

令和 5 年度  
千代田区立九段生涯学習館  
講座報告



## ご挨拶

九段生涯学習館は、株式会社小学館集英社プロダクションが運営を始めて 16 年目となりました。これもひとえに各関係機関、地域、利用者の皆さまのご支援とご協力によるものと感謝申し上げます。

さて、令和 5 年度の九段生涯学習館は、施設利用も堅調に増加しており、また全ての事業を中止することなく実施することができました。コロナ禍を経て、新しい学びの機会を求める皆様の意欲に対して、共に学び合い、成長していく学習活動の一助を担えていることを大変嬉しく思っております。

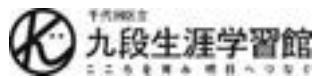
今後も地域の生涯学習活動の拠点として、皆様の期待に応え、より豊かな学びの経験を提供するために職員一同努めて参ります。つきましては、皆さまのご理解とご支援ご協力をお願い申し上げます。

指定管理者ちよだすぽすたみらい

株式会社小学館集英社プロダクション

千代田区立九段生涯学習館

館長 中山康太郎



# 九段生涯学習館 事業一覧

## 教養講座

千代田区在住、在勤、在学者を対象に、教養・趣味・技術など様々な学びを提供し、受講者同士の交流を通して「生涯学習」の動機づけを図ることを目的とする講座を展開しています。



## 区民自主企画運営講座

千代田区に在住、在勤、在学する5名以上の団体が企画した講座を実施し、区民の自発的な学習意欲を喚起するとともに、サークル活動を推進することを目的として展開する講座です。  
※講師に対して1回につき2万円までの補助金を支給します。

サークル活動  
応援型講座



## 人材バンク活用講座

人材バンク登録者の知識、能力を区民等の生涯学習活動に活かし、人材の育成を図るとともに、その後のサークル発足など、自発的な学習活動につなげていく講座です。  
※講師に対して1回につき1万円までの補助金を支給します。

講師  
応援型講座



## ジュニアカレッジ

幼稚・児童生徒を対象に学校の休業日や長期休暇、自由時間においてスポーツや文化活動、自然と触れ合う活動の主体的な促進を図るために、子どもたちに多様な活動の場や機会を設けています。



## 家庭教育学級

幼稚から中学生までの子どもの保護者を対象に、家庭における教育のあり方を学びあう機会を提供し、子どもの健全育成の課題を研究しつつ、保護者自身の力量形成を図る講座です。



## ちよだまち魅力探訪

区内施設や企業との連携など地域資源を活用し、千代田区の魅力・歴史・文化などの様々な学習の機会を提供します。学びの場を館の外に移すことで地域交流を通じた生涯学習の動機づけを図ることが目的の事業です。



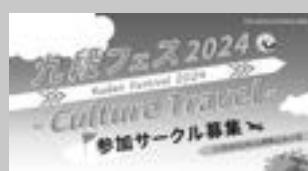
## 異世代交流事業

対象者の世代を区別せず、子どもから高齢者まで様々な世代がともに学ぶことにより、異世代交流を通じて学びを深めます。



## 区内生涯学習交流事業

九段生涯学習館における生涯学習の取組みを区民、区内生涯学習団体等に周知する事業を通して、生涯学習についての理解と活性化を図り、交流を促します。



※掲載内容は、令和6年1月現在の情報です。状況により変更・中止となる可能性がございます。

## くろべ子ども自然体験村

子どもたちが夏休みを利用し、学校外での活動の促進をはかるために、黒部市の子ども達と交流をはかる事業です。黒部市の自然を満喫し、現地の子ども達と一緒に活動することで、自然の大切さを理解し、問題解決の力を身につけられるプログラムを開催します。



## 子ども自然教室

子どもたちが、東京郊外を中心に野外活動や観察を通じ自然を体験する講座です。「自然の中での生活」「自然とのかかわり方」「自然の大切さ」を学びます。年間を通して同じ班での活動から、個々のステップアップと仲間との信頼関係や絆を深める継続型の企画です。



## すばすたちよだ(スタディプログラム)

スポーツと文化学習を融合した新しい区立の会員制スポーツクラブです。九段生涯学習館では、語学プログラムやクッキングなどの文化部門となるスタディプログラムの企画を行っています。



## ちよだ生涯学習力レッジ

ちよだ生涯学習力レッジは、1年制の区民カレッジです。月2回、平日夜間に開催しています。独自のプログラム、第一線で活躍する実力派の講師陣、同じ志を持った魅力的な新しい仲間と充実した1年間が過ごせます。



## 生涯学習団体1日公開講座事業

生涯学習サークルを応援する助成制度です。新規会員募集を目的とし、サークル体験企画実施にあたり講師謝礼を1サークルにつき1万円以内で、50サークルに助成しています。



## バウチャー制度

千代田区に住民登録のある方を対象に、千代田区内の学習機関での受講料の半額（上限1万円まで）を区が補助する制度です。



## 刊行物

千代田区内1年分の生涯学習講座がわかる『ちよだ生涯学習ガイドブック』や千代田区をテーマに取材した、九段から発信する生涯学習コミュニティペーパー『DanDan』などの刊行物も発行しています。



## 教養講座

タイトル	初代国立劇場を知る～5月文楽公演『菅原伝授手習鑑』～(全2回)		
日時	講師	会場	参加費
①5月17日(水) 19:00～20:50 ②5月20日(土) 12:30～17:15	高木 秀樹 (イヤホンガイド) 根本 育実 (国立劇場職員)	①レクリエーションホール ②国立劇場(千代田区隼町4-1)	8,500円 (全2回分/1等席チケット代含む)
内容			
<p>第1回目は、文楽の位置付けや上演『菅原伝授手習鑑』と二段目の見どころをレクチャー。          第2回目は、初代国立劇場の映像鑑賞・解説および「5月文楽公演」第二部を鑑賞。</p>			
講師より	担当者より		
講座が平日の夜ということもあり“現役世代”的方 も多かったですね。お仕事帰りにわざわざお越しく ださって大変有難いことでした。何しろ千代田区は 文楽公演が行われている国立劇場があるところ。 ご観劇とセットになった講座で“文楽初心者”的 方も公演をお楽しみ頂けたら幸いでした。少しでも、 文楽や伝統芸能に興味を持っていただける一助 になればと感じました。(高木 秀樹氏)	初回は、イヤホンガイドの解説者・高木先生をお招きしての演目解説です。『菅原伝授手習鑑』は五段続きたる演目。5月は初段・二段目が上演となり、今回の講座にご参加の皆さまが鑑賞するのは二段目となります。それぞれの登場人物の言動やその思惑を、時代背景とともに丁寧に追っていきました。そして2回目は、初代国立劇場の建設の歴史を学びます。東大寺正倉院を模倣した「校倉(あぜくら)造り」というのは知られていますが、“宝物(歌舞伎などの芸能)を保存するため”という意味合いにはやはり感慨深いものがあります。公演では事前のレクチャーを思い出しながら、見どころのひとつひとつを生の舞台ならではの迫力で味わいました。【担当: 平井・堺】		
満足度	91%	参加人数	40名

タイトル	関東大震災から100年～モダン東京を形づくった復興建築(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
9月9日(土) 10:30～12:00	柏木 まどか (東京理科大学工学部 建築学科准教授)	第1学習室	1,000円
内容			
<p>関東大震災後に都市の不燃化を目指して建てられた鉄筋コンクリート造「復興建築」の魅力と、当時の人々の思いに触れる。</p>			
講師より	担当者より		
みなさま熱心に聞いていただけて、よかったです。教室設備等にも、特に不満はありません。聴覚障害の方への丁寧なご対応につきましても、感謝いたします。聞いていただけてよかったです。 今年は同様の講演依頼をいくつか受けていますが、中でも丁寧なご対応をいただいたと感じています。ありがとうございました。 ここまで予算を割いていただけたので、贅沢を言えば、もっと大勢に向けてお話しできてもよかったです。	今年は関東大震災から100年目の年となります。死者・行方不明者は10万人以上で、その中でも特に火災による被害が多かったそうです。震災後は土地の区画整理や橋梁、小学校、公園など様々な復興事業が行われ、都市の不燃化を目指した鉄筋コンクリート造「復興建築」が建てられました。講義の中で出てきた建築物は、今川小路共同建築のように今は無くなってしまった建物も多くあります。解体される前に見たことがあるという参加者の方もいらっしゃり、当時を思い浮かべながら先生のお話に耳を傾けている様子もありました。関東大震災後、当時の人々が何を考え、今の東京につながる復興事業を行い、復興建築を建ててきたのかがわかりました。 【担当: 森・松本・高野】		
満足度	92%	参加人数	17名

## 教養講座

タイトル	徳川将軍と菓子(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
12月8日(金) 19:00~20:30	青木 直己 (元虎屋文庫研究主幹)	第1学習室	2,100円 (お土産代含む)
内容			
徳川将軍にまつわる菓子のエピソードや奥深い魅力について学ぶ。			
講師より		担当者より	
当日の参加者は、地域性多様な年齢構成で話しゃやすかったです。生菓子のお土産もあり、より和菓子を身近に感じていただけたと思います。		講師は、和菓子や食文化についての書籍の出版や、ドラマの時代考証を担当されている青木先生です。「和菓子のルーツには嘉定という行事があつて、江戸幕府では江戸城大広間に饅頭や羊羹など8種の菓子約2万個がずらりと並べられ、登城した大名や旗本がそれらの菓子を将軍からいただくというものだった」というお話や、徳川家定や家茂にまつわる文献の中には自ら菓子を作っていたという記載があり、そこからわかるそれぞれの人柄についてなどお話をいただきました。和菓子のルーツや徳川将軍(家康・家定・家茂)を通して菓子を学び、参加者の皆様にはお土産として先生に選んでいただいた虎屋の生菓子をお持ち帰りました。 【担当:米澤・森】	
満足度	87%	参加人数	20名

タイトル	自分に合ったハーブとの出会い～ハーブを知って明日がかわる～(全2回)		
日時	講師	会場	参加費
①1月26日(金) 19:00~20:30 ②2月9日(金) 19:00~20:30	園野 陽子 (ハーブブレンダー)	第1学習室	2,500円 (全2回分/材料費含む)
内容			
古くから心身の健康や美容に役立ってきたハーブ。五感でハーブを体感しながら、様々なハーブの効果・効能を学び、オリジナルのブレンドティーを作ります。			
講師より		担当者より	
会社員時代、九段生涯学習館で植物の香りに出会い、素晴らしい仲間たちと知り合いました。今回、講師を務めさせて頂くこと、大変光栄に思います。ハーブティーは色、香り、味、温かな温度、お湯を注ぐ音など五感を使い、今この瞬間に心を集中させ、お忙しい一日の一時、心地よい時間を過ごすことができます。まずは自分自身に、そして、大切な人に飲んでいただけるようなハーブブレンド技術を楽しく学べる時間にしたいと思います。		2回の講座を通してハーブの香りや色、味など五感で体験して、皆さんのお気に入りのハーブブレンドを見つけていただけたらと思います。金曜日19:00からの開催となりますが、1週間の終わりにハーブの香りに癒されながらぜひリラックスしてご参加いただけたら幸いです。 【担当:森・遠藤】	
満足度	87%	参加人数	

