
のびのびのびっ子絵本のお部屋

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 地域の幼児・小学生に絵本の読み聞かせをする。
- 期 間 平成31年4月2日～令和2年2月18日までの毎週火曜日及び12月21日(土)(計45回)
- 時 間 午後3時30分～4時(計22.5時間)
- 対象・定員 市内在住の乳幼児から小学生まで(保護者同伴可)・20人
- 参加者 20人 参加延べ人数551人
- 講師 のびっ子おはなし隊
- 事業内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊び、演奏
- ま と め

野火止公民館登録団体である「のびっ子おはなし隊」と協力して、児童・幼児を対象にして、絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊び、ギターの演奏などを行った。子供の居場所づくりを目的にして、以前から毎週継続的に開催している講座である。今年度も、夏時間・冬時間の設定を取りやめ、年間通して同じ時間で開催した。その効果かどうかは不明であるが、年間参加者数は合計551名となった。昨年度より減少したのは、10月の台風、2月、3月の新型コロナウイルスでの自粛の影響が大きいと思われる。12月21日にはクリスマスの特別版として、大型の絵本やパネルシアターを使った読み聞かせを行い、当日参加も多く37名と盛況であった。

駅周辺の開発が進み、今後も若い世代の流入が進むと思われるが、子供の居場所が地域において十分に提供されているとは言えず、今後も継続していきたい。



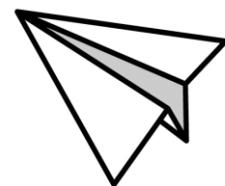
紙ひこうき、つくって、あそぼう

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 紙飛行機を作る楽しさ、みんなで飛ばす楽しさを知る。
- 期 間 令和元年7月27日（土）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 市内在住の3歳から小学生まで・30人
- 参加者 22人
- 講師 のびっ子おはなし隊
- 事業内容 紙飛行機を作って、飛ばして楽しむ。
- まとめ

野火止公民館登録団体である「のびっ子おはなし隊」と協力して、昨年度に引き続き実施した。予約なしで当日参加された子どもも多かった。

紙飛行機の作り方の説明の後、実際に一人一人作成を行った。完成後に、一列に並んで飛行距離を競うコンテストを行い、真剣に飛ばして楽しんだ。誰でも簡単にできる遊びで、多くの子どもたちに楽しんでもらえる機会となった。



0歳児のための音楽教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 親子でリズムにのって楽しむ、親子で参加できる講座。
- 期 間 平成31年4月24日・令和元年5月22日・6月19日・
10月16日・11月6日の水曜 1日2回（全5回）
- 時 間 第1回：午前10時～10時45分
第2回：午前11時～11時45分（計7.5時間）
- 対象・定員 3か月から1歳3か月までの子どもと親・各回12組
- 参加者 24人 延べ人数 172人
- 講師 マンマ・ミュウ・サローネ 後藤 ゆり
- 事業内容 おはようの歌ではじまり、音楽に合わせて自己紹介、赤ちゃんと一緒に歌える季節感のある童謡を歌い、小道具を使って音楽に合わせて体を動かす。そして最後にさようならの歌を歌う45分のプログラム。

○ま と め

前期と後期に分けての前期は連続3回の講座、後期は連続2回の講座とした、活動の内容は毎回異なる内容で、初めての方、2回目、3回目の方にとっても大変魅力的な講座となった。特に、音楽に合わせて歌ったり、体を動かしたりなど、内容豊富な45分間のプログラムにお母さんも一緒に楽しめている様子がうかがえた。事後のアンケートには「いろいろな歌や楽器に触れることができてとても楽しかった」「よい体験が出来て嬉しい」「親子参加型の講座が少ないのでありがたい。」など、今後も開催を期待する声もたくさんあった。今後も子育て支援につながる事業の企画に活かしたい。



0歳児のための音楽教室 inクリスマス

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 毎回好評の親子参加型の講座をクリスマスに楽しんでいただくためにクリスマスバージョンにして企画した。
- 期 間 令和元年12月11日(水)
- 時 間 午前10時30分～11時30分(計1時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤のお子様が0才3か月～1才3か月の親子・20組
- 参加者 36人
- 講師 マンマ・ミュウ・サローネ 後藤 ゆり
- 事業内容 おはようの歌ではじまり、音楽に合わせて自己紹介、赤ちゃんと一緒に歌い、音楽に合わせて体を動かす親子で参加型の講座です。人気の講座のクリスマスバージョンです。

○ま と め

前期と後期に分けてのそれぞれ連続3回と2回で開催した講座のクリスマスバージョンとなる。「もっと親子で参加できる講座を増やしてほしい」というご意見から、クリスマスバージョンとして、お馴染みの歌と体を動かす講座に、歌での読み聞かせとマリンバでのクリスマスソングメドレーの演奏を加えて、クリスマスの雰囲気も楽しんでいただいた。



プロが教える！子どもマンガ家体験教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 プロのマンガ家の指導のもと、プロの使用しているものと同じ道具を使用して作業をすることで人気の職業を体験する。
- 期 間 令和元年8月25日（日）・1日2回（全1回）
- 時 間 第1回：午前9時30分～10時30分
 第2回：午前11時～正午 （計2時間）
- 対象・定員 小学生の方（低学年は保護者同伴）・各回20人
- 参加者 各回12人 延べ人数24人
- 講師 マンガ家 うりゅー紗伽
- 参加費 材料費 500円
- 事業内容 ベタ塗り、トーン貼り、セリフを入れるなど、漫画を作る工程を、プロのマンガ家の指導で体験する。

○ま と め

マンガを作る作業を実際にプロが使用する道具を使用して、プロの指導のもと体験した。講師が用意した4パターンの原画に①ベタ塗りの印付け②ベタ塗り③トーン貼り④セリフを入れる⑤続きの絵を描くという5つの作業工程を体験した。細かい作業もあり、途中戸惑う児童もいたが、指導経験が豊富な講師の指導で全員が作品を仕上げる事ができた。アンケートでは、「楽しかったが思ったより難しかった。」という意見が多くみられ、平素、読者である児童が描き手となる良い職業体験となった。



夏休みの社会科見学

～印刷工場へ行ってみよう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 印刷工場を見学し、印刷物の出来るまでの工程を見学し、新座市の地場産業である印刷について理解を深める。
- 期 間 令和元年8月23日（金）
- 時 間 午後2時～3時（計1時間）
- 対象・定員 市内在住又は在学の小学生と保護者の方・5組の家族
- 参加者 5組（9人）
- 講師 株式会社雄進印刷 埼玉工場工場長 坂口 勝彦
- 事業内容 夏休みの職場見学として、親子で新座市内の印刷工場で印刷物の出来上がるまでの工程を学び、地場産業に関心を寄せてもらう。
- ま と め

新座市の地場産業として印刷がある。この講座では、日々、目にする、手にする様々な印刷物がどのような環境で、どのようにして出来上がるのかを実際に目で見て、インクの匂いを嗅ぎ、機械の大きな音を聞くことで体感した。また、コンピューターでの版作りに始まり、刷り、裁断、製本の作業工程を工場長の詳しい説明の中学習した。実際に拡大鏡で印刷物をドットで見る体験もできた。アンケートでは「普段見学することができない工場内や機械を見ることができてとても良かった」という意見が多く聞かれた。また、機械だけの作業ではなく、人の手による作業も加わり印刷物が出来上がる様子を学ぶことができ、良い学習となった。



楽しい自然観察入門

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 新座市内の雑木林を散策し、1回目は秋に鳴く虫の声について解説する。2回目は虫の越冬について学ぶ。
- 期 間 ①令和元年9月28日(土)、②令和2年2月15日(土)
(全2回)
- 時 間 ①午後5時30分～8時(計2.5時間)
②午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 市内在住在勤又は在学の方、小学生は保護者同伴・30人
- 参加者 ①15人②12人 延べ27人
- 講師 自然観察指導員 荒居 浩明
- 事業内容 ①平林寺周辺の雑木林を散策し、秋に鳴く虫の声について解説する。
②新座市内の雑木林を散策し、虫の越冬について解説する。

○ま と め

1回目が好評だったことから時期をあけて2回の講座とした。1回目は夜間、隣接の公園から少し離れた公園へ、そこから雑木林の中へと3か所ほど場所を移して自然観察を行った。まさに秋の虫の音のコンサートで様々な虫の鳴き声を聴くことができた。羽根をすり合わせて音を出す様子を見ることもできるなど貴重な体験となった。また、童謡に出てくる様々な虫の音を聴くことができたことも参加者には興味深い内容となった。参加者からは「はじめての経験で楽しかった。」という意見が多く得られた。2回目は「虫の冬越し観察会」と題して、木の根や落ち葉の下で越冬中の虫たちの生きる工夫などを学びながら、公園や雑木林で冬の虫を探した。自然が多く残る新座の環境だからこそ可能な講座であり、子どもはより子どもらしい好奇心を発揮し、大人は童心に帰って虫探しに熱中していた。講師の丁寧かつ楽しい説明と経験、知識豊かな解説は非常に理解しやすく、大人から子どもまで幅広い年代で楽しむことができる講座となった。



ロビーイベント ～竹とんぼ作ってとばそう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 竹を使って昔からの遊びである竹とんぼを作り、とばす。
- 期 間 令和元年10月19日(日)
- 時 間 午後1時～3時(計2時間)
- 対象・定員 市内在学の小学生・15人
- 参加者 17人
- 講師 国際竹とんぼ協会埼玉支部 山田 敏夫
- 事業内容 普通の竹とんぼよりもよく飛ぶ、スーパー竹とんぼを作って飛ばして楽しむ。
- ま と め

竹を使って小刀などを使用せずに竹とんぼをつくった。講師がより簡単に作業できるようあらかじめキットで材料を用意していたため比較的短時間で小さな子どもでも竹とんぼを作ることができた。つくった竹とんぼは普通の竹とんぼではなく、より高く飛ばすことができるように工夫された『スーパー竹とんぼ』と呼ばれており、講師の指導の下、やすり掛けや組み立てをして竹とんぼを仕上げた。出来上がった竹とんぼは講師の指導で実際に飛ばした。初めての体験となった児童もいたが、みんな一様に高く飛ばすことができ、歓声が上がった。昔遊びの一つとして竹とんぼを取り上げてみたが、興味を持った児童が多く次回は記録会のような内容を取り込んでみても良いかと思った。羽根に和紙を貼った回るとカラフルな竹とんぼや、卓上で回すコマのような竹とんぼも展示され、竹とんぼの奥深さも体験できた。



