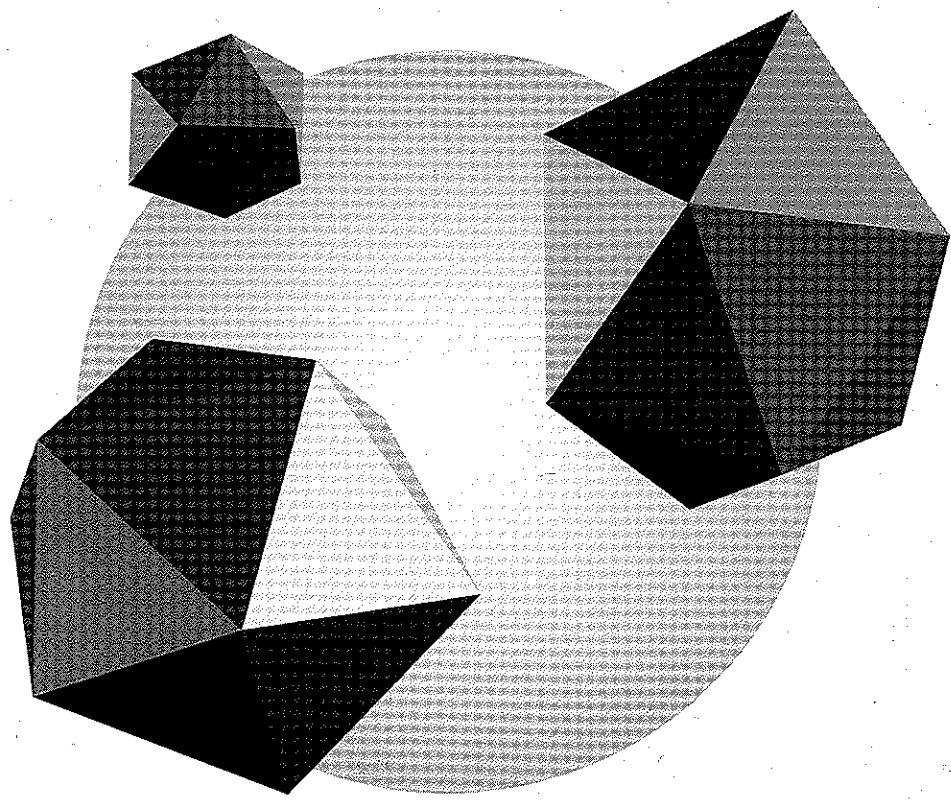


平成13年度

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13年度地域活動推進講座開催記録

(1) 神戸地域	3
(2) 阪神南地域	75
(3) 阪神北地域	113
(4) 東播磨地域	137
(5) 北播磨地域	145
(6) 淡路地域	147

2 平成13年度地域活動推進講座助成事業の概要	151
-------------------------------	-----

神戸地域

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
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 地域の障害者と共に生きる	神戸市東灘区	5
多文化共生センター・ひょうご	野間 恵	多文化共生の保育「そのらしさを育てる保育とは」	神戸市東灘区	6
いきいきネット宅急便	高田 とし	ボランティア活動をより充実させるため取組み (さわる布遊具でバリアフリー)	神戸市東灘区	7
緑花コミュニティ四季	富永 邦夫	共生の知恵を生きている植物から学ぶ	神戸市東灘区	8
兵庫県健康生きがいづくり協議会	佐野 好彦	「家族はかわる」—ふれあいコミュニケーション でいきいき親子—	神戸市東灘区	9
いきいきネットワーク第4班	大賀 実	東灘・住吉・御影地区ミュージックステーション	神戸市東灘区	10
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	地域活動の組織を見直そう ～プロジェクト1-2-3～	神戸市東灘区	11
住吉食生活キャラバン隊	大河 琴恵	食と健康～健康は正しい食生活から～	神戸市東灘区	12
レープハフトホール&ガーデン 花ともだちネット	山口 和子	花と緑にありがとう	神戸市東灘区	13
RICふれあい広場ボランティアグループ	米谷 稔	秋期パソコン教室 初級クラスA 水曜コース	神戸市東灘区	14
寿ボランティアグループ	姫野 操子	地域の中で生まれる市民活動	神戸市灘区	15
サポートステーション灘・つどいの家	笹原 順子	身近に感じよう介護保険	神戸市灘区	16
つくし・サロン	上野 万弓	”ひきこもり”—心の環境問題—	神戸市灘区	17
ヘルスカウンセリング学会兵庫県支部	中嶋 悦子	ストレスを理解して、上手につきあう方法	神戸市灘区	18
KOBEふれあいの会	川口 重義	月例在宅介護実践基本講習会	神戸市中央区	19
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	神戸市中央区	20
福祉交流懇話会	宮前亨一郎	落ちつけば子どもの笑顔が見えてくる	神戸市中央区	21
兵庫余暇会	折橋 孝志	身につく技で大変身講座	神戸市中央区	22
神戸まちづくり研究所	小森 星児	神戸まちづくり塾	神戸市中央区	23
神戸YMCA福祉委員会	寺内 真子	はじめよう第一歩！ボランティア事始	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	環境とのかかわりのなかで軽やかに生きる	神戸市中央区	25
双葉会	後藤 文江	恒久住宅内の親睦、健康。地域交流。	神戸市中央区	26
プレアデスR	中西 頼子	ミュージックケアを楽しむ会 (加賀谷式音楽療法)	神戸市中央区	27
ことのはネットワーク	山名 輝世	チョッと専門的高齢者介護ボランティアのススメ！	神戸市中央区	28
コミコミを考える会	力宗 幸男	豊かなコミュニケーションとコミュニティづくり のための空間を考える	神戸市中央区	29
ウイメンズネット・こうべ	正井 礼子	夫・恋人からの暴力 (DV) 被害者へのサポーター養成講座	神戸市中央区	30
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	31
神戸復興塾	小森 星児	コミュニケーションセミナー ～聴き上手は人間関係上手～	神戸市中央区	32
ニューシルバー脇の浜	立石富治子	高齢者のための手芸教室	神戸市中央区	33
めだかグループ	森野 君江	高齢化社会を楽しく過ごすために	神戸市中央区	34
神戸まちづくり研究所	小森 星児	どことん知ろう まちづくり	神戸市中央区	35
ヒューマンサービス東会	吉本 悦	傾聴トレーニング講座	神戸市中央区	36
フォーラム・ココ	藤原 恒子	私の老い支度	神戸市中央区	37
特定非営利活動法人ブラーマ・クマリス	柳田 幹代	こころとからだのリラックス、生活の中のめい 想のススメ 後期講座	神戸市中央区	38
忍者ごっこ楽しみ隊	能勢 雅子	地域で子どもと関わる大人のためのリーダー養成講座	神戸市兵庫区	39

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
忍者ごっこ楽しみ隊	能勢 雅子	地域で子どもと関わる大人のためのリーダー養成ステップアップ講座	神戸市兵庫区	40
ゆうゆう鹿の子	佐藤由美子	ふるさとづくり	神戸市北区	41
ひよどり山の学校	澤田千賀子	NOと言える子供づくり	神戸市北区	42
森の小学校「サポートくらぶ」	和田 邦孝	森・人・語る（かかわる）	神戸市北区	43
鹿の子台北ハイツ子ども会子どもを考える会	加藤 早苗	ウェル アクション ワークショップー良い市民・良い街・良いつながりづくりワークショップー	神戸市北区	44
里遊び	上月 千代	里と暮らしと遊び	神戸市北区	45
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講座Ⅱ	神戸市北区	46
ゆうゆう鹿の子	佐藤由美子	ふるさとづくり	神戸市北区	47
NPO法人パラレルサポート	寺澤 美香	簡単な介護の心得・初級編	神戸市長田区	48
プラザ5	上田 諭信	生きがい見つけワクワク講座	神戸市長田区	49
みくら健康なまちをつくる会	吉田 信昭	まちづくりは健康づくり	神戸市長田区	50
Vo・信愛	菅野 喜一	ちょっとのぞいてみよう金曜サテライト・デイサービス	神戸市長田区	51
まち・コミュニケーション	宮定 章	先人の知恵を伝承する異世代交流	神戸市長田区	52
ゴミを考える市民連絡会	上田 諭信	環境を考えた復興まちづくり	神戸市長田区	53
まち・コミュニケーション	宮定 章	まち探検隊 ～もつとまち・まちづくりを知ろう～	神戸市長田区	54
住まいを考える会	藤川 幸宏	住まいを考える	神戸市長田区	55
神戸定住外国人支援センター	神田 裕	日本語学習支援者のためのステップアップ講座	神戸市長田区	56
ウイメンズネット・こうべ	正井 礼子	こころとからだほぐし講座～ダンスセラピー～	神戸市長田区	57
板宿料理教室実行委員会	桑村源太郎	交通安全と交通事故防止、防災知識の高揚、救急、救命 身近に役立つ応急処置 料理教室による健康保持	神戸市須磨区	58
500人委員会板宿会	倉島 陽子	花とみどりのまちづくり、人の“わ”づくり	神戸市須磨区	59
福祉ネットワーク西須磨だんらん	岡本 硯也	地域で支える在宅介護	神戸市須磨区	60
神戸市青少年団体連絡協議会ユースプラザKOBE・WEST	岡田 林一	ユースプラザ 青少年育成ボランティア研修会	神戸市須磨区	61
絵本に親しむ会	北村 義雄	絵本と子育て	神戸市須磨区	62
保護者の会・青少年問題協議会南落合支部	上嶋ゆかり	CAP（キャップ）子どもが暴力から自分を守るためのプログラム	神戸市須磨区	63
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	64
北須磨団地自治会	横山 昭	学校、家庭、地域の連携によるコミュニティづくり	神戸市須磨区	65
グループ宙	藤原奈央子	手話で話そう！	神戸市須磨区	66
NPO福祉ネット星が丘	三木 熊雄	「生き生き元気に安心して暮しま専科パートⅡ」	神戸市垂水区	67
ベルデ名谷友愛訪問グループ	葛城まつほ	みんなで楽しくパソコンを楽しもう	神戸市垂水区	68
フェニックス・サポート月が丘	高口 和子	～聴覚障害の方とのコミュニケーション～「手話で広がる共生の“わ”！」	神戸市西区	69
神戸須磨北おやこ劇場	西村 文子	子どもの居場所づくりをサポートする大人のための講座	神戸市西区	70
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方法 No2	神戸市西区	71
神戸須磨北おやこ劇場	西村 文子	子どもの居場所づくりをサポートする大人のための講座	神戸市西区	72
美賀多ふれあいのまちづくり協議会	小林 成好	少子・高齢化時代と地域活動	神戸市西区	73

ボランティア活動のすすめ 地域の障害者と共に生きる

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】

障害者の作業所を実際に見学し、指導員や作業員との交流を持ち、共に生きる意味を考え、明日からのボランティア活動に生かすとともに、仲間づくりの場にする。

【日程・会場】

1	13年7月16日(月)14:00～15:30	東灘地域助け合いネットワーク茶話やか広場
2	13年7月30日(月)14:00～15:30	東灘地域助け合いネットワーク茶話やか広場
3	13年8月6日(月)14:00～15:30	東灘地域助け合いネットワーク茶話やか広場
4	13年8月27日(月)14:00～15:30	共働作業所ぶどうの木
5	13年9月3日(月)14:00～15:30	神戸市立もとやま園
6	13年9月17日(月)14:00～15:30	小規模作業所ネットワーク神戸御影

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「障害者が安心して暮らせる社会」
	内容 ・東灘区内の福祉施設、教育施設、福祉5団体連合会の紹介 ・一般的な障害者の地域での生活についての説明 講師：武田純子（神戸市重度心身障害児（者）父母の会）
第2回	テーマ 「障害者の自立と地域社会」
	内容 ・障害者が作った小規模作業所‘まつぼっくり園’の紹介 ・ボランティアに望む 障害者理解とは（自立の観点から） ・バリアフリーに関して 講師：坂本淳（まつぼっくりの園）
第3回	テーマ 「若い指導員・理想と現実を語り合おう」
	内容 ・カトレアの園（通所施設）と神戸明生園（入所施設）の紹介 ・ボランティアから施設の指導員へ ・ボランティアの心構えについて 講師：橋本康雄（カトレアの園）、川上幸恵（神戸明生園）
第4回	テーマ 「地域の中の障害者作業所Ⅰ」
	内容 ・施設見学 ・メンバー、職員、ボランティアとの交流 講師：高内恒夫（共働作業所ぶどうの木）
第5回	テーマ 「地域の中の障害者作業所Ⅱ」
	内容 ・施設見学 ・講演（知的障害者福祉法、市立と私立の違い他） 講師：大西輝政（神戸市立もとやま園）
第6回	テーマ 「地域の中の障害者作業所Ⅲ」
	内容 ・小規模作業所ネットワーク神戸御影の紹介 ・施設見学 ・講演「共に生きる」 講師：泉比登美（小規模作業所ネットワーク神戸御影）

【受講者数】

40名

【受講者の主な意見】

- ・頑張っておられる姿に励まされます。
- ・ボランティアに興味が一層高まりました。
- ・職員と障害者の方の言葉のやりとりに感動しました。

多文化共生の保育 「その子らしさを育てる保育とは」

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】

多様な家庭のあり方が進む私たちの地域社会において、すべての子どもたちが国籍、文化、言語、性別や家庭の状況などの条件にかかわらず、その子どものおかれた環境の中で、持っている力を精一杯のばし成長することが出来るような保育の必要性に焦点をあてる。この保育講座では、1人ひとりの子どもを大切に育てる保育について様々な視点から、価値、理論、及び具体的な実践方法について学ぶ機会を提供する。

【日程・会場】

1	13年9月6日(木)13:00~14:30	多文化共生センター・ひょうご
2	13年9月6日(木)14:50~16:20	多文化共生センター・ひょうご
3	13年9月13日(木)13:00~14:30	多文化共生センター・ひょうご
4	13年9月13日(木)14:50~16:20	多文化共生センター・ひょうご
5	13年9月27日(木)13:00~14:30	多文化共生センター・ひょうご

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「多文化共生保育の価値と理念及び実践例について」
	内容	多様なあり方を認めあう保育とは何かについて、アメリカの日系人保育園及び多文化保育園の実践例から紹介する。グループ討議により事例を考察し、各グループの発表からさらに全体での討議を行い、日本における多文化共生保育の必要性について考える。 講師：安藤幸一(大手前大学)
第2回	テーマ	「日本における多文化共生保育の現状から」
	内容	保育所に子どもを預けている外国人保護者の経験や悩み、日本の保育現場に対する要望などを調査したアンケート結果から日本における多文化保育の実情を知り、これからの取り組みについて考える。 講師：谷口正子(大阪国際女子大学)
第3回	テーマ	「乳幼児期における人間関係の発達について」
	内容	乳幼児期の発達過程について、特に社会的な発達に焦点を当てて学ぶ。人間関係の発達、価値観の形成において、周りの大人の関わり方や環境がどのような影響を与えるかを理解する。 講師：日浦直美(聖和大学)
第4回	テーマ	「言葉の発達と絵本の読みきかせ」
	内容	乳幼児期の言葉の発達について学び、各発達段階における適切な本の選び方や読み聞かせの方法について具体的に学ぶ。 講師：広渡純子(聖和大学)
第5回	テーマ	「その子らしさをのばす、子どもとの関わり方」
	内容	子どもの持つ興味や力をのばすことにより、子どもが生き生きと学び育つために、保護者や保育者がどのような関わり方が出来るのか、遊具や教材の適切な選び方や与え方、また子どもとの関わり方など、具体的な例を紹介しながら学ぶ。 講師：岩城敏之(KID'S いわき ばふ)

【受講者数】

25名

【受講者の主な意見】

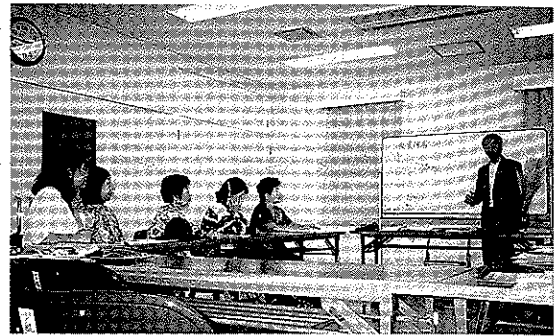
- ・ボランティア活動への参加がきっかけで参加しましたが、ボランティアだけでなく様々な生活の中でも参考になる内容が多く、面白かったです。
- ・色々な新しい考え方が学べました。
- ・親の教育、周りの環境などの大切さに気づかされました。これからの活動に活かすことができたらと思う。

ボランティア活動をより充実させるための取り組み (さわる布遊具でバリアフリー)

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】

視覚障害のある幼児や高齢者との心の交流をどのように進めていけばよいか、日常生活の中からバリアフリーを目指しての取り組みを模索する。

【日程・会場】

1	13年9月25日(火)14:00~16:00	魚崎南県営高層住宅集会室
2	13年10月23日(火)13:30~16:30	魚崎南県営高層住宅集会室
3	13年11月13日(火)13:30~16:30	魚崎南県営高層住宅集会室
4	13年11月27日(火)13:30~16:30	魚崎南県営高層住宅集会室
5	13年12月11日(火)14:00~16:00	魚崎南県営高層住宅集会室
6	13年12月18日(火)13:30~15:30	魚崎南県営高層住宅集会室
7	14年1月29日(火)13:30~16:30	魚崎南県営高層住宅集会室
8	14年2月5日(火)13:30~16:30	魚崎南県営高層住宅集会室
9	14年2月26日(火)10:00~12:00	魚崎南県営高層住宅集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「視覚障害のある子供たちをみつめて」 ・障害を克服して生きる子供たちの学校生活等の紹介。 講師：森一成（神戸アイライト協会）
第2回	テーマ 内 容	「さわる布遊具でバリアフリー（障害児も健康児も共に）」 ・人形劇と布の絵本の要素を取り入れグループで遊べるミュージックスペースの共同制作。 ・大型動物人形を作る。 講師：西垣玲砂（保母）
第3回	テーマ 内 容	「さわる布遊具でバリアフリー」 ・人形劇と布の絵本の要素を取り入れ、グループで遊べるミュージックスペースの共同制作。 ・大型動物人形の表情や体の動きがびったりできる形の工夫を考えて制作、綿の入れ方にも工夫する。 講師：西垣玲砂（保母）
第4回	テーマ 内 容	「さわる布遊具でバリアフリー」 ・人形劇と布の絵本の要素を取り入れグループで遊べるミュージックスペースの共同制作。 ・小物づくり（おにぎり、草花、きのこ、柿の実、栗の実等） 講師：西垣玲砂（保母）
第5回	テーマ 内 容	「視覚障害のある高齢者との関わりから」 ・高齢視覚障害の心意気 講師：鷲尾邦夫（千山荘施設長）
第6回	テーマ 内 容	「障害児も楽しめる人形劇」 ・表現方法のいろいろを講義。 講師：小村潤（絵画教師）
第7回	テーマ 内 容	「さわる布遊具でバリアフリー」 ・手袋人形を制作しミュージックスペースで子供と遊べる工夫をする。 ・舞台用マット作り。 講師：西垣玲砂（保母）
第8回	テーマ 内 容	「さわる布遊具でバリアフリー」 ・手袋人形制作 ・エプロンシアターの要素も取り入れるため、エプロンの制作 講師：西垣玲砂（保母）
第9回	テーマ 内 容	「人形劇と手遊びを合体させて遊ぶ」 ・共同製作した人形、子供用10体、大人エプロンシアターもかねて10体と歌テープに 合わせて遊ぶ（童謡4曲） 講師：小村潤（絵画教師）

【受講者数】

19名

【受講者の主な意見】

・エプロンシアターの要素も取り入れた手袋人形のミュージックスペースは、5曲の童謡にあわせて大人も子供も楽しめるひとときが過ごせると思う。

共生の知恵を生きている植物から学ぶ

緑花コミュニティ四季

代表: 富永 邦夫

神戸市兵庫区荒田町



【講座の目的・趣旨】

共生の知恵はボランティア活動の基本をなすもので植物からただ単に観念的に学ぶのではなく実際に山を歩き、観察考究し、園芸やボタニカルアートでさらに確認するように主体的に把握してもらう。

【日程・会場】

1	13年10月16日(火)10:00~14:30	有馬瑞宝寺谷周辺
2	13年11月20日(火)9:10~14:30	つくはら湖
3	13年11月27日(火)13:30~15:30	コープこうべ生活文化センター
4	14年1月15日(火)13:30~15:30	コープこうべ生活文化センター
5	14年1月22日(火)13:30~15:30	コープこうべ生活文化センター
6	14年2月19日(火)13:30~15:30	コープこうべ生活文化センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「自然観察会(1)」
	内容	現地の地勢的特徴と植物(ナンキンハゼの早い紅葉、街の中に今なお残るヤドリギの着生、シコクママコナなど)を観察し、それぞれの疑問や具体的な植物の実体の解説。 講師: 白岩卓巳(兵庫植物同好会)
第2回	テーマ	「自然観察会(2)」
	内容	現地の山がつきあたってできた湖という地勢的特徴と植物を先生のレクチャーで全体的に観察する。 講師: 白岩卓巳(兵庫県植物同好会)
第3回	テーマ	「寄せ植えガーデニング(園芸の心得)」
	内容	寄せ植えとハイキングの実例を展示し、基本的な考え方(植物の原産地、性態、色彩のハーモニー、個人の色の好み、必要な土の組み合わせ方、用土など)を押さえながら主体的に楽しみながらグレイドを上げていくコツ。 講師: 岡崎章子(アトリエA代表)
第4回	テーマ	「植物の絵を描いてみよう(1)」
	内容	ボタニカルアート、アクリル絵の具、紙の質、裏表、鉛筆の取り扱い、日本水仙の特徴、葉のネジレの描き方等の説明。 講師: 飯野佳代(ボタニカルアート花の絵工房主宰)
第5回	テーマ	「植物の絵を描いてみよう(2)」
	内容	あらためてアクリル絵の具の取り扱い方、色を薄く重ねるなど説明があり、再度配られた日本水仙は前回のものとは姿が異なるが光と影、色彩の濃淡を線画に取り込んでいく。 講師: 飯野佳代(ボタニカルアート花の絵工房主宰)
第6回	テーマ	「共生の知恵を生きている植物から学ぶ(レジメとカラースライドによるお話)」
	内容	驚異の知恵。例えば大根の支根がどうして斜めに付いているか。土中の養分を吸収するため根を廻すためにあるとか、たくさんのお話が次から次へとできて受講生の心に深く印象づけられた。 講師: 白岩卓巳(兵庫県植物同好会会長)

【受講者数】

61名

【受講者の主の意見】

- ・ いろいろな花の寄せ植えの勉強になりました。
- ・ 植物、生き物の不思議な生命力を楽しく考えられるお話でした。

「家族はわかる」 —ふれあいコミュニケーションでいきいき親子—

兵庫県健康生きがいづくり協議会

代表：佐野 好彦

芦屋市東芦屋町



【講座の目的・趣旨】

家族は人間の幸せの基盤です。しかし社会情勢やライフサイクルの変化とともに、家族も変わります。この講座では、ふれあいのためのコミュニケーションの基本を学び、さらに、「家族システム評価尺度」や「母親ノート法」なども活用して、より良い家族関係をつくるには、どうしたらよいかを学習する。

【日程・会場】

1	13年10月17日(水)13:20～14:50	東灘区民センター(うはらホール)
2	13年10月17日(水)15:00～16:30	東灘区民センター(うはらホール)
3	13年10月31日(水)13:20～14:50	東灘区民センター(うはらホール)
4	13年10月31日(水)15:00～16:30	東灘区民センター(うはらホール)
5	13年11月7日(水)13:20～16:00	東灘区民センター(うはらホール)

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ふれあいの心と話の聴き方」
	内容	・家族や地域の中で、ふれあいのためには、相手理解のために相手の話しの聞き方が重要である。 ・具体的な聴き方の大切なポイント 講師：中村安治（兵庫県健康生きがいづくり協議会）
第2回	テーマ	「家族はわかる—家族のふれあいと心のきずな—」
	内容	・「家族システム評価尺度」などを使って、現在の自分の家の家族関係の実情を知り、年令とともに変化する家族のあり方を考える。 講師：火置晏子（ファミリーサポート協会）
第3回	テーマ	「子どもの心を育てる子育て—母親ノート法のすすめ(その1)—」
	内容	・子どもとの良いかかわり方を具体的に母親ノート(会話法)で学び、子どもの悩みや問題を理解し、助けて守る子育てを考える。 講師：火置晏子（ファミリーサポート協会）
第4回	テーマ	「ふれあいのための話し方とさわやかな自己主張」
	内容	・人とのかかわりの中で上手な話し方と、自分の気持ちや考えをさわやかに表現する方法を学ぶ。 講師：中村安治（兵庫県健康生きがいづくり協議会）
第5回	テーマ	「より良い親子関係のために—「母親ノート法」のすすめ(まとめ)」
	内容	母親ノート(会話法)のまとめ。 講師：火置晏子（ファミリーサポート協会）

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

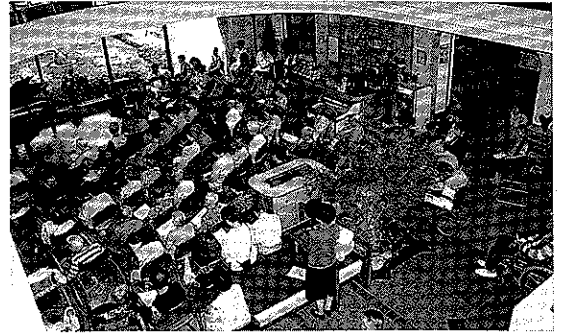
- ・わかりやすい講義でした。
- ・母親は笑顔でいるのが大切なのだと思った。

東灘・住吉・御影地区 ミュージック・ステーション

いきいきネットワーク第4班

代表：大賀 実

神戸市東灘区鴨子ヶ原



【講座の目的・趣旨】

阪神・淡路大震災で大きな被害を受けた神戸市東灘区住吉・御影地区で音楽を通じて地域住民のコミュニケーションを図るとともに震災で受けた心の傷をいやす。

【日程・会場】

1	13年10月4日(木)14:00~15:30	神戸老人ホーム住吉苑
2	13年11月27日(火)14:00~15:30	神戸老人ホーム住吉苑
3	14年2月20日(水)14:00~15:30	神戸老人ホーム住吉苑

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「時田直也（盲目のシンガソングライター）心を歌う」
	内容	全盲のシンガソングライター（バリトン）時田直也さんが住吉苑の老人ホームの入居者デイサービス来所者、周辺の住民と一緒に震災から立ち直った経験や自分の生き立ちをもとに人の心を歌った。 講師：時田直也
第2回	テーマ	「みんなで歌おう（コラール・デ・ラ・ムスク）」
	内容	コラール・デ・ラ・ムスク（8名の女性合唱団）が住吉苑入居者、デイサービス来所者、周辺の被災地住民と童謡などを中心に一緒に歌い一時を楽しむと共に、ふれあいを図った。 講師：藪内馨（サーラ・デ・ラ・ムスク）
第3回	テーマ	「みんなで聴こう フルート四重奏」
	内容	フルートを中心とした管弦四重奏でそれぞれの楽器の音や性能を教わるとともにクラシック、日本四季など親しみのある曲を中心に老人ホーム入居者、デイサービス来所者、周辺住民と一緒に合唱するなど被災地域でコミュニケーションを図り一時を楽しんだ。 講師：三木久雄（マルタヤフレンドリー）

【受講者数】

143名

【受講者の主な意見】

- ・心温まる歌、有り難うございました。私もまだまだ努力をして何かしたい。
- ・大変感動しました。
- ・久しぶりにテレビでは聞けない歌が聞けて楽しいひとときでした。

地域活動の組織を見直そう ～プロジェクトマネジメント1-2-3～

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】

NPOリーダー・地域活動リーダーのための
プロジェクトマネジメント講座
活動がより効果的に運営できるためのノウ
ハウを学びます。

【日程・会場】

1	14年2月8日(金)15:30～17:30	NPO法人コミュニティサポートセンター神戸
2	14年2月14日(木)15:30～17:30	NPO法人コミュニティサポートセンター神戸
3	14年2月18日(月)15:30～17:30	NPO法人コミュニティサポートセンター神戸
4	14年2月21日(木)15:30～17:30	NPO法人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	「NPOにおける経営戦略を学ぼう！」
	内容	NPOにおける経営目標、環境、経営資源、競争分析、実行計画の概要について 講師：星野裕志（神戸大学） 松田太一（(株)マツダ建設）
第2回	テーマ	「企業における経営戦略の事例について学ぶ」
	内容	第1回のテーマについて事例報告 講師：星野裕志（神戸大学） 松田太一（(株)マツダ建設）
第3回	テーマ	「プロジェクトマネジメントとは」
	内容	プロジェクトマネジメントとは（実行計画、マネジメント、評価のあり方）について学ぶ 講師：松田太一（(株)マツダ建設）
第4回	テーマ	「自分たちの活動を評価しなおそう！」
	内容	第2、3回の手法に基づき、担当分野を事例として発表。 講師：星野裕志（神戸大学） 松田太一（(株)マツダ建設）

【受講者数】

11名

【受講者の主な意見】

- ・計画を立てて遂行することによって理念を保つことができると思った。
- ・とても参考になる良い講座でした。

食と健康 ～健康は正しい食生活から～

住吉食生活キャラバン隊

代表：大河 琴恵

神戸市東灘区田中町



【講座の目的・趣旨】

若者からはじまる生活習慣病、子ども達の「キレル」…その原因として、毎日の食生活が問題になっています。

料理サークルリーダー、メンバーや、食に関心のある人に、料理作りを通して、正しい食生活について学習し、地域の活動へと伝えてもらうリーダー育成の講座。

【日程・会場】

1	13年10月24日(水)10:00～13:00	生活文化センター
2	13年11月14日(水)10:00～12:00	生活文化センター
3	13年12月5日(水)10:00～13:00	生活文化センター
4	14年1月30日(水)10:00～13:00	生活文化センター
5	14年2月27日(水)10:00～13:00	生活文化センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「バランスのとれた食生活してますか」
	内容	・食品点検表を使った、赤、緑、黄の栄養バランスチェック ・緑黄色野菜たっぷりの料理講習会 ・緑黄色野菜の話 ・材料、調味料のはかり方からの実習 講師：中田智子（コープこうべ家庭料理研究会）
第2回	テーマ	「知っておきたい食品添加物のほなし」
	内容	・食品添加物の働きとチェックシステム ・実際の着色料を見ての着色料についての講義 ・食品に使われている添加物について 講師：川口通伸（コープこうべ商品検査センター）
第3回	テーマ	「生活習慣病を予防する」
	内容	・一日の必要量（適量）を知る ・塩分を取りすぎないための工夫 ・うす味で素材の味を生かした料理講習会 講師：中田智子（コープこうべ家庭料理研究会）
第4回	テーマ	「栄養を効果的に取る方法（料理）」
	内容	・食べ過ぎないための、素材、料理、食事の工夫 ・カロリーチェック、正しいダイエットとは、 ・ウエイトコントロールの必要性 ・栄養バランスのとれた料理会 講師：中田智子（コープこうべ家庭料理研究会）
第5回	テーマ	「食を装う、食を楽しみませんか」
	内容	・旬の料理（ひなまつり）の献立の料理会 ・食の楽しみ方、献立のたて方 ・テーブルコーディネートヒント ・パーティ料理の演出法 講師：中田智子（コープこうべ家庭料理研究会） 武安倫子（フードスタイリスト）

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・勉強した後実習という形式は、学生の頃のようにとても楽しかったです。
- ・食品添加物にこだわりすぎると、何も食べられなくなるが、意識せずに食べているのも良くないと思った。
- ・簡単でおいしいので家でも作ってみようという気になります。

花と緑にありがとう

レープハフトホール&ガーデン花ともだちネット

代表：山口 和子

神戸市東灘区森南町



神戸

【講座の目的・趣旨】

家庭緑化・地域緑化のための園芸講習会

【日程・会場】

1	13年10月19日(金)13:30~15:00	レープハフトホール
2	13年11月16日(金)13:30~15:00	レープハフトホール
3	13年12月21日(金)13:30~15:00	レープハフトホール
4	14年1月18日(金)13:30~15:00	レープハフトホール
5	14年2月15日(金)13:30~15:00	レープハフトホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「植物の効用、茄草譜」
	内容	古い文献から植物の効用について学ぶ。薬草について。珍しい山野草、植え替えの基本について。 講師：武井佑子
第2回	テーマ	「土、肥料、土壌改良」
	内容	土、肥料、土壌改良 良い土の条件とは アプチロンの育て方 講師：武井佑子
第3回	テーマ	「植物の冬ごしの仕方、お正月の寄せ植え」
	内容	植物について質疑応答、お正月の寄せ植え 講師：武井佑子
第4回	テーマ	「春花壇、庭木の寒肥、園芸用具について」
	内容	植物を喜ばせる、そして植物を楽しむ。春花壇、庭木の寒肥、園芸用具について。草玉づくり実習。 講師：武井佑子
第5回	テーマ	「春花壇、エリカの寄せ植えロックガーデン風」
	内容	種まきの方法、育苗の方法 講師：武井佑子

【受講者数】

28名

【受講者の主な意見】

- ・アットホームな雰囲気でもとても楽しかったです。
- ・とても充実した内容でした。

秋期パソコン教室 初級クラスA 水曜コース

RICふれあい広場 ボランティアグループ

代表：米谷 稔

神戸市東灘区向洋町



【講座の目的・趣旨】

六甲アイランドの住民が、身近な会場でIT講習が受講できる機会を提供する。

【日程・会場】

1	13年9月26日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場
2	13年10月3日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場
3	13年10月10日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場
4	13年10月17日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場
5	13年10月24日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場
6	13年10月31日(水)10:00~12:00	RICふれあい広場

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「パソコンの基礎」
	内容	パソコンと周辺機器の解説と操作実習 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）
第2回	テーマ	「ワードの学習」
	内容	ワープロ機能の基本操作 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）
第3回	テーマ	「案内文の作成」
	内容	ワードの習得 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）
第4回	テーマ	「電子メールの学習」
	内容	電子メールの基本操作 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）
第5回	テーマ	「インターネットの学習」
	内容	インターネット接続の基礎学習 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）
第6回	テーマ	「第1回～第5回のおさらい」
	内容	第1回～第5回のおさらい 講師：福井潤・山本知穂・平尾雅宏（ネスタ・ジャパン）

【受講者数】

20名

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しく勉強させていただきました。質問ばかりしても親切にやさしく教えていただき感謝しています。パソコン使用への窓口が開いた気持ちです。
- ・全くの初心者の私にもわかり易く教えていただきありがとうございます。これをきっかけにパソコンを楽しみたいと思う。

地域の中で生まれる市民活動

寿ボランティアグループ

代表：姫野 操子

神戸市灘区楠丘町



【講座の目的・趣旨】

小地域単位で生まれるボランティア団体のネットワークでそれぞれの特徴を生かし、地域住民のニーズに対して、どう支援活動を実施するか、また共同による連携を考える事を目的とする。

【日程・会場】

1	13年7月7日(土)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
2	13年8月11日(土)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
3	13年9月22日(土)13:30~15:30	サポートステーション灘・つどいの家
4	13年10月1日(月)13:30~15:30	県営住宅集会所(高羽協議会)
5	13年10月27日(土)13:30~15:30	ふれあい会館
6	13年11月17日(土)13:30~15:30	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	「…ひとりで悩まないで…」
	内容	「痴呆症老人・若年アルツハイマーの方への介護」をしている家族の方、またはヘルパーの方々、ボランティア活動をされている人への対応と、心の癒しをどうすればよいか等を学習。 講師：室谷千代枝
第2回	テーマ	「外に出てリフレッシュ」
	内容	ニーズに対して利用者のリフレッシュへの対応と心のケアについて 講師：長尾かほる（コープこうべ）
第3回	テーマ	「地域の人による地域のための活動（他団体との連携）」
	内容	CS神戸のサポートセンターの役割と、地域密着型のサポートセンターの役割と、市民と市民をつなぐ活動について。 講師：坂本 登（コミュニティ・サポートセンター神戸）
第4回	テーマ	「緊急時の対応と心肺蘇生法」
	内容	独り住まいの高齢者・障害者が緊急に対応しなければならない時の処置の仕方及び各種の制度等を学習。心肺蘇生法の習得。 講師：灘消防署職員、小谷寿
第5回	テーマ	「震災後焼け野原から立ち上がった地域住民の街づくり」
	内容	震災後の住民の対応と行政との連携や運営の苦勞について話を聞く。 講師：小松芳暘（六甲道まちづくり）
第6回	テーマ	「多様化する民間移送サービスの現状と役割」
	内容	移送・移動サービスの必要性和カーボランティアの質の向上。リフトカーを使つての講習会。 講師：殿本弘（わかりあい阪神）

【受講者数】

70人

【受講者の主な意見】

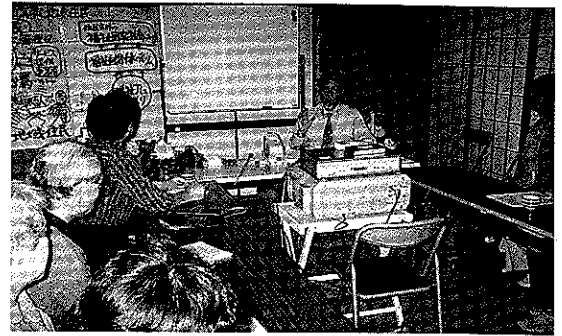
- ・明日は我が身かも判りません。少しでも色々な知識を得て勉強できたらと思う。
- ・車いすの使い方など非常に参考になった。

身近に感じよう介護保険

サポートステーション灘・つどいの家

代表：笹原 順子

神戸市灘区大和町



【講座の目的・趣旨】

介護保険が始まって一年、その間さまざまなさしきも生じている。地域住民の立場、ヘルパーの立場から一堂に会し、専門の先生方とひざを交えて話し合う機会を持つ。介護保険をめぐる諸問題を身近なものとして再認識することを目的とする。

【日程・会場】

1	13年8月4日(土)13:30~15:00	サポートステーション灘・つどいの家
2	13年9月1日(土)13:00~14:30	サポートステーション灘・つどいの家
3	13年9月13日(木)13:30~15:00	サポートステーション灘・つどいの家
4	13年10月20日(土)13:30~15:00	サポートステーション灘・つどいの家
5	13年11月1日(木)13:00~14:30	サポートステーション灘・つどいの家
6	13年11月8日(木)13:30~15:00	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	「21世紀の地域づくりは高齢者が主役」
	内容	21世紀を迎え、少子高齢化が進み、社会情勢が変化中、高齢者自身が何に生きがいを求めて、地域の人々と共生できるか、あらためて考える。 講師：大和三重（関西学院大学助教授）
第2回	テーマ	「①『ヘルパーの立場から利用者になって』②『介護保険についての考え方がどう変わったでしょうか』」
	内容	① ヘルパーとは在宅介護サービスを受ける利用者の生活の中であって良きパートナーであると同時に常に利用者を支える家族の一員でありたい。 ② 高齢者が健全な日常生活を送る為に制度化された保険ではあるが、改善されるべき課題は数多くある。 講師：① 森脇敦子（さわやか双葉） ③ 佐伯 寿（コープワーカーズコープ）
第3回	テーマ	「食事・ゲームがリフレッシュ」
	内容	高齢者世代において、心体の老化を防ぐ手段として生活のリズムを作り、そして趣味、教養、人との対話等がストレスを解消するのに有効である。 講師：長尾正子（神戸介護福祉専門学校）
第4回	テーマ	「防ごう痴呆症」
	内容	人間が年齢を重ねるにつれ、肉体も徐々に老化し全ての機能も退化する。少しでも元気で楽しく暮らせるには身体、脳を動かし、そして優しく思いやりの気持ちを忘れぬ事が大切。 講師：阿部昇（こころのケアステーション）
第5回	テーマ	「介護保険と地域住民」
	内容	地域の中で高齢者を支える活動も大切では有るがそれにも一定の限界が有る。最終的には、国家の施策に頼らざるを得ないのが現状であるといったことについて学習。 講師：沢田清方（流通科学大学教授）
第6回	テーマ	「『では…どう対処したら』 痴呆症の家族の悩み」
	内容	だれもがいつどこで起きるかわからない痴呆症。その為にもあらゆる機会をとらえ、知識と体験を見聞しておく事が重要である。 講師：中村大藏（特別養護老人ホーム施設長）

【受講者数】

56名

【受講者の主な意見】

- ・いろいろ学習しなければいけないと感じた。
- ・地域でのネットワークの必要性を感じた。

“ひきこもり” —心の環境問題—

つくし・サロン

代表：上野 万弓

神戸市東灘区長峰台



神戸

【講座の目的・趣旨】

今や社会現象ともいわれる“ひきこもり”。日本全国で子どもから大人まで100万人とも言われている。

中学生で不登校となって17年の“ひきこもり”当事者が自分を振り返るところから始まって、この社会の現状に疑問を投げかけます。その原因と思われる社会システムと、今後の展望について、当事者と一緒に考え地域として何ができるか模索する。

【日程・会場】

1	13年10月14日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ
2	13年11月4日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ
3	13年11月18日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ
4	13年12月16日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ
5	14年1月13日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ
6	14年2月10日(日)18:00~20:00	サラシヤンテイ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ぼくがひきこもりになった理由」
	内容	・前半—資料を土台にひきこもりになった理由などについて講師が話す ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山和樹
第2回	テーマ	「教育の閉鎖性」
	内容	・前半—資料を土台に教育の閉鎖性について講師が話す ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山和樹
第3回	テーマ	「競争社会と価値観」
	内容	・前半—資料を土台に競争社会と価値観について講師が話す ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山和樹
第4回	テーマ	「専門家を利用するときの注意事項」
	内容	・前半—資料を土台に講師が話す ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山和樹
第5回	テーマ	「社会的ひきこもりの現状」
	内容	・前半—資料を土台に社会的ひきこもりの現状について講師が話す ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山和樹
第6回	テーマ	「今後の展望—地域通貨の試み」
	内容	・前半—講師の話と地域通貨ゲーム ・後半—テーマを中心に参加者がフリートーク 講師：上山 和樹

【受講者数】

50名

【受講者の主な意見】

- ・来させて頂いて勉強になり、とても良かったです。
- ・ひきこもりは自分の中にもあると感じた。

ストレスを理解して、 上手につきあう方法

ヘルスカウンセリング学会 兵庫県支部

代表：中嶋 悦子

尼崎市塚口町



【講座の目的・趣旨】

人はストレスを持つことで成長できたり、課題達成することが出来ます。ストレスをマイナスイメージでとらえず、きちんと理解して、プラスのエネルギーに変える方法があります。

ストレスを成長のチャンスにする方法をも身につけて心と体の健康を支援します。

【日程・会場】

1	13年11月10日(土)10:00~11:30	六甲道勤労市民センター
2	13年12月1日(土)10:00~11:30	六甲道勤労市民センター
3	13年12月22日(土)10:00~11:30	六甲道勤労市民センター
4	14年1月19日(土)10:00~11:30	六甲道勤労市民センター
5	14年2月9日(土)10:00~11:30	六甲道勤労市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ストレスを理解して上手につきあう方法」
	内容	ストレスにはよいストレスと悪いストレスがある。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター関西専任カウンセラー）
第2回	テーマ	「ストレスを理解して上手につきあう方法」
	内容	ストレスに強い人と弱い人がいる。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター関西専任カウンセラー）
第3回	テーマ	「ストレスを理解して上手につきあう方法」
	内容	ストレスを味方につけることで成長できる。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター関西専任カウンセラー）
第4回	テーマ	「ストレスを理解して上手につきあう方法」
	内容	今あるストレスは、心のくせが影響している。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター関西専任カウンセラー）
第5回	テーマ	「ストレスを理解して上手につきあう方法」
	内容	ストレスを自分でコントロールする方法 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター関西専任カウンセラー）

