

令和4年度高根台公民館事業報告

令和4年12月21日～令和5年3月31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 |
|----------|-------------|-----------------|-------------------|----------------|-------|
| 1月21日(土) | 13:30～15:00 | おこづかいちょうをつけてみよう | 高根台友の会 | 15 (男4・女11) | 8/10 |
| 2月18日(土) | 13:30～15:00 | けん玉教室 | けん玉パフォーマー 嶋寺克彰 | 15 (男6・女9) | 9/10 |
| 3月4日(土) | 10:00～15:00 | たかね台子どもまつり | 各地域団体 | 1,552 | 10/10 |

《その他》

【MEN'S ボディメイキング講座】

○ねらい：夜の時間帯に事業を行うことにより公民館の新たな利用者を開拓する。また、講座を通して、自己の健康増進に関心を向け、よりよい生活を送ることができるようにする。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|-------------|------------------|----------------|-----------------|-----|
| 2月25日(土) | 18:30～20:00 | 筋トレやボディビルについての講話 | 廃棄物指導課 稲田直己 | 29 (男19・女10) | 1/1 |

○評価：新たな利用者の開拓を狙いとして、広報や館内のチラシで募集をかけたが申込みが少ないため、近隣の高校・大学にポスター掲出の依頼、また市役所内で参加を呼び掛けた。しかしながら大学生以下の応募はなく、約半数は40代以降の方で、うち3分の1は女性だった。今後、若年層に参加してもらうためには、内容・日時・周知の方法を研究する必要があると感じた。

講師は市職員でありながら、ボディビルの大会で入賞歴もあり、その経験を生かした講義をいただいた。今回はボディメイクということで、モテボディになるための話を中心におこなった。カロリーをコントロールすることで、体脂肪を減らし、筋肉の美しさが際立つという趣旨で、トレーニングの方法よりも食事について多く時間を割いた。講話の内容も面白く時間を忘れるほどであった。最後にボディビルの実演を行ったのも好評で、講師の筋肉美に圧倒されていた。

【公民館報の発行】

○ねらい：高根台公民館や児童ホーム及び子育て支援センターの学習情報等を紙面で提供し、地域住民の学習への関心を高め、各事業への参加を促す。

| 月 日() | 内 容 | 部 数 | 備考 |
|--------|------------------------------------|-------|-----|
| 2月 | 高根台子どもまつり、公民館、児童ホーム、子育て支援センターの事業案内 | 7,000 | 3/3 |

令和4年度夏見公民館事業報告

令和4年12月21日～令和5年3月31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 |
|-----------|-------------|----------------------|----------------------|-----------------|-------|
| 12月24日(土) | 10:00～11:30 | クリスマス映画会 | 公民館職員 | 感染懸念で 実施せず | 8/11 |
| 2月18日(土) | 10:00～12:00 | スポーツ雪合戦 | 青少年相談員中部 ブロック夏見地区 | 44 (男32・女12) | 9/11 |
| 3月4日(土) | 10:00～15:00 | (仮)こどもまつり | 地域青少年関係団 体 | 感染懸念で 実施せず | 10/11 |
| 3月12日(土) | 10:00～12:00 | 竹工作 青竹てっぽうを作って遊ぼう | ボーイスカウト船 橋第17団 | 27 (男20・女7) | 11/11 |

○評価：全11回のうち近隣小学校の新型コロナ感染状況や協力団体の懸念などにより4回が開催中止または見送りとなった。開催した回も規模を縮小したため、延べで350名ほどの参加となった。しかし、各回に参加した児童や保護者からは「楽しかった」「おもしろかった」の声をいただき、協力団体のスタッフも安堵していた。回数には入っていないが11月に開催された「八栄秋祭り」は八栄小学校の児童・保護者355名が参加したイベントで、公民館はハッピーサタデー特別回として広報や申込み、当日運営を行った。

《成人》

【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 |
|-----------|-------------|-------------------------------------|-------------------|-----------------|-----|
| 12月24日(土) | 13:30～14:30 | 座ったまま踊れる「よさこい」を主とした日常生活で続けられる運動メニュー | 健康運動指導士 渡辺 美奈子 | 講師濃厚接触 者にて中止 | 6/6 |

○評価：月2回3ヶ月の開催。各回前半には座ってできる準備運動を入念に行い、後半は座ったまま踊る「よさこい」とクールダウンストレッチなど、良い運動ができた。最終回は講師が濃厚接触者となったため急遽中止となったが、実19名延べ81名の参加者からは残念だが、来年度もぜひ開催をとの声をいただいた。

《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 |
|----------|-----------------------------|-------------|----------------------|----------------|-----------------|
| 2月 2日(木) | ①9:50～10:30 ②11:00～11:40 | 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8・女17) | 6/8 2回 中止 |

