

令和4年度高根台公民館事業報告

令和4年9月21日～令和4年12月20日

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】

○ねらい：学校週5日制に対応した事業として実施するもので、公民館や地域団体が連携を図り、子供たちにスポーツや文化に親しんでもらうと共に、子供同士の交流を深める。（共催：青少年課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月8日(土)	9:30～11:30	簡易テントづくりとアウトドアのゲーム、遊び	ボーイスカウト 船橋第6団	9 (男4・女5)	5/10
11月19日(土)	13:30～15:00	子供映画会	公民館職員	18 (男7・女11)	6/10
12月17日(土)		クリスマス飾りを作ろう	あそびの文化祭	13 (男3・女10)	7/10

【小学生の公民館サークル体験学習】

○ねらい：公民館で活動する社会教育関係団体の学習(社会教育活動)を、高根台第三小学校の3学年に体験してもらい、学習内容の習得や地域住民との異世代交流を図る。また、社会教育関係団体は日頃の「学習成果の活用場」として、小学生は地域の人と交流し、社会教育を体験するという「総合学習の一環」としての、学校教育と社会教育の連携事業とする。（共催：高根台第三小学校）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
12月2日(金)	9:45～11:15	サークル体験	高根台公民館登録の社会教育関係団体	108 (男43・女65)	1/2
12月16日(金)				103 (男41・女62)	2/2

○評価：例年公民館を会場にし、2～5日間程度行っているが、今年度は公民館の改修工事と学校側の都合により、高根台第三小学校で2日間行った。高根台公民館を拠点とする社会教育関係団体のうち大正琴、茶道、太極拳、フラダンスなど7種類のサークルに講師として授業を行ってもらった。子どもたちは普段行っていない活動を行うことができ、また、普段関わらない大人との関わりを経験することができ、意義深いものになった。

【親子和風づくり教室】

○ねらい：日本の伝統文化である竹と和紙を使った和風を親子で作り、手作りの楽しさを知るとともに親子の交流を図る。（共催：生涯学習コーディネーター連絡協議会中部ブロック）

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月11日(日) 中止	13:30～16:30	和風づくり	日本の風の会会員 隅田忠夫	—	1/1

○評価：年末の恒例事業であるが、講師の都合により中止となった。伝統文化を学ぶとともに、親子で参加で

きる有意義な事業であることから、次年度以降実施できるように努めていきたい。

【総合学習支援事業】

○ねらい：少子高齢化が進む地域の状況の中で、子供たちの健やかで健全な成長を願い、学校と地域が協力して、高根台第二小学校で実施される総合学習を支援していく。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月1日(火)	9:30~12:10	おはなし会	ゆか下文庫と仲間たち代表 阪本啓子	92 (男 46・女 46)	1/6
11月2日(水)				89 (男 38・女 51)	2/6
11月4日(金)				97 (男 54・女 43)	3/6
11月7日(月)				97 (男 54・女 43)	4/6
11月9日(水)				85 (男 43・女 42)	5/6
11月11日(金)				81 (男 35・女 46)	6/6

○評価：読み聞かせでは、本の世界に入りこむことができた。また、おすすめの本もたくさん持ってきていただき、一人ずつ本に触れられて読書に親しむよい機会となった。

《成人》

【歴史講座】

○ねらい：船橋市市内の街道に焦点を当て、その歴史、文化財など船橋の再発見を目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月17日(木)	15:30~16:45	高根台地区の歴史を知る	郷土史研究家 山本稔	19 (男 7・女 12)	1/3
11月30日(水)	9:30~12:00	街歩きを行い高根台地区の歴史や 魅力を再確認する		14 (男 6・女 8)	2/3
12月7日(水)				6 (男 2・女 4)	3/3

○評価：縄文時代から団地が建設されるまでの高根台地区の歴史について、散策を通じて実際に指標や碑を目にしながら確認することができ、受講者からも好評だった。定員には満たなかったが、散策ではお互い知らなかった相手と自然と会話することができ、交流を図る姿が見られた。

【就学時健診等における子育て学習】

○ねらい：就学予定児童を持つ保護者が、子供の成長発展への理解や基本的な生活習慣の大切さを理解し、家庭教育を見直す機会とする。
(共催：高根台第二小学校、高根台第三小学校)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月22日(火)	13:20~13:50	高根台第三小学校 「子供のしつけ、家庭内でのルールについて」	人権擁護委員 佐藤絹子	65	1/1
11月30日(水)	14:10~14:50	高根台第二小学校 「小学校入学までのしつけ、家庭のルール作りについて」	健伸学院常任理事 渡邊登代子	84	1/1

○評価：子供のしつけ、家庭のルール作りについて、あらためて講師の方からの講話を聴くことで再認識できる良い機会になっている。

《高齢者》

【ゆりの木大学】

○ねらい：高齢者が生きがいのある生活を送るために、学習と交流を通して知識等を身につけるとともに、お互いの親睦を図り生涯学習の場とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月21日(水)	10:00~11:30	健康を保持しよう(班別)「 ^{からだ} 身体に優しい健康体操」	県生涯スポーツ公認指導員 山岸玲子	28 (男3・女25)	5/5

○評価：今年度の「ゆりの木大学」は、改修工事の関係から9月で終了した。新型コロナウイルス感染症の影響も少なくなってきたことから、130名定員で募集したが112名であった。また、全5回予定していたが、8月の「感染症のはなし」では医師の都合により中止となり、やや寂しい内容となってしまった。しかしながら、各回とも出席率は良く、参加された方々が積極的に交流を図る姿が見られた。

《その他》

【中部地区公民館4館合同事業 公民館をクリスマスで彩ろう！】

○ねらい：中部地区4公民館(高根台、夏見、高根、新高根)が合同で事業の企画、実施、評価等を行い、事業の在り方を考える。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
12月10日(土)	10:00~11:30	公民館の窓ガラスにペンでクリスマスアートを描く	公民館職員	夏見 (子17・親5) 高根 (子16・親6) 新高根 (子14・親7)	1/1

○評価：合同事業の目的のひとつに各館事業担当者のスキルアップがあるが、会議で企画からリハーサルまで綿密な打ち合わせを行い、円滑に進めることができた。今事業は、webexで各館を中継しながら、描いている様子や完成後のインタビューなどを実施し、とても有意義な手段であった。

作品は、窓ガラスいっぱい個性あふれるクリスマスが表現され、集中して取り組む子どもの姿や、

時には親がペンをとって色付けしている姿も見受けられ、満足いく様子であった。引き続き公民館を利用する機会が比較的少ない世代や、親子で楽しめる事業などを計画し、新たな利用者層の拡大や公民館の利用促進につなげていきたい。

