
夏休み子ども体験講座Ⅰ ～片手でパクッ！フィンガーピザ作り～

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 料理を通じて、子どもたちに共同作業の楽しさや様々な視野を広げてもらうことを目的として開設する。
- 期 間 令和3年7月29日（木）
- 時 間 午前10時～午後1時（計3時間）
- 対象・定員 市内在住又は在学の小学3～6年生・12人
- 参加者 12人
- 参加費 調理材料費500円
- 講師 篠田 イラリア
- 事業内容 一口サイズのピザ作り
- まとめ

気軽な持ち寄りのパーティーなどに活躍する一口サイズのピザ（小さなサイズのピザをイタリア語で「ピッツェッタ」という。）作りをイタリア出身の講師からレシピを教わり、調理をすることの楽しさや外国の文化を学ぶ機会作りとして企画した。コロナ対策のため調理した料理を持ち帰るため、取り分けしやすいものを講師に考えてもらった。

生地作りで一番労力を要する「こね」の作業は班ごとに全員交替で取り組んだ。ピザ生地から作るため原材料が何から出来ているのかが分かり、小麦粉に塩などの調味料を加えていく工程も新鮮味があったようだ。発酵を待つ間に講師の母国であるイタリアと日本との距離の話や食事の習慣など異文化に触れる時間もあり、飽きることなく取り組めたようだった。

成形は家庭にもあるコップで生地をくり抜き、各班でトッピングを楽しんだ。

一口サイズのピザは十分な数が焼き上がり、各自持ち帰って昼食に花を添えることになった。半面個数が多かった分オーブン5台をフル稼働させたが、時間を超過してしまい時間配分が難しかった。

衛生面でも、普段仕事で食材を扱っている講師から手洗いのルールなどを教わり、安全に調理実習を行うことができた。受講者の満足度は高く、今後も継続させていきたい。



夏休み子ども体験講座Ⅱ ～理科実験教室～

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 理科実験を通じて、自然科学に興味を持ってもらうことを主眼にし、夏休みの自由研究の参考のきっかけ作りとする。

○期 間 令和3年8月1日(日)

○時 間 ①午前10時～正午・②午後1時～午後3時

○対象・定員 市内在住又は在学の小学生①中学年12人・②高学年10人

○参加者 13人

○参加費 材料費①450円・②500円

○講師 鈴木 金吾

○事業内容



時 間	内 容
午前の部	・卵は水に浮かぶ！？・卵の大解剖・エタノールで消毒ができる仕組み
午後の部	・クマムシをさがせ！ ・川底にすむ微生物と比べてみよう (解説) ・乾眠させてみよう・捕食シーン

○ま と め

夏休み中に子供向けに実施している講座で、自由研究の一助となるように実施している。今年度は講師とのスケジュール調整の結果、日曜日の開催となった。新型コロナウイルス感染症対策として1テーブルに3人の班編成とし、ソーシャルディスタンスを取りながらの実施となった。

午前中は中学年を対象に浮力実験を行った。実験は食紅で着色した濃度の異なる砂糖水を、一つの容器に2層となるように注ぎ境界を目視できるようにした。そこにウズラの卵を静かに落とすと境界部分で卵が留まる実験を行った(濃度の濃い層の上は浮力が大きいため卵が沈まない)。また、卵の構造について分かりやすく解説があった。卵は殻に開いている無数の気孔(小さな穴)から呼吸をしていることや、卵の鮮度の見分け方として古い卵ほど中身の水分が蒸発してしまい水に浮くことなどを学んだ。

午後はクマムシの採集と観察を行った。公民館の裏庭などに生えている苔を採集し顕微鏡で観察をした。クマムシは「地球上最強の生物」と言われ、過酷な環境下にあっても生存が確認されており、その生態は不明な点も多く研究途上にあるが、一方で苔のすきまなどで生息しており身近な生物でもある。実験では柳瀬川に生息する微生物の観察も行い、苔の中から見つかった微生物との比較なども併せて行った。

アンケートでは、他の理科実験もやってみたい、来年度も参加したいなどの声が寄せられた。

子ども卓球教室 ～オリンピック種目を体験しよう！～

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 東京五輪の種目競技の一つである卓球を体験する。
- 期 間 令和3年4月3日～17日の毎週土曜日（計3回）
- 時 間 午前9時30分～正午（計7.5時間）
- 対象・定員 市内在住・在学の小学生・12人
- 参加者 16人 参加延べ人数39人
- 講師 新座市卓球連盟
- 事業内容 日本で開催される五輪種目を体験しスポーツに親しむ。卓球の基本を習得し対戦試合までを目標にする。
- ま と め

令和2年度に企画した講座であったが、2度の緊急事態宣言の発出に伴い令和3年度に順延となった。

オリンピック種目を体験する企画で、リオ五輪で注目を集めた卓球講座を小学生対象の講座として開催した。初めて卓球のラケットを握る受講者も多く、返球もおぼつかない状態であったが、卓球台ごとにコーチが付き添い、ラケットの構え方や打ち方の練習を通して最終回には試合形式でゲームが行えるようになった。

卓球経験者も複数人いたため、レベル別に分かれ、進度に合わせた指導を行っていた。子どもたちが飽きないように40分練習を3回と間に10分間休憩を取るパワー配分で、バランスよく練習ができたようだった。

片付けも年長者が率先して行い、年下の子どもたちもそれに倣ってネットを畳んだり、球拾いを積極的に行ったりするなど協力する姿が見受けられた。

アンケートでは、また機会があったら参加したい、もっと卓球がしたいなどの声が寄せられた。オリンピック競技に親しむよい機会になったと思う。



ボールの打ち方を習う様子

子どもヒップホップダンス講座

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 全身を使って自己表現することや仲間と気持ちをあわせて表現することの楽しさを学ぶ。

