

令和元年度事業記録

高麗公民館

1. 公民館の重点目標

- (1) 公民館のスローガンになっている「まず参加、仲良く、楽しく、学び合い」を実践するために、住民相互のコミュニケーション作りの場として、情報提供のできる公民館にする。
- (2) 地域の特性を活かした特色ある事業の展開に努め、誰もが参加しやすい公民館活動を目指す。
- (3) 学校及び各団体と連携を図りながら、あらゆる年齢層がふれあいを深められる公民館にする。

2. 反省と成果

- (1) 住民のニーズに応えた幅広い事業実施に心掛け、見直しを行ないながら参加者に偏りのない事業展開をする必要がある。
- (2) 企画運営委員が企画する事業の実施、サークル等の事業への参画機会の充実など、住民が積極的参加する事業を進めることができた。
- (3) 寿学級の地区学習会など、地域と連携した特色ある事業を実施することができた。

3. 企画運営委員会議の状況

月 日	場 所	内 容
4月11日(木)	高麗公民館	企画運営委員の委嘱について 平成30年度事業報告について 平成31年度事業計画(案)について 春季花苗植替えについて 他
7月10日(水)		高麗地区体育祭について 高麗公民館文化祭について 秋季花苗植替えについて 他
12月10日(火)		高麗地区体育祭改善点について 高麗公民館文化祭改善点について 高麗小学校芋煮会について 公民館事業について 他
3月26日(木)【中止】 資料のみ送付		令和元年度事業報告について 令和2年度事業計画(案)について 他

4. 事業の実際

【青少年教育事業】

「子ども公民館」「将棋教室（初心者向け）」「公民館 de 夏休み」「こども英語教室」「クリスマス会」「親子でそば打ち体験教室」「凧を作ってみよう！」「飛び出せ宇宙へ！ロケット体験講座」

1) 子ども公民館

①目 標 手作りのカードを作成することで表現力や創造力を高めるとともに、家族や友人へ感謝の気持ちを伝える。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
5月11日(土)	10:00~12:00 2.0	手作りカードを作ろう (母の日カード)	実習	公民館職員	6名
12月24日(火)	14:00~15:30 2.0	手作りカードを作ろう (クリスマスカード)	実習	公民館職員	10名

③経 費 報償費 0円



母の日に向けてカードを作りました



クリスマスツリーが飛び出てくるよ

2) 将棋教室（初心者向け）

①目 標 将棋は勝負だけではなく、礼儀を重んじる日本古来の文化であることより、心の安定や豊かな感性を醸成させる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
6月22日(土)	13:30~15:30 2.0	将棋の世界を知ろう	実技	鯉沼 治夫氏	16名
6月29日(土)	13:30~15:30 2.0	将棋の世界を知ろう			12名

③経 費 報償費 0円



将棋の攻め方を学びます



実際に対局しています

3) 公民館 de 夏休み 「共催:生涯学習課」

①目 標 スポーツ吹き矢やフラダンスなど、いろいろな体験により情操教育の一環とする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
7月25日(木)	10:20~11:45 1.5	スポーツ吹き矢 体験	実技	公民館サークル登録 団体 あたり矢高麗	20名
8月9日(金)	10:15~11:15 1.0	フラダンス体験		公民館サークル登録 団体 プルメリア	16名

③経 費 報償費 0円



スポーツ吹き矢に挑戦!



みんなで楽しくフラダンス

4) こども英語教室

①目 標 英語の正しい発音を覚えて、英語の面白さを知る。

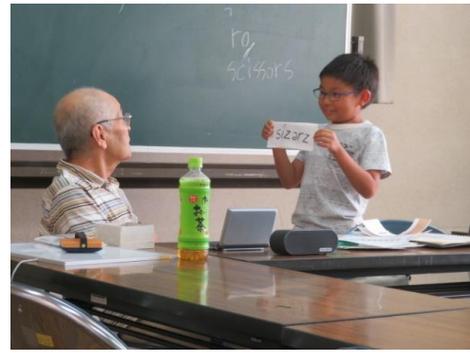
②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
7月27日(土)	14:00~15:00 1.0	英語の正しい発 音を学ぼう①	実習	円城 忠文氏	4名
8月3日(土)	14:00~15:00 1.0	英語の正しい発 音を学ぼう②			2名
8月17日(土)	14:00~15:00 1.0	英語の正しい発 音を学ぼう③			2名

