

# 不動岡コミュニティセンター運営委員会

＜ 令和6年度・第2回 ＞

日 時：令和7年 2月28日（金）

午前10時～

場 所：不動岡コミュニティセンター  
会議室2・3

## ..... 会 議 次 第 .....

### 1. 開 会

### 2. あいさつ ..... 運営委員会委員長

### 3. 会議録署名委員の選任

### 4. 議 題

（1）令和6年度不動岡コミュニティセンター事業実績報告について

（2）令和7年度不動岡コミュニティセンター事業計画（案）について

### 5. その他

### 6. 閉会あいさつ ..... 運営委員会副委員長

# 資料 1

## 議題一(1) 令和6年度 不動岡コミュニティセンター事業 実績報告について

### ◆主催事業

(令和7年2月28日現在)

|   | 講 座 名                                |                 | 実施回数<br>(定員) | 参 加 者         | 学習の内容・効果等                                                          |
|---|--------------------------------------|-----------------|--------------|---------------|--------------------------------------------------------------------|
| 1 | 一<br><br><br><br><br><br><br><br>講 座 | 簡単ストレッチ講座       | 4回<br>(15名)  | 47名<br>78. 3% | 7月 開催<br>年齢に関係なく、いつでもできる<br>ストレッチで柔軟性の向上など、身<br>体の変化を実感しました。       |
| 2 |                                      | 寄せ植え講座          | 4回<br>(12名)  | 28名<br>58. 3% | 9月～12月 開催<br>季節の花や観葉植物を様々な鉢に<br>植え、オリジナルの寄せ植えを完成<br>させました          |
| 3 |                                      | ベネチアンガラス講座      | 4回<br>(10名)  | 21名<br>52. 5% | 10月 開催<br>様々な色のガラスを組み合わせ、独<br>自のアクセサリを作成しました。                      |
| 4 |                                      | やさしいヨガ講座        | 4回<br>(15名)  | 57名<br>95. 0% | 9月～10月 開催<br>ヨガの呼吸法や基本ポーズを学び<br>ました。心身のリフレッシュを実感し<br>ました。          |
| 5 |                                      | フラダンス講座         | 3回<br>(15名)  | 26名<br>57. 8% | 10月 開催<br>ゆったりとしたリズムに合わせフラの<br>基本姿勢やステップを楽しく学ぶこ<br>とが出来ました。        |
| 6 |                                      | そば打ち体験講座        | 3回<br>(10名)  | 25名<br>83. 3% | 11月 開催<br>そば打ちの技法を楽しく学ぶことが<br>出来ました。また、自作の蕎麦を自<br>宅で食する楽しみを味わいました。 |
| 7 |                                      | 歌声広場            | 3回<br>(30名)  | 76名<br>84. 4% | 11月～12月 開催<br>童謡や懐かしいヒットソングをピアノ<br>の伴奏に合わせ合唱する楽しい講<br>座となりました。     |
| 8 |                                      | スマートフォン入門講<br>座 | 4回<br>(16名)  | 60名<br>93. 8% | 6月開催<br>スマートフォンの基本操作から LINE<br>等を使ったコミュニケーションの図り<br>方を学びました。       |

|   | 講 座 名 |                   | 実施回数<br>(定員) | 参 加 者        | 学習の内容・効果等                                                              |
|---|-------|-------------------|--------------|--------------|------------------------------------------------------------------------|
| 9 | 一般講座  | リンパトリートメントマッサージ   | 4回<br>(10名)  | 35名<br>87.5% | 7月 開催<br>リンパ節を刺激し、溜まった老廃物の流れを整え、むくみ、こり等を解消。今回は顔や首回りを重点に実施しました。         |
| 1 | 子ども広場 | スノードーム作り教室        | 2回<br>(10名)  | 14名<br>70.0% | 8月(夏休み期間)開催<br>お気に入りのフィギュア等をスノーパウダー入り液体の入った瓶に入れ、オリジナルのスノードームを作りました。    |
| 1 | 家庭学級  | 親子料理教室<br>(うどん打ち) | 1回<br>(4家族)  | 4家族<br>100%  | 8月(夏休み)開催<br>うどん作りを親子で役割分担し体験しました。出来上がったうどんを家族で食しました。夏休みの楽しい思い出となりました。 |
| 1 | 家庭学級  | 五家宝作り体験教室         | 2回<br>(20名)  | 17名<br>42.5% | 7月(夏休み)開催<br>加須銘菓である五家宝作りを親子で体験しました。手作りした五家宝は大変おいしかったようでした。            |