○期 間 令和3年6月12日～7月10日の毎週土曜日（計5回）

○時 間 午後1時30分～3時30分（計10時間）

○対象・定員 市内在住又は在学の小・中学生・25人

○参加者 25人 参加延べ人数121人

○講師 スタジオパラダイス講師 木野村 温子

○事業内容

回	月 日	内 容
1	6月12日（土）	約束ごとについて・柔軟体操・ダンスの基本ステップ
2	6月19日（土）	拍子の取り方・パート練習（高学年・低学年）
3	6月26日（土）	パート練習（高学年・低学年）
4	7月 3日（土）	パート練習（高学年・低学年） フォーメーション位置決め
5	7月10日（土）	通し稽古

○ま と め

新型コロナウイルス感染症対策のため、例年有志による大江戸新座祭りでの舞台発表を行っていたが祭りが中止となり残念であった。毎年低学年から中学生までが集まってヒップホップダンスを体験する講座で人気講座の一つとなっている。今年度は低学年の児童が中心となる応募状況で、キャンセル待ちもあり好評であった。

ダンス一曲を仕上げる講座内容で、講師選曲によるBTSの「BUTTER」に合わせてヒップホップダンスの動きを楽しんでいた。

講座中は年長者が年下の子のお手本となり、挨拶や静かに話を聞くなどの基本的なマナーを教わっていた。団体行動の基本について触れ、ダンス以外にも学ぶところが多い講座となっていたようだ。最終日には家族へのお披露目があり、全員が張り切って踊りを楽しめたようだった。



お正月を先取り！書き初め練習会

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 広々とした場所で集中して書き初めの練習ができる機会を提供するとともに、美しい字を書こうとする意識を持たせる。
- 期 間 令和3年12月25日（土）（2部制・計2回）
- 時 間 午前10時～正午、午後1時～3時（計4時間）
- 対象・定員 市内在住の小・中学生・各15人
- 参加者 32人
- 講師 書道家・元小学校教諭 桜井 イサ子
- 事業内容 太筆や細筆の正しい筆の扱い方などを学び、それぞれの学年の冬休みの書き初めの課題作品を仕上げる。

○ま と め

新型コロナウイルス感染症対策のため、ソーシャルディスタンスが取れるよう左右の距離を測って席を指定し、壁に向かって実施した。

受講生ごとにポイントを押さえた指導は大変分かりやすく、毎年好評な講座の一つである。特に書道経験の浅い3・4年生は、文字を書く姿勢や筆の扱い、筆に墨をたっぷり吸わせて描くことなど書道の基本を教わっていた。実際に講師が手本を示すことで毛筆の特徴をつかむ参考になったようだ。

参加者は、講師の助言を受けながらこの日一番出来の良い作品を選んでもらい持ち帰ることができた。

アンケートでは、家庭で書くよりも落ち着いて書き初めに取り組めたとの感想を持ったようだった。



広い軽体育室で書き初めをする様子



講師から要点を教わる様子

親子茶道講座

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 親子で茶道を体験することで日本文化を知る。
- 期 間 令和4年3月26日(土)
- 時 間 午前10時～正午(計2時間)
- 対象・定員 小学生とその保護者・6人(最大12人)
- 参加者 12人(4組)
- 参加費 親子で600円(子ども1人追加につき300円)
- 講師 裏千家師範 大西 幸江
- 事業内容 茶道の歴史、お茶の種類、抹茶の飲み方・点(た)て方を学ぶ。
- ま と め



新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、令和2年度中止となった親子茶道講座を今年度は再開することができた。定員を20人から12人に減らして行った。従前より部屋を広く使えるため、立礼の形式とし、茶器は1人1椀で行った。

今年度の参加者は低学年が半数を占めたため、茶道の作法の説明は簡略にし、入門体験として楽しめるよう講師が工夫してくれた。お菓子は季節の桜のお菓子が用意され、参加者に好評であった。

3月の実施だったので、床の間の飾り物は掛け軸にひな祭りの色紙、お花は菜の花に桃の枝が添えられた。香合は、今年の干支にちなんだ虎の焼き物が飾られた。

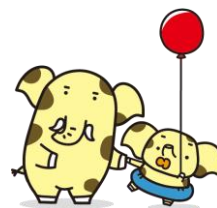
お茶を点てる体験は子どもたちが取り扱やすいよう、お盆の中に道具を用意して行った。それぞれ自服した後、器を清め保護者のお茶を点ててもらった。初めて抹茶を口にすると子どももいたようだが、湯の量を調節してもらい、お茶の味を楽しんでいたようだった。アンケート結果も好評で、日本の伝統文化に触れるきっかけ作りができたと思う。



大和田小さな家おはなし会

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 ボランティア団体の協力により子どもたちに読書に親しむ機会を提供する。
- 期 間 令和3年4月2日～令和4年3月18日の第1及び第3金曜日。ただし、8月は第1金曜日、10月は第3金曜日のみ（計22回）
- 時 間 午後3時30分～4時（計11時間）
- 対象・定員 市内在住の乳幼児又は小学生と保護者・8人
- 参加者 参加延べ人数89人
- 講師 ボランティアサークル「大和田小さな家」
- 事業内容



月 日	内 容	
第1・第3金曜日	お話会	手遊び・絵本の読み聞かせ・紙芝居など
7月 2日（金）	七夕会	季節の行事にちなんだお話を中心にして、大型絵本・エプロンシアター・軍手人形・季節の歌など
8月 6日（金）	お楽しみ会	
12月17日（金）	クリスマス会	

○ま と め

当館利用のサークル「大和田小さな家」の協力を得て、様々な絵本や紙芝居などを通して絵本の楽しさ、日本や世界のお話を子どもたちに紹介している。

今年度も引き続き、新型コロナウイルス感染症対策について、大和田小さな家スタッフと調整し、室内の換気、座席の間隔や使用備品の消毒のほか、来館者への検温・手指消毒の案内など配慮して開催した。

