



# 博物館・歴史よもやま話



## ～学芸員のお仕事～

私は、現在、勤労福祉会館のスタッフとして勤務させていただいていますが、以前都内のある財団系の博物館で学芸員として約10年間勤務していました。博物館で専門的な仕事をするためには資格が必要となりますが、これが学芸員という資格です。学芸員は、博物館資料の収集・保管・展示及び調査研究を行う専門職員の事で、文部科学省が認定する国家資格です。大学で単位が取得できますので、結構資格を所有している方は多いのではないかと思います。

ところで、皆さん学芸員という言葉聞いてどんな事を想像されますか？そもそも学芸員は具体的に博物館でどんなお仕事をしているのでしょうか？今回は、知られざる学芸員や博物館でのお仕事の内容についてご紹介します。

まず、華やかな仕事の1点目として企画展の展示があります。博物館では、年に何回か開催時期やテーマを決め展示を行います。館内で収蔵している資料を中心にまず展示案を企画します。全て資料をお借りして展示を行う場合もありますが、リスクも高いため、私は所蔵している資料を元に企画案を立てました。実は、この企画展のテーマを考えるのが、結構楽しいものです。

そして、テーマに沿って展示の目玉となるような資料を外部からお借りしてきます。無料でお借りできる場合もありますが、何らかの謝礼が必要になる場合もあります。また、個人蔵の場合もあり、他の博物館所蔵の場合もあるので、借用できる場合もあり、借用できない場合もあります。

展示期間中借用できない場合は、一旦、お借りし、レプリカを作成して展示する場合があります。この場合、当然資料には（複製）の表示はします。現在の複製技術は大したものですが、できれば本物を展示したいのが本音です。見る人が見れば分かりますし、文書一つの複製にしても本物の文書はその人の筆づかいや息づかいが聞こえてくるようですから。ちなみに、すでに亡くなっている某大物歌手や某大物プロレスラーにインタビューしたり遺品をお借りできた時は感動でした。今でも思い出します。また、資料借用やご挨拶に伺いに北海道から鹿児島まで全国へ出張に行ったのも良い思い出です。

ところで、当然ですが、何かあったら大変ですので、お借りした資料を含め企画展示期間内は展示資料に保険を掛けます。そういえば、展示準備期間に展示業者の方がうっかり収蔵資料を破損してしまった事があります。この場合、保険はありましたが、残念ながら破損した資料は完全には元に戻りませんでした。幸いにも同様な収蔵資料が何点かあり、痛手は少なかったですが。

今回は、一部ですが、華やかな学芸員の仕事の一部をご紹介しました。次回は（機会があればですが・・・）、華やかではない学芸員のお仕事もご紹介したいと思います。

## トレーナーからの健康アドバイス

冬場の体調管理における注意点は、空気が乾燥することで全体的に体が脱水症状になりやすいことです。また、外気と室内との温度差が激しくなり、自律神経の乱れを招きやすい環境でもあります。冬ならではの環境変化は、冷え症や便秘、食欲不振、疲労感、睡眠障害など様々な体の不調を招きますが、その原因は主に血行を司る自律神経の乱れにあります。自律神経は、リラックス時に働く副交感神経と興奮時に働く交感神経とに分類されますが、冬場は寒さで交感神経が優位になり、結果として血流障害を招きやすくなるのです。良好な血行を保ち、自律神経のバランスを整えるためには、一番はやはり食事です。発酵食品や食物繊維を多く摂って腸内環境を良くすることは、腸に行く血流の改善にもつながります。腸内細菌も冷えているとうまく働きません。また、適度な運動を心掛けることを忘れてはいけません。ウォーキングなど無理のない程度の運動を生活に取り入れることで、血流の滞りを改善することができます。最後に睡眠時間をしっかり取ることも大切です。睡眠の質の低下は自律神経の乱れに直結しています。入浴やアロマなど自分にあったリラックス方法を見つけましょう。冬場の体調管理は、自分自身で症状に気づき、生活パターンを見直すことから始めましょう。





## 平成29年3月開催講座予定（2月1日から受付開始）



講座名	日 程
元気のでるパソコン教室	3月1日・8日・15日・22日（水） 午後2時～4時（全4回）
着付け教室	3月2日・16日（木） 午前10時～午後12時、午後2時～4時、午後6時～8時（3部制）
就労支援講座	3月4日（土） 午後2時～4時
体に優しい健康料理教室	3月5日（日） 午後1時～4時
手ごねでふっくらパン教室	3月10日（金） 午前10時～午後12時30分、午後1時30分～4時（2部制）
楽しさ一杯のお菓子教室	3月11日（土） 午前10時～午後12時30分、午後1時～3時30分（2部制）
やさしい日常英会話	3月11日・25日（土） 午後2時～4時（全2回）
今からはじまるイタリアン	3月12日（日） 午前10時30分～12時30分、午後2時～4時（2部制）
就労支援パソコン教室	3月12日・19日（日）午後6時30分～8時30分
手軽でおいしい中国料理	3月15日（水） 午前10時30分～午後12時30分、午後1時30分～3時30分（2部制）
日本料理教室	3月18日（土） 午前11時30分～午後2時30分、午後4時～7時（2部制）
女性のためのDIY教室	3月18日（土）午後1時～4時
ライフプラン講座	3月18日（土）午後2時～4時