○評価：新型コロナウイルス感染症拡大懸念のため、隔月開催となったものの、地域の指導士とともにフレイル予防に寄与する本事業を行えたことは大きな成果となったと思われる。

【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 |
|-----------|-------------|------------------|----------------------|----------------|-------|
| 1月 19日(木) | 13:30～14:30 | 思い出の昭和歌謡に合わせての体操 | ダンスインストラクター 湯浅美津子 | 13 (男0・女13) | 9/10 |
| 2月 16日(木) | | | | 14 (男0・女14) | 10/10 |

○評価：講師と協議の上、参加者に身体を動かす習慣をつけてもらう目的のもと、8月、3月を除く毎月行った本事業であるが、習慣づけの甲斐あってか、特に後半からは参加者同士コミュニケーションが活発となり、一体感が生まれた様子であった。

数年前から継続していた「ライフホップ」事業であるが、本事業をきっかけに新規サークル発足に至った経緯があり、サークルは現在も定期的に当館で活動している。軽微な体操から高度なダンスまでこなせていた参加者からはサークル加入希望の声が上がるなど、本事業は公民館事業からサークル立ち上げ、公民館での定期活動まで地域コミュニティ形成のモデルケースとなったものと思われる。

【夏見寿大学・後期】

○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 |
|-----------|-------------|---------------|----------------|----------------|-----|
| 1月 12日(木) | 10:00～11:30 | (仮)消費者講座 | 消費生活センター 職員 | 20 (男9・女11) | 3/5 |
| 2月 9日(木) | | クラシックギターコンサート | ギタリスト 柳町 正隆 | 36 (男9・女27) | 4/5 |
| 3月 9日(木) | | 夏見落語会 閉講式 | 落語家 立川 談修 | 39 (男9・女30) | 5/5 |

○評価：当初、前期参加者は後期募集をお断りするとしたが、継続して参加したい方々、一方で感染リスクへの懸念から家族の反対を受けるなど、新規を優先としつつ定員に満たない場合には前期参加者

からの募集を受け付ける事とした。結果的に新規申込者が14名、前期から引き続きの参加者が28名、計42名を集め実施した。なお、前後期で同じ演者の講座が複数設定されていたことから、各講師にご理解、ご配慮を頂き、異なる要素の取り込みや実施に努めた。結果的にこれが新鮮な変化として喜ばれたこと、また、前後期を通じて参加者、公民館の双方にとって意思のキャッチボールが如何に重要であるかを改めて実感したことから、次年度の年間計画にあたり意識して構成した。

【介護予防教室】

○ねらい：65歳以上の高齢者を対象に、専門のインストラクターにより介護予防の知識を深め、軽度で簡単な運動を定期的に行うことにより、いつまでも健康で活力ある生活の源を築く。また、教室で習った運動等を日々の生活のなかで実施することで健康増進を図り、介護予防や転倒防止に役立てる。
(共催：健康づくり課)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|-------------|-------------------------------|-----------|--------------|-----|
| 1月11日(水) | 10:00~11:30 | 認知症予防についてのお話 家庭で出来るリラックス体操 | 介護予防運動指導員 | 4 (男2・女2) | 1/4 |
| 1月18日(水) | | 脳トレアクティビティ 家庭で出来るリラックス体操 | | 4 (男2・女2) | 2/4 |
| 1月25日(水) | | 脳トレアクティビティ 口腔機能向上講座 | | 4 (男2・女2) | 3/4 |
| 2月1日(水) | | 脳トレアクティビティ 栄養のお話、体操等 | | 3 (男1・女2) | 4/4 |

○評価：保健所健康づくり課と共催で「介護されないための健康・運動能力維持」を目的に、認知症予防・栄養改善・口腔機能向上・転倒予防の各講義と柔軟やストレッチなどの軽体操の実習を行った。コロナ禍ということもあってか、参加者は少なかったが市で取り組む健康福祉事業として、内容を変化させながら地域の高齢者に機会提供を継続したい。

《その他》

【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 |
|-----------|-------------|--|-----------|----------------|-------|
| 12月23日(金) | 13:30~15:10 | 三十四丁目の奇蹟 1947年 米国 96分 出演：モーリン・オハラ エドモンド・G 他 | 公民館 職員 | 23 (男3・女20) | 9/12 |
| 1月20日(金) | 13:30~15:25 | 鉄道員(ぼっぼや)平成11年 東映 112分 出演：高倉健 大竹しのぶ 小林稔侍 他 | | 33 (男3・女30) | 10/12 |
| 2月15日(水) | 13:30~15:30 | 深夜食堂 平成27年 東映 119分 出演：小林薫 多部未華子 高岡早紀 他 | | 36 (男5・女31) | 11/12 |
| 3月30日(木) | 13:30~15:25 | 美女と野獣 2014年 仏独 113分 出演：レア・セドゥ ヴァンサン・カッセル | | 42 (男4・女38) | 12/12 |