【受講者数】

15名

【受講者の主な意見】

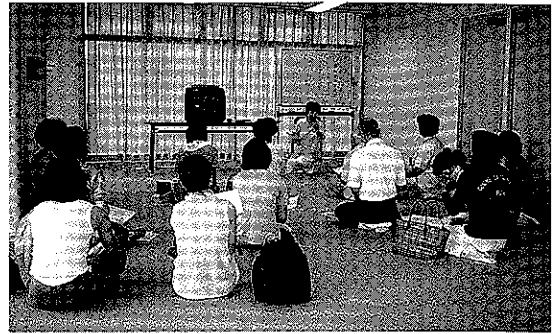
- ・アドバイスしてもらい、自分の癖を掘り下げることができてよかったです。
- ・自分の思いを、言葉・文字に表して整理することが出来たように思う。

月例在宅介護実践基本講習会

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】

在宅で介護する場合、介護保険だけのサービスでは対応できない。家族や地域での支え合いが必要である。地域で支え合うため、基本的な介護の知識を持つ事で楽にできる事がたくさんある。

【日程・会場】

1	13年7月7日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
2	13年8月4日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
3	13年9月1日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
4	13年10月20日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
5	13年11月17日(土)10:30~12:00	兵庫県福祉センター
6	13年11月24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	「衣服の交換の基本」
	内容	寝衣や衣服の着脱、交換方法について実践を主体に行った。 講師：吉本三枝（訪問看護婦）
第2回	テーマ	「排泄介助の基本」
	内容	おむつの交換の実践及び排泄の介助方法について実践を主体に行った。 講師：吉本三枝（訪問看護婦）
第3回	テーマ	「褥創の予防と処置」
	内容	床ずれの現状について、患者状況をビデオ撮影したものを全員で視聴し、床ずれの予防と処置の方法についての講義を受けた。 講師：吉本三枝（訪問看護婦）
第4回	テーマ	「立ち上り動作の基本」
	内容	「おきて、すわって、あるくまで」の各動作を実践を主体に参加者相互に行った。 講師：山本克己（理学療法士）
第5回	テーマ	「生活の中にリハビリを取り入れよう」
	内容	日常生活をする中で色々とリハビリに取り入れられる内容を実例から紹介、実践を行った。 講師：山本克己（理学療法士）
第6回	テーマ	「車いす介助の基本」
	内容	車いす取扱い方法や階段・坂道での操作、介助方法を周辺道路等を利用し実践を行った。 講師：正心あゆみ（介護福祉士）

【受講者数】

18人

【受講者の主な意見】

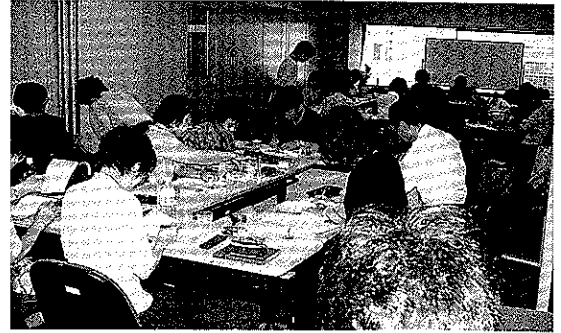
- ・講師の説明が分かりやすく、応用出来るので良かった。
- ・衣服交換など忘れていた事など、非常に勉強になった。リハビリも自分自身に役立てたいと思う。

絵手紙ボランティア

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】

被災地において、婦人会や老人会をはじめ、デイサービス等でも絵手紙を学びたいという希望が増えてきているが、それに応える人材が充分育っていない。絵手紙を通して地域活動や仲間づくりのお手伝いができる担い手をひとりでも多く育てたい。

【日程・会場】

1	13年6月6日(水)13:30～15:30	神戸生活創造センター
2	13年7月4日(水)13:30～15:30	神戸生活創造センター
3	13年9月5日(水)13:30～15:30	神戸生活創造センター
4	13年9月13日(木)13:00～16:00	ひよどり台コープ組合員集会所
5	13年10月3日(水)13:30～15:30	神戸生活創造センター
6	13年10月11日(木)13:30～15:30	神戸生活創造センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「季節の絵手紙」
	内容	・ミニうちわに描く絵手紙のポイント指導と実技。 講師：藤井迪彦（兵庫県日本画家連盟）
第2回	テーマ	「絵手紙で暑中見舞いを描く」
	内容	・簡単な版面による暑中見舞いの絵手紙の実演と体験。 講師：岡正雄（絵てがみで自分史をつづる会）
第3回	テーマ	「封書のお便りのくふう」
	内容	・封書のお便りの心づかひの作例と、絵手紙流文香の実技指導。 講師：岩永多可子（マミフラワーデザイン事務所）
第4回	テーマ	「手作りハガキで真心こめて」
	内容	・ケナフのハガキができるまでのお話と、ケナフハガキの紙すき体験。 講師：安部俊美（ひよどり台花と緑の会）
第5回	テーマ	「絵手紙作品をより楽しんでもらうために」
	内容	・絵手紙の様々な飾り方の作例と、身近な素材を利用した手作りハガキ軸の実作。 講師：増田和子（コープボランティア（第5地区））
第6回	テーマ	「絵手紙ボランティア実技指導のポイント」
	内容	・絵手紙ボランティアで指導するときの10ポイントを、実践経験から説明。 講師：花岡次代（日本絵手紙協会）

【受講者数】

120名

【受講者の主な意見】

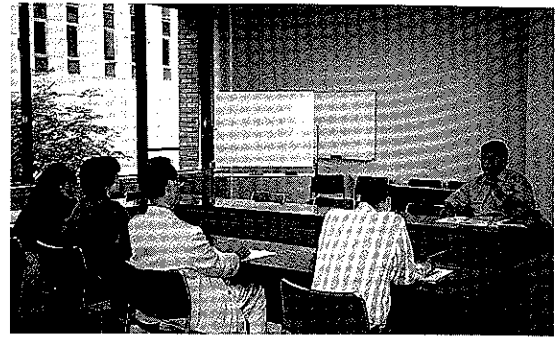
- ・ボランティアの再確認をしました。そして講師の作品に感動、そして拓本は百聞より一見でした。
- ・心豊かになれました。
- ・講師の人柄がにじみ出ている、一言一言生活に役立つことが多く、勉強させていただきました。

落ちつけば子どもの笑顔が見えてくる

福祉交流懇話会

代表：宮前亨一郎

神戸市北区泉台



【講座の趣旨・目的】

子どもの発育課程においてうっかり見落としていたことがつもり、後になって心理の底から噴き出して、大きな問題となることがある。親子関係の分析をはじめ、不登校・児童虐待の問題を子どもと親の成長課程の中で考えたい。

【日程・会場】

1	13年9月8日(土)14:00~16:30	神戸市北区民センター
2	13年10月7日(土)14:00~16:30	神戸市勤労会館
3	13年11月11日(日)14:00~16:30	しあわせの村研修館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「やってみよう新親子関係診断テスト」
	内容	子どもをしっかりと育てようとするれば、まず、自分(親)の性格、子どもとの相性を分析する必要がある。それを知るためのメソッドとして、TK式診断的新親子関係検査を学習する。 講師：藤本典子(元小学校教諭)
第2回	テーマ	「子どもの学校嫌いや不登校は何故？」
	内容	不登校について、長年の経験・知識をもつ講師から、多くのエピソードについて話を伺った。 講師：永崎久雄(小学校教諭)
第3回	テーマ	「ちょっと待って！子どもの虐待になりませんか？」
	内容	児童虐待のビデオを鑑賞し、最近マスコミ等で騒がれた事件について意見を交わした。この問題に見られるように、親も子も孤立することが良くないので、どのようにして心の壁を開くのか考えた。 講師：橋元ルリ子(民生委員・主任児童委員)

【受講者数】

29人

【受講者の主な意見】

- ・色々な話が聞けて、気持ちになりました。
- ・子育ては誰が参加するというのではなく皆(地域も含めて)でするものだった。

身につく技で大変身講座

神戸

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】

体験すること、物を作ることへのチャレンジを通して手際の良い技、芸を習得して、心楽しく地域の人たちに、好感を与えるような人づくりにつなげる。

【日程・会場】

1	13年9月6日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
2	13年9月13日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
3	13年9月20日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
4	13年9月27日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
5	13年10月4日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
6	13年10月18日(木)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「工作の時間ですよ」
	内容	・手作り「名刺」「アルバム」づくりの工夫。 ・絵はがきで紙飛行機を工作して飛ばす。 ・競争、身の回りを飾るちょっとした作品づくり。 講師：小玉文吾
第2回	テーマ	「ロープワークと森のお話」
	内容	ロープワークの基本、もやい結び、巻き結びから、自在結び、本結びと応用ではたくさんの輪のつくり方を教わる。 講師：米村博美（(財)森林文化協会）
第3回	テーマ	「これぞ大道芸」
	内容	皿回し、南京玉すだれ、紙コップの手品、ロープの手品、消える手品の種あかしなど。 講師：原正信（兵庫県大道芸協会）
第4回	テーマ	「昔の遊び、子供の遊び」
	内容	プロペラの廻る紙飛行機の製作、吹きゴマ作り、紙トンボ作り、風車作り、ブンブンゴマ廻し、ヨーヨーなど。 講師：吉田禎夫（学校厚生会）
第5回	テーマ	「スカーフでオシャレ」
	内容	スカーフ扱いの基本から、カーボーイ結び、ネックレス、モンマルトン、ねじりタイ、ジレー、マンハッタンなどを学ぶ。 講師：小玉文吾
第6回	テーマ	「男のオシャレ大研究」
	内容	普段着でのオシャレで集合、自分のおしゃれポイントを出し合い、グループに分かれて、どうすれば変身できるか話し合う。男のオシャレは内面からを討論した。 講師：小玉文吾

【受講者数】

47名

【受講者の主な意見】

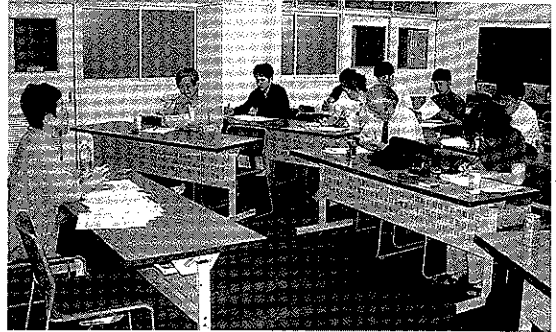
- ・普段こういうテーマできちんと話をする機会がありませんでしたので、とてもおもしろかったです。
- ・スカーフでおしゃれなど、いろんな結び方を教わって早速学んだことを実用しています。
- ・ロープ細工なども生活の中で実際に使えてうれしく思います。

神戸まちづくり塾

神戸まちづくり研究所

代表：小森 星児

神戸市中央区吾妻通



神戸

【講座の目的・趣旨】

震災復興まちづくりを渦中にいる人々に多様な切り口で語ってもらい、ディスカッションすることで現状の課題と今後の方向性を提示する。

【日程・会場】

1	13年7月12日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室
2	13年8月9日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室
3	13年9月13日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室
4	13年10月11日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室
5	13年11月8日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室
6	13年11月29日(木)18:30~21:00	コムスタこうべ305会議室

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「災害復興公営住宅のコミュニティ支援」 ・災害復興公営住宅の現状-超高齢化、単身世帯化、低所得者層- ・居住者のとまどい-70歳代、80歳代で初めて、新しい土地で鉄筋コンクリートのアパート住いを体験- ・居住サポート-住みこなし、生きる気力づくり- 講師：石東直子（石東・都市環境研究所）
第2回	テーマ 内容	「まちづくり協議会連絡会の今後」 ・神戸まちづくり協議会連絡会のこれまで ・神戸まちづくり協議会連絡会の現在 ・神戸まちづくり協議会連絡会の今後 講師：中島克元（神戸まちづくり協議会連絡会）
第3回	テーマ 内容	「NPOと行政、NPOと地縁組織」 ・NPOの意義、協働のルール ・兵庫県のNPO関連施策〈条例〉 ・兵庫県のNPO関連施策〈拠点・その他〉 ・神戸市の「協働のフレームワーク検討会」 ・全国的な課題と動向 講師：相川康子（神戸新聞社）
第4回	テーマ 内容	「外国人と共生するまちづくり」 ・多言語センターFACILの紹介 ・FACILが設立経緯及び業務 ・ワールドキッズ・コミュニティの紹介 講師：吉富志津代（FACIL）
第5回	テーマ 内容	「地域エンパワメントとしてのまちづくり」 ・まちづくりは地域力の向上 ・地域力とは ・継続的まちづくりによるCapacity - Building（地域力の向上） 講師：宮西悠司（神戸地域問題研究所）
第6回	テーマ 内容	「まとめの大討論会」 まちづくりについて、これまで参加した講師が互いに自分の意見を出し合い討論会を開催した。 講師：中島克元、相川康子、吉富志津代、宮西悠司

【受講者数】

50人

【受講者の主な意見】

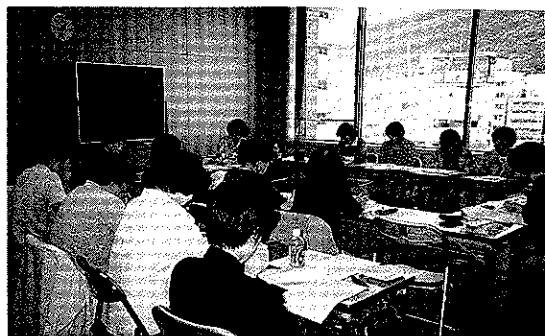
- ・神戸や兵庫での取り組みの細かいことを知ることができ、勉強になった。
- ・質問形式で対話が多かったのがよかった。
- ・いろいろな方の意見が聞けてよかった。

はじめよう第1歩！ボランティア事始

神戸YWCA 福祉委員会

代表：寺内 真子

神戸市中央区二宮町



【講座の目的・趣旨】

地域福祉活動の中でのボランティアの意義と役割について学びを深め、地域福祉活動に関わるボランティアの養成を図る。

【日程・会場】

1	13年9月1日(土)13:30~15:30	神戸勤労会館
2	13年9月29日(土)13:30~15:30	神戸青少年会館研修室
3	13年10月6日(土)13:30~15:30	神戸青少年会館
4	13年11月10日(土)13:30~15:30	神戸青少年会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域に根ざした福祉活動～ミード社会館の実践に学ぶ」
	内容	全国にさがかけて、生活支援型（毎日型）給食（配給）サービスをはじめたミード社会館の実績から、どのようにして活動をたちあげ、システムを作ったのか、活動から見えてきてニードへの対応やボランティアの役割と働き方について学習した。 講師：岡本千秋（キリスト教ミード社会館館長）
第2回	テーマ	「人と関わること～社会サービス活動を行う前に」
	内容	・社会サービスに関わる4つのP（Problem、Person、Place、Process）についてのお話。また、自らの団体（グループ）の出来ること、出来ないことを明確にし他の組織、機関などの情報を持って、つなぐこともある事などを学ぶ。 ・人に関わる際に、自分を知るといこと人それぞれ多様な価値観が存在することをワークで学ぶ。 講師：青木理恵子（京都YWCA職員）
第3回	テーマ	「高齢者を取り巻く社会」
	内容	高齢者の抱えている問題や引きこもり防止にむけた取り組みの必要性について学ぶ。 講師：宮谷龍子（しょうせい在宅介護支援センター所長）
第4回	テーマ	「地域活動におけるボランティアの役割とは」
	内容	・ボランティアセンターに寄せられるニーズ（ボランティアをしたい、してほしい）のデータから見えてくることについてお話を伺い、2つの相談事例をグループに分かれて事例検討する。 講師：垂井加寿恵（中央区ボランティアセンター）

【受講者数】

38名

【受講者の主な意見】

- ・とっても有意義な講座でした。
- ・これからもこのような講座をして頂きたいと思います。

環境とのかかわりのなかで 軽やかに生きる

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している人達を支援するため、ワークショップ形式の体験学習により、人と自然のかかわり、人と人のかかわりを見つめ、軽やかに人生を生きることを考える。

【日程・会場】

1	13年7月23日(月)10:00~12:30	こうべ市民福祉交流センター
2	13年8月20日(月)10:00~12:30	こうべ市民福祉交流センター
3	13年9月10日(月)10:00~12:30	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	「人を不安にさせない配慮のコツと「観る」ことについて学ぶ」
	内容	・千里(吹田市)の四季の移り変わり、自然のスライドをみる。 ・ひとりがカメラ役、もうひとりがカメラマン役になり、景色を撮す(記憶する)カメラゲームを行う。 講師：宮川治樹(帝塚山大学)
第2回	テーマ	「自分さがし フィールドウォッチング」
	内容	・自分さがしフィールドウォッチングをしている大学生のスライドをみる。 ・自分さがしフィールドウォッチング~PI(パーソナル・アイデンティティ)づくり~ 講師：宮川治樹(帝塚山大学)
第3回	テーマ	「まとめのセッション」
	内容	・これまでの講座をふりかえり、PI(パーソナル・アイデンティティ)大賞を決める。 講師：宮川治樹(帝塚山大学)

【受講者数】

45名

【受講者の主な意見】

- ・五感を通して自分を見つめ直すことができました。
- ・講義を聴くだけでなく体験を通した講義は、より実感が強く心に残ります。ありがとうございました。

恒久住宅内の親睦、健康。 地域交流。

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】

高齢者はともすれば社会性が少なくなりがちである。趣味と健康の講座を通し、互いに顔を合わせる機会を設けることにより参加者の交流を図る。

【日程・会場】

1	13年7月8日(日)13:30~16:30	筒井住宅内第2集会所
2	13年8月12日(日)13:30~15:30	筒井住宅内第2集会所
3	13年9月16日(日)13:30~16:30	筒井住宅内第2集会所
4	13年10月7日(日)13:30~16:30	筒井住宅内第2集会所
5	13年10月21日(日)13:30~16:00	筒井住宅内第2集会所
6	13年11月4日(日)13:30~16:30	筒井住宅内第2集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「携帯袋」
	内容	1メートル四方の1枚の布(正方形)を縫い、ファスナーでつつみ込み、小さく持ち運びに便利な袋を作る。 講師：西原静子(婦人会手芸講師)
第2回	テーマ	「気功」
	内容	呼吸、体育、心のケア 講師：尾野田かよ(こころのケアステーション)
第3回	テーマ	「幼児3才位のキューピー人形」
	内容	16cmのキューピー人形に靴をはかせ、5色の種類の手袋、洋服、帽子、ポシェットを付け、髪の毛には茶色の毛糸を付ける。 講師：中田武子(手芸講師)
第4回	テーマ	「まくらめ編みのクリスマスのリース」
	内容	プラスチック製の輪にグリーン糸にてリースを作り、赤玉を織り込み、金箔を色付け、金鈴とリボンで飾る。 講師：小村貴子(いきいき塾講師)
第5回	テーマ	「愛唱歌、リズム体操」
	内容	深呼吸、リズム体操。お腹から声を出し練習。愛唱歌、思い出の歌を楽しく歌う。 講師：池本道子(六甲アンサンブル音楽協会)
第6回	テーマ	「馬のちぎり絵」
	内容	小型の色紙に5色の和紙とカーボン紙で馬を作った。 講師：上村美恵子

【受講者数】

26人

【受講者の主な意見】

- ・手芸は心のケアと、人との交わりがうれしい事です。
- ・手芸会はいつも楽しいので続けて欲しい。

ミュージック・ケアを楽しむ会 (加賀谷式音楽療法)

プレアデスR

代表：中西 頼子

西宮市深津町



【講座の目的・趣旨】

兵庫県下では、まだ少ないミュージック・ケアを気軽に親子で楽しめる場を提供したい。音楽、リズムを通して障害のあるなしの程度に関わらず生き生きとした毎日を送る援助をする。

【日程・会場】

1	13年10月8日(月)10:30~12:00	市民福祉スポーツセンター
2	13年11月12日(月)10:30~12:00	西宮市男女共同参画センター
3	13年12月24日(月)10:30~12:00	市民福祉スポーツセンター
4	14年1月14日(月)10:30~12:00	東部在宅福祉センター
5	14年2月11日(月)10:30~12:00	田中公会堂
6	14年2月16日(土)10:30~12:00	東部在宅福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ミュージック・ケアを楽しむ」
	内容	心身に障害があっても、音楽やリズムによって活動することの心地良さを感じ、親子でリラックスできる場を持つ。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージック・ケア協会）
第2回	テーマ	「ミュージック・ケアを楽しむ」
	内容	親と子のつながり関わりにも重点をおき子どもの小さなしぐさや行動に、音楽を通して共感できるようにする。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージック・ケア協会）
第3回	テーマ	「ミュージック・ケアを楽しむ」
	内容	親と子のつながり関わり方に引き続き重点をおき、子どもとともに楽しむこと、身体や心を動かすことの楽しさを知る。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージック・ケア協会）
第4回	テーマ	「ミュージック・ケアを楽しむ」
	内容	集団の中で、自分なりの楽しみ方を見つける。また、つながり集団の中でこそ感じることのできる楽しみ方を知り、体験する。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージック・ケア協会）
第5回	テーマ	「ミュージックケアを楽しむ」
	内容	楽器やパラバルーンを使いながらリズムや音楽を楽しめる環境づくりの提供を行う。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージックケア協会）
第6回	テーマ	「ミュージック・ケアを楽しむ」
	内容	ひとりひとりの目標を考えつつ自宅でも気軽に楽しめるように前回までの内容を踏まえつつすすめていく。 講師：伊藤美恵（音楽療法士日本ミュージック・ケア協会）

【受講者数】

58名

【受講者の主な意見】

- ・いつもの生活では発見できないようなことがありました。
- ・テンポのある曲には子どもが身体を動かして楽しそうにしていました。

チョッと専門的高齢者介護 ボランティアのススメ！

ことのはネットワーク

代表：山名 輝世

神戸市北区鈴蘭台北町



【講座の目的・趣旨】

これからボランティア活動を希望する方、又は従来から活動しておられる方々に、介護の専門の先生を講師として、招き、正しい介護の知識を学んでいただく。終了後、老人施設等にボランティアとして、紹介する。

【日程・会場】

1	13年10月20日(土)18:00~20:00	三宮勤労会館
2	13年10月27日(土)18:00~20:00	三宮勤労会館
3	13年11月10日(土)18:00~20:00	三宮勤労会館
4	13年11月17日(土)18:00~20:00	三宮勤労会館
5	13年11月27日(火)18:00~20:00	三宮勤労会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護保険の基礎知識、介護の現場から」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護保険が導入されたことによる変化。 ・介護保険の手続、手順 ・介護責任者として、現場の声、現実のサービス（具体例） ・ボランティアへの希望 講師：松本美保（看護学校講師）、石野二記子
第2回	テーマ	「高齢者用の食事の栄養と食生活アドバイス、21世紀のボランティア」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者にとって毎日の食事は、生活において大きな比重を持つということ ・基礎知識と在宅ボランティアの食事、介護について ・地域社会におけるボランティアの意義 講師：横山和子（栄養士会役員）、山名輝世
第3回	テーマ	「21世紀のボランティアパートⅡ、気功を通じての活動健康指導」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティアをする方も受ける方も、お互い同士を目指し、心をいやし、生きがいを創造する。 ・施設（老健、特養、安心センター）での実際 ・健康、老化防止、リハビリ気功 講師：山名輝世（西日本気功協会）
第4回	テーマ	「栄養の基礎知識、在宅での食生活アドバイス」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・在宅、施設での高齢者に対する食事介助 ・実際の調理法（メニュー） 講師：横山和子（栄養士会役員）
第5回	テーマ	「高齢施設の運営、ボランティアの受け入れ側として、有償無償ボランティア」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・老健施設の理事長として、入所者との接し方、家族とのコミュニケーションについて、ボランティアの受け入れ体制、ボランティアの方々への要望などについて。 ・21世紀の有償ボランティアについて 講師：渡辺信治（老健施設理事長）、山名輝世（西日本気功協会）

【受講者数】

20名

【受講者の主な意見】

- ・医師・施設経営者と対話することがほとんど無かったので、経営者側の考え方が少しは理解できた。
- ・長期的なボランティアの必要性を感じた。

豊かなコミュニケーションと コミュニティづくりのための空間を考える

コミコミを考える会

代表：力宗 幸男

神戸市西区学園東町



【講座の目的・趣旨】

地域活動を推進するためには地域との関わりを深める必要があります。地域との関わりを深めるためには地域の人々の豊かなコミュニケーションが必要です。地域の人々に豊かなコミュニケーションをもたらすためには地域の空間を学ぶことが必要です。本講座では空間＝都市の街づくりを一緒に考えます。

【日程・会場】

1	13年11月10日(土)10:30～12:00	神戸市立総合福祉センター第6研修室
2	13年11月10日(土)13:00～14:30	神戸市立総合福祉センター第4研修室
3	13年11月10日(土)15:00～16:30	神戸市立総合福祉センター第4研修室
4	14年1月26日(土)13:00～14:30	神戸市男女共同参画センターセミナー室4
5	14年1月26日(土)15:00～16:30	神戸市男女共同参画センターセミナー室4

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「アメリカ西海岸地域における「コミュニティガーデン」の実際」
	内容	アメリカ西海岸地域(サンフランシスコ・シアトル)に見るコミュニティガーデン運動の現状と日本の貸し農園との違いを明らかにし、都市空間の有効活用を考える。 講師：平田 富士男(姫路工業大学)
第2回	テーマ	「わが国と兵庫県における公園緑地の発展と公園文化」
	内容	公園緑地は単に草木などの植物体を守るだけでなく、身近な自然とのふれあいの場でもあり、集う人々の交流の場でもあります。公園緑地の整備充実担当者にわが国と兵庫県の歴史と現状、今後について語っていただきます。 講師：橋 俊光(兵庫県県土整備部)
第3回	テーマ	「都市の景観」
	内容	都市建築物設計者の立場から都市景観の現状と、今後設計者に求められる都市景観の課題を考える。 講師：大内 實(秀設計事務所)
第4回	テーマ	「オープンなまちの住民は、ここもオープン？」
	内容	神戸市のニュータウンの外構にはオープンとクローズがあり、オープンガーデンづくりが盛んです。それぞれの外構で生活する住民のコミュニティ意識についての調査報告に基づき、一緒に街づくりを考えます。 講師：平田 富士男(姫路工業大学)
第5回	テーマ	「自治会活動を考える」
	内容	自治会活動はそれぞれが固有の特質・問題をかかえています。神和台自治会活動から生まれた神和台ネットを通して、住民同士のコミュニケーションづくりにIT活用策を考えます。 講師：堀尾 正幸(神和台ネット世話人代表)

【受講者数】

31名

【受講者の主な意見】

・阪神大震災で公園の大切さはとても感じていましたが公園そのものについての歴史など考えたことがなかったのでいろいろ勉強になりました。

夫・恋人からの暴力（DV） 被害者へのサポーター養成講座

ウィメンズネット・こうべ

代表：正井 礼子

神戸市須磨区須磨浦通



【講座の目的・趣旨】

平成13年10月施行の「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」に合わせて被害者の為に支援者（サポーター）を養成し、各関係機関とのネットワークの促進を目的とする。被害者が加害者から受けるDVの実態を理解し被害者が生活の再建に向けて自己決定していけるよう、精神的支援活動を行う。

【日程・会場】

1	13年11月6日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe
2	13年11月13日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe
3	13年11月20日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe
4	13年11月27日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe
5	13年12月4日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe
6	13年12月11日(火)13:30～16:00	あすてっぶKobe

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「DVとは何か」
	内容	・DVに関する基本的知識—歴史的経緯 ・加害者像の分析 ・子どもに与える影響など 講師：田上時子（女性と子どものエンパワメント関西）
第2回	テーマ	「被害者の心理を理解する」
	内容	・被害者はなぜ逃げられないのか、その心理を読み解く ・当事者の立場に立っての支援とはどういうものか 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第3回	テーマ	「援助のための法律（DV防止法）について」
	内容	・10月13日施行「配偶者からの暴力の防止、及び被害者の保護に関する法律」についての解説 ・適用する場合の実際例 ・加害行為の法的取り扱い 講師：長谷川京子（神戸市弁護士会）
第4回	テーマ	「被害者の立場になって聴く」
	内容	・被害者の心理を理解し、カウンセリングマインドで聴く技術の習得、ロールプレイを中心として、6グループに分かれて実際に演習する。 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	「公的機関における被害者援助」
	内容	・被害者が公的援助を求めた場合の実際について福祉事務所、県立婦人相談センターの窓口担当者から公的支援の内容について説明。 講師：吉田初枝・桂田克子・松下智世子
第6回	テーマ	「民間シェルター（W. Sひょうご）の活動について」
	内容	・民間の緊急一時避難所（シェルター）の活動状況を聞く、サポーターに求められるあるべき姿勢—再出発に際してビデオ「再出発へのサポート」を観る。 講師：伊藤ふさ（WSひょうご）

【受講者数】

54名

【受講者の主意見】

- ・ 実際的な話でとても参考になりました。
- ・ 事例というのはとても重要だと思いました。

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遊びの楽しさを母親達と共に味わい、肉声と手作り人形によって親子とのふれ合いの場を広げ、子育ての楽しさを知ってもらおう。

【日程・会場】

1	13年10月17日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター
2	13年10月31日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター
3	13年11月21日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター
4	13年12月19日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター
5	14年1月23日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター
6	14年2月20日(水)10:00~12:00	神戸生活創造センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「からくりペープサートをつくろう」 作品 おむすびころりん からくりの元になる10の場面転換のしくみを学ぶ。色ぬりのあと場面毎に張り付けていく。 講師：吾妻晴美（いい顔笑顔人形の会）
第2回	テーマ 内 容	「からくりペープサートを演じよう」 作品を持ち寄り、未完成作品については講師が指導。参加者がお互いに演じ又鑑賞し合う。リズム感あるせりふ廻しを大切に演じる人の個性を出して演じることを学ぶ。 講師：吾妻晴美（いい顔笑顔人形の会）
第3回	テーマ 内 容	「エプロンシアターをつくろう」 作品 はらぺこあおむし 作り方の説明 型紙を写しフェルトで各々のパーツを作っていく。 講師：桂祐子（神戸須磨北おやこ劇場）
第4回	テーマ 内 容	「エプロンシアターを演じよう」 講師が演じてみせる 演じ方の工夫、エプロンの中だけで演じるのではなく空間を利用して子ども達をお話の中へ誘うことを学ぶ。参加者がお互いに演じ合い各々のポイントを工夫し合う。 講師：桂祐子（神戸須磨北おやこ劇場）
第5回	テーマ 内 容	「パネルシアターをつくろう」 作品 三びさのこぶた 型紙からPペーパーへ写しとり、絵の具で色塗りをしていく。目玉が動いたり、口や手が動く仕掛けを学ぶ。 講師：竹之下和美（おはなしほけっと）
第6回	テーマ 内 容	「パネルシアターを演じよう」 出来上がった作品を持ち寄る。講師が演じてみせる。演じ方の工夫、演じる側のペースで話を進めるのではなく、観客である子ども達に視線を向け語りかけるよう演じることを学ぶ。参加者がお互い演じ鑑賞し合う。 講師：竹之下和美（おはなしほけっと）

【受講者数】

21名

【受講者の主な意見】

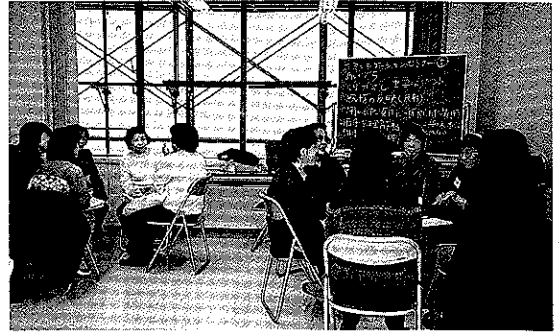
- ・作品を手伝ってくれたので、他の参加者と一緒に楽しむことができました。
- ・みんなの前でエプロンシアターをして一緒に楽しむことができた。
- ・作品を作り上げたりボランティアで他の子ども達に接して、その喜びを伝えていきたいと思っています。

コミュニケーションセミナー ～聴き上手は人間関係上手～

神戸復興塾

代表：小森 星児

神戸市中央区吾妻通



【講座の目的・趣旨】

家族・ご近所・サークル活動などで円滑なコミュニケーションをはかりたいと多くの人があると思う。また、身近な人の悩みごと相談にのってあげたいけれど、どうしたらいいのかわからないということもよくあること。通常会話とは違う「カウンセリング・マインド」を学び、日常の地域の活動に生かし、よりよい人間関係と仲間づくりを目指す。

【日程・会場】

1	13年10月24日(水)10:00～12:00	神戸市勤労会館
2	13年10月31日(水)10:00～12:00	神戸市勤労会館
3	13年11月7日(水)10:00～12:00	神戸市勤労会館
4	13年11月14日(水)10:00～12:00	神戸市勤労会館
5	13年11月21日(水)10:00～12:00	神戸市青少年会館
6	13年11月28日(水)10:00～12:00	神戸市青少年会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「出会いのワークショップ」 内容 参加者が知り合うためのワーク。円滑なコミュニケーションのための講義、ワーク。コミュニケーションは、発信者、受信者双方のもつ様々なフィルターを通してなされるので、様々な誤解が生じやすいがそれを実感してもらうためのワーク。 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 「あなたはどんな人？」 内容 よりよいコミュニケーションを図るために自分自身の特性に気づき、自分を理解する。また、人とのちがいはあって当たり前なのということ、違いを前提にコミュニケーションをはかることを実感してもらうためのワーク。 講師：岡本明子（フェミニストカウンセリング神戸）
第3回	テーマ 「人の話を『聴く』とはロールプレイⅠ」 内容 人の話を「聴く」上で大切な心がまえについての講義。グループに分かれて、まず「聴く」姿勢に慣れてもらうためのロールプレイをする。 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 「相手の話を『聴く』 ロールプレイⅡ」 内容 前回の人の話を「聴く」心がまえをふまえて、次に、相手に話しやすいようにしてもらうため、話を深められるためのスキルを身につけるためのロールプレイを、グループに分かれてする。「悪い聴き方」「よい聞き方」をロールプレイで体験し、どのように違うかを実感してもらう。 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 「相手の話を『聴く』 ロールプレイⅢ」 内容 前回学んだことを生かし、人の相談にのるという設定でのロールプレイをする。「悪い聴き方」「よい聴き方」を体験し、どのように相談者が感じるかを話し合う。 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 「『対立』場面での有効な介入」 内容 感情的に対立してしまった相手の間に立ち仲介者となるロールプレイをする。仲介者は対立を解消し、より深い人間関係へと深めていくために役に立つかを話し合う。また、仲介者以外にも、対立を解消する「アサーティヴ」を紹介する。 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】

20名

【受講者の主な意見】

- ・人と自分は違って当たり前なんだということをワークを通してわかりやすく指導をしていただいてよかった。
- ・ロールプレイによって様々な感情を感じることができてよかった。
- ・ワークショップ形式なのでグループの人と心も知れ、仲良くなりやすい点がよかった。

高齢者のための手芸教室

ニューシルバー脇浜

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】

復興住宅に在住の高齢者の趣味を通じて生きがいやコミュニティづくりを行う。

【日程・会場】

1	13年9月16日(日)14:00~16:00	HAT脇浜4番館集会所
2	13年10月21日(日)14:00~16:00	HAT脇浜4番館集会所
3	13年11月18日(日)14:00~16:00	HAT脇浜4番館集会所
4	13年12月9日(日)14:00~16:00	HAT脇浜4番館集会所
5	14年1月20日(日)14:00~16:30	HAT脇浜4番館集会所
6	14年2月17日(日)14:00~16:00	HAT脇浜4番館集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「毛糸の子猫のプチチ」
	内容	毛糸で子猫をつくる。 講師：谷河八重子
第2回	テーマ	「毛糸のほうき」
	内容	毛糸を用いて、小さなほうきをつくる。 講師：谷河八重子
第3回	テーマ	「軍足でつくるうさぎ」
	内容	軍足を材料にして、うさぎをつくる。 講師：谷河八重子
第4回	テーマ	「クリスマス用リースづくり」
	内容	クリスマス用のリースをツルや鈴を材料にして作った。 講師：谷河八重子
第5回	テーマ	「えと(馬)を和紙でつくる」
	内容	和紙を用いて、白馬を折った。 講師：谷河八重子
第6回	テーマ	「ちりめんのふくろう(ミミズク)づくり」
	内容	ちりめんを材料にして、ふくろうをつくった。 講師：谷河八重子

【受講者数】

25名

【受講者の主な意見】

- ・本当に楽しかった。
- ・友達ができて楽しかった。

高齢化社会を楽しくすごすために

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】

暮らしの中で役に立つカリキュラムを組み、誰でも参加しやすくわかりやすい講座を開講する。

今年は健康体操を取り入れたことと、実地研修もし、高齢者対策重点のプログラムにした。

【日程・会場】

1	13年9月26日(水)13:00~16:00	橘地域福祉センター
2	13年10月24日(水)13:00~16:00	橘地域福祉センター
3	13年11月28日(水)10:30~15:30	橘地域福祉センター
4	13年12月14日(金)13:30~15:30	橘地域福祉センター
5	14年1月21日(月)9:00~16:00	大阪千里生活誕生館・国立民族学博物館
6	14年2月20日(水)11:00~16:00	橘地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「和服のリフォーム」
	内容	和服の上に型紙を置き裁断する。 布地に直接線をかき。 普段着られるものを製作する。 講師：村井伸子 他 (洋裁講師)
第2回	テーマ	「身近な自然を染める」
	内容	ブラウス、手持ちのスカーフ等いろいろ染めてみる。 講師：加藤乃武子 他2名 (あじさい手芸研究グループ)
第3回	テーマ	「来年のエトづくり」
	内容	オリジナルのエト作品をつくる。 講師：関志満子 他3名 (兎原紙人形グループ)
第4回	テーマ	「生活の中に運動をとりいれましょう」
	内容	・音楽にのせて体を動かし、冬を元気にのりきる。 ・布団の中でもできる体操をする 講師：中原貴久子 他1名 (体操講師)
第5回	テーマ	「むかし、いま、これからのくらし 諸民族の生活を知る」
	内容	・高齢者に対応した住宅、安全で使いやすい機器やシステムを体感する。 ・民族学博物館を見学、世界の諸民族に関する資料を見る。 講師：生活誕生館職員 (大阪ガス)
第6回	テーマ	「季節の和菓子づくり体験」
	内容	・持ち帰りの竹フォーク入れをつくる。 ・何種類もの生菓子をつくる。

【受講者数】

49名

【受講者の主な意見】

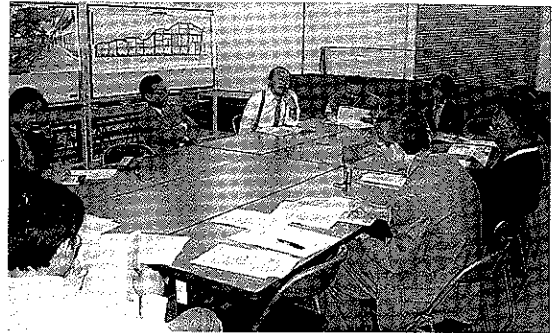
- ・忘れかけていた洋裁を思い出して型紙づくりや色あわせに夢中でした。
- ・「簡単に出来る染め」がとても良かった。
- ・久しぶりに体を動かすことができてとても良かった。

とことん知ろう まちづくり

神戸まちづくり研究所

代表：小森 星児

神戸市中央区吾妻通



神戸

【講座の目的・趣旨】

住民が主体となり持続的なまちづくり活動を行っている地区を訪問。まちづくりの担い手の講義と地区を歩くフィールドワークを行なう。

【日程・会場】

1	13年10月28日(日)13:30~16:30	松本地区まちづくり協議会事務所
2	13年11月1日(木)18:30~20:30	松本地区まちづくり協議会事務所
3	13年11月11日(日)13:30~16:30	御旅会館
4	13年11月14日(水)18:30~20:30	呉田交流の広場
5	13年11月25日(日)13:30~16:30	プラザ5
6	13年11月28日(水)18:30~20:30	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「松本地区を歩く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・松本地区まちづくり活動の概要（地理的説明） ・西公園予定地→松本通6丁目→松本通5丁目→松本通4丁目→松本通3丁目→東公園予定地→寺→病院前→大井通→事務所を歩く。 講師：辻信一（環境緑地設計研究所）	
第2回	テーマ	「松本地区の担い手たちに聞く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・松本地区まちづくり活動の概要 ・松本地区の概要について ・せせらぎ構想について 講師：中島克元（松本地区まちづくり協議会）	<ul style="list-style-type: none"> ・松本地区まちづくり協議会について ・公園通（コミュニティ道路）について
第3回	テーマ	「住吉浜手地区を歩く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・住吉浜手地区の概要 ・御旅会館→六甲ライナー魚崎南駅→菊正資料館→酒蔵の道→国冠マンション→2丁目密集地区→呉田幼稚園跡→呉田会館→阪神住吉駅→宮町5丁目→南町5丁目→渋滞交差点→白鶴酒造館→宮町4丁目→御旅所を歩く。 講師：岡部龍二（住吉浜手まちづくりの会）	
第4回	テーマ	「住吉浜手地区の担い手たちに聞く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・住吉浜手まちづくりの会活動経過と課題 ・自治会組織（地区協議会）との対立 ・自治会との関係改善 講師：堀口 裕司（住吉浜手まちづくりの会）	<ul style="list-style-type: none"> ・ふたつの震災（当日と翌日） ・アンケート、イベント開催、花と緑作戦
第5回	テーマ	「御蔵菅原地区を歩く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・御蔵菅原地区の概要 ・みくら5→旧菅原市場→市住第2住宅→大崎工作所→御蔵通8→公園を歩く。 講師：竹内千恵子（わが町の会）	
第6回	テーマ	「御蔵菅原地区の担い手たちに聞く」	
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・震災での御蔵菅原地区の被害状況 ・人を呼びもどす施策を 講師：宮定章（まち・コミュニケーション）	<ul style="list-style-type: none"> ・継続したイベントの開催で人を呼ぶ

【受講者数】

45名

【受講者の主な意見】

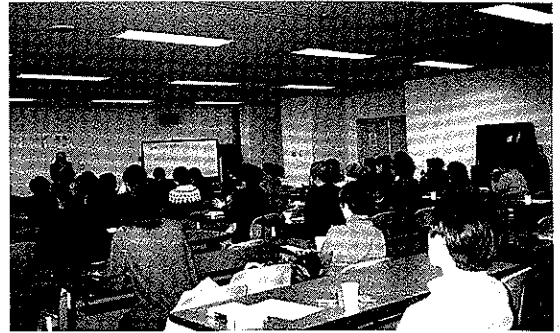
- ・公害問題を発端として、いろいろなことを話し合いながら進められているところが素晴らしいと感じた。
- ・皆さんと色々な交流が出来たことが良かった。

