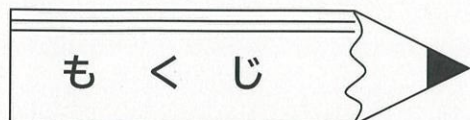


令和6年度
市民企画講座活動報告集



学びあい



あいさつ P1

「一人ひとりが心豊かに ともに学び 生きるまち あさか」の実現を目指して
朝霞市教育委員会 教育長 二見 隆久

各団体の学習 P2～17

◆朝霞基地跡地の自然を守る会

◆特定非営利活動法人あさか市民大学

◆朝霞おやこ劇場学習部

◆健脳なすな会

◆年金者組合朝霞支部

◆コミュニティあさか

◆朝霞地区インターナショナルソサエティ（A I S）

◆認定・埼玉県指定NPO法人メイあさかセンター

資料 P18～22

朝霞市における女性学級・市民企画講座のあゆみ

女性学級・市民企画講座 年譜

「一人ひとりが心豊かに とともに学び 生きるまち あさか」の実現を目指して

朝霞市教育委員会
教育長 二見 隆久

今年度も、各団体の皆様の活動のまとめとして、この報告集を刊行できますことを心より感謝申し上げます。

本市では、市民が自主的に企画・運営する講座として、当時は婦人学級と呼ばれていた「女性学級」が誕生しました。これを前身とし変遷を重ねつつ、平成19年度には、「女性学級」を発展・拡充する形で、市民の創意による、地域の実情に即したさまざまな講座の展開を支援しながら、より多くの市民の学習機会の形成を促すとともに、市民と市との協働による学習活動の推進を図ることを目的として、「市民企画講座」が誕生しました。

今年度は、8団体が、さまざまな学習活動を展開されました。各団体の皆様におかれましては、1年間にわたり学習活動に励まれ、本市の生涯学習の推進に寄与していただきましたことに改めて敬意を表する次第でございます。

人生100年時代と言われる今日、生涯学習を通じて、個人の成長と持続的な地域コミュニティの基盤を支える社会教育は、今後ますます重要性を増しており、市民企画講座はまさに、この活動であると実感しております。

皆様にはこの市民企画講座を通して、多様な分野やテーマに興味を持っている多くの市民と学び合い、交流を重ねていただきたいと思います。それによって様々な知識や意見に出会い、自らも新しいものの見方や考え方を見出し成長し続けながら人生を豊かにしていけると思います。

今後におかれましても、皆様が地域の活動の中で学びの成果を積極的に生かし、更なる地域の課題解決のために新たな学びを求めるといった、持続的な学びと活動の循環へとつなげていただければ嬉しく思います。

最後に、皆様のますますの御健康と御活躍を祈念申し上げ、刊行のあいさついたします。

令和6年3月

【記入様式1】

団 体 名	朝霞基地跡地の自然を守る会	代 表 者	大野 良夫
講 座 の 名 称	みんなで基地跡地の緑を生かした公園づくり	構 成 員	29名

★全体の学習テーマ★

基地跡地の公園づくりを市民と一緒に考える

	日 時	テーマ	学習内容	講師（助言者）	会 場	参加者数 （構成員）
1	6月8日 10:00～11:30	朝霞市内のSDGs を学ぶ	旧高橋家、市内の 湧水などのフィ ールドワーク	埼玉県生態保護 協会朝霞支部 松永健司氏	朝霞市内	18（10）
2	10月5日 13:30～16:00	みどりの基本計 画を学ぶ	策定中のみどりの 基本計画のポ イントをつかむ	埼玉県生態保護 協会 堂本泰章氏	中央公民館	28（11）
3	1月26日 10:00～12:00	シンボルロード の緑地管理	緑地管理の手法 等を学ぶ	都市緑化機構 伊東伴尾氏	朝霞市役所	37（13）
4						
5						

★学習全体のまとめ★

今年度は「朝霞しみどりの基本計画改定」に合わせ、市と共催で市民企画講座を開催するなど新たな視点で自然を守る活動に取り組むことができたことは良かったと思います。

☆講座などに参加していただいた方の多くが朝霞市主催の「朝霞の森運営会議」や「シンボルロードの管理運営を考える会議」などに参加し、市と協力して広場の運営・管理やまちづくりなどに係ってくれたことは大きな成果でした。

朝霞基地跡地の自然を守る会の活動

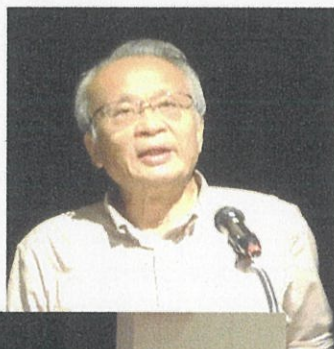
朝霞のSDGsを学ぶ

豊かな朝霞の湧水を長く保存するためには自然環境の大切さを学びましたとの声。



みどりの基本計画を学ぶ

人の横暴が地球環境を破壊し、気候変動の要因の一つになっていると警鐘を鳴らす。



シンボルロードの 緑地管理を考える



熱心に聞き入る参加者たち!

