

VI 現代的課題対応学習事業の概要

地域が抱える緊急の課題に的確に応えることをめざし、市民館等が社会や地域のニーズを適切に調査・研究し、先導的・主導的に実施していく事業として 2008(平成20)年度から新たに開設した。

1 シニアの社会参加支援事業

いわゆる団塊の世代の市民が、これまで社会で培った豊富な経験と知識、多様な能力を活かし、これまで関わりの少なかった地域社会での様々な活動に参加できるよう支援することを目的に開設した。2011(平成23)年度に「入門コース」に加えて「活動コース」を新設した。



(1) 入門コース

シニア世代等の地域参加に向けた入門的な啓発事業として実施した。「地域活動への参加」や「地域との係わり方」等に関する学習機会を提供し、地域参加の「はじめの一歩」となるように基本的知識や技術を高めながら仲間づくりを図ると共に、多様な学習形態により多くの市民が参加できるように工夫した。

(2) 活動コース

シニア世代等が自らの経験・知識・能力を活かして地域社会で活躍できるよう支援することを目的とし、2011(平成23)年度に開設した。「入門コース」の学習内容からの発展をより意識し、修了後の自主的な活動に向けた仲間づくり、具体的な地域活動の実践への支援を行った。

VI 1 (1) シニアの社会参加支援事業 (入門コース)

教文 シニアの社会参加支援事業 (入門)

主 題：地元川崎区を見て、体験して、発信してみよう！

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|----|----|----|---|---------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
| 1 | 9 | 2 | 金 | 仲間づくり | オリエンテーション コミュニケーションワークショップ | Nenoki 代表 塙 博臣 |
| 2 | | 9 | 金 | 撮影技術を学ぼう I | カメラの基本的な使い方を学ぶ | 日本写真講師協会認定 フォトインストラクター 中田 達男 |
| 3 | | 16 | 金 | 撮影技術を学ぼう II | 外歩きの際の撮影ポイントを学ぶ | |
| 4 | | 23 | 金 | 記事の書き方を学ぼう | 記事を書く時の基本知識を学ぶ | (株)タウンニュース社 川崎支社 支社長 原田 一樹 |
| 5 | | 30 | 金 | 地元の隠れた名所に出かけてみよう I | 地元銘菓「とんとこ飴づくり」の体験 | (株)松屋総本店 社員 |
| 6 | 10 | 7 | 金 | 地域活動を知ろう I | 病院ボランティア体験 | 市立川崎病院 職員 |
| 7 | | 21 | 金 | 地域活動を知ろう II | 海苔の資料室を訪れ、歴史を学ぶ | 特定非営利活動法人川崎の 海の歴史保存会 事務局長 老川 美芳 |
| 8 | 11 | 4 | 金 | 元気な身体をつくろう | 椅子を使用した簡単なヨガ体験 | ヨガインストラクター 菊地 幸子 |
| 9 | | 18 | 金 | 地元の隠れた名所に出かけてみよう II | 川崎競馬場でバックヤードツアー体験 | 神奈川県川崎競馬場組合 職員 |
| 10 | 12 | 2 | 金 | 報告書づくり | 班ごとに報告書を作成し、今後の取り組みについて考える | 職員 |

- 開設場所 教育文化会館 他
- 時 間 帯 10:00～12:00
- 対 象 川崎区在住・在勤の方20人
- 参加者数 15人 (男6人、女9人)
- 延べ人数 126人

教文 テレビ番組の裏側を知ろう！～スポーツ番組の楽しみ方～

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|---|---|--------------------|------------------------------|--------------------------|
| 1 | 3 | 3 | 金 | 共通の趣味を介した 仲間づくり | スポーツ実況を経験したことのあるアナウンサーの話しを聞く | (株)テレビ朝日 元アナウンサー 藤井 暁 |

- 開設場所 教育文化会館
- 時 間 帯 13:30～15:00
- 対 象 関心のある方 20人
- 参加者数 10人 (男8人、女2人)

大師 始めよう朝の運動

主 題：一緒に運動する仲間を作り、地域の輪を広げる

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|---|------------------|--|
| 1 | 2 | 2 | 木 | 参加者同士で運動を通じて仲間づくりをしながら、自身の健康への関心や地域シニア同士のつながりをつくる | オリエンテーション | スポーツ指導員 米井 智子 |
| 2 | | 9 | 木 | | グループ同士で身体づくり | 健康運動実践指導者 守屋 直樹 |
| 3 | | 16 | 木 | | 大師散策で心身リフレッシュ | 川崎大師平間寺 教化部教務課 主任 寺田 信哉 |
| 4 | | 23 | 木 | | 地域で楽しむヨガ体験 | ヨガえんの会 主宰 宮澤 園子 |
| 5 | 3 | 2 | 木 | | 運動を続けて健康な身体へ | 聖マリアンナ医科大学スポーツ医学講座 整形外科医 藤谷 博人 実技担当者 寺脇 史子 |
| 6 | | 9 | 木 | | みんなで次の身体づくりを考えよう | 職員 |

