

\*\*\*\*\*

## プログラミング教室

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

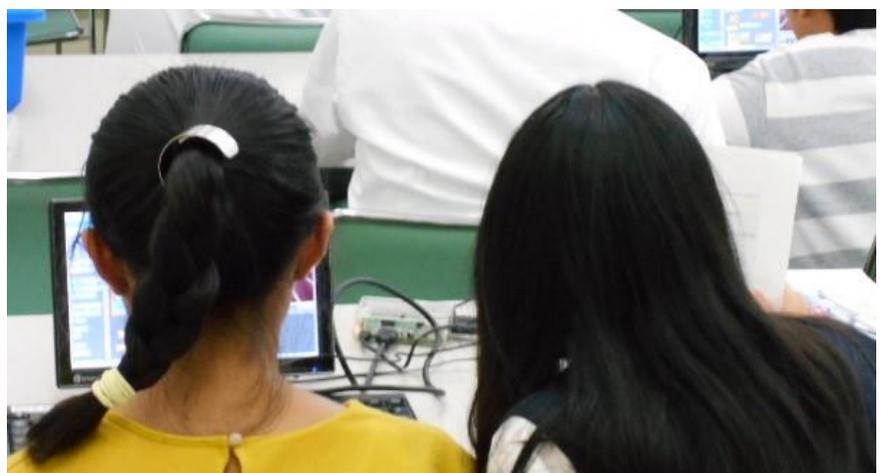
- 開設の趣旨 新座総合技術高等学校の協力を得て、プログラミング体験を通してITへの関心を深めるとともに、高校生との交流の場とする。
- 期 間 令和元年8月6日(火)
- 時 間 午前10時～正午・午後2時～4時(計4時間)
- 対象・定員 市内在住の3年生以上の小学生・各8人(計16人)
- 参加者 13人(午前の部7人、午後の部6人)
- 講師 新座総合技術高等学校情報技術研究部教諭
- 事業内容 PCソフトを利用してゲーム用のプログラミングソフトを作製する。

### ○ま と め

小学校教育に近々、プログラミングが導入される予定であることから、ここ数年栄公民館でもプログラミング教室を実施している。

隣に新座総合技術高等学校があるので、情報技術研究部の教諭にお願いして、教諭と生徒(講師助手)に指導してもらっている。受講生はプログラミング体験が初めての子が多く、マンツーマンによる指導に楽しそうに学習していた。

教わる小学生、教える高校生、それぞれが良い学習になったと感じる。



\*\*\*\*\*

## 冬休み子どもひろば ～小学生書きぞめ講座～

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 学校から課された冬休みの課題について筆の運び方等の基本的な指導を受ける。
- 期 間 令和元年12月25日(水)・26日(木) (計2回)
- 時 間 午後2時～4時(計4時間)
- 対象・定員 市内在住の小学生(小学3年生以上の児童)・30人
- 参加者 32人 参加延べ人数55人
- 講師 日本書学芸術院会長 岩本景楓 他5名
- 材料費 画仙紙購入希望者は実費(10枚70円)
- 事業内容 各学年の課題となっている文字を美しく堂々と書けるよう、個別に指導を受けながら練習し、最終日に2枚仕上げた。1枚は学校提出用に持ち帰り、残りの1枚は公民館ロビーに展示した。

### ○ま と め

この講座は毎年人気があり、今年も受付開始後すぐに定員に達した。また、今年は例年より静かに熱心に取り組む児童が多く、2日間とも落ち着いた雰囲気の中、講師の指導を受けていた。受講者の半数を4年生が占め、指導者の人数が昨年より多く来ていただけだったので、一人一人に細かいところまで丁寧に指導が行き届き、児童は前よりも上手にかけるようになり喜んでいました。



\*\*\*\*\*

## 親子クッキングⅠ ～親子でピザを作ろう～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨            お子さんと保護者を対象に親子でピザを作って、親子の触れ合いの時間を持つ。
- 期            間            令和元年6月22日（土）
- 時            間            午前10時～午後1時            （計3時間）
- 対象・定員            市内在住の小学3年生以上の子どもと保護者・9組・18人
- 参加者            19人
- 講師            料理研究家 田口 清美
- 材料費            800円
- 事業内容            小学3年生以上の子どもと保護者でピザを作る。
- まとめ