【子育て講座「にこにこワイワイ子育てキャンパス」】

○ねらい：ストレスのたまりがちな育児の中で、自分自身の再発見やリフレッシュができるような学習内容を提供する。また、核家族化が進む中で育児の相談相手がなく母親等が孤立する傾向があるが、同じ悩みをかかえる方たちの交流と情報交換の場としていく。

(共催：高根台子育て支援センター・高根台児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月4日(火)	10:00~11:00	乳幼児に関する講話	中央保健センター職員	10 (男6・女4)	5/7
11月2日(水)		のびのびヨガ	ヨガインストラクター 木下百合枝	20 (男4・女16)	6/7
12月3日(土)	①10:00~10:35 ②11:00~11:35	クリスマス会	児童ホーム・子育て支援センター・公民館職員	①33 (男13・女20) ②35 (男11・女24)	7/7

○評価：乳幼児を持つ保護者のストレス発散の場、母親の交流、情報交換の場として機能している。昨年度から年間を通しての募集ではなく、回ごとの募集としており、新型コロナウイルスの影響により、今年度も定員を制限し開催した。回ごとの募集だと興味のあるもののみ参加できるが、ヨガやフラダンスなど子どもと一緒に参加できたり、ストレス発散になったりするようなものは定員が埋まりやすく、講和や読み聞かせなどは定員が埋まりにくい傾向があった。

令和4年度夏見公民館事業報告

令和4年9月21日～令和4年12月20日

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー】

○ねらい：学校の放課後事業として実施する。子供たちがスポーツや文化活動に参加し、豊かな心や健全な精神を養うことを目的とする。（共催：青少年課、夏見公民館ハッピーサタデー実行委員会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月24日(土)	10:00～11:30	ニュースポーツを体験しよう	夏見地区スポーツ推進委員	感染懸念で実施せず	5/11
10月22日(土)		かんたん工作	青少年相談員夏見地区	感染懸念で実施せず	6/11
11月13日(日)	9:30～14:30	八栄秋祭り 縁日・ゲーム逃走中 他	八栄小学校 お父さんの会 他	355 (子供240 ・大人115)	特/11
11月19日(土)	10:00～11:00	こども環境教室 地球温暖化についての体験学習	環境政策課 環境保全課職員	20 (男9・女11)	7/11

《成人》

【ひまわり幼稚園母の会家庭教育セミナー】

○ねらい：子育てに関する現代的な課題に焦点をあて、親としての役割や子供への接し方、また、親として自分を磨くことの大切さを考える。（共催：ひまわり幼稚園母の会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月29日(木)	10:00～12:15	スワッグ or リース製作	(株)光栄堂	感染懸念で実施せず	2/3
11月11日(金)	10:00～11:30	マオビクス ピラティスを基本とした運動	MAOBICS インストラクター 山本あかね	15 (男0・女15)	3/3

○評価：第2回目については感染拡大の兆候があり、講師、母の会と協議した結果、実施しないこととした。

3回目は保護者を対象にピラティスをベースにしたエクササイズである「マオビクス」を実施し、保護者たちは日々の育児による疲労解消と普段交流のない保護者同士コミュニケーションをとれたことにより、地域力の向上の一助となったと思われる。

母の会と実施内容と感染防止策に注意しながらテーマ、運営方法について協議を重ね、2回実施できたことは大きな収穫となった。

来年度以降も密に協議を重ね、目的とニーズを考慮し計画をしていきたい。

【八栄小学校PTA家庭教育セミナー】

○ねらい：子育てに関する現代的な課題に焦点をあて、親としての役割や子供への接し方、また、親として自分を磨くことの大切さを考える。
(共催：八栄小学校PTA)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月18日(火)	10:00~11:30	男の子の性・女の子の性 ～思春期・反抗期を迎える 子供たちとどう向き合 う?～	助産師・思春期保健 相談士 鶴岡江利子	27 (男1・女26)	2/3

○評価：第3回目については小学校との協議の結果、感染拡大の懸念があったため開催を見送ることとした。驚くほど速い子どもの心身の成長を肌で感じながらも、性の知識や伝え方について戸惑う親が多く、関心や要望が非常に多かったため今回のテーマとした。講師はイラスト等でわかりやすく図解され、参加者の疑問に向き合い分かりやすい事案を交えるなど共感を得ながら双方向型の進め方をしていただき、また個別相談の時間を潤沢にとっていただくなど、参加者にとって満足度が高いだけでなく、即戦的知識として身につけていたようであった。

3年ぶりとなった当講座だが、PTAとの密な協議を重ね、2回実施できたことは非常に実りあるものとなった。

【八栄小学校 就学時健診等における子育て学習】

○ねらい：家庭や地域の教育力低下が指摘される中、多くの保護者が参加する就学時健診の機会をとらえて子育て学習を実施し、家庭教育の向上を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月9日(水)		子育て講演会		感染懸念で 実施せず	1/1

【夏見台小学校 就学時健診等における子育て学習】

○ねらい：家庭や地域の教育力低下が指摘される中、多くの保護者が参加する就学時健診の機会をとらえて子育て学習を実施し、家庭教育の向上を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月9日(水)	13:20~14:00	子育て講演会 子供の心に寄りそう親として	保育士 NPO法人JASH日本性 の健康協会 代表理事 あみちえ(橋本知枝)	95 (男2・女93)	1/1

○評価：日々の育児で見落としがちな子どもの感情、理解できない行動について、頭ごなしに否定するのではなく、「なぜ？」ときちんと問いかけてあげることで自己肯定感の向上につながるなど、子どもの感情に寄り添った接し方を実際の事例を踏まえわかりやすく説明していただいた。アンケート結果についても、とても参考になった、やや参考になったが約97%であり、保護者にとって大変有益なものになったと思われる。

【座 よさこいエクササイズ】

○ねらい：土曜日午後に、座よさこいを中心とした運動をしながら参加者相互の親睦を深めるとともに、家でも続けられる日常運動について習得する。

月 日	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月8日(土)	13:30~14:30	座ったまま踊れる「よさこ	健康運動指導士	12 (男3・女9)	1/6

10月22日(土)		い」を主とした日常生活で続けられる運動メニュー	渡辺美奈子	18 (男5・女13)	2/6
11月12日(土)				12 (男3・女9)	3/6
11月26日(土)				16 (男3・女13)	4/6
12月10日(土)				14 (男2・女12)	5/6

