

# 平31年度 大石公民館事業計画

NO	事業名	時期	事業のねらい・内容
<b>世代別講座(子供)</b>			
1	キッズサイエンス ～風力発電機を作ろう～	7月	科学の面白さを工作を通して体験し、楽しみながら学ぶ。
2	子ども折り紙教室	8月	折り紙で合体ロボットを作る。
3	親子deおどろう!	12月	親子でダンスを楽しむ。
4	親子料理教室	12月	親子でおせち料理を作って楽しむ。
<b>世代別講座(高齢者)</b>			
1	大石若返り学級	9～ 10月	高齢者が生き生きと健康に暮らしていくために必要な知識を身につける。
<b>一般教養に関する講座</b>			
1	知っておきたい防災知識	9月	いざという時の為に役立つ救急方法や安全知識・防災食などを学ぶ。
2	文学講座	11月	万葉集を読む。日本最古の歌集「万葉集」 歌の背景や思いを読み味わう。
3	歴史講座	1月	2020年のNHK大河ドラマの主人公である「明智光秀」を題材に、光秀ゆかりの城とその築城技術について学ぶ。
<b>文化・芸術に関する講座</b>			
1	大石ふれあいコンサート	6月	上尾市民吹奏楽団の演奏。楽器紹介などを行い吹奏楽を身近に聴く。
2	初めてのちぎり絵教室	9月	和紙のちぎり絵を体験する。
3	消しゴムはんこ教室	11月	自分で彫った消しゴムはんこで手作り年賀状を作る。
<b>健康・スポーツに関する講座</b>			
1	「健康講座」 脳が笑って腸が喜ぶ	7月	脳疲労と腸疲労について学ぶ。
2	「顔ヨガ」ですっきりリフレッシュ!	10月	顔や首・肩周りをほぐし、凝りを解消しながら全身リフレッシュする。
3	シニア向け健康麻雀教室	10月	高齢者の脳トレに良いとされる健康マーじゃんを楽しむ。
<b>家庭生活に関する講座</b>			
1	アンドロイドスマホ教室	5月	アンドロイドのアプリの便利な使い方について学ぶ。
2	アンガーマネジメント講座	6～ 7月	怒りの感情と上手に付き合っ、日常の自己管理が出来るようになる。
3	筆ペン講座	1月	筆ペンを使ってのし袋や葉書など暮らしの中で役立つ筆文字などを学ぶ。
4	早春の寄せ植え教室	2月	寄せ植えのコツや管理の方法を学び、楽しみながら寄せ植えを作る
<b>連携・協働した講座</b>			
1	介護・転倒予防 筋トレ体操教室	5～ 3月	主に大石地区在住の高齢者を中心に介護予防の体操を実施する。
<b>政策・施策に関する講座</b>			
1	英会話教室	10月	英語を通じて英語圏の人々の暮らしについて学ぶ。
2	食育講座	12月	食生活改善推進員協議会大石地区との共催（米料理）。
3	コミュニティ人権講座	2月	拉致問題について学ぶ。
<b>成果の活用</b>			
1	第29回大石公民館まつり	6月	公民館利用団体や地域団体等による展示・諸活動の成果を発表し、地域住民との親睦やふれあいの輪を広げることを目的とする。
2	大石・秋の音楽祭	11月	大石公民館音楽サークルの日頃の成果発表。