- 開設場所 大師分館 他
- 時間帯 10:00～12:00
- 対象 市内在住・在勤の概ね50歳以上の方
- 参加者数 20人（男0人、女20人）
- 延べ人数 97人

田島 健康寿命を延ばして、輝くシニアライフを目指そう！

主 題：健康意識を向上させ、地域活動への参加を促す

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-------------|--------------------|------------------------|
| 1 | 10 | 7 | 金 | 健康寿命を延ばす秘訣 | 健康寿命とは何かを楽しく探る | 聖マリアンナ医科大学 准教授 清水 潤 |
| 2 | | 14 | 金 | 食と健康の関係 | 正しい食品の知識や食生活の改善を学ぶ | 日本消費生活アドバイザー 大道 不二子 |
| 3 | | 21 | 金 | 口腔ケアで健康づくり | 口腔ケアの正しい知識を学ぶ | 歯科衛生士 大田 はるみ |
| 4 | | 28 | 金 | 健康体操を学ぶ | 寝たきり予防のための体操を学ぶ | はなまる元気健康塾 塾長 小田 祥大 |
| 5 | 11 | 4 | 金 | 先輩に訊く長生きの秘訣 | 地域で活躍するシニアの話聞く | 地域で活躍しているシニアの方2名 |

- 開設場所 田島分館
- 時間帯 10:00～12:00
- 対象 50歳以上の関心のある方
- 参加者数 19人（男6人、女13人）
- 延べ人数 76人

田島 元気！健康カフェ

主 題：健康をテーマの講座を講座を企画し、地域住民同士の交流を図る

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|---|---|--------------|------------------|---------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 金 | 身体に優しい筋トレを学ぶ | 一生使える身体づくり | はなまる元気塾 塾長 小田 祥大 |
| 2 | 3 | 3 | 金 | 口腔ケアで健康づくり | 口腔ケアの正しい知識を学ぶ | デンタルクリニックK 歯科衛生士 幸地 葉月 |
| 3 | | 4 | 土 | 落語で笑って、健康づくり | 落語で大いに笑って健康増進を図る | 落語家 金原亭 馬治 |

- 開設場所 田島分館
- 時 間 帯 10:00～12:00
- 対 象 健康に関心のある方
- 参加者数 130人（男55人、女75人）
- 延べ人数 130人

幸 自分らしいセカンドライフの作り方

主 題：これからの人生をより豊かに過ごすために

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|----|---|----|---|-------------------------------|-------------------------------------|---|
| 1 | 1 | 26 | 木 | セカンドライフを考える | 充実したシニアライフの過ごし方 | 武蔵野大学 名誉教授 川村 匡由 |
| 2 | 2 | 2 | 木 | 豊かなセカンドライフを過ごすための生活設計を考える | セカンドライフと生命保険 | (公財) 生命保険文化センター 鍵山 文彦 |
| 3 | | 9 | 木 | | 医療保険と介護保険 | (公財) 生命保険文化センター 牛嶋 信治 |
| 4 | | 16 | 木 | | セカンドライフのマネープラン | 鍵山 文彦 |
| 5 | | 23 | 木 | 健康維持のための香りの効用を学ぶ | 香りのもたらす効用とハンドマッサージについて学ぶ | (公社) 日本アロマ環境協会 認定 アロマセラピスト 久保田 泉 |
| 6 | 3 | 2 | 木 | 地域でのボランティア活動を知る | 地域でのボランティア活動の体験談を聞く | 幸区コミュニティカフェ事業 実行委員会 委員長 末木 源一郎 幸保育学習会 保育ボランティア 成川 はつえ 日本語学級・障がい者社会 参加学習活動 ボランティア 櫻井 正元 さいわい加瀬山の会 代表 成川 七郎 |
| 7 | | 9 | 木 | シニア世代の充実した生活のために必要な健康管理について学ぶ | 口腔ケアの重要性を学ぶ/自分の咬合力を知る | 幸区役所地域みまもり支援 センター 歯科衛生士 須崎 由紀子 |
| 8 | | 16 | 木 | | シニア世代の食生活について学ぶ /食生活改善推進員の活動の話聞く | 幸区役所地域みまもり支援 センター 管理栄養士 中田 里子 幸区食生活改善推進員 |
| 9 | | 23 | 木 | | 正しい身体の使い方学ぶ | (社団) ケア・ウォーキング 普及会 代表理事 黒田 恵美子 |
| 10 | | 30 | 木 | 学習内容の振り返り | 学習内容を振り返り、地域での過ごし方について考える | 参画はぐくみ工房 代表 竹迫 和代 |