傾聴トレーニング講座

ヒューマンサービス東会

代表：吉本 悦

神戸市中央区栄町通



【講座の目的・趣旨】

ボランティアまたは職務として、悩みを持つ人と関わる時に、相手の話を聞くにあたり必要な心構え、態度を学習し、相手を受容し、理解、共感するための研修会。

【日程・会場】

1	13年11月17日(土)14:00~16:00	神戸市民福祉交流センター
2	13年12月15日(土)14:00~16:00	神戸市民福祉交流センター
3	14年1月19日(土)14:00~16:00	神戸市民福祉交流センター
4	14年2月16日(土)14:00~16:00	神戸市民福祉交流センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「市民活動としてのチャイルドライン。野宿者を理解するために」
	内容	・チャイルドラインの紹介と依頼者とのコミュニケーション。チャイルドラインの運営技法について参加者と交流しながら報告。 ・野宿生活者の現状と対話による彼らの自立支援について実例を挙げながら紹介。 ・カウンセリングの基本としての傾聴について、体験を交えて講義。 講師：村田朝子（チャイルドライン神戸）、岩佐信子（カリタス神戸）、東齊彰（住友病院）
第2回	テーマ	「サイコドラマを通じた体験学習」
	内容	人との対話、本当の対話、真実を知るための技術について、サイコドラマの実習から、自己を表現することの大切さを学習し、カウンセリングに生かすことを学ぶ。 講師：ライムンド・チネカ神父（チャブレンフランシスコ修道会神父）
第3回	テーマ	「心にふれるコミュニケーション」
	内容	カウンセラーの悩み、死を目前にした人達との対話の失敗談や成功談を交えて講義。 講師：沼野尚美（六甲病院チャブレン）
第4回	テーマ	「傾聴とは — 実習」
	内容	主として傾聴について、文献に基づいて、質疑を交えて講座を行う。

【受講者数】

89名

【受講者の主な意見】

- ・自分自身の傾聴を見直すきっかけとなりました。
- ・自分の態度を見直す事が出来ました。

私の古い支度

フォーラム・ココ

代表：藤原 恒子

神戸市北区鈴蘭台西町



【講座の目的・趣旨】

老いは誰も避けることが出来ない。その老いの向こうにある病気、介護、住み処、遺言、葬儀などについて元気なうちに学んでおく。そのことで、現在をいかによく生きるかを考えあう。

【日程・会場】

1	13年9月1日(土)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター
2	13年11月28日(水)9:30~16:30	神鋼ケアライフ、ふれあい甲東園、織物工房「きぼう」
3	14年1月27日(日)10:00~12:00	県立神戸生活創造センター
4	14年2月3日(日)13:30~15:30	県立神戸生活創造センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「弔うということ」
	内容	・弔うという儀式にこめられているものは、生きている者ためにある。 ・よく死ぬことは、よく生きることである。 講師：藤原恒子（フォーラム・ココ代表）
第2回	テーマ	「老いと住み処（バスによる見学会）」
	内容	昨年建設された神鋼ケアライフのシニア住宅、介護専用型有料老人ホーム、ふれあい甲東園のケアつきマンション、老人の生きがいづくり織物工房を見学。 講師：——
第3回	テーマ	「女の遺言」
	内容	遺言の基礎知識、相続する時に知っておきたい税や法律知識、女が泣いた遺産相続の事例等専門家の話を聞く。 講師：大内ますみ（神戸市弁護士会）
第4回	テーマ	「幸せなシルバーライフを考える」
	内容	・シルバーエイジについて ・痴呆老人にならにために ・介護保険の功罪 講師：谷莊吉（社会福祉法人福生会高齢者ケアセンターひょうご）

【受講者数】

48名

【受講者の主な意見】

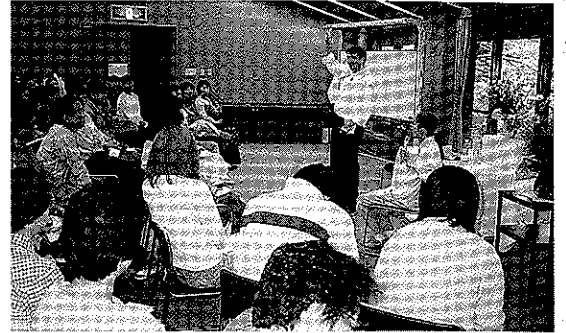
- ・葬儀の意味・あり方について少し考え方が変わった。
- ・「希望」で元気にふれあいを楽しんでいる方にとっても感激した。

こころとからだのリラックス、 生活の中のめい想のススメ 後期講座

特定非営利活動法人 ブラーマ・クマリス

代表：柳田 幹代

神戸市灘区青谷町



【講座の目的・趣旨】

こころとからだのエネルギーの“よいまわり”について学び、生活の中で生かすめい想法を体験します。

【日程・会場】

1	13年9月16日(日)13:30~15:30	生活創造センター
2	13年9月29日(土)13:30~16:30	YMCA六甲研修センター
3	13年10月14日(日)14:00~16:00	ブラーマ・クマリス神戸センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「インドの素食料理を作りましょう」
	内容	料理を作る時の心の状態、どんな食べものが体と心にいいのかを長い伝統を持つインドの素食料理の考え方から学び、実際に作って味わう。 講師：Lalita Pathla
第2回	テーマ	「自己の中心への旅」
	内容	ストレスとは、「何かを変えなさい」と教えてくれるサインです。変化に対して、考え方を換え、見方を変えるコツを学ぶことで、ストレスの影響が少なくなる。 講師：マイク・ジョージ
第3回	テーマ	「生活の中にめい想を取り入れる」
	内容	めい想の目的は、考えを肯定的にしていくことです。静かに座る練習をすることで、まず、自分の考えや気持ちを観察することができます。雑多な考えを整理していくために、プラスの考えを意識的に取り入れていく。 講師：ラージニ・ダウラトラム (ブラーマ・クマリス アジア地域責任者)

【受講者数】

81人

【受講者の主な意見】

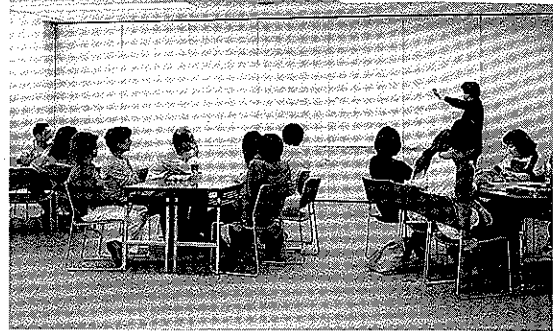
- ・ 素食の大切さを、改めて認識したと共に、“協力する”という中で、料理を完成させていくプロセスがよかった。
- ・ すばらしい講演だった。実生活に生かしたい。具体的に良く理解出来た。

地域で子どもと関わる大人のための リーダー養成講座

忍者ごっこ楽しみ隊

代表：能勢 雅子

神戸市須磨区衣掛町



【講座の目的・趣旨】

「忍者ごっこ」などの「まちをあそぶ」や演劇の手法を用いた「表現あそび」を子どもたちの健全育成や地域のコミュニケーションづくり、まちづくりのために、地域で子どもたちと積極的にかかわるリーダーの大人を養成することを目的とする。

【日程・会場】

1	13年4月22日(日)14:00~16:30	新開地まちづくりスクエア2階ホール
2	13年4月22日(日)17:00~19:30	新開地まちづくりスクエア2階ホール
3	13年6月17日(日)14:00~17:00	神戸生活創造センター
4	13年6月17日(日)18:00~20:00	神戸生活創造センター
5	13年10月13日(土)10:00~12:00	神戸中コープセンター
6	13年10月13日(土)13:00~15:00	神戸中コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「あそびの中で育つ力」
	内容	子どもの発達とあそびをテーマとした講演。子どもの時間、世界を大切にするやりとりの中からあそび心が広がる。 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）
第2回	テーマ	「心の体力をつけよう」
	内容	「こころ」と「からだ」を使っての表現あそびワークショップ。 （講師の劇団・児童館での実績経験を生かした独自の表現あそびのプログラム） 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）
第3回	テーマ	「まちをあそぼう」
	内容	「まち」に出て、大人だけで「まちをあそぶ」ワークショップ。 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）
第4回	テーマ	「まちをあそぶ・即興のワークショップ」
	内容	まちを遊ぶ3つの意義。ワークショップ「ニコニコ山はたいへんだ」を演じる。 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）
第5回	テーマ	「あそび心響きあう大人として」
	内容	あそび心って何だ、子どもあそびに大人がどう関われるのかをテーマにグループディスカッション及びワークショップを行う。 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）
第6回	テーマ	「子どもその気を育てる」とは？
	内容	子どもたちと遊ぶ時の大人のやりとりの力を身につける。 講師：北島尚志（あそび・劇・表現活動センター代表）

【受講者数】

23名

【受講者の主な意見】

- ・自分の限度を決めずに感覚を大切にするということに気付いた。
- ・自分の中にあそび心を引き出すことが面白いと感じることができた。

「地域で子どもと関わる大人のための リーダー養成ステップアップ講座」

忍者ごっこ楽しみ隊

代表：能勢 雅子

神戸市須磨区衣掛町



【講座の目的・趣旨】

「忍者ごっこ」などの「まちをあそび」や演劇の手法を用いた「表現あそび」を子どもたちの健全育成や地域のコミュニケーションづくり、まちづくりのために、日常的に展開していき、地域で子どもたちと積極的にかわるリーダーの大人を養成することを目的とする。

【日程・会場】

1	13年12月8日(土)13:00~15:00	アスタスクエア
2	13年12月8日(土)15:30~17:30	アスタスクエア
3	14年1月18日(土)10:30~12:00	アスタスクエア
4	14年1月18日(土)13:00~14:30	アスタスクエア
5	14年1月28日(月)10:30~12:00	アスタスクエア
6	14年1月28日(月)13:00~14:30	アスタスクエア

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「即興表現あそび」ワークショップ
	内容	・心と体を柔らかにし、その場で仲間と作りあう。 ・アイコンタクトの大切さの実習、ワークショップ 講師：絹川ゆり（即興劇団イエローマングループ主宰）
第2回	テーマ	「身体表現あそび」ワークショップ
	内容	・自分のからだを見つめ、軽やかに動かしてみる。 ・コミュニケーションがテーマのワークショップ、二人羽織 講師：絹川ゆり（即興劇団イエローマングループ主宰）
第3回	テーマ	「古典芸能をあそぶ」パート1
	内容	・自己紹介のゲーム ・白浪五人男の言い回しの練習 講師：金子ざん（あそび・劇・表現活動センター）
第4回	テーマ	「古典芸能をあそぶ」パート2
	内容	・二つの班に分け、テーマを決めて内容の検討 ・獅子舞、鳴物での表現の練習、発表 講師：鶴野紀子（あそび・劇・表現活動センター）
第5回	テーマ	「あそびうたをあそぶ」パート1
	内容	・ひとりひとりのイメージを大切に歌で遊ぶ理論の学習 ・歌を使つての自己紹介ゲーム、表現あそび 講師：須貝京子（あそび・劇・表現活動センター）
第6回	テーマ	「あそびうたをあそぶ」パート2
	内容	・楽器を使つての歌と楽器の練習 「ふうせん花火」のうたを使つたあそびの創作 講師：千葉知江子（あそび・劇・表現活動センター）

【受講者数】

25名

【受講者の主な意見】

- ・相手とのコミュニケーションのとり方、アイコンタクトの大切さがよくわかりました。
- ・「誰に向かって」「何を伝えたいのか」という言葉が心に残っています。

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】

「大人の楽しむことができる地域が子供たちのふるさとになる」をテーマに異世代交流、コミュニティを確立しつつ子供たちの取り巻く環境づくりも考えていく。

【日程・会場】

1	13年6月3日(日)10:00~12:00	八多地区の休耕田
2	13年7月30日(月)10:00~15:00	鹿の子台地域福祉センター
3	13年8月4日(土)10:00~15:00	鹿の子台地域福祉センター
4	13年8月26日(日)9:00~13:00	八多地区の休耕田
5	13年9月1日(土)10:00~13:00	千代が谷公園
6	13年10月21日(日)14:00~16:00	八多地区の休耕田

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「スイートポテトクラブ 畑づくり 芋苗植え」 ・イモ苗の植え方指導。 ・ヘビパンづくり(おやつづくり)、八多だっこ演奏で地元との交流。 講師：吉安正嘉
第2回	テーマ 内容	「～子供の力を育むために～ CAP講演会低学年向け」 ・午前・午後に分かれて、子供と保護者が別々に子供の権利について学ぶ。 講師：原田薫(CAPこうべ)
第3回	テーマ 内容	「～子供の力を育むために～ CAP講演会高学年向け」 ・午前・午後に分かれて、子供と保護者が別々に子供の権利について学ぶ。 講師：原田薫(CAPこうべ)
第4回	テーマ 内容	「スイートポテトくらぶ 草刈りと流しソーメン大会」 ・春に植えた芋畑の草刈りと竹の加工を行い、長い竹のソーメン流しを楽しむ。 講師：山根伯夫(山根工務店)
第5回	テーマ 内容	「スイートポテトくらぶ 里山あそびプレーパーク」 ・雑木林の間伐材やつるを使って、かなづち、くぎなども使い、自由に遊ぶ。 講師：井上和重(防災福祉コミュニティ会長)
第6回	テーマ 内容	「スイートポテトくらぶ 収かく祭」 ・芋ほりや畑の返却に伴う作業、また地元の柿とり等地元の方の生活に触れるようなお祭を行った。 講師：井上和重(防災福祉コミュニティ会長)

【受講者数】

150名

【受講者の主な意見】

- ・とてもよい話を聞いて参考になりました。
- ・子供とともに喜びました、ありがとう。
- ・もじもじとして入りづらい様子の子供が、どんどん泥まみれになっていくのがおもしろかった。

ノー N o と言える子供づくり

神戸

ひよどり山の学校

代表：澤田千賀子

神戸市北区ひよどり台



【講座の目的・趣旨】

地域の方と交流をはかりながら、もっと地域の子供達とかかわり、コミュニティを確立しながら子供をとりまく良い環境づくりを考える。

【日程・会場】

1	13年6月23日(土)13:30~15:30	ひよどり台地域福祉センター
2	13年10月13日(土)13:30~15:30	ひよどり台地域福祉センター
3	13年10月28日(日)13:00~15:00	ひよどり台中央公園
4	13年11月10日(土)13:30~15:30	ひよどり台地域福祉センター
5	13年11月17日(土)13:30~15:30	ひよどり台地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子供が安心できる環境づくり」
	内容	子供の人権意識(自尊感情)を育むために大人ができる事を考える。 講師：中前、玉田(CAPこうべ)
第2回	テーマ	「子供の力を育むために」
	内容	子供の人権を守るため、子どもを孤立させないよう大人のできることを考えていく。 講師：中前、玉田(CAPこうべ)
第3回	テーマ	「自分の責任で自由に遊ぶ」
	内容	自然の中で自分のやりたいことを見つけて自由に遊ぶ 講師：佐藤由美子(ゆうゆう鹿の子)
第4回	テーマ	「子供の権利と義務」
	内容	誰もが生まれながらに持っている権利を寸劇や話し合いで子供に説明して話し合う。 講師：橋、横山、高田(CAPこうべ)
第5回	テーマ	「自由 安心 自信をテーマに」
	内容	自分には自由と安心と自信の権利があるんだということを人形劇も取り入れて子供たちに説明しながら一緒に考える。 講師：橋、横山、高田(CAPこうべ)

【受講者数】

15人

【受講者の主な意見】

- ・ 普段何気なく「権利」という言葉を使っていたが、改めてその意味を認識することができた。
- ・ 子供が傷ついた時に、本当に安心して話してくれるような親にならないといけないと思った。

森・人・語る（かかわる）

森の小学校「サポートくらぶ」

代表：和田邦孝

神戸市西区学園東町



【講座の目的・趣旨】

神戸には、北区に里山の風景が数多く残っています。多くの里山活動は森だけをさわりますが、そこに住んでいる人々や森の持ち主はどうでしょうか。里の人と町の人が作業や語り合いを通じて里山を守る意味を考える。

【日程・会場】

1	13年5月3日(木)18:00~20:00	田粟谷寄合所
2	13年6月23日(土)10:00~12:00	田粟谷
3	13年7月22日(日)10:00~12:00	光山寺、田粟谷集会所
4	13年8月11日(土)12:00~18:00	田粟谷

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「はじめまして、里の人、町の人」
	内容	村の人が積み上げているゴミ扱いの木を、チップの機械に入れてみると、土壌改良等にも使えるというデモンストレーション等を行い、村が抱える問題等について考える。 講師：三村雄一郎（フォーライフ フリースクールスタッフ）
第2回	テーマ	「里の普段にあおう」
	内容	村の草刈りに参加することによって、道ばたの草刈りの意味や機械の使い方等の指導を受ける。 講師：石井孝雄（里づくり協議会）
第3回	テーマ	「さわってみよう森」
	内容	村の大切なお寺の草刈りに参加し、村の歴史やお寺の歴史について話を聞く。 講師：石井孝雄（里づくり協議会）
第4回	テーマ	「さわってみよう森②」
	内容	所有者が高齢者になったり、人手不足で手付かずになった竹林を掃除して手入れの大変さや竹林のあるべき姿を考えていく。 講師：松井光利（ブナを植える会）

【受講者数】

18名

【受講者の主な意見】

- ・人を繋ぐことはこれからは大きな力になるのではないかと思う。
- ・この様に様々な人とふれあえる機会があること自体がとても素晴らしいと思う。

ウェル アクション ワークショップ
 ー良い市民、良い街、良いつながりづくりワークショップー
 鹿の子台北ハイツ子ども会子どもを考える会

代表：辻井 美恵
 神戸市北区鹿の子台北町



【講座の目的・趣旨】

街として歴史の浅い鹿の子台北に人と人のつながりをつくり、良い市民を育み、誰に対しても住み良い居場所あるコミュニティづくりを目指し、行動的に活動し企画できる人を育てる為、参加型のワークショップの場を持ちたい。またその為に専門知識と経験を持った講師をファシリテータとしてむかえる。

【日程・会場】

1	13年12月3日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ
2	13年12月17日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ
3	14年1月21日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ
4	14年2月4日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ
5	14年2月18日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ
6	14年2月25日(月)15:00~17:30	鹿の子台北町コミュニティープラザ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「アイスブレイキング」
	内容	・緊張をほぐす。互いに開きあい受け入れあう。 ・いろんな質問を投げかけて共通項をもっている人の確認をする。 ・はじめて会う人同士が自己紹介できるゲームを行う。 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）
第2回	テーマ	「コミュニケーション」
	内容	・伝える、受け入れる、理解し合う。 ・ボール（情報）を正確に相手にわたす（伝える）ためには、どのくらい問題があるかを知る。 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）
第3回	テーマ	「問題解決とコンセンサス」
	内容	・関わり合い問題を解決する。 ・一つの問題をテーマに皆で解決策をねる 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）
第4回	テーマ	「企てるⅠ 発想法」
	内容	・自分探しをテーマに自分カタログを作る（Ⅰ） ・自分の棚おろしと自分のポテンシャルを書き出す。 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）
第5回	テーマ	「企てるⅡ コンセプトワーク」
	内容	・自分探しをテーマに自分カタログを作る（Ⅱ） ・私というキーワード出し ・私自身のコンセプト作り 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）
第6回	テーマ	「企てるⅢ プレゼンテーション」
	内容	・課題「1泊2日の子供会のキャンプ」 ・現状のほりおこし、そこに生まれる問題について話し合い、キャンプのコンセプトを作っていく 講師：松木正（マザーアースエドゥケーション）

【受講者数】

36名

【受講者の主な意見】

- ・自分を見つめるのはけっこうしんどい。でも、改めて文章化してみると、けっこう自分を良く分かっていた。
- ・自分で思い込んでいるエッジは必ずこえることができると言われたが、その勇気がでてきた気がします。
- ・リアルな企画の組立を考えられて、実感がわいた。これなら僕も企画できるかなと思えた。

里と暮らしと遊び

里遊び

代表：上月 千代

神戸市北区鹿の子台北町



神戸

【講座の目的・趣旨】

神戸に残された里山の人々と交流し、里の生活に近い遊びをお互いに再認識して、各地域で展開中の里山活動やコミュニケーション活動に里遊びを導入するきっかけをつくる。

【日程・会場】

1	13年11月13日(火)10:00~15:00	田粟谷村寄合所
2	13年11月20日(火)10:00~15:00	田粟谷村寄合所
3	13年11月27日(火)10:00~15:00	田粟谷村寄合所
4	13年12月11日(火)10:00~12:00	田園スポーツ公園内竹林
5	14年1月22日(火)10:00~13:00	田粟谷村寄合所
6	14年1月29日(火)10:00~13:00	田粟谷村寄合所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「草木と遊ぶ①」
	内容	・里山にどこでもある、草(イヌタデ、カリカヤ)を使って基本を学ぶ。 講師：村上よう子(緑花クラブ)
第2回	テーマ	「草木と遊ぶ②」
	内容	・雑木林について。 ・(そよご、ヒサカキ、笹)の3つの媒染を使って絹と綿を染めてみる。 講師：村上よう子(緑花クラブ)
第3回	テーマ	「草木と遊ぶ③」
	内容	・染めてみたい物を用意して今までお気に入りの草木、媒染剤を使って染める。 講師：村上よう子(緑花クラブ)
第4回	テーマ	「草木と遊ぶ④」
	内容	・竹林の掃除から出た竹を使って正月の玄関かざりを作る。 講師：三村雄一郎(フォーライフ・フリースクールスタッフ)
第5回	テーマ	「草木と遊ぶ⑤」
	内容	・村山に入山の許可を取り、初心者講習という事で、くずを使ってカゴ作りの基本を学ぶ。 ・村山という山の所有者や今の雑木林の現状について説明。 講師：松井光利(ブナを植える会)
第6回	テーマ	「草木と遊ぶ⑥」
	内容	・雑木林の手入れで木に巻きついてツルを取り除く。そのツルを使ってカゴを編む。ツルの曲がり具合がいろいろなのでオリジナルのカゴが作れた。 講師：松井光利(ブナを植える会)

【受講者数】

20名

【受講者の主な意見】

- ・初めての経験で楽しかった。
- ・自分の好きな物が染められるので楽しかった。

絵手紙ボランティア講座 II

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】

婦人大学や、市民福祉大学、あるいは地域の様々なボランティア団体などで学んだことを絵手紙をとおして、実践的に地域活動に役立てていただくために、様々な分野の先生方から主に実習を通してその技術と絵手紙を贈る心などについて教えていただく。

【日程・会場】

1	13年10月23日(火)10:00～12:00	南五葉地域福祉センター
2	13年11月27日(火)13:00～15:00	南五葉地域福祉センター
3	13年12月19日(水)13:00～15:00	西鈴蘭台コープ組合員集会室
4	14年1月22日(火)13:00～15:00	南五葉地域福祉センター
5	14年2月9日(土)13:30～15:30	神戸生活創造センター
6	14年2月26日(火)13:00～15:00	南五葉地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「絵手紙で馬年の年賀状を描く」
	内容	アイデア簡単紙版画により、馬年の年賀状をつくる。各自、画仙紙ハガキで、型紙をとり、馬の紙版画を作る。 講師：岡正雄（絵てがみで自分史をつづる会）
第2回	テーマ	「身近な素材を使って絵手紙を楽しむ」
	内容	絵手紙を飾って楽しむための、自然の素材を使った軸の制作。ブタ草（セイタカアワダチソウ）と麻ひも、ふすま紙等を利用。 講師：松本智恵（桂木会）
第3回	テーマ	「絵馬に描く絵手紙」
	内容	絵馬に絵手紙を描く。水墨画風の万年青の筆づかいかいや、日本画風の描法を指導していただく。 講師：藤井迪彦（兵庫県日本画家連盟）
第4回	テーマ	「絵手紙カレンダーを作ろう」
	内容	交流でいただいた絵手紙や、描きためた作品を使って、オリジナルの絵手紙カレンダーを作る。 講師：宮澤汀子（日本絵手紙協会）
第5回	テーマ	「絵手紙ボランティアでの作品の見方」
	内容	絵手紙作品の評価の仕方を具体的に実作品を見ながら教えていただく。基本的な筆使い、絵の具のとき方を教わる。 講師：桜井幸子（日本絵手紙協会・NHK学園）
第6回	テーマ	「アイデア雛人形の絵手紙」
	内容	はたて貝のカラや、木しゃもじを使ったユニークな絵手紙の雛人形作品を制作。絵手紙で、普通あまり使うことのない油性のサインペンを使い、ふち書きや文字を仕上げました。失敗しない様に下絵を写す方法も学ぶ。 講師：岩永多可子（マミフラワーデザイン事務所）

【受講者数】

120名

【受講者の主な意見】

- ・絵版画は初めてで、目を見張るばかりでした。
- ・安い材料でいくつも作らせてもらって満足です。
- ・見栄をはらないで自分らしさがにじみ出る絵手紙が書けるよう、今日のお話を頭において、一枚でも多く描いていきたい。

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】

日本の伝統行事 異文化の勉強などを通じて、ニュータウンの人たちがたくさんのお会いをして、子供を取り巻く環境を整えていくふるさとづくり

【日程・会場】

1	13年12月23日(日)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場
2	14年1月13日(日)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場
3	14年1月24日(木)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場
4	14年1月31日(木)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場
5	14年2月7日(木)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場
6	14年2月14日(木)10:00~12:00	地域福祉センター前駐車場

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「注連縄を作ろう」
	内容	・地域の農家の方から頂いたワラを使って、しめなわづくりに挑戦。 ・老人会の方より指導をして頂いて、異世代間交流を計る。 講師：西浦治司（八多明寿会）
第2回	テーマ	「日本の伝統 たこづくり」
	内容	・ビニールと竹ヒゴを使った簡単なたこづくりをした。 講師：井上和重（北ハイツ自治会長）
第3回	テーマ	「異文化ふれあい インド料理Ⅰ」
	内容	・インドのスパイスを紹介。 ・インドのスパイスとその効用、人々の生活の様子など説明。 ・カレー用のガラムマサラ作り。 講師：渡辺真理子（こうべ森の小学校・料理愛好家）
第4回	テーマ	「異文化ふれあい インド料理Ⅱ」
	内容	・前回作ったガラムマサラを作って、2種類のカレー作りに挑戦。 講師：渡辺真理子（こうべ森の小学校・料理愛好家）
第5回	テーマ	「季節を作ろう」
	内容	・トールペイント・パッチワーク・シャドーボックス教室の開催、作品の展示。 講師：浅ごえ千晶、福山久留美、岸上智津子
第6回	テーマ	「日本の伝統 おみそづくり」
	内容	この地域ならではのおみその作り方、材料もこの地域から調達して、圧力鍋等を使い、又、こうじのまぜ合わせなど、普段出来ない作業を経験する。 講師：上月千代（栄養士）

【受講者数】

25名

【受講者の主な意見】

- ・昔の遊びを残していく事は、とても大切なことだと思います。
- ・いろんなスパイスの話、実技がとてもよかったです。

簡単な介護の心得 初級編

NPO法人パラレルサポート

代表：寺沢 美香

神戸市長田区戸崎通



【講座の目的・趣旨】

今、直接介護に関係しなくても、自分の家族、地域の方々が将来的に介護が必要になるかもしれません。そのときの為に簡単な介護者の心得を学び、将来の安心感につなげる。

【日程・会場】

1	13年5月12日(土)10:00~12:00	西上美和子氏宅
2	13年6月9日(土)10:00~12:00	パラレルサポート
3	13年7月14日(土)10:00~12:00	パラレルサポート
4	13年9月8日(土)10:00~12:00	パラレルサポート
5	13年10月13日(土)10:00~12:00	パラレルサポート

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護のための簡単な料理教室」
	内容	簡単に出来ておいしく栄養のバランスがとれているものをテーマに料理教室を開催する。 講師：西上美和子（パラレルサポート）
第2回	テーマ	「みんなが持とう介護者の心構え」
	内容	誰もが、何時介護者になるかも…？そのための、また、今現在介護をされている方々の心構えについて学習する。 講師：西上美和子（パラレルサポート）
第3回	テーマ	「安全に介護を行うためのチェックポイント・その1」
	内容	・足浴、手浴 ・身体状況に応じた清拭のポイント ・洗髪 ・緊急時の対処法 講師：西上美和子（パラレルサポート）
第4回	テーマ	「介護者の健康管理」
	内容	・腰痛の予防（体操マニュアル） ・ボディーメカニックスの原理 講師：西上美和子（パラレルサポート）
第5回	テーマ	「介護者の悩み、問題点」
	内容	・介護されている方、されていない方の悩み、問題点について話し合う。 ・ヘルプ時に困ったこと、良かったことのミーティング 講師：小川寿美子（COM総合福祉研究所）

【受講者数】

22人

【受講者の主な意見】

- ・和気あいあいと楽しく料理を勉強することができた。
- ・自分が日頃忘れかけていた基本的なサポートのあり方をもう1度根本に戻って思い返す機会になった。

生きがいみつけワクワク講座

プラザ5

代表：上田 諭信

神戸市長田区御蔵通



【講座の目的・趣旨】

高齢の被災者の方々に、楽しいサークルや習い事を通じて生きがいや日常生活の中で潤いを発見してもらうことを目的とする。

【日程・会場】

1	13年5月6日(日)11:00~14:00	御蔵5丁目北公園予定地
2	13年6月5日(火)12:00~14:00	プラザ5
3	13年8月26日(日)13:00~15:00	御蔵5丁目北公園予定地
4	13年9月30日(日)13:00~15:00	御蔵5丁目北公園予定地
5	13年10月21日(日)13:00~15:00	プラザ5
6	13年11月25日(日)11:00~13:00	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「みんなで野外ホットケーキー地域の交流を深めよう」
	内容	野外で地域の方々とのホットケーキづくりを行い、異世代交流、親子ふれ合いの時間を持った。 講師：宮西悠司（地域問題研究所）
第2回	テーマ	「ゴム風船で夢ふくらまそう」
	内容	ゴム風船で、ウサギやイヌ、人形、花などを作り、特に高齢者には指や手の良い運動になった。 講師：高山宅辰（フェアトレード）
第3回	テーマ	「子どもと一緒に竹水鉄砲づくりを」
	内容	地域の大人たちが、子どもたちに竹水鉄砲づくりを教える。 講師：岸岡孝昭（姫路こころのケアネットワーク）
第4回	テーマ	「野外パン焼き大会」
	内容	くららベーカリーにパン生地を用意していただき、細竹にパン生地を巻きつけ、炭火で焼いた。 講師：石倉泰三（くららベーカリー）
第5回	テーマ	「おじぞうさん探検隊で知る自分のまち」
	内容	地域のボランティア団体が震災後のお地藏さんの行方を調査した報告を聞き、自分達のまちを再発見する。 講師：西山菜穂子（まちコミュニケーション）
第6回	テーマ	「手編みでマフラー、自分にもできるよ」
	内容	高齢者が自分の手と指で、マフラーを編んだ。指の運動、頭の体操を兼ねて誰でもできるやり方を学んだ。 講師：荻野都子（萌の会）

【受講者数】

23名

【受講者の主な意見】

- ・これからもふれあいの場を大切にしたい。
- ・楽しかったです。

まちづくりは健康づくり

みくら健康なまちをつくる会

代表：吉田 信昭

神戸市長田区御蔵通



【講座の目的・趣旨】

震災は御蔵、菅原地区の方々に大きな被害を与えました。未だに心に大きな傷を負っておられる方や、健康を害しておられる方がいます。こんな方が少しでも元気になるまちづくりをみんなで考えます。

【日程・会場】

1	13年4月16日(日)14:00~16:00	プラザ5
2	13年4月22日(日)14:00~16:00	プラザ5
3	13年5月13日(日)14:00~16:00	プラザ5
4	13年7月1日(日)10:00~12:00	プラザ5
5	13年9月15日(土)14:00~16:00	プラザ5
6	13年11月4日(日)10:00~12:00	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介助の心得ーちょっとした気遣いを」
	内容	障害や高齢で身体にハンディができますが、一人一人みな症状は違います。そんな様々なケースを学ぶ。 講師：大西一弘（ケアマネージャー）
第2回	テーマ	「自分も高齢者ーハンディを体験してみよう」
	内容	高齢者疑似体験グッズを自分で装着して、まちの中を歩いてみる。車椅子にも試乗したり、ハンディを実際に体験しました。 講師：柴本かすみ（看護師）
第3回	テーマ	「誰でもできる介助のワンポイントアドバイス」
	内容	現場で働いておられるヘルパーさんに誰にでもできる介助の実践を教えてもらう。隣の人にちょっと手をかける勇気を身につける。 講師：菊地真千子（一級ヘルパー）
第4回	テーマ	「自分の健康度チェックしましょう」
	内容	看護師さんの協力で、近隣住民の方の健康チェックを行う。血圧や脈を測ったり、自分の生活習慣のチェックをする。 講師：柴本かすみ（看護師）
第5回	テーマ	「健康は笑いからー落語で心のリフレッシュ」
	内容	笑いは心身ともに健康にします。福祉落語家・壽文寿さんに心に健康な話をして頂く。 講師：壽文寿（福祉落語家）
第6回	テーマ	「痴呆と介助の心得」
	内容	高齢社会と痴呆は切っても切れない現象。身近な痴呆の方にどう対処したらいいか、自分が痴呆にならない為にはどうしたらいいかを学ぶ。 講師：梁勝則（林山クリニック医師）

【受講者数】

22名

【受講者の主な意見】

- ・楽しかったです。
- ・最近笑う機会が少なくなっていたので、本当に楽しかったです。

ちょっとのぞいてみよう 金曜サテライト・ディサービス

V o . 信愛

代表：菅野喜一

神戸市長田区二葉町



【講座の目的・趣旨】

在宅介護支援センターサルビアが久二塚西ふれあい住宅楽笑室を利用してサテライト・ディサービスを行っている。一人でも多くの方が「ちょっと出掛けてみようかな。」と思って下さるように本講座を企画した。

【日程・会場】

1	13年7月6日(金)10:30~13:00	久二塚西ふれあい住宅楽笑室
2	13年7月27日(金)12:30~14:00	久二塚西ふれあい住宅楽笑室
3	13年8月24日(金)13:00~14:30	久二塚西ふれあい住宅楽笑室
4	13年9月21日(金)13:00~14:00	久二塚西ふれあい住宅楽笑室
5	13年10月19日(金)12:00~14:00	久二塚西ふれあい住宅楽笑室
6	13年11月16日(金)10:30~13:30	久二塚西ふれあい住宅楽笑室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「手打ち出石そばを一緒に」
	内容	・個々に出来る範囲で、手打ちそば作りに参加する。 ・自分の手で作ったそばを食べるといふ思い出作りを行う。 講師：田辺三千雄
第2回	テーマ	「夢を運ぶ古典おり鶴とあそびましょう」
	内容	・和紙で折る連鶴の作り方。 ・手先の運動をする。 講師：渡辺恵美子
第3回	テーマ	「夏のデザートを作って食べよう」
	内容	・近隣の方を講師にお招き致し、親交を深めることで気楽に声を掛けられる関係作りをめざす。 ・暑いので少しでも“さわやかさ”を感じて頂く 講師：高野薫
第4回	テーマ	「敬老の日を祝って」
	内容	・落語の面白さと、元気を皆様に伝える。 講師：白川和子・森岡博栄
第5回	テーマ	「和菓子を一緒に作りましょう」
	内容	京都の職人を招き、和菓子の作り方を皆で学び、地域交流につなげる。 講師：小倉義紀
第6回	テーマ	「無農薬野菜」
	内容	無農薬野菜づくりに携わっておられる方を講師に招き、その方が作られた野菜を食べていただき、直野菜の美味しさを味わってもらう。 講師：西本夫佐子

【受講者数】

38人

【受講者の主な意見】

- ・無農薬野菜の色々な料理、大変おいしく、楽しくいただいて幸せを感じた。
- ・童心に返り、無我夢中になり楽しかった。ありがとう。
- ・和菓子作りなんて初めてでしたが、楽しく作り本当においしかった。

先人の知恵を伝承する異世代交流

まち・コミュニケーション

代表：宮定 章

神戸市長田区御蔵通



【講座の目的・趣旨】

地域の子供たちに現在ではなかなか伝承されない先人(親・地元高齢者)の知恵や遊び等を伝承する。普段は得られない異世代交流を促進する。

【日程・会場】

1	13年5月5日(土)13:00~17:00	御蔵北公園予定地
2	13年5月6日(日)13:00~15:00	御蔵北公園予定地
3	13年5月23日(日)13:00~15:00	プラザ5
4	13年7月31日(火)18:00~20:00	御蔵北公園予定地、スタジオ5
5	13年9月2日(月)14:00~16:00	スタジオ5周辺
6	13年11月25日(日)11:00~13:00	スタジオ5周辺

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「震災前の御菅地区のことを知ろう」 ・震災で被災した住民が集い、旧交を暖め今では見ることのできない震災前の地域状況を地域の若者に伝える。 講師：柴本宏幸（御蔵通5、6、7丁目自治会）
第2回	テーマ 内容	「みよう！きこう！紙芝居」 ・地域の方が集い、昔懐かしの紙芝居を子供に聞かせ、その後交代して子供が紙芝居を行った。 講師：竹内千恵子（萌の会）
第3回	テーマ 内容	「地域工場の技術を知ろう」 ・地域内鉄工所の方を招き、地域の中にはどんな技術があるのか、どうネットワークが組まれているか等を講義する。 講師：竹内祥浩
第4回	テーマ 内容	「河内音頭を練習しよう」 震災以降御菅地区恒例の行事になりつつある、河内音頭を練習した。若者に伝え、今後の定着を目指す。 講師：安藤美枝子（御蔵通5、6丁目まちづくり協議会）
第5回	テーマ 内容	「お手玉をつくり練習しよう!!」 地域のご婦人が中心になって、地域の子供たちにお手玉やお手玉づくりを教えた。 講師：鈴木八重子（わがまの会）
第6回	テーマ 内容	「伝統芸能こまわし、こまづくりに挑戦」 こまを参加者で作った。大人が子供に回し方を教え異世代交流をした。 講師：岸本孝昭（姫路こころのケアネットワーク）

【受講者数】

52名

【受講者の主な意見】

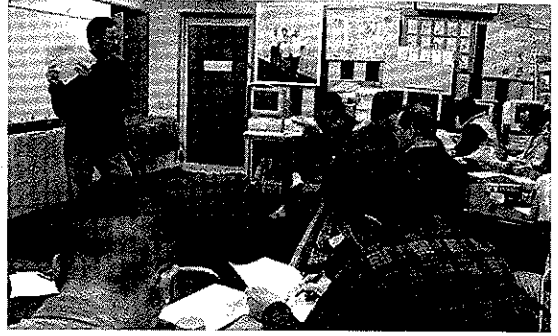
・異世代交流が促進されたと思う

環境を考えた復興まちづくり

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】

震災で大きな被害を受けた御蔵・菅原地区は花や緑もほとんどなくなった。復興まちづくりの過程で環境を考えたまちづくりに役立つ講座にする。生ゴミを堆肥にしたり、公園予定地をみんなで緑化したり、家庭用品のリサイクルなどを勉強する。

【日程・会場】

1	13年9月30日(日)13:00~15:00	御蔵北公園予定地
2	13年10月19日(金)13:00~15:00	プラザ5
3	13年11月18日(日)13:00~15:00	御蔵北公園予定地
4	13年12月8日(土)10:00~12:00	プラザ5
5	14年1月20日(日)10:00~11:30	プラザ5
6	14年2月27日(水)18:30~20:30	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「みんなで考える公園づくり」
	内容	都市計画で建設が予定されている公園を住民自身でつくるワークショップを行います。そして、まちの環境や緑化をすすめる拠点にする。 講師：吉田 昌（アーバン・プランニング）
第2回	テーマ	「EM菌で米ヌカボカシづくり」
	内容	地域内のお米屋さんと協力して米ヌカをいただき、EM菌をつかって自分達でボカシをつくる。 講師：竹内千恵子（萌の会）
第3回	テーマ	「家庭生ゴミで堆肥をつくり花を咲かせよう」
	内容	家庭生ゴミを米ヌカボカシで堆肥にし、花壇に入れます。震災後の緑がなくなったまちに花を咲かせます。 講師：鈴木八重子（萌の会）
第4回	テーマ	「家庭用品のリサイクルを考える」
	内容	家庭にあるタオルや牛乳パックなどのリサイクルを考えます。高齢者の指先の運動も兼ねてリサイクルの楽しさと環境を学ぶ。 講師：萩野 都（萌の会）
第5回	テーマ	「身近な環境問題—今、神戸市の取り組みは」
	内容	・神戸市内におけるゴミ処理やリサイクルの現状を学び、地域において、自分達でできる環境にやさしい取り組みを考える。 講師：藤川幸宏（一級建築士）
第6回	テーマ	「公害・環境・まちづくり」
	内容	・公害問題への取り組みからスタートした真野地区のまちづくりに学び、御蔵地区のまちづくりに生かす。 講師：宮西悠司（神戸地域問題研究所）

【受講者数】

14名

【受講者の主な意見】

- ・リサイクルの場所が地域があればいいと思った。
- ・高齢者にも子どもにもやさしい公園が希望です。
- ・住民自身が参加することが大切だと思った。

まち探検隊

～もっとまち・まちづくりを知ろう～

まち・コミュニケーション

代表：宮定 章

神戸市長田区御蔵通



【講座の目的・趣旨】

震災まちづくり支援をする中で、もっと地域の人が地域のことを知っていたら、事前に防げたことも多かったのではないかと。その教訓を生かし、地域のことを知り、表現し、最終的には人に伝えるマップを作成する。

【日程・会場】

1	13年9月20日(木)15:00～17:00	プラザ5
2	13年9月27日(木)15:00～17:00	結いの間(集会所)
3	13年10月4日(木)15:00～17:00	長田区周辺
4	13年11月15日(木)12:00～14:00	プラザ5
5	13年11月22日(木)12:00～14:00	プラザ5
6	13年11月29日(木)16:00～18:00	プラザ5

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「まちの伝承について ～お地蔵さんを主に～」
	内容	御蔵・菅原地区に数多く残るお地蔵さんの由来、まちの伝承について、お地蔵さんについて多く記述されている大谷氏から学ぶ。 講師：大谷成章 (WAVE117編集室)
第2回	テーマ	「震災前後でまちがどうか変わったか」
	内容	焼失被害の多かった御菅地区が震災前後でどう変わったか、街の景観、地域コミュニティ等、変化について聞いた。 講師：児玉シヲ子 (御蔵5・6丁目まちづくり協議会)
第3回	テーマ	「まちのバリアフリーについて」
	内容	実際に長田区周辺を車椅子の方と歩くことによって、まちのバリアフリーについて勉強した。 講師：村井和典 (トゥモロー編集室)
第4回	テーマ	「アウトプットしてみよう ～マップづくり～」
	内容	都市計画コンサルタントの方に来ていただき、地域の状況をどう分析するか、どうアウトプットするかについての方法を学んだ。 講師：平山京子 (プランニングオフィスカーサ)
第5回	テーマ	「アウトプットしてみよう ～マップづくり2～」
	内容	マップづくりのまとめを模造紙等を用い実際に作業し、マップを作成した。 講師：平山京子 (プランニングオフィスカーサ)
第6回	テーマ	「インターネットで発信」
	内容	今までまとめた資料をインターネットのホームページにアップすることで、本講座に来られなかった地域の方にも見てもらえるようにした。 講師：荒木克彦 (ホームページインストラクター)

【受講者数】

35名

【受講者の主な意見】

- ・ 専門的な知識が得られた。
- ・ 自分に役立つ情報だった。

住まいを考える

住まいを考える会

代表：藤川 幸宏

神戸市垂水区神和台



【講座の目的・趣旨】

震災前には長田区は下町と呼ばれ、路地をはさんで木造長屋が建ち並ぶ情緒あふれる町であった。そこでは誰が住み何をしている人か知っており、人の顔が繋がった町であった。その様に町の良さを再認識して、新しいまち、住宅を考える勉強会を実施する。

【日程・会場】

1	13年9月13日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F
2	13年10月11日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F
3	13年11月15日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F
4	13年12月13日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F
5	14年1月10日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F
6	14年2月14日(木)18:30~20:30	コンテナハウス1F

