
小学生の絵画教室 ～絵を描きたい子、集合！～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 夏休みに行きたいところや、想像したことを自由に表現し、描画の楽しさを味わう。
- 期 間 令和元年7月25日（金）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 市内在住の小学生・20人
- 参加者 21人
- 講師 絵画教室主宰 森 千恵子
- 事業内容 夏休みに行きたいところや想像したことを自由に表現して描画の楽しさを味わう。持参した水彩絵の具の他に色鉛筆やクレヨンも使用して描いてみる。

○ま と め

講座受付当日にほぼ定員に達して、キャンセル待ちも設けた。毎年続けて申し込んでいる子もいた。当日は欠席もなく、参加者の熱心さが表われていた。学年に偏ることもなく、1年生から6年生まで全学年の児童が参加し、兄弟の参加は4組いた。

夏休みに行きたいところを想像して描くことがテーマだったが、それ以外のテーマでもよいことになり、自由に描くことを楽しんでいた。

日本画が専門である講師の子女が手伝いに来てくれたので、2人で見回りながらアドバイスや指導をしてくれた。講師の穏やかな人柄が伝わって、全体的にゆったりと和やかな良い時間を過ごせたようだ。

最後に、完成した作品をイーゼルに立てて鑑賞した。



親子陶芸教室

～世界にひとつだけの作品作り～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 独創的なお皿やカップを作る活動を通して陶芸に親しみ、親子のふれあいの場を設ける。
- 期 間 令和元年12月7日(土)
- 時 間 午前10時～正午 (計2時間)
- 対象・定員 市内の小学生と保護者12組
- 参加費 粘土代(1g1円)、当日計量し集金
- 参加者 12組27人(保護者12人、子ども15人)
- 講師 陶芸工房主宰 佐原朋子
- 事業内容 皿やカップの成形、装飾
- まとめ

12組の参加者のうち6組が昨年に続いての参加だった。毎年楽しみにしているという親子さんもいた。当日は欠席もなく全員がとても熱心に作品作りに集中していた。

最初に講師が作り方の説明をしてから制作開始となった。講師はそれぞれの机を回って指導してくれた。カップやお皿、来年の干支のネズミなどを作り、完成後は作品の重さを計り、1グラム1円の計算で粘土代を集金した。

講師は作品を工房に持ち帰り、1週間くらい乾かしてから素焼きし、透明の釉薬を付けて本焼きをし、二週間後にコミセンに届けてもらった。

講座は2時間であるが、その前後にかなり時間がかかる。全てを段取りよく進める講師のおかげで成り立つ講座である。親子で作品を作る時間や、またその作品が良い記念になることと思う。



惑星模型を作って太陽系の大きさを感じてみよう ～夏休みプチ自由研究 in コミセン～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 小学生を対象に、夏休みの自由研究の手助けをする。
- 期 間 令和元年8月24日(土)
- 時 間 午後1時30分～3時30分 (計2時間)
- 対象・定員 小学校1年～6年・20人
- 参加者 29人
- 講師 新座星と星座愛好会会員 斎藤政登
- 事業内容 ペーパークラフト用紙で惑星を作り、大きさを体感する。
- まとめ

申込当日に定員を超える申し込みがあった。近くの東北小学校には全員分のチラシを配ったが、市内の広範囲から応募があり、学年も様々だった。それぞれの学年の子ども達が入る班を編成し、保護者の見学もあったので、低学年の子どもにとっては教えてもらうことができ良かったようである。

惑星をプリントしたペーパークラフト用紙をはさみで切り、それを両面テープで貼り付けて立体を完成させた。製作に時間がかかり、惑星の距離を実感すること、まとめの説明の時間が短かったことが残念だった。

しかし、参加者は概ね満足していた様子で、また実施してほしいという声もあった。夏休みの自由研究の参考になればよいと思う。

講師は児童センターで活動をしているので、興味のある子ども達はそこで活動することができるという説明もあった。



平成の皇室、令和の皇室 ～代替わりを機に皇室を考える～

＜東北コミュニティセンター＞

- 開設の趣旨 令和の幕開けに際し、皇室について考える機会を設ける。
- 期 間 令和元年9月24日（火）
- 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・30人
- 参加者 25人
- 講師 毎日新聞社社会部皇室担当記者 大久保和夫
- 事業内容 皇室担当記者から、皇室について話を聴き、知識を深める。
- まとめ

