

会 議 録

会 議 名	第27期小金井市公民館企画実行委員の会議 第3回		
事 務 局	公民館貫井南分館		
開 催 日 時	令和4年10月4日(火) 午前9時30分～10時50分		
開 催 場 所	公民館貫井南分館学習室B		
出 席 委 員	阿部光子委員、今村誠委員、大野芳輝委員、金ヶ江博紀委員 齊藤美恵子委員、高橋陽子委員		
欠 席 委 員	なし		
事 務 局 員	松本浩明主任、永嶋汐美、伊藤修主事		
傍 聴 の 可 否	可	傍聴者 数	なし
傍聴不可・一部 不可の場合は、 その理由			
会 議 次 第	<p>1 令和4年度講座について</p> <p>2 令和5年度講座案について</p> <p>3 各講座の報告と計画</p> <p>〔報告〕成人学校「声で身体を整えよう」</p> <p>〔計画〕高齢者学級「けやき学級」、成人学校「空手の形を体験してみよう」、成人学校「楽しくトレッキング 都民の森～紅葉編・檜原村」、市民講座「男のための掃除道 お掃除への最初の一歩」、成人学校「一富士 二鷹 三茄子 水引細工の正月飾り」、成人学校「ノルディック・ウォーキングを始めよう」</p> <p>4 その他 企画実行委員連絡会について</p> <p>次回の日程 令和4年11月1日(火) 午前9時30分～ 公民館貫井南分館学習室B</p>		

審議経過（主な発言要旨等）

1 令和4年度講座について

成人学校「空手の形を体験してみよう」は講師の事情から9月24日（土）は中止となり、全4回から3回となる。市民講座の1回分については、（仮称）「成年後見制度の使い方」について、来年2月、3月で実施を検討する。

2 令和5年度講座案について

市民講座（6回分）にはレギュラーカリキュラムとして、「親子で社会科見学」、人物シリーズとして、司馬遼太郎・池波正太郎生誕100周年、あいだみつお及び力道山が令和6年に生誕100年を迎えるなど、その他100周年に縁のある人物を検討する。その他にも経済、方言、睡眠、コロナをキーワードとした内容の講座を検討する。成人学校のレギュラーカリキュラムとして「楽しくトレッキング」、「ボディメイク教室」、「水引細工」のほか、アカペラ、ブルースハーブ、落語、腸活、木目込人形、フラダンス、リコーダー、フェンシングなどを検討する。また、大人時間を楽しむシリーズとして（着物、浴衣）も検討していく。利用者団体のつどいについて、来年度は音楽を実施予定として5人女性の管弦楽を予定。利用者団体のつどいの来年度予算要求として講師謝礼額の増額要求が実現できれば招へいしやすくなる。また、音楽鑑賞のつどいでは、3人分の謝礼があるが、これを夏、秋、春と3季節で実施するか、現行の春のみの実施とするか検討する。

3 各講座の報告と計画

【報告】

○成人学校「声で身体を整えよう」

9月2日（木）、16日（木）の全2回で、午後10時から正午に実施。募集20人に対し、22人の応募がありこの人数での受講となった。2日間共に時間前半は、座学で声を出す仕組み、声を出す3つの要素など学んだ後に、発声の実技となった。声を出すことは口を動かすだけではないことを学んだことで、受講前よりも声に張りが出てきたことは参加者自身でも体感していたようであった。また、受講者が普段声を発することが少なくなったストレスから解放されたのか、楽しんでいた表情を見ると実施した甲斐があった。

【計画】

○高齢者学級「けやき学級」

9月28日（水）に野外学習「柴又&山本亭&寅さん記念館」の実踏行い、次

のことを確認した。往路では首都高速代々木パーキングでトイレ休憩を入れる。バスの駐車位置を計画の江戸川にある駐車場から食事処所有の駐車場へ変更し、食事後の行動については班単位（企画実行委員同行）の行動とし、フレキシブルに動ける形とする。食事代及び施設見学入館料は10月12日（水）及び19日に事前回収を行う。また、柴又到着時に柴又駅前の寅さん銅像前で記念撮影を行う。距離と足場があまりよくないことから、矢切の渡しへは行かないこととした。

○成人学校「空手の形を体験してみよう」

全4回中、9月24日（土）は講師が新型コロナの濃厚接触者となったため中止となった。その後講師には発症症状はなく、次回10月8日（土）は実施予定であるが、近隣小学校で運動会があり、参加者が少なくなる。

○成人学校「楽しくトレッキング 都民の森～紅葉編・檜原村」

市報10月1日号に号に掲載、現在の応募状況は7人（男性3人、女性4人）、年代別では50代、60代、70代で、町別では市内各所からの応募となっている。

○市民講座「男のための掃除道入門 お掃除への最初の一步」

9月15日から応募が始まり、定員20人に対し、現在、13人（男性9人、女性4人）となっている。平均年齢63歳（男性64歳、女性62歳）、町別も市内各町からの応募となっている。10月7日（金）に講師と打ち合わせ予定。

