

平成29年度

# 印西市民アカデミーだより

第3号

## 第3回 印西市民アカデミー〈5月20日〉

### 講座5〈健康〉

講座名：『健康と運動～ニュースポーツを体験しよう①～』

講師：スポーツ振興 桑名 詔氏

会場等：松山下公園総合体育館 10:00～12:00

今回は、「ヘルスバレーボール」で汗を流しました。このスポーツは、バドミントンのダブルス用コートで、1m位の柔らかなラグビーボールを使用して、バレーボールを楽しむスポーツです。サーブは、投げて手でも打ってもOKです。レシーブは、2～5回でOKです。基礎練習が終わった後半は、4チームに分かれて、リーグ戦を行いました。チーム内で声を掛け合いながら楽しい汗をたっぷり流しました。



### 第2回のレポートから 〈抜粋〉

○福祉制度については、今まであまり興味もなく、知識もなかったが講義を聴いて認識を新たにしました。自分も介護が必要な世代になり、もう少し勉強したい。

○ゴミ処理の現場を見学して認識が変わりました。ゴミの分別・削減にしっかり取り組んでいきたい。○3R (Reduce・Reuse・Recycle) の動きがよくわかった！

### 第19期生の活動

5月13日、卒論の作成に向けて「パソコン教室」で「パワーポイント」について学びました。



※講師は、第17期生の中村氏

### 講座6〈歴史〉

講座名：『歴史を学ぶ！ドラマティック印西①』

講師：生涯学習課 根本 岳史氏

会場等：松山下公園総合体育館 13:30～15:30

印西地域の旧石器時代から奈良・平安時代までの歴史を学びました。千葉ニュータウン地域には、多くの旧石器時代の遺跡が所在していることや印西地域で出土する弥生土器には縄目の文様があることなど、初めて知ることがたくさんありました。また、「印西」という名称が平安時代中期以降にでてきたらしいことも教えていただき、古のロマンに浸ることができました。



### 第4回の予定

■期日：5月27日(土) 9:30～15:30

◇講座7〈歴史〉9:30～12:00

講座名：『水面から学ぶ印西の歴史』

講師：印西市ふるさと案内人協会 宿城氏

会場：中央公民館

※開始時間が30分早まります！

※船で弁天川～手賀川～六軒川を巡ります。

※乗船料1000円を集金します。

◇講座8〈歴史〉13:30～15:35

講座名：『歩いて学ぶ印西の歴史～史跡散策ウォーク～』

講師：印西市ふるさと案内人協会加藤氏、朝比奈氏、朝生氏

会場：中央公民館周辺史跡(巖島神社、木下河岸等)

※約5km位歩きます。

※歩きやすい服装・靴をご用意ください。