して書き初めの練習ができる機会を提供し、美しい字を書こうとする意識を持たせる。
- 期 間 平成28年12月24日(土) (計2回)
- 時 間 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分(計4時間)
- 対象・定員 市内在住の小学生3年～中学3年生・各15名
- 参加者 1回目19人、2回目17人 参加延べ人数36人
- 講師 書道家・元小学校教諭 桜井イサ子
- 事業内容 太筆や細筆の正しい筆運びなどを学び、それぞれの学年の冬休みの書き初めの課題作品を美しく仕上げる。

### ○ま と め

今年度は日程の関係で午前の部、午後の部の2回に分けて講座を開いた。今年度も、わずか20分程で定員を上回り、その後も申込の電話が後を絶たずキャンセル待ちがでるほど応募者が殺到した。定員オーバーだったが講師にお願いして、キャンセル待ちの子供も受け入れた。ポイントをおさえた指導は大変わかりやすく、文字のバランスや名前の大きさ、筆の運び方、特にとめやはねに気をつけて書くことをお手本を見せて書かせていた。また細筆の名前書きや苦手なところも繰り返し練習させていた。午前中は小学3年生が多く、書き初めが初めての経験であったため、集中力が続かない子もいた。そういう子供にも講師が無理強いせずに根気よく丁寧に教えていた。

子供たちは基本に立ち返って、墨の選び方や吸い取り紙の使い方、筆の運び方、書き上げた作品の保存の仕方等を学び、全員が時間内で学校へ提出する作品を書きあげることができた。

軽体育室という広い空間にシートを敷いて書いているので、汚れも気にせず、時間も十分にあったので、多くの児童は満足そうな様子だった。保護者も環境や講師の指導に感謝の言葉を述べていた。



\*\*\*\*\*

## CO2削減講座 緑のカーテン

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 環境講座の1つとして、ゴーヤで緑のカーテンをつくる方法を学び、二酸化炭素削減に努める。
- 期 間 平成28年6月15日(水)
- 時 間 午前10時～正午(2時間)
- 対象・定員 一般・15人
- 参加者 25人
- 講師 環境まちづくり地域連絡会会長 櫻 博子  
環境教育支援ネットワークきづき主宰 荻原 洋志

### ○事業内容

例年行っている講座である。昨年ゴーヤ作りに挑戦したのだが、うまくできなかったのが今年こそはと思い受講したという参加者もいた。ゴーヤは葉の蒸散作用が多く、多くの葉を茂らせてくれるので、緑のカーテンとしては最適な植物である。講師はゴーヤの育て方を丁寧に順を追って説明してくれた。特にゴーヤ作りのポイントは土作りであること、摘心の必要性、肥料の選び方と追肥の時期、水や肥料の与え方の量やタイミング、適切なネットの大きさ等を時には実物や写真を見せながら大変詳しく教えてくれた。特に講師は自宅で生ゴミを肥料にして、それをゴーヤに与えているという話があり、肥料の作り方に質問が集中した。また自宅のベランダでもできることを説明していたのでベランダでの育て方にも受講生の中には興味を沸かせていた。帰りには大きく育てて本葉が7～8枚程度になっているゴーヤの苗と本葉が数枚出たばかりのゴーヤの苗と2種類いただいた。受講生は今年こそは成功させたいと意気込みを語っていた。



\*\*\*\*\*

# 環境講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 防災に対する意識を高め、普段からできる防災対策を考える。  
また、まちをきれいにする活動にも目を向け、新座市の現状を知る。

○期 間 平成28年6月1日～29日までの毎週水曜日（計4回）

○時 間 午前10時～正午、6月29日のみ午前10時～午後1時（計9時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人

○参加者 24人 参加延べ人数62人

○事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	6月 1日（水）	災害時の連絡方法	KDDI株式会社 山形 豊
2	6月 8日（水）	まちをきれいに	新座市環境対策課 飯塚・伊藤
3	6月22日（水）	ライフラインが止まったら	新座市市民安全課 梅山 祐樹
4	6月29日（水）	サバイバル料理	ままごとキッチン 前田 純子

○ま と め

1回目の「災害時の連絡方法」では、スマートフォンを使っての連絡方法について、音声でメールが打て、緊急時の連絡が簡単にできることがわかり、大変便利な機能があることがわかった。2回目の「まちをきれいに」では、環境対策課の職員から現状と課題についての話があった。3回目の「ライフラインが止まったら」では、特にダンボールトイレの作り方に興味が集まった。4回目の「サバイバル料理」ではキッチンばさみやビニール袋を使って、備蓄してあるものに工夫を加えて調理するというポイントを教えてもらい、受講生から大好評であった。



