



## 「体験から学んだ生涯学習フェスティバル」

事業委員長 佐藤 ひこみ

例年より早い積雪となった当日、戸外での体験は果たしてできるのかしらと心配されましたが、予定していた事業をすべて実施することができ、実行委員一同ほっとしています。団体同士の交流という色彩が濃かった例年までの形を、より一般市民の方が参加したくなる形に変わって、野幌公民館の一階をほほ借り切り、協議会加盟の22団体がそれぞれの形で体験コーナーや展示紹介ステージ発表をしました。



で悩まずに相談できるところがあることを身近に感じられたと思います。北翔大学の吹奏楽によるジャズナンバーの演奏は、一気にライブ会場に変わり、体を揺らし、手拍子や声援が起り、アンコールにも応えてくれました。体験ブースでは、塩で成分を分離する実験や段ボール箱での肥料づくりの実演、絵本の読み聞かせやバルーンアート(風船で動物づくり)折り紙でよく回る独楽づくりなどが催され大人も小さなお子さんもゆつくりと楽しんでいました。カフェ笑くぼさんも出店し、朝から準備のスタッフも大助かりでした。ギャラリーではパネル展示も行われました。

来年は今回の形をさらに発展させ、もっと多くの市民の方に参加してもらえよう工夫していければと思います。



駐車場からの入り口横に、テントで覆われたレンガの窯が設置されました。そこで調理室で作ったピザを焼く体験は好評で、ピザの匂いがお客さんをお呼びに役を買っていただいたように。和室ではお茶を茶釜で点てる体験ができ、お茶をいただく機会も他でもありますが、自分で点てたのは初めてという思いがけず貴重な機会に出会った人もいました。江別カルタは「江別に長く住んでいて知らないことがカルタでたくさん知ることができました」と子供の遊びに留まらず、大人も楽しめるご当地カルタにふれる喜びを感じていました。ホールでは、映像が流れ、その衣装展示では、早変わり仕組を興味深く手で触れて質問していました。尺八の演奏では説明もあり、会場のお客さんは和の音色に聞き入っていました。独特の道具を使った3B体操では、足を鍛える運動と肩回りをほぐす運動を体験し、「肩回りがらくになった」と言っていた人もいました。また、家庭生活の力ウンセリングの様子を寸劇の形で実演してもらい、一人



参加団体からのコメント

### 生涯学習フェスティバルに参加して

江別消費者協会 会長 塩越康晴

親子で触れ合う時間  
子ども文化ネットワーク 江別 高木 玲子



「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

おはなしなかに 鈴木 紀子

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

おはなしなかに 鈴木 紀子

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

おはなしなかに 鈴木 紀子

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

おはなしなかに 鈴木 紀子

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

おはなしなかに 鈴木 紀子

「体験から学ぼう」をテーマに行われた生涯学習フェスティバルで、おはなしなかに読み聞かせと工作の体験コーナーを開きました。初めてのことで参加者がどれくらいいるのか不安でしたが、当日は親子でまたはお孫さんとなど、たくさんの方が来て下さいました。

この上での絵本コーナーでは、お気に入りの本を手にとって読んで、工作コーナーでは牛乳パックの小物入れに模様つき折り紙を貼りました。子どもたちには集中力が必要なものでしたが、どの子も真剣に取り組みして、素敵な作品が出来上がりました。また大人の方が立ち寄って懐かしそうに絵本を手にとり小物入れ作りにも挑戦したり、まさに生涯学習の場として楽しく体験して頂けたのでは、と思っております。

今後とも多くの活動を通して市民の皆さんに生涯学習の輪が広がることを望んでいます。

あなたの生涯学習が、まじって見られるはず!

# 体験から学ぼう

今年のテーマ

## 平成28年度 生涯学習フェスティバル

日時 / 11月6日(日) 13:00-16:00  
場所 / 野幌公民館 ホールほか

主催 体験コーナー

申し込み不要

お問い合わせ先 江別市生涯学習推進協議会事務局(教育委員会生涯学習課生涯学習係)  
Tel: 011-381-1062 Fax: 011-382-3434 E-mail: shogalaku@city.obetsu.lap  
主催 江別市生涯学習推進協議会 ホームページ http://www.e-lalala.org/