## 区民自主企画運営講座

タイトル	日常生活で知っておきたい15の呼吸法と5つの瞑想(全5回)					
日時	講師	会場	参加費			
7月28日 8月4日・18日 9月1日・8日 いずれも金曜日 19:00～20:50	田中 智 (インド政府NCTE認定 ヨーガ教師)	レクリエーションホール	2,500円 (全5回分)			
<b>内容</b>						
<p>心身を調えるのに効果的な呼吸法と瞑想を、それぞれの種類や特徴を整理して理解します。 生活シーンや自分に合った実践法を知り、日常に活かしていきましょう。</p>						
講師より	担当者より					
定員を超えての応募が大変嬉しく、また、非常に熱心なご質問も多く頂き、呼吸法や瞑想の関心が高いこと、改めて実感しました。 呼吸法は、座って行うだけでなく、立ち姿勢や寝て行うものなど、いろいろな実践に親しんで頂きました。皆さんから「お気に入りの呼吸法を見つけることができた！」との声が多く頂き、大変嬉しかったです。瞑想は、難しい印象を持たれていた方も多かったです。しかし、技術のコツを理解したら、すぐに取り組まれる方が多く、身近なものになって大変よかったです。また講座中は、九段生涯学習館のスタッフの方たちが、照明や空調の調整を適時スムーズに行っていただき、落ち着いた体験ができます。大変感謝しております。	<p>近年、心身のケアのため注目度が増している、呼吸法と瞑想。それぞれの種類や特徴を解説し、無理なく自分に合った手法をマスターしてもらえるよう、基礎編と応用編に分けて実践しました。</p> <p>呼吸法と瞑想のメカニズムと効果を解説し、イスやヨガマットを使って呼吸運動や言葉をつかった瞑想を実践しました。参加者からは、最初と最後で呼吸の深まり方の変化を実感できたという感想をいただきました。そして、自分に合った呼吸法＆瞑想をマスターできるよう、日常のシーンに合わせて使い分ける練習をし、家でも簡単に実践できる15の呼吸法と5つの瞑想を学びました。</p> <p>【担当: 堀・平井・松本】</p>					
参加人数	97%	参加人数	19名			



タイトル	生活を彩る茶の湯と生け花(全5回)					
日時	講師	会場	参加費			
8月26日 9月2日・16日 10月7日・14日 いずれも土曜日 14:00～15:30	鈴木 加代 (裏千家／華道真養未生)	和室(大)・和室(小)	10,000円 (全5回分／材料費含む)			
<b>内容</b>						
<p>季節や場面に合った茶華道を、日々の暮らしに取り入れてみませんか。 グループに分かれて交代しながら、毎回茶道と華道の両方の基本を学びます。</p>						
講師より	担当者より					
茶華道を習う人が減少している昨今、人が集まるか心配ましたが、素敵なお菓子も出来て良かったです。 講座内容は、初心者向けには高度過ぎたかと思いますが、皆さんのアンケートを見せていただき、満足度が高くてホッとした。 季節の花を愛で、美しくおいしいお菓子と抹茶をいただき、あわただしい日々の中、ほっこりする一時を過ごしてもらい、これからは日常に何か取り入れてもらえると嬉しい思います。	<p>茶道と華道を一度に学べる講座です。初回から2チームに分かれ、茶道と華道を交代で学びました。基本的な内容をはじめ、季節に合わせたお話を聞きながら実際にお点前、作法、生け花を行います。各回テーマに沿った美味しいお菓子と季節の花材が用意されているのも嬉しいポイントです！最終回ではいつもチームに分かれて、これまで学んだお点前をお互いのチームへ振舞いました。和室に響く「美味しいです」の声。受講者のみなさまは5回講座を通して美味しいお茶が立られるようになりました。みんなでお茶とお花を楽しみ、和やかな空気に包まれた講座となりました。</p> <p>【担当: 米澤・堀・遠藤】</p>					
満足度	93%	参加人数	16名			



## 区民自主企画運営講座

タイトル	はじめての楊名時 八段錦 太極拳—心身の健康を保つために—(全4回)		
日時	講師	会場	参加費
9月20・27日 10月11・18日 いずれも水曜日 10:00～12:00	早川 礼生 (楊名時 八段錦 太極拳師範)	レクリエーションホール	2,000円 (全4回分)
内容			
<p>歴史・効能・科学的な考察をレクチャーします。 ゆったりと体を動かし、心と体の平安を体験してみましょう。</p>			
講師より	担当者より		
太極拳の動きは通常の運動とは全く異なる複雑なので、講師の動きを見ながら動く事はなかなかできません。然しそれで受講された皆様にはとても真剣に動いていただき、「場」全体にとても良い「気」を感じることができました。 4回の講座ですが、いきなり全ての動きをやるのはなく、事前に考えていたように段階をおって動きを増やしていくのは効果があったと思います。反省点としては、参加人数(18～19人)が多くだったので、講師の動きが見えづらい方が出てきてしまった事です。もう少し参加人数を絞るか、鏡の置き方を工夫する必要があったかと思います。	<p>楊名時八段錦太極拳は呼吸法に従い、心と体のバランスをとる、心身の健康を目的とした「ゆったりと動く」太極拳です。激しい動きがないため、初めての方でも取り組みやすい健康法のひとつです。この講座では、4回の講座を通して基本的な太極拳の二十四式および八段錦の型を学びました。講師の動きに合わせ、ゆったりと体を動かす2時間…各回の終盤では、音楽に合わせ、通じて型をとりました。ゆったりとした動きではありますが、普段使わない筋肉が知らず知らずに使われているようで、終わった後は溜まった気(エネルギー)が流れ、じんわりと汗をかき、ほどよい疲労感です。無理なく続けられる太極拳で、継続した健康増進が期待できそうです。</p> <p>【担当:高野・遠藤】</p>		
満足度	72%	参加人数	19名



歴史・効能・科学的な考察をレクチャーします。  
ゆったりと体を動かし、心と体の平安を体験してみましょう。

講師: 早川 礼生

会場: レクリエーションホール

料金: 2,000円(全4回分)

開催日: 9月20日・27日  
10月11日・18日  
いずれも水曜日  
10時～12時

主催: 八段錦太極拳研究会

タイトル	はじめてのハワイアンキルト！—とっとおきのポーチ作り(全4回)		
日時	講師	会場	参加費
9月28日 10月12日・26日 11月2日 いずれも木曜日 10:00～12:00	早川 綾子 (ハワイアンキルト教室 Maikai Kapa Kuiki O Hawaii 代表)	第1学習室	4,700円 (全4回分／材料費含む)
内容			
<p>伝統的なハワイアンキルトの基礎、モチーフの植物などにまつわる言い伝えなども学びながら、可愛いポーチを創ります。(モチーフは2種類、ブルー(ホヌ)かピンク(フルメリア)からお選びください)</p>			
講師より	担当者より		
参加者のみなさんもメンバーさんも和気あいあいとした雰囲気で、住所交換などしている方もいらっしゃって、私もリラックスしながら講座を進めることができました。お手伝いくださったサークルメンバーさんや、平井さん、小野田さんのおかげでアンケートでは高評価をいただき、本当に感謝しております。ありがとうございました。	<p>ハワイの風を感じられるハワイアンのBGMの流れるなか、思い思いに針を進めていきます。久しぶりの手芸ですとおっしゃる方から、かなり慣れていらっしゃる方まで、いらっしゃいますが、アップリケ、キルティング、バインディング、内袋付けという工程は、細かい作業でかなりの集中力も必要でした。ご自宅での作業も含め、皆さん苦戦されましたが、出来上がったポーチを写真に収めながら、嬉しそうにされていたのが印象的でした。アンケートに“とっとおきのポーチ。大切に使います”とあり、嬉しく思いました。</p> <p>【担当:平井・小野田】</p>		
満足度	97%	参加人数	10名



伝統的なハワイアンキルトの基礎、モチーフの植物などにまつわる言い伝えなども学びながら、可愛いポーチを創ります。(モチーフは2種類、ブルー(ホヌ)かピンク(フルメリア)からお選びください)

講師: 早川 綾子

会場: 第1学習室

料金: 4,700円(全4回分／材料費含む)

開催日: 9月28日  
10月12日・26日  
11月2日  
いずれも木曜日  
10時～12時

主催: 八段錦太極拳研究会

## 区民自主企画運営講座

タイトル	ゼロからはじめるスペイン語～旅先で友だちをつくろう～(全5回)		
日時	講師	会場	参加費
10月21日 11月4日・11日 12月2日・9日 いずれも土曜日 14:00～16:00	児玉 悅子 (桜美林大学 名誉教授)	第1学習室	2,500円 (全5回分)
<b>内容</b>			
<p>初心者の方向けにスペイン語に親しんでもらう講座です。旅先で使える簡単な会話と自己紹介について、基本的な文法を学びながら、くりかえし声に出して練習していきましょう。</p>			
<b>講師より</b> 今まで、初心者向けと広報をしていても、初心者ではない方が入ってしまうことがあったが、今回は、皆さん、初心者でレベルが揃っていて、大変授業がしやすかったです。 スタッフの方々も授業前の準備から、授業中、終了後まで、細やかな気配りをいただき、感謝しております。		<b>担当者より</b> 講師の児玉先生は毎回30分早めに来て質問時間を作ったり、講義のはじめは前回の復習を行ってくださったりして、参加者の皆さんは最終回では、1回目に比べて多くスペイン語が話せるようになっていたように思います。5回の講座を通して、スペイン語で挨拶やレストランで注文、自己紹介ができるようになり、参加いただいた皆さんは少し旅に出かけてみたくなつたのではないか。 また、この講座をきっかけに、新しいサークルが立ち上がりました。サークル名は『VAMOS』、スペイン語で「さあ、行こう！」という意味だそうです。 【担当:森・松本】	
満足度	95%	参加人数	19名



