

## 資料 1

西東京市公民館運営審議会  
令和2年度第8回定例会議

## 令和2年度 公民館主催事業報告書

公運審提出日 令和3年1月27日

| NO | 実施館 | 事業名                                  | 事業目的   | 期間・回数  | 参加者数  | 学習成果  | 主な講師等   |
|----|-----|--------------------------------------|--|--|-------|---|---|
| 1  | 芝久保 | 創作講座 むりえで色彩を知ろう                      | 色の性質を知り、むりえを作り上げることで達成感を味わう。また居住空間について考え意識する機会にする。                           | 11月10日・17日<br>火曜日<br>全2回                     | 延べ17人 | 色が見える条件や色の性質を知ることができた。色鉛筆の使い方や綿棒や消しゴムを使う効果を活用したり、色の効果を学び部屋の絵のむりえを行い、居住空間について考え意識する機会になった。   | 田村陽子（女子美術大学卒業・元デザイン専門学校講師）  |
| 2  | 芝久保 | 健康講座<br>免疫力1ランクアップ<br>～ウィズコロナ下での健幸法～ | 免疫力をアップしてウイルスに負けない体づくりと健康への意識向上を図ることを目的とする。                                  | 11月15日 日曜日<br>11月28日 土曜日<br>12月5日 土曜日<br>全3回 | 延べ35人 | 免疫力の仕組みについて正しい知識を学び、「心」を上手に使うことで、心身の健康を保てることを知った。また、自然免疫力を高める方法として、「笑い」に効用があることをユーモア川柳を通して学んだ。更に健康に効果的な運動法を理論に基づき、実践を通して学ぶことができた。 | 松下元之（漢方養生学研究所）<br>窪宏太郎（特定非営利活動法人東京雑学大学 理事長）<br>佐古隆之（日本女子大学 家政学部食物学科 専任講師） |
| 3  | 芝久保 | 子ども実践講座<br>パステルアートで色を楽しむ             | 子どもの自由な表現を大切にして自尊感情を高める機会にする。作品が出来ていく楽しさや出来上がったことでの達成感を味わい、自己肯定感を高めるきっかけにする。 | 11月21日<br>土曜日                                | 14人   | 「色を混ぜて、何色になるかを、やってみてもよい」等を話すことにより枠にとらわれないで、自由な発想で作品づくりに取り組める場ができた。作品を見て「いいね」等と声をかけることにより、初めて行う受講者の不安を取り除き、自分が描いた貴重な作品であると感じてもらえた。 | 小沼純子（パステル和<NAGOMI>アーティストインストラクター）   |

|   |     |   |  |                          |       |   |  |
|---|-----|---|--|--------------------------|-------|---|--|
| 4 | 芝久保 | 防犯講座<br>心理学から考える特殊詐欺対策                          | 特殊詐欺被害に遭う心理的メカニズムや心理的メカニズムを考慮した特殊詐欺対策を学び、特殊詐欺被害の未然防止になるよう防犯意識を向上する機会にする。   | 12月9日<br>水曜日             | 13人   | 特殊詐欺の手口、だます側が装う人・だましのツール・だましのセリフやキーワードを知ることができた。心理的経過を学び、自分には起こらないだろうと正常性を保つ心の働きを知ることにより、被害に遭わないように意識するきっかけの場になった。      | 岩田美奈子（一般社団法人シニア消費者見守り倶楽部代表理事・日本心理学会会員）                                   |
| 5 | 芝久保 | 多世代交流講座<br>はじめての手話                              | 幅広い年代が共に学ぶ機会を提供し、あわせて見えづらい障害について理解を深める機会とする。   | 12月18日・25日<br>金曜日<br>全2回 | 延べ26人 | 20代の大学生から70代までの参加者が、聞こえない障がいについて理解を深め、具体的な場面での活用を想定した学習ができた。覚えた手話を使ったコミュニケーションを体験し達成感と更なる学習意欲を感じることができた。                | たんぼぼ手話サークル<br>(芝久保公民館活動団体)   |
| 6 | 谷戸  | インクルーシブな社会をめざす講座<br>だれもが生き生きとするまちなをかなえる、はじめの一步！ | 障がいの有無にかかわらずお互いを尊重しながら、誰もが自分らしく生きられる社会の実現を目指すため、地域の現状を知るとともに、障がい者と一緒にボッチャを楽しみ実際に障がい者とふれあい、排除のない社会の実現に向け自分ができることをみんなで考える。 | 11月1日～29日<br>日曜日<br>全4回  | 延べ48人 | 障がい者と一緒にボッチャを楽しむ際に障がいを意識せず各チームが一つとなった経験をしたなかで、心のバリアをとっばらうことができた。障がい者も地域に暮らしていることをみんなに知ってもらうことがまず大切で、発信していこうと共有した。       | 田辺広子（NPO法人ハンディキャップサポートウーノの会理事長）<br>渡辺文子（障がい者スポーツ指導員）<br>宮山秀之（小平市リズム工房所長） |
| 7 | 谷戸  | 体験講座<br>真菰(まこも)を使ってしめ縄を作ろう                      | 日本伝統文化の一つであるしめ縄の歴史と創作技術を学ぶ。<br>また昨今環境浄化に役立つとして注目を浴びている真菰の特性についても学び、さらに健康増進などいろいろな分野・用途での使われ方も学ぶ。                         | 12月18日<br>金曜日            | 15人   | 初めてしめ縄を縛う人がほとんどであったが、しめ飾りを完成させることができた。日本古来のしめ縄の歴史・文化について学習し、他の日本の伝統文化にも興味を示していた。真菰の活用方法についての知識を得、真菰という植物にも興味を馳せることになった。 | 井上美由紀（い〜ネッ（稲）マコモプロジェクト統括責任者）<br>小松高子（い〜ネッ（稲）マコモプロジェクト会員）                 |