

生涯学習で広がる。人の輪、学びの輪。

団体・サークルなどの要望に応じて講師や指導をしている生涯学習市民リーダー。日々の活動ややりがいなどを6人の市民リーダーさんに伺いました。



難波敦子さん（トルペイント）



小倉亮一さん（カメラ）



浜中真知子さん（和紙ちぎり絵）

——活動内容を教えてください。

難 波：木材や布、陶器などの素材に自由に絵を描くトルペイントを教えています。「自分が楽しむこと」をモットーに、絵の楽しさをより多くの方に感じてもらえるような講座を考えています。現在は「生涯学習市民リーダーの会」の会長を務めています。

小 倉：デジカメの基本操作や撮り方を指導しています。私自身もNHK文化センターで指導を受けているので、初心者でもすてきな写真が撮れるちょっとしたコツなどをアドバイスしています。

浜 中：ちぎった和紙を台紙に貼って自然や風景などを表現する「和紙ちぎり絵」が専門です。さかえ会館で定期的に指導しているほか、最近では若葉小からの依頼で児童たちにも指導しました。10月には二小でちぎり絵を使ったランプシェード作りを指導しました。

富 森：フラダンスをより気軽に、身近に楽しんでもらうために講座を開催しています。踊るだけでなく、伝統文化としてのフラを知ってもらうことや、参加した方が笑顔になるような交流の場づくりを心掛けています。

酒 井：学習館で水墨画の指導をしているほか、夏休み体験教室で子どもに教えたりもします。



阿出川：男女年齢問わずできる、「押さない、揉まない、引っ張らない」リンパケアを教えています。最近までは、羽衣・錦・柴崎町の健康づくりグループで講師としてリンパケアを指導していました。

今年7月には姉妹市サンバーナディノ市の留学生に水墨画を指導しました。

——活動の中でやりがいを感じることはありますか。

難 波：参加した方からの喜びの声が原動力につながって、次はどんな楽しい内容にしようかとワクワクしながら企画しています。活動の中で多くの出会いもあってとても充実しています。

小 倉：受講した方と喜びを共有できることです。「いい写真が撮れた」と喜んでる姿を見ると、自分のことのようにうれしく思います。

浜 中：「楽しかった」という子どもたちの純粋な反応は特にうれしいです。発想が自由で、逆に自分が学ばされる場面もあります。

富 森：普段は本格的に学んでいる人を指導しているので、初めての人と一緒に踊ったりでき



酒 井：体験教室をきっかけに水墨画を始めた子どもが作品を毎年送ってくれています。若い世代が興味を持ってくれるととてもうれしいです。

阿出川：リンパケアを実践した方から「目からうるこだった」「人生で今が一番健康です」などの言葉をいただけて、やりがいを感じています。活動を通して、より多くの方の健康維持につながればうれしいです。

——これから「学びたい」「教えたい」と考えている方にメッセージをお願いします。

難 波：さまざまな分野、いろいろなキャラクターの市民リーダーが皆さんのチャレンジを応援

します。また、何か専門知識や技術を持っている方も、ぜひ市民リーダーとして私たちと一緒に活動してみませんか。

小 倉：興味を持ち、チャレンジすることが大事。何気なく見過ごしてしまうような風景や草花でも、カメラをやっていると違った視点で見えたりします。何かを始めることで感動する機会がきっと増えてくるはずですよ。

浜 中：何かを始めることってちゅうちょしがちですけど、勇気を出して一歩踏み出してみてください。市民リーダーは初めての方でも



富 森：「始めたらやめづらい」というフレーズをよく耳にしますが、途中で飽きてもいいのでいろいろなことにチャレンジしてもらいたいです。市民リーダーが企画する講座は何かを始めるきっかけとしては最適だと思うので、あなたの「やりたい」をぜひ見つけてみてください。

酒 井：見るだけでなく、やってみて初めて気づく楽しさや魅力もあるので、いろいろなことに挑戦してもらいたいです。

阿出川：足が不自由な方でも座りながらできるので気軽に参加してもらいたいです。また、講師として参加した体験教室がきっかけで地域の健康づくりグループが結成されたことも