10月は台風のため第1週目の回を中止した。新型コロナウイルス感染症の影響もあったが、今年度は季節の行事も全て行うことができ、特にクリスマス会では近隣の親子連れ、小学生に上がった児童や大人の方も訪れ盛況となった。

今後も情操教育の場として、また公民館活動に触れる窓口として事業継続をしていきたい。



環境講座

～育てよう！グリーンカーテンとハーブのある暮らし～

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨　　ゴーヤでグリーンカーテンを作る方法を学び、CO₂削減に取り組む。また、ハーブ栽培やその活用法を知る。

○期　　間　　令和3年6月22日（火）

○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　　17人

○講　　師　　環境まちづくり地域協議会inにいざ会長 櫻 博子
NPO日本コミュニティーガーデニング協会
講師 小山 悦子



○事業内容　　手軽に家庭でも取り組めるエコ活動のひとつ「グリーンカーテン」の育て方を学ぶ。また、ハーブ栽培の魅力に触れ、天然の芳香剤「モイストポプリ」を製作する。

○ま　と　め

CO₂削減を目的とした環境講座として取り組んでいる講座であるが、毎年度御協力いただいている環境まちづくり地域協議会inにいざからゴーヤの苗を提供していただき、無事に開催することができた。

当初の日程は6月15日であったが、新型コロナワクチン接種予約補助の会場となったことから6月22日に順延し実施した。

講座では苗の栽培をサポートする農家の方もお手伝いしてくださり、摘芯のタイミングや土の配合など栽培のポイントを詳しく解説していた。

アンケートでは、栽培のコツを詳しく知ることができたなど好評だった。

ハーブの講義では家庭で育てやすいハーブの紹介の後、天然の芳香剤「モイストポプリ」を製作した。5種類のドライハーブを始めフレッシュハーブの花びらや葉数種を各自の好みで選び、粗塩と交互に瓶に詰めて、見た目にもさわやかなポプリが完成した。このポプリは入浴剤にしてもよいそうで、様々な楽しみ方を教えていただいた。アンケートではハーブ講座をまた企画してほしい、もっと深く学んでみたいなどの声が寄せられた。



日本文学講座（前期） ～女歌（おんなうた）を詠む～

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 万葉集の名歌を通して、先人の思想や自然観、歴史的背景などを学ぶ。

○期 間 令和3年5月8日～5月29日の毎週土曜日（計4回）

○時 間 午前10時～正午（計8時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人

○参加者 20人 参加延べ人数79人

○講師 国文学研究者 棚木 恵子

○事業内容



回	月 日	内 容
1	5月 8日（土）	○天平の歌人・笠郎女（かさのいらつめ）
2	5月15日（土）	○叙情歌の元歌を学ぶ ○万葉人の色彩感覚
3	5月22日（土）	○大伴家持との悲恋 ○言葉の名手・笠郎女
4	5月29日（土）	○大化改新、壬申の乱後にみる豪族の官僚化

○ま と め

今期の日本文学講座では、万葉集の「女歌」をテーマに大伴家持への慕情を和歌に託した天平の歌人である笠郎女が遺した29首を学習した。

笠郎女が詠んだ396番歌は、森鷗外が自らの訳詩集に『於母影』の表題を付けたように後世の文人にも親しまれ、名歌の誉れが高い。

笠郎女は、594番歌の「夕影草（ゆうかげぐさ）」や1451番歌の「鴨の羽色（はいろ）」など造語のセンスに長けた言葉の名手でもあったという。

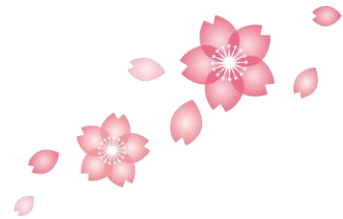
武人であった大伴家持は、武家の名家で自身も地方に赴任し陸奥の国で没している。悲恋に終わった関係であったが、家持は歌人として彼女の歌を高く評価し、29首もの和歌を万葉集に収めた。家持の心を打った笠郎女の和歌は、現代の叙情歌「平城山（ならやま）」に歌い継がれ、万葉集が現代にも読み継がれていることを実感した（元歌は593番歌）。

アンケートには、普段目にする機会が少ない和歌を楽しく学習できた、当時の時代背景など分かりやすく学習できた等の声が寄せられた。

日本文学講座（後期） ～ 王朝文学 源氏物語ダイジェスト～

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 王朝文学の最高峰源氏物語を通して日本人の心を学ぶ。
- 期 間 令和3年9月4日～9月25日の毎週土曜日（計4回）
- 時 間 午前10時～正午（計8時間）
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・20人
- 参加者 20人 参加延べ人数76人
- 講師 国文学研究者 棚木 恵子
- 事業内容



回	月 日	内 容
1	9月 4日（土）	源氏物語と時代背景 平安貴族の暮らし
2	9月11日（土）	車争い 御禊の行列
3	9月18日（土）	能作品「葵」 岐阜県郡上踊り
4	9月25日（土）	長編心理小説「源氏物語」の魅力 多彩な季語

○ま と め

和歌の才能が出世を左右する手段の一つであった中世において「源氏見ざる歌詠みは遺恨のことなり」（藤原俊成）と注目を集めた世界最古の長編心理小説である『源氏物語』は、歌詠みのバイブルとして現代まで読み継がれている。今日私たちにも馴染みのある唱歌「花」の元歌（もとうた）は源氏物語の「春の日のうららにさして行く船は竿のしずくも花ぞ散りける」であるという。講座ではCDを流して現代の唱歌と聞き比べをし、受講生は当時の寝殿造りの広大な庭園の風景に思いを馳せていた。また、葵の章「車争い」の場面では御禊（ごけい）の儀式に従う当時の行列の様子や当時の人々の暮らしぶりなどの解説を交え読み進めた。

