

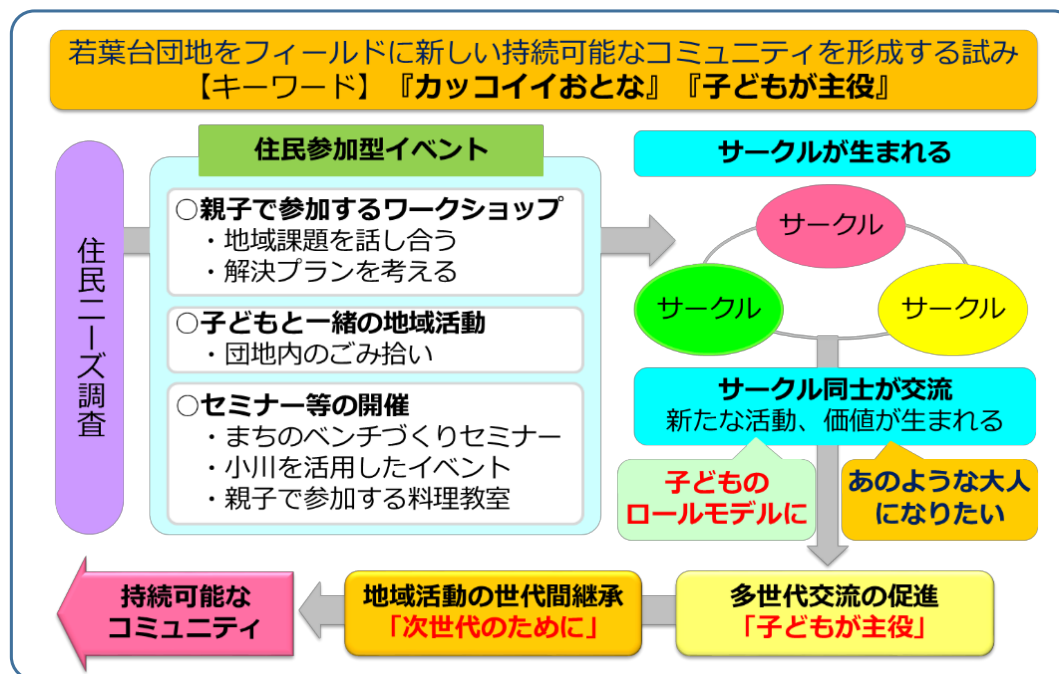
# 第一部会 「カッコイイおとなプロジェクト」 2019年度活動報告

かながわ人生100年時代ネットワーク会議  
第一部会 「カッコイイおとなプロジェクト」

# 「子どもを主役にするカッコイイおとな」プロジェクト

地域のために一生懸命になっている姿を子どもに見せる  
子どものために一肌脱ぐ ⇨ 地域の持続可能性を高める

プロジェクトのイメージ図



⇨NPO法人若葉台スポーツ・文化クラブとの連携

# **「実装」に向けた取り組みの実施**

# 1. 進捗状況

## 第1回プロジェクト会議

2019年5月10日

- \* 若葉台団地の概況を理解した上で、各メンバーから何ができるのかを提案
- \* イベントを中心に、住民への訴求を図る
- \* プロジェクトとしての枠をはめるのではなく、情報を共有しつつ  
各メンバーがNPO若葉台スポーツ・文化クラブと連携して実施する

## 第2回プロジェクト会議

2019年6月25日

- \* NPO若葉台スポーツ・文化クラブが実施している「夏休み子ども広場」に  
メンバーが参加。イベントやプログラムを提供
- \* 継続性を考慮したプログラムを編成すること
- \* 主観的な幸福感が大切

### **第3回プロジェクト会議**

**2019年8月27日**

- \* 6月20日実施の「ボランティア研修」、8月5日実施の「夏休み子ども広場」、9月15日実施予定の「若葉台健康フェスタ」について報告**
- \* イベント中心に住民への訴求を図ったが、今後は継続性を重視したい**
- \* それぞれのメンバーが得意分野を活かす形でコミュニティと関わるあり方が見えた**