- 開設場所 日吉分館
- 時 間 帯 13:30～15:30
- 対 象 概ね50歳以上の関心のある方
- 参加者数 20人（男5人、女15人）
- 延べ人数 83人

日吉 心体サポート～POWER LIFE 地域で「心」も「体」も元気で過ごす為に

主 題：シニアの健康寿命を延ばすための体力づくり講座

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|--|-------------------------------------|------------------------------------|
| 1 | 1 | 20 | 金 | 仕事や子育てが一段落したシニア世代を対象に、地域でのシニアライフを充実させるため、学習を通して仲間づくりや健康づくりをめざし、今後の地域活動へとつなげていく | シニア世代の現状や体力づくりを知り地域デビューのきっかけづくりを目指す | NPO法人 ファンズアスリートクラブ 理事長 井上 秀憲 |
| 2 | | 27 | 金 | | 健康なシニアライフのために、歩行の大切さを学ぶ | |
| 3 | 2 | 3 | 金 | | ペアストレッチなどの運動を通じて仲間づくりをする | |
| 4 | | 10 | 金 | | 楽しみながら健康寿命を延ばす方法を考える | |
| 5 | | 17 | 金 | | 学級を振り返り、今後の地域活動に向けて考える | |

●開設場所 日吉分館 他

●時間帯 10:00～12:00

●対象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 22人（男6人、女16人）

●延べ人数 91人

中原 シニアの力で高齢社会を幸齢社会にPART 3

主 題：自助・互助・公助・共助が超高齢社会を幸せに送るキーワード

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|---|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 1 | 8 | 25 | 木 | シニア世代の受講者が、これからのシニアライフに今までの経験などを活かした生きがいづくりをみつけることと、地域人として地域で幸せなシニアライフを送ることを、結びつけることができるかを考えていく | 地域包括ケアシステムについて、理解を深め自分や地域ができることを考える | 中原区役所地域みまもり支援センター 地域支援課 課長 瀧 真由美 |
| 2 | 9 | 1 | 木 | | 健康なシニアライフを送るために、〈共助〉〈公助〉について学ぶ | 中原区役所高齢・障害課 課長 三富 京子 |
| 3 | | 15 | 木 | | 健康なシニアライフを送るために、〈自助〉について学ぶ | 百合丘地域包括支援センター センター長 看護師 山本 久美子 |
| 4 | | 29 | 木 | | 健康なシニアライフを送るために、〈互助〉について学ぶ | ボランティアグループ すずの会 |
| 5 | 10 | 20 | 木 | | これからのシニアライフで、自分ができる第一歩について考える | 代表 鈴木 恵子 |

●開設場所 中原市民館

●時間帯 14:00～16:00

●対象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 25人（男9人、女16人）

●延べ人数 76人

中原 笑って笑っていきいき人生！ 公開講座

主 題：一緒に笑って、あなたの自身のいきいき人生をみつけませんか

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|---|---|-----------------------------------|---|------------------|
| 1 | 12 | 1 | 木 | シニアライフを健康で有意義に過ごすためのヒントを、わかりやすく学ぶ | シニア世代の方々に、これからのシニアライフを健康で有意義に過ごすためのヒントを、講師の腹話術を通してわかりやすく学び、受講者が考えるきっかけづくりを行う。 | 腹話術師 しろたに まもる |

●開設場所 生涯学習プラザ

●時間帯 14:00～16:00

●対象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 67人（男28人、女39人）

中原 シニアが学ぶ身近な安全II

主 題：いきいきとしたシニアライフのテーマは自分も安全、地域も安全

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|--|--|-----------------------------------|
| 1 | 2 | 2 | 木 | 身近な防犯や交通安全、地域での活動に | 安全安心な生活① 防犯について | 中原警察署 生活安全課長 中川 重治 |
| 2 | | 9 | 木 | についての講義から、安全な生活について | 安全安心な生活② 交通安全について | 中原警察署 交通課 巡査部長 府川 崇之 |
| 3 | | 23 | 木 | 考えるきっかけとし、家庭だけではなく地域の安全の重要性と自分たちができることを考える | 安心安全な生活③ 地域の子供たちの安全について | 中原警察署 生活安全課 スクールサポーター 小川 照夫 |
| 4 | 3 | 2 | 木 | | 自分の安全な生活と、地域安心して生活を送るために自分が何ができるのかを考える | NPO法人 かわさき創造プロジェクト 代表理事 大下 勝巳 |