|   | 講 座 名                                      | 実施回数 | 参 加 者<br>出席率 | 学習の内容・効果等                                                                                     |
|---|--------------------------------------------|------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | いきいきスクール・不動岡<br>(高齢者学級)                    | 9回   |              | 5月から2月 9回の講座 開催<br>60歳以上の高齢者を対象に、医療・健康、人権、環境、防災、歴史講座等を開催し、仲間づくり、いきがづくり、学習の場を設けました。<br>受講生:35名 |
| 1 | 医療講座<br>～大腸のロボット手術について<br>『先端医療機器 ダビンチ』～   | 1回   | 34名<br>91.9% | 5月23日(木) 開催<br>医療機器(ロボット支援手術)の進歩に驚かされ、検診による早期発見、早期治療の必要性を改めて感じさせられた。                          |
| 2 | 健康講座<br>慢性腎臓病(CKD)って何だろう?<br>～実は大切な腎臓のはなし～ | 1回   | 32名<br>88.9% | 6月20日(木) 開催<br>CKD の定義や原因について、また、放置しておくとう透析治療になること、そして予防のための生活習慣の改善についてクイズ形式で学びました。           |



|    | 講 座 名                                   | 実施<br>回数 | 参加者<br>出席率   | 学習の内容・効果等                                                                                        |
|----|-----------------------------------------|----------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3  | 防災講座<br>～洪水の備えと避難 マイタイムラインについて～         | 1回       | 26名<br>74.3% | 7月19日(金) 開催<br>洪水からの「逃げ遅れゼロ」に向けて、自宅の浸水深や避難情報の発令に伴う避難行動時期等の確認を行い、実際に自分が避難するための行動表(マイタイムライン)を作成した。 |
| 4  | 生活安心講座<br>～人生100年時代の豊かなライフプラン～          | 1回       | 29名<br>82.9% | 8月22日(木) 開催<br>平均寿命と健康寿命の差は10年くらい。判断力のあるうちにライフプランの明確化や資金確保の必要性、また、資産管理・整理を行っていくことの重要性を認識した。      |
| 5  | 環境講座<br>～オオカミのはなし～                      | 1回       | 24名<br>68.6% | 9月12日(木) 開催<br>埼玉県とかかわりの深いオオカミ。日本では、100年前に人間の駆除により絶滅し、それにより生態系に影響を与えてきた。海外では、ヒトとオオカミの共存を模索している。  |
| 6  | 人権講座<br>「最近の人権問題」<br>～様々なハラスメントとオストメイト～ | 1回       | 19名<br>54.3% | 10月10日(水) 開催<br>最近、メディア等で取り上げられている様々なハラスメントを再認識し、また、DVD 視聴し人権意識を高めた。                             |
| 7  | 歴史講座<br>～徳川家の歴史施設見学<br>(日光方面)～          | 1回       |              | 11月 7日(木)<br>申込者が半数のため中止とした。                                                                     |
| 8  | 歴史講座<br>～戦国時代の騎西城の歴史～                   | 1回       | 25名<br>71.1% | 12月19日(木)開催<br>約600年前から江戸時代廃城までの歴史や騎西城跡からの貴重な出土品(十六間筋兜、蛭藻金他)について学んだ。                             |
| 9  | お楽しみ講座<br>「新春 落語寄席」                     | 1回       | 27名<br>77.1% | 1月16日(木)開催<br>新春、大いに笑ってリフレッシュしました。                                                               |
| 10 | お楽しみ講座<br>「歌声広場」                        | 1回       | 22名<br>62.9% | 2月13日(木)開催<br>童謡や懐かしい歌をピアノの伴奏に合わせ合唱し、ともに共感しあい楽しい時間を過ごしました                                        |

## 資料 2

### 議題－(2) 令和7年度 不動岡コミュニティセンター事業計画(案)について

#### ◆ 主催講座

| 講座名                 | 実施期間    | 回数  | 定員 | 対 象                    |
|---------------------|---------|-----|----|------------------------|
| いきいきスクール<br>・ 不 動 岡 | 5月～翌年2月 | 10回 | —  | 原則、60歳以上の方<br>(別紙のとおり) |

