

ゆうネットくさつ

学習ボランティア通信

No. 75



ゆうネットくさつサポーターの会 発行 2019. 7

住所 草津市草津三丁目13-30 (生涯学習課内)

TEL 077-561-2427 FAX 077-561-2488

◆ ゆうゆうびとバンクとは・・・

職業や生活を通して身につけた知識・技術、経験を地域や社会に活かしたいという方やグループの方に登録いただき、市民の皆さんの「学びたい気持ち」や「参加したい」といった想いを大切にしながら、その活動を支援・手助けする学習ボランティア制度です。

「これから何か始めたい！」と考え中の方や、「学習活動の指導者はいないかな？」とお探しの方、ぜひ、地域や学校での生涯学習活動に「草津市ゆうゆうびとバンク」を活用してください♪



◆ 令和元年「草津市ゆうゆうびと講座」開講予定一覧！

「草津市ゆうゆうびとバンク」に登録されている方が、自主企画・自主運営で講座を開設し、講師としての指導経験を積んでいただくことにより、活動の場を学校やまちづくりセンター、地域社会へと広げてもらうことを目的とした「ゆうゆうびと講座」を開設します。是非、御参加ください。

- ① お孫さん・お子さんと楽しむ囲碁入門（初心者歓迎）
- ② イスに座ってできるヨガ体験
- ③ 可愛い折花のオリジナル香りのスティック作りにチャレンジしよう！
- ④ フォークダンスを踊りましょう～オクラホマミキサーをもう一度！～
- ⑤ 自然治癒力を高める健康体操（日本式気功養生術）
- ⑥ 初めての太正琴
- ⑦ 健康まーじゃん体験
- ⑧ 腰痛改善ストレッチ～やわらかい体を作ろう～



草津市HPへリンク！
「学習情報」

①～⑤の8月、9月開講分をご紹介
詳しくは、次のページをチェック！！

① 「お孫さん・お子さんと楽しむ囲碁入門 (初心者歓迎)」



日 程：8月8日(木曜日)、9日(金曜日) 全2回
時 間：13:30~15:30
場 所：常盤まちづくりセンター 研修室
(志那中町111-1)
講 師：山中 良一 さん(バンク48ページ掲載)

内 容：囲碁は礼節を重んじる伝統文化であり、
囲碁を通じて挨拶と感謝の気持ちを育
むことができます。
また、小学生から100歳まで、いつか
らでも始める事ができ、年齢関係なく、
一緒に学び楽しむ事が出来ます。

この講座では、ミニ碁盤(9路盤)で、
囲碁のルールを説明し、囲碁を打つ上での必要なマナー、ルール、知識を習得する
ことを目指します。囲碁をしたことのない大人の方も参加お待ちしております。



持ち物：筆記用具

費 用：無料

対 象：小学生以上のお子さんと保護者(親・祖父母)

② 「イスに座ってできるヨガ体験」

日 程：8月19日(月曜日)

時 間：10:00~11:00

場 所：市立まちづくりセンター 多目的室2
(西大路町9-6)

講 師：山本 喜久子 さん(バンク63ページ掲載)

内 容：家庭やオフィスにある椅子を使ってどこでも簡単にとりくめます。

身体に負担をかけず、日本の四季に合わせたポーズで気持ちよく体をほぐし
ましょう。

椅子に座って呼吸に合わせてゆっくり体を動かすので、ご高齢でも取り組め
ます。日頃運動不足を感じていらっしゃる方も是非ご参加ください。

持ち物：タオル(汗拭き用と長めのもの)、水(水分補給用)、動ける服装

費 用：無料

対 象：日頃運動不足を感じていらっしゃる方(どなたでも)

