

## 資料 3

西東京市公民館運営審議会  
令和3年度第3回定例会議

## 令和3年度 公民館主催事業計画書

公運審提出日 令和3年9月15日

## 令和3年度～5年度公民館事業計画における基本方針

- 1 開かれた公民館
- 2 問いかける公民館
- 3 地域とともに
- 4 地域の中につながりを

NO	実施公民館	事業名	基本方針	期間・回数	事業内容等	主な講師等
1	柳沢	中学生・高校生対象講座 K-POPをカッコよく踊ろう！	1 4	8月11日から 11月3日まで 水曜日 16時15分から18時15分 全8回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・振付けやフォーメーションを覚え、よりカッコよく見えるダンスムーブメント技術の向上を図る。</li> <li>・参加者同士のコミュニケーションを円滑にしグループパフォーマンス力向上を図る。</li> <li>・コロナ禍でのダンスパフォーマンスの発表の場の新たな形も考え合う。</li> </ul>	<p>&lt;ダンス指導&gt;六反田菜都実 (T.T彩たまオフィシャルダンサーチーム所属、桐朋芸術短期大学芸術科演劇専攻ミュージカルコース卒)</p> <p>&lt;発表会講評&gt;水野知美(元劇団四季団員、バレエ講師)</p>
2	柳沢	親子で楽しむ講座 水辺の生物	1	8月18日(水曜日) 8月20日(金曜日) 9月4日(土曜日) 10時から12時 全3回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・武蔵野台地の地形、地質、湧水について学習する。</li> <li>・落合川に生息する水棲生物を採集し、川魚や水棲昆虫の種類を調べる。</li> <li>・落合川や黒目川に生息する魚類の種類と生態について学習する。</li> </ul>	小田島庸浩(多摩六都科学館研究・交流グループ)、荒井和男(東久留米・川クラブ)、北村沙知子(多摩六都科学館研究・交流グループ)
3	柳沢	ムービールーム柳沢	1	9月、10月、11月、12月、令和4年2月、3月の第2水曜日 14時から16時30分 全6回	映画鑑賞	<p>&lt;映画の解説執筆&gt; 嶋野寛章(日本映画大学映画学科理論コース卒)</p>

4	柳沢	地域づくり未来大学 ～学びで地域を豊かにするための第一歩～	2 4	9月18日から 令和4年3月5日 土曜日 10時から12時15分 全11回	【1部】参加者同士の結びつき形成（学術的メソッドに基づいた自己分析、他己分析に関するグループワーク） 【2部】活動団体の研究（商店街、子どもの居場所、農業をテーマにそれぞれ団体または個人が活動を紹介） 【3部】活動企画書の作成・発表（グループに分かれて作成）	神吉徹二（（株）IIR and 代表取締役）、柳盛会柳沢北口商店街会員、市内農業関係者、子ども食堂運営者、放課後カフェ運営者、岩松真紀（明治大学非常勤講師）
5	柳沢	子育て中の女性のための講座（保育付き） 笑顔が生まれる絵本のある暮らし	1 2	9月29日から 12月1日 水曜日 10時から11時45分 全9回 ※保育説明会9月22日	・いのちについての話を聞き、子どもはもちろんのこと、自分がうまれてきた喜びを改めて感じる。 ・子どもの心を豊かに育む本や絵本の読み聞かせの効果・方法を学び、おはなし会を計画して行う。	青木千景（いのちの語り部）、福岡淳子（「保育と人形の会」講師、日本子どもの本研究会会員）
6	柳沢	家庭の教育力向上講座 ゆらぐココロのヒアリング ～これでいい！と思える自分へ～	1 2	10月28日から 11月25日 木曜日 10時から12時 全5回	学童期の保護者を対象に、他の参加者とのかわりの中で、自分自身と向き合い、自己を見つめる機会として実施する。	藤田 潮（and Cs代表、文部科学省認可生涯学習開発財団認定マスターコーチ） 松本和美（休息ラボ主宰、一般社団法人日本ストレスケアカウンセラー協会カウンセラー）
7	柳沢	ヤギフェスVol.10 柳沢みんなの文化祭 今こそ やぎさ ～こころ つなげて～	1 3	<展示> 11月13日（土曜日） 11月14日（日曜日） <ステージ発表> 11月20日（土曜日） 11月21日（日曜日）	公民館で活動する団体および地域で活動する団体・個人が、実行委員会を組織して、日頃の活動の成果を発表する催しを、そこに集う人々が交流する地域の文化祭として、企画・準備・開催する。	
8	柳沢	教養講座 体のしくみを知る	1	11月18日（木曜日） 11月30日（火曜日） 12月17日（金曜日） 14時から16時 全3回	公民館事業に気軽に参加するきっかけとなるよう、体のしくみを学び、健康について考える入門講座を実施する。	道上達男（東京大学大学院総合文化研究科・教養学部教授）