生地作りから一生懸命こねて、一次発酵で2倍くらいの大きさになったので、とても驚いていた。

小さな子も包丁を持って切っていた。

アンケートの感想として

“子”：楽しかった・おいしかった・玉ねぎが目にしみて苦戦した。

“保護者”：親子でできて良かった・思ったより簡単にピザが作れた・家で実践してみたい等が寄せられた。

皆、おいしそうにピザを食べていた。

生地を25センチに薄く伸ばすのもとても上手にやっていた。



\*\*\*\*\*

## 親子クッキングⅡ ～芋ほり&芋料理～

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 農家の畑でさつまいもを掘る体験を通して収穫の喜びや農業への理解を深め、収穫した芋でスイーツ作りをして、親子で楽しい時間を過ごす。
- 期 間 令和元年10月20日(日)
- 時 間 午前10時～午後1時 (計3時間)
- 対象・定員 市内在住・在勤の家族・15組・30人
- 参加者 6組・21人(台風の為、12日予定の芋ほりは中止・20日クッキングのみ行う)
- 講師 農家 石下和正  
クッキングパパ 広瀬繁
- 参加費 芋代(1家族600円)  
クッキング材料代1人あたり200円(未就学児は無料)
- 事業内容 芋ほりの予定の日に台風が来ることが予想されたので、馬場三丁目の畑から職員が事前に芋を掘り用意した。当初の講座日程を変更し、20日のみの実施となった。  
講師からサツマイモの収穫の仕方の説明を受け、その後、芋の料理をした。
- ま と め  
今回の講座は、台風の影響で芋掘りが中止になり、日程変更が生じたので、都合のつかない受講生が多く、参加者が半数になってしまった。  
結果として、公民館でのさつま芋の収穫についての説明とクッキングになった。  
子ども達は自分がトッピングしたスイートポテトを嬉しそうに食べていた。  
参加者からは、家ではなかなか一緒に料理をすることがないので、とても楽しいという声が多かった。  
芋の茎も、初めて食べてみるというお母さんが多かったが、食べたとたんに、美味しいという声が上がった。



\*\*\*\*\*

## 万華鏡をつくろう

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 廃材になるガス管を使い、万華鏡を作り、廃材のリサイクルとガスが家庭まで届く仕組みについて学習する。
- 期 間 令和元年8月1日(木)
- 時 間 午前10時～11時30分 (計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住の小学生・20人
- 参加者 17人
- 講師 東京ガス(株)北部支店職員
- 事業内容 講師が廃材のガス管等、万華鏡の各パーツを持参し、そのパーツを組立てる。  
その後、パーツであるガス管のリサイクルと、家庭にガスが届くまでの仕組みの学習をした。

### ○ま と め

小学生にリサイクルの意義とガス管の特性、ガスが家庭にくるまでに様々な安全対策がなされていることを学習し、その後、リサイクルガス管で万華鏡を作製した。

夏休みであることから、休み中の工作課題に万華鏡を提出したい子どもも多く、申し込み開始から電話が殺到し、1時間ほどで定員に達してしまった。また出席率も高かった。

各自様々な飾りをガス管に入れ、オンリーワンの万華鏡づくりに力が入った。



\*\*\*\*\*

## 小学生ヒップホップダンス講座

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 小学生を対象にヒップホップダンスの踊り方を習得し、練習の成果を栄音楽祭で発表する。
- 期 間 令和元年9月29日、10月13日・27日、11月10日・17日・24日、12月1日・8日の日曜日（計8回）
- 時 間 午前9時～午前10時30分（計12時間）
- 対象・定員 市内在住の小学生 15人
- 参加者 23人 参加延べ人数149人
- 講師 ダンスインストラクター 石川 周人
- 事業内容 ヒップホップダンスの踊り方を習得する。
- ま と め

