



「ありがとう」「どういたしまして」まなびバンク

富士見市市民人材バンク推進員の会

問い合わせ 富士見市教育委員会生涯学習課
電 話 049-252-7138

2026 年 No.77



令和 8 年度

富士見市市民人材バンク推進員の会総会を開催しました

登録者の皆さまには日頃から市民の方々の生涯学習のためにお力添えをいただきありがとうございます。

令和 8 年度推進員の会の総会が 5 月 13 日に開催され、前年度事業報告及び今年度事業計画等が承認されました。7 年度の利用件数は、6 年度に対し 31 件増え 292 件、また登録者数は 14 名増え 245 名になりました。利用者アンケートによる評価では“とても良かった”が 92%、残る 8%も“良かった”と極めて高い評価を得ています。こうした高い評価は「まなびバンク」の認知度向上、生涯学習の基盤強化に繋がるもので、皆様の優れた技能、知見、そしてご努力の賜と感謝いた

します。

今年度も推進員の会では、(1) 利用者の方々へのアピール力が高まるような写真付きの登録者紹介カードを HP に掲載することで、需要を掘り起こし、利用者層の拡大も図ります。(2) 公民館等、公共施設との連携を強化させます。(3) 前回、登録者交流会を契機に、登録間もない複数の登録者がモデル事業に取組むという成果が生まれました。皆さまとのコミュニケーションを深めるため交流会運営を更に工夫します。

発足 23 年、皆さまのお陰で「まなびバンク」は着実に成長し、市民主体の生涯学習活動は全国的にも高い水準にあります。佐々木前会長は

じめ諸先輩に敷いて頂いたレールを更に延伸出来るよう、推進員全員が一生懸命取り組みます。幸い、今年度は事務局にフレッシュなニューフェイスも加わり、益々パワーアップです。皆さまと力を合わせ、まなび合い、支え合う街、富士見市の実現を目指し前進したいと思います。

(記・まなびバンク推進員の会
会長 中澤 佳珠代)



認知症予防ゲームをおこないました (羽沢1丁目町会)



4月17日に、羽沢1丁目集会所にて、認知症予防ゲームとして、ナインブレイクのご案内をおこないました。

対戦を通じて互いにアドバイスしたり、戦略を語り合ったりすることで楽しい時間を共有し絆を強める事ができるゲームは脳内への血流を促進する事で広く知られています。

脳は難しい計算や複雑な計算は敬遠し、簡単な計

記・登録者 No.405 赤池 眞純さん

算や単純な暗算は反射的に計算する習性（思考スイッチが瞬時に入る）があるとされ、血流が否応なしにスムーズに流れ出すとされています。この習性を活用したのが「ひとけた暗算ゲーム」です。

「算数教科書にも採用されたこの“数字ゲーム”はルールが簡単で園児から高齢者まで楽しく遊ぶ事ができます。」と御案内しても、どの地域の高齢者の皆様も最初は消極的で中々積極的にならないのが共通した反応です。しかし、ゲーム対戦を始めると“負けず魂”に火が着くようで極端に積極的になり夢中になるのが通例です。

羽沢一丁目サロンの皆様も最初は同じような反応を示していましたが次第にゲームルールを覚えようとする必死さに感銘いたしました。早く6枰盤に挑戦出来る事を期待しています。

怒りのコントロールの仕方をお伝えしました (コミュニティ大学)

記・登録者 No.387 宮田 久美子さん

から嬉しく感じております。

最後に、今後の取り組みについて未来志向でのご質問をいただきましたが、その疑問を抱かれた瞬間こそAMの第一歩であり、深くご理解いただけたことを心

いりました。

当日はご参加いただいた101名の大半の方がAMに初めて触れるという状況でしたが、「AMは怒らなくなるためのものではない」という事や具体的な内容をお伝えする中で、皆様が熱心にメモを取り笑顔で共感し合うなど、怒りについて学ぼうとされる高い熱意が伝わってまいりました。