9	田無	地域から孤立をなくすヒント4 ～ひきこもり支援の可能性を拓く～	2 4	9月25日から 10月30日 土曜日 14時から16時 ほか 全5回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コロナ禍で「新たなひきこもり層」の出現を危惧する講師から「ひきこもり」の現状と多領域に渡る課題について学ぶ</li> <li>・当事者の声を起点とする支援のあり方、支援者の増やし方、ネットワークの作り方について学ぶ。</li> <li>・「聴く力」や「対話のスキル」の向上を目指し、「当事者の親」や「支援者」の支援など、支援の可能性を模索する。</li> </ul>	池上正樹（ジャーナリスト、KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部広報担当理事）、林恭子（一般社団法人ひきこもりUX会議代表理事）、鈴木剛（精神保健福祉士、社会福祉士）、「TOMOPO（共歩）」会員、協力ファシリテーター
10	田無	田無つながるプロジェクト ワクワクをつなげよう田無公民館の未来予想図	1 3 4	10月17日 12月19日 令和4年1月16日 日曜日 10時から12時 全3回	昨年度に続き、来年4月にリニューアルオープンする田無公民館のロビー活用について考える。他自治体の活用事例等を参考に、ロビーが地域の居場所となるよう、実現可能なものから実施に向けて検討する。	高井 正（立教大学特任准教授、西東京市公民館運営審議会委員）
11	田無	防災講座 家族で育てよう！ 考える力・生きる力・乗り越える力	1	11月13日（土曜日） 11月27日（土曜日） 12月5日（日曜日） 14時から16時 全3回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地震発生時に家の中で起こる様々な状況を想定し、ワークショップや実験を用いて楽しく実践的に学ぶ。</li> <li>・3.11の星空番組を鑑賞し、大地震を乗り越える姿を学ぶ。</li> </ul>	小野修平（ジョージ防災研究所代表） 齋藤正晴（多摩六都科学館）
12	芝久保	暮らしに役立つ実学講座 レッツ・エシカル消費！ ～あなたの力で未来を変えよう～	1	9月18日 9月25日 10月2日 土曜日 14時から16時 全3回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・エシカル消費とは何か、今なぜ重要か、様々な社会問題とのつながりがあることを学び、消費行動に関心をもつ。</li> <li>・具体的に、食品ロスを減らすための家庭での取り組みや、温暖化防止に対する具体的行動を学ぶ。</li> <li>・自分ができることを見つけ実践することをめざす。</li> </ul>	生駒芳子（（一社）日本エシカル推進協議会 副会長）、行長万里（食品ロス削減料理研究家）、池田干城（西東京市消費者団体連絡会所属）
13	芝久保	創作講座 ぬりえで色彩を知ろう	1	9月28日 10月5日 10月12日 火曜日 10時から12時 全3回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・色彩と塗り方の講義</li> <li>・色の使い方の練習をして、ぬりえのワークショップ</li> <li>・作品鑑賞</li> </ul>	田村陽子（元デザイン専門学校講師）