③経 費 報償費 0円



先生が丁寧に教えます



自分で発音してみよう！

5) クリスマス会 「共催: 高麗地区青少年健全育成の会」

①目 標 クリスマス会を通して異年齢での交流を図り、地域のふれいあいを大切にする心を学ぶ。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月21日(土)	11:00~13:00 2.0	クリスマス会を 楽しもう	鑑賞 実技	高麗中学校吹奏楽部 高麗地区青少年健全 育成の会	100名

③経 費 報償費 10,000円



高麗中学校吹奏楽部演奏



じゃんけん大会で商品ゲット！



ケーキは自分でトッピング

6) 親子でそば打ち体験教室 「共催: 武蔵台公民館」

①目 標 そばを親子の共同作業により作り、手打ちならではの醍醐味を味わう。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月21日(土)	9:00~12:30 3.5	美味しいそばを 打とう	実技	新井 勝久氏 他	13名

③経 費 報償費・材料費 0円 (共催により武蔵台より材料費 5,600円、報償費 5,000円 支出)



親子で美味しいそばづくり

6) 凧を作ってみよう！ 「共催:総務課」

①目 標 オリジナルの凧を作って、手づくり凧あげ大会に参加しよう。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月25日(土)	9:00~11:30 3.5	凧を作って大会に参加しよう	実技	コミュニティー協 議会・凧づくり愛 好会の皆さん	12名

③経 費 報償費・材料費 0円



高く高く舞い上がれ

8) 飛び出せ宇宙へ！ロケット体験講座【新型コロナウイルス感染予防のため中止】

①目 標 ロケットの飛行原理を確認するため、身近なものを利用してロケットの模型を作成する。
また、作成したロケットの模型を飛ばす。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
3月7日(土)	9:30~11:00 1.5	ロケットの飛行原理 について学ぶ	実技	東洋大学理工学 部 准教授 藤松 信義氏	0名

③経 費 報償費 0円

■評価■

- ・「子ども公民館」では、母の日やクリスマスに贈れるカードを手作りすることで、感謝の気持ちを伝えることができました。
- ・「将棋教室」では、将棋の駒の動かし方や攻め方、守り方のコツを習得できました。
- ・「公民館 de 夏休み」では、各サークルに協力いただき、夏休みの思い出に楽しい経験をすることができました。
- ・「クリスマス会」では、100名の参加者が集まり、高麗中学校吹奏楽部の演奏やじゃんけん大会、自分で作ったケーキを作るなど、異年齢の集団が交わりながら地域のコミュニケーションを図ることができました。
- ・「そば打ち体験教室」では、普段家でできないことを親子で体験でき、有意義な教室となりました。

【成人教育事業】

「まっさんの草餅づくり」「サマーライブコンサート」「大人が楽しむ健康リトミック」「はじめてのハーバリウム教室」「自分で作ろう！正月かざり」「エンディングノートを活用しましょう！」「高麗郡探訪」「和紙絵に挑戦」「鉄道旅をやってみよう」

1) まっさんの草餅づくり

①目 標 旬の食材を活かし、昔から親しみのある草餅づくりを学ぶ。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
4月18日(木)	9:30~11:30 2.0	草餅づくりの体験 (よもぎ摘み)	実習	増田 和夫氏	16名
5月 8日(水)	10:00~11:30 1.5	草餅づくりの体験	実習	増田 和夫氏	12名

③経 費 報償費 3,000円



みんなでヨモギ摘み



摘んだヨモギは春の香り

2) サマーライブコンサート

①目 標 暑い夏の一夜、子育てや仕事に忙しい大人たちを対象に、ポップスバンド Mint と迎えて、共に歌い、楽しみ、心身をリフレッシュする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
8月10日(土)	19:00~20:30 1.5	真夏の夜に青春時代のポップスを聴き夏を乗り切ろう	鑑賞	ポップスバンドMint	86名

