

きほんの講座

① - 1

定員40名



託児付

◆カレッジデビュー講座

講座番号 ① - 1

時間：午後2時～4時
 場所：築地社会教育会館
 回数：5回
 受講料：1,500円

主 題 まなびのコース1年生向けのおすすめ講座です。地域活動・文化・健康・芸術など……それぞれの分野で活躍する方を講師にお迎えし、オムニバス形式でお届けします。これまで苦手意識を持っていたり、触れるチャンスがなかった分野に接する良い機会です。ご自身の新たな一面を発見してみませんか？

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	5/24 (水)	地域デビュー初めの一步～なぜ「第3の居場所」が必要か	清水 孝幸
第2回	5/31 (水)	楽しむから役立つへ～地域ボランティアのハードルは低い～	
第3回	6/ 7 (水)	日本橋でお金の歴史をたどる 一金座から日本銀行へー	関口 かをり
第4回	6/14 (水)	免疫力を高める日常の食事	菊池 真由子
第5回	6/21 (水)	弦楽四重奏で楽しむ、クラシック音楽の魅力	ミモザ弦楽四重奏団 企画・協力：認定NPO法人 トリトン・アーツ・ネットワーク

講師紹介

清水 孝幸 (しみず たかゆき)

東京新聞事業局長。1962年東京生まれ。中央区勝どき在住。慶応義塾大学文学部（社会学専攻）卒。1985年に中日新聞社・東京新聞に入社。静岡総局、東京社会部などを経て、95年から政治部。論説委員（政治担当）、政治部長、編集局次長などを経て、2021年11月から現職。政治記者の傍ら、定年を控えて、会社に代わる「居場所」探するため、地元の中央区で100を超える地域活動を体験。東京新聞に連載し『定年が楽しみになる！オヤジの地域デビュー』（東京新聞）を出版。著書はほかに『小沢一郎という「禁断の果実』』（講談社）、『「政地」巡礼』（G.B.社）など。

関口 かをり (せきぐち かをり)

日本銀行金融研究所貨幣博物館主任学芸員。2001年より同館に勤務。2003年の日本銀行旧小樽支店金融資料館開館や2015年の貨幣博物館のリニューアル、2020年の日本銀行本店見学コースの見直しに携わる。近年の展示・図録に「辰野金吾没後100年特別展 辰野金吾と日本銀行 ー日本近代建築のバイオニアー」（2019年）、「にちぎん140周年企画展 水辺の風景と日本銀行 ー日本橋川と中央銀行誕生までのあゆみー」（2022年）など。

菊池 真由子 (きくち まゆこ)

管理栄養士、サプリメントアドバイザー。大阪大学健康体育部、国立循環器病センター集団検診部などを経て独立。栄養指導した相談者はのべ1万人にもものぼる。免疫力アップやダイエットのテーマ講演や、TV番組「主治医が見つかる診療所」をはじめ、メディアにも多数出演。著書に『免疫力を上げるコツ』、『免疫力を高めるとっておきメニュー』（同文書院）。『食べても食べても太らない法』（三笠書房）他多数。

ミモザ弦楽四重奏団 (みもざ げんがくしじゅうそうだん)

ヴァイオリン：前田奈緒（まえだ なお）／高橋渚（たかはし なぎさ） ヴィオラ：高橋梓（たかはし あずさ）チェロ：印田陽介（いんだ ようすけ）
 国内外で研鑽を積んだメンバーで2021年結成。オンラインライブコンサートや図書館・小学校などのアウトリーチ活動に力を注ぎ活動している。中央区では、幼稚園や子ども発達支援センターでコンサートを行う。

認定NPO法人トリトン・アーツ・ネットワークとは

音楽活動を通じて地域社会に貢献する認定NPO法人。東京都中央区晴海トリトンスクエア内にある第一生命ホールを拠点とし、ホールの主催公演である芸術活動と、周辺地域を中心としたコミュニティ活動を2本の柱として、会員とサポーター（ボランティア）、寄付者の支えを受けて実施している。

