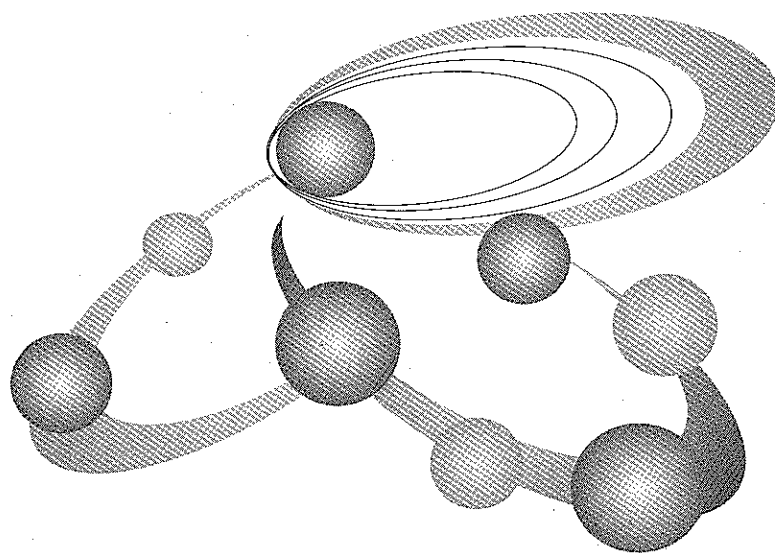
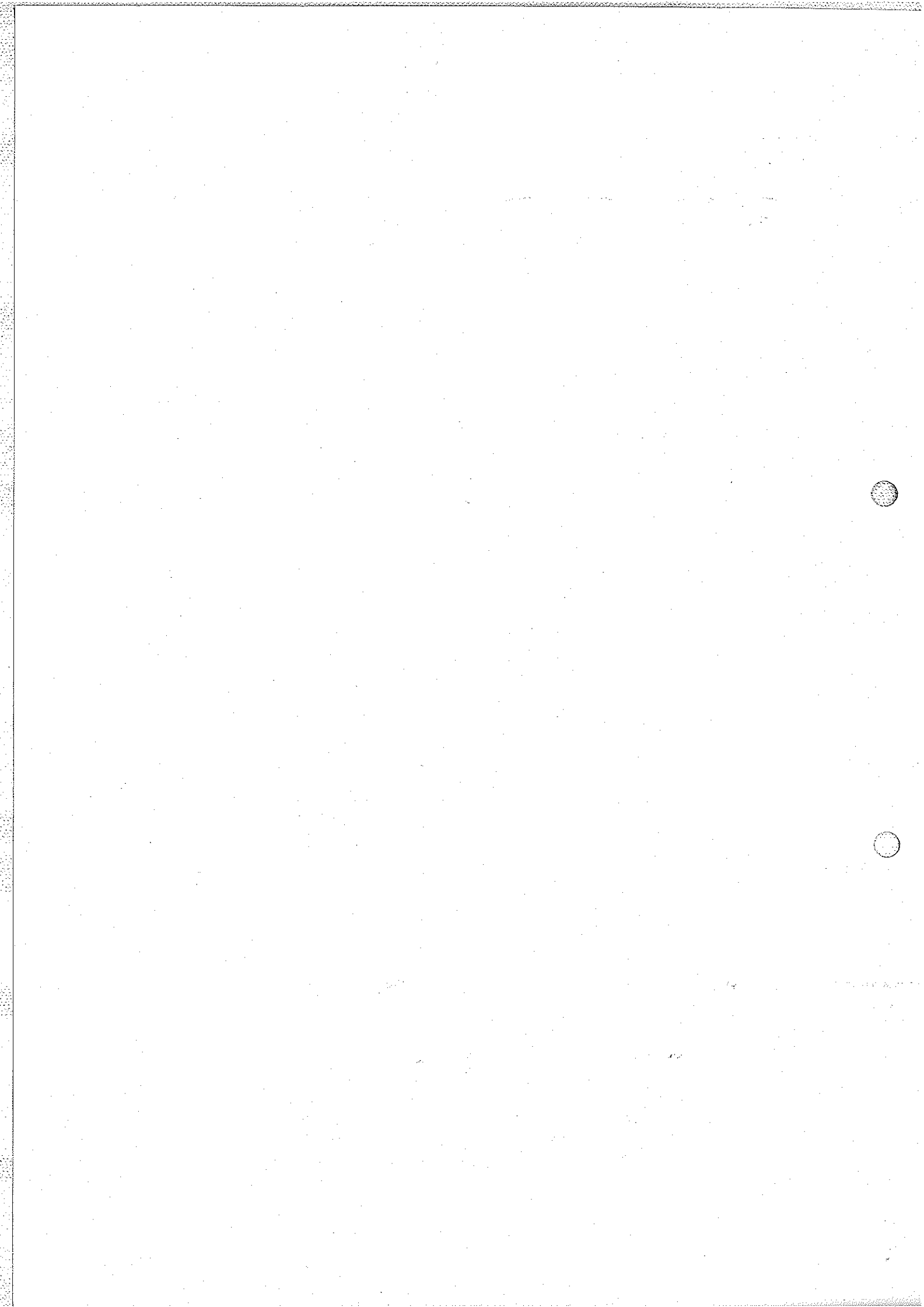


平成12年度

地域活動推進講座 記録集



生活復興県民ネット



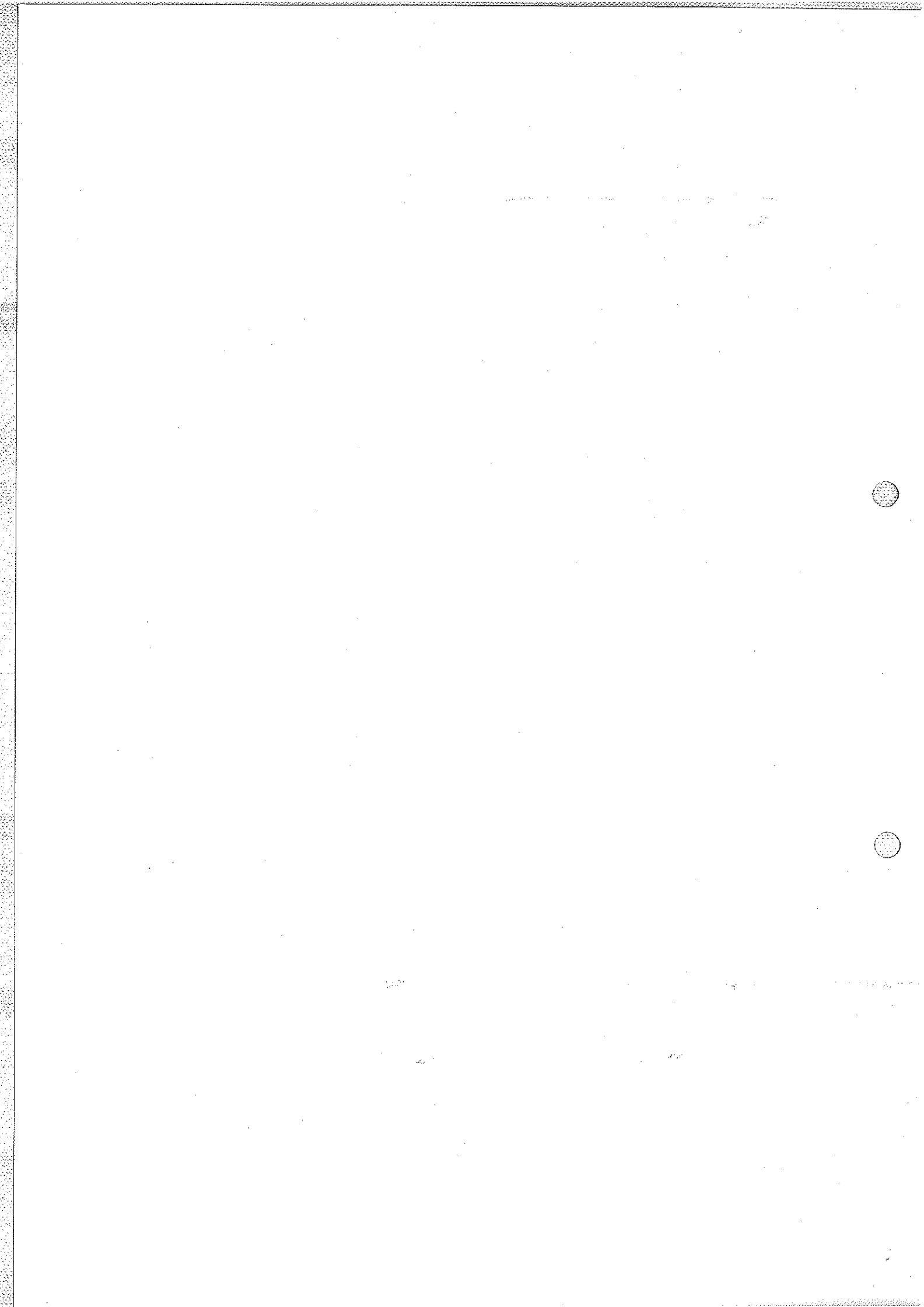
目 次

1 平成12年度地域活動推進講座開催記録

(1) 神戸地域 (49団体53講座)	3
(2) 阪神地域 (53団体56講座)	59
(3) 東播磨地域 (7団体7講座)	117
(4) 淡路地域 (5団体5講座)	125

2 平成12年度地域活動推進講座開催状況

131



神戸地域

グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
遊ばせ隊	大河 琴恵	お母さんの子育て自分さがし講座	神戸市東灘区	5
いきいきネット宅急便	高田 とし	輝いてボランティアしませんか!	神戸市東灘区	6
特定非営利活動法人コミュニティ・サポートセンター神戸	中村 順子	介護の受け方上手さん育て	神戸市東灘区	7
特定非営利活動法人コミュニティ・サポートセンター神戸	中村 順子	市民活動と会計 ～1からレッスンNPO法会計まで!	神戸市東灘区	8
東灘・地域助け合いネットワーク	安井 久子	ボランティア活動のすすめ、地域にぬくもりを	神戸市東灘区	9
兵庫県健康生きがいづくり協議会	中村 安治	さわやか体操とふれあいコミュニケーション	神戸市東灘区	10
サポートステーション灘・つどいの家	森 文男	生活環境	神戸市灘区	11
つくし・サロン	上野 万弓	地球環境は身近な生活の問題～自分らしい楽しい生活のために～	神戸市灘区	12
ボランティアグループ六甲(ほほえみ灘班)	丸谷 肇子	地域で子育て支援	神戸市灘区	13
KOBEふれあいの会	川口 重義	在宅介護実践実技講習会	神戸市中央区	14
W・Sひょうご	あがた晶子	夫・恋人からの暴力をなくすために	神戸市中央区	15
いい顔・笑顔人形劇の会	丸岡美津子	人形劇講座	神戸市中央区	16
こうべ子ども文庫連絡会	岩本 麻子	子育てに読書の楽しみを	神戸市中央区	17
神戸中央おやこ劇場	平澤 寿枝	パンダクラブ(親子で遊ぶ会)	神戸市中央区	18
神戸復興塾	小森 星児	広げよう地域の輪・グループ活動を楽しむための人間関係ツボ講座	神戸市中央区	19
神戸復興塾	小森 星児	地域で支える“のびのび”子育て実践講座	神戸市中央区	20
多文化共生センター・ひょうご	野間 恵	ひょうたん島問題に学ぶ多文化共生	神戸市中央区	21
特定非営利活動法人COM総合福祉研究所	土屋 博子	<介護のコツを知ろう>シリーズ	神戸市中央区	22
特定非営利活動法人被災地障害者センター	福 永 年久	ヒューマン・セミナー	神戸市中央区	23
ニューシルバー協の浜	立石富治子	高齢者のための手芸教室	神戸市中央区	24
ヒューマン・サービス・ネットワーク	藤田美佐子	軽やかに生きる ～よりよい人間関係を築くために自分を見つめる～	神戸市中央区	25
兵庫余暇会	折橋 孝志	兵庫余暇会の「地域活動推進講座」	神戸市中央区	26
双葉会	後藤 文江	生きがいと仲間づくり	神戸市中央区	27
ふれあい祭りプロジェクト	河上 優香	介助のやり方	神戸市中央区	28
ボランティアグループひまわり	藤田 英子	身近な介護	神戸市中央区	29
めだかグループ	森野 君江	生きがいづくりと心の復興を	神戸市中央区	30
ラベンダー	熊谷きよの	心の栄養、そして体も健康に	神戸市中央区	31
HATAハーブ倶楽部	常澤 聡美	農園ふれあい講座	神戸市北区	32
神戸絵手紙友の会(あじさい)	矢野 愛子	絵手紙ボランティア基礎講座	神戸市北区	33
福祉交流懇話会	宮前亭一郎	生き様を極めた底から立ち上がる ～高齢者の生の充実と絆を考える	神戸市北区	34
ママ応援団	岸本喜代子	こころ豊かな子育てをpart II	神戸市北区	35
ゆうゆう鹿の子	佐藤由美子	ふるさとづくり	神戸市北区	36
和太鼓“ドンドコ”	神足 京子	和太鼓DE仲間作り	神戸市北区	37
アジア女性自立プロジェクト	稲田多恵子	在日外国人と共生のまちづくり	神戸市長田区	38
駒ヶ林婦人会	北村美代子	園芸を通しての仲間づくり	神戸市長田区	39
ゴミを考える市民連絡会	上田 諭信	家庭生ゴミのリサイクルとまちづくり	神戸市長田区	40
みくら健康なまちをつくる会	吉田 信昭	地域の健康づくり講座	神戸市長田区	41
500人委員会板宿会	倉島 陽子	花とみどりの町づくり、'わ'づくり	神戸市須磨区	42
板宿料理教室実行委員会	桑村源太郎	交通安全、家庭教育の大切さ、料理教室、防災知識の高揚	神戸市須磨区	43

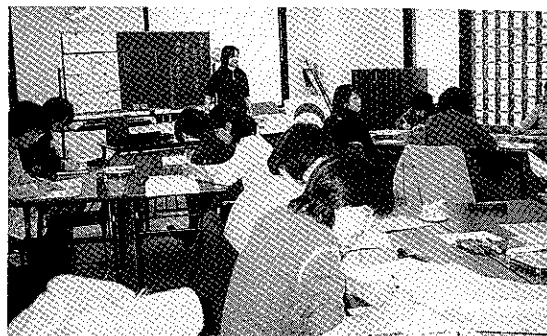
グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
絵本に親しむ会	北村義雄	絵本と子育て	神戸市須磨区	44
神戸お手玉の会	井上三美	お手玉遊びとりハビリ	神戸市須磨区	45
神戸西・助け合いネットワーク	在里俊一	心も身体もリフレッシュ講座 (地域活性化をめざして)	神戸市須磨区	46
神戸西・助け合いネットワーク	在里俊一	助け合う地域をめざして	神戸市須磨区	47
西須磨まちづくり懇談会	岡本硯也	セミナーin西須磨 自立する地域「住民主体への挑戦」-分権時代のまちづくりをどうすすめるか	神戸市須磨区	48
松風南ふれまちグループ	広岡 肇	その気になって体験学習	神戸市須磨区	49
神戸市障害児・者放課後を考える会「みっくす」	若水順子	うちの地域のあんな子、こんな子	神戸市垂水区	50
たんぼぼクラブ	吉田節子	親子でスキンシップ講座	神戸市垂水区	51
福祉ネット星が丘	三木熊雄	生き生き元気に安心して暮らしま専科	神戸市垂水区	52
ボランティアグループひまわり	下田美代子	高齢化社会に向けてのとりくみと地域のかかわり	神戸市垂水区	53
学園東町ふれあいのまちづくり協議会福祉部	植村勝紀	共に築く地域コミュニティー	神戸市西区	54
阪神高齢者・障害者支援ネットワーク	中辻直行	家庭でおこなえる介護の知識と援助のしかた	神戸市西区	55
阪神高齢者・障害者支援ネットワーク	中辻直行	手話を通してのコミュニケーションコントロール	神戸市西区	56
フェニックス・サポート月が丘	高口和子	～高齢者・障害者の方と共に～ 「こころとからだ」楽しくいきいきと!	神戸市西区	57

お母さんの子育て自分さがし講座

遊ばせ隊

代表：大河 琴恵

神戸市東灘区田中町



【講座の目的・趣旨】

幼児期の子育てはとっても大切である。今乳幼児を子育て中のお母さんは日常生活の中、色々うっせきしたものを持っている。そんなお母さんに日頃の自分や生活を振り返ってもらい、自分を見つめ直し、子育ての大切さを認識してこれからの子育てに活かしてもらおう。

【日程・会場】

1	12年9月25日(月)10:00~12:00	生活文化センター
2	12年10月18日(水)10:00~12:00	生活文化センター
3	12年10月30日(月)10:00~12:00	生活文化センター
4	12年11月13日(月)10:00~12:00	生活文化センター
5	12年11月27日(月)10:00~12:00	生活文化センター
6	12年12月11日(月)10:00~12:00	生活文化センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「自分さがしワークショップⅠ～自分を見つめる～」 内容 オリエンテーションの後、デートゲームでなごやかなムード作り。自分自身を見つめる為、公式告白という自己をひらくワークを実施。まとめの話と振り返り、分かち合いを行なう。伝達遊び・手遊び、指遊び。 講師：岩本啓子（ライフデザイン研究所FLAP）
第2回	テーマ 「自分さがしワークショップⅡ～自分にとって大切なもの～」 内容 オリエンテーションの後、ワークシートを使い自分自身を振り返り、未来の自分を考える。その中で自分の人生における子育ての意味、子どもの人生にとっての自分（母親）を考える。まとめの話、振り返り、分かち合いを行なう。伝達遊び・わらべ歌、手遊び。 講師：岩本啓子（ライフデザイン研究所FLAP）
第3回	テーマ 「自分さがしワークショップⅢ～自分をさぐる～」 内容 オリエンテーションの後、自分を中心としたつながりのある人をシートに書いていくことで、今自分は何と関わりが深いかをさぐる。その中でいい関係とは？を考えていく事で人との、子どもとの関わりを考えていく。まとめの話、振り返り、分かち合いを行なう。伝達遊び・工作。 講師：岩本啓子（ライフデザイン研究所FLAP）
第4回	テーマ 「ダメ母に苦しめられて～今なら間に合う～」 内容 中国新聞社文化部の記者をむかえて、男と女の具体的なものの見方の違いや夫婦関係の大切さなどを日頃の取材を通して事例を挙げて説明。子どもの虐待の原因や身近な問題を挙げ、子育てへの母親のかかわりの大切さをお話いただいた。伝達遊び・手遊び、指遊び、パネルシアター。 講師：石田信夫（中国新聞社文化部）
第5回	テーマ 「元気に子育て～子どもとの関わり方～」 内容 子育てをもっと楽しんでしまおうと、ご自身の子どもへの接し方や育て方などを話しながら、一つひとつの言葉かけの大切さをお話いただいた。又、ゲームを通じて柔らかな頭で子どもに接すること、いろいろな考え方があることを気づかされた。伝達遊び・親子体操。 講師：栗木 剛（兵庫県野外レクリエーション指導者協議会）
第6回	テーマ 「これからの私～自分さがしできたかな～」 内容 オリエンテーションの後、心理ゲームを楽しみ、ワークシートを使って「私の夢実現計画」を作成する事で実現に必要なことなどが表れる。その現実をふまえて子どもの存在は決して邪魔ではなく、自分の夢の実現には必要なもの、すばらしいものなんだと気づいたり、考えたりと振り返る。伝達遊び・エプロンシアター。 講師：岩本啓子（ライフデザイン研究所FLAP）

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

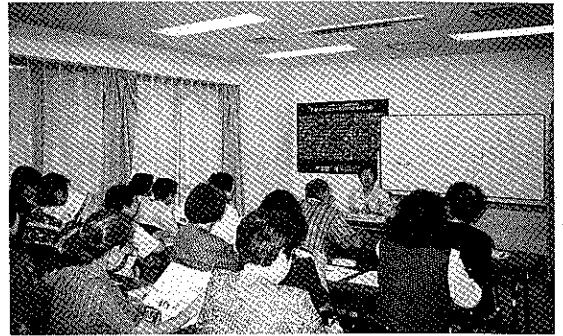
- ・自分ひとりがつらい思いをしているんじゃないかと思いがちだったけれど、誰にでもあつことでプラスにもっていけるよう考え方を工夫すれば、自分も楽し、成長できるという事を付かされた。
- ・「こんな子に育って欲しいなあ」と願うなら、この一日一日を大切に積み重ねていくことが、大切なんだと感じた。

輝いてボランティアしませんか！

紙芝居、絵本読み、歌遊び、手遊び、リズム体操で友愛訪問を楽しく

いきいきネット宅急便

代表：高田 とし
神戸市東灘区青木



【講座の目的・趣旨】

幼児（親のいない子）や高齢者等の弱者とボランティアを通じて心の交流を図る。「いきいき仕事塾」で学んだ仲間が震災後の地域社会をより豊かに育てていけるよう、心のケアを実践したいと願っている。そのためにボランティアへの参加は常に研修を重ねていく必要性を痛感し、この度講座を企画した。

【日程・会場】

1	12年9月12日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
2	12年9月28日(木)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
3	12年10月10日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
4	12年10月31日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
5	12年11月14日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
6	12年11月28日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所
7	12年12月12日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「施設の子ども達とのくらしで見つけたこと」
	内容	施設の日常生活を紹介して頂き、人間としてどのように成長していくかを話してもらおう。 講師：川村豊子（信愛学園々長）
第2回	テーマ	「子どもに語る絵本か紙芝居について」
	内容	子どもにどんな物語を伝えたらよいか。長く読み継がれているものか、時代性のあるストーリーのものなど作品の紹介と物語の方法等。 講師：脇谷邦子（図書館司書）
第3回	テーマ	「高齢者に語る昔話や人情話等」
	内容	高齢者が幼少の頃に伝え聞いたなつかしい物語、郷土の民話を主体としたもの。又は、戦争体験物語等。 講師：脇谷邦子（図書館司書）
第4回	テーマ	「朗読をボランティアに活かすく昔ばなし、絵本を通して幼児との心の交流>」
	内容	絵本、昔ばなしを通して幼児と交流を深める。朗読の基礎知識、発声練習を学ぶ。 講師：橘 統子（フリーアナウンサー）
第5回	テーマ	「朗読をボランティアに活かすく昔ばなしを通して高齢者との心の交流>」
	内容	民話の語り口の勉強。 講師：橘 統子（フリーアナウンサー）
第6回	テーマ	「高齢者にやさしいリズム体操」
	内容	高齢者が心も体もリラックスさせて、リズムによって体操をする。 講師：古座岩章子（老人問題研究家）
第7回	テーマ	「子どもと楽しむ手あそび・歌あそび」
	内容	基本をふまえアイデアを取り入れ、参加者に喜ばれる手あそび・歌あそびを考察し、実施していくことも必要。 講師：宮崎良雄（レクリエーション研究家）

【受講者数】

39人

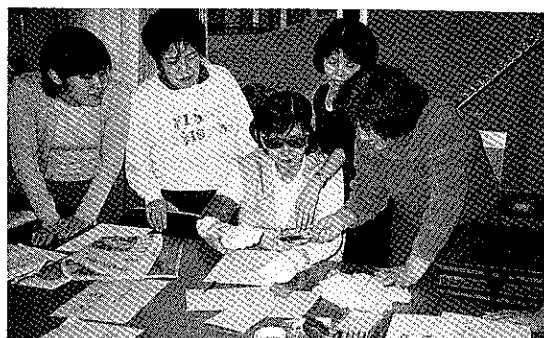
【受講者の主な意見】

- ・今後も皆さんと仲良く活動を続けていきたい。
- ・介護保険が導入されヘルパーとの境目が曖昧になった。
- ・手あそび、歌あそびをもう一度やってみたい。

介護の受け方上手さん育て

特定非営利活動法人コミュニティ・サポートセンター神戸

代表：中村 順子
神戸市東灘区住吉宮町



神戸

【講座の目的・趣旨】

ヘルパーや介護者のスキルアップとして、
介護をうける側の気持ちや上手な介護の受け
方を学ぶ。

【日程・会場】

1	12年12月20日(木)15:30~17:00	市民事業ねっとわーくゆずり業
2	12年12月22日(金)15:30~17:00	コミュニティ・サポートセンター神戸
3	13年1月9日(火)15:30~17:00	コミュニティ・サポートセンター神戸
4	13年1月11日(木)15:30~17:00	コミュニティ・サポートセンター神戸

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「—」
	内容	他人の力を借りるための条件整備について。個人の自宅を開放しての介護。 講師：桑山信子（WACゆずり業）
第2回	テーマ	「—」
	内容	施設における使いやすいメニューやシステムの選び方。 講師：石黒恵子（老人保健施設「あずさ」）
第3回	テーマ	「—」
	内容	ケアマネージャーから見て上手なサービスの受け方イロハ。 講師：檜垣順子（NPO法人ライフケア協会）
第4回	テーマ	「—」
	内容	80歳になる体験を特殊装備を付けて行なう。 講師：入鹿山松子（NPO法人ひょうごWAC）

【受講者数】

18人

【受講者の主な意見】

- ・介護の方法としてケアマネージャーを含め、ショートステイ、デイサービスを利用活用することの大切さを学んだ。
- ・介護保険の基本がよく分かる講義内容でよかった。
- ・「ゆずり業」サロンを実際に見れてよかった。これからも利用したいと思う。

市民活動と会計～1から レッスンNPO法会計まで！

特定非営利活動法人コミュニティ・サポートセンター神戸

代表：中村 順子
神戸市東灘区住吉宮町



【講座の目的・趣旨】

市民活動と切っても切れないにもかかわらずなおざりにされがちな会計を見直し、さらに活動を強化するためのノウハウを学ぶ。

【日程・会場】

1	12年8月31日(木)15:30～17:00	東灘区ボランティアルーム
2	12年9月7日(木)15:30～17:00	甲南NPOワークセンター
3	12年9月14日(木)15:30～17:00	東灘区ボランティアルーム
4	12年9月21日(木)15:30～17:30	東灘区ボランティアルーム

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「自分達の会計を見直してみよう」
	内容	現在の自分達の会計処理の問題点は何か、対外的に認められる書類であるかどうか。 講師：入鹿山松子（ひょうごWAC）、荻野俊子（CS神戸）
第2回	テーマ	「記帳と整理の仕方」
	内容	問題点の解決策と今後の処理の方向性について対外的に求められる書類作成について。 講師：入鹿山松子（ひょうごWAC）、荻野俊子（CS神戸）
第3回	テーマ	「NPO法に基づく会計処理とは」
	内容	NPO法に求められる会計処理にむけて何が必要なのか、会計の公開の大切さについて。 講師：櫻井繁樹
第4回	テーマ	「実際に正式書類を作成してみよう」
	内容	実際に問題点を修正して形にする。 講師：入鹿山松子（ひょうごWAC）、荻野俊子（CS神戸）

【受講者数】

24人

【受講者の主な意見】

- ・資料がたくさんあって分かりやすかった。
- ・基本がよく理解できた。
- ・今後、自分達のグループ役立てたいと思う。

ボランティア活動のすすめ 地域にぬくもりを

東灘・地域助け合いネットワーク

代表：安井 久子
神戸市東灘区御影本町



【講座の目的・趣旨】

安心して暮らせる街づくりを目指し、地域ではさまざまなボランティア活動が展開されている。しかし、どこのグループもレクリエーションのネタなどに頭を悩ませている。この活動が一時的なもので終わるのではなく、着実に根づく事を目的に当ネットワークで5年間、実践してきたことを紹介する。またボランティア活動への理解を深めボランティア入門に導く。

【日程・会場】

1	12年8月26日(土)14:00~15:30	茶話やか広場
2	12年9月2日(土)14:00~15:30	茶話やか広場
3	12年9月9日(土)14:00~15:30	茶話やか広場
4	12年9月16日(土)14:00~15:30	茶話やか広場
5	12年9月30日(土)14:00~15:30	茶話やか広場
6	12年10月7日(土)14:00~15:30	茶話やか広場

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「司会進行で困らないために」
	内容	・自己紹介の目的と内容（気をつけること、あがらなくするポイント） ・第一印象の法則 ・人前で話すポイントと話し方 ・自己紹介シート、印象度シートの実施 講師：たかみねかのん（フリーアナウンサー）
第2回	テーマ	「手話と聴覚障害者」
	内容	・聴覚障害者とのコミュニケーション。聴覚障害者への理解を深める。 ・簡単な手話を使った自己紹介。全員が出来るように1人1人発表する。（名前、住所、年齢、家族構成、趣味、好きな食べ物、その他） ・手話ダンス（上を向いて歩こう） 講師：相沢公子（手話サークルいなぎ）
第3回	テーマ	「手話をつかったあいさつと自己紹介」
	内容	・手話を使ったやさしい会話をマスターする。 ・手話ダンス ・手話の歌（四季の歌、ふるさと、上を向いて歩こう） 講師：相沢公子（手話サークルいなぎ）
第4回	テーマ	「イスに座ってできる健康づくり」
	内容	レクリエーションとは何か、レクリエーションの種類、高齢者のレクリエーション（機能回復）と楽しさのバランス。 ・タオルを使って楽しむ。 ・イスに座ってできる健康づくり ・フーセンバレー対抗戦 講師：寺岡幸之助（兵庫県健康センター）
第5回	テーマ	「たのしい紙あそびで和やかな交わりを」
	内容	1. 毎日のくらしを楽しくするために 2. 和やかな交わりを（古稀のお祝いに・ハバロフスクでの交流・乙女クラブ） 3. 一緒に紙あそびを楽しみましょう。スワン・菓子皿の実施 講師：内山美智子（いきいきネットワーク）
第6回	テーマ	「地域にぬくもりを。まなんだ作品、出会った仲間」
	内容	1. 100円以内30分でできるかわいい小物 2. 針を使わないでできる手芸作品あれこれと失敗談 3. レクリエーションで心掛けることは（優劣をつけない、過程を楽しむ） 4. 原毛から創りあげるブローチの実施 講師：寺西栄子（ろう梅会）

【受講者数】

39人

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しくためになった。
- ・自分自身に大きく飛躍できると思った。
- ・手話を覚えた事により、障害者の人達との会話のキャッチボールが出来そう。

さわやか体操とふれあい コミュニケーション

兵庫県健康生きがいつくり協議会

代表：中村 安治

芦屋市東芦屋町



【講座の目的・趣旨】

地域活動には、まず自分自身がさわやかで健康であることとさわやかな明るい人間関係の中ですごすことが不可欠である。この講座では、心身の健康の見直しとふれあい能力の向上を図り、地域活動の推進に資することを目的とする。

【日程・会場】

1	12年10月4日(水)13:30~14:50	東灘区民センター
2	12年10月4日(水)15:00~16:30	東灘区民センター
3	12年10月7日(土)13:20~14:50	東灘区民センター
4	12年10月7日(土)15:00~16:30	東灘区民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ふれあいの心と話しの聴き方」
	内容	ふれあいのための心の持ちようや人の話に真剣に耳を傾けることの大切さ。傾聴のポイント。 講師：中村安治（兵庫県健康生きがいつくり協議会）
第2回	テーマ	「『からだとの対話』—体のゆがみを知り、自然体をつくる—」
	内容	呼吸を通して、生命エネルギーのありがたさに感謝し、からだのゆがみに気づき、目でたしかめ感じて修正。 講師：岡田真樹（朝日カルチャー〔大阪・芦屋・神戸〕講師）
第3回	テーマ	「ふれあいの話し方とさわやかな自己表現」
	内容	ふれあいのための話し方のポイントとわれらとともに生きる共生のコミュニケーションスタイルを身につけよう。 講師：中村安治（兵庫県健康生きがいつくり協議会）
第4回	テーマ	「『心との対話』—からだの動きのバランスを身につけ集中力と柔軟性を高める」
	内容	呼吸体操、気の流れとリラクゼーションならびに静禅による統一行法の実技練習。 講師：岡田真樹（朝日カルチャー〔大阪・芦屋・神戸〕講師）

【受講者数】

39人

【受講者の主な意見】

- ・具体的でわかりやすき参考になった。
- ・話される仏教用語や昔の偉人の挿話がとても印象に残る有意義なお話で心に残った。
- ・講座内容が素晴らしいのもっと大勢の方にPRされたほうがよかったです。

生活環境

サポートステーション灘・つどいの家

代表：森 文男
神戸市灘区大和町



【講座の目的・趣旨】

地域の環境を良くするためには、地域ぐるみで努力しなければならない。そこで運動の核となる人を育て、ゴミの減量、街の美化、安心して暮らせる街づくりを目的とする。

【日程・会場】

1	12年8月22日(火)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
2	12年8月24日(木)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
3	12年9月14日(木)13:30~16:00	サポートステーション灘・つどいの家
4	12年9月28日(木)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
5	12年10月26日(木)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
6	12年11月30日(木)13:30~16:00	サポートステーション灘・つどいの家

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「高齢者と住環境」
	内容	家の中での住環境について考える。 講師：浮田 伸 (KOBÉふれあいの会)
第2回	テーマ	「ケナフって何？何が作れるの？」
	内容	環境に良いと言われる‘ケナフ’という植物について学ぶ。ケナフを使って工作する。自然素材に親しむ。 講師：葛西市治 (環境21の会)
第3回	テーマ	「みんなでゴミの減量作戦」
	内容	家庭で出る生ゴミを段ボールのなかで発酵させて、堆肥として土に戻す。地域のゴミを減らす運動として展げるよう勧める。 講師：香嶋正忠 (神戸ごみ連絡協議会)
第4回	テーマ	「暮らしと心のケア」
	内容	生活の中でのストレスを解消する方法として、音楽を聴きながらの簡単なリラックス体操をする。 講師：尾野田かよ (こころのケアステーション)
第5回	テーマ	「すてきな洋服・袋物・インテリア小物」
	内容	家で死蔵品となっている和服、洋服から小物まで知恵を出し合って再生させ、物の生命を大切に作る。 講師：加藤光子、伊藤靖子 (姫工房)
第6回	テーマ	「すてきな寄せ植えを作ってみませんか」
	内容	「花と緑のある暮らし」自分の手で寄せ植えをして、自分の家だけでなく周辺も美しくし、快い街づくりを目指そう。 講師：広瀬正幸 (広瀬園芸店)

【受講者数】

59人

【受講者の主な意見】

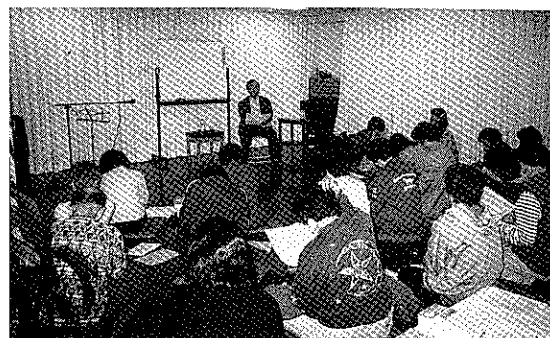
- ・ケナフの講座を受けて認識を新たにした。
- ・ケナフを含め、青い木々が広がってほしいと思う。
- ・普段何気なく吸っている空気に改めて感謝した。

地球環境は身近な生活の問題 ～自分らしい楽しい生活のために～

つくし・サロン

代表：上野 万弓

神戸市灘区長峰台



【講座の目的・趣旨】

地球環境問題をより具体的に知り、それが実はとても身近な問題であることに気づくことが目的である。毎回ワークショップの手法を取り入れて、最終的には地域の中でどんな風に具体的にこの問題に取り組めるかのアイデアを出し合い、ネットワークのきずなを強める。きちんと知ること、より楽しい生活を目指していきたい。

【日程・会場】

1	12年7月29日(土)14:00～16:00	サラシャンティ
2	12年8月19日(土)14:00～16:00	サラシャンティ
3	12年9月2日(土)10:00～12:00	サラシャンティ
4	12年9月30日(土)14:00～16:00	サラシャンティ
5	12年10月7日(土)10:00～12:00	サラシャンティ
6	12年10月28日(土)14:00～16:00	サラシャンティ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地球温暖化」
	内容	どの現象と仕組を学習し、日常の生活の中で自分たちでできることをみんなで出し合い、気づいていく。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）
第2回	テーマ	「オゾン層破壊」
	内容	その現象と仕組を学習し、ワークショップでは視点を変えることに気づき、その大切さを感じる。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）
第3回	テーマ	「水資源」
	内容	その現状と歴史を学習し、講師がこれまでにこのテーマに取り組んできた具体的な事例などにも触れることで、身近なものと感じる。水を感じるワークショップも。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）
第4回	テーマ	「森林破壊と酸性雨」
	内容	その現状と原因となったと思われることにもふれ、外国での具体的な取り組みについても知る。環境問題がそれぞれ単独に存在しているのではなく、互いに複雑に絡み合っていることに気づくワークショップ。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）
第5回	テーマ	「身近な環境問題」
	内容	遺伝子組み換え食品、作物、シックハウス、電磁波等直接生活に密着した問題にふれ、ともすれば暗くなりがちな環境問題が実はそれぞれ個人の中の否定的な考えとも結びついていることをワークショップで実感。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）
第6回	テーマ	「環境問題の根本原因をさがそう」
	内容	これまで学んできた環境問題をトータルに見て、その根本原因がいったいどこにあるのかをみんなで考える。ミニコンサートもあり、音楽を共有することで新たなつながりの実感も。 講師：立山裕二（ココロジエ経営研究所）

【受講者数】

45人

【受講者の主な意見】

- ・環境問題への取り組み方の基本的なスタンスが再確認できた。
- ・環境問題が身近に感じられ、今からでも出来ることがあることを知った。
- ・事実をありのままに伝えていただいたのでよく分かった。

地域で子育て支援

ボランティア六甲（ほほえみ灘班）

代表：丸谷 肇子

神戸市灘区新在家北町



【講座の目的・趣旨】

子育て中のお母さんへの支援、他人の子どもへのしつけ・小さい時から大切さを共に学ぶ。

【日程・会場】

1	12年7月14日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
2	12年8月25日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
3	12年9月22日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
4	12年11月10日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
5	13年1月26日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家
6	13年2月9日(金)10:00~12:00	サポートステーション灘・つどいの家

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子のふれあい」
	内容	パネルシアター&エプロンシアターと子育てのお話。 講師：丸岡美津子（笑顔人形劇の会）
第2回	テーマ	「子育ては地域で見守ろう」
	内容	地域で子どもを育てるには（まだおたまじゃくしですよ）。 講師：日向正二
第3回	テーマ	「正しい食生活」
	内容	素材を生かした食事&おやつ作り。 講師：山田裕美、三好和子、畑順子（真味の会）
第4回	テーマ	「子どもの手づくり遊び」
	内容	牛乳パックを利用したポケモンづくり。 講師：安達房子、長沖弥栄（やまとボランティア）
第5回	テーマ	「救命法」
	内容	乳幼児のとっさの時の救命法について。 講師：灘区消防署職員
第6回	テーマ	「しつけについて」
	内容	虐待としつけの違い。 講師：松尾文子

【受講者数】

56人

【受講者の主な意見】

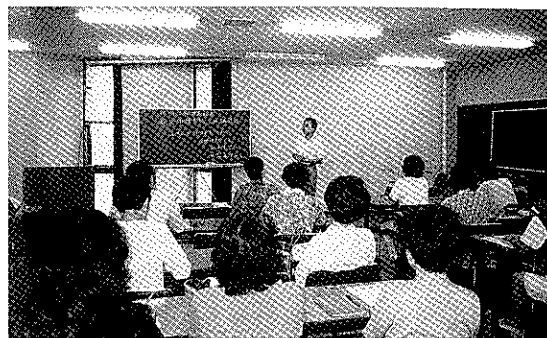
- ・食生活の勉強の参考になった。
- ・毎日の子どもとの接し方を省みる良い機会となった。
- ・呼吸法をおしえてもらって大変役に立った。
- ・日頃救急のことを考えることがなかったので見直すよい機会となった。

在宅介護実践実技講習会

K O B E ふれあいの会

代表：川口 重義

神戸市中央区宮本通



【講座の目的・趣旨】

2000年4月から介護保険が始まったが、在宅で介護する場合、介護保険のサービスだけではとても対応できない。家族はもちろん地域での支え合いが必要である。介護を地域で支え合うには、介護の知識、実技が必要であり、今回は特に実技、実践に重点をおき、参加し易く月1回開催の連続講座として開催する。

【日程・会場】

1	12年9月2日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
2	12年10月7日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
3	12年11月4日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
4	12年12月2日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
5	13年1月13日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
6	13年2月3日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「立ち上がり」
	内容	片マヒの方が床面又はベッドから立ち上がる為の理論と実技及びそれらの方を介助する為の方法について講義並びに実技指導をする。 講師：山本克己（老人ケア研究会・理学療法士）
第2回	テーマ	「身体の移動」
	内容	片マヒ・障害者等が移動する為の身体の動きについての理論と、実技および介助する為の方法について、講義並びに実技の指導を受ける。 講師：山本克己（老人ケア研究会・理学療法士）
第3回	テーマ	「衣服の着脱」
	内容	障害（特に上肢）者が衣服を着脱する方法や寝具の交換方法について実技を中心として参加者に実践させる。 講師：吉本三枝（訪問看護ステーションほおずき・看護婦）
第4回	テーマ	「褥瘡の予防と処置」
	内容	褥瘡事例をビデオにて見て、その予防方法と処置方法について講義を受ける。 講師：吉本三枝（訪問看護ステーションほおずき・看護婦）
第5回	テーマ	「排泄介助」
	内容	寝たきりの方への排泄介助をどの様に行うのかについて講義を受け、実際にオムツを参加者が当て、その介助方法を実践し指導を受ける。 講師：吉本三枝（訪問看護ステーションほおずき・看護婦）
第6回	テーマ	「万一の場合の救急」
	内容	高齢者等が自宅において急に意識を消失した場合等、万が一の際における介助者の心得について講義を受け、人工呼吸法の実技について指導を受ける。 講師：竹村敏博（日本赤十字救急指導員）

【受講者数】

31人

【受講者の主な意見】

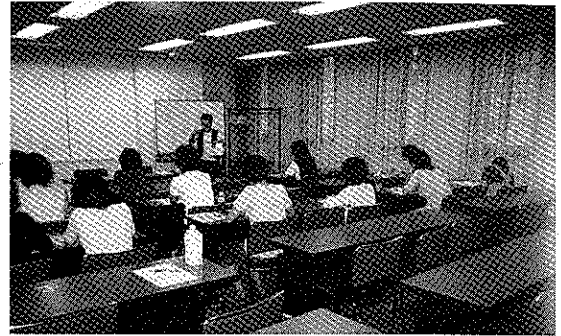
- ・在宅介護をする事への不安が少しだけなくなった。
- ・わかりやすく、とても参考になった。
- ・介護する側からばかり物事を考えていたことに気づかされた。

夫・恋人からの暴力をなくすために

W・Sひょうご

代表：あがた晶子

神戸市灘区山田町



【講座の目的・趣旨】

「夫・恋人からの暴力」について大きな問題として認知され始めたが、まだまだ実態については社会的な認知が低い。その実態とメカニズムについて学習し、身近なこととして考え、共に暴力のない社会をめざす。

【日程・会場】

1	12年9月16日(土)14:00~16:00	あすてっぶ神戸
2	12年9月30日(土)14:00~16:00	あすてっぶ神戸
3	12年10月7日(土)14:00~16:00	たちばな職員研修センター
4	12年10月21日(土)14:00~16:00	神戸市婦人会館
5	12年11月4日(土)14:00~16:00	あすてっぶ神戸

