

けやきの樹

平成28(2016)年

8月15日号
No.610

編集・発行：国分寺市立公民館

- 本多公民館 画(042)321-0085
- 恋ヶ窪公民館 画(042)324-1926
- 光公民館 画(042)576-3991
- もとまち公民館 画(042)325-4221
- 並木公民館 画(042)321-9971

光 外国人のための生活日本語教室

秋学期(入門～初級)

Japanese class for daily life for foreigners
为了外国人的生活日语教室
외국인을 위한 생활 일본어 교실

あいさつのしかた、買い物での会話、道のたずね方、また市役所や病院に行ったときなど、普段の生活で使える日本語を学ぶことができる教室です。どこの国の人でも自由に、いつからでも参加できます。

9月7日～12月7日(水曜日) 全13回

午前10時～11時30分

講 光公民館生活日本語教室スタッフ

場 光公民館

料 無料(Free 免费 早료)

問 詳しくは光公民館へ

(光公民館のメールアドレスは2ページ下参照)
※近くにお住まいの外国の人にこの教室の情報をお伝えください。

女性のための健康講座

呼吸と動作を調和させ 心身ともに健やかに

初めてのヨガ

自分の身体の声に耳を傾けながら負担なく動き、日々の不調を整えていきましょう。呼吸とともに身体をゆっくりほぐしていきます。

9月13・20日(火) 午前10時～正午

講 村上多恵さん(ヨガ講師)

場 光公民館 定15人

物 バスタオル フェイスタオル
飲み物(水またはお茶)
動きやすい服装

申 8月16日(火)午後1時から
電話または直接光公民館へ
(先着順)



地域還元講座 銅版画体験

銅版画は銅板にニードルで描いた絵を、薬品で腐食させて原板をつくる凹版画です。刷ってみないとわからない、納得いくまで手直しできる、何枚でも刷れる。モノトーンの世界を体験しませんか。

月日	内容
9・9	説明、原板作成、紙版画
9・16	原板作成、刷り、原板の修正
9・23	ステップアップの技法、鑑賞

日 金曜日 午後1時～5時
指 銅版画くらぶ 場 光公民館
定 15人 料 1,000円(初回集金)
物 葉書大の原画(イラスト)
申 8月16日(火)午前9時から電話
または直接光公民館へ(先着順)



並木 子どもまつり 9月17日(土) 共催 しんまち児童館 並木公民館

会場 並木公民館 (042)321-9971

午後0時30分～4時30分

- お店 コロケパン だんご 綿菓子 アクセサリー
焼きそば 芋煮 似顔絵 ジュース ゲーム ほか
- 体験 バルーンアート 陶芸 ロープワーク 茶会 ほか
- 催し エコカー展示 ヒップホップダンス 絵本の読み聞かせ ほか

会場 しんまち児童館 (042)324-7489

午後0時30分～3時30分

- おばけやしき
- スーパーボールすくい
- おかしすくい
- クイズ わなげ



※当日並木公民館は午後5時に閉館し
ロビー・印刷機などは終日利用できません

子どもまつり体験講座 子どもお店チャレンジ

おまつりでお店を出すにはどういう準備が必要でしょうか。品物やお店のことをボランティアの人と一緒に考えながら、子どもまつりで自分たちのお店を出してみましょう。

8月24日(水)・30日(火)

午後2時30分～4時30分

9月5日(月) 午後3時30分～5時

9月17日(土) 午前9時～午後5時

内 ポップコーン、綿菓子づくり、カフェ体験

料 500円(初回集金)

場 並木公民館 対 小学3～6年生 定30人

物 エプロン バンダナ 手ふきタオル 飲み物

申 8月16日(火)午前9時から電話または直接

並木公民館へ(先着順)

恋ヶ窪 中庭コンサート

ハーモニカ&ギターのデュオコンサート

夜空を見ながら日本を代表するクロマティック・ハーモニカとクラシックギターの演奏を中庭でお楽しみください。

9月30日(金) 午後7時～8時30分

(開場 午後6時30分)

■出演 崎元 讓(クロマティック・ハーモニカ)
小川和隆(クラシックギター)

■曲目 アルハンブラの思い出 ほか

場 恋ヶ窪公民館 定60人

申 8月16日(火)午前9時から電話または直接恋ヶ窪公民館へ(先着順)