◆おとなのしゃかいが

～物価の上昇から家計を守るための基礎知識～

主 題 全世代を対象に、経済・金融に関連する知識を、社会生活との関わりという観点から習得する講座です。

低金利を背景に安定成長を続けてきた世界経済は、大きく流れが変わってきています。この変化は、30年を超えるデフレの時代を過ごしてきた日本経済や私たちの家計にも影響を与えてきています。今後、私たちの生活はどうなるのでしょうか？どのように備えたらよいのでしょうか？

このようなときこそ、基本に戻り、経済の仕組みを体系的に正しく理解することが、くらしを守るための行動につながります。この講座では、断片的な情報による漠然とした将来不安を、社会の仕組みを理解することで自身の課題として解決に取り組むきっかけをつくります。

講座番号 ①-2

時 間：午後6時30分～8時

場 所：築地社会教育会館

回 数：5回

受講料：1,500円

企画・協力：特定非営利活動法人 金融と証券を学習する会

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	5/15 (月)	「値上げのしくみと身近な生活への影響」	特定非営利活動法人 金融と証券を 学習する会
第2回	5/29 (月)	「主な金融商品と物価との基本的な関係」	
第3回	6/12 (月)	「無理なく物価上昇から資産を守る方法とは」	
第4回	6/26 (月)	「新旧NISA（少額投資非課税制度）のしくみ」	
第5回	7/10 (月)	「まとめ～これからの日本、私たちのくらし」	

講 師 紹 介

特定非営利活動法人 金融と証券を学習する会とは

特定非営利活動法人 金融と証券を学習する会は、広く一般市民を対象として、経済、金融、証券、証券投資に関する知識を普及・啓発する活動を行い、社会教育における公益の増進に寄与することを目的として、2016年2月に設立、2017年7月に東京都の特定非営利活動法人に認証されました。金融機関出身のボランティアによる講師が、中立・公正な立場から、長年の経験を基に、市民目線に立った“わかりやすさ”を信条に解説・説明を行っています。現在、東京近郊の公民館での講座開催が活動の中心となっておりますが、一般企業や地方公共団体、大学などの教育機関への出前講座も行っています。



◆超高齢社会を生き抜く知恵 ～人生の第三期に備えるために～

講座番号 ①-3

時間：午後2時～4時
場所：築地社会教育会館
回数：5回
受講料：1,500円

主題 100歳以上の人口が9万人を超え、人生100年時代がやってきました。定年時あるいは年金受給開始時には、人生の3分の2が終わった程度。その後に人生の3分の1、あるいはそれ以上の歳月が残されています。人生のサード・エイジ、つまり第三期には、さまざまな可能性が秘められています。第三期を明るく、楽しく、そして不安なく過ごすためのノウハウをお伝えしていきます。

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	5/18 (木)	どう生きる人生の第三期	袖井 孝子
第2回	6/ 1 (木)	ICTで広がる世界、でもこんなことには気を付けよう	八巻 睦子
第3回	6/15 (木)	ボランティアのすすめ～地域社会へのソフトランディング	本田 恭助
第4回	6/29 (木)	準家族である動物たちとの別れと喪失の哀しみ ～回復に寄り添う、グリーフケア・ペットロスケア	中村 昌子
第5回	7/13 (木)	人生100年時代の生活設計	谷口 佳充

講師紹介

袖井 孝子 (そでい たかこ)

お茶の水女子大学名誉教授、東京家政学院大学客員教授、一般社団法人シニア社会学会会長、一般社団法人コミュニティネットワーク協会会長、NPO 法人高齢社会をよくする女性の会副理事長。中央区男女共同参画推進委員会会長。著書に『変わる家族変わらない絆』『高齢者は社会的弱者なのか』(以上ミネルヴァ書房)、『女の活路男の末路』(中央法規)などがある。

八巻 睦子 (やまき むつこ)

ユニアデックス株式会社未来サービス研究所所長。お茶の水女子大学大学院修了後、セキュリティサービス企業の研究開発部門等を経て2019年よりIT企業であるユニアデックスに勤務。介護のICT活用やシニアのスマートフォン利用実態調査など、高齢社会を支えるテクノロジーをテーマに研究活動を行っている。シニア社会学会運営委員。

