



公民館だより

No.193

編集・発行
昭島市公民館

昭島市つつじが丘3-7-7
042-544-1407・546-1711(代表) (火曜日休館)

2019.8.1号
(偶数月1日発行)

シニア講座

人生100年時代を豊かに生きる

| 日時 | 内容 |
|----------|-----------------------------------------|
| 9.5 午前 | あなたの人生を〇(まる)にする ～アンチエイジングからウィズエイジング～ |
| 9.12 10時 | 年齢を重ねること ～高齢期の心身の変化～ |
| 9.19 1時 | これからの日本と家族 ～家族の変化・多様化～ |
| 9.26 正午 | 人生100年時代の生き方とは ～現代の生と死を考える～ |

人生100年時代…人生の後半をいきいきと暮らしていくためにはどうすればいいのでしょうか？健康で自分らしく生活していくためにワークショップなどを交え、さまざまな視点から学んでみましょう。

- ◆場所 公民館 学習会議室(3階)
- ◆対象 市内在住・在勤で60才以上の方
- ◆講師 新井浩子さん(早稲田大学講師)
- ◆定員 30人(申込順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 8月3日(土)から公民館へ

※いずれも木曜日/全4回

地域公民館事業 地域課題講座

災害を知り、福祉を考える



| 日時 | 内容 | 講師 |
|----------|-------------------------------|------------------------|
| 9.7 午前 | 火山噴火のしくみ、活動の状況 富士山の成り立ちと将来 | 山崎晴雄さん (首都大学東京名譽教授) |
| 9.14 10時 | 地震でどんなことが起きるの？多摩地域では？ | 大島隆代さん (早稲田大学准教授) |
| 9.21 1時 | 災害が起きたら生活や地域の様子はどのように変化するのか | |
| 9.28 正午 | 災害時に活躍する専門職と私たちにできること | |

毎年、各地に地震や大雨などの自然災害が起きています。過去には富士山も噴火しました。地震や身近な富士山などを知り、もし災害が起きた場合、私たちは何ができるかを一緒に考えてみませんか。

- ◆場所 武蔵野会館 第一集会室(3階)
- ◆対象 市内在住・在勤・在学の方
- ◆定員 30人(申込順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 8月3日(土)から公民館へ

※いずれも土曜日/全4回

パラリンピック競技体験事業

障害者スポーツの世界を知ろう！ ～シッティングバレー編～

シッティングバレーは、床にでん部を付けたままバレーボールを行う、パラリンピック競技大会の正式種目です。障害がある方もない方も、体験を交えながら障害者スポーツについて学びませんか。

- ◇日時 9/14(土)の午後2時～4時30分
- ◇場所 公民館 小ホール(1階)
- ◇対象 市内在住・在勤・在学の方
介助が必要な方は介助者の方が同伴のうえご参加ください。
- ◇講師 多摩障害者スポーツセンター職員
- ◇定員 30人(申込順) ◇参加費 無料
- ◇申込 8月3日(土)から公民館へ

※内容が変更になる場合があります。

公民館以外の市立会館で行う講座もありますので、お間違えのないようにご参加ください。

第34回シニアグループ合同発表会 参加団体を募集

日頃の学習や文化活動の成果を発表する場として開催します。
企画・運営は参加団体で構成する実行委員会が行います。

- ◇日 程 令和2年3月14日(土)・15日(日)
 - ◇場 所 公民館小ホールほか
 - ◇対 象 市内の公共施設で活動しているシニアグループ
(概ね60歳以上の方で構成する団体)
 - ◇申 込 9月14日(土)までに公民館へ
- ※第1回実行委員会は9月27日(金)の午前10時からです。



令和元年度市民文化祭を開催

市民の皆さんの日頃の文化活動の成果を発表する機会、
各種団体や市民相互の交流を図る場として開催します。

- ◇日 程 10月11日(金)～11月3日(祝)
 - ◇場 所 KOTORIホール(市民会館)・公民館
- ※詳細は、公民館だより10月1日号でお知らせします。



障害のある青年の交流講座 開講のつどい・バスハイキングを開催

●開講のつどい

4月27日(土)、国営昭和記念公園で開講のつどいが開催されました。当日は約30名の方が参加しました。今年も食材をたくさん用意しボリユームのあるパーベキューとなりました。当日は小雨が降る中で始まり、途中から雨が強くなったため、パーベキュー後のボール遊びができなかったのが心残りでした。