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「これからの住まいを考える」
	内容	下町でつちかかってきた顔と顔が繋がった住まい、まちの様子やその様な町の良さを講師の先生に語っていただいた。その後参加者と共に下町での様々な住まい方の様子について語り合った。 講師：宮西悠司（地域問題研究所）
第2回	テーマ	「共同で住もうシクミ」
	内容	初めに下町の良さを受け継ぐ共同化住宅のつくり方、住まい方について、建築家の先生に実例の紹介を含めた内容で説明していただいた。その後御蔵通5丁目の共同化住宅「みくら5」の現状について議論した。 講師：武田則明（㈱武田設計）
第3回	テーマ	「共同で住もう住まい方」
	内容	御蔵通5丁目の「みくら5」住民の方に「共同化住宅に住んでみて、住民が支えあって住もう住宅」のテーマについて話していただいた。共同化住宅建設に至るまでの過程についての話や、その後の住民間のやりとりの様子など詳細な話を聞いた。 講師：柴本宏幸（みくら5管理組合長）
第4回	テーマ	「福祉住宅の展開」
	内容	高齢者・身体に障害のある人が住もうための住宅を考えるというテーマについて、実際に介護の現場にいらっしゃる方に福祉の観点から話していただいた。その後の議論では、住まい方の工夫、介護保険制度の利用、バリアフリー住宅など様々なテーマで話し合った。 講師：斎野百合子（社会福祉士）
第5回	テーマ	「大家族で住もうこと」
	内容	核家族化が進み、社会問題となっている背景をふまえ、昔の大家族がもっていた良さについて話していただいた。現在の二世帯住宅の事例などを検証することによって、大家族の良さを継承できる新しい住まい方について考えた。 講師：田中保三（㈱兵庫商会）
第6回	テーマ	「住まいからまちを考える」
	内容	個々の「住まい」と「まち」との関わりについて易しい視点で話していただいた。その上で、日常生活の中で「まち」が「住まい」へ与える力について一つ一つ具体的に語りあげ、「まち」と「住まい」の相互関係を改めて認識した。 講師：平山京子（プランニングオフィスカーサ）

【受講者数】

26名

【受講者の主な意見】

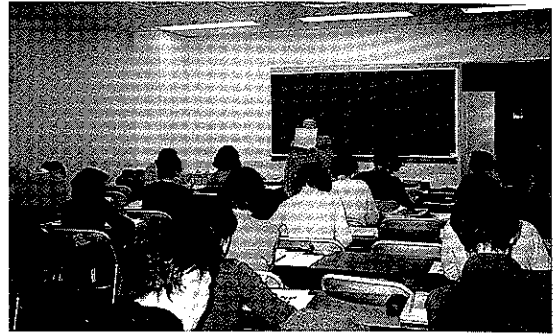
- ・専門的な知識が得られた。
- ・自分に役立つ情報だった。

日本語学習支援者のための ステップアップ講座

神戸定住外国人支援センター

代表：神田 裕

神戸市長田区若松町



【講座の目的・趣旨】

神戸に定住する外国人は増加しつつあり、日本語レベルも幅広くなってきている。そのため学習を支援する側もレベルアップが必要であるため、講座を通して、よりよい学習支援ができるようにしていきたい。

【日程・会場】

1	13年11月17日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
2	13年12月1日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
3	13年12月15日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
4	13年1月12日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
5	14年1月26日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
6	14年2月9日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター
7	14年2月23日(土)13:30~15:30	新長田勤労市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「日本語の教え方(1)」 日本語教育における文型の基礎知識の確認。動詞のグループ分けをどのように分かりやすく教えるか。形容詞の分類の仕方を分かりやすく教えるにはどのようにすればいいか。助詞を使ってどのような文型が作れるか。 講師：斎藤明子(神戸YMCA専門学校)
第2回	テーマ 内 容	「異文化理解」 「個人間における異文化理解」から「日本の学校における異文化理解」をニューカマーの子ども達や実際にあったあるブラジル人生徒の告発などの事例から分かりやすく説明。そこから「日本社会における異文化理解」「何のために異文化理解をしなくてはならないか」へと問題提起し、討論を行った。 講師：太田晴雄(帝塚山大学)
第3回	テーマ 内 容	「日本語の教え方(2)」 ・テキストの効果的な使い方について。 ・授業の流れについて。(どのようにすれば、効率よく行えるか。文型練習から自由会話、アクティビティーまでの運び方。) 講師：斎藤明子(神戸YMCA専門学校)
第4回	テーマ 内 容	「子どもへの日本語の教え方」 全国の日本語指導を必要とする児童の様子と問題点を実際の例を挙げて紹介していただいた。実際の授業風景のビデオも鑑賞。生徒が陥りやすい間違いの例やそれに対する訂正、練習の仕方とも紹介。 講師：村山勇(本山第二小学校)
第5回	テーマ 内 容	「日本語の教え方(3)」 ・「初級前半から初級後半へ」というトピックから、初級の文型との違いを具体的な例を挙げて説明。 ・自動詞と他動詞について 講師：斎藤明子(神戸YMCA専門学校)
第6回	テーマ 内 容	「日本の教え方(4)」 「中上級の位置づけ」から始まり、中上級のレベルになると“文型中心・話し言葉”から“内容中心・書き言葉”へと変わっていく。「~につれて」と言う文型を例に挙げ、どのように導入していくかをグループ別になって考える。 講師：斎藤明子(神戸YMCA専門学校)
第7回	テーマ 内 容	「ともに学ぶ日本語教室を目指して 一自己変容・社会変革のために」 多くの例を挙げ、日本語学習と日本社会の関わり方、そこから日本語教室のあり方について述べられた。 講師：山田泉(大阪大学留学生センター)

【受講者数】

32名

【受講者の主な意見】

- ・問題点のいくつかを理解できた
- ・直接指導する方法だけでなく、外国人の考え方を知ることが出来ました。
- ・具体的な話を聞くことが出来て、自分がボランティアで日本語を教えるのに、大いに役立っている。

こころとからだほぐし講座 ～ダンスセラピー～ ウィメンズネット・こうべ

代表：正井 礼子

神戸市須磨区須磨浦通



【講座の目的・趣旨】

被災地において心と体のケアを求めている人、又ボランティアとしてケア活動をしている人は多くいる。

ダンスセラピーはこころとからだの健康を取り戻す心理療法の一つ。ダンスセラピストとして著名な講師を迎えてこち良さを体験し、今後の地域活動に役立てる。

【日程・会場】

1	13年10月28日(日)13:00～15:00	新長田勤労市民センター
2	13年10月28日(日)15:00～17:00	新長田勤労市民センター
3	13年11月25日(日)13:00～15:00	新長田勤労市民センター
4	13年11月25日(日)15:00～17:00	新長田勤労市民センター
5	13年12月9日(日)13:00～15:00	新長田勤労市民センター
6	13年12月9日(日)15:00～17:00	新長田勤労市民センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「居心地のよい身体づくりのワーク」
	内容	呼吸について…呼吸は私達の存在を維持するため休むことなく動き続けている。重さや空間を応用し、呼吸法を体験する。これは呼吸と共に反応する心とからだの豊かな感情に気づいていくことが目的となっています。 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）
第2回	テーマ	「リラクゼーション」
	内容	・関節や、筋肉のはたらきを利用したリラクゼーション 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）
第3回	テーマ	「コンタクト～ふれあい～」
	内容	からだの動きの質、方向性、姿勢の変化をみながら、自分のからだに注意を向け、そこから感じ取れるイメージや感覚を体験する。そこに表現されているメッセージの意味や伝えたいことをみつめていく。 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）
第4回	テーマ	「リズムとイメージネーション」
	内容	リズムは生命体そのものであり、心身の調整力と密接な関係を持っている。リズムはまた感情そのものであり、呼吸と結びついてさまざまな表現に映し出される。自分自身の身についた自然のリズムを通して、さらに創造的な自分の表現と出会う活動を行う。 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）
第5回	テーマ	「心地よさと不快感」
	内容	からだ感覚に注目すると、思考中心とは違った快・不快を体験することがある。長年慣れ親しんだからだに浸透した身ぶりや感覚を見つめ、「自分とはいったいどんな人間なのか」「自分に正直になる」ことなどを考えていく。 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）
第6回	テーマ	「空間への気づき」
	内容	空間は私達の主体性でさまざまに変化する。生きた空間とはどのようなことなのか。からだの体験から考えられる感覚やイメージを通して探索していく。 講師：荒川香代子（アメリカダンスセラピー協会）

【受講者数】

16名

【受講者の主な意見】

- ・又こんな機会があれば参加したいです。
- ・わかりやすく、納得でき、面白く、楽しかった。

交通安全と交通事故防止 防災知識の高揚、救急、救命
身近に役立つ応急処置 料理教室による健康保持

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



【講座の趣旨・目的】

安全で安心して生活が出来る地域社会づくり。健康でいつまでも長く生活が出来るため、食に関する健康講座及び男でも簡単に出来る料理教室を開催。子供・高齢者の交通事故防止、防災知識の高揚、救命訓練による地域の交流と助け合う心を深める。

【日程・会場】

1	13年7月21日(土)10:00~12:00	禅昌寺地域福祉センター
2	13年9月30日(日)13:30~15:30	板宿小学校多目的室
3	13年11月10日(土)10:00~13:00	禅昌寺地域福祉センター
4	13年11月17日(土)10:00~13:00	禅昌寺地域福祉センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「交通安全の講演と交通事故防止のビデオと腹話術」
	内容	子供と高齢者の交通安全、交通事故防止について。子供と高齢者の交通事故が多発していることから、交通ルールを守り、運転手と歩行者の信号を遵守する大切さに関する講演とビデオ上映。腹話術の人形を使い、交差点の歩行方法について話をした。 講師：相原定治他2名（須磨警察署交通課）
第2回	テーマ	「救急・救命・身近に役立つ応急処置について」
	内容	・地域社会の役割について ・救急車の手配の仕方、病院への配送の仕組み ・身近に役立つ応急処置の訓練実施 ・ビデオ上映（火災の原因と処置の仕方、阪神大震災を生きる） 講師：橋本 健 他2人（須磨消防署）
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料理のメニューの講演。 調理する参加者は5テーブルに分かれ（6人ずつ）料理をつくり、会食と懇談をする。 講師：西村亜由美 他1名（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骨粗しょう症について料理メニュー造りの講演「骨太メニューでいきいきライフを楽しもう！」 参加者が4テーブルに分かれ（6人ずつ）料理をし、仲間と楽しく語らいおいしく食べる。 講師：浅田徳子 他1人（株式会社日米クック神戸）

【受講者数】

89人

【受講者の主な意見】

- ・助け合う心が出来た。参加して良かった。
- ・三角巾、心臓マッサージの体験ができて良かった。
- ・チーズ料理がよかった。一度試してみようと思った。

花とみどりのまちづくり、 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】

少子高齢化の時代、環境問題も視野に入れながら身近な花と緑を通じて町づくり、人の“わ”づくりをすすめる活動を板宿で継続して行うために本講座を開催する。

【日程・会場】

1	13年5月13日(日)10:00~15:30	板宿自治会館、大手町
2	13年7月7日(土)10:00~14:00	板宿児童館
3	13年10月13日(土)10:00~12:00	板宿自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「板宿の自然を知ろう! PARTⅡ」
	内容	自分達の住んでいる地域の身近な自然に目を向け知識を深め人の“わ”を広げる。 講師：増田貴志(ハイキンググループNAR代表)
第2回	テーマ	「ハーブを楽しむ会」
	内容	・ハーブや押し花で葉書づくりの実習 ・ハーブティーを飲みながら「ハーブの利用と効用」について講義を受ける。 講師：中瀬やよい(大阪テクノホルティ園芸専門学校)
第3回	テーマ	「秋の情緒を装う植物たち」
	内容	・日本古来の植物と人々の生活との関わりから生まれた伝統やしきたりを見直す(講義) ・日本原産植物を使つての寄せ植え(実習) 講師：藤岡成介(日本ガーデニングクラブ)

【受講者数】

80名

【受講者の主な意見】

- ・同じ材料でも人によって異なった作品が出来上がってとても楽しかった。
- ・兵庫県の花、木についてよく分かりました。
- ・自分の身近な場所での花を大切に見直していきたい。

地域で支える在宅介護

NPO法人 福祉ネットワーク西須磨だんらん

代表：岡本 碩也

神戸市須磨区南町



【講座の目的・趣旨】

地域全体を家族で考え、年をとっても住み慣れた家で暮らせるよう、困ったときは支え合うという気持ちを持って活動するための講座。

【日程・会場】

1	13年5月30日(水)10:00~11:30	稲葉プラザ1F及びその周辺
2	13年6月30日(土)14:00~16:00	稲葉プラザ3F
3	13年7月31日(火)10:00~12:00	稲葉プラザ3F
4	13年9月22日(土)14:00~16:00	稲葉プラザ3F

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域のだれもが車イスを操作できるよう」
	内容	車イスの各部の名称を知り操作の仕方を覚え、参加者同志が交互に乗ったり介助したりする。 講師：金子、山崎（神戸愛生園）
第2回	テーマ	「在宅で介護している家族を医師として支援する」
	内容	住み慣れた自宅で安心して生きられるように医師とともに考える。 講師：神代尚芳（おおくまりハビリテーション病院）
第3回	テーマ	「年齢を重ねながら地域の役に立ちたい」
	内容	このまちでいつまでも快適に暮らし続けるために大切なことは何か、みんなで考える。 講師：土井圭子（消費生活アドバイザー）
第4回	テーマ	「在宅で介護している家族を訪問看護として支援する」
	内容	訪問看護のシステムと利用の仕方について具体的に説明を受ける。 講師：青森スマ子（もみじ訪問看護ステーション）

【受講者数】

57名

【受講者の主な意見】

- ・大変ためになりました。
- ・習った事を忘れずこれからの活動に活かしていきたいと思います。
- ・大変参考になるお話でした。

ユースプラザ 青少年育成ボランティア研修会

神戸市青少年団体連絡協議会ユースプラザKOBÉ・WEST

代表：岡田 林一

神戸市須磨区中落合



【講座の目的・趣旨】

青少年の居場所作りを目的に創られた青少年施設であるユースプラザに運営で関わる青少年育成ボランティアなどに対して青少年育成及び地域活動に対する知識を学ぶことを目的として開催する。

【日程・会場】

1	13年10月29日(月)18:00~20:00	ユースプラザKOBÉ・WEST
2	13年11月12日(月)15:30~17:30	ユースプラザKOBÉ・WEST
3	13年11月22日(木)15:30~17:30	ユースプラザKOBÉ・WEST

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「『地域社会における子どもたちの育成を考える』～豊かな感性を育てよう～」
	内容	・感性の大切さについて ・子どもの健全育成について ・地域社会における子どもたちの育成について 講師：下前康夫（(財)OAA）
第2回	テーマ	「ボランティアと市民社会」
	内容	・ボランティア活動についての考え方について ・イヤな一言をいわれたこと、逆によかったことの報告 ・地域社会への参画 講師：立木茂雄（同志社大学教授）
第3回	テーマ	「『21世紀、生き方の提案』～おとなが変われば子どもも変わる～」
	内容	・家庭、学級、地域の連携について ・コミュニケーションの大切さについて ・ユースプラザボランティアとしてこれから考えること 講師：下前康夫（(財)OAA）

【受講者数】

60人

【受講者の主な意見】

- ・青少年と向かい合い共感することが必要であると感じた。
- ・学校と地域の連携は必要であると感じた。

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】

絵本が子育てに有効であることを理解するための学習と、子どもを対象に読み聞かせを実習する。

また、母親が親子のスキンシップを高めるための手段として各種の昔あそびを学ぶことや子育ての問題点を話し合える場とする。

【日程・会場】

1	13年9月13日(木) 9:30~11:30	竜が台小学校
2	13年10月17日(水) 10:00~11:30	名谷あおぞら幼稚園
3	13年10月31日(水) 10:00~12:00	名谷あおぞら幼稚園

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「絵本の選び方と昔あそびについて」
	内容	お母さん達に、各種の絵本を見ていただきその選択方法について学習した。また、講師として神戸お手玉の会の方からお手玉をはじめとする昔あそびを学んだ。 講師：井上三美(神戸お手玉の会)
第2回	テーマ	「母親対象に絵本の読み聞かせと幼児への実習」
	内容	幼稚園の保護者に大谷氏が絵本を読み聞かせ、子どもへの読み聞かせの方法をやコツを学ぶと共に絵本の効果について学習した。 また、幼稚園児に読み聞かせの実習を行った。 講師：大谷朝(神戸大学)
第3回	テーマ	「あったか子育て絵本はかくし味」(講演会)
	内容	子育ては母親と子どものスキンシップが見本であること、子育てのコツ、0才児から大学生までの成長の特徴などのお話を聞く。 講師：大塚歌子(元兵庫県こどもの館館長)

【受講者数】

124名

【受講者の主な意見】

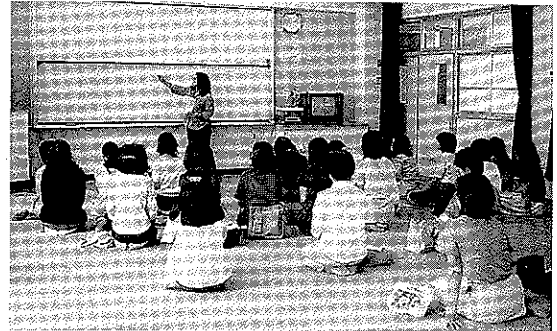
- ・絵本を、ゆっくりと読むことにより、ゆったりとした時間を過ごせました。
- ・親が子供を一方的に育てるのではなく共に育む、育っていく事なんだと改めて感じました。

CAP (キャップ) 子どもが暴力から 自分を守るためのプログラム

保護者の会・青少年問題協議会南落合支部

代表：上嶋ゆかり

神戸市須磨区竜が台



【講座の目的・趣旨】

子どもたちを取り巻く事件が多い中、不安を持つ親の声を多く耳にします。そこで、子どもたちが、自分の心と体を大切にしていくことで、暴力やいじめから自分や友達を守るためにできることを皆で考える。

【日程・会場】

1	13年7月3日(火)10:00~12:00	南落合小学校多目的室
2	13年7月19日(木)13:30~15:30	南落合小学校多目的室・第二会議室
3	13年7月23日(月)13:30~15:30	南落合小学校多目的室・第二会議室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「CAP (キャップ) おとなのワークショップ」
	内容	・子供の人権を守るため大人ができることを考える。 講師：原田薫 (CAPこうべ事務局)
第2回	テーマ	「CAP (キャップ) 高学年向けワークショップ」
	内容	・寸劇や話し合いを通じて、暴力・いじめを考える。 講師：原田薫 (CAPこうべ事務局)
第3回	テーマ	「CAP (キャップ) 低学年向けワークショップ」
	内容	・寸劇や話し合いを通じて、暴力・いじめを考える。 講師：原田薫 (CAPこうべ事務局)

【受講者数】

117名

【受講者の主な意見】

- ・私も劇のなかに入れたので、うれしかった。楽しかった。
- ・本当に「CAP」に来てよかったです！

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】

・パソコンを学びたいがチャンスに恵まれないシニアのための講座を行うことにより、人材育成につなげる。

・間伐材活用のために、木工技術を習得する。

【日程・会場】

1	13年11月13日(火)16:00～18:00	神戸西・助け合いネットワーク会議室
2	13年11月14日(水)16:00～18:00	神戸西・助け合いネットワーク会議室
3	13年11月15日(木)16:00～18:00	神戸西・助け合いネットワーク会議室
4	13年11月16日(金)13:00～14:30	神戸西・助け合いネットワーク会議室
5	13年11月21日(水)13:00～14:30	神戸西・助け合いネットワーク会議室
6	13年11月28日(水)13:00～14:30	神戸西・助け合いネットワーク会議室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「初めてのパソコン、シニアのためのパソコン教室」
	内容	パソコン入門講座(1) パソコンの基本操作を実際にパソコンを使用しながら学習する。 講師：中原伸子(希企画)
第2回	テーマ	「初めてのパソコン・シニアのためのパソコン教室」
	内容	パソコン入門講座(2) 講師：中原伸子(希企画)
第3回	テーマ	「初めてのパソコン・シニアのためのパソコン教室」
	内容	パソコン入門講座(3) 講師：中原伸子(希企画)
第4回	テーマ	「地球にやさしい木工教室」
	内容	ログハウスを建てた経験から、ログハウスの建て方、ログハウスの魅力について。 講師：牧 美紀(ハープ&ログ)
第5回	テーマ	「地球にやさしい木工教室」
	内容	木工技術の習得、機械と工具の使い方の基本について 講師：藤田賢次(建築大工技能士)、藤田欣彦(一級木工機械整備技能士)
第6回	テーマ	「地球にやさしい木工教室」
	内容	木工技術の習得、機械と工具の使い方の基本について 講師：中山(大工)、坂本(大工)

【受講者数】

21人

【受講者の主な意見】

・先生の教え方もわかりやすく良かった。

学校、家庭、地域の連携の コミュニティづくり

北須磨団地自治会

代表：横山 昭

神戸市須磨区友が丘



【講座の目的・趣旨】

まちづくり再建の検討委員会の答申でコミュニティの未成熟を痛感した。以降友が丘福祉防犯センターを建設して成果が上がったが高齢化がすすむと共に老人対策の難しさが突き上がってきた。その対応として講座を開催する。

【日程・会場】

1	13年9月10日(月)10:00~11:40	北須磨団地自治会館
2	13年10月16日(火)10:00~11:40	北須磨団地自治会館
3	13年11月14日(水)10:00~11:40	友が丘地域福祉センター
4	13年12月11日(火)10:00~11:40	友が丘YUAI
5	14年1月11日(金)10:00~11:40	北須磨団地自治会館
6	14年2月21日(木)10:00~11:40	北須磨団地自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「健康づくり」 ・結核は今でも最大の伝染病だ。 ・結核のうつり方 ・結核の発病を予防する 講師：山沢ユチコ（須磨保健所）
第2回	テーマ 内 容	「高齢者の交通安全」 ・全国地域安全運動について ・空き巣が老人宅をねらう ・悪質商法、ひったくりに注意 ・夜歩きは反射リストバンドを腕に忘れずに 講師：相原定治（須磨警察署） 他2名
第3回	テーマ 内 容	「介護保険について」 ・神戸市の介護保険制度について ・介護保険事業計画とは ・介護保険を利用できる在宅介護サービスとは ・サービスを受けるまでの流れ ・安心健やかプラン 講師：平山幹夫（元芦屋市福祉部長）
第4回	テーマ 内 容	「特養友が丘YUAIについて」 ・介護の情報と現状について ・施設の説明 講師：茅原一誠（北須磨保育センター）
第5回	テーマ 内 容	「知的障害者更正施設ごんには友が丘について」 ・社会福祉法人北須磨保育センターが実践、運営する北須磨方式について ・待機者が年々増加。親なき後、誰が責任を持ち生きるのか ・友愛と信義のまち。北須磨のボランティアの期待。 講師：松生暉（北須磨保育センター）
第6回	テーマ 内 容	「安全、安心のコミュニティ像対応について」 ・少年Aについて報告する ・この須磨区仏教会により寄贈の安全、安心コミュニティ像について ・北須磨団地自治会の自主性。 ・1.17宣言を忠実に守る ・地域パトロールの実施の必要性 講師：福田常子、福本正枝（元保育センター調理師）

【受講者数】

84名

【受講者の主な意見】

- ・このような社会的異変等についてご講演の機会を多く心がけて住民を指導して欲しい。
- ・施設のことが良くわかりました。
- ・私に差別の心がどこかにあったのではと勉強になりました。

手話で話そう！

グループ宙

代表：藤原奈央子

神戸市須磨区衣掛町



【講座の目的・趣旨】

手話を通じて、聴覚障害をもった人とのコミュニケーションをより身近に感じてもらう。

他の障害をもった仲間同士の交流の手段のひとつとしての手話をたくさんの人と交流しながら考える。

【日程・会場】

1	14年1月16日(水)13:00~15:00	自由工房 宙
2	14年1月21日(月)13:00~15:00	自由工房 宙
3	14年1月28日(月)13:00~15:00	自由工房 宙
4	14年2月4日(月)13:00~15:00	自由工房 宙
5	14年2月13日(水)13:00~15:00	自由工房 宙
6	14年2月17日(日)13:00~15:00	アスタスクエア

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「手話の概略ほか」
	内容	手話の概略、指文字入門、あいさつ表現、自己紹介。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）
第2回	テーマ	「数字の練習ほか」
	内容	数字の練習、自己紹介。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）
第3回	テーマ	「自己紹介復習ほか」
	内容	自己紹介の復習、数字復習。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）
第4回	テーマ	「自己紹介復習ほか」
	内容	自己紹介、職業の紹介。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）
第5回	テーマ	「時間の関係ほか」
	内容	時間の関係、自己紹介、自己紹介完成。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）
第6回	テーマ	「歌に手話をつけてみましょう」
	内容	手話でふるさとや四季のうたを表現。 講師：池田宜弘（アジアこどもプロジェクト）

【受講者数】

14名

【受講者の主な意見】

- ・楽しく覚えることができました。
- ・手話でコミュニケーションをとれたら素敵だなと思った。

「生き生き元気に安心して暮らしま専科パートII」

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】

住民一人ひとりが自らの力を生かし輝きながら「出会い、ふれあい、助け合い」のできる機会づくりをし、老いても、障害をもっても安心して暮らせる街づくりをめざす。

【日程・会場】

1	13年7月30日(月)13:00~15:00	星が丘ホーム
2	13年8月27日(月)13:00~15:00	星が丘ホーム
3	13年10月30日(火)10:00~12:00	星が丘ホーム
4	13年10月31日(水)13:30~15:30	星が丘ホーム
5	13年11月21日(水)10:00~12:00	星が丘ホーム
6	13年11月23日(金)14:00~16:00	星が丘ホーム

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「身体機能をパワーアップしてみま専科」
	内容	身体機能低下のプロセスを学び、体の維持向上のためのリハビリ体操を暮らしの中にとり入れる。 講師：永井栄一（神戸大学保健学科作業療法学科）
第2回	テーマ	「身体を動かしリラックスしてみま専科」
	内容	リハビリ体操を通じて柔軟な身体づくりとともに、緊張している身体の部分をほぐして、リラックスできる工夫を学ぶ。 講師：永井栄一（神戸大学保健学科作業療法学科）
第3回	テーマ	「絵手紙で私の暮らしを届けてみま専科」
	内容	季節感のある身近な素材を見て、型どったり、気軽に筆をもって自由に描く。 講師：富岡節子（国際美術協会理事）
第4回	テーマ	「ヨガ美療体操で若返ってみま専科」
	内容	日常の食事、動き方（座り方、歩き方、立ち方）で健康になり、リラックスできる方法を学び、暮らしに生かします。 講師：重松ゆき子（ヘルシークワハラ）
第5回	テーマ	「メイクアップでおしゃれしてみま専科」
	内容	化粧療法により鏡の中の自分と向かい合って、生き生きと輝く表情を確かめあい元気になっていただく。 講師：鈴木京子（ハンディキャップサポートクラブ代表）
第6回	テーマ	「元気の湧き出る音楽健康法聞いてみま専科」
	内容	童謡、唱歌、なつかしの歌謡曲を2時間たっぷりみんなで歌い心身をリフレッシュした。 講師：安元邦夫（ミュージック・アトリエ「エコー」）

【受講者数】

15人

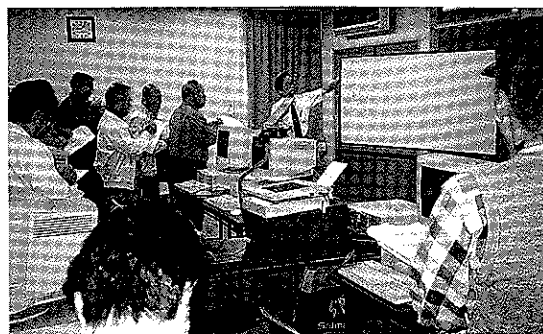
【受講者の主な意見】

みんなでパソコンを楽しもう

ベルデ名谷友愛訪問グループ

代表：葛城まつほ

神戸市垂水区名谷町



【講座の目的・趣旨】

インターネットでの情報交信とワープロの文字を打てるようにしようとの事で開催した。

【日程・会場】

1	13年10月6日(土)13:00~17:00	ベルデ名谷集会所
2	13年10月8日(月)9:00~12:00	ベルデ名谷集会所
3	13年10月9日(火)9:00~12:00	ベルデ名谷集会所
4	13年10月10日(水)9:00~12:00	ベルデ名谷集会所
5	13年10月10日(水)13:00~17:00	ベルデ名谷集会所
6	13年10月11日(木)9:00~12:00	ベルデ名谷集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	パソコンとはどのようなものか。本当の初歩から初める。 講師：吉岡良成（希企画）
第2回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	始めた時より少し進んで色々な画面を出すトレーニング。 講師：吉岡良成（希企画）
第3回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	ワープロソフトの使い方。 講師：吉岡良成（希企画）
第4回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	パソコンの初歩。 講師：吉岡良成（希企画）
第5回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	パソコンの講習会とは何か。 講師：吉岡良成（希企画）
第6回	テーマ	「パソコン教室」
	内容	インターネット、ワープロの使い方。 講師：吉岡良成（希企画）

【受講者数】

15名

【受講者の主な意見】

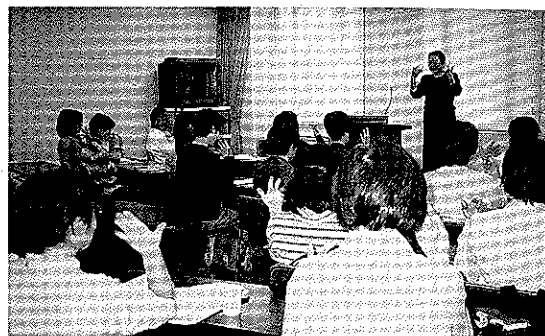
- ・パソコンを全然知らなかったが、少し分かったのでよかった。よく解るまで勉強したい。
- ・詳しく教えてくれた。
- ・楽しい時間を過ごす事が出来た。

～聴覚障害の方とのコミュニケーション～ 「手話で広がる共生の“わ”！」

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】

高齢（加齢）や事故によって聴覚障害を持つ方が増えている中、手話を学ぶ人、学びたい人も増加しています。しかし、趣味の範囲にとどまってしまう方、手話サークルの閉鎖性など、さまざまな問題もみられます。障害者への社会の対応（歴史、法律など）も合わせて学び、障害者への理解と共生を考えました。

【日程・会場】

1	13年10月5日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1
2	13年10月12日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1
3	13年10月19日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1
4	13年11月2日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1
5	13年11月9日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1
6	13年11月16日(金)13:30～15:30	西区民センター 2階会議室 1

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「聞こえない、聞こえにくいとは？」
	内容	・講義 ・実技 手話で名前を表現 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）
第2回	テーマ	「子育ての違い～聴覚児と聞こえない、聞こえにくい子ども～」
	内容	・講義 ・実技 指文字と手話 ・手話で歌を…会話と歌詞表現の違い 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）
第3回	テーマ	「手話通訳するということは…」
	内容	・講義 手話を知っていても通訳はできない ・実技 簡単な日常会話 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）
第4回	テーマ	「手話も時代の流れで変わってくる」
	内容	・講義 ・実技 簡単な日常会話、手話で歌を… 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）
第5回	テーマ	「聴覚障害者をとりまく法律」
	内容	・講義 ・実技 手話通訳…聞いた言葉を表現 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）
第6回	テーマ	「手話通訳体験談」
	内容	・講義 ・実技 実技のまとめ、手話で歌を… 講師：頂ヒナ子（手話通訳士・手話クラブ華主宰）

【受講者数】

36名

【受講者の主な意見】

- ・2時間がとても短く感じました。聴覚障害者の“これまで”と“現状”が少しは理解出来たと思う。
- ・とても具体的な内容で、分かりやすく、手話に興味を強くもった。
- ・堅苦しくない話し方なので、楽しく聞けた。

子どもの居場所づくりを サポートする大人のための講座

神戸須磨北おやこ劇場

代表：西村 文子

神戸市須磨区北落合



【講座の目的・趣旨】

これまで、いくつかの子どもたちの活動をサポートすることを通して、大人も異年齢集団の中で育ち合い、高め合っていくことが実証されました。森栗茂一氏（都市民俗学）の講義と清水章代氏（地域文化振興のため毎年「家族劇場」を制作している劇団四紀会所属）の講義とワークショップで、大人も楽しみながら活動することを体験したい。

【日程・会場】

1	13年8月25日(土)10:30~12:00	大学共同利用施設ユニティ セミナールーム
2	13年8月25日(土)13:00~14:00	大学共同利用施設ユニティ 和室
3	13年9月22日(土)14:00~15:30	大学共同利用施設ユニティ セミナールーム
4	13年10月20日(土)14:00~15:30	大学共同利用施設ユニティ セミナールーム
5	13年11月17日(土)18:30~20:00	大学共同利用施設ユニティ 和室

【カリキュラム】

第1回	<p>テーマ 「『子どものまねかた、大人のまねかた』大人のためのワークショップ」</p> <p>内容 ・講師のかけ声に合わせて「喜・怒・哀・楽」の表情を次々とつくる。 ・出会いがしらにぶつかる。相手の反応にどう応じるか。 ・「あっ」という言葉（セリフ）でグループで芝居を作る。 ・感情を素直に出すことの難しさ、想像を自由にふくらませる力がなくなっていることを体感する講座。 講師：清水章代（劇団四紀会）</p>
第2回	<p>テーマ 「表現活動の楽しさを知る」</p> <p>内容 ・今、無表情がかっこいいと思われているのでは…。でも感情をおさえることと感情をかくすこととは違う。子どもが安心して感情を出せる場とは…。 ・感情を素直に出し合える人間関係とは。 講師：清水章代（劇団四紀会）</p>
第3回	<p>テーマ 「母親が市民活動に参加して外に出るとき父親は…？」</p> <p>内容 ・核家族、隣近所のつき合いの薄れる中で母親が孤立化。 ・先が見えない子育て環境の中、何をやるべきか、やらせるべきか。 ・母親としての自立—自分の「チャンネル」をたくさん持って自分の世界を広げ、ネットワークを作る。そのことがイコール子どもの環境を守り育てていく。 講師：森栗茂一（大阪外国語大学教授）</p>
第4回	<p>テーマ 「震災とキャンプから学んだこと」</p> <p>内容 ・震災があぶり出したインナーシティがかかえる問題、独居高齢者・世代間ギャップ（下町のささえ合いが今本当にあるのか） ・高学年キャンプで学ぶこと—異世代の交流、助け合い、親の解放 ・青年の力をもっと地域に生かす—居場所づくり 講師：森栗茂一（大阪外国語大学教授）</p>
第5回	<p>テーマ 「4回の講演で学んだこととこれから」</p> <p>内容 ・今回の講座企画の思いと反省、これからについて ・参加者の感想 ・講師の感想 ・フリーディスカッション 講師：清水章代（劇団四紀会）</p>

【受講者数】

35人

【受講者の主な意見】

- ・きもちのいいコミュニケーションのとり方を、身体の芯から自然とできるように子どもにもなって欲しいし、自分もなりたい。
- ・発散することの大切さを痛感した。娘達の前で子供以上に子供っぽい自分にも気付き、大人として感情をおさえられる私にも成長したいと反省しきりでした。

家庭でおこなえる介護の知識と 援助方法No.2

阪神高齢者障害者支援ネットワーク

代表：中辻 直行

神戸市西区榎野台



【講座の目的・趣旨】

超高齢社会を目前にひかえ、在宅で高齢者の介護をしている家庭が増えている。家庭でも出来る介護・介助の方法を基本的なボディメカニズムを知り、安全、安楽、快適に過ごすための知識や、技術を修得する。

【日程・会場】

1	13年9月7日(金)15:00~16:30	伊川谷工房・繪屋
2	13年9月14日(金)15:00~16:30	伊川谷工房・繪屋
3	13年9月21日(金)15:00~16:30	伊川谷工房・繪屋
4	13年9月28日(金)15:00~16:30	伊川谷工房・繪屋

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「介護とは何か」
	内容	介護・介助とは何か。何のためにするのかの基本理念を知る。 講師：川崎栄子
第2回	テーマ	「『痴呆』とは何か」
	内容	増加傾向にあり、介護保険上の取扱いでも問題を残す「痴呆」について、具体的な症例をまじえて実際に学ぶ。 講師：川崎栄子
第3回	テーマ	「体の構造と介護の仕方」
	内容	体の構造（基本的なボディメカニズム）を知ることで介護者にとっても安全に行える介護方法を学ぶ。 講師：川崎栄子
第4回	テーマ	「補助機具の効果的な使用方法」
	内容	家庭で一般的に使う、車椅子や歩行補助具等を実際に使って学ぶ。 講師：川崎栄子

【受講者数】

22名

【受講者の主な意見】

- ・具体的な内容で車イスの扱いがわかった。
- ・車椅子の扱い方など知らなかったのがよかった。
- ・自分のためになった。

子どもの居場所づくりを サポートする大人のための講座

神戸須磨北おやこ劇場

代表：西村 文子

神戸市須磨区北落合



【講座の目的・趣旨】

これまでいくつかの子どもたちの活動をサポートすることを通じて大人も異年齢集団の中で育ち合い、高め合うことが実証された。スクールカウンセラーの神田清美氏に、子どもたちの心の問題についてお聞きし、野原氏には思春期の性の問題。また、受けとめる側の大人の更年期の問題についてもお聞きし、大人と子どもが自分自身を理解し、お互いを理解し、よりよい関係を築いていくための講座としたい。

【日程・会場】

1	13年11月12日(月)10:00~12:00	大学共同利用施設ユニティ
2	13年12月10日(月)10:00~12:00	大学共同利用施設ユニティ
3	14年1月19日(土)15:00~17:00	大学共同利用施設ユニティ
4	14年2月16日(土)15:00~17:00	大学共同利用施設ユニティ
5	14年2月25日(月)10:00~12:00	大学共同利用施設ユニティ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「この不安な状況の中で、子どもたちは今何をしたらいいのか」
	内容	・子どもたちが大きな不安の中で生きているという話を前提にして、親の言葉のかけ方で一層不安にさせている具体例を講演していただいた。 ・「妄想と現実」をわけて考えることの実践をし、お絵かきをしながら「親子の対話」を完成させた。 講師：神田清美（サポートオフィス「オアシス」）
第2回	テーマ	「親子が元気でいる方法—心とからだをストレスからケアして」
	内容	・日常生活の中で「心と身体をほぐすことの大切さ」を学習。 ・親子でも夫婦でも、できる具体的な「気」の入れ方を二人ペアで実践。 ・香功（シャコン）という体操を行う。 講師：神田清美（サポートオフィス「オアシス」）
第3回	テーマ	「思春期の性」
	内容	・講師の手作りスライドで「妊娠と感染症」について学習。 ・思春期の子どもたちの性に対する意識についての統計。 ・感染症について治療の大切さを学ぶ。 講師：野原 当（あさざり病院産婦人科医師）
第4回	テーマ	「更年期について」
	内容	・更年期についてスライドで具体的に講演。 ・更年期の症状を克服する為の療法について、体操などを含めてわかりやすく教わる。 講師：野原 当（あさざり病院産婦人科医師）
第5回	テーマ	「大人と子どもがよりよい関係を築いていくために」
	内容	・前半の1時間は参加者どうしで1対1からはじまり4人そして8人へとグループを大きくしながらディスカッションをした。 ・今までの講座内容についてグループごとに自由に話し合いをもった。 講師：神田清美（サポートオフィス「オアシス」）

【受講者数】

96名

【受講者の主な意見】

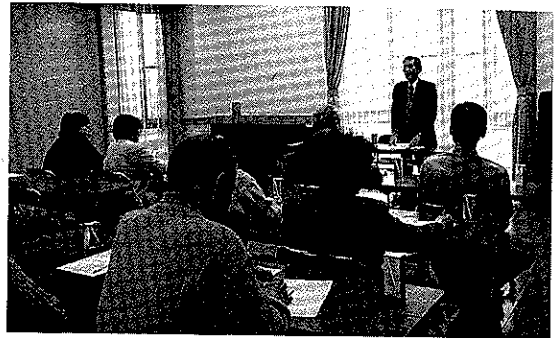
- ・よくわかる説明で、楽しく聞くことができた。
- ・スライドなどをたくさん使ったわかりやすい講座でした。

少子高齢化時代と地域活動

美賀多台ふれあいのまちづくり協議会

代表：小林 成好

神戸市西区美賀多台



【講座の目的・趣旨】

地域活動がどこまで、少子高齢化のような問題とかかわってゆけるのか、またどのようななかかわり方ができるか。地域にどのような問題を抱えた方がいるのかを掘り起こす。

【日程・会場】

1	13年11月17日(土)14:00~15:30	美賀多台地域福祉センター
2	14年1月19日(土)14:00~15:30	美賀多台地域福祉センター
3	14年2月16日(土)14:00~15:30	美賀多台地域福祉センター

【カリキュラム】

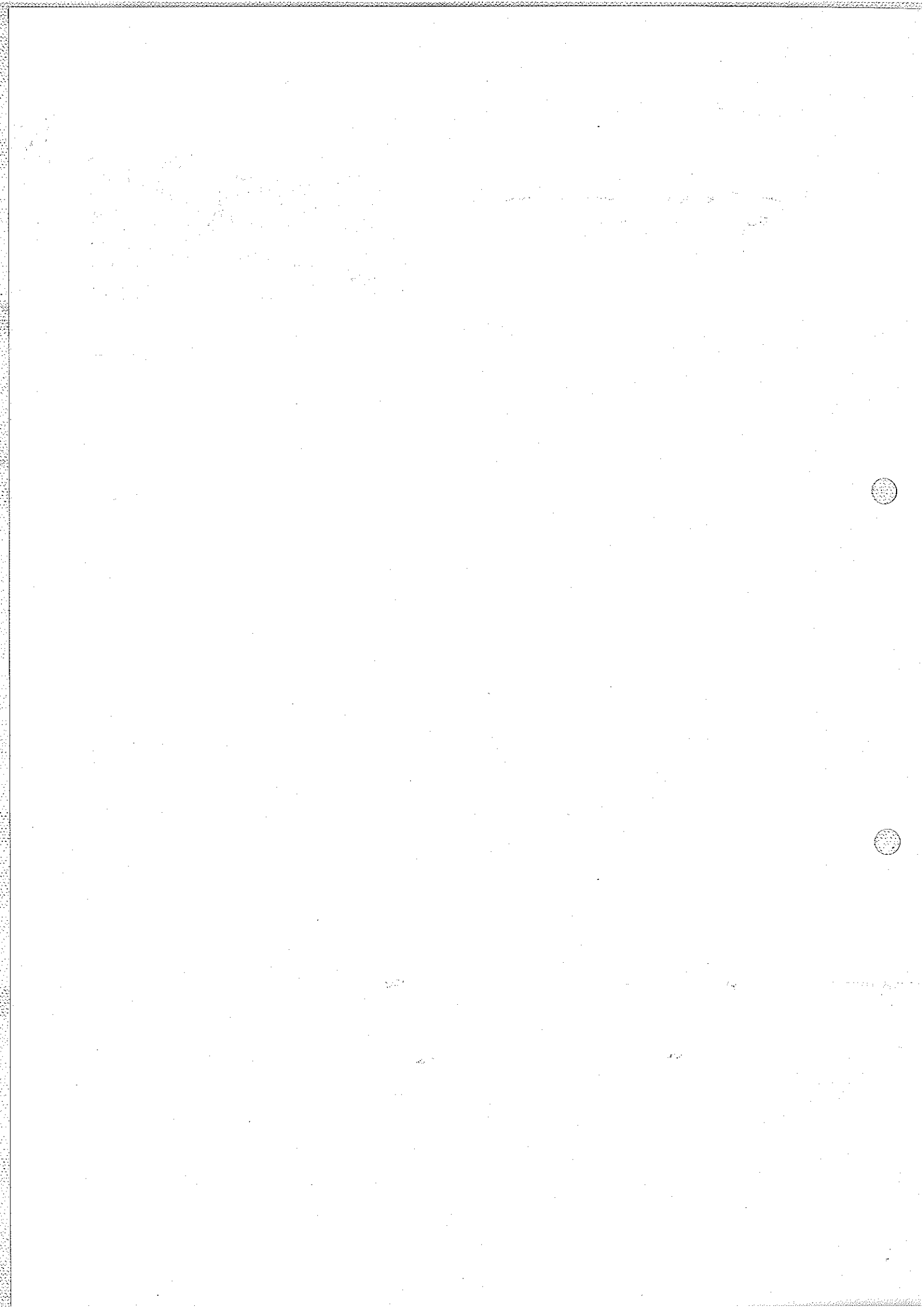
第1回	テーマ	「何が出来る？高齢者とその家族への支援」
	内容	実際の相談事例にそって、その対応や情報の提供をわかりやすく説明（主に介護） 講師：山本節子（シルバーライフ情報友の会）
第2回	テーマ	「何が出来るか？子育ての応援」
	内容	子供・学校の現状から子供たちが何を求めているか、また地域の大人がいかにかわるか具体的に説明された 講師：松本義憲（美賀多台小学校校長）
第3回	テーマ	「福祉のまちへフリースペース」
	内容	各自治会、婦人会、老人会、子供会の活動報告や問題点を発表し、今後の活動への参考とする。 講師：小林成好（美賀多台ふれあいまちづくり協議会）