申込順により定員となってしまった場合は、ご了承ください。

毎月の予定は、各会館に配布されるチラシ、ホームページ、ねりま区報等でご確認ください。

### 2月は下記の予定で事業を行っております。詳細はお問い合わせください。

- ・元気のでるパソコン教室 2/1・2/8・2/15・2/22（水）
- ・着付け教室 2/2・2/16（木）
- ・体に優しい健康料理教室 2/5（日）
- ・ロコモティブ・シンドローム予防講座 2/6（月）
- ・元気はつらつ生活講座 2/7（火）
- ・労務管理実務講習会 2/9（木）
- ・春闘期の情勢講座 2/9・2/16・2/23（木）
- ・手ごねでふっくらパン教室 2/10（金）
- ・知って役立つみんなの労働法 2/10（金）
- ・楽しさ一杯のお菓子教室 2/11（土）
- ・やさしい日常英会話 2/11・2/25（土）
- ・今からはじまるイタリアン 2/12（日）
- ・就労支援パソコン教室 2/12・19（日）
- ・手軽でおいしい中国料理 2/15（水）
- ・ライフプラン講座 2/18（土）
- ・日本料理教室 2/25（土）
- ・わかりやすい簿記3級講座 2/26～3/26（日）





## 図書コーナーからのお知らせ



最近追加された本です。

図書名	著者名
ジョコビッチの生まれ変わる食事	ノバク・ジョコビッチ 著
心房細動に悩むあなたへ	山下 武志 著
日本にいちばん長い日	半藤 一利 著
かもめのジョナサン	リチャード・バック 著
つらい時は「やってらんない」で叫べばいいのよ	水無 昭善 著
老いてさまよう	毎日新聞特別報道グループ 編者
老人漂流社会	NHKスペシャル取材班 著
老妻だって介護はつらいよ	沖藤 典子 著
子どもが育つ魔法の言葉	ドロシー・ロー・ノルト 著
お坊さんが教える「悟り」入門	長谷川 俊道 著
シェフのフランス地方菓子	高木 康政・永井 紀之 著
手づくりがおいしい、雑穀と豆のパン	藤田 千秋 著
まいにち食べたい“ごはんのような” ケーキとマフィンの本	ながしま ひほ 著

### ～偉人の言葉～

前途は遠い。そして暗い。  
しかし恐れてはならぬ。  
恐れぬ者の前に 道は開ける。  
行け。勇んで。  
小さき者よ。

有島 武郎（作家）



### ★労働相談★

職場のトラブル、就業規則、退職トラブルなどお悩みはありませんか？  
勤労福祉会館では、労働相談を随時お受け致しております。  
相談を受けるには、電話でお申し込み下さい。（予約制）  
その後、相談日時・時間等を調整の上、折り返しご連絡させていただきます。

編集発行：練馬区立勤労福祉会館

〒178-0063 練馬区東大泉5-40-36

TEL 03-3923-5511

ホームページ <http://www.nerima-kinrou.com>

指定管理者：NPO法人 練馬区障害者福祉推進機構



# 勤労福祉会館 館だより

平成29年2月・3月号  
(1/20発行)



開館時間：午前9時～午後10時  
休館日：12月29日～1月3日  
(館内清掃のため臨時休館することがございます)

## 臨時休館日のご案内

3月27日(月)は全館定期清掃のため、休館させていただきます。



～真の心の豊かさとは・・・みんなが幸せになるために～



「他人のために何かできたら自分も幸せになれる」。これは世界で一番貧しい大統領と言われている南米ウルグアイのホセ・ムヒカ前大統領が昨年4月に来日し、講演会で「幸せについて」問われて語った言葉である。

私たちはこの勤労福祉会館をお借りして「心を磨く話し方」教室を開き勉強している。話し方というと人前であがらずに堂々と話がしたいと思って入会してくる方が多い。しかし、人との会話や各種のスピーチにおいても話はそれだけでは伝わってこない。その人のにじみ出る人柄と、幅広く深いものの見方考え方が聞く人の心を響かせ共感させるのである。だから人に話を聞いてもらう前にまず自分の心の姿勢を整えることの大切さを学び合っている。それは他人も自分と同じように大切に作る心、いかなる人もその価値を認め、相手の自尊心を尊重し、思いやりのある配慮。そして何人に対しても謙虚で対等の心がけを忘れない。これらを通して周りの人々と和を築き、豊かな人間関係の中で勇気づけ、励ましあっていきたいと願う。

今、グローバル社会の中で経済がまず優先され、競争だ、効率だと言って人の心を<sup>むしろ</sup>蝕ませていないだろうか、失業、非正規雇用、広がる格差、過激派のテロ事件等々、混沌とした世の中に多くの人々が取り残され、先が見えず、希望が持てずに悩んでいないか。そうしたことにも社会人として、どう捉えどう考えるか、常に自分の視点を持つことは大切なことである。他人の不幸を他山の石として線引きしないようにしたい。

現代の科学の解明によると、「人間の赤ちゃんは三十八億歳」だという。母親の胎内でわずか四十週間の間に三十八億年をかけた壮大な進化のドラマを成し遂げて、赤ちゃんは誕生してきたのである。(村上和雄著「スイッチ・オンの生き方」)。この奇跡のように与えられた尊い命。その一つ一つの掛け替えのない人生の意味を考えていこう。誰一人として取り残されずにみんな幸せになれる社会を目指す一歩としたい。

M・S様

