



講座のご案内

2018年1月号 電話
ファックス 048-866-9466

講座へはどなたでも参加ができます。ご友人や近隣の方とお誘いあって、お申込みください。

超高齢化・不動産大暴落時代 ～あなたの住宅・不動産はいつ処分・活用したらいい？

2月3日(土) 午後2時～4時

- 場 所:生活クラブ生協本部会議室
(JR 埼京線「中浦和」駅 徒歩3分)
- 講 師:白井和宏さん(『社会運動』編集長)
- 参加費:1,000円
(テキスト『社会運動 428号』代金をふくむ)
※『社会運動 428号』をお持ちの方は500円



すでに全国の空き家率は15%を超えているのに相変わらずのマンション建設ブーム。2020年のオリンピックを待たずして不動産の大暴落が起きると予測されています。将来、空き家になりそうな両親やあなたの住宅をどう処分するか?『社会運動 428号』をテキストにし、困った空き家や店舗の活用方法を提案します。参加者同士で意見交換も行います。【定員20名】

あなたの衣類はあふれていませんか? 持ち数を減らして、すっきり収納

1月29日(月) 午前10時30分～12時30分

いつのまにか増えてしまう衣類。減らし方としまい方を見直して衣類を管理すると、身軽になって今まで以上にオシャレを楽しめますよ!浦和友の会の皆さんが長年蓄積した経験をもとにお伝えします。NHKの人気番組『あさイチ』にも登場した浦和友の会のみなさんが講師です。【定員20名】

- 場 所:生活クラブ生協本部
(JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)
- 講 師:浦和友の会 衣研究部の方々
- 参加費:1,600円



百年杉を知るためのセミナー 〈睡眠編〉

～隠された日本の財産『百年杉』を暮らしに役立てるために～

2月10日(土) 午後2時～4時

「睡眠負債」という言葉を聞いたことがありますか?睡眠不足が少しずつ積み重なって起こる睡眠負債は病気のリスクを高め、日々の生活の質も下げてしまうといわれています。今回は、百年杉のもつパワーとよりよい睡眠の関係についてお話を伺います。【定員12名】

- 場 所:生活クラブ生協本部
(JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)
- 講 師:加藤政実さん(百年杉の加藤木材代表)
- 参加費:1,200円



当日は百年杉の小物グッズの販売あり!

便利なポシェット作り

1月13日(土) 午後1時30分～4時

旅行やお出かけの時に、身の回りの物を入れるポシェットがあれば、あわててさがしものをしたりせずに済みます。用意した材料(キット)を使って簡単にできる便利なポシェットを作ります。【定員15名】

- 場 所:生活クラブ生協本部
(JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)
- 講 師:ワーカーズ・コレクティブ 紬
(志木市でミンカフェを営む)
- 参加費:2,300円 ※材料キット代をふくむ
- 持ち物:ものさし、チャコ、縫い針、まち針、はさみ



インナーマッスルを鍛えて 姿勢美人 やさしいピラティス



1月15日(月) 午前10時30分～12時30分

ピラティスは筋力トレーニングとストレッチを組み合わせた運動で、胸式呼吸をしながらゆっくりとした動きで体幹を鍛えます。姿勢がよくなり見た目の印象が若返るだけでなく、女性に多い肩こりや腰痛の改善にも効果あり!ですよ。【定員15名】

- 場 所:生活クラブ生協本部 (JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)
- 講 師:富樫 泰子さん(スポーツクラブでの指導の他、さいたま市・川口市主催の講座で、「ピラティス」「ヨガ」「親子ヨガ」などの講座を多数受け持つ。幅広い世代にエクササイズの楽しさを知ってほしいという思いで日々活動している)
- 参加費:1,500円
- 持ち物:ヨガマットまたはバスタオル・飲み物 動きやすい服装でご参加ください。

- 2月27日(火) 老い支度シリーズセミナー「元気うちに成年後見制度を知っておく」
- 3月1日(木) お江戸オノポリツアー「向島」
- 3月7日(水) 足もみの講座
- 3月12日(月) おうちでできる韓国料理「ザプチェとチヂミ」