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「パートナーとの関係は？対等ですか？」
	内容	①DVについてのおさらい ②「男らしさ、女らしさ」についてグループワークを行い考えてみる ③パートナーとの関係は？ ④対等な関係を育むために何ができるか 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第2回	テーマ	「子ども虐待から見てくるDV」
	内容	①児童虐待について ②「子ども虐待ホットライン」の活動を通じて ③DVと児童虐待について ④DVとしての「子どもの利用」 ⑤児童虐待の相談におけるDV ⑥女性差別的な日本社会 講師：服部範子（兵庫教育大学教員）
第3回	テーマ	「男はなぜ暴力をふるうのか」
	内容	①どんな男が暴力をふるうのか ②共通する性格傾向 ③暴力をふるう男の言い分 テレビ放映された番組のビデオを見てグループワーク ④DVは構造的な問題である ⑤男はどのようにして暴力をふるうのか ⑥男の暴力は社会的要因によるのか 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第4回	テーマ	「暴力から逃れるには」
	内容	①「暴力から逃れる」ことの意味 ②「女のかけこみ寺・生野学園」について ③暴力を受けた女性や子どもへのサポート ④暴力のない社会をめざして 講師：斎藤恵美（女のかけこみ寺・生野学園）
第5回	テーマ	「今 私たちにできること」
	内容	①加害男性のための“暴力をふるわない男のためのトレーニング”等についての説明 ②暴力のない社会をつくるために、私たちにできることについて話し合う 講師：松代とあこ（NGO神戸外国人救済ネット）

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

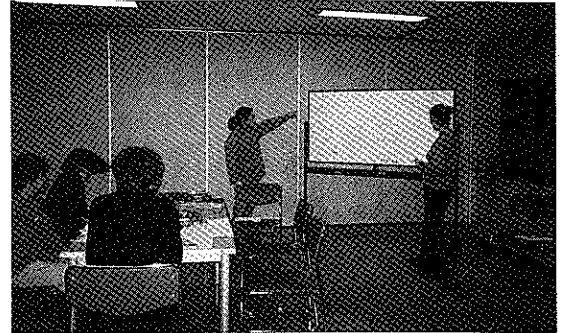
- ・「逃げる」のではなく、＜暴力から逃れ＞＜離れ＞＜距離をおく＞＜新しい生活を選ぶ＞という肯定的なイメージを社会で共有できるようになることが必要だ。
- ・実際にDVに関する相談などの業務に携わっている方々のお話を聞くことができてよかった。
- ・意見交換が活発だった。

人形劇講座

いい顔・笑顔 人形劇の会

代表：丸岡美津子

神戸市灘区大石東町



【講座の目的・趣旨】

地域で子ども達に人形劇のボランティア公演をしている人達の人形劇の質の向上と、これから始めたい人達の為の人形劇講座である。基礎から学び、メンバーで台本づくりから、人形づくり、操作、発声、演出までを行う。

【日程・会場】

1	12年10月18日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
2	12年10月25日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
3	12年11月1日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
4	12年11月8日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
5	12年11月15日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
6	12年11月22日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
7	12年11月29日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
8	12年12月6日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター
9	12年12月10日(日)9:00~12:00	兵庫県立神戸生活創造センター
10	12年12月10日(日)13:00~15:00	兵庫県立神戸生活創造センター
11	12年12月13日(水)18:30~20:30	兵庫県立神戸生活創造センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「オリエンテーション 体と心をほぐす」
	内容	円になってボールを回す。(相手の名前を言いながら、好きな食べ物を言いながら等々。早くや、ゆっくり投げる。)自己紹介をする。選んだカードのテーマの話をする(例:うれしかったこと、もったいないと思ったこと、恥ずかしかったこと等)講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第2回	テーマ	「人形劇とは?」
	内容	人形劇についての話を聞く(プリント資料参考)。第1回と同じ、ボールを回す(しりとりをしながら等)。ジェスチャーで当て合いをする(カードに書いてある物・事)。自分のお気に入りの物を持参して、その物になって物の自己紹介をする。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第3回	テーマ	「台本作り導入Ⅰ」
	内容	2つの班に分かれてジェスチャーの当て合いをする(心と体をほぐす為)。自分のお気に入りのものの気持ちになって言い分を聞き合う(物を好きになる。自分と物をひきはなす練習)。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第4回	テーマ	「台本作り導入Ⅱ」
	内容	自分の物の悩みを出し合う(指輪・リュック・コンパス・しゃもじ・ペンダント等)。自分を認めてほしいもの、知ってほしいものをテーマに、話を作る。たくさん話を出し合い、その中から「ふれあい広場のヤギ」をテーマにする。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第5回	テーマ	「台本作りⅠ」
	内容	「ふれあい広場のヤギ」のストーリーを描く。ヤギの気持ち、状況、展開、結末を考える。行き詰まる。即興人形劇をして頭をやわらかくする(道具の言い分をストーリーにする)。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第6回	テーマ	「台本作りⅡ」
	内容	ストーリー展開で意見がさまざま出て、話し込む。ヤギのわかってほしいことは…「ヤギらしくありたい!」飼育係への訴えをどう表現するか。お互いに理解し合う瞬間はどんな時かドラマとしてのクライマックスをつくる。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第7回	テーマ	「人形制作Ⅰ 立ちげいこ」
	内容	台本に合わせて、体で演じてみる。せりふの修正をする。材料の山の中からどの素材で人形を作るか検討する。人形の大木さ、形、操作を図案化する。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第8回	テーマ	「人形制作Ⅱ」
	内容	飼育係、男の子A・B、母親、主人公のヤギ、その仲間のヤギ。ウレタンを主に人形を作る。まず正面、横の絵を描き型をとる。操作板の作り方を学ぶ。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第9回	テーマ	「発声の練習」
	内容	体をほぐし、頭の先から足の下まで順に声をひびかせるげいこ。腹式の声の出し方、遠くへ届かせる発声を学ぶ。人形制作を継続する。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第10回	テーマ	「台本の読み合わせ、人形操作について」
	内容	人形操作をしながら、台本の読み合わせをする。演出法を学ぶ(間のとり方、クライマックスの場面のもり上げ方等)。舞台作りを学ぶ。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)
第11回	テーマ	「演出について。人形制作追加」
	内容	作品発表を「ひょうごボランティア国際年記念フォーラム」の1月21日、生活創造センター4F、パフォーマンススペースで急きょう予定になり、最終日は人形制作の追加に当たった。講師:吉田太郎・守津綾(工房太郎)

【受講者数】

8人

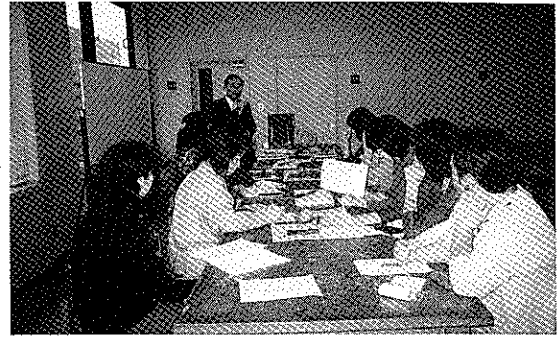
【受講者の主な意見】

- ・小人数だったので細かいところまで指導してもらえた。
- ・今まで受けたことのない内容だったこと、「制作」が学べた。
- ・心と体をほぐしてフレッシュになった。

子育てに読書の楽しみを

こうべ子ども文庫連絡会

代表：岩本 麻子
神戸市垂水区西舞子



【講座の目的・趣旨】

子どもたちに身近に本に親んでもらうために、絵本、ストーリーテリング、昔話、科学絵本等、色々なジャンルの楽しみ方を親子で体験してもらい、さらにその体験を生かす方法を学ぶ。

【日程・会場】

1	12年7月26日(水)10:00~12:00	青少年会館
2	12年10月2日(月)10:00~14:00	総合福祉センター
3	12年11月1日(水)10:00~12:00	青少年会館
4	12年11月4日(土)14:00~17:00	明石市立中央公民館
5	12年12月8日(金)10:00~12:00	神戸市立中央図書館
6	13年1月25日(木)10:00~12:00	垂水勤労センター(レバンテ)

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「夏休みおはなし会」 わらべうた・ストーリーテリング(昔話の素語り)・紙芝居等を親子で楽しむ。 講師：こうべ子ども文庫連絡会会員
第2回	テーマ 内 容	「手作り講習会『うさぎ人形を作ろう』」 人形の制作、実演指導。 講師：野間千鶴子(保育と人形の会)
第3回	テーマ 内 容	「『いもの観察』～いもの秘密をさぐる～」 講師による芋についての講義。参加者による討議。科学絵本についての考察。 講師：福岡誠行(頌栄短期大学)
第4回	テーマ 内 容	「村中李衣さんと語る『絵本を読みあうということ』」 「読書療法」という分野で活躍している村中氏の実践についての話を伺い、読書の新しい可能性を学ぶ。 講師：村中李衣(梅花女学院大学)
第5回	テーマ 内 容	「学校図書館を考える」 学校図書館に今必要なものは何なのかを考える。出席者による討議。 講師：-
第6回	テーマ 内 容	「子どもと分かち合う本の楽しみ」 講師による講演。子どもの成長に必要な本の楽しみ方を学ぶ。 講師：芦田悦子(兵庫県子どもの本研究会)

【受講者数】

69人

【受講者の主な意見】

- ・絵本を読むことの可能性が広がったような気がする。
- ・言葉の大切さを子どもと共有する事の大切さを痛感した。
- ・大きくなった子にも読んで聞かせてあげることの必要性を感じた。

パンダクラブ（親子で遊ぶ会）

神戸中央おやこ劇場

代表：平澤 寿枝

神戸市中央区多聞通



【講座の目的・趣旨】

乳幼児の脳の発達に有効である人形あそびの楽しさを、母たちと共に味わい、肉声と手作りの人形によって親子のふれあいの場を広げる。

【日程・会場】

1	12年9月4日（月）10:00～12:00	神戸中央おやこ劇場
2	12年10月2日（月）10:00～14:00	神戸中央おやこ劇場
3	12年10月23日（月）10:00～14:00	神戸市総合福祉センター
4	12年11月27日（月）10:00～14:00	神戸市総合福祉センター
5	12年12月18日（月）10:00～12:00	神戸市総合福祉センター
6	13年1月22日（月）10:00～14:00	神戸市総合福祉センター
7	13年2月19日（月）10:00～12:00	神戸市総合福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「幼児にとってのあそび」 齊藤さみ子氏の講演会記録集をテキストにして、子どもの発達にごっこあそびを始めとするあそびが必要であることを学習。松本則子氏、土居安子氏の交流会資料も参考にして子どもの心の発達に演劇（人形劇）の観賞が子どものからだに直接結びついたごっこあそびの延長として貴重な体験をしていることを学ぶ。 講師：平澤寿枝（神戸中央おやこ劇場）
第2回	テーマ 内 容	「ペープサートづくり」 作品 日天さん月天さん ・作り方の説明を聞く・型紙から画用紙に写し、色ぬり、仕上げ等 講師：丸岡美津子（いい顔笑顔人形劇の会）
第3回	テーマ 内 容	「ペープサートを演じる」 ・講師が演じてみせる ・作品を持ち寄る ・脚本を読み合わせ登場人物になり切る ・参加者が交互に演じ、見合い、感想をのべあう 講師：丸岡美津子（いい顔笑顔人形劇の会）
第4回	テーマ 内 容	「パネルシアターづくり」 作品 こぶたぬきつね・お弁当箱・ボンボンぼけっと ・作り方の説明・型紙からPペーパーに写し、色ぬり、仕上げ 講師：竹之下和美・壇之上祥子（おはなしぼけっと）
第5回	テーマ 内 容	「パネルシアターを演じる」 ・講師の演技を観賞 ・演じ方のポイント等子どもたちの心理について聞く ・持ち寄った作品を交互に演じ、見合う 講師：竹之下和美・壇之上祥子（おはなしぼけっと）
第6回	テーマ 内 容	「エプロンシアターづくり」 作品 まるさんかくしかくのおはなし ・作り方の説明 ・型紙から写し、フェルトで作る 講師：丸岡美津子（いい顔笑顔人形劇の会）
第7回	テーマ 内 容	「エプロンシアターを演じる」 ・講師の演じるのを観賞 ・演じ方を学ぶ ・持ち寄った作品を交互に演じ、見合う 講師：丸岡美津子（いい顔笑顔人形劇の会）

【受講者数】

19人

【受講者の主な意見】

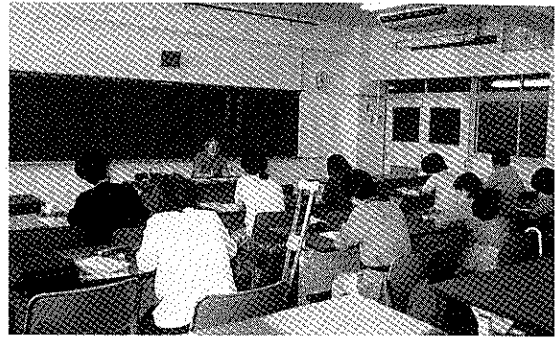
- ・お母さんが子ども達と向き合う場を設定することも大切な役割だと思う。
- ・若いお母さんや、普段小さい子どもに演じている人達との交流で、またやってみようという元気の源をもらった。
- ・幼少の時代に豊かに創造性を身につけてきたか問われる、試されるということを実感した。

広げよう地域の輪・グループ活動 を楽しむための人間関係ツボ講座

神戸復興塾

代表：小森 星児

神戸市中央区中山手通



【講座の目的・趣旨】

有意義な目標を掲げ、意欲をもって始めたグループ活動が行き詰まるのは多くの場合メンバー間のコミュニケーションがうまくいかないことが原因である。せっかく集まったメンバーがそれぞれの持ち味を生かして、お互いの良いところを引き出しながら、楽しくグループ活動をすすめるためのヒントをワークショップ形式の講座で獲得していく。グループ活動における人間関係のみならず、あらゆる人間関係に使える。

【日程・会場】

1	12年9月7日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター
2	12年9月14日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター
3	12年9月21日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター
4	12年9月28日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター
5	12年10月5日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター
6	12年10月12日(木)14:00~16:00	神戸市生涯学習支援センター

【カリキュラム】

第1回	<p>テーマ 「出会いのワークショップ」</p> <p>内容 ・緊張感をほぐすためのアイスブレーキング「誕生日サークル」をしたあと自己紹介する。・講座のルールを説明するとともに全体を通しての流れを説明する。・円滑なコミュニケーションのための講義をする。・ワーク「絵を描くゲーム」をすることによりコミュニケーション経路について体感してもらう。 講師：執行照子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>
第2回	<p>テーマ 「あなたはどんな人」</p> <p>内容 ・気づきの窓について講義をする。・ワーク「自分の長所・短所」をした後、今の自分を認識する。そのことを材料に2人1組で感想を話し合う。・自分にとってよりよいコミュニケーションを図るためには、自分自身の特性を知るとともに相手を尊重しつつ自分の感情を尊重することが必要である。ワーク「感情ゲーム」を通して自分の感情にスポットをあて自分自身の感情に気づく。 講師：執行照子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>
第3回	<p>テーマ 「よいコミュニケーションのために①～あなたの役割は？～」</p> <p>内容 コミュニケーションの昨日、助成と男性のコミュニケーション傾向、ネットワークとしてのコミュニケーションの型について考える。ワーク「人生の価値」を実施する。個人で作業した後、2グループに分かれてグループワークをする。具体的なワークを通して自分がグループの中で果たした役割について洞察することにより自分のコミュニケーションの傾向に気づく。 講師：執行照子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>
第4回	<p>テーマ 「よいコミュニケーションのために②～相手の話を聞く；ロールプレイⅠ～」</p> <p>内容 基本的なカウンセリングマインドについて講義する。3人1組となってロールプレイをする。カウンセリングマインドを念頭において相手の話を聞くことを実践する。 講師：安田香珠子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>
第5回	<p>テーマ 「よいコミュニケーションのために③～相手の話を聞く；ロールプレイⅡ～」</p> <p>内容 上手な相槌の打ち方について講義する。3人1組になって、ロールプレイをする。カウンセリングマインドに沿った相手の話の聞き方及び相槌の打ち方を実践する。 講師：安田香珠子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>
第6回	<p>テーマ 「実践！グループ活動～相手の話を聞く；ロールプレイⅢ～」</p> <p>内容 よくありがちな悪い対応について講義する。前回、前々回に引き続き3人1組になって、ロールプレイをする。カウンセリングマインドに沿った上手な対応の仕方を実践する。全体を通しての感想を共有する。 講師：安田香珠子（フェミニストカウンセリング神戸）</p>

【受講者数】

13人

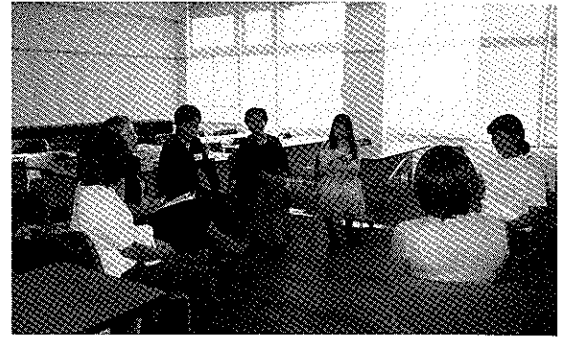
【受講者の主な意見】

地域で支える “のびのび” 子育て実践講座

神戸復興塾

代表：小森 星児

神戸市中央区中山手通



【講座の目的・趣旨】

愛情をもって見守ってくれる大人の数が多くいほど子どもは安心してのびのびイキ育つ。この講座は、子育てのお母さんが子育てをひとりで抱え込まないで仲間やサポーターに出会う場であり、子どもの問題に関心のある地域の大人がよき子育てサポーターになるための場である。

【日程・会場】

1	12年11月7日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター
2	12年11月14日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター
3	12年11月21日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター
4	12年11月28日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター
5	12年12月5日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター
6	12年12月12日(火)10:00~12:00	神戸市生涯学習支援センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「オープニングワークショップ」
	内容	子育てには自分の育てられてきた背景が影響するので、自分がどんな人間で自分をどう感じているのかを自覚してもたらうためのワークを行う。 現在では女性が子育ての大部分を担っておりそれが母親だけに子育ての責任を負わせることになっている現状を話す。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第2回	テーマ	「閉じた子育てから開かれた子育てへ」
	内容	・子どもを取り巻く資源図を作成する。子育てにいろいろな人が関わっていることを図で見ることにより子育てへのイメージの転換を図るとともに、自分はどう関われるかを考える機会を提供する。 ・ワークシート「子どもをどう捉えているのか」を使って自分の中の子どものイメージを探る。 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第3回	テーマ	「子どもをめぐる暴力について」
	内容	子どもの虐待の四つのタイプ 虐待に関する神話＝実際にはそうでなかったのにあたかも事実のように信じられている誤った認識。 子どもドメスティックバイオレンス。 暴力を繰り返さないためには自尊感情を持つことが大切。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第4回	テーマ	「子どもの心を聴こう①」
	内容	参加者に子育てにおける質問や悩みを十分に話してもらう。 質問のなかから具体的な事例を選んで、ロールプレイを使って子どもの話を聞くことを実践する。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第5回	テーマ	「子どもの心を聴こう②」
	内容	「ジェンダーチェック」をして、自分がどの程度ジェンダーに囚われているかを知る。 攻撃的にならずに、また引っ込み思案にもならず自分の気持ちや要求を相手に伝える方法を学ぶ。日常の具体的な場面で子どもに攻撃的な言い方をしている状況を取りあげ「Iメッセージ」に変えてみる。 子どもの話を聴くときの聴き方のポイントを学ぶ。相手の気持ちに沿って受け止める。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第6回	テーマ	「広げよう私の世界・子どもの世界」
	内容	子供へのエンパワメントな係わり方を講義する。それぞれが勇気をもった体験を思い出し、エンパワメントな係わり方をイメージする。ワークシートを使って、子どもへのエンパワメントな係わり方を考える。親も子どももそれぞれに違いがあることを認識する。全体を通しての感想を共有する。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）

【受講者数】

12人

【受講者の主な意見】

ひょうたん島問題に学ぶ多文化共生

多文化共生センター・ひょうご

代表：野間 恵

神戸市東灘区深江南町



【講座の目的・趣旨】

犯罪が低年齢化している昨今、本講座では震災時に年齢、国籍、人種を超えた助け合いの芽が確実に存在した事を思い起こし、様々な状況下を設定したシミュレーションやワークショップを行なうことによって、楽しみながら様々な人々が協働し共に生きることの大切さを知る。それに伴う困難に対処する方法論を学び、21世紀のことを担う子ども達へ伝えていける人材を育成する事を目的とする。

【日程・会場】

1	12年8月29日(火)13:00~15:00	神戸市勤労会館
2	12年8月29日(火)15:00~17:00	神戸市勤労会館
3	12年8月30日(水)13:00~15:00	神戸市勤労会館
4	12年8月30日(水)15:00~17:00	神戸市勤労会館
5	12年8月31日(木)13:00~15:00	神戸市勤労会館
6	12年8月31日(木)15:00~17:00	神戸市勤労会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「コミュニケーション・ギャップから学ぶ異文化理解」 震災から学んだ多様性の必要性を学ぶ全6回のうちの導入部分。様々な挨拶により「違い」を認識する。 講師：藤原孝章（富山大学）
第2回	テーマ 内 容	「共生のための課題の発見」 勤労に対する価値観の違いが文化的シンボルであるカーニバルの受け入れをきっかけに、社会問題となる可能性があることを理解する。 講師：藤原孝章（富山大学）
第3回	テーマ 内 容	「単一思考型教育の孕む危険性」 言葉や教育における価値観の違いが多数派による文化的同化を強めていき、一方で少数派による違いの主張が明確になり、文化の対立となり社会問題になっていくことに気付く。 講師：藤原孝章（富山大学）
第4回	テーマ 内 容	「多文化主義・多民族共生にかかるコスト」 多数派に対する違和感が、少数派の分離主義まで発展し、居住の集住と分離を生む。社会の安全や福祉などの財政面の課題について考える。 講師：藤原孝章（富山大学）
第5回	テーマ 内 容	「共生の条件—破局を避けるための選択」 人口動態の変化が環境や資源の「持ちつ持たれつ」関係にストレスを与え、それが有限でかけがえのないものであると気づかなければ破局をむかえることを理解する。 講師：藤原孝章（富山大学）
第6回	テーマ 内 容	「ひょうたん島問題に学ぶ多文化共生（総振り返り）」 全6回を通して各々が学んだ多文化共生への理念について、在日外国人をゲストに迎えてディスカッションを行う。 講師：藤原孝章（富山大学）

【受講者数】

10人

【受講者の主な意見】

- ・ひょうたん島では日本を象徴しているように思えた。
- ・教材を使ったり、みんなで話し合ったり、とても有意義に過ごせた。
- ・異なる文化背景を持つ者同士が一つの社会で共に暮らすことの問題点を考えさせられた。

<介護のコツを知ろう>シリーズ

特定非営利活動法人 COM総合福祉研究所

代表：土屋 博子
神戸市中央区相生町



【講座の目的・趣旨】

自身を持って介護が続けられる様に相手と心をかよわせながら、技術やコツを身につけて介護者の負担を軽くする事を学ぶ（実習）。

【日程・会場】

1	12年11月25日(土)13:00~16:00	こうべ市民福祉交流センター
2	12年12月9日(土)13:00~16:00	こうべ市民福祉交流センター
3	12年12月23日(土)13:00~16:00	こうべ市民福祉交流センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「体を清潔に保つために」
	内容	・口腔ケア、手足浴、洗髪、着脱衣、全身清拭他 ・簡単な綿棒の作り方 講師：重松るみ（兵庫県立光風病院）
第2回	テーマ	「移動する時の介護」
	内容	・移動（車椅子からベッドへ等）他、車椅子介助の徹底的な実習。 講師：重松るみ（兵庫県立光風病院）
第3回	テーマ	「食事・排泄の介護」
	内容	・介護食、便器の使い方、おむつ交換他・実際に紙おむつをあてて動作の困難さを体験 講師：重松るみ（兵庫県立光風病院）

【受講者数】

25人

【受講者の主な意見】

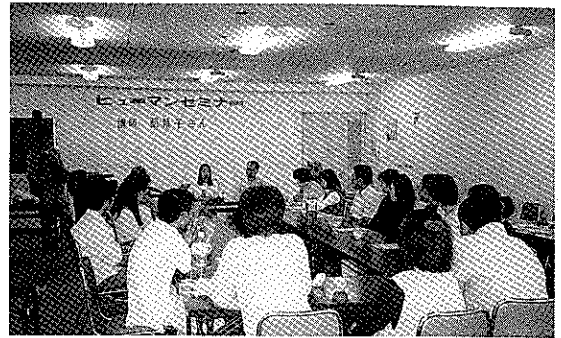
- ・忘れていた事も思い出すと同時にとても勉強になった。
- ・様々な種類の車椅子を実際に使った実習では貴重な体験ができた。

ヒューマンセミナー

特定非営利活動法人 被災地障害者センター

代表：福永 年久

神戸市長田区片山町



【講座の目的・趣旨】

障害当事者の話をきいて、問題意識を高めて、障害者と関わるボランティア活動への参加をつのる。障害当事者と交流することでコミュニティづくりの姿勢をつのる。

【日程・会場】

1	12年9月9日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター
2	12年10月14日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター
3	12年11月11日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター
4	12年12月2日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター
5	13年1月20日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター
6	13年2月17日(土)13:30~16:20	神戸市立総合福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「『障害』ってなんだろう」
	内容	障害全般について 「もちたくない障害」のアンケートから、各障害について受講生と対話しながら考察する。 講師：牧口一二（ゆめ風10億円基金）
第2回	テーマ	「中途障害者からの提言」
	内容	中途障害（視覚について） 障害を受け入れていくまでの心情の変遷、日常生活、仕事などについての話を聞く。 講師：萩頼子
第3回	テーマ	「これが私の自立です」
	内容	自立について いろんな面（精神、経済、仕事、生活）からの自立について考察した後、アメリカ留学・劇団の話へ。 （ビデオ使用） 講師：中尾悦子（自立生活センター神戸・Beすけっと）
第4回	テーマ	「当たり前前の生活を求めて／ピープルファースト頑張ってます。」
	内容	知的障害者からの提言 《川岸》知的障害の子の地域での生活取り組みや問題点 《桜田》ピープルファースト活動と日常生活（ビデオ、フィルム使用） 講師：川岸美佐子、川岸義和（シティライト）・桜田厚子（兵庫ピープルファースト）
第5回	テーマ	「重複障害者からの提言」
	内容	重複障害者（聴覚、視覚）の置かれている立場、生活の実情、コミュニケーション方法（指手話）、介護通訳者との関わり方など。 講師：吉田正行
第6回	テーマ	「精神障害者のバリアフリー」
	内容	差別／行政の問題点、病院の実態、生活の実情、感情／薬について。 講師：グループ輪

【受講者数】

53人

【受講者の主な意見】

- ・障害を持つと大変なことがあるんだと思いました。現在はまだまだ制度が整っていないことを知って、変えていかなければいけないことがたくさんあることを知った。
- ・いろいろな考え方の新しい視点を教えてもらった。
- ・自立とは何でも自分でするというのではなく、自分で選び決定すること、また責任をとること、という言葉が印象に残った。

高齢者のための手芸教室

ニューシルバー脇ノ浜

代表：立石富治子

神戸市中央区脇浜海岸通



【講座の目的・趣旨】

復興住宅等に在住の高齢者の趣味を通じての生きがい並びにコミュニティづくりを学ぶ。

【日程・会場】

1	12年8月20日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
2	12年9月24日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
3	12年10月22日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
4	12年11月19日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
5	12年12月10日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
6	13年1月21日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場
7	13年2月18日(日)14:00~16:00	公団4番館集会場

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「毛糸の犬」
	内容	ヨーグルトの空容器を土台に各色の毛糸を用いてこま網でワンちゃんを作成。 講師：谷河八重子
第2回	テーマ	「メタルヤーン・リリヤンを用い5円玉でカメ・ヒョウタン」
	内容	5円玉を土台に各色リリヤンを使用。頭部、尾の所は長くフサをつける。ひょうたんは発砲スチロールで作った小物のリリヤンを毛糸で巻く。 講師：北代剛晴
第3回	テーマ	「カラー手袋で作る鶏の親子」
	内容	カラー手袋、細糸を用いる。フェルトの赤色でとさか、黒色のスパンコールで胴体をつくる。 講師：谷河八重子
第4回	テーマ	「カラー手袋で作るキューピーさん」
	内容	キューピーさんは市販のものを利用し、カラー手袋で服、帽子、ポシェットをつくり、飾りとして星型のスパンコールをちりばめる。 講師：北代剛晴
第5回	テーマ	「タオルのワンちゃん」
	内容	カラータオルを細巻にし、顔・胴体を作り、目を黒のフェルトで、鼻はビーズで、舌・首は赤のフェルトを利用し、犬をつくる。 講師：谷河八重子
第6回・7回	テーマ	「折り紙のおひなさま」
	内容	色紙に貼り付ける男ヒナ、女ヒナは和紙の折り紙で作り、バックに桃の花をあしらう。 講師：北代剛晴

【受講者数】

35人

【受講者の主な意見】

軽やかに生きる

—よりよい人間関係を築くために自分を見つめる—

ヒューマンサービス・ネットワーク

代表：藤田美佐子

神戸市西区岩岡町



【講座の目的・趣旨】

地域活動を行っている人、地域活動を実施してみようとする人達を支援するため、「心」「からだ」「人間関係」等様々な角度から自分を見つめ、軽やかに人生を生きることを考える。

【日程・会場】

1	12年9月30日(土)13:30~15:30	こうべ市民福祉交流センター
2	12年10月14日(土)10:00~12:00	こうべ市民福祉交流センター
3	12年11月11日(土)13:00~15:30	こうべ市民福祉交流センター
4	12年12月9日(土)10:00~12:00	こうべ市民福祉交流センター
5	13年1月14日(日)10:00~12:00	こうべ市民福祉交流センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「私らしく生きる—私のライフライン—」
	内容	ワークショップ体験①人生線②感情レベル③社会に適応するための意識的、無意識的に身にまとったヨロイ年表④8つのマウ埋めマンダラートなど。 講師：川島恵美（関西学院大学）
第2回	テーマ	「心と頭と身体をほぐして健康に生きる」
	内容	日々のストレスで疲れた頭とからだを気功を体験することでリラックスする。 講師：津村喬
第3回	テーマ	「第二の人生を生きる—両腕を失くして見えてきたもの—」
	内容	両腕を失った講師の生き方、第二の人生など。話と唄。 講師：奥塚明
第4回	テーマ	「希望を持って生きるために—私自身は希望を持って生きているでしょうか—」
	内容	21世紀は「心の時代」「希望の時代」。近くにあなたがいち心で見守り、支えてくださる方がおられたなら、私たちは力強く生きていける。 講師：高木慶子（英知大学教授「兵庫・生と死を考える会」）
第5回	テーマ	「自分らしく生きる—さわやかな表現—」
	内容	さわやか自己表現のために～自分らしさへのエンパワーメント 講師：川喜田好恵（ドーンセンターコーディネーター）

【受講者数】

74人

【受講者の主な意見】

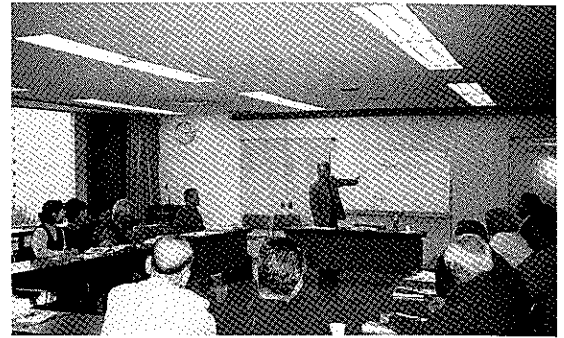
- ・自分をよく知るためのヒントをいろいろいただいた。
- ・どんな人でも自分ひとりでは生きられない、多くの人達の支えや協力で生きている。
- ・ヒューマンサービスのサービスという意味やしあわせという言葉を中心に刻んで帰りたい。

兵庫余暇会の「地域活動推進講座」

兵庫余暇会

代表：折橋 孝志

神戸市垂水区西舞子



【講座の目的・趣旨】

地域社会の中に「人間関係の持つ温かさ」というものを育てていきたいとの願いを実現したい。そのため「地域社会の活性化」の中味を生かすリーダーが必要である。地域活動の核となる人を育成し、地域社会に元気を育てたい。

【日程・会場】

1	12年9月14日(木)13:30~15:30	神戸市教育会館
2	12年9月28日(木)13:30~15:30	神戸市教育会館
3	12年10月12日(木)13:30~15:30	神戸市教育会館
4	12年10月26日(木)13:30~15:30	神戸市教育会館
5	12年11月9日(木)13:30~15:30	神戸市教育会館
6	12年11月16日(木)13:30~16:30	神戸市教育会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域活動の壁とは何か」
	内容	地域活動とは。私の地域活動での失敗例・地域活動で発生したトラブル例・KJ法の説明・なぜ男性は地域活動に参加しないのか 講師：小玉文吾（フリー）
第2回	テーマ	「何を目的に地域活動をするのか」
	内容	地域活動の目的について受講者と共に考える。 講師：小町雄一（兵庫余暇会） 何を目的に地域活動をするのか。私の地域活動。 講師：小玉文吾（フリー）
第3回	テーマ	「地域リーダーに求められるもの」
	内容	リーダーとしての適格要件と不適格要件を出す会社などのリーダーと地域リーダーの違い。 講師：小玉文吾（フリー）
第4回	テーマ	「マンネリ化を防ぐコツ、活性化のコツ」
	内容	頭脳マップによる私の余暇歴、マンネリ化とは。 講師：折橋孝志（兵庫余暇会） マンネリ化の活動、活性化の活動。 講師：小玉文吾（フリー）
第5回	テーマ	「組織の作り方と留意点」
	内容	組織づくりの事例・グループ活動の形態・余暇支援者のためのクラブ運営法。 講師：小玉文吾（フリー）
第6回	テーマ	「地域の便利屋、便利屋の四季」
	内容	便利屋開業までの物語、便利屋開業のすすめ。テキストブック「便利屋の四季」。 講師：西川研一（便利屋サンリパーサービス） 講座のまとめ、アンケート（感想文）、茶話会 講師：折橋孝志（兵庫余暇会）

【受講者数】

31人

【受講者の主な意見】

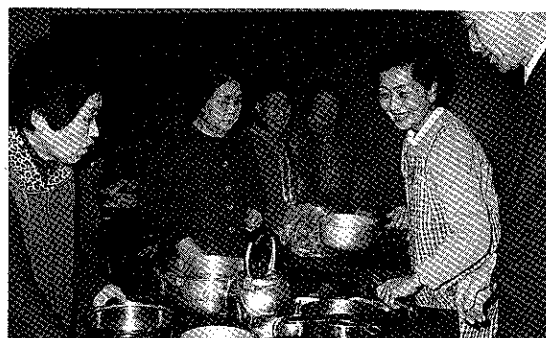
- ・実践に基づいた事例による説明でよく理解できた。
- ・これから積極的に余暇の活用之道を見つけたい。
- ・地域をよくするのも悪くするのも自分達。国や政府に何もかも頼らず自分達で出来る事はやっつけようと思う。

生きがいと仲間づくり

双葉会

代表：後藤 文江

神戸市中央区筒井町



【講座の目的・趣旨】

恒久住宅と高齢者・健康と生きがい・地域との交通、親睦を旨とする。

【日程・会場】

1	12年9月3日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
2	12年10月1日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
3	12年11月5日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
4	12年12月3日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
5	13年1月14日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
6	13年1月21日(日)13:30~16:30	筒井住宅第2集会所
7	13年2月4日(日)10:00~14:30	筒井住宅第2集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「押花の額作り、自然の植物押花」 自然の植物を活かしたアート。花のデザインをして出来上がりに特別のスプレーにて落ち付かせ、額におさめる。 講師：荒井愛子（大阪コスモス会）
第2回	テーマ 内容	「おさるさんの眼鏡置」 フェルト布にておさるさんの顔と、足をあぐらをかき、顔は赤のフェルト、体は茶色のフェルト作り刺繍糸にてまわりをかがり、顔を作る。 講師：西原静子
第3回	テーマ 内容	「七福神をまくらめ編で作る」 プラスチックリング13cmにマクラメ糸を編み、七福神をマクラメ糸で編み、顔をはり、出来上がりリングに福神をならべ、宝船編みに帆を飾る。 講師：小村貴子
第4回	テーマ 内容	「つぼ体操」 毎日の生活のリズムを作ろう。日常一人でも続けられる、つぼを勉強。 講師：塚本あけみ（コープこうべ講師）
第5回	テーマ 内容	「市民救急士講習（心肺蘇生法）」 いざという時に地域の人で助け合おう。応急指導等の指導を教わる。 講師：葺合消防署職員
第6回	テーマ 内容	「愛唱歌とリズム体操」 お腹から声を出し、大きく息を吸う。腹式呼吸、胸を開く、よい声より自然の大きい声を出す。リズム体操する。 講師：池本愛子（音楽協会 六甲アンサンブル）
第7回	テーマ 内容	「単身者もバランスのよい食生活を。衣食同源。」 バランスよい日常食事の講義。包丁のあつかい方、切り方等々。 旬のもので安く、安全に、薄味で、健康に暮らす。 講師：吉田清彦（料理研究家）

【受講者数】

27人

【受講者の主な意見】

- ・いろいろな人と話し合い、仕事ができる楽しみが心強く思った。
- ・大変良かった。
- ・料理は毎日必要なので月に一度くらい講座を開催して欲しい。

介助のやり方

ふれあい祭りプロジェクト

代表：河上 優香

神戸市須磨区高倉台



【講座の目的・趣旨】

基礎の介助を学ぶことによって、これから介助が必要な人たちの参考になればよいと思う。

【日程・会場】

1	12年9月18日(月)14:00~15:00	脇浜海岸4番館集会場
2	12年11月20日(月)14:00~15:00	脇浜海岸4番館集会場
3	12年12月18日(月)14:00~15:00	脇浜海岸4番館集会場
4	13年1月11日(月)14:00~15:00	脇浜海岸4番館集会場
5	13年2月24日(土)14:00~15:00	フレール長田集会場
6	13年2月25日(日)14:00~15:00	グループハウス

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「身体障害の介助」
	内容	在宅での自立について。介助人について。 講師：下地勉（メインストリーム協会）
第2回	テーマ	「全盲の人の介助」
	内容	全盲の人の自立。 講師：小杉崇浩
第3回	テーマ	「車イスの介助」
	内容	車イス体験。車イスの使用のしかた、押しかた。 講師：秋本菊枝（ボランティアグループやすらぎ）
第4回	テーマ	「高齢者の介助」
	内容	介助の基礎と精神的ケア。 講師：長尾政三（長寿友の会）
第5回	テーマ	「精神障害の介助」
	内容	精神障害の人達に接するにあたって。 講師：田淵理恵子（泉州病院精神保健福祉士）
第6回	テーマ	「グループホームから見た介助」
	内容	グループホーム見学。 講師：中村大蔵（特別養護老人ホーム園田苑）

【受講者数】

23人

【受講者の主な意見】

身近な介護

ボランティアグループ「ひまわり」

代表：藤田 英子
神戸市中央区港島中町



【講座の目的・趣旨】

ポートアイランドの中で気負いなく手助けができるよう基本的な介護のコツをみんなで学び合っ、地域で支えあいながら安心して暮らせる街作りをしていきたい。

【日程・会場】

1	12年9月22日(金)10:00~12:00	港島立体駐車場集会所
2	12年10月24日(火)10:00~12:00	港島立体駐車場集会所
3	12年11月25日(土)13:00~15:30	港島立体駐車場集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護保険が始まって」
	内容	介護保険の説明、上手なかかり方。ボランティアのこれから 講師：神谷良子（神戸ライフケア協会 ケアマネージャー）
第2回	テーマ	「援助と心のケア」
	内容	ボランティアの意義とボランティアとしての姿勢や意識の持ち方を精神科医の立場からわかりやすく説明を受けた。 講師：岩井圭司（兵庫教育大学教育臨床学教室）
第3回	テーマ	「介護実習」
	内容	高齢者疑似体験装具を使っの体験学習。基本的な介護のアドバイス及び実習。 講師：芳野美津江（介護福祉士）

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・介護保険の申し込み方から現場での色々な問題点等具体的な話が聞けてよかった。
- ・普段漠然としか考えられなかった事を掘り下げることが出来た。
- ・心のケアに悩むことがありましたが大変参考になった。

生きがいづくりと心の復興を

めだかグループ

代表：森野 君江

神戸市兵庫区荒田町



【講座の目的・趣旨】

毎日をいきいきと暮らすために役に立つカリキュラムを組み、誰でも参加しやすい講座を開催する。

【日程・会場】

1	12年6月21日(水) 9:30~16:30	さざんかの郷、人と自然の博物館
2	12年7月12日(水) 13:30~15:30	橘地域福祉センター
3	12年9月28日(木) 9:30~15:30	生活創造センター
4	12年11月29日(水) 13:30~15:30	橘地域福祉センター
5	13年1月24日(水) 13:30~15:30	ひょうごエコプラザ
6	13年2月14日(水) 13:30~15:30	橘地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「高齢者介護と施設見学」
	内容	介護保険実施と介護の現場から、専門の立場からいろいろ説明をいただく。午後から、三田人と自然の博物館の見学をする。 講師：西沢正一（さざんかの郷 介護支援専門員）
第2回	テーマ	「クラフト（押し花）とハンカチ人形—手仕事その1」
	内容	ハガキに好きなように押し花をはる。ハンカチ一枚でピエロ人形をつくる。 講師：西谷良子（押し花サロン西谷）
第3回	テーマ	「草木染—手仕事その2」
	内容	自分たちで植物、たまねぎの皮などを集め、自宅にある和服の胴裏、Tシャツ等を染めてみる。 講師：松岡伸江（五尺庵）
第4回	テーマ	「来年のエトづくり—手仕事その3」
	内容	講師考案のオリジナル作品を指導していただく。水ひき工芸をヒントにした作品。巳の字をイメージしたもの。 講師：岡志満子（兎原紙人形グループ）
第5回	テーマ	「地球温暖化防止とケナフについて」
	内容	家庭のエネルギー消費の動向とケナフを植え、育った過程と室温の変化等、OHPを使って分かりやすく説明していただいた。 講師：竹重勲（環境カウンセラー）
第6回	テーマ	「食と季節の和菓子づくり」
	内容	豆類の効用と季節の和菓子づくりを体験する。3月のひな節句をお菓子にした。おびな、めびな、桜、橘の4種をつくる。 講師：佐野幸弘（明月庵）

【受講者数】

23人

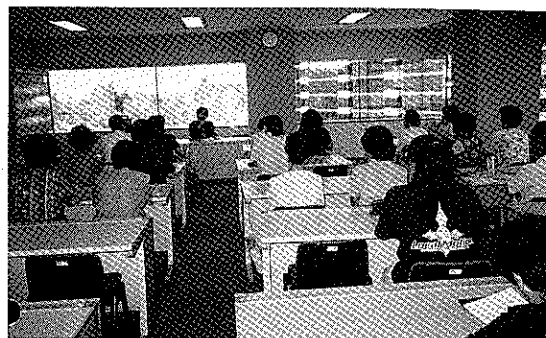
【受講者の主な意見】

- ・環境学習では考えることがたくさんあった。
- ・草木染は思ったより簡単にできたのでよかった。

心の栄養・そして体も健康に

ラベンダー

代表：熊谷きよの
神戸市北区東大池



【講座の目的・趣旨】

いろいろな事を勉強しながらいろいろな人とのふれあい、コミュニケーション作りを行う。

【日程・会場】

1	12年8月11日(金)10:00~12:00	兵庫県立女性センター
2	12年9月14日(木)10:00~12:00	なみはや銀行大池支店
3	12年10月12日(木)10:00~12:00	なみはや銀行大池支店
4	12年11月10日(金)10:00~12:00	兵庫県立生活創造センター
5	12年12月7日(木)9:00~12:00	兵庫県立生活創造センター
6	13年1月21日(日)13:00~14:00	芦屋市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護保険が始まって・・・よりよい在宅介護のために」
	内容	・現役ヘルパーより介護保険の現状など ・ディスカッション 講師：小川寿美子他（介護福祉士COM総合福祉研究所）
第2回	テーマ	「香りの本作りⅠ」
	内容	ハーブを中心に押花にしたもので本の内容を作る。はがきサイズに作り上げ、カード型点字シールも作る。 講師：斎藤ひろみ（ふしぎな花倶楽部）
第3回	テーマ	「香りの本作りⅡ」
	内容	・カード型香りのハーブに点字シールを付けて本の原稿を点字で作る。・ハーブ染めのブックカバー作り。 講師：田中美子（しあわせの村点字サークル）
第4回	テーマ	「園芸療法ワークショップ」
	内容	疑似体験やアシスト。土や植物に親しむ。 講師：常澤聡美（常澤樹園）
第5回	テーマ	「健康料理」
	内容	薬草やハーブのやさしい使い方、おいしい取り入れ方。 講師：花房依子（管理栄養士）
第6回	テーマ	「健康を考える・癒し」
	内容	心の栄養、そして健康に。 講師：土屋裕（現代レイキヒーリング協会）