【受講者数】

23名

【受講者の主な意見】

- ・地域の各団体の活動がよくわかった
- ・学校の現状について大変参考になりました



阪神南地域

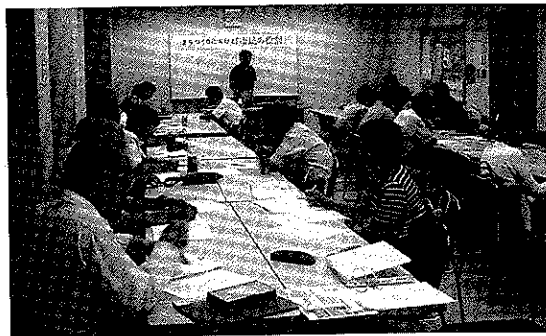
グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
あまがさき市民まちづくり研究会	武田 浩	わがまちを知る・創る	尼崎 市	76
ネットワーク・そのだ	園田 政子	安心づくりまちづくり講座	尼崎 市	77
ヘルスカウンセリング学会(兵庫県支部)	渡壁 久恵	大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ	尼崎 市	78
尼崎消費者協会	松田登巳子	生活講座 いきいきライフ	尼崎 市	79
あまがさき市民まちづくり研究会	武田 浩	親子で学ぶ環境問題	尼崎 市	80
コープくらしの助け合いの会	佐々木ゆき	健康の食生活講座	尼崎 市	81
立花サロン	山室 英子	立花サロン	尼崎 市	82
尼崎どんぐりの会	中嶋 裕子	紙芝居を作ろう 子育てに生かす紙芝居	尼崎 市	83
子どもの生きる力を育む会	西川 靖子	コミュニケーション・スキル (より良い人間関係を育むために)	西宮 市	84
西宮くぐつ座	山形 隆子	人形劇に挑戦してみよう!!	西宮 市	85
西宮ココロン・クラブ	山形 隆子	地域活動のコツを学ぼう 地域活動“ツボのツボ” -PART 2-	西宮 市	86
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	西宮 市	87
おもちゃライブラリー「ばばーる」	吉田 照美	子育て支援講座	西宮 市	88
西宮女性ネットの会	高橋 倫恵	女性が元気な地域づくり～ネットワークを広げよう!～	西宮 市	89
西宮地域たすけあいネットワーク	岡本 順子	自分の住んでいる街を知ろう!!く自分たちでバリアフリーマップをつくる)	西宮 市	90
西宮地域たすけあいネットワーク	岡本 順子	「介護とは?」知識と体験、積極的な介護生活を送ろう	西宮 市	91
わんぱく会	松尾 たえ	親子体操で遊ぼう	西宮 市	92
木馬の会	岩波 真理	手芸ボランティア体験講座	西宮 市	93
子育てネットワーク西宮	藤沢かおる	一人じゃないよ楽しもう子育て!	西宮 市	94
まぜん太	南條理恵子	子どものころをみつめたい、私のころをみつめたい	西宮 市	95
西宮市くらしの研究会	水澤 久子	環境にやさしいくらしの講座	西宮 市	96
西宮コープ福祉・ボランティアセンター	辰巳由美子	「手話講座」10回シリーズ (入門コース)	西宮 市	97
西宮くぐつ座	山形 隆子	人形劇に挑戦してみよう!	西宮 市	98
W・Sひょうご	あがた晶子	地域で気づこうドメスティック・バイオレンス	西宮 市	99
子育てネットワーク西宮	藤沢かおる	サークルを作ろうよ!	西宮 市	100
はらっぱ保育所親の会	安部由布子	家族の絆と地域文化	西宮 市	101
おもちゃライブラリー「ばばーる」	吉田 照美	子育て支援講座パートⅡ	西宮 市	102
名塩婦人会	田中 克子	心豊かな暮らしに向けて、伝統文化で住みよい地域づくり楽しい仲間づくり	西宮 市	103
西宮CRの会	村上 良江	子どもの心が育つ聞き方・話し方	西宮 市	104
ACいれぶん	川下 好明	輝いてコーラス“キララ” PARTⅡ	芦屋 市	105
ふれあいの会	友田 雅子	童謡、唱歌で心のハーモニーを介護職員も共に	芦屋 市	106
おもしろプランニング	毛利 寿子	Let's Talk 一芦屋で生きる	芦屋 市	107
社会福祉法人のぞみ会	藤本 義一	第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室 子供講座	芦屋 市	108
兵庫えほんばたけの会	佐田きみよ	絵本の楽しさを伝えたい!～「きよの流絵本読み語り講座」～	芦屋 市	109
芦屋市子ども会連絡協議会	松村 和紀	クリスマス・正月をつくろう!	芦屋 市	110
ふれあい短歌会	友田 雅子	心の輪を街づくりに繋げたい	芦屋 市	111

わがまちを知る・創る

あまがさき市民まちづくり研究会

代表：武田 浩

尼崎市東園田町



【講座の目的・趣旨】

これまで2年以上まちづくりに取組んできたメンバー及び市民が、より知識を得ることにより、実践、実現できる提案づくり、行政との協働が可能な力をつける。そして、自ら学び、実践、行動していく。

【日程・会場】

1	13年6月18日(月)18:30~20:30	小田公民館
2	13年7月23日(月)18:30~21:00	小田公民館
3	13年8月20日(月)18:30~20:45	小田公民館
4	13年9月17日(月)18:30~20:45	小田公民館
5	13年10月22日(月)18:30~20:30	小田地区会館
6	13年11月10日(土)13:30~18:30	小田公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「環境まちづくりと条例」 ・尼崎市の「環境条例」についての説明・解説 ・尼崎市が取得したISO14001に関する市民と市長の立場 ・市民参加による環境活動 ・環境教育の今後と実態 講師：岡田博明（国際環境専門学校）他
第2回	テーマ 内 容	「まちづくりとは一私たちの住まいづくりから考える」 ・尼崎市の「新尼崎住宅マスタープラン」についての説明 ・住まいからまちづくりを考える ・公共財と民間財の考え方 ・バリアフリーなまちづくりとその捉え方 ・魅力的なまちにするための教育環境 講師：林宏昭（関西大学経済学部教授）
第3回	テーマ 内 容	「思いをかたちにするための市民の役割」 ・市民と行政の共働 ・「第3の波」による市民・社会の変化と今後の働き方 ・ネットワーク社会のパラダイム ・リーダーに求められるエンパワメントとファシリテーターとしての役割 講師：久隆浩（近畿大学工学部助教授）
第4回	テーマ 内 容	「これからのまちづくり」 ・まちづくりにおける「尼崎らしさ」とは ・まちづくり（興味のない人に対して）のあり方 ・尼崎の新しい魅力の数々 ・歴史とまちづくりについて 講師：河内厚郎（文化プロデューサー）
第5回	テーマ 内 容	「事例からまなぶまちづくり」「市民によるまちづくりに期待されるもの」 ・尼崎の個性、「村」の成り立ちから自分の住む地域を考える ・身近な環境の価値 ・地域空間の読みとり ・環境資源の価値と活用の課題 講師：山崎寿一（神戸大学工学部助教授）
第6回	テーマ 内 容	「再びまちづくりとは一市民まちづくりの未来像」 ・尼崎近代建築の遺産として、木造建物、コンクリート建物の様式や遺産価値について ・市民活動の発生、役割、機能、これから期待される役割について ・市民活動の情報交換、交流機会を与える場=プラットフォームの必要性 講師：川島智生（近畿大学工学部助教授）・久隆浩（近畿大学工学部助教授）

【受講者数】

184名

【受講者の主な意見】

- ・新しいまちづくりの基本概念が十分理解できた。
- ・各グループが元気に活動されていることが、いきいきと伝わってきた。

安心づくりまちづくり講座

ネットワーク・そのだ

代表：園田 政子

尼崎市口田中



阪神南

【講座の目的・趣旨】

地域の温かい人間関係を広められるお手伝いを目的とし、出会い、ふれ合い、学び合いを楽しめるような講座企画を趣旨とする。

【日程・会場】

1	13年7月14日(土)13:30~16:30	尼崎市立園田地区会館2Fホール
2	13年8月11日(土)13:30~16:40	尼崎市立園田地区会館2Fホール
3	13年10月20日(土)13:00~16:00	特別養護老人ホーム「らくらく苑」と地域農園
4	13年11月17日(土)13:30~16:00	尼崎市立園田地区会館2Fホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「家庭介護(実技)研修会」
	内容	「技術のポイント解説—デモンストレーション」3分野を6グループに分かれ学ぶ。 講師：横道みさを 他7名 (県立尼崎病院看護部)
第2回	テーマ	「救命講習会」
	内容	救急事態の予防や対処法について武田救急隊長の話を聞く。救急隊のデモンストレーションの後、4グループに分かれ実技実習。質疑応答の後、本田署長の講評。 講師：本田署長、武田隊長他8名(尼崎市消防局)
第3回	テーマ	「車椅子ボランティアとおいもほり」
	内容	・車椅子で散策。 ・歌などで交流 ・おいもほり 講師：立石栄一、進藤エミ(尼崎市立公民館)
第4回	テーマ	「ミニフォーラム『親子の絆って?』」
	内容	2人の親子の絆をテーマに講師の講話を聞く。 講師：大塚美和子、阿部正典(尼崎市教育委員会)

【受講者数】

150人

【受講者の主な意見】

- ・介護する様子を仕事上毎日見ているが、大変な事が良く分かっているが、いざ自分がやってみると聞いたようには出来ないし、愛情と慣れだと実感した。
- ・こちらの接し方ひとつで変わる親子関係なんだと思った。

大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ

ヘルスカウンセリング学会兵庫県支部

代表：渡壁 久恵

尼崎市塚口町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

自分や相手の本当の思いに気づき、効果的なコミュニケーションをとるコツを学ぶことで、親子・夫婦・地域・職場において、よりよい人間関係を築く方法を身につけ、心と体の健康づくりを支援する。

【日程・会場】

1	13年5月22日(火) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
2	13年6月5日(火) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
3	13年6月19日(火) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
4	13年7月4日(火) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
5	13年9月3日(月) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
6	13年9月10日(月) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
7	13年9月17日(月) 9:30~11:30	女性センタートレピエ
8	13年10月1日(月) 9:30~11:30	女性センタートレピエ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・話し易い聴き方 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第2回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・チェックリストで自分を見る・共感する方法 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第3回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・思いには感情・期待がある。話を聴く練習 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第4回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・話を聴いて相手の思いを知る。自分の思いを伝える。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第5回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・話し易い聴き方。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第6回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・チェックリストで自分を見る。 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第7回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・思いには感情・期待がある話を聴く練習 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）
第8回	テーマ	「大切な人とのコミュニケーションをとる時のコツ」
	内容	・話を聴いて相手の思いを知る、自分の思いを伝える 講師：山下貴美子（ヘルスカウンセリングセンター）

【受講者数】

47名

【受講者の主な意見】

- ・家庭生活を送るうえで活用したい。
- ・「自分がなぜそうするのか…」を客観的に見るができるようになりそうです。
- ・自分の思いに気づきました。

生活講座 いきいきライフ

尼崎消費者協会

代表：松田登巳子

尼崎市南武庫之荘



阪神南

【講座の目的・趣旨】

- ・ 広く社会全体に目を向け1人1人のライフスタイルを見直すことを目的とする。
- ・ 今年度は環境問題に視点を置いた。
- ・ 理論に片寄らず実践学習や現地見学学習を通して1人でも多くの仲間を増やし、協力し合う心を育て住みやすい社会づくりを目指す。

【日程・会場】

1	13年9月17日(月)10:00~12:00	尼崎市立消費生活センター
2	13年10月17日(月)9:00~11:00	尼崎市クリーンセンター
3	13年10月17日(月)13:00~15:00	塩水港精糖大阪工場
4	13年12月12日(水)10:00~12:00	尼崎市立消費生活センター
5	14年1月16日(水)10:00~12:00	尼崎市立消費生活センター
6	14年2月20日(水)10:00~12:00	尼崎市立消費生活センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地球が温(あつ)くなってるよ」
	内容	地球温暖化問題をふまえた上で、身体の不自由な障害者団体の活動として、牛乳パック回収運動に携わった12年の歩みの実情を話された。 講師：永岡美紀(みんなの労働文化センター)
第2回	テーマ	「ゴミ減量してますか」
	内容	尼崎市民の一般家庭ごみ、資源ごみ、粗大ごみなどがどのように処理されているのかを見学し、ごみ減量の心がけや個人個人のゴミ出しのマナーについて学ぶ機会を得る。 講師：大垣和枝(消費生活アドバイザー)
第3回	テーマ	「おりご糖工場見学」
	内容	サトウキビの原糖から洗糖、グラニュー糖、上白糖など精製される工程を見学。 講師：大垣和枝(消費生活アドバイザー)
第4回	テーマ	「環境にやさしいエコクッキング(実習)」
	内容	身体にやさしいおりご糖を使って、材料に無駄のない環境にもやさしいエコクッキングの実習をする。 講師：足立敦子(料理研究家)
第5回	テーマ	「廃油を使った石けん作り(実習)」
	内容	知っているようで知らない石けんと合成洗剤の違いを勉強したり、環境を守るため、廃油を使って汚れ落ち抜群の固定石けんを、牛乳パックの空箱を利用して作った。 講師：山木香代(消費生活コンサルタント)
第6回	テーマ	「ふろしきはりっぱなエコグッズ」
	内容	ふろしきは小さくためて、いろいろに使える便利なエコグッズです。ふろしきの良さを見直し、楽しい利用術を紹介する。 講師：尾崎総子(ふろしき研究会会員)

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・ ごみ減量だけでなく、環境問題に関する広範囲の内容は良い勉強になった。
- ・ 見学は個人では行けないので、貴重な体験ができた。
- ・ 牛乳パックの空き箱を使ったの石けん作りの実習はとても良かった。

親子で学ぶ環境問題

あまがさき市民まちづくり研究会

代表：武田 浩

尼崎市東園町



【講座の目的・趣旨】

子どもと大人でともに環境問題を実験しながら考える。親子ではなく、色々な人達、子どもが交わり新しい人間関係、コミュニケーションに取り組む。

【日程・会場】

1	13年12月1日(土)14:00~16:30	尼崎市立園田東中学校
2	13年12月15日(土)14:00~16:00	尼崎市立園田東中学校
3	14年1月19日(土)14:00~16:30	尼崎市立園田東中学校

【カリキュラム】

第1回	テーマ	自分で作るリサイクル
	内容	・リサイクルについての話 講師：岡田博明（国際環境専門学校）
第2回	テーマ	「植物と遊ぶ」
	内容	・尼崎の自然についての話 ・尼崎の街並にある木についての話 講師：岡田博明（国際環境専門学校）
第3回	テーマ	「色々な水を調べよう」
	内容	・生活排水についての話 ・尼崎の水処理の話 講師：岡田博明（国際環境専門学校）

【受講者数】

53名

【受講者の主な意見】

- ・面白かったです。家に帰って作る楽しみができました。
- ・耳で聞くだけでなく実験を通じて勉強させていただきとてもわかりやすく理解できました

健康の食生活講座

コープくらしの助け合いの会

代表：佐々木ゆき

尼崎市塚口町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

アレルギー、コレステロール、糖尿病、骨粗しょう症などの生活習慣病の予防を食生活から見直し、健康に長生きする大切さを学ぶ。

【日程・会場】

1	13年10月1日(月)10:00~12:00	塚口コープセンター
2	13年10月15日(月)10:00~12:00	塚口コープセンター
3	13年10月23日(火)10:00~12:00	塚口コープセンター
4	13年10月26日(金)13:30~15:30	塚口コープセンター
5	13年11月5日(月)10:00~12:00	塚口コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「アレルギーと食生活」
	内容	・アトピーのこと ・食物アレルギーとそのショックについて 講師：木村彰宏（板宿クリニック）
第2回	テーマ	「気になるコレステロール」
	内容	動脈硬化・心筋梗塞・脳血栓など生活習慣病のもとになるコレステロールについて考える。 講師：若菜源英（ヘルスアドバイザー）
第3回	テーマ	「骨粗しょう症にならないために」
	内容	・骨粗しょう症にならないために。 ・健やかな暮らしの為に、何に気をつけたら良いのかを学ぶ。 講師：中西雅子、村岡範子（立花保健センター）
第4回	テーマ	「糖尿病予防を考える」
	内容	・他の病気をも誘発する糖尿病について ・食事をはじめ、どのようなことに気をつけたらいいのかを学ぶ 講師：林本保子（ポピンズコーポレーションシルバー事業部）
第5回	テーマ	「Coop's安全安心の食について」
	内容	・Coop'sの安全で安い商品について試食しながら考える。 講師：長野 正（コープこうべ商品開発室）

【受講者数】

38名

【受講者の主な意見】

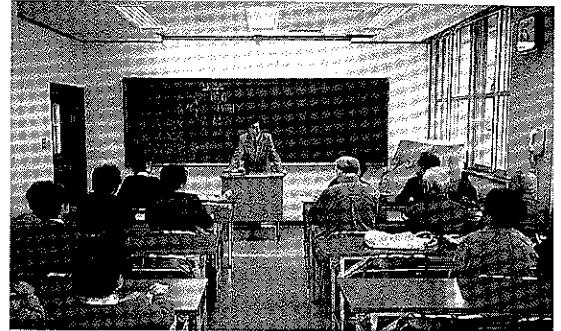
- ・改めて食生活の大切さを知った。
- ・とてもわかりやすくよかったです。

立花サロン

立花サロン

代表：山室 英子

尼崎市塚口町



【講座の目的・趣旨】

高齢者の学習を通じて喜びと生きがいを高め、地域社会の発展に寄与することを目的とする。

【日程・会場】

1	13年9月6日(木)10:30~12:00	立花公民館
2	13年10月4日(木)10:30~12:00	立花公民館
3	13年11月8日(木)10:30~12:00	立花公民館
4	13年12月6日(木)10:30~12:00	立花公民館
5	14年1月17日(木)10:30~12:00	立花公民館
6	14年2月7日(木)10:30~12:00	立花公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「世界の中の日本」
	内容	・小泉内閣の政治環境 ・世界の動き——軍事、外交とアジアの動き 講師：泉和幸(フォーラム泉事務所)
第2回	テーマ	「地方分権と介護制度」
	内容	・地方分権のあり方、高齢化、少子化社会を支える介護保険制度について ・アフガニスタン情勢について 講師：泉和幸(フォーラム泉事務所)
第3回	テーマ	「男女共同参画について」
	内容	・社会の動向に沿っての男女のあり方 ・人間関係を大事にしていく生き方 講師：泉和幸(フォーラム泉事務所)
第4回	テーマ	「古典に学ぶ」
	内容	古典と現代社会に通じるものについて、中国古典より現代を生き抜く知恵、人生をより明るく生きる処世術について考える。 講師：泉和幸(フォーラム泉事務所)
第5回	テーマ	「平家物語の世界」
	内容	平家物語 巻7~8 木曾義仲 Part 2 物語の解説、ビデオ、写真等での学習 講師：金正鐵雄(文学評論家)
第6回	テーマ	「私たちが取りまく諸問題を考える」
	内容	小泉内閣を取りまく諸問題、地方自治へのシフト、教育改革と文部省の方針、国内の行政改革のこれからの行方 講師：泉和幸(フォーラム泉事務所)

【受講者数】

24名

【受講者の主な意見】

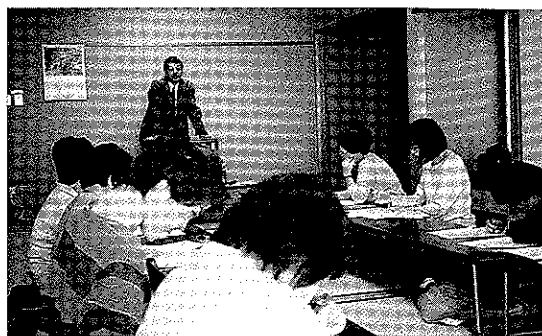
- ・話が解りやすく、とても楽しかった。
- ・毎回スピードと迫力のある講義でした。
- ・詳しい内容で良い勉強ができた。

紙芝居を作ろう 子育てに生かす紙芝居

尼崎どんぐりの会

代表：中嶋 裕子

尼崎市大庄川田町



【講座の目的・趣旨】

人と人は向かいあって心を通じ合わせる事ができる、紙芝居の良さをもっと教育にとり入れていただきたい。今の子供達に必要なものが紙芝居にはあると思っています。

【日程・会場】

1	13年10月13日(土)10:00~12:00	大庄公民館
2	13年10月27日(土)10:00~12:00	大庄公民館
3	13年11月10日(土)10:00~12:00	大庄公民館
4	13年11月24日(土)10:00~12:00	大庄公民館
5	13年12月8日(土)10:00~12:00	大庄公民館
6	14年1月12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	「子育てに生かす 絵本と紙芝居 いまなぜ紙芝居なのか」 ・子育てにおける絵本と紙芝居の使い分け ・紙芝居の実演 ・街頭紙芝居→印刷紙芝居→手作り紙芝居と演じる。 講師：高鳥公子（人形劇団蝸虫） 柿本香苗（紙芝居まつぼっくり）
第2回	テーマ 内容	「脚本を中心に作り方を学ぶ」 ・ストーリーを考えてみよう ・箱書の説明、注意事項 講師：堀田穰（京都学院大学、関西紙芝居研究会会長） 角田宜子（紙芝居サークルちょうちょう）
第3回	テーマ 内容	「絵を中心に作り方を学ぶ」 ・実寸大に書く ・絵の添削 講師：小森時次郎（紙芝居汽笛） 角田宜子（紙芝居サークルちょうちょう）
第4回	テーマ 内容	「さあ作ってみよう」 ・実際に色づけをしていく。 講師：小森時次郎（紙芝居汽笛） 角田宜子（紙芝居サークルちょうちょう）
第5回	テーマ 内容	「演じ方を学ぶ」 ・発声の基本と演じ方 講師：玉井孝（元朝日放送アナウンサー） 柿本香苗（紙芝居まつぼっくり） 菅野博子（紙芝居まつぼっくり）
第6回	テーマ 内容	「紙芝居の活用の仕方を学ぶ」 ・図書館、学校、文庫、病院、外国など様々な活用について学ぶ 講師：小森時次郎（紙芝居汽笛） 角田宜子（紙芝居ちょうちょう）

【受講者数】

21名

【受講者の主な意見】

- ・勉強会で学んだことをぜひ続けていきたい
- ・発声の大切さがわかった

コミュニケーション・スキル (より良い人間関係を育むために)

子どもの生きる力を育む会

代表：西川 靖子

西宮市高須町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

地域活動・グループ活動を円滑にするために、コミュニケーションの技術を高め、お互いの信頼関係を育む。

【日程・会場】

1	13年9月14日(金)10:00~12:00	西宮市鳴尾公民館
2	13年10月9日(火)10:00~12:00	西宮市鳴尾公民館
3	13年10月29日(月)10:00~12:00	西宮市鳴尾公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「からだほぐし・こころほぐし (自分に気づくワークショップ)」
	内容	参加者が2人1組になって自己紹介のあと、5~6人のグループになり、自分のパートナーとなった人をグループに他己紹介。自分にとって大切なもののランキングをしたあと、グループでシェアする。ピア・カウンセリング (今一番気になっていること) 及び音楽に合わせて体ほぐし。 講師：和田享子 (ワークショップお届け隊)
第2回	テーマ	「より良いコミュニケーションのためのワークショップ」
	内容	感情のワークシートを作り、グループでシェアする。言葉での説明を聞きながら絵を描き、グループ内で見せあって、それぞれの違いに気づき話し合う。 講師：和田享子 (ワークショップお届け隊)
第3回	テーマ	「自尊感情のワークショップ」
	内容	今朝どんな気持ちかを全員でわかちあい。「私は~です」という文章を20個書き出す。CR (意識覚醒) のグループワークを行った。 講師：木谷咲子 (サポートゆう)

【受講者数】

23人

【受講者の主な意見】

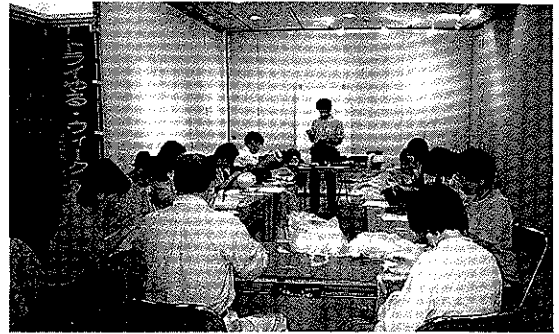
- ・体ほぐしがとても心地良くゆったりした。
- ・初めてお会いする方が多かったが話し合えて (話を聴けて、聴いてもらって) うれしかった。
- ・日頃思っている気になっていることを人前で話す機会を持って、自分自身の考えが整理されてよかった。

人形劇に挑戦してみよう！！

西宮くぐつ座

代表：山形 隆子

西宮市南昭和町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

脚本づくり、人形作りから演じるまで、創造する楽しみを体験する。伝統ある人形芝居の継承と新たな創造をめざす。

【日程・会場】

1	13年6月4日(月)10:00~15:00	フレンテ西宮
2	13年6月5日(火)10:00~15:00	フレンテ西宮
3	13年6月6日(水)10:00~15:00	フレンテ西宮
4	13年6月7日(木)10:00~15:00	フレンテ西宮
5	13年6月8日(金)10:00~15:00	フレンテ西宮
6	13年6月9日(土)12:00~17:00	フレンテ西宮

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「人形劇－はじめに・歴史を学ぶ－」
	内容	・人形芝居って何だろう。 ・人形劇の魅力などの話を聞いた。 ・西宮くぐつ師の歴史を学んだ。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）
第2回	テーマ	「古典芸能えびす舞に触れる・おはなしを作ってみよう」
	内容	・創作人形による淡路浄瑠璃“えびす舞”に挑戦。 ・脚本づくりの指導と添削。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）
第3回	テーマ	「人形劇－人形づくり－」
	内容	・ウレタンを貼ったり、削ったりして、初めての人形劇に取り組む。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）
第4回	テーマ	「人形劇－人形づくり・舞台づくり－」
	内容	・形ができあがったものに布をはりつけ、手・足・目・耳等をつけ、パクパク人形（ウサギ・カエル・ブタ）を作る。 ・小道具・背景等を作り、初舞台出演のための舞台づくりをする。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）
第5回	テーマ	「人形劇－芝居のけいこ－」
	内容	・オリジナル脚本に沿って、作り上げたパクパク人形を使って芝居のけいこ。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）
第6回	テーマ	「人形劇－発表・初舞台－」
	内容	・“第8回西宮人形劇まつり”で自分達の作品のパクパク人形を使って初公演。 講師：飯室康一（人形劇団みのむし）

【受講者数】

22名

【受講者の主な意見】

- ・子供達の楽しそうな行動・顔に触れ、世代を越えてできることに参加できて大変よかった。
- ・今までは人形劇を見るだけだったのが、作ったり動かしたりすることで、愛着を感じるとともに、動かし方一つで表情や感情が表れるのに感心した。

地域活動のコツを学ぼう 地域活動“ツボのツボ”-PART2-

西宮ココロン・クラブ

代表：山形 隆子

西宮市南昭和町



【講座の目的・趣旨】

地域でいろいろな活動をしている人、これから活動しようと思っている人、いつか活動してみたいと考えている人—そんな人たちに、地域活動のコツを学んでもらう。

【日程・会場】

1	13年9月27日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
2	13年10月4日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
3	13年10月18日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
4	13年11月1日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
5	13年11月15日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
6	13年11月29日(木)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「リーダーとメンバーのあり方」
	内容	地域活動のリーダーはどうあるべきか。また活動に参加するメンバーは個々の意識をどのように高め、自分を生かしていくかを学んだ。 講師：森 綾子（宝塚NPOセンター・事務局長）
第2回	テーマ	「広報のコツ①」
	内容	情報収集や情報発信ノウハウを学び、目をひくチラシや、わかりやすく読みやすい広報紙の作り方などを、グループに分かれて習得した。 講師：久野幸子（『にっち』編集室・代表）
第3回	テーマ	「広報のコツ②」
	内容	・前回学んだことを生かして、グループごとに実際に広報紙を作成した。 講師：久野幸子（『にっち』編集室・代表）
第4回	テーマ	「活動資金づくりのコツ」
	内容	・さまざまな助成制度を活用するため、申請先選びのポイントや申請書の書き方など、具体的なノウハウを学んだ。 講師：赤松弘輝（伊丹NPOセンター）
第5回	テーマ	「かしこい情報整理術」
	内容	・集まった情報をどのようにふりわけ、どのように整理すれば、必要なとき必要な情報をすぐに取り出すことができるのか。情報を貯めるではなく情報を“活かす”整理法を学んだ。 講師：土井けい子（消費生活アドバイザー）
第6回	テーマ	「頭の中の整理法」
	内容	・文章の書き方、ノートまとめ方、メモのとり方などを中心に、自分の考えをまとめるときに大切な“取捨選択”の方法を学んだ。 講師：清野博子（読売新聞大阪本社・編集委員）

【受講者数】

31名

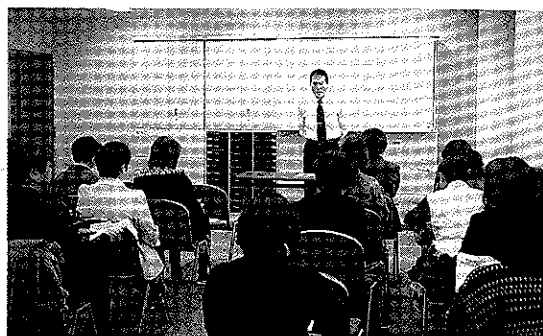
【受講者の主な意見】

・地域活動の参考になり楽しい教室でした。

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

名塩婦人会

代表：田中 克子



【講座の目的・趣旨】

名塩地域に居住するすべての人々が心豊かに暮らす為の講座を開催する。

名塩地域は被災地からの転入や近畿一円から転居される方が急増しており、こういった方たちとのふれあいの場づくりを私達女性団体が中心になって実践する。

【日程・会場】

1	13年7月10日(火)13:30~15:30	名塩会館
2	13年9月11日(火)13:00~16:00	名塩会館
3	13年9月25日(火)13:00~16:00	名塩会館
4	13年11月7日(火)8:30~17:30	水環境科学館
5	13年11月13日(火)10:00~11:00	名塩さくら苑
6	13年11月13日(火)13:30~16:30	名塩会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「教養講座（色彩と心のつながりを学ぶ）」
	内容	・服装や好みの色使いで、心理状態を知り、それをケアする色の使い方を学ぶ。 ・その人にあった、色を学ぶ。 講師：川嶋雅子（色彩心理カウンセラー）
第2回	テーマ	「手芸教室（木目込み人形作りを楽しもう）」
	内容	西宮市民文化祭参加。日本に古くから伝わる人形や置物を木目込みで作る。 講師：亥野佐代香（千鳥流師範）
第3回	テーマ	「手芸教室（木目込み人形づくりを楽しもう）」
	内容	・西宮市市民文化祭作品づくり。 ・日本に古くから伝わる人形や置物を木目込みで作る。（伝統工芸） 講師：亥野佐代香（千鳥流師範）
第4回	テーマ	「環境学習会」
	内容	滋賀県立水環境科学館では古代から現代まで、水にかかる環境を総合的に学習し、美しい中世日本の城下町としての環境をとどめる彦根の町と、その中心の彦根城内を見学して幅広い環境学習を行う。 講師：水環境科学館館長
第5回	テーマ	「福祉講座（地域の福祉施設を知ろう）」
	内容	地域の福祉施設を見学し、介護保険導入後の状況及び問題点等を学ぶ。 講師：友武一男（特別養護老人ホームさくら苑）
第6回	テーマ	「着付け教室（着物の着付けと帯結びのこつ）」
	内容	伝統文化の和服を気軽に楽しむことができるように、一人で結ぶ帯結びのコツや和服を着た時のマナーを学ぶ。 講師：小田原しのぶ（着付講師）

【受講者数】

62名

【受講者の主な意見】

- ・楽しかった
- ・今後も続けて欲しい

子育て支援講座

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】

子育ての悩みや疑問を誰にも相談できなく孤立し育児ノイローゼになり子どもの虐待が新聞にでもよくとりあげられています。母親が1人で抱え込まないで同じ仲間同士で分かち合い関わる方が楽しい、また子育てしながら社会参加をして欲しいとの思いで講座を開催するもの。

【日程・会場】

1	13年6月29日(金)10:00~12:00	二見町自治会館
2	13年7月11日(水)10:00~12:00	二見町自治会館
3	13年9月12日(水)10:00~12:00	二見町自治会館
4	13年10月31日(水)10:00~12:00	瓦木公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子どもの心をとらえる楽しい育児」
	内容	人生の3つの難しい時期 ①3~5才 ②思春期 ③50才ごろ(たそがれ) 講師：杉村省吾(武庫川女子大学)
第2回	テーマ	「あなたの子どもの心はお元気ですか」
	内容	絵本は子どもが読むから幼稚で成長とともに卒業するものだと思われるが、優れた絵本は扱っているテーマも絵も文も、子どもから大人までが感動するものである。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第3回	テーマ	「かしこいおもちゃの与え方・遊んで育つ」
	内容	人間に対する根本的な信頼感をもつことが大切、自由を手に入れるためには手順が必要などといったことを遊びの中で学んでいく。 講師：岩城敏之(KID'Sいわき)
第4回	テーマ	「子どもの食事の大切さ」
	内容	1才~2才にかけては発育がさかん。食事が大切である。栄養だけでなく楽しみながら食事が出来るように、手作りに心がけて。 講師：深川多美子

【受講者数】

59名

【受講者の主な意見】

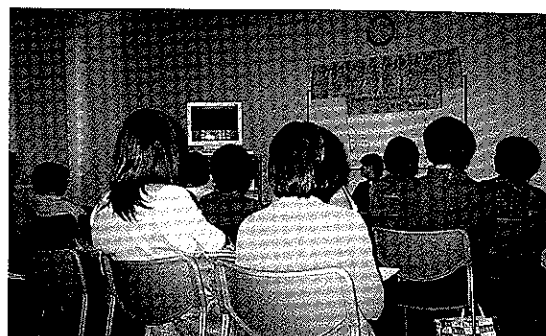
- ・これからの子育ての参考になった。
- ・絵本にふれる機会を増やしてあげたいと思った。
- ・親子で楽しめた。

女性が元気な地域づくり ～ネットワークを広げよう～

西宮女性ネットの会

代表：高橋 倫恵

西宮市門戸岡田町



【講座の目的・趣旨】

- ・女性をとりまく社会情勢の変化を学習する。
- ・一人ひとりの「らしさ」を生かした地域づくりのヒントを学び、ネットワークを広げる

【日程・会場】

1	13年9月29日(土)14:00～16:00	西宮市男女共同参画センター“ウェーブ”
2	13年10月20日(土)14:00～16:00	西宮市男女共同参画センター“ウェーブ”
3	13年11月17日(土)14:00～16:00	西宮市男女共同参画センター“ウェーブ”

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ドメスティックバイオレンスの現状と法律」
	内容	DVの現状と、10月から施行されるDV法について学習し、私たちに何ができるのかを話し合う。 講師：田中あき子（W・Sひょうご）
第2回	テーマ	「男女共同参画社会基本法を知って地域づくりに生かす」
	内容	基本法を学び、兵庫県の条例づくりから、女も男も生き生き暮らす地域づくりをいっしょに考える。 講師：船橋邦子（元大阪女子大学教授）
第3回	テーマ	「地域のネットワーク活用術～女性センターを調査して～」
	内容	各地域の女性センターの施設調査を行った話を伺い、私たちのこれからのネットワークづくりに生かす。 講師：堀久美（WIN-L代表）

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・男女共同参画社会の必要性を具体的に勉強できた。
- ・DVの実態と内容についてわかりやすくまとまってよかった。
- ・具体的な活動の指標を示していただけだと思う。

自分の住んでいる街を知ろう!! 〈自分たちでバリアフリーマップをつくる〉

西宮地域たすけあいネットワーク

代表：岡本 順子

西宮市宮前町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

高齢社会に生きる私たちが、これからの地域コミュニティづくりに向けて、自分たちの住んでいる街のバリアフリー度を自ら体験し、高齢者・障害者に優しい街について考えるためのきっかけをつくる。

【日程・会場】

1	13年9月15日(土)10:00~12:00	西宮市民会館
2	13年9月22日(土)10:00~12:00	西宮市民会館
3	13年9月29日(土)10:00~12:00	西宮市民会館
4	13年10月6日(土)10:00~12:00	西宮市民会館
5	13年10月20日(土)10:00~12:00	西宮市民会館
6	13年10月27日(土)10:00~12:00	西宮市民会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「うらしま太郎になって町に出よう!!」
	内容	高齢者・車いす・視覚障害疑似体験 講師：桑山信子（WACゆずり葉）
第2回	テーマ	「バリアフリーって？」
	内容	まちづくり福祉住環境整備の視点を学ぶ 講師：小川善博（OGAWA建築研究所）
第3回	テーマ	「マップ作りにチャレンジ！」
	内容	グループワーク① 何をどのように？ 講師：桑山信子（WACゆずり葉）
第4回	テーマ	「マップ作りにチャレンジ！」
	内容	グループワーク② さあ、実地調査！ 講師：桑山信子（WACゆずり葉）
第5回	テーマ	「報告書作成」
	内容	グループワーク③ 実地調査・確認作業（西宮市民会館 ～ 阪神西宮駅 ～ 鳴尾浜） 講師：桑山信子（WACゆずり葉）
第6回	テーマ	「報告会」
	内容	調査グループ別に発表 講師：桑山信子（WACゆずり葉）

【受講者数】

16名

【受講者の主な意見】

- ・“共に生きる”力の輪を広げていきたいと思います。
- ・実体験の話が聞けてよかった。

「介護とは？」 知識と体験、積極的な介護生活を送ろう

西宮地域たすけあいネットワーク

代表：岡本 順子

西宮市宮前町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

介護に従事している方々に、新しい視点で介護を見直してもらい、介護に追われる生活だけではなく、新たな可能性をさぐる。そして可能性のひとつとして、海外旅行を提案する。

【日程・会場】

1	13年9月1日(土)13:30~15:30	西宮市立勤労会館
2	13年9月8日(土)13:30~15:30	西宮市立勤労会館
3	13年9月15日(土)13:30~15:30	西宮市立勤労会館
4	13年9月22日(土)13:30~15:30	西宮市立勤労会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 「介護とは？」	内容 専門家の立場で見た介護の現場を知ってもらい、正しい知識を習得してもらう。 講師：桑山信子（社団法人長寿社会文化協会 WACゆずり業）
第2回	テーマ 「社会と心のバリアフリー」	内容 ・介護家庭の外出を考え、何が問題なのかについて考える ・社会と心のバリアフリーについて考える。 講師：谷端憲三（老人保健施設 陽気な家 老健相談員）
第3回	テーマ 「介護用品について、体験と用品紹介」	内容 ・介護用品の紹介と正しい使い方。 ・老人体験キット（うらしま）を使ったの実体験。 講師：桑山信子（社団法人長寿社会文化協会 WACゆずり業）
第4回	テーマ 「積極的な介護生活を！海外旅行に挑戦」	内容 ・家に閉じこもりがちな生活からの脱出。 ・海外旅行の提案と実践者からの体験談。 講師：亀山英昭（tac旅倶楽部）

【受講者数】

15名

【受講者の主な意見】

- ・介護とはする側される側にかかわらず自分の意志を伝えられる事が大事である。
- ・心がほのほのしました。

親子体操で遊ぼう

わんぱく会

代表：松尾 たえ

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	13年9月14日(金)11:00~12:00	武庫川団地7棟集会所
2	13年10月12日(金)11:00~12:00	武庫川団地7棟集会所
3	13年11月9日(金)11:00~12:00	武庫川団地7棟集会所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子体操」
	内容	・リズム体操、親子でストレッチ、カラーロープを使って ・手遊び 講師：中谷繁子
第2回	テーマ	「親子体操」
	内容	・リズム体操、トランポリン、柔軟体操 ・ミニ運動会（つなひき、玉入れ、かけっこ） 講師：中谷繁子
第3回	テーマ	「親子体操」
	内容	・リズム体操、外に出てかけっこ ・パラバルーン ・のりもの体操 講師：中谷繁子

【受講者数】

57名

【受講者の主な意見】

- ・普段できない遊びが出来て、大いに満足した。
- ・毎回たくさんのお友だちと楽しくすごせた。
- ・親子で一緒に体を動かし、共に良い汗をかきスキンシップをとる事が出来て、とても楽しかった。

手芸ボランティア体験講座

木馬の会

代表：岩波 真理

西宮市深津町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

女性が身近な手作りや手芸を通じて、地域活動・ボランティア活動をはじめのきっかけ作りとなるように、季節の小物作り等参加しやすいかたちの講座を開催する。

【日程・会場】

1	13年4月11日(水)13:00~15:00	西宮市男女共同参画センター
2	13年9月12日(水)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター
3	13年9月19日(水)10:00~12:00	西宮市男女共同参画センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ふれあい手芸教室に参加してみませんか」
	内容	・木馬の会ふれあい手芸教室についての事例報告。 ・季節の小物作りを通じて、ふれあい手芸教室の雰囲気を実際に体感してもらい、ボランティア参加へのきっかけ作りをする。 講師：蛸子恵美（手芸作家）
第2回	テーマ	「ふれあいのコツ・聞き上手のコツ」
	内容	・ボランティアとして高齢者とのふれあいの場作りに際して、相手の話を聞くことの大切さ、難しさについて、ロールプレイ等を通じて学ぶ。 講師：松田光子（ファミリーサポート協会）
第3回	テーマ	「手作り実習・季節の小物」
	内容	季節の小物作りを通じて、ふれあい手芸教室を体験。 講師：蛸子恵美（手芸作家）

【受講者数】

44名

【受講者の主な意見】

- ・ふれあいのコツ・聞き上手のコツなどとてもいい体験をしました。
- ・楽しい時間を過ごさせていただきました。

一人じゃないよ 楽しもう子育て!