【人生100年のマネープラン】

○ねらい：平均寿命が延伸化する現代社会を生き抜くための自己資産形成能力について学ぶ機会を提供する。
会場参集とオンラインの参加形態選択講座。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月22日(木)	10:00～11:30	自己資産形成に関する知識や方法についての講義	日本証券業協会金融・証券インストラクター 工藤清美	15 (男7・女8)	1/1

○評価：人生100年時代に必要な自己資産形成能力の知識を学ぶ講座として新規立案した事業で、講師来館、参加者は来館、オンライン配信のハイブリッド形式で実施した。NISA や IDECO の制度や税金面のメリット、株式、インデックス投資等の資産運用の方法等、聞いたことはあるがなかなか実践にいたらない知識をかみ砕いて説明していただいた。

オンライン対応型事業ということで、情報資産を扱う事業のため計画や運営等、準備に苦労したが、アンケート結果からも好評の声をいただいたことは公民館としても大きな財産となった。

今後も時代のニーズに沿った事業を立案していきたい。

【夏見歴史ウォーキング】

○ねらい：夏見地域の文化的・歴史的地域を散策することで地域の知識を深めるとともに、健康の増進の一助とする。
(共催：郷土資料館)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月17日(木)	13:30～16:30	夏見地域周辺の史跡等の説明を受けながら、歩いて散策	郷土資料館学芸員 小田真裕	14 (男8・女6)	1/1

○評価：郷土資料館共催、中部地区コーディネーター協働事業。夏見管内の史跡を実際に歩いて説明を受けることで、地域についての教養の向上と心身の健康増進につなげるため、立案した。講師は管内に点在する史跡について、記されている古文書の内容や沿歴を1つ1つ丁寧に説明されていた。参加者は新たな地域の発見について大変感激されており、街歩き講座は非常にニーズの高いものであることがうかがえた。今後も地域の特性や財産を活かし、地元愛を向上できるような事業を立案していきたい。

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：「ふなばしシルバーリハビリ体操」初級指導士養成講習を終了し「体操指導士」に認定された方を講師に、地域の高齢者を対象にして適切な運動を取り入れ、高齢者の健康づくり及び介護予防の一助とする。また、参加者相互の親睦と交流を深める機会とする。
(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
--------	-----	-----	-----	------	----

10月6日(木)	① 9:50 ～10:30	体操を通じた健康づくり	ふなばしシルバーリ ハビリ体操 初級指導士	25 (男10・女 15)	4/8
12月1日(木)	②11:00 ～11:40			18 (男8・女10)	

【ライフホップ DE 昭和歌謡体操】

○ねらい：高齢者に馴染みのある歌謡曲にのせて身体を動かすことで、フレイル（老化による筋力や働きの低下）予防の一助とするとともに地域の参加者同士で交流を深める機会とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月20日(木)	13:30～14:30	思い出の昭和歌謡に合わせたの体操	ダンスインストラクター 湯浅美津子	12 (男0・女12)	6/10
11月16日(水)				10 (男0・女10)	7/10
12月15日(木)				12 (男0・女12)	8/10

【夏見寿大学・前期】

○ねらい：高齢者が健康を維持し教養を高め、生きがいのある豊かな生活を送れることを目的とする。また、地域の親睦と交流を深める機会とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月13日(木)	10:00～11:30	民謡を楽しもう 閉講式	歌手 坂本りえ	29 (男6・女23)	5/5

○評価：コロナ禍の影響により定員を半数の40名に絞り、参加の機会を広げるために今年度は前後期制各5回とした夏見寿大学前期が終了し、閉校式では登録者38名のうち全日程出席者21名を皆勤賞として手作りの賞状を授与し大変喜んでいただいた。全体を通して楽しみ学ぶ形態の授業への評価が高い傾向にあり、次年度も社会状況を踏まえつつ地域のニーズを反映したカリキュラム構築を目指すものとする。

【夏見寿大学・後期】

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月10日(木)	10:00～11:30	開講式 交通安全教室及び防犯講話	船橋警察署署員 市民安全推進課職員	34 (男8・女26)	1/5
12月8日(木)		腹話術&マジック	友拡動幸会 齋藤和文	33 (男7・女26)	

【初心者向けスマホ講座】ジェイコムAU

○ねらい：携帯電話のみならず、情報機器として普及しているスマートフォンを体験し、インターネット検索やメール・LINE・SNS などコミュニケーションツールとしての活用までを学ぶことで情報の有効活用と生活上の利便性向上を図る。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月25日(金)	14:00～16:00	初心者向けスマホ講座	(株)ジェイコム千葉 YY 船橋習志野局職員	3 (男1・女2)	2/2

○評価：8月の第1回目に引き続き、実施した。電源のつけかたからカメラ、動画再生アプリの使い方、便

利なアプリの入手方法やLINEの使い方まで、参加者は怖かったスマートフォンの操作の敷居が下がり、安心して触れるようになった、と大変喜ばれていた。

今回の講座は機種関係なく自身のスマートフォン持ち込め、サポート講師も複数おり、不明点があれば気軽に質問できるような講座だったため、大変質の高い事業となり、デジタルデバインド対策の一助になったものと思われる。

【初心者向けスマホ講座】ソフトバンク

○ねらい：携帯電話のみならず、情報機器として普及しているスマートフォンを体験し、基本操作とLINE(ライン)を体験し、コミュニケーションツールとしての活用までを学び生活上の利便性向上を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
12月14日(水)	10:00~12:00	スマホの基本とライン体験	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	15 (男6・女9)	1/1

○評価：デジタルデバインド対策として、スマートフォンの基本と発展的にLINEの使い方を教えていただく講座として企画した。

コミュニケーションツールアプリとして広く使われているLINEの操作の基本や便利な使い方を学ぶことにより、参加者にとっては家族や知人とのコミュニケーションが不足しがちな昨今、有用な知識を得る機会になったようである。

《その他》

【親子DEリトミック】

○ねらい：幼児を持つ親と子が様々な遊びと学習を通じて触れ合い、愛情ある子供への接し方、健全な子供の育成となるよう支援する。また、子育て中の保護者同士の交流を通じて、孤独感やストレスの解消を図る。
(共催：夏見児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月19日(水)	10:30~11:00	2・3歳児とその保護者を対象としたリトミック教室	リトミック講師 安田 洋子	10組 (男4・女20)	2/2

○評価：6月に1回目を行い、各回募集にて親子に参加していただいた。音楽に合わせて親子で体を動かしたり、スティックやタンバリンを使ってリズムをとるなど、オルガン伴奏とともに楽しい時間を過ごした。参加の子供たちも生き活きとリズムをとり、母親とのふれあいに興じていた。児童ホームを会場とすることで、普段通う場所で講師指導の教室に参加できると母親たちから好評を得ている。