秋の収穫祭リコーダーコンサート

With のびっ子おはなし隊

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 リコーダーアンサンブル スターリングの演奏とのびっ子おはなし隊の読み聞かせや手あそびを楽しむ。
- 期 間 令和元年11月2日(土)
- 時 間 午後1時30分～3時(計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住の子どもと保護者の方・50人
- 参加者 31人
- 講師 のびっ子おはなし隊、アンサンブル スターリング
- 事業内容 子どもから楽しめるリコーダーのコンサートと絵本の読み聞かせ。

プログラム	内 容	講 師
第1部	子どもと一緒に音楽を楽しむ 曲目 パプリカ、もののけ姫他	のびっ子おはなし隊
第2部	絵本の読み聞かせ	のびっ子おはなし隊
第3部	リコーダーで奏でる美しい曲 曲目 アヴェマリア、コンチェルト他	アンサンブル スターリング

- ま と め
北海道然別湖でのアイスホールコンサートをきっかけに結成され以後活躍中のリコーダーアンサンブルグループのアンサンブルスターリングをゲストに迎えコンサートをメインにしたどなたにも参加いただけるおはなし会を企画した。事前申し込み は行わずに当日の自由参加であったが、31人の参加があった。第1部、第3部ともに普段耳にする音楽の演奏に参加者もメロディーを口ずさむなどしていた。第2部のおはなし会は絵本の読み聞かせ、手あそび、大型絵本の読み聞かせが行われた。
絵本の読み聞かせとリコーダーコンサートを3部構成で行ったが、次回は絵本の読み聞かせの中に生演奏を取り入れても良いかと思った。内容の幅を広げて色々な企画が可能であり、今後も考えていきたいと思う。

ネイチャーゲーム

～自然とあそぼう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 自然界にあるものを利用して遊び、遊びを通じて自然に親しみ、自然について学ぶ。
- 期 間 令和元年11月24日(日)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 市内在住及び在学の児童とその保護者・20人
- 参加者 15人
- 講師 環境まちづくり地域協議会 inにいざ 櫻 博子
- 事業内容 簡単な名前当てゲームをして自己紹介をしたのち、近隣の公園でフィールドビンゴゲームや自然界の仕組みについて遊びを通して学んだ。

○ま と め

最初は室内でゲーム形式の自己紹介を行い、その後『私は誰でしょう?』ゲームで雰囲気をもたせた。動物を当てる人がその他の参加者に特徴を聴き、「はい」、「いいえ」の返答をもとに動物を推理し、当てるゲームをした。その後、近隣の木々がたくさんある公園に移動して、自然に触れながら自然界の仕組みについて学んだ。『フィールドビンゴゲーム』でビンゴカードにある形を公園の自然の中から見つけ出したり、聴診器を木の幹にあて木が地中の水を吸い上げる音を聴いたり、自然と一体になり、自然と遊びながら色々な発見や気づきがあった。

クリスマスのフラワーアレンジメント

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 埼玉県で推進している花育・福祉園芸体験を利用してクリスマスのフラワーアレンジメント講座を行い、児童、生徒に花や緑に親しみ、楽しんでもらう。
- 期 間 令和元年12月22日（日）
- 時 間 午後1時30分～午後3時30分（計2時間）
- 対象・定員 市内在学の小学生及び中学生・30人
- 参加者 29人
- 講師 日本フラワーデザイナー協会 斯波 直美
- 事業内容 緑と赤を基調にしたクリスマスのフラワーアレンジメントを作る。

○ま と め

募集当日に定員に達したほど人気の講座となった。冬休みに入ったばかりでもあり多くの児童、生徒の参加があった。プラスチックの入れ物に少しアレンジを加え、花器もクリスマスらしく華やかなものになった。深紅のバラをメインにまつぼっくり、綿花、かすみそう、ヒバ、コニファー（針葉樹）、星やスノーマンのピックをオアシスに飾っていった。小学校1年生から中学2年生まで幅広い学年での参加であったため作業の速度に違いがあったが、高学年の児童、生徒が低学年の児童に協力して作品を作り上げていた。ワイヤーを使用してリボンを結ぶ作業は多くの子どもたちが難儀しており、手先の作業の必要性を感じた。「また是非やってみたい！」との感想が多く、夏休みの講座や母の日、父の日のプレゼントの講座としても企画してみたいと思った。

癒しのハーバリウム体験教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 子育て中の母親にも参加いただけるような講座として保育付きとし、多世代の交流の場とした。話題のハーバリウム制作を講師の指導のもと制作し、ハーバリウムの歴史から、種類、注意事項などハーバリウムについて広範囲に学ぶ。
- 期 間 平成31年4月15日(月)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 市内在住または在勤の方・30人
- 参加者 19人
- 保育 0人
- 講師 日本フラワーデザイナー協会 斯波 直美
- 参加費 材料費 1,300円
- 事業内容 ハーバリウムを作品制作だけではなく、広い範囲で学ぶ。

～内容～

- ① ハーバリウムとは何か？歴史を含めての説明
- ② 使用する液体の種類や純度についての説明
- ③ 制作の注意点、素敵に作るためのポイント
- ④ 各自で使用したいパーツを選び、制作
- ⑤ 出来上がった作品の鑑賞
- ⑥ 自宅へ持ち帰ってからの注意事項

○ま と め

最近話題のハーバリウムだが、初めて体験される方がほとんどだった。作品を作成するだけではなく、オイルの種類、瓶の中に入れるパーツの説明、ラッピングの方法なども講座に含まれ、内容の濃い2時間となった。瓶の中にプリザーブドフラワーを入れて専用のオイルを注ぐという一見簡単そうに見える作業だが、実際に作業してみるとなかなか思い通りに行かず、「難しかった」という意見も多くみられた。しかしながら、講師の丁寧な対応と、細やかな指導の下全員が時間内に作品を仕上げることができ、「楽しかった」、「また是非やってみたい」との意見も多数いただいた。一昨年は、子ども対象のフラワーアレンジメント講座の開催があったが、フラワーアレンジメント、プリザーブドフラワーのアレンジメント講座の要望もあり、大人向けの講座も検討したいと思う。

世界の料理教室

～おいしいインドネシア料理～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 国際交流の一環として、海外から日本に居住している方に講師として自国の文化を食を中心にいんどおしえていただく。
- 期 間 平成31年4月23日（火）
- 時 間 午前10時～午後1時（計3時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・24人
- 参加者 22人
- 講師 インドネシア料理講師 Erna Setyaningsih
- 参加費 材料費 1,200円
- 事業内容 Nasi Goreng、Sate ayam saus kacang、Soto sapiを調理してインドネシアの文化にふれる。

○ま と め

国際交流の講座として料理を取り上げた。講師は日本語を話すことができるめ、手順等の説明も参加者には理解いただくことができた。初めて目にする食材、香辛料、調味料などがあり、その都度説明をしていただいた。特に日本でなかなか手に入りにくい材料は日本にある代替えできる食品を紹介していただき、メニューの内容がイメージしやすかった。講師の人柄の明るさ、親しみやすさもあり、参加者同士も楽しく、協力し合って調理することができた。アンケートでは「楽しかった」「また参加したい」「他の国々の料理教室も参加したい」という意見をいただいた。

NASI GORENG

（インドネシアのチャーハン）



マドゥラ島のサテ・アヤム

（ピーナツソース）



産後ママのためのピラティス

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 リハビリのために作られたピラティスを使い、産後の腰痛や肩こりなど体のコンディションを改善することを目的とする。保育付きで行うことで子育て中のお母さん方に運動・リフレッシュの機会を提供する。
- 期 間 令和元年5月15日・29日（水）（全2回）
- 時 間 午前10時30分～11時30分（計2時間）
- 対象・定員 2歳から就学前の子どもと母親・12人
- 参加者 6人 延べ9人
- 講師 ピラティスインストラクター 神武 朋子
- 保育 6人
- 事業内容 産後の腰痛や肩こりを緩やかな運動で身体を整えるピラティスを利用して改善し、心も体もリフレッシュする。

○ま と め

ピラティスはリハビリのためにベッドで寝た状態でできるストレッチである。初めて体験される方が大半だったが、無理なく体を動かし、普段子育てに忙しい母親にとっては、保育付きということで自分自身の時間を持ち、ゆったりとした気持ちで運動に集中できた様子だった。講師も優しい、気持ちをリラックスさせてくれるような指導で好評だった。アンケートでは「また機会があったらピラティスをやってみたい」「保育付きでよかった」「久しぶりに体を動かしほぐすことができた」など良いリフレッシュの時間となったようだ。



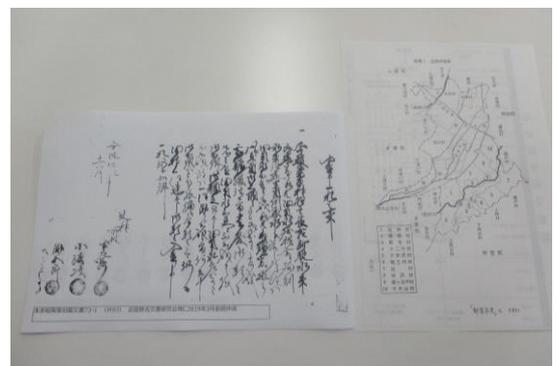
古文書を読んでみよう

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 野火止公民館で活動している武蔵野古文書研究会との共同企画として、初心者向けの古文書読解体験を実施する。黒目川の水車など、新座市と関係する古文書を読み郷土史に触れる。サークルに依頼することで、サークル活動の活性化を図る。
- 期 間 令和元年5月25日（土）
- 時 間 午後1時～3時（計2時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人
- 参加者 19人
- 講師 武蔵野古文書研究会
- 事業内容 武蔵野古文書研究会の会員の指導、協力のもと、新座市と関係のある古文書を読み、郷土史に触れる。

○ま と め

応募開始から人気の高い講座ですぐに定員に達した。博物館で目にする文書であり、馴染みはあるが、同じ一つの文字にも色々な書体があり、参加者が古文書に対して初心者が多く、内容としては難しい様子も感じられた。しかしながら、武蔵野古文書研究会の会員が参加者二人に対して一人付き添い説明、指導がありなれない様子ながらも参加者は困ることなく講座に集中することができた。資料も、新座市の歴史を読み解くうえで身近な内容のものであり、地図を見ながら郷土史に触れる興味深い講座となった。アンケートでは「初めてでしたが、アドバイスを受けながらほんの少しだけわかるようになった」「博物館でも立ち止まって眺めてみようと思う」「昔人の考え方、生活観を公文書から少し理解できた感がある」などのご意見をいただいた。