子育てネットワーク西宮

代表：藤沢かおる

西宮市一里山町



【講座の目的・趣旨】

子育て中の親同志が心の垣根をとり払って交流する場を提供し、地域で色々な方面で活動している人と親子体験、意見交換を通じて、世代を超え交流できる町づくりにつなげていきたい。

【日程・会場】

1	13年8月27日(月)13:00~15:30	プレラにしのみや・ウェーブ4F
2	13年9月17日(月)11:00~14:00	プレラにしのみや・ウェーブ4F
3	13年10月15日(月)13:00~15:00	プレラにしのみや・ウェーブ4F
4	13年11月19日(月)13:00~15:00	プレラにしのみや・ウェーブ4F

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子で遊ぼう」
	内容	・子育てサークルの指導者を迎え、サークル体験をする (親子体操、絵本の読み聞かせ、手遊び、パネルシアター) ・座談会(交流会)子どもを遊ばせながらの交流会 講師：吉田千里(コープこうべ)
第2回	テーマ	「みんなで子育て ~共同保育への挑戦~」
	内容	・共同保育経験者による共同保育についてのお話、意見交換。 ・一品持ち寄りの昼食会(共同保育体験) ・スライムで親子遊び(共同保育体験) 講師：塔下恵理子
第3回	テーマ	「民生・児童委員ってなあ~に?」
	内容	・民生、児童委員の活動説明 ・地域における活動の現状 ・意見交換 講師：山田富美子(主任児童委員)・吉井笑美子(主任児童委員)
第4回	テーマ	「お話聞こうよ」
	内容	・お話聞こうよ!(絵本の読み聞かせ、手袋人形を使ってのお話、エプロンシアター) ・新聞遊び ・絵本の選び方について 講師：橋本洋子(空飛ぶアヒル)

【受講者数】

21名

【受講者の主な意見】

- ・とても良かった。親子で色々な体験が出来て楽しかった。
- ・話がとてもわかりやすく、内容も興味深くてよかった。
- ・人数もちょうどよく、のんびりと、楽しむことができた。

子どものころをみつめたい、 私のころをみつめたい

まぜん太

代表：南條理恵子

西宮市山口町上山口



阪神南

【講座の目的・趣旨】

地域社会の中で、次世代の子どもたちに何ができるのかを私たちおとなが共に考え、育て合うきっかけにする。

【日程・会場】

1	13年7月29日(日)10:00~12:00	山口公民館
2	13年9月10日(月)10:00~12:00	女性センターさんだ
3	13年10月15日(月)10:00~12:00	女性センターさんだ
4	13年11月5日(月)10:00~12:00	女性センターさんだ
5	13年11月10日(土)10:00~12:00	女性センターさんだ
6	13年11月15日(木)10:00~12:00	女性センターさんだ

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「ボレロが聴きたい——戦争出前噺——あきらめずに今できることを考えよう」 ・講師の戦争体験談 (出前噺を始めたきっかけ、戦争前後の社会の様子について、従軍体験) ・今できることは何かについて (本を読むこと、人と平和について語ることなど) 講師：本多立太郎
第2回	テーマ 内 容	「自分を大切に子育てしよう パート1」 ・身体ほぐし(リラックスするための簡単な体操) ・自分自身の身体の微妙な変化に気づくことの大切さについて ・講師の子育て体験談 講師：堀越由美子
第3回	テーマ 内 容	「自分を大切に子育てしよう パート2」 ・身体ほぐし ・前日のアンケートに対する助言、対処方法について (子どもとの対話をみがく、親自身のパターンを知るなど) 講師：堀越由美子
第4回	テーマ 内 容	「自分を大切に子育てしよう パート3」 ・身体ほぐし ・参加者から集めた「みんなで話し合いたいテーマ」から2つを選び、グループトーク。その後、発表、意見交換。 講師：——
第5回	テーマ 内 容	「自分自身を守ること——心とからだ——護身術」 ・ストレッチ ・自分を守る技の伝授 ・クールダウン(整理体操) ・助けとなる連絡先の紹介 講師：梅原昌子(アムネステイインターナショナル)
第6回	テーマ 内 容	「自分を大切に子育てしよう パート4」 ・前回の護身術の復習 ・これまでの講座を受けての感想の共有 講師：——

【受講者数】

55名

【受講者の主な意見】

- ・今後の育児に役立てようと思った。
- ・自分の気持ちが楽になるとても役に立つ講座だった。
- ・今後の自分の生活に活かしていきたい話がたくさんあった。

環境にやさしいくらしの講座

西宮市くらしの研究会

代表：水澤 久子

西宮市大屋町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

地球の温暖化防止運動の一環として先ず身近なところから、ライフスタイルを見直し省資源、省エネルギー、ゴミ減量等環境保全について、自分達が実践できることを考え学習する。

【日程・会場】

1	13年10月1日(月)13:30~15:30	西宮市消費生活センター
2	13年10月15日(月)13:30~15:30	西宮市立中央公民館
3	13年10月29日(月)13:30~15:30	西宮市消費生活センター
4	13年11月5日(月)13:30~15:30	西宮市消費生活センター
5	13年11月19日(月)13:30~15:30	西宮市消費生活センター
6	13年12月3日(月)13:30~15:30	西宮市消費生活センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「環境と飲み水について」
	内容	飲み水の安全性や、水道水と市販の飲料水はどう違うのか。 講師：鈴木貴博(兵庫県下水道公社)
第2回	テーマ	「食生活の中での廃水汚染について」
	内容	普通精米と無洗米の廃水の汚染度の違いと環境におよぼす影響について 講師：橋本竜一(幸福米穀課長)
第3回	テーマ	「家庭排出のゴミ減量について」
	内容	毎日家庭内から出るゴミの減量と処理について 講師：鈴木貴博(兵庫県下水道公社)
第4回	テーマ	「ドイツの家庭内ゴミ事情の学習」
	内容	ドイツの家庭排出のゴミの現状と、リサイクル等国民の意識について学習 講師：山本稔枝(フリー・ライター)
第5回	テーマ	「寒さに向かって省エネルギー生活」
	内容	日常生活の中での光熱源の消費を考える。 講師：鈴木貴博(兵庫県下水道公社)
第6回	テーマ	「牛乳パックの再生利用のいろいろ」
	内容	牛乳パックと和紙を使っての小物作り 講師：溝端弥生(リサイクル研究グループ代表)

【受講者数】

169名

【受講者の主な意見】

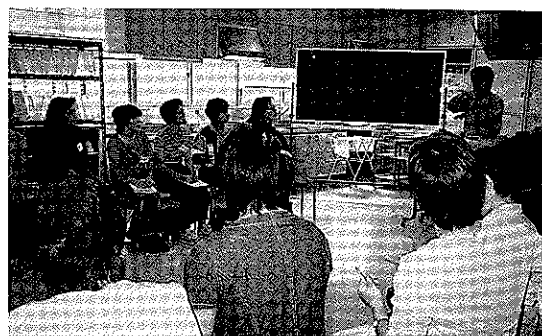
- ・「環境と飲み水」についてのまとめはとても役に立っています。
- ・身近な環境問題について話し合いができたことは有益であった。

『手話講座』10回シリーズ (入門コース)

西宮コープ福祉・ボランティアセンター

代表：辰巳由美子

西宮市甲風園



阪神南

【講座の目的・趣旨】

障害者と共に生きていくことの大切さや喜びをより多くの人に知って欲しいと思って企画した。

【日程・会場】

1	13年10月6日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
2	13年10月13日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
3	13年10月20日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
4	13年10月27日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
5	13年11月10日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
6	13年11月17日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
7	13年11月24日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
8	13年12月1日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
9	13年12月8日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター
10	13年12月15日(土)10:00~12:00	西宮北口コープセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「手話講座 ①」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第2回	テーマ 内 容	「手話講座 ②」 手話を学ぶ 講師：大川能子・若生茂嗣
第3回	テーマ 内 容	「手話講座 ③」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第4回	テーマ 内 容	「手話講座 ④」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第5回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑤」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第6回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑥」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第7回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑦」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第8回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑧」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子
第9回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑨」 ・手話を学ぶ ・西宮市手話サークルの紹介(7グループ) 講師：河合育子・大川能子
第10回	テーマ 内 容	「手話講座 ⑩」 手話を学ぶ 講師：河合育子・大川能子

【受講者数】

24名

【受講者の主な意見】

- ・手話においては、表情や動作が非常に大切だということを学んだ。
- ・ろう者に出合って、その人がおかれている環境を知ることが出来た。

人形劇に挑戦してみよう！

西宮くぐつ座

代表：山形 隆子

西宮市南昭和町



【講座の目的・趣旨】

人形作りから脚本作り、演じるまで、創造するたのしみを体験する

【日程・会場】

1	13年11月14日(水)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター
2	13年11月19日(月)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター
3	13年11月21日(水)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター
4	13年11月28日(水)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター
5	13年12月5日(水)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター
6	13年12月12日(水)13:30～15:30	西宮市男女共同参画センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「人形劇講座—開講にあたり—」
	内容	・自己紹介 ・グループ分け ・「人形のつくり方」についての説明 ・顔の土台づくり 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）
第2回	テーマ	「人形劇—人形づくり—」
	内容	・グループ毎に人形づくり（顔の土台に粘土を貼り付ける） 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）
第3回	テーマ	「人形劇—人形づくり—」
	内容	・人形づくり（手・肩づくり） ・顔の表情づくり 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）
第4回	テーマ	「人形劇—人形づくり—」
	内容	・人形づくり（体のつくり方） 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）
第5回	テーマ	「人形劇—舞台のつくり方・人形の動かし方」
	内容	・人形の仕上げ ・操作の仕方 ・小道具・背景・その他の作り方 ・台本のつくり方 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）
第6回	テーマ	「人形劇—発表—」
	内容	・各グループの発表 ・動かし方等の評 講師：飯室 康一（人形劇団みのむし）

【受講者数】

35名

【受講者の主な意見】

- ・とても楽しかったです。
- ・また次の講座も楽しみにしています。

地域で気づこう ドメスティック・バイオレンス

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】

DV防止法が成立したが、まだまだDV防止についての地域の関心は薄く具体的取り組みも遅れている。講座を通じてDVについての認識を深め、地域でDVに気づき防止のための機運を高める。さらに関心をもつ人の仲間づくりにつなげることを狙いとする。

【日程・会場】

1	13年10月11日(木)10:00~11:30	西宮市男女共同参画センター
2	13年11月8日(木)10:00~11:30	西宮市男女共同参画センター
3	13年12月13日(木)10:00~11:30	西宮市男女共同参画センター
4	14年1月10日(木)10:00~11:30	西宮市男女共同参画センター
5	14年2月14日(木)10:00~11:30	西宮市男女共同参画センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ドメスティック・バイオレンス(夫・恋人からの暴力)」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・DVとは ・暴力の種類 ・表面化しにくいドメスティック・バイオレンス ・「女性への暴力」に対する認識のなさ ・女性の問題は社会的な問題である 講師：岡本 明子(民間相談機関スタッフ)
第2回	テーマ	「被害女性の心理を知る」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・DVの心理的支配 ・日常生活の制限 ・暴力と暴力の脅かし ・ジェンダー意識による呪縛 ・DVの心理的、身体的被害について 講師：岡本 明子(民間相談機関スタッフ)
第3回	テーマ	「被害者女性へのサポート①被害女性の心のケア」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・被害女性に寄り添う ・サポート姿勢 ・ジェンダーの視点 ・救済の三角形 講師：岡本 明子(民間相談機関スタッフ)
第4回	テーマ	「被害女性へのサポート②社会資源」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・被害女性が新しい生活を準備していく上で、どのような社会資源の活用が考えられるか。 ・社会資源(相談機関・緊急一時避難場所・母子福祉制度・生活保護・離婚調停) ・法律について ・サポートの実際 講師：伊藤 ふさ(ビデオ工房 AKAME)
第5回	テーマ	「D・Vをなくすために地域でできることは」
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・4回の講座を振り返り、地域で私たちができることを考える ・民間相談スタッフのサポート活動の実態とそこから見えてくるサポートに必要な社会的資源の不足 講師：岡本 明子(民間相談機関スタッフ)

【受講者数】

15名

【受講者の主な意見】

- ・社会資源の枠組みがよく理解できた。
- ・女性の人権についてわかりやすく話をしてもらえた。

サークルつくろうよ！

子育てネットワーク西宮

代表：藤沢かおる

西宮市一里山町



【講座の目的・趣旨】

「育児サークルに参加したい」「友達が欲しい」という子育て中の親子の声にこたえ、サークルとは何か？を模擬体験し、育児サークルをつくりサークルの輪を地域に広げる。

【日程・会場】

1	14年1月16日(水)10:00~12:00	プレラにしのみや・ウェーブ
2	14年1月21日(月)10:00~15:00	プレラにしのみや・ウェーブ
3	14年1月28日(月)10:00~16:00	プレラにしのみや・ウェーブ
4	14年2月18日(月)13:00~16:00	プレラにしのみや・ウェーブ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子でサークル体験しよう！」
	内容	・子育てサークルの指導者を講師に迎え親子でサークル体験し、指導者のいるサークルを理解する。 講師：吉田 千里（コープセンター）
第2回	テーマ	「先輩お母さんにサークルの紹介をしてもらう」
	内容	・実際に地域で活動しているサークル代表者にサークルの運営方法、活動内容を紹介してもらう。 講師：酒井いづみ・大野公江（ひろっぱスマイルママ）
第3回	テーマ	「さあサークルをつくろう！」
	内容	・サークル活動中の先輩お母さんと共に実際に育児サークルをつくる 講師：前田知子（ひろっぱスマイルママ）
第4回	テーマ	「サークルをつくろうよ。報告&相談会」
	内容	・「サークルをつくろうよ」で誕生したサークルの報告とサークル指導者への相談 ・サークルメンバー募集方法を話し合う 講師：大野公江（コープセンター）

【受講者数】

11名

【受講者の主な意見】

- ・新しい友達ができ良かった。
- ・たくさん子ども達とふれあえたことが良かった。

家族の絆と地域文化

はらっぱ保育所親の会

代表：安部由布子

西宮市中殿町



【講座の目的・趣旨】

私たちは、幼児保育活動を通じて子育て中の親や地域の方とのコミュニケーションをはかり、保育所が親しみある町のアオアシスになれるよう積極的な文化活動を行っていく。

【日程・会場】

1	13年9月1日(土)18:00~21:00	はらっぱ保育所
2	13年10月19日(金)18:00~20:00	はらっぱ保育所
3	13年12月22日(土)13:00~16:00	はらっぱ保育所
4	14年1月19日(土)9:00~13:00	はらっぱ保育所

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「出会い、そして交流」
	内容	園庭解放し、外遊びの実践指導。 野外映画上映後交流会を行う。 講師：影山充子 (C&F)
第2回	テーマ	「性教育」
	内容	幼児にも分かる性のしくみを大人に説明し理解を深める。 講師：徳永圭子 (CAP)
第3回	テーマ	「お絵書き」
	内容	プロの画家に絵の基本、楽しみ方を学び庭に紙を広げてフリーペインティング。 講師：東野建二 (画家)
第4回	テーマ	「おもちつき」
	内容	本格的なもちつきを行う。準備段階から協力してできるだけみんなについてもらう。 このシリーズの総決算、みんなで輪になりひとつになる。 講師：吉田吉彦

【受講者数】

19名

【受講者の主な意見】

- ・夜の保育所に集うというだけで雰囲気があって良かった。
- ・とても分かりやすかったし、考えさせられました。子どもが小さいときから何でも話せる関係をつくっておくことの大切さが良く分かりました。

子育て支援講座パートII

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】

子育ての悩み、疑問を誰にも相談できず孤立し育児ノイローゼになり子供虐待が多く目にあまる様になっている。母親が一人で抱え込まないで仲間同士で分かちあえ関わる方が楽しいとの思いで支援したい。

【日程・会場】

1	13年11月10日(土)10:00~12:00	二見町自治会館
2	13年12月22日(土)10:00~11:30	瓦木公民館
3	14年1月26日(土)10:20~11:30	瓦木公民館
4	14年2月27日(水)10:00~12:00	二見町自治会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「親子で楽しもう！エプロンシアター」
	内容	親子で楽しめエプロンシアターの開催。 講師：藤木育代
第2回	テーマ	「ファミリークリスマスコンサート」
	内容	クリスマスコンサート（ピアノ演奏、手遊び歌）の開催。 講師：藤崎 由紀子
第3回	テーマ	「人形劇っておもしろい！！」
	内容	人形を使つての腹話術（クッキーとあそび）など 講師：山田俊彦（人形劇団ココン）
第4回	テーマ	「子どもたちの絵が語りかけてくる一色で遊ぶ」
	内容	色彩を通して、子どもの心を知ることができる。 講師：池田知枝子（色彩学校・子どものアトリエ）

【受講者数】

70名

【受講者の主な意見】

- ・いろいろと勉強になりました。
- ・とても楽しかった。

心豊かな暮らしに向けて、伝統文化で 住みよい地域づくり楽しい仲間づくり

名塩婦人会

代表：田中 克子

西宮市名塩茶園町



【講座の目的・趣旨】

最近日本独自の古き良き伝統文化を見直し、その良さを子ども達に伝えようという取り組みがなされています。

この流れに添ったものとして地域の女性を中心に和装文化や喫茶文化を伝えるための学習と、その実習の場としてふれあい茶会を開催し地域の子どもの達や高齢者の方や地域全域の方々をお招きして、住みよい地域づくり楽しい仲間づくりに貢献する。

【日程・会場】

1	13年12月11日(火)13:30~15:30	名塩会館
2	14年1月8日(火)13:30~15:30	名塩会館
3	14年1月11日(金)10:00~15:00	名塩会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「抹茶を学ぼう(喫茶講座)」
	内容	中国より伝来した茶が長い時をかけて日本独自の伝統文化として発展してきた抹茶。その作法を誰にでも親しめる方法で学習する。特に、子ども達に分かりやすく伝える方法などを学ぶ。 講師：梨尾智子(表千家師範)
第2回	テーマ	「眠っている着物に息吹を!!(和装講座)」
	内容	世界に誇る民族衣装でありながら手を通さないままで、タンスに眠っている着物を着こなして、そのすばらしさを再確認すると共に次の世代にも伝えられるように学習する。 講師：梨尾智子(着付講師)
第3回	テーマ	「新春ふれあい茶会」
	内容	和装講座と喫茶講座で学習したものを「新春ふれあい茶会」を開催して実習する。特に、子ども達(保育園児、幼稚園児、小学生など)や老人会の皆さんもお招きして地域の方々とふれあっていただきながら抹茶や和装の良さを知ってもらう。 講師：梨尾智子(表千家師範)

【受講者数】

50名

【受講者の主な意見】

- ・久しぶりに着物に手を通し、身の引き締まる思いでした。
- ・抹茶では手順とか作法等難しかったけれど、そこがまた楽しかったです。

子どもの心が育つ聞き方・話し方

西宮CRの会

代表：村上 良江

西宮市上田東町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

子どもや地域とのコミュニケーションを円滑にし、より良い人間関係を築いていくスキルを習得する体験型講座。

【日程・会場】

1	13年11月9日(金)10:00~12:00	鳴尾公民館
2	13年11月16日(金)10:00~12:00	鳴尾公民館
3	13年11月30日(金)10:00~12:00	鳴尾公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「子どものコミュニケーション・スキル」
	内容	・日常生活の中で生じる問題を解決するために必要なスキルについて ・「いい聞き手」になるためのスキル ・自分を振り返って、どんな気持ちの時に話が聞けなくなるか考える。 講師：森山順子 (NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西)
第2回	テーマ	「コミュニケーション・スキル」
	内容	・「よい聞き手」になるためのスキル ・話を効果的に聴くためのワーク ・「よい話し手」になるためのスキル ・聴くこと、表現することのワーク 講師：井山里美 (NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西)
第3回	テーマ	「いろいろなアイデアの中で自分にあった表現方法を見つける」
	内容	・どうして子どもの話が聞けないか考えてみる ・問題解決のためにできること ・子どもの話を上手に聴くためにできること ・ロールプレイ(役割劇)を3人1グループでやってみる 講師：山田恵 (NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西)

【受講者数】

33名

【受講者の主な意見】

- ・自分を見つめ直すよい機会になった
- ・楽しく講座を聞けました。自分もまだ成長できると思った。
- ・「よい聞き手」「話し手」になるよう頑張りたい。

輝いてコーラス“キララ” PART II

ACいれぶん

代表：川下 好明

芦屋市翠ヶ丘町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

中高年齢者を対象に、生き甲斐、ふれあい、仲間作り、健康作り、そして地域との関わりを一層深め、明るく元気な日々が送れることを目的に講座を開催する。

【日程・会場】

1	13年9月3日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室
2	13年9月24日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室
3	13年10月1日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室
4	13年10月22日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室
5	13年11月12日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室
6	13年11月26日(月) 9:30~11:30	芦屋市公民館音楽室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ヘルシーにコーラス キララ」
	内容	のびやかな美しい声を出す為の簡単な発声&健康体操を紹介。準備運動、背筋をのばす体操、胸を広げる体操など。 曲目：日本のわらべ唄、ディズニーソング他 講師：藤島章子
第2回	テーマ	「ヘルシーにコーラス キララ」
	内容	気功やヨガのエッセンスを混ぜた歌と健康のための呼吸法を紹介。衰えがちな横隔膜や呼吸筋を無理なく鍛える。 曲目：日本のわらべ唄、ディズニーソング他 講師：藤島章子
第3回	テーマ	「リズムカルにコーラス キララ」
	内容	音楽を体で感じるためにピアノに合わせて様々なリズムを手拍子、足拍子等で刻む。基本リズムを組み合わせ、簡単な歌を歌ってみる。 曲目：唱歌、ディズニーソング他 講師：藤島章子
第4回	テーマ	「リズムカルにコーラス キララ」
	内容	基本リズムをベースにして、複数のリズムを組み合わせて、歌に合わせてリズムアンサンブルを行う。 曲目：唱歌、ディズニーソング他 講師：藤島章子
第5回	テーマ	「ハートフルにコーラス キララ」
	内容	心から心へ伝わる演奏とは何かを考えながら歌詞を味わい、旋律を感じとるためのレッスン。 曲目：日本の抒情歌、ディズニーソング他 講師：藤島章子
第6回	テーマ	「ダイナミックにコーラス キララ」
	内容	第1回～第5回のレッスンのまとめとして簡単な合唱曲を仕上げる。 曲目：ディズニーソング他 講師：藤島章子

【受講者数】

42名

【受講者の主な意見】

- ・声の出し方等丁寧な指導で大変よかった。
- ・発声の具体的な要点など教えていただいて大変良かった。
- ・講師の指導がとてもわかりやすく楽しく受講出来た。

童謡、唱歌で心のハーモニーを 介護職員も共に

ふれあいの会

代表：友田 雅子

芦屋市大東町



【講座の目的・趣旨】

童謡、唱歌を通し、老人ホームの人達と心を通わせたい。老人ホームの人達を身近に感じたい。童謡、唱歌は私たちの心のふるさとであり、音楽療法の良さを介護職員と共に広げたい。

【日程・会場】

1	13年 6月29日(金)14:00~15:30	エルホーム芦屋
2	13年 7月13日(金)14:00~15:30	あしや聖徳園
3	13年 8月27日(月)14:00~15:30	エルホーム芦屋
4	13年 9月13日(木)14:00~15:30	あしや聖徳園
5	13年10月22日(月)14:00~15:30	エルホーム芦屋
6	13年11月19日(月)14:00~15:30	あしや聖徳園

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「長く深い呼吸を」
	内容	発声練習及び動作を交えて童謡、唱歌の夏の歌を歌う。深い呼吸をしながら、楽しく歌うよう心がける。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）
第2回	テーマ	「胸をはって大きな声で」
	内容	動作をまじえ、童謡、唱歌の夏の歌を歌う。手を使える人はトライアングルなど楽器も使用する。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）
第3回	テーマ	「長呼短吸」
	内容	息継ぎを考えながら、夏祭りの歌など、なつかしい歌を歌った。「村祭」では鈴を使い、手指の動きによって脳を刺激する。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）
第4回	テーマ	「リズム感を」
	内容	「虫の声」などに楽器を使い、リズム感を持ってもらった。秋の童謡など歌いながら手指の運動。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）
第5回	テーマ	「心のハーモニーを」
	内容	この講座を終わるに当り、歌うことの楽しさ、そして手話、手指などで体をほぐしながら、心もほぐしてほしいと願った。終わりに障害のある方、介護の職員、そしてスタッフが手をつなぎ「夕やけこやけ」を歌いながら心をつなげる。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）
第6回	テーマ	「心のハーモニーを」
	内容	この講座を終わるに当り、歌うことの楽しさ、そして手話、手指などで体をほぐしながら、心をほぐしてほしいと願った。みんなで手をつなぎ「夕やけこやけ」を歌いながら手の温もりを確かめた。 講師：山口宗吉・横山純三（音楽療法の会）

【受講者数】

57名

【受講者の主な意見】

- ・楽しく体験できました。
- ・参加して良かった。

Let's Talk—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



阪神南

【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。ゲストの体験を聴き、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	13年10月12日(金)13:30～15:30	集・空・間“Tio”テリオ
2	13年10月19日(金)13:30～15:30	集・空・間“Tio”テリオ
3	13年10月25日(木)13:30～15:30	集・空・間“Tio”テリオ
4	13年11月2日(金)13:30～15:30	虚子記念文学館
5	13年11月9日(金)13:30～15:30	虚子記念文学館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「人の輪を錘いで生きる」
	内容	音楽に対する強い情熱、そしてやさしい心、物事に素直に感動する心を、芦屋交響楽団の立ち上げから現在までの歩みを語る中で私達に見せて下さった。静かさの中の強さ、自分の意思をつら抜く生き方への感動を語り合う。 講師：松島正之助（芦屋交響楽団団長）
第2回	テーマ	「自分の意志をつらぬくという事は」
	内容	母との葛藤からの自立、1978年に出版した「不良少女とよばれて」の著者のレットルからの脱皮、父との舞樂を通じての交わり、周囲の世間体を重んずる人々との戦い、その中で女人舞樂を教え、継承者として歩んでゆく楽しみ、苦しさ等について話を聞いた。 講師：原笙子（女人舞樂原笙会主宰）
第3回	テーマ	「男社会で生きる、教えるとは…（古典を教えることを通して）」
	内容	枕草子、源氏物語の両作家が男社会の中でどう自分の気持ちを作品の中で、実生活で表現してきたか。荻野さん自身が、実力社会、男社会の塾の中で、どう自己実現して来たか。また、子供の教育、学校教育、教師のあり方等について、語り合った。 講師：荻野文子（予備校古文講師）
第4回	テーマ	「自分らしく生きるということ」
	内容	虚子・年尾・汀子と続く俳句一家の中でそれをとり巻く周囲への反発、人に接する心への共感。叔父で作曲家の池内友二郎との交流により自分らしい自由な生き方をどうつかんで来たか。 講師：高浜初也（虚子記念文学館館長）
第5回	テーマ	「はつらつと生きるために」
	内容	婦人会の歩みを通して、又、学徒動員されて工場で働いた生活を通して、暗いと思われる中でも、はつらつと生きてこられ、今も変わらず美しく元気で生活する。講師の根底にあるものについて語って下さった。 講師：広瀬忠子（芦屋市婦人会会長）

【受講者数】

45名

【受講者の主な意見】

- ・心暖まるお話を楽しくお聞かせ頂いた。
- ・舞樂のおもしろさがよくわかり楽しかった。
- ・自立という事が、楽しく理解できた。

第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト 養成教室 子供講座

社会福祉法人 のぞみ会

代表：藤本 義一

芦屋市浜風町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

今後の、「地域社会での様々な活動を支えて行くためのスタッフの養成を目的に開講する。自立自活を目指す女性のための講座で、対象は、不安、悩みをもつ母子家庭のお母さんと子供とし、不安の大きな原因となっている、子供の将来の自立の為の「切り札作り」とお母さん自身の自活支援のため、起業実習を行う。

【日程・会場】

1	13年9月22日(土)14:00~16:00	浜風の家
2	13年9月29日(土)14:00~16:00	浜風の家
3	13年10月20日(土)14:00~16:00	浜風の家
4	13年10月27日(土)14:00~16:00	浜風の家
5	13年11月17日(土)14:00~16:00	浜風の家
6	13年11月24日(土)14:00~16:00	浜風の家
7	13年12月15日(土)14:00~16:00	浜風の家
8	13年12月22日(土)14:00~16:00	浜風の家
9	14年1月10日(木)14:00~16:00	浜風の家
10	14年1月19日(土)14:00~16:00	浜風の家
11	14年1月26日(土)14:00~16:00	浜風の家

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第2回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・いじめ、不登校、実社会への適応障害の実体と対策の実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第3回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・カウンセリング実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第4回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・LD児、ADHD児、高機能自閉症等の実体と対応策作り ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・子供の自活対策 講師：ハツサン・トラバリー (AB LABO) ほか
第5回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・お母さん自身の自活対策 講師：ハツサン・トラバリー (AB LABO) ほか
第6回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・ネット活用法 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第7回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・カウンセリング実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第8回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第9回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・いじめ、不登校、実社会への適応障害の実体と対策の実習 講師：京極正典 (AB LABO) ほか
第10回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・コンピューター講習 ・子供の社会適応能力養成実習 ・外国で通用する英語力養成法の実習 ・ネット活用法 講師：ハツサン・トラバリー (AB LABO) ほか
第11回	テーマ 内容	【第3回チャイルド・ケア・スペシャリスト養成教室-子供講座】 ・終了式・懇親会 講師：ハツサン・トラバリー (AB LABO) ほか

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・ニーズにあった講座内容であった。
- ・よく理解できた。

絵本の楽しさを伝えたい! ～「きよの流絵本読み語り講座」～

兵庫えほんばたけの会

代表：佐田きみよ

明石市大久保町高丘



阪神南

【講座の目的・趣旨】

「日本列島をえほんばたけに!」との思いから、読書離れが進む中、ひとりでも多くの人に、すぐれた絵本との出会いを届けたい。大人自身が絵本の魅力を知り、子どもへ伝える語り手を育成する。

【日程・会場】

1	13年11月7日(水)10:00~12:00	集・空・間Tio
2	13年11月14日(水)10:00~12:00	集・空・間Tio
3	13年11月21日(水)10:00~12:00	集・空・間Tio
4	13年11月28日(水)10:00~12:00	集・空・間Tio
5	13年12月5日(水)10:00~12:00	集・空・間Tio
6	13年12月12日(水)13:00~15:00	あしや喜楽苑

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「オリエンテーション 私と絵本との出会い」
	内容	参加者の絵本についての想いなどを自己紹介と共に行うことで仲間意識を育む。講師からは、この講座に対する想いなどを聞いた。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第2回	テーマ	「講義 『読みきかせ』から『読み語り』へ」
	内容	読みきかせするという上からの姿勢をまずあらためい。絵本は幼稚なものという考えを取り除き、大切なことが書かれている絵本を、伝えるという気持ちで語っていくことが大切と話された。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第3回	テーマ	「実技」
	内容	受講生1人ひとりが好きな絵本を読んでいき、読み方について講師からアドバイスをを行う。ゆっくり丁寧に、自分の言葉にして読んでいくことが大切。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第4回	テーマ	「実技」
	内容	受講生の読み方を聴くのも勉強。人が読む時に耳を澄ませて聴く。聴くことも大切である。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第5回	テーマ	「実技」
	内容	受講生の読み語りを聴きながらのアドバイス。活字を読むのではなく、流れるように。やはり100回黙読してから読んで欲しい。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)
第6回	テーマ	「発表会と今後について」
	内容	受講生による読み語りを披露。今まで学んできたことを発表。受講生の発表の後、講師の読み語りも披露。楽しさを満悦していただく。 講師：清野友義(きよの絵本劇場)

【受講者数】

31名

【受講者の主な意見】

- ・絵本の楽しみ方、楽しませ方が少しはすけれど分かりました。
- ・人によって読み方、味が全然違うと言う事がよく分かって面白かった。
- ・同じ絵本を何度も読んで飽きるかなと思ったが、毎回新しい発見があって、嬉しかった。

クリスマス・お正月をつくろう！

芦屋市子ども会連絡協議会

代表：松村 和紀

芦屋市川西町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

手軽なクリスマス・リース作り、自然で作るクリスマス・リース、和たこづくり 凧あげ大会。伝統文化の手作りを子どもたちに広く伝える子どもを中心に家族の参加も呼びかける。

【日程・会場】

1	13年11月10日(土)10:00~12:00	芦屋市立図書館
2	13年11月24日(土)~11月25日(日)	養父町希望王国
3	14年2月10日(日)12:30~14:00	芦屋市立川西グランド

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「クリスマス・リース作り 折り紙サンタクロース」
	内容	・ボール紙・マカロニ・松ぼっくりなどでクリスマス・リースを作る。 ・折り紙でサンタクロースを作る。 講師：鳥居、半田、夏刈、守上
第2回	テーマ	「子ども 冬のキャンプリース、しめ縄、和だこづくり」
	内容	・自然のかずらでつくるクリスマス・リース。 ・しめ縄、和だこを作る。 ・自然のものでクリスマス、お正月の伝統の飾りや凧を作り地域に広める。 講師：井筒、住友、船場（芦竹会）
第3回	テーマ	「手づくり凧あげ大会」
	内容	・手づくりの凧を持って来て、凧上げをする。 講師：井筒淳治（芦竹会）

【受講者数】

128名

【受講者の主な意見】

- ・クリスマスリースが上手くできて嬉しかった。
- ・皆がとても親切だった。楽しかった。

心の輪を街づくりにつなげたい

ふれあい短歌会

代表：友田 雅子

芦屋市大東町



阪神南

【講座の目的・趣旨】

震災の被害が大きかった芦屋の古典を知る。仏像を彫る心を知る。そして震災で生き残った私たちが芦屋に於いて男女共生の中で、心の大切さ、そして心の輪を広げながら残る生を大切に生き、そして街づくりに繋げていきたい。

【日程・会場】

1	13年10月26日(金)13:30~15:00	芦屋市立茶屋之町集会所
2	13年11月7日(水)13:00~16:00	芦屋市民センター
3	13年12月11日(火)13:30~15:00	谷崎潤一郎記念館
4	14年1月18日(金)13:30~15:00	芦屋市立茶屋之町集会所
5	14年2月19日(火)10:00~11:30	聖徳園ホーム

【カリキュラム】

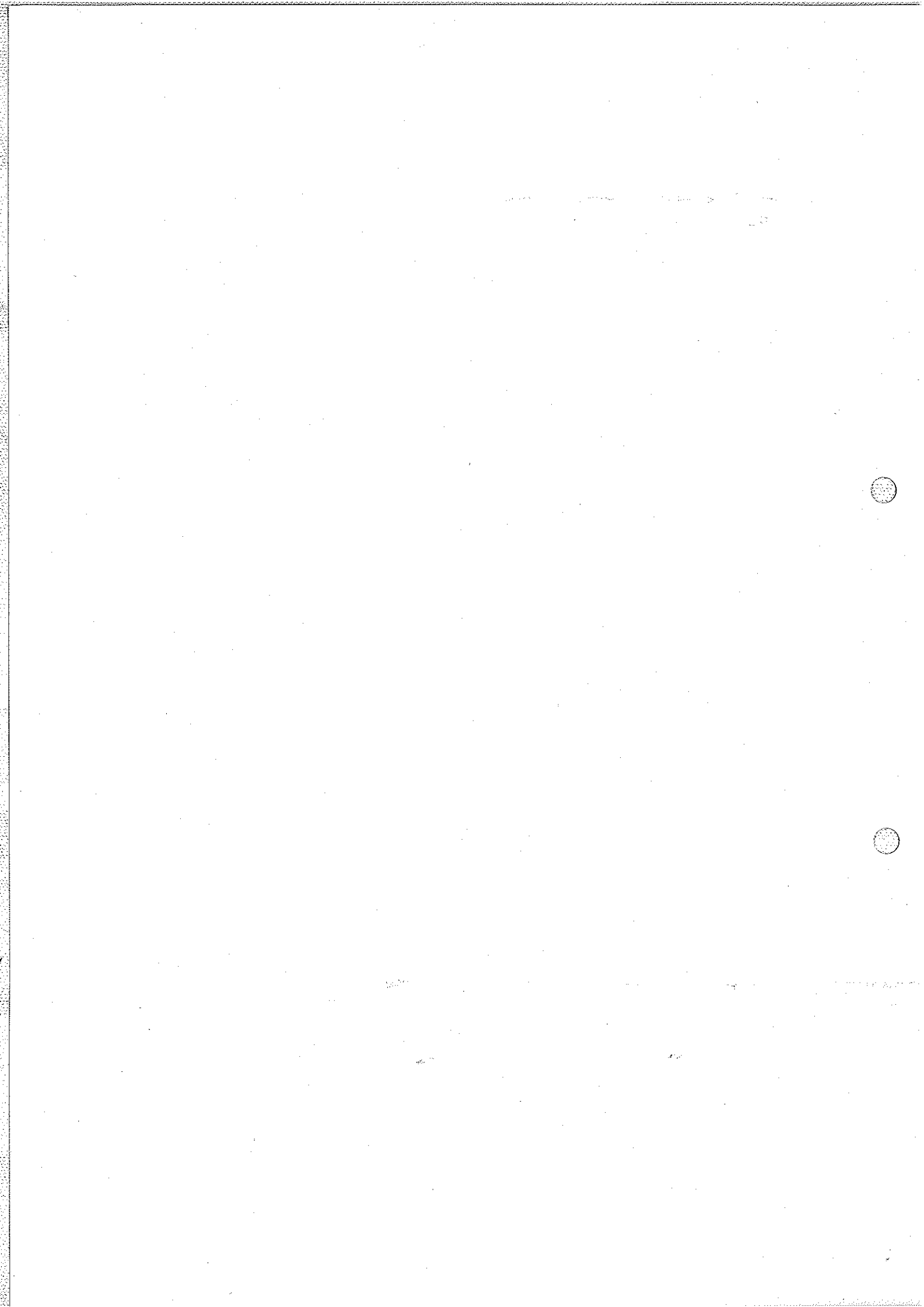
第1回	テーマ	「万葉人の感性について」
	内容	素朴なイメージの万葉集で、風雅という面から万葉人の感性をみつめる 講師：福田能子
第2回	テーマ	「仏像彫刻見学と仏像を刻む心について」
	内容	仏像の作品を見ながら安永氏に説明していただく。その後野村氏から仏像の由来、種類、知識など講演していただき勉強する。仏像を刻む心、心の平安の大切さを知る。 講師：安永久峯、野村清雄
第3回	テーマ	「万葉人の感性について、私共との心の接点」
	内容	素朴なイメージの万葉集をもとに、風雅という面から万葉人の感性を見つめる。また、人麻呂の歌などを解説していただく。 講師：福田能子
第4回	テーマ	「男も女もいきいきと」
	内容	男女共生の今を女性が美しく生きる為の心のあり方を考え、復興の担い手としての知識を学びました。 講師：福間公子（前芦屋女性センター長）、大谷陽子
第5回	テーマ	「ホームの人達と童謡、唱歌を唱いながら、心のふるさとを求める」
	内容	童謡、唱歌などなつかしい歌、母が歌って聞かせてくれた歌、涙を流しながら歌った歌、そんな歌を歌って思い出を話し合ったり、また「長呼吸短吸法」読唇術を会得し発音の正確さを学ぶ。 講師：山口宗吉、横山純三（音楽療法に学ぶ会）

【受講者数】

25名

【受講者の主な意見】

- ・ジェンダーフリーでいきいきと生きたいと思った。
- ・この講座に参加できてよかった。



阪神北地域

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
伊丹NPOセンター	赤松 弘揮	21世紀の地域教育を考える	伊丹市	114
伊丹まちづくり会議	関 恒雄	まち工房@いたみ「伊丹、たて、よこ、ななめ」	伊丹市	115
どりー夢	岡田 智子	コミュニティケア ～豊かな地域づくりのためにできること	伊丹市	116
桜台地区民協会	辻田 泰男	地域でボランティアはじめてみませんか	伊丹市	117
宝塚子どもフェスティバル実行委員会	角田 宜子	仲間づくり講座	宝塚市	118
長寿が丘くりの実会/ 一小校区コミュニティ第一ブロック	網島 昭子	パソコンを使いこなそう	宝塚市	119
山本コープ委員会	竹本 章子	心豊かな暮らしづくり、仲間づくり、地域づくり	宝塚市	120
めふコープ委員会	三條 薫	心もからだも健康講座	宝塚市	121
DESC'95	黒坂 操	こころ良い人間関係をつくるために…	宝塚市	122
宝塚コープ福祉ボランティアセンター	稲田 敏子	知って安心介護講座	宝塚市	123
宝塚ワイズメンズクラブ	多胡 葉子	親子の子育てセミナー	宝塚市	124
宝塚市女性協議会	藤川 誠子	地域活動において女性の果たす役割 パート1～パート4	宝塚市	125
共に学び実践する親子の会 (BIG-TREE)	浅場 万里	より良い人間関係、家庭関係とコミュニケーションのコツ	宝塚市	126
子育て支援グループ「スマイル」	亀井 幸江	子育て支援講座～育児仲間のつながり、子育て支援ボランティアとのつながりを育もう～	宝塚市	127
宝塚コープ福祉ボランティアセンター	稲田 敏子	介護保険をもっと知ろう	宝塚市	128
本音を語る会	行平 敬子	ワークショップを体験しよう	宝塚市	129
ファインダー	村上 員与	フォトセラピー／写真による癒しと表現	宝塚市	130
たからづか女のねっと	橋 統子	平和の文化を私たちから	宝塚市	131
長寿が丘くりの実会/ 一小校区コミュニティ第一ブロック	網島 昭子	みんなで囲むための手軽でおいしいパーティ料理	宝塚市	132
フェニックス長尾	堀 信義	わくわくライブ	宝塚市	133
グループ・えふ	佐野 圭子	輝け!! グループリーダー あなたのためのファシリテーター講座	宝塚市	134
はな・みどりネット萩原台	武藤 明子	いろを生活にとり入れよう、そして地域に広げよう	川西市	135
ココロン川西	上馬 勇	お母さんといっしょに! おーいみんな、おいでよ!	川西市	136

21世紀の地域教育を考える

伊丹NPOセンター

代表：赤松 弘揮

伊丹市瑞ヶ丘



【講座の目的・趣旨】

現在、経済・政治・地域・人間関係・社会構造・学校教育などさまざまな分野で現状の社会システムが破綻し、機能なくなっている。こうした、破綻を招いたのも人であり、それを防ぐことができるのも、また人である。人は教育によって社会性をもつことができるのである。さまざまな分野から現代の教育の在り方を検証する講座としたい。