【受講者数】

48人

【受講者の主な意見】

- ・現場の声を聞くことが出来てよかった。
- ・視覚障害者に対する細かい配慮の必要な事を改めて実感した。
- ・介護保険の実状を知ることができた。

農園ふれあい講座

HATAハーブ倶楽部

代表：常澤 聡美
神戸市北区八多町



【講座の目的・趣旨】

市民農園利用者及び、一般参加者がお互いにふれ合える場所作りを行う。また、自然の中で自分ならではの催しを親子共々体験してもらう。

【日程・会場】

1	12年8月27日(日)16:00~17:00	八多グリーンヴィレッジ
2	12年11月16日(木)10:00~12:00	八多グリーンヴィレッジ
3	13年1月14日(日)11:00~15:00	八多グリーンヴィレッジ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「秋野菜の栽培について」
	内容	秋野菜の栽培についての実地講習会。 講師：中川千年（地元農家）
第2回	テーマ	「クリスマスのリース作り」
	内容	自然の素材を使ってクリスマスのリースを作る。 講師：安藤つぐみ（Rue de Fleursフラワーデザイナー）
第3回	テーマ	「とんど もちつき」
	内容	農村でとんど・もちつきの体験。 講師：中川八重子（地元農家）

【受講者数】

69人

【受講者の主な意見】

- ・自然の素材を使ってのリース作りはとても楽しかった。
- ・初めてで不安でしたが、楽しくできました。

絵手紙ボランティア基礎講座

神戸絵手紙友の会（あじさい）

代表：矢野 愛子

神戸市北区ひよどり台



【講座の目的・趣旨】

震災以降、絵手紙の心を励ます魅力が注目され、復興住宅や老人ホーム等での絵手紙のボランティアの希望が増えるとともに、高齢になってからも続けられるボランティアとして絵手紙が注目されつつある。そこで、絵手紙の基本的な哲学を学ぶことを中心に、絵手紙で最も重要な言葉の実力を高め、生活の中で役立つ絵手紙を経験してもらうことなどを目的とする。

【日程・会場】

1	12年9月6日(水)13:30~15:30	神戸生活創造センター
2	12年9月28日(木)10:00~12:00	北町コープデイズ組合員集会室
3	12年10月31日(火)14:00~16:00	フェニックスプラザ
4	12年11月9日(木)13:30~14:30	フェニックスプラザ
5	12年11月28日(火)10:00~12:00	南五葉福祉センター
6	12年12月8日(金)13:00~15:30	ひよどり台コープ組合員集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「絵手紙の言葉を豊かにしよう」
	内容	日常生活の中で絵手紙に使用したい言葉を豊かにしていくための実践。豊かな言葉の貯金ができるだけでなく自分流の文字を書く練習にもなる言葉帳の作り方を学ぶ。 講師：岩永多可子（マミフラワーデザイン事務所）
第2回	テーマ	「生活の中に生かせる絵手紙」
	内容	身近にある箱や籠に和紙を張り渋柿を塗る一閑張を、絵手紙風に簡単に老人ホームや復興住宅でも教えられる方法を学ぶ。実際に作り、目や手でその張り方を身に付けてもらう。 講師：衣笠年子（ボランティアグループすずらん）
第3回	テーマ	「絵手紙の哲学と実践」
	内容	絵手紙の基本的な考え方を学び、その実践の話をしてもらう。また絵手紙の魅力、絵手紙が人に与える力などについて一緒に考えてみる。 講師：島田幸吉（日本絵手紙協会）
第4回	テーマ	「言葉発見『ふだん着のことばたち』」
	内容	生活の中から、どのようにして詩的な言葉を見つけ氏を完成させていくかを体験に基づいた話をしてもらう。自分を語る手段としての日記や手紙について作家たちの実例を示し、また先生の作品の朗読をとおし、ことばについて考えてもらう。 講師：玉川ゆか（詩人会議）
第5回	テーマ	「簡単版画の年賀状」
	内容	簡単なベニヤ板版画、紙版画などによる年賀状作成を実演していただき、実際に各人が年賀状をつくってみる。 講師：岡正雄（絵てがみで自分史をつづる会）
第6回	テーマ	「篆刻入門」
	内容	篆刻の用具の説明から実作の初歩までのお話と実演。各人が来年の干支を実際に石に彫ってみる。 講師：植田作太郎（ひよどり台毛筆の会・泉会）

【受講者数】

149人

【受講者の主な意見】

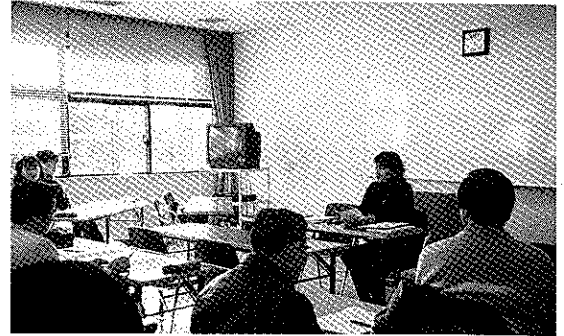
- ・いろいろ勉強になって楽しい。
- ・知らなかった知識が得られた。
- ・絵手紙をはじめて心が豊かになった。
- ・自然を見る目感動する気持ちが以前と違ってきた。

生き様を極めた底から立ち上がる —高齢者の生の充実と絆を考える—

福祉交流懇話会

代表：宮前享一郎

神戸市北区泉台



【講座の目的・趣旨】

介護保険制度の実施などで、高齢社会が制度的にも現実のものとなってきた。今後、高齢者の生き様はますます多彩なものとなってこようが、個人の自己実現を図り互いの新しい絆を形成し、さらにこれらを通じて今後必要とされる高齢者施策についても考えてみた。

【日程・会場】

1	12年9月17日(日)14:00~16:20	すずらんホール
2	12年10月22日(日)14:00~16:10	谷崎潤一郎記念館
3	12年11月12日(日)14:00~16:10	しあわせの村研修館
4	12年12月10日(日)14:00~16:20	しあわせの村『たんぼぼの家』
5	13年1月21日(日)14:00~16:00	しあわせの村研修館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「高齢者に活力を 演奏ボランティア」	内容 病院や福祉施設への演奏ボランティアを10年、のべ200回をこえる活動を続けてきた。その経験から多くの高齢者と互いに力を与え合ってきたし、今後も楽しくやっていきたい。童謡や昔の流行歌などを20分ばかり合唱。 講師：岡村秀子（演奏家グループ『沙凡』）
第2回	テーマ 「被災高齢者の生き甲斐を短歌に求めて」	内容 病身の夫をかかえての避難所生活だったが、被災者同士の仲間づくりのため、ふれあい短歌教室を始め現在も月1回のペースで続けている。現在、生活は元通りになってはいるが夫は病死した。夫との思い出や震災生活を一冊の短歌集にまとめた。この歌集及びふれあい教室（高齢者が多い）の説明及び短歌の味わい方の指導。 講師：友田雅子（芦屋ふれあい短歌教室）
第3回	テーマ 「手品の才能を磨き生き甲斐とボランティアに」	内容 警察官であった頃のいろいろな心があたまにたまる話と、警察官を辞めてから自己の生き方を広め、深め、かつボランティアの絆をかたちづくるため、手品を勉強した4年間の生活の講和のあと、40分くらいあざやかな手品の実演があった。 講師：大山清
第4回	テーマ 「温かいタコ焼きづくりを心の絆に震災後を立ち直る」	内容 被災高齢者が仮設住宅に生活中に、仲間づくり、生き甲斐づくりのために行ったタコ焼きづくりが大事な絆になっている。これは、今も月例及び大きなイベントがある時にタコ焼きの店を出し、収益金はすべて福祉のために寄付している。 代表の富田さんおよび「一五の会」のメンバーの方々の被災生活や現在のグループ活動の心あたまにたまる話であった。 講師：富田恭子（一五の会）
第5回	テーマ 「介護保険と今後の高齢者福祉施策」	内容 福祉事業者兼ボランティアとして、高齢者の介護に携わっている齊木さんから、介護保険の具体的な実例についての説明があった。具体的な問題をもつ参加者からの質疑応答も活発になされ、介護についての将来のあり方についても互いに考え合った。 講師：齊木恭子（㈱シルバーオフイス）

【受講者数】

45人

【受講者の主な意見】

- ・生きていくことの大切さ、厳しさを感じた。
- ・有意義だった。今後も出来る限り参加したい。
- ・自分自身でも何かに参加したいと思うが、どうしたらいいのかわからない。

こころ豊かな子育てをpart II

ママ応援団

代表：岸本喜代子

神戸市北区青葉台



【講座の目的・趣旨】

婚家での育児や転勤等で周囲に知り合いのいないお母さんが一人で悩み疲れている様子なので、活動を通じて友達をつくり、元気回復し、前向きに子育てを楽しむ事ができるような手助けをする。

【日程・会場】

1	12年9月30日(土)10:00~12:00	神戸北コープセンター
2	12年10月14日(土)10:00~12:00	神戸北コープセンター
3	12年10月28日(土)10:00~12:00	神戸北コープセンター
4	12年11月14日(火)10:00~12:00	神戸北コープセンター
5	12年11月22日(水)10:00~12:00	神戸北コープセンター
6	12年12月9日(土)10:00~12:00	神戸北コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「これでいいんだ わたしの子育て」
	内容	①「現代っ子」の「大人」気質 ②親子をめぐる今日的な現象 ③保育の現場で気になる親子 ④乳幼児期の心育ちの基本と大人のかかわり ⑤親たちへの共感と子育てへの支え 講師：寺見陽子（神戸親和女子大学教授）
第2回	テーマ	「みんなで話そ！」
	内容	ワークショップ・デートゲーム（行動をひらく、価値観をひらく、事実をひらく、感情をひらく） 講師：岩木啓子（ライフデザイン研究所FLAP代表）
第3回	テーマ	「子どもの心を育てる手作りおもちゃ」
	内容	牛乳パック、新聞、折り紙、輪ゴム、ストローを使っておもちゃ作り。（吹き矢・笛・かぶと・帽子・刀・かえる） 講師：井上重義（日本玩具博物館館長）
第4回	テーマ	「子育てって楽しくなくっちゃウソだよ」
	内容	①楽しくならないのはなぜ？ ②子育てを楽しむために必要なこと 講師：赤松彰子（保健婦、助産婦）
第5回	テーマ	「大人も子どもも遊びの心はひとつ」
	内容	和室で子どもをマッサージ・座布団を使って遊ぶ・まつぼっくりのお遊戯・紙を使って物語・魚の顔真似・廊下に出て栗木先生探し・外に出てまつぼっくりのお遊戯、魚の顔真似 講師：栗木剛（野外レクリエーション協議会）
第6回	テーマ	「お母さん、自信を持って！」
	内容	アイスブレイキング、だまって誕生日の順に並ぶ、自己紹介。2グループに分かれて「私たちの子育て〇〇だったらいいね」の〇〇を考える。それをグループの詩にし、模造紙に書いて発表する。その中で1つテーマをしばり模造紙にマッピング、話し合いながら書きまとめていく。

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

- ・笑うことの大切さを思い出した。
- ・おもちゃの講座は人にも教えたい。

ふるさとづくり

ゆうゆう鹿の子

代表：佐藤由美子

神戸市北区鹿の子台南町



【講座の目的・趣旨】

「大人が楽しめることの出来る地域が子供たちのふるさとになる」をテーマに異世代間交流を行い、さらにコミュニティーを確立しつつ子供達のとりまく環境づくりも考えていく。

【日程・会場】

1	12年5月28日(日)13:00~16:00	八多地区休耕田
2	12年8月26日(土)13:00~16:00	千代が谷公園
3	12年9月8日(金)10:00~12:00	鹿の子台地域福祉センター
4	12年12月9日(土)10:00~15:00	鹿の子台地域福祉センター
5	12年12月23日(土)10:00~12:00	鹿の子台小学校
6	13年1月14日(日)10:00~12:00	鹿の子台小学校

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「スウィートポテトくらぶ」
	内容	畑のうねづくりやおイモを中心に各種野菜の育て方、植え方を指導してもらい参加者が学ぶ。親交住宅地住民と地元住民との交流。 講師：吉安正嘉（鹿の子台自治協議会副会長）
第2回	テーマ	「里山文化の伝承」
	内容	地元の職人さんより、竹の削り方などを学び、竹でっぼう、竹とんぼ等、又、雑木林の間伐材を使つてのイスづくりや道具の使い方などを学ぶ。 講師：山根伯夫（山根工務店）
第3回	テーマ	「ホビーくらぶ1日講習会【かんたんトールペイント】【かんたんシャドーボックス】」
	内容	トールペイントやシャドーボックスを地元で指導されている方々より教わりながら、異世代間交流を行う。 （若いお母さん～年配のお母さん） 講師：岸上智津子・宮崎薫、浅越千晶（シャドー教室、トールペイント教室）
第4回	テーマ	「～子供の力を育むために～Cap講習会【子どものワークショップ】」
	内容	低学年、高学年にわけて、ワークショップを開催。子供の権利、自由、安心、自信を学ぶ。 講師：米田令子、江田直子、橘裕子（Capこうべ）
第5回	テーマ	「しめ縄を作ろう」
	内容	縄の扱い方やしめ縄の由来等をしめ縄作りを通して、若いお父さんお母さん、子供たちに伝えていく。 講師：森本巖他10名（八多明寿会）
第6回	テーマ	「凧を作ろう、凧を揚げよう」
	内容	凧作り、凧揚げを通じて、親子の交流や異世代間交流を行う。 講師：井上和重（防災福祉コミュニティ会長、北ハイツ自治会長）

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

- ・親子でいろんな体験をして楽しめた。
- ・作り方を教え合ったり、皆で力を合わせて行った。
- ・住民どうし、異世代間でたくさんのお話をし交流できた。仲間づくりができた。
- ・スタッフに加わりたい（6人）

和太鼓DE仲間作り

和太鼓“ドンドコ”

代表：神足 京子
神戸市北区八多町



【講座の目的・趣旨】

和太鼓を通して近隣の小中学生同士のコミュニケーションを形成し、交流する事で仲間作りをする。
伝統芸能として和太鼓に親しみ、日本文化に触れる。

【日程・会場】

1	12年8月1日(火)13:30~15:30	神戸市立八多中学校
2	12年8月2日(水)13:30~15:30	神戸市立八多中学校
3	12年8月3日(木)13:30~15:30	神戸市立八多中学校

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「和太鼓 基礎講座」
	内容	自己紹介。 違う学年、学校の子供たちのグループ分けをし、バチの持ち方、打ち方の指導を受ける。 基本リズムの練習。 講師：上床乙恵（はたっこ太鼓）
第2回	テーマ	「ぶち合わせ太鼓に挑戦」
	内容	グループ分けをし、3人一組で演目を教えていく“ぶち合わせ太鼓”を覚える。 講師：上床乙恵（はたっこ太鼓）
第3回	テーマ	「ぶち合わせ太鼓 おさらい会」
	内容	保護者の方々の前で3日間の成果の発表会をする。3日間の修了式をし、子供同士の親睦を深める。 講師：上床乙恵（はたっこ太鼓）

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

- ・時間を忘れるほど夢中になった。ストレス発散になった。
- ・こんなに太鼓が難しいとは思わなかったけどすごく楽しかった。
- ・初めて出会った人とすぐ友達になれたし、みんなで太鼓を叩いて楽しかった。

在日外国人と共生のまちづくり

アジア女性自立プロジェクト

代表：稲田多恵子

神戸市長田区海運町



【講座の目的・趣旨】

神戸市・阪神間に住む外国人、特に女性が日本で暮らすときのバリア（障害）とは何だろうか。あまり社会の中で中心的な存在でない彼女たちの意見を聞き、外国人との共生社会をめざして、地域の人たちの協力を得たい。

【日程・会場】

1	12年9月9日(土)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター
2	12年10月14日(土)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター
3	12年10月21日(土)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター
4	12年11月11日(土)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター
5	12年12月3日(日)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター
6	13年1月28日(日)14:00~16:00	たかとりコミュニティセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「インドネシアから来日して—シングルマザーとしての子育て—」	内容 インドネシアで日本人の夫と結婚。2児の母親となったが夫の死亡により来日を決意（インドネシアではシングルマザーは生きにくい）。来日後、入国時を含め外国人という壁があり、行政の窓口や制度の利用で不利益を生じ、市内のNGOに相談。現在は母子寮に入所し、母子家庭保護を得て仕事をしながら生活。日本でキャリアを身につけ、自身のスタンスを確立したいと考えている。講師：エレン高野（出身国インドネシア）
第2回	テーマ 「日本在住のベトナム人の生活から」	内容 インドシナ難民として1975年来日。九州長崎の難民センターから四国へ行き、そこでベトナム人の夫と結婚。関西に居住地を移転し神戸に定住して8年になる。子どもの学校生活を通して、日本人の子どもに家の手伝いをさせていない事に疑問。PTA活動に積極的に参加する必然性が見えないという。受講生からベトナム戦争後の状況や神戸在住ベトナム人の暮らしなどの質疑応答があった。講師：ハ・ティ・タン・ガ（出身国ベトナム）
第3回	テーマ 「日本での子育て」	内容 12年前に来日。その後日本人の夫と結婚。出産前後には日本語が通じないためフィリピンの母親へ電話で相談。医療では治療の違いに不安を持った。子どもの命名に際し、神戸市では区によって対応が異なり驚いた。子育てを通してしつけについて日本と母国の違いがあるが方針としては、厳しすぎる面と愛情の注ぎ方で参加者が賛否両論が出て盛り上がった。講師：マリアン知念（出身国フィリピン）
第4回	テーマ 「日本でのさまざまな経験」	内容 来日して12年、2年前に結婚。出産・育児に関して夫の母親はすでに亡くなっていて、タイの母親に電話をしてもシステムが違いすぎて相談にならなかった。乳児を抱え、体調不良で入院した経験談。日本人の友人を持たず、地域とのつながりをつくれずノイローゼ気味で今も不安である。受講者にタイ出身の方がおられ、文化の違いから日本社会への誤解が多々あることから、問題解決には経験と友人が重要だということを語ってくれた。講師：サンティワン・シリワン（出身国タイ王国）
第5回	テーマ 「ネパール人の夫と共に」	内容 文通で知り合ったネパール人の夫と神戸に在住。国際結婚の良いところや不便なところを語ってくれた。2人でネパールに住んでいた体験と、日本での夫の在留ビザの不安定さで困った事、又、ハローワークに何度も足を運んで就職できた事など。ネパールの配偶者を持つ日本人どうし連絡をとり、情報交換をしながらお互いに悩みや問題を出し、助言し、伝え合う関係を紹介。講師：グルン岡本かずみ（EVERGREEN）
第6回	テーマ 「日本で働くシングルマザー」	内容 結婚を機会に来日、その後の生活の中で離婚を決意するまでのこと。また離婚後の大変だったことを語っていただく。現在は日本での定住を望まず、次のステップとして自分自身を磨いて米国への移住を考えているとのこと。悩みを抱えていた頃の孤独な時にAWE Pの活動に出会ったら、もっと精神的に救われたと感じる。もっと外国人女性に活動をアピールして欲しいと伝えてくれた。講師：呉暁梅（出身国中国）

【受講者数】

52人

【受講者の主な意見】

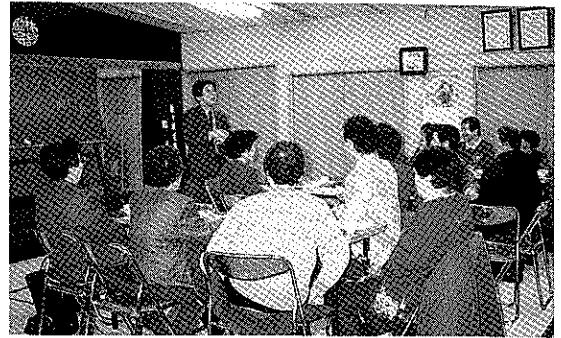
- ・国籍・性差別・障害などの前に、人間としてどう生きるのか、どう付き合うのかなど改めて考えさせられた。
- ・身近におられる外国人の方からの意見は私達の社会の問題点を浮かび上がらせてくれたような気がした。
- ・「日本人の常識」の範囲で接するのはおかしい事だと思った。

園芸を通じての仲間づくり

駒ヶ林婦人会

代表：北村美代子

神戸市長田区駒ヶ林町



【講座の目的・趣旨】

地域の人達によろこばれているふれあい喫茶及び給食会にて勉強した成果を話し、良い仲間づくり又一人暮らしのお年よりのところへプレゼントする等、住民の元気アップを目的としたコミュニティづくりをめざす。

【日程・会場】

1	12年9月27日(水)13:00~15:30	駒ヶ林公園内
2	12年11月22日(水)13:00~15:30	駒ヶ林公園内
3	13年2月20日(火)13:30~15:00	駒ヶ林会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「秋に備えて草花の手入れ」
	内容	ブルーアイス、ユーデンギク、テルスター、クフエーア等の鉢植え 講師：米田一郎
第2回	テーマ	「秋播き草花について」
	内容	業ボタン、フェサンゴ、ユリオブスラージ、アイビーの鉢植え 講師：米田一郎
第3回	テーマ	「寄せ植えについて反省会」
	内容	花を通じての趣味づくり、生きがいづくり 講師：米田一郎、西村均

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・四季を通じての園芸をしてほしい。
- ・生きがいができた。
- ・おとしよりの仲間ができた。

家庭生ゴミのリサイクルとまちづくり

ゴミを考える市民連絡会

代表：上田 諭信

神戸市長田区西山町



【講座の目的・趣旨】

せめて家庭で出るゴミぐらいは自分達でリサイクルして、震災復興のまちづくり、地域の緑化に役立てる事を目的としている。特に震災後のまちづくりを住民自身が自分達の生活を通して考え、担うことが出来れば、新しい街やコミュニティの形成に繋がるのではないかと。

【日程・会場】

1	12年4月23日(日)13:00~15:00	御蔵通5丁目公園予定地及びプラザ5
2	12年6月18日(日)13:00~15:00	御蔵通5丁目公園予定地及びプラザ5
3	12年7月16日(日)13:00~15:00	プラザ5
4	12年9月3日(日)13:00~15:00	御蔵通5丁目公園予定地
5	12年12月1日(金)13:00~15:00	プラザ5
6	13年2月25日(日)13:00~15:00	みくら5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ガレキに花を咲かせよう」
	内容	震災で住宅を撤去した公園予定地のガレキを耕して花壇にする。 講師：鈴木八重子（みくら5、6、7丁目わが街の会）
第2回	テーマ	「生ゴミによる花壇づくり」
	内容	家庭で堆肥化している生ゴミを埋め、花壇をつくる。 講師：鈴木八重子（みくら5、6、7丁目わが街の会）
第3回	テーマ	「“ぼかし”づくりと生ゴミによる堆肥づくり」
	内容	EM菌と米ぬかで“ぼかし”をつくり、生ゴミを堆肥にする。 講師：竹内千恵子（みくら5、6、7丁目わが街の会）
第4回	テーマ	「みんなで公園を考えよう」
	内容	都市計画で予定されている公園を地域の人みんなで考える。 講師：藤川幸宏（建築士）
第5回	テーマ	「家庭日用品のリサイクルについて」
	内容	牛乳パックで紙をつくる。 講師：山田弥生他3名（シテイライト）
第6回	テーマ	「環境を考えたまちづくり」
	内容	環境を重視したまちづくりに、公園をどのように位置付けるのか。 講師：藤川幸宏（建築士）

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

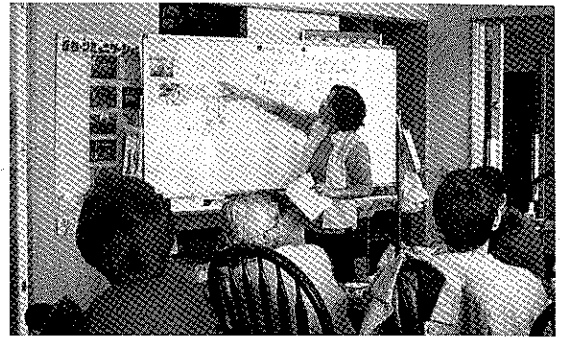
- ・一人では限界を感じやすいので、多くの人が集まれば幅広い行動につながると思う。
- ・成長を抑制してでも環境にやさしいまちづくりをしなければならぬと思う。
- ・これからの街は環境と福祉が重視されなければならないと思う。

地域の健康づくり講座

みくら健康なまちをつくる会

代表：吉田 信昭

神戸市長田区東尻池町



【講座の目的・趣旨】

震災で健康に不安を抱えておられる地域住民が大変多いことが分かり、地区内の看護婦さんのご協力を得て健康相談や健康チェックを行う。特に高齢者が多い地域でもあり、住民自身が健康について知識を深め、お互いに健康に気遣いあって暮らしていける地域づくりを目指す。

【日程・会場】

1	12年4月16日(日)10:00~12:00	プラザ5
2	12年5月21日(日)10:00~12:00	プラザ5
3	12年9月3日(日)10:00~12:00	プラザ5
4	12年11月8日(日)10:00~12:00	プラザ5
5	12年12月17日(日)10:00~12:00	プラザ5
6	12年2月24日(土)10:00~12:00	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「高血圧と健康管理」
	内容	高齢者の高血圧チェックと日常の健康管理 講師：柴本かすみ（看護婦）
第2回	テーマ	「健康チェックと相談」
	内容	脈と血圧測定と健康相談 講師：柴本かすみ（看護婦）
第3回	テーマ	「腰痛の防止について」
	内容	腰痛とギックリ腰の防止のしかた 講師：水杉英治（水杉整骨院）
第4回	テーマ	「健康に老いて、健康に死ぬ」
	内容	高齢期をいかに健康に生きて、死ぬ時は「 कोरोリ」と死ぬるには 講師：播本高志（ファーマ・ケア研究所）
第5回	テーマ	「身近にできる栄養管理」
	内容	日常の食事のチェックと栄養管理 講師：榊由美子（老人保健施設舞子台）
第6回	テーマ	「生活習慣病について」
	内容	生活習慣病をいかに防ぐか 講師：安藤健治（神戸朝日病院消化器内科医長）

【受講者数】

22人

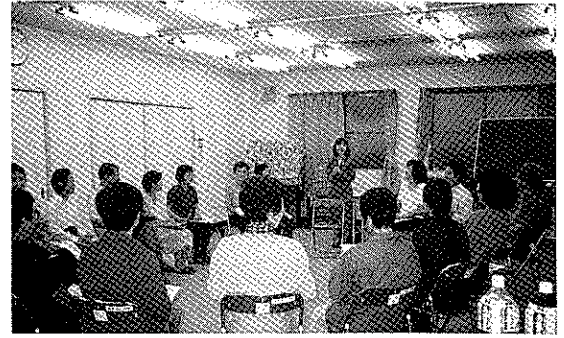
【受講者の主な意見】

- ・ 家族の食生活には特に気をつけているが、高齢者の多い地域なのでこれから見守りの体制をつくりたい。
- ・ 高齢者がいきいきと活動できる「場」と「役割」が必要である。

花とみどりの町づくり、 人の‘わ’づくり

500人委員会板宿会

代表：倉島陽子
神戸市須磨区大手町



【講座の目的・趣旨】

- ・花とみどりによる町づくりを自発的にするため、それを通して地域の仲間づくりを図る。
- ・講座を開催することにより、町づくりの意識を高める。

【日程・会場】

1	12年9月23日(土)10:00~12:00	板宿自治会館
2	12年11月4日(土)10:00~12:30	板宿自治会館、勝福寺裏山
3	13年2月3日(土)14:00~16:30	板宿自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域で人の‘わ’づくり」
	内容	人と人がつながることによって町づくりを考える。自分の人のつながり方を見つめなおすことで、よりよいコミュニケーションづくりの参考とする。 講師：大和三重（関西学院大学社会学部）
第2回	テーマ	「板宿の自然を知ろう」
	内容	自然観察会（自然観察のガイダンス、実践） 講師：増田貴志（NAR）
第3回	テーマ	「草花の調子がおかしい」
	内容	草花の正常な育成のための条件を理解する。土づくり・肥料・病害、虫害等。 講師：森田年則（園芸協会）

【受講者数】

73人

【受講者の主な意見】

- ・人と人とのコミュニケーションにおいて非言語がいかに大事かがよくわかった。
- ・普段何気なく見ている草木も、これからは気をつけて見るような気がする。
- ・体験型（参加型）で楽しかった。

交通安全、家庭教育の大切さ、 料理教室、防災知識の高揚

板宿料理教室実行委員会

代表：桑村源太郎

神戸市須磨区永楽町



【講座の目的・趣旨】

安全で安心して生活ができる地域社会づくりと、健康でいつまでも永く生活が出来るために、食による健康講座と男でも簡単に出来る料理教育、交通事故防止、防災知識を高めたい。又、親子の教育と青少年の健全育成のために阪神・淡路大震災の体験を風化させず、命の大切さ・家族の絆を再確認する。

【日程・会場】

1	12年7月29日(土)10:00~12:00	板宿自治会館
2	12年9月24日(日)13:30~15:30	板宿児童館
3	12年11月18日(土)10:00~13:00	禅昌寺地域福祉センター
4	12年12月2日(土)10:00~13:00	禅昌寺地域福祉センター
5	13年1月25日(木)18:30~20:30	板宿自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「夏の交通事故防止について」
	内容	講演と交通事故防止の腹話術とビデオ。高齢者と子供の交通事故が多発している。交通ルールを守り運転する、歩行者信号を遵守する等の講演。腹話術「ケンチャン」の人形を使い「右よし左よし右よし」の確認をし、交差点を歩行する。ビデオ-交通事故の恐ろしさ等。 講師：相原定治（須磨警察署交通課、須磨交通安全協会）
第2回	テーマ	「家庭教育の大切さと子供のしつけ」
	内容	講演と映画。①「10代の非行と親の責任」②「わが子を伸ばす親の一言」③「NO!と言うのも親の愛」の3本を上映する。家庭、学校、社会教育で子供は成長するが、一番大切な教育は家庭であると講演された。 講師：折野保夫（板宿児童館館長、板宿児童館運営委員会）
第3回	テーマ	「健康づくりの食生活と男でも簡単に出来る料理教室」
	内容	健康づくりの食生活と題して講演40分、料理1時間30分。食卓にもっと魚と野菜を！献立「つみれのミルク鍋」「かぼちゃのきんぴら」「柿なます」の作り方の説明を聞き調理する。参加人員5テーブルに分かれ料理し、5組ともおいしい鍋料理が出来た。会食と懇談。 講師：門田徳子（株式会社日米クック神戸）
第4回	テーマ	「健康づくりの食生活と男でも簡単に出来る料理教室」
	内容	健康づくりの食生活と題して講演40分、料理1時間30分。1日30品目を6つの食品群から主食、主菜、福菓を揃えて食べましょう。献立「つみれのミルク鍋」「かぼちゃのきんぴら」「柿なます」の作り方の説明を聞き調理する。参加人員5テーブルに分かれ料理し、5組ともおいしい鍋料理が出来た。会食と懇談。 講師：門田徳子（株式会社日米クック神戸）
第5回	テーマ	「防災対策について地域はどう在るべきか」
	内容	講演①地域社会の役割について②火事の話あれこれ（1時間10分）ビデオ①阪神大震災を生きる（助けあい、思いやる心）（50分）震災体験を風化させず、命の大切さ・家族の絆・助け合うことの大切さなどの再確認。防災意識、ボランティア精神が高まった。 講師：中谷範之（須磨消防署副所長）

【受講者数】

98人

【受講者の主な意見】

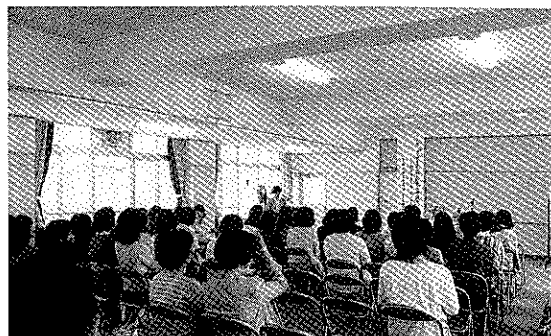
- ・家庭教育の大切さがよく分かった。
- ・交通事故の恐ろしさを改めて思い知り、交通ルールを守る必要性を強く感じた。

絵本と子育て

絵本に親しむ会

代表：北村 義雄

神戸市須磨区竜が台



【講座の目的・趣旨】

絵本を通じて親子のスキンシップを高め、
また母親同士の育児に関する問題を考える場
としての講座運営を行う。

【日程・会場】

1	12年6月18日(日)10:50~12:20	竜が台小学校
2	12年10月6日(金)9:30~10:30	名谷あおぞら幼稚園
3	12年11月9日(木)9:30~12:00	竜が台地域福祉センター、竜が台小学校
4	12年12月17日(土)13:30~15:30	竜が台地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子どもと楽しむ本の世界」
	内容	絵本が子どもにとってなぜ大切なのか。どのような絵本を与えたらいいのか。子どもたちの感性を育てる絵本の活用方法を講義していただいた。 講師：芦田悦子（親和女子大学講師）
第2回	テーマ	「絵本の選び方」
	内容	絵本の選び方に的を絞って講演いただいた。幼稚園児や就園前の幼児の母親を対象にしたものでその年齢にあったものを中心に本の選び方を学んだ。また受講生数人が幼稚園で読み聞かせ実習を行った。 講師：大月ルリ子（鴨の子文庫）
第3回	テーマ	「小学校での読み聞かせ実習」
	内容	小学生を対象に読み聞かせを行う。これに先立ち読み聞かせの方法について講師から事前に指導いただいた。事後にあってもそれぞれの読み聞かせについて講師から評価いただいた。 講師：大谷朝（神戸大学発達科学部助手）
第4回	テーマ	「絵本とおやつづくり」
	内容	この会で目的でもある育児についての一方法として子どもの交流を深めるため、受講生とその子どもたちが一緒におやつづくりを行い、その後親が子どもに絵本を読み聞かせる方法について学んだ。 講師：西岡美貴子（神戸友の会）

【受講者数】

19人

【受講者の主な意見】

【受講者の主な意見】

- ・つらいことがあっても最後は大丈夫と子どもに安心感を与える本が良いということ。
- ・普段なにげなく読んでいる絵本でも奥深いものがあるんだなと思った。
- ・子どもに選ばせるのではなく、親が選んで子どもに読み聞かせることが大切であるということを学んだ。
- ・絵本をずっと読み続けることの重要性と見る子どもの立場になった絵本の読み方が印象に残った。
- ・絵本の読み方は自然体が良いことがわかった。

お手玉遊びとりハビリ

神戸お手玉の会

代表：井上 三美

神戸市須磨区竜が台



【講座の目的・趣旨】

地域内外の婦人層・高齢者を対象にお手玉を主とした昔遊びの伝承を目指し、受講生相互が交流しあえ、研修成果により幼稚園児、小学生、中学生に伝承することができるよう実施するものである。

【日程・会場】

1	12年7月1日(土)12:30~15:00	竜が台地域福祉センター
2	12年7月29日(土)14:00~17:00	竜が台地域福祉センター
3	12年9月23日(土)13:30~15:30	須磨区民センター
4	13年1月14日(日)13:30~15:30	竜が台地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「お手玉遊びとりハビリ」
	内容	須磨区北部地域の老人会対象にお手玉遊びを指導した。またお手玉は「ボケ防止」の効果があることを説明した。お手玉は世代間交流に活用できるので孫さんや近所の子どもたちとの遊び方を指導した。 講師：北村義雄（神戸お手玉の会）
第2回	テーマ	「お手玉遊びの方法（その2）」
	内容	日本のお手玉の会から講師を招き第一回と比べより高度なお手玉遊びの方法を指導した。また、伝承遊びには、あやとり、ゴム飛ばし、などもあるのでそれらの指導も行った。 講師：藤田石根（日本お手玉の会）
第3回	テーマ	「お手玉演舞を通じ高度なお手玉遊びを学ぶ」
	内容	ある程度お手玉遊びができる人を対象に演舞を採り入れたお手玉遊びの方法を指導した。 講師：殿川武男（勝浦お手玉の会）
第4回	テーマ	「昔あそび伝承大会」
	内容	第一回から第三回までの成果を大会の形で競技会を行った。地域住民、小学生、中学生が参加した。 講師：北村義雄（神戸お手玉の会）

【受講者数】

32人

【受講者の主な意見】

心も身体もリフレッシュ講座 (地域活性化をめざして)

神戸西・助け合いネットワーク

代表：在里 俊一

神戸市須磨区南町



【講座の目的・趣旨】

須磨区千歳町には小規模住宅が数ヶ所ある。誰もが知りたいテーマをもとに講座を開催し、地域住民同士の交流と今後の地域活性化を目的とする。

【日程・会場】

1	13年1月16日(火)10:30~12:00	フレール須磨千歳集会所
2	13年1月19日(金)13:00~14:30	フレール須磨千歳集会所
3	13年1月23日(火)10:30~12:00	フレール須磨千歳集会所
4	13年1月26日(金)13:00~14:30	フレール須磨千歳集会所
5	13年1月30日(火)13:00~14:30	フレール須磨千歳集会所
6	13年2月2日(金)13:00~14:30	フレール須磨千歳集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「知っておきたい介護保険(基礎編)」
	内容	国民健康保険と介護保険との違いを比較しながら介護保険のしくみを学ぶ。 講師：柴尾亨(社会福祉法人 大樹会)
第2回	テーマ	「ここが知りたい介護保険」
	内容	介護保険のサービス内容を具体的に説明しながら、神戸市独自のサービスについて学ぶ。 講師：柴尾亨(社会福祉法人 大樹会)
第3回	テーマ	「わかりやすい介護」
	内容	訪問看護の経験を通して高齢者を介護する際のポイントや周囲のサポート方法などを学ぶ。 講師：西川朋子(訪問看護ステーション きずな)
第4回	テーマ	「家庭でできる応急処置」
	内容	家庭で起きやすい事故例をあげながら、どうしたらよいか、その応急処置、注意すべき点を学ぶ。 講師：添田初子(在宅ケア研究所)
第5回	テーマ	「くすりの基礎知識」
	内容	スライドを使用して薬の取り扱いや服用に際しての注意点、副作用などを学ぶ。 講師：和田文夫(須磨区薬剤師会)
第6回	テーマ	「明るい老後のために」
	内容	ご自身の闘病体験をもとに医学の発達の具対例をあげ、老後の楽しみ方、過ごし方を学ぶ。 講師：河畑静夫(医学博士)

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・話が大変わかりやすく、今後の生活の参考になりました。
- ・ほんわかとした雰囲気の中、楽しくできた。
- ・実体験に基づいた話がとても良かった。

地域活動推進講座 「助け合う地域をめざして」

神戸西・助け合いネットワーク

代表：在里 俊一

神戸市須磨区西落合



【講座の目的・趣旨】

地域活動に役立つ知識や技術を学ぶとともに地域コミュニティづくりに貢献する。

【日程・会場】

1	13年1月29日(月)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク
2	13年1月31日(水)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク
3	13年2月7日(水)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク
4	13年2月14日(水)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク
5	13年2月19日(月)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク
6	13年2月21日(水)13:00~14:30	神戸西・助け合いネットワーク

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護保険といきいき介護」
	内容	・介護保険の仕組みと上手な利用の仕方 ・介護保険とボランティア活動 ・残存機能を活用して寝たきりにならないための介護方法 など 講師：崇嶋幸子（ナルク神戸支部）
第2回	テーマ	「男の料理教室」
	内容	冷蔵庫に残っている物を使った焼きめしと豚汁を作る。焼きめしの作り方のコツ、おいしい味付け等をはじめの人達ばかりで和気あいあいと楽しい料理教室になった。 講師：川端俊男（ファミリーランチ）
第3回	テーマ	「介護実習」
	内容	介護する立場になり、又、してもら側になったり、実際経験して身につける。 ・ベットを使って起こす、座らせる、立たせる方法 ・車いすを使っての介助の仕方 ・お風呂の入れ方 講師：崇嶋幸子（ナルク神戸支部）
第4回	テーマ	「ボランティアの心得」
	内容	・有償ボランティアとして長年活動してきた神戸ライフケア協会の活動内容や苦勞話 ・ボランティアの心得や役割 講師：山下那智子、小島圭子（ライフケア協会）
第5回	テーマ	「救急救命 身近に役立つ応急処置」
	内容	救急車の手配の仕方、病院への配送の仕組みや、身近に役立つ応急処置と火災の原因、処置の仕方 講師：中田充武（神戸市須磨消防署）
第6回	テーマ	「寝こまないための健康教室」
	内容	長生きの秘訣としての健康管理、気持ちの持ち方等 講師：河畑静夫（医学博士）

【受講者数】

27人

【受講者の主な意見】

・講師の方の体験談で身近に感じる事が出来た。

セミナーin西須磨 自立する地域「住民主体への挑戦」 —分権時代のまちづくりをどうすすめるか—

西須磨まちづくり懇談会

代表：岡本 碩也

神戸市須磨区北町



【講座の目的・趣旨】

西須磨地域ではさまざまな市民活動が育っている。福祉・環境・公害をテーマとするNPO活動を縦系とし、地域の自治会等の取り組みを横系とする「地域織り」を創り出す活動の中から、分権時代における“住みよいコミュニティ西須磨”をつくることを目的とし、「地域の課題の共有」「地域における合意形成の仕組みづくり」「行政への施策提言」「これらを実現できる地域の育成」のため、本格的なまちづくりの勉強を目的とした。

【日程・会場】

1	12年6月24日(土)13:30~16:30	月見山自治会館
2	12年7月22日(土)13:30~16:30	月見山自治会館
3	12年8月26日(土)13:30~16:30	月見山自治会館
4	12年10月21日(土)13:30~16:30	月見山自治会館
5	12年11月19日(日)13:30~16:30	月見山自治会館
6	12年12月16日(土)13:30~16:30	月見山自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「夢を形に—市民が主役のまちづくりを どう立ち上げるか」
内容	これまでのまちづくりは、多くの場合事業手法が決まってから立ち上げられるケースが多い。それでは関係者の利害が先行し、紛糾する結果となる。事業手法が決まる以前の初期にまちづくりを住民はどう立ち上げ、行政はどう支援するか—大阪の八尾市、豊中市、箕面市事例から学ぶ。 講師：久 隆浩（近畿大学土木工学科住民環境計画研究室助教）
第2回	テーマ 「市民と行政の協働のまちづくり—その実践例に学ぶ」
内容	箕面市まちづくり条例群—理念条例・市民参加条例・福祉のまち総合条例がどのように生まれてきたのか、行政が市民を信頼して待つ姿勢、それに応え頑張る市民側公募委員、それらの連携の事例が豊富に紹介された。 講師：直田春夫（みのお市民まちなみ会議会長、みのお文化ファーム事務局長）
第3回	テーマ 「転換期の被災地復興まちづくり—問われる住民の主体性」
内容	震災後の神戸のまちづくりは事業先行のまちづくりに住民が参加するものがほとんどであった。震災6年目を迎え「参加型まちづくり」から転換し、復興まちづくり第2ラウンドの課題として「住民主体のまちづくり」を実現するための住民のあり方に焦点をすえた話があった。 講師：松本誠（明石まちづくり研究所代表幹事、神戸新聞情報科学研究所副所長）
第4回	テーマ 「まちづくり構想から実践へ」
内容	12年前（昭63）若手商学者7人でボランティアでかけつけた市の若手職員3人の毎週1回の勉強会から、まちづくりへの関わりが始まった。駅前商店街の200軒の商店を含め、700軒の住民と共につくり上げた豊中駅前構想をさまざまな取り組みを重ねながら実践段階へ持ち込んだ貴重なまちづくり報告。 講師：入江修一（豊中駅前まちづくり協議会事務局長）
第5回	テーマ 「新たな担い手をどう創り出すか—行政・市民の立場から」
内容	被災地におけるNPOやボランティア団体の役割が重要視されながら、神戸市にはその担当の窓口がなく、98年4月にやっと市民活動支援課が設置された。その責任者としての立場から市民と行政の新たな“協働”の中味をどう創るか、その場合の神戸市のNPOとのかかわりの基本的な考えに等についての話があった。 講師：井上隆文（神戸市市民局市民活動支援課課長）
第6回	テーマ 「まちづくり組織の運営ノウハウ—西須磨の次へのまちづくり」
内容	コンサルタント事務所に勤めていた講師が、12年前豊中駅前まちづくりにかかわり、地元住民と市役所が共に協力する現場で専門家として伴走し続けた。3年前から三田市政40周年の「まちかど夢イベント」で企画から運営までを住民が担う事業のサポート体験を通じて、まちづくり住民組織づくりの具体的な話を聞く。 講師：藤本真里（県立人と自然の博物館研究員）