パーソナルカラー診断 ～似合う色を知ろう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 色彩学の視点から、似合う色を提案し、そのイメージにあったスタイルを提案、なりたい自分演出のお手伝いをする。
- 期 間 令和元年5月30日(木)
- 時 間 午後7時～午後8時30分(計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・10人
- 参加者 10人
- 講師 カラーコンサルタント 信海 芙美
- 参加費 材料費 350円
- 事業内容 パーソナルカラー診断によって自身に似合う色を知り、日常生活をいきいきと過ごすためのアドバイスをする。
- ま と め

人気が高く即日で定員が埋まった。日常で私たちが目にする物には色がある。身近な所では、服など身に付ける物であるが、肌の色、瞳の色、髪の色などによって、個人で持つ色が違う。

それぞれに色は春夏秋冬に分けられ、それぞれの季節にわけられたカラードレープを参加者一人一人の肩にあててその人が一番輝く季節の色を決めていく。パーソナルカラー診断を受けることによって、自身の持つ色を知るとともに、色が他人に与える影響、印象などを学んだ。お仕事帰りの方にも参加いただけるよう夜間講座とした。

「似合う色」の判断基準

- ① 肌が明るく輝いて見える。
- ② 若々しく見える。
- ③ マイナスイメージを軽減してくれる。
- ④ 眉は濃く、目は大きく、鼻は高く、口は立体的に、顔は小さくみえる。
- ⑤ 信頼できるイメージを作り、個性を引き出してくれる。

夏の風物詩 苔玉のつりしのぶ作り

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 江戸時代から親しまれている釣りしのぶを、苔玉で作る。夏向けのインテリアとして楽しんでいただくとともに夏の風物詩を実際に作ってみる。
- 期 間 令和元年5月30日(木)
- 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 19人
- 講師 みどり屋和草 大島 恵
- 参加費 材料費 1,500円
- 事業内容 夏の風物詩でもある釣りしのぶを作ることによって、土や苔にふれることで癒しの時間を過ごし、作品作りを楽しむ。
- ま と め

申込みから人気が高く、即日で定員に達した。苔玉を作るだけでなく釣って飾る釣りしのぶにしたところに参加者が興味を抱いた様子がうかがわれた。講師の説明が丁寧で分かりやすく、初めて作る方がほとんどであったが、全員時間以内に作り上げることができた。作り方のコツだけではなく、自宅での手入れ方法の説明もあり、満足いただける講座となった。



ボタニカルアート入門

～サクランボを描いてみよう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 以前から要望のあったボタニカルアートを取り上げ、その歴史、描き方の基本を学び、作品を仕上げる。
- 期 間 令和元年5月21日・6月4日・18日の毎週火曜日
(計3回)
- 時 間 午前9時30分～11時30分(計6時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・10人
- 参加者 9人 延べ人数24人
- 費用 300円
- 講師 植物画家、日本清興美術協会会員 兵庫 弘美
- 事業内容 植物を細密に描く植物画を体験する。基本から学び、サクランボの絵を描く。

回	月 日 (曜日)	内 容
1	5月21日(火)	植物画について。塗り方の基本。
2	6月4日(火)	前回の続きと球体の塗り方、影の付け方。
3	6月18日(火)	さくらんぼの絵を仕上げ、額に入れる。

○ま と め

ボタニカルアートとは植物のありのままの姿を植物学的な見地から、正確・細密に描きつつ鑑賞に堪えうる芸術性を持ち合わせた絵画である。朝から大雨で天候が荒れ、3名が欠席というスタートとなった。まず最初にボタニカルアートの説明があり、実際に作業をした。グラデーションのつけ方(ぼかし方)から始め、鉛筆での輪郭取り方、平塗り、重ね塗りの基本を学び、花びらを描いて塗ってみた。初心者が3名参加されたが、講師の適切かつ丁寧で細やかな指導により、全員がさくらんぼの絵を仕上げ、額に入れることができた。アンケートでは細かい、神経を遣う作業であったが、「楽しんできた」という意見を多くいただいた。

ポスチュアウォーキング講座

～目指そう姿勢美人～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 美しい姿勢と歩き方のメソッドを知り、 普段の立ち方と歩き方を見直すことで、歩き方の印象を良くし、健康に良い歩き方を身に付けることで、生活の中に常にエクササイズの習慣を取り入れる。
- 期 間 令和元年6月12日・19日（水）（前2回）
- 時 間 午後1時30分～3時 （計3時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・24人
- 参加者 23人 延べ人数43人
- 講師 ポスチュアスタイリスト 貴島弓雅
- 事業内容 ポスチュアは英語で「姿勢」を意味する。普段の立ち方、歩きを見直して美しい姿勢を身に付け、歩くことによって、身体の痛みや良い筋肉のつき方につなげることが、ポスチュアウォーキングである。身体によい歩き方を身に付けることから始めて通勤・通学・買い物などの移動時間を、エクササイズの時間に変えるようにする。

○ま と め

まず立ち方から学び、姿勢を整えるところから始めた。きれいな姿勢は筋肉を使うため良い姿勢で歩くことは筋肉を作る。ポスチュアウォーキングの基本となるが、これまでの筋肉の使い方に個人差があり、男女でも違いがあるため、講師は参加者一人一人の歩き方を見ながらアドバイスをしていた。2回目では、歩く動作に腕の振りを加えて歩き方を学んだ。腕の振りが加わるだけで、かなり難しい様子だった。家を建てるときに例えると土台が大切であるが、同様に、人が立つとき、身体は足で支えられることから足の位置、開き方など分かりやすく指導いただいた。アンケートでは「普段の歩き方など気を付けるようになった」「姿勢の悩みが減った」などの感想があった。

青春の追憶

～ジョン・レノンとリバプール～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 今なお世代を超えて人気のあるビートルズの軌跡を、リーダーのジョン・レノンにスポットをあてて、その音楽と歴史に触れる。
- 期間 令和元年6月29日(土)
- 時間 午後1時30分～3時 (計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 31人
- 講師 ジョン・レノン・ミュージアム元館長 水澤 順一
- 事業内容 ビートルズのファンのみならず、懐かしい青春時代の名曲に触れるとともにジョン・レノンがメジャーデビューするまでの軌跡とリバプールの町の歴史を音楽と映像でたどる。

○まとめ

ジョン・レノンの故郷リバプールの町の歴史とジョンの育った家や、メジャーデビューするまでの青春時代をジョン・レノン・ミュージアムの元館長である講師の貴重な映像と音楽、オリジナル写真で学んだ。また、講師の経歴ならではのエピソードもあり、なかなか目にするできない資料も展示された。映像とともに厳選された音楽も流され、参加者は講座の世界観に浸ることができた。また、リバプールの町を旅慣れた講師による旅の楽しみ方、巡り方も紹介され、多方面からジョン・レノンとリバプールの町を堪能することができた。アンケートでは「新しい発見が次々とあり、楽しかった」「知らなかったこと、見たことがないことがたくさんあり楽しめた」との感想をいただいた。



ゆかた着付け教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 夏祭りを前に一人でゆかたの着付けができるようになり、日本文化に親しむ。
- 期 間 令和元年6月30日(日)
- 時 間 午後1時30分～3時30分 (計2時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の女性の方・10人
- 参加者 9人
- 講師 着物コンサルタント 飯岡 美絵
- 事業内容 夏祭りの前にゆかたの着装を1日で身に着けます。
- ま と め

夏祭りの季節を迎える前に、着物より簡単に着付けを体験できる、ゆかたの着付け教室を開催した。非常に好評で、申込みは初日で定員に達した。ゆかたの着付けに必要な小物選びから半幅帯のかわり結び、ゆかたと小物のコーディネートを紹介など、着物コンサルタントの講師ならではの講座になった。アンケートでは「とてもよく、分かりやすかった」「家でも練習して着てみたい」「娘に着せてあげられそうです」などの感想をいただいた。日本の文化に触れるとともに参加者が全員、着つけができるようになり、楽しんでいただくことができた。



簡単ビューティメイクレッスン

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 普段のメイクをゴールデンプロポーション(ご自身が一番輝いて見える顔のバランス)にするために簡単なメイクのこつを学ぶ。
- 期 間 令和元年7月28日(日)
- 時 間 午後3時～4時30分 (計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の女性の方・5人
- 参加者 4人
- 費用 1,300円(アイブローペンシル代)
- 講師 ノエビア 岡野由利子
- 事業内容 一人一人に合ったより美しくなるためのバランスのよいメイクポイントをレッスンする。

○ま と め

少人数での開催のため、すぐに定員に達した。一人一人に実際にメイクをしながらの講座であるため、当初同じ内容で2回開催し10人受け入れる予定であったが、講師の都合で1回のみで開催となった。お顔のバランスを整えて、明るく印象の良いメイクのこつを一人一人に丁寧に教えていただいた。内容としては、チークの入れ方、おすすめの眉の形、肌の色に合うリップなどアドバイスをいただいた。アドバイス後、実際に各自でメイクをしていただき、自身の理想のメイクに仕上げていった。参加者は講師の話に熱心に耳を傾け、実践では参加者同士で会話をしながらメイクをしていた。参加者は年配の方が多かったが、若い方に参加していただいても楽しんでいただける内容であると感じた。



日本の名水を旅する

～水にまつわる歴史と伝承～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 大学教授を招き、豊臣秀吉の茶の湯や、磨崖仏と湧水の関係など、日本全国の名水にまつわる歴史や伝承について解説する。
- 期 間 令和元年9月19日(木)
- 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・40人
- 参加者 24人
- 講師 立正大学教授 河野 忠
- 事業内容 不思議な伝承のある名水、湧水を、長年名水を調査してきた研究者である現役の大学教授を招き、おもに、豊臣秀吉の茶の湯の水に関する伝承を中心に写真や水質データを基に解説していただいた。

○ま と め

名水にまつわる歴史と伝承という内容で歴史上の人物にまつわる茶の湯水の逸話と水質について写真資料、水質データ、地図などを用いて解説いただいた。豊臣秀吉が好んだとされる茶の湯水である『太閤水』が存在する太閤井戸など、日本全国に分布している茶の湯水、石田三成の水汲みの井戸、来迎院の茶の湯に水、一年に一度湧くという京都大原の勝林院の茶の湯水などを、写真を見ながら、ユーモアを交えて解説していただいた。中には、特別な許可なくしては立ち入ることのできない井戸の写真もあり、貴重な体験となった。講師は地球環境システム学科の教授ということから、科学的な水質データの提示もあり、茶の湯水(湧水)をテーマに過去から現代にいたる水脈をたどりながら、広い視野での名水を旅する講座となった。ほかには六角井戸と井戸にまつわる伝説、史実、人物、磨崖仏と湧水の関係についてもお話しいただいた。続きを希望の受講者も多かった。