●開設場所 中原市民館

●時 間 帯 13:30～16:00

●対 象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 10人（男3人、女7人）

●延べ人数 22人

高津 ものづくりの現場から高津の魅力を考えよう

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-------------------|---|-----------------------------------|
| 1 | 9 | 14 | 水 | オリエンテーション | グループに分かれ、ワークシートを活用した主体的な見学方法を学ぶ | (株)石塚計画デザイン事務所 取締役 千葉 晋也 |
| 2 | | 21 | 水 | 下作延のものづくりの現場を見学する | 包装資材の抜型製造工場、金属加工工場、印刷工場、新聞印刷工場をそれぞれ見学しものづくりに携わる思いや工夫、努力について学ぶ | 株式会社田村工機 社員 |
| 3 | | 28 | 水 | 下野毛のものづくりの現場を見学する | | 上代工業(株) 社員 秀英堂紙工印刷(株) 社員 |
| 4 | 10 | 5 | 水 | 久地のものづくりの現場を見学する | | 日経東京製作センター 川崎工場 社員 |
| 5 | | 12 | 水 | 今後の活動につなげる振り返り | | 見学した感想などをワークシートにまとめた、ものづくりマップの作成 |

●開設場所 高津市民館 他

●時 間 帯 14:30～16:30

●対 象 50歳以上の関心のある方

●参加者数 19人（男7人、女12人）

●延べ人数 80人

高津 ようこそ地域デビュー 仲間をつくろう！体験しよう！

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|-------------------|-----------------------|---|
| 1 | 1 | 26 | 木 | シニア世代のまちづくり活動を知る | 自己紹介、オリエンテーション | (公財)かわさき市民活動センター 係長 福森 義之 |
| 2 | 2 | 2 | 木 | 身近なボランティア活動を体験する | スポーツ施設で活動できる緑化活動の体験 | NPO法人高津総合型スポーツクラブSELF 戸沼 智貴 |
| 3 | | 9 | 木 | 体力維持のための公園体操を体験する | 高津公園体操を学ぶ | 高津区役所地域支援担当 職員 東京体育機器(株) 健康運動指導士 児玉 絹代 |
| 4 | | 16 | 木 | 身近なボランティア活動を体験する | 障害者福祉サービス事業所での活動の体験 | 川崎市北部身体障害者福祉会館 看護師 青木 伸子 |
| 5 | | 23 | 木 | 地域デビューのススメ、振り返り | 講座のまとめと今後の活動についての話し合い | 福森 義之 |

- 開設場所 高津市民館 他
- 時間帯 10:00～12:00
- 対象 50歳以上の関心のある方
- 参加者数 8人(男2人、女6人)
- 延べ人数 34人

橘 はじめよう！わくわくシニアライフ！

主 題：これからもつづく、わくわくする出会いを求めて！

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|-----------------------------|--|---|
| 1 | 1 | 14 | 土 | 受講者同士知り合う 笑いで心も元気になる | オリエンテーション 落語で笑い、笑いを共有することで仲間意識を持つ | 幸落語研究会 かばち家大福 よろず家笑治 職員 |
| 2 | | 20 | 金 | ティータイムがリラックスできるのはどうしてかを探る | コーヒーについて学び、プロから淹れ方を学ぶ | mottano 主宰 寺岡 英 |
| 3 | | 27 | 金 | となりのシニアが生き生きして見えるのはどうしてかを探る | 同世代のシニアからの経験談を聞く | 区民ミニガーデン 横山 喜久江 街おこし協力隊 浅井 久平 おやじの会「いたか」 世話人 大下 勝巳 |
| 4 | 2 | 3 | 金 | 自分の作った料理で体の中から元気になる | 地域の旬の食材を使ってグループ内で料理を作る | 栄養士 米井 智子 |
| 5 | | 9 | 木 | 体のすべてを使って自分を表現してみる | 動かしやすい体に変える 演劇ワークショップを行う | NPO法人演劇百貨店 代表 柏木 陽 |
| 6 | | 24 | 金 | 人が出会うきっかけや場所にどんなものがあるかを考える | 大人のためのおはなし会 コーヒーの淹れ方のおさらいと受講者同士コーヒーを振る舞う 講座の振り返り | 寺岡 英 職員 |

- 開設場所 橘分館
- 時間帯 13:30～15:30
- 対象 概ね50歳以上の関心のある方
- 参加者数 22人(男12人、女10人)
- 延べ人数 109人

橘 婚活支援のすすめ♪あなたもキューピット～婚活サポーターが全国で活躍中～

主 題：できることから始めよう！あなたも地域の”婚活サポーター”

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|---|---|-------------------------------|----------------------------------|---|
| 1 | 2 | 2 | 木 | シニア世代等の市民が地域での活動に参加するきっかけをつかむ | 【公開講座】全国で活躍している“婚活サポーター”の活動事例に学ぶ | NPO法人全国地域結婚支援センター 代表・結婚支援アドバイザー 板本 洋子 |

