

セミナー報告

泉佐野市人権対策本部男女共同参画部会共同企画

パープルリボン リース作り

平成30年11月13日(火)

講師：山崎 澄子さん

(Heart工房 Cha-Cha クラフト作家)



ワイヤーで輪を作り、パープルリボンや紫色の紙でバラの花や実を作って飾り、リースを作りました。

《アンケートより》

- ・パープルリボンをよく知らなかったのので、リースを作り、紫色の物に触れながらリボンの意義がとてもよくわかりました。岬町から来たのですが、各地でやってほしいです。ワイヤー作り、とても楽しかったです。また、企画してください。
- ・自分自身が不器用なので、うまく作れるか不安でしたが、うまい下手よりも個性が出てよかったですと思います。



リースでツリーの形に

日常生活の動きを楽しもう！(全2回) ～筋力に頼らない効率的な動作で 日常生活が楽になっていく～

平成30年11月18日(日)・25日(日)

講師：石田 泰史さん

(武術操身法・遊武会主宰)



第1回目…イスからの立ち上がり方、歩き方、階段の上がり方などを教えていただきました。

第2回目…前回の復習から始まり、階段の下り方や寝転んでからの起き上がり方などを教えていただきました。

《アンケート》

- ・実際に役に立ちました(歩き方)
- ・今まで知らなかった体の動きを教えてもらってとても良かったと思います。
- ・良かったです。少しでも利用して日常生活に応用したいと思います。



いずみさの女性センターで開催した講座です。
(平成30年11月～平成31年2月)

墨と筆に心を癒されるひととき

平成30年11月20日(火)

講師：田中 澄子さん

(大阪心のサポートセンター 心理カウンセラー)



墨の香りに包まれ、筆の柔らかさを感じながら、「私」について思い浮かぶ言葉を次々と書き、自分自身を振り返るいい機会になりました。

《アンケートより》

- ・一期一会の人もすっかりなじんで、楽しい時間を過ごすことができました。「みんなちがってみんないい」再確認しました。
- ・自分の気持ちに少し整理ができました。大きく書くことは、気分が良い!! また、やりたいです。
- ・楽しい。自分を見つめ直すことを教わりました。



男のパンシリーズ第2弾 小学生・中学生の参加も大歓迎!

手作りパンをつくろう！(全2回)

平成31年1月27日(日)・2月17日(日)

講師：木村 明美さん

(生涯学習センター登録クラブ講師)

《メニュー》

- 1回目…ハムロール、マヨネーズパン
- 2回目…アンパン、ロールパン

生地を手でこね、パンを作りました。各グループ、初対面の人が多かったのですが、わきあいあいの雰囲気の中、楽しく過ごしました。焼き立てのパンは、とても美味しかったです。

《アンケート》

- ・焼き立てのパンは、やっぱりおいしい。
- ・スケジュールが考えられており、時間的に無駄なく、2種類のパンが作れてよかった。
- ・色々な種類のパンが作れて勉強にもなったし、楽しかった。



ハムロール



マヨネーズパン



アンパン



ロールパン