タイトル	気軽にカンツオーネ 每回ミニコンサート付(全5回)		
日時	講師	会場	参加費
12月9・23日 1月13・27日 2月10日 いずれも土曜日 10:00～12:00	①坂爪 いちお (テノール・カンツオーネ歌手) ②岡倉 富敦 (ピアノ伴奏者)	レクリエーションホール	2,500円 (全5回分)
<b>内容</b>			
国内カンツオーネコンクール全4部門の最高位を受賞した「いっち先生」のお手本を聴いて、一緒に元気の出るカンツオーネを歌ってみよう。			
<b>講師より</b> カンツオーネ・サークルいっちは今年の5月で創立16周年を迎えます。カンツオーネの魅力は、「明るく」「爽快」、時に「甘美に」「切なさ」を感じさせるメロディーです。サークルいっちは、日本語とイタリア語でカンツオーネを楽しんで歌っています。さらに、今回の講座・毎回ミニコンサート付きは「コロナウイルス感染拡大」の影響により「外出が減った」「気持ちが少し沈みがち…」そんな皆さんに楽しんでお出かけいただく『きっかけ』になればと思い企画しました。 カンツオーネ・サークルいっちはこれからも「あかるく」「なかよく」「たのしく」「あ・な・た」を大切に活動してゆきます。 歌って健康、友達と会って、喋って健康に！		<b>担当者より</b> 「オーラ・ソレ・ミオ」や「この胸のときめきを」などカンツオーネの名曲を日本語とイタリア語の歌詞で歌う講座です。発声の基本と歌の表現方法を曲の解説やエピソードを交えながら学びます。先生が作成した楽譜とイタリア語の単語帳が配布され、イタリア語の発音と意味をわかりやすく教えてくれます。講座の最後には先生とピアノの伴奏者によるミニコンサートが開催されます。カンツオーネを楽しく学び、歌い、そして先生の歌声に酔いしれることができる素敵な講座です。 【担当:高野・米澤・三井】	
満足度		参加人数	



## 区民自主企画運営講座

タイトル	はじめての水彩画～美しき世界の古都に思いを馳せて～(全5回)		
日時	講師	会場	参加費
12月16・23日 1月13・20・27日 いずれも土曜日 14:00～16:00	山川 浩次郎 (日本水彩画会会友) 渡邊 久敏 (世界の古都を描く会)	実習室	4,500円 (全5回分／材料費含む)
<b>内容</b>			
<p>水彩画がはじめての方でも、楽しくデッサン・スケッチの基礎から学べます。 魅力的な世界の古都を描いてみましょう。</p>			
<b>講師より</b> 趣味としての水彩画は、生涯永く付き合えて、日常生活に彩りを添え、さらに豊かにしてくれるものです。今回の講座では、5回にわたり、道具の使い方や構図、遠近法などの基礎を学び、静物・風景画(建物)のスケッチそして着彩と進んでいきます。 世界の古都を描く会の講師陣が丁寧にサポートし、憧れの古都を描くところまでいけるよう熱心に指導してまいります。学生時代以来久しぶりに絵画に触れる方も多いようですが、絵を描く楽しさを十分に伝えたいと思います。		<b>担当者より</b> 落ち込んだり、忙しかったりして、心がざわざわした時に、ふらりと街の画廊や美術館でお気に入りの絵をみつけ、静かに向き合うと、落ち着いた気持ちを取り戻すことができます。この講座は、世界の古都を描く会の運営で開催しています。「絵心がなくて心配」とおっしゃっていた方も、楽しそうにデッサンにチャレンジして、「どういう風に混せたらイメージどおりの色になるのかしら」と12色の絵具とにらめこみていらっしゃいます。基礎から始まった当講座は、最終日に世界の古都を描くことを目標としています。古都と一口に言っても、さまざまです。みなさまの想いのこもったそれぞれの美しい古都に出会えるのが、今から楽しみです。【担当:小野田・遠藤】	
満足度		参加人数	



2023年12月16日・23日 / 2024年1月13日・20日・27日  
<全5回> いずれも土曜日 14時～16時  
会場: 入野生涯学習館本校会議室  
担当: 小野田・遠藤

タイトル	漂泊の歌人 西行の姿 ～願はくは 花の下にて 春死なむ～(全5回)		
日時	講師	会場	参加費
1月11日・25日 2月1日・15日・29日 いずれも木曜日 19:00～20:50	丸山 輝 (元高校古典教師)	第1学習室	2,500円 (全5回分)
<b>内容</b>			
佐藤義清という武士の名を捨て、出家して歌の道に入った西行。その背景に何があったのか。月と花に最も心を寄せて詠んだ西行の歌の数々を通して足跡を辿る。			
<b>講師より</b> 今年度のNHKの大河ドラマでは紫式部がとりあげられているようですが、古典文学を楽しむ会では現在紫式部が書いたとされる源氏物語を原作で、解説をしながら読んでいます。ドラマをご覧になるにも、原作やその周辺(歴史的背景)を理解していくと、見方がまた違って別な楽しみ方も出来ると思います。古典文学にあらわれている諸々のこととは決して古いものでなく現代に通じるものも多々あります。原作を読むことによって、言葉の美しさ、当時の人々の考え方、暮らしぶりを知ることは現代に生きる私たちに何か示唆してくれるものがあるのではないか。		<b>担当者より</b> 西行の歌は多くの人の心を掴み、約900年の時代をこえ、今もなお読み詠われています。古典は「ふるめかしい」「埃がかぶっている」ものではありません。その時代その時代に合った語りで、西行の歌は再生されました。令和6年、講師の丸山先生の語りのなかで、西行の歌の世界を知り、「いい歌だな」と思える素敵な歌と出会ってください。約900年前の西行からの手紙を参加者の皆さんと一緒に読み、味わうことができることを楽しみにしています。 【担当:三井・平井】	
満足度		参加人数	



2023年1月11日～25日  
2月1日～29日  
会場: 入野生涯学習館  
担当: 三井・平井

## 人材バンク活用講座

タイトル	アロマで楽しくセルフケア～より健康に、より美しく～(全3回)		
日時	講師	会場	参加費
7月25日 8月8日・22日 いずれも火曜日 14:00～15:30	樹香 (ホリスティック漢方アロマ 協会認定講師)	第1学習室	4,000円 (全3回分／材料費含む)
<b>内容</b>			
<p>日本産精油や漢方精油の香りを体験し、心身の健康に役立つオリジナルアロマを作ります。 自分の体質に合うオイルや爽やかに頭皮をケアできるローションも作りましょう！</p>			
講師より	担当者より		
スタッフの方々に当日講座前の準備、進行、片付けのサポートをしていただき、おかげ様で大きな問題はなく進められ、何とか無事終えることができました。参加者の皆様がとても熱心に私の話を聞いてください、質問をしてくださる方もいたので、全員で良い時間を共有できたのではないかと思います。「楽しく学べた」というご感想をいただき感謝無量でした。私も楽しい時間となりましたし、とてもありがたいお言葉で嬉しいです。 新しくサークルができました。気持ちを新たに今後につなげていこうと思います。	<p>第1回は、日本産精油をそれぞれブレンドしてオリジナルスプレーづくり。ピロースプレーとしても使えます。第2回は、ヘッドマッサージのコツを詳しく教えていただき、皆で実践したあと、爽やかなスカルプローションを作りました。第3回は、漢方精油の”私専用オイル作り”。最初にチェックシートで不調箇所を確認したあと、効果のある植物精油を選んでいき、手首などに塗布できるロールオンタイプに仕上げました。毎回、グループで和気あいあいとおしゃべりしながらのアロマに触れる時間は、まさに癒しのひとときでした。お部屋に広がる香りをずっと深呼吸していくくなる素敵な時間でした。</p> <p>【担当: 小野田・森・遠藤】</p>		
満足度	97%	参加人数	20名

タイトル	姿勢改善のためのストレッチ＆体幹トレーニング(全3回)		
日時	講師	会場	参加費
8月24日・31日 9月14日 いずれも木曜日 10:00～11:30	福井 豊 (姿勢改善アドバイザー)	レクリエーションホール	1,000円 (全3回分)
<b>内容</b>			
<p>背骨や肩甲骨、骨盤の運動を通してピシッとした姿勢を目指す。 慢性的な肩こりや腰痛でお悩みの方にオススメ。</p>			
講師より	担当者より		
とても臨機応変に対応して頂けてスムーズに進めることができました。 対応が遅れた際にもリマインドメールを送っていました。 早い時間から準備をしていただき、さらに当日のレイアウト変更にもすぐに対応してくださって感謝しております。空調管理など陰ながらサポートしてくださり、講師しやすかったです。	<p>姿勢の歪みや痛みはなぜ起こるのか？そのメカニズムを解説し、その上でトレーニングを行うことの重要性を説きました。 その成果を目で見て実感して欲しいということで、受講者同士でペアを組み、トレーニング前後の姿勢の変化をお互いに確認しました。 メニューは筋肉をほぐすストレッチから、しっかり筋肉を鍛える筋トレまでバラエティに富み、その難易度も幅広く設定、受講者の年齢やポテンシャルに配慮された、とても丁寧な講座でした。</p> <p>【担当: 高野・米澤・平井】</p>		
満足度	91%	参加人数	20名

## 人材バンク活用講座

タイトル	大人からはじめるコンテンポラリーバレエ「ボレロ」(全3回)					
日時	講師	会場	参加費			
9月7日・21日 10月5日 いずれも木曜日 19:00～20:40	彩戸 美佐 (ビューティーバランス クリエイター)	レクリエーションホール	1,000円 (全3回分) ※バレエシューズ購入の方は、 材料費3,500円を別途支払い			
<b>内容</b>						
バレエの基本を学び、足裏や体幹を意識して、生涯「美しい姿勢」と「健康的な習慣」を取り入れましょう。クラシックバレエとは異なる、現代バレエを体験してみましょう。						
<b>講師より</b> 最初の打合せから講座前、講座中、講座後と、それぞれで細かく丁寧にご説明いただきました。とてもスムーズに準備でき、ありがとうございました。 参加してくださったおひとりお一人が、とても熱心に！そして、エレガントに踊ってくださいました。コンテンポラリーボレロは、選ばれた天才ダンサーたちの舞いですが、皆様の情熱に感動しました。 サークル体験・入会もたくさんの方にご応募いただき、7名入会いただきました。今後も皆様と楽しく美しくレッスンを続けます。		<b>担当者より</b> はじめに「クラシックバレエ」と「コンテンポラリーバレエ」の違いを解説し、基本の立ち方やボレロのリズム打ち等のレッスンや、繰り返しボレロの振り付けを練習しました！また、誰でも気軽にバレエを楽しんで欲しいという想いから、おうちでも実践できる簡単なピラティスの練習や紙風船をつかったレッスン、講座に関連した映画の紹介もありました。 難易度や受講者のバレエ経験の有無に配慮し、講師のフォローも手厚く、最後まで楽しみながら取り組める講座となりました。 <b>【担当: 松本・塙】</b>				
満足度	105%	参加人数	17名			