アンケートでは、「光源氏をはじめ登場人物の心理描写を丁寧にしてもらい、味わい深い講座だった」、「平安時代の生活習慣が分かり物語を理解する助けになった」などの声が寄せられ続編を望む方も多かった。



今日から使える！イタリア語入門講座

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 イタリア語の入門編を通して異文化に触れ、語学を学ぶ楽しさを知る。
- 期 間 令和3年10月2日～16日の毎週土曜日（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・16人
- 参加者 16人 参加延べ人数45人
- 講師 篠田 イラリア
- 事業内容



回	月 日	内 容
1	10月 2日（土）	イタリア語の挨拶
2	10月 9日（土）	E S S E R E の活用
3	10月16日（土）	A V E R E の活用

○ま と め

語学講座について、今年度はイタリア語の入門編を企画した。初日は、イタリアの街並みや観光地の様子を紹介する動画を視聴し、またイタリア語の楽曲を通して挨拶の習慣などについて学習した。

2日目は英語の「be動詞」に当たる「E S S E R E」の活用を、3日目は「H A V E」に当たる「A V E R E」の活用を学び、短文の作文を通して身近な日常の表現を学んだ。講義は表現したい内容について講師が単語などの補足を加え、全員が作文発表する形で進められた。

食に関する作文が発表されれば、イタリアの食文化の話題や夜の食事の後の散策の習慣等へ話題が広がり、2時間の講座中、飽きることなく集中して取り組むことができた。

アンケートも好評で、参加者全員から継続要望があり、語学講座への関心の高さが伺われた。今後も異文化学習の窓口として語学講座に取り組んでいきたい。

イタリアの観光地や食文化の紹介も織り交ぜて



家庭で作れるパンとスイーツ講座

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 当館を利用しているサークルの方を講師として招き、日頃の活動を知ってもらうとともに、手軽に作れるパン・スイーツを家庭で楽しんでもらう。

○期 間 令和3年9月29日（水）、10月6日（水）（計2回）

○時 間 午前10時～午後1時（計6時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・12人

○参加者 13人 参加延べ人数24人

○保育 3人 保育延べ人数5人

○参加費 実習材料費1,200円（2回分）

○講師 スイーツやよい 代表：福本 ミエ子

○事業内容 家庭で作ることができるパンやスイーツの基本を学ぶ。



回	月 日	内容
1	9月29日（水）	・カレーパン ・揚げアンパン
2	10月 6日（水）	・レーズンシナモンロール ・つなぎパン（あんこ・チョコ・ジャム）

○ま と め

「ひと手間をかけて美味しいもの作る喜びが生活を豊かにしてくれる」というコンセプトで活動をしている料理サークル「スイーツやよい」を講師に招き、パンとスイーツの作り方を学ぶ人気の講座で、公民館活動を身近に感じてもらおう取組の一環として継続して開催している。

各テーブルに講師が一人ずつ付いてきめ細かな指導で手軽に調理に取り組めることから、人気の講座となっている。

今年度は新型コロナウイルス感染症対策として、換気を十分に行い手指消毒の徹底をお願いするとともに使用前後の調理器具の洗浄を丁寧に行った。当日も、テーブル間の往来を控えるなど講師の協力を得ながら講座を進めることができた。

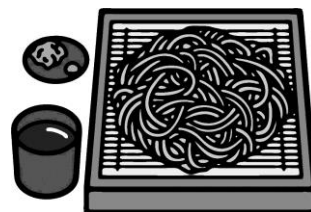
焼き上がりのパンは全て持ち帰りとなったが、家族で味わっていただくことで調理の楽しさや食の安全を考えるきっかけ作りになればと思う。保育付きの講座となっており、子育て世代の方のいいリフレッシュにもなったと思われる。



そば打ち体験講座

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 日本古来の伝統食であるそばについて、栄養価や国産そば粉の現状を学ぶとともにそば打ちを実践する。
- 期 間 令和3年12月8日(水)
- 時 間 ①午前9時30分～午前11時
②午前11時30分～午後1時
(計4時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・各5人
- 参加者 10人
- 参加費 実習材料費1,000円
- 講師 さいたま蕎麦打ち倶楽部 講師 野木 直衛 ほか
- 事業内容 そばの栄養について、そば打ち実習
- まとめ



毎年分かりやすい解説と丁寧な指導で受付開始後まもなく定員となる人気講座の一つであったが、新型コロナウイルス感染症対策のため2年ぶりの開催となった。感染対策のため2つの時間帯に分けて、講師と受講者が1対1でそば打ちを学ぶ形となった。

講座の始めにそばの栄養価や産地の分布などを学習し、その後北海道産の新そば粉を使って実習した。講師が持参したそば打ち専用の道具を使って参加者全員がそば粉に水を入れてこねる「水回し」「捏ね(こね)」、延ばす「延し」、刻む「切り」の作業を全て体験した。

今年度は試食ができないため、打ったそばは全て持ち帰りとなった。のど越しやそばの風味の違いを食べ比べができるよう、講師が打ったそばと併せて約700gを持ち帰ることができた。自宅で手打ちのそばをゆっくり味わうことができたと思う。

アンケートでは、きめ細やかな指導で分かりやすかった、また是非参加したい等の意見が寄せられた。



パソコン講座

～お気に入りの写真でスライドショーを作ってみよう～

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 スライドショーの作成を通してパソコン操作の基本を学ぶ。
- 期 間 令和3年8月20日（金曜日）・21日（土曜日）（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方・10人
- 参加者 10人 参加延べ人数20人
- 参加費 教材費150円
- 講師 黒江 直行
- 事業内容 『フォトステージ』を使用してスライドショー作りを学ぶ。
- まとめ