講師は25年にわたって皇室取材を続けてきたベテランの記者の方で、その体験を通して様々な話をしてもらった。

平成の天皇陛下の御体調や退位に至るまでの経過を説明してもらい、その際に政府と宮内庁はどう動いたのか、在位60年を振り返り、象徴とは何か等々の説明をもらった。

世界で王室、皇室があるのは28か国であり、日本は皇室の存在が国の安定にもつながっているということである。国民の9割が皇室を支持しているということである。

天皇皇后両陛下は海外留学をした初めての天皇、皇后であり、多様な価値、多様な文化を有し、時代に合わせた活動が期待されているようである。今後の課題としては、皇族の減少への対応や安定的な皇位継承システム等があるということだった。

受講者の年齢はシニア世代がほとんどであり、興味深く話を聴いていた。



なるほど！東京五輪・パラリンピック ～新聞記者が徹底解説～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 2020の東京五輪・パラリンピックを前に意識を高める。
- 期 間 令和2年1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・30人
- 参加者 16人
- 講師 毎日新聞東京本社 運動部長 小坂 大
- 事業内容 2020年の東京五輪・パラリンピックを前に、新聞記者に話を聴く。
オリンピックの基礎知識やメディアの役割等を学ぶ。

○ま と め

2020東京五輪・パラリンピックを前に、新聞記者から話を聴く機会を設けた。講師はオリンピックを5回現地取材したベテラン記者であり、その体験を含めてわかりやすく解説してくれた。

オリンピックの基礎知識から始まり、マラソン競技の札幌移転や話題になっている厚底シューズの波紋等にも触れた。IOC（国際オリンピック委員会）の構造やテレビ放映権の問題も記者ならではの視点で興味深かった。

オリンピックはメダル獲得だけが全てではないという価値の多様性や、共生社会にシフトしているという興味深い内容だった。新型コロナウイルス、ドーピング疑惑等のリスクがあるが、今回の五輪は復興五輪であるということを再認識するきっかけにもなった。

受講者が少なくて残念だったが、講師は、受講者が大変熱心に聴いていたことや、反応が良かったことを喜んでくれた。

ケーブルテレビの取材が入り、同日放送された。



家事能率の上がる片付け術 ～さがしものやイライラが減る～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 片付けの習慣を定着できるようにする。また、片付けをしながら家族のコミュニケーションの大切さも学ぶ。
- 期 間 令和元年6月27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・30人
- 参加者 21人
- 講師 ライフオーガナイザー 山口香央里
- 保育 1人
- 事業内容 片づけの方法を利き脳からアプローチする。
- まとめ

多くの方が「片付け」に関心を持っているようで、申込みは順調で、出席率も良かった。保育をつけたが希望者は1人だけだった。

講師はかつて片付けができなくて汚い部屋に住んでいた経験がある方で、体験を通しての話のためか、説得力がある内容だった。

一人一人が利き脳をチェックして、そのタイプ別に片付け方を決めるという方法が大変興味深かった。自分の利き脳の結果に納得している受講者が多く、今後参考にしていきたいという声が多かった。

また、家族に片付けを促す方法は、期待値を下げて手本を示すと良いらしい。片付けをうまく行って、探しものやイライラが減り、家族のコミュニケーションが更に良くなることを期待したい。



味噌の食べ比べ教室 ～活用方法や保存法も学びます～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 身近な食材である味噌について学ぶ。原料の違いによる味の違いや活用方法を学んで食生活を見直すきっかけとする。
- 期 間 令和元年9月20日（金）
- 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 25人
- 講師 マルコメ株式会社 須田 信弘 山本 修
- 事業内容 味噌の概略を知り、食べ比べを行う。身近な味噌について学び、和食についても考えるきっかけにする。
- まとめ

マルコメ株式会社の出前授業を実施した。受付初日に定員に達したので定員を増やした。種類（米みそ、麦みそ、豆みそ）、原料配合（辛口みそ、甘口みそ、甘みそ）、熟成期間（0か月、0.5か月、2か月、4か月、6か月）の違いの味噌の食べ比べを行った。

