

人材バンク活用講座

タイトル	夏の装い・浴衣の着付けと帯結び（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
9月10・17日 10月8日 いずれも土曜日 10:30～12:00	小林 京子 (着付け師)	レクリエーションホール	1,000円 (全3回分)
内容			
日常に和装を取り入れてみませんか。着物より気軽な浴衣で着付けの基本から、かわいらしいリボン結びや粋な男結びまで、簡単な帯結びを学びます。			
講師より	担当者より		
全体的にきめ細やかなご連絡、やりやすいようにご配慮をいただきまして無事終了できました事、大変感謝しております。ありがとうございました。 何かを学びたい、やってみたい、だけど敷居が高いと思っている方は多いと思います。地域に密着していろいろな講座を提供して下さる生涯学習館の人材バンク活用講座は気楽に地域の皆さんができる事ができるきっかけになると思います。いくつか受講してみて自分に合っているものが見つけられれば人生が豊かになると思います。	<p>自分で着つけて、ちょっとしたカフェへおでかけ。そんな誰しも一度はあこがれる浴衣の着付けと帯アレンジの講座です。</p> <p>毎回、講座の前半は着付けの基礎を繰り返し習い、後半は帯アレンジに挑戦します。基本の蝶結びから始まり、かるた結び、リボン結び、粋な男結びに貝ノ口など、全3回を通して6種類の結び方を体験しました。</p> <p>ぜひ、お家に帰っても練習して近場のお出かけなどに役立てていただけたらと思います。</p> <p>【担当:米澤・堺】</p>		
満足度	102%	参加人数	14名

※講師の都合により、当初の日程より変更して開催しました。

タイトル	はじめてのピラティス（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
9月5・12・26日 いずれも月曜日 10:00～11:30	後藤 めぐみ (ピラティスインストラクター)	レクリエーションホール	1,000円 (全3回分)
内容			
身体の不調の改善を目指すピラティス。 はじめての方や運動不足の方も始めやすいエクササイズを行います。			
講師より	担当者より		
ピラティスで伝えたいことは伝えられたと思います。 受講者の期待に応えられたかどうかは、年齢層、それぞれの身体の状態、期待していたことも異なるようでしたので、手ごたえは微妙なところではあります。 感染症対策でマットの清掃など大変だったと思いました。ありがとうございました。	<p>一つひとつの動きを丁寧に解説していただき、タイトル通り「はじめて」ピラティスを体験される方でもわかりやすくご指導いただきました。</p> <p>毎回、自身の体と向き合う貴重な時間となりました。体は、意識しないと変わらないことを改めて教えていただいた気がします。</p> <p>【担当:平井・堺】</p>		
満足度	82%	参加人数	18名

人材バンク活用講座

タイトル	由緒ある優雅な ポーランドダンスの世界へ（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
9月17日 10月1・8日 いずれも土曜日 14:00～16:00	吉田 恵子 (日本フォークダンス連盟 公認指導者/ポーランド民族舞踊研究会代表)	レクリエーションホール	1組2,000円 (全3回分)
内容			
<p>哀愁を帯びたロマンチックな音楽。洗練されたエレガントな踊り。そんなポーランドダンスの世界に浸ってみませんか？ゆったりしたテンポから速いテンポまでステップの基礎を学びます。</p>			
講師より	担当者より		
汗ビッショリになりながら皆さん最後まで真剣に取り組んで下さり、参加者の意欲の高さを実感し、私たちももっと「頑張らなければならない」と思いました。3日目の復習では、参加者の希望で予定曲以外の曲も挑戦でき驚きました。担当の職員の方々には3回の講座に渡り、会場設営、司会進行、音響を初め手拍子で応援して盛り上げて下さり、そのお陰で私達も含め皆さん最後まで頑張れたように思います。本当にありがとうございました。また、講座終了後のサークル立ち上げまでご支援して頂いたことに本当に感謝申し上げます。九段生涯学習館がいかに生涯学習に取り組んでいるのかを実感しました。素晴らしい取り組みだと思いました。	<p>ポーランドダンスは初めてという6組のペアのご参加でしたが、最終日には、復習でおさらいではなく、新しい曲に挑戦したいとの声があがり、意欲に驚かされました。3日目の復習では、参加者の希望で予定曲以外の曲も挑戦でき驚きました。担当の職員の方々には3回の講座に渡り、会場設営、司会進行、音響を初め手拍子で応援して盛り上げて下さり、そのお陰で私達も含め皆さん最後まで頑張れたように思います。本当にありがとうございました。また、講座終了後のサークル立ち上げまでご支援して頂いたことに本当に感謝申し上げます。九段生涯学習館がいかに生涯学習に取り組んでいるのかを実感しました。素晴らしい取り組みだと思いました。</p> <p>【担当: 小野田・田代】</p>		
満足度	92%	参加人数	11名