東洋思想入門

～老子を読む～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 東洋思想の源流である老子の残した漢文を読み解き、道や無為自然などの思想について触れ、生き方のヒントにさせていただく。
- 期 間 令和元年9月19日・26日、10月3日の木曜日（計3回）
- 時 間 午後1時～3時（計6時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 27人 延べ人数70人
- 講師 漢文音読の会代表・けんかつ市民講師 小茂田 彰男
- 事業内容 元教員の講師による、老子の人物像に始まり、道、無為、柔弱などの老子の思想を学ぶ。漢文を音読し、読みと内容の意味を読み解いていく。

○ま と め

老子は、中国春秋時代における哲学者である。諸子百家のうちの道家は老子の思想を基礎とするものであり、また、後に生まれた道教は老子を始祖に置く。この講座ではそうした老子とその思想を老子が残したとされる『老子堂徳経』の漢文を音読しながら、解説を交え、「道」「無為自然」「上善如水」などの教えを紐解いた。大変人気のある講座で、申込みは当日で定員に達した。参加者の声をそろえての漢文の音読は、講座の回数ごとに声も出るようになり、声もそろい、参加者の気持ちの変化がうかがわれた。資料も原文だけではなく書き下し文も表記されており、音読に戸惑う人はいなかった。意味も分かりやすく表記されていた。アンケートでは「楽しく受講できた」「声を合わせて文章を読むことが快かった」「自身が如何にありたいかを考えるよい機会になった」など意見をいただいた。



初めての写経体験

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 以前から、要望が多かった写経体験講座を取り上げ、般若心経の写経を体験し、集中力を高めるとともに心穏やかな時間を持つ。
- 期 間 令和元年9月25日、10月2日・9日の水曜日（全3回）
- 時 間 午後1時30分～3時（計4・5時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 38人 延べ人数106人
- 費用 2,000円
- 講師 智遍寺住職 加藤 涼聖
- 事業内容 住職をお招きし、前半は講話、後半を写経の時間とした。般若心経は筆ペンを使用して写経した。写経の作法も住職の修業時代そのままの作法を教えていただいた。
- ま と め

回数	日	内 容
1	9月25日(水)	般若心経について(講話)・なぞり(写経)
2	10月2日(水)	お彼岸と六道(講話)・お手本を見ながら写す(写経)
3	10月9日(水)	修業時代のお話(講話)・紺紙に金のペンで写す(写経)

高野山真言宗の智遍寺の住職に講師をお願いして、前半を住職の講話、後半を写経の時間とした。大変人気が高く、すぐに定員に達し、キャンセル待ちもすぐに埋まった。まず手を洗い、身を清め、手にお香を振りかけて写経を始めた。字に我を出さず、1文字1文字丁寧に書くことによって、1文字1文字が仏さまになり、仏さまと向き合うことになるという話のあと、最後に願意(願い事)を書き入れた。願意も一つは自身のために、一つは他者のために望みや願いごとを決めるということであった。初めて体験される参加者も多かったが、40分間の静かな心地よい緊張感の中で皆さん取り組んでいた。なぞり、書写、最後には紺紙に金文字での写経体験と普段は体験できないことも体験させていただいた。

子育て世代のライフプラン

～さまざまなライフイベントに備える資産形成～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 子育て世代などを対象に、様々なライフイベントにかかるお金について知り、お金の準備の方法を学ぶ。
- 期間 令和元年10月6日・20日の日曜日（全2回）
- 時間 午後1時30分～3時（計3時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方（保育付き）・30人
- 参加者 5人 延べ人数10人
- 保育 0人
- 講師 埼玉県金融広報アドバイザー 池田 洋子
- 事業内容 保育付き講座。ライフイベントにはどのようなものが考えられ、そこではどれだけのお金が動くのかを知り、将来のために資金を準備する方法を学ぶ。

○ま と め

【第1回講座】10月6日（日）
<p>ライフイベント表を作成しよう！</p> <p>① さまざまなライフイベントにかかるお金について考えよう。 住宅取得にかかるお金、教育にかかるお金、将来のセカンドライフにかかるお金について</p> <p>② ライフイベント表を作成しよう</p>
【第2回講座】10月20日（日）
<p>積み立て投資とマネープランを考えよう</p> <p>① ライフイベントにかかるお金の準備の仕方を考えよう 貯蓄と投資の違いと、メリットとデメリット</p> <p>② 株式投資の魅力とリスクについて</p> <p>③ NISA、つみたてNISA、iDeCoの活用の仕方について</p>

埼玉県金融広報アドバイザーの協力をいただき、子育て世代の方向けに、これから資金が必要になるイベントを一人一人がライフイベント表を作成し、資金の準備の仕方、貯蓄と投資の違い、それぞれのメリットとデメリットを学習した。定員を大幅に割ってしまった反省点は残るが、参加者は非常に真剣に説明に聞き入っており、アンケートでも「積み立てNISAの口座はあるが、使っていなかったのでやる気になった」「詳しく説明していただきよくわかった」など前向きな意見をいただくことができた。

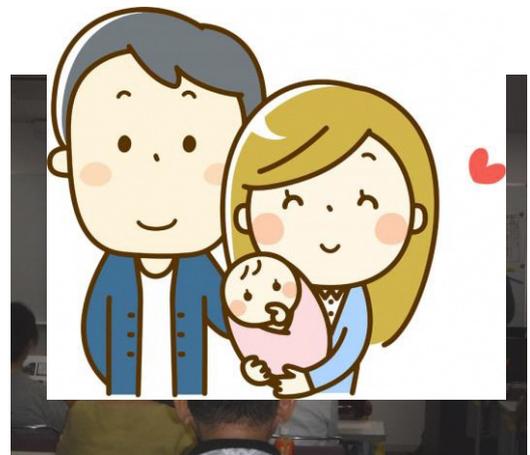
アドラー心理学で学ぶ子育てのヒント

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 アドラー心理学の考え方を応用した、子供の行動を変える声掛けの方法について学び、子育てに活かしてもらう。
- 期 間 令和元年10月23日（日）
- 時 間 午前10時30分～正午（計1.5時間）
- 対象・定員 市内在住及び在勤の小学校低学年までの子様をお持ちの方・20人
- 参加者 7人
- 講師 信海 芙美
- 事業内容 アドラー心理学を基にした「声掛け」を学び、親から子どもへの伝え方を変えることで子どもの行動を変えるヒントにする。

○ま と め

昨今ブームとなったアドラー心理学。「ほめない、叱らない、勇気づける」がメソッドとなっている。この講座では、子どもが小学校低学年の保護者を中心に、アドラー心理学に基づいた子育ての方法を学び、日々の子育ての悩み、疑問の解消のヒントとしていただくことを目的とした。子どもへの声掛けの仕方一つで子どもの行動が変わり、親子関係、子どもの社会との関係も変わってくる。また、「人の行動には目的があり、感情にも目的がある」という考え方から、原因で考えるのではなく、どうしたいのか目的を訊ねることで答えにつながる解決方法を親子で導き出していくというお話を分かりやすく解説していただいた。少人数であったため、講師が参加者一人一人の子育ての悩みや、疑問に対応することができた。アンケートでは「とても分かりやすく楽しかった。今後役立てていきたい」「とても励まされた。自分自身を振り返り、余裕をもって、子ども達に勇気づけの言葉をかけていきたい」など、前向きな感想をいただいた。



ハロウィンのデザート作り

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 ハロウィンにちなんだカボチャを使ったデザートを作り、多世代での交流の場、お母さん同士の情報交換とする。
- 期 間 令和元年10月25日(金)
- 時 間 午前10時～正午 (計2時間)
- 対象・定員 市内在住及び在勤の方・20人
- 参加者 12人
- 保育 3人
- 費用 材料費 1,000円
- 講師 MINTOBOXカフェ 鷺田 夢子
- 事業内容 子どもに喜ばれる、蒸さないプリンと立体クッキーを作る。
- まとめ

ハロウィンにちなんで、かぼちゃを使ったデザートを2品作った。1品は蒸さずに作るぷるぷるプリン、2品目はかぼちゃの立体クッキーを作った。蒸さずに作るぷるぷるプリンのかぼちゃを使用していないが、蒸さずに、卵も白身と黄身を分けることなく、材料を混ぜてゼラチンで固めるため簡単に作る事ができる。2品目のかぼちゃの立体クッキーは、型抜きで平面のクッキーではなく、生地を丸めてかぼちゃの形にした立体型のクッキーを作った。丸めた生地にはヘラで線を入れてかぼちゃの形にした。抹茶を混ぜた緑の生地と黄色い生地をくるんだクッキーは切ると切り口は黄色のかぼちゃに、緑の皮のグラデーションができ、見た目も楽しむことができた。参加者は各々が楽しみながら協力して、何とか時間内に2品作ることができた。余裕を持った講座にするためには調理の講座は3時間枠が必要であると感じた。



ふるさとキッチン

～体をととのえる薬膳料理～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 薬膳料理を学び、季節にちなんだ料理作り、健康に良い料理作りを通して交流を持ち、料理の基本を学ぶ。
- 期 間 令和元年10月29日（火）
- 時 間 午前10時～午後12時30分（計2.5時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・25人
- 参加者 23人
- 講師 ままごとキッチン 前田 純子
- 参加費 材料費 800円
- 事業内容 薬膳料理2回開催のうちの1回目。冬を迎える前に身体をととのえるための薬膳料理を学ぶ。
- ま と め

申込み受付時から好評で、申込みはすぐに定員に達した。講師の指導の下、参加者が協力して和気あいあいと料理を作り、作る過程も試食も楽しんでいただけた。薬膳料理の季節でいうと冬の薬膳になり、この時期に採れる色々な色彩の食材を利用して料理を作った。食材の意味、この食材を使用する意味の解説もあり、参加者は熱心にメモを取っていた。