③ 「可愛い折花のオリジナル香りのスティック 作りにチャレンジしよう！」



日 程：8月24日（土曜日）

時 間：10：00～11：30

場 所：市民交流プラザ 小会議室

（野路一丁目 15-5（フェリエ南草津5階））

講 師：川瀬 祥子 さん（バンク43 ページ掲載）

内 容：特殊な紙で作った花をスティックの先端に付けた香りのスティック作りを体験いただきます。
ほのかに香るアロマの香りが、あなたの気持ちを落ち着けてくれるでしょう。
見て癒され、香って癒されるオリジナルの、香りのスティックを作ってみませんか？ 親子で、お祖母ちゃんとお孫さんと、お友達同士でご参加ください。

持ち物：エプロン、ハンカチ、お持ち帰り頂く紙袋

費 用：900円（材料費+資料代）

対 象：小学生（高学年）～大人

④ 「フォークダンスを踊りましょう

～オクラホマミキサーをもう一度！～

日 程：9月5日、12日、19日

（いずれも木曜日） 三回連続講座

（一日だけの参加も可能です）

時 間：10：00～12：00

場 所：山田まちづくりセンター 大会議室

（南山田町678）

講 師：中井 眞由美 さん

（バンク61 ページ掲載）

内 容：学生時代には一度は踊られたことがあるでしょう。

“オクラホマミキサー” “マイムマイム” など久しぶりにいかがですか？

最近の曲では“365日の紙ひこうき” “USA” も踊りましょう。もちろん皆さんの体力に合わせてご紹介させていただきます。

持ち物：タオル、飲み物、運動のできる靴と服装

費 用：無料

対 象：どなたでも（お子様、お孫様も一緒にどうぞ）



⑤ 「自然治癒力を高める健康体操 (日本式気功養生術)」



日 程：9月18日(水曜日)

時 間：9:30~11:30

場 所：市民交流プラザ 和室

(野路一丁目15-5(フェリエ南草津5階))

講 師：手原 洋子 さん(バンク56ページ掲載)

内 容：昨今精神的ストレスも多く不健康になりがちな現在。腰痛、肩こり、不眠などに悩んでいらっしゃる方も多く、体力作りだけでなく、健康づくりの考えに基づく体操で自然治癒力を高めて健康に役立つ体操法です。

持ち物：バスタオル、フェイスタオル

費 用：無料

対 象：20才代から80才まで

YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU

ゆうネットくさつ連載 第1回「防災で国際交流」

去る二月十六日(土)十時から立命館大学エポック立命21五階会議室で、自主防災防犯研究会は、NPO(草津市国際交流協会)主催の「日本語学習会」に出前講座を持つことが出来ました。この二つの団体はどちらも「ゆうゆうびとバンク」への登録団体で、「防災の基本と話題」を説明した後、これらのキーワードを基に、草津地域で過ごす東南アジアの人々に日本語を学んで貰うといった趣向でした。

この繋がりは、「ゆうゆうびとバンク」を支援する「ゆうネットくさつサポーターの会」にも両団体代表が参加していたこともあって、このコラボに至ったものです。それぞれが意識して持っていた目標が日頃のお付き合いの中で実現し、WIN-WINの結果となった小さな見本です。この様な繋がりが、ゆうゆうびとバンク全体に広がることにより更なる活動の発展が望まれます。

ところで、自主防災防犯研究会は、平成十七年に当時の老上学区自治連合会(現在は老上西学区を分離)の役員達により結成されたものです。阪神淡路大震災(平成七年)以降の防災防犯に関する活動の専門部会であったものが、草津市まちづくりセンターの「ひとまちキラリ助成金」を得て独立するに及びました。

目標は、主として草津市危機管理課と住民との中間支援(含、ぼうさい応援隊)とし、地域への啓発、イベント参加展示(県・市防災訓練、地域まつり等)、出前講座、研修会などを実施しています。

「ゆうゆうびとバンク」の活動で実施している講演会も同サポーターの御支援の下、二度実施していますが、これを機に更に皆様からのお声掛けを頂ければ幸いです。

記事：ゆうネットくさつサポーター

兼 自主防災防犯研究会

代表 小寺 實



YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU YUNETKUSATSU