【日程・会場】

1	13年9月29日(土)17:00～19:00	T・C・C(トータル・コミュニケーション・センター)
2	13年10月6日(土)10:30～12:30	T・C・C(トータル・コミュニケーション・センター)
3	13年10月6日(土)14:00～16:00	T・C・C(トータル・コミュニケーション・センター)
4	13年10月13日(土)10:30～12:30	T・C・C(トータル・コミュニケーション・センター)
5	13年10月13日(土)14:00～16:00	T・C・C(トータル・コミュニケーション・センター)
6	13年10月20日(土)14:00～16:00	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	「衛生・医療の一般教育」
	内容	在宅・居住の歯科医療、一般の歯科治療を通して衛生面、医療面、歯科・口腔の一般教育を検証した。 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	「大学における教育と実社会の格差」
	内容	大学で長年の経験のなかで、多くの学生を育ててきた講師から、海外の学生と日本の学生の比較、日本の教育界の常識と海外の教育界の常識の大きな違い、経験や社会で必要な知識のうえに、専門教育があることなどについて話をしていただいた。 講師：スン・レイ・プー（吉備国際大学大学院 教授）
第3回	テーマ	「新社会人に聞く」
	内容	大学で学んだソーシャルワークを日本に根付かせる事を目標としている新社会人1年生として働きだした榎内氏、池田氏の話聞いた。 講師：榎内 智・池田修一（社会福祉法人こころの家族 職員）
第4回	テーマ	「学校教育の現状」
	内容	現在の学校の荒廃の要因はどこにあるのか。家庭教育の荒廃。学校構造・組織の荒廃。教諭の意識レベルの低さ。こうした、社会の荒廃そのものが子ども達の社会にしわ寄せとなっている現実がある。 講師：野中良雄（元摂津市立摂津小学校校長）
第5回	テーマ	「地域教育・生涯教育のありかた」
	内容	地域教育とは何か。生活のなかで実践的生活力を養うこと、学校の授業では学べない事を学ぶことこそが、地域教育のあり方のひとつです。地域教育・生涯教育のありかたについて学んだ。 講師：梅原俊夫（尼崎市内県立高校教諭）
第6回	テーマ	「これからの教育の提言」
	内容	これまでの学習会の総まとめ。子どもたちを取り巻く環境の悪化。大人社会の崩壊など。今回の5回の学習会はさまざまな角度から『教育』を考えた。 講師：福田早希子、梅原俊夫、山田勝平

【受講者数】

16名

【受講者の主な意見】

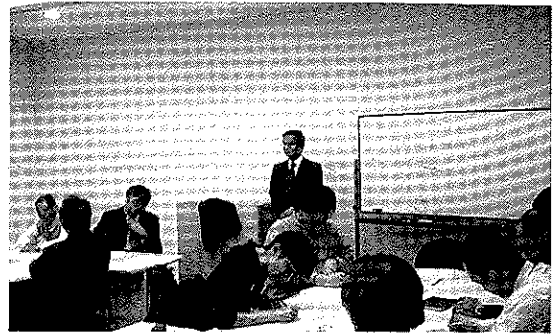
- ・とてもわかりやすい講演でした
- ・自分の知識の無さをあらためて感じました。

まち工房@いたみ 「伊丹、たて、よこ、ななめ」

伊丹まちづくり会議

代表：関 恒雄

伊丹市高台



【講座の目的・趣旨】

まちづくりの範囲を広くとらえ、まちの魅力をどう理解し、伝えるか、情報発信をキーワードにワークショップで考える。

【日程・会場】

1	13年10月17日(水)19:00~21:00	みやのまえ文化の郷
2	13年10月26日(金)19:00~21:00	伊丹商工プラザ
3	13年11月3日(土)13:00~15:00	みやのまえ文化の郷
4	13年11月16日(金)19:00~21:00	伊丹商工プラザ
5	13年11月30日(金)19:00~21:00	伊丹商工プラザ
6	13年12月7日(金)19:00~21:00	伊丹商工プラザ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「情報発信×まちづくり」
	内容	講師の経験に基づき、東京の谷中、根津、千駄木の町の様子、歴史、魅力を語っていただく。 講師：森まゆみ
第2回	テーマ	「まちの宝はどこにある」
	内容	編集者の学校を主宰する講師から情報発信のエッセンスをわかりやすく説明いただいた。 講師：井上はねこ（アミ編集者学校）
第3回	テーマ	「まちへ出る。旧伊丹郷町界限」
	内容	旧石橋家住宅の座敷で、伊丹郷町に暮らす池田氏から、町の様子の移り変わりについて地図をたどって説明いただいた。 講師：——
第4回	テーマ	「お宝品評会」
	内容	参加者の皆さんから、まちのお宝を具体的にあげてもらい、自身のそれに対する思いを発表する。 講師：——
第5回	テーマ	「選ぶ。まとめる。」
	内容	たくさん出てきた町のお宝をどうつなげたり、関係づけたりしていくのか、井上はねこ氏の編集者としての眼でいくつかの案を提示していただいた。 講師：井上はねこ（アミ編集者学校）
第6回	テーマ	「方法の冒険」
	内容	具体的にどういったメディアでまちの情報発信ができるのか考えた。 講師：——

【受講者数】

51人

【受講者の主な意見】

- ・いろいろな考えをもつ人がいることがわかった。
- ・ますます伊丹に愛着が湧いた。

コミュニティケア

～豊かな地域づくりのためにできること～

どリー夢

代表：岡田 智子

伊丹市昆陽



【講座の目的・趣旨】

コミュニティケアという概念について学び、自分についてワークショップで知る機会を持ち、実際にコミュニティのために働くという事が、社会に対し、また自分に対しどう作用するのかを考える

【日程・会場】

1	14年1月17日(木)18:30～20:30	いたみホール
2	14年1月24日(木)18:30～20:30	いたみホール
3	14年1月31日(木)18:30～20:30	いたみホール
4	14年2月7日(木)18:30～20:30	いたみホール

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「コミュニティケアって何？」
	内容	専門家ではない地域の人々が、それぞれふつうの人として、互いに支え合って、コミュニティを作っていくということについて考える。 講師：羽下大信（甲南大学）
第2回	テーマ	「ワークショップ（Ⅰ） ころろを表現してみよう！」
	内容	コラージュを体験し、自己を表現する中で、自分でも気付かなかった自己を知る。 講師：岩岡弘真（大阪府立園芸高校）
第3回	テーマ	「ワークショップ（Ⅱ） 自分探しへの出発」
	内容	5人のグループを作り、グループの中で順に自分で決めたテーマについて話す。他の人は一切口をはさまないで聞く。その後、それぞれが、話を聞いた印象を話し手に伝える。そういったことを通じて他人の中の自分を客観的に見る機会を持つ。 講師：羽下大信（甲南大学）
第4回	テーマ	「コミュニティのためにできること」
	内容	ボランティアをすることの意義、ボランティアをすることでわかってくる自分というものがある。人と関わることは大きな発見をもたらす。 講師：塚崎直樹（つかさき医院）

【受講者数】

54名

【受講者の主な意見】

- ・地域活動とコミュニティ活動の境界がわかりました。
- ・いちばん印象に残ったのは、「今の社会に入り込めるようにしていくのではなく、当事者一人一人が望む社会をつくっていく」ということです。

地域でボランティア はじめてみませんか

桜台地区民協会

代表：辻田 泰男

伊丹市西野



【講座の目的・趣旨】

地区の福祉施設で学び、地区住民として、施設への関わり方、役割を考え、ボランティア活動へとつないでいく。

【日程・会場】

1	13年9月28日(金)13:30~15:30	サンシティホール講座室
2	13年10月4日(木)10:00~12:00	サンシティホール講座室・ケア・ハイツいたみ
3	13年10月5日(金)9:30~12:00	ケア・ハイツいたみ
4	13年10月23日(火)13:30~15:30	中野北センター学習室・さつき学園

阪神北

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「ボランティアとは？」
	内容	・ボランティア (Volunteer) とは？ ・地域住民の参加が期待されている現実 ・ボランティア活動センターに行こう ・今後の地域社会のあり方 講師：山田圭亮 (伊丹市社会福祉協議会)
第2回	テーマ	「高齢者の介護について」
	内容	・高齢者の心身状態の理解 ・高齢者の介助方法について ・施設見学 ・ボランティア体験について 講師：岸部英樹 (介護老人保健施設 ケア・ハイツいたみ)
第3回	テーマ	「ケア・ハイツいたみ・運動会参加、協力、ボランティア体験」
	内容	・運動会準備手伝い ・入所高齢者の車椅子介助 ・運動会競技に参加 ・運動会競技の応援 講師：岸部英樹 (ケア・ハイツいたみ)
第4回	テーマ	「知的障害者との関わり」
	内容	・障害についての理解 ・伊丹市心身障害児、心身障害者処遇体系 ・ケアの心得 ・場所や人に必要な条件 ・指示の仕方 講師：藤田美由紀 (さつき学園)

【受講者数】

46名

【受講者の主な意見】

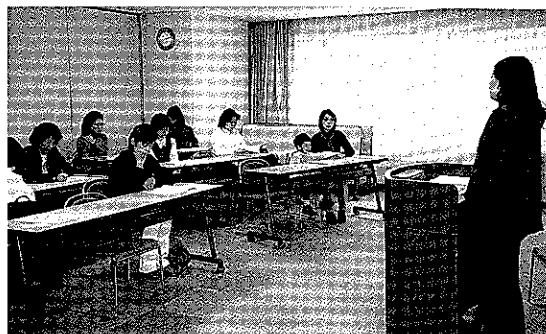
- ・障害者のことについて知らない事がたくさんある事に気付かされ大変勉強になった。
- ・話がわかりやすく今後の自分の生活にも役立つものと感謝している。

仲間づくり講座

宝塚こどもフェスティバル実行委員会

代表：角田 宜子

宝塚市雲雀丘山手



【講座の目的・趣旨】

地域活動の担い手発掘（子ども達に体験できる出会いの広場を。集まって遊ぶことから子供は成長する。）学びの中から家庭ですべきこと集団の中でないや育たないものをつかんでもらいこれからの地域活動に役立ててほしい。

【日程・会場】

1	13年9月29日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	13年10月18日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	13年10月27日(土)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	13年11月8日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
5	13年11月29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	「ふれあいレクリエーション」 ・レクリエーションで何 ・参加することに魅力を感じさせる導入方法 ・満足感をもって、又導入したくなる。 ・全身からうれしく楽しくなるレクリエーション。 講師：栗木剛（県野外レクリエーション指導者協議会）
第2回	テーマ 内 容	「子どもと向き合う・・・紙芝居」 ・こどもの育つ段階をおさえたかわり方 ・子どもが育っていく3つの環境 ・社会環境の中で育つ子ども ・紙芝居展の共感、対面対話の交流 講師：瀬川昭夫（紙芝居サークルちようちよ）
第3回	テーマ 内 容	「情報化社会の中での子ども」 ・感性一感じることの分析 ・マルチメディア ・アニメーション 動きをどうあらわすか ・なぜ、日本人が動きの象徴性を受け入れたのか ・イメージの訓練 講師：掘田穠（京都学園大学）
第4回	テーマ 内 容	「言葉のかけ方、しかり方 ～個性の尊重とは～」 ・リーダーの心得につながる学習 ・子どもの心を育てるほめ方 ・建設的なしかり方 ・失敗する話し方 ・子どもの感情に対する親の接し方 ・親がきちんと自分に責任を持てば子どもは健康に育つ 講師：宮本由紀代（大阪心のサポートセンター）
第5回	テーマ 内 容	「みなさん、子どもの世界が見えますか」 ・子どもを通して見えてくる現代の家族 ・遊びは子どもの宝物 ・仲間と地域の中で育った子どもたち ・子どもの声に耳を傾けよう ・国際化の中の子ども達 講師：坂本正博（宝塚市社会教育部青少年育成課）

【受講者数】

19名

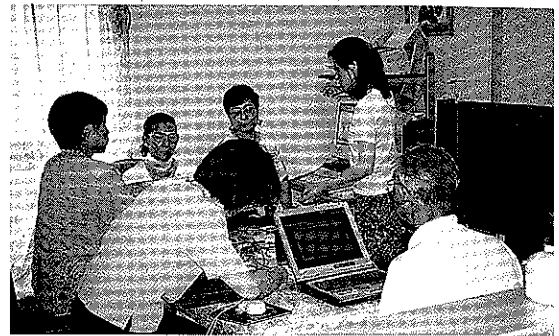
【受講者の主な意見】

- ・子どもに興味を持たせるコツみたいなものが、少し分かった気がする。
- ・人間関係の大切さを改めて思ったのと同時に、おしゃべりしだした2歳の娘といっぱい対話しようと思いました。親も子供と共に成長したいです。

パソコンを使いこなそう

長寿が丘くりの実会／一小校区コミュニティ第一ブロック

代表：綱島 昭子



【講座の目的・趣旨】

パソコンを通して支え合い励ましあっているよに楽しみを共有し、生き生きとした生活を送る仲間づくりをする。

【日程・会場】

1	13年7月26日(木)10:00~12:00	橋野教室
2	13年8月2日(木)10:00~12:00	橋野教室
3	13年8月9日(木)10:00~12:00	橋野教室
4	13年8月16日(木)10:00~12:00	橋野教室
5	13年8月23日(木)10:00~12:00	橋野教室
6	13年8月30日(木)10:00~12:00	橋野教室
7	13年9月6日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室
8	13年9月13日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室
9	13年9月20日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室
10	13年9月27日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室
11	13年10月4日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室
12	13年10月11日(木)15:00~17:00	宝塚市立宝塚第一小学校コンピューター室

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	【キーボードとマウス操作】 ・キーボードの名称と機能 ・カタカナと英数字(全角・半角)とファンクション・キー 講師：橋野浩美	・Wordの起動 ・キーボードと両手の使い方を練習
第2回	テーマ 内 容	【文字入力】 ・日本語入力についてツールバーの設定 講師：橋野浩美	・入力した文字の訂正、編集方法 ・複数文字列を削除する方法
第3回	テーマ 内 容	【残暑見舞のハガキを作ろう(1)】 ・ページ設定(罫書サイズに設定しよう) 講師：橋野浩美	・ワードアート作成 ・保存の仕方
第4回	テーマ 内 容	【残暑見舞のハガキを作ろう(2)】 ハガキのページ設定とワードアートを使って見出しを作成した前回のものに文字入力をする。 講師：橋野浩美	
第5回	テーマ 内 容	【残暑見舞のハガキに絵を挿入しよう】 前回作ったハガキに絵を挿入して残暑のハガキを印刷する 講師：橋野浩美	
第6回	テーマ 内 容	【タブキーの使い方(箇条書きと段落記号、リーダー)】 ・料理のレシピを例にとってタブキーを使って簡単にFormatを作る 講師：橋野浩美	・宿題の残暑見舞のハガキを全員で鑑賞
第7回	テーマ 内 容	【キーボードとマウス操作】 ・パソコンの概要 ・ワードの開き方と閉じ方 講師：橋野浩美	・キーボードの名称と機能 ・画面上のウィンドウの操作と説明
第8回	テーマ 内 容	【日本語の入力】 ・前回の復習(名称、ワードの起動、キーボードの手の位置、指の練習) ・日本語の入力 講師：橋野浩美	
第9回	テーマ 内 容	【日本語の入力と編集】 ・日本語の入力の編集 講師：橋野浩美	・段落の変換の仕方
第10回	テーマ 内 容	【年賀はがきのテキスト部の作成】 ・はがきサイズの設定、余白の設定 ・各自の文章を作る 講師：橋野浩美	
第11回	テーマ 内 容	【年賀はがきにワードアート、クリップアートを挿入】 ・クリップアートの使い方 講師：橋野浩美	・図の挿入
第12回	テーマ 内 容	【年賀はがきをはがきサイズ用紙にプリント】 ・前回作成しフロッピーに保存した年賀はがきを開く 講師：橋野浩美	・プリントして全員で鑑賞

【受講者数】

24名

【受講者の主な意見】

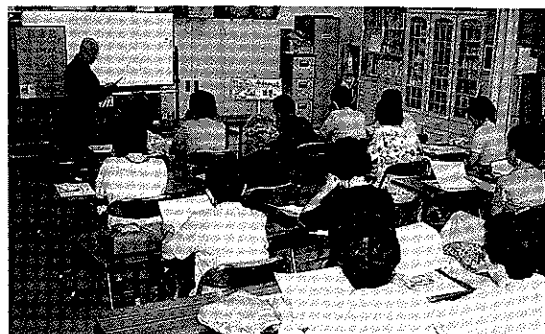
- ・とても楽しかった。感謝している。
- ・先生が非常に良く、分かり易かった。

心豊かな暮らしづくり、 仲間づくり、地域づくり

山本コープ委員会

代表：竹本 章子

宝塚市中筋



【講座の目的・趣旨】

自分の心が豊かでなければ人にもやさしくなれないと思います。講座を機会に地域の人との関わりの中で心豊かな暮らし作りを考える。そして人にやさしい地域作りをしていきたい。

【日程・会場】

1	13年7月16日(月)10:30~12:00	コープ山本集会室
2	13年9月17日(月)10:00~12:00	コープ山本集会室
3	13年11月30日(金)10:30~12:30	コープ山本集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「どう生きる あなたの人生」
	内容	・インドに小学校を建設、教育支援にとりくんで、日本の子供とあまりに違う生活環境に心を痛めた。 ・あなたに残された時間があと2週間だと何をしますか？ ・幸福だったと思える死を迎えるために毎日、今が大切であり、人を思いやる気持ちを大切に。 講師：水野梅秀（大宝寺住職）
第2回	テーマ	「COOP'S 安心安全のこだわり」
	内容	コープ商品の開発された目的は、安心な品質、健康を考え、経済性環境に配慮している組合員の期待から生まれました。食品添加物についての安全性、使用される理由、表示義務、コープこうべの自主基準について話を伺った。 講師：長野正（コープこうべ商品開発室）
第3回	テーマ	「ハーブを料理にとり入れよう」
	内容	ハーブ（キッチンハーブ）の種類と、どのような料理に合うのか説明、アロマセラピーの役目、体に良いハーブ等。 講師：牧瀬純子（川西市いずみ会）

【受講者数】

37名

【受講者の主な意見】

- ・具体的で解りやすかった。
- ・ハーブに興味はあるが使い方が良く分からないので今日の体験はうれしかった。

心もからだも健康講座

めふコープ委員会

代表：三條 薫

宝塚市泉町



阪神北

【講座の目的・趣旨】

ものづくりを通じて地域の人々との交流を深め、また食生活を見なおし、生活設計をしっかりと考え学ぶ場を地域の人々に提供できればと思う。

【日程・会場】

1	13年7月10日(火)10:30~12:30	コープめふ組合員集会室
2	13年7月24日(火)10:30~14:30	コープめふ組合員集会室
3	13年8月27日(月)10:00~12:00	コープめふ組合員集会室
4	13年9月14日(金)10:00~12:00	コープめふ組合員集会室
5	13年11月30日(金)10:30~13:30	コープめふ組合員集会室

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「家庭園芸 涼しさを呼ぶ夏に向けての寄せ植」
	内容	観葉植物の寄せ植 [アスパラガス・ヘデラ (アイビ)・フィカスプミラ・チャイニーズグラス] 講師：岡崎章子 (グリーンネット)
第2回	テーマ	「地域の子育て「虹っ子料理、工作教室」」
	内容	料理実習と工作教室を開催 ・料理実習…冷し中華、豆腐のみたらし団子、ヨーグルトオレンジゼリー ・牛乳パックで作る自動車 講師：鉄野美智子 (料理研究家)
第3回	テーマ	「経済の動きと私たちの暮らし」
	内容	・生活設計はだいじょうぶ？ ・健康、人間、家庭の経済チェックをする ・節約のアイデア ・わが家のバランスシート ・金融商品の違い ・アフレの原因は何か 講師：山田康治 (証券広報センター)
第4回	テーマ	「健康は食生活から」
	内容	1. 長寿国日本の社会的経緯と健康 2. 健康とはどう言う症状を言うのか 3. 生活習慣病について 4. 定期的な検診の必要性 5. 理想的な食生活の条件とは 6. 食生活指針 講師：山本隆子 (神戸女子短期大学教授)
第5回	テーマ	「おもてなし料理」
	内容	おもてなし料理の調理実習 講師：田邊哲子 (料理研究家)

【受講者数】

87名

【受講者の主な意見】

- ・先生の説明が上手でわかりやすかった。
- ・話し方が解りやすく大変おもしろかった。
- ・説明が充分行き届いていた。

こち良い人間関係をつくるために...



DESC'95

代表：黒坂 操

宝塚市千種

【講座の目的・趣旨】

日常生活のあらゆる場面で、自分の気持ちを伝えられない人とのコミュニケーションが苦手な人が増えてきている。人とのかわわりを深めていくために、自己尊重トレーニングを通し、自分を見つめることで、人の多様性に気づき、受け入れられるようになることを目的とする。

【日程・会場】

1	13年9月21日(金) 9:40~12:00	宝塚市立女性センター
2	13年10月5日(金) 9:40~12:00	宝塚市立女性センター
3	13年10月19日(金) 9:40~12:00	宝塚市立女性センター
4	13年11月2日(金) 9:40~12:00	宝塚市立女性センター
5	13年11月16日(金) 9:40~12:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「私、発見！」
	内容	・自己紹介 ・「自己尊重って何だろう？」ブレインストーミング ・「私は～」ではじまる文をつくり色画用紙にはって、グループでシェア 講師：水田恵美（すべ～す逢 主宰）
第2回	テーマ	「自分の中の女らしさを調べよう」
	内容	・アイスブレイク ・ジェンダーチェック、グループで話しあい ・ふりかえり 講師：水田恵美（すべ～す逢 主宰）
第3回	テーマ	「STOP・ザ・否定的つぶやき」
	内容	・「今の自分の気持ちは何色？」 ・「否定的つぶやき」を「肯定的つぶやき」のテープにかえる、グループでシェア ・全員でフィードバック 講師：水田恵美（すべ～す逢 主宰）
第4回	テーマ	「自分を大事にしてあげよう」
	内容	・「今の気持ち」を音であらわす、グループでシェア ・自己尊重度チェックリスト、グループでシェア ・「自分にプレゼントをあげよう」10コ ・全員でフィードバック 講師：水田恵美（すべ～す逢 主宰）
第5回	テーマ	「違うから素敵なんだね、私たち」
	内容	・コラージュ「もし命があと1年としたら、何を大切に生きますか？」グループでシェア ・ふりかえり 講師：水田恵美（すべ～す逢 主宰）

【受講者数】

21名

【受講生の主な意見】

- ・たっぷり自分と向き合う時間ができて幸せでした。
- ・色々な方との出会いがありとても良かったです。

知って安心介護講座

宝塚コープ福祉・ボランティアセンター

代表：稲田 敏子

宝塚市売布



【講座の目的・趣旨】

高齢化や介護保険導入により、在宅高齢者が増え、家族は介護への不安を高めている。また、いずれ我が身と介護方法には関心も高い。今回は、高齢者疑似体験を取り入れ、高齢者の身体のしくみ、動作の不自由さを学び、この体験をふまえて、介護する側、される側両方が少しでも楽になるポイントを学んでいく。

【日程・会場】

1	13年10月2日(火) 9:30~12:00	宝塚コープセンター
2	13年10月16日(火) 10:00~12:00	宝塚コープセンター
3	13年10月23日(火) 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	「『老いる』ということについて考えよう。高齢者疑似体験」
	内容	・講義「高齢者の身体について」 ・高齢者疑似体験 講師：今里典子（宝塚市立健康センター副課長）・長尾かほる（コープともしびボランティア振興財団）
第2回	テーマ	「いざという時家庭でできる介護とは①」
	内容	・ベッドメイキング ・ベッドでの体位変換 ・ベッドから車椅子への移動 ・椅子からの立ち上がり ・車椅子の操作 ・車椅子での段差の越え方 講師：吉岡健一（池ノ島デイサービスセンター）
第3回	テーマ	「いざという時家庭でできる介護とは②」
	内容	・衣服着脱の方法（前あき、かぶり） ・ケリーバット（洗髪器）の作り方、使用方法 ・手浴 講師：吉岡健一（池ノ島デイサービスセンター）

【受講者数】

28名

【受講者の主な意見】

- ・体験しなければわからない事がたくさんあり大変勉強になった。相手の気持ちになって介護する大切さがわかった。
- ・わかりやすい講義で大変楽しく学ばせて頂いた。
- ・実技重視の講座で実り多く感じた。

親子の子育てセミナー

宝塚ワイズメンズクラブ

代表：多胡 葉子

宝塚市伊子志



【講座の目的・趣旨】

子育てを行っている母親は近年、気軽に相談や不安を話す相手が少ない。そうした人達がコミュニティに参加できるきっかけとして、親子参加型のセミナーを開催する。また、子どもには自由に遊べる空間と時間をボランティアスタッフにより設定し、子育ての専門家の話をききながら、気軽に話せる場を提供する。

【日程・会場】

1	13年9月7日(金)10:30~12:00	宝塚市中央公民館
2	13年9月21日(金)10:00~11:30	宝塚栄光教会
3	13年10月5日(金)10:00~11:30	宝塚栄光教会
4	13年10月19日(金)10:00~11:30	宝塚栄光教会
5	13年11月2日(金)10:00~11:30	宝塚栄光教会
6	13年11月16日(金)10:00~11:30	宝塚栄光教会

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内 容	「子育てって」 ・子どもの自由遊び ・セミナーのオリエンテーション ・子どもをしつける意味を考える ・子どもの時間の過ごし方 講師：今西時子（元幼稚園主任教諭）
第2回	テーマ 内 容	「子どもと遊び」 ・子どもの自由遊び ・子どもにとっての遊びの意味は ・遊びの実際（幼稚園で、家で、野外で） ・遊びと成長 講師：吉田昌義（ちとせ・西神戸幼稚園園長）・今西時子（元幼稚園主任教諭）
第3回	テーマ 内 容	「絵本と子ども」 ・絵本を読みかきさせることの意味 ・子どもにとって絵本とは ・読みかきさせるときに配慮すること ・子どもの自由遊び 講師：佐藤幸世（おはなしぞうさん代表）・今西時子（元幼稚園主任教諭）
第4回	テーマ 内 容	「子どもと食べもの」 ・子どもの自由遊び ・市販食品のおそろしさ ・アレルギー（アトピー等）と食生活 ・子どもの偏食について 講師：信長孝子（食品公害を追放し、安全な食品を求める会）・今西時子（元幼稚園主任教諭）
第5回	テーマ 内 容	「子どもとお父さん」 ・子どもの自由遊び ・子どもが親とふれあう意味 ・野外に出て自然とふれあう意味 ・体験と成長について 講師：山崎春人（聖和大学講師）・今西時子（元幼稚園主任教諭）
第6回	テーマ 内 容	「子育ての中での母の自立」 ・子どもの自由遊び ・一人の人として母親が家や子どもから自立していく意味 ・子育ての理想とは 講師：今西時子（元幼稚園主任教諭）

【受講者数】

29名

【受講生の主な意見】

- ・自分が知りたいことを聞くことができ、参加してよかったと思う。
- ・子どもと一緒に参加できるセミナーがあつてうれしい。大変参考になった。

地域活動において女性の果たす 役割パート1～パート4

宝塚市女性協議会

代表：藤川 誠子

宝塚市光が丘



【講座の目的・趣旨】

地域活動の中で女性の持てる力を発揮し、広く住民・グループ員に拡大する。また、ネットワークの拡大につなげ、女性の地位向上と社会参画を目指す。

【日程・会場】

1	13年7月11日(水)10:00～15:00	宝塚市立西公民館
2	13年9月28日(金)10:00～12:00	宝塚市立西公民館
3	13年10月12日(金)13:30～16:00	宝塚市立女性センター
4	13年11月15日(木)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	「地域活動において女性の果たす役割 パート1」
	内容	韓国の食文化と家庭料理実習、国際交流をかねて 講師：南良子(韓国料理家)
第2回	テーマ	「地域活動において女性の果たす役割 パート2」
	内容	遺伝子組み換え食品について 講師：山中純枝(安全食品連絡協議会)
第3回	テーマ	「地域活動において女性の果たす役割 パート3」
	内容	地域における家事援助活動(寸劇) 講師：森綾子(宝塚NPOセンター)
第4回	テーマ	「地域活動において女性の果たす役割 パート4」
	内容	介護保険審査医からみた介護保険制度 講師：馬殿芳郎(医師会)

【受講者数】

125名

【受講者の主な意見】

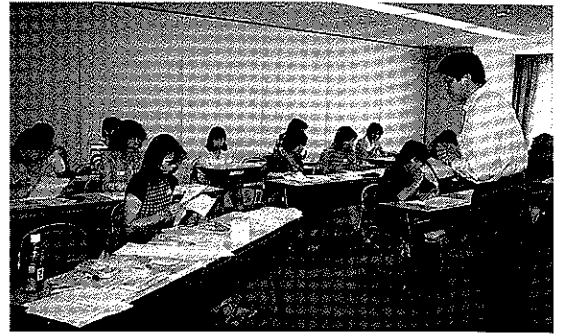
- ・食品購入の参考になった。
- ・消費者の立場での話がすごく参考になった。
- ・料理教室を我が家で開きたいと思うほど上手に出来た。

より良い人間関係、家庭関係と コミュニケーションのコツ

共に学び実践する親の会(BIG-TREE)

代表：浅場 万里

宝塚市すみれが丘



【講座の目的・趣旨】

自分を知り、相手を理解し、より良い人間関係を築くカギ、自分を輝かせるカギ、より良い人生をおくるためのカギを共に学び実践する。(参加型体験学習)

【日程・会場】

1	13年5月25日(金)10:30~12:30	神戸市立婦人会館
2	13年7月16日(月)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	13年8月30日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	13年9月20日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
5	13年10月25日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
6	13年11月22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	「ワクワクする生き方をしよう!」
	内容	チェックリストを用いて、現在の気がかりを一掃し、ワクワクを見いだす。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)
第2回	テーマ	「人間関係の中での自分の在り方を見直す」
	内容	実習「バスは待ってくれない」を通して、自分の人間関係における位置に気づき、持ち味を活かす。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)
第3回	テーマ	「自分のコミュニケーションパターンに気づく」
	内容	「コミュニケーションの実習」を通して自分のコミュニケーションに気づき日常に活かす。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)
第4回	テーマ	「タイプ別人間関係の作り方『エニアグラムとコミュニケーション』」
	内容	「エニアグラム(9つの性格)」を通して自分のタイプを知り、それをより良い方向へ伸ばすためのヒントを日常に活かす。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)
第5回	テーマ	「ラ・ポール(信頼関係)を築くコミュニケーション(NLP)」
	内容	NLP(神経言語学的プログラミング)によるロールプレイを通して、ペーシング(相手のペースにあわせる)のスキルを学び相手とラ・ポールを築くことを意識する。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)
第6回	テーマ	「より良い話し合いのカギ」
	内容	「コンセンサスの実習」を通してより良い話し合いのカギ(相手を理解しようという立場で聴く、自分の意見はしっかり話す。違ってあたりまえという前提etc)を知る。 講師：廣瀬公一(ヒューマンダイナミクス)

【受講者数】

29名

【受講者の主な意見】

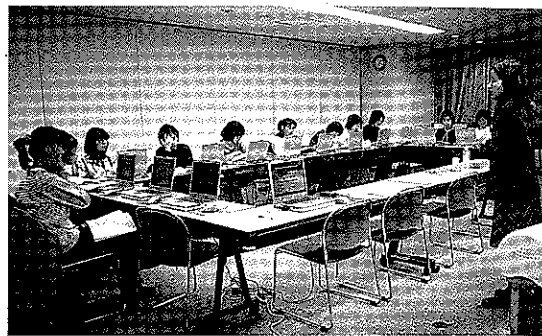
- ・自分が分かっているので相手も分かるだろうと思わず、相手に分かりやすく伝えることは大切なことだと思いました。
- ・今回の講座を通して、心と行動の癖を直しあらゆる方向にベクトルを向けたいと思います。
- ・子どもの話を聞くときペーシングしてあげたらいいと思いました。

子育て支援講座～育児仲間のつながり、 子育て支援ボランティアとのつながりを育もう～

子育て支援グループ「スマイル」

代表：亀井 幸江

宝塚市川面



【講座の目的・趣旨】

孤立しがちな育児中の専業主婦の仲間づくりと地域ボランティアとの交流をはかる。

また、子どもを対象にした活動をしているボランティアグループのつながりをつくる。

【日程・会場】

1	13年11月6日(火)10:00～12:00	宝塚市立女性センター
2	13年11月21日(水)13:00～15:00	宝塚市立女性センター
3	13年11月28日(水)13:00～15:00	宝塚市立女性センター
4	13年12月26日(水)10:00～12:00	宝塚市立女性センター
5	14年2月4日(月)14:00～16:00	宝塚市立女性センター
6	14年2月12日(火)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	「食べ物で育てる元気な子」
	内容	子どもの健康を考えた食事作りのヒントを学ぶ。おふくろの味と言われる食材の下ごしらえ、和食の乾物のもどし方、献立のたてかた。 講師：山本 史子（キッズポトラック）
第2回	テーマ	「子育て情報をゲットしよう！パソコンでつながろう①初心者向けのパソコン講座」
	内容	電源の入れ方から購入時の選び方なども含めて、マウスの使い方、画面の表示などを学ぶ。 講師：北村可奈子
第3回	テーマ	「子育て情報をゲットしよう！パソコンでつながろう②初心者のためのパソコン講座」
	内容	ホームページの見方、Eメールの文章作成、送受信の方法、ウイルス対策などを学ぶ。 講師：北村可奈子
第4回	テーマ	「異世代交流・伝承遊びを楽しもう」
	内容	あやとり・こままわし・お手玉・風車作りを小学生と一緒に講師の方に教わる。 講師：楠井 誠・松尾邦造
第5回	テーマ	「育児不安を語ろう～小児科医を囲んで」
	内容	・アレルギー疾患、アトピー喘息。主に子どもの病気について予防や対処を教わる。 ・これから離乳食を始める人へのアドバイス。 講師：富永弘久（尼崎医療生協病院）
第6回	テーマ	「親子でスキンシップ～リトミックで遊ぼう～」
	内容	音楽に合わせてゆっくり歩いたり早く走ったり、フープを使ってバスに乗った感じで公園に行く。お母さんのプランコやお友達と手をつないでメリーゴーランド、タンバリンを叩いたりしながら挨拶をリズムカルにかわす。 講師：松田類子（リズムっこクラブ）

【受講者数】

32名

【受講者の主な意見】

- ・今まで家でとり入れてなかった食品の調理の仕方を教えてもらえて良かったです。
- ・コンピューターの事を再確認できて大変良かったです。

阪神北

介護保険をもっと知ろう

宝塚コープ福祉・ボランティアセンター

代表：稲田 敏子

宝塚市売布



【講座の目的・趣旨】

定着してきたかのようにみえる介護保険も、高齢者はもちろん40代、50代の世代の方でもわかりにくいところがたくさんある。介護保険について学習し、ケアプラン作りを専門家のみにまかせず、本人が積極的に取り組むことの大切さを知り、ケアマネージャーに少しでも自分の思いが伝えられるように、ケアプラン作りの流れも学習する

【日程・会場】

1	14年2月5日(火)10:00~12:00	宝塚コープセンター
2	14年2月15日(金)10:00~12:00	宝塚コープセンター
3	14年2月19日(火)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	「介護保険の仕組みや内容を再度学ぶ」
	内容	介護保険の仕組みや内容を再度学習し、特に宝塚市の現状(介護保険、施設、サービス内容等)わからないことは遠慮なく質問してもらう時間を設ける。 講師：大谷友比古(宝塚市介護保険課)
第2回	テーマ	「ケアマネージャーになったつもりでケアプランを立ててみよう①」
	内容	介護の必要な事例をあげて、課題やどのようなサービスが必要かを話し合う。 講師：千田明美(コープこうべ在宅介護サービス事業) 宮崎 都(宝塚市社会福祉協議会光明ケアセンター)
第3回	テーマ	「ケアマネージャーになったつもりでケアプランを立ててみよう②」
	内容	グループでケアプランをたて、ケアマネージャーの方からアドバイスを受け、ケアプランは利用者の意志決定により、作成されるものであることを確認する 講師：千田明美(コープこうべ在宅介護サービス事業) 宮崎 都(宝塚市社会福祉協議会光明ケアセンター)

【受講者数】

34名

【受講者の主な意見】

- ・今後の自分の為に大変役に立つ講座でした。
- ・グループワークがとても楽しかった。

ワークショップを体験しよう

本音を語る会

代表：行平 敬子

宝塚市逆瀬台



【講座の目的・趣旨】

人々の交流に欠かせないコミュニケーションを円滑にする為に相手への思いやり、人権感覚の気づきが必要。この気づきを得て、自分自身を尊重でき、他者への思いやりを持った人材の育成をし、地域の活性化をはかる。

【日程・会場】

1	13年11月26日(月)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
2	13年12月6日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
3	14年1月21日(月)10:00~12:00	宝塚市立女性センター
4	14年2月14日(木)10:00~12:00	宝塚市立女性センター

阪神北

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「人権って何？ワークショップって何？家族の人権について考える」
	内容	・ひとりひとりが参加し、気づきの中で、学びあうワークショップ。 ・アクティビティ「部屋の四隅」「しがらみの糸」を通して子供の権利について考える。 講師：浜田進士（龍谷大学非常勤講師）
第2回	テーマ	「地域とのコミュニケーション作りを考える」
	内容	・子供とのコミュニケーションについてグループで話し合い発表する。 ・全体での気づきを通して私達の社会でのコミュニケーションと人権、自分の持つ固定観念を学ぶ。 講師：池住 義憲（国際民衆保健協議会代表）
第3回	テーマ	「グローバルな視点からアジアの人権について考える」
	内容	・アクティビティ「ウーリーシンキング」を通して、社会、世界の問題は複雑につながっており、自分自身も関係している事を学ぶ。 ・物品、原材料リストから家庭用品が、東南アジアからの輸入品で構成されている事を知る。 ・スライドで熱帯雨林の現状を知る。 講師：荒川 共生（アジアボランティアセンター）
第4回	テーマ	「わたしと社会 知識から行動へ」
	内容	・グループに分かれてブレインストーミングを行い、社会の中から廃絶したい物について考える。 ・グループワークを通して社会問題をどういう視点で見ると自分はどういう視点で見ると自分はどう関わっていくかを考える。 講師：池住義憲（国際民衆保健協議会代表）

【受講者数】

34名

【受講者の主な意見】

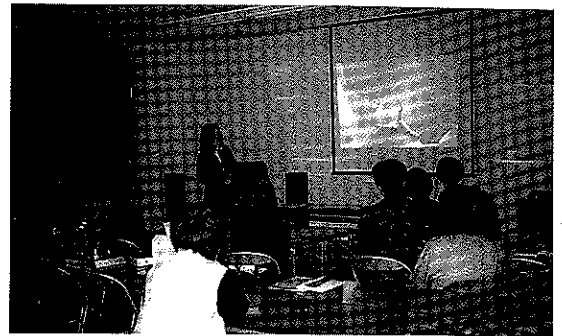
- ・改めて人権やジェンダーについて考えるチャンスに出えてよかったです。
- ・日頃そう気にしてなかった事も、自分の中で気づけた。良かったです。

フォトセラピー／ 写真による癒しと表現

ファインダー

代表者：木村 早苗

宝塚市山本南



【講座の目的・趣旨】

身近なコミュニケーションツールである写真の持つセラピー的要素（フォトセラピー）を学び体験することで自己表現力を身につけ、お互いの個性を認めあいより良い人間関係形成に役立ててゆく。

【日程・会場】

1	13年11月10日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館
2	13年12月1日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館
3	13年12月15日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館
4	14年1月19日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館
5	14年2月9日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館
6	14年2月23日(土)10:00～12:00	宝塚市立中央公民館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「フォトセラピーとは？～写真は自分を見つめる道具になる～」
	内容	・受講者自己紹介（自分の言葉で自分を語る） ・撮る→選ぶ→発表（見る）→一連の作業を体験してみる。 ・次回課題「自己紹介写真」について 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）
第2回	テーマ	「個性の発見～自分を探す自己紹介写真～」
	内容	・フォトセラピー実践者であるジョースペンス、女性作家たちのセルフポート作品紹介 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）
第3回	テーマ	「よりよい写真を撮るために-カメラの特性を知る-」
	内容	・カメラの仕組みについての講義 ・次回課題についての説明「自分が気になるものを撮ろう」 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）
第4回	テーマ	「作品合評」
	内容	・作品の合評「気になるものを撮ろう」撮ってみた感想をお互いに語り合う。 ・次回課題「気になるもの撮りたいもの」 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）
第5回	テーマ	「写真の見せ方について-写真の編集・セレクト・保存方法」
	内容	・撮る→選ぶ→見せる 何を撮り、どう見せたいのか？を考える。 ・課題を実際にセレクトしてみる。 ・次回課題「作品発表」について、自分なりに選び見せ方も考える。 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）
第6回	テーマ	「作品発表-それぞれの作品を発表しよう-」
	内容	・作品発表の方法についてのレクチャー ・講座のまとめ 自分の気になっていることを写真により確認する→思いを写真にたくして、人に見せる →見た人の感想→コミュニケーションがなりたつ（写真のもつセラピー的要素）。 講師：綾 智佳（サードギャラリー-AYA主宰）

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・自分の写真をみなさんに見てもらい一言言ってもらえてよかった。
- ・講師のお話がとても為になった。
- ・いろいろな人と知り合えてよかった、またこんな機会を作って欲しい

平和の文化を私たちから

たからづか女のねっと

代表：橘 統子

宝塚市中山五月台



【講座の目的・趣旨】

誰もが願ってやまない地球上の平和。戦争にあけくれた20世紀、新しくむかえる21世紀こそは平穏な日々がおくれることを願っていた。しかし昨年の9月11日以来世界が狂ってしまった。今こそ人殺しのない、世界をつくり出さないと大変なことになってしまう。それには、一人一人が自覚をもって平和を作り出す努力が必要になってくる。今様々な取り組みが多くの人々によってなされている。そのような人達の話の聞くことにより、自分がすべきことを一緒に探していきたい。

【日程・会場】

1	13年11月7日(水)18:30~20:30	宝塚市立女性センター
2	13年12月17日(月)18:30~20:30	宝塚市立女性センター
3	14年1月12日(土)14:00~16:00	宝塚市立女性センター
4	14年1月26日(土)14:00~16:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「あなたも使える女性のための国際条約」
	内容	女性差別撤廃条約の中にできた選択議定書について学ぶ。世界の中で様々な活動から必要に迫られ誕生した国際条約。国際法、女性差別撤廃条約をよく知り、又選択議定書を学ぶことによりその大切さが分かってくる。 講師：米田真澄（大学教員）
第2回	テーマ	「暴力のない世界をめざして」
	内容	2000年末に第二次世界大戦の総決算として充分裁いていない「従軍慰安婦問題」を、女性たちの手で裁いた「女性国際戦犯法廷」その最終判決が2001年12月にハーグで下された。女性国際戦犯法廷のもつ意義、なし得たことの大切さを詳しく解説。 講師：大越愛子（近畿大学教授）
第3回	テーマ	「心を痛んでいる人たちとともに」
	内容	昨年の池田小学校の事件を考えると、精神を痛んだ人達には差別の目が向けられることはあっても、この人達が何故そうなったのか、そうならざる得なかったのか検証はあまりされていない。 講師：澤 温（医師）
第4回	テーマ	「アルゼンチン3万人の行方不明者と25年目の転機」
	内容	・今から25年前アルゼンチンの軍事政権下で起こった悲劇。多くの市民や子供達、女性たちが罪なくして捕らえられ、殺害されたり、レイプされたり行方不明になってしまった。多くの子供たちがその犠牲になり、多くの母親たちが25年たった今でも子供たちを探し続けている。平和であることの大切さを改めて考える。 講師：井乃上かおる

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・選択議定書についてほとんど知らなかったので、とてもよかったです。
- ・有益な時間をありがとうございました。

みんなで囲むための手軽で おいしいパーティ料理

長寿が丘くりの実会・一小校区コミュニティ第一ブロック

代表：綱島 昭子

宝塚市長寿が丘



【講座の目的・趣旨】

かつて「男の料理教室」を開催し、男性の家庭生活における自立を促し、男女共生のきっかけをつくりました。

料理教室で修得したものを地域活動に生かし、多くの人が集える地域活動を活性化して、夫婦共に積極的に参加することの意義を再認識することを目的とした。

【日程・会場】

1	13年10月20日(土)10:30~14:00	宝塚市立西公民館
2	13年12月1日(土)10:30~14:00	ピピアめふ
3	14年2月2日(土)10:30~14:00	ピピアめふ

