

◆みんなで育もう！将来を担う子どもたち  
～しあわせ育脳メソッド～  
育脳メソッドと美味しい紅茶の会

林成之先生（脳外科医『勝負脳』の著者）が提唱される「育脳メソッド」を用いて、子どもたちへのメッセージを作成しました。また、フェアトレードの紅茶をいただきながら、茶葉を育て、摘み、美味しい紅茶を届けてくださる遠い国の人々がいることに思いをはせ、私たちが「今」できることを共に考えました。

（フェアトレードの紅茶を頂くことが、スリランカの保育園の衛生面の向上や地場産業の振興のために、寄与しています。）



◆山陰海岸ジオパークにみる地質遺産の  
保全活動と地域活性化  
海外研修KYOのあけぼの会・  
京都商工会議所女性会

「山陰海岸ジオパーク」のDVDを鑑賞し、研修旅行参加者によるパネルディスカッションを行いました。また、「山陰海岸ジオパークの地域活性化のための仕掛け」をテーマに湯村温泉朝野屋 代表取締役 朝野泰昌氏にご講演を頂き、地域おこしのノウハウを学びました。



◆絵本から始めませんか？  
～絵本を通して豊かな心を～  
NPO法人「絵本で子育て」センター

「絵本を通して豊かな子育てを」という考えを基に、年齢・性別を問わず、たくさんの方々と絵本の持つ豊かな魅力を分かち合い、つながっていったらと、絵本の紹介・読み聞かせ会をしました。たくさんの方々と絵本を介してつながりが持て、「絵本の持つ力」を感じていただきました。



◆つながりづくりに活かす キュービック  
カラーセラピー グループワーク  
キュービックカラーセラピー「こころん」

「こころの色」というとらえ方から、キュービック・キットを用いてこころの色を選び、色の説明を行い、人間関係での自分や他者の対応傾向を話し合いました。色をとおして、どういう傾向があるのかに気づき、メンタル面でのストレスチェックや、傾向の自覚に役立てていただきたいと思います。



◆ハポタンを育ててみよう

京都教育大学環境教育実践センター

学生とともに育てた鉢植えのハポタンの丸葉系とちりめん系、切れ葉系の品種を紹介し、紅と白に色づく変色変化の状況を示すとともに、栽培方法も紹介しました。苗の販売も行いました。



◆お弁当をつくって食べよう！

京都配食ボランティアグループ連絡会・男性介護者のつどい『TOMO』

银杏ごはん・サーモンのホイル焼き・梅肉和え・白和え・出し巻き・デザートを全員で作成し、お弁当箱に詰め、食べながら食における男女共同参画・男性の介護体験などをテーブルごとに話し合いました。



◆専業主婦（夫）って？

京都大学男女共同参画を考える会IV

若い世代に広がる専業主婦志向、再燃する専業主婦バッシング、年金問題など、今起きている社会問題を、「専業主婦（夫）」をキーワードに、国際比較も含めた多様な視点で社会的に考察した展示を行いました。私たちの展示では、決して専業主婦を礼賛もバッシングもせず、社会の中に位置づけることを目指しました。



◆第16回「明るい家庭づくり（家庭の日）絵画展」

社団法人京都府青少年育成協会

小学生の眼から見た家庭内での微笑ましいふれあいを絵で表現することによって、子どもたちの健やかな成長にとって家庭の役割の大切さを再認識していただく「明るい家庭づくり（家庭の日）絵画展」の入賞作品を展示しました。



### ◆大学生と考えるワーク・ライフ・バランス

京都文教短期大学・竹之下ゼミ &  
NPO 法人働きたいおんなたちのネットワーク

3グループに分かれ、ワーク・ライフ・バランスをテーマに就職前の大学生とともに、生き方・働き方や暮らし方を見つめ、仕事も家庭も地域も大切にできるライフスタイルについて、学生と参加者でディスカッションを行い、経験交流を図りました。参加者（年長者）との交流で一番多くの学びを得られたと感じました。