○評価：月一回、旧視聴覚センター所蔵教材の中から長編映画を上映。定期的な団体活動の少ない日程の中から週や曜日を変えながら実施したが、11回の累計観覧者数は366名、実観覧者は135名となった。

初年度でもあり、比較的名の通った作品をラインナップしたことで、上映後の拍手や良かったとの感想をいただくことができた。来年度も開催を要望されているが、センター廃止に伴い新規購入もないことから限られた選択肢の中での作品選びが課題となる。

【第27回ふなばし音楽フェスティバル 夏見地区地域ふれあいコンサート】

○ねらい：ふなばし音楽フェスティバルの開催に伴い、地域住民で組織された実行委員会と、市民に最も身近な施設である公民館が連携し、気軽に音楽の生演奏を楽しめるようコンサートを開催。市ゆかりの音楽家の演奏機会の創出を兼ねて音楽文化のすそ野を広げる。

(共催：夏見地区地域ふれあいコンサート実行委員会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|-------------|--------------------------|----------|-----------------|-----|
| 2月25日(土) | 13:30~14:50 | 和洋響演「弦竹の世界」 ギターと尺八の演奏 | 弦竹(いとたけ) | 76 (男26・女50) | 1/1 |

○評価：当館では平成30年度以来の開催となった。出演の「弦竹」は尺八2名ギター1名のトリオで「与作」や唱歌、オリジナル曲などを演奏。観覧者アンケートでは8割の方が大変良かった/良かったと回答され、あまり良くなかったがゼロと高評価をいただいた。内容的には尺八とギターの組み合わせの珍しさや始めて聴く尺八の音色、聴きなじみのある選曲について好意的な記載が多かった。身近な音楽鑑賞機会として来年度の開催についても考えていきたい。

【公民館でピアノを弾こう】

○ねらい：「公民館でピアノを弾こう」1月から3月までの期間限定で9館にて開催。より多くの皆さんに公民館の魅力を知っていただき新たな利用者獲得を模索検討するワーキンググループの提案に賛同するもので、当館では利用状況、ならびに就業世代が多い地域特性を念頭に唯一「夜間帯」を枠に設定。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 応募者 | 参加者数 | 備考 |
|----------|--------------------------------------|--|--------|----------------|----------------------------|
| 1月25日(水) | 各日 ① 18:30~19:30 ② 19:40~20:40 | より多くの皆さんに公民館の魅力を知っていただく機会として、1月から3月までの期間限定で夏見公民館など市内9公民館にて開催。夜間の開催は当館のみ。 | 1月分 7組 | 2組 (男0・女2) | 空き枠等の 問合せ5件 |
| 1月27日(金) | | | | 2組 (男4・女5) | |
| 2月3日(金) | | | 2月分 5組 | 2組 (男2・女1) | 空き枠等の 問合せ8件 |
| 2月10日(金) | | | | 2組 (男1・女1) | |
| 3月10日(金) | | | 3月分 9組 | 2組 (男0・女2) | J:COM 放映以 降、問合せ多 数あり |
| 3月15日(水) | | | | 2組 (男0・女10) | |

○評価：まずは開催にあたり統一した周知広報を求められる中、「公民館の利用拡大」という本来の主旨から、いつの間にか「公民館のピアノを無料で利用できる」という手段に論点に移りつつあると感じたことから、当館では主旨にかかる情報を伝え、考えを引き出すことを意識してあつた。

具体的には、アンケートだけでは形式的な回答しか引き出せないと感じたことから、考えを引き

出す入口として、利用者と音楽との背景、接し方、考え方などについて、相手への十分な尊重と配慮をしながら積極的にコミュニケーションを図った。特に印象的だったのは、彼らとの会話を通じて参加者の多くに共通する点として、向上心を持ちながらも自然体で細く長く、無理なく楽しんでいる姿が見えてきたことであり、これこそが公民館が目指し求めるべき姿に繋がるものと強く感じている。

【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 |
|--------|-----------|----------|--------|-----|
| 3 月 | 開催事業の報告 他 | 夏見・夏見台地区 | 10,000 | 4/4 |

○評価：年4回発行。昨年度より、地域コミュニティ紙への折り込みで夏見地域の住宅へ戸別配達することで広報効果が向上し、掲載内容への反応も良くなっている。

【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 |
|----------------------|----------------|------------------------|---------------------------------------|-------|
| 1月4日(水)～ 1月31日(火) | 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 4人 中学生 0人 高校生 0人 成人 21人 計 25人 | 10/12 |
| 2月1日(水)～ 2月28日(火) | | | 小学生 1人 中学生 0人 高校生 1人 成人 21人 計 23人 | 11/12 |
| 3月1日(水)～ 3月31日(金) | | | 小学生 11人 中学生 0人 高校生 0人 成人 14人 計 25人 | 12/12 |