タイトル	祝祭の舞 ベリーダンスで元気になろう！(全3回)					
日時	講師	会場	参加費			
10月17日・24日 11月7日 いずれも火曜日 19:00～20:30	ナルミヤ (ベリーダンス教室主宰)	レクリエーションホール	1,000円 (全3回分)			
<b>内容</b>						
年齢や経験に関係なく、誰でも無理なく楽しめるベリーダンス。オリエンタルな曲に合わせて一緒に楽しみ、心身をリフレッシュしましょう。						
<b>講師より</b> 3回で基本から振り付けまでは少々難しかったかもしれません、アンケートの結果では楽しんでいただけたようで、ホッとしております。実施したことで、改善点も見えたので、やって良かったです。このような講座をもって、多くの方に自分のサークル活動を知ってもらい、次につながるきっかけになる機会はとても良いと思います。数回で色々な分野のことを知ることが出来て、何か始めたい方に、最適な機会だと実感しています。		<b>担当者より</b> ベリーダンスにおけるテクニックを初心者向けにいくつか紹介しながら、レッスンが開始しました。軸足の使い方、腕・肩を動かす時の意識の仕方、呼吸法など、丁寧な解説があり、講師の手本演技も各回鑑賞できるためベリーダンスのイメージをつかみやすいレッスン構成となっています。普段使わない部分に意識を向けて体を動かすことで、凝り固まっていたものが流れ、心地良く発汗しました。講座の中で講師が繰り返し投げかけていた「難しく見えると思いますが、必ずどなたでもできるようになります。」という言葉が印象的で、その言葉通り受講者のみなさんは第3回目にはよりなめらかな動きをマスターされました。 <b>【担当: 森・遠藤】</b>				
満足度	95%	参加人数	19名			



## 人材バンク活用講座

タイトル	ビブリオトーク -まだ見ぬ本と出会うよろこび-(全3回)		
日時	講師	会場	参加費
10月29日 11月12日 12月3日 いずれも日曜日 10:00～12:00	西山 太郎 (移動書店ハリ書房 店主)	音楽視聴覚室(10月) 第1学習室(11月・12月)	1,000円 18歳未満500円 (全3回分)
<b>内容</b>			
<p>参加者が本を紹介し合うビブリオトークの方法を学び、体験してみましょう。 それぞれ違った視点での物語の見方や、まだ知らない本との出会いを楽しみます。</p>			
講師より	担当者より		
本の街神保町のある千代田区で区民の皆様、在勤の皆様と一緒に本を紹介しあう会が実施できて、ビブリオトークの方法が浸透し、本をきっかけにした交流がうまれたと思います。 自分の好みのジャンルの本を読むことが多い読書ですが、人をきっかけに紹介して知らない本に出会うとき、自然と手に取ってみるきっかけになるのではないかと思います。 ビブリオトークの方法では本の内容だけでなく、本の情報も紹介するため後日探しやすい特徴があります。講座受講者の方から、またほかの会場でビブリオトークの方法を実践する方が増えていくとよいかと思います。	<p>「ビブリオトーク」の基本的な手法に加え、「一人称で語るビブリオトーク」や「グループに分かれてビブリオトーク」など様々な手法を用いて、参加者同士で本の紹介を行いました。参加者の皆さんにはミステリー小説、SF小説、ファンタジー小説など幅広いジャンルの本を持参され、その本のあらすじ(ネタバレありやネタバレなし)、おすすめポイントを発表しました。知らない本と出会うことができ、本の魅力を体感できる講座となりました。</p> <p>【担当:小野田・三井】</p>		
満足度	88%	参加人数	10名

タイトル	幸せ運ぶフラワーアレンジ～ここちのいい植物生活～(全3回)		
日時	講師	会場	参加費
1月19日 2月2日・16日 いずれも金曜日 19:00～20:30	河野 朋子 (厚生労働大臣認定一級フラワー装飾技能士／フラワー装飾科職業訓練指導員)	第1学習室	10,000円 (全3回分／材料費含む)
<b>内容</b>			
<p>生花やドライフラワーなど様々な素材の作品をつくる、生活に彩りを添えてみませんか。</p>			
講師より	担当者より		
この講座は、3回に渡り行う中で花を触ったり、人と会話したりしながら制作することでの、リラックス効果も期待できると思っています。心を穏やかにし、日常のストレスを軽減させるでしょう。 また、初心者の方でも簡単に楽しめて「楽しく美しい」と感じる心が沸いてくる」そんな感覚を是非、受講者の皆さんに体験してみて欲しいです。	<p>お家に植物があると、なんだか気持ちが安らぎますが、講座では全3回のうち、リースやドライフラワーなど様々な作品を作成してお持ち帰りいただけます。ぜひ草花に触れながら癒され、生活に彩りを添えていただけたらと思います。</p> <p>【担当:米澤・森】</p>		
満足度	参加人数		

## 人材バンク活用講座

タイトル	心に響く天使の音色～ハートハープ(Qコード)を奏でてみよう～(全3回)		
日時	講師	会場	参加費
1月24日 2月7日・14日 いずれも水曜日 19:00～20:30	加藤 早苗 (NHKカルチャースクール 講師)	第1学習室	1,000円 18歳未満500円 (全3回分)
<b>内容</b>			
<p>ハワイの教会で演奏されるハートハープ(Qコード)は、テクニックいらずで誰でも美しい音色を奏でることができます。ウクレレと合わせてミニ演奏会も楽しめます。</p>			
<b>講師より</b> <p>ハートハープという楽器を、皆様ごらんになったことがないと思います。ハワイでウクレレと合わせて教会で演奏されています。荘厳である天から星が降ってきたらこんな音かしら?とその音色に感動して、すぐに習い始めました。見た目より軽く持ち運びも簡単で野外でも電池で演奏できます。とにかく一度体験して、その優しい音色を聞いていただきたいです。ただ、さつと撫でるだけでハープの音が再現できます。老若男女問わず曲を演奏して頂けます。今回はウクレレサークルとコラボして合奏も予定しています。1台を2人で演奏することで、さらに美しい音を創れ、音楽のジャンルも問いません。お待ちしています! ALOHA♪</p>		<b>担当者より</b> <p>初めて早苗先生が奏でるハートハープ(Qコード)の音を聞いた時、思わず“天使の音色”という言葉が浮かびました。電子楽器ですが、とても柔らかく優しい音を簡単に出すことができ、和音(コード)の操作もボタンを押すだけなので、びっくりしたくらいです。ハワイでは、ウエディングの席でウクレレとのコラボで演奏されることがあります。教会に響きわたる音色を想像しただけで、うっとりします。とても素敵ですね。なじみのある曲を皆で練習して、楽しいミニコンサートができるようにサポートしていきます。 【担当:高野・小野田】</p>	
満足度		参加人数	

## ジュニアカレッジ

タイトル	<b>昆虫標本づくりに挑戦してみよう！(全2回)</b> <b>◆同時開催「みんなでつくった昆虫標本展！」◆</b>				
日時	講師	会場	参加費		
【講座】8月2日(水) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00 【展示】8月4日(金)～ 7日(月)10:00～17:00					
<b>◆同時開催「みんなでつくった昆虫標本展！」◆</b>					
内容					
アンリ・ファーブル生誕200年。昆虫の生態を学び、本物のカブトムシやクワガタを使って自分だけの標本をつくろう！つくった標本は、ギャラリー展示したあと、お持ち帰りになります。					
講師より		担当者より			
東京という特に自然の昆虫と親しむ機会が少ない環境の中で、標本作りを通して、子どもたちが昆虫に興味を持っていただければ幸いです。たくさんの方にご応募、ご参加いただきありがとうございました。		人気の高い昆虫をテーマに講座を開催。 アンリファーブル昆虫館スタッフの方々が、優しく丁寧に指導してくださいましたことがあり、ピンセットや針を使用して、細かな作業にも保護者様の力を借りながら、一生懸命向き合うことができ、世界にひとつだけの標本が完成しました。 参加者が制作した標本を後日九段ギャラリーにて展示し、講座で制作した作品を多くの方に見ていただく場を設定。 週末に開催したこともあり、多くの方が来館された。今後も、ギャラリー活用の視点から、講座との連携を図った展示会が実施できるようにしていきたい。 【担当:平井・堺・中山】			
参加人数	講座:①12組25名 ②12組24名 展示来場者:108名				
					

タイトル	<b>神田生まれの藍で染めてみよう！(全2回)</b>				
日時	講師	会場	参加費		
9月3日(日) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30					
<b>◆同時開催「神田生まれの藍で染めてみよう！」◆</b>					
内容					
ちよだになじみのある藍の栽培方法や藍にまつわる歴史・文化を学び、生葉染めでお気に入りの一枚を染める。					
講師より		担当者より			
多くの方に参加いただき、楽しみながら藍、植物、千代田区の歴史文化など体験を通して学んでいただけたのではないかと思う。 今回の講座をきっかけに、藍染め、藍という植物を通して、自然や環境に興味をもってもらうだけでなく、千代田区の歴史や文化に親しみ、地元を愛する心を育んでもらえたら大変うれしい。 このような機会をいただき、本当にありがとうございました。		午前は小1～小3のお子さまと保護者さま、午後は小4～小6のお子さまが参加されました。当日、生葉染に使用する藍は、千代田区内で手塙にかけて育てられたものです。初めに藍の歴史や千代田区(神田)とのつながりなど、スライドを使っての講義。質疑応答を交えながらテンポよく進みました。色が変わるのは組みについても学びました。 その後、藍染めの手順の説明があり、いよいよ染めの作業に入ります。スタッフの皆様に手伝ってもらいながら、自分たちでちぎった葉をミキサーにかけて、ハンカチを浸し、だんだんと色が変わっていく様子を楽しみました。大事そうに持ち帰る子どもたちに、自然と笑みがこぼれました。 【担当:小野田・平井・遠藤】			
参加人数	①9組18名 ②15名				
					

## ジュニアカレッジ

タイトル	化学のフシギ —牛乳からプラスチックを作ろう—（全1回）		
日時	講師	会場	参加費
2月18日(日) 14:00～15:30	三菱ケミカル グループ株式会社 (千代田区丸の内1-1-1)	実習室	800円 (材料費含む)
内容			
<p>土に埋めると微生物が分解する、“生分解性プラスチック”を学ぼう。 作ったプラスチックを、家で花の種と土に植えて様子を観察しよう！</p>			
講師より	担当者より		
子どもたちが、この講座から化学について興味をもつていただけると幸いです。 SDGsが叫ばれているこの時代において、4R(リユース、リデュース、リユーズ、リサイクル)に取り組んでもらい、将来のカーボンニュートラル達成への一翼を担う人材に、成長してもらえば嬉しい限りです。	長年、注目され続けている環境問題。その中でも、温室効果ガスや海洋、土壤汚染が大きな問題となっているプラスチックを考えます。微生物のはたらきにより、二酸化炭素・水となって自然界を循環していく「生分解性プラスチック」の仕組みやメリットはもちろん、デメリットも併せて学べる講座です。 未来を担う子どもたちに、牛乳という身近な食品から、化学技術への興味関心を育み、講座終了後も自主的な自由研究として、学びを深めていただけたら幸いです。 【担当:松本・小野田・三井】		
参加人数			