タイトル	いけばな入門 一時節のお花を生けてみよう（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
10月14日 11月4日 12月9日 いずれも金曜日 19:00～20:30	深山 真純 (華道家元池坊教授／花奏一kanade－いけばな教室講師)	第1学習室	8,500円 (全3回分/材料費含む)
内容			
<p>都会の喧騒を離れ、身边に伝統文化の彩りを加えてみませんか。 第1回目はお花、第2回目以降はお花に加えて器も持ち帰ることができます。</p>			
講師より	担当者より		
仕事を帰りに習い事をすることは大変なことだと思いますが、思い思いに自分の花に向き合い、また他の受講者の方の手直しをみて学ぶという姿勢がとても素晴らしいと感じました。 今回はサークル活動につなげる事が出来ず残念でしたが、短い期間でいけばなの楽しさや面白さが伝えられたと感じています。 長く習うことは出来ないけど、お花が好きでこのような講座を利用して体験している方もいらっしゃるということもわかり、そのような方々にもう少し踏み込んで頂けるにはどうしたら良いか？というのも私の課題ができました。また、次に繋げられるようにしていきたいと思います。	<p>都会の喧騒から離れて楽しくお花と向き合うをコンセプトに、第1回目は「秋のお花編」、第2回目「クリスマス編」、第3回目は「お正月編」というテーマで生けていきました。 基本的なお花や道具の扱い方だけでなく、使用する花材の意味合いや品種、お世話の仕方など、お家でお花を楽しむポイントもレクチャーいただきました。実技では、ゆっくりお花を観察して自由に生けてから講師の先生に手直しをいただくという形で進み、初めての方も伸び伸びと取り組めたのではないかでしょうか。ぜひ、お家に持ち帰った花器をつかって思いなお花を生けてみてほしいです。 【担当: 米澤・平井】</p>		
満足度	95%	参加人数	14名



人材バンク活用講座

タイトル	五感で楽しむ はじめてのオイルパステルアート（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
10月23・30日 11月13日 いずれも日曜日 10:30～12:00	おおたけ あきこ (美術福祉家／臨床美術士／精神保健福祉士)	実習室	1人3,000円 18歳未満2,500円 (全3回分／オイルパステル等材料費含む)
内容			
<p>どなたも気軽に楽しめるオイルパステルアート。 五感を刺激する創作体験で豊かな感性と出会い心を潤す。</p>			
講師より 全員の完成作品を鑑賞する場面では、皆さまが世代を超えてお互いを表現者として認め合っていましたように感じました。作品からキャッチした感動を全身で表現するお子さんたち。それを受け 笑顔になる大人世代。さらに、その笑顔を受けていきいきとする子どもたち。相互の関係によって醸成されていく場の空気からは「アートを介したコミュニケーションで、人は世代を超えて感性を響かせ合える」ということを改めてお示しいただけた思いであります。現在は「五感で楽しむアート」として会を発足。アートジャンルを拡張し、多世代で楽しんでおります。今後は同世代やライフスタイルごと等、新たな枠組みも拡充してまいります。		担当者より 集まった参加者は非常に多世代で、交流も楽しみながら、和気あいあいとしたつまつ、それぞれ作業に没頭できる良い雰囲気の講座となりました。指をつかったり、枠をはみ出してみたり、今まで体験したことのない創作活動でしたが、講師と参加者同士のあたたかい雰囲気に、楽しみながら挑戦することができました。アンケートでは「常識にとらわれずに自由に色を重ねていくと新しい表現ができる事を知りました」「五感をフルに使っているところがとても楽しめました。」とお声をいただきました。自主サークルも発足し、今後の活動も非常に楽しみです。【担当:太田・高野】	
満足度	100%	参加人数	19名