【受講者数】

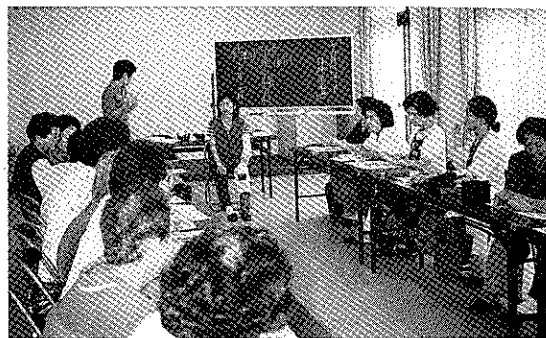
89人

【受講者の主な意見】

その気になって 体験学習

松風南ふれまちグループ

代表：広岡 肇
神戸市須磨区衣掛町



【講座の目的・趣旨】

白内障や脳卒中後遺症の体験を通し、その立場を共感することで介助時の注意点などを考える。

【日程・会場】

1	12年7月17日(月)13:30~15:00	松風南地域福祉センター
2	12年9月18日(月)13:30~15:00	松風南地域福祉センター
3	12年10月16日(月)13:30~15:00	松風南地域福祉センター
4	12年11月20日(月)13:30~15:00	松風南地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「その気になって 体験学習」
	内容	白内障や脳卒中後遺症の体験を通しその立場を共感することで介助時の注意点などを考える。 講師：岡田久子（あいハート須磨）
第2回	テーマ	「ちょっと得する介助の方法」
	内容	車イスからの移動介助の方法。歩行介助の方法について考え学ぶ。 講師：松本真澄（あいハート須磨）
第3回	テーマ	「生活体力測定で健康を見直そう」
	内容	みんなの体操（新ラジオ体操）を覚える。 講師：福居将仁（健康運動指導士）
第4回	テーマ	「ダンベル体操を媒介にした健康づくり」
	内容	ダンベル体操を覚える。 講師：池上俊輔（健康運動指導士）

【受講者数】

23人

【受講者の主な意見】

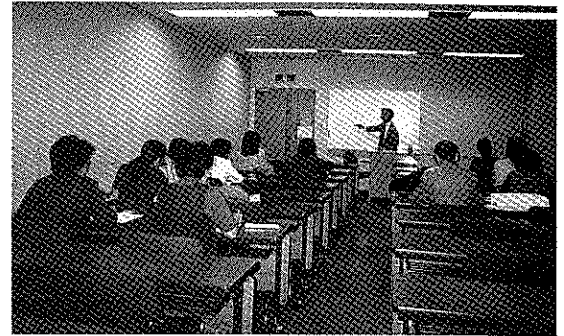
- ・ダンベル体操で体が軽くなった。
- ・とても楽しかったです。
- ・健康の大切さがわかった。
- ・簡単なことが多いので実行しやすい。

連続講座「うちの地域のあんな子こんな子」

「みっくす」(神戸市障害児・者の放課後を考える会)

代表：若水 順子

神戸市西区学園東町



【講座の目的・趣旨】

家族の断絶、学級の崩壊が目立つ現在「何故こんな状況が起きたのか?」「親と子、大人と子供のつながりは今のままでよいか?」を地域の大人の立場から、もう一度眺める必要がある。問題のある子、問題のない子にも「私たちはどう接したらよいか?」を考える必要がある。

【日程・会場】

1	12年10月16日(月)10:00~12:00	舞子会館
2	12年10月17日(火)10:00~12:00	舞子会館
3	12年10月18日(水)10:00~12:00	垂水勤労市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「引きこもる子供達、群れる子供達」
	内容	①子供に接するためにその子の個性を大切にしよう ②そのためには子供の気質を知ることが第一歩 ③その子の気質にあった接し方が肝心(大人も自分の気質を知る) ④「引きこもり」も「群れる」も同じ心理 講師：藤原靖子、新田展子(療育スタッフGネット)
第2回	テーマ	「大人の経験、子供の経験」(ワークショップ形式で)
	内容	紙粘土で自由に「生きているもの」を作ってみる ①制作後、課題に従って話し合う ②作品が子供時代の投影であることを悟る ③子供の行動が隠れた心理を表現していることを知る必要がある 講師：山下早智子、藤原靖子(療育スタッフGネット)
第3回	テーマ	「地域の教育力とは」
	内容	①ボランティア活動とは地域の行政と個人の動きのはざまを埋めるもの ②江戸時代の子育て(地縁、血縁で結びついた子育て) ③現在は「他人に無関心な時代、悩んでいる人を皆で支える必要がある 講師：三宅芳宏(市立のばら学園長)、藤原靖子(療育スタッフGネット)

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・都会の中でいかにコミュニティを形成するか、抱えている問題の中でどう連携していくのかなど、とても難しくかつ重要な課題であると思う。
- ・個人の素朴な感覚がコミュニティにつながっていく。力強く、新鮮に感じた。

親子でスキンシップ講座

たんぼぼクラブ

代表：吉田 節子

神戸市須磨区天神町



【講座の目的・趣旨】

幼児期の子育てをする母親が、心の開放と仲間づくりができるよう子供とのスキンシップをしながら、楽しく子育てすることを学ぶ。リトミック、ヨーガ、遊び（ごっこ遊び）を通して楽しさを体験し、又、講師から悩みに対してのアドバイスをしていただく。

【日程・会場】

1	12年6月6日(火)10:00~12:00	垂水勤労市民センター
2	12年6月20日(火)10:00~12:00	垂水勤労市民センター
3	12年9月29日(金)10:00~12:00	さかなの学校(マリンピア神戸)
4	12年10月8日(日)10:00~12:00	苔谷公園コミュニティ体育館
5	13年2月6日(火)10:00~12:00	垂水勤労市民センター
6	13年2月27日(火)10:00~12:00	垂水勤労市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子でリズムあそび パート1」
	内容	ピアノのリズムに合わせて身体を動かしたり、親子でスキンシップをしながらねっころがったり、とんだりして体と心の開放をする。 講師：村田久恵(リトミック指導者)
第2回	テーマ	「親子でリズムあそび パート2」
	内容	パート1に続けて、ピアノのリズムに合わせて体を動かし、少し複雑なリズムで手をつないだり親から離れたりする。(お友達ともスキンシップ) 講師：村田久恵(リトミック指導者)
第3回	テーマ	「劇あそび」
	内容	グループに分かれ(4組の親子)、お話を考えて、身の回りにある材料(色紙、テープ、ひも、布など)で変装して演じる。日常生活から離れて、お話の世界を楽しむ。 講師：桂祐子(保育士)
第4回	テーマ	「忍者ごっこ」
	内容	覆面をして忍者に変身!頭忍者(講師)に続いて、5つの修行(なわくぐり、木の葉がくれ、石になる、川上り、変身)をしながら、忍者屋敷にむかう。親子で力を合わせて忍者になり切って楽しむ。 講師：須貝京子、山内平、安藤耕司(アフタフ・バーバン)
第5回	テーマ	「親子ヨーガ パート1」
	内容	親子でスキンシップをしながら体をほぐす。体のツボを刺激して心もほぐす。お話に出てくる動物になって、ストーリーを展開していく。「金太郎のお話」 おはしの持ち方を習う。 講師：伊藤さよ子(子ども研究会、ヨーガインストラクター)
第6回	テーマ	「親子ヨーガ パート2」
	内容	パート1にひき続き、母親が子どもの体のツボに触れて、子どもの体と心を開放させる。さまざまなポーズをとってみる。「おはなしヨーガ」を楽しむ。子どもの体についてお話を聞く。 講師：伊藤さよ子(子ども研究会、ヨーガインストラクター)

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

- ・楽しかった、また受けてみたい。
- ・子どもとゆったりと接することが出来るようになった。
- ・子どもがみんなでお話を聞いてくれたような気がする。

生き生き元気に安心して暮らしま専科

NPO福祉ネット星が丘

代表：三木 熊雄

神戸市垂水区星が丘



【講座の目的・趣旨】

高齢者や障害者にとって不安の多い時代、互いの関わりの中で自らの存在に確信をもち、あるがままを受け入れ、助けられ上手になることによって、活力ある生き方を創りあげる。

【日程・会場】

1	12年10月28日(土)14:00~16:00	千代が丘地域福祉センター
2	12年11月23日(木)14:00~16:00	星が丘ホーム
3	12年11月25日(土)14:00~16:00	星が丘ホーム
4	12年12月23日(土)10:00~16:00	千代が丘地域福祉センター
5	13年1月27日(土)14:00~16:00	星が丘ホーム
6	13年2月24日(土)14:00~16:00	舞子ピラ

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「自立と自助、私の暮らし方を交流しま専科」	内容 視覚、聴覚、肢体障害をもつ方、介護をされている方、受けている方々よりのパネル発言、交流の中で互いに元気の秘訣をわかちあう。 講師：栃尾正信（兵庫県肢体障害者団体協議会）
第2回	テーマ 「身体を動かし健康づくりをしてみま専科」	内容 現状の体力を知り、身体機能の低下のプロセスを学ぶ中で、日常生活の苦勞を少しでも減らし、体力維持をすすめる。リハビリ体操の実践を体験。 講師：矢野隆史（作業療法士会）
第3回	テーマ 「バリアフリー住宅と健康、桧を使って小物づくりをしま専科」	内容 『シックハウス病とは』をビデオを通じて学び、環境保全やアトピー問題、バリアフリーの認識について資料を通して学びあい、桧の端板を使っての棚づくりを各家庭で行った。 講師：山藤好正（シックハウス病を考える会）
第4回	テーマ 「パーソナルカラーを見つけて街を歩いてみま専科」	内容 障害者対応の服や、オーストリアの民族服・パーティ服を選び、専門家によるメイク等を、各自が人から心よく感じる色探しを午前中にして、ピアノ生演奏の中出演し、講師より特色とセンスアップのアドバイスをしてもらった。 講師：政野晃女（カラーリスト）・米田博司（長樂服工房）
第5回	テーマ 「老後、死後の財産管理をしてみま専科」	内容 遺言書の書き方と自分らしい最後を自分で決める成年後見制度について詳しく学びあい、法律上の矛盾点やこれを補うための周りの方の援助、行政などの支援を学んだ。 講師：大槻倫子（神戸総合法律事務所 弁護士）
第6回	テーマ 「癒しのメッセージ、やすらぎの音を聞いてみま専科『ふれあいコンサート』」	内容 参加者ふれあい型のコンサート形式で、昔なつかしい唱歌や童謡、民謡に親しみ、フルート、マリンバ、トランペットの生演奏や太鼓にあわせて、大人も子どもも、車イスの方も、障害者もひとつになって折り紙で紙とんぼをとばしたり、踊って、飛び入り参加も含めて共に大きな声で歌った。 講師：神戸青年合唱団

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

高齢化社会に向けての とりくみと地域のかかわり

ボランティアグループひまわり

代表：下田美代子

神戸市垂水区本多間



【講座の目的・趣旨】

講座を機会に地域の関わりと交流を図り、ボランティア講座を通し活動に参加する機会を作り、意識向上を図る。又、地域福祉に関わるきっかけを作り、お互いにちょっと手をさしのべる土壌作りをし人材資源活用と地域の助け合いのコミュニティが作れるようにする。

【日程・会場】

1	12年9月6日(水)10:00~12:30	新多聞第三住宅集会所
2	12年11月1日(水)10:00~12:00	新多聞第三住宅集会所
3	13年2月21日(水)10:00~12:30	新多聞第三住宅集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「障害者福祉と障害者の立場から」
	内容	車いすの介助の方法とアイマスクの体験 実際に障害者の講師の話聞き、車椅子に乗ったり押したり体験。アイマスクをつけての歩行体験。障害のある方の大変さや信頼関係の大切さを学ぶ。 講師：栃尾正信（兵庫県肢体障害者協会事務局長）
第2回	テーマ	「生活環境、水と健康」
	内容	水の塩素実験などを通し、身体によい水悪い水、その他の有害成分と水との関係など自分で日常に取り入れていかなければならない健康作りを学ぶ。 講師：金沢光哲（㈲アクアヘルス代表取締役）
第3回	テーマ	「在宅介護と介護保険」
	内容	・介護保険導入に向けてもっと詳しく知りたい学びたいと、今の現状を聞き、質問しながら学ぶ。 ・衣服の着脱と寝具の交換の方法を実習した。 講師：辻恵子（須磨赤十字病院 看護婦長）・奥田孝子（須磨いきいきの郷看護部長ケアマネージャー）

【受講者数】

31人

【受講者の主な意見】

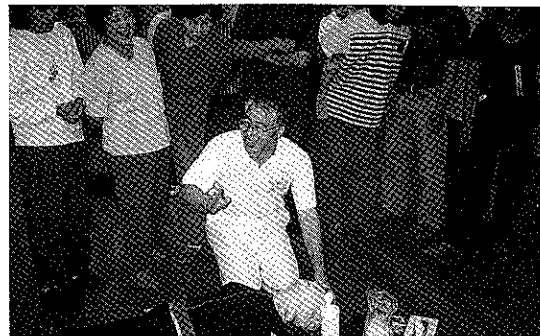
- ・健全者であってもいる障害をもつかわかりません。その時どのように障害を受け止めればよいか、周囲はどのように支えればよいかなど教えていただいた。
- ・何気なく使っていた水について見方が変わった。
- ・介護保険を受けることは、少し気後れするものに思いがちだったが、今日お話しを聞いてまずは、相談から始めようと思った。

共に築くコミュニティー

学園東町ふれあいのまちづくり協議会福祉部

代表：植村 勝紀

神戸市西区学園東町



【講座の目的・趣旨】

一年目の地域活動推進講座をもとに、地域でもっとみんなで考えていきたいことをテーマに（健康、子育て、地域福祉など）話しあえる地域づくりをめざす。

【日程・会場】

1	12年6月25日(日)13:30~16:00	学園東地域福祉センター
2	12年10月21日(土)13:30~15:30	学園東地域福祉センター
3	12年11月25日(土)14:30~16:30	学園東地域福祉センター
4	13年1月27日(土)13:30~15:30	学園東地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「いざという時、あなたは愛する人を救えますか？心肺蘇生法」
	内容	心臓外科医であった講師の先生の経験に基づくお話。単に心肺蘇生法という技術の習得だけではなく、なぜ一人一人が心肺蘇生法を知っておく必要があるのかという納得のいく内容でした。 講師：河村剛史（兵庫県立健康センター）
第2回	テーマ	「インターネットとまちづくり」
	内容	H11年度に推進員講座でパソコン・インターネット講座を催し、関心の高さが伺えた。12年度は従来と異なる地域交流の方法としてのインターネットの活用、インターネット利用のマナーについて、地域内にある神戸工専の先生を講師に話を伺った。プロジェクターを使っでの説明で分かりやすかった。 講師：尾崎進（神戸市立工業高等専門学校）
第3回	テーマ	「CAP」
	内容	小学校の理解、協力も得て開催、実際にロールプレイに参加しながら、低学年の子どもたちにも人権学習が分かりやすく教えられ、又、おとな（保護者、一般）の参加により、親子・家族から地域へと子どもを暴力から守る意識が広がっていくことを期待できる。 講師：原田薫他CAPスタッフ（CAP神戸）
第4回	テーマ	「子どもと向き合う一思春期の心と親のかかわり」
	内容	思春期の子どもということで対象年齢を変えての企画。講師の経験に基づく話も興味深く、講演のあとフリートークのかたちで参加者の意見交換をして、地域での子どもたちの様子や情報を知ることができた。 講師：渡辺和美（メンタルサポート研究所）

【受講者数】

45人

【受講者の主な意見】

- ・心肺蘇生法の講習では技術だけでなく人の命、なぜ蘇生法が必要かを教わった。子ども達に広く広まることを希望します。
- ・インターネットの全般の話が分かり易く聞けて、非常に有意義だった。
- ・命の大切さを知った。声をかけること、語ることが必要であると感じた。

家庭でおこなえる 介護の知識と援助のしかた

阪神高齢者・障害者ネットワーク

代表：中辻 直行

神戸市西区榎野台



【講座の目的・趣旨】

超高齢化社会をひかえ、家庭でもできる介護・介助の方法を基本的ボディメカニズムによって知り、安全・安楽・快適に過せるための知識や技術を修得する。

【日程・会場】

1	12年 8月 3日(木) 14:30~16:00	あじさいの家
2	12年 8月 11日(金) 14:30~16:00	あじさいの家
3	12年 8月 18日(金) 14:30~16:00	あじさいの家

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護とは何かを知ろう」
	内容	介護・介助とは何か、何のためにするのか、基本理念を学ぶ。 講師：川崎栄子（介護福祉士）
第2回	テーマ	「基本的ボディメカニズムを知って介護の実際を学ぶ」
	内容	体の構造を知ることで、介護や介助をやさしくとらえる。介護される本人のニーズを探ることができる。 講師：川崎栄子（介護福祉士）
第3回	テーマ	「補助機具の役割と効果的な使用方法を知る」
	内容	家庭で使う補助機具を実際に使って体でおぼえる。 講師：川崎栄子（介護福祉士）

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

- ・アットホームな雰囲気楽しく学習できた。
- ・少しの知識でもあれば、すいぶん違うことがよくわかった。
- ・介護はお互いの思いやりが大切だと思った。

手話を通しての コミュニケーションコントロール

阪神高齢者・障害者支援ネットワーク

代表：中辻 直行

神戸市西区樫野台



【講座の目的・趣旨】

ニーズが複雑・多様化する社会で、様々な人間と向き合う中でコミュニケーションを図る手段のひとつとして手話の重要性が高まってきている。手話を学習することで地域で暮らす人々が安全・安楽・快適に生活できることが期待できる。

【日程・会場】

1	12年9月21日(木)15:15~16:45	伊川谷工房
2	12年10月5日(木)15:15~16:45	伊川谷工房
3	12年10月12日(木)15:15~16:45	伊川谷工房

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「手話を知ろう」
	内容	手話を通して自己と向き合い、障害者の気持ちを知る。 講師：岩崎和子（福祉学級だけのこグループ）
第2回	テーマ	「日常的に使う手話」
	内容	挨拶や簡単な質問の仕方を学びます。 講師：岩崎和子（福祉学級だけのこグループ）
第3回	テーマ	「手話で話そう」
	内容	初歩的な会話をする。 講師：岩崎和子（福祉学級だけのこグループ）

【受講者数】

34人

【受講者の主な意見】

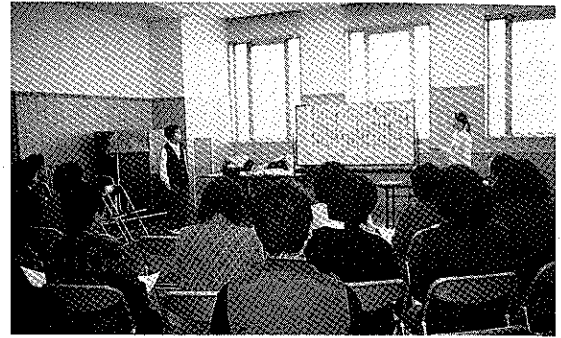
- ・以前から手話を学びたかったのでとてもよかった。
- ・講師の先生の説明が分かりやすかった。
- ・忘れないように続けていきたいと思う。

～高齢者・障害者の方と共に～ 「こころとからだ」楽しくいきいきと！

フェニックス・サポート月が丘

代表：高口和子

神戸市西区月が丘



【講座の目的・趣旨】

地域で、あるいは施設へ出向いて高齢者・障害者とかがわっている方たちに、レクリエーションの意義とその手法を共に学ぶ機会を提供し、できれば今後勉強会（ネットワークづくり）へと発展させることを目的に開催した。

【日程・会場】

1	13年1月16日(火)13:30～15:30	西区民センター
2	13年1月18日(木)13:30～15:30	西区民センター
3	13年1月23日(火)13:30～15:30	西区民センター
4	13年1月26日(金)14:00～16:00	西区民センター
5	13年1月30日(火)14:00～16:00	西区民センター
6	13年1月31日(水)14:00～16:00	西区民センター

【カリキュラム】

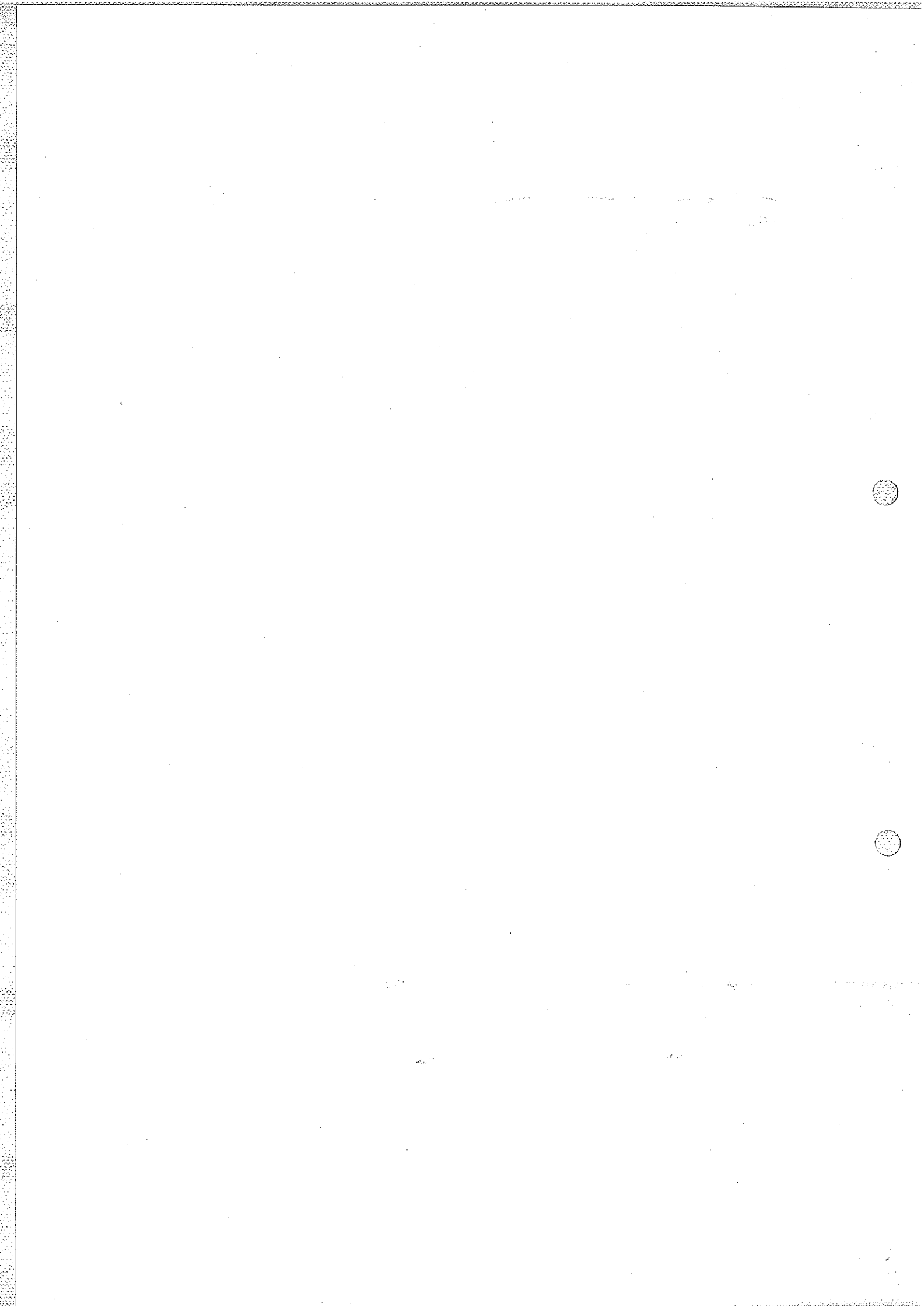
第1回	テーマ	「歌体操の成り立ち 実習」
	内容	高齢者・障害者の心と身体のリハビリテーション 講義：歌体操の成り立ち 実習：高齢者の好む昔の流行歌・童謡に合わせて無理なくリラックス、リハビリできる方法について 講師：寺島龍子（在宅リハビリと歌体操研究所所長）
第2回	テーマ	「身近な自然の草木で作って遊んで楽しくリハビリ！」
	内容	「オギ」を使ってネズミ、スズメを作る。その他、木片や枝、竹の皮、豆や種を使ってマスコットや装身具の作り方を習う。 講師：菊田穰（日本自然保護協会自然観察指導員）
第3回	テーマ	「老いを防ぐ歌体操」
	内容	口、手足を同時に動かして血行を良くし、脳卒中後遺症等の改善、痴呆の予防に役立つ方法について実習。 講師：寺島龍子（在宅リハビリと歌体操研究所所長）
第4回	テーマ	「高齢者・障害者と～ 実習」
	内容	共に笑顔で過ごす時間で、心と身体をリラックスさせよう。 講義：レクリエーションについて 実習：折り紙、新聞紙など身近なものを使って楽しむ。歌・手話でゲームなど。 講師：中垣和子（こうべ市民福祉交流センター講師）
第5回	テーマ	「集団レクリエーション、在宅レクリエーション」
	内容	心と身体の活性を促す方法。 講義：レクリエーションの考え方、捉え方 実習：無理なく自然に、そして楽しく身体を動かしてレクリエーションの基本を学ぶ 講師：長尾正子（神戸看護福祉専門学校専任講師）
第6回	テーマ	「高齢者・障害者と～ 実習」
	内容	楽しいレクリエーションで張りのある豊かなところをいつまでも。ティッシュ、広告チラシ、牛乳パックなどを使って楽しむ。リラクゼーション、読みきかせ、手話など盛りだくさんにレクリエーションの手法の実習をする。 講師：長尾正子（神戸看護福祉専門学校専任講師）

【受講者数】

49人

【受講者の主な意見】

- ・お年寄りだけでなく年齢を問わず、歌い身体を動かすことはとても気分よく、健康的でよかったと思う。
- ・自然のものを作ることによって、環境のことを考え、人工のものでないところがよかった。
- ・老人ホーム等のボランティアの参考になることが多くあった。



阪 神 地 域

グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
尼崎ココロン・クラブ	作田咲枝	これからの人づくり、まちづくり	尼 崎 市	61
尼崎市女性団体協議会	入口泰美	フェミニストカウンセリング講座パートⅡ	尼 崎 市	62
尼崎消費者協会	松田登巳子	いきいきライフ	尼 崎 市	63
尼崎どんぐりの会	中嶋裕子	手作り紙芝居講座	尼 崎 市	64
猪名庄遺跡を学ぶ会	川本ミハル	歴史を活かすまちづくり	尼 崎 市	65
さくらんぼの会	内田信子	精神保健ボランティア講座	尼 崎 市	66
生活協同組合都市生活コミュニティ部会尼崎	前川智佳子	家庭介護の基本を身につけつつ、地域福祉の必要性を知る	尼 崎 市	67
男女共生街づくり研究会	内田信子	連続セミナー「私たちの暮らしと自治体」	尼 崎 市	68
ネットワーク・そのだ	園田政子	安心づくりちえづくり講座	尼 崎 市	69
波紋グループ	岡田陽子	おばあちゃんの知恵袋伝授	尼 崎 市	70
おむすびクラブ	武田博子	あなたとわたしのエンパワメント「手をつなごうよ」	西 宮 市	71
おもちゃライブラリー「ばばーる」	吉田照美	家庭教育講座「子育て支援」	西 宮 市	72
関西学院ヒューマンサービスセンター	山本有紀	できることからはじめよう～ボランティア活動へのお誘い～	西 宮 市	73
コープこうべ・塩瀬コープ委員会	荻野美紗子	心豊かな地域づくりに向けて	西 宮 市	74
社会福祉協議会東山台分区分東山台ボランティアセンター	東野弘美	情報ボランティア養成講座「地域情報紙をつくろう」	西 宮 市	75
社会福祉協議会東山台分区分東山台ボランティアセンター	東野弘美	パソコンでつなぐ地域活動「お父さんのためのパソコン講座」	西 宮 市	76
新日本婦人の会西宮支部えんどう班親子リズム組	鈴木千草	子育て支援講座	西 宮 市	77
生活協同組合都市生活コミュニティ部会西宮	前川智佳子	この地で自分らしく心豊かに暮らしたい	西 宮 市	78
多文化共生センター・ひょうご	野間 恵	多文化ボランティア入門～違っていてもみんな友達・ワークショップで学ぼう～	西 宮 市	79
特定非営利活動法人ブレンヒューマンティ	能島裕介	ユース・ボランティア講座	西 宮 市	80
名塩婦人会	田中克子	心豊かな暮らしに向けて～住みよい地域づくり、楽しい仲間づくり講座	西 宮 市	81
にしのみや遊び場つくろう会	米山清美	プレーリーダー養成とプレーパークの実際	西 宮 市	82
西宮ココロン・クラブ	山形隆子	地域活動“ツボのツボ”	西 宮 市	83
西宮在日韓国・朝鮮人教育を考える会	太田光一	在日外国人教育セミナー	西 宮 市	84
ブレアデスR	中西頼子	ブラッシュアップ講座	西 宮 市	85
木馬の会	岩波真理	さあ始めよう夢を形へ～女性たちがはじめた地域活動の取り組みに学ぶ～	西 宮 市	86
わんぱく会	青木裕子	親子体操であそぼう	西 宮 市	87
芦屋おたすけたい	松本壽子	今、私たちにできることは	芦 屋 市	88
芦屋おたすけたい	松本壽子	リサイクルで生活にうるおいを	芦 屋 市	89
おもしろプランニング	毛利寿子	LET'S TALKー芦屋で生きる	芦 屋 市	90
グリーンマントの会(芦屋市民街づくり連絡会)	藤原千秋	みどりのまちづくり	芦 屋 市	91
イーブンネット桜台	石井裕子	あなたらしく、私らしくコミュニケーションしませんか?	伊 丹 市	92
伊丹NPOセンター	赤松弘揮	始めてみよう。できことからのNPO	伊 丹 市	93
伊丹学まちづくり会議	関 恒雄	まち工房@いたみ みんなで考えよう! みんなで創ろう!伊丹のまち	伊 丹 市	94
桜台地区民生・児童委員協議会	倉橋八津夫	高齢期に向けての健康づくり	伊 丹 市	95
社会福祉法人伊丹市社会福祉協議会	正賀スミ	あなたの地域で「ふれ愛福祉サロン」を開設しませんか	伊 丹 市	96
紙芝居サークル“ちょうちょ”	角田宜子	紙芝居講座つくってあそぼう	宝 塚 市	97
グループ・FT	難波栄子	思春期の子どもをもつ悩める親たちへ・・・	宝 塚 市	98
コープくらしの助け合いの会	稲田敏子	知って安心介護講座	宝 塚 市	99
子育て支援グループ「スマイル」	亀井幸江	「子育て支援講座」地域で子育て～育児中の人 も一段落した人もこれから育児する人も～	宝 塚 市	100

阪
神

グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
たからづか女のねっと	橋 統子	平和の文化を私達から～ローカルからグローバルへ～	宝 塚 市	101
宝塚ふぁみりい劇場	三橋あき子	ワークショップ“表現あそびでともだちづくり”	宝 塚 市	102
宝塚ふぁみりい劇場	三橋あき子	「生きる力」を身につけるためのワークショップ	宝 塚 市	103
トークスクエア	高橋清子	話して元気になろう	宝 塚 市	104
仁川コープ委員会	吉田啓子	地域活動推進講座パート1～パート3	宝 塚 市	105
光が丘福祉活動委員会	藤川 誠子	介護保険制度と地域のかかわり	宝 塚 市	106
フェニックス長尾	堀 信義	わくわくライフ	宝 塚 市	107
本音を語る会	福田悦子	わたしと家族	宝 塚 市	108
メディア18	山田 恵	人間関係のこつさがし	宝 塚 市	109
めふコープ委員会	酒井富美子	心もからだもいきいき講座	宝 塚 市	110
わいどあんぐる	大森佳子	母と子の仲間づくり	宝 塚 市	111
川西レクリエーション協会	曾根千衣	ウェル・ビーイングな社会を目指して	川 西 市	112
ボランティアグループ「ハイ・はい」	河崎輝子	地域で取り組むボランティア	川 西 市	113
山本コープ委員会	武藤明子	地域に根ざした仲間づくり	川 西 市	114
夢あんぐる	家市和美	知って得する子育て あ・れ・こ・れ	川 西 市	115
ライブを楽しむ会	村上雅美	ライブを仕掛よう!	川 西 市	116

これからの人づくり、まちづくり

尼崎ココロン・クラブ

代表：黒見美智子

尼崎市塚口町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

地域を知り、人を知り、すべての人が健康で楽しい町づくりができるよう学習する。

【日程・会場】

1	12年6月13日(火)13:30~15:30	尼崎市立武庫公民館
2	12年10月20日(金)10:00~12:00	尼崎市立武庫公民館
3	12年12月12日(火)13:30~15:30	尼崎市立武庫公民館
4	13年2月27日(火)14:00~16:00	尼崎市立武庫公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「盲導犬を理解しよう—中佐艶子さんとアルフを迎えて—」
	内容	視覚障害者と盲導犬 ①日常生活について ②対応の仕方について ③盲導犬の訓練 ④その他 講師：中佐艶子（盲ろう会）
第2回	テーマ	「人と人との輪を広げるために—心を豊かに—」
	内容	合気道は心の健康、身体の健康をつくるということを実技を交えながら学ぶ。 講師：小田敏夫（神戸市東灘区櫻心館）
第3回	テーマ	「これだけは知っておきたい介護保険」
	内容	尼崎市並びに兵庫県発行の介護保険に関するパンフレットをもとに、説明を受ける。 ①介護保険のしくみ ②保険料について ③要介護認定の申請のしかた ④サービスを利用するための手続き ⑤居宅介護サービスについて ⑥その他 講師：多々納妙子（介護支援専門員）
第4回	テーマ	「笑いは明日へのエネルギー」
	内容	英語落語をやりはじめ、世界10都市以上で英語落語を披露健康のみならず笑いを世界に。日本人も外国人も笑いは同じ。人としての基本の笑いは世界共通であることから、人と人との和は笑いがあってこそつくれることを学ぶ。 講師：桂かい枝

【受講者数】

39人

【受講者の主な意見】

- ・身近な問題を取り上げた内容でよく理解できた。
- ・実技をふまえた講習でよかった。
- ・介護保険についてよくわかった。

フェミニストカウンセリング講座パートⅡ

尼崎市女性団体協議会

代表：入口 泰美
尼崎市上ノ島町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

女性の自尊感情を育て、人間関係をもつ上で相手を尊重すると共に、自分を見つめなおす機会になることが目的。グループワーク、ロールプレイを行った。

【日程・会場】

1	12年10月4日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター
2	12年10月18日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター
3	12年11月1日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター
4	12年11月15日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター
5	12年11月29日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター
6	12年12月13日(水)18:30~20:30	尼崎市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「CR体験講座(1)」
	内容	①CRとは何か、その目的と効果について。 ②ファシリテーターと言われる住行役の役割 ③グループでCRをする場合の方法。 ④次回グループワークのテーマ 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)
第2回	テーマ	「CR体験講座(2)」
	内容	各グループ(3~5人)毎にわかれ、テーマを決めグループワークを行う。ここで話されたことは一切他では話さないルールを確認。 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)
第3回	テーマ	「アサーティブ・トレーニングとは」
	内容	女性の自尊感情について(相手のことを先に考える)、自分を大切に、相手も尊重し自己主張する。その話し方を学ぶ。 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)
第4回	テーマ	「アサーティブトレーニング&ロールプレイ(1)」
	内容	①感情について、その対処の仕方を聞く。 ②怒り、不安の感情の取り扱い。 ③自分の感情を大切にすること。 ④自分もった感情を信じること。 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)
第5回	テーマ	「アサーティブトレーニング&ロールプレイ(2)」
	内容	ロールプレイを行う ・親族との関係で悩んでいる人・職場の同性同僚との関係を変えたいと思っている人・地域の自治会での話し合いがうまく行かない人、3人が講師とロールプレイする。 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)
第6回	テーマ	「全体まとめ」
	内容	女性はなかなかNOと言えない。NOと言えるためには、講師からのまとめ、前回に引き続いてロールプレイ(1組)する。感想のべる。 講師：杉本志津佳(フェミニストカウンセリング堺)

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

- ・参加して良かった、自分を見つめ直すことが出来た。
- ・人の話をじっくり聞くということの大切さを学んだ。
- ・CRなどの体験をしてもっと深く知りたいと感じた。

地域活動推進講座「いきいきライフ」

尼崎消費者協会

代表：松田登巳子

尼崎市武庫之荘



阪
神

【講座の目的・趣旨】

尼崎地域のみならず、広く社会全体に目を向け、一人一人が自分のライフスタイルを考え、見直す機会を持つことを目的とする。理論に片寄らず実施学習、現地学習、情報交換などを通して一人でも多くの人達と協力し合う心を育て、住みやすく安全な社会づくりを目指す。

【日程・会場】

1	12年9月20日(水)10:00~12:00	尼崎市立トレピエ
2	12年10月11日(水)8:30~10:00	尼崎市立消費生活センター ~大津港までの車中
3	12年10月11日(水)10:20~12:10	琵琶湖環境セミナー船 「みずすまし号」船上
4	12年10月11日(水)13:00~15:00	琵琶湖博物館
5	12年12月5日(火)10:00~12:00	尼崎市立トレピエ
6	13年1月24日(水)12:30~15:30	尼崎市立トレピエ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「講演会『日本の農業—どうなってるの—』
	内容	尼崎市内での農産物生産の実状。日本の農業の現状及びこれからの農業のあり方。食糧問題などについて話を聞く。 講師：島中健（尼崎市内農業生産者）
第2回	テーマ	「講演—私たちの暮しと環境をみつめて」
	内容	環境問題の中で特に水環境についての話の後、琵琶湖の最下流域生活している尼崎市民の生活水について学ぶ。 講師：南畑早苗（消費生活アドバイザー）
第3回	テーマ	「現地学習『琵琶湖の水質調査』
	内容	琵琶湖環境セミナー船「みずすまし号」船上に於いて、琵琶湖の水質、プランクトンの種類、水の透明度などを実習調査をし、改めて「水」環境の大切さを学んだ。 講師：林田又信（滋賀県環境啓発アドバイザー）
第4回	テーマ	「琵琶湖歴史・琵琶湖の水」
	内容	琵琶湖の地学的歴史、水質、生物（魚・貝・植物）についてデータを基に、詳細な説明を受ける。講座後、京阪神地域の生活水について「環境問題の重要性」を意見交換をした。 講師：林田又信（滋賀県環境啓発アドバイザー）
第5回	テーマ	「講演会『みんなのための健康教室』—オリゴ糖のおはなし—」
	内容	健康について、特に高齢者の腸内の健康に視点を置いてオリゴ糖の特性、活用法などを学び、参考にする。（オリゴ糖を使ったお料理の紹介があった）。 講師：志村優子（塩水港精糖オリゴ事業部）・荒石治子（栄養士）
第6回	テーマ	「留学生との情報交換会—兵庫県在住の留学生の現状など—」
	内容	勉学や研究について真剣に取り組む留学生の暮らしぶりや苦学の現状など、日本に対する意見や感想を聞かせていただき、身近な立場での国際交流の役割を伝えられた。国を越えた交流の輪の重要性を痛感した。 講師：田中カズ子（国際教育文化交流協会会長）・白石尚子（同書記）・柴生芳（同留学生）

【受講者数】

52人

【受講者の主な意見】

- ・個人では出来ないことをしていただき、とても良かった。特に尼崎市民の水がめである琵琶湖の水質調査はいい経験だった。
- ・いろいろな学習ができ、関心もてるようになり、これからもまた体験させていただきたい。
- ・今年度は特に良かった。中でも酸性雨の話は一番よかった。

手作り紙芝居講座

尼崎どんぐりの会

代表：中嶋 裕子

尼崎市大庄川田町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

人と人が向かい合って心を通じ合わせることが出来る紙芝居の良さを知ってもらいたいと地域で活動してきたが「演じる紙芝居」を知り、もっと多くの子もたちや地域で活動している方々に広めたいと思い、交流の場としての講座を開催したい。

【日程・会場】

1	12年9月30日(土)10:00~12:00	大庄公民館
2	12年10月7日(土)10:00~12:00	大庄公民館
3	12年10月14日(土)10:00~12:00	大庄公民館
4	12年10月28日(土)10:00~12:00	大庄公民館
5	12年11月11日(土)10:00~12:00	大庄公民館
6	12年11月25日(土)10:00~12:00	大庄公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「手作り紙芝居を創る(1)」 紙芝居の歴史と魅力、紙芝居の約束事 講師：小森時次郎(紙芝居「汽笛」、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)
第2回	テーマ 内 容	「手作り紙芝居を創る(2)」 語りと絵の組み合わせ、ストーリーの運びに沿って箱書の説明、注意事項。 講師：小森時次郎(紙芝居「汽笛」、堀田稜(京都学園大学)、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)
第3回	テーマ 内 容	「手作り紙芝居を創る(3)」 各自の箱書きした分の添削。実寸大に書くときのための説明、注意事項。 講師：小森時次郎(紙芝居「汽笛」、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)
第4回	テーマ 内 容	「手作り紙芝居を創る(4)」 実寸大に書く。実寸大の絵の添削。 講師：堀田稜(京都学園大学)、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)
第5回	テーマ 内 容	「演じる手作り紙芝居を観る」 語りと演じるの違いについて。紙芝居の実演を公開して親子の方に観ていただいた。 講師：小森時次郎(紙芝居「汽笛」、堀田稜(京都学園大学)、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)
第6回	テーマ 内 容	「手作り紙芝居の演じ方と彩色のしかた」 絵の描き方。筆の運び方、彩色のしかた。 講師：小森時次郎(紙芝居「汽笛」、角田宣子(紙芝居サークル「ちょうちょ」)

【受講者数】

17人

【受講者の主な意見】

- ・絵の描き方、塗り方、ストーリーの決め方など全て勉強の持続と思った。
- ・紙芝居のことを何も知らなかったので大変勉強になった。
- ・いろいろな人との出会いがあり楽しく講座を受講させて頂いた。
- ・こういった講座があればまた参加したい。

歴史を活かすまちづくり

猪名庄遺跡を学ぶ会

代表：川本ミハル

尼崎市潮江



阪
神

【講座の目的・趣旨】

JR尼崎駅北側一帯（潮江）は再開発事業が進んでいる。その途中で発掘された猪名庄遺跡は奈良時代のものと発表された。これを市民の地域の財産として今後のまちづくりのために活かしていきたい。