## 家庭教育学級

タイトル	バナナで考える栄養と食育～食べ比べ＆飲み比べ～(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
7月10日(月) 14:00～16:00	大橋 貴尚 (株式会社クオリ代表)	レクリエーションホール	950円 (材料費含む)
<b>内容</b>			
<p>子どもでも食べやすく栄養豊富で、家庭での食育にもぴったりなバナナ。意外と知られていない産地によるさまざまな違いを学び、実際に食べ比べてみましょう。熟したバナナの活用レシピもご紹介します。</p>			
講師より	担当者より		
ご家庭で使える豆知識や品種・産地の食べ比べなどバナナを深堀した講座でしたが、参加者の方が皆様前のめりに参加いただけたので、スムーズに進めることができました。また、講座終了後も質問に来ていただけの方もいらっしゃり、講師側としても嬉しい限りでした。このような地域の方と触れ合える講座については、今後も是非継続的に取り組ませていただければと考えておりますので、よろしければまたお声がけいただけますと幸いです。ありがとうございました。	<p>7月1日に錦糸町マルイにも新店舗をオープンした「BANANA JUICE TOKYO」代表を講師に迎え、意外と知らないバナナの知識を学びました。スーパーではフィリピン産のバナナを多く見かけますが、生産量1位の国はなんとインド。またバナナの色(熟度)で味が変わることは知っているものの、産地や標高差でも変わる味わいに驚きの連続です。食べ比べのあとはバナナジュースのお店ならではのレシピでバナナジュースづくり体験を行いました。自宅でも気軽にとれるエネルギー源・栄養源として、ぜひバナナを楽しみながら食べていきましょう！</p> <p>【担当：小野田・塙】</p>		
満足度	96%	参加人数	16名

タイトル	フェーズフリー入門～いつもの暮らしと、もしもの支えに(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
9月29日(金) 19:00～20:30	佐藤 唯行 (フェーズフリー協会 代表理事)	第1学習室	500円
<b>内容</b>			
<p>日常時の暮らしを豊かにしてくれているものが、非常時の命や生活を支えるという新しい防災『フェーズフリー』の考え方を学びましょう。</p>			
講師より	担当者より		
受講者の質が高く、とても前向きに真剣に聴いてくださっていました。また、講座後もたくさんのご意見ご感想をいただき、嬉しかったです。受講者のうち何人かは、継続してご連絡もいただいています。みなさんの新しい気づきになれたことはよかったです。また、講座運営事務局の皆様にも丁寧で適切なご対応をいただき、気持ちよく講座を進めることができました。ありがとうございました。	<p>「フェーズフリー」とは、日常と非常時という2つのフェーズをフリーにするという考え方で、日常時に使用しているモノやサービスを、非常時にも役立つように取り入れようという、新しい防災としての提案です。講座では、電気自動車や革靴、公園等の事例を紹介し、参加者からは「取り組めない自分が何かダメな気がしていた中で、フェーズフリーな製品を選ぼうとするることはできると思いました。」「日常の気付きに取り入れたいと思います。」といった感想をいただきました。講座の最後に、「自らの暮らしの中で、フェーズフリーを見つける」「気付き」を大切にしてほしいと、ありました。気付きの連鎖が広がっていくことで、災害の多い日本でも、防災に対する意識が変わっていくことを願っています。【担当：高野・松本】</p>		
満足度	97%	参加人数	8名

## 家庭教育学級

タイトル	共に育つ幸せ～子どもとのコミュニケーションを深めるヒント～(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
9月30日(土) 10:00～11:30	南村 洋子 (東京都大塚ろう学校非常勤講師／全国難聴児を持つ親の会)	第1学習室	500円
<b>内容</b>			
<p>聴こえない娘さんとのコミュニケーションに苦しみながら娘さんを育てた過程と障害の有無を問わず、永年子どもの早期支援に携わってこられた道のりの中で得た貴重な子どもとのコミュニケーションのヒントを保護者のみなさんへお話ししていただきます。</p>			
<b>講師より</b> 初めてこのような市民講座で話をさせていただき、ありがとうございました。娘の子育てについてもっと話が聞きたかったという参加者の方の声がありましたがが、興味を持っていただけて嬉しく思いました。 生涯学習講座の開催は地域の方にとっては、とても意味のあることだと思います。会場の雰囲気も良く参加の方はじっくり耳を傾けていただけたかと思います。私も気持ちよくお話をさせていただきました。手話通訳の配置は対象者がいなくても参加者への啓蒙にもなり、よかったです。		<b>担当者より</b> 聴こえないお子さまを育てた経験と永年聴覚障害児の早期教育に携わっていらっしゃった講師のお話は、障害の有無を問わず誰にとっても発見のある講座となりました。また今回は希望者は居ませんでしたが、手話通訳を配置したことでも聾の世界をより身近に感じたことも大変意義があったと思います。 今後においても、インクルーシブな着想に基づいた家庭教育学級の講座を継続的に開催していきたいと思います。 【担当:中山・宮岡】	
満足度	95%	参加人数	4名



タイトル	キャッシュレスでおでかけ体験しよう！目にみえないお金のおはなし(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
12月2日(土) 14:00～15:40	大森 妙子 (株式会社イー・カンパニー キッズマネーステーション 認定講師)	レクリエーションホール	1組500円
<b>内容</b>			
<p>お金の大切さと役割を学びながら、ゲームを通してキャッシュレスのメリット・デメリットを親子で体験。</p>			
<b>講師より</b> 参加されたお子さん達は、最初から元気が良く、反応も早かったため、講師側は進行しやすかつたです。プログラム中に「たけのこニヨッキ」で遊ぶ場面があったため、事前に運営側に十分なスペースを確保頂きました。お陰様で、お子さん達が思いっきり動けて一番盛り上りました。最後、お子さん達を後方の作業エリアに移動させ、その間に保護者向けの説明をしたため、保護者の皆様は、メモを取りながら聞くことに集中できていたかなと思いました。金融教育は、生きる力を身に付ける教育であり重要な分野ですので、是非、学習館の皆様には、今後も様々なイベントを企画・実現頂き、千代田区のお子さん達が将来お金に困らないよう、サポートを続けて頂きたいと思いました。		<b>担当者より</b> くまさんとリスさんのお買い物を通して、普通のお金と目にみえないお金のルールなどを○×で確認していきます。ほかにも、自分だったら現金を使うかキャッシュレスを使うか、好きに決めて最後にどのくらいお金が減ったかを体験しました。 目にみえなくても、お母さんお父さんが頑張ってくれたお金だから大事に使おうと約束して感謝のお手紙を書きました。アンケートでは、キャッシュレスの扱い方についてお子さまとの共通認識ができたよかったです。 【担当:米澤・高野・三井】	
満足度	91%	参加人数	14組29名



## ちよだまち魅力探訪

タイトル	懐かしのマンガ雑誌に触れる～マンガを深く学ぶには～(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
12月11日(月) 15:00～18:00	宮本 大人 (明治大学 国際日本学部教授)	第1学習室 明治大学 米沢嘉博記念図書館・ 現代マンガ図書館 (千代田区神田猿楽町1-7-1)	(区民・すばすた会員) 900円 (一般)1,400円
内容			
マンガ専門の図書館、現代マンガ図書館・米沢嘉博記念館で80年代のマンガ雑誌を取り上げながら、マンガを深読みするためのポイントをレクチャー。		 <p>マンガ専門の図書館、米沢嘉博記念図書館・現代マンガ図書館で80年代のマンガ雑誌を取り上げながら、マンガを深読みするためのポイントをレクチャー。</p> <p>当館にて講義を受けたのち、米沢嘉博記念図書館へ移動し、図書館内を見学しました。先生からの講義に加え、図書館スタッフリーダー斎藤さんからのレクチャーも受けたっぷりとマンガに浸る2時間となりました。保管された雑誌には、誤植や広告ページ、作者コメントなどがそのまま残り、当時の社会情勢や描き手の心情、読み手のニーズが想像できます。単行本とは異なるマンガ雑誌の魅力や、そこから読み取れる情報量の壮大さを学びました。参加された皆様にとって、新たな視点でマンガを読んでいくきっかけとなれば幸いです。マンガもデジタル配信が主流になりましたが、紙離れが著しい昨今ですが、今も残るマンガ雑誌を大切にしていきたいと感じる講座となりました。</p> <p>【担当: 高野・遠藤・中山】</p>	
満足度	90%	参加人数	12名

タイトル	丸紅コレクションを紐解く 「ふしみ殿御あづらへ」小袖裂と復元小袖— 墨書きと裂から分かる桃山時代の小袖制作 —(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
2月20日(火) 10:00～12:00	川井 結花子 (丸紅ギャラリー 学芸員)	第1学習室 丸紅ギャラリー (千代田区大手町一丁目4番2号 丸紅ビル3階)	(区民・すばすた会員) 1,000円 (一般)1,500円
内容			
丸紅コレクションの一つである「染分練縫地島取に柳模様小袖裂」と、これをもとに3年余りの歳月をかけて復元した「ふしみ殿御あづらへ」小袖についてレクチャーを受け、実物を鑑賞しながらギャラリートークを聞く。		 <p>丸紅コレクションを紐解く 「ふしみ殿御あづらへ」小袖裂と復元小袖— 墨書きと裂から分かる桃山時代の小袖制作 —</p> <p>当館にて講義を受けたのち、丸紅ギャラリーへ移動して実物を鑑賞しながらお話を伺う内容です。この講座を通してビジネス街としてだけでなく、文化芸術の街としての千代田区に注目し、その魅力を深く知る機会としていただければと存じます。</p> <p>【担当: 米澤・平井・三井】</p>	
満足度	参加人数		