○成人学校「一富士 二鷹 三茄子 水引の正月飾り細工」

12月3日（土）午前10時から正午に開催予定。水引で富士山1つ、鷹を1つ、茄子を2つ作り羽子板に付けて作品を完成させる。市報11月1日掲載、11月21日必着の応募となる。土曜日開催により若い世代の参加を見込んでいる。

○成人学校「ノルディック・ウォーキングを始めよう」

定員20人のところ現在の応募状況は7人で、中にはご夫婦での申込2組も入っている。10月6日（木）には開催会場の都立武蔵野公園で実踏をと東京都ノルディック・ウォーク連盟の方同行で実施予定。

4 その他

・企画実行委員連絡会について

本日、午後2時から公民館東分館集会室で開催、大野委員、高橋委員、阿部委員の参加で資料（35部印刷）配布のうえ、概略を説明することとなる。

次回の日程（予定） 令和4年11月1日（火）午前9時30分～ 学習室B

令和5年度 講座企画（案）

市民講座（6回）

- ・親子で社会科見学（首都圏外郭放水路&グリコピア）埼玉県春日部市、千葉県野田市
- ・人物シリーズ 司馬遼太郎・池波正太郎 生誕 100 周年 2回
あいだみつお 2024 年 再来年 100 周年
力道山 2024 年 再来年 100 周年
遠藤周作 生誕 100 周年
- ・都内歴史探訪（新規） 東京タワー（港区）1回
- ・今さら聞けない経済の話し 2回（東京経済大学教員の誰か）
- ・方言 1回
- ・睡眠を見直してみませんか。（綾部直子・秋田大学講師）
- ・コロナに負けない身体を作ろう（一場友実・杏林大学准教授）

レギュラーカリキュラム

成人学校（16回）

- ・楽しくトレッキング 2回
- ・ボディメイク教室 7回
- ・水引き細工 1回
- ・アカペラ 3回
- ・ブルースハーブ
- ・実践「落語」 2回
- ・初めてのソロキャンプ
- ・腸活講座 1回
- ・木目込人形作成
- ・フラダンスで南国気分
- ・リコーダー講座
- ・フェンシングを体験

レギュラーカリキュラム

○大人時間を楽しむシリーズ 例) 浴衣・着物の着付け

利用者団体のつどい（センターまつり）

こもれびクインテット（フルート、オーボエ、クラリネット、ホルン、ファゴット）

※令和5年度予算要求 1人 → 3人 が通れば、拡大できる。

音楽鑑賞のつどい（スプリングコンサート）

夏、秋、来春の3季で行う。か、通常通り3月のスプリングコンサートとするか。

候補

- ・東京学芸大学クラシックギタークラブ
- ・小金井南中学校吹奏楽部
- ・アンサンブル小金井 ほか

主旨：発表の場を創出する。

貫井南分館

成人学校

声で身体を整えよう

目的 コロナ禍、マスク装着によって身体への影響が懸念されています。身体への影響の原因や声のメカニズムを学びながら、楽しくトレーニングを行う。

とき・ところ・内容

9月2日（金）声を出す仕組み、声を出す3つの要素、声の分類 他

〃 16日（金）自分の声にアプローチしてみよう、力を抜くために 他

いずれも午前10時から正午まで、公民館貫井南分館学習室ABで。

講師 大橋 恵子さん（言語聴覚士、准看護師）

募集方法 市報8月1日号 月刊こうみんかん8月号、ホームページ、ポスター、チラシ、ツイッター

応募・受講者人数等

募集人数 20人（申込順） 応募人数 22人

受講生 22人（男性3人、女性19人）

受講率95%

参加年代 50代4人、60代7人、70代7人、80代4人



担当企画実行委員 高橋 陽子、齊藤 美恵子 **担当職員** 松本 浩明

職員感想

コロナ禍、声を出すことにためらいを感じながら、逆にストレスを知らず知らずのうちに溜め込んでしまいがちな日々の生活にこの講座は、良い刺激になったようで、実施した甲斐があった。参加者も講座始めの時と講座終了時の表情がとても明るくなったように見えた。

参加者感想

- 実際に声を出すことで、自分の声について意識できるようになった。まずは姿勢、色々と学べ、これからの生活に生かせるように努力したい。
- 高齢になり、また、コロナであまり大きな声を出すこともなくなったので、大変楽しかったです口腔機能の面でとても為になりました。
- 2日間でしたが、今までどこかで教わったこと、また、知らなかったことの裏付けを教えて頂けた。短い時間でしたが、とても有意義に楽しく過ごせた。
- 身体と声、振りを使ってとても楽しかったです。また思い出して実践したいと思います。

公民館事業〔全館統一〕参加者アンケート 令和4年度

貫井南分館

事業名 成人学校「声で身体を整える」

受講生 22人 アンケート回収20人（回収率91%）

問1 当てはまる箇所に○を付けてください

〔性別〕 男性 3人 女性 17人

〔年代〕 50代 4人 60代 7人 70代 7人 80代 4人

〔住所〕 東町1人 梶野町 関野町 緑町2人 中町2人 前原町4人 本町3人
桜町 貫井北町3人 貫井南町7人 市外（ ）

問2 この事業を、どのような方法で知りましたか？（複数回答可）

- ① 市報こがねい 17人
- ② 月刊こうみんかん 7人
- ③ ポスター
- ④ チラシ
- ⑤ ホームページ・ツイッター
- ⑥ その他（知人、職員等からの誘い等）