【日程・会場】

1	12年9月30日(土)13:30~16:00	小田公民館
2	12年10月28日(土)13:30~16:00	小田公民館
3	12年11月25日(土)13:30~17:00	小田公民館
4	12年12月16日(土)13:30~16:00	小田公民館
5	13年2月3日(土)13:30~17:00	小田公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「まちづくりって？」
	内容	①都市計画とまちづくり②住民主体のまちづくり③都市計画法を学ぶ④女性の視点とまちづくり 講師：室崎生子（平安女学院短期大学教授）
第2回	テーマ	「まちの歴史と地域活動」
	内容	①潮江の歴史②潮江の地域活動③ハードとソフトのまちづくり 講師：室崎生子（平安女学院短期大学教授）
第3回	テーマ	「まちを歩いてみよう」
	内容	①潮江のまちの良い所、悪い所の発見②写真をとって図面づくり 講師：室崎生子（平安女学院短期大学教授）
第4回	テーマ	「まちづくり活動から学ぼう」
	内容	①高槻市、京都市の事例②ノルウェーの事例③潮江の良い所、悪い所の図表づくり 講師：室崎生子（平安女学院短期大学教授）
第5回	テーマ	「わたしたちの設計図」
	内容	「わたしたちの潮江まちづくり提案」の作成 講師：室崎生子（平安女学院短期大学教授）

【受講者数】

18人

【受講者の主な意見】

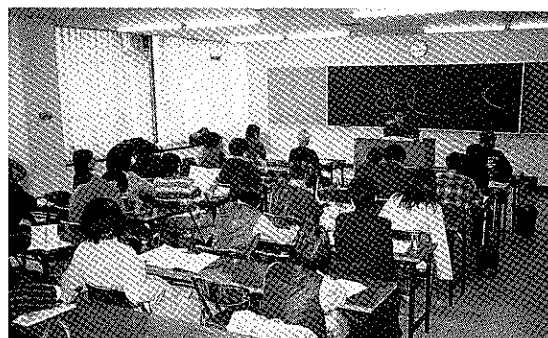
- ・自分たちのまちをゆっくりと丁寧に見れてとても勉強になった。
- ・もっと住民の声が今後のまちづくりに反映されてほしいと思う。
- ・住んでいるところがますます好きになった。

精神保健ボランティア講座

さくらんぼの会

代表：内田 信子

尼崎市食満



阪
神

【講座の目的・趣旨】

- ・ ストレスの多い現代社会では、精神保健（心の健康）は誰にでも身近な課題であることを知ってもらう。
- ・ 精神障害者の地域での現状を知ってもらう。
- ・ 講座終了後、地域において精神保健について考える輪を広げ、できればボランティア等の実践にも参加してもらう。

【日程・会場】

1	13年1月19日(金)14:00~16:00	尼崎市立労働福祉会館
2	13年1月27日(土)13:30~15:30	尼崎市立労働福祉会館
3	13年2月3日(土)13:30~15:30	尼崎市立労働福祉会館
4	13年2月10日(土)13:00~16:00	精神障害者小規模作業所 喫茶「ブルーリボン」

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「心の健康とは？」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 実際のエピソードを交えながら、分裂病の人の具体的イメージと病気について ・ 原因・予後・治療や発病率について ・ 先生から見た分裂病における「障害」について ・ 質疑応答 講師：田川精二（くすの木クリニック）
第2回	テーマ	「精神障害（者）とは？」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 尼崎における精神保健福祉の現状を制度・政策等を交えて説明 ・ 独自に作成した尼崎の福祉マップを使って、尼崎市にある社会資源などの紹介 ・ 質疑応答 講師：榎本毅（園田保健センター）
第3回	テーマ	「精神保健ボランティアの実践」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ ボランティアに入る前の心境から、現在のご自身のボランティア活動までの経験談 ・ 吹田でのボランティアの実践について ・ 地域の一人人としてのスタンス ・ 質疑応答 講師：利波安紀子（心の交差点）
第4回	テーマ	「当事者の声を聴く～交流会～」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 喫茶作業所「ブルーリボン」の歴史と現在の状況説明 ・ 当事者2名による体験談 ・ 質疑応答 ・ 参加者1人1人の感想と討論 講師：大口圭香（喫茶「ブルーリボン」）

【受講者数】

24人

【受講者の主な意見】

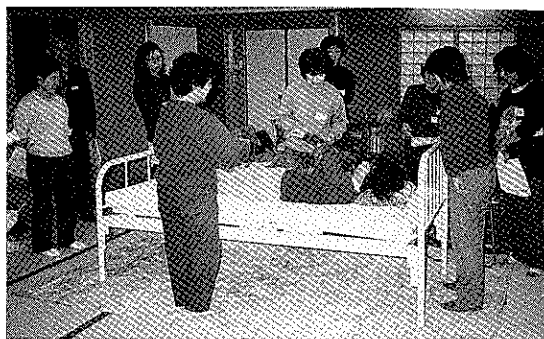
- ・ 精神障害者についての理解が少しできたように思う。
- ・ 実際に活動されている場所にふれたことで、知識以上のものを得ることができた。
- ・ 尼崎市の精神保健への取り組みが解かった。

家庭介護の基本を身につけ つつ地域福祉の必要性を知る

生活協同組合都市生活コミュニティ部会尼崎

代表：前川智佳子

西宮市津門西口町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

高齢者会が進む中、多くの人々が福祉に目を向け関わってゆく必要がある。たくさんの方が集まることで充実した福祉活動が行われるからである。誰もが地域福祉を支える一人になれるよう、この講座を通してきっかけ作りをめざす。

【日程・会場】

1	12年9月26日(火)10:00~12:00	武庫公民館
2	12年10月17日(火)10:00~12:00	武庫公民館
3	12年11月1日、15日(水) 13:00~15:00	HAT神戸地域福祉センター “ふれあい喫茶すまいる”
4	12年11月28日(火)10:00~12:00	武庫公民館
5	12年12月12日(火)10:00~12:00	武庫公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「これからの福祉と地域住民の役割」
	内容	・地域ボランティアわかばグループの活動紹介 ・日本はいまだ世界で経験したことのない超高齢社会を迎える ・高齢者の自立を支える予防福祉の大切さ。介護の社会科その促進を阻むもの ・私がボランティアに関わったきっかけ(母の介護体験&阪神淡路大震災) ・近隣の小さな助け合い活動の連携が地域福祉の充実に 講師：糸美津恵(わかばグループ)
第2回	テーマ	「介護実習(在宅介護、介護の基本)」
	内容	体に楽な介護のコツ ・ボディメカニクス ・ベッドから起き上がりのしかた等 ・立ちあがりの仕方。 講師：松尾かよ子(西宮友の会)
第3回	テーマ	「高齢者とのコミュニケーションのとり方」
	内容	HAT神戸ふれあい喫茶すまいるで一日ボランティア体験と高齢者との交流 講師：岡部真紀子(ボランティアグループすまいる)
第4回	テーマ	「介護実習(日常生活での介助)」
	内容	シーツ交換と着替えのコツ 講師：西村京子(ミニデイサービス“パンセ”)
第5回	テーマ	「自分らしく生き、自分らしく死ぬことって？」
	内容	今迄学んだことから意見交換。老いて自分らしく生きるために何が必要なのでしょう…皆で考え合う 講師：岡部真紀子(ボランティアグループすまいる)

【受講者数】

31人

【受講者の主な意見】

- ・自分にももっと出来ることがあるのではないかと思われました。高齢社会と地域福祉が一つにつながった。
- ・一つの動作をするにも、声をかけながら、相手の気持ちをくみながらすること。
- ・若い方が多く感動した。親の介護の為だけでなく、自分の遠い将来の老いについて学ぶ良いチャンスになった。

連続セミナー「私たちのくらしと自治体」

男女共生まちづくり研究会

代表：内田 信子

尼崎市猪名寺



阪
神

【講座の目的・趣旨】

国も地方分権の方向に向かっています。この状況で市民として、地方自治（体）について深く掘り下げて学ぶことが目的。特徴は講座を聞くだけでなく、参加者からの提起、発表をする参加型として開催。

【日程・会場】

1	12年7月26日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」
2	12年8月2日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」
3	12年8月9日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」
4	12年8月23日(水)13:30~17:00	尼崎市築地地区～東海岸町～臨海西部地区～JR立花南地区
5	12年8月30日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」
6	12年9月6日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」
7	12年9月13日(水)18:30~21:00	尼崎市立女性センター「トレピエ」

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「地方自治体とは」	第1回目としては講師に総論的な話をさせていただきました。機関委任事務のおこりをはじめ日本の地方自治体の特徴、また、首長の権限、議会の役割についての講義。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）
第2回	テーマ 「教育・教育の主体は市民です」	参加者の中から2名発表。1名はフリースクールを主宰している人の立場から今の公教育の問題点を、もう一人は学校の統廃合問題についての発表がありました。その後、講師からの提案と会場からの提案と会場からの発言があり、今の教育をどうすれば市民・子ども主体のものになるのか出し合った。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）
第3回	テーマ 「福祉と地方自治体」	介護ボランティアの方からのお話と、参加者でお父様を介護したことのある人から、介護を通して自分の生き方を考えることなどについて。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）
第4回	テーマ 「我がまちウォッチング」	築地の区画整理現場（計画5年から10年に変更）を歩き、新しく瓦屋根をほどこした集合住宅やゴミで埋め立てた広大な土地の中の安全地帯と管理地区（有害な物がある）等を見学。 講師：－（男女共生まちづくり研究会）
第5回	テーマ 「都市計画と地方自治体」	前回のウォッチングを受けて参加者がどんな街に住んでみたいのか、又、広大な土地をどう利用し、どういった施設を作りたいかを議論した。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）
第6回	テーマ 「自治体財政のしくみ」	尼崎市と西宮市との歳入と歳出の比較し、市によって何に重点を置いて施策を行っているかを分析。地方交付税と補助金制度について、種々の問題点を明らかにした。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）
第7回	テーマ 「地方自治体への市民参加」	参加者の2人から市民参加の経験談の発表がありました。その後、講師から「市民参加は民主政治の血管のようなものであり、公共性とは公開制を持たないと成り立たない」という提案がありました。最後に参加者一人ひとりから、市民参加についてどう思うか発言。 講師：宗正誼（武庫川女子大学教授）

【受講者数】

29人

【受講者の主な意見】

- ・以前から税金はどう使われているのかという疑問があったがスッキリした。
- ・尼崎を見直すことができた。

安心づくりちえづくり講座

ネットワーク・そのだ

代表：園田 政子

尼崎市口田中町



阪神

【講座の目的・趣旨】

少子高齢社会の中で、より安全な安心して暮らせる近隣の人間関係づくりを目指す。身近な危機から身を守る知識、技術などを学ぶ講座の中で、出会い、ふれあいも楽しんでいきたいと考えます。

【日程・会場】

1	12年7月29日(土)13:00~16:00	尼崎市立園田地区会館
2	12年8月19日(土)13:00~16:00	尼崎市立園田地区会館
3	12年10月21日(土)14:00~16:30	尼崎市立田能農業公園周辺・田能おいも畑
4	12年11月18日(土)13:00~16:00	尼崎市立園田地区会館
5	13年2月3日(土)13:00~16:00	尼崎市立園田地区会館 ホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「おうちでできる介護 パート②夏場」
	内容	全体を6グループに分け、各1名づつの講師のもとで実技体験学習を行う。 講師：横道みさを氏他5名（県立尼崎病院看護部）
第2回	テーマ	「普通救命講習会 3時間コース」
	内容	全体を4グループに分け、各グループへ1名講師が入りプログラムに従い訓練人形を使い、全員が実技数度を体験。続いて三角巾を使っての止血法も学び、終了時には修了証を受領。 講師：日高吉廣氏他3名（尼崎市北消防署園田分署）
第3回	テーマ	「車椅子ボランティアとおいもほり」
	内容	尼崎市特別養護老人ホーム「春日苑」の入所者20名と20台の車椅子で近くの公園散策とゲーム、そしておいもほりを楽しむ。 講師：松永順子・白川孝子（尼崎市体育指導員）
第4回	テーマ	「“防災”を学ぼう」
	内容	けむりのテントを建て、参加者全員がハンカチで鼻、口を覆いながら煙の中を歩く等の体験を行う。その後、防災に関する話、防災映画を視聴。 講師：日高吉廣氏他5名（尼崎市北消防署園田分署）
第5回	テーマ	「おうちでできる介護 パート②冬場」
	内容	全体を5班に分け、5台のベッド、車椅子を用い各自の健康状態観察から体位交換、移動の実技体験学習を行う。 講師：横道みさを氏他5名（兵庫県立尼崎病院看護部）

【受講者数】

48人

【受講者の主な意見】

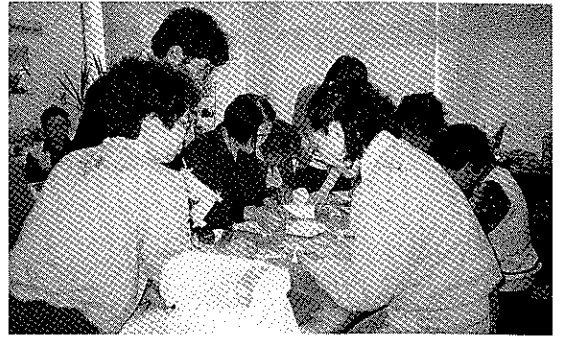
- ・現実とはなかなか生やさしいものではないと感じた。
- ・介護する側ばかりに気がまわって、なかなか相手の気持ちになることが難しいと思った。
- ・参加して実際にやってみたが思うようにはいかなかった。体で覚える大切さを感じた。

おばあちゃんの知恵袋伝授

波紋グループ

代表：岡田 陽子

尼崎市武庫町



【講座の目的・趣旨】

生活を見直そう。捨てる前にもう一度工夫アイデア知恵を出し合って創造創作の喜び楽しさを学ぶ、それを若いお母さんたちや子どもたちに伝え合う中から人の和を顔の見える人間関係づくりを、そして指導者を育てる。

【日程・会場】

1	12年9月21日(木)10:00~12:00	リサイクルセンター
2	12年10月19日(木)10:00~12:00	リサイクルセンター
3	12年11月16日(木)10:00~12:00	リサイクルセンター
4	12年12月21日(木)10:00~12:00	女性センター
5	13年1月18日(木)10:00~12:00	女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「工夫アイデア」
	内容	牛乳パックの利用(小物入れ、花かご) 講師：辻秀(リサイクルセンター指導者)
第2回	テーマ	「アイデアを出し合おう、創作を楽しむ」
	内容	野菜の種子で作るブローチ、額縁、壁飾り 講師：辻秀(リサイクルセンター指導者)
第3回	テーマ	「軍手を使って」
	内容	軍手を使ってキューピーちゃん、ドラえもんなどを作る。 講師：辻秀(リサイクルセンター指導者)
第4回	テーマ	「古布の活用」
	内容	ふろしきや古布を使ってお手玉・ふくろうを作る。 講師：辻本幸子(手芸教室講師)
第5回	テーマ	「ハンカチ活用」
	内容	ハンカチを使ってピエロを作り、創造アイデアの面白さを理解してもらう。 講師：辻本幸子(手芸教室講師)

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

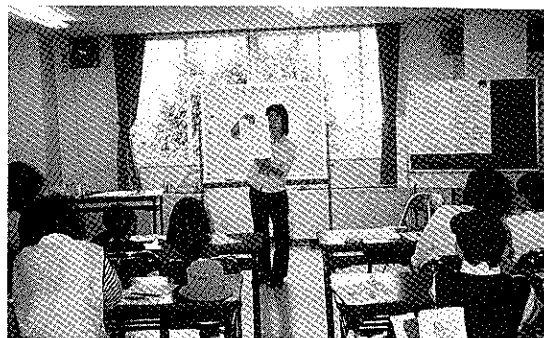
- ・雰囲気良くて楽しいひとときだった。友達にも教えたい。
- ・リラックスモードの中でワイワイするのが楽しかった。
- ・作品作り、友達づくりもできて参加してよかった。

あなたとわたしのエンパワメント 「手をつなごうよ。」

おむすびクラブ

代表：武田 博子

西宮市山口町



阪神

【講座の目的・趣旨】

1人ひとりの思いを共有し、点が線に、線が面になって、あたたかい連帯感の中、支えられ、支えて、生きているのだと実感することで、地域での個々の活動へと持って帰って頂いて、それぞれの皆さんの周りの人をエンパワメントして頂く。

【日程・会場】

1	12年7月18日(火)18:00~20:00	兵庫県立上野ヶ原養護学校
2	12年10月15日(日)10:00~12:00	西宮市立山口公民館
3	12年11月19日(日)10:00~12:00	西宮市立中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「障害者を中心に対等なつきあいを求めて」
	内容	映画「えんとこ」の上映と講話。 講師：佐竹信彦（兵庫県・教職員）
第2回	テーマ	「子どもの『生きる力』を引き出すための消費者教育」
	内容	環境、体にとって安全、金銭感覚を盛り込んで、親子で楽しみながらワークショップ形式で学習。 講師：小川桂子、篠井直子（C:キッズネットワーク）
第3回	テーマ	「大人の女性のための『からだところのゆるめ』」
	内容	ボディワークやアートセラピー、CRの手法を取り入れて、ゆっくりと味わいながら体と心をいやし合う。 講師：森山順子（Beフリー主宰）

【受講者数】

131人

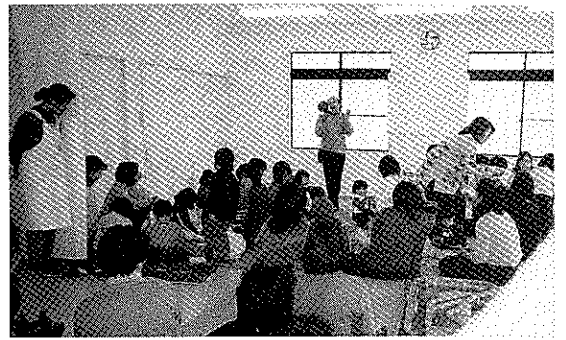
【受講者の主な意見】

- ・生きることは大変だけれど大切だし、生きる権利もある。それをどう生きるかによって自分の人生が見えてくるし、自分なりに人生を歩んで行けると思う。
- ・子どもと一緒に考えられたことがよかったと思う。
- ・久しぶりに「素」に近い自分に近づけたように感じた。気持ち良く受講できたと思う。

家庭教育講座「子育て支援」

おもちゃライブラリー ばばーる

代表：吉田 照美
西宮市甲子園口北町



【講座の目的・趣旨】

核家族化が進むなか子育ての悩みや疑問を誰にも相談できず孤立化し育児ノイローゼになる母親が地域の中にも少なくないと聞き、子どもたちの世話が大変と一人で抱え込まないで、大変さを同じ仲間に分ち合おう。子育ては一人より仲間と一緒にしかかわる方が楽しい。また子育てしながら社会参加し学んでもらう。

【日程・会場】

1	12年10月4日(水)10:00~11:45	西宮市立瓦木公民館
2	12年10月25日(水)10:00~11:45	西宮市立瓦木公民館
3	12年11月29日(水)10:00~11:30	西宮市立瓦木公民館
4	12年12月20日(水)10:00~11:30	西宮市立瓦木公民館
5	13年2月26日(月)10:00~11:30	二見町自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「お母さん 子どもの心が見えますか」
	内容	知っていますか？子どもはあなたの味方です。他の子どもと比較しない子育て。 講師：宇田倫子（立花育児カウンセリングセンター）
第2回	テーマ	「しつけとは？—上手なほめ方、しかり方」
	内容	お母さんの動作が見本になります。一呼吸すれば上手にほめられ、しかりもできる。 講師：宇田倫子（立花育児カウンセリングセンター）
第3回	テーマ	「子どもたちの見える食卓」
	内容	子どもの発育には、親が楽しく3度の食事を作ることが大切。朝食を必ず済ますように、そのためには早く子どもを起こし時間の余裕をつくるのが大切。 講師：深川多美子
第4回	テーマ	「ファミリークリスマスコンサート」
	内容	ピアノの演奏でクラシックを親子で聞き、その中に遊びを入れ、親子で楽しんだ。 講師：藤崎由紀子
第5回	テーマ	「子育てのコツ（おもちゃで・・・）」
	内容	子どもがいろいろなものに興味を持ち世の中に興味を持つか否かは、おもちゃで人間関係を学んでいるかどうかにか大きく関係する。 講師：岩城敏之

【受講者数】

77名

【受講者の主な意見】

- ・今日はとても勉強になった。先生の話の聴いていると心が落ち着く。
- ・いつもは車のおもちゃばかりで遊んでいて、他のものにあまり興味を示さないが、ピアノの演奏は嬉しそうに聴いていた。また聴かせてあげたい。
- ・とても楽しかった。

できることからはじめよう ～ボランティア活動へのお誘い～

関西学院ヒューマンサービスセンター

代表：山本 有紀

西宮市上ヶ原



阪
神

【講座の目的・趣旨】

ボランティア活動に関心のある方を対象に、参加へのノウハウの講義、体験談の共有などを行い、受講者個人のスキルアップと地域との関わりによる相互発展を目指すことを目的とします。

【日程・会場】

1	12年7月29日(土)13:30～15:00	西宮市立甲東公民館
2	12年7月29日(土)15:30～17:00	西宮市立甲東公民館
3	12年8月5日(土)13:30～15:00	西宮市立甲東公民館
4	12年9月9日(土)13:30～15:00	西宮市立甲東公民館
5	12年10月7日(土)13:30～15:00	西宮市立甲東公民館
6	12年10月7日(土)15:30～17:00	西宮市立甲東公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「仲間づくりの基礎の基礎」	内容 出会いのジャンケン等の様々なゲームを通じて、全員の顔と名前を覚えました。また、ボランティア活動をするにあたり、初めて現場に行ったとき、どうしたらいいのかを学んだ。 講師：永井美佳（大阪ボランティア協会）
第2回	テーマ 「ボランティアって何だろう」	内容 そもそもボランティアとは何か、ということにKJ法を用いて全員で考えました。また、そこからボランティアに求められる役割や現在の社会問題等にもふれ、社会の中のボランティアについて学んだ。 講師：桑原英文（兵庫県社会福祉協議会）
第3回	テーマ 「ボランティア情報を集めよう」	内容 ボランティアをしたいけれど、どうやって情報を集めたらいいのかということ、大阪ボランティア協会のもつ様々なノウハウを使って学びました。また、自分がどんなボランティアに興味があるのかも考えた。 講師：永井美佳（大阪ボランティア協会）
第4回	テーマ 「実習～ボランティア体験のふりかえり①」	内容 ボランティア活動に実際行ってみてどうだったのかを共有した。そして自分にとって何が課題か、ここはどうしたらいいかわからないなどを出し合い、解決策を考えた。 講師：石井布紀子（コラボねっと）
第5回	テーマ 「実習～ボランティア体験のふりかえり②」	内容 もう一度ボランティア活動をしてみてどうだったのかを共有した。また、今回は受け入れ側の立場を考え、自分だったらどうしてほしいというところから、自分は実際どうなのかをふりかえった。 講師：石井布紀子（コラボねっと）
第6回	テーマ 「みんなのボランティアって何？」	内容 最後に、ボランティアとは自分にとって何なのかをもう一度共有した。また、出会い・自己開示をキーワードにしたゲームをし、出会ったときどうするかを復習のようなことができました。 講師：石井布紀子（コラボねっと）

【受講者数】

9名

【受講者の主な意見】

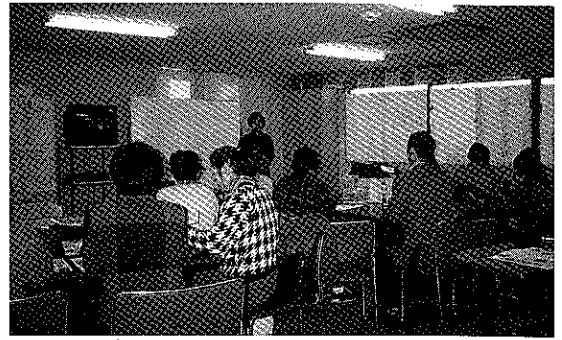
- ・相手のことについて初めて考えることができた。
- ・ボランティアについて考えることができた。ボランティアが誰のためなのかを考えることの大切さを学んだ。
- ・自分のペースがあっていたいいことを再確認できた。

地域活動推進講座 「心豊かな地域づくりに向けて」

コープこうべ塩瀬コープ委員会

代表：萩野美紗子

西宮市清瀬台



阪
神

【講座の目的・趣旨】

地域住民が健康で心豊かに暮らすために種々の講座を開催する。

【日程・会場】

1	12年7月10日(月)13:30～15:30	コープミニ生瀬集会所
2	12年10月30日(月)10:00～13:00	コープミニ生瀬集会所
3	12年11月5日(日)10:00～13:00	コープミニ生瀬集会所
4	12年11月25日(土)10:00～12:00	西宮市塩瀬公民館
5	13年1月15日(月)13:30～15:30	コープミニ生瀬集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「健康を守る食生活Ⅰ」
	内容	第6次改訂栄養所要量から何をどれだけ必要かの学習。 講師：安藤芳子（栄養改善普及会全国誌友会）
第2回	テーマ	「健康を守る食生活Ⅱ」
	内容	必要所要量を考えた調理実習をする。 講師：安藤芳子（栄養改善普及会全国誌友会）
第3回	テーマ	「子供料理会」
	内容	料理を作る喜びや楽しさを実習を通して身につける。 講師：米田淳子（いずみ会）
第4回	テーマ	「盲導犬ウインクのあれこれ」
	内容	障害者の立場からもっと知ってほしい盲導犬についての学習。 講師：中山君江（障害者情報クラブILセンター）
第5回	テーマ	「世界の子供と女性の人権を守る為に」
	内容	コープユニセフ親善大使の現地報告。 講師：石本植子（コープこうべユニセフ大使）

【受講者数】

95人

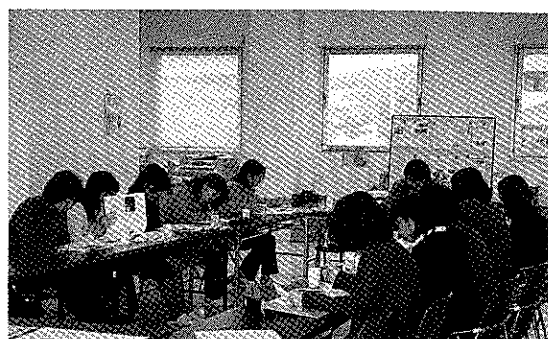
【受講者の主な意見】

- ・日頃の食生活を考え直すチャンスを与えられた。
- ・盲導犬の話が印象に残った、心がひきしまる思いがした。
- ・ベトナムからの報告はわかりやすい話し方でひきこまれた。今後も訪れることのないかもしれない土地の様々な写真や講師の衣装などに目を奪われた。

情報ボランティア養成講座 「地域情報紙をつくろう」

西宮市社会福祉協議会東山台分区
東山台ボランティアセンター

代表：東野 弘美
西宮市東山台



阪
神

【講座の目的・趣旨】

ニュータウンの人達のつながりづくりのために地域情報紙をつくる人材を育成する。自治会広報紙、PTA新聞、ボランティアセンター広報紙など、地域情報を作成することでの注意点、コツなどを実地を交えて学習する。

【日程・会場】

1	12年10月28日(土)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール
2	12年11月11日(土)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール
3	12年12月13日(水)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域情報紙の作り方“家族新聞を作ってみよう”」
	内容	読まれる新聞作りのポイント、取材やレイアウトについての講義。実際に広報紙を作ることを想定して講義の内容を参考に「家族新聞」を企画する。 講師：鈴木庸子（サンケイリビング新聞社地域編集部）
第2回	テーマ	「パソコンを使ってレイアウト、見出しの取り方」
	内容	各自、パソコンを使って紙面を仕上げ、レイアウトやトップニュースの扱い方について学ぶ。 講師：鈴木庸子（サンケイリビング新聞社地域編集部）
第3回	テーマ	「読みやすい広報紙を目ざして」
	内容	記事を書くときの留意点。どのような見出しがよいのかについての講義。 講師：淀修一（読売新聞編集部）

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

- ・話を聞くだけでなく実際に作業をしたことがとても楽しく、続けて参加してよかった。記事を書く上での基本的な事項がとてもわかりやすかった。

パソコンでつなぐ地域活動 「お父さんのためのパソコン講座」

西宮市社会福祉協議会東山台分区
東山ボランティアセンター

代表：東野 弘美
西宮市東山台



阪
神

【講座の目的・趣旨】

パソコン所有者に比してインターネットやメールを使いこなす人が少ないがやってみようというニーズは高い。ホームページやメールグループづくりで地域情報を活性化し、住民のスキルアップと地域活動にかかわる人材を養成する。

【日程・会場】

1	13年1月27日(土)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール
2	13年2月3日(土)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール
3	13年2月17日(土)10:00~12:00	東山台斜行エレベーター2階ホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「メールでつなぐ地域情報」
	内容	Eメールの基本、Eメールを上手に使う、Eメールの高度な利用、通信費の節約、パソコン相談室についての講義。 実技=メールの送受信。 講師：衣笠弘一（コンパクトコンピューター(株)）
第2回	テーマ	「ブラウザで役立つ情報を集める」
	内容	Webブラウザを使う、検索エンジンを利用する、役に立つサイト、ダウンロード、セキュリティ、トレンドについての講義。実技=ホームページ更新の方法。 講師：衣笠弘一（コンパクトコンピューター(株)）
第3回	テーマ	「情報を発信する」
	内容	情報発信の方法、注意点についての講義。実技=メールグループの作成、名刺の作成 講師：衣笠弘一（コンパクトコンピューター(株)）

【受講者数】

12人

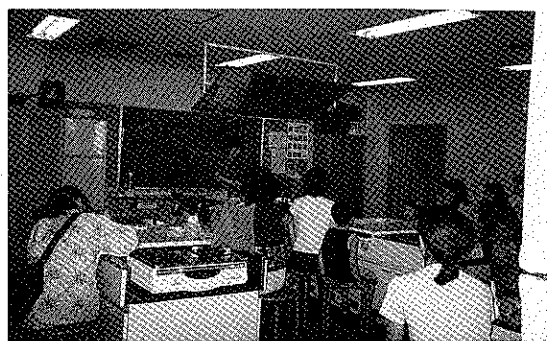
【受講者の主な意見】

- ・パソコンについて興味があるのでまたこのような講座をやってほしい。
- ・インターネット社会の入り口を覗かせていただいた。

子育て支援講座

新日本婦人の会西宮支部 えんどう班親子リズム小組

代表：鈴木 千草
西宮市河原町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

一人ばっちの子育てをなくそうとしてはじまった親子リズム体操。毎週公民館で活動しています。若いお母さんは子育てに不安がいっぱい。そんな人達を励ましていくような講座にしたい。

【日程・会場】

1	12年8月27日(日)10:00~13:30	若竹生活文化会館
2	12年12月3日(日)13:30~15:30	厚生事業会館
3	13年3月6日(火)12:30~14:30	段上公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「すこやか子育ては毎日の食事から」
	内容	保育園での調理師として19年勤められた講師から、調理室から見た子どもたちの様子や食生活の変化に伴う子どもたちの体のことなどの講演。親子で簡単にできるクッキングの実習 講師：小西律子（おさなご保育園調理師）
第2回	テーマ	「クリスマスファミリーコンサート」
	内容	乳幼児を抱える家庭は、生の音楽に親しむ機会がなかなか持てない。年の一回のクリスマスの時に心に残る音楽会に気兼ねしないで参加して欲しいと思い企画した。2部構成で、2部は舞台の上で子どもと一緒に合唱した。 講師：山本真澄
第3回	テーマ	「絵本で子育て、共育ち」
	内容	親子で楽しむ絵本の紹介と豊かな感性をはぐくむ絵本を使っての子育てのお話。親子で共有する楽しい時間を持つ努力が子育てを花開かせるという笑いありの楽しいお話。 講師：高山智津子（日和佐「文学と絵本」研究所所長）

【受講者数】

139人

【受講者の主な意見】

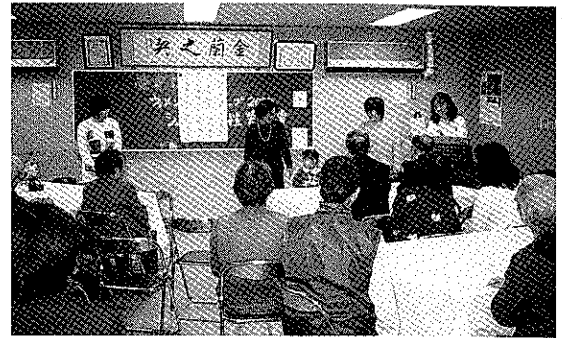
- ・食について何も知らなかったのととても勉強になった。
- ・肩身の狭い思いをせず生演奏を楽しめた。久しぶりで子どもより私の方が満喫できた。
- ・生演奏を聴ける機会に恵まれて大変嬉しく思う。
- ・子育て真っ最中の私にとって参考になることがたくさんあった。

この地で自分らしく心豊かに暮らしたい

生活協同組合都市生活コミュニティ一部会西宮

代表：前川智佳子

西宮市津門西口町



【講座の目的・趣旨】

人間関係が希薄になってきている今日、地域の中で楽しい交わりができ、かまえないで人間関係をつくっていくきっかけになったり、又ちょっと先を行っているグループの見学会や体験学習を催し、自分の地域での取り入れ方法をみんなで考えていきたい。

【日程・会場】

1	12年9月20日(水)10:30~12:00	NPO都市生活地域復興センター
2	12年10月4日(水)13:00~15:00	HAT神戸地域福祉センター
3	12年10月25日(水)10:30~12:00	NPO都市生活地域復興センター
4	12年11月17日(金)13:00~15:00	武庫之荘北会館
5	12年12月6日(水)10:30~12:00	NPO都市生活地域復興センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「車イスから地域を見よう」
	内容	車イスの構造や取り扱い時の注意点等を知り、乗る立場と乗せる立場を体験してもらい日常生活に必要な公道を通り、車イス目線で地域を見た。 講師：松尾燐代子（つむぎ）
第2回	テーマ	「ふれあい喫茶でボランティア」
	内容	ボランティアという言葉を理解し、実際に喫茶ボランティアを体験。ボランティアをするだけでなく、どんなやり方、方法でどんな人の協力のもとで出来ているかを知り、自分達の所では何が不足しているのかを知る。 講師：岡部真紀子（スマイル）
第3回	テーマ	「慣れた道も五感が衰えたら安心して歩けるかな？」
	内容	強制具で不自由体験、アイマスクをつけての歩行。老人になった時の気持ちがどこまで分かるか。介助するにはどうしてあげると良いか等。 講師：糸美津恵（わかば）
第4回	テーマ	「老人給食会は食事だけでいいの？」
	内容	老人給食会で食事を共に食べるところから参加し、食事のあと音楽に合わせて身体を動かすミュージックセラピーを共に体験して、老人の反応や運動方法を見学しました。 講師：梶田美奈子（ハーモニー）
第5回	テーマ	「さあ、みんなで知恵を出し合いましょう」
	内容	体験を通して一人ひとりの心をかたちにといいことを話し合い、アドバイスを受けながらイメージする講義。 講師：松尾燐代子（つむぎ）

【受講者数】

13人

【受講者の主な意見】

- ・今、自分に出来ることをまずやっつけていこうと思った。
- ・ふれあい喫茶では体験した事のない充実した時間を過ごすことができた。
- ・声を掛けることの難しさを知った。

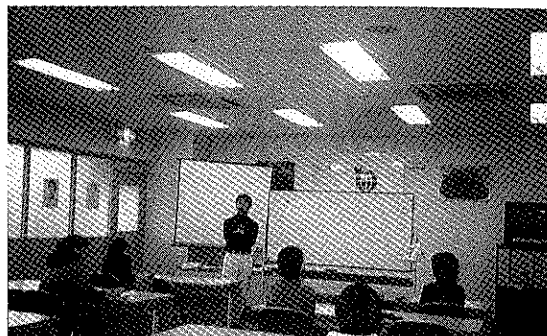
多文化ボランティア入門

～違っていればみんな友達・ワークショップで学ぼう～

多文化共生センター・ひょうご

代表：野間 恵

神戸市東灘区深江南町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

ボランティア元年といわれた震災から5年が経過し、ボランティア活動や団体の重要性に対する社会的認知が高まっています。本講座では自主性と価値観の多様性を重んじるボランティア精神を学び、在日外国人の現状をふまえて地域でできるボランティアについて考えます。また、異文化体験ワークショップ等を通し、在日外国人と同じ視点に立ち共感することを目的としている。

【日程・会場】

1	12年11月18日(土)13:00～15:00	芦屋市国際交流協会
2	12年11月18日(土)15:00～17:00	芦屋市国際交流協会
3	12年11月25日(土)13:00～15:00	芦屋市国際交流協会
4	12年11月25日(土)15:00～17:00	芦屋市国際交流協会
5	12年12月2日(土)13:00～15:00	芦屋市国際交流協会
6	12年12月2日(土)15:00～17:00	芦屋市国際交流協会

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「外国人の現状」
	内容	データにみる外国人の現状。多文化理解ワークショップ（多住地域での共生を考える）。 講師：戸田香苗（多文化共生センター・ひょうご）
第2回	テーマ	「NPOってなに？」
	内容	NPOについてレクチャー、NPO法について、ビデオを支えた講義。 講師：武田文（関西学院大学）
第3回	テーマ	「NPOマネジメント」
	内容	「NPO台頭の背景」についてブレインストーミング。組織についてレクチャー。 講師：末村祐子
第4回	テーマ	「合意形成のために」
	内容	プロジェクトマネジメントのワークショップをPCM手法を用いて実施。 講師：末村祐子
第5回	テーマ	「異文化トレーニングⅠ」
	内容	挨拶のワークショップ・カルチャービンゴ、価値観とは？（レクチャー） 講師：安藤幸一（大手前大学）
第6回	テーマ	「異文化トレーニングⅡ」
	内容	ステレオタイプと偏見レクチャー、価値観についてグループディスカッション・ディスカッション、内容の共有、異文化理解の方法（DIE法） 講師：安藤幸一（大手前大学）

【受講者数】

12人

【受講者の主な意見】

- ・NPOと企業の違いを知りたかった。理念でいかに引っ張っていくかが重要だと感じた。
- ・他の価値観を持つ人と話して「ああ、違うな」と感じて面白かった。
- ・少しずつ視野が広がってきた。

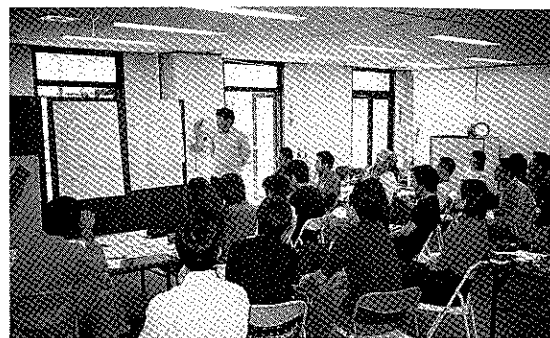
ユースボランティア講座

(地域活動に役立つ知識や技術を学ぶとともに、仲間づくりができる地域活動推進講座)

特定非営利活動法人 ブレーンヒューマニティー

代表：能島 裕介

西宮市甲風園



阪
神

【講座の目的・趣旨】

- 目的・ボランティアの基本的な考え方を学ぶ。
 ・体験学習法に基づいて対人援助に必要なコミュニケーション能力を体得する。
 ・地域活動の課題とボランティア資質について現場からの提案を受ける。
- 趣旨・体験学習法による対人援助能力の習得とボランティア活動や地域活動の基本をグループワークと組み合わせ、理論と実践ともに学ぶように計画されている。
 ・受講後に地域で活動しているNPOやボランティア団体で実際の活動への参加。
 ・実践後にボランティアの資質向上を相互に図るよう促す。

【日程・会場】

1	12年10月7日(土)13:00~15:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室
2	12年10月7日(土)15:00~17:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室
3	12年10月14日(土)13:00~15:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室
4	12年10月14日(土)15:00~17:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室
5	12年10月21日(土)13:00~15:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室
6	12年10月21日(土)15:00~17:00	日本キリスト教会西宮中央教会集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「学習の場と仲間づくり」 内容 学習方法の共有化、学習目標、意識の共有化と受講者の仲間づくりを目的に、参加者の持っている知識、経験を体験学習法・グループワークで出し合い、「ボランティア」の定義づけを行なった。 講師：長尾文雄（聖マーガレット生涯教育研究所主任研究員）
第2回	テーマ 「ボランティアとは」 内容 ボランティアという言葉、概念が歴史的にどのように社会の中で生成され、位置づけられてきたのかを理解し、それを踏まえた上で各自がボランティアの持つ特質について考え、それを全体で共有した。 講師：川村勇二（元日本YMCA同盟広報室長）
第3回	テーマ 「対人援助に必要なコミュニケーション技能 パートⅠ」 内容 ボランティア活動を進める上で必要な様々なコミュニケーションスキルについて、その前段階にあたる各自の「ボランティア観の整理」を行ないながら、同時に合意形成（コンセンサス）実習を行なった。 講師：山本智也（京都ノートルダム女子大学講師）
第4回	テーマ 「対人援助に必要なコミュニケーション技能 パートⅡ」 内容 前日講座を踏まえ、実際の活動に活かすことのできるグループワークを行なった。これは「無言の集団作業」というものであり、限定されたコミュニケーションについての体験学習である。これにより、自分の思いと他者の思いの交錯に関し「学び」を得た。 講師：山本智也（京都ノートルダム女子大学講師）
第5回	テーマ 「地域活動の課題と実際」 内容 「地域」を巡る社会状況の変容について学び、地域活動の社会的位置付けの変化を考えた。その具体的なものとして「奉仕活動の義務化」に関しディベートを行い、「誰が」「何を」ボランティア活動、地域活動に求めているのかを可視化した。 講師：廣瀬満和（NPO法人日本災害救援ボランティアネットワーク）
第6回	テーマ 「ボランティア活動に向けての課題」 内容 グループワーク「ファンタジー」を行い、10年後の社会、自分自身について夢想し、今後の生き方について各自で考察し共有を行なった。それを踏まえ、ボランティア活動の「これから」について各自のレベルで考えるようにした。 講師：長尾文雄（聖マーガレット生涯教育研究所主任研究員）

【受講者数】

26人

【受講者の主な意見】

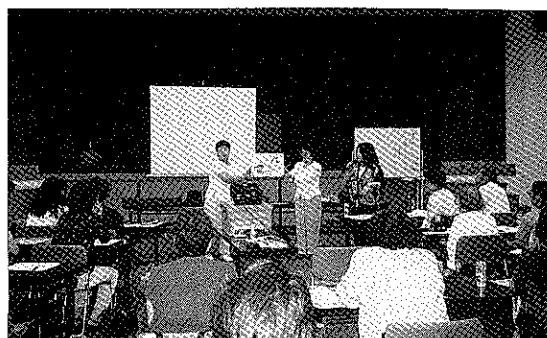
- ・ボランティアといっても結局人と人とのつながりだと思う。より良いつながりであるために、自分は何ができるのか、またそうすることで他の人に与える印象、影響を考え直す必要性はある。
- ・新しいことを生み出すには、今あるものを破壊しなければならないこともある。
- ・ボランティアに対する考えを再確認できた。

心豊かなくらしに向けて 一住みよい地域づくり仲間づくり講座

名塩婦人会

代表：田中 克子

西宮市名塩茶園町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

名塩地域に居住するすべての人達が、心豊かに暮らすために地域の女性団体を中心になって楽しい仲間づくりをしながら共に学び、共に助け合える住みよい地域づくりをおし進めるための講座、実習などを開催する。