※天候により開催日を変更しました。

## 異世代交流事業

タイトル	自由自在な和紙アート！～原材料から学ぶ紙すき体験～(全1回)		
日時	講師	会場	参加費
1月21日(日) 14:00～16:30	國高 ひでき (ひので和紙代表)	実習室	1人1,200円 (材料費含む)
内容			
<p>紙がどのようにできるのかを学び、カラフルな材料を自由に使って色紙サイズのオリジナル和紙を作ります。</p>			
講師より	担当者より		
ひので和紙では、技術の継承は伝統的な紙漉きに従事されている方にお任せし、従来の紙漉きとは異なる方法の紙漉きを行うことで、これまで和紙に興味のなかった方々にも、紙漉きの面白さを知っていただければと思います。そうして和紙文化の底辺が広がっていくことを願っています。	<p>講師の國高さんが代表を務める「ひので和紙」では、紙の原材料づくりから体験することができます。今回はその原材料“コウゾ”についてのお話と、カラフルなコウゾを自由に使って、オリジナルの和紙を作ります。それいいね！これはどう？なんて、グループになつた人とお話しながら、楽しんでご参加いただけたらと思います。 【担当:森・米澤・遠藤】</p>		
満足度	参加人数		

## 区内生涯学習交流事業 九段オープンラーニング

タイトル	九段フェス2024 - Culture Travel -		
日時	対象	会場	参加費
舞台発表:3月23日(土) 13:00～16:20 24日(日)10:00～17:30 展示期間:3月23日(土)～ 24日(日)10:00～18:00	どなたでも	九段生涯学習館	無料 ※一部ミニ講座有料
内容			
<p>利用者の皆さまとくる九段生涯学習館を舞台とした祭典『九段フェス』。今回のテーマは「Culture Travel」！舞台発表を開催するほか、展示会場で上映するサークル紹介スライドショーなど、九段生涯学習館を利用している皆さま同士が知り合い、新規会員募集にもつながるような催しを企画します。</p>			
企画	参加団体		
<b>舞台発表</b> 九段生涯学習館で活動するサークルが、日ごろの成果を発表します。	アルベルネ・ユーゲント・コール、ALOHA ! の会、Estudio Libre、今出川GIEDE男声合唱団、Uzume R&D Institute、オカリナ千代田～なごみ～、オレ！フランenco、霞ヶ関男声合唱団、合唱団ちよがみ、韓国舞踊親睦会K・ダンス、九段くすの木コーラス、九段ハーモニカクラブ、経済産業省混声コーラス、香道慶風会、コローセフィーロ、午後のひととき、Joyful Voice Chiyoda、真清会、スペイン刺繡、千代田明るい社会づくりの会、ちよだオペラ座、千代田区武術太極拳同好会、テネシームーン普及協会、デュッセルドルフ千代田男声合唱団、東京あいか庵、東風アンサンブル、Na pua aloha、日本の古典「能」に親しむ会、ピッコロ、腹式呼吸クラブ、ブーピーヒヌヒヌ・アロハブーピー（コラボレーション）、フランス語で本場のシャンソン！レザルウェットコーラス、ボイス・ラボ、ボーランドダンスの世界、Mahalo Hula、横笛同好会「一音会」、寄せ植えサークル、ラルモニー・セレスト（千代田の杜合唱団）、朗読の会さくら（五十音順）		
<b>サークル紹介スライドショー</b> 舞台発表が難しいサークルも含めた紹介動画を作成します。			
<b>展示</b> 九段生涯学習館の取り組みを紹介します。 今年度企画案講座でご登壇の講師・サークルの作品も一部展示予定。			
<b>生涯学習ミニ講座</b> 多彩なラインナップのミニ講座を開催します。			

## くろべ子ども自然体験村

タイトル	くろべ子ども自然体験村			
日付	場所	参加費	参加人数	担当
8/7~10 3泊4日	富山県黒部市内	30,000円	30名	今淵

### 【1日目】

東京駅に集合した千代田区の参加者は北陸新幹線で黒部へ出発。黒部宇奈月温泉駅にて黒部市のお友達と合流し、地域観光ギャラリーで黒部市の巨大な立体ジオラマや映像を見て黒部市を学びました。バス移動し、宿泊先の黒部市ふれあい交流館あこや～での開村式を行ない、野外にて夕食作り。夕食前に魚のつかみ取り体験をおこない、獲った魚を炭火で焼いて食べたり、野菜の天ぷらや炊きたてのお米でおにぎりを作りみんなで一緒にいただきました。

### 【2日目】

朝からトロッコ列車に乗るため宇奈月駅へバスで移動。目的地の欅平までトロッコ列車に乗って出発。列車から黒部峡谷の雄大な景色を見ながら移動。到着後は欅平の近くを散策、気温は高かったですが川の水は冷たくてみんなで水遊びを満喫しました。再びトロッコ列車に乗って宇奈月駅へ出発。帰りの列車では野生の猿も近くで見れて子供たちも興奮してました。駅に到着後は近くの公民館で昼食を摂りバスで五十里ふれあい農園へ。農園のスタッフからおいしい桃の見分け方を教えてもらい桃の収穫体験をおこないました。

### 【3日目】

午前は待望の海釣り体験。海上に設置している釣り場にて2人1組で協力しながら魚釣りに挑戦。この日も気温が高くなかなか釣れないグループもありましたが子どもたちも工夫をしながら挑戦する姿が見れました。昼は生地町の方達が作ってくれた、海鮮丼を堪能。午後は、湧水がたくさん流れている生地を町歩き。3グループに分かれて水団子作り、かまぼこ作り、湧水巡りをなど。かまぼこは1人1つ、鯛の形をしたかまぼこにデコレーション。お土産に自宅へ持ち帰りました。夜は夕食後に星空ウォッチングを実施。吉田科学館のスタッフの方から星座や星の説明を聞きながら満点の星空を見ることが出来ました。

### 【4日目】

朝には離村式を行い、4日間お世話になったあこや～とのお別れ。最後に訪れたのはくろべ牧場まきばの風。ソーセージ作り、搾乳体験、動物とのふれあいを体験しました。自分たちで作ったソーセージは、お昼のカレーと一緒にいただき、おかわりしている子供たちもたくさんいて大満足でした。昼食後は黒部市のお土産を買いに道の駅KOKOくろべへ。持っているおこづかいで家族やお友達に何を買うか真剣に悩んでいる姿が印象的でした。最後は新幹線ホームで黒部市のお友達とお別れをし東京へ。4日間とも天候にも恵まれ黒部市の山も海も体感できた濃密な4日間となりました。

## 千代田区子ども自然教室

タイトル	千代田区こども自然教室（全7回）			
プログラム名	日付	場所	参加人数	
ファイヤーマンキャンプ	5/28	NATUREFACTORY東京町田（東京都町田市）	61名	
リバーアドベンチャー準備会	7/2	九段生涯学習館 6階 レクリエーションホール	55名	
リバーアドベンチャーキャンプ	8/19～21	国際自然学校日野分校（山梨県北杜市）	55名	
Eポートキャンプ	10/22	旧中川下流・大島小松川公園（江戸川区）	41名	
スノーモンスター準備会	12/3	九段生涯学習館 6階 レクリエーションホール	43名	
スノーモンスタークリスマスキャンプ	1/6～8	ホテル坂戸城（新潟県南魚沼市）	中止	
30kmチャレンジハイクキャンプ	2/24～25	川崎市黒川青少年野外活動センター（神奈川県川崎市）		
年間テーマ				
●「課題解決能力」と「協力」 ●自然の中で活動することによって、自然の大切さを理解し、自然の中で生活するための知恵や工夫をする力を養い、問題に直面した際、自分で解決する力をつけること、子供同士の交流で大切さを学び、協力しあってプログラムを達成することで改めて友達、仲間の大切さを理解します。				

## すばすたちよだクラブ（スタディプログラム）

**☆スタディプログラム☆2024年1月～3月**

月曜	火曜	水曜	木曜
1月14日(月) 1月15日(火) 1月16日(水) 1月17日(木)	1月18日(月) 1月19日(火) 1月20日(水) 1月21日(木)	1月22日(月) 1月23日(火) 1月24日(水) 1月25日(木)	1月26日(月) 1月27日(火) 1月28日(水) 1月29日(木)
2月6日(月) 2月7日(火) 2月8日(水) 2月9日(木)	2月10日(月) 2月11日(火) 2月12日(水) 2月13日(木)	2月14日(月) 2月15日(火) 2月16日(水) 2月17日(木)	2月18日(月) 2月19日(火) 2月20日(水) 2月21日(木)
2月26日(月) 2月27日(火) 2月28日(水) 2月29日(木)	2月30日(月) 2月31日(火) 3月1日(水) 3月2日(木)	3月5日(月) 3月6日(火) 3月7日(水) 3月8日(木)	3月11日(月) 3月12日(火) 3月13日(水) 3月14日(木)

【お問い合わせ・ご相談窓口】  
千代田区立スポーツセンター1階 受付（営業時間／9:00～21:00 休館日／毎月第3曜日）※祝日の場合は翌平日／千代田区内神田2-1-8 Tel:03-3256-8444

**Line UP!**

※スタディプログラム予約規約  
・登録料500円、月会費2ヶ月分（当月分・翌月分）・銀行口座番号が分かるもの③銀行届け印④住所を確認できるもの（運転免許証、身分証明書、健康保険証など）※法人会員もあります。お問い合わせください。

お問い合わせ  
千代田区立スポーツセンター（本部電話）：03-3256-8444 / フリーポンジ電話

**☆スタディプログラム☆2024年4月～6月**

月曜	火曜	水曜	木曜
4月1日(月) 4月2日(火) 4月3日(水) 4月4日(木)	4月5日(月) 4月6日(火) 4月7日(水) 4月8日(木)	4月9日(月) 4月10日(火) 4月11日(水) 4月12日(木)	4月13日(月) 4月14日(火) 4月15日(水) 4月16日(木)
4月17日(月) 4月18日(火) 4月19日(水) 4月20日(木)	4月21日(月) 4月22日(火) 4月23日(水) 4月24日(木)	4月25日(月) 4月26日(火) 4月27日(水) 4月28日(木)	4月29日(月) 4月30日(火) 5月1日(水) 5月2日(木)
5月6日(月) 5月7日(火) 5月8日(水) 5月9日(木)	5月10日(月) 5月11日(火) 5月12日(水) 5月13日(木)	5月14日(月) 5月15日(火) 5月16日(水) 5月17日(木)	5月18日(月) 5月19日(火) 5月20日(水) 5月21日(木)
5月22日(月) 5月23日(火) 5月24日(水) 5月25日(木)	5月26日(月) 5月27日(火) 5月28日(水) 5月29日(木)	5月30日(月) 5月31日(火) 6月1日(水) 6月2日(木)	6月3日(月) 6月4日(火) 6月5日(水) 6月6日(木)

※スタディプログラム予約規約  
・登録料500円、月会費2ヶ月分（当月分・翌月分）・銀行口座番号が分かるもの③銀行届け印④住所を確認できるもの（運転免許証、身分証明書、健康保険証など）※法人会員もあります。お問い合わせください。