コミュニティ大学様のご依頼で「アンガーマネジメント（AM）」における怒りのコントロールの仕方の講師を務めました。



モデル事業

カルトナージュで粘着クリーナーケースづくり講座

記・登録者No.237 小川 光枝さん

6月17日にカルトナージュで粘着クリーナーケースづくり講座を開催させていただきました。

粘着クリーナーケースに布やブレードそしてタッセル等を装飾して仕上げる事により自分好みの粘着クリーナーケースに仕上げます。

限られた時間内の為、準備をどのように進めてよいのか迷いましたが、布はカットをし、ブレード等も寸法を決めて講座に臨みました。

皆さん好みの布等を選び、短時間にも関わらずステキな粘着クリーナーケースが出来上がったのではと自負しております。大勢の方に参加していただきました。講座に参加された皆様に満足していただけたら幸いです。



めんの秘密を学ぼう！手作り冷やしラーメン教室

記・登録者No.151 押田 一さん

自分でラーメンを作り始めて 15 年くらいになりますが、今回は初めてのラーメン教室でした。3 週間位前に推進員の会でリハーサルを行いましたので、比較的スムーズに作ることができたのではないかと思います。

11 人で 2 台のパスタマシンを使いましたが、1 台 5 ～ 6 人で作りましたので、少し時間がかかりすぎたのが次の課題です。

早く終わった人は、トマトやキュウリを切るお手伝いをしてくれました。それはよかったのではないのでしょうか。また、ラーメンを食べて、ほぼ全員にとっても美味しかったと言っていたので、今回のラーメン作りは大成功だと思います。

また、推進員の会会長中澤さんのラーメン講座でラーメンの麺は、かん水を入れることで黄色くなることを学びました。推進員の会の皆様、ご協力本当にありがとうございました。



登録者の活動

私たちの音楽活動の集大成

記・登録者 No.480

マンドリン Duo 板チョコさん

2026年8月7日、立秋とは名ばかりの猛暑の中、富士見市のデイサービス「サバントDS」様に招かれてボランティア演奏に出かけました。ありがたい事に今年5月に続き2度目のご依頼です。

前半は聞いていただき、後半は歌中心の昭和歌謡ショーの流れで、当日は「夏の旅」をテーマにプログラムを組みました。

ラ・クンパルシータは前回のリクエスト曲なのでもちろん加えました。アンコール曲の愛燦燦では利用者様全員で歌ってくれました。人生って嬉しいものですね♪思わず涙腺が緩み、あつという間の1時間。

高校時代に関わったマンドリンとギターを抱えボランティア活動を始めて1年が経ちました。弾きたいし聴いてほしい！私達の音楽活動の集大成となりそうです。



展示コーナー

■新河岸川の舟運

No.46-⑤富士見市資料館
友の会 ふるさと探訪部会



■ラーメンの作り方

No.151 押田 一さん



推進員のつづやき

熊本地震の被災地の皆様にお見舞い申し上げます。今回の地震を受けて被災地を応援しようとする熊本県産ショップは連日行列だそうです。日本の底力を感じる話です。災害は日ごろからの備えが重要です。数日分の水・食料備蓄を用意したり、家族で災害時の連絡方法を共有したりといった備えが重要です。市民の意識を高める際には、登録者の皆様のお力も必要になってくるのだと思います。その際にはぜひご助力をよろしくお願いいたします。

(記・まなびバンク推進員 伊勢田幸正)

新規登録者

	なまえ	指導・協力内容	指導料	実費
個人	伊藤 諒	主体性を育むコーチングとコミュニケーションを学ぶ講座です。心理的安全性のある関係作り、伝え方・受け取り方の基本、会議を前に進める関わり方などを、認知科学の知見を用いて学びを深めます。	有 (応相談) 1人 1000円 最低4人～	有 (交通費)
個人	竹中 ちさと	イベント協力	無	無
個人	亀井 威則	終活・遺言書・相続税の基本について	無	有 (資料代)
団体	盆踊りサークル【笑顔満開】	盆踊りを通した健康体操・盆踊り指導	無	有 (施設料は依頼者負担)
団体	スクエアステップふじみ	楽しみながら介護予防 ～転倒予防・認知機能向上を目指す新しいエクササイズ～	無	有 (交通費・資料代)