○評価：当館では1階ロビーの一画で運営する夏見文庫との共有スペースを当事業に充てており、一年をとおして、児童生徒の利用は主にテスト期間や学習課題の提出が求められる時期にはロコミにより複数の利用が続く傾向を見せていた。また、地域学習教材動画への協力要請を受けて館長が出演した以降、児童生徒の来館が明らかに増えて地域の歴史、風俗、文化などに関する質問を受けるようになり、質疑応答、資料提供を学習スペースで行う機会も度々あるなど大変喜ばしく思っている。一方、単なる学習や読書などの利用に止まらず、世代を問わずひと時の落ち着くための居場所として利用する場面も散見され、新たな知見に出会うアクティビティとしての事業のみならず、ひと時の静謐で安心して過ごせる場所を求める声なき声があること、その受け皿に公民館がなり得ることを実感している。

令和4年度高根公民館事業報告

令和4年12月21日～令和5年3月31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 |
|----------|------------------------------|---------------------------------------|---|--------------------------------------|-------|
| 1月21日(土) | 10:00～12:00 | ボールジャグリング 他 | パフォーマー Keke ちゃん | 12 (男5・女7) | 8/10 |
| 2月18日(土) | 13:30～15:30 | ヒップホップダンス | ダンス講師 本田さとみ | 26 (男9・女17) | 9/10 |
| 3月11日(土) | ①11:00～12:00 ②14:00～15:00 | すぎっこライブ ①歌とあそびとおはなし会 ②マリンバコンサート | ①パフォーマー Keke ちゃん ②マリンバ奏者 宮野下シリュウ | ①47 (男16・女31) ②31 (男14・女17) | 10/10 |

○評価：1月は皿回しやボールを使った芸に挑戦してもらった。特に皿回しが難しく、低学年の子はなかなか回すことが出来なかった。お手玉を上に向けて何回手を叩けるかのゲームを行ったがほとんどの子は上手く出来ていた。最後に一人ひとり keke ちゃんからバルーンで作品を作ってもらった。皆、とても楽しくジャグリングを体験できた。

2月は今回ヒップホップダンスを初めて体験する小学生が多かったが、準備運動後、簡単なステップから始まり、音楽に合わせて手足や体全体を使って数分間のヒップホップダンスを楽しんでいた。小学生は覚えも早く、30分ぐらいで一通りの動きが出来ていた。皆、楽しく、かっこよく踊っていた。最後に講師2名がデモンストレーションをしてくれた。

3月は昨年度と同様に、こどもまつりの代替え事業として、「すぎっこライブ」を開催した。午前にはパフォーマー keke ちゃんによる「絵本の読み聞かせ」と「ジャグリング体験」を実施した。午後にはマリンバ演奏のシリュウさんによる「マリンバコンサート」を開催した。ディズニーやジブリなどの人気アニメの曲などの演奏を手拍子で盛り上げ、一体感があって良かった。最後のアンコールでは「クマンバチの飛行」という曲を演奏してくれて、みんな感動していた。

【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 |
|----------|-------------|--------------|-----|--------------|-------|
| 1月14日(土) | 15:00～18:00 | 青少年向けに卓球台を開放 | — | 4 (男2・女2) | 9/11 |
| 2月4日(土) | | | | 4 (男2・女2) | 10/11 |
| 3月11日(土) | | | | 1 (男1・女0) | 11/11 |

○評価：原則毎月第2土曜日に実施した18歳未満の卓球開放。初めて参加した小学生もいたが、毎月同じ小学生が参加してくれた。来年度も継続していく予定。また、広く周知していきたい。

【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 |
|-------------------------|------------|-----------------------------|----|--------------|-------|
| 12月21日(水)～ 12月28日(水) | 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) | 9/12 |
| 1月4日(水)～ 1月31日(火) | | | | 0 (男0・女0) | 10/12 |
| 2月1日(水)～ 2月28日(火) | | | | 0 (男0・女0) | 11/12 |
| 3月1日(水)～ 3月31日(金) | | | | 0 (男0・女0) | 12/12 |

○評価：当日の公民館の空き部屋を開放し、自習学習の場所として提供。5・6月は来ていたが、夏休み過ぎからは減少してしまった。来年度も実施予定。

【昔あそび体験交流学習】

○ねらい：高根小学校1・2年生と地域住民との昔遊びを通じて、異年齢の交流を図るとともに子供の情操教育の支援を図る。
(共催：高根小学校)

| 月 日() | 時間 | 内容 | 講師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|------------|-----------------|------------------------------------|-----------------|-----|
| 1月19日(木) | 9:30～11:25 | けん玉・折り紙等の昔あそび体験 | 船橋市生涯学習コーディネーター連絡協議会中部ブロックコーディネーター | 69 (男35・女34) | 1/1 |