14	芝久保	子育て中の女性のための講座（保育付き） 10年後の私、きらめいて～あなたの人生、あなたが決めよう！～	1 2	10月26日から 12月21日 火曜日 10時から11時45分 全9回 ※保育説明会10月19日	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性が「仕事と家事・育児の両立」に対し、不安や疑問に感じていることを参加者同士共有し、社会的な問題との関連性があることを学ぶ。</li> <li>・多様な働き方やワンオペにならないような工夫を学び、5年後、10年後のなりたい自分をイメージし、これからの人生について考える場とする。</li> </ul>	柴田悦子・花崎 晶・松崎 年 （NPO法人ウィメンズ・サポート・オフィス連） 佐古隆之（日本女子大学家政学部専任講師） 堤 香苗（（株）キャリア・マム 代表取締役） 石川文子（NPO法人子ども家庭リソースセンター）
15	芝久保	多世代交流講座 五感でアート 農&美術でコミュニケーション	3 4	10月31日（日曜日） 11月 3日（水曜日・祝日） 11月14日（日曜日） 10時から12時 全3回	五感で感じて表現するアートプログラムを通して、心と脳を活性化させる創作を体験し、自分の魅力や、参加者それぞれの作品の良さをシェアすることでお互いの個性や魅力に気づく機会とする。	進藤幸枝（臨床美術士、元私立保育園園長） 若尾健太郎（ノウマチ事務局長） 野坂亮太（農業経営者）
16	芝久保	子ども体験講座 けん玉に挑戦	1	11月13日 土曜日 ①10時から11時 ②13時から14時 ③15時から16時 3回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けん玉の難度が高い技や挑戦したくなるような技の実演を鑑賞する。</li> <li>・けん玉の各部位の名称や持ち方や構え方を知りけん玉を体験する。</li> <li>・けん玉を通して挑戦することの楽しさを味わえる場にする。</li> </ul>	吉村 泰（けん玉道5段、認定ライセンス1級指導員）
17	芝久保	芝久保公民館まつり	1 3 4	11月27日（土曜日） 11月28日（日曜日）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公民館を利用して活動する団体の活動成果発表の場、地域や参加団体同士の交流の場、及び日ごろ公民館を利用しない市民に公民館に関心を持ち、足を運んでもらう機会として芝久保公民館まつりを実施する。</li> <li>・地域で活動する多様な団体がまつりの実行委員会で話し合いを重ね、まつりを創り上げていくプロセスを経験することで、団体間の関係性を築く機会とする。</li> </ul>	