本田 恭助 (ほんだ きょうすけ)

一般社団法人シニア社会学会 会員・運営委員。現在65歳。2017年に花王株式会社を60歳定年退職、続いて65歳までの再雇用を選択し日本NPOセンターに出向。地域社会の課題解決に関心があったことと、再雇用終了後も継続できると思い選択した。出向期間中に巡りあったシニア社会学会と荒川の環境NPOの会員となって現在も活動中で、企業とは異なる新しい領域で新たな学びもあり楽しんで活動している。

中村 昌子 (なかむら よしこ)

シニア社会学会理事、グリーフカウンセラー、ペットロスカウンセラー、ちばSDGsパートナーEmpathy代表。32年間勤めたJALを早期退職後、母校、立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科修士課程を修了し「社会デザイン学」学位取得。市川市環境保全課認可地域猫活動団体運営。公立小学校外国語活動指導員6年目、地元で複業を実践しています。

谷口 佳充 (たにくち よしみつ)

三井住友信託銀行 人生100年応援部長。年金、遺言、不動産、保険、投資一任、金銭信託などでの信託商品開発を歴任。2019年から現職。認知等判断能力低下への備えをご提供する「人生100年応援信託」「安心サポート信託」、死後の葬儀やデジタルを含めた遺品整理などをご提供する「おひとりさま信託」、ペットを家族と同様に遺言の対象とする「ペットのための遺言」サービス、住宅ローン顧客向け無料遺言預かりサービス「ハウジングウィル」をリリース。

◆中央区の江戸時代

講座番号 ①-4

時間：午後6時30分～8時

場所：築地社会教育会館

回数：5回

受講料：1,500円

主 題 江戸時代の中央区は、江戸城と隅田川・江戸湾に囲まれた地域で、元祖「江戸っ子」が誕生した地域でも知られています。

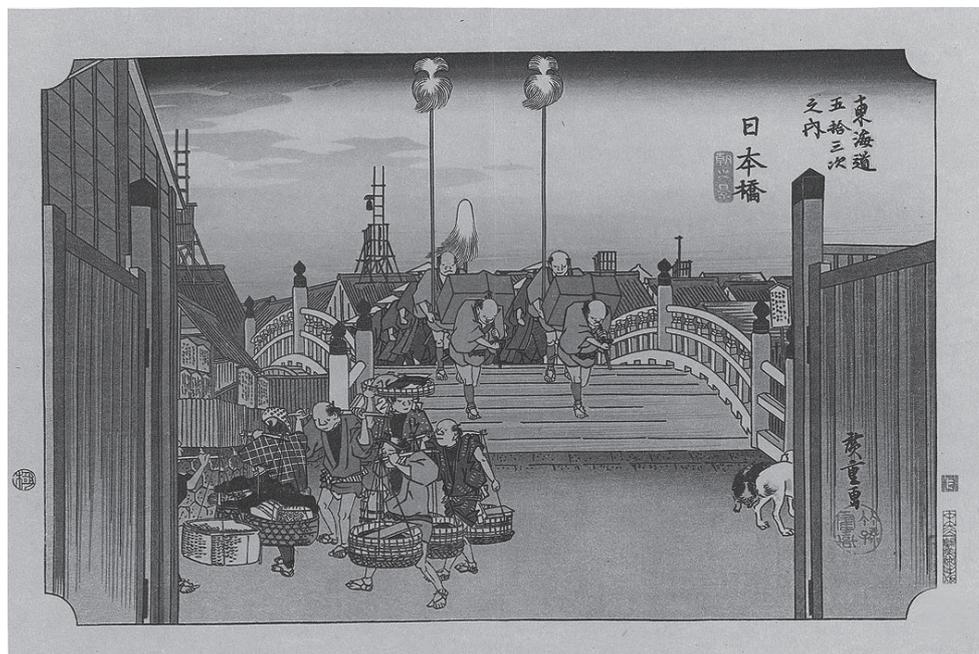
この講座では、まず城下町の形成と中央区エリアの位置付けや、参勤交代などの制度的内容を解説したあと、町の自治システムや物流のあり方、祭礼などこの地域が生み出した文化について講義します。