○評価：高根小学校の1・2年生を対象に行われている「昔遊び」は今回3年ぶりの開催であった。船橋市生涯学習コーディネーター連絡協議会中部ブロックのコーディネーターさんに来校して頂き、子供たちに教えて頂いた。内容は「こま回し」「けん玉」「お手玉」「めんこ」「折り紙」「おはじき」「紙ひこうき」の7種類。グループに分かれて全てのエリアを体験した。ゲームが流行している世の中だが、昔からの遊びにみんな夢中になって遊んでいた。うまくできた子もできなかった子も良い体験ができたと思う。最後に小学生から中部ブロックのコーディネーターさんにお礼の手紙のプレゼントがあった。

《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 |
|-----------|-------------|-------------|----|--------------|------|
| 12月24日(土) | 15:00～18:00 | 一般向けに卓球台を開放 | — | 1 (男1・女0) | 8/11 |

| | | | | | |
|----------|--|--|--|--------------|-------|
| 1月28日(土) | | | | 3 (男0・女3) | 9/11 |
| 2月25日(土) | | | | 6 (男2・女4) | 10/11 |
| 3月25日(土) | | | | 3 (男3・女0) | 11/11 |

○評価：原則毎月第4土曜日に実施した。来年度も実施予定。

【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 |
|----------|-------------|-------------------|-----------------------|----------------|-----|
| 2月27日(月) | 10:00~12:00 | 親も知っておきたい思春期のあれこれ | 助産師・思春期保健相談士 鶴岡利江子 | 13 (男0・女13) | 2/2 |

○評価：今年度の家庭教育セミナーは小学校からの要請で全2回となった。1回目では「アロマオイルの効用とスプレー作り」をテーマにして、アロマオイルの種類や活用方法を学び、自分の好きな香りのアロマを2種類選べるルームスプレーを作った。アロマオイルには殺菌消毒作用があるものが多く、今回話を聞いた参加者の中には、バスタイムや足浴・手浴など、生活に活用していきたいという人が多かった。

2回目は子供たちが成長するに従い、心とからだも変化していく思春期。その時に子供が抱える不安や悩みを親はどう対処してよいかを知っておきたいということから、今回は助産師・思春期保健士である鶴岡先生にお話しをうかがった。思春期保健士は悩みを抱えている思春期の子供たちに専門的な知識や経験を活かし、相談やアドバイスをしてサポートを行っているが、子供だけでなく親に対しても思春期の子供とどう向き合えばよいのか、特に思春期の子供に関して避けて通れない性と体のつくりなど、親が知っておかなければならない内容をわかりやすく講義をしてくれた。参加者からも非常に良い話だったと評価が高かった。

【サークル体験「筆ペン」講座】

○ねらい：地域の高齢化とともに、公民館の社会教育関係団体の解散や会員減少が顕著になってきていることから、社会教育関係団体の活動支援とサークルの活性化・維持発展に努めることを目的に事業を行う。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|-------------|--------|----------------------------------|--------------|-----|
| 2月3日(金) | 13:30~14:30 | 筆ペンの体験 | 高根公民館社会教育関係団体「ひまわりの会」 講師 小松潤子 | 9 (男3・女6) | 1/2 |
| 2月10日(金) | | | | 5 (男2・女3) | 2/2 |

○評価：筆ペンサークル「ひまわりの会」は高根公民館の事業から立ち上げたサークルで、最近は人数が減少していたことから、会員を増やすことを目的にサークル体験を行った。1回目は全員が参加したが、2回目は5人での参加となった。しかし、講座終了後は4人がサークルに入会することになった。

たので、目的は達することができた。

【クッチーナ・イタリアーナ たかね】

○ねらい：イタリア各地で料理を学んだ講師により、本場仕込みのイタリア家庭料理や手打ちパスタ等の指導を受けるとともに、料理実習をとおしてイタリア文化を体感することを目的とする。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|-------------|-------------------------------------|---------------|----------------|-----|
| 2月25日(土) | 10:30~13:30 | 手打ちで作るニョッキ 生ハムのクリームソース、ローマ風サルティンボッカ | イタリア料理 研究家 | 12 (男2・女10) | 1/2 |
| 3月4日(土) | | 手作りのピッツァ2種、トスカーナの農民料理「アクアコッタ」 | 前澤由希子 | 12 (男2・女10) | 2/2 |

○評価：昨年度に大変好評であったイタリア料理を今年度も開催した。イタリアに何回も料理留学をしている講師の指導で、今回もイタリア各地の料理を作った。材料は家庭料理ということで、近くの店で揃えることができる物ばかりであった。イタリア料理は難しいと思う人が多いが、1回目に作ったじゃがいものニョッキや2回目の焼きピッツァと揚げピッツァなどは簡単に作ることができた。参加者は講師の手際よい指導のおかげで、すべて順調に講座を終了することができた。講座の中では講師が行ったイタリア各地のワインや料理、文化についての話もあり、身近にイタリアを感じることができた。