市場に製品として出回っているのは熟成が2か月以上のものであること、味噌の保存のためには表面をラップで覆うことが必要であること等の説明があった。味噌汁の話から和食の重要性の説明もあり、改めて毎日の食べ物を考えるきっかけにもなった。

最後は、多くの質問があり、関心の深さが表れていた。

アンケートの結果は、ほとんどの人がとても良かったという感想で、内容も理解してもらえたようだった。



はじめてのボタニカルアート ～コスモスの花を描いてみよう～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 ボタニカルアートの世界に触れ、体験をする。
- 期 間 令和元年10月1日～15日までの毎週火曜日（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・12人
- 参加者 12人 参加延べ人数21人
- 講師 植物画家 宮下喜美江
- 事業内容



回	月 日	内 容
1	10月 1日（火）	ボタニカルアートの概要を学ぶ・コスモスをデッサンする
2	10月 8日（火）	水彩絵の具で彩色する
3	10月15日（火）	水彩絵の具で彩色する

○ま と め

ボタニカルアートは、植物の姿を正確で細密に描く植物図鑑のための絵画で繊細さが要求される分野であり、1人の講師が一度に指導できる範囲を勘案し、募集人員は10人とした。応募は21人あり、12人を受け入れることとした。

ボタニカルアートとは何ぞやの解説から始め、実際にコスモスの花を丁寧に観察し、デッサン、彩色へと工程を進めた。随時、講師の丁寧な指導により参加者一人一人が意欲的に取り組み、それぞれ上出来な出来栄であった。最後、講師が用意した手製の額縁に収めると、更に素晴らしい作品となった。

講座開催に当たり苦慮した点は、材料の調達であった。特に肝心のコスモスの花の調達の目途が立たず奔走したが、最終的には新座市農産物直売所にて購入することができた。さらに、生の植物を3週間という期間、状態が変わらず維持することは困難であった。

講座の初回からサークル立上げの話が受講者から出て、講座終了後、立上げ準備会開催を経て令和元年12月にサークルが立ち上がり、活動が開始された。

文学講座

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 江戸川乱歩の作品を読み解く
- 期 間 令和元年8月23日～9月6日までの毎週金曜日（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・30人
- 参加者 29人 参加延べ人数 74人
- 講師 大妻女子大学教授 須田喜代次
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	8月23日（金）	・江戸川乱歩の作品を鑑賞し、作者の価値観、時代背景などを含め、作品を検証する。 ・名探偵明智小五郎の誕生 ・「D坂の殺人事件」 ・「人間椅子」
2	8月30日（金）	
3	9月 6日（金）	

○ま と め

数年にわたり、太宰治、芥川龍之介、森鷗外、夏目漱石などの作品を鑑賞し、昨年は、夏目漱石の「夢十夜」を学んだが、今年は、江戸川乱歩について学んだ。

今回鑑賞した江戸川乱歩の小説は、探偵小説というより、冷めきった東京における人間関係をいち早く描いて東京の近代都市の殺伐さを描いた作品となっている。

毎年好評の講座で受付開始後すぐに定員に達した。講座の受講者は60歳代から80歳代がほとんどで、皆熱心に講義を受けていた。アンケートからも須田講師の講座は大変好評であることがみてとれた。

話すためのボイストレーニング講座 ～滑舌練習や声の出し方のコツ～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 声が出にくい、かすれる、聞き返されてしまうような状況が解決できるように、その方法を学ぶ。
- 期 間 令和元年6月19日、7月3日の水曜日（計2回）
- 時 間 午後1時～3時（計4時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・30人
- 参加者 27人 参加延べ人数 49人
- 講師 日本話しことば協会認定講師 ボイストレーナー 新島 尚子
- 保育 1人
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	6月19日（水）	発声練習、滑舌練習
2	7月 3日（水）	声の出し方のコツ、朗読の練習

