

令和7年度 事業計画書

(令和7年4月1日～令和8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「リブラーン講演会」を開催する。

講演会名 「桜木紫乃トークライブ」

作家 桜木紫乃さん

開催日時 令和7年9月28日(日) 13:00～

開催場所 ホテル三浦華園

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(30年次) (5月～7月/5回/金曜日)

②日本神話・神社後期講座(3年次) (10月～11月/5回/金曜日)

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、あわせて関連神社について学ぶ。

③古典文学を学ぶ講座(28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(9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おとなの社会科見学講座(2年次) (9月/1回/木曜日)

空知管内をバスで探索し、その地域の文化・歴史を学ぶ。

⑥日本語再発見講座(9年次) (9月～10月/6回/金曜日)

ウンチク満載な様々な切り口から深くて広い日本語の海的一端について学

ぶ。

⑦アイヌ文化の学び方講座（6年次）（10月～11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ふれながら、その歴史についても学ぶ。

⑧古文書から歴史ドラマを読み解く講座（6年次）（11月～12月/5回/金曜日）

古文書を読む楽しみを知り、歴史ドラマ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（4年次）

（6月～7月/3回/金曜日）

講師がこれまで訪れた国内外の旅から、旅の楽しみ方を学ぶ。

⑩カラー図版で読み解く「源氏物語」講座（7年次）

（10月～11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について学ぶ。

★⑪身近にある人権を考えてみよう講座（1年次）（6月・7月/2回/木曜日）

難しいとされている「人権」を身近な切り口で考え、助け合い、思いやりの大切さを学ぶ。

★⑫この人の話を聴いてみよう！講座（1年次）（9月～11月/3回/水曜日）

市内在住の方を講師にお招きし、講話を聴くことにより新たなことを学ぶ。

(2) 健康・運動講座の開催

①楽しいズンバ前期講座（13年次）（5月～7月/10回/火曜日）

②楽しいズンバ後期講座（3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（9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手を圧して全身改善！指ヨガ講座（2年次）（5月～1月/5回/火曜日）

呼吸を意識しながら、凝り固まった手の指や関節、手のひらを刺激し、肩こり腰痛を和らげる方法を学ぶ。

⑤自分でできる足裏マッサージ講座（4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笑いは元気の特効薬！ラフターヨガ講座（10年次）

（6月～2月/5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。

⑦ヨガ入門前期講座（18年次）（5月～8月/10回/土曜日）

⑧ヨガ入門後期講座（18年次）（1月～3月/10回/土曜日）

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（22 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（4 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（9 年次） （7 月～10 月/10 回/水曜日）
- ⑫気軽にエアロビクス後期講座（3 年次） （1 月～3 月/10 回/水・木曜日）
 全身の筋肉を使い、リズムに合わせ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、体力アップを図ることを学ぶ。
- ⑬ゆる体操講座（14 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（33 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（8 年次） （10 月～3 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誰でも楽しめるボッチャ講座（4 年次） （11 月～2 月/8 回/土曜日）
 誰にでもできるボッチャを体験し、楽しみながらルールを学ぶ。
- ⑰楽しく自然にフィットネスディスコワールド講座（3 年次）
 （12 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にアレンジしたダンスエクササイズを学ぶ。
- ⑱ゆったりストレッチ講座（4 年次） （2 月/4 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。

(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（8 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（4 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学ぶ。
- ③和楽器～お琴に挑戦！講座（6 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（11 年次） （6 月～8 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（17 年次） （5 月/4 回/木曜日）

手芸用紙バンド（クラフトテープ）を用いて、カゴなどの制作手法を学ぶ。

⑥いちからはじめるボールペン字講座（21 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楽しもう脳トレ麻雀講座（4 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（16 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はじめてのチーズづくり講座（5 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。

