

ゆうネットくさつ

学習ボランティア通信

No.73



ゆうネットくさつサポーターの会 発行 2018.12

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

◆ 草津市ゆうゆうびと講座とは

「草津市ゆうゆうびと講座」は、さまざまな学習の成果を地域社会に生かしていくために、「草津市ゆうゆうびとバンク」に登録されている方が、講師となって講座を開設し、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ています。今回は9～12月に開催された3講座についてご紹介します。

① 「健幸コミュニティダンス」

開催日：10月1日、15日、22日（いずれも月曜日）全3回

場 所：常盤まちづくりセンター

講 師：乗松 芳子 さん

10月から連続3回講座で「健幸コミュニティダンス」を開講させていただきました。当初は開講が危ぶまれましたが、草津市立図書館、なごみの郷へのポスター配布を行い、また各まちづくりセンター、ならびに周辺地域への住民に開講案内チラシをポスティング致しました。その結果13名の受講生が集まり開講できる運びとなりました。微力ながらも地域へ配布しその効果があったのではないかと感じる次第です。



さて、このダンスの特徴は、軽スポーツ感覚で踊れること。いつでもどこでも手軽に身体が動かせること。踊ることによりストレス解消、脳の活性化が図れ認知症予防にも効果が現れます。

ダンス内容は、最近のポップス、童謡曲などの音楽に振り付けを行った創作ダンスであるレクダンス、音楽「にんじゃりんバンバン」、「Love☆Queen」などがあります。また世界の民族舞踊、オクラホマミクサー、マイムマイムなどのフォークダンスなどを踊ります。受講生からは、動きがあってよかった。いい汗を流した。楽しかったなどの声がありました。

いろんなダンス、フォークダンス、レクダンス、POPSなどいろんなダンスを楽しみながら、人とのふれあいづくり、健康づくりをこれからも大切にしていきたいと思っています。このダンス3回講座を修了いたしました。受講生の方々の中より常盤まちづくりセンターにおいてダンスが継続できることに期待をしています。

(記事：講師 乗松 芳子)

② 「クレイクチュール（樹脂粘土クラフト）体験」

開催日：10月2日（火曜日）全1回

場 所：まちづくりセンター

講 師：芝原 正美 さん



<講座に参加された受講生の皆様の作品>

今回開催のクレイクチュールとは、クラフト用樹脂粘土を主な材料としてアクセサリー、ステショナリー、インテリアなどオリジナルの作品を作って頂けるクラフトです。粘土は焼成することで完全硬化となります。焼成するまでは何度でもやり直すことができ、保存も可能です。

皆さんにはミニケースのふたにお好きな色の粘土で土台を作り模様を入れ、土台の上にお花やストーンなどで加飾し、オリジナルのミニケース作品を制作して頂きました。

デザインを考えたり、色を考えたり、参加者の皆さんは熱心に取り組んで下さり、焼成後にはどれも素敵な作品に仕上がりました。満足して頂いた様に思います。

今回のクレイクチュールクラフト体験では、どんなクラフトなのかを知って頂き、楽しいクラフトであることが伝われば嬉しく思います。



(記事：講師 芝原 正美)

③ 「家族へ贈るエンディングノート」

開催日：10月5日（金曜日）全1回

場 所：まちづくりセンター

講 師：今井 暁美 さん

『子供たちに迷惑をかけたくない』との思いは誰しもですが、人生の終盤になると私達は家族は勿論、医師や看護師、ケアマネージャー、ヘルパー、理学療養士やリハビリの専門職の方、等々と様々な方々のお世話にならなければなりません。

『病院から在宅へ』の方針に基づき、様々な政策誘導がなされていますが、ここから先、私達は在宅を選ばざるを得ない時代に生きることになります。核家族でコミュニケーション不足の中、私達の認知機能が正常な内に、どんな思いや意志を持っているのかを伝えておくことは大きな役割を果たすことになってきます。

エンディングノートだけが良いとは思いませんが、伝える役割と終活機能を備えた優れたツールの一つです。『これだけは備えておいたから、どうか宜しく願います』と社会の変化を少し先回りして備えることが大切だと考えています。



（記事：講師 今井 暁美）

パワフル交流・市民の日に参加して

11月10日、第19回「パワフル交流市民の日」が草津市立まちづくりセンターにおいて開催されました。

「パワフル交流市民の日」では、パネル展示、体験コーナー、ステージ発表の3分野に分かれ、実施されましたが、我がゆうネットくさつサポーターの会は生涯学習課と協働でパネル展示を行いました。



パネルの前には、今年度「ゆうゆうびと講座」を開講していただきました柴原さんの見事なアート作品を展示していただき、ゆうゆうびとバンクのブースに花を添えていただきました。



ステージ発表では、オープニングで石本実行委員長と副市長の「く」「さ」「つ」を織り込んだあいうえお作文の交換で盛り上がり、講演では、女子棒高跳び日本一でロンドンオリンピック出場を果たされた草津市出身の安孫子智美さんが貴重な体験を、丁寧に語っていただきました。棒高跳び記録の4.4mの高さを実際の高さで示してありましたが、よくこんな高さを跳ぶなーと驚いたものです。

「パワフル交流市民の日」は、活動団体相互の交流を深め、市民活動をより活性化しようという目的の催しなので、交流した団体のスタンプを集め、6団体以上のスタンプで「お楽しみくじ券」をもらえるという仕組みがあり、最後まで楽しむことが出来ました。実行委員の皆様、ありがとうございました。

(記事：ゆうネットくさつサポーター 戸高 秀人)



《「草津市ゆうゆうびとバンク」利用方法！！》

1. 「ゆうゆうびとバンク」の中から気になる講師の方を探す。



市役所(6階 生涯学習課の窓口)や各地域まちづくりセンター、図書館などの市の公共施設にある「ゆうゆうびとバンク」の冊子(左図)を見て、気になる講師の方を探します。



2. 講師に直接連絡

気になる講師の方を見つけたら、冊子に記載されている連絡先に直接連絡し、学びたい内容や、場所、謝礼などの条件について相談をします。

条件などが合致し、講座などの内容が決まりましたら、後は当日学習ボランティアを実施いただくだけです。市への報告などは一切必要ありません。

詳しくは市のホームページをご覧ください。