○ま と め

申込受付開始以降、順調に申込みがあり、キャンセル待ちも設けた。

準備運動、顔や舌の動かし方、複式呼吸などの声を出すための様々な動きを指導してもらった。各自、持参した手鏡で表情や舌の動きを確認しながら練習した。ゴリラのような顔で舌をぐるぐる回す体操、あごを動かさないでホッピング練習、わお・うい・おえと声を出す滑舌練習など盛沢山だった。

2人1組になって詩の朗読練習を行い、その後順番に朗読発表を行った。同じ詩でも朗読する人によって趣が違い、大変おもしろかった。

アンケートの結果を見ると、概ね好評であった。参加者は読み聞かせや朗読などの活動に携わっている人が多く、その向上心は素晴らしいと思う。

シニア向けはじめてのスマートフォン教室

＜東北コミュニティセンター＞

- 開設の趣旨 近年、スマートフォンの普及が目覚ましいが、使い方がわからない人も多い。その傾向はシニア世代に著しいことから、スマートフォンの基礎知識を学ぶ講座を開設する。シニア世代を対象にスマートフォンがどのようなものであるかを知ってもらい、今後利用するかを判断する機会を提供する。
- 期 間 令和2年1月24日（金）
- 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60歳以上の方、スマートフォンをお持ちでない方、これから検討される方・20人
- 参加者 20人
- 講師 KDDI認定講師 三島 将生
- 事業内容 これからスマートフォンを利用しようとするシニア世代に基本操作を解説し、スマートフォンがどのようなものかを理解してもらう。

○ま と め

今年はスマートフォンの購入を検討している人を対象にしたコースの講座を実施した。

KDDI(株)の社会貢献事業で、講師を派遣していただき、スマートフォンの機種を貸し出していただいた。

昨年は、年齢を概ね70歳までと募集したが、今年は年齢を限定しなかったため、65歳から87歳までの方が申込みをされた。80歳代の方も6人参加された。

写真の撮り方や動画の撮り方、メールの打ち方など丁寧に教わった。また、音声での文字入力なども皆、熱心に教わっていた。

携帯電話をお持ちの方がほとんどで、スマホに乗り換えるかを検討しているようだった。

エジプト、ギリシア、トルコ古代文明の旅

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 海外旅行が盛んになった今日、いつかは訪れてみたい憧れのヨーロッパを選びすぎり、鉄道やフェリーの旅を紹介した。
- 期 間 令和2年2月21日（金）
- 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・30人
- 参加者 34人
- 講師 トラベルライター 大和田聡子
- 事業内容 海外旅行が盛んになった今日、いつかは訪れたいエジプト、ギリシア、トルコの世界遺産の旅を紹介した。
- ま と め

定着しつつある東北コミセンの旅行講座シリーズの位置づけで、今年も海外旅行を取り扱う講座を実施した。昨年は、ヨーロッパの世界遺産の旅講座を企画した。

今回は、今人気のある世界遺産の旅講座の第2弾として、ギリシア、エジプト、トルコ古代文明の旅を企画した。ツタンカーメンの展示が予定され、日本の支援で建設が予定されている「大エジプト博物館」の最新情報や古代エジプトの魅力に触れ、ギリシアとトルコの沿岸部で発展し、ヨーロッパ文化の礎となったギリシア・ローマ文明を紹介してもらった。トルコでは、イスラム建築が美しいイスタンブールの旅の紹介もあった。

男性受講者も多く、25名定員で募集したが、申込みが多かったので32名に増員した。



雅の年中行事～京都御所の美～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 天皇の代替わりを機に、京都御所に焦点を当てた芸術鑑賞講座を開設し、文化教養を高める。
- 期 間 令和2年1月10日（金）
- 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・30人
- 参加者 24人
- 講師 らくたび代表取締役・京都学講師 若村 亮
- 事業内容 京都御所に焦点を当て、建築や庭園などの美について学ぶ。
- まとめ

天皇の代替わりを機に、京都御所や京都の年中行事の解説をしてもらった。

京都御所は、平安京造営時から炎上と再建を繰り返し、現在の御所は安政2年（1855年）、古制にならって再建されたとのことだ。

参加者は、御所の建物や庭園等の映像を見ながら、講師の話にじっくり耳を傾けていた。内容の面白さに加えて、講師の話し方がとても上手なので、2時間が短く感じられたという声があった。京都の人々の生活にも触れ、初詣の様子や神社ごとの参拝人数、お賽銭の話などもおもしろかった。京都御所は以前と違い、現在は見学できるので、ぜひ行ってみたいという声も多かった。



