

# 令和5年度 事業計画書

(令和5年4月1日～令和6年3月31日)

## 推進目標

1. 生涯学習の理解を深め、民間活力を生かした生涯学習社会の実現に努める。
2. 激動する社会の変化に対応する各種事業の推進に努める。
3. 「滝川市健康都市宣言」の趣旨実現に努める。
4. 会員開発と加入促進に努める。

## I 学習機会の提供に関する事業

### 1. 講演会の開催

生涯学習に相応しい講師を招き「リブローン講演会」を開催する。

講演会名 齋藤真知亜と齋藤律子がヴァイオリン弾きになるまで  
元 NHK 交響楽団ヴァイオリニスト 齋藤真知亜さん  
ヴァイオリニスト 齋藤 律子さん

開催日時 令和5年10月22日(日) 13:30～

### 2. 講座の開催 (★印 新設講座)

#### (1) 教養講座の開催

①日本神話・神社前期講座(28年次) (5月～7月/5回/金曜日)

★②日本神話・神社後期講座(1年次) (10月～11月/5回/火曜日)

古事記の神話をじっくり読みこみながら、日本の神々の理解を深め、「大国主神」神話を学び、あわせて関連神社についても学ぶ。

③古典文学を学ぶ講座(26年次) (5月～6月/5回/木曜日)

古典文学の話や絵巻などの面白さを味わい、その時代の背景にある歴史や文化を学ぶ。

④滝川探訪講座(7年次) (9月/3回/木曜日)

「ぶらり、たきかわ散歩」をテーマに市内の文化財や史跡を巡り、時間の経過とともに移り変わった滝川の歴史を学ぶ。

★⑤滝川探訪「一日ゆっくりまち歩き」講座(1年次) (9月/1回/木曜日)

一日ゆっくりと滝川の歴史を学ぶ。

⑥日本語再発見講座(7年次) (10月～11月/6回/水曜日)

漢字に表れている古代の人々の生活や考え方について学ぶ。

⑦アイヌ文化の学び方講座（４年次）（１１月～１２月／６回／木曜日）

和人とは異なる独自の言語や文化を持つアイヌ民族の文化について学ぶ。

⑧古文書から知ろう！天下人の時代講座（４年次）

（１１月～１２月／５回／金曜日）

古文書を読む楽しみを知り、古文書からわかる天下人たちの思惑などを読み解くことを学ぶ。

⑨オノディとバーチャル旅行（海外編・国内編）講座（２年次）

（１０月～１１月／４回／土曜日）

講師がこれまで訪れた国々について、実体験からの旅の楽しみ方を学ぶ。

⑩カラー図版で読み解く「源氏物語」の和歌入門講座（５年次）

（１１月～１２月／５回／火曜日）

平安時代中期の日本の長編物語である源氏物語の和歌について学ぶ。

## (2) 健康・運動講座の開催

①楽しいズンバ前期講座（１１年次）（５月～７月／１０回／火曜日）

★②楽しいズンバ後期講座（１年次）（１０月～１１月／６回／火曜日）

心肺機能の向上・脂肪燃焼など健康効果の高いラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたダンスフィットネスエクササイズを学ぶ。