| 講 座 名                 |                              | 実 施 期 間  | 回数 | 定員        | 対 象・講 師                              |
|-----------------------|------------------------------|----------|----|-----------|--------------------------------------|
| 一<br>般<br>講<br>座      | 簡 単 ストレッチ 講 座                | 6月 ～7月   | 4回 | 15名       | 下川 泰弘 先生                             |
|                       | 寄 せ 植 え 講 座                  | 9月 ～ 12月 | 4回 | 10名       | 横田 歩美 先生                             |
|                       | 絵 手 紙 講 座                    | 10月      | 3回 | 8名        | 高木 信子 先生                             |
|                       | やさしいヨガ 講 座                   | 9月 ～ 10月 | 4回 | 15名       | 今泉 光代 先生                             |
|                       | フラダンス 講 座                    | 9月 ～ 10月 | 4回 | 15名       | 高橋 恵子 先生                             |
|                       | そば打ち体験 講 座                   | 11月      | 3回 | 10名       | 渡部 隆夫 先生                             |
|                       | 歌 声 広 場                      | 12月 ～2月  | 3回 | 30名       | ぽこあぽこ<br>小島 浩子 先生                    |
|                       | スマートフォン入門講座                  | 6月       | 4回 | 16名       | IT チャレンジの会<br>山内 淳子 先生               |
|                       | リンパトリートメント<br>マ ッ サ ー ジ      | 6月 ～7月   | 4回 | 女性<br>10名 | 下田 典子 先生                             |
| 子<br>ど<br>も<br>広<br>場 | 親 子 料 理 教 室<br>( う ど ん 打 ち ) | 8月       | 1回 | 4組        | 小 学 生 親 子 対 象<br>木村 幸雄 先生            |
|                       | スノードーム 教 室                   | 8月       | 2回 | 1回<br>10名 | 小 学 生 対 象<br>田口 喜久江 先生               |
|                       | 五家宝作り体験教室                    | 7月       | 2回 | 1回<br>10名 | 小 学 生 対 象<br>(株)武蔵屋本店<br>代表 鳥海 由行 先生 |

#### ◆ 家庭教育学級

三世代交流会 (11月予定)

愛育班 (不動岡小2年生)

#### ◆ その他の事業

令和7年度 不動岡地区文化祭

10月25日(土)、26日(日) 開催予定

# 別 紙

## 令和7年度 いきいきスクール・不動岡 事業計画(案)

| 回  | 月 日          | 学習時間                | 学 習 内 容                                                            | 講 師 等                                         |
|----|--------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 1  | 5/24(土)      | 13:30<br>～<br>15:00 | 開講式<br><br>健康ラジオ体操と落語鑑賞<br>～ 笑い体操で免疫力アップ<br>心と体を元気に ～<br>《ピアノ演奏あり》 | 武井 祐樹(三笑亭小松)先生<br>1級ラジオ体操指導士<br>アマチュア落語家      |
| 2  | 6/19(木)      | 13:30 ～<br>15:00    | 医 療 講 座<br>～ 血管の病気を早く<br>みつけるために ～                                 | 羽生総合病院<br>心臓血管センター長<br>兼 心臓血管外科部長<br>栗田 二郎 医師 |
| 3  | 7/18(金)      | 13:30 ～<br>15:00    | 防 犯 講 座<br>～ あなたの住まいの<br>防犯対策 ～                                    | 埼玉県住宅課 総務・<br>民間住宅担当職員                        |
| 4  | 8/21(木)      | 13:30 ～<br>15:00    | 歌 声 広 場<br>～ 懐かしい歌を歌い、<br>ともに共感を ～                                 | ぽこあぽこ<br>小島 浩子 先生                             |
| 5  | 9/18(木)      | 9:00 ～<br>16:30     | 環 境 講 座<br>～ 海なし県から川でつながる<br>海洋マイクロプラスチック<br>汚染を考える ～              | 埼玉県環境科学国際<br>センター職員                           |
| 6  | 10/16<br>(木) | 13:30 ～<br>15:00    | 防 災 講 座<br>地震への備え(大切な人を守る<br>ために) ～ 自助・共助 ～                        | 加須市生涯学習課<br>人権教育担当 職員                         |
| 7  | 11/20<br>(木) | 9:00 ～<br>16:30     | 歴 史 講 座<br>埼玉古墳群について<br>～ 国宝 金錯銘鉄剣 ～                               | 埼玉県立さきたま史跡の<br>博物館 職員                         |
| 8  | 12/18<br>(木) | 13:30 ～<br>15:00    | 人 権 講 座<br>～ ビデオ視聴・講話 ～                                            | 加須市いきいき健康医療課<br>職 員                           |
| 9  | 1/15(木)      | 13:30 ～<br>15:00    | 健 康 講 座<br>～ 糖尿病の三大合併症を<br>予防する ～                                  | 加須市いきいき健康医療課<br>職 員                           |
| 10 | 2/12(木)      | 13:30 ～<br>15:30    | オカリナコンサート<br>～ 郷愁を誘う優しい音色を<br>楽しみましょう～<br><br>閉講式                  | オカリナサークルそよかぜ<br>須藤 佐代子 先生 他                   |