日野市多摩平にある公益財団法人の社会教育施設
ひの社会教育センター広報紙

人が好き 笑顔 がステキな街が好き

スマイルタウン

2021
11・12
月
第316号

ひの社会教育センターは、市民のみなさまの“やりたい”を実現し、「豊かなくらし」を応援する施設として、1969年に日野市と㈶社会教育協会が協定書に基づいて設立しました。
今月もセンターで生きがいづくりをされる沢山の市民の方々の活動をお伝えします。

おとな講座「カンフーで体幹フィットネス」

いつからでも始められる、
いつまでも元気なからだづくり

●シリーズ　「SDGsを自分ゴトにしてみた！」④
●表紙の講師は…「カンフーで体幹フィットネス」講師・杉山めぐみ　先生
●２０２１年度 ３つの“まなび”
●センターからのご案内　賛助会・寄付お礼

日野市と(公財)社会教育協会が共同で運営する ひの社会教育センター

SDGｓを自分ゴトにしてみた！

2030年に向けた国際コンセンサス「SDGs」。センターのある日野市もSDGs未来都市に指定され、様々な所で17個の目標ロゴマークを目にするようになってきました。SDGsの目標はどれもシンプルでとても大切そう。しかし、この目標を達成するには自分たちに何ができるのでしょうか。

今年度はひの社会教育センターの職員がそれぞれ関心のあるテーマを取り上げ、「自分ゴト」としてとらえ、その分野の実践家や専門家と対談しながらSDGsの取り扱い方について考えていきます。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

シリーズ「SDGsを自分ゴトにしてみた！」④

12 つくる責任 つかう責任

「人や自然に負担をかけず、質が高くて多くのものが得られる生産と消費のあり方を追求する」を目標に掲げ、中でも大きな課題とされているのが「食品ロス」です。日本は統計で年間6百万トンの食品を廃棄し、この数は世界が途上国に援助している食べ物の1．6倍にもなります。

今回は、この「食品ロスを減らす」目標に取り組む京都市動物園の、京都市文化市民局動物園総務課企画調整係長・長尾充徳（ながおみつのり）さんと、種の保存展示課のゴリラ飼育担当、安井早紀（やすいさき）さんにお話を伺いました。同動物園では、市内の企業や商店、生産者から動物の餌となる食べ物の寄付を受け、大きなムーブメントとなりました。

インタビュアーは、小学校での栄養教諭としての勤務経験もある、ひの社会教育センタースタッフ、兵頭有香（ひょうどうゆか）です。

メディアに取り上げられたことが、広まるきっかけに

兵頭：動物園での取り組みはどのように始まったのですか？

長尾：2020年2月に「命輝く京都市動物園構想2020～いのちをつなぎ，いのちが輝く動物園となるために～」を策定しており、SDGsの目標達成に向けて取り組んでいくことも施策の一つとしていた中、新型コロナウィルス感染拡大の影響で、市の財政ひっ迫を受け、運営費を見直し、削減の検討を始めました。その一つの方法として、これまで手を付けていなかった食べ物の寄付を受けることにしました。

安井：最初は、園内の木を剪定している造園業者から剪定枝の寄付があり、草食のゴリラ、ゾウ、キリンやサルの仲間に与えると新鮮なことが良かったのかよく食べました。

京都市内の多くの方が購読している「京都新聞」に掲載されたことで一気に寄付の輪が広まり、他の企業などにも広がっていきました。

兵頭：今までどのようなものが寄付で届きましたか？特に動物たちが喜んだものはありますか？

安井：定期的に決まった曜日にいただけるのは近所のお漬物屋さんから野菜端材、市内の学校給食製造会社の野菜端材、先日は調理師専門学校から桂剥きを練習したもので、生の大根がたくさん届きました。

新鮮な剪定枝は、普段の餌で用意できない種類もあり助かりますし、有名なコールドプレスジュースのお店からは、ジュースの搾りかすが冷凍で届き、暑い日にデザートとして喜んで食べていました。ゴリラには与えていませんが、お豆腐屋さんから毎日、おからもいただいています。

兵頭：動物園が餌として準備するものと、寄付でもらったものの割合はどの程度ですか？

安井：ゴリラでは寄付が1日に与える野菜類の半分以上を占めるときもありますし、他の種ではほとんどが寄付の餌で賄えるときもあります。普段のプラスであげることが増えたので、寄付をもらう前と比べるとバリエーションが増えています。