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「旬のきのこ野菜で手軽な洋風パーティ料理」
	内容	・豆腐とワンタン皮のスターフライ ・ロシア風きのこスープ ・アブダカダブラ・ツナ ・たこの万華鏡 講師：栗田啓子
第2回	テーマ	「手軽で楽しめるクリスマス・お正月の集いの料理」
	内容	・ビッグオイスター ・えびのプローン・プローン ・柿のグリーンサラダ ・中華風松前漬 ・ささ身の灘焼き ・紅白巻き 講師：栗田啓子
第3回	テーマ	「寒い季節を乗り切る温か料理」
	内容	・ホット鍋 ・野菜のたらこ和え ・カボチャのガーリック焼き ・長芋の赤ワイン酢づけ 講師：栗田啓子

【受講者数】

39名

【受講者の主な意見】

- ・非常に参考になった。
- ・参加してよかった。

わくわくライブ

フェニックス長尾

代表：堀 信義

宝塚市山本東



【講座の目的・趣旨】

豊かな人生を目指して、今を楽しく！！
 地域を知り、人を知り自分を再発見する。
 「生きがい」と「健康」を礎に、元気な高齢者が社会参加し、気のあった仲間を見つけて地域活動を行えるための講座を開催する。

【日程・会場】

1	13年10月27日(土)14:00～16:00	宝塚市立東公民館
2	13年11月24日(土)14:00～16:00	宝塚市立性センター
3	13年12月2日(日)10:30～13:00	ピピアめふ4F
4	14年2月17日(日)13:00～14:30	神戸生活創造センター
5	14年2月17日(日)14:30～16:00	神戸生活創造センター

阪神北

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「地域の仲間とイキイキ人生」
	内容	・高齢者の健康生きがい追求。生きがいを見つけ、地域の仲間を作ろう。 ・社会参加と地域活動、ボランティア活動に目覚めよう。 ・生涯学習と生きがいについて。 講師：清水 昭（兵庫県健康生きがいづくり協議会）
第2回	テーマ	「価値のあるパソコンの使い方PARTⅡ」
	内容	・情報化時代のパソコンを道具としていかにして使いこなすか、その用途と目的を探り学ぶ。 講師：上杉 咲百合（プラネットカンパニー）
第3回	テーマ	「お正月に和食器で味わう フランス料理（食と健康）」
	内容	・中高年のための食改善、生活習慣病予防への食生活を学ぶ。 ・料理実習と座学。 講師：藤井 紀雄（元宝塚ホテル厨房長）
第4回	テーマ	「価値のあるパソコンの使い方」
	内容	・パソコンを通じてシニアの仲間づくり、道具としてのパソコンをいかに使いこなせるか。 ・特にインターネット・メールについて学ぶ。又パソコンの用途と目的を探り学ぶ。 講師：上杉咲百合（プラネットカンパニー）
第5回	テーマ	「痴呆予防の生活習慣づくり」
	内容	・痴呆とは ・日常生活、趣味から健康な時からの予防を学ぶ ・ボケについての基礎知識、ボケ防止の生活習慣づくり 講師：佐野好彦（兵庫県健康生きがいづくり協議会）

【受講者数】

79名

【受講者の主な意見】

- ・大変よい機会を持てた。
- ・とても参考になりました。

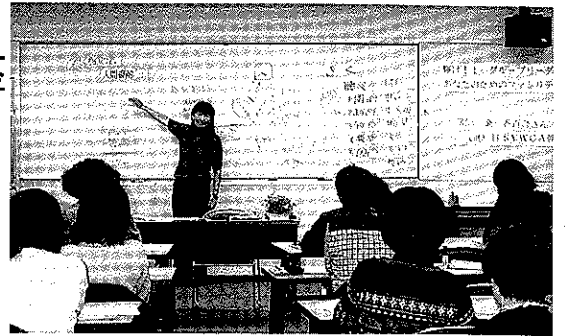
輝け！！グループリーダー

あなたのためのファシリテーター講座

グループえふ

代表：佐野 圭子

川西市小花



【講座の目的・趣旨】

PTA・ボランティアなど様々な地域活動を円滑に進めるにはミーティング・会議などの意思決定をする場でのファシリテーターが必要である。ファシリテーターのスキルを習得し地域活動に生かす。

【日程・会場】

1	14年1月23日<水>15:00~17:00	宝塚市立女性センター
2	14年1月30日<水>15:00~17:00	宝塚市立女性センター
3	14年2月6日<水>15:00~17:00	宝塚市立女性センター
4	14年2月13日<水>15:00~17:00	宝塚市立女性センター
5	14年2月27日<水>13:00~15:00	宝塚市立女性センター
6	14年2月27日<水>15:30~17:00	宝塚市立女性センター

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「対人援助者くファシリテーター」の人間理解 ・自己覚知、自己開示の必要性と人間理解 ・聴くこと（よく聴くこと、聞くときの自分のクセについて） ・人、自分にむける暴力性について 講師：金香百合（(財)日本YMCA）
第2回	テーマ 内容	「対人援助者の自己理解」 グループワーク ① 自己理解（シート作成）② 元気度についての質問 ③ からだの栄養 ④ 「どんな子どもでしたか？」 講師：金香百合（(財)日本YMCA）
第3回	テーマ 内容	「発想と体験のとらえ方と自己肯定感情の重要性」 ・グループワーク（元気度、からだの栄養、心の栄養） ・発想の転換（長所・短所についての変換） ・喪失体験のとらえ方（人との別れ、環境、自分、職業） ・自己肯定感情（I'm OK. You're OK）の育て方 講師：金香百合（(財)日本YMCA）
第4回	テーマ 内容	「プラスの応答（多様性の受容）と自己決定の重要性」 ・グループワーク（からだ、こころの栄養、元気度、+メッセージをあげていますか） ・プラスの応答（栄養の循環、+のメッセージの重要性、その人の存在を認める（多様性を受け入れること） ・自己決定の重要性 講師：金香百合（(財)日本YMCA）
第5回	テーマ 内容	「対人理解における経済至上主義の弊害」 ・グループワーク ・経済至上主義（早く、きちんと、たくさん、効率的に、失敗しないで）でハジかれた人たち、障害をもつ人、高齢者、女性、個人の特性。 講師：金香百合（(財)日本YMCA）
第6回	テーマ 内容	「対人援助者に必要な心」 ・自己覚知、自己開示、自己決定 ・あるがままの自分を受け入れること 受け入れられること→自我の確立へ ・グループワーク（人生で大切なものは？） 講師：金香百合（(財)日本YMCA）

【受講者数】

31名

【受講者の主な意見】

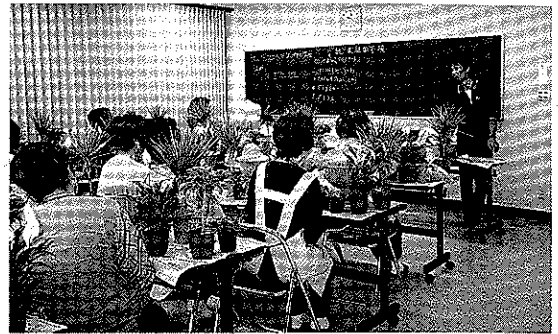
- ・日々の生活の中でまた自分に関わる人やグループの中で、早速生かしていきたい。
- ・聴くというこのは相手の問題ではなく、自分の気持ちの持ち方であることに気づきました。
- ・ありのままの自分を大切にすることを知った。

いろを生活にとり入れよう、 そして地域に広げよう

はな・みどりネット萩原台

代表：武藤 明子

宝塚市花屋敷松ヶ丘



【講座の目的・趣旨】

食物の緑、植物の緑を生活に取り入れて健康で、ゆとりある生活を送るための講座を開催する。講座で学習したことを地域に広めていく。

【日程・会場】

1	13年7月30日(月)10:00~12:30	明峰公民館
2	13年9月22日(土)11:00~12:00	萩原台自治会館
3		萩原台自治会館

阪神北

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「コープ商品でバランス<赤・緑・黄>スピードクッキング」
	内容	・食物の<赤・緑・黄>をバランスよく食べる為の食事を考える。 ・公民館の調理室を使用して実際に献立どおりに作ってみる。 講師：佐藤賀津子（コープこうべ生活文化活動部）
第2回	テーマ	「生活に役立つ緑の効用」
	内容	森林浴の効用、ハーブの効用を教えていただき家庭、特に室内で育てられる観葉植物の寄せ植えの実習を通じて植物の効用について考える。 講師：金岡正弘（(株)錦松園）
第3回	テーマ	「生活に色をとり入れよう」
	内容	・ぬり絵をする。その色にあらわれる内面にある心理を教えていただく。 ・生活の中、部屋にとり入れる色によって心理にあたえる影響、効果の学習 ・自分に似合う色の探求、上手に色を室内にとり入れることにより心の安定が得られる。 講師：楠ふくみ（カラーアナリスト）

【受講者数】

36名

【受講者の意見】

- ・野菜類が多くあって、栄養のバランスがよかった。家でもすぐ出来る料理でした。
- ・植物を植えた後の育て方など大変勉強になりました。
- ・色に表れる心理がとてもよくわかりました。楽しかったです。

お母さんといっしょに！ お～いみんな、おいでよ！

ココロン川西

代表：上馬 勇

川西市加茂



【講座の目的・趣旨】

子どもの健全育成をめざして、親子いっしょに楽しみながら、消費の仕方、聞き方、料理、歌を学ぶ。

【日程・会場】

1	13年10月13日(土)10:00～12:00	川西市中央公民館
2	13年11月17日(土)14:00～16:30	川西市女性センター
3	13年12月8日(土)10:00～16:00	川西市中央公民館

阪神北

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「お母さんといっしょに！お～いみんな、おいでよ！」
	内容	親子で遊ぼう。親子で買物上手。OHPなどを使い、子どもに分りやすいゲームやお話を聞いた。 講師：清水万裕子・小野田正美
第2回	テーマ	「お母さんといっしょに！お～いみんな、おいでよ！」
	内容	親子で話を聞こう。親子で大型紙芝居、読み聞かせ、手話でさんぽなどを行った。 講師：田中千代野・松村倫代・上田志津香
第3回	テーマ	「お母さんといっしょに！お～いみんな、おいでよ！」
	内容	参加者全員でクリスマス料理、クリスマスケーキを作り楽しい食事ができた。クリスマスケーキを食してから、歌やゲームで交流を深めた。 講師：越智久美子（ケーキの会）、小黒美代子（いずみ会）、堀田啓子（川西合唱連盟）

【受講者数】

93名

【受講者の主な意見】

- ・内容が濃く驚いた。とっても満足している。
- ・夫婦と子供連れで来ることができたし、雰囲気よかった。

東播磨地域

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
兵庫県移送サービスネットワーク	西村 貢	誰でも出来る「外出支援介助」	明石市	138
兵庫えほんばたけの会	佐田きみよ	絵本の楽しさを伝えたい！ ～「きよの流 絵本読み語り」講座	明石市	139
食カレッジ・あかし	藤田久仁子	21世紀に求められる食生活のあり方	明石市	140
たんぼぼクラブ	大迫 恵美	母子でスキンシップ講座	明石市	141
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	142
フロンティア明石21	石原 洋二	教養とまちづくり	明石市	143

誰でもできる「外出支援介助」

兵庫県移送サービスネットワーク

代表：西村 貢

明石市大久保町江井島



【講座の目的・趣旨】

誰でも簡単にできる外出支援介助の方法を座学と実践にて講習する。今、問題になっている「電動椅子の交通安全講座」も併せて開催する。

【日程・会場】

1	13年6月22日(水)13:00~14:30	兵庫県移送サービスネットワーク本部
2	13年7月11日(水)13:00~14:30	兵庫県移送サービスネットワーク本部
3	13年7月25日(水)13:00~14:30	兵庫県移送サービスネットワーク本部
4	13年9月5日(水)10:00~12:00	兵庫県移送サービスネットワーク本部
5	13年10月3日(水)10:00~12:00	兵庫県移送サービスネットワーク本部
6	13年10月17日(水)10:00~12:00	兵庫県移送サービスネットワーク本部

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「簡単な外出支援介助『始めようまず簡単なことから』」
	内容	車の押し方といったような簡単な外出支援介助の仕方を講義し、外出支援が難しいことではないといったことを理解していただく。 講師：村松敬（フロンティア福祉会会長）
第2回	テーマ	「簡単な外出支援介助『車椅子を押して散歩しよう』」
	内容	江井島作業所の障害者の方々の協力を得て江井島海岸まで車椅子を押して散歩した 講師：筒井千代（江井島作業所所長代理）
第3回	テーマ	「外出支援の際に安全に行う介助『安全な介助Ⅰ』」
	内容	外出支援の際に必要なベッドから車椅子、車椅子から車両の席への移動。トイレ介助等疑似体験をした。 講師：的場俊明（介護ボランティア代表）
第4回	テーマ	「外出支援の際に安全に行う介助『安全な介助Ⅱ』」
	内容	実際に介助の体験を実施した。 講師：的場俊明（介護ボランティア代表）
第5回	テーマ	「電動車椅子と安全」
	内容	今話題になっている電動車椅子の安全について講義した。 講師：西村貢（兵庫県移送サービスネットワーク）
第6回	テーマ	「電動車椅子と交通安全『実践編』」
	内容	実際に障害者の方が使用している電動車椅子や高齢者の方が使用している電動車椅子に実際に乗って公道を走り、安全性を点検した。 講師：筒井千代（江井島作業所）

【受講者数】

5名

【受講者の主な意見】

- ・楽しかったです。
- ・普段、障害者の方々とふれあうことがないので、大変勉強になりました。

絵本の楽しさを伝えたい！ 「きよの流 絵本読み語り」講座

兵庫えほんばたけの会

代表：佐田きみよ

明石市大久保町高丘



【講座の目的・趣旨】

「日本列島をえほんばたけに！」を合言葉に読書離れが進むのに歯止めをかける。

1人でも多くの人に、優れた絵本との出会いを届けるために大人自身が絵本の魅力を知り、絵本の奥深さや、表現豊かな「読み語り」について学びます。

【日程・会場】

1	13年9月21日(金)10:00～12:00	明石市立勤労福祉会館
2	13年9月28日(金)10:00～12:00	明石市立勤労福祉会館
3	13年10月5日(金)10:00～12:00	明石市立勤労福祉会館
4	13年10月12日(金)10:00～12:00	明石市立勤労福祉会館
5	13年10月19日(金)9:30～12:00	明石市立勤労福祉会館
6	13年10月26日(金)9:00～13:30	錦江幼稚園、明石市立勤労福祉会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「オリエンテーション」
	内容	この講座の意義説明と、受講者の自己紹介。 絵本を読むのは簡単と思っている人が多いが非常に難しい。絵本は、幼い子どもが出会う最初の絵文芸。心を込めて語る必要がある。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）
第2回	テーマ	「『読みみかせ』でなく『読み語り』」
	内容	絵本は楽しむものであり、教育や育児（しつけ）の道具に使うのは反対。絵本には大切なことが分かりやすく書かれている。それをやさしく語って伝えることが大切。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）
第3回	テーマ	「実技～きよの流読み語り術～」
	内容	受講生1人1人に好きな絵本を読んでもらい、講師からアドバイスを受ける。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）
第4回	テーマ	「実技～きよの流読み語り術～」
	内容	受講生が好きな本を読む。人が読んでいるのを聴くのも大切。講師のアドバイスを聞きながらどんな風に読めばいいのかを学ぶ。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）
第5回	テーマ	「実技～きよの流読み語り術～」
	内容	受講生による絵本読み。 発表会に読む人を選出。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）
第6回	テーマ	「受講生による『絵本劇場』」
	内容	幼稚園児に向けて、今まで学んできたことを発表。原画スライドを大スクリーンに写しながら、受講生の語りを披露。 講師：清野友義（きよの絵本劇場主宰）

【受講者数】

28名

【受講者の主な意見】

- ・ゆっくり読めるようになりました。絵本について、今まで以上に深く触れるようになりました。
- ・「感情をこめて、優しく、明るく」という事を学ぶことが出来ました。
- ・100回の黙読の必要、感情をこめて八分に語るなど大変、参考になりました。

21世紀に求められる食生活のあり方

食カレッジ・あかし

代表：藤田久仁子

明石市大久保町谷八木



【講座の目的・趣旨】

食生活に対する関心が高まる中、食に関する情報はあふれています。これらの情報の中から本当に役立つ情報を見極める力をつけ、専門の講師のお話や実習から地域の人々と交流を深められるような講座を開催します。

【日程・会場】

1	13年6月25日(月)10:00~13:00	藤江スポーツセンター
2	13年7月14日(土)10:00~13:00	谷八木コミュニティセンター
3	13年7月26日(木)13:00~15:30	サンピア明石
4	13年8月24日(金)13:30~15:30	サンピア明石
5	13年9月28日(金)10:00~13:00	明石市立保健センター
6	13年10月27日(土)10:00~13:00	谷八木コミュニティセンター

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「中国料理：その食材と漢方薬効用」
	内容	中国料理バランスのとれた食材の使い方、調味料、香辛料などについて教えていただく。 講師：李林静（中国人留学生）
第2回	テーマ	「飲茶・点心・デザートにチャレンジ」
	内容	種類の飲茶・点心にチャレンジ。健康に良い中国茶を飲み自ら試食した。“クマ”の効用などを詳しく教えてもらった。 講師：宋秀珍（山東大学 副教授） 李玲（中国人留学生）
第3回	テーマ	「21世紀の食の安全性」
	内容	現在の食事情、安全性などについてきめ細かくお話ししていただいた。いま食の大切さを見直し、食生活の安全確保のために私たちにできることを探る指針になった。 講師：伊藤誉志男（武庫川女子大学薬学部教授）
第4回	テーマ	「あなたの血管年齢は何歳ですか？（1）講演」
	内容	血管の若さを保つためのお話。生活習慣病の予防などについて説明。 講師：佐々木勉（兵庫県栄養専門学校教授）
第5回	テーマ	「あなたの血管年齢は何歳ですか？（2）調理実習」
	内容	血管の若さを保ち、長く健康に過ごすための料理にチャレンジ。本格的なイタリア料理の中からそれらを教えてもらった。 講師：佐々木勉（兵庫県栄養専門学校教授）
第6回	テーマ	「身近な食材で作る西洋家庭料理」
	内容	どこにでもある使い残した食材からの料理の作り方、また簡単でおいしく安く作られる西洋家庭料理をきめ細かく教えていただいた。 講師：藤田幸陽（料理研究家）

【受講者数】

60名

【受講者の主な意見】

- ・今後の食生活でおいに役立つ。
- ・簡単でわかりやすい。
- ・「イタリア料理」が簡単に作れておいしかった。

母子でスキンシップ講座

たんぽぽクラブ

代表：大迫 恵美

神戸市垂水区清水通



【講座の目的・趣旨】

- ・ 幼児期の子育てをしている母親が、子どもと一緒にスキンシップをしながら楽しく過ごせて、仲間づくりができるような講座を開催します。
- ・ 実際に、ごっこあそびや、おはなしヨガ等の体験を通して、心と体を解放させます。

【日程・会場】

1	13年9月17日(月)10:00~12:00	垂水年金会館
2	13年10月15日(月)10:00~12:00	平磯芝生公園
3	13年11月13日(火)10:00~12:00	明石公園
4	14年1月22日(火)10:00~12:00	垂水年金会館
5	14年2月19日(火)10:00~12:00	垂水年金会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「劇あそび」
	内容	お話の世界を、親子、友達と一緒に楽しむ。「ももたろう」の本を読んでから、自分達で“役を決めて”、カラービニール袋やカラー画用紙やひもを利用して、“衣装を作り”“演じる”までをする。 講師：桂祐子（保育士）
第2回	テーマ	「アンパンマンごっこ」
	内容	野外の自然の中で、ごっこ遊びをして、体と心を解放する。子どもと母親は、アンパンマンになって（アンパンマンのお面をつけ、ふろしきをかける）、スタッフは、バイキンマンなどの役をして、フラワー姫を助けるストーリーを展開する。 講師：桂祐子（保育士）
第3回	テーマ	「どんぐりひろい」
	内容	明石公園花時計前に集合してどんぐりころころの歌を歌って出発。公園内のどんぐりを空きペットボトルに入れて、どんぐりの種類などの話を聞きながら、集める。池のほとりで、どんぐりや葉を使ってリースを作る。 講師：マスタマキコ（ドングリネット神戸）
第4回	テーマ	「親子クッキング」
	内容	幼児も一緒にエプロンをつけて、クッキングを体験する。ホットケーキと、じゃがいものおやきを作って、トッピングをする。スタッフが作ったコーンスープと一緒に、おいしく食べる。 講師：清瀬みどり（パン教室主催）
第5回	テーマ	「親子ヨガ」
	内容	母子一緒にスキンシップをしながら、幼児向きのヨガを楽しむ。動物のポーズをしたり、お母さんの体に乗ってねっころがったりしながら、心と体をリラックスさせる。 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】

39名

【受講者の主な意見】

- ・ 親子で楽しめるよう考えてあったので、最後までたいくつすることなく参加できた。
- ・ 自分の体を感じる時間をもつことができてよかった。

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



【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。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作りをしていきます。またコミュニケーション作りの場として、公園の使い方を提案します。

【日程・会場】

1	13年11月2日(金)10:30~12:00	明石市立中央公民館
2	13年11月9日(金)10:30~12:00	明石市立中央公民館
3	13年11月16日(金)10:30~12:00	明石市立中央公民館
4	13年11月30日(金)10:30~12:00	明石市立中央公民館
5	13年12月7日(金)10:30~12:30	明石市立勤労福祉会館
6	13年12月14日(金)10:30~12:30	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(対極棒気功・円運動で身体をほぐす) 講師：有田聖子(バンビクラブ)、赤崎 辰男(明石気功研究会)
第2回	テーマ	「公園気功の楽しみ」
	内容	・野外での気功、自然との触れ合い体験 ・気功実習(太極棒気功・円運動で気を運ぶ) 講師：有田聖子(バンビクラブ)
第3回	テーマ	「木と遊ぶ・樹林気功」
	内容	・環境教育としての気功を考える ・自然界の気を感じてみる 講師：有田聖子(バンビクラブ)
第4回	テーマ	「生きがいづくり・仲間づくり」
	内容	・健康づくりは仲間作りから ・仮設住宅健康づくり支援事業から現在の活動まで ・気功実習(身体をゆるやかにほぐす按摩功、気功的リズム体操、たんとん体操) 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5回	テーマ	「からだところのリラックス」
	内容	・やさしい気功体操と呼吸法の実習 ・簡単瞑想入門編・音と光のリラクゼーション ・気功実習(仮設住宅健康作り支援事業プログラムからやさしい気功体操、音の瞑想、メトロノーム集中法) 講師：有田聖子(バンビクラブ)
第6回	テーマ	「健康自立」
	内容	・気功的生活のすすめ。自分で治す為の医療気功の実際。 ・気功NPOについて。 ・気功実習(様々なリラクゼーション法、収功・日常へ戻る) 講師：有田聖子(バンビクラブ)、赤崎 辰男(明石気功研究会)

【受講者数】

16名

【受講者の主な意見】

・公園の中で自然にふれての気功はとっても心地よく楽しくさせて頂きました。
気功は奥が深そうで、ますます興味が湧いてきました。

教養とまちづくり

フロンティア明石21

代表：石原 洋二

明石市太寺



【講座の目的・趣旨】

明石市が平成3年に策定した第4次長期総合計画をソフト面で協力するため「共存する社会」から「理解し合う社会」の建設を目指し、社会・自然・文化の各部門について、討論し大学教授などの専門家の講演も実施し、「教養とまちづくり」に貢献することを目的とする。

【日程・会場】

1	13年9月8日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
2	13年9月22日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
3	13年10月13日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
4	13年10月27日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
5	13年11月10日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
6	13年11月24日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
7	13年12月8日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
8	13年12月22日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
9	14年1月12日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
10	14年1月26日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
11	14年2月9日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館
12	14年2月23日(土)13:00~17:00	明石市立勤労福祉会館

【カリキュラム】

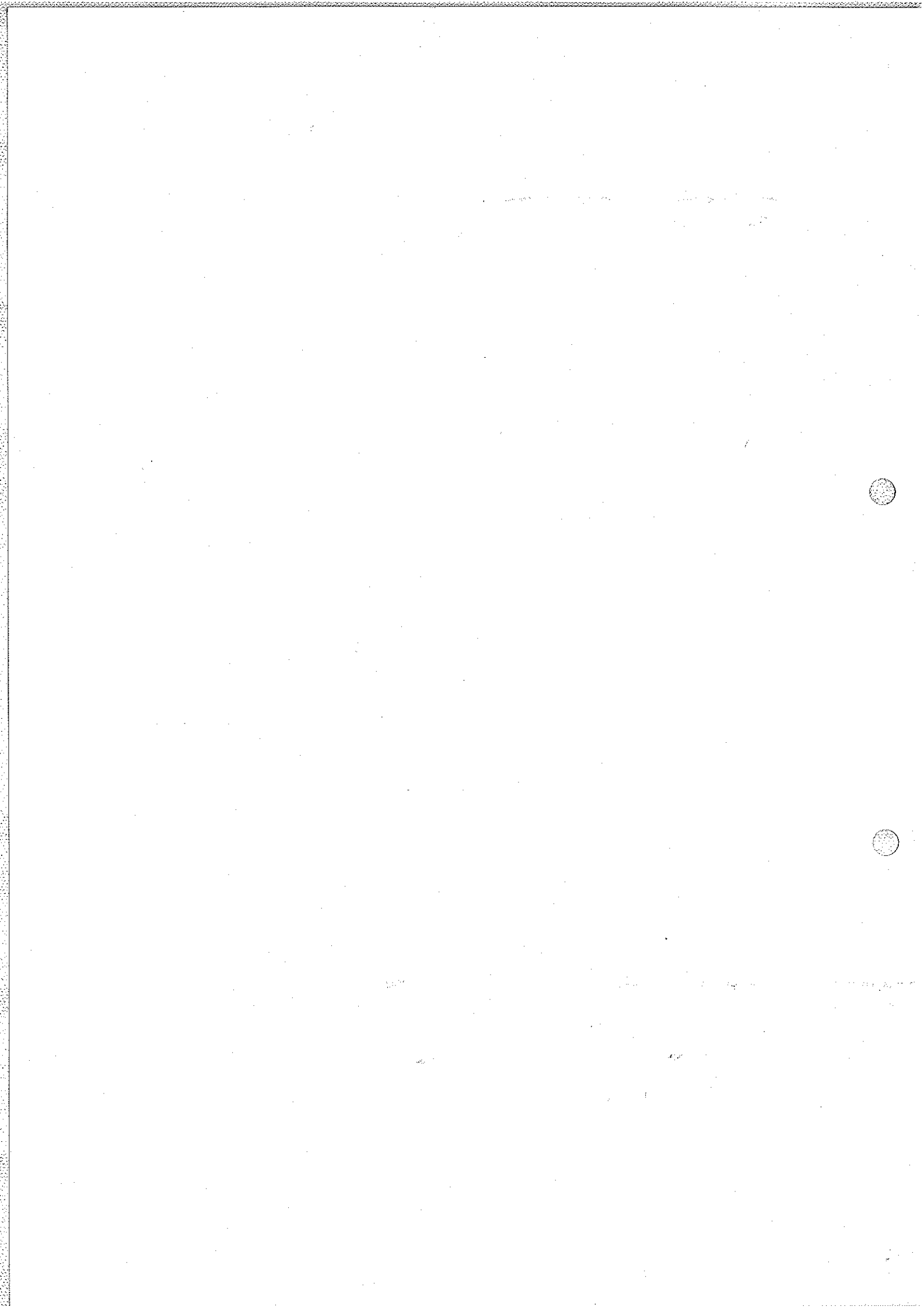
第1回	テーマ 内容	「いま、市民が明石の為に考えるべきことや、やるべきこと」 7月21日に起きた明石花火大会歩道橋の事故を反省して、明石市民としての心得、家庭の問題等について、今後事故を起こさないための注意点を模索した。 講師：――
第2回	テーマ 内容	「いまと似ている元禄時代①」 ・元禄時代の政治体制、町民の活躍、町民の町並み、町人の生活風俗について解説。 ・平成と現在の似ている点について講演。 講師：黒田努
第3回	テーマ 内容	「いまと似ている元禄時代②」 ・元禄時代の美人像、衣裳、装飾品の流行、情報伝達の方法、忠臣蔵の虚像と実像などについて講演。 ・黒田氏の教育方針について。 講師：黒田努
第4回	テーマ 内容	「法律の不思議？」 ・民法・刑法について日常生活についての規範を具体的に解説。法律は常識である旨の根拠を解説した。 講師：石原洋二
第5回	テーマ 内容	「マッカーサー元師の横顔 その1」 マッカーサー元師の生い立ち、日本占領の連合国軍最高司令官としての占領政策の方針、財閥解体、農地改革、学校制度の改革などについて解説。 講師：玉田義也(元神戸国際大学付属高校長)
第6回	テーマ 内容	「マッカーサー元師の横顔 その2・教育問題」 ・マッカーサーの指導した民主主義とは何かについての講演 ・教育問題 講師：玉田義也(元神戸国際大学付属高校長)、松原妙(元中学校教諭)、鈴木克郎(元中学校教諭)
第7回	テーマ 内容	「今こそリーダーシップが求められる時代」 現在、「陰陽師」が話題になっているが、日本の古代より「和をもって貴し」とする思想が引き継がれている。しかし、一方でリーダーシップが発揮できない土壌が各分野で生まれている。現状を打破する強いリーダーシップについて講演。 講師：鈴木久光
第8回	テーマ 内容	「薬の私」 薬とのかかわり、薬の変遷と病気の変遷。薬剤師と医薬分業。薬についての現代社会における問題点について講演。 講師：岡田芳男(神戸学院大学教授)
第9回	テーマ 内容	「2002年の日本の課題とその行方」 わが国における構造改革、金融機関の不良債権問題、デフレ問題、失業率の上昇等の現状の把握及び対策について討論を行う。 講師：――
第10回	テーマ 内容	「2002年の明石の課題とその行方」 明石花火歩道橋事故、明石高校総合選抜制度、明石の活性化、町内会の活性化について討論。 講師：――
第11回	テーマ 内容	「女性の立場から男女共生社会に望まれるもの」 女性の社会への進出に伴う、家庭における子供の教育、健全な家庭の建設の為に夫婦はどのような心構えが必要か、老後の夫婦の在り方などについて講演。 講師：松原妙・岡田一文
第12回	テーマ 内容	「明石市の現状と望まれる明石像」 明石の経済力を全国的に比較、明石の長所、短所について感想を述べ、昨年の花火大会事故の反省から行政とのパートナーシップに基づき、安全で安心できる生活を模索、さらに21世紀の望まれる明石像について講演。 講師：角村正博(神戸学院大学教授)

【受講者数】

19名

【受講者の主な意見】

・有益な講義、素晴らしい研究発表を聞かせていただいた。



北播磨地域

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
ココロクラブ三木	井土 裕子	地域ハッ！見学（発見学）	三 木 市	146

地域ハッ！見学（発見学）

ココロクラブ三木

代表：井上 裕子

三木市末広



【講座の目的・趣旨】

今、子ども達を取り巻く残忍な事件が相次いでいます。子育てを終えた大人たちが自分と関わりがないというのでなく自分の住む地域を再認識して、地域との連携を深め、人権教育と合わせて学んでいこうとするものです。

【日程・会場】

1	13年9月24日(月)10:00~15:30	呑吐ダム
2	13年10月14日(日)10:00~12:00	三木市立志染公民館
3	13年10月28日(日)10:00~12:00	三木市立志染公民館
4	13年12月2日(日)10:00~11:30	三木市立福祉会館
5	13年1月14日(日)10:00~12:00	三木市立福祉会館
6	14年1月27日(日)10:00~12:00	三木市立福祉会館
7	14年2月3日(日)10:00~12:00	三木市立福祉会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ 内容	「地域を踏み歩く」 呑吐ダムの下流で（三木市と神戸市淡河との境）川魚を捕り、河における生物の生態系を学ぶ。（絶滅の危機にある魚や植物の実体を学び、環境についても勉強する。） 講師：小倉滋（三木自然愛好研究会）
第2回	テーマ 内容	「幼児期と大人とのかかわり」 ・幼児期の大人との関わりは、体内にいるときからの影響力が大きいとの事で、周りの環境とも絡めて、成長期における人間形成の第1歩からの始まりを学ぶ。 ・大人になりきれない子どもが子どもを産み、虐待や子育て放棄等の目にあまる現状報告も聞き、地域としての関わり方等も話し合う。 講師：赤松彰子（神戸イーブンウィズネット顧問・里の家）
第3回	テーマ 内容	「思春期のココロをさぐる」 ・幼児期から思春期へと成長する過程に於いて、精神的、肉体的にオトナになっていく事へのココロの変化を専門的に分析していただく。 講師：赤松彰子（神戸イーブンウィズネット顧問・里の家）
第4回	テーマ 内容	「家庭教育・地域教育とは？」 ・鈴木先生の専門分野である教育学についての講義。現代社会の子どもたちを取り巻く環境の悪さや大人のふしだらな点について。 ・家庭や地域との関わりが人間形成に一番関わりが大きいということ。 講師：鈴木正幸（神戸大学名誉教授・豊岡短期大学教授）
第5回	テーマ 内容	「わ・た・し探し」 ・足元からの人権教育という事で、地域の中の私とは？ ・私は地域の中でどのような関わりがあるのか？ ・私を探す事で、身近な人権問題を学ぶ。 講師：澤田薫（県立嬉野生涯教育センター）
第6回	テーマ 内容	「スキルを使って実践学」 ・人権学習について、楽しく、分かり易いスキルブックからの引用でゲーム感覚で行った。 講師：澤田薫（県立嬉野生涯教育センター）
第7回	テーマ 内容	「『気分をリフレッシュに』～街づくりに関わった体験談から～」 ・地域のヨサコイ踊りのCDを手掛けた講師から、まつわる裏話やテープの曲作りに関わる苦労話などを聞く。 ・地域との地縁が心を結ぶカギとなることについて講演。 講師：尾辻健一

【受講者数】

15名

【受講者の主な意見】

- ・自分から学ぶ、自分で判断する豊かな感性を培う事が必要だが、それには知的な裏付けが必要という話に同感した。
- ・知る、分かる教育で豊かな感情を育てることが分かった。

淡路地域

グループ・団体名	代表者名	講座名	開催場所	ページ
一粒の会	西村 英司	新世紀に生き方シリーズ3年目「自分を見直す、幸せな自然界・社会にー」	洲本市	148
安乎民踊同好会	大畑 悦子	作ろうよ！皆で楽しく元気にコミュニケーション	洲本市	149
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	一宮町	150

新世紀に生き方シリーズ3年目 「自分を見直す、幸せな自然界・社会に———」

一粒の会

代表：西村 英司

洲本市本町



【講座の目的・趣旨】

自然界、社会との調和の中で、共に生かされ支え合う、ふれ合い市民社会の育成と、1人1人が心身両面において快適に過ごす方法を学ぶ。

【日程・会場】

1	13年11月11日(日)11:00~14:00	洲本市総合福祉会館
2	13年11月28日(水)13:00~14:00	洲本市総合福祉会館
3	14年2月23日(土)13:30~15:30	洲本市総合福祉会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「体と地球にやさしい料理」
	内容	体を温める「陽」の食べ物、冷やす「陰」の食べ物を調和させ、旬の食品が持つ力を最大限に引き出させる。 講師：竹村享子（いんかん倶楽部）
第2回	テーマ	「在宅生活を安心して送るために」
	内容	福祉サービス利用援助事業の説明。 講師：藤代勝（洲本市社会福祉協議会）
第3回	テーマ	「21世紀心の健康」
	内容	人は心身両面のサポートが得られてこそ、充実した人生をおくることができます。そのために心の健康をいかに維持することが大切かを解説。 講師：麻野信子（NPO法人「さわやか徳島」）

【受講者数】

33名

【受講者の主な意見】

- ・経験に基づく具体的な助言で参考になった。
- ・今日一日何か一つ良い事を目標に、これからのボランティア活動をしていきたいと思ひます。

作ろうよ！皆で楽しく元気に コミュニケーション

安乎民踊同好会

代表：大畑 悦子

洲本市安乎町古宮



【講座の目的・趣旨】

農村地域での交流交歓を図り、地域の活性化及び生き甲斐作り、そしてボランティア活動を通じて多方面にわたり町づくりに参加し取り組んでいく。

【日程・会場】

1	13年9月16日(日)9:00~12:00	洲本市立安乎公民会館
2	13年10月22日(月)19:30~21:30	洲本市立安乎公民会館
3	13年11月11日(日)8:00~12:00	安乎町内、安乎公民会館
4	13年12月8日(土)9:00~12:00	洲本市立安乎公民会館
5	14年1月16日(水)9:00~12:00	洲本市立安乎公民会館
6	14年2月18日(月)19:30~21:30	洲本市立安乎公民会館

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「花作り研修会と民踊の会」
	内容	・花の育て方(町内で花を飾ろう) ・民踊の練習 講師：岡本進・大道あけみ
第2回	テーマ	「楽しく集いましょう」
	内容	・民踊の練習を兼ねて参加者相互の交流交歓を図る 講師：大道あけみ
第3回	テーマ	「島内一斉清掃に参加しましょうと民踊の会」
	内容	・安乎町内の各地域の清掃活動に参加 ・民踊の練習を兼ねて参加者相互の交流交歓を図る 講師：大道あけみ
第4回	テーマ	「誰にでも出来る簡単な料理で新年を迎えよう！」
	内容	・簡単な料理を紹介し、調理実習する ・民踊の練習を兼ねて、参加者相互の交流交歓を図る 講師：大道あけみ
第5回	テーマ	「料理教室と民踊の会」
	内容	・給食サービスを実施 ・民踊の練習を兼ねて参加者相互の交流交歓を図る 講師：大道あけみ
第6回	テーマ	「楽しく集いましょう」
	内容	・民踊の練習を兼ねて、参加者相互の交流交歓を図る 講師：大道あけみ

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・民踊は体を動かす事で大変良いと思います。
- ・枯れた株を抜く方法の整理の仕方がたいへん勉強になった。

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】

一宮町郡家は、阪神淡路大震災で大きな被害を受けました。その後、復興に向けて、町当局はもちろん住民お互いが懸命の努力を積み重ねて参りました。道路の拡幅や復興住宅は行政の力で進捗してきましたが、少子高齢化が進む中、過疎化の波が大きく押し寄せ街は大変淋しい状況です。何とかそこに住むお互いが、ふれあい話し合い支えあえるムードをつくり出したいと企画した。

【日程・会場】

1	13年6月2日(土)10:00~12:00	郡家会館
2	13年6月30日(土)8:30~10:30	多賀の浜海水浴場
3	13年7月8日(日)13:00~16:00	兵庫県立淡路文化会館
4	13年8月5日(日)10:00~12:00	郡家会館
5	13年10月6日(土)8:30~12:00	多賀の浜海水浴場一文字突堤
6	13年11月17日(土)8:30~12:00	郡家震災復興住宅

【カリキュラム】

第1回	テーマ	「元気アップ講座開講式とあらい不思議発見のマジック講習会」
	内容	手品(マジック)は、3つのグループに分かれ指導と練習をくりかえした。 ①ひもの結びほどこき ②コップでコイン消し ③服からひもの脱出。 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」
	内容	・人はボランティアを受けることに感謝するが、ボランティアのお返しがなかなかできない。日本人のボランティアの経験の浅さ、ハートの弱さのようなことを教わる。 ・わたしたちの町の近くに多賀海水浴場がある。この海水浴場をボランティアで清掃した。 講師：土居みやこ(一宮町社会福祉協議会)
第3回	テーマ	「楽しさいっぱい仲間づくりのグラウンド・ゴルフ大会」
	内容	・グラウンド・ゴルフはマナーを重んずるスポーツである。 ・実際にゲームを展開し、表彰を行う。 講師：水坪弘(津名町グラウンド・ゴルフ協会)
第4回	テーマ	「環境にやさしいケナフの栽培意義と活用についての研修会」
	内容	・ケナフが地球の温暖化防止に寄与しているという意義について理解を深めた。 ・パルプにして紙スキを実践する。 講師：山田健次(ふるさと交流協会、パルシェ前館長)
第5回	テーマ	「フィッシング(釣り)大会と魚の料理講習会」
	内容	・つりの初歩的な要領の指導を受ける。 ・魚のうろことり、三枚おろし、皮むき等、魚の料理体験を行う。 講師：石上繁信(一宮町釣り船協会長)
第6回	テーマ	「ケナフを利用した紙漉大会」
	内容	・パルプのとかし方からはじまって、「すのこ」の要領のよい使い方乾燥機での水の切り方、きれいな年賀状づくりに挑戦。 ・1人5枚~10枚ぐらい漉いて乾燥、アイロンがけをして完成。 講師：奥田好治(津名和紙工房経営者)

【受講者数】

30名

【受講者の主な意見】

- ・ふれあいが出来楽しかった。
- ・ケナフの活用についてよくわかる話をきけてよかった。
- ・紙スキを体験して、自然のもののよさを実感した。

平成13年度地域活動推進講座助成事業の概要

- 1 事業目的 被災地において誰もが安心して暮らせるコミュニティの形成に向けて、人と人、人と地域がつながりを深め、創意あふれる多彩な取組みが行われるよう、ひとりひとりが地域活動の主体的な担い手となり、いきいきと暮らしていくための具体的な知識や技術を学ぶとともに、仲間づくりのきっかけとなる講座を開催するグループ・団体に、講座開催経費の一部を助成し、地域活動の発展に資することを目的とする。
- 2 事業内容 被災地において、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講座を開催するグループ・団体に講座開催経費の一部（24万円限度）を助成する。
- 3 平成13年度地域活動推進講座開催状況等

＜1次募集の概要＞

- ・ 募集期間 平成13年5月1日～平成13年5月25日
- ・ 開催期間 平成13年4月1日～平成13年11月30日
- ・ 申請講座数 126講座（114団体）
- ・ 助成対象講座数 68講座（67団体）

＜2次募集の概要＞

- ・ 募集期間 平成13年8月1日～平成13年8月15日
- ・ 開催期間 平成13年9月1日～平成14年2月28日
- ・ 申請講座数 105講座（95団体）
- ・ 助成対象講座数 76講座（75団体）

＜助成対象グループ審査委員会の開催＞

- ・ 開催日 平成13年6月15日
平成13年8月27日
- ・ 審査委員長 神戸大学経済経営研究所教授 小西康生

＜平成13年度地域活動推進講座開催結果＞

- ・ 開催講座数 138講座
- ・ 開催団体数 121団体
- ・ 受講者数 6,157人

(参考：地域別開催状況)

	神戸	阪神南	阪神北	東播磨	北播磨	淡路	合計
講座数 (団体数)	69 (62)	36 (32)	23 (22)	6 (6)	1 (1)	3 (3)	138 (126)

※団体数合計(126)と開催団体数(121)が合致しないのは、同一団体が2つの地域で講座を開催しているケースがあるため。

(参考：テーマ別分類)

分野	構成比(%)
文化・芸術・スポーツ(イベント・遊びの伝承等)	31.2
子育て(虐待防止、児童教育等)	15.9
まちづくり(地域おこし、町並み保存等)	15.2
ボランティア・NPO活動	11.6
健康づくり	8.7
福祉(介護、給食、移送、友愛訪問等)	13.0
環境(清掃、緑化、リサイクル等)	4.3
合 計	100.0

平成13年度地域活動推進講座記録集

平成14年3月発行

発 行 生活復興県民ネット
住 所 神戸市中央区東川崎町1丁目1-3
神戸クリスタルタワー10階
電 話 078-360-5888
FAX 078-360-5887