【シネマなつみ】

○ねらい：身近な場所で名画鑑賞の機会を提供し、サークルや団体に属していない地域の方々の来館機会の増加を図る。上映作品は社会教育課(旧視聴覚センター)所蔵の教材を利用。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月19日(水)	13:30~15:40	麦 秋 昭和26年 松竹 124分 出演 原節子 笠智衆 他	公民館職員	19 (男2・女17)	7/12
11月18日(金)	13:30~14:45	おくりびと 平成20年 131分 出演 本木雅弘 広末涼子 山崎努 他		26 (男3・女23)	8/12

【夏見公民館まつり】

○ねらい：当館利用団体の活動成果の発表とともに各団体の交流及び親睦を図る。また、各種催し物や展示・発表をとおして地域の文化活動の醸成を図る。
(共催：夏見公民館まつり実行委員会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
--------	-----	-----	-----	------	----

10月28日(金)	15:00~21:00	卓球交流会、展示搬入、発表リハーサル	—	168	1/1
10月29日(土)	11:00~16:00	舞台発表、作品展示、ピアノとヴァイオリンのミニコンサート	—	713	
10月30日(日)	11:00~16:30	舞台発表、作品展示、ソプラノとピアノのミニコンサート	—	828 3日計 1,709	

○評価：第40回、41回は新型コロナウイルス感染症拡大により中止となり、3年ぶりの開催となった。

参加団体が減少する中、夏見公民館利用協議会役員や出演・出展サークルの担当者を中心に実行委員会を組織し、半年前から複数回に及ぶ検討会を経て実現にいたった。

全3日間のうち初日は卓球交流会、2、3日目は出演・出展の発表となったが、外部演者のミニコンサートをプログラムに取り入れたり、ロビーや階段に管区の小学生の絵画や研究作品の展示や、館内に季節に合った装飾を凝らす等、過去の経緯に囚われず、来館者や参加者に楽しんでいただけるような様々な工夫を凝らした。実施後も実行委員会で反省会を行い、良かった点、悪かった点を共有し、次年度への課題を協議した。

【学習フリースペース・空き部屋開放事業】

○ねらい：夏見公民館ロビーの学習フリースペース及びフリースペースが一杯の場合に空き部屋を開放する事業を実施し、公民館への来館機会を増やし、児童・生徒、学生及び成人の学習場所を提供する。利用時間は、小学生17:00まで、中学生18:00まで、高校生以上21:00まで。

月 日()	開設時間	内 容	参加者数	備考
9月1日(木)~ 9月30日(金)	9:00~21:00	学習フリースペース 及び空き部屋の提供	小学生 5人 中学生 0人 高校生 0人 成人 14人 計 19人	6/12
10月1日(土)~ 10月30日(日)			小学生 0人 中学生 1人 高校生 0人 成人 22人 計 23人	7/12
11月1日(火)~ 11月30日(水)			小学生 4人 中学生 2人 高校生 1人 成人 15人 計 22人	8/12
12月1日(木)~ 12月20日(火)			小学生 5人 中学生 0人 高校生 0人 成人 13人 計 18人	9/12

【公民館だより「なつみ」発行】

○ねらい：夏見公民館の広報活動として、地域住民に公民館活動の情報を提供し、学習への興味関心を高める。また、各事業への参加を促す機会とする。

月 日()	内 容	配布先	部数	備考
10月	文化祭特集 他	夏見・夏見台地区	11,000	3/4

令和4年度高根公民館事業報告

令和4年9月21日～令和4年12月20日

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】

○ねらい：青少年にスポーツや文化に親しんでもらうとともに子供同士の交流の場とする。

(共催：青少年課・金杉台児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月22日(土)	10:00～12:00	おこづかい帳をつけて みよう～オリジナル貯 金箱も作るよ～	知るポルト(千葉県金 融広報委員会)	9 (男1・女8)	5/10
11月12日(土)	13:30～15:30	キンボールをやってみ よう	船橋市キンボール連盟	28 (男8・女20)	6/10
12月17日(土)	①13:30 ～14:30 ②15:00 ～16:00	クリスマス工作	岩元真美	①15 (男5・女10) ②13 (男4・女9)	7/10

【青少年向け卓球開放】

○ねらい：青少年の健全育成及び居場所づくりを目的に事業を開催する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月1日(土)	15:00～18:00	青少年向けに卓球台を 開放	—	8 (男6・女2)	6/11
11月12日(土)				2 (男1・女1)	7/11
12月10日(土)				4 (男2・女2)	8/11

【空き部屋開放事業】

○ねらい：青少年の健全育成及び居場所づくりを目的に事業を開催する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月21日(水)～ 9月30日(金)	9:00～21:00	青少年向けに当日の空き部屋を開放し、 学習場所として提供	—	0 (男0・女0)	6/12
10月1日(土)～ 10月31日(月)				0 (男0・女0)	7/12
11月1日(火)～ 11月30日(水)				1 (男1・女0)	8/12
12月1日(木)～				0	9/12

12月20日(火)				(男0・女0)	
-----------	--	--	--	---------	--

《成人》

【一般向け卓球開放】

○ねらい：一般向けに講堂で卓球開放を行い、地域住民の健康増進と交流の機会を設ける。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月24日(土)	15:00~18:00	一般向けに卓球台を開放	—	7 (男4・女3)	5/11
10月22日(土)				12 (男4・女8)	6/11
11月26日(土)				9 (男5・女4)	7/11

【高根女性の健康を考える講座】

○ねらい：女性が健康的な生活を過ごすために、様々な内容の学習や体験を行う。

(合同事業：明治安田生命)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
9月22日(木)	10:00~12:00	必要な栄養素は取れていますか？バランスのよい食事の組み合わせで家族も健康に	明治安田生命保険相互会社社員	7 (男0・女7)	2/3
9月29日(木)		ヨガ体操	ヨガ講師 林康子	13 (男0・女13)	3/3

○評価：女性が気になる老化や身体に必要な栄養素などの学習をとおして、自分自身の健康を見直すいい機会になったと思われる。ベジチェックと血管年齢測定の機器により、野菜の摂取量と血管年齢の測定を行い、自身の状態を確認することができたのも有意義であった。

【「睡眠」と「健康」を知る講座】

○ねらい：睡眠と健康の関係とよい睡眠をとるための睡眠環境を学習し、睡眠に関する悩みを解決する。

(合同事業：明治安田生命)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月21日(金)	13:30~15:00	人生100年時代！暮らしに役立つ睡眠と健康の知恵袋	明治安田生命保険相互会社社員	18 (男3・女15)	1/2
10月28日(金)		よい睡眠とれていますか？ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ！		16 (男3・女13)	2/2