●開設場所 橘分館

●時 間 帯 14:00～15:30

●対 象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 21人（男3人、女18人）

宮前 メリットがいっぱい！やってみよう 絵本の読み聞かせ

主 題：読み聞かせの效能を知り、地域での活動に目を向ける

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|-------------------------|---|---------------------------------|
| 1 | 6 | 10 | 金 | 自己紹介 思い出の本紹介 | 思い出の本を実際に読み聞かせによって紹介する | 職員 |
| 2 | | 17 | 金 | 読み聞かせの方法と 絵本の選び方 | 絵本の読み聞かせは普段どのように行われているのか、どのような本が選ばれているのかを学ぶ | 高津図書館 吉岡 久美 |
| 3 | | 24 | 金 | 読み聞かせと身体との 関係を知る | 大きな声を出すこと、人前で話すことなど読み聞かせによる身体への科学的效能を学ぶ | 元千葉県立保健医療大学非常勤講師 理学療法士 結城 俊也 |
| 4 | 7 | 1 | 金 | 読み聞かせを通して 地域で何ができるのか | 読み聞かせを行い、人に言葉を伝える方法を知る。今後、読み聞かせのメリットを生かしながら出来る活動を学ぶ | 宮前図書館 舟田 彰 |
| 5 | | 8 | 金 | 地域で活動するということ | 地域で活動することの意味、自身にとっての効用を学ぶ | NPO法人孫育て・ニッポン 理事長 棒田 明子 |

●開設場所 宮前市民館

●時 間 帯 14:00～16:00

●対 象 概ね50歳以上の方

●参加者数 23人（男2人、女21人）

●延べ人数 92人

宮前 メリットがいっぱい！やってみよう 絵本の読み聞かせ2

主 題：読み聞かせの效能を知り、地域での活動に目を向ける

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|--------------------|------------------------------------|------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 金 | 読み聞かせ技術を学ぶ1 | 読み聞かせに必要な発声法・呼吸法を知り、感情の込め方などの方法を学ぶ | 読み聞かせインストラクター 星野 尚美 |
| 2 | | 10 | 金 | 読み聞かせ技術を学ぶ2 | 子どもの受け止め方、感じ方を知り、興味、関心を引き付ける技術を学ぶ | |
| 3 | | 17 | 金 | おはなし会の計画を立てる | おはなし会の規模・観客を想定し、どのような内容にするかを話し合う | |
| 4 | | 24 | 金 | おはなし会の実施に向けての準備を行う | 計画に基づいて準備を行い、実践に向けての練習を行う | |
| 5 | 3 | 5 | 日 | 学びを実践に活かす | おはなし会の開催 ひとみ座公演「3びきのこぶた」 | (有)ひとみ座 |

●開設場所 宮前市民館

●時 間 帯 2月3日～24日14:00～16:00 3月5日10:00～15:00

●対 象 概ね50歳以上の方

●参加者数 18人（男1人、女17人）

●延べ人数 72人

菅生 考えよう！次世代のために、シニアの私たちができること

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-------------------------|-------------------------------------|---|
| 1 | 10 | 24 | 月 | 子どもたちの暮らしに今何が起きているのかをみる | 学習支援やこども食堂をスタートさせた経緯や子どもたちの現状を聞く | NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク 理事長 栗林 知絵子 |
| 2 | | 31 | 月 | 生きづらさを抱える若者たちの課題を知る | 貧困や孤立の中にある若者の学び直し、生き直しの支援活動を聞く | NPO法人さいたまユースサポートネット 代表理事 青砥 恭 |
| 3 | 11 | 7 | 月 | 若者の声に耳を傾けよう | 若者たちが抱える悩みや喜び、将来にかける思いを聞く | 田園調布学園大学 学生 |
| 4 | | 14 | 月 | どんな活動を、どう進めるか、先輩に聞く | 次世代の支援のためにすでに活動しているシニアから、体験を聞く | 菅生プラスワン学習支援者 こども文化センタースタッフ フードバンクかわさきスタッフ |
| 5 | | 28 | 月 | 私たちにできることを考える | 地域での活動のノウハウやアイデアをもらい、私たちに何ができるかを考える | NPO法人ままとんきつず 理事長 有北 郁子 |

- 開設場所 菅生分館
- 時間帯 14:00～16:00
- 対象 概ね50歳以上の関心のある人
- 参加者数 21人（男3人、女18人）
- 延べ人数 74人

多摩 多摩区の魅力発見！わくわく多摩区ライフ

主 題：地域での仲間づくりと社会参加のきっかけをつくる

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|----------------|------------------------------------|-----------------------------|
| 1 | 8 | 22 | 月 | オリエンテーション | 自己紹介と交流 | 職員 |
| 2 | | 29 | 月 | 菅の獅子舞 | 多摩区菅の伝統文化である獅子舞の歴史や伝承についての講義・見学・体験 | 菅獅子舞保存会 会長 宇津木 東功 他 |
| 3 | 9 | 5 | 月 | 多摩川梨 | 多摩川梨の栽培や歴史についての講義、果樹園見学、梨もぎ取り体験 | 田村果樹園 田村 孝子 |
| 4 | | 12 | 月 | 多摩区の職人に学ぶ手打ちそば | 多摩区商店街の時代変化や地域活動等の講義、手打ちそば実習 | 登喜和屋 四代目 木下 良輔 他 |
| 5 | | 26 | 月 | 多摩区での多文化交流 | 外国人市民による文化やコミュニケーションの講義と意見交換 | 専修大学国際交流事務局 職員 ノートン ベン 他 |
| 6 | 10 | 3 | 月 | まとめとふりかえり | 地場産野菜を用いた調理実習・多摩区での地域活動についての講義 | 多摩区町会連合会 会長 末吉 一夫 |

