

平成31年度 事業計画書

(平成31年4月1日～平成32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。

2. 講座の開催 (☆印 新設講座)

(1) 教養講座の開催

①日本の歴史講座-歴史の中の天皇(2)(24年次)(6月～7月/5回/木曜日)
日本の歴史や歴史の中の天皇について、文化の時代背景や流れなどを楽しく学ぶ。

②文学を学ぶ講座-平安貴族の一生を学ぶ-
(22年次)(5月～6月/5回/木曜日)
平安貴族の一生をテーマに、誕生から死までの人々の生き方を時代背景とともに学ぶ。

③知って楽しむ世界遺産講座(12年次)(9月～10月/6回/火曜日)
講師が新しく取材した場所を交えながら、研究者と旅行者の視点で世界遺産を解説し、旅の楽しみ方を学ぶ。

④再発見!日本語講座～教育漢字の成り立ちを解くⅡ～(3年次)
(11月～12月/6回/水曜日)
漢字には古代の人々の生活や考え方などが表れており、学校で学んできた漢字の成り立ちについて学ぶ。

⑤俳句に挑戦!講座(3年次)(10月～11月/5回/木曜日)
俳句は十七音で自分の思いを伝えることができ、考えることにより脳を鍛え若返りが期待できることから、日常の何気ない物事から俳句の種を考え、俳句の作り方を学ぶ。

- ⑥滝川探訪講座～ぶらり、たきかわ散歩～(3年次)(8月～10月/4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、滝川の歴史を学ぶ。
- ⑦カラー図版で読み解く「源氏物語」入門講座(2年次)
(10月～12月/5回/火曜日)
平安時代中期の長編物語、五十四帖の巻から第五帖「若紫」について学ぶ。

(2) 健康・運動講座の開催

- ①リズムウォーキング講座(16年次) (5月～10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。
- ②気軽にエアロビクス講座(3年次) (10月～12月/10回/水曜日)
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、体カアップを図ることを学ぶ。
- ③自宅でできる簡単な運動講座(3年次) (5月～9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笑って元気!“健康の秘訣伝授”ラフターヨガ講座(4年次)
(6月～10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。
- ⑤自分でできるリンパマッサージ講座(11年次) 6月～3月/10回/火曜日
マッサージによってリンパ液の流れを助け、滞ったリンパ液をスムーズに流れるようにする美容・健康法を学ぶ。
- ⑥ヨガ入門夏期講座(12年次) (7月～9月/10回/金曜日)
- ⑦ヨガ入門冬期講座(12年次) (1月～3月/10回/金曜日)
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。
- ⑧ゆる体操講座(8年次) (10月～12月/10回/金曜日)
身体を温めて血液の循環を良くし、肩こり、腰痛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。
- ⑨楽しいズンバ夏期講座(7年次) (5月～10月/10回/水曜日)
- ⑩楽しいズンバ冬期講座(2年次) (1月～2月/6回/水曜日)
ラテン系の音楽とダンスを融合させたダンスフィットネスエクササイズを年齢層に応じたリズムで楽しく踊ることを学ぶ。
- ⑪中国武術太極拳講座(27年次) (8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。

⑫認知症予防運動講座（2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。

☆⑬運動不足を解消しよう！相撲健康体操講座（1年次）（6月～7月/3回/木曜日）

四股などの相撲の基本動作を通して、足腰を鍛え健康に役立てることを学ぶ。

(3) 趣味・実用講座の開催

①気軽に楽しむスケッチ講座（15年次）（5月～6月/5回/火曜日）

旅先でも気軽に描けるように、スケッチの基礎から学ぶ。

②クラフトバンド講座（11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、小物入れやバックなどを制作
することを学ぶ。

③やさしいソーブカービング講座（7年次）（5月/1回/金曜日）

タイ伝統工芸のカービングの技法を、石鯨を素材に学ぶ。

④囲碁入門講座（2年次）（5月～7月/8回/土曜日）

初心者を対象とし、囲碁の基本ルールなど楽しみながら学ぶ。

⑤かわいい手編み講座（5年次）（5月～8月/8回/水曜日）

初心者でも作品が制作できるように、針の持ち方から始め基礎を学びながら、
帽子とプルオーバーの編み方を学ぶ。

⑥いちから始めるボールペン字講座（16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初めてのスタンドグラス講座（1年次）（5月～7月/3回/金曜日）

初心者向けの美しいスタンドグラスの作品づくりを通し、ものづくりの楽し
さや創造意識を高めることを学ぶ。

☆⑧ゼロからはじめる楽しいオカリナ講座（1年次）

（6月～10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から学び、一人で吹け
るように体感しながら学ぶ。