18	谷戸	教育講座 ハートにプラス！ 子どもの力を引き出す関わり方	2	9月11日から 10月2日 土曜日 14時から16時 全4回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自尊感情を育てるためにできること</li> <li>・話の聴き方演習</li> <li>・子どもの権利条約について</li> <li>・自己受容を高める工夫</li> <li>・問題行動のメカニズム</li> <li>・怒りに沸き立つ理由</li> <li>・子ども本来の力を育むためにできること</li> </ul>	西村説子（NPO法人CAPセンター・Japan就学前プログラムトレーナー、NPO法人埼玉子どもを虐待から守る会理事）、眞鍋登喜子（メンタルコーチ）、
19	谷戸	子ども向け自然観察講座 石の話を聞いてみよう	1 3	9月20日 月曜日・祝日 10時から11時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地球上にあるさまざまな岩石の種類・名称、それらの成因や分類を学ぶ。</li> <li>・西東京いこいの森公園にて、実際に岩石を観察する。</li> </ul>	小田島庸浩・飯田麻実（多摩六都科学館研究・交流グループ）
20	谷戸	健康講座 老いは誰にでも訪れる！ すぐに役立つ「認知症の予防と改善」	1	10月6日から 令和4年1月12日 水曜日 10時から12時 全4回	高齢者や認知症患者を抱える家族、認知症を予防したいと考えている全ての人に認知症について正しい理解を促し、予防・改善へと繋げる。	竹内孝仁（一般社団法人日本自立支援介護・パワーリハビリテーション学会会長、前国際医療福祉大学大学院教授、医学博士）
21	谷戸	女性のための講座（保育付き） これだけは知っておきたい！身近な世界を知る講座	1 2	10月7日から 12月9日 木曜日 10時から11時45分 全10回 ※保育説明会9月30日	<p>マスコミ等によく見聞きしている国際的な問題を掘り下げて学ぶことを通して、その問題点を知り、世界的な課題である人権（ジェンダー）、平和について、一人ひとりがどのように行動していくのかを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・SDGs入門</li> <li>・アメリカ社会から</li> <li>・外国人労働者とその家族</li> <li>・ミャンマーの女性とクーデター</li> <li>・カカオ農園の子どもたち</li> </ul>	ほか 萩原なつ子（立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科教授）、新堀毅（都立日比谷高校講師）、佐藤華子（行政書士）、ナンミヤケーカイン（京都精華大学国際文化学部准教授）、木下理仁（かながわ開発教育センター理事）、後藤絵美（東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所助教）
22	谷戸	インクルーシブな社会をめざす講座 ボッチャでなかまづくり in 西東京	1 2	11月21日から 12月19日 日曜日 10時から12時 全5回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボッチャのルールや技法を学び、その楽しさを知る。</li> <li>・障がいの有無を超え、隔たりを感じないでボッチャを楽しんでいることを実感する。</li> <li>・ボッチャなかまができることを目指す。</li> </ul>	渡辺文子（西東京市スポーツ指導員、障がい者スポーツ指導員、くるみ学級活動支援員）、西東京市スポーツ指導員

23	谷戸	地域防災講座 防災Jr.リーダー養成講座	3	12月4日 12月18日 令和4年1月8日 土曜日 14時～16時30分 全3回	・高齢社会において、地域の中で青少年が、防災のノウハウを学び地域防災を通して関係性を育む機会とする。 ・講座の中で学習成果を発表し、ロビー展示を行うことで、地域における防災意識の向上につなげる。	小野修平（ジョージ防災研究所代表）
24	ひばりが丘	上映会 ドキュメンタリー映画 「毎日がアルツハイマー ザ・ファイナル 最期に死ぬ時。」	1 2	10月4日 月曜日 <午前の部> 10時から11時50分 <午後の部> 13時30分から15時20分	映画鑑賞とその後の意見交換会	
25	ひばりが丘	思春期の子どもに向き合うための講座 アドラー心理学から学ぶ 笑顔になる勇気づけの子育て	1 2	10月6日 10月13日 10月20日 水曜日 10時から12時 全3回	思春期特有の精神状態を理解した上で、アドラー心理学によるコミュニケーションの取り方を学ぶ。	辻川牧子（アドラーカウンセラー、ELM勇気づけトレーナー）
26	ひばりが丘	高齢者の課題を考える講座 コロナに負けない健康づくり2 ウォーキングとラジオ体操で気軽に運動習慣	1 2	10月20日 10月27日 11月10日 水曜日 13時30分から15時30分 全3回	ウォーキングとラジオ体操の基礎を学び、屋外で身体を動かす気持ちよさを体験する。併せて継続するための動画の活用法について学ぶ。	一般社団法人日本ウォーキング協会健康ウォーキング指導士 いこいの森体操会所属全国ラジオ体操連盟認定指導士
27	ひばりが丘	親子で楽しいベビーヨガ &ストレッチ	1	11月4日（木曜日） 10時から12時 11月5日（金曜日） ①10時から11時 ②11時30分から12時30分 3回	親子でマッサージやヨガを行い、心身をリラックスさせるとともに、産後の身体の変化についての講義やストレッチ、抱っこについてのアドバイスなどを学ぶ。	中島千草（一般社団法人日本マタニティフィットネス協会認定「ママヨガ」「ベビービクス&ベビーヨガ」インストラクター）