## 2. それぞれの取り組み

### (1) ボランティア研修 2019年6月20日

## NPO法人横浜移動サービス協議会による 障がい者の外出付き添いをするボランティア 「講習」と「実習」

主催：認定NPO法人横浜移動サービス協議会

ご協力：かながわ人生100歳時代ネットワーク  
認定NPO法人若葉台

### 障がい児・者の外出付添 ボランティア研修

参加費  
無料

障がい[肢体、視覚]の方の外出付添をするボランティアの研修です。  
“講習”（座学）（障がいの知識や関わり方）と“実習”（障がい疑似体験＋バリア探検）をセットにした研修です。

#### 内容

第1部 講習編（講師：横浜移動サービス協議会）（15-16時）

1. 身体障がい（肢体、視覚）の理解と関わり方、支援の仕方
2. 車いすの使用の基本と視覚障がい者の誘導方法（ともに当事者側、介助側の両方）

第2部 実習編（ガイド：横浜移動サービス協議会）（16-17時）

#### 疑似体験とバリア探検



講習会場を出て、障がい疑似体験をしつつショッピングタウンわかばに移動します。そして通りとお店の入口の様子をバリア探検します。（車いすに乗る／押す、白杖を使う／導く4役）。

（注）バリア＝障がい者が行動で困難や不都合を感じる場所。解消された状態をバリアフリーと言います。

日時 2019年6月20日（木）15:00～17:00 受付開始：14:45

場所 講習場所：若葉台地域交流拠点「ひまわり」

対象者 研修対象者は若葉台団地にお住まいの方で、申込み先着12名です。

持ち物 筆記用具 天候対応：小雨実施

問い合わせ、申込み：電話、FAX、e-mailで

Tei 045-212-2863 Fax 045-212-2864

e-mail guide@yokohama-ido.jp

かながわボランティア活動推進基金21

認定NPO法人横浜移動サービス協議会  
横浜市中区真砂町3-33 セルテ11階

FAX用

氏名	ご年齢	電話番号	FAX番号またはメールアドレス

- \* 19人が参加
- \* 「信頼関係が大切」との声
- \* 子どもにとっては、コミュニケーションの重要性を理解し、  
またどんな街が住みやすいかを考えるきっかけに
- \* 今後も、子どもを対象としたプログラムを考えたい



## (2)夏休み子どもの広場

- \* 若葉台スポーツ・文化クラブが実施
- \* スポーツを選ばなかった子どもが受講することに
- \* その他、プログラム単体としても募集

- \* NTTドコモ  
プログラミング講座
- \* 星槎大学  
親子で工作教室
- \* 保健福祉大学  
食べ方マイスターになろう

### 夏休み子どもの広場

#### 参加者のしおり



- ① 2019年8月5日～9日(月～金)
- ② 2019年8月19日～23日(月～金)

#### 長いようであつという間に過ぎて行く夏休み！

朝は学校の宿題や勉強をして、そのあとはみんなでわいわいガヤガヤ、色々なニューススポーツを体験し、文化的な体験・社会体験をします。お昼を食べて、午後は図書館で本をよんだり遊んだり自由行動

主催：NPO 法人若葉台、若葉台スポーツ・文化クラブ  
協力：学習ボランティア・中高生ボランティアのみなさん  
青少年指導員・スポーツ推進委員のみなさん

このしおりを良く読んで準備をして、元気でお越しください。

住所：\_\_\_\_\_

氏名：\_\_\_\_\_様

次ページに参加日と、参加できるイベント(講座など)を記してあります

#### 夏休み子どもの広場スケジュール

下記のスケジュールで実施予定です。前半 8/5(月)～8/9(金)、後半 8/19(月)～8/23(金)