⑩はじめていける季節の生け花講座（9 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。

⑪おとなの手習い筆ペン講座（11 年次） （6 月～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。

⑫いろんなチーズを味わって楽しむ講座（9 年次）（5 月～10 月/6 回/火曜日）

いろん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。

⑬星空を学び、星空を見よう講座（2 年次）（6 月～10 月/4 回/火・金曜日）

春・夏・秋の星空について学び、観測会を行い、実際の星空について学ぶ。

★⑭ガラスの風鈴に絵をつけよう！ポーセラーツ講座（1 年次）（6 月/1 回/火曜日）

ガラスの風鈴に絵付けをしオリジナル風鈴の作り方を学ぶ。

⑮ゼロからはじめる楽しいオカリナ講座（7 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。

⑯フラを楽しく踊ろう講座（17 年次） （7 月～8 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。

⑰想いを筆で伝える“伝筆” 前期講座（3 年次） （7 月～11 月/5 回/木曜日）

★⑱想いを筆で伝える“伝筆” 後期講座（1 年次）（2 月・3 月/2 回/水曜日）

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。

⑲簡単に描けるいやしのパステルアート講座（8 年次）（7 月～9 月/3 回/水曜日）

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。

- ⑳基礎からはじめる手話講座（9 年次）（9 月～11 月/10 回/土曜日）

日常生活で役立つ手話の基礎を学ぶ。

- ㉑卓上織機で小物づくり講座（7 年次）（6 月～9 月/6 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ンチョンマットを織り、手織りの楽しさを学ぶ。

- ㉒ゆっくりたのしく書に親しもう！講座（10 年次）（7 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。

- ㉓たのしいものづくり“切り絵”講座（4 年次）（9 月～10 月/3 回/木曜日）

クラフト紙や木などを材料にしたものづくりを通し、心豊かにつくる楽しみを学ぶ。

- ㉔やさしいソーパークーピング講座（13 年次）（10 月・11 月/2 回/金曜日）

タイ伝統工芸のクーピングの技法を、固形せっけんを素材にして、その技法を学ぶ。

- ㉕心華やぐラメで和柄模様を描こう講座（3 年次）（12 月・1 月/2 回/木曜日）

ラメで模様が浮き上がるワクワク感を楽しみながら、ラメ和柄模様と筆文字で描く手法を学ぶ。

- ㉖おしゃれなハンドメイド講座（3 年次）（12 月～3 月/4 回/水曜日）

楽しみながら世界にひとつだけのハンドメイドの作品の作り方を学ぶ。

- ★㉗白磁のタイルに絵をつけよう！ポーセラーツ講座（1 年次）

（12 月/1 回/水曜日）

白磁に絵付けをしたりしオリジナルタイルの作り方を学ぶ。

- ㉘脳トレ～おもしろ将棋入門講座（10 年次）（1 月～2 月/6 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。

- ㉙大人のポップスと歌謡曲を歌って楽しもう！講座（4 年次）

（1 月～3 月/5 回/火曜日）

ながく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。

- ㉚楽しい“パステル切り絵”講座（3 年次）（2 月・3 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。

(4) 語学講座の開催

- ①ABC からはじめる英会話講座（7 年次）（6 月～9 月/12 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（25 年次） （12 月～2 月/12 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 （10 年次） （12 月～3 月/12 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 （30 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会員の交流の場として活用する。

(7) サークル活動の支援

講座終了後、自主的に活動継続する場合には、その立ち上げ方等の支援をする。

3. リブラーンいきいきカレッジの実施（8 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 （35 年次） ①6 月 15 日（日） ②2 月 15 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」を実施する。主催は日本漢字能力検定協会、当会が主管となって実施する。

5. その他

(1) NPO 法人アートステージ空知との連携事業 （30 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。

(2) NPO 法人空知文化工房との連携事業 （10 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。

(3) 一般財団法人滝川市スポーツ協会との連携事業（9 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) 当会の目的を達成するため、(1)～(3)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）当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
当会のホームページを運営し、会員の募集、講座事業等最新情報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。