お問い合わせ  
千代田区立スポーツセンター（本部電話）：03-3256-8444 / フリーポンジ電話

すばすたちよだクラブは、スポーツ（運動）とスタディ（学習）を融合したスポーツセンターの会員制システムです。月会費のみで全てのプログラムに参加でき、トレーニングルーム・プール・各競技場の個人利用が無料になります。また一部の生涯学習講座も割引料金でご参加いただけます。

申込窓口・問合せ先		会員区分	対象	月会費
千代田区立スポーツセンター1階・受付（営業時間／9:00～21:00 休館日／毎月第3曜日）※祝日の場合は翌平日／千代田区内神田2-1-8 Tel:03-3256-8444		区民	区内在住で15歳以上の方 (中学生を除く)	4,000円
申込時に必要な物：①登録料500円 ②月会費2ヶ月分（当月分・翌月分） ②銀行口座番号が分かるもの ③銀行届け印 ④住所を確認できるもの（運転免許証、身分証明書、健康保険証など）※法人会員もあります。お問い合わせください。		区民高齢者	区内在住で60歳以上の方	3,000円
		一般	区民以外で15歳以上の方 (中学生を除く)	5,000円

プログラム定義	開催月	プログラム名	講師名	開催日程	
				月曜	火曜
プログラム定義	毎月/2回	楽しい中国語会話入門	鈴木泰子・馮烈（中国語講師）	月曜19:00	
	毎月/3回	カラダリセット	古川貴子（ヨーガ講師）	火曜19:40	
	毎月/2回	カラダのトリセツ		水曜16:00	
	毎月/2回	マイケル先生と楽しい英会話（初級）	マイケル・グリーン（英会話講師）	水曜16:00	
	毎月/2回	マイケル先生と楽しい英会話（中級）	マイケル・グリーン（英会話講師）	水曜19:00	
	毎月/2回	マイケル先生と楽しい英会話（上級）	マイケル・グリーン（英会話講師）	金曜19:00	
非会員参加可能	4・7・11・2月	米粉100%で作るふわふわレシピ	調雅子（米粉の教室PENTAS）	木曜18:30	
	10・3月	おうちでフレンチ	坂寄直美（料理研究家）	日曜10:30	
	5・10・2月	かんたん本格スイーツクッキング	大北理子（菓子研究家）	木曜18:30	
	12月	マイケル先生と楽しいクリスマスパーティー	マイケル・グリーン（英会話講師）	21日（木）19:00	
	4月	ハッピーハンドメイド			
	6月	ハートとカーネーションのアロマサシェ	川口みゆき（キャンドルアーティスト）	20日（木）18:30	
会員参加可能	6月	つまみ細工	藤井彩野（つまみかんざし彩野代表）	29日（木）18:30	
	7月	天然香料でつくる白檀線香	かおりほの香（薰物屋香楽認定香司）	22日（土）10:30	
	8月	タイルでつくる鍋敷き	Minori tilesop	19日（土）10:30	
	11月	冬のガラスドーム（中止）	池野侑子（アトリエニナ作家）	30日（木）18:30	
	1月	ワンポイント刺繍のオーガンジー巾着	Kana（刺繍作家）	18日（木）18:30	
	Let's study				
会員参加可能	6月	金継ぎ	金継ぎ暮らし	17日（土）10:30	
	9月	盆栽	みどり屋 和草	14日（木）18:30	
	12月	水引（中止）	hinatamusubi（水引デザイナー）	7日（木）18:30	
	3月	籐細工（予定）	ton-toko-tontonカワムカイトモコ（籐作家）	7日（木）18:30	

※掲載内容は、令和6年1月現在の情報です。状況により変更・中止となる可能性がございます。

## ちよだ生涯学習カレッジ

### 基本理念

東京の中心地「千代田区」は江戸以来の歴史・文化を豊かに継承しつつ、さらに新しく変化し続ける国際都市です。この変化に対応し、学び続けることが欠かせなくなる社会では、大人が自ら学び、同じ目的を持つ仲間を見つけ、仲間とともに学び合い、一緒に何かを創る場が必要になってきます。学びは、コミュニティ自体に課題解決能力や新しい価値を生みます。ちよだ生涯学習カレッジは学びで人と地域をつなぎ、グローバルとローカル、社会と個人の交流の場となることをを目指し、学びを地域に還元し、「これからのか千代田」を担う、社会貢献に積極的な人材をサポートします。生涯学習によるまちづくりやそのプラットフォームとなることをめざします。

### 地域デザインコースについて

本コースは、持続可能な社会づくりを目指しつつ、一人ひとりの学びを軸とした「人とコミュニティをつなぐ資質」を育みます。プログラムでは、九段生涯学習館で行う講義形式はもちろん、アクティブラーニングやフィールドワークを取り入れ、「学修・実践・省察」を反復することで千代田区の現状・課題を的確に捉え、当事者意識をもって最適解を探求・デザインしていく基礎を養います。

### 3つの方針



### 入学募集説明会

タイトル	共に創る学びと実践
開催日時	2月25日（土）10時～11時30分
会場	YouTube Live 「ちよだ生涯学習カレッジチャンネル」（撮影：九段生涯学習館）
内容	①カレッジ紹介、②てい談、③入学説明
登壇者	笛井宏益氏（玉川大学学術研究所特任教授）、ちよだ生涯学習カレッジ卒業生2名

### 募集概要

申込資格	下記の①～③の条件全てに該当する方 ①2023年4月1日現在、18歳以上 ②千代田区在住・在勤・在学 ③1年間継続して学ぶことができ、学習成果を地域活動やボランティア活動などを通じて実践する意欲のある方
定員	30名（選考）
受講料	年間1万円
修業期間	2023年4月～2024年2月
提出物	入学願書（作文あり：「あなたはご自身の人生を豊かにするために、あるいは社会貢献するために何をしたいですか」600字～800字）
選考方法	入学願書をもとに選考し、応募者全員へ郵送にて結果を通知します
卒業要件	下記の2つを満たすことが卒業要件となります ▶全講座の3分の2以上の出席 ▶講座における習熟度が一定の水準に達しているとコース長が認めること
卒業後にあたって	学習成果をコミュニティで活かすサポートとして、卒業後の支援体制の充実を図っています。 ※登録などは任意です。また下記の内容は予告なく変更となる場合があります。 ①修了証の発行 ②ちよカレサポーターへの登録 ③千代田区生涯学習人材バンク登録 ④ちよだ生涯学習カレッジ卒業生活活動補助金 ⑤企画運営委員会への企画応募 ⑥ちよカレお知らせメールの配信
注意事項	「ちよだ生涯学習カレッジ」は、学校教育法などで定める正規の大学ではありません

### プログラム

プログラムを[A]から[D]の4単元にわけて学んでいきます。

レポート提出やグループワーク、受講生同士で発表を行う講座があります。

#### [A] 自分の可能性を知る

座学やグループでのワークショップを通して、環境や文化の背景が異なる他の受講生と交流をしつつ、共に学ぶことのダイナミズムを見出します。一人ひとりが経験をふりかえり、他者と共有するプロセスを経て、気づいていなかった自分自身の可能性を探ります。

#### [B] コミュニティでの実践を知る

コミュニティづくりの最前線で活躍する場づくりの実践者と出会い、語り合うことでデザインの実践について考察を深めます。参加したグループごとに、自主的に資料作成などの担当を決めて発表することで、他者との協働作業の大切さも学びます。

#### [C] コミュニティの魅力を知る(選択制)

千代田区というコミュニティを、歴史、文化、芸術、自然環境など多様なジャンルからオムニバス形式で学び、過去から未来につながる、その魅力を理解します。

#### [D] 自分の可能性とコミュニティの未来をデザインする

これまでのさまざまな学びを振り返ることで、自身を取りまくコミュニティの未来像を描き、そのために必要な自らの可能性をデザインします。

#### [ちよカレ卒業生からのバトン]

カレッジ卒業生が携わる取り組みやコミュニティ紹介はもとより、専門性や得意分野を活かした講座で、所属期を超えた交流を持つことができます。



## 生涯学習団体1日公開講座事業

### サークルの応募要件

- ① 5名以上の会員、その半数以上が区内在住・在勤・在学者
- ② 繰続的（月1回以上）に区内で生涯学習活動を行っている
- ③ 新規の入会希望に応じられる
- ④ サークル体験企画を積極的に広報できる  
(チラシ原稿の作成、ホームページ・掲示板での広報に協力できる)
- ⑤ 募集の選定、および募集と連絡ができる
- ⑥ 同年度内に九段生涯学習館の区民自主企画運営講座および生涯学習入門パンク適用講座の助成を受けていない
- ⑦ Bコースのみ：事前説明会（9月15日（土）19時～）と  
懇親会（令和6年3月15日（土）19時～）へ参加できるサークル

### 企画募集説明会

- ① 5月13日（土）10時30分～11時30分
  - ② 5月25日（木）19時～20時
- いずれも会場は九段生涯学習館

- 募集概要の説明、企画書の書き方、質疑応答等
- 説明会参加の申し込みは、前日までに電話またはホームページより九段生涯学習館へ

### 開催する企画について

- 新規会員の募集を目的とし、はじめての方でも参加しやすい2時間程度の企画
- 普段活動に関係する内容は不可

### 注意事項

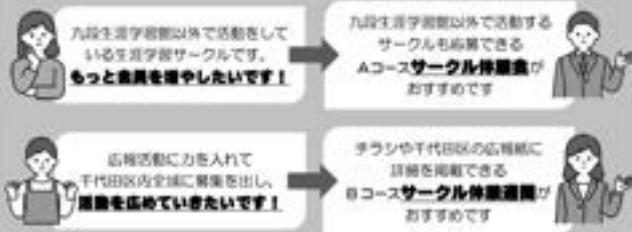
- 1サークル内で助成を受けられる講師は1名です  
複数団体で同じ講師を指名することはできません
- サークル体験の様子を等真撮影し、九段生涯学習館のホームページ等に掲載することを予めご了承ください
- サークル体験の際の会場使用料は、通常のサークル活動と同様にご負担ください
- 講師報酬助成金は源泉徴収（雇用支援税控除）後の金額を、講師名義の指定口座へお振り込みします
- Aコース・Bコースどちらかをお選びいただけ。該当の企画書をご提出ください。  
Aコースは、区立施設であればどこでも開催可能です  
Bコースは九段生涯学習館のみでの開催です
- 感染症等の状況により、事業内容が変更になる場合がございます  
予めご了承ください