子どもたちは、先生のことを、やさしいし、面白いとっていて、その思いがダンスをしていて楽しいと感じることにつながっていた。

難しい振りも楽しいので、体で覚えることができていた。

子供の声からも、ダンスが好きになった、振付がうまかった、楽しかった、発表会が楽しみだという意見が聞けた。

最後の練習日（12月8日）は、インフルエンザとマイコプラズマ肺炎で10人が欠席したので、練習の時間が減り、発表会が不安だったが、発表当日は、マイコプラズマ肺炎の子を除いて全員が出席した。

やはりこの時期、インフルエンザは要注意ということがわかった。



\*\*\*\*\*

## 小学生Jポップダンス講座 ～Jポップの曲に乗り、かっこ良くダンスを踊ろう～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 小学生を対象にJポップの曲に乗り、踊り方を習得し、練習の成果を栄音楽祭で発表する。
- 期 間 令和元年11月10日～12月8日の毎週日曜日、12月14日(土) (計6回)
- 時 間 午後1時30分～午後3時(計9時間)
- 対象・定員 市内在住の小学生・16人
- 参加者 13人 参加延べ人数73人
- 講師 ダンスインストラクター 佐藤 由利香
- 事業内容 Jポップの曲に合わせて、ダンスを習得する。
- ま と め

小学生はリピーターがいるため、年々受講者全体としてのダンスレベルが上がってきていて、講座の第1回目から体も動くし、ステップも軽やかになっていた。嵐の曲がかかると、自然に体も動いていた。

この講座は、先生が親はシャットアウトにして、キビキビと練習するため、回を重ねるごとに上達する。

第4回目でもリハーサルをしたが、すごく上手に踊っていた。5回目・6回目で、調整して栄音楽祭で発表したが、女の子も男の子も髪をきちんとして、衣装もそろえて、女の子は少し紅を指したら、それだけで素敵になった。

発表会では、それぞれのパートで、みんながノリノリで踊ることができ、見ている側も涙が出そうだった。

今度は緑道でやっている”桜祭り”に出演するそうで、どこで練習をするのかな？



\*\*\*\*\*

# 男 塾 ～ワインの深さを勉強しよう～

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨      ワイン製造元見学、そしてワインにあったオードブルを作る体験を通して見聞を広め、ワインの魅力を探求する。
- 期           間      令和元年10月5日・19日・26日の土曜日   （計3回）
- 時           間      1回目午前10時～正午 2回目午前10時～午後3時30分  
3回目午前10時～午後1時   （計10.5時間）
- 対象・定員      市内在住・在勤の男性・15人
- 参加者          27人 参加延べ人数61人（ワイナリー見学のみ OBも参加）
- 参加費          2,200円（料理実習材料費 500円含）
- 事業内容

回	月 日	参加人数	事業内容	講師
1	10月5日(土)	17人	座学 (ワイナリーの歴史を学ぶ)	武蔵ワイナリー(株) 福島 有造
2	10月19日(土)	27人	武蔵ワイナリー見学	
3	10月26日(土)	17人	料理 (ワインに合うオードブル作り)	料理実践主夫 広瀬 繁

## ○ま と め

男性の講座を連続講座として、今年度のテーマ「ワイン」で講師を探したところ小川町の武蔵ワイナリーの福島有造氏にお願いすることになった。見学や料理等で行動を共にしたことや講座後に開催した懇親会等で親近感が高まり、講座終了後も定期的に来ることになり、地域の仲間の輪が広がった。



\*\*\*\*\*

## 英語でクッキング ～パンケーキをつくろう～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 英語をしゃべりながら、おいしいパンケーキとトロピカルドリンクを作る。
- 期 間 令和元年10月19日(土)
- 時 間 午前10時～午後1時(計3時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・12人
- 参加者 14人
- 保育 1人
- 講師 新座市中学校英語指導助手 ハマサキ アーロン
- 材料費 1,000円
- 事業内容 ハワイの家庭で食べられている朝食のパンケーキとトロピカルドリンクを作る。
- まとめ