時間	プログラム	場所	内 容
～8:00	参加者は受付を済ませて下さい	ふれあい にし	笑顔と元気をご持参ください。名札を付けてね！
8:00	朝のあいさつ	ふれあい にし	「おはようございます」挨拶、スタッフ紹介
8:00～ 10:00	勉強の時間	ふれあい にし	涼しい部屋で夏休みの宿題や苦手な勉強などを 行ないます。わからない所は高校生・大学生・一般の先 生が教えて下さいます。
10:00 ～ 12:00	スポーツの時間(月) ストラックライン、3ショット 輪投げなど、 <b>理科の授業</b>	8/5、19 体育館	輪投げで100点取るのは難しい。ストラックラインは難しい シャッフルボード・ラザーゲッターはおなじみです。 <b>STEMをテーマにしたプログラミングロボットの教室もあります</b>
	スポーツの時間(火) ボルダリング、ポッチャ <b>工作の時間</b>	8/6、20 体育館	ボルダリングは「初めて」の人がほとんどだね。 (2020 東京オリンピックの競技にありま) <b>身近な材料を使った工作教室もあります。</b>
	スポーツの時間(水) ボール投げ、ドッジボール	8/7、21 体育館	やわらかいボールを上手く投げられるかな！上手く取れ るかな！ 後半はドッジボールもやります。
	スポーツの時間 (木)クラフトゴルフ <b>電子顕微鏡で観察</b>	8/8、22 校庭 理科室	校庭でグラウンドゴルフを楽しみます。パークです。 ホールインワンも出るかな！ <b>スポーツが苦手な人は理科 室にて電子顕微鏡でミクロの世界を観察します。</b>
8日・22日 (木)10:00 ～12:00	3Dプリンターを 見る <b>科学の時間</b>	理科室	300倍の拡大顕微鏡で見られる日を作りしましたので、 <b>ミ クロの世界を観察して下さい。</b>
12:00～ 13:00	昼食 昼休み	ふれあい にし	持ってきた弁当を食べる。食堂でカレーライス(250円)や 牛玉井、中華丼(300円)などを食べる。
13:00～ 16:00	自由時間	図書館 大貫谷プ ール PC室	図書館で本を読む。本を借りてふれあいしで読 む。大貫谷プールへ行って泳いでも良いです。 また構内で友達と遊んでも良いです。パソコン室 でスライド映写もやります。(15:00迄の日有り)
16:00	解散	ふれあい にし	みなさんさようなら、またあした！

\*途中で帰宅する人は「ふれあいし」で必ず報告して帰宅して下さい。

若葉台スポーツ・文化クラブ



## (2-1) プログラミング教室 (NTTドコモ)

\* 2時間のプログラム

\* embotを用いたプログラミング教室

\* 親子で募集したが、親は補助役

embotでキッズプログラマーへの  
第一歩を踏み出そう!

キッズプログラマーズ  
スターターキット! embot

ダンボール と 電子回路 で つくる  
プログラミングで  
うごかすロボット!

**embot** とは?

小学生向けの  
プログラミング教育ロボット

ダンボールでオリジナルの  
ロボットをデザインできる!

タブレットでプログラムをして  
ロボットを操作できる!

**embot** が選ばれる 3 のメリット

お子さま	ご両親	先生
自分で作った ロボットを動かすことで プログラミングの仕組み が実感しやすい	ダンボールで ロボットを作ること で求めやすい 価格を実現	プログラミングの 経験がなくても 理解いただきやすい 授業マニュアルを準備

ドコモ法人窓口・専用ECサイトで販売中

<販売価格> 4,800円/台(税抜)  
<対象年齢> 小学3年生～6年生程度

embot  
公式サイト

小学校の授業で扱うサポートツールも発売開始!

embot キッズプログラマーのスターターキット  
embotの主な特徴と楽しみ方をご紹介します

お手頃価格で  
誰でも気軽に始める

実践的なプログラミング  
基礎が身につく

タブレットで直感的な  
プログラミング

ダンボールで簡単に  
ロボット工作

プログラミングを  
身近に感じるロボット

自分だけのオリジナルに  
デザイン

小学校でのembot体験授業や先生向けの研修会を  
全国で実施して好評いただいています。

体験授業

先生向けの研修会

◎詳しくはドコモ法人営業担当者にお問い合わせください。  
※掲載されている内容・サービスなどは、予告なしに変更する場合があります。

- \*子どもたちが楽しんだ
- \*上級生が下級生を手取り足取り指導
- \*プログラミングと工作が合体
- \*自宅で続けることとプログラムの継続性が課題

今年はかながわ人生100歳時代ネットワーク、第一部会「カッコイイおとなプロジェクト」で、子ども広場の中で、月曜日にはNTTドコモさんの「embotプログラミングロボット教室」を開催