③経 費 報償費 10,000円



公民館が一夜だけのライブハウスに！

3) 大人が楽しむ健康リトミック

①目 標 音楽の流れに身体表現を合わせたリトミックで心も身体もリフレッシュさせる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
10月24日(木)	10:00~11:00 1.0	音楽に合わせて体を動かそう	実技	森野 めだか氏	8名

③経 費 報償費 5,000円



先生のピアノに合わせて体を動かします。

4) はじめてのハーバリウム教室

①目 標 人気急上昇中のハーバリウム。窓辺などに置くときらきら光を通して、見ただけで癒されます。オリジナルの作品を作ること、新たな創作意欲の発見につなげる。完成品は公民館文化祭で展示していただき、ハーバリウムの美しさや楽しさを紹介する。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
10月25日(金)	10:00~11:30 1.5	ハーバリウムを体験してみよう	実技	堀口 純氏	20名

③経 費 報償費 4,000円



花材を選ぶだけでワクワクします。



素敵な作品を並べて撮影会!

5) 自分で作ろう! 正月かざり

①目 標 正月かざりについて学習し、作る楽しさと日本古来の伝統文化に親しむ心を育てる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月20日(金)	10:00~12:00 2.0	正月かざりを作る	実習	八島 由香氏	10名

③経 費 報償費 4,000 円



自分で作った正月飾りもいいですね

6) エンディングノートを活用しましょう！

①目 標 自分らしい生涯にするため、エンディングノートについて学習する。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
2月6日(木)	10:00~12:00 2.0	自分らしい生涯にするため、エンディングノートについて学習する。	講演	行政書士かわばた 福祉法務事務所 行政書士 終活カウンセラー 川畑 静美氏	12名

③経 費 報償費 5,000 円



エンディングノートで自分らしい生涯にしましょう！

7) 高麗郡探訪

①目 標 高麗郡建郡1300年記念事業から三年年半が経過した。この歴史を風化させないため三年目の今年は、飯能戦争で敗れた賊軍の大將（渋沢成一郎他5名）を官軍重囲の中にありて匿い助けた横手村の義に篤い三義人の功績をまなび、併せて今話題（一万円札の顔、再来年の大河ドラマ）の渋沢栄一と高麗との縁を学ぶ。また、この時代に部沢栄一が歩いた高麗の古道や東京大宮道（元の国道299号）を歩きながら古道の歴史を学ぶことにより、地域住民の地元愛の醸成に寄与することを目的とする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
2月15日(土)	13:00~16:00 3.0	若き日の渋沢栄一が歩いた古道を歩こう	実技	歩きながらみんな で語り合う	27名

2月22日(土)	13:00~15:00 2.0	渋沢栄一と義に篤い横手の人たち	講義	比留間 英雄氏	80名
3月7日(土) 【中止】	13:00~16:00 3.0	木綿沢の碑とその古道と探ろう	実技	歩きながらみんな で語り合う	0名

③経 費 報償費 7,160 円



8) 和紙絵に挑戦！【新型コロナウイルス感染予防のため中止】

①目 標 和紙ならではの優しい風合い、色合い、貼り重ねることで、独特の表現を醸し出す和紙絵を体験する。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
3月5日(木)	14:00~16:00 2.0	和紙の魅力を学習 テーマ「暁富士和紙絵 の体験	実技	戸田 幸子氏	0名

③経 費 報償費 0円

9) 初心者向け 青春18きっぷで鉄道旅をやってみよう【新型コロナウイルス感染予防のため延期】

①目 標 鉄道旅の計画を練ることで、考える力を養うことを目的とする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
3月14日(土)	10:00~11:30 1.5	鉄道旅計画の組み立 て方を学ぶ	実技	公民館職員	0名

③経 費 報償費 0円

■評価■

- ・「草餅づくり」では、皆手際よく作り、自分たちで作った草餅を味わいながら交流して、楽しい時間を過ごすことができました。
- ・「サマーライブコンサート」では、たくさんの方に楽しんでいただくことができ、真夏の夜に、心身のリフレッシュと明日への活力につなげることができました。
- ・「ハーバリウム教室」では、完成した作品を公民館文化祭に展示して、講師にもディスプレイに協力してもらい、公民館文化祭を彩りました。
- ・「高麗郡探訪」では、高麗郡時代の地元の歴史の一部や古道について、時代背景や功労を学び、先人の偉大に触れることができました。
- ・「エンディングノートを活用しましょう」では、わかりやすい内容で、終活やこれからの事を考える良い機会となりました。