⑨脳トレ～おもしろ将棋入門講座（4年次）（6月～7月/5回/火曜日）

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。

⑩初めていける季節の生け花講座（3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を学ぶ。

⑪おとなの手習い筆ペン講座（5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。

⑫童謡と叙情歌を楽しく歌う講座（11年次）（7月～2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。

- ⑬簡単に描けるいやしのパステルアート講座（2年次）
（7月～9月/3回/木曜日）
初心者でも始めやすいパステルアートの描き方を学ぶ。
- ⑭基礎からはじめる手話講座（3年次）（7月～10月/10回/土曜日）
手の動きや表情で意思を伝えることができる手話を、日常生活で役立てられるよう基礎から学ぶ。
- ⑮チーズ・レッスン講座（3年次）（7月～11月/6回/火曜日）
チーズの基礎知識（特徴や食卓への取り入れ方など）を、チーズを味わいながら学ぶ。
- ⑯洋食のテーブルマナー講座（10年次）（7月/1回/火曜日）
洋食料理における基本的なマナーを楽しくコース料理をいただきながら学ぶ。
- ☆⑰初めての詩吟講座～詩吟の楽しみ方～（1年次）（8月～9月/5回/金曜日）
初めての方や、人前でうたったことのない方でも、丁寧に指導いただき、楽しく吟じることを学ぶ。
- ⑱万能調味料づくり講座～塩麴編～（3年次）（8月/1回/土曜日）
簡単にできる万能調味料の塩麴の作り方と、塩麴を使った料理のレシピを学ぶ。
- ☆⑲卓上織機で小物づくり講座（1年次）（9月～10月/5回/火曜日）
草木で染めた糸を使い、卓上織機でコースターなどを織り、手織りの楽しさを学ぶ。
- ⑳初歩からゆっくり書道講座（4年次）（9月～11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。
- ㉑陶芸入門講座（9年次）（9月～10月/4回/木曜日）
陶芸の基礎知識と陶芸の魅力を作品作りを通して学ぶ。
- ☆㉒元力士と作ろう！ちゃんこ鍋講座（1年次）（10月/1回/木曜日）
たくさん具材が入って栄養満点の美味しいちゃんこ鍋の作り方を学ぶ。
- ☆㉓楽しく上達！カラオケ講座（1年次）（1月～3月/5回/水曜日）
脳の活性化とストレス解消に効果のあるカラオケの上達方法を学ぶ。
- ㉔生きた味噌づくり講座（2年次）（1月/1回/土曜日）
日本の食卓には欠かせない味噌を、自分好みの味付けにし、我が家だけの美味しい手作り味噌の作り方を学ぶ。
- ㉕みんなで踊ろう！フォークダンス講座（3年次）（2月～3月/5回/火曜日）
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楽しく踊ることを学ぶ。
- ㉖水筒でつくる簡単甘酒講座（2年次）（3月/1回/土曜日）
健康サポートから美容効果まで期待される甘酒の作り方を学ぶ。

⑳和食のテーブルマナー講座（10年次）（3月/1回/水曜日）

和食料理における基本的なマナーを、会席料理をいただきながら学ぶ。

(4) 語学講座の開催

☆①A BC から始める英会話講座（1年次）（5月～6月/5回/金曜日）

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（19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（4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) リブラーンサロンを活用した体験講座等の開催

3. リブラーンいきいきカレッジの実施

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（29年次）

①6月16日（日）

②2月16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)「リブラーン講座作品展」の実施（24年次）（3月）

講座で学んだ受講者の作品を展示し、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。

(2)「中・高生を対象にしたボランティア教室」の共催（25年次）（7月 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。

(3) NPO法人アートステージ空知との連携事業（24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。

(4) NPO法人空知文化工房との連携事業（4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) 一般財団法人滝川市体育協会との連携事業
団体との連携を図り、会員の生きがいがづくりに役立てる。
- (6) 本会の目的を達成するため、上記事業のほか、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「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「リブラーンたきかわ」の発行 (年1回・3月)
本会の事業等の紹介リーフレットを作成し、新年度の加入依頼時に会員等に配布する。
市内及び近隣市町の公共施設へも配布し、PRに努める。
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. 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。

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. 多様化する学習ニーズに対応し道民カレッジ講座との連携を図る。
(北海道生涯学習協会)
3. 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)
4. 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)
5. 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。
(各種関係団体)
6. 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。