江戸を訪ねる ～庶民の暮らしと仕事あれこれ～

〈東北コミュニティセンター〉

○開設の趣旨 江戸時代の庶民の暮らしや仕事について学ぶ。

○期 間 令和2年2月7日・14日の金曜日（計2回）

○時 間 午後1時～3時（計4時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・30人

○参加者 27人 参加延べ人数 50人

○講師 江東区文化財主任専門員 出口 宏幸

○事業内容

回	月 日	内 容
1	2月 7日（金）	江戸の庶民の暮らし
2	2月14日（金）	江戸の仕事あれこれ

○ま と め

申込みがちょうど30名で、全員を受け入れることができた。シニア世代の方がほとんどで、皆熱心に耳を傾けていた。

1回目は、古地図を中心に江戸の範囲の説明や、経済の中心である日本橋について解説してもらった。2回目は、より具体的に庶民の暮らし、長屋、食べ物などについて説明してもらった。江戸時代に、既に現在で言ういわゆるガイドブックが存在していたことなどは興味深かった。

江戸中期以降の経済発展により、庶民は各所に出かけるようになり、名所・名物も成立して来たようだ。

川の重要性についても学び、河口は全国から物資の集まる場所であり、安藤広重の浮世絵にその様子が描かれているということだ。

江戸時代の庶民の生活に触れて、思いを馳せた。



子育てラクラク講座 親子で楽しくはずもう ～バランスボールでエクササイズ～

< 東北コミュニティセンター >

○開設の趣旨 親子で楽しくコミュニケーションをとり、ボールを使って運動し、子どもの五感と脳を刺激する。

保護者が心身共にリフレッシュし、仲間作りのきっかけとなる場を提供する。

○期 間 令和元年6月25日(火)

○時 間 午前10時～11時30分 (1.5時間)

○対象・定員 1歳半から就学前の子どもと保護者・15組

○参加者 7組(計14人)

○講師 日本Gボール協会Gボールインストラクター 石川徳子

○事業内容 柔らかいボールに座ったり弾んだりバランスを取ることで、様々な筋肉、神経を刺激する。親子でリズムに乗って楽しく身体を動かす。

○ま と め

親子一緒に楽しく身体を動かすということを目的に、バランスボールでエクササイズを行った。参加できる子どもの年齢は、歩くことができれば大丈夫とのことなので、1歳半以上とした。各公民館などにチラシを置かせてもらったが、申込みは少なかった。当日は欠席もなく、全員が大変熱心に取り組んでいた。

講師に大小2個のボールを用意してもらい、そのボールを使って親子で楽しく運動した。1歳8か月から2歳3か月までの子ども達はホールを走り回ってとても楽しそうだった。子育て世代の集客は大変難しいが、充実した時間を持つことができ、リフレッシュできたようである。



子育てラクラク講座

～子どもといっしょに楽しむ「旅育」のススメ～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 子ども連れの旅に役立つ知識や技術を学習するとともに、旅を通じて保護者が心身共にリフレッシュし、今後の子育てにゆとりを持って向き合えるようにすることを学ぶ。また親子それぞれの仲間作りのきっかけとなる場を提供する。
- 期 間 令和元年11月28日（木）
- 時 間 午前10時～正午（計2時間）
- 対象・定員 2歳から小学校低学年までの子どもの保護者・20人
- 参加者 8人
- 講師 旅育プランナー 木舟 周作
- 保育 5人（男2人、女3人）
- 事業内容 旅を通して子育てを考えるきっかけとする。
- まとめ

「旅には好奇心や挑戦心を育てるチカラがあり、子どもの脳にとって最高の刺激である」を提唱している講師である。子育て世代にとっては興味があるテーマかと思ったが、思ったよりも応募者が少なかった。近隣の小学校やほっとぷらざの読み聞かせの際にチラシを配ったが、効果はあまりなかった。

