

松林公民館

平成30年度テーマ

「この指とまれ！！公民館初心者から
ベテランまで、みんなが顔見知り
に
～新たな力で色づく松林～」



ちがさ貴族 波の精霊
えぼし麻呂 & ミーナ

主催事業

(1) 家庭教育支援関連事業

ア 子育てホッと広場

就園前の乳幼児とその保護者を対象に、ボランティアグループ「子育てカンガルー」の協力を得て、地域で子育てを支援していくことを目的に、ふれあいの場として開催した。

(毎月第4水曜日、12月は第3水曜日)

日 時	内 容	参加者
4月26日(木) 10:00~11:45	手遊び、読み聞かせ、お話、リズム体操、季節の歌、ままのつぶやき、みんなでマッサージ、自由遊び、公民館事業のお知らせなど	6人
5月25日(木) 10:00~11:45	手遊び、読み聞かせ、お話、リズム体操、季節の歌、ままのつぶやき、みんなでマッサージ、自由遊び、公民館事業のお知らせなど	32人
6月27日(水) 10:00~11:30	手遊び、読み聞かせ、お話、リズム体操、季節の歌、ままのつぶやき、みんなでマッサージ、自由遊び、公民館事業のお知らせなど	27人
合 計		65人

イ 子育てフリースペース

乳幼児と保護者のために部屋を開放し、友達を作ることにより一人で悩むことなく、子育て中の悩みをみんなで共有する場として開催した。

(偶数月第3木曜日)

日 時	内 容	参加者
4月19日(木) 10:00~14:00	絵本の読み聞かせ・こどもに読んであげる絵本の選び方・公民館の紹介	12人
6月21日(木) //	絵本の読み聞かせ・室田保育園の先生と一緒に遊ぼう！！	26人
合 計		38人

ウ 乳幼児健康相談

原則偶数月の第3木曜日の午後、保健所健康増進課との共催で、乳幼児の身体測定や育児相談を実施

月日	4/19	6/21	合計
相談者数	24人	26人	50人

エ 絵本講座～いっしょに楽しむ絵本の世界～

子どもも大人も楽しめる絵本が持つ「ことば」、「絵」、「物語」の力や、よろこびを共有する体験の大切さを、実際に絵本を読んでもらいながら詳しく学び、絵本を通して子育てについて考える機会とした。

日 時	内 容	講師	参加者	保 育
5月8日(火) 10:30～12:00	子どもの月齢や年齢にあわせた絵本の選び方やその絵本の素晴らしい点等を学んだ。	武藤 希代子 氏 (茅ヶ崎図書館子ども本の会)	14人	7人 (ボランティア3人)

オ タッチコミュニケーション

スキンシップやタッチコミュニケーションの重要性を話し合い、考える機会とするとともに、地域での知り合いを増やし、次のステップへ繋がるような関係を構築することを目的とする。

日 時	内 容	参加者
4月4日(水) 10:00～12:00	自己紹介、スキンシップの重要性やアロマオイルの匂いの魅力のお話し、公民館の紹介等	16人
5月2日(水) 10:00～12:00	ストレッチ、子育てやアロマオイルの匂いの魅力のお話し等	16人
6月6日(水) 10:00～12:00	ストレッチ、子育てやアロマオイルの匂いの魅力のお話し等	18人
7月4日(水) 10:00～12:00	ストレッチ、子育てやアロマオイルの匂いの魅力のお話し等	20人
合 計		70人

カ 宇宙の学校

家庭内で保護者と子どもが実験等共通の事柄に取り組むことにより、保護者と子どもとの日常的コミュニケーションの大切さを認識してもらいながら、参加者間や地域での交流につながることを目的とした。また、平成30年度から同事業の指導者を養成すべく「指導者セミナー」を開催し、地域における指導者の発掘・育成を行った。

日 時	内 容	講 師	参 加 者
6月16日(土) 13:00～16:00	(1) 講義「宇宙教育と宇宙の学校について」 (2) 教材演習	稲葉 茂 氏 (特定非営利活動法人子ども・宇宙・未来の会(KU-MA)副会長兼理事)	12人

(2) 子ども事業

ア 子どもの広場

子ども達の休日の居場所づくりを目的として、また、ボランティアの育成も目指した。運営にあたってはボランティアグループ「プチトマト」、ゲストとして茅ヶ崎市青少年指導員、松林地区スポーツ推進委員等の協力で実施した。

日 時	内 容	参加者
4月21日(土)10:00～11:30	こいのぼりを作ろう	14人
5月19日(土) 〃	みんなで歌おう	17人
6月23日(土) 〃	七夕飾りを作ろう	32人
合 計		63人