\*\*\*\*\*

# ワンダフルライフセミナー

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 人生をより充実させるために料理、趣味や運動など新しいことにチャレンジしてもらう。

○期 間 平成28年5月12日～6月2日までの毎週木曜日  
(計4回)

○時 間 午前10時～正午(6月2日は午前9時～午後1時)  
(計10時間)

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・25人

○参加者 24人 参加延べ人数93人

○事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	5月12日(木)	ノルディックウォーキング	ノルディックウォーキング協会 坂本 静男
2	5月19日(木)	ノルディックウォーキング	ノルディックウォーキング協会 坂本 静男
3	5月26日(木)	ラフターヨガ	ラフターヨガ講師 乙部 澄枝
4	6月 2日(木)	骨を丈夫にする健康料理	雪印メグミルク株式会社 渡辺 紀子

○ま と め

1・2回目は今どき流行っているノルディックウォーキングを取り入れた。スティックを使って歩くのは初めての方が多かった。基本から丁寧に教えてもらった。カロリーの消費量は高く、膝や腰に負担をかけないため高齢者に人気のスポーツである。3回目はラフターヨガで、大きな口を開けて笑うと体がぼかぼかし健康と笑いの関係を体験した。4回目は骨を丈夫にする健康料理がテーマにヨーグルトを使った料理を紹介してもらった。はじめにヨーグルトの栄養や腸を整える働き方などの説明を受け、その後調理をして、試食した。簡単にできてしかもおいしかったので大変好評であった。



\*\*\*\*\*

## ハンゲル語簡単会話講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨           ハンゲル語が少し読める人を対象に、パッチムをマスターして単語数を増やす。旅行に役立つフレーズを覚える。声を出して実践的な会話を練習するなど、講座終了後に独学できるようにする。

○期           間       平成28年5月19日～6月9日までの毎週木曜日（計4回）

○時           間       午後1時30分～3時30分（計8時間）

○対象・定員       市内在住又は在勤の方・20人

○参加者       12人 参加延べ人数42人

○講師       ハンゲル語講師 池 慶順

○事業内容

回	月 日	内 容
1	5月19日（木）	・ 激音、濃音の練習
2	5月26日（木）	・ パッチムのある文字、単語の発音 ・ 激音、濃音の練習
3	6月 2日（木）	・ 二重パッチムのある文字、単語の発音 ・ 韓国の手遊びを楽しむ。
4	6月 9日（木）	・ 二重パッチムのある文字、単語の発音 ・ 会話「～です。」「～ですか？」

○ま と め

例年は5回講座としていたが、本年度は4回の講座とした。語学学習を中心にしたため、韓国の伝承遊び「ユンノリ」を楽しんだり文化学習の部分が少なくなり、基礎を大急ぎで詰め込む感じで終わってしまった。受講生にとっては学習速度が早く大変なように感じた。

毎回熱心に講師に質問する様子が多々見られるなど学習意欲の高い受講生が多く熱気のある講座であった。

旅行や買い物などで役立つ簡単な実践会話文をたくさん暗唱することが目標であったが、文字の多いハンゲル語を全て覚えている受講生は少なく、実践会話を学ぶまでには到達できなかったのが残念であった。

大きな栗の木の下で			
커다란	꿀밤	나무	밑에서
コーダラン	クッバム	ナム	ミッテソ
大きな栗の木の下で			
당신하고	나하고		
タンシンハゴ	ナハゴ	あなたとわたし	
정답게	놀아봅시다		
チョンダンケ	ノラホップシダ	なかよく遊びましょう	
커다란	꿀밤	나무	밑에서
コーダラン	クッバム	ナム	ミッテソ
大きな栗の木の下で			



