生涯学習センター事業実施報告書

生涯学習講座

俳句のまち宣言１０周年記念事業　「俳句を学べば　世界が広がる」 2

小学生親子歌舞伎教室（令和６年度） 3

電動キックボード安全利用講座 4

教えて！あなたの国の伝統的な子どものイベント 5

あらかわ再発見！千住まちあるき路地あるき 6

ＩＴ講座

オンラインコミュニケーション入門講座 7

スマホでできる動画づくり講座 8

東京都立大学連携講座

こころと生活リズムを整えるには?～メンタルヘルスとライフスタイルの仕組みを知ろう～ 9

自分の魅力を再発見！新たなライフスタイルを組み立てよう！ 10

専修学校連携講座

トータルビューティー～今よりもっと素敵な自分へ！セルフケアを学ぼう～ 11

棒針編によるトッパージャケット 12

美と健康を手に入れる春のセルフケア講座～東洋医学でリフレッシュ～ 13

地域活動ステップアップ講座

助成金申請のコツ 14

空き家をいかして楽しいまちに！ 15

学びあい講座

育てて食べよう空芯菜 16

夏休み！大学生と工作で楽しもう～ぽっせの夏フェス 2024 17

当事者目線で考えよう　認知症世界の歩き方 18

生涯学習フェスティバル

令和６年度　好きがみつかる　生涯学習フェスティバル 19

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	俳句のまち宣言10周年記念事業 「俳句を学べば 世界が広がる」
実施日時	令和６年４月２４日（水曜） 午後１時３０分～午後３時３０分
会場	荒川区立生涯学習センター ３階 大会議室
講師	荒川区俳句連盟会長 佐々木忠利氏 文化交流推進課 課長







■受講者の感想

・ 句が作れるか不安でしたが、最初はなんでもいいから作ることだといわれ作りました。これからは花を見たり自然を観察したりした時は、今までとは違う目で見られると思います。

・ コロナ禍の時に俳句を始めましたが自己流でした。テレビ番組でも親しむようになりました。自分の心を素直に表現することはとても楽しいので、今日は参加してよかったです。自分の句を何人かの方に選んでいただき、それも自信になりました。思えば小学生の頃にも作っていたと思います。

・ 講座は大変分かりやすく、俳句をつくった後に支援者の方からアドバイスを受けられたのもタメになりました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	小学生親子歌舞伎教室（令和6年度）
実施日時	令和６年５月２５日（土曜）　午後２時～午後４時
会場	サンパール荒川　第３集会室
講師	国立劇場制作部歌舞伎課制作係長　長瀬千宜氏







■受講者の感想

・ 役者は男性だけですが、効果音を出す人は女性もいて驚きました。生の音を聞いて鳥肌が立ちました。隈取は子どもには難しかったようですが、楽しかったです。

・ 音の体験ができてうれしかったと話していました。隈取に興味があり参加したので、絵もかけてよろこんでいました。

・ 貴重な、普段見ることがない裏側の工夫がみられて楽しかったです。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	電動キックボード安全利用講座
実施日時	令和６年１０月２７日（日曜）　午前９時４５分～午前１０時５０分
会場	真土小思い出広場
講師	荒川警察署職員 荒川区生活安全課職員







■受講者の感想

・電動キックボードを利用したいと思っていたが乗り方がわからなかった。講座で練習できたので、今度実践したい。警察の方には、不安定な時にサポートしてもらったり、歩道を利用する際のことも教えてもらえて、とても充実した講習だった。

・人数が少ないのもあったが、何度も試乗できて交通ルールなどよくわかった。

・非常に楽しめ、説明も詳しくてよかった。会場が広く、説明やパイロンがあったので充分練習ができ、レンタルなどで乗る前にある程度の時間をかけ理解しないと危険だと感じた。車やバイクのドライバー目線でも知っておくと事故が防げると思った。