●バスハイキング

隔年でバスハイキングを実施しています。今年は6月1日(土)、約30名で新江ノ島水族館に出かけてきました。当日は晴天で、穏やかな風の

吹く気持ちのよい天気でした。

この水族館はとても人気があるため多くの来館者で賑わっていました。私たちはお昼から始まるイルカショーを見るために観客席に移動しました。観客席は満席となり外周に立ち見が2重3重になりました。

イルカとスタッフとのコミュニケーションや、イルカのダイナミックなジャンプや泳ぎを見るとみんなも大喜びで、大きな歓声も上がっていました。最後は海を背にして記念撮影、笑顔の絶えない1日でした。



今年から自治会の役員をやっています。役職は副会長です。副会長のやり手が決まらず、会長に頼まれて引き受けてしまいました。断る事ができませんでした。私にとっても大切な私の居場所だからです。

自治会に初めて顔を出したのは、父親の代わりに役員を受けたのが始まりで、以来20年近くになります。この間に、様々な地域活動を通じて得られた経験や見識、年齢の分け隔てなく顔見知りになれた人との出会いが大切なものとなりました。

住み続けていたい、住んでみたい地域になるように活動を続けておりますが、残念ながら、自治会の加入率の減少が止まらないのが現状です。プライベートを縛られたくないと自治会に入らない人が増えてきています。確かに自治会活動は地元への慣習があり、祭礼防災・防犯・子どもたちの見守りと多岐に渡り、それを協力し合いながら実践していくことは大変なことだと思えます。でも、少しでも自治会のメリットについて話すのであれば、平成二十六年防災白書の中で、阪神淡



路大震災における救助の主体と救助者数の中で実に約二万七千人の人を助けたのは近隣住民等で(77.1%)消防・警察・自衛隊が救出したのが約八千人(22.9%)でした。これを見ても自助・共助がいかに重要か、傍観者効果が表れない普段のご近所付き合いがいかに重要かが見えてきます。傍観者効果とは社会心理学の用語であり集団心理の一つ、ある事件に対して

自分以外に傍観者がいる時に率先して行動に起こさない心理である。傍観者が多いほど、その効果は高いとあります。助けなければならぬ相手が顔見知りだったり、家族の誰かだったら、傍観者でいられる訳がないのです。傍観者効果が起きない地域コミュニティ、地域で助け合う環境づくり、その底辺には、ご近所だけでなく、互近助の付き合いがいかに大切か、これこそ自治会活動の原点であり、メリットの二つと考えています。

しかし、地域活動より個人の生活が優先される傾向が強く感じられる昨今は、一人ひとりの資質の向上、学ぶ機会ができる自治会の事業を

積極的に取り入れていかなければならないと感じています。

今回、公民館運営審議会委員として、公民館の多種多様な事業、個人個人が「学び合う」姿から公民館と地元自治会との新たな関係が築かれることを希望してやまない今日この頃です。

公民館運営審議会委員
井ヶ田 博

公民館運営審議会活動報告

公民館運営審議会は、公民館における各種事業を調査・審議することなどを目的に毎月1回午後7時から開催しています。5月と6月の主な内容についてお知らせします。

◆5月10日(金)

都公連委員部会担当委員より4月に福生市で行われた都公連総会について報告がありました。また、今年度の活動方針として、9月に開催する委員部会研修会及び第56回東京都公民館研究大会について説明がありました。事務局からは、始まる事業について報告がありました。

最後に今後成立する第9期地方分権一括法案の問題点等について会長より説明がありました。

◆6月14日(金)

都公連委員部会担当委員より第1回委員部会研修会のテーマ、日程等の詳細及び現在、協議中である「公民館運営審議会の役割」について説明がありました。事務局からは、これから始まる事業として、ふれあいコンサート、夏休みわくわく体験教室、JAXA子ども科学教室等についての説明と、12月利用分の小ホール特例的利用承認団体について報告がありました。

最後に諮問や提言に係る公民館の課題について討議しました。

(これからのとりくみ)

- *世話人会(毎月第二水曜)
- *交流懇談会・9月29日
- *東京都公民館連絡協議会の研究大会への協力
- *公民館まつり(3月7日・8日(土・日)予定)
- *団体活動室のボックス抽選会などです

※公利連へのご参加を!