前半は、講師が世界を旅して感じたことや、子ども連れの旅のコツについて話し、後半は、2つのグループに分かれてディスカッションをした。両方のグループとも活発に意見が出ていた。旅行は親がリフレッシュでき、子どもの成長に役立つというメリットが受講者に伝わったようだ。また、孫育ての方にも参加してもらい、幅広い年代で意見交換ができた。



楽しい英会話（初級） ～道案内をしてみよう～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 外国人に質問された場合を想定して会話を学ぶ。
- 期 間 令和元年9月25日～10月9日までの毎週水曜日（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 20人
- 参加者 26人 参加延べ人数 68人
- 保育 1人
- 講師 英会話講師 Frances Gleeson（フランセス・グリーソン）
- 事業内容

回	月 日	内 容
1	9月25日（水）	あいさつ、自己紹介など
2	10月 2日（水）	レストランでの注文の仕方
3	10月 9日（水）	道案内の練習

○ま と め

受付開始から順調に申込みがあり、講師の承諾も得て、定員20人を超えて27人全員を受付した。来年の東京オリンピックを前に、外国から来た人たちとコミュニケーションができるようにすることを目的とした。

あいさつ、レストランでの注文の仕方、道案内などのテーマで学習した。ペアやグループでの練習、道路標識のカードを手渡して、英語で道案内する練習などを楽しく学習できたようだ。

講師は日本語をほとんど話さないが、表情や身振り手振りを表現豊かに伝えてくれるので受講者に伝わっているようだった。40代から70代の受講者同士が地図を片手に道案内の練習を熱心に行っていた。

アンケートには、もっと回数を増やしてほしいという声があった。

人権を考える

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 利用者懇談会の中で人権について学習する。
- 期 間 令和元年11月9日(土)
- 時 間 午前10時30分～午前11時(計 0.5時間)
- 対 象 当館利用者団体代表・70人
- 参 加 者 41人
- 事 業 内 容 人権啓発推進ビデオ「イマジネーション」を視聴し、身近な人権について考える。

○ま と め

利用者懇談会の中で、人権啓発推進DVDを上映し、人権について学習した。

今年度は、「イマジネーション」を視聴した。

本作は、元AKB48の秋元才加さんがパーソナリティを務めるラジオ番組を舞台にしたドラマ仕立てで、「いじめ」「同和問題」「発達障害」の人権をテーマに扱ったものである。

あるラジオ番組のオンエアから三つのエピソードの物語が始まる。1は子どもの人権ーいじめ問題ー「いじめをなくすのはアナタ」、2は同和問題「関わらないのが一番それ本当?」、3は障がい者の人権ー発達障害ー「見えにくいから知ってほしい、発達障害のこと」をドラマと解説者とで織りなす、心温まるストーリーであった。

何気ない日常のなかでほかの人の「心」を想像することをおろそかにしていないか。まず、「想像」すること、相手のことを知ること、想うこと、そこから人と人がつながることを考えさせる内容であった。



デッサンと着彩 ～デッサンの基礎を学ぼう～

< 東北コミュニティセンター >

○開設の趣旨 初心者を対象にデッサンと着彩の基本を学ぶ。

○期 間 令和元年11月9日・16日の土曜日（計2回）

○時 間 午後1時～3時 （計4時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人

○参加者 13人 参加延べ人数 21人

○講師 絵画教室主宰 森 千恵子

○事業内容

回	月 日	内 容
1	11月 9日（土）	それぞれが持参したモチーフをデッサンする
2	11月16日（土）	水彩絵の具や色鉛筆で色を塗る

○ま と め

1回目はデッサンで、2回目は水彩絵の具や色鉛筆などで色を塗って仕上げをした。受講者がそれぞれ描きたいものを持参したが、人形、器、花瓶、靴など様々だった。講師は見回りながら、個人的に丁寧にアドバイスしてくれた。最後は、完成した絵を並べ、お互いの作品を鑑賞した。

アンケートの結果を見ると、全員が講座に満足した様子で、再度開催してほしいという声も多かった。講師の指導そのものだけでなく、お人柄に魅了されている受講者も多いようである。穏やかな気持ちで絵を描くことができた、という感想があり、良い時間を過ごせたことがわかる。