【家庭教育事業】

「親子ハッピーたいむ」「ラベンダースティック作り」「1歳からのアーティストデビュー」「生け花教室」「親子で天体観測会」

1) 親子ハッピーたいむ

①目 標 親子で一緒に楽しむ時間を提供し、親子の絆を再認識させる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
5月14日(火)	10:00~11:30 1.5	肩の力を抜いてリフレッシュ	実習	関 みか氏	8組
6月11日(火)	10:00~11:30 1.5	救急法と消防署見学	実習	埼玉西部消防署職員	9組
7月23日(火)	10:00~12:00 2.0	初夏の大収穫祭	実習	福井一洋氏	10組
9月 3日(火)	10:00~12:00 2.0	楽しくクッキング	実習	飯田 玲子氏	7組
10月 8日(火)	10:00~11:30 1.5	未然に防ぐ安全法	実習	日赤幼児安全法指導員	3組
11月12日(火)	10:00~12:00 2.0	秋の大収穫祭	実習	福井一洋氏	14組

③経 費 報償費 15,000円



消防署見学



親子でクッキング



秋の大収穫祭!

2) ラベンダースティック作り 「共催 高麗地区青少年健全育成の会」

①目 標 高麗地区青少年健全育成の会が中心となって育てたラベンダーを使って、ラベンダースティックを作る。ラベンダーには癒しの効果があり、また、部屋のインテリアにもなることから、一家団欒に繋がる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
6月22日(土)	9:30~11:00 1.5	ラベンダー摘み取りとラベンダースティック作り	実習	八島 由香氏	20人

③経 費 報償費 0円



自分でラベンダーと摘み取ります



リボンで編み込んでいきます

3) 1歳からのアーティストデビュー

①目 標 本来その子が持っている秘めた感性を引き出し、子どもの「やってみたい」の気持ちと大切にします。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
8月28日(水)	10:00~12:00 2.0	絵を楽しむ	実習	木村 容子氏	10組12名

③経 費 報償費 5,000円



ペタペタ手や足で自由に描きます

4) 生け花教室

①目 標 日本の伝統芸能である生け花を習得させ、日本文化を学び、親しむ心を育てる。また、生けることで、一人ひとりの個性を伸ばし、それをこれからの国際社会へ向けて、表現する力を身に付ける。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
8月31日(土)	10:00~12:00 2.0	真の花型①	実習	加藤 則子氏	11名
9月21日(土)	10:00~12:00 2.0	行の花型②			10名
9月28日(土)	10:00~12:00 2.0	草の花型①			11名
10月19日(土)	10:00~12:00 2.0	花型は自由			8名

11月2日(土)	10:00~12:00 2.0	文化祭で発表			10名
----------	--------------------	--------	--	--	-----

③経 費 報償費 10,000円



生け花の基礎から学び、文化祭で学習の成果を発表することができました

4) 親子で天体観測会「共催:武蔵台公民館」

①目 標 児童・生徒には、普段学校教育では体験できない天体観測を通じ、豊かな高麗郷の自然に感謝し、環境教育の一助となるよう図る。また、家族や地域の絆を再認識させることによって、郷土愛を醸造させる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月 8日(日)	17:30~19:30 2.0	星の観察	講義・観測	川越天文同好会	18名

③経 費 報償費 10,000円



親子で天体観測

■評価■

- ・「ハッピーたいむ」では収穫や消防署見学を通して親子の絆を深めることができました。
- ・「一歳からのアーティストデビュー」では、絵の具遊びを通じて子どもたちの感性を磨くことができました。
- ・「生け花教室」では文化祭で発表することができ、参加者、来場者からも好評でした。今後、サークル化も視野に入れて進めていきたい。
- ・「親子天体観測会」では月明かりが強かったものの、海王星やアンドロメダ等を見ることができました。