もあります。地域での学びや交流を広げるきっかけとして市民リーダー制度を活用してみてください。



富森基予子さん（フラダンス）



酒井遊山さん（水墨画）



阿出川千晶さん（リンパケア）

💡生涯学習市民リーダーとは？

これまでに培った知識・経験・技術を地域で役立てたいと考え、「生涯学習市民リーダー」（生涯学習指導協力者）として登録している方です。現在、絵画、音楽、コンピューターなど、21分野、79種目、延べ180人の方が登録しています。団体などの希望に応じて、指導者や講師として活動するほか、「市民リーダー☆みんなの講座」などを企画・運営しています。「市民リーダー☆みんなの講座」は講座情報誌「きらり・たちかわ」や「広報たちかわ」でお知らせしています。

教えてくれる人を探しているのですが…

生涯学習情報コーナー（女性総合センター1階）へご相談ください。指導者・講師に関する情報をご紹介します。

市民リーダーに登録してみようかな…

各種活動について、専門的な知識や技能があり、市内の団体やサークルなどの活動に指導、協力できる方は、ぜひ生涯学習情報コーナーでご登録ください。

市民リーダーの登録名簿など、くわしくは、市ホームページをご覧ください（右2次元コードからアクセス可）。



📍生涯学習情報コーナー ☎（528）6803

たちかわ市民講師フェア～アートフェスタ・春夏秋冬

市民リーダーの活動を見よう

さまざまな分野で専門的な知識や技能を持つ生涯学習市民リーダーの皆さんによるアートフェスタ。学習グループやイベントなどの地域の活動で活躍できる市民リーダーをぜひ見つけてください。直接会場へ。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会。いずれも📍女性総合センター

●**作品展示** 絵画、水墨画、きりえ、^{ひょうこ}篆刻（はんこ）、仏像彫刻、食器の絵付け、折り紙など、11人の作品を展示📅11月20日（月）～26日（日）、午前10時～午後5時（初日は午後1時から。最終日は午後3時まで）

●**音楽&パフォーマンス** 草笛、ボディーパーカッション、気功、南京玉すだれ、ギター、クラリネット、絵本の読み聞かせ、予防運動など📅11月25日（土）・26日（日）、午前11時～午後3時30分（26日は午後2時30分まで）

📍生涯学習推進センター ☎（528）6872

市伝言板

この欄の情報の連絡・交渉は当事者間で。市は関与しません。

…… まちのお知らせ ……

●**裁判所の調停委員による無料調停相談会** 東京民事調停協会連合会が主催。土地建物、金銭債務、近隣問題、交通事故や家庭内のもめごとなどについて、裁判所の調停委員が調停手続きの相談に応じます。弁護士の委員も参加。直接会場へ📅11月11日（出）午前10時～午後3時30分 📍女性総合センター5階 同連合会 ☎03（5819）0267（午前10時～午後4時）

●**相続・贈与・譲渡その他税務に関する個別相談会** 東京税理士会立川支部が主催。相続、贈与、土地建物の売却等、税務相談全般を受け付けます📅11月11日

（出）午後2時～5時 📍東京税理士会立川支部会議室（高松町2-27-27-203）📍20人（申込順）📞同支部 ☎（525）1397

●**ソフトボール審判員講習会** 東京都ソフトボール協会が主催。ソフトボール未経験の方でも審判員の資格（第3種）が1日間の講習で取得できます📅18歳以上の方（男女不問）📅12月3日（日）午前9時から 📍都立保谷高校（西武池袋線保谷駅南口から徒歩15分）📍6,000円（受講料、平成30年度登録料）📍50人（申込順）📞福留さん ☎（545）9756

●**立川マンドリンクラブ第36回定期演奏会** 「色彩」をテーマに色にちなんだ曲を演奏。曲目は「幸せの黄色いリボン」「赤いスイートピー」「虹彩」「カルメン組曲」など。直接会場へ📅11月4日（出）午後2時開演（午後1時20分開場）📍たましんRISURUホール大ホール📍1,200人（先着順）📍薬原さん ☎（534）6695

●**第7回こぶし祭** 立川こぶし福祉作業所が主催。地域に開く作業所を目指して開催。自慢の豚汁サービスやバザーなどをお楽しみください。大好評の手作りクッキー「こぶさきー」の販売も。直接会場へ📅11月11日（出）午前10時～午後2時 📍福祉工房こぶし（羽衣町2-50-2）📍福祉工房こぶし ☎（527）5198