・スピードの出し方や、方向指示の出し方を丁寧に教えてもらえたので、とても満足した。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	教えて！あなたの国の伝統的な子どものイベント
実施日時	令和７年１月２５日（土曜）　午前１０時～正午
会場	荒川区立生涯学習センター　３階　大会議室
講師	ヒッポファミリークラブ研究員　藤村　愛氏







■受講者の感想

・普段聞くことがない外国の方のお話を親子で聞けて、良い機会になりました。子どもにも海外に目を向けてほしいので良い時間になりました。

・いろいろな国の文化を知れて楽しかった。日本とも似ている部分を見つけて嬉しかった。他の国の文化をもっと知りたいと思ったので、これからいろいろなことを調べて探そうと思う。

・海外の文化、習慣、行事に興味があったので、子どものイベントの話を聞けて楽しかった。逆に日本の行事が簡略化されつつあるし、逆に盛大なものとして紹介できるものが少ないなと感じた。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	あらかわ再発見！千住まちあるき路地あるき
実施日時	令和７年２月　８日（土曜）　午後２時～午後４時 令和７年２月２２日（土曜）　午前１０時～正午 令和７年３月　８日（土曜）　午後２時～午後４時
会場	荒川区立生涯学習センター 千住のまちあるき
講師	九州大学名誉教授　有馬　学氏







■受講者の感想

・ 昔と様変わりした所が多く何気なく住んできましたが思い出してみるのも大切だなあと感じました。

・ まち歩きの視点が多く得られた。楽しみ、新たな興味がわいてきました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	オンラインコミュニケーション入門講座
実施日時	スマートフォンコース　令和６年７月２６日（金曜）　午後７時～午後９時 令和６年８月　９日（金曜）　午後７時～午後９時 パソコンコース　令和６年８月　２日（金曜）　午後７時～午後９時 令和６年８月　９日（金曜）　午後７時～午後９時
会場	荒川区立生涯学習センター　３階　第４会議室
講師	キッズ･プログラミング教室(株)　代表取締役　岡田　哲郎氏







■受講者の感想

・ 初めて Zoom を使用しました。丁寧に教えてもらって助かりました。

・ 知らなかった機能を楽しめました。

・ 実際に招待したり、画面を見ながら話を聞いたりできたので分かりやすかった。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	スマホでできる動画づくり講座
実施日時	令和６年７月　８日（月曜）　午後７時～午後９時 令和６年７月２２日（月曜）　午後７時～午後９時 令和６年７月２９日（月曜）　午後７時～午後９時 令和６年８月　５日（月曜）　午後７時～午後９時 令和６年８月１９日（月曜）　午後７時～午後９時
会場	荒川区立生涯学習センター　３階　第４会議室
講師	TCN 制作「あらぶんちょ！」元ディレクター　大野　泰広氏







■受講者の感想

・ 楽しく講座を受けられた。
・ 動画編集の基本を知ることが出来た。
・ 先生の教え方が丁寧でやる気が出た。
・ 他の受講者の動画が素敵で見ていて楽しかった。（他５人）
・ いろいろな動画作成のテクニックを知ることが出来た。
・ 作成した動画への先生の丁寧なコメントが参考になりありがたかった。（他７人）
・ ブラッシュアップして、今後動画作成するときの参考にしたい。
・ 動画作成は私にはハードルが高かったが、また受講出来たら身につくのではと思った。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	こころと生活リズムを整えるには?～メンタルヘルスとライフスタイルの仕組みを知ろう～
実施日時	令和６年　９月２６日（木曜）　午後６時３０分～午後８時３０分 令和６年１０月　３日（木曜）　午後６時３０分～午後８時「３０分
会場	荒川区立生涯学習センター　３階　第４会議室、オンライン（Zoom）
講師	東京都立大学健康福祉学部作業療法学科教授　小林　法一氏 東京都立大学健康福祉学部作業療法学科教授　塩路　理恵子氏