【日程・会場】

1	12年6月8日(木)13:30~15:00	名塩会館
2	12年9月6日(水)13:00~16:00	名塩会館
3	12年9月14日(木)13:00~15:00	名塩会館
4	12年12月8日(金)10:00~13:00	塩瀬公民館
5	12年12月14日(木)10:00~11:00	名塩さくら苑
6	13年1月17日(水)10:00~15:30	名塩会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「環境学習会『今地球は』 オゾン層破壊から地球を守るには」
	内容	地球環境保存のために、今私達に何ができるか。オゾン層破壊から未来を守るために、くわしく学び、できるところから実践する方法を学んだ。 講師：萩由美子（ストップフロン全国連絡会環境カウンセラー）
第2回	テーマ	「陶芸教室 一緒に陶芸を楽しもう！！」
	内容	西宮市民文化祭参加のための作品を作った。 講師：豊田喜隆（陶芸家）
第3回	テーマ	「福祉講座『一人一人が輝いて』」
	内容	自己表現の幅をもっと広げようをテーマに新時代の女性の行き方を考える講義。 講師：姫島純子（フェミニストカウンセラー）
第4回	テーマ	「料理教室『みんなで作ろう・クリスマス料理』」
	内容	料理作りを通して、現代の食生活や食材の問題点を学んだ。 講師：菅原正（兵庫栄養専門学校）
第5回	テーマ	「福祉講座『地域の福祉施設を知ろう』」
	内容	地域の福祉施設（特別養護老人ホームさくら苑）を見学、職員の方から介護保険導入による問題点や利用者の現状などを学ぶ。 講師：友武一男（さくら苑施設長）
第6回	テーマ	「ふれあい茶会 新春のお茶を楽しみながら、ふれあいの輪を広げよう」
	内容	日本の古きよき文化の一つである茶道を楽しんでもらいながら、地域をこえ世代をこえたふれあいの場を提供した。 講師：梨民智子・小田原しのぶ（表流 地方講師）

【受講者数】

52人

【受講者の主な意見】

- ・紫外線が人体に与える害の恐ろしさをよく学ぶことができた。
- ・一つの事柄でも様々な考え方があることを知り、柔らかな心で対応することを学んだ。
- ・本格的な茶会にびっくりしたが楽しかった。

プレーリーダーの養成と プレーパークの実際

にしのみや遊び場つくろう会

代表：米山 清美

西宮市鞍掛町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

子どもの自由な遊び場づくり（自分の責任で自由に遊ぶという遊び場）を目指し、なぜ今それが必要かということを知ってもらうため。また、子どもたちの遊びを見守るプレーリーダーを地域の中から養成する。このことは子どもたちのためだけでなく地域の活性化にもつながるものと思われる。

【日程・会場】

1	12年6月18日(日)10:00~12:00	高木小学校図書室
2	12年8月6日(日)10:00~13:00	西宮市瓦木消防署
3	12年8月19日(土)10:00~16:00	西宮市高木東町の休耕田
4	12年10月28日(土)10:00~12:00	御前浜
5	12年10月29日(日)10:00~16:00	御前浜
6	12年12月17日(日)10:00~12:00	中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「プレーパーク（常設）の実現を目指して」
	内容	再開発地域の防災公園の一部に、子どもたちが自由に遊べる場所を作る計画があり、そこでプレーパークが常設できるのかどうかという話を村山氏から「まちづくりのこれから」も含めて話を聞いた。 講師：村山忠司（北口・高木まちづくり協議会）
第2回	テーマ	「救急法講習会」
	内容	消防署で講習を受けた後、プレーパークでの具体的な救急法について指導を受けた。 講師：中重勝宣（(有)スキップジャック救命救急インストラクター）
第3回	テーマ	「プレーパークを体験しよう」
	内容	高木地区の住民にプレーパークを知ってもらうために、プレーパークを体験してもらった。 講師：石田大介（プレインヒューマニティー）
第4回	テーマ	「木工遊びについてみんなで学ぼう」
	内容	プレーパークでの木工遊びについて、その道具の使い方などを地域の大工さんから学ぶ（道具を使うため屋外で実施） 講師：篠原勲（篠原勲）
第5回	テーマ	「プレーパークの実施を計画、準備から関わろう」
	内容	プレーパークについて準備段階から体験してもらった。 講師：遠藤真紀（「京都あそびの会」プレーリーダー）
第6回	テーマ	「これからの西宮での遊び場を考える」
	内容	それまでの5回の講座を踏まえこれからの西宮での遊び場づくりを考える。ボランティアについての話も伺った。 講師：広瀬満和（NVNAD）

【受講者数】

27人

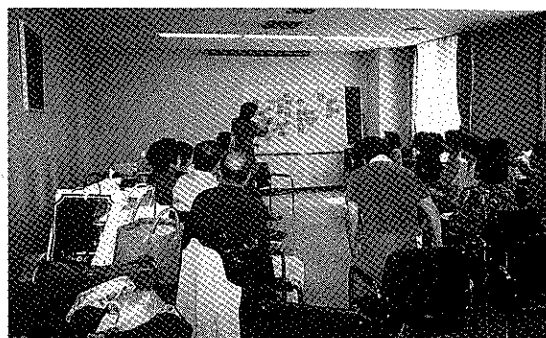
【受講者の主な意見】

地域活動 “ツボのツボ”

西宮ココロン・クラブ

代表：山形 隆子

西宮市南昭和町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

地域でいろいろな活動を展開している人たちに、グループ運営の方法や企画、広報のコツなどを学んでもらう。また、元気・ヤル気・根気のある人たちの出会いと仲間づくりの場をつくる。

【日程・会場】

1	12年9月7日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館
2	12年9月21日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館
3	12年10月5日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館
4	12年10月19日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館
5	12年11月2日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館
6	12年11月16日(木)10:00~12:00	西宮市若竹公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「人間関係づくりのコツ」
	内容	地域活動を実践していくうえで最も大切である人間関係をうまく築くためには、自己覚知と自己開示が必要であり、逆転の発想をもつことがホメ上手につながるなど、地域活動を展開していくコツを体験した。 講師：中山羊奈（大阪YWCA教育総合研究所）
第2回	テーマ	「さまざまな問題解決の方法」
	内容	地域活動を進めていくと必ずいろいろな問題が発生してくるが、その解決の第一歩は自分の状態を知り、感情を認めること。そしてグループ全員の意見、考えを聞き、合意を心掛けるよう実習を交えての講義。 講師：中山羊奈（大阪YWCA教育総合研究所）
第3回	テーマ	「企画力をつける① 企画会議の進め方」
	内容	企画力をつけるための4回シリーズの講座で、「グループに分かれて一つの企画書を作成、それをプレゼンテーションし評価しあう」ことが最終目標とされた。そのプロセスでさまざまなスキルを学んでいく。 講師：李福美（大阪YWCA教育総合研究所）
第4回	テーマ	「企画力をつける② 企画をするにあたって」
	内容	企画案の目標別にグループ分けをした。その過程において自分で考え、判断し行動するという“自己決定力”と他のメンバーのモチベーションを知ることの重要性についての講義。 講師：李福美（大阪YWCA教育総合研究所）
第5回	テーマ	「企画力をつける③ 企画立案してみよう」
	内容	具体的な企画書を作成するにあたり、グループのコンセンサスが十分なされているかを再確認し、プレゼンテーションにむけての準備を進めた。その中で、会議の心構えやコンセンサスのポイントなどの講義。 講師：李福美（大阪YWCA教育総合研究所）
第6回	テーマ	「企画力をつける④ プレゼンテーション」
	内容	各グループのプレゼンテーションに対して活発な質疑応答が行なわれた。それぞれの企画案やプレゼンテーションの方法などについて、全員が評価や感想を書き、それを共有する講座。 講師：李福美（大阪YWCA教育総合研究所）

【受講者数】

31人

【受講者の主な意見】

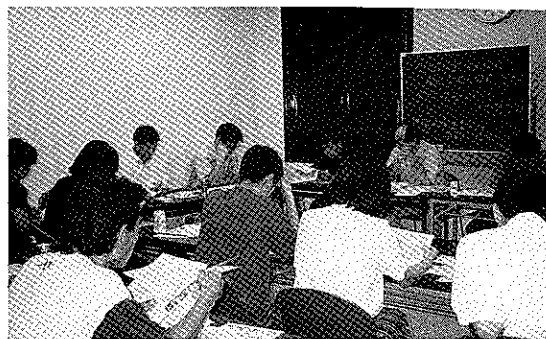
- ・地域活動に関わっている人達や、これから始めようとしている人達にとってのいい研修機会になった。
- ・地域活動を実践する上での、自分の姿勢を改めて勉強させていただいた。
- ・受講者同士のコミュニケーションもとれていてよかった。

在日外国人教育セミナー

西宮在日韓国・朝鮮人教育を考える会

代表：太田 光一

西宮市下大市東町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

日本社会の中で自分の子どもを在日・朝鮮人としてどう育てていくべきかについて悩んでいる保護者、学校現場や自治体の職場で外国人市民・県民とどのように向かい合っているのか、隣人として、外国人と日本人の関係をどのようにつくっていけばよいのか等を考えるセミナー

【日程・会場】

1	12年7月1日(土)14:00~17:00	西宮市立勤労会館
2	12年8月5日(木)15:30~17:30	西宮市立甲山青年の家
3	12年9月14日(木)19:00~21:00	西宮市立若竹会館
4	12年11月16日(火)19:00~21:00	西宮市立若竹会館
5	12年12月3日(日)10:00~16:00	財団法人高麗美術館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「在日シンガー李政美が歌って語る集い」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の生きざま ・なぜ、民族の歌にこだわるのか ・みんな違ってみんないい 講師：李政美（プロ歌手）
第2回	テーマ	「本名で生きる意味」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・なぜ、通称名で生活せねばならない人が多いのか ・本名で生き生きと生活している卒業生たち。 ・ともに生きる社会の創造を目指して。 講師：藤原史朗（全国在日朝鮮人外国人教育研究協議会）
第3回	テーマ	「在日外国人と就職差別」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・兵庫県の国籍条項撤廃の歩み ・就職差別をなくす取り組み ・外国人市民の就職に関する悩み 講師：神谷重章（兵庫在日韓国朝鮮人教育を考える会）
第4回	テーマ	「在日外国人の最新状況」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・「日本人専用」店のもつ問題 ・地方参政権と外国人市民 ・戦後補償裁判の状況 講師：田中宏（龍谷大学教授）
第5回	テーマ	「フィールドワーク高麗美術館」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・鄭昭文氏の母国文化にかける思い。 ・蘇る高麗李朝の美 ・京都における朝鮮文化ゆかりの社寺、史跡。 講師：小林春乃（高麗美術研究所研究員）

【受講者数】

25人

【受講者の主な意見】

- ・地道にやっていただいてありがたい。
- ・大変勉強になった。
- ・興味深い、有意義な時間だった。

ブラッシュアップ講座

プレアデスR

代表：中西 頼子

尼崎市御園



阪神

【講座の目的・趣旨】

地域の中でいきいきとからやかにばたく人材を育成することを目的に開催します。ひとりひとりの女性が自分のよさを活かすことが、よりよい社会を作る大きな力になり得ます。今までやってきたこと、成功も失敗も不運もよい思い出も全てをひっくるめて今後のキャリアになるような、ブラッシュアップのあり様を探っていきます。

【日程・会場】

1	12年10月5日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル
2	12年10月19日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル
3	12年11月2日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル
4	12年11月16日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル
5	12年12月7日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル
6	12年12月14日(木)10:00~12:00	宝塚女性センター・エル

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「男女共生参画社会の提言—その中、幸せのみつけ方、育み方」
	内容	女性たちとともに歩み続けてウン十年。自分らしく豊かに暮らしていくための方策や、講師の体験をお伺いしながら働き続けていくことの大きな意味についての講義。 講師：赤松彰子（三木里の家）
第2回	テーマ	「男女共生参画社会の提言 その②向老学から学ぶ」
	内容	自分の今と未来を創り輝いていくために、ライフテーマをもちながら、また人生を見通しての社会参加のあり様を、プロセスを大事にしながら生きる向老学の講義。 講師：高橋ますみ（日本向老学会事務局長）
第3回	テーマ	「グループ活動とともにLocalからGlobalへ 報告その①」
	内容	学習と実践の場を持ちながらひとりひとりの能力を活かしながら、発展してきたウィン女性企画の実例を混じえての協働による大きな力についての講義。 講師：渋谷典子（名古屋ウィン女性企画）
第4回	テーマ	「グループ活動とともにLocalからGlobalへ 報告その②」
	内容	女性が自立していくための仕事の厳しさについて学ぶとともに、グループ活動に仕事をもちつつ参加された講師のお話より、ネットワークを活かした国際社会貢献を含んだ仕事づくりについての講義。 講師：澤田和子（BOC大阪）
第5回	テーマ	「自らの体験を暮らしにいかす その① —ワークショッパー—」
	内容	生まれてから経験したこと全てが元となってプラスのエネルギーとなって働き、仕事づくりへと実践されているお話に加え、自分がどう生きていくか、何をしていくのかの自己アピールについてのワークショップ。 講師：藤木美奈子（WANA関西代表）
第6回	テーマ	「自らの体験を暮らしにいかす その② —まとめ&ワークショッパー—」
	内容	5回のまとめとして、講師の言葉より学んだ“気づき”を発表しあいながら、今後それをどう活かしながら個々それぞれが動いていくのか等についてのワークショップ。 講師：石井布紀子（関西学院大学非常勤講師）

【受講者数】

17人

【受講者の主な意見】

- ・いろいろな方との出会いで実際のネットワークが広がりそうでワクワクしている。
- ・お互いに能力を高めあっていく仲間と組んですすめていくことの大切にして生きていきたい。
- ・小さな事でも発信し続けることで社会を変えていけるんだと確信した。

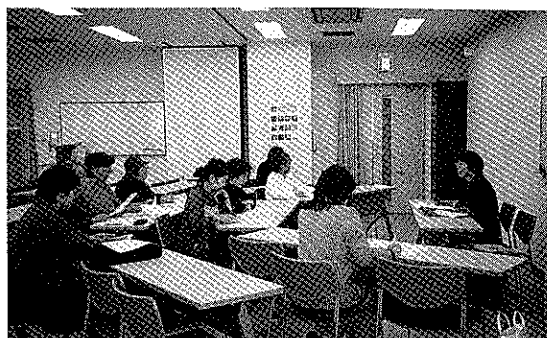
さあ始めよう夢を形へ

～女性たちが始めた地域活動の取り組みに学ぶ～

木馬の会

代表：岩波 真理

西宮市深津町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

今各地で普通の女性たちのグループが、様々な地域活動を展開している。いずれも、出発は普通の主婦だった彼女たちが思いを形に変えていくまでの取り組みについて学ぶ。次に実際にプランを立ててみる作業を通じ、参加者が各々の思いを夢にとどめることなく、実現へ向けての足がかりとなる講座を目指す。

【日程・会場】

1	12年11月4日(土)10:00～12:00	西宮市男女共同参画センター
2	12年11月11日(土)10:00～12:00	西宮市男女共同参画センター
3	12年11月18日(土)10:00～12:30	西宮市男女共同参画センター
4	12年11月18日(土)10:00～12:00	西宮市男女共同参画センター
5	12年11月25日(土)10:00～12:00	西宮市男女共同参画センター
6	12年12月2日(土)10:00～12:00	西宮市男女共同参画センター
7	12年12月13日(水)～18日(月)	西宮ギャラリーフレンテ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「手作り社会貢献～始まりは地域の手作り品バザー～」
	内容	京都の(社)日本国際民間協会(NICCO)を資金面で支えるリ・ボーンは手芸、洋・和裁の特技を持った女性達を中心となって活動している。着物のリフォームの販売やベトナムなどのストリートチルドレンへの現地での技術指導などの活動の様子についての講義。 講師：小玉昌代(リ・ボーンNICCOを支える会)
第2回	テーマ	「地域でイベントプロデュース～市民・住民参加の手作りイベント～」
	内容	震災後、芦屋に住む女性たちがグループを立ち上げ、地域の女性が元気になるイベントや講座を企画・運営している。おもしろプランニングの活動の様子についての講義。 講師：吉川博美(おもしろプランニング)
第3回	テーマ	「ふれあい手芸教室(体験学習)」
	内容	復興住宅でのふれあい手芸教室に参加し、高齢者のなごみのひとときを提供するボランティアを体験。 講師：荒川泰子(木馬の会)
第4回	テーマ	「手作り国際交流～地域活動が生んだ国際交流の輪～」
	内容	ドイツ在住の女性と「NPOウイン女性企画」との出会いから、ドイツで毎年日本人女性たちによる手芸展が開催されるようになるまでの様子を学ぶ。市民レベルでの国際交流の可能性について学ぶ。 講師：柳沢つや子(NPOウイン女性企画)
第5回	テーマ	「夢を形にⅠ～今の思いを形にしてみよう～」
	内容	カードを使って自分の思いに気づき、まとめる。 講師：吉川博美(おもしろプランニング)
第6回	テーマ	「夢を形にⅡ～実現可能なプランを立てよう～」
	内容	ワークシートを使ってプランを作成する。 講師：吉川博美(おもしろプランニング)
第7回	テーマ	「作品展」(体験学習)
	内容	地域女性による作品展と木馬の会の活動紹介。会期中、半日程度参加し、イベントを体験。

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

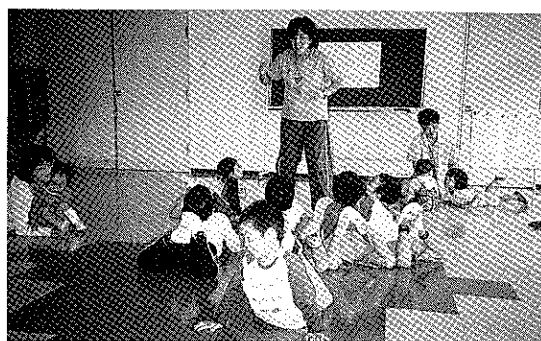
- ・いろいろな企画を立てて実践していくプロセスがよくわかって勉強になった。
- ・自分が今、何をしたいかがはっきりと見えた。

親子体操であそぼう

わんぱく会

代表：青木 裕子

西宮市高須町



【講座の目的・趣旨】

親子で楽しめる体操やリズム遊びで体を動かし、心と体の発育を育み、また、地域の親子のコミュニケーションを深めることを目的とする。

【日程・会場】

1	12年 9月22日(金)10:30~12:00	武庫川団地内集会所
2	12年10月13日(金)10:00~12:00	武庫川団地内集会所
3	12年11月 7日(火)10:30~12:00	武庫川団地内集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子で体を使って遊ぼう」
	内容	親子で楽しむ体操やリズムあそび。 講師：中谷繁子
第2回	テーマ	「親子で体を使って遊ぼう」
	内容	親子で楽しむ体操やリズム遊び。 講師：中谷繁子
第3回	テーマ	「親子で体を使って遊ぼう」
	内容	親子で楽しむ体操やリズム遊び。 講師：中谷繁子

【受講者数】

41人

【受講者の主な意見】

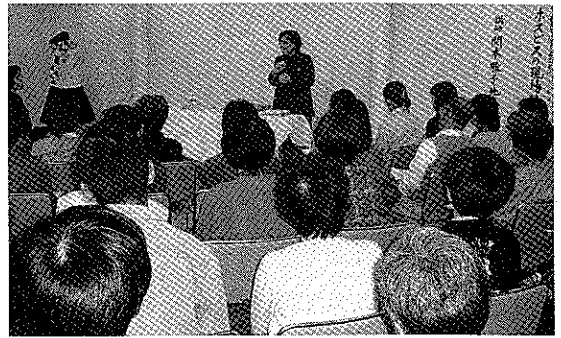
- ・親子とも楽しくいい体操ができた。
- ・思い切り体を動かす機会が出来てうれしい。

今、私たちに出来ることは

芦屋おたすけたい

代表：松本 壽子

芦屋市親王塚



【講座の目的・趣旨】

福祉、障害者の生活、高齢者の問題など、様々なテーマで専門家に講演していただき、それらを身近な問題としてとらえ見直すことで、誰もがよりよく自分らしく暮らせる社会を考えるヒントを提供する。

【日程・会場】

1	12年7月13日(木)10:00~12:00	芦屋市女性センター
2	12年9月13日(水)10:00~15:00	芦屋市民センター
3	12年10月28日(土)14:00~16:00	田中千代服飾専門学校 新館
4	12年11月26日(日)14:00~15:30	エルホーム芦屋
5	13年2月17日(土)13:30~15:00	芦屋市民センター
6	13年2月17日(土)15:30~17:00	芦屋市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「みんなで作る 障害を持って困らない社会」
	内容	自らも障害者であり、障害者の現場に携わる講師に、障害者の現実ととりまく社会、環境を語ってもらい改めて、その問題について考えた。 講師：片岡実（チェシャールーム・はんしん自立の家）
第2回	テーマ	『「奈緒ちゃん」ビデオ映写会 障害について考える（座談会）』
	内容	重度のてんかんと知的障害をもつ少女「奈緒ちゃん」のドキュメンタリービデオを通し、障害、家族のあり方、とりまく社会について討論し、新たな視点で生活を見直すきっかけを提案した。 講師：川崎富子（なかよしクラブハウス）
第3回	テーマ	「ホスピスの現場から」
	内容	ホスピスの医師である講師にホスピスの現場の状況を語ってもらい、ターミナルケアの問題だけでなく、人生の終えんを考えることで、高齢者問題を広い視野でとらえる。 講師：関本雅子（六甲病院 緩和ケア病棟医長）
第4回	テーマ	「障害者からのメッセージ『秋の午後のコンサート』」
	内容	先天性視覚障害を持つピアニストの大迫明弘さんとお母さんの清子さんを迎え、アマチュアミュージシャンの村上一郎さん、プロのソプラノ歌手の加藤純子さんと共にコンサートを開催、高齢者福祉施設のお年寄りと地域の人々との交流を深める。 講師：大迫明弘・清子、村上一郎、加藤純子
第5回	テーマ	「盲導犬とともに暮して」
	内容	盲導犬や視覚障害者についての状況を語ってもらい、認識と理解を深めた。 講師：四方喜代子（パピーウォーカー）・富井一枝（盲導犬使用者）
第6回	テーマ	「今、私たちにできることは～新たな自分発見を」
	内容	「今、私たちにできることは」の講座を通じて、考えたこと感じたことを話あい、福祉、高齢者、障害などの問題を改めて考え、新たな自分発見へのヒントを見つける。 講師：川崎富子（なかよしクラブハウス）

【受講者数】

359人

【受講者の主な意見】

- ・障害を障害と思わないように、そして思わせないような社会を作ることは、とても大切だと思った。
- ・ボランティアというのは自らの意思で行動すること、実践すること、そしてその輪を広げていくことだと聞いて、その通りだと思った。
- ・盲導犬に対する市民の理解、応援がもっと高まるようにして行く必要があると強く感じた。そのためには市、その他の行政組織の理解、広報も必要だと思う。

リサイクルで生活にうるおいを

芦屋おたすけたい

代表：松本 壽子

芦屋市親王塚町



阪
神

【講座の目的・趣旨】

使い捨ての時代に、余った物や使わなくなった物を、もう一度よみがえらせリサイクルすることで、過剰消費の生活を見なおし、さらにモノを作る楽しさを感じることで暮らしに彩りをそえ、うるおいをもたらす。

【日程・会場】

1	12年9月7日(木)10:00~15:30	芦屋市民センター
2	12年9月21日(木)10:00~12:30	芦屋市民センター
3	12年9月21日(木)13:00~15:30	芦屋市民センター
4	13年1月18日(木)10:00~12:00	芦屋市女性センター
5	13年2月24日(土)10:00~12:00	集・空・間 Tio
6	13年2月24日(土)13:00~15:00	集・空・間 Tio

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「トールペインティングを体験してみませんか」 空き缶、空き箱などにトールペインティングで絵を描き、楽しいインテリアを作り、初心者でも楽しくリサイクルを学ぶ。 講師：海江田秀子、太田由美
第2回	テーマ 内 容	「トールペインティングを体験してみませんか」 空き缶、空き箱などにトールペインティングで絵を描き、楽しいインテリアを作り、初心者でも楽しくリサイクルを学ぶ。 講師：海江田秀子、太田由美
第3回	テーマ 内 容	「トールペインティングを体験してみませんか」 空き缶、空き箱などにトールペインティングで絵を描き、楽しいインテリアを作り、初心者でも楽しくリサイクルを学ぶ。 講師：海江田秀子、太田由美
第4回	テーマ 内 容	「牛乳パックをリサイクルしてかわいい椅子を作ろう」 牛乳パックを、そのまま折って組み合わせ、余り布でくるみ、かわいい椅子を作る。 牛乳パックは回収して古紙にするよりも使えるものに作りかえる方がリサイクルとして効果的であることを学ぶ。 講師：永田晴子
第5回	テーマ 内 容	「眠っている着物をTシャツにしよう！」 たんすの中に眠っている着物をリフォームして、おしゃれなTシャツに作りかえる。 最近を着る機会の少なくなった着物も洋服に作りかえることで新しいファッションになり、日本の伝統的なものを見なおすきっかけにもなる。 講師：永山由紀子、水上咲子
第6回	テーマ 内 容	「眠っている着物をTシャツにしよう！」 たんすの中に眠っている着物をリフォームして、おしゃれなTシャツに作りかえる。 最近を着る機会の少なくなった着物も洋服に作りかえることで新しいファッションに、なり日本の伝統的なものを見なおすきっかけにもなる。 講師：永山由紀子、水上咲子

【受講者数】

55人

【受講者の主な意見】

- ・何から何まで準備してもらって、安心して出来た。
- ・筆筒にしまったなりの着物をもう一度生かすことが出来るのはすばらしい。
- ・子どもを預ってもらえたので、心置きなく参加できた。とても楽しかった。

Let's Talkー芦屋で生きる

おもしろプランニング

代表：毛利 寿子

芦屋市平田町



【講座の目的・趣旨】

私達は日常生活の中で常識と言われるものや、役割意識にしばられて自分を不自由にしている。講師の体験を聴き、共に語り合う中で自分らしく生きるとは何か、自立してしかも地域の中での交わりを大事に生きるとは何かを探る場を提供する。

【日程・会場】

1	12年10月18日(水)13:30~16:00	集・空・間 'Tio'
2	12年11月1日(水)13:30~15:30	集・空・間 'Tio'
3	12年11月15日(水)13:30~15:50	集・空・間 'Tio'
4	12年11月20日(月)13:30~15:30	集・空・間 'Tio'
5	12年11月29日(水)13:30~15:30	集・空・間 'Tio'

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「女性と男性が生き生きと共に生きるために」
	内容	高齢者白書を題材に現状を知り、男女共生の観点から夫婦の関係をどう構築していくか、福岡さんの歩みを通して考え合った。結婚時の年齢差とその後との関係、少子化の中で高齢女性の労働力の重要性、人間としての自分の生き方をどう選んでいくか、価値観の重点をどこに置いて生きるかについて話しあった。 講師：福岡公子（元芦屋市女性センター長）
第2回	テーマ	「体も心も健康に自立して自然体で生きる」
	内容	医学部内でもある女性蔑視。開業するにあたって直面した女性ゆえのハードル、親の介護、自立して生きる・・しかも自然体でいきたいと考えて歩いた道について話して下さった。その他性教育の必要性、学校医に婦人科医が少ない現状、更年期のとらえ方、DVへの理解について、自分を大事にするという事はどういう事か？についての講義。 講師：宮本由紀子（ユッコクリニック医師）
第3回	テーマ	「多くの出会いと感動の絆を知る」
	内容	亡くなられた夫の両親との関係、介護を通してなにを考え、どのように自分を感動させて来たか。その経験、積み重ねから出来上がった精神的自立、夫との共生関係、その中から地震後住宅再建にあたってTio開設という夢を実現させた道程をありのまま語る。参加者の夫との夢を語る。 講師：西本佳子（集・空・間 'Tio' オーナー）
第4回	テーマ	「高齢期を豊かに生きることをめざして」
	内容	長年老人福祉に携わり、実践の中で高齢者のケアとは何か。あるべき老人ホームのあり方について震災後、ケア付仮設の例等をふまえて大きな顔の見えない住居空間でない小単位のぬくもりのあるケアの素晴らしさについて。その考えから携わったコレクティブハウスの実践について。 講師：市川禮子（特別養護老人ホームあしや喜楽苑々長）
第5回	テーマ	「シャガールの生き方を通して自分の生き方を探る」
	内容	「シャガールがユダヤ人として生きた歴史とその精神構造と描かれた絵について。シャガールの生きざまと自分の生きてきた道がどこか重なるように感じて、魅せられていった経緯。美術館は会館したが、まだ夢は完成していない熱い思いについて。 講師：岡本亘由（シャガール美術館主）

【受講者数】

30人

【受講者の主な意見】

- ・面と向かい合うことでその人の持つ雰囲気も生き方も伝わってくるのが早く、親近感がわいた。
- ・毎回とても楽しみでしたがあっという間に終わってしまった。

みどりのまちづくり

グリーンマントの会（芦屋市民街づくり連絡会）

代表：藤原 千秋

芦屋市松浜町



阪神

【講座の目的・趣旨】

広く受け入れられやすい緑化を通して、コミュニティづくり・まちづくりをめざす試みが始まっているが、まだ途についたばかりである。現在各方面でいろいろ行われているみどりのまちづくりの試みを学ぶと共に、理論面の学習もつけ加え、系列的学習の場とする。

【日程・会場】

1	12年10月5日(木)13:30~15:30	芦屋市女性センター
2	12年10月19日(木)13:30~16:30	芦屋市西部~神戸東灘区深江
3	12年11月2日(木)13:30~15:30	芦屋市女性センター
4	12年11月16日(木)13:30~16:30	芦屋市女性センター
5	12年11月30日(木)13:30~15:30	芦屋市女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「みどりとコミュニティづくりーコミュニティガーデン『ふくの庭』によるこそー」 あおぞら財団が造った高齢者の生きがいやまちづくりへの参加を促進するコミュニティガーデン（ふくの庭）設立の経緯や現在の活動、今後の展望についての講義。 講師：傘木宏夫（あおぞら財団）
第2回	テーマ 内容	「みどりのまちづくりを見てみよう」 いち早く地域でみどりのまちづくりに取り組んだ神戸市東灘区深江地区を、芦屋市から市域をこえてウォッチング。栄コミュニティホールで自治会の方々と会談。 講師：辻信一（阪神グリーンネット）
第3回	テーマ 内容	「みどりとまちづくり」 まちやまちづくりの中で緑のはたす役割について、いろいろな事例をふまえて考えた。（警報の出る天候のため参加者少なく、座談会風講義） 講師：林まゆみ（淡路景観園芸学校）
第4回	テーマ 内容	「わたしたちの『みどりのまち』をつくろう」 現在までの学習を基礎にして「みどりのまち」をデザインする。あわせて、合意形成の一手段であるワークショップの手法についても学習する。 講師：辻信一（阪神グリーンネット）
第5回	テーマ 内容	「みどりのまちづくりのために」 みどりとコミュニティについて、理論面からのまとめと今後の展望についての講義。 講師：赤澤宏樹（県立人と自然の博物館）

【受講者数】

19人

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しい講座でした。住民とのかかわり、お金関係、難しい問題がたくさんあることを、実際に何うことが出来、本当に有効な時間を過ごさせていただいた。
- ・小人数で皆さんのいろいろな意見が出て楽しかった。
- ・公害地域でコミュニティーガーデンとしてご活躍のお話、すばらしいことだ。

あなたらしく、私らしく コミュニケーションしませんか？

イーブネット桜台

代表：石井 裕子

伊丹市中野北



阪
神

【講座の目的・趣旨】

地域活動で、違った意識を持つ人とのコミュニケーションを図るためにも、自分らしい自己表現を考えて行く必要がある。

そのために、〔Ⅰ部〕「自己表現&コミュニケーション能力を磨く」(ワークショップ)・〔Ⅱ部〕「地域の中での私らしい仲間作り」(阪神淡路大震災の復興ボランティア・活動体験談)を行った。

【日程・会場】

1	12年10月21日(土)10:00~12:00	伊丹市立サンシティーホール
2	12年11月11日(土)10:00~12:00	伊丹市立サンシティーホール
3	12年11月25日(土)10:00~12:00	伊丹市立サンシティーホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「自己表現&コミュニケーション能力を磨く」
	内容	自己紹介をふまえて、今の「自分」を知るために「今の気持ちを色で語る」、「私は…」をキーワードに20項目を書き出し、話してみる。「自己知覚」と「自己開示」が必要であり、今の自分をわかり知ることが、コミュニケーションの第一歩であること、そして「聴く」ことの力についての講義。 講師：李福美(大阪YWCA)
第2回	テーマ	「自己表現&コミュニケーション能力を磨く」
	内容	前回の宿題で「私」を表現するものをひとつ持参し、5分間各自スピーチをした。その後、各々質疑応答をし「積極的自己主張」についてワークショップをした。 講師：李福美(大阪YWCA)
第3回	テーマ	「地域の中での私らしい仲間作り」
	内容	震災時のプロジェクト「結ぶ」の活動体験と結成の経緯をふまえ、「コミュニケーション」と「想像力」の必要性、活動において、お互いの合意形成を文書化することの有効性、これからは「地縁」よりもカテゴリー別の「地縁」のコミュニケーションが必要な時代ではないか等の講義。 講師：石井布紀子(《元》プロジェクト「結ぶ」代表)

【受講者数】

9人

【受講者の主な意見】

- ・自分の再認識が出来て良かった。
- ・人との出会いの中で自分自身の表現が素直に話せる。
- ・コミュニケーションのとり方で得るものがあった。

始めてみよう。 できることからのNPO

伊丹NPOセンター

代表：赤松 弘揮

伊丹市昆陽池



阪
神

【講座の目的・趣旨】

目的：これまでのボランティア活動からNPOへ移行する。実際のNPOから学ぶべき組織化へのプロセスを講義していただく。福祉（施設・介護・介護保険など）教育（家庭教育・地域教育・学校教育など）医療（在宅ヘルパー派遣など）研究者の講座だけでなく、NPO活動者のこれらからNPOを目指す方へのアドバイス・注意点などを講義していただき新たにNPOが誕生できるように講座の開催を目的としている。

趣旨：地域の民間による社会事業活動の発展と推進を目的とした講座を開催する。現状の公益社会事業の国家独占主義から民間主導型の公益社会事業へと移行しつつある。しかしながら長年の間、社会事業は行政の仕事であったために、民間パワーの使い方がわからずにいる。だからこそ、社会事業の本来持つべき意味を学び、実践者からの講義を参考に社会事業の更なる発展と民間パワーの活用のために、この講座を開催する。

【日程・会場】

1	12年11月19日(日)18:30~20:00	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)
2	12年11月26日(日)13:30~14:30	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)
3	12年11月28日(火)16:00~17:00	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)
4	12年12月9日(土)13:30~15:00	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)
5	12年12月17日(日)13:30~15:00	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)
6	12年12月17日(日)15:30~17:00	T・C・C (トータル・コミュニケーションセンター)

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「口腔ケアボランティアから在宅医療情報センターの立ち上げ」 阪神淡路大震災～救援活動の後方支援を行い、ボランティア活動を開始。自分の持っている技術を社会に還元するために口腔ケアのボランティアを開始する。その後多くの避難所・仮設住宅・特養老人ホーム・養護施設での口腔活動を行う中で診療では感じることのできない在宅療養者や施設入居者そして家族の悩みにふれたことで、さらに多くの在宅者に対してより質の高い、より在宅者の心に近いケアを社会に還元し提唱することは、医療関係者としてよりも人間として個の社会に生きるものの義務と考え在宅医療情報センターを立ち上げた。既存の硬直した団体との確執や在宅者のおかれている立場など現場からの視点で在宅医療の在り方を考えた。 講師：福田早希子（福田歯科医院院長 歯科医師）
第2回	テーマ 内容	「学生たちのNPO」 学生たちが何を考え、今の社会にどんな憤りを感じて始めたのか。政治・日本・社会の裏側をはじめて垣間見ることになった討論大会は地域の大人たちの意識を大きく変革することができた。政治に無関心だった大人たちは学生たちの働きで政治を感じ、自分たちの1票が政治を変えることができると知った。事実討論会の結果、有力候補は落選し、新しい政治の流れができたのである。学生たちの力は、情性で生きている大人たちに市民の力を示すことができたようである。 講師：榎内智（関西福祉大学学生ヒョウゴ12区衆議院選挙公開討論会代表）
第3回	テーマ 内容	「特別養護老人ホームの実状と介護NPO始動」 老人ホームでの介護・職員・経営等の問題をあげる。特に経営と人員との関係は深く、50人前後の施設では必要な人員と経営が合致しないために、サービスの低下へとつながっている。施設のための入居者なのか、入居者のための施設なのか。テキストと現場の違いを実習を通じた講義。 講師：広瀬孝則（元特別養護老人ホーム職員）
第4回	テーマ 内容	「日本の可能性」 ソーシャルアクション（社会への行動）の研究をなされ、家族はアメリカにおられ、日本の実状を身近に感じられながらも海外からの視点ももちながら日本の可能性をさぐる。日本人として気がついていない可能性、社会の福祉の間違いなどを指摘。研究者として、日本の裏・表を鋭く見る。ソーシャルアクション、そしてNPO。社会の変革の担い手となる活動。その必要性や市民の活動のあり方隠れた市民の可能性を様々な分野から指摘・指導・助言。 講師：ス・レイ・ブー（関西福祉大学社会福祉学部長）
第5回	テーマ 内容	「2000年4月介護保険スタート」 元現場職員としての立場と、介護保険のスタートしてからの指導者の立場、この2つの立場から見えてくる介護保険の在り方や今の社会制度との矛盾を指摘。指導する側としても矛盾の中で翻弄されている。介護保険の根本的な矛盾点とは例えば、3時間かかって寝返りが打てれば自立と判定されること。ケアマネージャーの主観で判定される。では介護とは何でしょう。 講師：竹内美保（元 特別養護老人ホーム職員 関西福祉大学実習指導担当）
第6回	テーマ 内容	「始めてみよう。できることからのNPO」 「これまでの学習会の総まとめとして5回の学習会を通して学んだことをフリーに話し合い、地域活動とは何か。より良い社会活動はどうすればいいのか。日本NPOの在り方や実際の活動に関して質問や会場への問題定義。介護の在り方、社会的介護の矛盾など、問題が山積みであること。そうした問題に今の制度や行政では対応できないこと、だからこそNPOの社会的役割が大きく、今後の活動だけでなく問題に対する学習会が必要であることを再認識する。 講師：福田早希子 榎内智 竹内美保

【受講者数】

16人

【受講者の主な意見】

- ・学生が動きだすことの大切さを再確認した。
- ・榎内講師の理論づけられたお話がわかりやすく、たいへん良かった。
- ・一般家庭においてもすぐできる介護実習が参考になった。
- ・介護保険についてたいへん勉強になった。

まち工房@いたみ

—みんなで考えよう！みんなで創ろう！伊丹のまち—

伊丹学まちづくり会議

代表：関 恒雄

伊丹市高台



阪
神

【講座の目的・趣旨】

2010年を目標とする伊丹市総合計画では「市民自治」がうたわれ、行政と市民との協働による市民参画のまちづくり方針がうたがわれている。これからのまちづくりに具体的に市民がどう関わっていけば、より良い伊丹になるのか、行政も交えて市民が考え行動を始める契機とする。

【日程・会場】

1	12年10月5日(木)19:00~21:00	いたみホール
2	12年10月20日(金)19:00~21:00	いたみホール
3	12年10月26日(木)19:00~21:30	いたみホール
4	12年11月2日(木)19:00~22:00	いたみホール
5	12年11月16日(木)19:00~22:00	いたみホール
6	12年11月30日(木)19:00~22:00	いたみホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「生活者の視点から見たまちづくり（世界の街、伊丹の街）」
	内容	外国の先進的なまちづくりに追いついたら、独自モノがつかれるようになる。伊丹らしいまちは気づいた人から始めよう。色々なまちに行きたくさんモノを見て体験し、目をこやそうという趣旨の講義。 講師：丸野豊子（キッズプラザ館長）
第2回	テーマ	「新しい時代のまちづくり」
	内容	社会の行動範囲が規制やマニュアルからコミュニケーションに変わりつつあり、個人の自律性が尊重され、まち情報の交換の場が求められるようになってきているという趣旨の講義。 講師：久隆浩（近畿大学助教授）
第3回	テーマ	「ハートオブ阪神・伊丹を語る（伊丹の都市景観）」
	内容	伊丹市都市景観形成基本計画のプランナーの講師に、伊丹の景観構成、代表的なポイント、景観のとらえ方等の話を聞いた。農地の保全や散策道の設定など市民の目からの提言が伊丹らしい景観を育てることにつながっていくという趣旨の講義。 講師：山口憲二（まち計画山口研究室）
第4回	テーマ	「公民（協働）のフロンティア（八尾市のとり組み）」
	内容	まちづくり先進都市の八尾市より企画課職員3名にゲストにきてもらい、八尾方式の市民参画の仕組みづくりとその運営について事例発表、その後班分けして詳細を担当者より説明を受けた。 講師：久隆浩（近畿大学助教授）
第5回	テーマ	「どうする伊丹のまちづくり（パート1）」
	内容	伊丹市企画調整部職員3名にゲスト参加してもらい、新総合計画の策定経緯と市民参画のビジョンを聞いた。10年かけて「市民自治のまち」をつくるため、市民参画の仕組みづくりから始めたいという内容。 講師：久隆浩（近畿大学助教授）
第6回	テーマ	「どうする伊丹のまちづくり（パート2）」
	内容	グループ講座で第5回の議論を深め、全体のまとめを行った。講師からは地域コミュニティとの強調も大事、批判するだけでは何も生まれないなど、今後につながる辛口のまとめとなった。 講師：久隆浩（近畿大学助教授）

【受講者数】

48人

【受講者の主な意見】

- ・今までは行政に対する批判がほとんどで、創造的にどう伊丹の未来を作るかという発想がなかった。個人的に何ができるのかと考えさせられた。
- ・市民が主役のまちづくりが実現できるよう努力したい。
- ・活動したいという同じ気持ちでいる人が多いことが今後の取り組みのはげみとなった。

高齢期に向けての健康づくり

桜台地区民生児童委員協議会

代表：倉橋八津夫
伊丹市中野北



阪神

【講座の目的・趣旨】

超高齢期時代の中、私達の願いは健康でいきいき暮らしていく事である。生活習慣、食生活、運動等を見直すことで健康で体力を保持し、豊かな心を持ち地域社会で元気に高齢期を送る。

【日程・会場】

1	12年9月28日(木)13:00~15:00	サンシティーホール
2	12年10月26日(木)13:00~15:00	サンシティーホール
3	12年11月16日(木)10:00~12:00	サンシティー

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「生活習慣病予防と食生活」
	内容	①健康日本21の概要 ②バランスのとれた食生活 ③料理に使う野菜の量はどれくらいでしょう ④塩分は1日10g以下にしましょう ⑤音楽に合わせて体をほぐしましょう 講師：浜名千都子（伊丹市地域活動栄養士協議会）
第2回	テーマ	「心の健康づくり」
	内容	①心の病気、体の病気 ②ストレスについて・良いストレス。ストレスのもとになるもの ③ストレスチェック・ストレスを回復するコツ ④自分でできるリラックス体操 講師：岡田智子（あじさいの家）
第3回	テーマ	「いきいき楽しいレクリエーション パターゴルフ」
	内容	パターの姿勢（背筋をピンと伸ばして持つ） パターの使い方（握り方は自由、ヘッドはカップに向かって直角に置く、カップに向かってまっすぐ打つ） ゲームについて（打数が少ないほど良い成績、打数の比較で競う） 講師：永田照雄（伊丹ミニゴルフ同好会）

【受講者数】

59人

【受講者の主な意見】

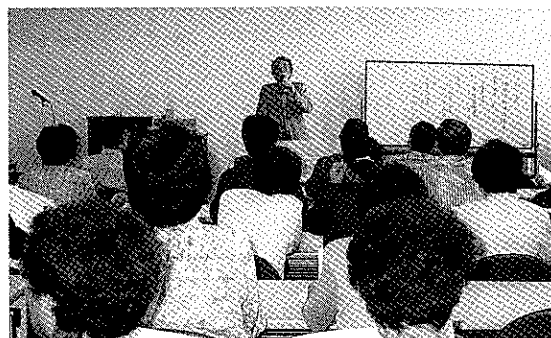
- ・食品の食べ方、塩分の取り方等、大変参考になった。
- ・心と身体のバランスをとり、前向きに行動しようと思った。
- ・高齢者の食生活に参考になった。