熱心に取り組む子ども



1年生には手取り足取りの指導を



僕たちは自分でできるよ



後半は音楽室で組み立て



## (2-2) 身近な材料を使った工作教室 (星槎大学)

- \* 8月6日と20日に開催 19名、14名の参加
- \* 身近にあるものをつかった工作
- \* 6日：面白メガネ、画用紙で帽子、紙人形
- \* 20日：ピンボールのゲーム盤
- \* エアコンが効かない中、熱中症の心配
- \* 2時間楽しんだ
- \* 一人ひとりが工夫して、思い思いの作品をつくりあげることができた
- \* 今後は親子参加のプログラムも考えたい





火曜日には星槎大学さんの「身近な材料を使った工作教室」を開催いただきました



前半の帽子とパンダです



僕が作った帽子・笛・パンダ・メガネです



後半は木材（板切れ）段ボールを加工してゲーム機を作成



工作作業風景



## **(2-3) 食べ方マイスターになろう (保健福祉大学)**

- \* 子どもたちが成長の過程で健康の維持と向上に関心を持つこと  
食の自己管理ができるようになることのきっかけづくり**
- \* 食事バランスガイドを用いて、どれくらい食べたら良いのかを学ぶ**
- \* 8月9日、23日に実施 9日13人、23日7人**

### **講座の流れ**

- ① 食事バランスガイドの内容を学ぶ。
- ② 給食を教材に、主食、主菜、副菜の分類を理解する。
- ③ 自分に合った食事の内容と量を知る。
- ④ グループに分かれて、一日の理想的な食事メニューを作ってみる。
- ⑤ ④の発表を行う。
- ⑥ 振り返りシートで、今の自分の食事と比べる。目標とすることを決める。

## 参加者が考えた「食べ方マイスターになるための'めあて」

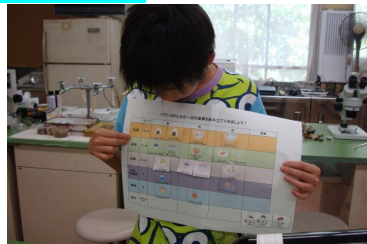
- バランスよくしたい（4年・女）
- おかしばかり食べず、やさいやたんぱくしつをたくさんとる。（4年・女）
- それぞれちょうどよくたべる。（4年・女）
- 炭水化物やてんかぶつをへらして、たんぱくしつをたす。（2年・女）
- きらいな野菜をへらす。（5年・男）
- 早めにおきてくだものをたべる。（4年・女）
- 自分で食べる量を考えて、増やしたりする。（4年・女）
- もっとたべたい。（1年・女）
- 主食、くだもの、にゆうせいひんをふやす。（3年・女）
- 学校では（給食）をへらすから、ちょうどよい食事をできるようにがんばる。（3年・女）
- 野菜をふやす。（3年・男、4年・男）
- 副菜をもう少し食べるようにする。（4年・男）
- 赤（主菜）、黄色（主食）、みどり（副菜）を朝昼夜いつもたべる。（3年・男）

\* 意欲的な子どもが多かった  
\* 主食・主菜・副菜のバランスまで考える子どもがいた

金曜日には保健福祉大学さんが「食育講座（食べ方マイスター）」を開催いただきました。



食育講座風景（理科室）



バランスの取れた1日の食事表を作成



私たちのグループはこんな感じです



こちらのグループはすっきりです





### (3) 若葉台健康フェスタ (昭和大学)

\* 健康チェックだけでなく、健康増進に役立つものを

\* 大人向けと子ども向けのプログラム

\* プロの指導。学生も計測に関わる

昭和大学主催/ 神奈川大学・NPO法人若葉台・若葉台スポーツ文化クラブ共催

## 第1回若葉台健康フェスタ

この健康フェスタは、子供から大人までの健康増進を目的として昭和大学が企画運営を行い、神奈川大学及(NPO)法人若葉台・若葉台スポーツ文化クラブとの共催で開催します。多くの方のご参加をお待ちしています。