2024年度の活動

【記入様式1】

団 体 名	特定非営利活動法人あさか市民大学	代 表 者	川池 さえ子
講 座 の 名 称	朝霞の環境	構 成 員	17

★全体の学習テーマ★

「朝霞を知ろう」のシリーズ企画で、今回は{朝霞の環境}をごみ・空き家・自然などの現状や課題を現地見学も交えて学んでゆく。

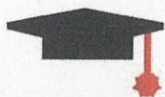
回	日程・時間	テーマ	学習内容	講師・助言者等の肩書・氏名	会 場	受講者数
1	8 月 20 日 10 : 00 ~ 12 : 00	親子で学ぶ プラごみ問題	マイクロプラスチック汚染と朝霞のごみ問題を学んだ	埼玉県環境科学 国際センター 職員 他	中央公民館	16 (5)
2	10 月 25 日 10 : 00 ~ 12 : 00	朝霞クリーンセンター 見学	ごみの処理の仕方などを見学した	朝霞クリーンセンター職員	朝霞クリーンセンター	15 (2)
3	11 月 15 日 10 : 00 ~ 12 : 00	朝霞の空き家を考える	空き家問題の現状と解決すべき課題などを学んだ。	朝霞の自治を進める市民の会 両角小夜子氏他	中央公民館	11 (5)
4	1 月 30 日 10 : 00 ~ 12 : 00	東武東上線の歴史	鉄道の始まりや東上線の歴史を学んだ	郷土歴史愛好家 近藤光則氏	中央公民館	22 (6)
5	2 月 9 日 10 : 00 ~ 12 : 00	緑地の保護・自然環境の保護	川から見た朝霞の環境、自然の問題などについて学んだ	あさか環境市民会 松永健司氏	中央公民館	29 (6)
6	2 月 19 日 13 : 30 ~ 15 : 00	安心の終活 5つの備え	入院・認知症・死亡などに何を備えておくべきかを学んだ	特定行政書士 正木隆雄氏	中央公民館	24 (6)

★学習全体のまとめ★

1、プラごみ、ごみ処理や空き家問題など、環境に関する実情や課題などを学びました。クリーンセンターの見学で、ごみの問題を身近に感じることが出来て良かったです。 また自然の大切さも水の視点で学びました。 歴史や人生の過ごし方も、大きな意味での社会の環境に寄与することも感じました。

2、今後もいろいろな切り口で、朝霞のことを楽しく学べる企画を立ててゆきたいと思います。

3、幅広い世代に学びの輪を広げたいと思っています。



NPO 法人あさか市民大学 2024 年度の活動

企画講座「朝霞を知ろう」 「朝霞の環境」のテーマで、朝霞の自然・ごみや空き家の問題など、現地見学を含めて学びました。暮らし続けたいまち朝霞を保つためにも、一人ひとりの環境への取り組みと関心が大切だと学んだ企画でした。



健康教室講座 東洋大学の学生による健康講座と体操、及び人生 100 年の健康に向けての歩き方の教室を合わせて 6 回行い、身体と頭のトレーニングをしました。また毎月自主体操も行いました。いつまでも元気で過ごしたいです。



市民講師による講座・市内活動祭りへの参加

多くの市民に講師登録してもらい、その方々による講座を今年も実施しました。親子でのポトルフラワーづくり・クラフトバンドの入れ物などのモノづくり教室・筆を使う教室・食事の大切さの講座など楽しく学びました。4つの活動祭りに出展して活動の発表をし、市民との触れ合いの機会を持ちました。新しい内容の講座をしていただく講師を募集しています。



【記入様式1】

団 体 名	朝霞おやこ劇場 学習部	代 表 者	岩崎裕子
講座の名称	生活をととのえる～今の暮らしにプラス1～	構 成 員	15 人

★全体の学習テーマ★

暦の行事を楽しんだり、自身のカラダと向き合う時間を大切にし、今の暮らしをさらに良くする、生活をととのえてみる。

	日 時	テーマ	学習内容	講師(助言者)	会 場	参加者数 (構成員)
1	2024年 7月9日(火) 13:30～15:00	ヨガと呼吸で 身体を整える ＜椅子ヨガ＞	椅子に座って、実際に身体を動かしながら、さまざまな身体への効能を講師より聞く。	石井かなえ氏	中央公民館 学習室	7 (5)
2	2024年 9月27日 (金) 10:00～ 12:00	お灸で東洋医学 にふれる ＜セルフお灸＞	東洋医学の視点から日常の養生の話聞き、実際に自分でお灸をして体験した。	堀川明子氏	中央公民館 和室	9 (5)
3	2024年 12月13日 (金) 10:00～ 12:00	癒しを感じて 新しい年を 迎えましょう ＜しめ縄飾り＞	講師の指導のもと、しめ縄を使って正月飾りを製作した。	川池さえ子氏	中央公民館 音楽室	10 (5)
4						
5						