③自宅でできる簡単な運動講座（７年次）（５月～１０月／１０回／水曜日）

自然な呼吸法で全身を伸ばし、どなたでも簡単にできる体操を、年齢や体力に合わせた、体に優しいストレッチで健康な体づくりを学ぶ。

④笑いは元気の特効薬！ラフターヨガ講座（８年次）

（５月～２月／１０回／火曜日）

ヨガの呼吸法と笑うエクササイズを組み合わせたユニークな健康法を学ぶ。

⑤自分でできる足裏マッサージ講座（２年次）（６月～１２月／７回／火曜日）

自分の足を自分でもみ、健康改善、健康管理につなげる簡単な体操を学ぶ。

⑥誰でも楽しめるポッチャ講座（２年次）（６月～１１月／８回／土曜日）

どなたにでもできるポッチャのルールを覚え、楽しみながら学ぶ。

⑦ヨガ入門前期講座（１６年次）（５月～７月／１０回／水曜日）

⑧ヨガ入門後期講座（１６年次）（１月～３月／１０回／水曜日）

普段の生活にヨガを取り入れ、毎日を健康的に過ごせるよう、ヨガの呼吸法を学ぶ。

⑨リズムウォーキング前期講座（２０年次）（５月～７月／１０回／水曜日）

⑩リズムウォーキング後期講座（２年次）（１０月～１２月／１０回／水曜日）

いつまでも若々しく健康であるために、肩こりや腰痛などの身体的トラブルの改善や生活体力の維持向上を目的とした健康運動を学ぶ。

- ⑪気軽にエアロビクス前期講座（7年次）（7月～9月/10回/水曜日）
- ★⑫気軽にエアロビクス後期講座（1年次）（1月～3月/10回/水曜日）  
全身の筋肉を使い、リズムに合わせて気持ちよく体を動かし、足腰を鍛え、心身をリラックスさせ、体カアップを図ることを学ぶ。
- ⑬ゆる体操講座（12年次）（8月～10月/10回/金曜日）  
身体を温めて血液の循環を良くし、肩こり、腰の痛みの改善やリラックス効果のある簡単な体操を学ぶ。
- ⑭中国武術太極拳講座（31年次）（9月～10月/8回/木曜日）  
長く続けることで、自然に治癒力が高まる健康法のひとつ「簡化太極拳24式」を基礎から学ぶ。
- ⑮認知症予防運動講座（6年次）（11月～2月/10回/木曜日）  
日常生活に取り入れやすい簡単な運動を行うことで、認知症予防を目指しいきいきとした生活を送れるよう学ぶ。
- ⑯ゆったりストレッチ講座（2年次）（2月～3月/6回/火曜日）  
ストレッチを行うことにより体の疲れや凝りをほぐし、呼吸法も取り入れリラクゼーション効果を引き出すことを学び、併せて腰痛膝痛が改善される体操を学ぶ。
- ★⑰楽しく自然にフィットネスディスコワールド講座（1年次）  
（1月～3月/10回/火曜日）  
ディスコサウンドと定番ステップをフィットネス風アレンジしたダンスエクササイズを学ぶ。

### (3) 趣味・実用講座の開催

- ①笑顔をつなぐフォークダンス前期講座（6年次）（5月～6月/5回/土曜日）
- ②笑顔をつなぐフォークダンス後期講座（2年次）（2月～3月/5回/土曜日）  
初めての方でも楽しく踊れる曲を中心に、世界各国のフォークダンスをみんなでも楽しく踊ることを学ぶ。
- ③和楽器～お琴に挑戦！講座（4年次）（5月～6月/7回/土曜日）  
琴を通して、和楽器の魅力を学ぶ。
- ④かわいい手編み講座（9年次）（5月～7月/8回/水曜日）  
初心者でも作品づくりに取り組めるよう、針の持ち方からなどの基礎を学び、その作品の編み方を学ぶ。
- ⑤クラフトバンド講座（15年次）（5月～6月/4回/木曜日）  
手芸用紙バンド（クラフトテープ）を用いて、丸底カゴの制作手法を学ぶ。
- ⑥いちからはじめるボールペン字講座（19年次）（5月～6月/6回/金曜日）  
日々の生活で使用頻度の高い文字を美しく書くことを学ぶ。
- ⑦脳トレ麻雀講座（2年次）（6月～11月/12回/金曜日）  
麻雀の基本的なルールを楽しみながら学ぶ。