\*\*\*\*\*

## 日本文学講座（前期）

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

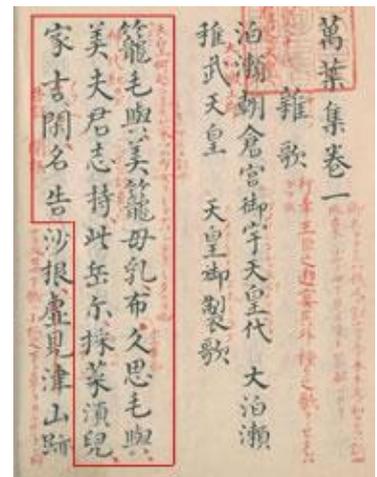
- 開設の趣旨 万葉集の中の名歌を通して、歴史的背景、古代人の思想、宇宙観などを学び、歌の意味を知る。
- 期 間 平成28年6月11日～7月9日までの毎週土曜日（計5回）
- 時 間 午前10時～正午（計10時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 48人 参加延べ人数134人
- 講師 棚木 恵子
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	6月11日（土）	・万葉集の概要（前回の復習） ・曾我氏と「大化の改新」
2	6月18日（土）	・額田王と歌 ・宮廷歌人、柿本朝臣人麿の歌
3	6月25日（土）	・有馬皇子の悲劇と歌 ・熊野詣と「岩代の浜松」
4	7月 2日（土）	・大津皇子と大来皇女の歌 ・柿本朝臣人麿の歌
5	7月 9日（土）	・古代人の死生観、 ・柿本朝臣人麿の妻を亡くしたときの歌

### ○ま と め

（万葉集の巻頭）

受講生の強い希望により前年度に引き続き万葉集について学ぶこととした。毎回40人近い受講生がおり、熱心に講義内容をノートに書き取っていた。悲劇の皇子（有馬・大津）の歌や額田王など歌の背景が興味深く5回の講義でも物足りない感じがした。古代人の自然に対する畏怖、死生観を学び、かつ各々の歌が詠まれた歴史的背景を学んだが、歴史を知らないと歌の意味を取り違えてしまいかねないことを実感した。「もみじ」は古代では平野の植物である萩やカヤであったり「雪月花」は美しいものではなく、人の命や心を翻弄する恐ろしいものであったなど驚くことの連続であった。また、アンケートではこの講座の継続を希望する受講生が多かった。



\*\*\*\*\*

## 日本文学講座（後期）

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 万葉集の中の名歌を通して、歴史的背景、古代人の思想、宇宙観などを学び、歌の意味を知る。（雄略・仁徳天皇の歌等）
- 期 間 平成28年9月3日～10月11日までの毎週土曜日（計5回）
- 時 間 午前10時～正午（計10時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 43人 参加延べ人数175人
- 講師 棚木 恵子
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	9月3日（土）	・雄略天皇と仁徳天皇 ・巻頭歌「籠もよ み籠持ち 掘串もよ ～」
2	9月10日（土）	・詩型の変化 ・天皇の歌、昭和天皇・美智子妃の詠まれた歌
3	9月17日（土）	・「真間の手児名」の歌 ・定型句「見わたせば～」
4	9月24日（土）	・枕詞、古代人の夢の解釈 ・山上憶良の歌
5	10月1日（土）	・挽歌・無常を詠む最古の歌 ・大伴旅人について

### ○ま と め

今回で万葉集についての講座は3回目となった。人気のある講座で申込み受付からすぐに40人以上の応募があり、5回の講座もほとんど欠席がなかった。連続講座となり、雄略天皇の万葉集の巻頭歌からじっくりと学ぶことができた。天皇が歌を詠む意味や現代の天皇や美智子妃の歌なども紹介されるなど、学校や個人では学べないようなことまで知ることができ、講師の幅広い知識と、事前準備の成果がうかがえる。



\*\*\*\*\*

## スマホ・タブレット講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 スマートフォンやタブレットを持っている方を対象に、自分の機器に備わっている機能を知り、基本操作を学ぶ。

○期 間 平成28年9月5日（月）

○時 間 午前10時～正午（計2時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人

○参加者 15人

○事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	9月5日（月）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スマートフォン、タブレットの基本操作と機能</li> <li>・電話、メール、乗換案内アプリの使い方</li> </ul>	有限会社イアス 代表取締役 遠藤 晶 講 師 遠藤幸子

○ま と め

台風接近のため、一週間延期となり受講生が予定より4人ほど減ってしまっただ。昨年度までは2回の講座であったが、今年度は1回の講座として、初心者向けの基本操作の習得を中心とした講座を開いた。各自の手持ちの機器を使いこなせることを目標として、iOS（アイホン）とアンドロイド系のグループに分けて、両方の操作方法を学んだ。受講生の操作頻度により能力の差があり、高齢者や初心者の方には基本操作だけでも1日では内容が理解できないように感じた。また、中級者にとっては物足りないようで、個別に講師に質問をしたくても、初心者への指導に手が取られ、なかなかできないようであった。今後1回講座とする場合は、同一機種で初心者対象などと対象を限定した方が良いと感じた。しかし、初心者の受講生は、操作に自信が持てたようであった。



