文京区青少年プラザ ビーラボ

b-lab通信

vol.81
2026.11.11

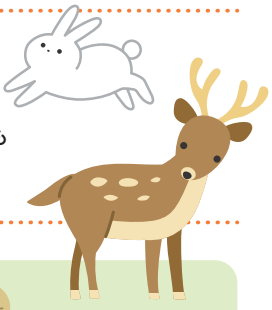
b-lab通信とは？

中高生専用施設「文京区青少年プラザ（b-lab）」の運営や、活動をお知らせするため、区内の中学校・高等学校等の教職員の皆様、保護者様及びb-labにご協力頂いている方々に向けて発信する広報誌です。



あいさつ

木々の葉が色づき、冬の足音が少しずつ近づいてまいりました。9～10月のb-labでは、学校行事に向けて仲間と熱心に準備を進める姿や、行事を終えてほっと一息のんびり過ごす姿が見られました。また、b-labスペシャルサポーター事業や地域ボランティアなど多様な活動も行われました。今号では、そんな中高生の秋の様子を中心にお伝えします。（文章：西）





新スタッフ紹介　さわちっち

新たにb-labに仲間入りしました、さわちっちです！岩手県盛岡市出身で、東京（国立市）、北海道（札幌市）、広島（大崎上島という瀬戸内海に浮かぶ離島）と暮らしの場所を変え、久々の東京での生活です。麻雀プロとしても活動しており、ときどき試合に出ています。

b-labでは、こどもたちが中高生のうちに多くの人と話し、多様な考え方や生き方に触れられるようサポートができたらと思っています。よろしくお願いします！

b-labスペシャルサポーター事業



b-labスペシャルサポーター事業とは　各分野の第一線で活躍する文京区にゆかりのある著名人等が、b-lab でのイベントや講演を通じて、自身の経験や知識をもとに、中高生の夢や将来を後押ししてくれる事業。

10.28

伊沢拓司 ×b-lab　スペシャルワークショップ

伊沢拓司と学ぶ「分析術」

前編：自己分析編





今年度2回目となる伊沢さんとのイベントを開催しました！伊沢さんが苦手だというけん玉を中高生から教わるという、ユニークな導入でスタート。「自分を知るためには、まず、他者との違いを良し悪しで判断することなく、書き出してみることが大切」ということを伝えてくださいました。「無人島に持っていくとしたら何？」という質問や〇×クイズを取り入れたワークショップも盛り上がり、学びにあふれた楽しいイベントになりました！



9.23 みんなのb-labメンテナンス

みんなのb-labメンテナンスというイベントを実施しました！日頃使っているb-labをみんなで整えようという企画です。そのとき館内にいた20人あまりで、椅子のねじを締めたり、椅子にカバーを取り付けたりしました。

メンテナンス後は、飲み物を飲みながら、b-labを良くするために何ができそうかおしゃべりしました。自分たちの居場所を、自分たちで大切にする意識を持ってもらえたと思います。

10.10 根津・千駄木下町まつり

ボランティア

根津・千駄木下町まつりに、中高生2名がボランティアとして参加し、当日は、通りかかった方への呼び込みや声掛け、商品の受け渡しなどを担当しました。日本語を母語としない方にも積極的に声をかけ、英語で対応するほか、こどもたちには目線を合わせて話しかけるなど、相手に応じて関わり方を工夫していました。さまざまな人と交流しながら、自分たちに出来ることを考え、主体的に活動する姿が印象的でした。



編集後記

b-labでは「創作の秋」「音楽の秋」「勉強の秋」など、様々な秋の活動が繰り広げられています。一方で、早くも冬フェスに向けて動き始める中高生の姿も見られます。12月の冬フェスもお楽しみに！（文章：古屋）





東京都文京区湯島4-7-10　電話：03-5800-2731

アクセス：大江戸線「本郷三丁目」から徒歩8分 / 丸ノ内線「本郷三丁目」から徒歩10分 / 千代田線「湯島駅」から徒歩8分 / 都営バス「湯島四丁目」から徒歩5分

@b-lab_tokyo　@b-lab

@b-lab_tokyo　https://b-lab.tokyo/

b-lab情報はこちらからも配信しています！