大人の学校のホームページでは、これから開催する講座の内容や過去の講座の様子を掲載していますので、ぜひご覧ください♪



格差社会を終わらせよう

11月10日 藤田孝典さん講演会
「格差と貧困をなくそう」
を開催しました。



今回の講演会は生活クラブとの共催で、所沢市民文化センターミューズで開催しました。講師の藤田さんは、学生時代から生活困窮者の支援に関わり、世代を超えた貧困や格差の問題に取り組んでこられました。データに基づきわかりやすかった、貧困の意味がよくわかったという声が多く寄せられました。(以下アンケートより抜粋)

- ・1人より2人、3人の世帯のほうが助け合って豊かに暮らせることがわかった。
- ・自分自身が解決に向けて何かしら動いていくことが必要だと感じた。
- ・女性の賃金、雇用の保障、子どもの費用支給など格差社会を考える良い機会となった。
- ・「母子家庭の貧困率」等、世界の他国との比較により、日本の位置づけがよくわかった。

日本では生活の苦しさが増し、生活保護世帯が増えています。平成27年の生活困窮者自立支援制度の導入による「公助」の拡がりも期待される一方で、生活保護費切り下げの動きもあります。地域の課題を自分の問題として受け止め、藤田さんからのメッセージでできることから行動していただきたい」を実践していきましよう。

被災地を忘れない！

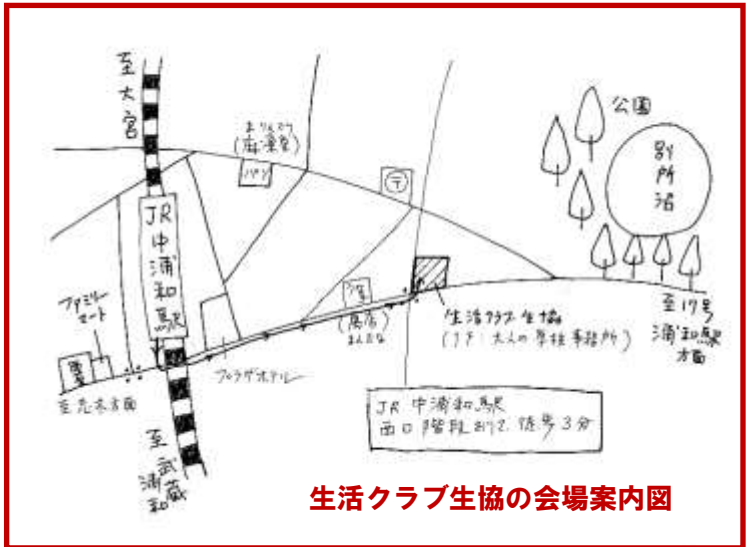
1冊の本がつなぐ応援の輪

大人の学校は、被災地を応援しています。岩手県陸前高田市立図書館の本を充実させるための寄付を継続して行っています。被災地を忘れず、つながり続けるための取り組みとして継続しています。



賛同いただける方は、生活クラブ本部1階談話室内の大人の学校事務所まで本をお持ち下さい。

取扱いできないもの…ISBN のない本、百科事典、個人出版本、マンガ、一般雑誌など。
古いものや汚れているものもNGです。
よろしくおねがいします。



生活クラブ生協の会場案内図

◆大人の学校スタッフのつぶやき◆

まだわたしが20代でイタリアンの食堂でバイトをしていたころの話。シェフのパートナーの奥さんがしみじみと「いーはとーぶちゃん、女三界に家なして言葉を知ってる？いまは分らないかもしれないけれど、ほんとにそうだなーって私は思うのよ」とすこしばしそうつぶやいたことがあった。

現在87歳の母が同居中のせいか、最近この言葉が呪文のようにふつふつと湧きあがってくる。どこにも落ち着ける場所がない…か。でも考えてみれば男でも女でも関係なく、人生は安住の地がないのではないかと野生の動物のように、とも思ったりする。(まだまだ自分は若いと思っているのかもしれない)

さて、新しい年もよろしくおねがいします。(いーはとーぶ)

お問い合わせ先

NPO 法人 大人の学校

336-0021 さいたま市南区别所 5-1-11

電話/ファックス 048-866-9466

メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp

お電話の場合は平日の10時～16時、それ以外の日時や不在の場合は留守電にご用件を録音してください。折り返しご連絡いたします。

<http://www.otonanogakkou.org/>