- 開設場所 多摩市民館 他
- 時間帯 10:00～12:00
- 対象 概ね50歳以上の興味ある方
- 参加者数 16人（男10人、女6人）
- 延べ人数 49人

多摩 心のオアシス ご近所サロン生田 PART2

主 題：IN生田出張所 笑顔と集いと学びの部屋

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|---|-----------------------------|-------------------------|
| 1 | 9 | 7 | 水 | 地域で自分らしく健康に生きて、ご近所とのつながりの大切さや喜びを実感し、自分が住む地域で行う生涯学習のあり方を考え学ぶ | 知り合おう！みんなで笑顔！ | 日本笑いヨガ協会 成嶋 規子 |
| 2 | | 14 | 水 | | サークルで繋がることの楽しさや生きがいを学ぶ折り紙体験 | たま学習サークル連絡会 会長 小澤 章子 |
| 3 | | 28 | 水 | | ミルク和食づくりでカルシウムを上手に取って健康になろう | 森永乳業(株)Ms Kichen |
| 4 | 10 | 5 | 水 | | 多摩区の草花を学び、押し花を通じて交流を深めよう！ | 植物図鑑・絵本作家 岩藤 しおい |

●開設場所 生田出張所・多摩市民館

●時 間 帯 10:00～12:00 28日のみ10:00～13:00

●対 象 概ね50歳以上関心ある方

●参加者数 14人（男2人、女12人）

●延べ人数 52人

麻生 踏み出そう第一歩！地域活動入門

主 題：麻生の地域活動を知ろう

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|----|---|----|---|---|--------------------------|------------------------------|
| 1 | 2 | 22 | 水 | シニアの地域デビューの一助として地域の活動を紹介し、活動への参加の手助けをする | 百合丘発こども食堂に学ぶ | ゆりっぴい広場 逢沢 良 他 |
| 2 | | 28 | 火 | | アロマでコミュニケーション(1) | 薬剤師 久保田 泉 |
| 3 | 3 | 1 | 水 | | 男の手料理入門(1)中華 | 男のおもてなし料理研究会 会員 |
| 4 | | 3 | 金 | | 麻生を歩いて知ろう！感じよう！(1) | 里山フォーラム in 麻生 事務局長 石井 よし子 |
| 5 | | 7 | 火 | | アロマでコミュニケーション(2) | 久保田 泉 |
| 6 | | 8 | 水 | | 男の手料理入門(2)洋食 | 男のおもてなし料理研究会 会員 |
| 7 | | 10 | 金 | | 麻生を歩いて知ろう！感じよう！(2) | 石井 よし子 |
| 8 | | 14 | 火 | | アロマでコミュニケーション(3) | 久保田 泉 |
| 9 | | 15 | 水 | | 男の手料理入門(3)和食 | 男のおもてなし料理研究会 会員 |
| 10 | | 17 | 金 | | 麻生を歩いて知ろう！感じよう！(3) | 石井 よし子 |
| 11 | | 22 | 水 | | アクティブシニアのススメ 仲間ができる面白 | 元宮前区長 大下 勝巳 |

●開設場所 麻生市民館

●時 間 帯 14:00～16:00

●対 象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 25人（男5人、女15人）

●延べ人数 76人

岡上 住み慣れたまちでずっと元気に！

主 題：地域でずっとその人らしく暮らすために必要な事柄を学ぶ

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-----------------|-------------------------------------|---|
| 1 | 9 | 29 | 木 | コミュニケーション力の向上 | コミュニケーション力向上のための方法を体験する | (株)テレビ朝日広報局 藤井 暁 |
| 2 | 10 | 6 | 木 | 健康づくり | ロコモ予防(アレックス体操)を体験する | あさお運動普及推進委員の会 成岡 美恵子 |
| 3 | | 13 | 木 | 地域の支え合いの実例 | 認知症の家族会の活動等を学び、地域に住む人同士の支え合いの大切さを知る | はなみずきの会 柿沼 矩子 |
| 4 | | 20 | 木 | 地域の介護施設の実例 | 地域の複合型介護施設の設立の想いや内容を学ぶ | 在宅医療・介護 ゆらりん (株)リンデン 代表取締役 林田 菜緒美 |
| 5 | | 29 | 土 | ボランティア活動の見学とまとめ | ボランティア活動への想いを知ると共に、実際の活動事例を見学する | イモンズ会員 五十川 慶子 |