**参加費 無料**

**<午前の部> 大人向け講座と健康チェック**  
 2019年 9月15日 (日曜日) 9時00分受付開始  
 場所: 若葉台地区センター体育館

**第1部: 健康講座 9:30~10:30**

**腰・膝の痛みを和らげる運動の極意**  
 昭和大学保健医療学部理学療法学科  
 (理学療法士) 講師 須山 隆介 先生

**足腰を鍛えるためにも食事が大事**  
 昭和大学保健医療学部看護学科  
 (看護師・管理栄養士) 准教授 安部 聡子 先生

**第2部: 健康・体力測定 10:30~12:30**

【健康・体力チェック項目】呼吸機能・血圧・体組成(筋肉量・体脂肪量他)・握力・骨密度・認知度測定・食事調査・フレイルチェック他(動きやすい服装・室内履きが必要です)  
 ・健康チェックは、ご自身の体の状態を知るためのものであり、病気の診断をするものではありません。また、結果は、個人が特定されない形で今後の健康増進研究のための資料とさせていただきます。

**申し込み期間: 8月1日より開始**  
**定員になり次第締め切らせていただきます。**  
 受付時間 平日10:00~16:00  
 若葉台スポーツ文化クラブTEL: 045-921-0404

**<午後の部> 親子 (小学生とその親) で参加**

- 投げ方教室 (元プロ野球選手による実演有)
- 親子体力測定・理学療法士による姿勢チェック

**参加費 無料**

2019年 9月15日 (日曜日) 12時30分受付開始  
 場所: 若葉台地区センター体育館

**第3部: 健康講座 13:00~14:00** **元プロ野球選手 実演あり!**

**投げ方教室**  
 ~親子でキャッチボールをしよう~  
 ★身体の使い方、投げるコツ、親子でキャッチボール  
 元プロ野球選手による投球のお手本  
 神奈川大学 人間科学部  
 准教授 石井 哲次 先生  
 講師 石橋 秀幸 先生

**第4部: 体力測定 14:00~15:30**

**姿勢を直してパフォーマンスを上げる**  
 ★理学療法士による姿勢チェック  
 昭和大学保健医療学部理学療法学科  
 (理学療法士) 講師 加茂野 有徳 先生

【体力測定項目】親子 (小学生と親) で参加・室内ばき持参  
 筋力測定 (下肢筋力・握力)、柔軟性測定 (肘、足首)  
 敏しょう性測定 (反応機敏性)、バランス測定 (片足立ち)  
 理学療法士による姿勢チェック他  
 ・結果は、個人が特定されない形で今後の健康増進研究のための資料とさせていただきます。

**午前 (第1部・第2部) 大人向け健康講座と健康・体力チェック**  
**午後 (第3部・第4部) 親子のスポーツ講座・体力チェック**

**申し込み期間: 8月1日より開始**

- ・ 定員になり次第、締め切らせていただきます。
- ・ 定員: 午前・午後とも50名 (午後は親子25組)

受付時間: 平日10:00~16:00  
 若葉台スポーツ文化クラブTEL: 045-921-0404





- \* 神奈川県「未病」にもつながる**
- \* 若葉台の住民の健康につながるように活用したい**
- \* 小規模の講座を継続的に開くなど今後の展開につなげたい**
- \* 住民の間に、フレイルチェック隊などを組織できると良い**
- \* 子どもも含めた、住民の健康を増進するような人材育成の仕組みが欲しい**

### 3. 今後の展開

- \* 基本的な形は作ることができたのではないか
  - ⇒ 参加メンバーが地元の住民組織と連携しつつ、
  - できることをできるように行うことを基本として、
  - 基本的な理念と情報の共有を基盤に、
  - あとは個別に事業を行う
  - ⇒ ある意味で「この指止まれ」方式
  
- \* より柔軟に事業を展開するためにも、
- この方式は一つのモデルになるのではないか

- \* イベント中心で、子どもや住民に訴求することを第一に考えたため、継続実施の面で、課題が残る**
  - \* 主宰者が基本的に第一部会メンバーという部外者であるため、これを住民自身による取り組みへと組み換えることが求められる**
  - \* これは継続性という観点からも必要なこと**
- 
- \* 「子どもを主役にする」カッコイイおとなになるために、子どもを主役にするような参加の形を考える必要がある**
  - \* イベント中心主義ではなく、連続講座に子どもを巻き込み、かつそれを日常の活動へと組み換えるような取り組みが求められる**

- \* 事務局の担い手、いわゆる第二世代の参加による活動の活性化も課題**
- \* 高齢者と子どもという結びつきを基本としつつ、地域社会で活発に動くことで人々を惹きつける魅力を発信することが期待される**

**\* 今後は、それぞれのアクターが個別に  
継続的な事業を展開することが基本となる**