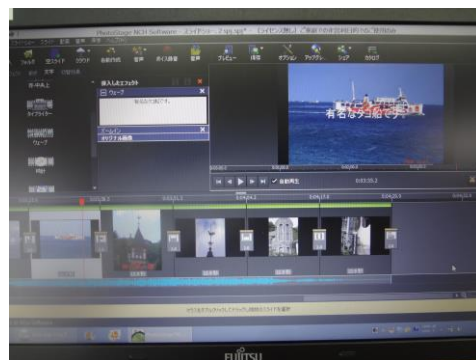
パソコン講座で以前から要望のあったスライドショー作りを開講した。デジタルカメラや携帯電話の普及に伴い写真をコンパクトに保管できる分、撮った

回	月 日	内 容
1	8月20日（金）	写真の取り込み方 順番の入れ替え 写真の加工
2	8月21日（土）	1日目の復習 BGMの長さ調節

ままという方も多い。講座では「フォトステージ」というアプリを使用してBGM付きのスライドショー作りを2日に分けて学習した。

受講者の作業の進行を合わせるため、公民館のパソコンを使用し、教材用のデータを加工して基本的な作り方を学んだ。写真にタイトルを入れたり、BGMと表示された写真の時間を合わせたりする操作など各々が好みの効果を取り入れて作品を作り上げた。データはCD-ROMに入れて持ち帰り自習ができるように教材が作られている。講座中は受講生同士で相談する等熱心に取り組む姿勢が見受けられた。

アンケートも好評で、パソコン学習への興味を持っていただけたようだった。



パソコン「エクセル入門」講座

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 身近な題材で計算ソフト「エクセル」の基本操作を習得する。
- 期 間 令和3年12月2日（木）・3日（金）（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・10人
- 参加者 10人 参加延べ人数17人
- 参加費 教材費150円
- 講師 黒江 直行
- 事業内容 はじめてエクセルを学ぶ方を対象に基本操作の習得を目指す。
- まとめ

表計算ソフト「エクセル」を学ぶ講座で、例年初級講座を実施してきたが、より多くの方が受講できるように入門講座を企画した。エクセル講座未受講の方を優先して受け付け、現役世代の方からも応募を頂き、幅広い年齢層の方に受

回	月 日	内 容
1	12月2日（木）	エクセル画面 基本操作 作表
2	12月3日（金）	グラフ作成 データの加工

講していただくことができた。

効率よく学習できるよう教材はCD-ROMを用意しており、受講生からは予習・復習に活用ができると好評を頂いた。

講座は2日間をかけてエクセルの基本的な機能を学んでいった。パソコンとテレビを接続し、画面で講師のパソコン操作を確認しながら丁寧に進められた。初日はエクセルの画面に表示されるタブやリボンの説明に始まり、データの入力と表の作成の基本について、2日目はグラフ作成やデータの抽出・加工などについて学習した。

アンケートでは、更に初級へとステップアップしたい、仕事で使っていたエクセルの復習になった等の声が寄せられた。



パソコン「エクセル中級」講座

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 計算ソフト「エクセル」の便利な機能を学びスキルアップを目指す。

○期 間 令和4年1月8日～29日の毎週土曜日（計4回）

○時 間 午前9時30分～正午（計10時間）

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・10人

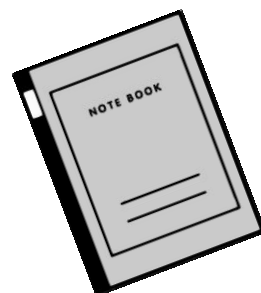
○参加者 10人 参加延べ人数38人

○参加費 教材費150円

○講師 黒江 直行

○事業内容 表計算ソフトエクセルの便利な機能を学ぶ。

○まとめ



計算ソフトエクセルについて学ぶ講座で、中級の講座ではより実務に即した内容で構成されている。また、現役世代の方が参加しやすいように土曜日の午

回	月 日	内 容
1	1月 8日（土）	アドインソフトRelaxToolsAddin
2	1月15日（土）	シート間の集計 予定表の作成
3	1月22日（土）	住所録の作成 表のテーブル化について
4	1月29日（土）	テーブル化とピボットテーブル

前開催となっており、例年30～50代の方にも参加いただいている。

今年度はアドインソフトの紹介もあり、インストールが可能な環境であれば、同名ブックの参照や作業中にブックの名称変更等が可能になるなどの便利な機能が紹介された。エクセル学習では3D集計や統合集計を始め、VLOOKUP関数の練習課題やピボットテーブルの使い方について学んだ。

アンケートでは、ピボットテーブルの使い方やシート間の集計に高い関心が寄せられた。今後も、多くの方に参加していただけるよう講座を企画したい。

フラダンス入門講座

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 フラダンスを通して体を動かすことの楽しさや仲間と気持ちをあわせて表現することの楽しさを学ぶ。
- 期 間 令和3年5月14日・21日・28日の毎週金曜日（計3回）
- 時 間 午後1時～午後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 17人 参加延べ人数42人（保育利用なし）
- 講師 フラダンス講師 横田 めぐみ
- 事業内容 フラダンスの基本のステップを取り入れ一曲を通して踊れるようにする。
- ま と め



アンケート等で要望が多かったフラダンスの入門講座で、初心者でも気兼ねなく参加できるように丁寧な解説を交えフラの基本を教わった。また、子育て世代の方も参加しやすいように保育付きの講座として実施した。

今年は「プアマナ（私の家）」という曲目を使用し、ハワイアンらしい優しい曲調に合わせて「カホロ」や「ヘラ」などの基本ステップを繰り返し練習した。講義前に配布されたハワイ語の歌詞カードは、花や波を始め月の光など、ステップやハンドモーション（腕の形や動き）で表す優雅な動きの理解に役立った。