兵頭：逆に手間になってしまうなんてこともありますか？

安井：大きな動物だと、野菜の皮等では細かすぎて食べてくれないこともあります。動物が好んで食べないものや、生ものは傷んでしまうことも。

でも、季節ならではの物をいただくこともあるので、先日は実がついたままの柿の枝がたくさん届き、ゴリラやサルが「柿食べ放題パーティー」でした（笑）

「冷たくておいしい!!」
ジュースの搾りかす

↑安井さんと、ゴリラのゲンキとキンタロウ

珍しいものが入ることもあって、香草のフェンネルがきたときは、誰も食べたことがなく、海外の動物園での餌のガイドラインを調べることで、学びにもつながっています。

相互に助け合う関係がわかりやすい

安井：以前からゾウ舎にコンポスト（たい肥をつくるシステム）があり、ゾウやシマウマの糞で肥料をつくり地域の農家へ提供することを進めていました。

これは動物園側でも糞尿をゴミとして廃棄するにもお金がかかるため、その予算を削減する取り組みです。

長尾：SDGsにつながるリデュースやリサイクルの取り組みは相互にwin-winであることが基本だと思います。

お互いが助け合っているという点が、とてもよい取り組みにつながります。

造園業者や商店は、枝や食品の廃棄にお金がかかりますが、寄付することで廃棄料が節約になり、さらに動物たちが喜んで食べてくれることがわかると嬉しい、動物園にとっては飼料費の削減につながる、という双方のメリットになります。

また、園は糞を肥料にするという取り組みも廃棄料の削減になり、農家さんも喜んで、地域での繋がりになります。他にも保育所の子どもたちが動物園の肥料を使って育てた野菜を、動物にあげてほしいと持ってきてくれたり、その野菜を動物にあげているところを見に来てくれたりすることもあります。子どもたちにもわかりやすいと思います。

そして園の職員にとっても、今回の取り組みでSDGsを身近に感じるようになりました。

地域での循環を感じ、節約だけではない効果が生まれていると感じる部分です。

また動物園では、餌代の赤字が続いていましたが、今年度はかなりの削減につながり、すでにいい効果が出ています。今後も継続していきたいと考えています。

―京都市動物園の取り組みから、「つかう責任」をうまく表現しているストーリーを教えてもらいました。SDGs 12のコンセプトは、他の項目と比べ、私たちの生活に密接していて、自分ゴトとして意識して取り組みやすい内容ではないでしょうか。消費者としての私たち個人が実行できることは小さなことかもしれませんが、何もしないよりはいい、そして、時にこうした大きな動きとなり、成果を生むこともあると感じます。皆さんの身の周りでできる「何か」は何でしょうか？考えてみるきっかけになったら嬉しいです。

表紙の講師は…

カンフーで体幹フィットネス講座

火曜日（月2回・月4回選択）
11:40～12:50
講師　杉山　めぐみ　先生

プロフィール

講座は5年目に入り、講師歴としてはここが初めての杉山先生。きっかけは、ご自身が体の不調を抱えたとき、「何か始めてみよう！」とセンターの太極拳クラスに入会したことがはじまり。

単発クラスから少しずつ指導経験を重ね、会員さんも共にクラスを盛り上げてくれています。

教室の様子

軽いストレッチからスタート、その後さらに準備体操として、「練功（れんこう）」と呼ばれる、中国のラジオ体操のような運動で体をほぐしていきます。

次は「歩く練習」。これも、ゆっくりゆっくりと重心を移動させながら行い、その動きは太極拳に通じるもの。

↑みなさん、手はまっすぐ伸び、姿勢も美しいです

その後は中国武術の基礎鍛錬と言われる「弾腿（だんたい）」を行います。いわばカンフーの型で、一路から十路まであるので「十路弾腿（じゅうろだんたい）」と呼ばれ、ひとつが2～3種類の技で構成されています。覚えるのはとても大変そうですが、ビシッと決まると格好いいです！

見ていると激しい動きはなく、動作はとにかくゆっくり。体の奥の方の筋肉を動かしているので、インナーマッスルにじわじわと効き、まさに体幹が鍛えられそうです。

先生に聞きました！

「看護師として働いていた30代、不調を抱えたこともありましたが、時間をかけて体と向き合っていけば、なんとかなるということを知っているので、今、辛い思いをしている人がいたら、痛みがあっても大丈夫ですよ！と声を掛けたくなります！」と、ご自身の実体験をもとに、皆さんを元気にしている杉山先生。

「そして会員さんと一緒につくってきたクラスで、たくさん支えてもらって、皆さんのおかげで生き生きしていられます！」と、今ではデイサービスで看護師のお仕事も再開されたそうです。

