

# わこう市政学習おとどけ講座2019 実績のまとめ【生涯学習指導者編】

## 資料(7)ー2

【開催趣旨】市政への理解を深めていただくため、生涯学習指導者が講師として出向き、生涯学習活動のお手伝いをさせていただきます。

コース名	回数	日時	曜日	時間	会場	講座No.	講座名	講師	受講団体	受講者数	内容	感想等
市民講師編	1	4月9日	火曜日	9:30~10:50	白子コミセン	30	3Bシニア体操	和光市生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	6名	筋肉はどんどん衰えていきます。少しでも衰えを防ぐために楽しい音楽に合わせてから体を動かしましょう。	数人の方が欠席されたため、少ない人数での開催となってしまいました。指導のテンポが速く、ついていくのが大変だったという感想もでした。同じことを2回ぐらいやると覚えていくのかもしれないと思いますが、見よう見まねで一生懸命ついていこうとしても大変なようです。また、やってみたいという声もありました。
市民講師編	2	5月14日	火曜日	9:30~10:30	白子コミセン	22	筋トレ&ストレッチ体操	和光市生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	9名	ペットボトル、タオルなど身近な手具を使っての筋トレ・ストレッチ体操、年齢対象等によつての体操	講師自ら高齢であることを紹介しながら、親しみやすく指導して下さった。一連の体操は高齢者にも取組やすく、疲れもあまり感じずに進められた。ゲーム的なタオル回しや声を出して手を動かす運動なども印象に残った。また、お願いしたくなるようなご指導だった。1年に2~3回できるようなご検討ください。
市民講師編	3	9月10日	火曜日	9:30~11:30	白子コミセン	72	落語・江戸学	和光市生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	25名	落語を理解するための江戸学講話とやさしい小噺の実演を行います。	会員が友達や家族を連れてきて、予想外の大勢の出席となりました。落語は魅力があるものと実感しました。単に落語だけをきかせるのではなく、背景となる江戸時代の話を入れたので、落語をきいていて内容がよくわかるようになり、大変よかったですと思われる。他の講師も探していただきたいものです。
市民講師編	4	8月20日	火曜日	9:30~10:30	白子コミセン	25	誰でもできる和光市民歌体操	和光市生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	10名	和光市民歌に合わせてできる体操(立位・座位)を覚えて健康づくりに役立てましょう。脳トレ体操やゲーム等も併せて提供します。	講師の説明はわかりやすく、常に笑いながらの親しみやすいものでした。参加者に好評でした。和光市民歌はもっと多くの市民に歌ってもらえる価値があるように思います。市として、カセットテープしかないというのではなく、他の方法を考えるとよいと思います。来年は市政50周年、記念の年でもあるので提案します。
市民講師編	5	6月25日	火曜日	13:00~13:40	吹上コミセン	69	手品の出前実演と指導	和光市生涯学習指導者	やまと幼稚園有志会	5人	15~30分、専用器具、ロープなどを使って、各種手品を実演します。身の回りの品物を使った以外にうける手品の指導をします。	20分~30分ほどの指導でしたが、たいへん満足いく内容でした。指導も丁寧に良かったです。子ども達に披露するのが楽しみです。ありがとうございました。
市民講師編	6	6月23日	日曜日	9:30~11:30	南地域センター	22	筋トレ&ストレッチ体操	和光市生涯学習指導者	西午房桜地区社会福祉協議会	30人	ペットボトル、タオルなど身近な手具を使っての筋トレ・ストレッチ体操、年齢対象等によつての体操	今年から「つぶやきサロン」から「つながりサロン」と名称を変更しました。一までの私どもの地区社協のスタッフの運営だけではなく、協力団体、市社教、市とコラボして行事を実施していく。その第1弾が今回の「健康体操」です。年3回、「つながりサロン」を開催予定ですので、今後ともご協力お願いいたします。
市民講師編	7	10月8日	火曜日	9:30~11:00	白子コミセン	95	名作映画の鑑賞と解説	和光市生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	20名	内外の名作映画の鑑賞と解説	「軍旗はためく下に」という映画の鑑賞をしました。人間とはということを考えさせられる映画でした。涙を流していた方もいて、トークの後は質問も多く出て、拍手が何度もおきました。地元和光市白子の脚本家、監督ということも関心を持たれたようです。コミセンにも映写用のスクリーンなどの設備があると助かります。
市民講師編	8	10月29日	火曜日	10:00~11:30	広沢小学校	68	ハーバリウム	和光市生涯学習指導者	広沢小学校保護者の会	22名	ブリザーブドフラワーやドライフラワーを入れ、オイルを入れたら、世界に一つだけのハーバリウムのできあがり！オリジナルハーバリウムを作りましょう！	デモンストレーションありで、つくりながらの説明でしたので、とてもわかりやすかったです。お花の種類も多く、みなさん楽しみながら作ることができました。初めて作成する方がほとんどでしたが、2個目も作ることができ、みなさん大満足でした。

コース名	回数	日時	曜日	時間	会場	講座No.	内容	講師	受講団体	受講者数	学習内容	感想等
市民 講師編	9	12月1日	日曜日	14:00~15:00	CIハイツ集会棟	27	成人3B体操	和光市 生涯学習指導者	CIハイツH棟 女子会	18人	3Bの手具を使ってストレッチ・筋力運動など、若さを保つ体をつくります。	指導はとてもわかりやすく、楽しく教えていただきました。3B体操について知ることができて、よかったです。また、機会があればやってみたいと思います。
市民 講師編	10	12月7日	土曜日	10:00~11:30	メゾン和光台	72	落語・江戸学	和光市 生涯学習指導者	メゾン和光台 自治会・壮寿ク ラブ	22名	落語を理解するための江戸学講話とやさしい小唄の実演を行います。	「江戸の町のしくみ」と題して、身分制に基づく町民の生活や江戸っ子気質、詳細には棒手振り、三方一両損等、学んだ後、この時期に合う江戸落語「芝浜」を楽しんだ。江戸学入門がよかった。「芝浜」が人情唄で、知らない我々にとっては、一般的に知られているようなドツと笑える、ざっくばらんな話もききたかった。
市民 講師編	11	2月11日	火曜日	9:30~11:00	白子コミセン	31	ピラティス	和光市 生涯学習指導者	はつらつ Tea Time	17名	姿勢を正して眠っている筋力を目覚めさせる、ご自身でできるボディメンテナン スです。	ピラティスの基本の動き8つを教えてくださいました。構成の先生は、スタジオを持っている方なので慣れており、参加者もよく活動してくれました。ヨガをやっている方からは、ヨガよりよいかもしいかなという声もきかれました。終了後の質問にも気軽に答えていただきました。