### ◆心と身体をリフレッシュやさしいヨガ体験

京都労働者福祉協議会

ヨガのゆっくりした呼吸法と、様々なポーズを行うことで血行を促進し、リフレッシュとリラックスを目的とした◎簡単ヨガ◎姿勢改善ヨガ◎パワーヨガの教室をそれぞれ30分間行いました。



### ◆地域・ひと・元気づくりに太鼓で参加

～太鼓体験教室～  
京都労働者福祉協議会

日本文化のひとつである和太鼓にふれ、心身ともに元気の大切さを実感していただこうと、30分間の教室を3回行いました。小さい子どもさんからご年配のご夫婦まで、幅広い年齢層の方々に参加していただきました。



### ◆健康ウォーキング講習会

～脱！メタボリック宣言～  
京都労働者福祉協議会

テルサホールにて、健康の基本である、歩くことの大切さを解説し、参加者の皆様に効果的な「歩き方」を体得していただくよう、ウォーキング実技指導を行いました。指導後の歩き方が目に見えるほど変化し、皆様に喜んでいただきました。



◆東日本大震災写真展とメッセージカード作り

NPO法人子どもの村を設立する会

東日本大震災被災地で力強く歩く子どもたちの様子等の写真展と、～私たちが今できること～ 自分へのメッセージを遊書家 笠原立彦さんに色紙にいただきました。



◆幸せ家族？DV？話し合しましょう！

社会環境浄化京都ネットワーク・  
京都府更生保護女性連盟

両団体から活動の概要やDVとの関連について話しました。その後「NPO法人アウンジャ」の理事である安本理子さんからDVに関するお話を伺い、連鎖を断ち切る為には、子どもと接する時、私たち大人が子どもの背後にある家庭内の力関係に気づくことが大切で、子どもに力を付けさせるよう援助しよう、と、参加者の皆さんと話し合いました。



◆パープルリボンの署名キルト

長岡京市 <sup>ラッキー</sup> 楽希生

パープルリボンのパッチワークキルトの展示、女性に対する暴力をなくすための署名活動、活動支援のためのパープルリボングッズの販売を行いました。たくさんの方々の協力をいただきました。



◆「京創、京食、共生」～京都の女性が力をあわせ、京都を元気に～

ネットショップ京都ものがたりプラットフォーム

京都府内の各地域で作られる農産物や伝統食について松木宏美さん（管理栄養士）と荒尾千春さん（(株)チェンジ・アップ代表取締役）に対談をしていただきました。「ネットショップ京都ものがたり」に掲載予定の商品について、生産地・由来・誕生の背景など、その商品の誕生までの物語を紹介しました。



### ◆からだラクラク体操

～動いて実感、感じてなっとく～

フェルデンクライス\*京都

腰と肩に分けて、各40分間のワークショップを行いました。腰ではスライドを使用して視覚的にもわかりやすく、また普段の生活でも使える動き（体操）を選び行いました。肩では畳の上で寝転がることで、普段意識を向けることのない自分の身体を感じることに重点を置き、楽しく明るい雰囲気です「感じて動く」を参加者に体験していただきました。



### ◆出会い・発見・向き合う人権

部落解放同盟京都府連合会女性部

東日本大震災支援パネル展示。  
ビーズアクセサリ・ハーブ袋のトルペイント・肩たたき棒の体験製作と販売を行いました。昨年より多くの方に参加していただき、特に肩たたき棒は好評でした。



### ◆食べるって楽しい

～食卓を彩る楽しいアートワーク～

ユア住環境デザイン

家庭で大切な食卓をもっと楽しむために、『食とカラー』をテーマに、お子さんにはランチョンマットに絵を、大人の方には絵手紙を描いていただきました。コラボ企画で季節のテーブルコーディネート展示も行いました。



### ◆こころ生き生き！朗読で声を出してリフレッシュ！

カラータイプ診断で自分を再発見！

朗読インストラクター&

カラスペースジョアンドル

朗読体験、カラータイプ診断体験講座（色彩心理を使った性格診断）を行いました。また絵本、朗読、色彩の展示コーナーを設け、たくさんのカラードレープ（色の布）の展示をしました。お客様に様々な色があることを目で見て喜んでいただけました。