イ 子ども将棋スペース

土曜日の子どもの居場所づくりと世代間の交流のため、ボランティア及び利用サークルの協力により将棋の指導を実施した。

日 時	内 容	協 力	参加者
4月21日(土) 9:30~11:30	将棋指導・対局・詰将棋指導等	子ども将棋スペースボランティア	16人
5月5日(土) 9:30~11:30			10人
5月19日(土) 9:30~11:00			23人
6月2日(土) 9:30~12:00			8人
6月16日(土) 9:30~12:00			16人
合 計			73人

ウ 子どもお話し会

子どもの居場所づくりと世代間の交流のため、ボランティアの協力により子ども向け絵本の読み聞かせを実施した。年度中に複数回実施。

日 時	内 容	協 力	参加者
5月12日(土)11:00~11:40	お 話 (小さい子向け)	ボランティアおはなしの木	12人

エ ぴよぴよアトリエ

指を動かすことができるようになる1才児からを対象として、折り紙や粘土・のり・毛糸等いろいろな物を触って感触を知り、ものを作る(造形)ことを通して作品が出来上がる過程や作品に触れる喜びを体感する機会とする。同時に、ママや子どもたちの憩いの場や情報交換の場ともする。

日 時	内 容	講 師	参加者
4月11日(水) 10:30~12:00	ねりねり・ころころこむぎ粘土あそび	今林 純子氏 岡本 加珠美氏 (松林公民館子ども対象事業 ボランティア)	10組20人
5月9日(水) 10:30~12:00	ペタペタぺったんスタンプあそび		8組16人
6月13日(水) 10:30~12:00	きらきらぼとるづくりあそび		10組20人
7月11日(水) 10:30~12:00	カッコイイぞ!かわいいな!お人形づくり		6組12人
合 計			34組68人

(3) 地域交流事業

ア 卓球開放

原則毎月第4日曜日の午前中、気軽に卓球を楽しむことができるように、公民館利用サークルの松林卓球クラブ及び菖の協力で実施した。(毎回 9:30~12:00)

月日	4月	5月	6月	合計
人数 (人)	13	17	23	53

イ シネマ松林

従来の映画鑑賞に加え、鑑賞後に参加者同士で意見交換を行う等、交流の場として、また地域文化振興に寄与することを目的に開催した。

日 時	内 容	参加者
4月14日(土) 13:30～16:00	「欲望という名の電車」(1951年 アメリカ)	62人
5月12日(土) 9:30～12:00	「ローマの休日」(1953年 アメリカ)	41人
6月9日(土) 9:00～12:00	「シェーン」(1953年 アメリカ)	48人
7月14日(土) 9:30～12:30	「望郷」(1937年 フランス)	42人
合 計		193人

エ みんなのサークル体験

松林公民館で活動しているサークルの活動を体験できる機会を設け、サークルの新規加入者増加や若返り、サークル活動の活性化等を目的に実施した。また、松林公民館で活動するサークルをより多くの地域の方に知ってもらう機会とした。

日 時	内 容	講師・協力	参加者
4月26日(木) 15:00～17:00	えほん大好きの会 絵本のよみきかせ体験	えほんだいすきの会会員	0人
5月18日(金) 15:00～17:00	えほん大好きの会 絵本のよみきかせ体験	えほんだいすきの会会員	0人
6月3日(日) 10:00～12:00	有酸素運動、マットを使ったストレッチ体操ほか	健康運動指導員 富田治未氏	3人
6月5日(火) 10:00～11:00	健康でいつまでも若々しい笑顔のためのフラダンス	フラ・オ・バニアンツリー 上田モトコ氏	3人
6月28日(金) 15:00～17:00	えほん大好きの会 絵本のよみきかせ体験	えほんだいすきの会会員	0人
7月1日(日) 10:00～12:00	有酸素運動、マットを使ったストレッチ体操ほか	健康運動指導員 富田治未氏	3人
合 計			9人

オ 松林公民館畑クラブ

親子で畑の作業に取り組み、親子の交流や参加者間の交流を深め、継続的に公民館に足を運んでもらうことで、公民館を身近に感じてもらうことを目的に実施。指導には、地域の人材を活用し、世代間の交流を図っていくことも目指す。

日 時	内 容	講 師	参加者
4月29日(土) 10:00～12:00	夏野菜の植え付け、	講師：澁谷 芳造氏 (松林公民館農業部員)	2組 4人

6月23日(土) 10:00~12:00	夏野菜の収穫 畑の土づくり他		2組 4人
6月30日(木) 10:00~12:00	夏野菜の収穫		1組 2人

カ 季節の行事体験

公民館で季節の行事を体験する。

日 時	内 容	実施者
5月2日(火)、3日(水)、 4日(木)、5日(金)	鯉のぼりの掲揚 5月人形の展示	公民館職員

キ 初めての陶芸教室

プロから陶芸についての技術を学び、自ら作品を作りあげる体験を実施した。また、作成過程を通して参加者間のコミュニケーション、仲間作りの一助とした。

日 時	内 容	講 師	参 加 者	保 育
4月21日(土) 13:30~16:00	手ひねりで作成	岡村 友太郎 氏 (陶芸家)	40人	2人 (ボラン ティア1人)
5月19日(土) 13:30~16:00	絵付け			