「カンフー」という言葉のイメージが先行して、どうしても「アチョー！」の世界を思い浮かべる人が多いと思います。でも実際には、アクション映画のような素早く激しい動作ではなく、あくまで「じっくりゆっくり」。慌てなくても大丈夫、じっくりと自身の体と向き合い、いつまでも元気でいられる、体づくりを、ゆっくりと始めてみませんか？

2021年度 3つの“まなび”

世界一しあわせな国のおはなし　お話し会

オンライン講座

講師：**ピーダーセン海老原さやか**（デンマーク在住・公立特別支援学校勤務）

元センターリーダーのえびちゃん。
2000 年に、センターの「高齢者福祉視察の旅」に参加したことがきっかけでデンマークに留学。
その後デンマーク人の夫と結婚し移住。
日本での講演活動などでも活躍中！

５月のはじまりの回、８月の２回目を終え、次回 11/28 は３回目。皆さんから学びたいテーマを聞き、教育関連の興味が多く寄せられたので、３回目は「子どもの学校」をテーマに。そして来年 2/27 の４回目では就学前の「小さな子ども」をテーマに深掘りします。デンマークのユニークな教育制度、「子どもの自立」を育てる仕組みを学びましょう！

学びつづけ、伝えつづける。これは生涯学習・社会教育のテーマでもあります。グループワークを取り入れ、みんなで学ぶお話し会です。

申し込み受付中!!

日時　　１１月２８日(日)　１５：００～１６：３０

３回目テーマ「デンマーク×子どもの学校」

参加費　2,200 円（早割り 1,650 円 先着 20 名限り）

＊今後の講座予定＊
４回目　2022 年　２月２７日（日）
テーマ「デンマーク×小さな子ども」
参加費　2,200 円（早割り 1,650 円　先着 20 名限り）

子どもたちと未来のために、地球を守る “未来へのバトン”サミット 2021

気候変動 # 地球温暖化 # SDGs # 持続可能・維持可能 # 次世代へのバトン　# 子どものためにできること

11/27(土) 10：00-12：00 開催！
未来へのバトンサミット　シンポジウム

今月末に開催される「未来へのバトンサミットシンポジウム」の単発参加チケットを販売開始しました。

オンライン聴講：1,000 円

会場参加聴講　：1,500 円　です。

Web 決済またはひの社会教育センターでチケットをお求めください。みんなで一緒に「持続可能」を考えよう！

シンポジウム
現地参加チケット

オンライン
参加チケット

参加チケットは上記 QR コードから Web 決済でお求めください

後　援

環境省　東京都環境局　日野市

主催：公益財団法人 社会教育協会

自然保育ゼミナール　開講

私たちは50年前から野外教育を始め、その流れの中で2009年より『森のようちえん』事業をスタートさせました。

このゼミナールにはこれまでの活動の中で見えてきた大切なことや、私たちがもっと学びたいこと、学びを深めたいことをギュッと凝縮しました。みなさんもぜひ一緒に学びませんか？

学べるテーマ

＊子どもをみる視点
＊実効性のある事故予防　リスクマネジメント
＊自然保育下での非認知的スキルと運動能力
＊環境を考えた自然保育の取り組み
＊フィールド素材の活かし方

日程

2021 年度を通じ、**全12回**(各月1回ペース)
各テーマに沿った講座を企画しています。

オンライン講座
12/18(土)
「自然の中で得られる子どもたちの運動能力について」
講師：居崎　時江

お申し込みはコチラ⇒

その他講座の詳細・お申し込みは、ひの社会教育センターHP
または　自然保育ゼミナール　で検索を。

新館建設へのご寄付ありがとうございました。芳名板が完成しました！

新館建設への5万円以上のご寄付をいただいた方のお名前を掲示しています。ご芳名は、子ども習字(金)クラスの講師・佐藤白瑛先生に書いていただきました。新館ロビーにぜひお立ち寄りください。

賛助会へのご協力　ありがとうございます

①　個人会員　１口　1,000 円
　鍛代年子 ３口　柿田雅子　120 口
　澤渡夏代 Brandt 10 口
②団体会員　１口　5,000 円
　うどの大木 ２口

★順不同・敬称略

スマイルタウン発行：(公財) 社会教育協会ひの社会教育センター　　発行責任者：館長　入手喬
〒191-0062 東京都日野市多摩平 3-1-13 電話 042-582-3136　FAX 042-581-0647