《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 |
|----------|-------------|-------------|------------|-----------------|-------|
| 1月11日(水) | 13:30~15:30 | 新春落語鑑賞会 | 立川談修 | 39 (男11・女28) | 8/10 |
| 2月8日(水) | | 地域防災講座 | 船橋SLネットワーク | 27 (男6・女21) | 9/10 |
| 3月8日(水) | | お札と切手の歴史 閉講 | お札と切手の博物館 | 29 (男9・女20) | 10/10 |

○評価：1月11日(水)「新春落語鑑賞会」を開催。噺家さんは船橋市新高根出身の立川談修さん。昨年度に続き今年も出演。演目は『がまの油』『長短』『芝浜』の三席で、三席ともとても面白く、特にお酒を飲む姿は本当に飲んでいるようだった。皆さん「とても楽しかった」「もっと見ていたい」など喜んでいて。「まくら」「本題」最後に「オチ」と最初から最後まで会場を笑わせて、楽しませてくれた。

2月8日(水)「地域防災講座・在宅避難のススメ」を開催。今回は防災指導を専門としている船橋SLネットワークの方を講師に招き、寿大学に登録している高齢者の方々を対象に災害時の自助・共助等、自宅での備えと生活の仕方を学んだ。備蓄品・非常持ち出し品の内容、ライフラインが繋がるま

で自宅で暮らしていく方法を学ぶことで、防災意識を高めることが出来た。

3月8日(水)高根寿大学で「お札の肖像と切手の変遷」を開催した。国立印刷局「お札と切手の博物館」学芸員さんを招き、明治4年(1871年)から現在まで151年にわたり日本のお札や切手の歴史について学習した。参加者も自分のお札を手に取り、本物と偽札の区別や印刷技術のすばらしさに耳を傾けていた。また、令和6年度上期から新しいお札が発行されることを知り、早く新たなお札を見たいと思った。

【認知症予防講座「音楽で楽しく脳トレ・全身体操」】

○ねらい：高齢者を対象に認知症予防に関する基本的な知識の普及と認知症予防に有効な生活習慣の知識の学習及び生活習慣を身に付けて認知症状態等になることを予防する目的で開催する。

(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 |
|----------|-------------|-------------|---------------------|----------------|-----|
| 1月6日(金) | 13:30～15:00 | 認知症予防の講話と体操 | 株式会社第一興商 音楽健康指導士 | 21 (男2・女19) | 1/4 |
| 1月13日(金) | | | | 23 (男2・女21) | 2/4 |
| 1月20日(金) | | | | 21 (男2・女19) | 3/4 |
| 1月27日(金) | | | | 19 (男2・女17) | 4/4 |

○評価：講座を担当する事業者が今年度は第一興商に変わったことで、内容も昨年度と大幅に変わった。

モニターで映像を流し、懐かしい歌の題名をあてるクイズやスカーフやボンボンなどの小物を使い体操をするなどの目新しいものになった。参加者も楽しそうに歌を歌い、体操をして、講話を聞いていた。アンケートでは来年も受講したいという希望が多かった。

【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 |
|----------|-------------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------------------|-----|
| 1月19日(木) | ① 9:50～10:30 ② 11:00～11:40 | 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 | ①6 (男1・女5) | 5/6 |
| | | | | ②2 (男0・女2) | |
| 3月16日(木) | | | | ①6 (男1・女5) ②4 (男0・女4) | 6/6 |

○評価：地域住民の健康づくりや介護予防などのためには毎月開催することが理想だが、今年度も新型コロナ

コロナウイルス感染症の影響で隔月開催となった。参加者もコロナ前より少なくなりましたが、運動に関心のある人たちは毎回出席してくれた。運動は習慣付けることが大切なので、来年度は関心を持ってもらうように周知したい。

【はじめてのスマホ体験「シニア向けスマホ編」】

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

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 参加者数 | 備考 |
|---------|-------------|-----------------|-----------------|--------------|-----|
| 2月2日(木) | 10:00~12:00 | シニア向けスマートフォンの基本 | ソフトバンクスマホアドバイザー | 4 (男0・女4) | 3/3 |

○評価：はじめてのスマホ体験シニア向けを6月、12月、2月と3回行った。3回とも前半にスマートフォンの基本操作を、後半にLINEやアプリについて学習した。6月、12月は参加者も多かったが、2月はシニア向けスマホを使った講座だったことや寒さの影響もあり、申込みが少なかった。しかし、シニア向けのスマホを使っている人からは大変役に立ったという感想が出ていた。他の回では講師の説明がわかりやすかった、とても楽しかったという感想が出ていた。

