

第155回交流フロア運営会議（議事概要）

1 日時場所

日時：2025年3月5日（水）18：30～20：00

場所：伊丹市立図書館ことば蔵1階交流フロア

2 参加者6名

3 会議内容

<新規内容>

（1）深呼吸ひとつで変わる！はじめての瞑想体験

【概要】

- ・椅子ヨガや産後ヨガ、また体操などでは呼吸を意識してもらっている。呼吸を意識することで瞑想を体験することが出来る。
- ・情報過多の時代、やることに追われて、イライラすることが増えストレスを抱えている。
- ・どこでもできる瞑想を経験してもらい、ストレスのコントロールに役立ててほしい。

【意見】

- ・イベントの内容から、ビジネスマンが参加してもらえたらと思うのでチラシに工夫をしてはどうか。
- スーツ姿で瞑想しているイラストなどの挿入を考えてみる。どこでも瞑想が出来ることを伝えたい。
- ・交流フロアはオープンフロアだが問題はないか。
- 逆にざわざわしたところでも呼吸認識が出来るようにすることが大事だ。
- ・瞑想と力を抜くことの違いは何か。
- 瞑想は、力が入っていることや考えていることに気づくことから始まる。

（2）懐かしくて新しい春のわらべうた遊びとおはなし会

【概要】

- ・懐かしくて新しい昭和時代の人から令和生まれの人まで一緒に楽しめる遊びを中心に昔話や季節の行事や自然などを絡めたものを楽しめる会にしたい。
- ・新年度は、季節ごとに開催したいと考えている。

【意見】

- ・ストーリーテリングを体験とは？
- 聞く体験である。
- ・ストーリーテリングと絵本の違いは何？
- 絵本は絵を見ながら話をする。ストーリーテリングは、何も使わず話をする。

・わらべうた遊びだけでは内容が分からないので、チラシに具体的に得られるものを載せてはどうか。

→お年を召した方は、懐かしく感じられるだけで元気になれる。小さな子供をお持ちの方は、子どもとの遊び方を知ることが出来る。

<イベント報告>

(1) 2月11日(祝火曜日): 語り合う! 関西の鉄道の歴史を!

4名の参加者があり、大人に混じって小学2年生の非常に詳しい男の子が参加してくれた。私鉄として開業した、JR 阪和線や阪急園田と阪急塚口の間には三菱電機の大きな工場があるのに駅がない理由などのマニアックな話でもりあがった。シリーズ化する事や10月に鉄道史の講演会を開催することを考えている。

(2) 2月18日(水曜日): 漫画で語ろう

参加者は、4名でした。あやかしやホラー漫画、ブラックチャンネルなどのマニアックな話を中心に語り合った。また、4月以降のテーマについても決定した。3月2日に男女共同参画センターここいろでのミモザの日のイベントに漫画部が出張参加した。参加者7名で、小学3年生の参加があった。次回の開催は、3月26日の水曜日で、テーマ「ザ少年漫画」、「ザ少女漫画」となっている。

(3) 2月1日から23日(日曜日): もったいない月間

クリーンランドにゴミとして持ち込まれた家具など1月の末から2月23日まで、リユースコーナーとして展示。欲しい方の抽選会を23日に開催した。23日には、その他に本来ごみとして捨てられる包装紙を使ったオリジナルノート作りワークショップや持ち込まれた、壊れてしまったおもちゃの修理をするおもちゃ病院の開設。クリーンランドの仕事内容を紹介する出前講座などを開催した。

4 次回の運営会議 2025年4月2日(水) 18:30~ことば蔵1階交流フロア