

# プラザだより



令和7年度  
通巻81号



発行 いわき市生涯学習プラザ  
発行日：令和8年3月25日(水)

〒970-8026 いわき市平字一丁目1番地ティワンビル5階  
TEL 0246-37-8888 FAX 0246-22-5555 メール info@isgp.jp



## 講座報告 (12月～3月)

### Excelステップアップ (高度で専門的な講座)

エクセルの中級講座として、関数の活用を主な講義内容として実施しました。関数の基本であるSUM、ROUND、RANK、IF、VLOOKUP等を学び、その応用として、組み合わせた関数を使った複合グラフの作成やデータ処理について実用的な活用方法を知ることができました。



### 防災講座 (地域的課題に関する講座)

東日本大震災や令和5年台風13号の状況確認をしたうえで、災害に備える事前準備としての避難のコツやハザードマップの活用方法、日頃の家庭での備蓄物などを学びました。さまざまな状況に応じた「備え」がいかに大切か、改めて考えさせられる内容であり、参加者からは防災についての理解が深まった、毎回帰宅後家族に学んだことをフィードバックして共有している、との声が寄せられました。

### 編み物講座 (施設の機能等を活かした講座)

難易度が高いアフガン編みを用いて編み物に挑戦しました。受講者は、かぎ針を交互に使い、糸を変えながら一つ一つ丁寧に編みこんで仕上げていました。参加者からは、講師が優しく丁寧に説明していただき分かりやすかった、仕上がるか心配していたが出来上がった際はとても嬉しかった、次回も開講してほしい、との声が寄せられました。



### 親子で健康体操 (交流に関する講座)

フラフープを使ったウォーミングアップやボールやリングを使った遊び、スクワットの練習、親子でストレッチなど、特に口コモ予防に効果があると言われていた足腰の筋肉を使って、楽しく親子で運動をしました。最後に講師による反り腰等の診断をし、猫背矯正を整える運動を親子で学び、参加者からは、子どもと楽しく体を動かすことができ良かった、との声が寄せられました。



### 生成AI講座 (サークル企画講座)

ChatGPTを使用した情報収集や文章作成、アイデアを入力しての画像作成や楽曲作成などさまざまな機能が紹介されました。ChatGPTへの効果的な指示文の入力方法などの基本知識から、マルチモーダル機能(AIがテキスト、画像、音声、動画、センサー情報など、複数の異なる種類の情報を同時に理解し、処理する能力)やCopilotやGeminiといった他のAIサービスの説明があり、短時間でしたが、分かりやすく充実した講座でした。

## 第21回生涯学習フェスティバル

生涯学習フェスティバル  
プラザを利用している団体・サークルが日頃の練習の成果を披露します！  
令和8年 2/14日・15日 10:00～15:00 (開場 10:30～)  
いわき市生涯学習プラザ

参加いただいた52団体による発表や体験、展示等、他、プラザ企画のミニゲームや館内オリエンタリング、創作体験、近隣の学校関係の文化発表、いわき市各部署、その他団体の啓発展示などが催され、多くの皆さんにお越しいただきました。会場では、老若男女問わず、盛り上がりを見せ、たくさんの笑顔であふれていました。また、サークル会員との交流はもちろんのこと、来館した市民との交流も見られました。



参加いただいたサークル・団体の皆さん、ボランティアの皆さん、ご協力ありがとうございました。



## 第56回諸流いけばな展



3月7日・8日に第56回諸流いけばな展を開催しました。いわき市華道連合会の六流派(池坊、小原流、梶井華道会、いけばな松風、草月流、龍生派)が、プラザを舞台に一堂に集う貴重な機会が、各流派の異なる作品が並び庄巻の情景を来場者も大いに堪能していました。

## 福島大学×いわき市 連携講座

1月24日に「果物と食と健康の科学」と題して講演を行いました。身近に見聞きする食と健康の科学について、果物を中心に最新の知見を元に、正しく分かりやすく解説いただきました。

日本酒の香りの科学  
果物と食と健康の科学



## 令和8年度の予定

令和8年度のいわき市生涯学習プラザ事業をホームページで紹介しています。さまざまな講座や事業を計画しておりますので、ぜひ、ご確認ください。



## プラザの最新情報

プラザでは、プラザホームページやSNSを利用して最新情報を提供しています。携帯電話のカメラ機能を利用して、左記のQRコードからフォロー、またはお友達追加をお願いします。