講師が実習室の前の廊下にハワイの雰囲気味わえる飾り物の展示をしてくださり、調理をする前からハワイ気分になった。

講座では、すべて英語で焼き方が説明された。皆、真剣なまなざしで講師の話に耳を傾けていた。

また、カナダ産のメイプルシロップが大変おいしく、ハワイ風パンケーキにぴったりの味であった。トロピカルドリンクもおいしく、楽しい会話が続いた。



\*\*\*\*\*

## 外国語講座 ～インバウンド編～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨           インバウンドの様々な場面で知っておきたいフレーズや話せると便利な簡単英会話を学び、英語の興味関心を高める。
- 期           間           令和元年11月30日、12月14日・21日の土曜日(計3回)
- 時           間           午前10時～正午 (計6時間)
- 対象・定員           市内在住又は在勤の方・20人
- 参加者           21人      参加延べ人数54人
- 保育           3人      保育延べ人数 5人
- 講師           新座市中学校英語指導助手 ハマサキ アーロン
- 事業内容           3回の講義で、インバウンドの様々な場面で知っておきたいフレーズ、話せると便利な簡単英会話を学習した。

### ○ま と め

定員を超える応募があった。幅広い年代での英語への関心の高さがうかがえた。講師がたいへん熱意のある方で、楽しい雰囲気でもわかりやすくしかもテンポよく進めてくださり、受講者に大好評であった。

次年度は、オリンピック開催が近づくため、おもてなしを重視し、実践する予定である。



\*\*\*\*\*

## 子育て応援講座Ⅰ ～楽しいゴスペル体験～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 2歳～中学生までの子育て中の母親を対象に、子育てを応援する。
- 期 間 令和元年7月4日(木)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 2歳～中学生までの子育て中の母親 30人
- 参加者 17人
- 保育 6人
- 講師 声楽家 今中 真琴                      ピアノ 古澤 晶子
- 事業内容 ゴスペルからポピュラーな曲まで、楽しくコーラス(oh!Happy day)をする。

### ○ま と め

声楽家の今中先生の指導のもと、栄公民館サークル「Happy Power Chorus」の方々にお手伝いいただき、きれいな声でコーラスでき、満足のゴスペルができあがった。導入の発声体操を始め、パートに分かれての発声や練習と盛り沢山だった。

〈以下、アンケートの声より〉

- ・とても楽しく声が出せた。
- ・先生の教え方とメンバーの方たちの熱心さに感動した。
- ・今までは「聞く」という立場だったけれども、今日歌ってみて、のびのび歌えたので良かった。
- ・初め恥ずかしかったが、皆の熱意で、その気持ちも無くなっていた。



\*\*\*\*\*

## 子育て応援講座Ⅱ ～クリスマスケーキづくり～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 親子でクリスマスケーキづくりを楽しむ。
- 期 間 令和元年12月7日(土)
- 時 間 午前10時～午後1時(計3時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の小学4年生以上の親子・11組・22人
- 参加者 10組・20人
- 保 育 2人
- 講 師 料理研究家 鈴木 香
- 材 料 費 1,000円
- 事業内容 親子で楽しく、クリスマスケーキを作る。  
カップケーキを積み重ねてデコレーションする。

### ○ま と め

親子でのカップケーキ作りを生地から作り、きれいにトッピングをして、楽しそうにやっていた。

親子で久々にお菓子作りをして、皆、とても満足していた。

とてもかわいらしいトッピングでクリスマスのケーキにピッタリの物が作れた。

チョコペンで可愛いサンタの長くつや雪の結晶を作り、ケーキに飾って華やかになった。

ケーキづくりも子供が小さい時は親子でつくっていたが、大きくなったらなかなかやらなくなったので、久々親子の時間が持てて、うれしかったようである。

カップケーキだったので、持ち帰りができてよかった。

当日、母親が急病という方がいて、バタバタの朝だった。

今回は2人の方が保育を希望し、保育サポーターを2人依頼した。



\*\*\*\*\*  
**栄お料理サロン（春・夏・秋・冬）**  
 \*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