スマホとテレビを繋いで実際の操作方法を学ぶ様子

\*\*\*\*\*

# パソコン入門講座

## ～パソコンで年賀状をつくろう～

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○解説の趣旨      パソコンの基本を学び、写真やイラストを取り込んでオリジナル年賀状を作る。

○期            間      平成28年11月18日（金）・19日（土）（計2回）

○時            間      午前10時～正午（計4時間）

○対象・定員      市内在住又は在勤の方・15人

○参加者          16人 参加延べ人数31人

○講師            シルバー人材センター 黒江 直行      他2名

○事業内容

回	月 日	内 容
1	11月18日（金）	パソコンで年賀状を作る。パート1
2	11月19日（土）	パソコンで年賀状を作る。パート2

○ま と め

パソコン初心者を対象とした講座のため女性の年配者が多かった。受講生は今年こそオリジナル年賀状を作りたいと意欲的であった。年賀状のソフトは誰でも簡単に作ることができる「プリントマジック」を活用した。受講生はスキルにかなりの差があったが、講師は誰にでも大変丁寧に根気よく教えていた。写真や定型文の挿入、スタンプの活用、文章の文字のフォント書体や大きさの変更等実に丁寧に教えていた。2日間続けたの講座であったので、前日に習ったことを生かしながら、参加者はオリジナル年賀状を作り上げることができて満足げであった。



\*\*\*\*\*

## 仕事に役立つためのエクセル講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 現役で働いている方を対象に職場でよく使われているエクセルを学んで、実践で役立たせる。
- 期 間 平成29年1月7日～2月4日までの毎週土曜日（計7回）
- 時 間 午前10時～正午（1月28日と2月4日は午後1時～午後3時も実施）（計14時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・10人
- 参加者 10人 参加延べ人数64人
- 参加費 100円（資料代）
- 講師 シルバー人材センター 黒江 直行
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	1月 7日午前10時～正午	リボンの基本操作
2	1月14日午前10時～正午	オートフィル、相対参照・絶対参照
3	1月21日午前10時～正午	表の作成
4	1月28日午前10時～正午	グラフの基本操作
5	1月28日午後 1時～午後3時	初歩の関数
6	2月 4日午前10時～正午	住所録の編集
7	2月 4日午後 1時～午後3時	オートカレンダー

### ○ま と め

100ページにも及ぶ資料を使って、毎回大変丁寧に教えていただいた。7回の講座の内容は基本操作から始まり、列幅の微調整、万能フォーマット、ユーザー定義の方法、見やすいグラフの作成と進み、徐々に内容が高度になった。関数を使ったワイルドカードの使い方や条件式の使い方の説明に入ると、受講生もかなり苦労していたようだ。しかし受講生からは丁寧に教えてもらい、大変勉強になった、今後も続けてほしい、来年度もぜひ講座を企画してほしいと切望された。今回のように仕事が休みの土曜日がよいとの要望があった。また大人のためのプログラミング講座も希望したいという声もあった。

\*\*\*\*\*

## そば打ち体験講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 日本古来の伝統食であるそばについて、栄養素や国産そば粉の現状を学ぶとともにそば打ちを実践する。
- 期 間 平成28年12月16日（金）
- 時 間 午前10時～午後2時（4時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人
- 参加者 19人 参加延べ人数19人
- 材料費 700円
- 事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	12月16日（金）	そばの栄養について学ぶとともに、実習、試食、そばがきの作り方を学ぶ	さいたま蕎麦打ち倶楽部 講師 田中浩三 ほか

### ○ま と め

毎年この講座は大変人気が高く、すぐに定員に達した。講師は「さいたま蕎麦打ち倶楽部」の方（9人）で、受講生は4人1組となり5班に分かれて、講師がそば打ちを実践し、受講者が交代でそばを打った。ひとり一人がそば粉に水を入れてこねる、延ばす、切るの行程をすべて体験できるようにプログラムが組まれており、各段階で個別指導に近い形で指導を受けた。講師陣の綿密な指導により、班によって時間差ができないように進行状況を確認しながら進められたため、全班がほぼ同じペースでそば打ちができた。今年はそばがきの作り方も実演してくれ、そばがきの試食もできた。そばがきの作りたては上品な味でそばの風味がダイレクトに伝わってくるのがわかった。その後、自分で打ったそばと講師のそばとを食べ比べ、麺の太さや舌触りの違い等を実感した。講師のそばは格段に美味しいと声があった。テレビ取材が入ったが受講生はインタビューにも応えて、大変好評に終了することができた。年越しそばだけでなく通年で講座を開催してほしいという声もあった。



