

\*\*\*\*\*

## 絵本の広場（スペシャル）

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

○開設の趣旨 幼児、小学生及び保護者を対象に絵本の読み聞かせを行い、本に親しむきっかけ作りをする。

○期 間 ① 令和2年12月24日（木）

② 令和3年3月26日（金）

（計2回）

○時 間 午後3時～3時30分（計1時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の幼児～小学生及び保護者・20人

○参加者 参加延べ人数 34人

○講師 読み聞かせグループ・十二の会

○事業内容

① 12月24日（木）クリスマススペシャル

- ・ 絵本「魔法のキャンディー」
- ・ 大型絵本「バスでおでかけ」
- ・ 指人形「小さいサンタ」
- ・ 大型紙芝居「おおきく おおきく おおきくなあれ」
- ・ パネルシアター「10にんのサンタ」



② 3月26日（金）春のスペシャル

- ・ 絵本「いないいないばあそび」
- ・ 大型絵本「だるまさんが」「サンドイッチサンドイッチ」「ぴよーん」
- ・ 手袋人形「キャベツの中から」
- ・ 手遊び「お花がわらった」
- ・ 大型紙芝居「みんなでぽん」
- ・ パネルシアター「5つのメロン」



○まとめ

今年度は、毎月でなく、年間2回のスペシャルとして計画・実施した。新型コロナウイルス感染症対策のため、参加者は20人までとし、ソーシャルディスタンスを十分にとる等の感染対策を行い実施した。久しぶりの開催だったためか、予想よりも多くの家族の参加があった。みんな行儀よく集中して話を聞き、読み聞かせを楽しんでいた。保護者の感想も全員が「よかった、また来たい。」というものだった。

\*\*\*\*\*

## ボクシング講座

### ～元プロボクサー新座宏が教えます！～

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

○開設の趣旨 元プロボクサーで、現在、新座市役所職員の渡邊宏氏を講師に迎え、ボクシングスタイルのエクササイズ講座を行う。新型コロナウイルス感染症の流行による運動不足を補うとともに、ダイエット効果に結び付け、市民の健全な精神と肉体を培う一助とする。

○期 間 令和2年11月28日（土）

○時 間 午前10時～午前11時（計1時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤・20人

○参加者 20人

○講師 新座市役所職員 渡邊 宏

○事業内容

会場：中央公民館体育室

1 講師紹介と講師挨拶

2 準備運動 ストレッチ運動

3 ボクシング講座

ボクシングの動き・パンチの打ち方・パンチのよけ方等

4 エクササイズ講座

HIT（高強度インターバルトレーニング）の説明と実習

5 ダイエット・減量講座

食事継続方法（糖質制限）

※ 講座終了後、自由参加でミット打ちを行った。

○まとめ

新型コロナウイルス感染症対策として、参加を20人に絞ったが、定員で締め切った後も参加希望の問い合わせが数件あった。参加者は大変意欲的で、久しぶりにいい汗をかいたので、次の機会も参加したいという声がアンケートから多数聞かれた。講師の渡邊宏氏も単発で終わるのではなく、継続的に複数回の開催も考えたいということなので、公民館としても検討したい。事前にシティプロモーション課を通じ「新座記者クラブ」への情報提供を行ったため、当日は、毎日新聞社、テレビ埼玉、J:COMの取材があり、講座の様子を毎日新聞は新聞記事で、テレビ埼玉、J:COMは、地域の話題としてテレビ放映された。公民館としても講座の様子は2台のビデオカメラで撮影し、編集の上、YouTube新座市公式チャンネルで動画配信を行った。



\*\*\*\*\*

## フリースペースコンサート

### ～ハープの調べとともに～

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

○開設の趣旨 障がいのある人もない人も、音楽鑑賞を通して、豊かな情操を育むとともに交流する場とする。

○期 間 令和3年3月6日（土）

○時 間 午後1時30分～午後3時（計1.5時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤・50人

○参加者 51人

○講師 ポコ・ア・ポコ（ハープ「アルパ」演奏 アンサンブルグループ）

○事業内容

会場：中央公民館体育室

1 副館長挨拶、講師紹介

2 フリースペース挨拶

3 第1部 7曲

「ハナミズキ、セレソ・ロサ、荒城の月、  
早春賦、春風にのって、アンナ、糸」

4 休憩（換気）

5 第2部 4曲

「ラ・クラカーチャ、コンドルは飛んで行く、  
川の流れのように、コーヒー・ルンバ」

6 アンコール 「花」

7 花束贈呈

○まとめ

新型コロナウイルス感染症対策として、参加を50人に絞り、例年ロビーで行っていたものを体育室で実施した。定員で締め切った後も参加希望の問い合わせが数件あった。参加者の年代にマッチした選曲で、落ち着いて聞くことができた。曲の合間に、楽器や衣装の説明を混ぜたので飽きを感じることもなかった。1時間30分の演奏時間も適切だった。アンケートには、「とても素敵な音色で、気分が清々しくなった」「自分も演奏してみたいと思った、次の機会があればまた、聞きたい」との感想が多数寄せられた。