○開設の趣旨        春夏秋冬、季節に応じた料理講座を年4回実施し、家庭生活に生かしてもらおう。

○対象・定員        市内在住・在勤の方    各15人

○事業内容

回	日 時	参加者	保育	事業内容	材料費	講 師
1	4月26日（金） 10:00 ～13:00	15	0	春の行楽弁当を作る。	800円	料理研究家 鈴木 香
2	7月24日（水） 10:00 ～13:00	15	0	夏バテ予防 スタミナ料理	800円	料理研究家 前田 純子
3	9月26日（木） 10:00 ～13:00	15	1	キノコを使っ てパスタを作 る。	800円	篠田 イラリア
4	12月19日（木） 10:00 ～13:00	15	0	年末年始のお もてなし料理	1,000円	料理研究家 須永 正子
計	計12時間	60	1			

○ま と め

講師の先生方が各自の持ち味を生かし、創意工夫をこらしたメニューを考え、丁寧に指導して下さるので、どの料理講座も大盛況であった。料理講座は住民のニーズが高いが、若い世代が少ない。



\*\*\*\*\*

## 大人のフレッシュボディ講座 ～ヒップホップダンス～

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 大人を対象に、楽しみながらヒップホップダンスの踊り方を習得する。
- 期 間 令和2年1月26日、2月9日・23日の日曜日（全3回）
- 時 間 午前10時30分～正午 （計4.5時間）
- 対象・定員 市内在住・在勤の方・15人
- 参加者 17人 参加延べ人数 36人  
※(4回目が新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い中止)
- 保 育 3人 保育延べ人数 4人  
※3回目は新型コロナウイルス感染症拡大により保育中止
- 事業内容 音楽に合わせて、体を動かす。  
ヒップホップの曲でステップを踏んでダンスをする。

### ○ま と め

どの方も音楽に合わせて体を動かして、曲がかかるとノリノリで動いていた。

手と足が違う動きになると、なかなか難しいようで、皆、戸惑っているところがあった。

「とても新鮮な気持ちで、リフレッシュできたので、良かった。」「とても楽しかった。」「難しいステップもあったが、どうにかできるようになったのがうれしかった。」と参加者の声にもあるように、年代にバラツキがあったが、なかなか覚えられない人にも講師が根気よく指導したので、ステップができるようになった。

最後の1回は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に伴う自粛という事で中止になった。

毎回楽しみにしていた方には、残念な終わり方となった。

保育は、3回目が新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い中止になった。



\*\*\*\*\*  
**歴 史 講 座**  
**～人生最強の Powersポット 鹿島神宮～**  
 \*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 鹿島神宮の歴史を学び、その後、鹿島神宮を訪れ、現地学習をする。
- 期 間 令和元年6月6日・13日の木曜日(計2回)
- 対象・定員 市内在住・在勤の成人 25人
- 参加者 29人 参加延べ人数 54人
- 参加費 2,900円
- 事業内容 (計10時間)

回	日 時	内 容	講 師
1	6月 6日(木) 午前10時～正午 (2時間)	○鹿島神宮の歴史を学ぶ ※場所:栄公民館	鹿島神宮祭儀部長 吉田 裕史
2	6月13日(木) 午前8時30分～16時30分 (8時間)	○鹿島神宮館外学習 ※場所:鹿島神宮	

○ま と め

毎年実施している歴史講座を、今回は鹿島神宮に焦点を当てて学習することにしました。

鹿嶋市教育委員会に協力をいただき、鹿島神宮を説明できる講師を探したところ、鹿島神宮の神官である祭儀部長を紹介してくれた。

1回目は講師に遠路、鹿嶋市から新座市の本公民館まで御来館いただき、座学で鹿島神宮の歴史について、詳細な説明をしていただいた。

2回目は市の委託バスを利用して、本公民館から鹿島神宮まで出かけた。片道2時間半弱の行程であった。

鹿島神宮に到着後、講師に境内各所を解説していただき、貴重な知識を得ることができた。

見学の後、鳥居近くで昼食をとり、参加者は名物のナマズ料理等に舌鼓を打っていた。



\*\*\*\*\*

## 暮らしを彩る講座 I ～かわいい！多肉植物の寄せ植えを作ろう～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 色とりどりの多肉植物を可愛らしく、寄せ植えを作る。
- 期 間 令和元年5月29日(水)
- 時 間 午前10時から正午まで (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 日本多肉クラフト協会講師 中村 アリサ
- 材料費 1,500円
- 事業内容 かわいい多肉植物の寄せ植えを作る。  
家庭での管理の仕方を学ぶ。
- まとめ

