

壮年部コース別研修会

◆ 目 的

- 壮年部員として、各コースにおいて知識と技術の向上に努め、指導力の向上を目指す。
- 教職員として地域へ貢献する活動を推進する。
- 八幡浜支部の活動の活性化を図り、会員意識の高揚に努める。

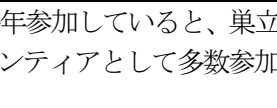
◆ 内容・会場・日時

コース名	講師名	予定日時		予定会場	内 容 等	人数
①浜っ子共同作業所との交流	菊池史子さん	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	浜っ子作業所 大平公民館	施設見学 ミュージックケア	11
②諏訪崎ビーチ クリーン作戦	松本利夫さん (代表者)	7月17日 (月)海の日	9:00～ 11:00	諏訪崎	清掃活動(青・壮合同)	12
③巣立ちの会 ボランティア	巣立ちの会代表 石田美千代さん	7月29日 (土)	10:00～ 13:30	室の鼻公園	プール遊びの体験補助 カレー作りの手伝い	7
④ガーデニング	八代農園さん	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	白浜小学校 神山小学校	鉢植え等	58
⑤フラワー アレンジメント	二宮美桃園より	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	松蔭小学校	花を配置・編成する フラワーデコレーション	11
⑥ソフトバレーボール	なし	8月21日 (月)	13:00～ 15:00	江戸岡小 体育館	ソフトバレーゲーム (青・壮合同)	11
⑦ヨガで心身 リフレッシュ	五島久美子さん	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	江戸岡公民館 ホール	ヨガ体操	20
⑧魚釣り・調理・ ピザ体験	なし	8月21日 (月)	10:00～ 13:30	真網代 選果場周辺	魚釣り・調理 石窯ピザ体験	5
⑨初級～上級 パソコンQ&A	教育センター 平井敬浩先生	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	保内中学校	パワーポイント等の使い方	20
⑩カヌー体験	交流の家職員	7月29日 (土)	9:00～ 12:00	大洲青少年 交流の家	カヌー体験	9
⑪マウンテンバイク 体験	なし	8月21日 (月)	13:30～ 15:00	双岩 スポーツパーク	マウンテンバイク体験	8
【西宇和コース】 ⑮郷土料理	正木こずえさん	8月1日 (火)	14:40～ 16:30	瀬戸町民センター 調理室	地元食材を使った、 郷土料理作り	2
【西宇和コース】 ⑮宇和海クルーズ	木嶋英幸さん	8月1日 (火)	14:40～ 16:30	塩成の岬	クルージング・船釣り等	1

◆ 参加人数

175名	参加率88.8% 昨年度よりも参加率が減少している。
------	-------------------------------

◆コース別研修の感想

【浜っ子共同作業所との交流】昨年度に引き続きミュージックケアを行った。とても意義深い内容になっているので、ぜひ継続していきたい活動だと改めて感じた。交流後の作業所訪問では、大勢の先生方が作業所内の物品を購入したり、作業所の活動内容を詳しく聞いたりすることができ、より交流が深まった。	
【諏訪崎ビーチクリーン作戦】清掃活動を通して気持ちのよい汗を流すことができた。諏訪崎を愛する会を中心に、愛教研の他に八幡浜市民ボランティアの方が多数参加していた。参加者全員で約2キロの小道を歩き、海岸で発泡スチロールやビニールごみなどを拾った。諏訪崎を大切に思う人たちの心を感じる活動であった。	
【巣立ちの会ボランティア】天候に恵まれ、楽しい時間を過ごすことができた。毎年参加していると、巣立ちの会の子どもたちの成長を感じることができる。川之石高等学校の生徒も、ボランティアとして多数参加してくれた。就学予定の子どもの様子を知ることができよかった。	
【ガーデニング】熱い中、講師の八代農園さんの説明を聞いた後、七種類の植物の寄せ植えを行った。参加者それぞれが、自分の好みに合うよう植物を配置し、楽しんで手際よく活動した。短時間であったが、参加者の方々は複数回参加されている先生が多く、手際よく活動できた。	
【フラワーアレンジメント】今年度はブリザードフラワーのアレンジを行い、短時間で素敵な作品ができた。材料等も用意していただき、講師の先生の丁寧なご指導のもと制作することができた。和やかな雰囲気の中、心も癒され、楽しいひとときを過ごせた。	
【ソフトバレーボール】楽しくソフトバレーボールをすることができた。適度な運動量で、心身のリフレッシュを図ることができた。青年部、西宇和支部の方とも交流することができてよかった。有意義な時間を過ごすことができた。来年もぜひこの研修を継続して欲しいと言う声が上がった。	
【ヨガで心身リフレッシュ】五島久美子さんを講師に迎え、片鼻呼吸法やコブラのポーズ、屍のポーズ等、基本的なヨガを体験した。日頃の疲れた体には、少々辛い姿勢もあったが、講師の五島さんの穏やかな声に癒されながら、心身のバランスを整える充実した90分を過ごすことができた。	
【魚釣り・調理・ピザ体験】真網代選果場周辺にて実施した。午前中からの開催であったが、ALTの先生方4名にも参加していただいたので、大変盛り上がり、有意義な時間を過ごすことができた。釣り道具は、担当者が用意した方がよいと感じた。	
【初級～上級パソコンQ&A】プレゼンテーションソフトの使い方とExcelの活用について研修をした。今まで知らなかった新しい使い方を知ることができた。グラフの作成やリンクの仕方など、ICTを活用する技能が身に付いた。今回の研修で学んだことを、日々の教育活動の中で生かされていくようにしていきたい。	
【カヌー体験】川下りも十分な時間を確保でき、沈脱、セルフレスキュー、ロープレスキュー等の研修も加え、集団宿泊での引率時に活用できる技術も紹介できたので、満足していただける活動となった。活動日を休日に設定することで、会員の家族（小学生）も研修に加わることができた。	
【マウンテンバイク体験】技術的な難しさはあったが、非日常的な体験ができ、大変楽しかった。スリリングなコースで面白かった。バイクとヘルメットはレンタルできるので誰でも参加できる。今回は事前に予約をした。小雨くらいなら実施可能である。むしろ晴天の方が、暑さが心配だと感じた。	
【郷土料理づくり(西宇和コース)】郷土料理（伊予さつま汁）と豚肉と野菜のごまだれかけを作った。西宇和支部の先生方と調理を通して交流を深めることができた。	
【宇和海クルーズ(西宇和コース)】西宇和支部との交流を図るよい機会であった。船の上から佐田岬の素敵な景観を眺めたり、塩成の歴史（デラ台風により亡くなられた方の供養碑など）を学んだりすることで、伊方町のすばらしさを再発見することができた。	