アンケートでは、引き続きフラを学びたい、今後も企画してほしいなどの意見が寄せられた。40代から70代までと幅広い年齢層の方に参加していただき好評であった一方、サークルの設立については希望者はいるものの仕事をされている方も多く、会主として主体的に関わりを持つことが難しいようだった。今後も、利用者にとって魅力のある講座について研究し企画していきたい。



プアマナ（私の家）の曲に合わせて踊る様子

ママのためのヒップホップダンス講座

<大和田公民館>

○開設の趣旨 子育て中の母親を対象に、子育てによるストレス解消と仲間作りの場とするためにヒップホップダンスを学ぶ。

○期 間 令和3年11月4日～11月25日の毎週木曜日
(計4回)

○時 間 午前10時～正午 (計8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47人

○保 育 3人 保育延べ人数 7人

○講 師 スタジオパラダイス講師木野村 温子

○事業内容

回	月 日	内 容
1	11月 4日 (木)	柔軟体操・基礎ステップの練習・振り付け
2	11月11日 (木)	柔軟体操・基礎ステップの練習・振り付け
3	11月18日 (木)	柔軟体操・基礎ステップの練習・振り付け
4	11月25日 (木)	構成、フォーメーションごとの位置決め

○ま と め

例年、この講座で習ったダンス作品を館のクリスマス会で披露してきたが、今年度は新型コロナウイルス感染症対策のためダンス講座のみの開催となり、イベントへのリハーサル分を除き4回に短縮して実施した。

その日進んだところまで講師がお手本を踊り、受講者が自習用に録画して次週までに覚えてくるという形で、4回の講座の間に難しい振り付けを完成させた。講座最終日の作品披露の時間では、フォーメーションを変えながら参加者一人一人の見せ場が作られており、講師の手法に関心させられた。少ない講座回数で家事や育児の合間に

努力を重ねた受講者の努力にも感動を覚えた。

保育付きの講座であったが、働く方が増えており20人の募集に対して13人の参加に止まった。保育希望者も2人であった。周知方法の工夫や対象年齢を検討するなど、より多くの方を取り込めるようにしたい。



早春！ノルディックウォーキング講座

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 健康的で充実した生活を送るための基礎体力増進を図る。
- 期 間 令和4年3月11日（金）・12日（土）（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方・30人
- 参加者 23人 参加延べ人数42人
- 講師 特定非営利活動法人日本ノルディックウォーキング協会
- 事業内容 ノルディックウォーキングの技法を学び全身を効率よく動かすことによって運動する楽しさを学ぶ。

○ま と め

コロナ禍にあっても、主に野外での活動で比較的安全に行える講座ということで、昨年度に好評であったため、今年度も企画した。「2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズ的一种です。」と、うたわれている通り歩きに自信のある人も少し問題を抱えている人も、等しく自身のレベルに合わせてウォーキングに取り組む姿を見ることができた。

インストラクターは一人だったが、前後に職員が付き20数人の参加者に無事一般道と柳瀬川沿いのノルディックウォーキングに楽しんで取り組んでもらうことができたのは良かった。青空の下、若干汗ばむ程度の強度の運動講座は、健康寿命が促進できる期待もあり今後も続けていける講座の一つと感じた。



北欧発祥のノルディックウォーキングは、スキー競技であるクロスカントリーオフシーズン中のトレーニングを起源とするスポーツで、幅広い年齢層の方に親しまれている。

歴史講座（公開講座）

～実は別人だった！？昔習ったあの偉人～

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 最新の歴史研究の成果を知り、日本の歴史を再発見する。
- 期 間 令和3年11月20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・40人
- 参 加 者 29人
- 講 師 大東文化大学教授 宮瀧 交二
- 事 業 内 容 近年の歴史研究の結果、歴史教科書の肖像画が差し替えられていることに着目し、その変遷の過程を分かりやすく学ぶ。
- ま と め

歴史上の人物や人々の暮らしぶりなどを通して郷土の歴史に親しむ内容で、学生の方から年配の方まで幅広い年齢層の方に御参加いただいている講座の一つになっている。今年度は最新の歴史研究の成果により教科書の書き換えが行われていることテーマに講座を開催した。

講座冒頭には、新座市制施行50周年を記念して刊行された『新座市史ダイジェスト 道』の紹介や野火止の地名の由来となった平林寺の火の見塚の解説のほか、小林一茶や国木田独歩など文化人の作品を通して新座のあゆみを振り返った。

後半は源頼朝像に焦点を当て、肖像画に描かれた太刀の柄（つか）の紋の相違や作品の画風などから12世紀の制作とされていた肖像画が実は14世紀の作品と分かったことなど資料を振り返りながら解説があった。外に東京都国立博物館所蔵の足利尊氏像が尊氏の執事であった高師直（こうのもろなお）であったことなど、調査の過程を分かりやすく解説していただいた。

アンケートでは、歴史研究の成果に興味を持てた、新座市の歴史についてもっと知りたいなどの声が寄せられ、歴史を学ぶ醍醐味を味わっていただけたようだった。

講座中、機材の不備のため資料確認を画面でできなくなってしまい、後日パワーポイントの資料を印刷し参加者に配布した。次年度以降はこの反省を踏まえ、準備を入念に行っていきたい。



ふれあいタイム企画準備会

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 ふれあいタイムの企画、打合せを行う。
- 期 間 ①令和3年7月16日(金)、②令和4年2月24日(木)
- 時 間 ①午前10時～11時、②午後1時～2時(計2時間)
- 対象・定員 市内在住又は在勤の方・6人
- 参加者 6人 参加延べ人数11人
- 事業内容 今年度の反省と来年度の講座の日程調整・内容の検討を行う。
- まとめ

「障害者地域活動センターふらっと」や「くるみの木」が当館の近くにあり、障がいのある方もない方も共に交流を深めることを目的に「ふれあいタイム」講座を毎年開講しており、地域の方を始め多くの方に参加していただいている。