○評価：ストレスや加齢で睡眠に関する悩みを感じている人が多いことを考慮し、実施した。睡眠不足の原

因を考え、よりよい睡眠を取るためにはどのような方法を実践すればよいか、クイズを交えながら学習した。資料もわかりやすく作られていて、参加者のほとんどの人が講座に満足できたと答えていた。

【金杉小学校父母と教師の会家庭教育セミナー】

○ねらい：子供を育てる上で親としての必要な心がまえや接し方、留意点など家庭教育について学習する機会を提供する。(共催：金杉小学校父母と教師の会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月20日(木)	10:00~12:00	子育てに役立つアロマの効用についての講話とアロマスプレー作り	アロマ講師・セラピスト 横山恵子	23 (男1・女22)	1/2

【就学時健診等における子育て学習】

○ねらい：多くの保護者が参加する就学時健診の機会をとらえて、子育て学習を実施し、家庭教育の向上を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月8日(火)	13:40~14:20	金杉小学校就学時健診等における子育て学習「子どもとの接し方について」	行田中学校 元校長 佐藤絹子	35 (男2・女33)	1/3
11月11日(金)	13:30~14:15	金杉台小学校就学時健診等における子育て学習「家庭でのしつけ 子供にかける愛情」	金杉台小学校 元校長 加藤悦子	35 (男4・女31)	2/3
11月17日(木)	13:40~14:10	高根小学校就学時健診等における子育て学習「よい小学生が育つ3つのポイント」	健伸学院常任理事 渡邊登代子	38 (男2・女36)	3/3

○評価：参加者アンケートでは、3校ともに80%以上の回答が得られた。「感動した」「参考になった」などの意見が多く、講師の話を深く受け止めていた。子育て学習で聞きたい話しは「子どもの生活リズム」「しつけ」「子どもの遊びについて」の内容の話が聞きたいという意見が多かった。アンケートの回収方法についても、事前に小学校と話し合いをして、スムーズに回収ができるようにしたい。また、保育ヘルパーについて、学校によって遊具等がなく、預かった幼児を遊ばせる遊具を事前に準備する必要があることがわかり、次年度の課題にしたい。

【たかね手作り工房】

○ねらい：作品を手作りすることで手や目の運動機能を維持し、作品を進める段取りを考えることにより脳機能を活性化し記憶障害や認知症の予防、作品に集中することで余計な思考を抑えてストレスの軽減につなげることを目的とする。また作品を完成することで達成感と手作りの喜びや同じ趣味を持つ人同士のコミュニケーションの充実を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
12月2日(金)	10:00~12:00	しめ縄飾り	フラワーアレンジメント講師 越智恵美子	20 (男0・女20)	1/2
12月9日(金)		新聞紙で作るバッグ	しまんと新聞ばっぐインストラクター 菊野千寿子	13 (男0・女13)	2/2

○評価：今回はしめ縄飾りと新聞紙で作るバッグの制作を行った。まったくタイプの違う内容の制作であったので、とても、楽しく受講できたという参加者の感想が多く、全員が講座に満足していた。

しめ縄飾りは2~3種類の材料からしめ縄につける飾りを自分で選ぶことができたので、それぞれの個性が出た作品となった。正月にすぐに飾れると大変喜ばれた。

新聞紙バッグは四国、高知県の四万十川流域の町で生まれたもので、川が汚れていくことを心配した地元の人たちがビニール袋ではなく、リサイクルのできる新聞紙でバッグを作ることを考えたものである。新聞紙の色が付いている部分を利用して、折って糊付けして作る。また、持ち手も新聞紙を細く丸めたものを使用する。大きなものから小さいもの、ワインの瓶が入るものなど、紙の大きさや材料の新聞紙の模様によって多種多様な袋を作ることができるのも、面白いところである。参加者は新聞紙からバッグを作ることができることに感動していた。

《高齢者》

【高根寿大学】

○ねらい：高齢者が生きがいのある生活をおくるために、地域の高齢者の方の学習と交流をとおして、お互いの親睦を図り生涯学習の場とすることを目的に開設する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月16日(日)	8:30~12:00	グラウンドゴルフ	—	35 (男11・女24)	5/10
11月9日(水)	13:30~15:30	国の遺跡、取掛西貝塚を知ろう	文化課	30 (男11・女19)	6/10
12月3日(土)	13:30~14:00	高根中学校吹奏楽部コンサート	高根中学校吹奏楽部	25 (男5・女20)	7/10

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：高齢になってもいきいきとした生活を続けるためには、日々の生活の中で運動機能の低下や生活習慣病の予防が必要となってくる。ふなばしシルバーリハビリ体操を行うことにより、加齢によって起きる身体機能や痛みを防ぐことを目的に開催する。(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月17日(木)	① 9:50~10:30	ふなばしシルバーリハビリ体操	ふなばしシルバーリハビリ体操指導士	①5 (男0・女5)	4/8
	②11:00~11:40			②3 (男0・女3)	

【はじめてのスマホ体験「スマホの基本とLINE体験」】

○ねらい：地域住民を対象とし、スマートフォンの基本操作や安全で役に立つアプリ、さらにLINEについて学ぶ。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
12月8日(木)	10:00～12:00	スマホの基本とLINE体験	ソフトバンクスマホアドバイザー	8 (男0・女8)	2/3

《その他》

【ふれあいサロンほほえみ】

○ねらい：地域住民のふれあいの場づくり

(共催：高根・金杉地区社会福祉協議会)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月17日(月)	10:00～12:00	指体操、脳トレ、輪投げ 他	高根・金杉地区社会福祉協議会 ふれあいサロン 部会	9 (男0・女9)	6/11
11月14日(月)		指遊び、軽体操、脳トレ 他		8 (男1・女7)	7/11
12月12日(月)		指体操、お誕生日祝い 他		10 (男2・女8)	8/11 5/8

【子育てサロンすくすくひろば】

○ねらい：0歳～未就学児と保護者を対象に、仲間づくりと交流の場とする。

(共催：高根・金杉地区社会福祉協議会)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月21日(金) コロナ感染症 対策の為中止	10:00～12:00	親子ヨガ	高根・金杉地区社会福祉協議会 子育てサロ ン部会	—	3/6
12月9日(金) コロナ感染症 対策の為中止		クリスマス会			4/6