(4) 社会的要請課題をテーマとした事業

ア 普通救命講習会

大切な人の命を救うため、救急車が到着するまでの「空白の5分間」に備えて、応急手当の正しい知識・技術の習得のため開催した。

日 時	内 容	講 師	参加者
6月2日(土) 9:00~12:00	心肺蘇生法・止血法・AED (自動体外式除細動器)取扱方法 気道異物除去等	消防本部消防指導課職員 市応急手当普及協会	7人

イ 楽しいIT講座

パソコン初心者を対象に、わかりやすく解説し、パソコンの操作を学ぶ機会とした。

○前期

日 時	内 容	講 師	参加者
6月12日(火)9:30~12:00	スマートフォン、タブレット、パソコンの比較・基本操作方法等について学ぶ。	特定非営利活動法人 パソコンボランティア湘南	参加者18名
6月13日(水) //			12日18人
6月19日(火) //			13日17人
6月20日(水) //			19日17人 20日16人 延べ86人

ウ フレイルチェック～楽しみながら自分で健康チェック

高齢者を対象に、健康寿命をできるだけ長くするための一つの取り組みとして現在、注目されているフレイルチェックを実施し、参加者の現状を把握し、今後の活動に活かしてもらうことを目的に実施する。

日 時	内 容	講 師・協 力	参加者
6月1日(金) 14:00～16:00	フレイルチェック～楽しみながら自分で健康チェック	フレイルチェックサポーターの皆さん 市福祉部高齢福祉介護課生きがい創出担当との共催事業として実施。	14人

エ 介護予防教室「健康寿命を延ばすためには？簡単ストレッチでリラックス」

これからの人生を楽しむためにストレッチを行うことで筋肉を付け、心身機能の維持を図ることを目的に実施する。

日 時	内 容	講 師・協 力	参加者
5月30日(木) 13:00～14:30	マットを使った簡単な運動 肩や腰、膝の痛みを改善できる動き方等を学ぶ	湘南つなぐ鍼灸接骨院 太田弘信氏	18人

オ 松林赤とんぼクラブ～のばせ健康寿命！！みんなで楽しく「セルフケア」

地域包括支援センターくるみと連携し、地域の高齢者の方々の「健康寿命」を延ばし、各個人の人生をより豊かなものにしてもらうため、定期的な運動と生活に役立つ情報等に触れることができる場、参加者同士等の交流を図れる場を創出する。

日 時	内 容	講 師・協 力	参加者
4月13日(金) 10:00～12:00	「松林赤とんぼクラブ～のばせ健康寿命！！みんなで楽しく『セルフケア』」 ・健康体操 ・お役立ち健康小話 ・ほっこりプチ茶話会)	(共催) 松林地区地域包括支援センターくるみ (講師・協力) ニッショウスマイルステーション・ちがさき高齢者支援リーダー	17人
4月26日(木) 10:00～12:00			17人
5月11日(木) 10:00～12:00			14人
5月24日(木) 10:00～12:00			18人
6月8日(金) 10:00～12:00			17人
6月21日(木) 10:00～12:00			21人
合計			104人

カ R e l a x ままヨガ

子育てに追われているお母さんに、ヨガにチャレンジしていただき、体を修正していく事を体感してもらう。また、講師に子育て中のお母さんを迎え、年齢が近いことで気楽に参加していただき、共通の話題を持つことによって仲間意識を育み、孤独な子育てからお母さんたちを救うねらいがある。

日 時	内 容	講 師	参加者
6月8日(金) 10:00～11:30	ヨガの簡単なポーズから体のどこに効いているのか等を確認しながら学ぶ。ま	宝田朋子さん (IAHC国際ヘルスケア協	9人

6月14日(木) 10:00~11:30	た、子どもがいても簡単にできるヨガポーズや、リフレッシュできる呼吸の方法の実戦。	会認定シニアヨガインストラクター)	10人
合計			19人

(5) 学習成果の還元事業

ア 春の山野草展

山野草をより多くの人に親しんでもらうために、公民館で活動している「茅ヶ崎山草会」と共催で開催した。来場者からの育成方法の相談や質問に応じ、終了前には全作品、育成者の解説を行う。

日 時	内 容	協 力	参加者
4月28日(土)9:30~16:00	春の山野草の作品展示 山野草の作品展示および育成相談	茅ヶ崎山草会	199人
4月29日(日) 〃			