問3 参加された動機と実際に参加してみて感じた内容はいかがでしたか？

- ① 思い描いていたとおりであった 3人
- ② ほぼ思っていたとおりであった 7人
- ③ 少し違っていた 8人
- ④ まったく違っていた 1人

問4 講義（テーマ・講師・資料など）の内容についてのご感想はいかがでしたか？

- ① 大変満足 12人
- ② ほぼ満足 8人
- ③ やや不満
- ④ 不満

問5 運営面（受付・案内・司会・会場設営等）についてのご感想はいかがでしたか？

- ① 大変満足 12人
- ② ほぼ満足 7人
- ③ やや不満
- ④ 不満

【自由意見】 裏面

【自由意見】

- ・2日間でしたが、今までどこかで教わったこと、また、知らなかったことの裏付けを教えて頂けた。短い時間でしたが、とても有意義に楽しく過ごせた。
- ・良い勉強となりました。
- ・とても良かったので、ぜひ、また企画してください。
- ・身体と声を振りで五感を使ってとても楽しかったです。また思い出して、実践したいと思います。
- ・新しい事を色々学べて有意義でした。

- ・実際に声を出すことで、自分の声について意識できるようになった。まずは姿勢、色々と学べ、これからの生活に生かせるよう努力したい。参加できて良かったと思います。楽しくとても勉強になりました。
- ・色々参考になることが多く面白かった。繰り返し講座をして頂かないと記憶が定着しない。声の出し方を工夫しなければと教えていただいた。
- ・楽しかったけど難しい。
- ・思っていた以上の内容でした。声に対しての企画、とても参考になりました。
- ・高齢になり、また、コロナであまり大きな声を出すこともなくなったので、大変楽しかったです。また、口腔機能の面でとても為になりました。
- ・難しい内容もありましたが、とても楽しかったです。実技は大変でした。
- ・いかに声を出して体力づくりになるかが、改めて感じました。
- ・このような機会をまた、設けていただきたい。
- ・1回目一生懸命やって帰ったら、二日間身体のインナーのあちこちが痛かった。今日は少し程々にやろうと思う。ドレミの替え歌、ラ、シあたりが難しかった。今日の日はさようなら8分位しかできませんでした。
- ・大橋先生は声以外でも何か教えてもらえそうなので、是非、講座続けて老人を楽しませてほしい。
- ・いい時間を有難うございました。

●高齢者学級「けやき学級」野外学習 実踏報告

1 実踏日程

9月28日（水）午前8時30分～午後4時まで

2 行 先

- ・柴又帝釈天（葛飾区柴又7-10-3）
- ・山本亭（葛飾区柴又7-19-32）
- ・葛飾柴又寅さん記念館（葛飾区柴又6-22-19）

3 交通手段

教育委員会 軽ワゴン車

4 企画実行委員

金ヶ江博紀 阿部 光子

5 担当職員

伊藤 修

6 往路

貫井南分館を8時半に出発し、中央道に入り深大寺バス停辺りまでは順調だったが朝の渋滞に巻き込まれ、永福料金所まで所要1時間。初台出口過ぎて渋滞解消し、代々木PAへ。トイレは建物の2階。

四ツ木ICから一般道へ下りたが、順路を間違え柴又公園駐車広場到着が1時間以上遅延。

散策

駐車広場から帝釈天参道へ行き、開いてる店の確認をし、柴又駅前へも足を伸ばし寅さんとさくらの銅像を確認。案内所でチラシをいただきついでに駐車場の相談をした。結果的に、高木屋老舗にバスを停めさせてもらった方が界限散策するなら動きやすいとアドバイスをもらい、柴又公園駐車広場ではなく高木屋老舗に停めさせていただく方向にし、高木屋さんにも了承をもらうことが出来た。

高木屋老舗での昼食後、帝釈天を参拝して山本亭へ。その後、寅さん記念館に行くも時間が押していたので中には入らず、入口とトイレの場所を確認するだけにした。その後、矢切の渡しの乗船場まで行ったが、結構な距離

を歩くのでここは紹介のみでいいと思う

復路

駐車広場を14時半近くに出発。

正規ルートで戻ろうにも駐車広場から正規ルートへ入れないため、大回りし四ツ木ICへ向かった。しかし、四ツ木ICの入口はETC専用で入れず、やむなく小菅ICへ迂回し首都高へ。渋滞もほとんどなく、4号線の西新宿JCTでの合流渋滞で幡ヶ谷辺りまであったほど。

調布ICは16時通過。貫井南分館には16時20分着。

●成人学校「楽しくトレッキング～都民の森・紅葉編～」応募状況

10月3日現在、7人応募。

性別人数 男性：3人 女性：4人

年代別 50代：1人 60代：4人 70代：2人

(桜町：1人 緑町：1人 貫井北町：1人 貫井南町：2人 前原町：2人)