【第43回たかね文化祭】

○ねらい：高根公民館文化祭実行委員会、高根公民館主催による社会教育関係団体の活動発表の場及び各関係団体の親睦と交流を図る場とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
10月8日(土)	10:00～16:00	各サークルの発表、展 示、模擬店	—	246	1/2
10月9日(日)	10:00～15:00			421	2/2

○評価：平成30年度以来、4年ぶりの開催となった。新型コロナウイルス感染症対策のため飲食は不可とし

た。模擬店では金杉小の「ひまわり憩いの広場の会」が作ったひまわり油の販売を初めて行った。展示には8団体が参加した。発表では両日ともに参加した団体が少なく、今までになく早めに終了してしまっ。地域住民には広報、館報で周知を行ったが、新型コロナウイルス感染症の影響で、来館者数が以前より少なかった。

【福祉まつり】

○ねらい：地域の関係団体等との交流を通じて、地区社協の事業紹介や健康相談、アトラクション等を行うことで、啓発活動に努めるとともに、福祉への関心を高めることを目的とする。

(共催：高根・金杉地区社会福祉協議会)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月13日(日)	10:00~14:00	御滝中学校管弦楽演奏、 日本舞踊、模擬店、バザー、 地区社協事業PR 他	御滝中学校、一色社中 他	368	1/1

○評価：新型コロナウイルス感染症対策の下での開催であったが去年より大規模で実施できた。中学・高校生のボランティアも参加者数が多く、将来的にも次世代の参加者につなげることができた。御滝中の管弦楽部の演奏が盛り上がった。金杉台中学校の校長先生のスピーチは今年度で廃校になるとあり、感動的なものだった。模擬店(餅・地元野菜)の販売は好評だったが品数が足りなかったり、長蛇の列ができたりと調整についての課題ができた。

【音楽を聴いてリフレッシュ 高根ブレイクタイム「旅」～揚琴の調べとともに～】

○ねらい：多種多様な音楽の鑑賞を通じて、音楽への関心や楽しみ、また、心の安らぎを市民の方に感じてもらうことを目的とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月19日(土)	14:00~15:30	揚琴演奏	揚琴奏者 青野淳子	51 (男7・女44)	1/1

○評価：これまでに高根公民館では演奏されたことのない中国の楽器、揚琴のコンサートを行った。揚琴とは中国の民族楽器だが、起源はペルシャの古代楽器に由来するもので、共鳴する木製の箱の上に150本近い金属の弦を張り、先端にゴムをつけた竹の撥で音を出す。普段目にしない楽器ということで、青野さんがコンサートの合間に説明をして、終了後には楽器の見学を行った。興味を持った人が多く、質問が尽きなかった。楽器の音色は美しく、優しい響きで気持ちが癒された。多くの方から素敵な音楽を聴くことができたといい感謝と感想をいただいた。

【鼓粋～高根太鼓祭～】

○ねらい：船橋市の公民館の中で、社会教育関係団体の太鼓サークルが一番多いのは高根公民館である。その特色を生かし、ライブコンサートを開催するとともに、団体同士の交流を図ることを目的とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月27日(日)	13:30~15:20	高根公民館太鼓サークル の発表会	舞鼓の会、和太鼓建 翔、船橋太鼓同志会	66 (男20・女46)	1/1

○評価：新型コロナウイルス感染症対策のため、2年間中止となっていたが、ようやく開催することができた。中止していた間に一団体が解散してしまい、3団体の発表となった。発表時間は各団体30分ほどであったが、演奏曲は色々な地方のお囃子や太鼓の曲、オリジナル曲の演奏を行い、それぞれに特色を出していた。

実際に目の前で打ち鳴らす太鼓は活気に溢れて迫力があり、多くの人に感動を与えた。

【高根・金杉地区体育レクリエーション大会】

○ねらい：地域住民の健康増進及び親睦と交流のため高根・金杉地区体育レクリエーション大会を開催する。

(共催：高根・金杉地区自治会連合会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数	備考
11月3日(木) コロナ感染症 対策の為中止	9:00~15:00	高根・金杉地区体育レク リエーション大会	高根・金杉地区スポー ツ推進委員	—	1/1

令和4年度新高根公民館事業報告

令和4年9月21日～令和4年12月20日

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー】

○ねらい：公民館や地域団体が連携をはかり、子供たちがスポーツや文化に親しめるようにする。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月22日(土)	14:00～16:00	はじめての一輪車	日本一輪車協会 幸田義郎	14 (男2・女12)	4/7
10月23日(日)				14 (男2・女12)	
11月19日(土)	9:30～12:00	はじめてのキャンプ講座	ボーイスカウト 船橋第20団	土曜参観日と 重なり中止	5/7

【おはなしの部屋】

○ねらい：読み聞かせやお話をとおして、子供たちの感受性を育てる。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月18日(火)	10:30～11:00	おはなし、読み聞かせ、 紙芝居、手遊び、パネル シアター	社会教育関係団体 たんぼぼ文庫	29 (男10・女19)	6/10
11月15日(火)				16 (男3・女13)	7/10
12月20日(火)				25 (男6・女19)	8/10

【書道教室】

○ねらい：子供たちが日本の伝統文化に触れることで、感受性の豊かさを育てる。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月17日(土)	9:30～12:00	書き初めを習おう	社会教育関係団体 睦書道会	10 (男7・女3)	1/1

○評価：開始前から参加者の小学生が自ら書道用具の準備。睦書道会の方が数人の生徒の間に入り、書き初めの書き方を指導しながら練習を始めた。何枚も書き終えた後、同団体の講師を務められ、書星会の「師表」の高い地位にある先生からもご協力をいただき、小学生が書き上げた2枚の書を見比べ1枚を添削し、書の「書き出し」や「はね、とめ、はらい」等、一人一人の書を丁寧に朱書きで指導していただいた。添削後、席に戻った生徒たちは、先生に朱書きで指導を受けた箇所を見直してから書き始める様子が伺われた。開始当初の書から比べると短時間の練習で添削を受け、熱心に練習をした効果が書に表れていた。教室の終わりには、先生や指導に携わった睦書道会の方々に「ありがとうございました」と礼儀正しく挨拶をして会場から帰る小学生もおり、書を通じて道徳心も養われた様子であった。今後も継続して開催したい事業である。

《成人》

【デジタルデバイド対策事業】

○ねらい：地域の方を対象に、スマートフォンを使ったことがない方、持っているが使い方がよくわからない方のために学習する場を提供するとともに参加者同士の親睦を図ることを目的とする。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
9月30日(金)	10:00~12:00	初心者のための実機を使ったスマホ体験会	J:COM スマホ講師	9 (男3・女6)	1/1
	14:00~16:00			8 (男1・女7)	