異文化理解講座 ～イギリスのお菓子と暮らし～

< 東北コミュニティセンター >

○開設の趣旨 イギリスのお菓子には文化や歴史があり、その原点は家庭にある。イギリス人の暮らしぶりや文化をお菓子を通して学ぶ。

○期 間 令和元年12月19日、令和2年1月23日の木曜日 (計2回)

○時 間 午後1時～3時 (計4時間)

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・30人

○参加者 26人 参加延べ人数 39人

○講師 作家 北野佐久子

○費用 600円 (教材費)

○事業内容



回	月 日	内 容
1	12月19日(木)	クリスマスと季節を楽しむお菓子
2	1月23日(木)	日常の暮らしぶり

○ま と め

1回目はイギリスのクリスマスの過ごし方やクリスマスに食べるお菓子(ガレットデロア、クリスマスプディング)、クリスマスカードの説明をしてもらった。この時期に食べるという伝統的なミンスパイを食べ、スライスしたオレンジにクローブを刺したものを入れたクリスマスティを飲み、クリスマスの雰囲気味わった。

2回目は普通のイギリス人が家庭で食べるケーキやクリームティ(スコーンと紅茶のセット)やアフタヌーンティーの説明をもらった。イースターの前には家にある材料でパンケーキを作り、ごちそうは、ローズマリーで香りづけし、ミントソースをつけて食べるラム肉である等々興味深かった。春の象徴である講師お手製のシードケーキを皆で食べた。

アンケートの結果はほとんどの方が満足し、楽しかったという感想が多かった。

異文化理解講座 ～ブラジルってどんな国？～

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 2020東京五輪・パラリンピック時、新座市はブラジルのホストタウンである。ブラジルについて学ぶ機会を提供する。
- 期 間 令和2年1月25日(土)
- 時 間 午前10時～正午 (計2時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・30人
- 参加者 17人
- 講師 新座市国際交流員 グスタヴォ・ラモス
埼玉県国際交流協会 エリザベチ・オオタニ
- 事業内容 ブラジルの自然、習慣、食文化等について学ぶ。
- まとめ

新座市は2020東京五輪・パラリンピック時にブラジルのホストタウンであることから、ブラジルを知るための講座を行った。国際交流員のグスタヴォさんは地理、歴史、文化、民族、気候、マナー、観光等の多岐にわたって説明してくれた。簡単なポルトガル語の練習もした。ブラジルは多様性のある国であると説明していたことが印象的だった。

後半の講師は日本に20年以上住んでいる日系3世の方で、両国の違い等について説明してくれた。2種類のマテ茶とブラジル人が好きなお菓子を食べながら、和やかな雰囲気が進められた。

面積が日本の22倍もあるブラジルは、食文化は地域によってかなり違いがあるとのことだった。最後は2人が様々な質問に答えてくれた。受講者は少なかったがブラジルについて学ぶ良い機会になった。



ストレッチとリズムダンス（前期・後期） ～楽しく踊ろう～

〈東北コミュニティセンター〉

- 開設の趣旨 ダンスを通して身体も心も元気になり、明日への活力を生み出す場を提供する。
- 期 間 <前期>令和元年5月23日・30日の木曜日（計2回）
 <後期>令和元年10月24日・31日の木曜日（計2回）
- 時 間 <前期>午前10時～正午（計4時間）
 <後期>午後1時～3時（計4時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・25人
- 参加者 <前期>15人 参加延べ人数29人
 <後期>13人 参加延べ人数23人
- 保 育 <前期>2人
 <後期>2人
- 講 師 ダンスインストラクター 西 綾夏
- 事業内容 ストレッチで身体をほぐし、曲に合わせてダンスを楽しむ。
- ま と め

部屋の都合により、前期と後期に分けて講座を行った。どちらも定員に達しなかったが、受講者は出席率も良く大変熱心に取り組んでいた。子育て中の方も参加できるように保育付きにした。年齢層は30代から70代まで幅広かったのも、皆が知っている曲を選んでもらった。ストレッチで身体をほぐした後でダンスの練習をした。講師の動きを見ながら振り付けを覚え、曲に合わせて踊ることは難しいことだが、楽しかったという声が多かった。