\*\*\*\*\*

## ふれあいタイム企画準備会

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 平成28年度と平成29年度に開催するふれあいタイムの企画、打合せを行う。
- 期 間 平成28年7月7日（木）、平成29年3月9日（木）
- 時 間 午前10時～11時（計2時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方8人
- 参加者 13人 参加述べ人数13人
- 事業内容 講座の日程調整と内容の検討をする。
- まとめ 12月1日（木）すいとん作り  
12月8日（木）バスハイク  
神代植物公園散策・深大寺蕎麦の昼食

本公民館近くには、障がい者地域活動センター「ふらっと」や「くるみの木」があるが、障がいのある方もない方も共に交流を深めることを目的に「ふれあいタイム」講座を開講してきた。その講座内容をどのようにしたらよいか関係者と意見交換を行っている。

これまで市内の大学や施設等を巡ってきたが、今年度は埼玉県のおおぞら号を使つての「バスハイク」と「すいとん作り」と決まった。

バスハイクは人数制限があるが、その分「すいとん作り」では人数の調整が可能であるので多くの方との交流が可能になる。日程的には「すいとん作り」をバスハイクの1週間前として、バスハイク前の事前の交流を深め、打ち解けた中でのバスハイクとすることとした。

バスの中では、ふれあいを深めるためにゲームやレクをしながら過ごすのはどうかということになった。

作業分担としては、「ふらっと」がおおぞら号を申し込みとチラシを作り、公民館は細かな計画、グループ分けや昼食、見学施設との交渉等を行うこととした。

今年度の企画については、全員が活発に意見を出し合つて、有意義な話し合いとなった。

また、平成29年度もバスハイクとするのであれば、準備会の時期を早めるべきとの意見があり、3月には第2回目のふれあいタイム企画準備会を行った。

\*\*\*\*\*

## 人権研修

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 公民館利用者団体の代表者を対象に人権研修を行う。  
一人ひとりが地域社会を担う一因であることを自覚し、助け合い、支え合いについて考え、「人とのつながり」を自ら断っていないか、日ごろの自分自身の言動を振り返る機会を学ぶ。
- 期 間 平成28年6月4日(土)
- 時 間 午前11時～11時40分(40分)
- 対象・定員 公民館利用者団体の代表者の方・50人
- 参加者 36人
- 事業内容 人権学習ビデオ「ここから歩き始める」を鑑賞し、身近な人権について考える。

### ○ま と め

人権問題を身近なこととして考えてもらいたいとの考えから、多くの方が集まる公民館利用者懇談会後に人権学習DVDを上映した。このDVDを見て人権問題について改めて考えてもらうことがねらいである。

日本における平均寿命の大幅な伸びや少子化などを背景として、社会の高齢化が急速に進んでいる。それに伴い、認知症の高齢者も大きな社会問題になってきている。高齢者を家族や地域でどのように支えていくか、また高齢者自身の意欲や能力をどのように支えていくかを考えることは、これからの私たちの大きな課題である。このドラマは高齢者の幸せと尊厳を守るという人権の視点から捉えている内容である。このDVDを参加者全員で見ることにより、改めて人権問題を考えた。

(内容… 主人公は高齢の父親を持つ働き盛りのサラリーマンの男性である。厳格であった元寿司職人の父親は母親が亡くなった後も一人で実家に住み続けている。認知症の父親が次々に地域でトラブルを起こしたため、息子が家に引き取ることにしたが、新しい環境になじめずに父は実家に戻ってしまう。介護を巡って、家庭内に波風が立つようになる。しかし、主人公の息子の父への接し方や地域の人々の理解と専門家のアドバイスにより、認知症の父親を温かく支援していこうと主人公は変容していく。高齢者が人としての尊厳や誇りを持って生きていく上で大切なことについて考えるきっかけとなるドラマである。)

\*\*\*\*\*

## おもてなし料理講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨      お客様を自宅にお迎えするに当たり、ちょっとしたおもてなし料理を作って、喜ばれる楽しさを学ぶ。
- 期            間      平成28年10月12日（水）・19日（水）（計2回）
- 時            間      午前10時～午後1時（計6時間）
- 対象・定員      市内在住又は在勤の方・20人
- 参加者          20人    参加延べ人数40人
- 材料費          1400円（2回）
- 保育            保育延べ人数3人
- 事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	10月12日（水）	行楽弁当	ままごとキッチン代表 講師 前田 純子
2	10月19日（水）	イタリア風パーティ料理	イタリア出身 篠田 イラリア