○評価：日常よく使う機能の紹介があり、写真撮影、QRコード・LINEの操作を学んだ。一人一人マンツーマンで丁寧に教えていただき、スマホの基本を楽しくわかりやすく体験することができた。

【初秋の自然観察会】

○ねらい：地域を歩き自然観察をする中で、季節の植物について学び、また参加者同士が交流しやすい環境を提供する。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月5日(水)	10:00~15:00	地域を歩き季節の植物について学ぶ	自然観察指導員 平栗瑞枝	雨天中止	1/1

○評価：10月5日(水)の当日と、雨の場合の順延日10月6日(木)両日とも雨天により中止となった。なお、参加を予定していた方から、再度企画してほしいとの要望を多くいただいた。人気の事業であるため今後も継続したい。

【大人の洋菓子教室】

○ねらい：ハロウィンの時期に、ぴったりの本格的な洋菓子を最初から最後まで一人で作る料理教室。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月29日(土)	10:00~13:00	クッキー缶作り	料理教室講師 菊池成美	8 (男0・女8)	1/2
11月5日(土)	10:00~13:00	かぼちゃのロールケーキ作り		9 (男0・女9)	2/2

○評価：経験豊富な講師から、本格的なクッキー缶とロールケーキ作りを学んだ。参加者は30代から40代の方が多く、日ごろ公民館に足を運ばない世代の方が参加されていた。参加者からは平日は仕事があるため土曜日や日曜日にこのような講座を開いてほしいとの意見をいただいた。

【ストレスをやわらげるセルフケア講座 はじめての足裏リフレ】

○ねらい：ストレスの多い暮らしの中で、心身共におだやかな毎日を送ることができるよう身体のケアについて学び、また参加者同士が交流できる場所を提供する。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
11月17日(木)	10:00~11:30	リフレの基礎 10分間の足揉み方法の習得	足裏リフレ講師 藤原さき	11 (男0・女11)	1/2

12月1日(木)	10:00~11:30	2週間足裏リフレを続けてみて 足のツボ押しを習得		11 (男0・女11)	2/2
----------	-------------	--------------------------	--	----------------	-----

○評価：毎日続けられる足裏リフレを基礎から学んだ。1回目を受講し2週間続けた方からは、「朝足が冷えなくなった」「ひざの痛みが和らいだ」など多くの声をいただいた。参加者もお互いコミュニケーションを取っており、2回目には、親しく会話をかわしていた。今後も継続して開催したい事業である。

【新年を彩るフラワーアレンジメント】

○ねらい：お正月用のフラワーアレンジメントを学び、参加者同士の交流を図る。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月14日(水)	10:00~12:00	お正月用の花の生け方を学ぶ	フラワーアレンジメント 田島直人	3 (男0・女3)	1/1

○評価：市内でフラワーショップを営む店主を講師に招き、お正月用のフラワーアレンジメントをご指導いただいた。個々の花々の特性や長く咲かせるコツなども教えていただき、参加者からは「少人数で先生に親切に丁寧で分かりやすく教えていただけてすごく嬉しかった。」、「たくさんの種類の花を活けさせていただいてとても良かった」、「またフラワーアレンジメントをしたい」との声をいただいた。参加者同士も出来上がった作品を見せ合い完成を喜んでいて、今後も継続して開催したい事業である。

【いざ！という時の介護者教室】

○ねらい：いざという時に備えて介護の知識や福祉用具を使用して実践を交えて学ぶ。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月3日(月)	13:00~14:30	「介護保険」って何だろう？	船橋市 新高根・芝山、高根台 包括支援センター	7 (男2・女5)	1/3
10月17日(月)	13:00~14:30	福祉用具を実際に体験してみよう		19 (男9・女10)	2/3
10月24日(月)	13:00~14:30	介護に関する相談会		3 (男1・女2)	3/3

○評価：地域の包括支援センターの方を講師に招いて介護保険及び関連する制度も含めた説明が行われ、実際の介護保険の申請書に自身で記入をする体験を行った。

福祉用具については、4つのグループに分かれ、歩行器や車いす、電動の寝台等を実体験、また歩行状態を撮影して「トルト」というアプリから歩行動画をアップロードしてAIが解析し、歩行速度などの歩行指標の数値や転倒リスクの予測ができる等の実体験を行い、最新福祉用具の進化に参加者が驚かされている様子が見受けられた。

相談会では、家族などの身体状況を相談し、どのような環境の中で不便せず生活ができるよう手続きをすれば良いのか相談があるなど、成年後見制度の説明も行われ、参加者からは、細かい内容の説明があり、参加して解決策が見つかったことに安堵されていた方もいた。今後も地域の状況を踏まえて、取り組んでいくべき事業である。

【就学時健診等における子育て学習】

○ねらい：就学時健診の機会に子育て学習を実施し、家庭教育の向上を図る。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
11月9日(水)	13:00~14:30	(高根東小学校) 入学にあたって	スクールカウンセラー 梅橋海歩人	57 (男2・女55)	1/3
11月10日(木)		(芝山東小学校) 就学に向けた準備	船橋幼稚園 副園長	57 (男3・女54)	2/3
11月15日(火)		(芝山西小学校) 就学に向けての準備	大塚良次	66 (男2・女64)	3/3

○評価：3校共に「とても参考になった」、「やや参考になった」のアンケート回答が多くあった。高根東小では、地域スクールカウンセラーを講師に招き、入学後の問題のあれこれを取り上げ、「自分の居場所づくり」として感情のコントロールや怖い、痛い等の不快な感情等を抱いた際の「原因探し」を保護者も受け止め、普段の中で見守っていくことや「ほめるコツ」など、多くの生徒と向き合ってきた中での事例をあげ説明をされた。

芝山東小及び芝山西小では、講師自身の子育ての実体験も交えながら、起床と就寝時間、食事（朝ごはん）の大切さや好き嫌いの克服の仕方、入学前に自宅から学校への登下校を子と一緒にやるなど、身近にあることを具体的に分かりやすく実践したくなる方法を説明され、アンケートからも保護者から「大変に参考となり、できることから実践していきたい」という言葉が書かれた意見が多くあった。

3校共に講師の方が言われたのは、「あいさつ（声掛け）をしよう」と話され、日常的なことではあるが、大切なコミュニケーションとなるきっかけであることを参加された方々も改めて認識されていた。今後も、子育てに関する講座を企画していく方向である。