この講座は、日本多肉クラフト協会の講師である中村先生に指導していただき、多肉植物を使った、かわいい寄せ植えを作った。

- ・家庭での管理の仕方を教えてもらい、とてもためになった。
- ・かわいい、寄せ植えができた。
- ・いろいろな多肉植物を使ってとてもきれいであった。
- ・わかりやすかったし、楽しく、ステキに作れた。

以上のような感想をいただき、皆さん楽しそうに作業した。

先生のわかりやすく、丁寧なご指導のもと、家庭でも簡単に管理できる旨を教わり、受講者にとっても大満足の講座になった。



\*\*\*\*\*

## 暮らしを彩る講座Ⅱ ～正月用フラワーアレンジメント～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 お正月用の”ちょっと豪華”なフラワーアレンジメントを作る。
- 期 間 令和元年12月10日(火)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 市内在住・在勤の方 15人
- 参加者 15人
- 保育 2人
- 講師 池坊講師 沖津 淑子
- 材料費 1,500円
- 事業内容 お正月用の豪華なフラワーアレンジメントを作る。  
ちょっと早いですが、アレンジの仕方を習ってお正月に、自分で作ってみる。

### ○ま と め

生花だったのでとても勉強になった。オアシスをカットしたところから水を入れることがわかった。7・8分目くらいまで水はたっぷり入れるということも知った。

先生が穏やかで、和やかな雰囲気の中で講座ができてとても良かった。

個人個人の生け方が異なり、とても素敵なアレンジになった。

手前の花だけでなく、奥の見えない所の空間まで気を使ってみると、とても良いアレンジができる。

年神様をお迎えする時は松が良い。また、神仏には、真っ直ぐのお花をお供えするものであることを知った。

自由にやってみてといわれると、子どもは自由に創作するが、大人は色々な事を考えてしまうので、なかなか踏み出せない。考えずに直感で生けてみるのが良いとのことである。



\*\*\*\*\*

## 栄音楽祭

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 栄地域住民のくつろぎの場となるような、家族で楽しめるような音楽会(クラシック音楽、アカペラ、ヒップホップダンスなど)を開催する。
- 期 間 令和元年12月15日(日)
- 時 間 午後1時30分～午後3時50分 (計2時間20分)
- 場 所 福祉の里・講義室
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方 70人
- 参加者 113人
- 出演 パーティーハウス(アカペラ)  
武蔵野音楽大学大学院生(クラシック)  
KMH(ヒップホップダンス・成人)  
BIG-SMILE D.C(ヒップホップダンス・小学生)  
エンジェルハート(Jポップダンス)

### ○ま と め

今回の音楽祭は、アカペラ、演奏、ダンスで構成され、開催した。

アカペラでは、美しいハーモニーのほか、効果音も人の声で出していて、まるでシンセサイザーを使っているかのようであった。

次に大人と小学生のそれぞれのグループによるヒップホップダンス、小学生グループによるJポップダンスが展開され、特に小学生の保護者から大きな歓声が上がっていた。

最後は武蔵野音大の大学院生による演奏で、クラリネット、オーボエ、フルートでの気品あるクラシック音楽が展開された。

バラエティーに富んだプログラムであり、観客も大いに楽しんだ1日である。



\*\*\*\*\*  
**ボッチャ体験講座**  
\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨      パラリンピック競技であるボッチャを体験し、同競技への関心を深める。
- 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・在勤の方・24人
- 参加者          19人
- 講師            埼玉県ボッチャ協会 小池静男 平林 実
- 事業内容        パラリンピック競技であるボッチャをゲーム方式で模擬体験する。
- まとめ