《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 |
|----------|-------------|--------------------|-----------------------------|----------------|-------|
| 1月16日(月) | 10:00~12:00 | 指体操、折り紙、ビンゴ大会 他 | 高根・金杉地区社会福祉協議会 ふれあいサロン部会 | 11 (男5・女6) | 10/12 |
| 2月13日(月) | | カルタ、指体操、合唱 他 | | 14 (男3・女9) | 11/12 |
| 3月13日(月) | | 指体操、脳トレ、クイズ、お誕生日祝い | | 14 (男4・女10) | 12/12 |

【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 |
|----------|-------------|-----------|----------------------------|------------------|-----|
| 2月3日(金) | 10:00~12:00 | 未定 | 高根・金杉地区社会福祉協議会 子育てサロン部会 | コロナ感染症 対策の為中止 | 5/6 |
| 3月17日(金) | | グッバイパーティー | | | 6/6 |

【高根・金杉地区皆で歩こう会】

○ねらい：町会・自治会の協力と和により実施し、地域住民の連帯と親睦を図る。

(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 |
|----------|------------|----------|---------------------------------------|--------------|-----|
| 3月25日(土) | 9:00~14:00 | 健康ウォーキング | 高根・金杉地区自治会 連合会、高根・金杉地 区スポーツ推進委員 | 天候不良の 為中止 | 1/1 |

【公民館報「たかね」発行】

○ねらい：高根・金杉地区自治会連合会をとおしての回覧や新聞折込みによる各戸配布により、高根公民館の事業や地域の情報を地域住民へ提供し、事業への参加を促す。

| 月 日() | 内 容 | 部 数 | 備考 |
|----------|-----------|-------|-----|
| 3月24日(金) | 公民館の事業案内等 | 6,800 | 3/3 |

○評価：地域への配布は、今までは高根・金杉地区自治会連合会の協力により全戸配布していたが、住民の高齢化等による自治会連合会への負担が大きくなったことから回覧のみとして、今年度から地域新聞の各戸配布に変更した。これからも公民館事業の周知を中心に、公民館の情報を発信していきたい。

令和4年度新高根公民館事業報告

令和4年12月21日～令和5年3月31日

《青少年》

【ふなぼしHappy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 |
|----------|----------------------------|---------------------------------|------------------------|----------------|-----|
| 2月18日(土) | 10:00～11:30 | 雪だるまキャンドルを作ろう | SWALLOWCANDLE 松本 祥子 | 20 (男4・女16) | 6/8 |
| 2月25日(土) | 10:00～12:30 | 室内ゲーム体験教室 (ボッチャ、シャッフルボード) | 船橋市スポーツと健康を推進する会 | 15 (男7・女8) | 7/8 |
| 3月12日(日) | 10:00～12:00 13:00～15:00 | ボディーペイントアート (しんたかねこどもまつりで実施) | 飯島 晃子 | 73 | 8/8 |

○評価：子供たちがただ参加するだけでなく、体験して考えて成長できる場を提供できるように組み立てた。子供たちは事業を通して交流を深め、豊かな心をはぐくみ健全な精神を養う一助になったと思われる。また、子供たちは各回とも大変楽しみにしており、地域に根付いた事業になった。次年度も充実した内容を計画し取り組んでいきたい。

【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 |
|----------|-------------|----------------------------|--------------------|----------------|-------|
| 1月17日(火) | 10:30～10:45 | 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 たんぽぽ文庫 | 21 (男5・女16) | 9/10 |
| 2月21日(火) | | | | 25 (男8・女17) | 10/10 |

○評価：0才から2才の乳幼児を対象に親と共に参加。絵本や紙芝居では、大型の絵本の側に近づき話を聞く子や、乳児は親に抱かれながら話を聞き入る様子が覗えた。手遊びやわらべ歌では、スタッフが動作で表現すると親子で真似てみて笑い声が絶えず楽しんでた。参加者の親からは、季節ごとの行事も取り入れた読み聞かせがあり、同じ年齢層の子供が参加できて交流が出来ることも楽しみにしているとの声をいただいた。今後も継続していきたい事業である。

【第30回しんたかねこどもまつり】

○ねらい：地域の子供たちが安心して暮らせるような地域づくりをめざし、主に新高根公民館利用者、青少年相談員などの地域の団体と連携して地域全体の催しとする。(共催:新高根児童ホーム)

| 月 日() | 時間 | 内容 | 講師 | 参加者数 | 備考 |
|----------|----------------------------|---|--|-------|-----|
| 3月12日(日) | 10:00～12:00 13:00～15:00 | 工藤先生と木のおもちゃ ペンシルバルーン プラレールで遊ぼう 鉄道模型展示 ミニSLでGo! ボディーパーイントアート おりがみ広場 おはなしの部屋 | 工藤 正司 飯島 晃子 日本大学理工学部鉄道研究会 松本考邦 武藤きみ子 川津 敏子 | 1,973 | 1/1 |