<メニュー>

- ・薬膳スープ・カボチャのプリン・豚肉、さつまいも、かぼちゃの蒸し煮・きのこのおこわ・季節の煮びたし



ふるさとキッチン ～親子で米粉料理～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 管理栄養士の指導の下、食育をメインとした料理の講座を行い、親子で食の大切さについて学ぶ。
- 期 間 令和元年11月30日(土)
- 時 間 午前10時～午後1時(計3時間)
- 対象・定員 市内在住又は在学の小学生以上の子及びその保護者
15組
- 参加者 24人
- 講師 埼玉県栄養士会 松前 節子
- 参加費 材料費 1組1,000円
- 事業内容 食育講座として全てのメニューに米粉を使った料理を親子で作る。

<メニュー>

- ・米粉のすいとん・米粉を使った唐揚げ
- ・米粉の蒸しパン・米粉を使ったイチゴのムース

○ま と め

親子で作る、食育講座も兼ねた米粉を使った料理教室。講師の指導は手際が良く、すいとんの出汁はかつおぶしと昆布で丁寧に取られ、親子で出汁の取り方から教えていただいた。1台の調理台を3家族で使用したが、参加者それぞれが協力して和気あいあいと料理を作り、試食も楽しんでいただけた。米粉から4種類のメニューを作ることができ、また、そのおいしさに参加者は驚いていた。親子で協力しての作業も楽しかったという感想をたくさんいただいた。



ふるさとキッチン ～クリスマスのごちそう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 クリスマスのパーティー料理にもなる普段よりワンランク上の料理を作り、参加者同士交流しながら料理のこつを学ぶ。
- 期 間 令和元年12月16日（月）
- 時 間 午前10時～午後1時（計3時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方 20人
- 参加者 18人
- 講師 さまごとキッチン 前田 純子、埼玉県栄養士会 松前 節子
- 参加費 材料費 800円
- 事業内容 クリスマスの特別な料理を簡単に短時間で作る方法を教えていただく。

＜メニュー＞

- ・豚の塩釜焼・三色ロールケーキ
- ・クラムチャウダー・パン

○ま と め

季節感の感じられる料理ということでクリスマスにふさわしい、普段より少しおしゃれな見栄えの良い料理を教えていただいた。申込みはすぐに定員に達した。豚の塩釜焼は鯛の塩釜焼の応用で、クリスマスらしく肉料理にした。ケーキも含めてスープとパンの4品を2時間で作り上げることができた。参加者にはメニュー、作り方の手軽さ、味ともに満足いただいた。



ふるさとキッチン ～身体を温める薬膳料理～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 健康に留意した薬膳料理の2回目を、季節の食材を使用して作り、参加者の交流の場とし、料理の向上につなげる。
- 期 間 令和2年1月20日(月)
- 時 間 午前10時～午後1時 (計3時間)
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・20人
- 参加者 18人
- 講師 ままごとキッチン 前田 純子
- 参加費 材料費 800円)
- 事業内容 寒い冬を乗り切るための薬膳料理を教えていただく。身体の中から温まる食材を使用して、健康に冬を過ごすことができるメニューを参加者で作る。

メニュー
 ・肉まん・薬膳スープ・杏仁デザート
 ・おこげ料理

○ま と め

季節の食材を使用して、身体にやさしい薬膳料理を教えていただいた。人気のある講座であるため、即日定員に達した。大人の方のためのキッチンも今年度は3回目となり、参加者同士も顔なじみが増えた。料理を作り、試食しながら会話が弾んでいた。



着物着付け教室

～初心者向け～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 普段着としての着物の着こなしを基礎から身につけ、日本文化に触れる。
- 期 間 令和元年10月26日～令和2年1月25日（第4土曜日）
12月21日のみ第3土曜日（全4回）
- 時 間 午後6時～8時（計8時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の女性の方・5人
- 参加者 5人 延べ人数15人
- 講師 着物コンサルタント 飯岡 美絵
- 事業内容 着物を普段から楽しむことができるように、着物の着付け、小物選び、帯の変わり結びなどを、初めての方にやさしく教える。

回	日	内 容
1	10月26日（土）	着物の着付けに必要な小物などの説明。着物を着る時の流れ。
2	11月23日（土）	着物と、襦袢の着方、半幅帯の結び方。
3	12月11日（土）	半幅帯の結び方。
4	1月25日（土）	帯揚げ、帯締め結び方。総復習

○ま と め

かしこまらずに普段着使いで着物を着てみたいという方から家の箆笥に眠ったままの着物をもう一度来てみたいという方まで、初心者向けの少人数での講座である。4回にわたり、基礎から丁寧に教えていただき、皆さん着ることができるようになった。



赤ちゃんといっしょ♪楽しい骨盤調整ヨガ

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 産後に開いた体、特に骨盤周りを矯正して、産前の引き締まった体を目指す。
- 期 間 令和元年11月12日、26日、12月10日（毎週火曜日）
（全3回）
- 時 間 午前10時～10時45分（計2.25時間）
- 対象・定員 3ヵ月～入園前の子どもと母親・10組
- 参加者 8組 延べ人数38人
- 講師 mimiyoga教室主催 三浦 みいみ
- 事業内容 産後開いた骨盤周りを引き締めて、産前よりも引き締まった体を目指す赤ちゃんと一緒に参加できる、やさしいヨガレッスン。
- ま と め

つらいヨガポーズはほとんどなく、講師の丁寧なレッスンにヨガ経験がほとんどない方にも毎回楽しんでいただくことができた。また、お子さんと一緒に参加できるため、お母さんは安心して楽しく参加できた面も感じられた。体験後も引き締め効果だけではなく、身体が疲れにくくなり、筋肉がつくなど体感でき、無理なく体を鍛え、整えることができる内容だった。参加者からは、再度の開催を望む声が多く聞かれた。



にいざフォトクラブ ～紅葉を写す～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 プロの写真家に技術やコツを教えていただき、実際に撮影に出かける。
- 期 間 令和元年11月14日・21日・28日の木曜日（全3回）
- 時 間 午前10時～正午（計6時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・20人
- 参加者 3人 延べ人数9人
- 講師 日本写真講師協会（JP10）認定フォトインストラクター
伊藤 宏美
- 参加費 11月21日のみ現地集合、解散のため実費
- 事業内容 カメラの基本を簡単に楽しく学ぶ。コンパクトカメラから一眼レフまでお手持ちのカメラで光を上手に扱うコツや主役を際立たせる構図の取り方を学び、実際に紅葉を撮影する。

回	日	内 容
1	11月14日（木）	撮影の基本を学ぶ（撮影モード・露出補正・ぼかすポイント）
2	11月21日（木）	川越 喜多院での紅葉撮影（現地集合・解散）
3	11月28日（木）	前回撮影した写真の講評会

○ま と め

昨年度に引き続き今年度は紅葉の撮影を行った。前回は好評で参加者は多かったが、今年度は3人という結果になった。講師は、自身で撮影するだけではなく、指導に定評があり、少人数の参加であった事により、参加者一人一人が細かく指導いただくことができた。参加者それぞれの手持ちのカメラでの学習もカメラの種類ごとに丁寧に教えていただいた。露出補正で明るさを変える方法や、絞りの数字の大きさを変えることでぼかしのイメージを変える方法を教えていただいた。喜多院での撮影は講師が一人一人に付き添いながら、撮影のポイントを指導した。参加者同士でレンズの貸し借りをしたり少人数での撮影のためアットホームな雰囲気の中で撮影することができた。



トラベル英会話教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 当館利用のサークル団体に協力いただく講座。英会話の中でも昨今の海外旅行者の増加を考え、海外旅行を楽しんでいただくため、トラベル英会話の教室とした。
- 期 間 令和元年11月22日・29日・12月6日の金曜日(全3回)
- 時 間 午後1時～2時30分 (計4・5時間)
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・20人
- 参加者 20人 延べ人数50人
- 講師 ピーターラビット、ピーターズファミリー講師
ピーター・チャムリー
- 事業内容 当館御利用のサークル団体に講師の協力をいただき、空港、ホテル、レストランで役立つフレーズを中心に海外旅行をより楽しむことができるための英会話を学ぶ。

○ま と め

講師は日本での生活も長く、日本語も堪能なため説明は分かりやすかった。テキストは講師の手作りで、初回は空港編で税関での会話、2回目はレストランでのウェ이터との会話、最終回はホテルでのフロントとの会話を教えていただいた。短い時間の中で、会話が中心の講座だったが、一人一人テキストを読み、穴埋め問題の穴埋めをし、会話の内容も6パターンほどあった。実際に各自が役割を演じての実践に近い会話もあり、参加者同士で学習する場面も多かった。講師のアイデアを活かした講座内容に、楽しく参加できた受講者が多かった。しかしながら、初級英会話での参加者募集は、内容的には難しい内容もありハードだったとの意見もいただいた。今後の募集時の検討内容となった。



Wordでつくるおしゃれなチラシ講座

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 普段パソコンで使用しているWordの機能を活かして使用していない機能を学ぶことでパソコンのレベルアップにつなげる。
- 期 間 令和元年11月27日・12月4日・11日の水曜日（計3回）
- 時 間 午前10時～正午（計6時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・20人
- 参加者 19人 延べ人数54人
- 講師 （有）ルートリンクス インストラクター 松岡 真澄
- 参加費 テキスト代 800円
- 事業内容 Wordの機能を活かしておしゃれなチラシの作り方を学ぶ。
- ま と め

自身で一からのチラシ作りではなく、インターネット上で無料配布されているテンプレートを使用して簡単に高品質なチラシ作りの方法を教えていただいた。テンプレートを使用して、あらかじめ入っている写真、文字を編集する。文字入れはテキストボックスかワードアートを使用して、後で自由にレイアウト変更ができる。参加者はパソコンの使用経験のある方がほとんどであったが、タイトル文字の装飾の袋文字は上手に重ねることが難しい様子だった。文字、画像の編集、レイアウトなど、普段は使用することがないワードの機能の使用法を教えていただき、ワードの世界が広がった。参加者は、講座後も熱心に質問される方が多く、パソコン講座に対しての関心の高さを感じた。



ふるさと歴史ウォーキング ～旧川越街道と大和田宿～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 新座市の学芸員であった講師と新座の史跡を巡り、お話を伺いながら、郷土の歴史に親しむ。
- 期 間 令和元年12月8日・15日の日曜日（計2回）
- 時 間 午前10時～正午、15日は午後1時まで（計5時間）
- 対象・定員 小学校高学年以上の方・各20人
- 参加者 13人 延べ人数 25人
- 講師 元新座市学芸員 斯波 治
- 事業内容 鎌倉時代から続く大和田周辺の民話・伝承をもとに歴史について学び、郷土史の専門家と一緒に現地を歩きながら、実際に説明を受ける。