パラリンピックの正式種目のボッチャを体験講座として実施した。

初めにボッチャのルールについて、講師から話しがあり、その後、試合形式で競技体験をした。

会場が狭いため、本来より小さく作ったコートの中で、模擬的な体験となった。競技が進むうちに受講生たちは集中してきて、真剣なまなざしで試合をしていた。



\*\*\*\*\*

## 人権研修会

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 公民館利用者に幅広い分野の人権ビデオ視聴の機会を提供し、人権啓発に努める。
- 期 間 令和元年11月2日(土)
- 時 間 午前10時から正午まで (計2時間)
- 対象・定員 公民館利用者懇談会参加者 54人
- 参加者 40人
- 事業内容 人権啓発ビデオ「いじめゼロ宣言」を上映し、人権啓発への意識を再確認した。

### ○ま と め

年に1回の人権啓発ビデオ鑑賞を実施した。毎年実施している研修であり、すっかり利用者の中に定着した。

今年度は学校のいじめを扱ったビデオを鑑賞し、いじめ問題の解決、人権について考えてみた。

\*\*\*\*\*

## パソコンサロン

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 日常的に、いつでも、自由にレベルの違いに合わせてパソコンを学べる場を提供する。
- 期 間 平成31年4月18日～令和2年3月19日の第3木曜日  
(計12回)
- 時 間 午後1時30分～午後4時 (計30時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・15人
- 参 加 者 年間延べ108人
- 講 師 ボランティアサークル 「パソボラいるか」
- 事 業 内 容 オープン形式で、主にこれからパソコンをはじめる人を対象に電源の入れ方、マウスの操作など、パソコンの基本操作を教える。また、操作のわからないところなどの質問も受付ける。

### ○ま と め

毎年行っている事業であり、数多くのパソコン初心者の手助けとなっている。

この事業は中央公民館と栄公民館だけで実施しており、根強い人気で近隣の高齢者などに伝わっており、地域の力になっている。



\*\*\*\*\*

## 若草学級公開講座 ～笑いと健康 君子医者に近寄らず～

\*\*\*\*\*

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 現役の医師による講演を通し、健康を保つ秘訣と大切さについて考察する。
- 期 間 7月6日(土)
- 時 間 午後2時～3時30分(計1.5時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・60人
- 参加者 26人
- 講師 内科医師・サン松本クリニック院長 松本 光正
- 事業内容 薬にたよりがちな現代人について、現役の医師の立場から警鐘を鳴らし、健康を保つことについて再認識してもらう。

### ○ま と め

健康を維持するにあたり、薬が体に与える影響についての講演である。

普段、私たちは病気や体調不良になると、医者にかかり薬を処方してもらうことが当たり前だと思っている。このような先入観で安易に病院に行き、結果として過剰な投薬を受けているとのことである。

講師が冗談を交え、おもしろおかしく正しい医療との関わり方についての講演が展開され、笑いの絶えない時間であった。



\*\*\*\*\*

## 若草学級

\*\*\*\*\*

〈 栄 公 民 館 〉

○開設の趣旨 学習を通し、高齢者の生きがいと交流の場を提供する。

○期 間 6月20日・27日の木曜日(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60歳以上の方・20人

○参加者 17人 参加延べ人数23人

○事業内容

回	月 日	内 容	講 師
1	6月20日(木)	ヨガの基礎	ヨガインストラクター 中里美代子
2	6月27日(木)	川柳を知る	全日本川柳協会常任幹事 高鶴礼子

○ま と め

今回は1回目にヨガ、2回目に川柳を設定した。ヨガは初めてやってみるとい参加者が半数以上いて、講師の丁寧な指導のもと、楽しそうに体験していた。

ヨガがこれほど楽しいものとは思わなかったという声が多く聞かれた。

川柳も初めて学習するという方がほとんどで、今まで川柳というと、サラリーマン川柳そのものをイメージしていたが、実際に講義を受けると、作風も幅広く、本来の川柳に対する意識が変わったという反響が大きかった。

また、公民館講座に参加したことがなかったが、今回の講座をきっかけに各講座に参加してみたいとなったという声が聞かれた。