イ 初夏の山野草展

市役所本庁舎1階「市民ふれあいプラザ」において、山野草の展示と育成相談、手入れ方法等の実技の相談とともに、茅ヶ崎山草会のPRも兼ねて同展を実施。

日 時	内 容	協 力	参加者
6月20日(水)9:30~17:00	春の山野草の作品展示 山野草の作品展示および育成相談	茅ヶ崎山草会	200人
6月21日(木)9:30~17:00			
6月22日(水)9:30~17:00			

ウ さつき展

市内のさつき愛好家の作品を持ち寄り展示するとともに、育成方法等の相談や質問に応じた。また今年度は、さつきの盆栽づくり講座受講者の作品展示も行った。

日 時	内 容	協 力	参加者
5月26日(土)9:30~16:00	さつきの展示育成および相談	茅ヶ崎さつき会	80人
5月27日(日)9:30~15:00			

(6) 公民館ふれあい事業

ア 松林うたごえ広場

「団塊の世代を公民館に」と題して、昔懐かしい歌を歌いながら、その時々のお出来事をまじえた解説を聞き、また、新しい歌をみんなで歌い仲間づくりへと広げた。

日 時	内 容	協 力	参加者
6月17日(日) 10:00~12:00	懐かしい日本の歌、よみがえる青春歌、新しい歌を協力団体のリードとギター等の伴奏で一緒に歌う。	松林フォーク村	87人

イ ふれあいスポーツ広場～3B体操体験

茅ヶ崎市身体障害者福祉協会との共催事業とし、健常者と身障者が交流するきっかけの場とすることを目指し実施した。今年度は年4回実施予定。

日 時	内 容	講師・協力団体	参加者
6月2日(土)13:30～15:00	3B体操の体験を通じて参加者と身障協の皆さんとの交流を深めた。	講師：日本3B体操協会 福田氏・松本氏 共催：茅ヶ崎市身体障害者福祉協会	1人

ウ 気功と初級太極拳

60歳以上を対象に、毎日の生活に必要な筋肉の衰えを防止のため、呼吸法を使いながら身体のバランス、柔軟性の向上を目指し、参加者同士が交流を深めていくこと目的に実施。

日 時	内 容	講 師	参加者
6月5日(火)13:30～15:00	無理をしない、頑張りすぎない、心の落ち着く気功体操	茅ヶ崎市太極拳協会 会長 山田 光代氏 協力 松林太極拳サークル	延べ30名

エ さつきの盆栽づくり講座

さつき盆栽を自分で育てることの楽しさを知ってもらい、自分の趣味のひとつとしてもらうことにより、さつき盆栽の愛好者増加を目指す。また、「茅ヶ崎さつき会」の活動の活性化と当該講座の講師を務めてもらうことにより、地域還元活動のより一層の充実を図る。

日 時	内 容	講 師	参加者
4月14日(土) 13:30～16:00	「さつき展」への作品出展 手入れ等についての講義	茅ヶ崎さつき会	10人

オ 梅干しづくり

日本に古くから伝わる発酵食品である梅干しの良さを学び、手作りの良さを知ってもらう機会として実施。講師には、地域で活躍する方にあたっていただき、講師と参加者との交流を深め、公民館を身近なものに感じてもらうことも目的とした。

日 時	内 容	講 師	参加者
6月2日、16日 (いずれも土) 9:30～11:30	2日：下漬け 16日：紫蘇入れ	中川 桂子 氏 (松林公民館事業協力ボランティア)	参加者数12人 延べ24人

カ スケッチの基礎教室

スケッチの技術を学ぶことで、絵を描く楽しさ知り、参加者の交流を深めることを目指し実施。

日 時	内 容	講 師	参加者
4月24日(火) 9:30～16:00	スケッチの構図、トリミングの方法、道具の確認等の講義を行い、その後、市マイクロバスで里山公園でスケッチの実習を行う。最後には講評を行うとともに、公民館内での展示も実施。	内山 徹 氏 (日本画家)	15人

キ 山野草講座

地域とのふれあい、交流として約10年ごとに山野草の講座を開催しており、今回は一から学べる山野草づくりで生育状況のチェック等を行う。

日 時	内 容	講 師	参加者
4月14日(土) 10:00～12:00	・野草鉢植え栽培の基礎の説明 ・ダイモンジソウの植え付け手順の説明等	茅ヶ崎山草会 富永 章氏	11人

その他

ア 公民館の大掃除

公民館が利用者にとって快適な施設であるため、館内・館外の掃除・整理をし、合わせて利用者の交流利用者や公民館職員の交流を図る機会として実施した。前年度と同様に多くの方に参加いただいた。

日 時 6月30日(土)10:00～11:30

参 加 者 91人