【高齢者教育事業】

「高麗寿学級」「はじめてのスマホ教室」

1) 高麗寿学級

①目 標 長寿社会の中で高齢期を充実させ、また生涯学習時代に生きる高齢者として、楽しく学び、地域住民とのふれあいの中から、健康で生きる喜びを身に付け、心豊かな生活が送れるよう事業を開催します。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
6月18日(火) 高麗公民館	13:30~14:30 1.0	開講式 落語	落語 鑑賞	ひだか落語を 進める会	53名
10月17日(木) 楡木公会堂 横手公会堂	13:30~14:30 1.0 15:00~16:00 1.0	地区学習会 健康対策	講義 実技	保健相談センター 保健師 埼玉医科大学 医療学部看護学生	75名
10月18日(金) 栗坪公会堂 栗原公会堂	9:00~10:00 1.0 10:30~11:30 1.0				
11月29日(木) 巾着田グラウンド	8:30~12:00 3.5				
1月14日(火) 楡木公会堂 栗坪公会堂	10:00~11:00 1.0 13:00~14:00 1.0	地区学習会 ・交通安全 ・人権学習 ・DVD鑑賞	講習 DVD鑑 賞	交通安全専門員 社会教育指導員	83名
1月15日(水) 栗原公会堂	11:00~12:00 1.0				
1月16日(木) 横手公会堂	10:00~11:00 1.0				
2月18日(火) 高麗公民館	10:30~11:50 1.5	音楽鑑賞 閉講式	音楽鑑賞	ポップスバンド 「ミント」	58名

③経 費 報償費 16,000円 消耗品費 6,211円



落語を楽しもう



健康対策「生活習慣病を予防しよう」



グラウンドゴルフ大会



地区学習会



音楽鑑賞会

2) はじめてのスマホ教室

①目 標 世代間の情報格差の解消を図ることを目的に、スマートフォンの基本操作習得のための講座を実施する。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
7月27日(土)	10:00~12:00 2.0	スマホの基本操作	実習	auショップ ヤオコー高麗川店 店員	20名
7月27日(土)	14:00~16:00 2.0				18名

③経 費 報償費 0円



スマホに挑戦

■評価■

- ・寿学級では、各クラブの協力を得て、盛況に終えることができました。地区学習会では、公民館まで来られない方も、たくさん参加されました。
- ・スマホ教室では、人気が高くすぐに参加枠が埋まってしまった。次回は回数または参加枠を増やすことも検討したい。

【健康維持事業】

「定例健康ウォーキング」「月例・日和田・山登り」「女性ためのリフレッシュ講座」「初心者向け 卓球教室」「ラケットテニス教室」「本格キムチづくり教室」「新春ジャズピアノライブ!」「ボディセラピー」「男子厨房に入ろう!」「作って楽しい! 食べて美味しい! 飾り巻きずし」「心と体の健康講座」

1) 定例健康ウォーキング「共催:武蔵台公民館」

①目 標 歩くことを楽しみに健康づくりを継続する。

②プログラム 4月～3月の月1回（原則として第3水曜日）、午前9時～正午

月 日	時間帯	学習主題	講師	参加人数
4月17日(水)	8:45～12:00	日和田山奇岩と花の文殊堂を下る	運動普及推進員	22名
5月15日(水)	8:00～15:00	ときがわ慈光寺でシャガを愛でる		17名
6月20日(水)	8:45～12:00	多峯主山から天覧山へ		16名
7月17日(水)	9:00～12:00	暑さしのぎに木陰を歩こう		9名
9月18日(水)	9:00～12:00	高麗丘陵の背骨を歩こう		21名
10月16日(水)	9:00～14:30	越生上谷津で関東一の大楠に会おう		19名
12月18日(水)	9:10～13:30	飯能あさひ山展望公園から龍崖山を歩こう		13名
1月15日(水)	9:00～12:00	白銀平展望台から滝沢の滝へ		14名
2月28日(水) 【中止】	8:20～16:00	路線バスで行く飯能名栗地区の雛飾りめぐり		0名
3月18日(水) 【中止】	9:00～12:00	多峯主山から飯能アルプス（日高市地域）を歩こう		0名