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	5/18 (木)	城下町日本橋・京橋	滝口 正哉
第2回	5/25 (木)	参勤交代と武家屋敷	
第3回	6/ 1 (木)	「八丁堀の旦那」と町の自治	
第4回	6/ 8 (木)	問屋と舟運	
第5回	6/15 (木)	天下祭と三天王祭	

講師紹介

滝口 正哉 (たきぐち まさや)

立教大学特任准教授。早稲田大学教育学部社会科地理歴史専修卒業。博士(文学)。専門は近世都市史・文化史。著書に『千社札にみる江戸の社会』(同成社)、『江戸の社会と御免富一富くじ・寺社・庶民一』(岩田書院)、『江戸の祭礼と寺社文化』(同成社)。編著に『赤坂氷川神社の歴史と文化』(都市出版)など。



東海道五拾三次之内 日本橋朝之景 (京橋図書館蔵)



◆もの・ひと繋がる銀座のまち

講座番号 ①-5

主 題 世界有数の商店街「銀座」を舞台に、お店同士が商品を贈りあうことで互いの絆を深め街の魅力を発信しよう、という活動が2020年に始まり、銀座にゆかりある人々やイベントなどを巻き込みながら、今では銀座以外の地域にまで広がっています。

この取り組みの名前は「銀座もの・ひと繋ぎプロジェクト」。

この講座では「これまでの銀座、これからの銀座」を合言葉に、このプロジェクトに協力された方々から街への思いやお店の歴史などをおはなしいたします。講義に際しては、銀座の名所・旧跡などをテーマにクラスディスカッションを行います。最終回には実際に銀座の街を歩きながら、その魅力を体感いたしましょう。
※参加される方は、お気に入りの銀座スポットを講座内で発表していただけます。

企画・協力：銀座もの繋ぎプロジェクト事務局

街歩き協力：中央区文化財サポーター協会

時 間：午後10時30分～正午

場 所：築地社会教育会館ほか

※第5回は現地集合・解散

回 数：5回

受講料：1,500円

回数	日程	講義内容	講師名	聞き手
第1回	5/20 (土)	【お店のおはなし】 Restaurant 銀座三笠会館	堀田 瑞江	斉藤 大地
第2回	6/10 (土)	【お店のおはなし】 無印良品 銀座	柳 俊輔	
第3回	6/24 (土)	【銀座人のおはなし】 江戸下町の市井	十一代目 金原亭 馬生	
第4回	7/ 8 (土)	【歴史のおはなし】 銀座のまちづくり～創り続けてきたからこそ今がある～	竹沢 えり子	
第5回	7/15 (土)	【まちあるき】 銀座巡り	中央区文化財サポーター協会	

講師紹介

堀田 瑞江 (ほった みずえ)

(株)三笠会館 営業本部品質向上部 広報担当チームディレクター。東京生まれ。2019年三笠会館入社。

三笠会館は初代社長・谷善之丞が奈良県吉野村から上京し、1925年歌舞伎座前にかき氷店「水氷屋 三笠」として開店。その後1947年銀座並木通りに本店を移転、1966年に総合レストランとして、多業態展開し現在に至ります。銀座とともに歩み2025年には創業100周年を迎えます。「食文化を通してお客様の感動と幸せな時間を創造し続ける」ことをモットーに銀座本店他約25店舗の飲食店を運営しております。

柳 俊輔 (やなぎ しゅんすけ)

(株)良品計画 無印良品 銀座 地域連携、地域マーケティング、イベント担当部門マネージャー。2002年良品計画入社。無印良品 銀座の6Fにて、銀座のひととひとを繋ぐ場「柳Bar」のマスターとして皆様のお越しをお待ちしております。

銀座・並木通り沿いの無印良品 銀座は、これまで、これからも銀座の地に訪れる人や、関わる人たちがそれぞれに想いを馳せたり、実際に出会い、つながりが生まれる場となることを目指します。無印良品の世界旗艦店として、銀座から世界中に「良いくらし」を発信していきます。