\*\*\*\*\*

## 人権について考える

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

- 開設の趣旨 当館利用者を対象に人権研修を行い、人権問題を身近なこととして考えてもらうことを目的とする。
- 期 間 令和3年2月
- 時 間 午後3時～3時30分（計1時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・101人89人
- 参加者 84人
- 事業内容 人権啓発冊子を配布し、明るい社会づくりのために、啓発意識を再確認した。

### ○ま と め

これまでは、中央公民館利用者懇談会時に、参加した利用者を対象にDVDの上映を行っていた。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、利用者懇談会の開催を見送ったことから、人権を扱った冊子「人権ア・ラ・カルト」を利用者団体に配布し、啓発を図った。

\*\*\*\*\*

## 実年セミナー

### ～今すぐ始める「生前整理」～

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

- 開設の趣旨 中高年を対象に、幅広い趣味や教養を広げるとともに仲間づくりと今後の生きがいとする。
- 期 間 令和2年11月10日（火）
- 時 間 午後1時～午後3時（計2時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の60歳以上・20人
- 参加者 19人
- 講師 アールキューブ株式会社あんしんネット事業部部長  
整理コーディネーター 石見 良教氏

#### ○事業内容

会場：中央公民館講義室

- 1 講師紹介と講師挨拶
- 2 「終活を考える」物の整理から心の整理へ  
なぜ整理ができないのか？その原因は？
- 3 「整理」と「整頓」と「片づけ」の違いとは  
ライフステージ（人の一生）に伴う「物の量は？」
- 4 整理の基本と具体的な整理  
生前整理の効果 ①精神的効果 ②経済的効果 ③時間的な効果  
④環境的効果 ⑤教育的効果 ⑥衛生的効果
- 5 遺族を悩ませない「張り紙」

#### ○まとめ

新型コロナウイルス感染症対策として、参加を20人に絞ったが、定員で締め切った後も参加希望の問い合わせが数件あった。ユーモアを混ぜながらの参加者を飽きさせない講義で、2時間の講演でも短く感じるほどの雰囲気が進んだ。

「遺族を悩ませないための張り紙には感動した」「整理と整頓と片づけの違いがよく分かった」等、大変参考になったという感想をたくさんいただいた。実年セミナーとしては最適な講演内容と思われるので、今後も機会があったら計画したい。



\*\*\*\*\*

## 実年セミナー

### ～きれいなお花を活けてお正月を迎えましょう～

\*\*\*\*\*

〈中央公民館〉

○開設の趣旨 中高年を対象に、幅広い趣味や教養を広げるとともに仲間づくりと今後の生きがいとする。

○期 間 令和2年12月26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60歳以上・18人

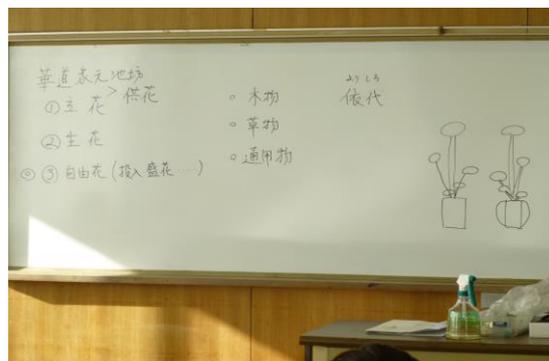
○参加者 17人

○講師 華道家元 池坊いけ花教授 井岡 直子

○事業内容

会場：中央公民館講義室

- 1 講師紹介と講師挨拶
- 2 活け花の歴史について
- 3 活け花用語の説明
- 4 実際に活けてみましょう
- 5 反省と鑑賞



○まとめ

新型コロナウイルス感染症対策として、参加を18人に絞ったが、定員で締め切った後も参加希望の問い合わせが数件あった。正月に向けての活け花というのが、時期的に良かった。また、当日は3人の助手がついたこともあり、混乱なく講座が進み、前半の歴史と活け花用語等の講義も含め、参加者はみな満足して、活け花を持ち帰っていた。

材料の花代(今回は1,000円)を高くすれば、より豪華なものとなるが、参加者の負担も多くなるので、今後の検討としたい。