あなたの地域で 「ふれ愛福祉サロン」を開設しませんか

伊丹市社会福祉協議会

代表：正賀 スミ

伊丹市昆陽池



阪
神

【講座の目的・趣旨】

少子・高齢化の進む今日、ひとり暮らしの高齢者や、虚弱高齢者等、地域住民の何らかの見守り、援助が必要な方が増加している中、地域における助けあい・支え合う活動が今後ますます重要となってきた。今回の講座は、上述の地域での福祉活動を担う地域住民（ボランティア）を養成する場として実施するものである。

【日程・会場】

1	12年10月11日(水)13:30~15:30	いたみホール
2	12年10月13日(金)13:30~15:30	いたみホール
3	12年10月25日(水)13:30~15:30	いたみホール
4	12年10月27日(金)13:30~15:30	いたみホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「少子高齢社会における地域住民の役割」
	内容	講師の先生のご経歴から、仏教の精神や、医療から「死」ということをどう捉えるのか。どこで、どんな人生の終焉を迎えるのか。医療はもとより、安心した生活をつくっていくには地域住民自身が自発的な思いの（福祉）活動を行うことの重要性和、その実践についてのご教示をいただいた。 講師：神代尚芳（医療法人朗源会 おおくまりハビリテーション病院院長）
第2回	テーマ	「高齢者の心身の変化と対応について」実技「模擬体験」
	内容	前半は、高齢者にかかわる際のヘルパーとしてのご経験からご講義をいただく。重要なのは、笑顔で接すること、高齢者に対するの尊敬の気持ち、高齢者の気持ちに沿った対応。 後半は、模擬体験（肘・肩・足・背中麻痺・視力障害体験機器）を行い、実際の高齢者の身体状況を把握するとともに、精神状況に及ぼす影響も参加者が考える場とした。 講師：木村和子・竹中恵子（社会福祉法人伊丹市社会福祉事業団 訪問介護員）
第3回	テーマ	実技指導「高齢者向けのレクリエーション」
	内容	軽快な音楽に乗せて、高齢者向きの軽い体操や、座った姿勢又は、動きのあるゲームを参加者全員が両先生のご指導のもと楽しみながら実施。後半はグループごとのゲームをご指導いただき、全員参加のもと雰囲気も変わり、参加者の気持ちが一層引き込まれるうちに、様々なレクリエーション（遊び）の基礎を体験的に学んだ。 講師：諸岡芳子（健康美体操講師）・宮武通子（レクリエーションインストラクター）
第4回	テーマ	ディスカッション・まとめ「あなたも、気軽に、地域の福祉活動に参加されませんか。」
	内容	今講座のまとめとして、前半は本協議会地域福祉課職員より、本市における福祉の概況と、地域における助けあい活動の意義と必要性についてビデオ上映と説明を実施。後半は、地域で実際取り組まれている具体的な活動を実践しているお二人から、活動発表と、参加者からの意見交換を実施。

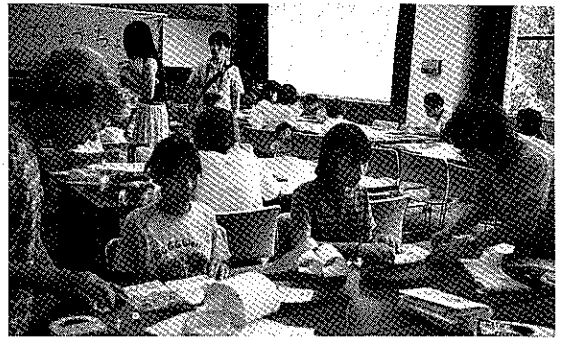
【受講者数】

46人

【受講者の主な意見】

- ・福祉サロンの活動を地域で考えていく必要があると思った。
- ・講座を参考に地域での行事（活動）を考えていきたい。
- ・良い勉強になった。

紙芝居講座 つくってあそぼう



紙芝居サークル “ちょうちょ”

代表：角田 宣子
宝塚市雲雀丘山手

【講座の目的・趣旨】

対話のある遊びの輪を広げる。
・本来の紙芝居が持っている紙芝居の良さを生かして交流の輪を広げるきっかけにしてもらう。また、良い紙芝居の普及。
創作は自分（個）を表に出すことにもなる。
・創作過程は個と個が向き合う場。そのような場が必要と感じて…。

【日程・会場】

1	12年 7月22日(土)13:30~16:00	宝塚市立中央図書館
2	12年 7月30日(日)13:30~16:00	宝塚市立中央図書館
3	12年 8月 5日(土)13:30~16:00	宝塚市立中央図書館
4	12年 8月22日(火)13:30~16:30	宝塚市立中央図書館
5	12年 8月26日(土)13:30~16:00	宝塚市立中央図書館
6	12年 8月29日(火)13:30~16:30	宝塚市立中央図書館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「手づくり紙芝居の創作 『なぜ今、紙芝居』 『絵で表現する』」
	内容	・演じる ・創作に取り組む ・堀田氏の講義 ・小森氏の講義 講師：堀田稜、小森時次郎（関西紙芝居文化研究会）
第2回	テーマ	「紙芝居の創作 箱書きから実寸大へ」
	内容	・小森先生による個々の添削、表現指導 ・坂口有香先生（紙芝居製作者）＝絵を演じる 「なんですわってんの」「オニのつのだべちゃうの」「でんでんとこいのぼり」の作品3点 ・つききに取り組む。箱割の絵と実寸大の絵、ストーリーをいかす表現など 講師：小森時次郎、坂口有香（関西紙芝居文化研究会）
第3回	テーマ	「紙芝居の創作 実寸大から台紙へ、彩色」
	内容	・個々の進みぐあいに合せての指導 ・彩色の仕方、注意事項等（作品のかたち、内容がみえてきた） 講師：小森時次郎（関西紙芝居文化研究会）
第4回	テーマ	「からくり絵本づくり」
	内容	・牛乳パックを利用して、まわしながら開く絵本をつくる。 ・紙芝居を演じる 講師：角田他会員一同（紙芝居サークル ちょうちょ）
第5回	テーマ	「紙芝居を演じる」
	内容	演じるということ…講義 阪本一房 対話が生まれるテクニック…堀田稜 創作途中の方への指導…小森時次郎 受講作品の発表と3講師による総評。語りの部分の指導等。（8作内小学生5作、途中が3作） 講師：堀田稜、小森時次郎、阪本一房（関西紙芝居文化研究会）
第6回	テーマ	「紙芝居の創作」
	内容	“かたり”の指導…説明のない語り 講師：角田、小林、中島、橋本（紙芝居サークル ちょうちょ）

【受講者数】

59人

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しかった。また参加したい。
- ・集中して同じ時間を共有することができてうれしく思った。
- ・一つのことをあきずにする事はとても大事な事だと思う。

思春期の子どもをもつ悩める親たちへ・・・



グループ・F T

代表：黒坂 操
宝塚市千種

阪
神

【講座の目的・趣旨】

今、思春期にある子どもたちが次々に起こしている事件の根底にある問題点を探りその解決方法を参加者で話し合い見つけていく。又、地域ぐるみで取り組めることがないかを考える中で同じ悩みを持つ者同士が支えあってゆけるきっかけづくりをする。

【日程・会場】

1	12年10月25日(水)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	12年11月8日(水)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	12年11月22日(水)13:30~15:30	宝塚市立女性センター
4	12年11月29日(水)13:30~15:30	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「近頃の思春期のこどものこととからだ」
	内容	・本「ちぐはぐな身体」から見えてくる子どもの感覚 ・身体感覚と心の在り方 ・不登校についての子どもの気持ち ・「少年」のとらえ方(何才までが少年なのか) 講師：羽下大信(甲南大学教授)
第2回	テーマ	「思春期の子どもの犯罪と親のできること」
	内容	・少年法改正についての疑問点 ・今の子どもの現状(体験不足)と親のかかわり方について ・保護士としての活動を通して見える子どもとのかかわり方について 講師：野口善國(兵庫県弁護士会少年問題対策委員)
第3回	テーマ	「子どもと上手にコミュニケーションⅠ」
	内容	コミュニケーションの働き方の意味、上手にコミュニケーションをとる方法などについての講義 参加者同士がコミュニケーションをとるためのゲーム ケースについて考える。話し合い。 講師：渡辺和美(心理カウンセラー)
第4回	テーマ	「子どもと上手にコミュニケーションⅡ」
	内容	・子どもが問題を抱えている時のコミュニケーションの取り方についての講義 ・参加者同士のコミュニケーションのためのゲーム ・ロールプレイ 講師：渡辺和美(心理カウンセラー)

【受講者数】

33人

【受講者の主な意見】

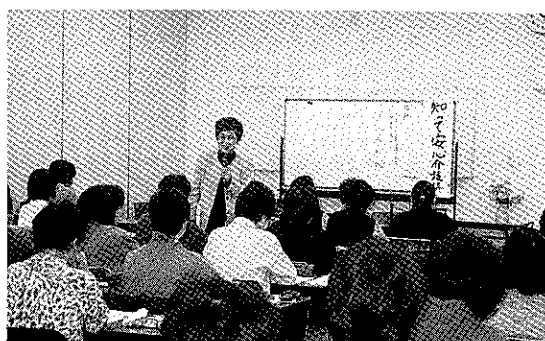
- ・子どもについていろいろな悩みもあるが他の方のお話や先生のお話を聞くと自分自身の悩みでもあるがみんないろいろと悩み生活している事がわかった。子ども自身も悩んでいるんですね。
- ・いろいろ話を聞いて心理的に楽になれそうな気がする。
- ・具体的な事例をあげてのお話だったので非常に参考になった。

知って安心介護講座

コープくらしの助け合いの会

代表：稲田 敏子

宝塚市売布



阪神

【講座の目的・趣旨】

高齢化が急速に進む中で、在宅介護がますます重要になっています。いざという時のために介護のポイントを学ぶ事を目的とし企画した。

【日程・会場】

1	12年11月6日(月)10:00~12:00	宝塚コープセンター
2	12年11月13日(月)10:00~12:30	宝塚コープセンター
3	12年11月20日(月)10:00~12:00	宝塚コープセンター
4	12年11月27日(月)11:00~13:00	池ノ島デイサービスセンター
5	12年12月4日(月)10:00~12:00	宝塚コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「寝かせきりにしないための工夫」
	内容	清潔なお世話・清拭—効果、ポイント 洗髪—(お湯を使う場合) ベッド、ふとん (お湯を使わない場合) ドライシャンプー、ヘアローション、おしぼりタオル 講師：吉岡健一 (池ノ島デイサービスセンター)
第2回	テーマ	「高齢者の心をつかむには」
	内容	社会情勢の変化、高齢者の人間観、加齢とは、コミュニケーション、自分のコミュニケーションの能力 講師：千田明美 (コープこうべ在宅介護サービス事業ケアマネージャー)
第3回	テーマ	「体を清潔に保つ工夫」
	内容	寝かせきりの原因・要因、坐位をとることのメリット、介助について、1人介助の場合・2人介助の場合、車イスなど 講師：吉岡健一 (池ノ島デイサービスセンター)
第4回	テーマ	「施設見学と昼食試食会」
	内容	デイサービスセンターの機能について、訪問入浴と入浴車について、施設見学、昼食(配食)を味わう 講師：吉岡健一 (池ノ島デイサービスセンター)
第5回	テーマ	「介護についてのQ&A」
	内容	排泄について、日本と外国のおしめの開発の違いについて、失禁の種類 講師：吉岡健一 (池ノ島デイサービスセンター)

【受講者数】

57人

【受講者の主な意見】

- ・介護にはこころの余裕が必要だと感じた。
- ・「～ねばならない」ということから自分を解放したい。
- ・もっと早くにこの講座を受けていたらと思った。

「子育て支援講座」地域で子育て ～育児中の人も一段落した人もこれから育児する人も～

子育て支援グループ「スマイル」

代表：亀井 幸江

宝塚市すみれが丘



【講座の目的・趣旨】

被災地である宝塚はまだまだ子育てしやすい町とはいえない状況にある。行政だけに頼るのではなく、市民が地域での子育て支援活動を行いやすい環境をつくっていくことが必要と思われる。現在育児中の人、一段落した人も、これからの人も育児に役立つ知識を学びながら、よりよい子育てを考えている近隣の人や地域の子育て支援活動ボランティアとの関わりを深めることにより育児の助け合いができるような環境づくりを目指す。

【日程・会場】

1	12年9月23日(土)10:00~12:00	武庫川河川敷
2	12年10月17日(火)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	12年12月7日(木)13:30~15:30	宝塚市立女性センター
4	13年1月25日(木)10:00~12:00	宝塚市女性センター
5	13年2月8日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「チャイルドシート装着講習会」
	内容	警察の交通課のチャイルドシート装着啓発担当の方とJAFの取り付け指導員の方から、参加者一人一人の取り付け方のチェックと改善方法を教わった。 講師：中本交通課長（宝塚警察）
第2回	テーマ	「おかあさんだけのせいじゃない。～親のしつけ、社会のしつけ」
	内容	親のしつけ方と子どもの発達の調査結果や一般的な事例の紹介と、参加者の現在かかえる育児の悩みについて意見交換を行った。 講師：栗山昭子（芦屋女子短大）
第3回	テーマ	「小児アレルギーを知ろう！食事アレルギー、アトピー、ぜんそくなど」
	内容	医師からアレルギーについての一般的な対処方法、医者への質問の方法や伝えて欲しい留意点、家庭で気をつける点などを話して頂いた。 講師：古山馨代（宝塚医師会）
第4回	テーマ	「乳幼児のための救急救命法～予防からイザという時まで～」
	内容	乳幼児のよくある事故例をあげて、危険回避の方法を具体的に指導して頂いた。心肺蘇生、骨折時の簡易固定、発熱時、誤飲時の対処法など。 講師：場馬氏（宝塚消防本部）
第5回	テーマ	「いきいきママは聞き方上手。」
	内容	「親業」上級コース修了生であり、カウンセリングの場を提供されているコミュニケーションワールド株式会社の代表の方に、親子での会話をいかに子どもが話しやすいもの出来るかを参加者の普段の話し方を取り上げながら話し合った。 講師：上沼恭子（コミュニケーションワールド(株)）

【受講者数】

37人

【受講者の主な意見】

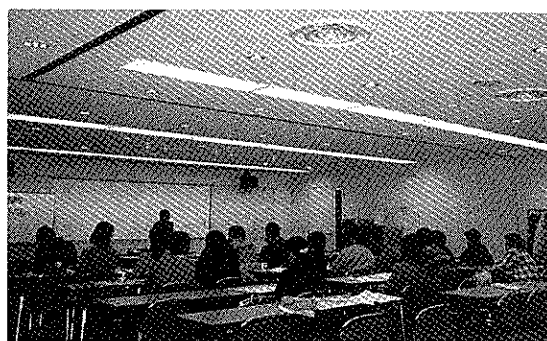
- ・ 専門家に見てもらえて安心できた。
- ・ 講師の体験談（失敗も含めて）にはとても共感できた。
- ・ 子どもとの接し方に不安を抱いていたのでよい勉強になった。

「平和の文化を私たちから」 ～ローカルからグローバルへ～

たからづか女のねっと

代表：橋 統子

宝塚市中山五月台



【講座の目的・趣旨】

一つの地域の問題だと思っていたことが、声を出してみるとそれは多くの人が共通に悩んでいたことだったりする。どうやら世界共通の問題点だったことを発見する。現在では一国だけで解決できる問題は限られているらしい。平和は一人で作くり出せるものでもないし、何もしないでは生まれない。平和をつくり出す努力をそれぞれが工夫する必要がある。

【日程・会場】

1	12年10月12日(木)18:30~20:30	宝塚市立女性センター
2	12年11月10日(金)18:30~20:30	宝塚市立女性センター
3	12年11月28日(火)18:30~20:30	宝塚市立女性センター
4	12年12月16日(土)14:00~16:00	宝塚市立女性センター
5	13年1月13日(土)18:00~20:00	宝塚市立女性センター
6	13年2月27日(火)14:30~16:00	アジア・太平洋人権情報センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「スウェーデン180年の平和の歴史」
	内容	スウェーデンはナポレオン戦争以来、186年間平和を守り続けている。スウェーデン国民一人ひとりの市民意識の高さは素晴らしいものがある。そういう意義が平和につながる。 講師：河村潤子（世界女性会議ネットワーク関西）
第2回	テーマ	「犬と分かちあう人生」
	内容	日本人の動物への接し方はとても問題がある。流行に流され、ハスキー、柴犬など飽きるといとも簡単に捨ててしまう。これでは動物達がかわいそうである。人と動物が共存できる環境づくりが大切である。 講師：エリザベス・オリバー（動物保護団体「アーク」）
第3回	テーマ	「アジアの人と友だちになろう」
	内容	国際結婚問題から端を発し、アジアの女性たちが貧困にあえいでいることを目にする。日本人のアジア人へ向ける目は冷たい。講師は、アジアの女性が自立できるよう事業を起こし、指導、販売等支援をし続けている。 講師：森木和美（アジア女性自立プロジェクト）
第4回	テーマ	「トランプ遊びに異文化体験」
	内容	トランプ遊びで楽しみながら異文化交流の疑似体験をする。遊びながら大きな発見に気づく。異文化とは他人の事、他国の事だけではなく、一人ひとりが異文化を持っているのかもしれない。 講師：富岡美知子（龍谷大学講師）
第5回	テーマ	「沖縄 報道されない事実」
	内容	今もお、犠牲になっている沖縄。戦後50年経った今も地位協定等というまるで封建・江戸時代そのままの法律を許している米国基地のある沖縄。知らないことが多すぎるし、本土にまで報道がきちんとされていない。事実は次から次へと目をおおいたくなる犯罪に何故私たちは沖縄をいつまで犠牲にしておくのか考えさせられる。 講師：高里鈴代（沖縄「基地・軍隊を許さない行動する女たちの会」）
第6回	テーマ	「世界の人権問題」
	内容	アジア・太平洋地域における人権を守っていき、推進する役目を担うセンター。地域の情報収集や啓発の為にシンポジウムや学習会等、国際レベルで展開。しかし、人手不足、予算不足もあり十分なことはできていないのが現状である。 講師：川崎政宏（(財)アジア・太平洋人権情報センター）

【受講者数】

38人

【受講者の主な意見】

- ・一人ひとりが平和を実現するために努力していかなければならない事がよくわかった。
- ・大人自身ももっと人権、民主主義に対する考えを養っていかなければならないと思う。
- ・アジアの女性の貧困さがよくわかった。

ワークショップ 「表現遊びでともだちづくり」

宝塚ふぁみりい劇場

代表：三橋あき子

宝塚市川面



【講座の目的・趣旨】

遊びと失敗は人の成長のための大切な栄養である。演劇のレッスンで用いられている様々なゲームを体験していくなかで大人も子どもも新しい自分や友達を発見して失敗を乗り越える勇気や自信をつけていく。

【日程・会場】

1	12年8月25日(金) 9:15~11:30	宝塚市立東公民館
2	12年8月26日(土) 9:15~11:45	宝塚市立西公民館
3	12年9月9日(土) 9:15~11:55	宝塚市立西公民館
4	12年9月23日(土) 9:15~11:45	宝塚市立西公民館
5	12年10月14日(土) 14:00~16:30	宝塚市立中央公民館
6	12年10月28日(土) 9:15~11:45	宝塚市立中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「まずはあいさつから」
	内容	友達を知ろう、自分を伝えよう。コミュニケーションゲームの始まり。 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）
第2回	テーマ	「なによりスキンシップ」
	内容	ひとの体に触ってみよう。みんなでやればこわくない。 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）
第3回	テーマ	「芝居のはじまりはゲームから」
	内容	表現って難しくないよ。遊ぶ心さえあれば大丈夫。 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）
第4回	テーマ	「からだを使って表現あそび」
	内容	恥ずかしがらずにからだをひらいてところをひらいて。 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）
第5回	テーマ	「イメージはふくらむどこまでも」
	内容	想像力さえあれば何にだってなれるよ。どこへでもいけるよ。 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）
第6回	テーマ	「小さな、小さな発表会」
	内容	思いっきりの表現って何？ 講師：本岡銀子（兵庫県立ピッコロ劇団）

【受講者数】

25人

【受講者の主な意見】

- ・ゲームや表現遊びが楽しかった。
- ・ゲームがいっぱい覚えられた。
- ・子どもたちの生き生きとした表現。表情に感動した。

「生きる力」を身につけるためのワークショップ

宝塚ふぁみりい劇場

代表：三橋あき子

宝塚市川面



【講座の目的・趣旨】

生きていく（生活していく）上で、身につけなければいけないことを、子どもの視点、親の視点からそして共通の体験を通じて会得していく。

【日程・会場】

1	12年9月10日(日)10:00~11:30	宝塚市立西公民館
2	12年10月29日(日)10:00~11:30	宝塚市立西公民館
3	12年11月19日(日)10:00~13:00	宝塚市立中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地球となかよし」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・手あそび ・ペンちゃんの地球調査隊（大型紙芝居） ・うらしまイチロウ（人形劇） ・人間っていいな（うたダンス） ・ペンちゃんからの手紙 講師：小野田正美（ぐりーんぺっぱー）
第2回	テーマ	「自分を守るためにできること・・・？」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・大人向けのワークショップ、子ども向けのワークショップを別々の部屋で行うCAP（子どもへの暴力防止プログラム） 講師：森山順子（特定非営利活動法人 女性と子どものエンパワメント関西）
第3回	テーマ	「つくってたべよう！自分の手で」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・調理材料の説明 ・調理材料の注意点 ・調理の方法 ・調理実習 講師：堀和佳子（自宅で子どもクッキング教室）

【受講者数】

38人

【受講者の主な意見】

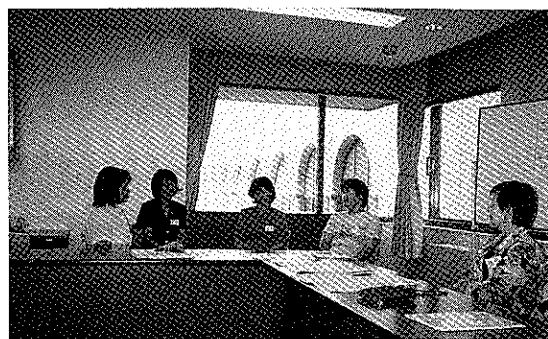
- ・毎回新たな発見があった。子どもと一緒に参加するのは楽しい。
- ・環境問題や権利の話など、子どもにとっても親にとっても初めての経験で目をそらさずまっすぐ見つめ考えたのがとても良かった。
- ・人形劇で地球環境の大切さをわかりやすく教えてくれた。

話して元気になろう

トークスクエア

代表：高橋 清子

宝塚市中山桜台



【講座の目的・趣旨】

一人で抱えこむより「話して良かった」「元気になった」という経験から、「話す」「聴いてもらう」ことによる、いやし効果を目指し、自分の気持ちや意見を相手に伝える、相手の話を聞いて共感するというコミュニケーション術を学ぶ。

【日程・会場】

1	12年9月16日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	12年10月14日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	12年11月25日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	12年12月16日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
5	13年1月27日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
6	13年2月17日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「キープインタッチ」 初対面の人とお互いにはめ合う。相手をよく観察し、ほめることにより、互いの心の垣根を低くし、良い関係を築く第一歩とする。 講師：橋統子（コミュニケーション工房）
第2回	テーマ 内容	「ディベート入門『育児休暇』を男性に義務づけるべき」 自分の個人的意見は別としてテーマにそって賛成派と反対派に別れ、それぞれの意見を主張し合う。ディベートとはいかなるものかを実際に体験してみて学ぶ。 講師：橋統子（コミュニケーション工房）
第3回	テーマ 内容	「プレゼンテーション」 それぞれが決められた時間内に『秋の思い出』をテーマとし、スピーチを行う。5W1Hを基本とし、一番伝えたい事をいかに相手にイメージされられ、関心を持たれるようにするかを学ぶ。 講師：橋統子（コミュニケーション工房）
第4回	テーマ 内容	「ブレインストーミング」 自由な発想で意見を出し合い、1つのものにしほり込んでゆく方法を学ぶ。出来そうもない発想を現実のものにしてゆくためのものであり、その過程での注意点も学ぶ。 講師：橋統子（コミュニケーション工房）
第5回	テーマ 内容	「私のオークション」 自分の長所を数えて値段をつける。欠点に落ち込むより、長所を生かしていけるように考え方を考えてみることを学ぶ。 講師：岡本京子（宝塚NPOセンター）
第6回	テーマ 内容	「サバイバルゲーム」 月で遭難した時に持って逃げる物の優先順位をつける。まず個人で行い、次にグループで意見をまとめる。様々な意見をいかに上手く一つにまとめるかを学ぶ。 講師：橋統子（コミュニケーション工房）

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

- ・すごく参考になった。落ち込んでいる自分に活力を与えてくれた。
- ・話す技術の一端を身につけられたと思う。
- ・話すことによって、よりお互いを理解できるような気がした。

地域活動推進講座パート1 ～パート3

仁川コープ委員会

代表：吉田 啓子

宝塚市仁川旭ヶ丘



【講座の目的・趣旨】

- ・花と緑のある生活に潤いをそうして美しい町づくりを。
- ・大人と子ども達と一緒に工夫しながら物をつくりあげる交流体験を通してやさしさを育てる。
- ・資源を大切に環境について意識を持っていただき、自らが出来ることに取り組む。

【日程・会場】

1	12年6月17日(土)10:00~12:00	コープ仁川店組合員集会室
2	12年8月4日(金)10:00~12:00	コープ仁川店組合員集会室
3	12年11月11日(土)10:00~12:00	コープ仁川店組合員集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「寄せ植え講習」
	内容	2種類の花の寄せ植え講習をしました。参加者に好きな方を選んでいただき、講師からレジメにそった説明があり、参加者全員楽しく作業をしました。みなさんに喜んでいただきました。参加費1500円徴収。 講師：和田臣子（園芸家）
第2回	テーマ	「環境学習会 チビッコ・大人の工作教室へのお誘い」
	内容	夏休みの工作。牛乳パック、ペットボトル等を利用して参考の資料を利用しながら、それぞれ講師の先生に助けられながら、好きな物を作った。 講師：清水保子（手芸講師）
第3回	テーマ	「身近な環境問題 水のおはなしあれこれ」
	内容	私達が日々使用している水道水について、色々な面からお話していただきました。こういうお話は余り聞く機会がないので参加者の方々に喜ばれました。 講師：佐々木弘（神戸大学経営学部教授）

【受講者数】

12人

【受講者の主な意見】

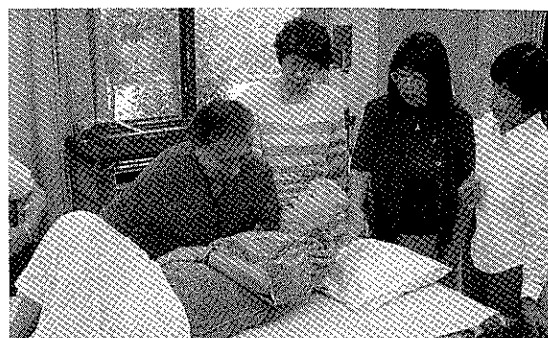
- ・これからも豊かな水に守られて生活出来るように、自分達に出来る努力はして行かなければと思った。
- ・親と子が一緒になって一つの作品を作り上げていく喜びが感じとれて良かった。
- ・楽しみながらいい作品ができた。

介護保険制度と地域のかかわり

光が丘福祉活動委員会

代表：藤川 誠子

宝塚市光が丘



阪
神

【講座の目的・趣旨】

地域住民がイキイキと生きがいを持って暮らせるよう元気なうちから体験や学習、交流を持ちながらいかに支援づくりができるかを学ぶ。

【日程・会場】

1	12年9月16日(土)10:00~12:00	光が丘自治会館
2	12年10月21日(土)10:00~12:00	光が丘自治会館
3	12年11月4日(土)13:30~15:30	光が丘自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護保険制度と地域のかかわりパートⅠ 家庭介護の実習」
	内容	家庭介護について初歩的な説明と実習。知って得する家庭介護 講師：社会福祉協議会チーフヘルパー
第2回	テーマ	「介護保険制度と地域のかかわりパートⅡ」
	内容	高齢者にやさしいお料理のデモンストレーション。特に家庭にある材料を使った家庭料理 講師：近久洋子（料理研究家）
第3回	テーマ	「介護保険制度と地域のかかわりパートⅢ」
	内容	これからの小地域福祉活動（ボランティア活動）の大切さ。福祉が変わる、地域福祉は変わる。介護保険制度について。 講師：新崎国広（南海福祉専門学校講師）

【受講者数】

33人

【受講者の主な意見】

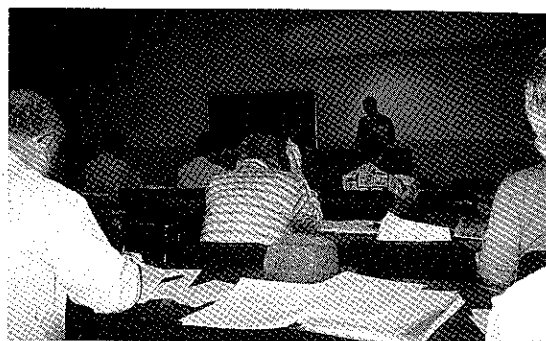
- ・日常生活に身近な企画でよかった。
- ・介護保険を受ける側と供与する側の話を聞いてみたい。

わくわくライフ

フェニックス長尾

代表：堀 信義

宝塚市光が丘



阪神

【講座の目的・趣旨】

豊かな人生を目指して、今を楽しく！地域・地区コミュニティを見直し、自分発見に気づく。楽しみながら学びウォーキングやスポーツでもっと日常を楽しく過ごす。気の合った仲間を見つけて地域活動を行う。

【日程・会場】

1	12年9月10日(土)10:00~15:00	東公民館他
2	12年10月21日(土)13:30~16:30	女性センターエル
3	12年11月4日(土)10:00~12:00	長尾南小学校
4	12年12月12日(土)10:00~12:00	山本合同利用施設
5	13年1月15日(土)10:00~12:00	西公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「山本地区の史跡・歴史概観（わがまち探訪）」
	内容	地元の自然（植木の全国三大産地のひとつ）と魅力の再発見。 講師：金岡鎮雄（園芸研究家）
第2回	テーマ	「価値あるパソコンの使い方」
	内容	パソコンをもっている人、持っていない人、合わせて操作の仕方を教わった。 講師：上杉咲百合（プラネットカンパニー）
第3回	テーマ	「健康・ニュースポーツの体験」
	内容	ニュー健康体操・健康チェック。ニュースポーツの紹介と実技練習。 講師：清水博子他（宝塚スポーツレクリエーション協会）
第4回	テーマ	「ガーデニング講習会」
	内容	クリスマスからお正月用の飾りにシクラメンの花を現代風にアレンジし、土づくりから始める寄せ植え講習会。 講師：阪上彰（園芸アドバイザー）
第5回	テーマ	「地域の仲間とイキイキ人生一生きがい健康づくり」
	内容	高齢者の生きがい追求。高齢者がいつまでも元気で過ごすための工夫、社会参加活動についての啓発。 講師：堀信義（兵庫県健生協議会シニアパワーを活かす会）

【受講者数】

56人

【受講者の主な意見】

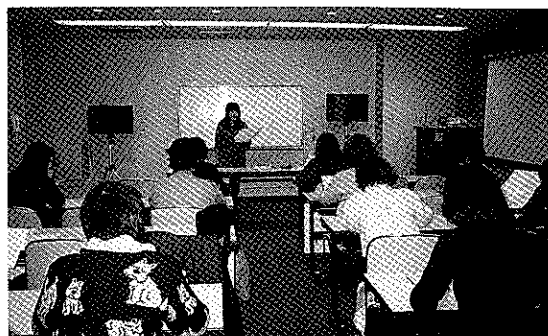
- ・ずっと続けてほしい。
- ・参考になった。
- ・バランスのとれた講習だった。

わたしと家族

本音を語る会

代表：福田 悦子

宝塚市伊子志



【講座の目的・趣旨】

地震のときに強く結びついた家族。生活が安定してくると気持ちが離れていく家族。家庭の役割をもう一度見直し大切さを知ってもらうことを目的とする。

【日程・会場】

1	13年1月26日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	13年2月2日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	13年2月9日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	13年2月16日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「自分に気づく①」
	内容	・ワーク「ある主婦の死—その責任をめぐって」 ・グループに分かれ自分の人間関係の役割、位置、自分の家族観について気づいたことを話し合い振り返る。 講師：潰滝静子（フェミニストカウンセラー）
第2回	テーマ	「自分に気づく②」
	内容	・ワーク「自分の対人地図」用意された図形シートをもとにクレパス又は色鉛筆で、自分の人間関係をあらわす。 講師：潰滝静子（フェミニストカウンセラー）
第3回	テーマ	「夫と私の関係」
	内容	ワーク1「嫌いな夫、好きな夫」 ワーク2「夫と私の輝いた日」 ワーク3「夫婦のバッドコミュニケーション」 講師：味澤道明（メンズセンター）
第4回	テーマ	「子どもと私の関係」
	内容	ワーク「説教は何のため」2人でロールプレイをする。その後子どもが前向きになる会話をグループで考えてみる。 講師：味澤道明（メンズセンター）

【受講者数】

29人

【受講者の主な意見】

- ・親子関係を良好に築いていくことこそ人間関係を良くしていくことがわかった。
- ・自分自身がまず自尊感情をもって生きていくことが大切だと思った。
- ・自分を見つめなおすいい機会になった。

人間関係のこつさがし

メディア18

代表：山田 恵

宝塚市光が丘



阪神

【講座の目的・趣旨】

地域の中での広い立場の人々との交流をはかるための足がかりとなるよう企画した講座。介護、子育て、地域活動（ボランティア）等、多様な立場の人々とのつながり、関わりを広げ人間関係をより豊かなものにしていくきっかけとしての場づくりである。

【日程・会場】

1	12年8月25日(金)13:30~15:30	宝塚市立末広小学校
2	12年9月15日(金)9:50~11:50	宝塚市立中央公民館
3	12年10月18日(水)18:30~20:30	宝塚市立中央公民館
4	12年11月23日(木)14:00~16:00	宝塚市中央公民館
5	12年12月17日(日)14:00~16:00	宝塚市中央公民館
6	13年2月4日(日)14:00~16:00	宝塚市中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「体験 気功体操 一からだほぐしからのアプローチ」
	内容	ゆったりとした気功体操。気を整え体のこりや心の疲れをほぐした後、サークルになって意見交流をした。 講師：西川靖子（コープこうべ・宝塚コープセンター気功講師《関西気功研究会》）
第2回	テーマ	「思春期は訴える 一子どもの非行は大人の非行一」
	内容	三世代で協力し、地域で子育てして行けるよう、警察の立場から思春期の子どもの心や行動そして大人としてどう関われるか。 講師：福田年宏（元大阪府警少年課係）
第3回	テーマ	「整体はじめましょ 一体ほぐしからのアプローチ」
	内容	ペアになり体にやさしい手当てを実際に体験し学びあう。夫婦や親子、友人との交流。 講師：福井幸子（ウィメンズセンター大阪・整体師）
第4回	テーマ	「老後環境&育児環境 一地域で福祉を考える一」
	内容	ビデオの映像から日本国内の介護等の取り組みを民間、企業、行政、それぞれの特色等比較しながら講義学習。 育児の取り組みは世界的視野、スウェーデンやノルウェーなどのビデオ映像を参考に講義。 講師：上掛利博（京都府立大学福祉社会学部助教授）
第5回	テーマ	「地域ボランティア（コミュニティ活動）を生き生きと！」
	内容	ワークショップを通して地域での対等な関係での人と人との結びつきを学んだ。全体では、少人のグループに分かれてみたりしながらゲームやその気付きをふり返り語り合う。問いかけに対する気付きの共有。 講師：池住義憲（国際民衆保健協議会 アジア太平洋地域コーディネーター）
第6回	テーマ	「一人でできる心の手当て 一大人も子どもも自分癒しを一」
	内容	ワークセミナー。 ペアになってゲームをしたりする中で相手との関係を感じてみたり、感情を分析、分類し自分の感情とゆるやかに向き合ってほぐしていくセミナー。 講師：八巻香織（テーンズポスト代表）

【受講者数】

94人

【受講者の主な意見】

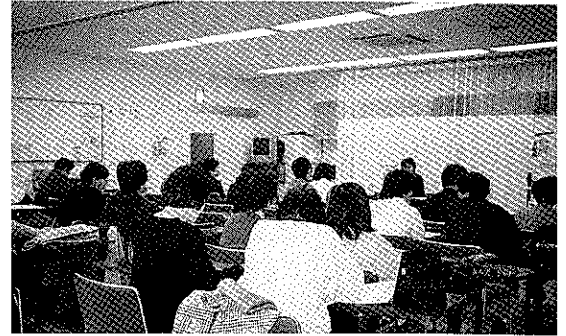
- ・問題の芽をどの子も持っている、これを聞いて家庭での親子の話し合う時間がとても大事だと分かった。子どもの目線に降りて一緒に話す、共感できる時間を持ちたいと思った。
- ・初めての事で少々不安だったが楽しく参加することができた。心も体もリフレッシュした。
- ・育児も介護問題も家庭だけの問題ではなくやはり地域で考えるべき大切な事だとビデオを観せていただいて感じた。まさに自立と共生の大切さを考えさせられた。

心もからだもいきいき講座

めふコープ委員会

代表：酒井富美子

宝塚市寿町



【講座の目的・趣旨】

心が豊かになれば身体も健康になり、他者にやさしく接することができるようになります。幸せを体感できるそんな空間を地域の人々に提供できればと思います。

【日程・会場】

1	12年7月24日(月)10:30~14:30	コープめふ組合員集会室
2	12年9月27日(水)13:00~15:00	コープめふ組合員集会室
3	12年10月11日(水)10:30~12:00	コープめふ組合員集会室
4	12年12月22日(金)10:30~13:00	コープめふ組合員集会室
5	13年1月29日(月)10:00~12:00	コープめふ組合員集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域の子育て」
	内容	料理教室と工作教室を開催。 ・料理実習・ライスピザ・スパゲッティ・サラダ・クリームゼリー ・マグネット人形・円形マグネットに布や毛糸で人形の顔をつくる。 講師：鉄野美智子(料理研究家)
第2回	テーマ	「手軽にできる健康体操」
	内容	初歩的な太極拳とストレッチ体操を取り入れた体操教室。 講師：土居悦子(太極拳指導者)
第3回	テーマ	「家庭園芸 秋の花の寄せ植え」
	内容	秋の花の寄せ植え講習会(黒とうがらし・りんどう・プミラ・アリッサム・ダールベルグデージ) 講師：岡崎章子(グリーンネット)
第4回	テーマ	「手づくりのお正月」
	内容	お正月料理の講習・調理実習(ひらめのテリーヌ・お吸い物花びらもち仕立て・豚スペアリブのうま煮・桂花杏仁豆腐・鮭のむし寿司) 講師：田辺邊子(料理研究家)
第5回	テーマ	「それいけ！更年期いろんな私を発見したい」
	内容	事例を交えての健康講座。更年期を新たな自分の人生、関係などの見直しの時期としてとらえよう。 講師：阿古安子(ウイメンズセンター大阪)

【受講者数】

86人

【受講者の主な意見】

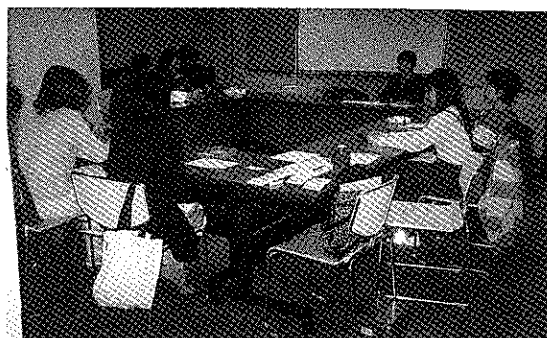
- ・実際に家で挑戦してみようと思える内容ばかりでよかった。
- ・自分の更年期とどのように付き合っていくかを考えさせられた。
- ・太極拳を初めて体験したが、動作がゆっくりだったので楽しくできた。

母と子の仲間づくり

わいどあんぐる

代表：大森 佳子

宝塚市中山五月台



阪神

【講座の目的・趣旨】

地震等で転居を余儀なくされ、孤立した育児環境にいる母子に対して地域の情報交換をし、互いの仲間づくりを促進する。

【日程・会場】

1	12年9月8日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	12年9月22日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	12年10月20日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	12年10月27日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
5	12年11月17日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
6	12年11月24日(金)10:00~12:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子育て楽しいよ」
	内容	・栗木先生の自己紹介 ・体験談①やりたい時期にさせて身の回りのことは自分でする習慣をつけさせる。②色々な体験をさせよう 講師：栗木剛（野外レクリエーション指導者協議会）
第2回	テーマ	「最近の子育て状況」
	内容	・子どもたちが不安になる情報を昔ならかくせたが、今はテレビ等で情報を知ってしまい、不安になってしまう。 ・参加者が今の1番の悩みを4分ずつ話し、情報交換する。 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第3回	テーマ	「家庭での子どもとの関わり方」
	内容	・参加者が家庭内での子どもとのかかわりについて悩みを情報交換。 ・仲村先生からの助言。 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第4回	テーマ	「地域での子どもとの関わり方」
	内容	・参加者が地域での子どもとのかかわりで悩みを情報交換。 ・仲村先生の助言。 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第5回	テーマ	「幼稚園、学校での子どもとの関わり方」
	内容	・参加者が幼稚園、学校でのかかわりで悩みを情報交換。 ・仲村先生の助言 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）
第6回	テーマ	「ふりかえり」
	内容	・理想の子どもの色、自分の子どもの色、自分が子どもだった頃の色を描き、イメージを発見するワーク。 ・参加者の感想のフリートーク。 講師：仲村房子（フェミニストカウンセリング神戸）

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しかった。
- ・私と違う角度から子供を見ている人の意見が参考になった。
- ・自分と共通の悩みを持った人と出会えた。

ウェル・ビーイングな社会を目指して

川西レクリエーション協会

代表：曾根 千衣

川西市丸山台



阪
神

【講座の目的・趣旨】

体を動かし心をときめかし、人と触れ合っ
てウェルビーイングな社会を目指しませんか？
地域活動への参加の一步として人との触れ合
い、障害者のスポーツ、日常活動について理
解を深める。

【日程・会場】

1	12年10月24日(火)10:00~12:00	川西市総合体育館
2	12年10月29日(日)10:00~12:00	川西市総合体育館
3	12年11月18日(土)13:00~15:00	川西市市民温水プール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「仕事を楽しむ！精神障害者の作業所を立ち上げたいきさつと現状を聞く」
	内容	神戸湊川病院の長期入院者の社会復帰を目指し、喫茶店の作業所を開設した経過、内容について話を聞き、障害者にとっても、健常者にとっても住みよいまちづくりについて考える。 講師：小出美子（作業所広末）
第2回	テーマ	「障害者テニスの体験と協力」
	内容	車イス使用者、足腰についての障害者と共にテニスをし、共に楽しむことを知る。又、障害がない人がどんな形で協力できるのかを考える。 講師：中澤久美子・三好千砂子（川西庭球会）
第3回	テーマ	「シドニーパラリンピックに出場して・知的障害者の水泳体験と協力」
	内容	1. パラリンピック金メダルの加藤さんの経験談を聞く。 2. 実際にプールに入り加藤さんの泳ぎを見て、知的障害の子と親と共に泳ぐことで全ての人の可能性について考える。 講師：加藤作子・足立双葉