○ま と め

川越街道・大和田宿に関する歴史を学んだ。初回は座学、2回目に座学で紹介された地域の場所を巡り、講師に案内、説明をいただいた。新座市にはたくさんの民話があるが、その中で大和田地区の民話を学んだ。座学では、大和田地区の民話をお話しいただくとともに、新座市に残るこの地域の一番古いとされる地図を見ながら、大和田地区の歴史についても説明をいただいた。2回目の講座では、鬼鹿毛の馬頭観音、普光明寺の引導地蔵、普光明寺地蔵堂の千体地蔵などの伝説の地を回りながら、二陵墓の形をとるためにあるはけ上の陵や中野の龍王、中野の富士塚、氷川神社にも回り、話をしていただいた。中でも2か所ある陵墓のうち今回訪れた、はけ上の陵は、現在でも昔からの姿のまま残されており、大和田地域の開発に伴いその姿を変える可能性もあり、大変貴重な体験となった。次回を希望する意見も多く、次年度も企画をしたい講座である。



ママのための茶道体験教室

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 日本のお茶文化である茶道を、普段子育てで忙しいママ達に気軽に、日常を忘れて体験する機会を提供する。
- 期 間 令和2年1月17日（金）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 2歳から就学前の子どもと母親・10人
- 参加者 3人
- 保育 1人
- 講師 大日本茶道学会正教授 小糸 仙智
- 事業内容 茶道を気軽に体験し、子育てママにリフレッシュと日本文化体験の機会を提供する。

○ま と め

床の間の拝見、掛け軸の説明から始まり、お茶のいただき方、お菓子のいただき方、和菓子の楽しさ美しさについて教えていただいた。参加人数が少なかったため、一人一人がお盆の上でお茶を点てていただく略盆点て、通常のお点前をする方、いただく方と両方体験していただくことができた。お点前に必要な知識を教えていただくとともに、略盆点ては家庭で、お一人でも手軽に点てていただけるので家庭でも点てていただき楽しんでいただければと思った。アンケートでも「貴重な体験ができた」「ゆったりとした時間が持てた」との意見をいただいた。



子どものための睡眠講座 ～乳幼児の睡眠と生活リズム～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 保育園、幼稚園入園前の乳幼児を中心に質の良い睡眠をとるための生活リズムを教えていただき子育ての一助とする。
- 期 間 令和2年2月8日(土)
- 時 間 午後1時～2時30分 (計1.5時間)
- 対象・定員 0歳から小学校入学前の子ども保護者の方・20人
- 参加者 7人
- 保育 0人
- 講師 +Sleep代表、NPO法人 赤ちゃんの眠り研究所理事
鶴田 名緒子
- 事業内容 子どもがすくすくと育つための睡眠についての知識を学ぶ。
- まとめ

睡眠のメカニズム、体内時計の仕組み、乳幼児期から考える生活リズム、朝食の大切さ、「睡眠日誌」の記録方法とポイントについてお話いただいた。眠りの仕組みを知ることで、睡眠中のレム睡眠、ノンレム睡眠のどの部分で成長ホルモンが最大となるのか(ゴールデンタイム)を知ることで、「寝る子は育つ」の文字通り大きく成長を促すことができる。また、睡眠不足になると前頭前野の働きが鈍くなるため、必要な睡眠時間がしっかりと確保された睡眠は、心の穏やかさを作る眠りとなるそうである。また、睡眠不足は脳の発達に悪影響であり、将来認知症のリスクが高くなることなどから年齢に応じて睡眠をたっぷり取ることがいかに大切かをお話しいただいた。また、保育園、幼稚園入園前の保護者にとっては、睡眠時間を確保し、質の良い睡眠を取らせつつ毎日決まった起床時間を確保することは難しく、体内時計を起床時間に合わせるための睡眠日誌の付け方なども指導いただいた。少人数での参加であったため、一人一人の質問にも説明いただき、参加者には満足いただける講座となった。

決算書から読み解く会社の仕組み ～はじめての財務諸表～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 会社四季報を読み解くために、財務関係書類の読み方を基礎からやさしく学ぶ。
- 期 間 令和2年1月26日・2月9日・3月1日の日曜日（全3回）
- 時 間 午後1時30分～3時（計4.5時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・20人
- 参加者 22人 延べ人数57人
- 講師 埼玉県金融広報アドバイザー 池田 洋子
- 事業内容 決算書類や会社四季報など、財務関係書類の読み方を基礎からやさしく学ぶ。

回	日	内 容
1	1月26日（日）	(1) 会社の仕組み～株式会社についての基礎知識 (2) 会社の仕組みと目的 (3) 財務諸表の作成対象となる期間（会計期間） (4) 3つの財務諸表とは？ (5) 損益計算書の見方
2	2月9日（日）	(1) 貸借対照表の見方 (2) 株価指標 (3) 財務指標
3	3月1日（日）	(1) キャッシュフロー計算書 (2) 決算短信の見方

○ま と め

初めの方にも「会計の仕組み」や「決算書の見方」の基礎が学べるための講座として計画した。人気の高い講座となり、即日で定員に達した。会社四季報を理解するために会社が公開している財務情報から会社の現状を把握し、これから未来を読み取るために会計の基礎を教えていただいた。聞きなれない専門用語が多くあるが、決算書の見方を学んでいただき、身近に感じていただくことができた。

仕事と介護の両立支援セミナー ～目指そう介護離職ゼロ～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 仕事を辞めずに介護をするための制度、心構えを事例紹介とともに説明いただき、仕事と介護の両立のためのヒントにしていただく。
- 期 間 令和2年2月15日（土）
- 時 間 午後1時～3時（2時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・40人
- 参加者 3人
- 講師 日本ホームヘルパー協会東京支部理事 加藤 均
- 事業内容 介護保険制度について、申請の窓口、認定までの流れなど地域包括支援センターの業務に関しても基本的なことを教えていただき、サービスの内容を知ること、介護についての負担を少しでも軽減するためのヒントにいただいた。
- （1）無理せず、仕事を辞めずに家族の介護をするには
（介護保険制度の概要、サービス内容）
 - （2）親の介護について
（親を介護する立場になった時のために、話し合いをし、どのような介護を望んでいるかを知ること。）
 - （3）ご自身の介護予防について
（ご自身が要介護状態にならず、健康寿命をのばすために）
 - （4）事例紹介
（介護サービスを利用して離職せずに済んだ事例、離職した事例）

○ま と め

自身もヘルパー事務所をお持ちの介護の専門家にお話いただいた。介護保険制度の仕組みなどを、法制度の説明から地域包括支援センターの役目、サービス内容、また、要介護の段階によるサービスの内容、受け入れ先などを基本的なことから丁寧に教えていただくことができた。事例からは、一人一人の意見や考え方もうかがうことができ、自身の介護についても考える機会になった。

味噌作り体験ワークショップ

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 茹でた大豆を使って味噌をつくる工程を体験する。
- 期 間 令和2年2月17日（月）
- 時 間 午後1時～3時30分（計2.5時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・16人
- 参加者 16人
- 講師 H i n a c a f e 杉本 寧子
- 参加費 材料費 1,500円（持ち帰り容器込み）
- 事業内容 あらかじめ茹でてある大豆を使って、約4キログラムの味噌作りを気軽に体験する。

○ま と め

本格的に作ると時間がかかる味噌作りを、あらかじめ茹でた状態の大豆から作ることで手軽に体験していただいた。大豆をつぶしたりと力のいる作業はあったが、参加者は協力して楽しそうに作業していた。講師の説明、手順も丁寧で分かりやすく、時間内で各自の持ち帰り分を作り、持ち帰ることができた。保存方法も説明いただき、最後は、講師にお持ちいただいたアレンジした味噌の試食もあり、出来上がってからのアレンジも楽しみのひとつとなったのではないかと思う。人気が高く申込みは当日で定員に達した。

ママもシニアも主役

～コミュニティビジネス入門講座～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 地域を活性化するためのアイデアを事業として実現するためのノウハウを教えてください。
- 期 間 令和2年3月6日・13日の日曜日 (全2回)
- 時 間 午前10時30分～正午(2時間)
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・40人
- 参加者 4人 延べ人数8人
- 保 育 0人
- 講 師 BABA lab/シゴトラボ合同会社 代表 桑原 静
- 事業内容 地域が必要としていることを事業として実現するためにコミュニティビジネスの始め方、運営の方法を学ぶ。

＜カリキュラム＞

- (1) コミュニティビジネスとは？
- (2) 事例の紹介
- (3) コミュニティビジネスとビジネスの違い
- (4) 地域のネットワークづくり
- (5) 計画書の作り方

○ま と め

講師は企業のコミュニティサイトの企画・運営に携わった後、NPOで地域のコミュニティ構築支援を行っており、「地域にあったらいいな」から始めてコミュニティサークルではなく、ビジネスにするための立ち上げ方、基本的な課題、資金、ネットワークづくりなど、事例を紹介しながらお話しいただいた。新型コロナウイルス対策のため、予定していたグループワークはできなかった。2回に分けて行ったが、1回目は、参加者に地域の課題を挙げてもらい、参加者一人一人の思いをコミュニティビジネスの形にするためのネットワークづくりとその活用法をお話しいただいた。2回目は実際にビジネスとして始めるに当たっての資金、企画などの課題についてお話しいただいた。参加者各々の思いが形として見えてくる講座で、起業を考えている方にもそうでない方にもためになったという感想をいただいた。

鯉のぼりのリースづくり

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 多年代の参加者が集まり、一人一人が作品を作りながら交流するための機会を提供する。季節に即したクラフト制作を通して歳時記を楽しむ。
- 期 間 平成31年4月20日（土）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 市内在住及び在学又は在勤の方・15人
- 参加者 6人
- 講師 クラフトクリエイター 牧島 幸子
- 参加費 材料費 900円
- 事業内容 スチロールのリース型に縮緬を巻いて土台を作り、縮緬でつくった鯉のぼりや、藤の花を飾り付け、5月の節句にちなんだリースを作る。

○ま と め

スチロールのリース型に短冊に切った縮緬を巻いてリースの土台を作った。その上に押絵の鯉のぼりを飾り、仕上げにつまみ細工でつくった藤の花を飾り付けた。五月の節句に合わせた作品作りをした。あらかじめ、台紙、布は形に切ったものがあり、土台に使用する布も切って裏に両面テープが貼ってあるなどキットで用意されており、参加者は隣同士で話をしながら、穏やかな雰囲気の中で作品を作りあげることができた。