# リレー講座報告

平成28年度生涯学習リレー講座1  
「食べることは生きる」  
健康寿命を延ばしましょう！食からの提案  
講師 江別保健所管内栄養士会  
尾澤 典子氏



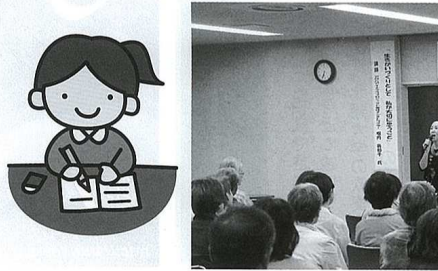
「寿命」と「健康寿命」は違うのか。知っているようで知らないことが多いと気づかされた講座でした。講師はまず寿命と健康寿命の違いは、寿命は生まれてから死ぬまでの期間をいい、健康寿命は「健康上の問題で日常生活が制限されることのない期間」すなわち介護を必要としない自立した生活を営める寿命をいって話されました。シニア世代の健康づくりの目標は生活機能の自立にあると提唱され①歩行②排泄③食事④入浴⑤着脱衣の日常生活動作が滞りなくできることが指標になると話されました。健康長寿を保つためには①栄養②体力③社会活動を日常に取り入れることが大切であり、特に体力と栄養は関係が深く、食生活が大事であることも示唆されました。栄養状態が良い高齢者は生存率も高いので、高齢になっても筋肉や骨密度を減らさないことが健康寿命を延ばすことにつながると思われます。このことは今後の生活を見直すとても良い参考になりました。(古川 淳子)

平成28年度生涯学習リレー講座2  
「運動習慣をつけよう」  
講師 江別市スポーツ振興財団  
藤岡 由佳氏



「日常何らかの運動をしている方」との問いに半数弱の手が上がり、タイミングがあつた時にテレビ体操をする程度の自分としては、まず反省の一瞬。  
健康姿勢を保つての歩き方は意外と負荷があり、運動不足を実感しました。  
椅子に座つての足のトレーニングでは、翌日かなりの筋肉痛になるのではと心配しましたが、大丈夫でした。  
トレーニングは週に2回程度で筋肉を休めること、ストレッチは毎日行なつて良いとのこと。健康に生きて行くためにせめて姿勢正しく歩くことと思いました。(鈴木 眞由美)

平成28年度生涯学習リレー講座3  
「生きがいづくりとして」  
私が大切に思うこと  
講師 アロハインフラプロジェクト  
ト専任インストラクター  
堀内 眞知子氏



私が堀内眞知子先生の講演会に参加するのははじめてでした。先生は、明るくさわやかな印象の方でした。講演で話された内容も、堀内先生の生い立ちから始まりボランティア活動、お仕事の内容まで手短かで印象的なお話ばかりでした。多くの方々とお知り合いになられ、持ち前の明るさやさしさで人生を歩んでこられた方なんだと思いました。最後に、先生は自分の好きな事を自覚し、好きな事を楽しみ、人生との関わりを大切にしてきたと話されました。私も話を聞いていて本心でそうだと思います。(林 ひとみ)



# 視察研修に参加して

西懸 昭子

去る10月4日、11名の理事で石狩市の生涯学習の現場を視察して参りました。  
まず、向かったのは旧中学校の跡地を再利用した「石狩市民館」です。こちらは、いしかり市民力レτζ運営委員会事務局が置かれていた場所です。  
出迎えてくれた石狩市教育委員会の須藤氏と運営委員の石井氏、徳田氏の3名の方により立ち上げから現状の説明をしていただきました。  
平成16年に生涯学習講座企画を市と協働運営し、学習の場を提供する「いしかり学のスズメ」を8名の市民ボランティアとともに立ち上げました。市からサポート支援を受け、市民ならではの講座作りを目指し、平成20年までに31講座、987名の方に受講いただきました。その間に「石狩学びのスタ



ンブ」制度が始まり、学びの場は平成21年度より現在の「いしかり市民力レτζ」へ引き継がれ、今年で8年目を迎えています。  
「いしかり市民力レτζ」は、主催講座、まちの先生企画講座、連携企画講座の3つからなり、主催講座は、運営委員会が企画するもので、市民大学として①いしかり学コース②プロフェッサーコース(身近な課題について専門的に学べる)③地域企業コース市内立地の企業の技術、見学体験など学べる)④スキルアップコース技術向上を目指す内容⑤芸術文化のコースの5つがあります。  
次にまちの先生企画講座は、自分の趣味や経験を生かしたい、技術技能を伝えたいという思いを持つ市民が、まちの先生になって自分で企画、運営、講師までを担う新しい講座です。カレッジ生ではない一般参加者の出席者が多く、体験的内容が好評だそうです。