【家庭教育セミナー】

○ねらい：子育て中の保護者を対象に家庭教育の学習する機会を提供する。また、参加者同士の交流と仲間づくりの場となることを目的とする。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月4日(日)	13:30~15:00	あっぱれ君を使って心肺 蘇生法とAED操作法	船橋SLネットワーク	中止	1/2
12月18日(日)		災害時のトイレ事情			2/2

○評価：小学3年生から6年生と保護者の2回参加で管内内にチラシの周知、ホームページでの募集を図ったが、参加者が集まらず中止となった。

【歌って元気に健康作り「心をつなぐ歌の集い」】

○ねらい：コロナ禍における歌唱を通しての健康作り

(共催：船橋市生涯学習コーディネーター中部ブロック)

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月3日(土)	13:30~15:00	歌って元気に健康作り「心をつなぐ歌の集い」	ボイストレーナー 鳥居 明美	69 (男7・女62)	1/1

○評価：多くの方が参加され、定員 60 名を超える 69 名の方が参加された。また、アンケートでは、久しぶりに歌うことができた。腹式呼吸法がためになった等、多くの方から大変良かった楽しかったとの回答をいただいた。なお、改善点としてはスクリーンに写した歌詞の文字が小さくて見えにくかった。知らない曲があった等の意見があり、今後の改善点として取り組んでゆきたい。

《高齢者》

【新高根福寿大学】

○ねらい：地域の高齢者が豊かな生きがいのある生活を送るために、様々な内容を学習する場を提供するとともに互いに親睦を図ることを目的とする。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月20日(木)	13:00~14:30	終活について	コスモス成年後見サポートセンター千葉県支部 小笠原康之	42 (男14・女28)	5/9
11月17日(木)		健康体操 その2	地域包括支援センター	35 (男9・女26)	6/9
12月15日(木)		クリスマスコンサート ギター&オカリナ	ギター 柳町正隆 オカリナ 神野尚子 オカリナ 柳町高子	43 (男14・女29)	7/9

【ふなばしシルバーリハビリ体操普及教室】

○ねらい：健康づくり、介護予防、生活の質の維持向上を目指した「いつでも、どこでも、どなたでも」できるシルバーリハビリ体操を通じて、健康寿命を延ばすこと、参加者同士の交流を図ることを目的とする。
(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
11月1日(火)	① 9:50~10:30 ②11:00~11:40	シルバーリハビリ体操 の実技	ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士	49 (男4・女45)	4/6

【ふなばしシルバーリハビリ体操 in しんたかね】

○ねらい：シルバーリハビリ体操で適切な運動を日常生活に取り入れて、健康な身体づくりと介護予防の場を提供する。

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
10月18日(火)	① 9:50~10:30 ②11:00~11:40	シルバーリハビリ体操 の実技	ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士	43 (男4・女39)	5/8
11月15日(火)				36 (男3・女33)	6/8
12月20日(火)				42 (男3・女39)	7/8

【簡単うんどう講座】

○ねらい：65歳以上の市民を対象に介護予防の意義および取組方法を普及啓発し、介護予防の習慣付けを図ることにより、要介護状態等になることを予防することを目的とする。また、参加者同士の交流を図る。
(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
11月28日(月)	13:00～14:30	家庭でもできる簡単体操、自体重負荷運動	東京体育機器(株) 運動指導員	24 (男1・女23)	1/4
12月5日(月)		自体重負荷運動、脳トレ		18 (男1・女17)	2/4
12月12日(月)		「お口のはなし」、転倒予防体操、自体重負荷運動		21 (男1・女20)	3/4
12月19日(月)		「栄養について」、腰痛予防体操、自体重負荷運動		19 (男1・女18)	4/4

○評価：講師から「運動・栄養・口腔ケア、認知症予防・転倒予防」の内容をメインとした4日間の工程を組み講座を開始。参加者からは、「指導してくれた先生の内容を分かりやすく説明してくれて、とても良かった。」、「運動と音楽を合わせた体操がとても良かった」、「久しぶりに集団での講義に参加して楽しかった」等、アンケートからの感想のどれもが好評であった。個々に申し込まれた参加者が多数であったが、参加者同士が意気投合され、講師の明るく丁寧な説明に各回の講座に皆自然と笑い声があり、講義、運動とも互いに楽しまれながら参加されている様子が覗かれた。

今後も継続して開催したい事業である。

《その他》

【第30回 しんたかねふれあいまつり】

○ねらい：公民館利用団体が日頃の練習成果を発表する場として、地域の自治会、町会を含めた親睦の場として開催する。
(共催：新高根利用者連絡協議会・新高根児童ホーム)

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
11月12日(土)	12:00～16:00	発表・展示等	—	809	1/1
11月13日(日)				883	

○評価：新型コロナのため3年ぶりの開催となった。感染防止対策のため模擬店は開催せず、サークル発表会、パソコンサークルの展示、連碁大会、児童ホームによるプラバン作り、メダカ等の販売を実施した。久しぶりの開催だったため準備や運営で若干戸惑ったことはあったが、利用協役員及び加入団体のご尽力で特にトラブルもなかった。予想よりも多くの方が来館され皆さん大変喜んでいて。やはり社教団体の日頃の活動成果を披露する場は大切だと感じた。

【高芝地区防災フェア】

○ねらい：台風や爆弾低気圧による大雨、地震など自然災害に備えた災害意識を高めることを目的とし、地域住民の方にきっかけづくりの場を提供し、いざとなった時のための心の備えの手助けをする。

(共催：高芝地区自治会連絡協議会・高芝地区社会福祉協議会・高芝地区民生・児童福祉協議会)

月 日()	時間	内容	講師	参加者数	備考
12月11日(日)	10:00~12:00	<ul style="list-style-type: none"> 意見交換会 “みんなで考える「大地震発生時」の対応” 地震体験 (起震車) 災害対策用品展示 	高芝地区自治会連絡協議会会長 本木次夫	意見交換会 47 展示 34 起震車 40	1/1

○評価：昨年度に引き続き2回目の開催となった。当日の内容は、本木氏による講演の後、質問を交えた意見交換会と、災害対策用品の展示、起震車による地震体験であった。講演は、「高芝地区の目指す緊急対策」「災害時要支援者の支援」「避難所運営委員会」「ブロック防災組織の編成」などについて、地域の絆で防災を考えるきっかけになったのだと思う。

【館報「新高根だより」発行】

○ねらい：新高根公民館の広報活動として、地域住民に公民館活動の情報を提供し、学習への興味関心を高める。また、各事業への参加を促す機会とする。

月	内容	配布先	部数	備考
11月	公民館等の事業案内 他	新高根・芝山地区	10,910	2/3