まちかどサイエンス

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 子どもから大人まで、身近な不思議を科学の観点から解説していただき、実験を通して実体験する。
- 期 間 令和元年6月1日(土)、7月21日(日)、10月20日(日)、令和2年1月26日(日) (全4回)
- 時 間 午前10時～正午(1回目、3回目)
午後1時～3時(2回目、4回目) (計8時間)
- 対象・定員 小学校3年生から大人まで・15人
- 参加者 延べ人数32人
- 講師 埼玉たのしい科学ネットワーク 小林 真理子
- 参加費 材料費 300円
- 事業内容 おはなしと実験、工作で身の周りの不思議を科学的に解き明かしていく。

回	日	内 容
1	6月1日(土)	見える?見えない紫外線!
2	7月21日(日)	ふしぎ魔鏡を作ろう
3	10月20日(日)	食べ物とイオン
4	1月26日(日)	煮干しの解剖実験教室

○ま と め

1回目は科学講座として、身近に存在しているが見ることのできない紫外線の不思議を講義と紫外線チェッカーを使った実験で目に見える色で探っていった。2回目は金属の板を磨いて鏡にし、鏡の面には何も無いのに鏡で光を反射させて壁や天井に文字や像を映し出す魔鏡を作り、光の不思議を探った。3回目は、食べ物の中にあるマイナスイオンについて電球を使って灯りをとることで目に見える形で探索した。4回目は煮干しの解剖実験を通じて、海の生き物の生理生態や、進化の秘密を探った。毎回違ったテーマで実験や物作りを通じて科学の実験をした。



ストップ温暖化！省エネ大作戦

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 環境にやさしい生活スタイルを身につけるために、地球温暖化の基本的な知識や、家電製品の使用エネルギーの測定を行い、エコな暮らし方について学ぶ。
 - 期 間 令和元年7月15日（月）
 - 時 間 午前10時00～11時30分（計1.5時間）
 - 対象・定員 小学校3年生以上の方（小学生は保護者同伴）・16人
 - 参加者 6人
 - 講師 消費生活アドバイザー 坂根 裕子
 - 事業内容 ①なぜ省エネが必要なのかをクイズで学ぶ②いつも使っている電気製品の消費電力を測る。③家庭でできるエコについて学ぶ。
- ま と め

省エネをするのは何のためか、電気の消費量を電気ストーブ、電球、掃除機、ヘアドライヤーなどの家庭用電化製品の電力使用量をワットアワーメーカーを使って計測し、普段どれくらいの電力を消費し、電力消費がどれくらいCO₂を増やし、地球温暖化につながるか、実験とクイズで分かりやすく説明いただいた。募集人数での参加がいただければ、グループでの実験であったが、参加者が少なかったため一人ずつ実験をすることができた。地球の将来を守るために、一人一人が普段の生活から始めることができる小さなことを学ぶことができた。小学生向けの講座ということで、パワーポイントと紙の資料は漢字に全てルビがふってあり、説明も分かりやすく、参加者からは「分かりやすく楽しかった」「今自分がしなければいけないことが分かった」などの感想をいただいた。



風鈴の絵付け体験講座

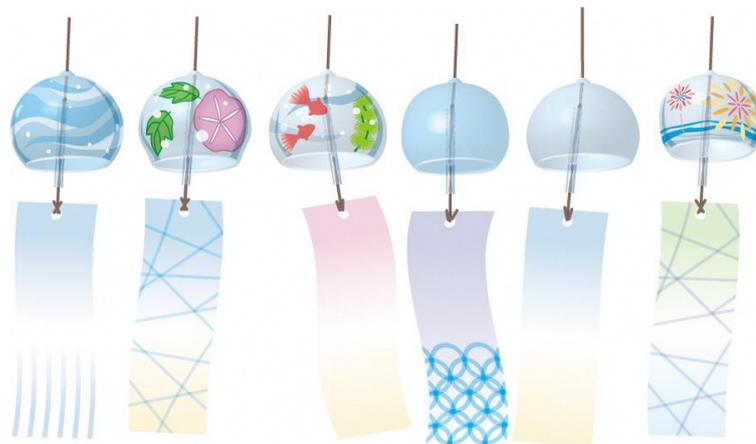
〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 夏休みの家庭学習の一つとして小さなお子さんから大人まで家族でも参加いただける手作り講座として企画した。
- 期 間 令和元年7月27日(土)
- 時 間 午後1時～3時 (計2時間)
- 対象・定員 5才から大人の方(小学生以下は保護者同伴)・20人
- 参加者 15人
- 講師 クラフトクリエイター 牧島 幸子
- 参加費 材料費 400円

- 事業内容 透明なガラスの風鈴に、アクリル絵の具を使って思い思いに絵や模様を描き、自分だけのオリジナルの風鈴を作る。

○ま と め

小さなお子さんから大人の方まで、付き添いの保護者を含めると21名の人数となった。絵の具はアクリル絵の具を白、赤、黄、青、緑の5色に金、銀を用意した。色の組み合わせでたくさんの色を作ることができるため、図案を考えた後色を作っていた。絵筆は持ち物として号数を指定した上で持ってきていただいたが、風鈴の内側に絵を描いていくため筆での絵付けは難しく、館で用意した綿棒で上手に簡単に描くことができた。なかなか図案が決まらず、描けないお子さんも何人かいたが講師の声掛けで全員が作品を仕上げ持ち帰ることができた。アンケートでも「楽しかった」「またやってみたい」「子どもと一緒に体験できてよかった」という感想をいただいた。夏休みの楽しい思い出の一つを提供できたのではないかなと思う。



日本近代史に見られる妖怪

～遠野物語や宮沢賢治作品から読み解く～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 大学の講師派遣事業の協力の下、現役の大学教授の専門分野の授業を受ける。
- 期 間 令和元年8月31日（土）
- 時 間 午後1時30分～3時（計2.5時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・40人
- 参加者 34人
- 講師 東洋大学教授 高橋 直美
- 事業内容 柳田國夫と宮沢賢治の両作品を比較しながら、妖怪をキーワードに各作者の世界観を地域性・時代性を踏まえ解説する。

○ま と め

今年度も東洋大学社会貢献センターの講師派遣事業にご協力いただいた。柳田國男と宮沢賢治という岩手県にゆかりの2人の文学作品を通して、『遠野物語』と宮沢賢治の作品に共通する「雪女」や「座敷わらし」などの「妖怪」がどのように作品中でえがかれているのかを作者の異界への認識や、哲学思想を地域性や時代性を踏まえながら考察した。柳田國男の『遠野物語』からは、座敷わらしと雪女が登場する原文から、宮沢賢治は『ざしき童のはなし』の原文から、妖怪の中でも「雪女」と「座敷わらし」の話をメインにして、神様と妖怪の関係、作者2人の妖怪に対する考え方の共通点や遠野地方の自然に根付いた信仰と人の姿をした妖怪、動物の姿をした妖怪など、信仰と神様と妖怪の関係をお話しいただいた。妖怪が神の零落した姿であり、そこには人間の神への信仰心が大きく関係してくるなど興味深いお話もあった。そして、柳田國男、宮沢賢治ともに、妖怪に対しての共通点がそこに感じられる愛情であるという部分に温かさを感じた。大きなテーマであり、時間が少ないと感じた参加者も多かったが、妖怪を悪い者、怖い者という考え方は皆さん変わられたのではないかと思う。



避難所運営ゲーム HUG

～防災を楽しく学ぼう～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 昨今、様々な災害により、5段階の避難勧告がテレビ、ラジオ、防災無線等で呼びかけられ、避難所避難を判断する場面が増えてきた。防災を正しく学び、いざという時に備えるために、避難所の運営を専門のカードゲームで学ぶ。
- 期 間 令和元年9月7日（土）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 小学校4年生から大人まで・20人
- 参加者 5人
- 講師 新座市危機管理課職員
- 事業内容 HUGゲームを行い、災害時の避難所運営を模擬体験し、防災に対する理解を深める。

○ま と め

H（避難所）U（運営）G（ゲーム）とは、自分が、実際に避難所の運営スタッフとなったときに、どのように対応したらよいのかをカードゲームを使用して楽しく学ぶことができるゲームです。通常4名1チームで意見を出し合いながら、カードに書いてある内容によって避難所での部屋割りを考えたり、実際に起こりうる様々な状況への対応策を考えます。カードには例えば、「乳児を連れた避難者です」「日本語が全く話せない20代男性」という内容があります。ゲームでは避難所の区割りを考えるだけではなく、仮設トイレの設置場所、炊き出し場所、対策本部、駐車場、ペットを保護する場所などを決めていきます。

参加者が集まらず、当日急遽ロビーで声掛けをした。結果5名1チームでの作業となった。小学生から60代までと幅広い年代でのグループ構成となり、最初は初対面での戸惑いもあったが、作業を進めるうちに色々な意見が出始め、市の職員の協力と指導の下、一人一人が真剣に取り組むことができ、臨場感のある良い講座となった。実際に避難所運営には誰もがかわることではないが、自身が避難者になり得ることはあり、この講座に参加することで、避難所運営に協力するヒントとなってくれればと思う。

ロビーイベント

～ゾウキリンのマグネットづくり～

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 普段、人が行き交い休息の場所になっているロビーを会場にして多くの来館者に参加していただくために物づくりのイベントを行う。
- 期 間 令和元年8月24日(土)
- 時 間 午前10時～正午 (計2時間)
- 対象・定員 ふるさと新座館のロビー利用者・30名
- 参加者 24人
- 講師 クラフトクリエイター 牧島 幸子
- 事業内容 新座市民に親しまれているゾウキリンを題材にした工作講座。スポンジを貼った厚紙を縮緬で包み、押絵風のゾウキリンの裏にボンドでマグネットを貼りつけた。

○ま と め

昨年引き続きゾウキリンのキャラクターを使用した作り物をイベントとして行った。事前に細かい作業は講師がキットを作っており、参加者はボンドで貼りつけるだけの作業となった。就学前の小さなお子さんから年配者まで、幅広い年代の方に参加していただき、楽しみ喜んでもらうことができた。また、市民にとって、ゾウキリンのキャラクターはとても親しみがあり、人気も高く、キットの入った袋がそのまま持ち帰りの袋となり、参加者は大切に持ち帰った。次年度も何回かロビーイベントを企画する際には、ゾウキリンの企画を組みたいと思う。