■受講者の感想

・ 日常生活に役立つことが多く、参加してよかったと思います。

・ 森田療法を友人たちに教えてあげたい。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	自分の魅力を再発見！新たなライフスタイルを組み立てよう！
実施日時	令和６年９月　５日（木曜）　午前９時３０分～午前１１時３０分 令和６年９月１２日（木曜）　午前９時３０分～午前１１時３０分 令和６年９月１９日（木曜）　午前９時３０分～午前１１時３０分
会場	東京都立大学荒川キャンパス
講師	東京都立大学健康福祉学部看護学科准教授　島田　恵氏 東京都立大学健康福祉学部作業療法学科准教授　石橋　裕氏 東京都立大学健康福祉学部理学療法学科准教授　田島　敬之氏







■受講者の感想

・ 自分の最期についてゲームを通して考える機会となりました。具体的に考えることで日常の生活にも生かしていきたいと思います。

・ 高齢者になり、健康について考え、感じていることがはっきりとしてきました。地域づくりのリーダーに必要なノウハウは同窓会活動にも有意義だと参考になりました。ありがとうございました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	トータルビューティー～今よりもっと素敵な自分へ！セルフケアを学ぼう～
実施日時	令和６年　９月１４日（土曜）　午後３時～午後５時 令和６年　９月２１日（土曜）　午後３時～午後５時 令和６年　９月２８日（土曜）　午後３時～午後５時 令和６年１０月　５日（土曜）　午後３時～午後５時 令和６年１０月１２日（土曜）　午後３時～午後５時
会場	学校法人国際共立学園　国際理容美容専門学校　４号館
講師	学校法人国際共立学園　国際理容美容専門学校　講師



■受講者の感想

・ 自分の体と向き合う貴重な時間が持てました。ありがとうございました。

・ プロが使う道具がわかり、自分で持ってみてプロがいかに「技」を持っているかがわかり楽しかったです。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	棒針編によるトッパージャケット
実施日時	令和６年　９月２５日（水曜）　午後６時３０分～午後８時３０分 令和６年１０月　２日（水曜）　午後６時３０分～午後８時３０分 令和６年１０月１６日（水曜）　午後６時３０分～午後８時３０分 令和６年１０月３０日（水曜）　午後６時３０分～午後８時３０分 令和６年１１月　６日（水曜）　午後６時３０分～午後８時３０分
会場	東京ニットファッションアカデミー分校
講師	東京ニットファッションアカデミー　講師



■受講者の感想

・ 自分一人で作る時は小物しか作らないので、大物に挑戦できる良い機会となりました。難しそうな工程も先生のお手本を見せていただけたのでよかったです。

・ ていねいに指導していただき参加してよかったと思いました。これからも参加したいので続けてほしいものです。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	美と健康を手に入れる春のセルフケア講座～東洋医学でリフレッシュ～
実施日時	令和７年１月３１日（金曜）　午後２時３０分～午後４時 令和７年２月１４日（金曜）　午後２時３０分～午後４時 令和７年２月２８日（金曜）　午後２時３０分～午後４時
会場	日本総合医療専門学校
講師	日本総合医療専門学校　講師



■受講者の感想

・ 東洋医学に興味があってもなかなか機会がなかったので、講座を受けられてよかった。セルフで出来ることなので続けたいです。

・ ３回シリーズで学びやすく、９０分という時間もとてもよかったです。自分がどの体質にあてはまるのかや、望診など日ごろは考えもしないことばかり教えていただいてとても勉強になりました。楽しい学び時間をありがとうございました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	助成金申請のコツ
実施日時	令和６年１１月　７日（木曜）　午後７時～午後９時 令和６年１１月１４日（木曜）　午後７時～午後９時 令和６年１１月２１日（木曜）　午後７時～午後９時
会場	サンパール荒川　４階　第１集会室
講師	東京ボランティア･市民活動センター　統括主任　吉田真也氏







