
冬休み子どもひろば ～小・中学生書初め講座～

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 書初めの基本を学び、学校の課題を清書する。
- 期 間 令和2年12月24日(木)・25日(金) (計2回)
- 時 間 午後1時30分～午後4時 (計5時間)
- 対象・定員 市内在住の小学3年生～中学生・46人(1日23人)
- 参加者 42人
- 事業内容 書初めの基本を学び、学校の課題を清書する。

回	月 日	内 容	講 師
1	12月24日(木) 小3・4・5年	・学校から出された課題を基本から学ぶ。	日本書学芸術院会長 岩本 景楓 (山口景芳他数名)
2	12月25日(金) 小6・中学生	・文字のバランス等を学び清書2枚仕上げる。	

○ま と め

24日は小学生だけで、真剣に取り組んでいて、2時間半、めいっぱい書いて、とても上達した

25日は小6・中学生で、2時間半真剣に学びとても上達し、清書が書き上げられた。

今年は、コロナ感染対策もあり、指導者の参加が両日3人ずつで少なかったため指導が大変そうであったが、丁寧に指導してくださり大変上達し、生徒は喜んでいた。



男 塾 ～ヨガで体のバランスを整える～

〈 栄 公 民 館 〉

○開設の趣旨 日頃のガチガチの体をヨガの体験をとおして、バランスを整える。

○期 間 令和3年3月13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男性・15人

○参加者 14人

○講師 ヨガインストラクター 中里 美代子

○事業内容 基礎的なヨガを体験することで、凝り固まった体のゆがみをバランスよく整える。

○ま と め

申し込みは16名だったが、2名のキャンセルが出た。男塾という講座にしたので、男性が11名・女性が3名の参加だった。

ヨガをすることによって、体のバランスが整ったような、凝り固まった肩や腰が和らいたという声が多かった。

初心者にも解かりやすい説明との好評で、とても楽しい雰囲気で行われることができた。



栄お料理サロン（冬）～おもてなし料理を作ろう～

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 年末年始の豪華で簡単なおもてなし料理を作る
- 期 間 令和2年12月17日（木）
- 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 12人
- 保育 1人
- 講師 料理研究家 須永 正子
- 材料費 1,000円
- 持ち物 エプロン・三角巾・布巾・マスク
- 事業内容 年末年始に豪華に見える料理を作る。
忙しい時に手軽に作れる料理を作る。

○ま と め

今回のメニューは、1. ドリア、2. ローストビーフ、3. かぼちゃのシチュー、4. 洋風なます、5. 簡単ティラミスと盛沢山のおもてなし料理を作った。

先生から一通りの説明と大まかな流れを聞いて、グループに分かれて料理を始めた。グループごとにそれぞれ手の込んだもので、多彩に豪華なものを作っていた。

時間内に全部の料理を作り終わり、とても美味しそうに出来上がっていた。

コロナ予防対策として、その場では食さないで各自持参のタッパーへ豪華に詰めて持ち帰っていただき、家族で食していただくことにした。



基礎的なヨガの体験 ～心身のリラックス～

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 基礎的なヨガを体験し、心身のリラックスを図る。
- 期 間 令和2年11月26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・15人
- 参加者 16人
- 講師 ヨガインストラクター 中里 美代子
- 持ち物 飲み物・ヨガ用マット(無い方はバスタオル)・マスク着用
- 事業内容 基礎的なヨガを体験することで、心身のリラックスを図る。
- ま と め

今回は自粛後の久しぶりの講座だった為、申し込みを開始して2時間程で定員に達してしまっただけで、ヨガは初めてという参加者が半分ほどいたが、講師の丁寧な指導の下、皆さん真剣に、また楽しそうに体験していた。講師の先生は、こまめに水分補給を促してくれ、常にのどを潤してコロナ対策にも気を付けてくれた。

参加者からは、「説明が的確でわかりやすかった。」「家でできるヨガ、ツボも教えてもらったので、家でやってみる。」「体がほぐれて、リラックスできた。」という感想をいただいた。

やっと講座ができて良かった。これからもいろいろな事に参加したいという声が出ていたので、来年度も多くの講座が出来ることを望む。



暮らしを彩る講座 ～多肉植物の寄せ植えと手作りポットを作ろう～

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 多肉植物の寄せ植えと手作りの鉢を作る。
- 期 間 令和3年1月27日(水)～28日(木) (計2回)
- 時 間 午前9時30分～正午 (計5時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・14人
- 参加者 8人 参加延べ人数16人
- 講師 日本多肉クラフト協会講師 中村 アリサ
- 材料費 3,000円
- 事業内容 多肉植物の鉢を手作りする。
人気上昇中の多肉植物の寄せ植えを作り、生活に彩りを添える。

○ま と め

1日目は、盛沢山の内容となる予定が、発泡スチロールを切って、張り合わせて、土を入れる穴を切り抜くという作業を、講師が事前準備としてやってくれたので1時間早く終わることができた。

2日目は、下地が終わったポットに色付けと飾り付け、そこに多肉植物を植える作業で、大変時間がかかってしまったが講師の講座進め方として楽しめるよう工夫されていたので、大変有意義な講座となった。

参加者が8名と小人数だったが、鉢を作る作業が大変だったので、講師が1人1人見回っていただくには、人数的にはちょうど良かった。



人権研修会

〈栄公民館〉

- 開設の趣旨 公民館の利用団体を対象に人権研修をおこなう。
- 期 間 令和2年9月下旬～11月中旬（来館時に随時配布）
- 時 間 約2時間 （各自、自宅で熟読による自己研修）
- 対象・定員 公民館利用者懇談会参加者 52人
- 参 加 者 52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

毎年1回の実施している人権啓発の為の研修であり、利用者の中に定着した。今年度は、コロナ感染対策を考慮し、人権を扱った冊子「人権ア・ラ・カルト」を配布し、各自宅での自己研修により、さまざまな人権問題の解決、人権について考えて頂いた。

利用者に幅広い分野の人権啓発の機会を提供し、人権啓発に努めた。

若草学級 ～脳トレ！フラワーアレンジメント～

〈 栄 公 民 館 〉

- 開設の趣旨 高齢者に生きがいと交流の場を提供する。
- 期 間 令和2年11月19日（木）
- 時 間 午前10時30分～正午（計1.5時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の60歳以上の方・15人
- 参 加 者 16人
- 参 加 費 材料費 1,500円
- 講 師 池坊華道会教授 二宮 圭子
- 事 業 内 容 高齢者が生き生きとお花を生けて、脳の活性化を図る。
- ま と め

若草学級の受講者は、経験豊富な方達での生け花ということで、かたぐるしいものをイメージしていたが、実際は講師の丁寧で穏やか指導のもと、みなさん個々に自分なりにアレンジした生け方で、同じ素材のお花だが違った作風で素敵な作品に仕上がっていた。

参加者からは、「久しぶりに何もかも忘れて楽しめた。」「初めてフラワーアレンジメントをしたが、改めてお花は良いなあと思った。」「この講座が脳トレになるとは思わなかった。」という声が多く聞かれ、皆さん生き生きと、とても和やかに楽しく脳を使ったトレーニングができた講座となったと思う。

講師の作品を、公民館ロビーに展示させていただいたところ、とても華やかになりやさしい気持ちになった。