十一代目 金原亭 馬生 (きんげんていばしょう) 師

落語家、落語協会理事。1947年中央区銀座木挽町生まれ。1969年3月に十代目金原亭馬生に入門し、同年9月に小駒を名乗り人形町末廣にて初高座。1987年に真打へ昇進し、1999年9月名跡・十一代目金原亭馬生を襲名。所属は(一社)落語協会。2014年より現職。古典落語から新作落語まで幅広い芸域を持ち、人情噺・芝居噺といった噺ができる数少ない噺家の一人。

竹沢 えり子 (たけざわ えりこ)

(一社)銀座通連合会、全銀座会、銀座街づくり会議・銀座デザイン協議会事務局長。東京生まれ。慶應義塾大学文学部卒業。中央区銀座のまちづくり課題に取り組み、2011年、銀座デザイン協議会をテーマとした論文にて東京工業大学博士号を取得。2011年度日本都市計画学会論文奨励賞受賞。現職の他、中央区文化プロデュースチーム、まちかど展示館審査委員会など、中央区の文化活動や観光振興に携わる。著書に『銀座にはなぜ超高層ビルがないのか』(平凡社)など。

斉藤 大地 (さいとう だいち)

木挽町よしや 三代目。中央区生まれ。地元銀座の小中学校を卒業後、日本文化に興味を抱き、その魅力を広めるために芸能活動をはじめ、堀越学園へ進学する。現在は、歌舞伎座路地裏に佇む100年の歴史がある老舗和菓子店「木挽町よしや」の三代目として、先代の味と技術を守り伝えている。また同時に、コロナによる苦境を街の絆で乗り越えようと、老舗商店などが物々交換を繰り返しながら街の魅力を発信する「銀座もの繋ぎプロジェクト」を提案。2020年4月から始めた本企画は4ヶ月で100商店以上の参加を迎え、銀座の老舗商店から大手企業、ホテル、個人デザイナーまで、さまざまな業種へと絆の輪が広がっている。



◆老舗ものがたり

講座番号 ①－6

主 題 新しさと伝統が共存するまち中央区は、江戸時代から商業が繁栄し、文明開化以降は西洋文化受容の中心地として、経済・文化・情報の面で常に時代の最先端を歩んできました。

この講座は、中央区の歴史の中で暖簾を守り続けてきた「老舗」の物語です。講演、そして聞き手との対談、というそれぞれの形式で、老舗の創業の歴史や、まちへの思い、ご当主の人生哲学などをたっぷり語っていただきます。また、一緒にまちめぐりを楽しみながら、実際に老舗を訪れてみましょう。

企画・協力：日本橋弁松総本店

※初めて受講される方が優先されます。

※第4回は、講座内で、日本橋駅-東日本橋駅間を都営浅草線で移動するため、交通費(切符の場合360円)を各自ご負担いただきます。

時 間：午後2時～3時30分

※第4回は午後1時～3時30分のうち
2時間程度

場 所：築地社会教育会館ほか

※第4回は現地集合・解散

回 数：4回

受講料：1,200円

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名	聞き手
第1回	6/ 8 (木)	老舗のおはなし ～お茶と海苔 山本山～	山本 嘉一郎	樋口 純一
第2回	6/15 (木)	老舗のおはなし ～鳥料理 玉ひで～	山田 耕之亮	
第3回	7/ 6 (木)	老舗のおはなし ～あひ鴨 鳥安～	渡辺 秀次	
第4回	7/13 (木)	老舗めぐり		

講 師 紹 介

山本 嘉一郎 (やまもと かいちろう)

(株)山本山 代表取締役社長(十代目 当主)。1959年東京都生まれ。大学在学中にお茶の製造工場アルバイトを経験し、1982年の卒業と同時に(株)山本山へ入社。2008年に現職に就任。休日はゴルフやドライブ、写真撮影などをして過ごす。

元禄3年(1690年)創業の山本山は、永谷宗円が作った青製煎茶を初めて扱った日本最古の煎茶商であり、玉露を発明したことでも有名です。いつの時代も伝統にとらわれず新しい挑戦を続けてきた山本山は、これからもお茶と海苔の新しい楽しみ方を提案することで、日本の食文化の発展に貢献していきます。