### ○ま と め

1回目の行楽弁当の「飾りいなりと秋刀魚の柚こしょう煮・レンコンサラダ」はちょっとした工夫で大変豪華ないなり寿司になることを教えていただいた。いなり寿司の切り口にカイワレ、蟹かまぼこ、星型チーズ等を飾り付けるだけでカラフルでかわいいものに変身した。秋刀魚の柚こしょう煮・れんこんサラダ等もひと工夫でおもてなし料理に変身し、おいしくできあがった。

2回目のイタリア人講師によるイタリア風パーティ料理では、冷めてもおいしいミニミニピザが大変好評で、生地作りからトッピングの仕方まで基本から習うことができた。またマチュードニアと呼ばれるフルーツのデザートも紹介していただいた。料理のほかイタリアの食文化の話も大変興味深く参考になった。



\*\*\*\*\*

## ママのためのヒップホップダンス

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 子育て中の母親を対象に、子育てによるストレス解消と仲間作りの場とするためにヒップホップダンスを学ぶ。
- 期 間 平成28年11月2日～12月7日までの毎週水曜日  
(計5回)
- 時 間 午前10時～正午 (計10時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方20人
- 参加者 20人 参加延べ人数68人
- 講師 スタジオパラダイス・インストラクター  
前嶋祐賛・木野村温子
- 保 育 保育延べ人数26人
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	11月 2日(水)	ストレッチ、振り付け
2	11月 9日(水)	ストレッチ、振り付け
3	11月16日(水)	ストレッチ、振り付け
4	11月30日(水)	ストレッチ、構成
5	12月 7日(水)	ストレッチ、踊り込み

### ○ま と め

子育て中心の生活で、しばらくぶりに運動する人が多く、テンポが速くてダンスを覚えられないという声があったが、皆が毎回当日習ったダンスを動画で撮影し、それを見て家で復習してきたのですぐに上達していった。

受講生が、これまで習った成果を発表する場として、ハッピークリスマスに出演して、観客から多くの拍手をもらい大変満足していた。当日出演できなかった受講生も観客として応援するなど講座が終了した後も受講生同士が仲良く交流する姿も見られた。今回は2歳に満たない幼児も受け入れたので、保育サポーターを5人体制とした。



\*\*\*\*\*

## ゆかた着付け講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 初心者がきものに興味を持ち、ゆかたが一人で着られるようになることと半幅帯を一人で数種類結べるようになることを目標に、着付けの基本を学ぶ。

○期 間 平成28年7月6日(水)、7日(木)(計2回)

○時 間 午前10時～正午(4時間)

○対象・定員 市内在住又は在勤の女性・10人

○参加者 15人 参加延べ人数29人

○講師 着物インストラクター 津田 晶子 他2人

○事業内容

回	月 日	内 容
1	7月6日(水)	・肌着、ゆかた着付け、帯結びの段取り ・文庫結びが一人でできるように繰り返し練習 ・きもののたたみ方
2	7月7日(木)	・美しく着るためのコツ ・半幅帯の変わり結び ・きものの基本的な決まりごと

○ま と め

今回で5回目となる人気のある講座であるが、以前に受講し更に上達したいと再度申し込んだ方もいたため講師の了解を得て、定員を増やして開講した。

皆大変熱心で、仲間同士で教え合ったり、細かい点を質問し何度も練習をするなどして、受講人数が多く盛り沢山の内容にもかかわらず、一人で着付け、数種類の帯結びができるようになり、受講生自身が驚き喜んでいた。

1日目にテレビの取材が入り当日の夜、受講の様子やインタビューが数分に渡り放映されたこともあり、受講生同士が打ち解け合って、和気あいあいと講座が進められた。



(鏡で襟元をチェック)



(帯結びポイントを質問して)

\*\*\*\*\*

# かがやき塾

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 充実した高齢期を過ごすために健康面、生きがいを持つことや趣味についてなどを学ぶとともに、仲間作りの場とする。
- 期 間 平成28年10月6日～10月27日までの毎週木曜日  
(計4回)
- 時 間 午前10時～正午(27日は午前9時～午後4時)  
(計13時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 35人 参加延べ人数93人
- 参加費 2200円(昼食代・高速料金代)
- 事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	10月 6日(木)	金融詐欺被害に会わないために	財務省関東財務局職員
2	10月13日(木)	健康体操	サークル講師 年増 千春
3	10月20日(木)	おいしい米の見分け方・炊き方	金子商店 金子 真司
4	10月27日(木)	巣鴨散策、豊洲ガスの科学館 「がすてなーに」	ガス科学館「がすてなーに」職員