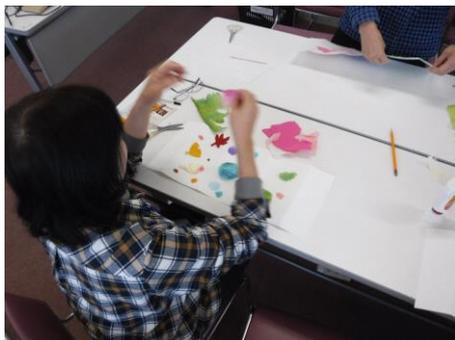


やさしく照らす和のあかりワークショップ

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 季節のクラフトづくりを体験し、季節ごとの行事を願みながら参加者同士で交流を持つ。
- 期 間 令和元年11月17日(日)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤及び在学の方(小学生は保護者同伴)・
12人
- 参加者 9人
- 講師 光のアトリエ Papermoon 冬野 朋子
- 参加費 2,700円
- 事業内容 本格的な、長く使える角あんどんを手作りするワークショップ。配線工事や和紙のデザインなどを体験する。
- まとめ

竹を原料にした丈夫な和紙をあんどんの本体に使用し、様々な種類と色の和紙を飾りに使用して長あんどんを作成した。家庭でも長く使える本格的な角あんどんで、電気配線から部品を組み立て、文字通り手作りの和のあかりづくりとなった。和紙での模様付けは、個性豊かでさまざまな作り方の色とりどりの和紙を使用し和紙の美しさに魅了された。普段体験することのないDIYの作業もあり、大人も子どもも楽しめる講座となった。出来上がった後は、点灯式を行い、温かな和のあかりに包まれて心も温かくなった。



クリスマスのかわいいイラストを描こう

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 年齢制限なくどなたにも参加いただき、簡単なイラストの描き方を学んで日常生活で活用し、活動の幅を広げてもらう。
- 期 間 令和元年12月14日(土)
- 時 間 午前10時～正午 (計2時間)
- 対象・定員 市内在住及び在勤又は在学の小学生以上の方・20名
- 参加者 13人
- 講師 イラストレーター 竹永 絵里
- 事業内容 プロのイラストレーターの指導により、クリスマスのポストカードとして使えるかわいいイラストの描き方を実習する。

○ま と め

プロのイラストレーターによるイラストの描き方、簡単に描くことができるコツを教えてくださいました。滑らかに筆運びができるゲルインクボールペンを使用して色々な種類の線の描き方から教わった。それから、丸、三角、四角の組み合わせで木や果物、家などを描く方法を教わった。ワークシートがあり、イラストの描き方とともに作品例もあったため、参加者各自が思い思いにイラストを描くことができた。色の塗り方、白い部分を残して色付けをすることで平面の絵を立体的に見せる手法など普段のイラストにプロの技術が加わりいつもとは違う出来上がりになった。文字の入れ方、文字の書き方の指導を受け、飾り罫(デザイン枠)のデザインの見本を見ながら実際に描き、カードを描いてみた。短時間ではあったが、クリスマス用のポストカードが出来上がった。最後に一人一人講師から講評をいただき、作品のお披露目を行った。ボールペンを使用したことで描きやすさ、普段使い慣れている手軽さからも描くことへのハードルも低くなった。10色以上の色が使用できる色の豊富さもあり、参加者は楽しく熱中してポストカードを作成することができた。



お正月飾り

～小さなオリジナル羽子板づくり

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 季節のクラフトづくりを体験し、季節ごとの行事を顧みながら参加者同士で交流を持つ。
- 期 間 令和元年12月21日（土）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤および在学の小学校高学年以上の方（小学生は保護者同伴）・10人
- 参加者 5人
- 講師 クラフトクリエイター 牧島 幸子
- 参加費 材料費 1,000円
- 事業内容 お正月を華やかに迎えるために、羽子板を縮緬で飾って、小さなオリジナルの羽子板飾りを作ります。
- ま と め

縮緬を使ってのクラフト講座。材料はあらかじめキットができており、参加者は型に縮緬をかぶせてボンドで貼って飾りを作り、出来上がった飾りをボンドで土台（羽子板）に貼り付けていった。小物、羽子板には台紙にスポンジが貼ってあり、参加者は、時間内で作品を完成させることができた。また、講座の参加者はリピーターが多く、手軽に、簡単に季節に合ったクラフト作品が形になることが人気につながっているのだろうと思われる。



わくわくバレンタインチョコレートづくり

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 バレンタインデーに合わせて、チョコレートのお菓子作りを楽しんでいただく。
- 期 間 ①令和2年2月7日（金）②2月8日（土）
- 時 間 ①午後6時～8時30分②午前10時～正午（計4.5時間）
- 対象・定員 ①市内在住又は在勤及び在学の大人の方・15人
②市内在住又は在勤及び在学の小学生以上の方
（小学生は保護者同伴）・20人
- 参加者 ①5人②13人 延べ人数18人
- 参加費 ①1,500円 ②1,000円
- 講師 M i n t o b o x カフェ 鷺田 夢子
- 事業内容 バレンタインデーに備え、おしゃれなチョコレートづくりを実習する。1回目は大人向けの夜間講座、2回目は小学生から大人までの参加講座を開催した。

○ま と め

1回目は大人の方に向けて夜の時間を計画した。参加者がなかなか伸びず課題の残る講座となった。オーブンを使用しないつるんとした丸い「チョコレートドームケーキ」を作った。時間の関係でスポンジはあらかじめ用意したものを使用した。そこにチョコレートムースを詰めて上から濃厚なチョコレートを注いでトッピングする。いつものバレンタインがワンランクアップする大人向けのチョコレートケーキが出来上がった。2回目は小学生以上を対象としたチョコレート作りの講座を開催した。内容は「チョコレートムースケーキ」と「ムースカップ」で、こちらもオーブンを使用することなく出来上がるチョコレートケーキを作った。チョコレートと生クリームを使用してムースを作り、ブラックビスケットの土台にムースをのせて固めたムースケーキと残ったムースをカップに詰めたカップケーキの2品を作った。どちらの講座も試食の時間を設けたが、参加者は出来上がりが非常に良かったため、皆さんお持ち帰りされた。

サバイバルクッキング

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 防災の講座として、災害時、ライフラインの供給が止まった時の料理方法を学び、災害時に備える。
- 期 間 令和2年2月22日（土）
- 時 間 午後1時30分～5時（計3.5時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤及び在学の方（小学生は保護者同伴）・
20人
- 参加者 3人
- 講師 エコクラブ 沖内 のり枝
- 参加費 500円
- 事業内容 最近の自然災害時に電気、ガス、水道が使用できなくなった時の映像を目にすることが多くなった。災害はいつ自身の身に降りかかってくるかわからない。この講座では、ライフラインがストップしてしまった時の食事を煮炊きする方法を学んだ。
- ま と め

災害時ライフラインがストップしてしまった時のためにどのようにして食事を作るか、水はペットボトルの水を使用して、ゴミを最小限に抑え、ガスコンロはカセットコンロを使用して煮炊きする方法を学んだ。メニューは①にんじご飯②大根と豚肉の汁物③ミルクくずもち④大根の皮などでふりかけ以上4品を作った。災害時のクッキングだけではなく、災害時の心得など色々な資料をお持ちいただき教えていただくことができた。講座では土鍋を使用してご飯を炊いたが、なかなか難しかった。参加者からは非常にためになったという感想をいただいた。多くのの方に参加いただきたい企画だった。

簡単シニアエクササイズ

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 シニア向けのやさしい体操・ヨガ・ピラティスを体験することで、身体の不調を改善し、健康な毎日を過ごしていただく。
- 期 間 令和元年10月16日～30日の水曜日（計3回）
- 時 間 午後1時30分～2時30分（計3時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の60才以上の方・20人
- 参加者 23人 参加延べ人数66人
- 講師 フィットネスインストラクター 神武 朋子
- 事業内容 シニア向けの簡単な体操・ヨガ・ピラティスを体験し、健康増進につなげる。

回	日	内 容
1	10月16日(水)	椅子に座ったままできる健康体操
2	10月23日(水)	やさしいポーズのヨガでリフレッシュ
3	10月30日(水)	簡単なピラティスで体幹を鍛える

○ま と め

シニア向けの無理なく動ける簡単な体操を3回に分けて行った。参加者がそれぞれに合った体操を見つけていただくために違う内容で3回行った。難しい動きやポーズがなかったため参加者は楽しく運動し、リフレッシュしていただいた。体操の当日はだるさを感じた方もいらしたが、翌日には体が楽になったと言う感想もいただいた。普段運動をされていない方と運動の習慣がある方で、内容がもの足りないと感じる方、ちょうど良いと感じる方があったが、皆さん一人一人が自分に合った運動やペースが掴めたようであった。健康で、楽しく日常を過ごしてもらえる良いきっかけ作りになった。



人生100年時代のセカンドライフ・デザイン

〈野火止公民館〉

- 開設の趣旨 セカンドライフを充実して過ごしていただくために、「第2の人生30年計画」を考えるためのデザイン方法を学ぶ。
- 期 間 令和2年2月22日（日）、3月9日（日）（計2回）
- 時 間 午後1時30分～3時30分 （計4時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・24人
- 参加者 12人 参加延べ人数18人
- 講師 けんかつ市民講師 山口 一夫
- 事業内容 充実した第2の人生をデザインするための考え方を学び、自身のファーストステージを見つめなおし、自分史年表から得た示唆をベースに実際に自身のこれからの人生プランを表表してみる。

回	日	内 容
1	2月22日（日）	<ul style="list-style-type: none"> ・人生100年時代の意味するもの ・自分の人生を振り返り、これからの自分を考える。 ・セカンドライフに向けての誘い（健康/仕事/学習/学び/お金/他）
2	3月9日（日）	<ul style="list-style-type: none"> ・私が目指すセカンドライフ ・第2の人生30年計画の作り方

○ま と め

自身の人生のファーストステージを見つめ直し、経験をベースにした上で充実したセカンドライフを実現するための、人生を振り返りながら、未来の生活のために計画を立てていく講座である。グループディスカッション、自分史年表の作成、それぞれのグループ内でのお互いの評価と励ましなど、内容が多彩で参加者一人一人がしっかりと参加できる内容の講座になった。御夫婦での参加もあったが、グループでは分かれ、一人一人の人生を振り返るとともに、ファーストステージを認め合いエールを送ることによってこれからの人生計画に積み重ねてもらおうという温かさの感じられる講座となった。