渡辺 秀次 (わたなべ ひでつぐ)

(有)相鴨鳥安 代表取締役社長(五代目 当主)、薬研堀不動尊歳の市保存会会長。1949年東京都生まれ。玉川大学卒業後、新東京国際空港公団に就職。鳥安の跡取り娘であった夫人との結婚を機に料理の世界に入り、1980年に五代目に就任。趣味は猫。

鳥安は、明治5年(1872年)に、当主と懇意にしていた歌舞伎役者五代目 尾上菊五郎丈の助言により開業した相鴨すき焼き料理屋です。歴代の文人墨客が愛してくださった味を、現代・未来にしっかりと引き継ぎます。

山田 耕之亮 (やまだ こうのすけ)

(株)玉ひで 代表取締役社長(八代目 当主)。1961年東京都生まれ。法政大学卒業後、昭和59年4月「濱田家」で修業し、昭和60年2月に玉ひでに入社。平成10年に八代目に就任。趣味は読書。座右の銘は「無用の用」。

玉ひでは、宝暦10年(1760年)日本橋人形町に幕府の御鷹匠が興した軍鶏料理の専門店がはじまりです。創業以来の醤油とみりんだけの割り下を使い「変わらないように変えていく」を信念に、日本の文化としての鶏のすき焼きを未来に繋いでゆきます。

樋口 純一 (ひぐち じゅんいち)

(有)日本橋弁松総本店代表取締役(八代目 当主)。1971年東京都生まれ。日本大学法学部を卒業後、親戚の営む新潟の割烹旅館に勤務。1997年日本橋弁松総本店入社。半年後、先代急死により現職就任。以降、過労死をかわしつつ、寿命の限り経営に碎身中。老舗としてのプライドを高める一方で、いかに敷居を低くするかをテーマに日々活動。日本橋の古絵葉書を収集したり、街案内のガイドをしたりして、日本橋の魅力をゆるく伝えている。



◆笑いの伝統芸能～「狂言」を楽しもう～

講座番号 ①-7

時 間：午後2時～4時
 ※第4回は午後2時開演
 場 所：築地社会教育会館
 ※第4回は宝生能楽堂に現地集合・解散
 回 数：4回
 受講料：1,200円
 観劇料：4,500円

主 題 600年の歴史を持つ、和楽の伝統芸能「狂言」。庶民の日常を題材に、人間誰しもが身に覚えのありそうな心の動きを、大らかで素直な笑いとともに表現するのが狂言です。その舞台はとてもシンプル。観る人の想像力に訴えながら、ないものがあるかのように見せる、遊び心に富んだその技術は「素手の芸」ともいわれます。

この講座では、第一線で活躍中の狂言師による演者ならではの視点を交えた講義と、小舞や狂言の体験を中心に、能舞台での観劇を通して、より気軽にかつ深く、狂言を楽しんでいただくことを目指します。

企画・協力：万作の会

※この講座は、はじめて受講される方が優先されます。

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	6/15 (木)	狂言とは～その歴史と特徴～	石田 幸雄
第2回	7/ 6 (木)	狂言の謡と所作～小舞を題材に～	
第3回	7/27 (木)	狂言とは～実演をまじえて～	石田 幸雄、飯田 豪
第4回	8/24 (木)	公演鑑賞「第103回野村狂言座」	解説付の公演を鑑賞します

講師紹介

石田 幸雄 (いしだ ゆきお)

狂言師。1949年生まれ。野村万作(人間国宝)に師事。重要無形文化財総合指定者。既に大曲の『三番叟』『釣狐』『花子』を抜く。野村万作・萬斎らとともに国内外を問わず精力的に活動、普及に貢献している。2006年「雙ノ会」で芸術祭大賞、2011年観世寿夫記念法政大学能楽賞受賞。



石田 幸雄 (撮影：政川 慎治)

飯田 豪 (いいた こう)

狂言師。1989年生まれ。野村万作(人間国宝)に師事。日本大学芸術学部卒業。能楽協会会員。万作一門の若手研鑽会「狂言このあたり乃会」同人。既に『奈須与市語』『三番叟』を抜く。