■受講者の感想

・座学を通じて、まずは助成金の基礎や申請の仕方を学びました。申請書を審査する立場で読むことや、実際に多くの申請をしている浅野さん（ゲストスピーカー）のお話も興味深かったです。3 回目は、お二人のデモ申請書を読みながら、自分だったらこのようにうまく書けるか不安になりましたが、一度は挑戦してみたいと思いました。

・いろいろな視点や注意点が学べました。助成金ありきの運営ではなく、足らない部分をもらうためにという視点に立てたことが大きな変化だと感じています。グループワークは苦手ですが、それでも他の方の意見を聞けるのは、とても意味があると思った 3 回でした。

・内容が具体的で非常にわかりやすく、申請書を書いてみようという意欲がわいた。実際にデモ申請書を書いてみる段階では、団体の仲間に内容を伝達し、予算にかかる単価や概算などは分業して情報を集めた。この講座を通して、チームプレイの大切さも実感した。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	空き家をいかして楽しいまちに！
実施日時	令和６年１１月３０日（土曜）　午前１０時～正午
会場	サンパール荒川　６階
講師	株式会社スピーク







■受講者の感想

・今現在荒川区にある施設、今後ほしい場所、解決策がわかり、とても良かったです。今まで以上に空き家の活用法について、考えていきたいです。

・漠然と空き家に対するイメージしか持ち合わせていなかったが、抱える諸問題が多くあり、非常に大切な課題だと思った。今回いい機会であったと思うので、今後も関心を持ち続けできれば関与していきたいと思う。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	育てて食べよう空芯菜
実施日時	令和６年６月２９日（土曜）　午後２時～午後３時３０分
会場	荒川区立生涯学習センター1 階　第 1 会議室
講師	地域活動団体　荒川アグリガルテンの会







■受講者の感想

・ 空芯菜の栽培に興味があったので、とても良い機会になりました。帰ってから育てるのが楽しみです。

・ 楽しかった。ベビーカーで参加のヤングパパさんがいたり、若い方との交流も楽しむことができた。

・ 勉強になりました。夏休みの課題テーマに活用したいと思います。

・ なかなか機会が無いので、これを機に野菜を育ててみたいと思いました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	夏休み！大学生と工作で楽しもう～ぽっせの夏フェス 2024
実施日時	令和６年８月３日（土曜）　午後１時～午後４時３０分
会場	荒川区立生涯学習センター体育館
講師	地域活動団体　あらかわぽっせ







■受講者の感想

・ 大学生の方が丁寧に教えてくださって、見本を見せて子ども自身ができるように見守ってくださっていたのがすごいなあと思いました。ありがとうございました。

・ 子どもとゆったり関わる機会になり、ありがたかったです。

・ 紙からうちわをつくったり、ペットボトルでアクアリウムづくりなど、なかなか体験できないことに子どもも楽しそうにやっていました。大人も見ていて楽しめました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	当事者目線で考えよう　認知症世界の歩き方
実施日時	令和６年１０月２６日（土曜）　午後２時～午後４時
会場	サンパール荒川　６階
講師	地域活動団体　みかんラボ







■受講者の感想

・改めて認知症のことを楽しく学べました。カードを使ったグループワークは最初は難しかったですが、皆で意見を出し合って、それぞれが思っている認知症のイメージや考えを出し合って話し合う機会になり良かったです。もう少しワークの時間が長く取れればよかったとも思いました。もっと多くの人に受講してもらえれば、認知症共生社会の認知度が広まっていくと思います。区内各地での開催をお願いします。

・認知症であってもなくても、どう生きていきたいかを自分事（当事者であれ介護者であれ）として考えることができました。

生涯学習センター事業実施報告書

講座名	令和6年度　好きがみつかる　生涯学習フェスティバル
実施日時	令和７年３月２０日（木曜・祝日）　午前１０時～午後３時
会場	荒川区立生涯学習センター　２階体育館　他