③経 費 報償費 33,000円 普通旅費 2,208円 消耗品費 770円



歩くことが健康への第1歩

2) 月例・日和田・山登り

①目 標 毎月一回日和田山に登り、四季折々の移り変わりと自己の体力も感じつつ、健康の増進に努める。

②プログラム

月 日	時間帯	学習主題・内容	講師	参加人数
4月21日(日)	7:00～9:00	毎月第3日曜日の早朝に日和田山登山口に集合し、登りながら日和田山の地質・植物等の特徴を学習する。1年を通して毎月登ることにより、高麗のシンボルである日和田山の四季折々の良さを理解し、郷土愛と地域のコミュニケーションを図る。併せて自己の健康状態もチェックしながら健康の増進に努める。	公民館職員 と地域の日和 田山愛好家	24名
5月19日(日)				17名
6月16日(日)				16名
7月21日(日)				21名
8月18日(日)				17名
9月15日(日)				19名
10月20日(日)				18名
11月17日(日)				23名
12月15日(日)				23名
1月 1日(祝)				27名
2月16日(日)				21名

3月15日(日)			中止
----------	--	--	----

③経 費 報償費 0円



毎月記念撮影!



天気がいいと都内が一望できます



富士山もくっきり

3) 女性ためのリフレッシュ講座

①目 標 普段、家事や育児でがんばり続けている女性のために、自分時間を充実させる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
6月27日(木)	10:00~12:00 2.0	パーソナルカラーを学ぶ	実技	藤原めぐみ氏	12名
7月11日(木)	10:00~12:00 2.0	ご褒美スイーツ作り	実技	柳川 美穂氏	12名
8月21日(水)	10:00~12:00 2.0	心と体をゆるめるヨガ	実技	佐成 千佳氏	16名
9月11日(水)	10:00~12:00 2.0	心と体が整うヨガ	実技		10名

③経 費 報償費 20,000円 消耗品費 289円



自分に似合う色はどれだろう



自分にご褒美スイーツ



心も身体もリラックス

4) 初心者向け卓球教室

①目 標 卓球を通じ、スポーツの振興を図るとともに、技術の習得と地域交流の場へ寄与することを目的とする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
10月30日(水)	19:30~21:00 1.5	卓球を体験しよう	実技	岡部 一宏氏	15名
11月 6日(水)	19:30~21:00 1.5				17名

11月13日(水)	19:30~21:00 1.5				15名
-----------	--------------------	--	--	--	-----

③経 費 報償費 10,000 円



基本の打ち方を丁寧に



スマッシュの実演

5) ラケットテニス教室

①目 標 ラケットテニスを通じ、スポーツの振興を図るとともに、技術の習得と地域交流の場へ寄与することを目的とする。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
11月28日(木)	19:00~21:00 2.0	ラケットテニスを体験しよう	実技	日高市スポーツ推進委員	20人
12月5日(木)	19:00~21:00 2.0				22人
12月12日(木)	19:00~21:00 2.0				21人

③経 費 報償費 0 円



うまくできるかな



順番にレシーブの練習



チーム分けをして試合

6) 本格キムチづくり教室

①目 標 安心安全な食材を使う本格的なキムチ作りの方法を学び、家庭でも作ることで家族の話題作りにもなり、食と心の健康増進につなげる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
12月10日(火)	10:30~12:00 1.5	キムチづくり	実技	吉川 しず江氏	20名

③経 費 報償費 10,000 円



白菜のほかにもこんなに野菜を使います



もうすぐ完成

7) 新春ジャズピアノライブ!

①目 標 誰でも一度は聴いたことのある名曲を、ゆったりとしたジャズピアノ（ボーカル付き）で聴くことにより、心の安定や身体の中からリフレッシュする。また、豊かな感性を醸造させる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
1月25日(土)	13:30~14:30 1.0	名曲の癒し	鑑賞	佐々木 聖也氏 佐藤 敬吾氏	57名

③経 費 報償費 30,000円 消耗品費 256円



ジャズピアノとボーカルの共演

8) ボディセラピー

①目 標 座りかた、歩き方を見直したり、体、骨の使い方・呼吸の仕方を意識することにより、いつまでも元気に動けるからだづくりを目指す。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
1月23日(木)	13:30~15:00 1.5	座り方、立ち方、歩き方を見直す	実習	青木 和子氏	12名
1月30日(木)	13:30~15:00 1.5	座ったままでできる体操と呼吸法			11名