- ⑧童謡と叙情歌を楽しく歌う講座（14年次）（5月～12月/8回/火曜日）  
昔なつかしい童謡や唱歌、叙情歌などを体の芯から声を出してみんなで楽しく歌うことを学ぶ。
- ⑨たのしいものづくり講座（2年次）（6月～8月/5回/木曜日）  
自律神経が整う切り絵制作を通し、自分流の楽しみ方を見つけることを学ぶ。
- ⑩はじめてのチーズづくり講座（3年次）（6月/1回/木曜日）  
チーズに関する知識を高めながら、手づくりチーズの作り方を学ぶ。
- ⑪やってみよう！初めての日本画講座（4年次）（6月/3回/火曜日）  
作品づくりを通して、日本画の基礎を学ぶ。
- ⑫はじめていける季節の生け花講座（7年次）（6月～12月/7回/金曜日）  
初めての方でもできる季節の生け花の手法と花材の名前等を学ぶ。
- ⑬おとなの手習い筆ペン講座（9年次）（6～8月/7回/金曜日）  
手紙や慶弔袋の表書きなど筆ペンを使って実生活に役立つ筆文字を学ぶ。
- ⑭ゼロからはじめる楽しいオカリナ講座（5年次）  
（7月～11月/10回/土曜日）  
土笛のオカリナを、初めは音符が読めなくても呼吸法、リズム、音階等を学びながら、簡単な曲が吹けるように基礎を繰り返し学ぶ。
- ⑮フラを楽しく踊ろう講座（15年次）（7月/5回/土曜日）  
初心者向けのハワイアン・ミュージックに合わせ、ステップなどフラダンスの基礎から学ぶ。
- ⑯いろいろなチーズを味わって楽しむ講座（7年次）  
（5月～10月/6回/火曜日）  
いろいろな種類のチーズを味わいながら、チーズの基礎知識を学ぶ。
- ⑰簡単に描けるいやしのパステルアート講座（6年次）  
（7月～9月/3回/水曜日）  
初心者でも始めやすいパステルアートの描き方を学ぶ。
- ⑱ランチを楽しみながらマナーも学ぶ講座（13年次）（10月/1回/火曜日）  
コース料理をいただきながら、基本的なマナーを学ぶ。
- ⑲基礎からはじめる手話講座（7年次）（8月～10月/10回/土曜日）  
日常生活で役立つ手話の基礎を学ぶ。
- ⑳卓上織機で小物づくり講座（5年次）（8月～10月/5回/火曜日）  
草木で染めた毛糸を使い、卓上織機でマフラーやラグマットを織り、手織りの楽しさを学ぶ。
- ㉑初歩からゆっくり書道講座（8年次）（8月～10月/8回/水曜日）  
落ち着いた気持ちで、正しく美しい文字を書くことを目標に、書道の基礎を初歩からゆっくり学ぶ。

- ②やさしいソーブカービング講座（11年次）（10月～11月/2回/金曜日）  
タイ伝統工芸のカービングの技法を、固形せっけんでハロウィンとクリスマスの飾りのつくり方を学ぶ。
- ③おしゃれなワイン講座（3年次）（11月/2回/火曜日）  
ワインのつくり方、ブドウの品種、産地、テイastingなどを学ぶ。
- ④ポーセラーツ講座（2年次）（11月～1月/6回/木曜日）  
白い磁器に絵付けをし、オリジナル食器等のつくり方を学ぶ。
- ⑤脳トレ～おもしろ将棋入門講座（8年次）（1月～2月/5回/土曜日）  
世代を問わず誰もができ、古くから愛されている将棋を基礎から学ぶ。
- ⑥大人のポップスと歌謡曲を歌って楽しもう！講座（2年次）  
（1月～3月/5回/火曜日）  
昔から親しまれてきた懐かしいポップス、歌謡曲を表現豊かに声にだして楽しみながら歌うことを学ぶ。
- ★⑦想いを筆で伝える“伝筆”講座（1年次）（7月～11月/5回/木曜日）  
字を書くのが苦手な方、クセ字の方も可愛くて暖かさが伝わり心に感じた言葉や伝えたい気持ちを伝える筆文字を学ぶ。
- ★⑧“ハタでいい ハタがいい”楽しむ絵手紙講座（1年次）  
（7月～10月/2回/水曜日）  
“ハタでいい ハタがいい”の絵手紙の基本を身に着け、手書きの楽しさを学ぶ。
- ★⑨楽しい“パステル切り絵”講座（1年次）（12月～1月/2回/木曜日）  
パステルと切り絵を融合したアートでステンドグラスのように楽しむことを学ぶ。
- ★⑩心華やぐらめで和柄模様を描こう講座（1年次）  
（12月～1月/2回/木曜日）  
ラメ和柄模様と筆文字のコラボでカードを作ることを学ぶ。
- ★⑪キラキラビーズで楽しいアクセサリーづくり講座（1年次）  
（12月～3月/4回/水曜日）  
キラキラ輝くビーズを使ってマスクチャームなどのアクセサリーづくりを楽しみながら学ぶ。