なお、まだ公民館利用者連絡会に参加されていない団体やサークルをご存知でしたら参加方を呼び掛けていただければ幸いです。

(代表・山崎)

団体紹介コーナーの協力団体を募集

公民館だよりで、みなさんの活動をPRしてみませんか。希望する団体は名称、連絡先(氏名・電話番号)をお知らせください。担当より後日連絡いたします。

公民館利用者連絡会
けいじばん

公利連今後の取り組み

(報告)
公民館利用者連絡会は、5月の総会の後、7月21日(日)午後1時30分から、3時30分まで、交流懇談として「表現・文化活動と公民館の役割」を考える学習会を行いました。

団体紹介コーナー(6) あしあと

自分史を学ぶ会「あしあと」を紹介します。

★「あしあと」は、生まれも育ちも公民館です

平成十一(一九九九年)年に昭島市公民館主催の「自分史講座」の受講者が立ち上げたサークルです。

★こんな人たちの集まり

文章を読むのは好きだけれど書くのは苦手... だが、できれば自分の足跡や思いを文章に残しておきたいという人の集まりです。

★具体的な活動

例会(原則毎月第3水曜 日午後1時30分~4時)で、自分の歩いてきた足跡や家族との思い出、紀行文、日常の雑感などを書いて(年一)数編を発表、会員間で所感を述べあう。顧問の講師から作品の構成や表現方法等の指導を受け、後日添削をいただける。

「自分史」は認知症の予防になるといわれています。

★会誌「あしあと」刊行

各人の作品を掲載し毎年末に発行。既刊号が公民館図書コーナーにあります。

★会員は現在十三名、会費は月一五〇〇円です。現在新会員募集中、体験入会も歓迎です！

★作品が喜ばれています

・B5版の素敵な小冊子、目次にはじさんが例会で発表し会誌に掲載された13作品が適切に配置されていました。編集発行のご主人は、「本人も喜んでくれましたが、兄妹や子供・孫たちから、よくもこんなにみごとく本人や家族の歴史等をまとめておいてくれたものだ、と喜ばれました。どうか指導を戴いた「あしあと」の皆さんによりしくお伝えください」と話されました。

・急逝されたご主人の作品を探されていたMさんに、既刊号から21作品を検索、追悼文と合わせリストを作成(全99頁)、印刷してお届けするとご本人に大変喜んでいただきました。「おかげさまで、遺族が初めて知ることもある驚いたり、感激したりでした」



▲会誌「あしあと」

公民館利用申請受付開始日(抽選日)等のご案内

公民館

公民館登録団体の申込み

| 施設区分 | 利用月 | 受付期間 | 抽選日 | 確定期間 | 調整会議 | 随時申込み |
|--------|-----------|--------|------|---------|------|----------------------------------------|
| 小ホール | 令和2年 1月分 | 8/1~10 | 8/11 | 8/11~20 | 8/24 | 予約システムでの申込み、変更、取消しは、利用日の7日前まで。その後は窓口で。 |
| | 令和2年 2月分 | 9/1~10 | 9/11 | 9/11~20 | 9/21 | |
| 小ホール以外 | 令和元年 11月分 | 8/1~10 | 8/11 | 8/11~20 | 8/24 | |
| | 令和元年 12月分 | 9/1~10 | 9/11 | 9/11~20 | 9/21 | |

※公民館未登録団体の申込みについては、公民館までお問い合わせください。

抽選申込みの注意

公民館登録団体は公共施設予約システムで抽選申し込みができます。

★当選した団体は上の確定期間内にシステムで確定をしてください。

(確定しないと予約が無効になりますのでご注意ください)。

★落選した団体は、随時申込みが始まる前に、「調整会議」で再度空いている会議室等の申し込みができます。8月、9月の調整会議は公民館第1会議室で午前10時から行います。

※登録団体以外の団体の予約方法についてはお問い合わせください。

| 公民館利用区分 | |
|---------|----------|
| 午前 | 午前9時~正午 |
| 午後1 | 午後1時~4時 |
| 午後2 | 午後4時~7時 |
| 夜間 | 午後7時~10時 |

展示室・陶芸窯・暗室・保育室の施設予約は、公民館登録団体が使用する場合、利用月の3ヶ月前の調整会議で申込みができます。調整会議後は公民館の窓口で利用日の2ヶ月前の月の初日から申込みができます。なお、保育室と暗室は会議室等が予約されている場合に限り(単独での使用はできません)。