町内会を筆頭にボランティアの力添えが欠かせない講座であるため、準備会では行事予定との日程調整や新型コロナウイルス感染症の動向を勘案し、令和3年度は東京五輪が開催されることもあり、パラリンピック種目の一つであるボッチャ体験を計画することとなった。

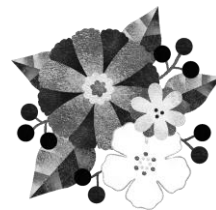
ここ数年続いていたバスハイクと調理実習については、隣接する東京都で新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の期間が延長されたところであり、今年度は実施しないこととした。

ボッチャ体験の運営については、ボッチャ競技を普段の活動に取り入れている「くるみの木」に競技指導やゲーム進行をお願いし、「ふらっと」スタッフの方を始め、大和田1・2丁目町内会や北部第二地域福祉推進協議会のスタッフの方には競技道具の消毒などのお手伝いを担当していただくことになった(第1回会議)。

令和4年度の催しについて、ボッチャ体験が好評であったこともあり、引き続き実施の希望があったが、スケジュールの調整が難しい時期であったことから第一案としてボッチャ体験、第二案として複数のゲームを用意して点数をグループで競うレクいずれかを実施することになった(第2回会議)。

令和3年度 10月23日(土) ボッチャ体験

令和4年度 10月22日(土) 内容未定



ふれあいタイム

<大和田公民館>

○開設の趣旨 障がいのある方もない方も、一人で外出が不安な方も同じ地域住民が交流することで相互理解を深める機会を創る。

○期 間 令和3年10月23日(土)

○時 間 午後1時30分～午後3時(計1.5時間)

○対象・定員 市内在住又は在勤の方・35人

○参加者 15人

○参加費 500円

○事業内容 東京パラリンピックの競技種目として注目されたボッチャ体験を通して親睦を図る。

○ま と め

新型コロナウイルス感染症の影響で前年度は中止となった当講座であったが、今年度は「ふれあいタイム企画準備会」での話し合いの結果、例年の調理実習の代わりにボッチャ体験を実施することとなった。

今年のパラリンピックでメダルを獲得した注目のスポーツ競技で、一般の方からも問合せを多数いただいた。参加者は3つのチームに分かれ、総当たり戦でゲームを行い、勝ち星の多いチームが優勝することとなったが、試合は白熱し、3チーム同率の勝ち星数となったため、最後は各チームのリーダーが一投し標的となるボールに一番近づいたチームの勝利となった。

初対面の参加者同士が、ボッチャを通して大人から子どもまで楽しく交流することができた。

ゲーム中は感染対策を十分に行い、使用後のボールを一つ一つ丁寧に消毒するなど、多くの方の手を借りて無事に実施することができた。

スポーツ競技に取り組んだことは初めての試みとなったが、初回は好評で、今後の企画作りの参考としたい。



人権研修

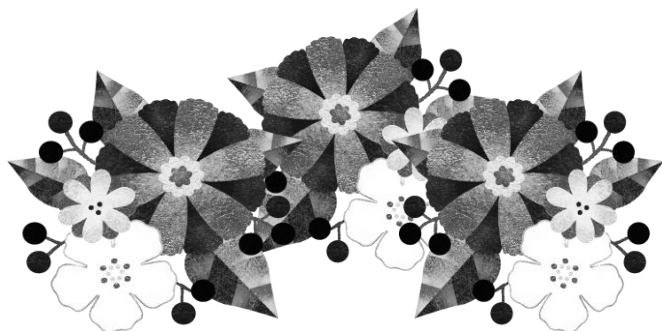
〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 公民館利用者団体の代表者を対象に人権研修を行う。
一人ひとりが社会を担う一員であることを自覚し、互いに助け合い、支え合いについて考える。
- 期 間 令和3年11月27日(土)
- 時 間 午前11時～正午(計1時間)
- 対象・定員 公民館利用者団体の代表者の方・70人
- 参加者 38人
- 事業内容 人権学習DVD「ヒーロー」を視聴し、身近な人権について考える。
- まとめ

人権研修として、毎年多くの利用者の方が集まる公民館利用者懇談会後に人権啓発教材のDVDを視聴している(令和2年度はコロナ対応のため資料配布のみ)。

『ヒーロー』は、町内会副会長となった主人公とある父子家庭の親子との交流や独居老人を見舞うことなどを通して人と人とのつながりの大切さの気づきを描いた作品で、自身の家族との絆も深めていくという内容となっている。

他人同士でも縁はつながっていく」という終盤のセリフに集約されるように傍観者から主体的に関わりを持っていくことで人と人とのつながりの重要性について考えさせられた。近隣との関わりと支え合いについて共感できる部分も多く、身近な社会参画についての参考になったのではないと思われる。



わくわくキッズファミリー講座Ⅰ ～目指せ美ボディ！骨盤矯正体操～

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 子育て世代の方を対象に趣味の学びを通して親睦を深める。
- 期 間 令和3年6月5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で2歳から就学前までの幼児の保護者 20人
- 参加者 12人
- 保 育 2人
- 講 師 新座市体育協会登録インストラクター 大島 梓
- 事業内容 骨盤矯正の動きを取り入れたヨガストレッチ体操で心身をリラックスする。
- ま と め

子供を持つ親が気軽に参加でき、同年代の方との交流の場を設けることを目的とし今年度も実施した。近年の傾向として、子供を保育園・幼稚園の「プレ保育」に通わせる方や産後就労復帰する方が多いため、参加者の獲得が年々厳しくなっている。今年度は仕事をしている方でも参加しやすいように試験的に土曜日を変更して開催した。