#### (4) 語学講座の開催

- ①ABCからはじめる英会話講座（5年次）（6月～8月/10回/木曜日）  
初心者を対象に、外国人講師の英語にふれ、発音とヒヤリング、簡単な会話を学ぶ。
- ②初心者のための旅行英会話講座（23年次）（1月～3月/10回/木曜日）  
英会話が全く初めての方でも、楽しい海外旅行ができるように挨拶や簡単な英会話表現を学ぶ。

③おもてなし中国語講座（8年次）（12月～3月/10回/金曜日）

中国語圏からの来道者や地元で生活されている方と簡単なあいさつや日常会話ができるよう会話表現を学ぶ。

(5) リブラーン講座作品展の実施（28年次）（3月）

講座で学んだ受講者の作品を展示、講座の体験ができる場を提供しリブラーンの活動を多くの市民等に周知し、生涯学習への理解と意欲を喚起する。

(6) リブラーンサロンを活用した体験講座等の開催

お試し講座の開催及び事務局員が教えられる範囲でのパソコン操作、オカリナなどを教えたりし、会員の交流の場として活用する。

3. リブラーンいきいきカレッジの実施（6年次）（5月～3月）

同世代の会員と交流しながら、自己のスキルアップを図り、健康の維持増進、趣味や教養などの学習活動を通し、仲間づくりを積極的に広げ生きがいのある生活が送れることを目的に実施する。

4. 資格検定の実施

(1) 漢字能力検定試験（33年次）①6月18日（日）②2月11日（日）

学業やビジネスに不可欠な漢字能力を向上させるために「漢字検定」を開催する。主催は日本漢字能力検定協会、本会が主管となって実施する。

5. その他

(1) 「中・高生を対象にしたボランティア教室」の共催（28年次）

（7月下旬から8月上旬 3日間）

中・高生を対象に社会福祉活動についての理解と関心を深め、ボランティア活動の一環として、滝川市社会福祉協議会と共催で実施する。

(2) NPO法人アートステージ空知との連携事業（28年次）

芸術鑑賞等を通して、会員の生きがいづくりに役立てる。

(3) NPO法人空知文化工房との連携事業（8年次）

団体との連携を図り、会員の生きがいづくりに役立てる。

(4) 一般財団法人滝川市スポーツ協会との連携事業（7年次）

団体との連携を図り、会員の生きがいづくりに役立てる。

(5) 本会の目的を達成するため、(1)～(4)の事業のほか、理事長が必要と認めた事業を実施する。

## II 情報の提供に関する事業

1. 情報紙「リブラーンTAKIKAWA」の発行（年4回/4・6・9・12月）  
地域密着生活情報誌「SORA（そら）」の紙面に掲載し、中空知地域の家庭に配布されることにより、地域住民に対する生涯学習の普及と啓発に努め、会員加入の促進と学習機会や情報の提供に努める。
2. PR情報紙の発行（年1回・3月）
  - (1) 本会の事業等の紹介リーフレット「リブラーンたきかわ」を作成し、新年度の加入依頼時に会員等に配布し、市内及び近隣市町の公共施設へも配布し、PRに努める。
  - (2) 毎月「ミニ会報」を発行する。
3. 滝川市発行の広報「たきかわ」など報道機関の紙面を活用し、事業案内や広報活動に努める。
4. ホームページの運営  
会員の募集、講座事業等を積極的に発信する。
5. 学習情報機能を充実し、各種関係機関・団体の学習への要望に積極的に対応する。

## III 指導者の登録に関する事業

1. ジャンル別講師データの整備に努め、関係機関・団体等の要望に応じて紹介するなど活用を図る。
2. 指導者の発掘に努め、新講座への活用を図る。

## IV 調査・研究に関する事業

1. 国・道及び市町村の発行する生涯学習関連資料を収集し、事業推進の資料とする。
2. 道内外の先進地を視察調査し、生涯学習振興会の運営等に有効に活用する。

## V 連絡推進に関する事業

1. 行政との連携を図り、事業推進の適正化と効率化を図る。(社会教育課等)
2. 各種団体との連携を深め、地域に根ざした生涯学習の推進を図る。  
(社会福祉協議会等)
3. 芸術・文化・スポーツ団体等との連携を図る。(文化団体等関係機関・団体)
4. 有効、有益な講演事業等を推進するため、関係機関と連携し開催する。  
(各種関係機関)
5. グループ、サークル及び関係団体との連携を深めるとともに、その生涯学習関係事業に対して後援・協賛・共催等を行う。