●開設場所 岡上分館

●時 間 帯 13:30～15:30

●対 象 概ね50歳以上

●参加者数 17人(男3人、女14人)

●延べ人数 65人

VI 1 (2) シニアの社会参加支援事業 (活動コース)

教文 救急・防災の知識を学ぼう

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|--------------------------|-------------------------------------|------------------|
| 1 | 6 | 3 | 金 | 火災について学ぶ 災害図上訓練 (DIG) | 身近な災害を学び、もしもの時を考え災害図上訓練 (DIG) を行う | 応急手当指導員 池上 利浩 |
| 2 | | 10 | 金 | 救命救急の知識を学ぶ | 救急救命の講義とAEDの取り扱い実習 | 消防局 職員 |
| 3 | | 17 | 金 | 災害と、防災の取組みについて学ぶ | 災害のメカニズムと、市の防災への取組みを知り、個人で出来ることを考える | 総務企画局危機管理室 職員 |
| 4 | 7 | 1 | 金 | 災害の疑似体験を通して防災を考える | 防災館で災害体験 講座の振り返り | 本所防災館 職員 |

- 開設場所 教育文化会館 他
- 時間帯 10:00~12:00
- 対象 関心のあるシニア世代の方
- 参加者数 16人 (男8人、女8人)
- 延べ人数 60人

幸 環境と私たちの健康

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-----------------------|----------------------------|--|
| 1 | 10 | 27 | 木 | 食の安全を学ぶ シニアならではの注意 | 食材を扱う時、注意していることを川崎幸市場の人に聞く | 川崎市場管理(株) 鈴木 庸平 健康福祉局保健所食品安全課 食品専門監視担当 木戸 明佳 |
| 2 | 11 | 10 | 木 | 健康であるために出来ること | 健康であるために身体を動かそう | 日本フェルデンクライス協会 理事 湊 美勝 |
| 3 | | 17 | 木 | 地域や家庭で出来る エコとリサイクル | コアレックス三栄(株)見学 | 川崎エコタウン会館 職員 |
| 4 | | 24 | 木 | | 川崎エコ暮らし未来館見学 | コアレックス三栄(株) 職員 |
| 5 | 12 | 1 | 木 | まとめ | 振り返り | 川崎エコ暮らし未来館 職員 |

- 開設場所 川崎幸市場 他
- 時間帯 10:00~12:00
- 対象 原則幸区在住在勤の50歳以上で関心のある方
- 参加者数 5人 (男2人、女3人)
- 延べ人数 15人

中原 地域の魅力を知ろう！

主 題：身近な地域の歴史や文化、産業などの魅力を再発見する

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|----------------------|---|---|
| 1 | 2 | 21 | 火 | 地域の魅力を知る | 歴史や文化、産業等、様々な視点で地域の魅力について考える | なかはら散策ガイドの会 会長 芳賀 誠 |
| 2 | | 28 | 火 | 地域の魅力の伝え方を学ぶ | 中原区の魅力を相手にどう伝えるかを学ぶ | (株)タウンニュース社川崎支社 支社長 原田 一樹 (株)タウンニュース社川崎支社 中原区編集室編集長 有賀 友彦 |
| 3 | | 3 | 木 | グループごとに地域の魅力スポットを訪ねる | 中原区の寺社、遊歩道取材する 中原区の中小企業取材する 中原区の商店街取材する | 安楽寺 江川せせらぎ遊歩道 (株)ユニオン産業 福来醤油(株) モトスミ・オズ通り商店街 モトスミ・ブレーメン通り商店街 |
| | | 10 | 金 | | | |
| | | 21 | 火 | | | |
| 4 | | 23 | 木 | まとめ | グループごとに訪ねた結果をまとめ、報告し合う | 参画はぐぐみ工房 代表 竹迫 和代 |

●開設場所 中原市民館 他

●時 間 帯 13:30～16:00 23日のみ13:30～16:30

●対 象 概ね50歳以上の方

●参加者数 19人（男10人、女9人）

●延べ人数 61人

高津 撮りたい、残したい 高津の風景II

主 題：風景写真で高津の魅力を記録し、情報発信

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| 1 | 7 | 15 | 金 | デジタルカメラによる撮影・保存・活用の基礎を学び、高津区内の風景・史跡等を撮影し、写真により地域の魅力を発信する | 撮影技術・マナー等 | 写真小屋山ちゃん 店主 フォトマスターエキスパート 山本 秀男 |
| 2 | | 22 | 金 | | 高津区内の史跡・文化財を学ぶ | 教育委員会文化財課 担当係長 栗田 一生 |
| 3 | | 29 | 金 | | 高津区「ふるさとアーカイブ」「高津のさんぼみち」の紹介 | 高津区役所企画課 高橋 佑治、蟬川 千代 |
| 4 | 8 | 5 | 金 | | 高津区内での風景写真撮影の実習 | 山本 秀男 歩楽里写真部 3人 |
| 5 | | 19 | 金 | | 写真データの保存・管理・活用法 | 山本 秀男 歩楽里写真部 2人 |
| 6 | | 26 | 金 | | 写真の講評など | 山本 秀男 |
| * | 9 | 20 | 火 | | 写真展 ～9/26 | 職員 |