タイトル	基礎から始める古文書入門（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
1月23・30日 2月13日 いずれも月曜日 10:00～11:30	小池 祐介 (古文書講師)	第1学習室	1,000円 (全3回分)
内容			
<p>日本語なのに難解な古文書の基礎を学び、手形や手紙から当時を生きた人々の生活を読み解く。</p>			
講師より 博物館などに展示されている古文書にはどんな事が書かれているのか。そんな疑問や興味に対し、答えを講義するのではなく、出来るだけ分かり易く紹介し、且つ楽しんでいただける様心掛け講座に挑みました。少しでも古文書に興味を持ち、続けてみたいと考えてくださる方がいれば幸いです。また生き甲斐を増やし、多くのコミュニティで交流を持てる一つのきっかけとなれば尚嬉しい思います。		担当者より 巷でじわじわと人気のある古文書。日本人として読めたらかっこいいなど以前から思っていました。この講座をきっかけに私も新しい一年の始まりにチャレンジしてみたいと思います！ 【担当:鈴木・平井】	
満足度	参加人数		

人材バンク活用講座

タイトル	"橋"から防災を考える —関東大震災から100年（全3回）		
日時	講師	会場	参加費
2月3・17・24日 いずれも金曜日 19:00～20:40	高浦 秀明 (橋梁エンジニア)	第1学習室	1,000円 (全3回分)
内容			
関東大震災から今年で100年。江戸から東京の災害の歴史と今後の備えについて、震災復興橋梁という“橋”を切り口に考える。			
講師より	担当者より		
関東大震災後に建設された復興橋梁についての話をしようと思う。復興橋梁は優れた機能と外観を持っているが、90歳以上になり、近年壊されるものも出てきた。保存について考える時期になつて来ている。 橋梁建設の江戸時代から今までの震災の経緯と今後の防災への取り組みについてもまとめてみたいと思う。2つの話題を巡り事実を整理して過去のことから現在を考え将来を見据えることとしたい。	橋は物理的に大地と大地を繋ぐ役割だけでなく、しばしば精神的な「つながり」を意味する、私たちに欠かせない建築物です。橋があることで人々や文化が行き交うと同時に、橋を失うことは物理的・文化的な「分断」を表すように思えます。関東大震災という天災が降りかかった直後、橋は崩れ私たちは「分断」を強いられました。しかし大災害を教訓に再度建設された強固な橋によって私たちは「強いつながり」を取り戻しました。それから100年、今一度つながりの象徴である橋について意識を向ける、貴重な場になればと思います。【担当:高野・森・中山】		
満足度	参加人数		



第1回 2月3日 【地震についての基礎知識と江戸の橋について】

第2回 2月17日 【関東大震災の被害と震災復興橋梁】

第3回 2月24日 【戦後の東京の発展と今後の防災への備え】

全3回 いずれも金曜日 19:00～20:40 講師:高浦秀明(橋梁エンジニア)

対象:18歳以上の千代田区在住・在勤・在学の方

会場:九段生涯学習館

定員:20名(個別切扱料、抽選の上、書面でご連絡)

参加費:1,000円(全3回分)

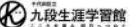
申込み:1月20日(金)17時までに郵送、FAXまたはHPより申し込み

FAXの場合は、一通複数名(2名以上)でFAXまたはHPより申し込み

HPの場合は、一通複数名(2名以上)でFAXまたはHPより申し込み

●お問い合わせ窓口(電話番号):03-3234-2641 FAX:03-3232-7460
●HP:https://www.koto-mlt.jp/koto-kls/index.html

主催:九段生涯学習館 HP:https://www.koto-mlt.jp/koto-kls/index.html



〒102-0074 東京都千代田区九段北1-5-12

電話 03-3234-2641 FAX 03-3232-7460