③経 費 報償費 10,000円



体の使い方や呼吸法で、いつまでも元気に動ける体に！

9) 知って楽しい漢字の世界

①目 標 漢字の歴史や成り立ち等を学習することで、個人のスキルアップと、脳を鍛えて常に学習する意欲を育てる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
1月28日(火)	10:30~12:00 1.5	漢字の歴史や成り立ちを知り、おもしろさを学ぶ①	講義	齊藤 一氏	8名
2月25日(火)	10:30~12:00 1.5	漢字の歴史や成り立ちを知り、おもしろさを学ぶ②			11名

③経 費 報償費 5,000円



歴史や成り立ちを学びます



難読漢字はなかなか読めません

10) 男性限定 料理講習会 (ヘルスマイト共催)

①目 標 家庭で、いつでも簡単に作れる料理を学習し、家族の負担を軽減し健康な食生活を送る。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
2月19日(火)	10:00~13:00 3.0	健康的な食事作り (レモン酢鳥ほか)	実習	ヘルスマイト	6名

③経 費 報償費 0円



ヘルスメイトさんが丁寧に指導してくれます

1 1) 作って楽しい！食べて美味しい！飾り巻きずし【新型コロナウイルス感染予防のため中止】

①目 標 食の欧米化が進む中、お米の大切さを学び心と体の健康推進につなげる。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
3月19日(土)	10:30~13:00 2.5	飾り巻きずしづくり ・「桜の花」 ・「満開の桜」	実習	深川 佳栄氏	0名

③経 費 報償費 0円

1 2) 心と体の健康教室【新型コロナウイルス感染予防のため中止】

①目 標 ころろを穏やかにするちょっとした習慣を身につけ、心と体の健康維持を目指す。

②プログラム

月 日	時間帯・時間数	学習主題	学習内容	講 師	参加人数
3月28日(土)	10:00~11:30 1.5	心の健康のためのポイントを学ぶ	講義 実習	土屋ゆき江氏	0名

③経 費 報償費 0円

■評価■

- ・「月例・日和田・山登り」は、日高市のシンボルである日和田山を楽しみながら地質や直生物の特徴を理解し、回を重ねるごとに参加者が増えたため、来年度も継続したい。
- ・「女性ためのリフレッシュ講座」では、自分の体をいたわり、忙しい中でも女性が充実した時間を持てたことで、心身ともにリフレッシュできた。
- ・「本格キムチづくり教室」では、安心安全な食材で、班で協力しながら健康的なきムチ作りを学習することができました。
- ・「新春ジャズピアノライブ！」では、多くの方が集まり、大変好評であったので、来年度も継続したい。
- ・「ボディセラピー」では、多くの参加希望があり、体の使い方や呼吸法を意識して元気に過ごすポイントを学べました。
- ・「漢字の世界」では漢字の歴史や成り立ちを学び、難読漢字にも挑戦し、参加者同士が考えながら楽しく学習できました。

【体育・レクリエーション】

高麗地区体育祭（実行委員会形式で実施）【雨天中止】

- ① 目 標 地域住民の健康増進を図り、スポーツ振興と地域交流を図る。
- ② プログラム 10月13日（日）高麗小学校校庭
- ③ 参加者数
- ④ 経 費 消耗品費 26,869円 食料費 19,051円 委託料 0円

■評価■

・本年度は、台風のため中止となりました。

【芸術・文化】

高麗公民館文化祭

- ① 目 標 公民館登録サークルをはじめ、子ども会や地域住民の日頃の学習成果を発表する場として開催し文化交流を図る。
- ② プログラム 11月2日（土）、3日（日）
展示、発表、模擬店など
- ③ 参加者数 1,100人
- ④ 経 費 報償金 18,880円 消耗品費 23,322円

■評価■

・公民館の登録サークル、子ども会や地域住民の日頃の学習成果を発表する場を提供するとともに、地域の交流を図ることを目的に実施しています。今年は新しい試みとして、生け花教室の最終日を文化祭の1日目に開催し、今までの学習成果を披露しました。二日間とも天気に恵まれ、1日目は学童まつりも併せて開催し、多くの子供たちでにぎわい、保育園児の舞台発表や模擬店、体験コーナーもあり、多くの方に来場いただきました。



当日ライブで生け花教室



舞台発表



皆さん力作ぞろいです