●開設場所 高津市民館 他

●時 間 帯 13:30～15:30

●対 象 概ね50歳以上の方

●参加者数 20人（男13人、女7人）

●延べ人数 95人

宮前 やってみよう！シニアとシニアを結ぶおはなし会

主 題：シニアに対するおはなし会を学ぶ

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|----------------|--|-------------------------------------|
| 1 | 10 | 7 | 木 | 自己紹介 | 思い出の本を読み聞かせによって紹介する | 職員 |
| 2 | | 14 | 木 | おはなし会を行う方法を学ぶ① | おはなし会を行うための基本知識を学ぶ | 映像・音響制作Y・S・P 代表 古館 忠幸 |
| 3 | | 20 | 金 | おはなし会の効能を知る | おはなし会が話し手や聞き手にもたらす効能を学ぶ | 元千葉県立保健医療大学 非常勤講師、理学療法士 結城 俊也 |
| 4 | | 28 | 木 | おはなし会を行う方法を学ぶ② | おはなし会を行うための基本知識を学ぶ | 古館 忠幸 |
| 5 | 11 | 4 | 木 | おはなし会の意義を考える① | 認知症の方を含む地域包括ケアシステムの内容を知り、その中でのおはなし会の意義を考える | 健康福祉局地域包括ケア推進室認知症・医療支援担当係長 角野 孝一 |
| 6 | | 11 | 木 | おはなし会の意義を考える② | 地域包括ケアシステム構築のために、地域におけるおはなし会の事例や運営方法を学ぶ | 宮前図書館 職員 |

●開設場所 宮前市民館

●時 間 帯 14:00～16:00

●対 象 関心のある方

●参加者数 12人（男0人、女12人）

●延べ人数 58人

多摩 今こそ継ごう、多摩魂！パート 2

主 題：～夏だ、盆踊りだ、多摩川音頭で地域デビュー～

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|---|----|---|-----------------------------|-------------------------------------|--------------------|
| 1 | 6 | 30 | 木 | 地域の特色を色濃く反映した伝承・伝統 | 多摩川音頭の歴史への関心を高め、話し合いを通し交流を深める | 稲田郷土史会 鶴見 邦男 職員 |
| 2 | 7 | 1 | 金 | について学び・体験を通して地元に対する | 地域の特色が盛り込まれた曲に親しむことにより、地域に対する関心を高める | 音仁会 会主 余湖 英子 |
| 3 | | 11 | 月 | 関心を高め、地域で活動している方との | 学んだことを更に地域で伝えていくための技量を身につける | 登喜葉会 会主 芹田 八重子 |
| 4 | | 13 | 水 | の交流により、主体的な活動への意欲を喚起する機会とする | 地域に継承していくための手法を学ぶ | 職員 |

●開設場所 多摩市民館等

●時 間 帯 主に9:30～12:00

●対 象 概ね50歳以上の関心のある方

●参加者数 21人（男3人、女18人）

●延べ人数 53人

麻生 生涯学習ボランティア入門

主 題：あなたも地域の学習を支援しませんか

| 回 | 月 | 日 | 曜 | 学習課題 | 学習内容 | 講師・助言者など |
|---|----|----|---|-------------------------------|------------------------------------|---------------------|
| 1 | 10 | 5 | 水 | 生涯学習相談について学び、相談ボランティアになりましたよう | 生涯学習って オリエンテーション まずはお互い知り合いになりましょう | 職員 |
| 2 | | 12 | 水 | | 川崎市の社会教育と生涯学習 | 川崎市国際交流協会 中村 高明 |
| 3 | | 19 | 水 | | 麻生市民交流館やまゆり訪問 | やまゆりスタッフ |
| 4 | | 26 | 水 | | 人の話を聴くコツ(1) | 傾聴インストラクター 小川 祐一 |
| 5 | 11 | 2 | 水 | | 人の話を聴くコツ(2) | |
| 6 | | 9 | 水 | | 生きること、学ぶこと | 日本女子大学 教授 田中 雅文 |
| 7 | | 16 | 水 | | これまでを振り返って 私はこんな学習相談がほしい | 職員 |

●開設場所 麻生市民館

●時 間 帯 10:00～12:00

●対 象 関心のある方及び学習相談員

●参加者数 16人（男3人、女13人）

●延べ人数 42人