○評価：当日は天候にも恵まれ、たくさんの来館者を迎えることができた。今年度は、「木のおもちゃ遊び」「ペンシルバルーン」「プラレールで遊ぼう」「鉄道模型展示」「ミニSLでGo!」「ボディーパーイントアート」「おりがみ広場」「おはなしの部屋」の事業を行った。どの事業もたくさんの子供たちでにぎわっていた。中でも「木のおもちゃ遊び」は、子供たちが部屋いっぱいにあふれ、廊下に並んで待っている状況だった。また、日本大学理工学部鉄道研究会の方々にご協力いただいた「プラレールで遊ぼう」「鉄道模型展示」「ミニSLでGo!」では、子供たちは興味津々に模型を見たり、運転を楽しんだりとても喜んでおり大好評だった。日本大学理工学部鉄道研究会の方々には、準備から実施まで、たくさんの方にご協力いただいた。

なお、今回こどもまつりの運営のお手伝いで中学生にボランティアとして受付や入場者の整理、後片付けに協力してもらった。中学生ボランティアと子供たちとの会話もあり、世代間の交流も見られた。今回のこどもまつりは、子供たちが十分に楽しんでいただと思う。こどもまつりに参加した子供たちが、将来、自分の地域のためにもっと楽しいこどもまつりにしていくことができるよう、公民館としても支援していく。

《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 |
|----------|-------------|---------------------|-------------|--------------|-----|
| 2月24日(金) | 14:00～16:00 | 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 |

○評価：日常使う機能の紹介があり、続いて実際に写真の撮影、LINEの便利な使い方や地図の利用方法を試した。なかなかうまくできない受講者には、一人一人に丁寧に教えていただき、スマホの基本をわかりやすく体験できたと考えます。

【冬の健康法】

○ねらい：参加者同士の交流と親睦を図り、体力向上及び健康増進に寄与する。

(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 |
|----------|-------------|------------------|------------|----------|-----|
| 1月28日(土) | 10:00～11:45 | 養生法(体力作り) | スポーツプログラマー | 25 | 1/2 |
| 2月4日(土) | | 筋トレ・ストレッチ(体力アップ) | 金子 道子 | (男3・女22) | 2/2 |

○評価：セミナー終了後にアンケートを実施、参加者全員から回答を得た。結果は大変良かったが 64%、良かったが 24%と、概ね好評であった。また来年度もこのような事業に参加したいかとの回答では、92%の方が希望するとのことで、多くの参加者に満足していただいた。体操や、筋トレ・ストレッチは人気のある事業であるため、次年度からも継続して実施していきたい。

《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 |
|----------|-------------|-------------|---------------------|-----------------|-----|
| 1月19日(木) | 13:00～14:30 | 在宅介護について | 在宅医療支援拠点ふなぽと 佐々木ゆかり | 39 (男14・女25) | 8/9 |
| 2月16日(木) | | 健康ボイストレーニング | ボイストレーナー 鳥居明美 | 37 (男10・女27) | 9/9 |

○評価：延べ参加者が昨年度より2割ほど増加した。来年度は定員をさらに増やして多くの人に参加していただきたい。皆楽しみにしているようで、すでに来年度の募集についての問い合わせも多い。

【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 |
|----------|--------------|---------------|---------------------|----------------|-----|
| 1月17日(火) | ① 9:50～10:30 | 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) | 5/6 |
| 3月7日(火) | ②11:00～11:40 | | | 47 (男5・女42) | 6/6 |

○評価：年間12回の開催を予定していたが、今年度も新型コロナウイルス感染症の影響を受け、開催回数が半分の6回となってしまった。途中、健康づくり課の職員がコロナ対応で来られなくなった回があったが、【ふなばしシルバーリハビリ体操 in しんたかね】の指導士の方々が指導を代行してくれた。開催にあたって、密集しないよう人との間隔を空ける等、感染対策を十分行った。

【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。
(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 |
|----------|------------------------------|-------------------|-------------------------|----------------|-----|
| 2月21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 | 46 (男4・女42) | 8/8 |

○評価：市の推進事業として取り組んでいる事業で3年前から公民館事業としても健康づくり課に協力し取り入れている事業である。健康寿命に対する市民の意識が高く、参加者からも高評価を得ている事業で毎回の参加者数も安定している。来年度は2部構成をやめ、1時間構成で開催する予定。

《その他》

【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 日() | 内 容 | 配布先 | 部 数 | 備考 |
|--------|----------------|-----------|--------|-----|
| 3月 | しんたかねこどもまつり特集号 | 新高根公民館管区内 | 10,970 | 3/3 |

○評価：年3回(7月・11月・3月)館報を発行し、地域の方に公民館活動や公民館講座などの情報発信することができた。7月の館報は新聞の折り込みで配布したが、新聞購読者が減少傾向であるため、11月発行の館報より、地域新聞の折り込みに切り替えた。館報の発行は、公民館をPRするよい機会となるので、今後も幅広く配布していく。