28	ひばりが丘	創作講座 地元を再発見！まち歩き 地図づくり	1 3 4	11月13日から 12月11日まで 土曜日 14時から16時 全5回	まち歩きのコツを学び、地元商店街を取材して 地図をつくる。取材に協力してもらった商店街 の方々を招いて発表と交流の時間をもつ。	高橋美江（イラストレーター、 日本地図学会評議員）
29	ひばりが丘	子育て中の女性のための 講座（保育付き） 日本の伝統造形文化に親 しむ ～折り紙でつくる地域と のつながり～	1 3	11月19日から 令和4年2月18日 金曜日 10時～11時45分 全10回	・手軽に取り組める折り紙をツールに、自分と 向き合う時間を持つことと共同で制作するこ とを通して、自分と他者とのかかわりを見つめ直 す。 ・地域で30年以上活動するサークルとの世代 間交流により、地域とのつながりや将来像を主 体的に考え学ぶ機会とする。	國松豊子（日本折紙協会認定折 紙講師）
30	ひばりが丘	ひばりが丘公民館サーク ル見学会	1 3	令和4年 1月12日(水)から 2月9日(火)	公民館で行われているサークル活動を、公民館 に未だ足を運んだことのない人をはじめ市民に 広く知ってもらう機会として、また、地域で学 ぶ、地域で繋がるという市民の学習や地域交流 への意欲を満たすための情報・機会を提供する ために、サークル見学会を開催する。	
31	保谷駅前	【共催事業】 多文化カフェ イギリス出身のサリーさ んが語る日々の暮らし ※「西東京にほんご教 室」との共催	1 2 3	9月11日 土曜日 10時から12時	・イギリスと日本の違いや、アメリカのウエ ストバージニア州のアパラチア地域と日本の文 化・考え方の違いを聞く。 ・来日して戸惑ったことや困ったこと、うれし かったことなどを聞き、地域に暮らす外国人が 何を思っているのか知る。	サリー・ニューナム（イギリス のハンプシャー州出身）
32	保谷駅前	現代的課題を考える講座 ゆっくと未来に向かお うパート3	2 3 4	10月10日から 10月31日 日曜日 10時から12時 ほか 全5回	・講師による講義とワークショップ、グループ 討議 ・最終日に子どもの参加を想定した進路相談あ り。	長谷川俊雄（白梅学園大学教 授、ソーシャルワーカー）、高 島美希（産業カウンセラー）、 守矢俊一（聖進学院学院長）、 田崎吉則（つくしの会）、 中山裕子（IPPO不登校を考える 親の会）、小林智幸（西東京市 「でこぼこ」代表）

33	保谷駅前	第12回 駅前フェスタ 2021 つなぐ 広がる 笑顔の和	1 3 4	10月16日(土) から 10月23日(土)	展示中心の発表	
34	保谷駅前	環境講座 土づくりと植物の不思議 種子にびっくりダネ!	2 3 4	10月28日から 11月18日 木曜日 14時から16時 全4回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域で活動する個人・団体の協力を得ながら、下保谷四丁目特別緑地保全地区で開催する。</li> <li>・屋敷林の敷地内に生息する植物を観察し、実生を利用した寄せ植えを体験。土づくりの基礎を学ぶ。</li> </ul>	高橋いく(高橋家屋敷林保存会)(アシスタント:高松久子、菊池洋子) 松本 聡(東京大学名誉教授、農学博士) 多田多恵子(植物生態学者、東京農工大学講師、NHK子ども科学電話相談回答者)
35	保谷駅前	人権講座 子どもの権利を考える	1 2	11月21日 11月28日 12月5日 日曜日 10時から12時 全3回	講師から国連「子どもの権利条約」と「西東京市子ども条例」の講義を受け、次のステップとして、グループに分かれ、まちに出て子ども目線でウキウキする場所とガッカリする場所を探し写真に撮る。それを地図に落とし込んでウキウキマップとガッカリマップを作成し、それをもとに西東京市長宛の提言作りに挑む。	野村武司(西東京市代表子どもの権利擁護委員、東京経済大学教授、弁護士)