## ○ま と め

1回目は最近の金融被害を紹介して頂き、詐欺に会わないために日頃から注意しておくことをわかりやすく教えていただいた。実際の新手詐欺の手口について、ロールプレイング(疑似体験)で具体的に学ぶことができた。

2回目は体ほぐしの体操から始まり、脳トレも併せて笑いながら体操を行った。3回目は米マイスターの講師で米の洗い方・炊き方のポイントを押さえた説明は大変説得力があった。高価な炊飯器と普通の炊飯器での炊き比べも興味深かった。4回目は館外学習で巣鴨高台寺(地藏尊)とガスの科学館に行った。今話題となっている豊洲市場を車中から見学でき、「がすてなーに」ではエコについても学ぶことができ有意義な1日となった。高齢の方たちが毎年楽しみにしている講座で参加者からも好評であった。



\*\*\*\*\*

## わくわくキッズファミリー講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 子育てについての学習を通して、親同士で悩み事を話し合ったりして、親睦を深める。
- 期 間 平成28年9月14日～10月5日までの毎週水曜日  
(計4回)
- 時 間 午前10時～正午(計8時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方の2歳から就学前までのお子さんと母親・20組
- 参加者 28組 参加延べ人数100人
- 材料費 500円(調理材料費)
- 保 育 保育延べ人数54人
- 事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	9月14日(水)	親子リトミックサークル	親子リトミックサークル連絡会代表 中村 真由美
2	9月21日(水)	親子リトミックサークル	
3	9月28日(水)	簡単手作りおやつ	ママごとキッチン 前田 純子
4	10月5日(水)	子育てトーキング	ふえありーている 理事長 石井 英子

### ○ま と め

毎年、参加者を集めるのに大変苦労しているため、今年は近隣の子育て支援センターに行き受講者を募った。1、2回のリトミックは講師にも受講生にも好評で、親子で安心して楽しめたとの声があった。3回目の手作りおやつ作りでは、講師の手際の良さと4種類のおやつができあがり歓声があがった。特に手作りパンは時間がかかるというイメージがあったが、チョコレート入りのパンはかわいらしく、おいしくできあがって好評であった。4回目の子育てトーキングでは食の細かい子の対応の仕方や遊び方など等日ごろの悩み事を講師は丁寧に答えていた。

保育は、2歳児に満たない子も含まれていたために保育サポーターを5名体制にした。



\*\*\*\*\*

## ふれあいタイム

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 障がいのある方もない方も、一人で外出が不安な方も、地域の方と気軽に交流して、お互いに理解を深める。

○期間 平成28年12月1日(木)・8日(木)(計2回)

○時間 12月1日午前10時～午後1時(計6時間)

12月8日午前8時30分～午後4時(計7時間30分)

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人

○参加者 19人 参加延べ人数34人

○材料費 100円(調理材料費)、1800円(昼食代・入園料)

○事業内容

回	月日	内容	講師
1	12月1日(木)	すいとん作り	大和田一・二丁目町内会
2	12月8日(木)	神代植物公園・深大寺	神代植物公園ボランティアガイド 吉永さん他4名

○まとめ

1回目のすいとん作りは、雨天のためロビーで行った。参加者全員で野菜を切ったり小麦粉を練ったりした。大和田一・二丁目町内会の方に前日から準備して頂いたのでスムーズに調理ができた。障がいのある方が包丁を使いやすいようにと健常者が手を添えたり、今年初めて参加した障がい者の方も調理をいっしょにできたので、大変喜んでいました。

2回目の神代植物公園・深大寺散策は埼玉県のおおぞら号を借りて移動した。バスは車いすの乗り降りが大変便利で快適バスハイクであった。当日は12月とは思えないほどの暖かな日で、バスの中ではゲームやリクリエーションをして楽しいひと時を過ごした。神代植物公園ではボランティアガイドに案内してもらい植物の話詳しく聞くことができ、温室ではたくさんの蘭の花を見ることができた。植物公園見学の後は深大寺を散策して、その後近くの食事処で名物の深大寺そばの昼食をいただいた。買い物をし、ゆっくりと散策して楽しんだ。講座の参加者をどのように増やすかがこの講座の課題である。