●**キッズテニス教室（硬式）** 立川市体育協会ほかが主催📍市内在住の小学生📅11月23日（木・祝）、12月3日（日）・17日（日）、午前9時～正午（全3回）📍泉町庭球場📍500円（受講料）📍40人（申込順）📅11月18日（出）（消印有効）までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、学年、電話番号、テニス歴、ラケットの有無、返信用宛先を書いて、立川市テニス連盟事務局・山崎さん（〒190-0002幸町5-57-5立川グリーンテニスクラブ内） ☎（536）6798

●**さくらんぼまつり** 一般社団法人ほっ

とステーションが主催。輪投げやヨーヨーすくい、ボール投げなど楽しいゲームを用意しています。ベビーマッサージの体験もあります。親子でご参加ください📅11月12日（日）午前10時～正午 📍さくらんぼ保育園（国営昭和記念公園砂川口前）📍同保育園 ☎（537）9440

●**歌声サーティ** 歌声「和音」が主催。懐かしい歌、楽しい歌と一緒に歌いましょう。直接会場へ📅10月30日（月）、11月30日（木）、いずれも午前10時～11時30分 📍上砂会館📍1回300円（歌集貸出料、茶菓子代）📍各20人（先着順）📍松本さん ☎090（4532）6132

…… 会員募集 ……

●**まあ〜と仲間たち** 腹式呼吸で、ゆったりした音楽で行うゴムバンド体操です。ストレス解消、骨盤矯正、腰痛・肩こり解

消、シェイプアップ、体力維持を目指しています 📍おおむね50代から60代の方 📍月4回の水曜日、午後8時～10時 📍砂川学習館📍1,600円📍3,300円📍5人（申込順）📍井口さん ☎090（8595）3268

●**毛筆室の会** 講師の岩井笙韻さんの指導のもと、毛筆（楷書、行書）を中心に学習しています。初心者歓迎📍成人の方 📍毎月第1・第3水曜日、午前10時～正午 📍高松学習館📍1,000円📍2,500円📍若干名（申込順）📍橋本さん ☎（536）9584

●**手話ダンス「フローレンス」** 童謡や歌謡曲を歌いながら、その歌詞を手話で表現します。初心者の方も楽しく手話を覚えられます。見学歓迎📍毎月第1・第3火曜日、午前10時～正午 📍こぶし会館📍1,000円📍1,000円📍10人（申込順）📍八木さん ☎（535）9373（午後6時以降）

●**フラダンスサークルKaPua** 健康と美容のため、楽しくフラダンスを踊りません

か 📍初心者の方（経験者の方はご相談ください）📍12月3日の金曜日、午前9時15分～10時15分・12月3日の水曜日、午後7時～8時 📍たましんRISURUホール📍2,000円（別途会場代として月500円～1,500円程度）📍各10人（申込順）📍津根さん ☎090（3570）1635

●**仏像円空木彫りの会** 円空仏、仏像、レリーフの木彫りを楽しんでいます。未経験の方には先輩が教えます。和気あいあいと仲間づくりを目的に活動しています 📍毎月第1・第2・第4水曜日、午前9時～正午 📍さかえ会館📍500円📍野澤さん ☎090（3431）0103

●**なつめ会（茶道・裏千家）** 季節のお菓子とお抹茶をいただきながら、小学生からシニアまで、和気あいあいとお稽古しています。見学歓迎📍毎月第1～第3木曜日、午後1時～5時 📍錦学習館📍1,000円📍3,000円📍野村さん ☎（525）9731

立川つまみぐいウォーキング

東西編

市内の商店街を東西に約8km歩き、チケットと交換で逸品をつまみぐいします。当日の朝、4種類用意されているチケットから希望のものを選べます 📍11月18日（出）午前10時～午後3時 📍参加が決定した方に直接通知 📍▶インターネット＝11月6日（月）午前10時から「立川市商店街振興組合連合会」のホームページで受付開始 📍330人（申込順）▶往復はがき（1枚につき1人、右記入例を参照）＝締め切りは11月1日（木）（消印有効） 📍70人（抽選）

📍同連合会事務局 ☎（527）2788、市産業観光課商工振興係・内線2644

〈返信オモテ〉	〈返信クラ〉
〒190-0012 立川市 曙町2-38-5 立川ビジネスセンタービル12階 立川市商店街連合会 「立川つまみぐいウォーキング」係	何も書かないでください
〈返信オモテ〉	〈返信クラ〉
あなたの郵便番号・住所・氏名	立川つまみぐいウォーキング ●住所 ●氏名 ※1枚につき1人のみ ●電話番号 ●年齢 ●性別

※申込内容に不備があった際は、連絡することなく無効とさせていただきます。