★学習全体のまとめ★

今回の3講座＜椅子ヨガ・セルフお灸・しめ縄飾り作り＞は、新たな講師との出会いもあり、市民企画講座として実施することができました。自分の身体に向き合う時間を大切にする一歩として、最適な3講座だったと考えます。地域の人たちの参加もあり、ともに学び合う時間を共有でき、有意義な講座を開催することができました。

市民企画講座

生活をととのえる ～今の暮らしにプラス1～



2024. ヨガと呼吸で身体を整える
7月9日(火) 《椅子ヨガ》 講師 石井かなえさん

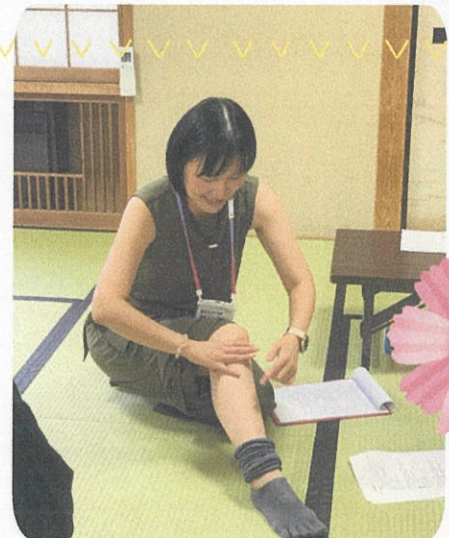
【感想】

身体がぽかぽかして、肩の周囲がほぐれました。呼吸が大事なことも知ることが出来ました。スーパーボールを使用して気持ち良かったです。

2024. お灸で東洋医学にふれる
9月27日(金) 《セルフお灸》 講師 堀川明子さん

【感想】

東洋医学のお話から日々の養生～食べ物、生活の話し、とても勉強になりました。お灸は初めてでしたが、ツボが知れて良かったです。



2024.
12月13日(金)

癒しを感じて
新しい年を迎えましょう
《しめ縄飾り》
講師 川池さえ子氏

【感想】

作っている時間、他のことを考えず、しめ縄飾りのことだけを考える時間！！すごく気持ち良く、終わった後はスッキリする自分がいました。稲穂の中身がない早稲の物を使う意味やツバキの花の縁起の良さなど知らなかったことも教えていただき、お正月を迎える気持ちもあらたになりました。

【記入様式1】

団 体 名	健 脳 な す な 会	代 表 者	野 木 昭 子
講 座 の 名 称	転ばぬ先の杖	構 成 員	7人

★全体の学習テーマ★

認知症予防と筋力アップ

	日 時	テーマ	学習内容	講師（助言者）	会 場	参加者数 (構成員)
1	8月19日(水)	転ばぬ先の杖	認知症予防と 筋力アップ	健康体操指導士 小林 靖代	中央公民館 レクリエーションホール	12人 (7人)
2	10月11日(金)	川柳	作 句	河野啓子代	中央公民館	7人
3	11月20日(水)	転ばぬ先の杖	認知症予防と 筋力アップ	健康体操指導士 梅原 智子氏	中央公民館 レクリエーションホール	10人 (7人)
4	11月8日(金)	茶 道	作 法	所 京子代	中央公民館	8人 (7人)
5	1月17日(金)	フットコグテスト	認知症予防	佐藤 氏	保健センター	6人 (4人)

★学習全体のまとめ★

- 最近、月2回の金曜日はなすなの日で前日から楽しくてウキウキしている状態。身内同様の会員同志共有な時間の中、得がたいと思っている。細く長く続く様、健康い気をつけよう。
- なすな会運営のため各人、1つづつ役割があり皆で協力しているので長続きしているのだと思います。来年度も欠員の無いよう願いつつ楽しんでゆきましょう。
- 2年に一度のフットコグテスト楽しかった。



転ばぬ先の杖

全身をきかえて
認知症予防です
いつまでも若々
格、こう良かもとう

料理

年2回のお料理は
みんなの楽しみ。
巻寿司とクラタン
クラタンの写真がない
のが残念!!味は
バツグン。我が家でも
もう一回作ってみよう。



茶道

お手前の依法を学びました
抹茶とお菓子で楽しい
一時でした。

今度はお座敷でやりたい
ですね