\*\*\*\*\*

# 大和田ハッピーXmas

\*\*\*\*\*

＜大和田公民館＞

- 開設の趣旨 年に一度のお楽しみ会として、親子で楽しむ機会を持つ。
- 期 間 平成28年12月10日(土)
- 時 間 午後1時30分～2時40分(計1時間10分)
- 対象・定員 市内在住の幼児及び小学生と保護者・120人
- 参加者 171人
- 事業内容

リコーダー演奏	武蔵野リコーダー・アンサンブル
ヒップホップダンス	HIPHOPパラダイス ママのためのヒップホップダンス受講生

最後にサンタさんからプレゼントをもらい、楽しいひと時を過ごす。

## ○ま と め

毎年恒例のクリスマス会で、子供たちに大変人気のあるイベント。

初めに、大小様々なリコーダーの紹介があり、リコーダーを使ったクリスマスソングやクラシック音楽を親子で鑑賞した。手のひらに乗るほどの小さなものから大人の背丈以上の大きなリコーダーの音色の違いを聴いた。

ヒップホップダンスでは、「ママのためのヒップホップダンス」受講生による成果の発表や、HIPHOPパラダイスの次々に入れ替わる沢山の演目に子供たちも飽きることもなく見入っていた。そして、最後にサンタさんから直接もらうプレゼントに目を輝かせていた。



武蔵野リコーダー・アンサンブル演奏



H

I P H O P パラダイスの皆さん

\*\*\*\*\*

## 親子茶道講座

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 親子で茶道を体験することで日本文化を知る。
- 期 間 平成29年1月6日（金）
- 時 間 午前10時～正午（2時間）
- 対象・定員 小学生とその保護者・各20人
- 参加者 18人
- 参加費 親子で500円（子ども1人追加200円）
- 事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	1月6日（金）	茶道の歴史、お茶の種類、 抹茶の飲み方・たて方	裏千家師範 大西 幸江

### ○ま と め

昨年に続き2度目の講座であるが、関心が高く7組の親子の申し込みがあった。昨年度も参加した児童もおり、根強い人気がある。

講師の説明はわかりやすく、茶道の歴史やお茶の話、茶道具や作法等を丁寧に、子どもたちが飽きないように上手に教えていた。和室の掛軸や香炉、お釜の説明があり、本格的なお茶の作法を学ぶことができた。和菓子や抹茶のいただき方、ふすまの開け方、お道具の拝見の仕方など等、ひとつおりの作法を学び、抹茶を味わった。その後、実際に子供たち一人ひとりがお茶をたてて保護者にふるまい、親子でほほえましいひとときを過ごすことができた。和室で正座するというほどよい緊張感の中で、楽しい学びとなった。参加者の中には、冬休みの宿題に伝統文化に触れることという課題があったので参加したが、大変よい体験になったとの声があった。

子供が習える茶道教室がなかったから講座は大変ありがたいという保護者の感想もあった。お茶会は楽しいばかりでなく作法も学ぶことができ、親子で参加もでき大変有意義であると好評であった。



\*\*\*\*\*

# 大和田小さな家おはなし会

\*\*\*\*\*

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨      ボランティア団体の協力により子供たちに読書に親しむ機会を提供する。
- 期            間      平成28年4月1日～平成29年3月17日までの第1及び第3金曜日。ただし、8月は第1金曜日のみ（計23回）
- 時            間      午後3時30分～4時（計11.5時間）
- 対象・定員      市内在住の乳幼児又は小学生と保護者・20人
- 参加者          123人
- 講師            ボランティアサークル「大和田小さな家」
- 事業内容

月 日	内 容	
第1・第3金曜日 (8月は第1金曜日)	お話会	・手遊び、 ・絵本の読み聞かせ ・紙芝居
7月 1日(金)	七夕会	・手遊び(パットはれた) ・絵本(おさるのかくれんぼ・ざりがに) ・パネルシアター(ふしぎなポケット) ・七夕のうた
12月16日(金)	クリスマス会	・手遊び、 ・絵本(サンサンサンカク)ほか ・パネルシアター(カレーライス) ・紙芝居(みつごのクリスマス) ・歌(きよしこの夜) ・プレゼント

## ○ま と め

おはなし会を楽しみにして定期的に参加する親子は数組いるが、小学生は職員が声掛けすれば参加するものの、自発的に参加する子どもはまだ少ない。タイミング良く促すと、乳児と交流しながら集中して聞き入っているのが今後とも気長に促して読み聞かせの楽しさを知らせていきたい。



クリスマス会の様子