### サークル体験企画は・・・

**Aコース「サークル体験会」とBコース「サークル体験週間」の2コースがあります！**

コース名	月ごとに通常の開催日（例2月）で開催	
	Aコース「サークル体験会	Bコース「サークル体験週間
<b>コース 内容</b>	<b>サークル・整体の皆さんにしていただくこと</b>	<b>1週間で多くの人に声掛けを行なう</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■毎月29日（土）19時～の定期開催会への出席</li> <li>■初めて助成を受けたるのみ</li> <li>■講師チラシの作成</li> <li>■講師との連絡</li> <li>■会場の手配（会場込み）</li> <li>■「サークル体験会」への問い合わせ・参加申し込みの受け付け</li> <li>■会員登録</li> <li>■「実施報告書」「開催報告会の添込扶助金」提出</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■毎年15日（土）19時～の定期開催会への出席</li> <li>■講師チラシの作成</li> <li>■講師との連絡</li> <li>■会場の手配（会場込み）</li> <li>■会員登録</li> <li>■「実施報告書」「開催報告会の添込扶助金」提出</li> <li>■毎年3月15日（土）19時～の懇親会出席</li> </ul>
<b>開催数</b>	30団体（Dと月6回休業まで）	20団体
<b>実施時期</b>	令和5年9月～令和6年1月	令和6年2月26日（月）～3月3日（日）
<b>実施場所</b>	通常の活動施設（区立施設を除く）	九段生涯学習館
<b>料金</b>	10,000円（上限）	10,000円（上限）

### どちらのコースを選択すればいいの？



開催月	No.	タイトル	サークル名	開催日数
A コ ース サ ー ク ル 体 験 会	1	卓球シングルスの試合に初挑戦	かがやき会	1日
	2	自分でできものを着てみませんか	着付けサークル彩乃	1日
	3	はじめての韓国舞踊	韓国舞踊親睦会K・ダンス	1日
	4	今なら間に合う！新NISAへの準備	大人のための「お金の学び」ラボ	1日
	5	ミャンマー行脚・ミャンマー再発見から「春の革命」まで	千代田こん談会	1日
	6	基礎から学ぶ太極拳	千代田区武術太極拳同好会	1日
10月	7	アイデアを活かして豊かなシニアライフ シニアのための「アイデア脳トレ教室」	シニアのためのアイデア・脳トレ教室	1日
	8	絵手紙かいて楽しい生活	ひまわりの会(絵手紙)	1日
	9	リトミックで楽しく音楽を学びましょう	ぴあのdeリトミック	1日
	10	～入会に向けた体験会～心がアラワレル写経	心がアラワレル写経	1日
	11	オレ！フラメンコ！	オレ！フラメンコ	1日
	12	お茶一服いかがですか 初めての茶道	東京あいか庵	1日
11月	13	グリーンを使って人目を引くアレンジを作りましょう！	フランススタイルのグリーンモダンアレンジサークル	1日
	14	やさしいボビンレースでハートのモチーフ作り	ボビンレースサークル La Dentelle	1日
	15	ボイストレーニングと合唱	歌声サロン 明星の会	1日
	16	オカリナ体験会	オカリナ千代田～なごみ～	1日
	17	キャンバス・ワークでスペイン刺繡	スペイン刺繡	1日
12月	18	年賀状 筆を使って一文字	筆クラブ	2日
	19	暮らしに役立つ書道	九華会書道	1日
	20	リズム体操 ストレッチ	G・リズミック東子	1日
	21	初めてのグレゴリオ聖歌～グレゴリオ聖歌で味わう“あの曲”～	アルベルネ・ユーゲント・コール	1日
	22	ハワイ語を学ぼう	ALOHA ! の会	1日
	23	フラダンス講座 一緒にHULAを踊りましょう	ラブリージンジャー	1日
1月	24	腹式呼吸クラブ 体をストレッチして発声練習	腹式呼吸クラブ	1日
	25	中高年のはじめてピアノ体験会	ピアニッシモ	1日
	26	楽しく楽にらくらくストレッチ	らくらくストレッチ	1日
	27	邦楽囃子 鼓	鼓鳳会	1日
	28	混声合唱団『謳歌』オープンコーラス(見学・体験会)	混声合唱団謳歌	1日

## 生涯学習団体1日公開講座事業

開催期間  B コース サー クル 体 験 週 間	No.	タイトル	サークル名
2/26(月) ～ 3/3(日)	1	入学前の子どもの勉強のサポートの仕方	子育てが楽しくなるママカフェ@千代田
	2	ハングルを始めてみませんか？	お、ハングル！
	3	コーラスで声を出してリフレッシュしませんか？	九段くすの木コーラス
	4	フラは楽しい。さあ、レッツ・フラ！	Na pua aloha
	5	自彌術を体験してみよう！	九段自彌術サークル
	6	扇を使った太極拳	九段下功夫扇教室
	7	英語ニュースを聴いてみよう	英語ニュース・リスニング
	8	本場のフィリップ・マルシャン先生とオー・シャンゼリゼを千代田で大合唱しよう！	フランス語で本場のシャンソン！レザルウェットコーラス
	9	誰でも楽しめるフラダンス！	Mahalo Hula
	10	太宰治の別世界を朗読しませんか？	朗読の会さくら
	11	社交ダンスを踊ってみよう！	リラの会
	12	寄せ植えを体験してみましょう！	寄せ植えサークル
	13	はじめての日本舞踊	日舞を楽しむ会 中村流
	14	オイルパステルで描く はじめての抽象画	五感で楽しむアート
	15	ポーランドダンスを踊ってみよう！	ポーランドダンスの世界
	16	サルサダンスって楽しいーっ！	ステップサルサ

※掲載内容は、令和6年1月現在の情報です。状況により変更・中止となる可能性がございます。

# 講座・講習会 バウチャー制度

新しいことを始めたい方、もっと知識・技術を磨きたい方、  
趣味を増やしたい方、バウチャー制度を利用しませんか？

**対象者** 千代田区に住民登録がある方

**対象講座** 対象学習機関（下記参照）が開催する講座・講習会  
＊但し、資格取得を目的とする講座を除く（対象外講座あり）

**補助金額** 各受講料の半額（区民ひとり年間上限1万円まで）  
＊半額にした際の1,000円未満の端数は切り捨てます。  
＊入学金・教材費等は補助対象外です。

詳細は4月と10月に発行の申請ガイドブックまたは、九段生涯学習館HPをご確認ください

## 対象学習機関一覧

（2024年1月現在）

- ・アテネ・フランセ
- ・イタリア文化会館
- ・インスティトゥト・セルバンテス東京
- ・インド大使館  
　　ヴィヴェーカナンダ文化センター
- ・ウィズダムアカデミー市ヶ谷飯田橋校
- ・ABC 丸の内クッキングスタジオ
- ・エストゥディオ ソナアルテ
- ・御茶の水美術学院
- ・音楽教室GUPPA!
- ・神田外語キッズクラブ
- ・棋士の囲碁スクール
- ・九華会書道教室
- ・共立アカデミー  
　　（共立女子大学・共立女子短期大学）
- ・クヤダンスカレッジ
- ・公益財団法人日本棋院
- ・sanareピラティス&コンディショニング  
　　東京飯田橋
- ・株式会社須賀楽器 駿台音楽院
- ・そろタッチ飯田橋ラボ校
- ・中央大学クレセント・アカデミー
- ・テックガーデンスクール
- ・東京會館クッキングスクール  
　　(Supported by ABC Cooking Studio)
- ・日本健康太極拳協会
- ・ヌーベルエコール
- ・ハルスポーツラボラトリ
- ・パソコン市民講座 神保町駅前教室
- ・FIDES 学院
- ・文房堂アートスクール
- ・毎日文化センター
- ・宮地楽器 MUSIC JOY  
　　（飯田橋／市ヶ谷／神田）
- ・桃園学園 四谷美術研究所
- ・山野楽器ヤマノミュージックサロン有楽町
- ・山野楽器ヤマノミュージックサロン大手町
- ・和洋女子大学ビジネスキャリアアカデミー

# 講座・講習会バウチャー制度申請の流れ

学習機関  
で手続き



1

申請ガイドブックより講座・講習会を選び、各学習機関で受講手続きを行ってください。

【注意点】

- ・各学習機関にはバウチャー制度対象外の講座もございます。
- ・講座の内容など詳細に関しては、各学習機関へお問合せください。
- ・受講料のほかに入学金や教材費が必要な場合があります。

九段生涯学習館  
で手続き



2

「①補助金交付申請書」をご提出ください。（郵送可）

- ・申請受付場所は九段生涯学習館のみです。

※千代田区在住であることを確認できる書類（運転免許証、健康保険証、住民票の写し（3ヶ月以内のもの）、住基カード、マイナンバーカード）を窓口にてご掲示ください。  
郵送の場合は書類の写しを添付してください。但し、マイナンバーカードのコピーは郵送不可となります。

※申請の際には念のためご印鑑をお持ちください。訂正をお願いする場合がございます。

【①補助金交付申請書入手先】

- ・九段生涯学習館のホームページからダウンロードする
- ・同館窓口にて受け取る
- ・申請ガイドブックよりコピーする

補助金を申請できる期間は令和7年3月15日（土）20時必着

3

審査後、受理書と「②受講修了証明書兼確認書」「③補助金請求書」を発行いたします。

■下記事項に該当した場合、申請を受理できません。

- ・申請者が区内在住でない場合
- ・書類に不備があった場合
- ・講座がバウチャー制度対象講座でない場合
- ・申請期間を過ぎた場合

学習機関  
で手続き



対象の学習機関で講座を受講

4

受講した学習機関で「②受講修了証明書兼確認書」に認証を受けてください。  
必ず受講終了後にお願い致します。

九段生涯学習館  
で手続き

5

「②受講修了証明書兼確認書」「③補助金請求書」をご記入の上、ご提出ください。（郵送可）

提出期限 令和7年4月15日（火）20時必着

振込み



6

「②受講修了証明書兼確認書」「③補助金請求書」を確認後、補助金をお振込みします。

この際、交付決定通知書をお送りし、振込み日、金額をお伝えします。不備などがあり、  
期間を過ぎた場合には補助金をお支払い出来ません。

## 刊行物

名称	ちよだ生涯学習ガイドブック		
発行時期	発行部数	仕様	概要
年度1回/6月	1,500部	A4判 1色刷 150ページ程度	該当年度に区内施設で実施する講座や生涯学習関連施設の情報を掲載した冊子



名称	DanDan		
発行時期	発行部数	仕様	概要
年度3回	Vol.32 3,000部 Vol.33、34 2,500部 ※Vol.34は予定	A4判 4色刷 4ページ	九段生涯学習館が発行する、生涯学習コミュニティペーパー



令和 5 年度

# 千代田区立九段生涯学習館 講座報告

発 行 日 令和 6 年 3 月 7 日 発行

印 刷 株式会社サンワ

編集・発行 千代田区立九段生涯学習館

東京都千代田区九段南 1-5-10

電話 03-3234-2841