# これからのイベント

- ◆おはなしなあに  
○クリスマススペシャルおはなし会!  
日時/2016年12月16日(金)10:30~11:30  
場所/大森公民館 2F 研修室2号  
毎年恒例、サンタさんのやってくるおはなしあにのクリスマス会!
- ◆江別消費者協会  
○冬休み親子手作りLEDランタン教室  
日時/2017年1月14日(土)  
場所/野幌公民館研修5号室  
参加費/500円  
(株)パナソニックの協力により消費者教育の一環としてエコなランタンづくりを実施する。
- ◆江別生涯学習インストラクターの会  
○親子で遊ぼう☆ヒントがいっぱい  
日時/2017年1月28日(土)  
場所/野幌公民館 和室  
10~15組程度
- ◆江別演劇鑑賞会  
○青年座「見よ、飛行機の高く飛べるを」  
日時/2017年2月23日(木)18:30~  
場所/江別市民会館大ホール  
明治末期、岡崎の女子師範学校を舞台に少女たちの友情、恋、夢を描く秀作。  
市川房江の少女時代がモデル。



また、厚田や浜益キャンパスでの講座実施状況は、今のところ数回の開催に留まっていますが、定期的に行なえることが目標とのこと。情報誌「あい風通信」は情報提供が主な内容になっているとのことでした。  
抱えている課題については、受講者・スタッフともに高齢化で若い世代への参加が少ないことや現役世代への働きかけなど抱えている課題は石狩市も江別市も同じ様でした。話は尽きませんでした。

その後、質疑では運営状況についての質問があり、年会費協賛金などから運営されている、市からサポートを頂いていること、支出のウエイトを占める講師料に、破格な金額を引き受けてもらっている等、伺いました。  
石狩市の生涯学習の現場を間近に刺激を受けた一日でした。

「制度」が始まり、学びの場は平成21年度より現在の「いしかり市民力レτζ」へ引き継がれ、今年で8年目を迎えています。  
「いしかり市民力レτζ」は、主催講座、まちの先生企画講座、連携企画講座の3つからなり、主催講座は、運営委員会が企画するもので、市民大学として①いしかり学コース②プロフェッサーコース(身近な課題について専門的に学べる)③地域企業コース市内立地の企業の技術、見学体験など学べる)④スキルアップコース技術向上を目指す内容⑤芸術文化のコースの5つがあります。  
次にまちの先生企画講座は、自分の趣味や経験を生かしたい、技術技能を伝えたいという思いを持つ市民が、まちの先生になって自分で企画、運営、講師までを担う新しい講座です。カレッジ生ではない一般参加者の出席者が多く、体験的内容が好評だそうです。



たが限りある時間でしたので、この辺で公民館を後に、次の訪問地「花川北」コミュニティーセンター」へ向かいました。  
こちらの建物は、講座開催によく使用されるのでバス停が近く、買物などの便利がいっぱい場所でした。正面の入口を入ると今日の予定の書かれた大きなボードが目に入りました。  
400名ほどの収容が可能なホールでは、卓球をする人が楽しそうでした。これは4月から10月まで一般開放し、いつでも誰でも身体を動かして楽しんでもらうことができます。またリサイクルコーナーがあり、利用ついでに資源回収への協力もできます。会議室と和室、調理室と多様な利用が叶う落ち着いた館内でした。  
市民活動情報センター「ほぼろー」が併設され、展示スペースにはイベント情報、カフェスペースでは手作りのお菓子、地産産物のおいしいトマトやジャガイモが売られています。また同じ場所には図書館があり、市民の活動拠点として工夫がされていました。  
石狩市の生涯学習の現場を間近に刺激を受けた一日でした。

今回の手話

「家族」

左手を斜めに構えた下で立てた右手2指を半回転させる

《編集後記》  
今回の生涯学習フェスティバルリレー講座、調査研究事業報告はいかがでしたか？  
我々、広報委員会は大変ながら、も楽しく関わり皆様にご参加の活動紹介をと考えております。  
これからも多くのご参加、ご協力をお待ちしております。  
洞野 博文