講師はバレエ、ジャズダンス、振り付け等様々な面で活躍されている方で、カッコいい踊りと上手な教え方に魅了された受講者が多かったようだ。最初は恥ずかしがっていた人もだんだん楽しくなったようで、アンケートの結果にその様子が表れていた。

デュオ・ゾンネンブルームン 2台のヴァイオリンによるクリスマスコンサート

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 地域の皆さんに生の演奏を楽しんでもらう。世代を超えて地域の交流や活性化に役立つ。
- 期 間 令和元年12月14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・80人
- 参加者 78人
- 事業内容 ヴァイオリン2台によるクラシック音楽の演奏
- 演奏者 デュオ・ゾンネンブルームン
佐藤多美子 (1st・Violin)
山森陽子 (2nd・Violin)

○ま と め

毎年冬に実施するコンサートである。今回は2台のヴァイオリンによるコンサートを行うこととなった。80名定員で募集したが、当日参加など96人の申込みがあった。申込者の年齢層は高かった。

演奏者に演奏曲目をお願いしたが、曲目は普段聴き慣れない曲が多く観客の反応が心配だったが、美しいヴァイオリンの音色に皆さん聴き入っていた。アンコールに馴染みのあるクリスマスソング2曲を披露していただき更に盛り上がった。



外国人のための日本語教室

< 東北コミュニティセンター >

- 開設の趣旨 日本語を母国語としない人を対象に、日本語の学習と地域社会の生活の円滑化を支援する。
- 期 間 平成31年4月7日～令和2年3月1日までの毎週日曜日
計30回
- 時 間 午後6時30分～8時 (計45時間)
- 対象・定員 日本語を母国語としない外国人 ・66人
- 参加者 66人 参加延べ人数 349人
- 事業内容 日本語の学習、指導及び生活の円滑化について参加者へ支援を行う。

○ま と め

平成20年度から新座日本語の会と共催で始め、今年度で12年目となる。学習者の国別ではベトナムの男性が圧倒的に多い。他には中国、インドネシア、ミャンマー、ネパール、パキスタン、オーストラリア、スリランカなど多くの国、地域から参加している。

夜間講座なので連続しての出席はなかなか難しいようである。入門レベルの受講生がほとんどで、日本語のみならず、日本の文化についての紹介もしている。本市及び近隣地域において今では日本語を学ぶのに不可欠な存在となっている。

今年度は、コロナウィルス感染防止のため、3月は1回しか開催できなかったため、例年に比べ開催回数や参加人数は減少した。



イキイキ実年学級

〈東北コミュニティセンター〉

○開設の趣旨 新たな知識を高め、健康で楽しい生活が送れるよう、地域の高齢者の仲間づくりを後押しする。

○期 間 令和元年6月14日～28日までの毎週金曜日（計3回）

○時 間 1・2回目 午前10時～正午
3回目（館外学習）午前8時30分～午後5時（計12.5時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の60歳以上の方・25人

○参加者 25人 参加延べ人数68人

○事業内容

回	月 日	テーマ	講師
1	6月14日（金）	体と心を元気にしよう ヨガと「ほめ日記」をはじめよう	NPO法人自己尊重プラクティス協会代表理事 手塚 千砂子
2	6月21日（金）	認知症・生活習慣予防！ 健康寿命を延ばす1日の過ごし方	管理栄養士 鳴嶋 廣美
3	6月28日（金）	・筑波宇宙センター ・雪印メグミルク阿見工場	東北コミセン職員同行

○ま と め

毎年、人気ある高齢者学級である。第1回目は東北コミュニティセンターサークル講師によるほめ日記とヨガを行った。「ほめ日記」とは、自分で自分をほめることにより、自己尊重感が高まり、自分の能力を十分に発揮できるようになるとのことである。

2回目の講座は、「認知症・生活習慣予防！健康寿命を延ばす1日の過ごし方」を行った。時間栄養学をベースに1日の過ごし方や、睡眠とストレスの関係などを教わった。

3回目の館外学習は、筑波宇宙センターと雪印メグミルク阿見工場の工場見学を行った。受講者は充実した3日間であった。