【受講者数】

26人

【受講者の主な意見】

地域で取り組むボランティア

ボランティアグループ「ハイ・はい」

代表：河崎 輝子

川西市大和東



阪
神

【講座の目的・趣旨】

高齢化が進んでいる地域のため、皆でさえ合えるボランティアが必要になって来ており、一人でも多くの人が地域ボランティアに関心の持てるような講座を目的とする。

【日程・会場】

1	12年8月30日(水)13:30~15:30	安心コミュニティプラザ(第2自治会館)
2	12年11月1日(水)13:30~15:30	安心コミュニティプラザ(第2自治会館)
3	12年12月12日(火)13:30~15:30	安心コミュニティプラザ(第2自治会館)
4	13年1月23日(火)13:30~15:30	安心コミュニティプラザ(第2自治会館)
5	13年2月24日(土)13:00~17:00	さぎそう園、湯々館
6	13年2月26日(月)12:45~17:00	ハピネス川西、レインボーハイツ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「もう一つの人生(ボランティアで生きがい)」
	内容	①60才を過ぎてからのボランティア ②今、男性に出来ること ③楽しみながらボランティアをするためには 講師：荒川洋(シルバーボランティアグループ「シルバー1」)
第2回	テーマ	「高齢者の福祉政策と現状」
	内容	①高齢者の現状と将来設計 ②介護保険制度実施前後の福祉政策 ③在宅介護支援センターの役割 ④要介護認定結果で自立となった人達へのボランティア ⑤ホームヘルパーの活動範囲 講師：桑原弘子(川西市高年福祉課長)
第3回	テーマ	「地域の高齢化とボランティア」
	内容	大和地区での高齢化が進む中、どのようなボランティアが必要か。 講師：浜上章(川西市社会福祉協議会副主幹)
第4回	テーマ	「ボランティアとしてのかかわり方」
	内容	①初めてボランティアをと思っている人 ②もう一歩進んだボランティア ③ボランティアの心 講師：北村俊雄(川西市社会福祉協議会ボランティアセンター主任)
第5回	テーマ	「市の福祉施設見学実習」
	内容	私達の身近にある施設の見学。特養、ケアハウス、ショートステイとは 講師：山本シヅ(さぎそう園)・吉川渉(湯々館)
第6回	テーマ	「市の福祉施設見学実習」
	内容	私達の身近にある施設の見学。特養、ケアハウス、ショートステイ、有料老人ホームとは 講師：生駒一正(ハピネス川西)・生駒エリ子(レインボーハイツ)

【受講者数】

100人

【受講者の主な意見】

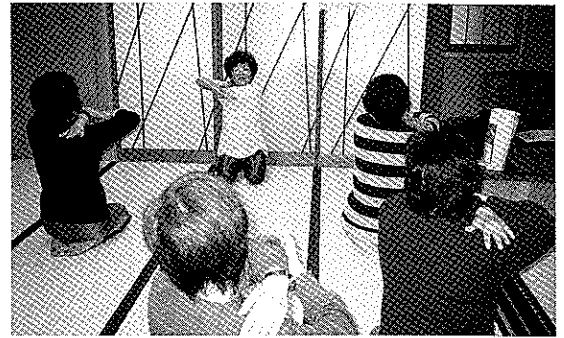
- ・実践を通した話が非常にわかりやすく、楽しく聞くことが出来た。
- ・福祉の現状がよく分かりました。在宅介護支援センターの役割の重要性を認識した。
- ・施設見学は初めて、そのような機会もめったにないのでいろいろと勉強になった。

地域に根ざした仲間づくり

山本コープ委員会

代表：武藤 明子

宝塚市花屋敷松が丘



阪
神

【講座の目的・趣旨】

講座を通しての学習し、親睦もはかりながら地域の方々との仲間づくりをする。美しい街づくりに積極的に取り組んでいる地域なので、協力できることを取り入れ役立てる。そのためには心と身体の健康が第一。健康づくりに取り組み、そして人にやさしい街づくりに協力する。

【日程・会場】

1	12年9月18日(月)10:30~12:00	コープ山本
2	12年11月28日(火)10:30~12:00	萩原台自治会館
3	13年1月31日(水)10:00~12:00	コープ山本
4	13年2月1日(木)10:00~12:00	萩原台自治会館
5	13年2月7日(水)10:00~12:00	萩原台自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「美しい街づくり」
	内容	あいあいパーク(植木センター他)のオープンに向けての苦労話と、街を美しくするために手軽にできる寄せ植え作り講習会。花苗・樹木を育てる時の注意など、植木相談。 講師：金岡正弘(株式会社錦松園)
第2回	テーマ	「ハーブを育てる」
	内容	今ブームのハーブを育てる。ハーブの効能と育て方、使用の方法などをハーブ7種の寄せ植えをしながら教えていただく。 講師：金岡正弘(株式会社錦松園)
第3回	テーマ	「心と身体の健康づくり」
	内容	自分で手軽にできる健康づくりとして役立つ自彊術の入門講座。実演、実習。 講師：中村賀代子(自彊術普及会)
第4回	テーマ	「ハーブを使った料理」
	内容	自分たちで育てたハーブを使っての料理紹介とハーブについてのミニ講座とミニ料理教室。 講師：牧瀬純子(川西いずみ会)
第5回	テーマ	「心と身体の健康づくり」
	内容	手軽にできる健康体操体操、自彊術入門講座。実演、実習。 講師：中村賀代子(自彊術普及会)

【受講者数】

63人

【受講者の主な意見】

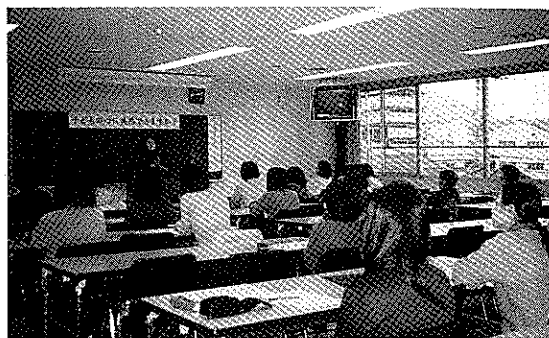
- ・ハーブの種類が多さ、肉魚野菜に合うそれぞれのハーブを習う事が出来てとてもよかった。
- ・自彊術は家でも簡単にできるので続けていきたい。
- ・草花の手入れの仕方を詳しく教えていただいて、家での管理の仕方がよく分かった。

知って得する子育てあ・れ・こ・れ

夢あぐる

代表：家市 和美

川西市加茂



阪神

【講座の目的・趣旨】

こんなことぐらいと思っけていても、子どもたちにとっては重大な問題であったことを後で知ることが多い。子どもの発する信号や、学校・社会との関係をキャッチできればと思う。思春期の子を持つ親同士のコミュニケーションは難しいといわれているが、これがきっかけとなって「気づき」を通したコミュニケーションを図りたい。

【日程・会場】

1	12年10月14日(土)10:00~12:00	川西市女性センター
2	12年10月21日(土)13:30~15:30	川西市女性センター
3	12年10月28日(土)13:30~15:30	川西市女性センター
4	12年11月11日(土)10:00~12:00	川西市女性センター
5	12年11月18日(土)13:30~15:30	川西市女性センター
6	12年12月2日(土)13:30~15:30	川西市女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「マナーの真意~子どもたちに伝えよう思いやりの心」
	内容 なぜマナーが必要なのか?ルールを守らないと本当に困るのか?などを問い直し、押しつけにならない伝え方を探り、グループに分かれコミュニケーションゲームを行なった。 講師：円城寺美希(アートプロモーション企画代表)
第2回	テーマ 「子どもの頃の自分と向き合おう~心とからだの変化」
	内容 思春期の子どもたちを対象としたアンケートをもとに、現代の傾向を聞いた。受講者同士グループに分かれた中で思春期(15歳)の自分を振り返り話し合った。 講師：谷田寿美江(ウィメンズセンター大阪)
第3回	テーマ 「どこまで信じていいの?その報道」
	内容 メディアリテラシーを考え必要性を探ると共に、日本のメディアの現状を聞いた。 講師：登圭緯子(CMの中の男女役割を問い直す会)
第4回	テーマ 「子どもをあらゆる暴力から守ろう」
	内容 ‘暴力’とは?その多様な例から学び、実態を聞いた。CAP(子どもへの暴力防止)プログラム。子どもを守るのではなく力をつけていくお手伝いをするという理念。 講師：田上時子(女性と子どものエンパワメント関西代表)
第5回	テーマ 「人とのより良い関係を学ぼう」
	内容 個人でテストを行い、その結果をエゴグラムにして対人関係の傾向を知ると共に対策も話し合った。 講師：安田香珠子(心の相談室ウーマン)
第6回	テーマ 「子どもをとりまくトラブルと対策」
	内容 ‘トラブル’をテーマに意見を出し合った。人生において必要なものではないかという講師の話や受講者の体験などを聞き、本当の意味での対策について考えた。 講師：吉永省三(川西市子どもの人権オンブズパーソン事務局)

【受講者数】

27人

【受講者の主な意見】

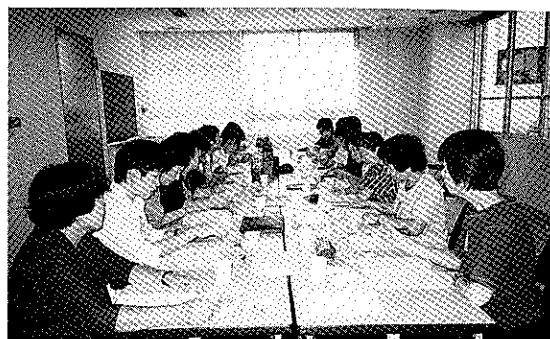
- ・今を生きる子ども達の「性」の実態を知り、今後子どもとの関わり方の参考となりました。
- ・エゴグラフを作成して自分の事がよく分かった。
- ・メディアの良さそして怖さを認識できた。

ライブを仕掛けよう！

ライブを楽しむ会

代表：村上 雅美

川西市鶯が丘



【講座の目的・趣旨】

自分たちが主催者となってライブを仕掛ける為に、イベント仕掛け人としての勉強会をし、具体的にライブ活動の企画、制作、運営を行う。40代～50代の女性達が60代～70代も元気に迎えられるよために仲間づくりをしながら地域の人達のこころ豊かな時間づくりをする。

【日程・会場】

1	12年9月19日(火)10:00～12:00	川西市女性センター
2	12年10月3日(火)14:00～17:00	川西市女性センター
3	12年11月21日(火)10:00～12:00	川西市女性センター
4	12年12月12日(火)10:00～12:00	川西市女性センター
5	13年1月14日(日)14:00～16:00	川西市女性センター
6	13年2月25日(日)14:00～16:30	川西市女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	ライブの持つ力、ライブになぜこだわるのか、ライブについての勉強会。 講師：村上雅美（ライブを楽しむ会）
第2回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	大人向け人形劇のライブを主催する。心を開放して無邪気に楽しむことを体感する。 講師：渡辺千芳（人形劇田せっぽく産）
第3回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	ライブを主催するための勉強 講師：村上雅美（ライブを楽しむ会）
第4回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	ライブ制作、運営について 講師：村上雅美（ライブを楽しむ会）
第5回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	落語会。笑いで人を元気にする。 講師：笑福亭瓶吾
第6回	テーマ	「ライブを仕掛けよう！」
	内容	子どもから大人までを対象にした舞台劇。 講師：知念正文・石丸有里子（劇団鳥獣戯画）

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

- ・楽しい時間を過ごすことができた。
- ・年をとることがいいなと思えるようになった。

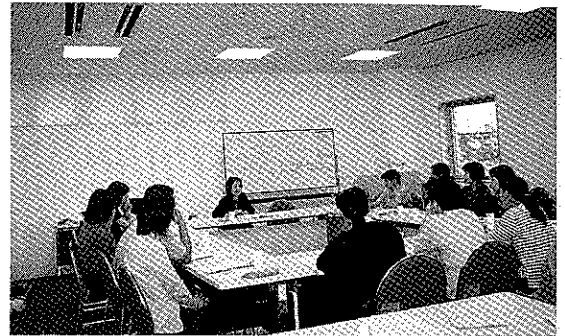
東播磨地域

グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
We兵庫の会・パールブリッジわくわくネット	西本和代	大人も子どもも地域で学ぶ、地域で楽しむ	明石市	118
明石気功研究会	赤崎辰男	らくらく気功で健康づくり	明石市	119
明石コープ福祉ボランティアセンター	木下俊治	知って得する楽ちん介護講座	明石市	120
食カレッジ・あかし	石上幸子	健康な食生活	明石市	121
オシャベリルーム里の家	赤松彰子	子どものころとからだを見直す講座	三木市	122
どんどこネット	片山操代	－障害者(児)の社会参加を支える－ ずっと交流講座	三木市	123
三木おやこ劇場	坂口慶子	いい人間関係づくり講座	三木市	124

大人も子どもも 地域で学ぶ地域で楽しむ

We兵庫の会・パールブリッジわくわくネット

代表：西本 和代
神戸市垂水区狩口台



【講座の目的・趣旨】

2000年子ども読書年である。本、図書館を一つの柱として地域の老若男女が楽しく学びあう講座を企画した。

【日程・会場】

1	12年10月29日(日)10:30~12:30	明石市立西部図書館
2	12年10月29日(日)13:30~15:30	明石市立西部図書館
3	13年2月18日(日)10:30~12:30	サンビア明石
4	13年2月18日(日)13:00~15:00	サンビア明石

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「大人も子どもも地域で学ぶ地域で楽しむくその1」子ども文庫の活動から」
	内容	他府県から神戸にいられて子ども文庫とのかかわり、公立図書館を充実させる市民活動へかかわる自分史ストーリーテリングを交えて話していただいた。 講師：余根田嘉代子（こうべ子ども文庫連絡会）
第2回	テーマ	「大人も子どもも地域で学ぶ地域で楽しむくその2」学校図書と子どもたち」
	内容	小学校、中学校、高校の図書館の様子をストーリーテリング、ブックトークをまじえて話していただいた。専任の司書がいると学校図書がこんなに素敵な所になって活用されるという実例を説得力をもって話していただいた。 講師：藤谷美智子、内川育子（学校図書問題研究会兵庫）
第3回	テーマ	「大人も子どもも地域で学ぶ地域で楽しむ 多文化共生社会を地域で生きるPart I」
	内容	・小西講師—教育にまつわる話。 ・金講師—体験談と文化について。 ・鈴木講師—ブックトーク。 講師：小西和治、金園恵（西宮在日韓国・朝鮮人教育を考える会）、鈴木啓子（学校図書問題研究会兵庫）
第4回	テーマ	「大人も子どもも地域で学ぶ地域で楽しむ 多文化共生社会を地域で生きるPart II」
	内容	午前中の講師の話を受けて参加者と一緒に講師を囲んで話し合う。 講師：小西和治、金園恵（西宮在日韓国・朝鮮人教育を考える会）、鈴木啓子（学校図書問題研究会兵庫）

【受講者数】

24人

【受講者の主な意見】

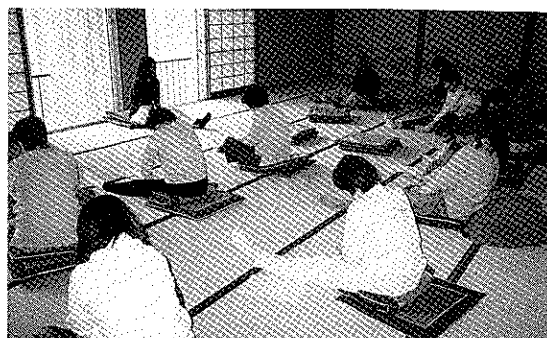
- ・学校図書館の問題を知らない人に知らせていくことが大切。
- ・在日外国人についてよく分かった。
- ・まだ差別等の問題がたくさんあることを知った。

らくらく気功で健康づくり

明石気功研究会

代表：赤崎 辰男

明石市松ヶ丘



東播磨

【講座の目的・趣旨】

やさしい気功とイメージトレーニングでからだところをリラックスします。自分で日常に取り入れていける健康づくり。人とのコミュニケーションを深める仲間づくりをしていきます。

【日程・会場】

1	12年9月21日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館
2	12年9月28日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館
3	12年10月19日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館
4	12年10月26日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館
5	12年11月9日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館
6	12年11月16日(木)13:30~15:00	明石市立中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「気功入門」
	内容	気功の基本的な理解とからだほぐしの実習。 気功実習:抜長功から準備法・全身の間接をゆるやかに回す。入静法・易しい集中法で脳を安静の状態に導く。 講師:有田聖子(バンビクラブ)
第2回	テーマ	「音と光のイメージ法」
	内容	音の響きを使ったリラクゼーション、やさしい音楽瞑想。 気功実習:放松功・音の響きとイメージのリラクゼーション。穏やかな光、簡単キャンドル瞑想 講師:有田聖子(バンビクラブ)
第3回	テーマ	「からだところのリラックス」
	内容	気功に出会い、学んできたこと。日本人の体質にあった気功、山内式気功体操実習。 気功実習:山内式気功体操実習①、腎と股関節機能強化、声の波動で全身を調える 講師:山内直美(日本気功体操協会)・有田聖子(バンビクラブ)
第4回	テーマ	「健康ボランティア」
	内容	被災地での地域づくり。寿ボランティアに参加して。仮設住宅健康づくり支援事業から現在の活動。 気功実習:山内式気功体操実習②、呼吸について・腹式呼吸 講師:山内直美(日本気功体操協会)・有田聖子(バンビクラブ)
第5回	テーマ	「生きがいづくり・仲間づくり」
	内容	復興住宅でのコミュニティづくりに気功での取り組み。激震地に住みながら避難所、仮設住宅、復興住宅と移りながら気功を伝えてきた指導者の経験談。 気功実習:按摩功・全身の関節をゆるやかに回しほぐしていく。 講師:小林多真恵(たまゆら気功塾)・有田聖子(バンビクラブ)
第6回	テーマ	「気功的生活のすすめ」
	内容	地域活動を考える。NPOって何?人と人を結ぶ気功。 気功実習:収功・日常へ戻る。 講師:有田聖子(バンビクラブ)

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

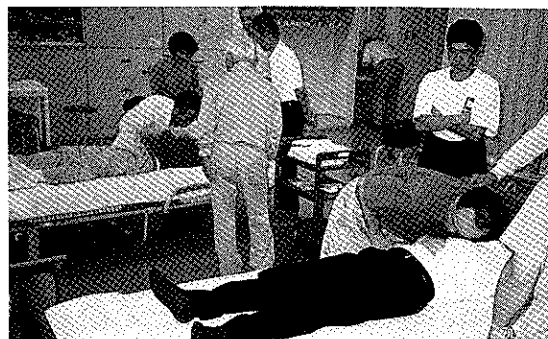
- ・身体が大変楽になった。高齢でも十分についていけるので大変有り難い。
- ・NPOのお話など自分の知らない社会活動のことを聞き、興味深く思った。
- ・毎日忙しい中、ゆったりとした時間は何事にも変えがたいと感じた。

知って得する楽ちん介護講座

明石コープ福祉ボランティアセンター

代表：木下 俊治

明石市大明石町



【講座の目的・趣旨】

高齢社会に向けて介護を女性だけのものと考えず男性も介護に興味をもってもらおう。

【日程・会場】

1	12年9月2日(土)13:30~15:30	明石コープセンター
2	12年9月30日(土)13:30~15:30	明石コープセンター
3	12年10月7日(土)13:30~15:30	明石コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「高齢者の特性とあたたかい介護をするために」
	内容	あたたかい介護をするための心得 講師：田中治美（まごころ研究センター）
第2回	テーマ	「からだの清潔について」
	内容	・ボディメカニクスを活用したおこし方 ・体位変換 ・全身清拭 講師：三村公子（まごころケア研究センター）
第3回	テーマ	「家庭でできるリハビリについて」
	内容	・車イスへの移乗と移動 ・杖歩行 ・福祉用具のあれこれ ・介護食について 講師：田中治美（まごころケア研究センター）

【受講者数】

20人

【受講者の主な意見】

- ・講師が親切で理解しやすかった。
- ・実体験できてよかった。
- ・いろいろコツを習い男性として将来に役立てたいと思う。
- ・少しの工夫で介護が楽になるコツがわかった。

健康な食生活

食カレッジ・あかし

代表：石上 幸子

明石市松ヶ丘



東播磨

【講座の目的・趣旨】

健康な心身維持のためには、日々の食生活がいかに重要かについて、講演と実習により地域の人たちのかかわりを広げることを目的とする。また、幅広い年齢層の人たちに興味あるメニューネーミングや、地域の特産物利用など密着したテーマに取り組んだ。

【日程・会場】

1	12年6月26日(月)10:00~12:00	保健センター
2	12年7月14日(金)10:00~12:00	サンピア明石
3	12年8月30日(水)14:00~16:00	サンピア明石
4	12年9月21日(木)14:00~16:00	サンピア明石
5	12年9月28日(木)10:00~12:00	保健センター
6	12年11月10日(金)13:30~15:30	サンピア明石

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「中国の家庭料理」
	内容	餃子を皮から作りましょう。飲茶を中心に、簡単にできるバランスのとれた中国の初夏の家庭料理の実習。 献立：水餃子・豚肉団子のもち米蒸し・胡瓜の中華風和え物・高菜漬とトマト豚肉のスープ・スペアリブの梅干蒸し 講師：范丹陽（日中友好協会会員）
第2回	テーマ	「明石の野菜」
	内容	「近郊の野菜はみずみずしく魅力がいっぱい」生鮮食料品には原産地表示がH12. 7. 1から義務づけられ、加工食品には原材料名や賞味期限表示がH13. 4. 1から義務づけられる。 講師：田中喜明（大同青果）
第3回	テーマ	「明石の魚と海」
	内容	明石の海に育つ魚のひみつ。明石の海で捕れる魚の一年、明石蛸・鯛・いかなご・海苔など 講師：鷺尾圭司（林崎漁業協同組合）
第4回	テーマ	「健康は丈夫な歯から」
	内容	食物をよく噛むことはいろいろな働きがあります。美しい歯は心身を美しく・衰わっていく日本人の歯・噛むことの効果・歯科の現場で気づく変化・人間の歯の役割と食性・生活習慣病とは 講師：黒田耕平（神戸医療生活協同組合 共同歯科）
第5回	テーマ	「カルシウムたっぷり楽しい食事」
	内容	子どもから高齢者までの栄養を考えた楽しい食事 献立：ワカメご飯・小松菜とシーチキンの和え物・豆腐の茶巾絞り・切干大根の即席漬け・コーヒーパバロア 講師：要ヒサエ（栄養士）
第6回	テーマ	「思い違いの食生活」
	内容	ダイエット・欠食ってどんなことがおこるのでしょうか。 講師：岸田忠昭（姫路工業大学）

【受講者数】

66人

【受講者の主な意見】

- ・思い違いとしているものを今の時代に合うように受け入れたいと思う。
- ・輸入食品の摂り方について知ることが出来てよかった。
- ・この講座を受けて伝統食や地域食についても興味をもった。

子どものころとからだを見直す講座

オシャベリルーム里の家

代表：赤松 彰子

三木市志染町



【講座の目的・趣旨】

子育て中の母親をはじめ、子どもにかかわる仕事をしている人などに「子どもが見えなくなっている」「どう接していいかわからない」という声が聞かれる。食事のことや子どもの本と一緒に体験しながら子どもについて考え、話し合う講座。

【日程・会場】

1	12年7月13日(木)12:00~14:00	里の家
2	12年8月10日(木)11:00~13:00	緑が丘公民館
	12年8月24日(木)11:00~13:00	青山公民館
3	12年9月21日(木)11:00~13:00	青山公民館
4	12年9月28日(木)13:00~15:00	里の家
5	12年10月19日(木)13:00~15:00	里の家
6	12年12月12日(火)10:00~12:00	青山公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「キレイな食事を考える」
	内容	子育て中の母親に関する食事の悩み、疑問などを通して食事についての相談、子育て全般に関する情報交換などをおこなう。 講師：柴田寿代（三木市社会福祉協議会栄養士）
第2回	テーマ	「簡単につくれるおやつづくり」
	内容	・一緒におやつづくりをしながら、子どもの食生活について考える。 ・希望者が多かったので2回に分けた。1グループは乳幼児のいる母親、もう1グループは小学生の子どもと一緒に参加となった。 講師：柴田寿代（三木市社会福祉協議会栄養士）
第3回	テーマ	「ふだんのおかずレシピをつくろう」
	内容	今、ふだんにつくるおかずがなかなかできないという声を受けて、普通に作れるおかずづくりと一緒に実習し、一緒に食事しながら簡単に作れておいしいおかずを考える。 講師：柴田寿代（三木市社会福祉協議会栄養士）
第4回	テーマ	「子どもの本から少年のころを読み解く」
	内容	テキスト「穴」ルース・ソーサー著と一緒に読みながら男の子の心理、行動などを話し合う。 講師：松村弘子（大阪児童文学研究会）
第5回	テーマ	「子どもの本から少女のころを読み解く」
	内容	テキストの「のっぽのサラ」と一緒に読みながら、家族、父と子の関係などを話し合う。 講師：松村弘子（大阪児童文学研究会）
第6回	テーマ	「女の子・男の子はつくられる—子育て・教育のなかのジェンダー—
	内容	学校の中のジェンダーバイアスに気づくことや、人権、ジェンダーに対する敏感な感性を持つこと。ジェンダーフリー教育の実践例、混合名簿、絵本づくりなどの実践例を通して学ぶ。 講師：入江一恵（兵庫大学短期大学部）

【受講者数】

84人

【受講者の主な意見】

- ・ジェンダーという言葉はまだ日常的に聞くことがなく、私たち親自身が子供と接する時の意識のなさを痛感した。
- ・自分が表面的に読んでいた本を、深く系統立てて解説していただいている考えさせられた。

— 障害者(児)の社会参加を支える — ずっと交流講座

どんどこネット

代表：片山 操代

三木市上の丸町



【講座の目的・趣旨】

- ・障害者(児)と家族の心の交流をはかる。
- ・障害者(児)と健常者(児)がふれあい、交流のできる場づくりをする。
- ・障害者(児)を理解し、共に生きようとする情報やスキルを学ぶ。

【日程・会場】

1	12年9月14日(木) 9:30~13:00	つくしんぼ共同作業所
2	12年10月19日(木) 10:00~12:00	三木市教育センター
3	13年1月18日(木) 10:00~12:00	三木市教育センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「夢を重ねて… —つくしんぼの仲間に学ぶ—」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・「つくしんぼ共同作業所」の見学と交流 ・ミニ講演会 講師：松本多仁子（つくしんぼ共同作業所）
第2回	テーマ	「障害者(児)の性と生を考える」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・講演会 性の発達や性行動の特徴を学び、人間のライフステージにそった「性と生」を考える。 講師：黒瀬久美子（石川クリニック保健婦・精神保健相談員）
第3回	テーマ	「障害者(児)を支える地域のパワー」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・講演会 地域生活・家庭生活の現状をもとに、これから地域に求められるサービスとシステムについて考える。 講師：大西博之（社会福祉法人ゆたか会 希望の郷）

【受講者数】

61人

【受講者の主な意見】

- ・住宅の中に作業所があることは、地域の理解があるのだと感じた。
- ・みなさんの顔が明るく楽しそうなのが印象的だった。
- ・どんな障害があってもみんなが集まれる場所があることは大切なことだと感じた。

いい人間関係づくり講座

三木おやこ劇場

代表：坂口 慶子

三木市志染町



【講座の目的・趣旨】

大人と子どもの、あるいは大人同士の人間関係に悩む人が多い中で、いい人間関係づくりができるようなコミュニケーションのとり方のスキル・心理学からのアプローチなどワークショップなどをまじえながら学ぶ。

【日程・会場】

1	12年7月3日(月)10:00~12:00	青山公民館
2	12年7月15日(土)10:00~12:00	青山公民館
3	12年8月24日(木)13:30~15:30	青山公民館
4	12年9月7日(木)10:00~12:00	青山公民館
5	12年10月26日(木)10:00~12:00	青山公民館
6	12年11月16日(木)10:00~12:00	青山公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子どもと向き合う」
	内容	現代の社会、家族、個人の問題をふまえ、乳児期から老年期までの心理社会的発達を考えた上で、子どもとどのように向き合うかを座談会形式で考える。 講師：渡辺和美（メンタルサポート研究会）
第2回	テーマ	「自分と向き合う」
	内容	自分を知るための自己評価チェックリストを使い、自分を知ると共に自己評価の作られ方を考え、自分自身や子どもの自己評価の高め方を学ぶ。また、自分らしく生きていくための方法を考える。 講師：渡辺和美（メンタルサポート研究会）
第3回	テーマ	「おとこの子のからだ おんなの子のからだ」
	内容	子どもから思春期、そして大人のからだの変化を学び、性感染症や摂食障害についても学ぶ。また、生き方の性についても考え、人間としてどのように生きるかも考える。 講師：赤松彰子（里の家助産院）
第4回	テーマ	「グループ集団の中で」
	内容	アサーションとはどういうことかを学び、自分のアサーティブ度をチェックリストで調べる。そして現代の人間関係を見つめた上でのアサーティブなつきあい方を質疑応答をまじえながら学ぶ。 講師：渡辺和美（メンタルサポート研究会）
第5回	テーマ	「子どもとコミュニケーション」
	内容	コミュニケーションをする上で大切な「聴く」ということを考える。聴くための4つのステップやリスニングブロックを考えながら2~4人のグループに分かれ、ワークショップを行い傾聴することのトレーニングを行なう。 講師：田上時子（NPO法人女性と子どものエンパワーメント関西）
第6回	テーマ	「コミュニケーションスキル」
	内容	表現するための種類や効果的な表現法を学び、3人のグループでロールプレイングをすることにより、コミュニケーションスキルを身につける。また、葉書による質問のあったことへの返答をもらう。 講師：田上時子（NPO法人女性と子どものエンパワーメント関西）

【受講者数】

59人

【受講者の主な意見】

- ・なかなか向き合えない問題をわかりやすく話していただき、子どもと気楽に語り合うことが必要だと感じた。
- ・自分のネガティブな面を認めることが大切だということで子育てがラクになった。
- ・講座を受けて自分のコミュニケーションのパターンや悪い所が分かった。

淡路地域

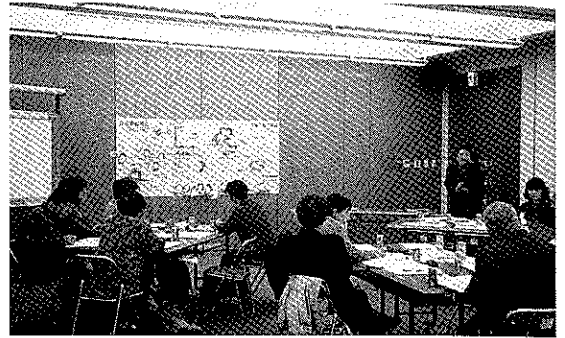
グループ・団体名	代表者名	講座タイトル	開催場所	ページ
すもと高齢社会をよくする会	木田 繁子	介護保険時代と私たちのまちづくり	洲本市	126
洲本コープ委員会	川端 初音	ひとりひとりが考える環境問題	洲本市	127
外町連合婦人会	野口 純子	洲本市外町地域活動推進講座	洲本市	128
一粒の会	黒岩 恵	新世紀での生き方シリーズ2年目「自分を見直す、幸せな自然界・社会に一」	洲本市	129
郡家元気アップグループ	伊藤 勇次	郡家市街地「元気アップ講座」	津名郡一宮町	130

介護保険時代とまちづくり

すもと高齡社会をよくする会

代表：木田 繁子

洲本市山手



【講座の目的・趣旨】

介護保険がスタートして、光と影の面があります。低所得者の方は利用を減らしたりしている問題もあり、どうすればよりよい制度にしていけるかを考える。

【日程・会場】

1	12年8月19日(土)10:00~13:00	洲本市総合福祉会館
2	12年9月11日(月)10:00~15:00	浄光寺
3	12年9月14日(木)10:00~12:00	洲本市健康福祉館
4	12年10月5日(木)10:00~12:00	洲本市健康福祉館
5	12年10月17日(火)10:00~15:00	洲本市総合福祉会館
6	12年11月2日(木)10:00~12:00	洲本市健康福祉館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「高齢者のからだにやさしい食事づくり」
	内容	高齢者がつくりやすいバランス食として調理法と栄養のポイント。そして食べにくい時の工夫や食べさせ方を学ぶ。 講師：馬部佳子・中村美智子
第2回	テーマ	「在宅療養者のつどい」
	内容	高度な要介護の方から虚弱な高齢者の「在宅療養者のつどい」での送迎、お話相手、介護などを体験実習する。 講師：中村美智子
第3回	テーマ	「介護保険制度とわたし」
	内容	4月からスタートした介護保険制度と利用された当事者やかかわっている方と話し合う。洲本市の介護保険制度の現況を知る。 講師：井伊久美子（兵庫県立看護大学）
第4回	テーマ	「介護保険制度をよりよい制度にするためには」
	内容	洲本市の介護保険の実情を知って、高齢者、障害者が地域とかかわりながら普通に暮らしていけるまちづくりを考える。 講師：井伊久美子（兵庫県立看護大学）
第5回	テーマ	「デイハウス 洲本『カナリア』の実習とお話」
	内容	痴呆症などの方々の週1回のつどいについて、送迎、食事づくり、お話相手、介護等を体験し理解を深める。 講師：中村美智子・馬部佳子
第6回	テーマ	「洲本市の介護保険の問題、洲本市在宅介護支援センターについて」
	内容	これまでの意見、感想を中心に話し合い、介護保険制度を軸として、洲本市のまちづくりを考える。 講師：井伊久美子（兵庫県立看護大学）・原はる子（洲本市役所）

【受講者数】

39人

【受講者の主な意見】

- ・今までなかなかボランティア活動に参加する機会がなかった為、この様な活動を知ることが出来てよかった。
- ・この学習会を通して洲本市の実態が少し理解できた。
- ・介護保険制度はこれから種々の意見、要望などを取り入れますますます充実されてくると思う。今後も介護保険制度がよりよいものとなるよう学習したいと思う。

ひとりひとりが考える環境問題

洲本コープ委員会

代表：木村 正男

津名郡一宮町郡家



【講座の目的・趣旨】

身近なところから環境について考える。台所からのごみや廃油や洗剤、地球環境を考えた緑化運動など誰でもすぐのできる環境活動を学習する。

【日程・会場】

1	12年8月8日(火)10:00~12:00	コープこうべKC淡路
2	12年9月18日(月)10:00~12:00	コープこうべKC淡路
3	12年10月27日(金)13:30~15:30	淡路勤労センター
4	12年12月6日(水)10:00~12:00	淡路勤労センター

淡路

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「台所から環境活動への第一歩(1)」
	内容	親子でクッキング料理教室と生ごみの処理の方法(EMを使用)の実演と分別ごみについて 講師：柳本
第2回	テーマ	「台所から環境活動への第一歩(2)」
	内容	せっけんづくり。廃油(てんぷら油)から、せっけんをつくり資源の有効活用と地球の環境について考える。 講師：安倍美知子(ウイメンズあわじ)
第3回	テーマ	「環境活動(園芸)」
	内容	身近のできる緑化運動。ゴールドクレストを中心に寄せ植え教室。 講師：惣田祐加(フェアリーアルカディアクラフト企画)
第4回	テーマ	「自然にやさしい大掃除」
	内容	手近な洗剤と道具で効率よくさっぱりしたおそうじの勉強会 講師：上田寿栄(人材バンク)

【受講者数】

85人

【受講者の主な意見】

・参加してよかった

洲本市外町地域活動推進講座

外町連合婦人会

代表：野口 純子

洲本市本町



【講座の目的・趣旨】

私達の住む外町地域は洲本市の中心地でありながら洲本市の中で2番目に高齢化が進んでいる地域である。月1回の独居老人の方への声かけ訪問、給食サービスや健康教室の開催など、又、今年7月より資源ごみの回収の手伝いなど取り組んでいる。更に仲間作りの輪を広げる為、この講座を行うものである。

【日程・会場】

1	12年9月12日(火)19:00~21:00	洲本中央公民館
2	12年9月26日(火)13:00~15:00	洲本中央公民館
3	12年10月10日(火)19:00~21:00	洲本中央公民館
4	12年10月24日(火)10:00~12:00	洲本市健康福祉館
5	12年11月14日(火)19:00~21:00	洲本中央公民館
6	12年11月28日(火)19:00~21:00	リサイクルセンターみつあい館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「洲本の歴史を知ろう」
	内容	洲本の生いたちと現在までの歴史について学ぶ。 講師：武田信一
第2回	テーマ	「生きがい（自然に親しむ）」
	内容	花の寄せ植えの講習を通じて楽しさを知る 講師：久田佳史
第3回	テーマ	「生涯学習（遊びは学び）」
	内容	楽しい老後暮らしを暮らす為の知恵 講師：武田好文（兵庫県レクリエーション指導者クラブ）
第4回	テーマ	「健康づくり（食と栄養について）」
	内容	料理の実習と栄養についてのお話（独居老人の方への給食サービスに役立ちました） 講師：川口睦子
第5回	テーマ	「介護実習」
	内容	家庭で出来るリハビリの方法や介護保険のお話 講師：畑山浩志
第6回	テーマ	「環境汚染は台所から」
	内容	7月より始った資源ごみ回収をふまえ、牛乳パックで紙すきをする。岡田先生による洲本市のごみの現状と又その一人一人の取り組みについてのお話。（次回生ごみコンポストを作る事と決まりました。） 講師：岡田清隆・塩寺陽子

【受講者数】

85人

【受講者の主な意見】

- ・洲本市民でありながら歴史を知らなかった。知ることが出来てよかった。
- ・いろいろな花を植えて心の豊かさを学んだ気がする。
- ・自分の老後は自分の心構えで心身ともに健康に過ごすことが出来るのだと思った。

新世紀での生き方シリーズ2年目。 「自分を見直す、幸せな自然界・社会にー」

一粒の会

代表：黒岩 恵

洲本市山手



【講座の目的・趣旨】

自然界、今の社会の中での良心（なまの心）のあり方を様々な人生模様の中で、静かに見つめ、聞き、話し合い、理解を深め、恩恵に感謝し、共に生かされる、支え合う人生・社会を前向きに生きたい。その願いで、本音で話し合う交流会やワークショップなど、現場の先輩方との新たな出会いと市民社会共生の輪が広がらんことを実践の一步となるように願い、講座を開催します。

【日程・会場】

1	12年9月27日(水)13:00~15:00	洲本市総合福祉会館
2	12年10月25日(水)13:00~17:00	洲本市総合福祉会館
3	12年11月29日(水)13:00~15:00	洲本市総合福祉会館
4	12年12月20日(水)10:00~13:00	洲本市総合福祉会館
5	13年2月24日(土)10:00~12:00	洲本市総合福祉会館
6	13年2月24日(土)13:00~16:00	洲本市総合福祉会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「在宅医療の現場から、生と死について。」
	内容	高齢者の食事や生活上の注意点、かかわり方。末期ガン患者とのかかわり方、できれば疼痛緩和措置をほどこさずに、通常の医療措置だけでごさせた方がよいといったことなど。 講師：高田裕（鮎原診療所所長）
第2回	テーマ	「市民社会のめざすもの一、地域・人とのかかわりとふれあい。」
	内容	C S神戸の経緯と活動内容の紹介。それを通じてミニデイや地域通過などC S神戸が現在取り組んでいることと、地域とのかかわり方、あるべき姿といったようなものの紹介。 講師：中村順子（コミュニティサポートセンター神戸代表）
第3回	テーマ	「真の優しさを一、家族・仲間・地域の役割。」
	内容	高齢者のからだど加齢について。体の各部分、臓器などの年による変化の状況と家族などが接していく上での注意点。介護ポイント。独居老人へのかかわり方の注意点など。 講師：池脇政子（「88教育文化研究所」）
第4回	テーマ	「体と心、食生活の基本。」
	内容	料理実習と成人病及びお年寄りに特に多い病気に対する調理上の栄養価と味付けの注意点。 講師：久保田とし子（栄養士）
第5回	テーマ	「静かにみつめる、自分の人生を大切に。」
	内容	「自分の生きがい」「社会に望むこと、こういった社会であってほしい」といったテーマでグループディスカッションをして、グループ毎に発表。 講師：ルカ ホルステイング（京都フランシスコの家）
第6回	テーマ	「いのちを生きるとは？平和・幸福はどこに。」
	内容	人のいきざま、生と死。生かされていることの喜び、人に与えることの喜びなど、 講師：ルカ ホルステイング（京都フランシスコの家）

【受講者数】

60人

【受講者の主な意見】

- ・在宅介護・在宅療養を心豊かに受けることが出来る今の介護保険のあり方を改めて知った。また、老いることの悲しさを楽しさに考え直す老人の輪を作ることの大切さも知った。
- ・与えられた命を真に生きるということについて、具体的にわかりやすく教えていただけてうれしい。
- ・日本の弱者のことを外国の神父様が日本人以上に良く理解され、手を差し伸べていらっしゃることに感謝している。自分も何か協力できることがあれば、と思う。

淡路

郡家市街地「元気アップ講座」



郡家元気アップグループ

代表：伊藤 勇次

津名郡一宮町郡家

【講座の目的・趣旨】

大震災以降復興住宅、道路拡幅、防災公園など行政主導住民協力の型でハード面は、かなり進捗してまいりました。しかし住民の高齢化、過疎化の進む中、市街地には淋しさを隠せない状況にある。郊外には大型スーパーの出店で商店街は大打撃を受けている。何とか住民のふれあいを通して連帯感、そして元気アップを促したい。

【日程・会場】

1	12年6月17日(土) 9:00~11:00	一宮町郡家会館
2	12年7月1日(土) 9:30~12:00	多賀の浜海水浴場
3	12年7月9日(日) 13:00~16:00	県立淡路文化会館グラウンド
4	12年9月16日(土) 9:00~11:30	多賀の浜海水浴場駐車場、一文字堤防付近
5	12年11月14日(火) 19:30~21:00	一宮町郡家会館
6	12年12月2日(土) 9:00~11:30	震災復興コミュニティ住宅集会所「ルポ」

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「発会式とマジック研修会」
	内容	①元気アップ講座、構成員による発会式。 ②マジック研修：3本のひも、ひも切り、わりばしとビールピン 3つの手品を全員がマスターするまで練習した。 講師：川西光男（北淡町公民館長）
第2回	テーマ	「ボランティアについての研修とボランティア実践（多賀の浜の清掃）」
	内容	兵庫県下のボランティア活用団体の現状と活動状況。「継続は力なり」すばらしいボランティアと問題あるボランティア 実践：海水浴場の清掃 講師：土居みや子（一宮町社会福祉協議会）
第3回	テーマ	「生涯スポーツとしてのグラウンドゴルフ」
	内容	①グラウンドゴルフの意義と簡単なルール、ゲームの説明等。 ②実技、6人のグループに分かれて8ホール×2回を実施。 ③ゲームのあと指導者助言。 講師：吉田安夫（淡路町グラウンドゴルフ協会会長）
第4回	テーマ	「フィッシング（釣り）大会」
	内容	①「さびき」のしかけのつくり方、えさの入れ方、要領。 ②つれそうな場所、つれそうでない場所の選定のポイント。 ③糸を垂れてからの釣り師の「コツ」等。 講師：石上繁信（一宮町釣り船協会）
第5回	テーマ	「郡家市街地の緑化と景観づくり」
	内容	①淡路島の海と山、自然に恵まれていて美しい島だが、果たして「まち」の中はどうだろうか。 ②郡家の市街地は震災後余計に殺伐としている。公園もでき、緑の芽生えがある。緑の連続性、統一性など具体的に提案をしていただいた。 講師：小栗義広（向内造園株式会社）
第6回	テーマ	「「ケナフ」利用の「紙すき」大会」
	内容	①パルプを水の中に放つ要領、いかにうまく溶かすか。 ②いかにうすく、むらなくすくか。「すのこ」の動かし方。 ③水の切り方、乾燥のさせ方、実践しながらもいろいろ指導いただいた。 講師：奥田好治（津名和紙工房）

【受講者数】

26人

【受講者の主な意見】

- ・環境にやさしいケナフをみんなで植えたらいいと思った。
- ・郡家のまちに緑が少ないのでこれから多く育てたいと思う。
- ・仲間づくりができてよかった。

平成12年度地域活動推進講座開催状況

1 募集期間 平成12年5月6日～平成12年5月31日

2 申込講座数、グループ・団体数

	神戸	阪神	東播磨	淡路	県外	合計
講座数	100	107	16	6	0	229
団体数	78	94	10	6	1	189

3 助成対象グループ審査委員会

- ・開催日 平成12年6月21日(水)
- ・審査委員長 神戸大学経済経営研究所 小西康生教授

4 講座開催数、グループ・団体数

	神戸	阪神	東播磨	淡路	合計
講座数	53	56	7	5	121
団体数	49	53	7	5	114

5 受講者数 5,117名