産後の女性に人気のある骨盤体操を通して参加者の親睦を図り、心身のリフレッシュする目的で毎年体操やヨガなどの講座を企画している。

アンケート結果でも、好評で講座を続けてほしいとの要望もあった。講座参加のしやすい曜日については平日午前中が最も多い結果となった。アンケート結果については来年度講座を企画する際の参考としたい。



わくわくキッズファミリー講座Ⅱ ～家庭でできる・おしゃれなフランス料理～

<大和田公民館>

- 開設の趣旨 子育て世代の方を対象に趣味の学びを通して親睦を深める。
- 期 間 令和3年11月6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で2歳から就学前までの幼児の保護者 12人
- 参加者 10人
- 保 育 5人
- 講 師 料理研究家 辻 三佐子
- 事業内容 フランス料理の入門編を通して参加者同士の親睦を図り、心身共にリフレッシュする。

○ま と め

わくわくキッズファミリー講座の2回目は料理講座を企画した。調理実習はアンケートでも要望が多い。新型コロナウイルス感染症対策のため試食はせず料理は全て持ち帰りすることとし、事前に調理器具類や食器類を洗浄するなど、衛生面に配慮しながらの実施となった。

敷居が高いフランス料理のイメージとは違い、手頃な食材で家庭でも楽しめるメニューになっており「スモークサーモン サラダロール」、「鶏肉のキノコトマトクリームソース」、「リンゴとくるみのケーキ」の3品を調理した。

料理が引き立つような盛り付けのデモンストレーションがあり、素材の色が引き立つようなトッピングや手軽なランチとしてワンプレート料理としても活用できるなどの提案もあり参考になったようだった。おもてなしや特別な日のメニューにもなり、今までとは一味違うレパートリーの一つとして取り入れてもらえればと思う。



かがやき塾 I シニア向けはじめてのスマホ講座

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 より充実した人生を過ごすために健康面、趣味などで生きがいを持つことについて学ぶとともに、仲間作りの場とする。

○期 間 令和3年11月10日（水）

○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 KDDI ㈱認定講師

○事業内容 スマートフォンを使ったことがないシニア世代を対象に基本操作のほか、災害対策などの便利なアプリやインターネットの安全な使い方を学ぶ。



○ま と め

かねてから要望が多かったシニア向けのスマートフォン講座を実施した。今回はスマートフォンを持たない方を対象に電源を入れるところから始められる内容で、初心者でも安心して取り組むことができた。

スマートフォンは指の先から発している静電気に反応してタッチパネルを操作する仕組みになっており、受講者はその力加減に苦労していた。自撮りの仕方や動画撮影の練習を通してカメラ機能の使い方や文字入力に苦手な方のために音声検索の使い方など基本操作の説明は参考になったようで、受講者の方にも自信をもってもらえたようだった。

ラジオや天気予報などの便利なアプリの紹介や取り込みをする際の注意点の講義の後、防災アプリや災害用伝言板、災害用音声サービスの紹介があり、万一の備えとして活用法についてはアンケートでも関心が高かった。

質疑応答では、有料アプリの見分け方や課金の制度についての質問のほか、自撮りの際の目線の合わせ方などがあり、講座継続の要望も多数いただいた。

かがやき塾Ⅱ ハーブの魅力

〈大和田公民館〉

- 開設の趣旨 より充実した人生を過ごすために健康面、趣味などで生きがいを持つことについて学ぶとともに、仲間作りの場とする。
- 期 間 令和3年11月17日（水）
- 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 16人
- 講師 NPO日本コミュニティーガーデニング協会会長 小川 穰
- 事業内容 ハーブの効能やハーブティーのブレンド方法を学ぶ。
- まとめ

カフェインレスのハーブティーは子供からお年寄りまで楽しむことができる飲み物で、ドライハーブは手軽に生活に取り入れることができる身近な食材の一つとなっている。

講座ではハーブの原産地やその種類ごとに適した栽培方法などの解説を始め、料理への活用法の紹介があった。

後半ではハーブティーの試飲があり、ハーブ別に飲み比べをして香りや風味を味わった。複数数をブレンドする際には3種類程度を上限に併せることで飲みやすく仕上がるなどのコツを教わった。また、代表的な効能を知りブレンドを避けたほうがよいものの組合せなどを学んだ。

講座後には講師へ質問をしている方もおり、熱心に聞き入っていた。アンケートも好評で、ハーブを生活に取り入れるきっかけ作りができたと思う。



ハーブティー試飲の様子



かがやき塾Ⅲ（公開講座） 笑って元気に！大和田寄席と民謡ミニコンサート

〈大和田公民館〉

○開設の趣旨 より充実した人生を過ごすために健康面、趣味などで生きがいを持つことについて学ぶとともに、仲間作りの場とする。

○期 間 令和3年11月24日（水）

○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方・50人

○参加者 47人

○講師 落語：立川ういん 民謡：尊秀会

○事業内容 落語や民謡など伝統芸能の魅力に触れ心身をリフレッシュする。



出演者	演目
【民謡】尊秀会	○津軽甚句～りんご節 ○黒田節 ○津軽アイヤ節 ○最上川船唄 ○花笠音頭
【落語】立川流 立川 ういん	○権兵衛狸 ○死神

○ま と め

2年ぶりに「笑って元気に！大和田寄席」を開催することができた。今年度は日本の伝統芸能を楽しめる構成とし、当館で活動する民謡サークルの尊秀会を迎えミニコンサートと併せて実施した。「津軽甚句～りんご節」を皮切りに花笠音頭までの計5曲を華やかに演奏した後でアンコールにも応えていた。民謡で場が盛り上がったところで落語の部に移り、二つ目に昇進した立川ういんさんに「権兵衛狸」「死神」の2席を披露してもらった。軽妙な語りで時折笑いが起こり、コロナ禍で娯楽に触れることもままならなかった分、生の舞台を存分に楽しんでもらったようだった。