注 雨天の場合は室内での開催になります。

子どもまつり準備会

子どもまつりで仲間と一緒に模擬店や舞台発表をしてみませんか。準備会で話し合い、みんなで楽しいおまつりを作りあげていきましょう。

8月23日(火) 午前10時～正午

9月5日(月) 午後3時30分～5時

場 並木公民館 対 小学生～高校生

申 不要。直接並木公民館へ

並木芸術祭 準備会

絵画や川柳、陶芸などの芸術作品を市民から広く募集し、館内で展示を行う並木芸術祭を今年度も開催します。準備会では、展示のしかたや日程などについて話し合います。興味のある人はぜひご参加ください。

9月2日(金) 午前10時～正午

場 並木公民館

申 前日までに電話または直接並木公民館へ

恋ヶ窪 アンガーマネジメント講座

イライラの消しゴムを手に入れよう

つい子どもに怒りをぶつけてしまい、後から反省することはありませんか。子どもと大人それぞれの怒りのコントロール方法を学び、周囲に連鎖してしまうイライラを断ち切りましょう。

9月9日・16日(金) 午前10時～正午

講 高田しのぶさん(日本アンガーマネジメント協会シニアファシリテーター)

場 恋ヶ窪公民館

対 幼児～小学生の保護者 定30人

託 15人(生後6か月～未就学児)

申 8月17日(水)午前9時から電話または直接恋ヶ窪公民館へ(先着順)

公民館運営審議会日程

9月12日(月) 午後4時～5時30分

場 本多公民館

注 どなたでも傍聴できます。

公民館	本多	恋ヶ窪	光	もとまち	並木
住所	〒185-0011 本多1-7-1	〒185-0013 西恋ヶ窪4-12-8	〒185-0034 光町3-13-19	〒185-0022 東元町2-3-13	〒185-0005 並木町2-12-3
休館日	8月 15日(月) 9月 5日(月) 19日(祝) 22日(祝)				
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971
会場受付開始日	10月分	9月5日(月)	9月1日(木)	8月29日(月)	9月1日(木)
	11月分	10月3日(月)	10月3日(月)	9月26日(月)	10月3日(月)
	時間	9:00～9:30	10:00～10:15	9:20～9:50	8:45～9:00

※電話での受け付けは、午後1時から。もとまちは、午前10時から。9月分の申し込みは随時受け付けています。

公民館	運営サポート会議日程
本多	9月12日(月) 午前10時～正午
恋ヶ窪	9月7日(水) 午前10時～正午
もとまち	9月6日(火) 午前10時～正午
並木	9月8日(木) 午前10時～正午

注 どなたでも傍聴できます

主催事業は市民対象で、参加費は無料です。材料費は個人負担です。本人都合での取り消しの場合はお支払いいただきます。複数回ある事業は、全回参加が基本です。市のホームページ <http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/>

凡例 日日時 場所 会場 対象 内容 講師 指導 定員 費用 申込方法 物持ち物 問い合わせ HP ホームページ FAX ファックス メール 保育あり 主催 共催 協協力 企画 注意事項

本多 異世代交流事業
子どもと大人の交流・体験広場

地域の人の指導で大人と子どもと一緒に体験して楽しんでいます。
 日 9/10、10/8、11/12、12/10、1/14、2/11、3/11(土) 午前10時～正午

内容	対象
① 切り絵を楽しもう	小学4年生以上
② 世界をEnjoy～世界の人々と交流(英語も学べるよ)	小学1年生以上 親子参加も可
③ 作って飛ばそう紙ヒコーキ	5歳以上(未就学児は保護者同伴)

物 すべて用意してあります
 場 本多公民館
 申 電話または直接本多公民館へ



はたらく消防の写生会 入賞作品展示

日 8月27日(土) 午前10時～午後3時
 場 本多公民館
 催 国分寺消防署 本多公民館

「消防フェスタ国分寺」

日 8月27日(土) 午前11時～午後2時
 場 国分寺消防署
 内 はしご車搭乗体験 起震車体験、煙体験ハウス、ポンプ車・救急車の展示、消防活動実演、消防少年団鼓笛隊演奏、本多連合町会模擬店、本多おはやし会演奏など
 注 雨天時・災害発生時は内容を変更、もしくは中止する場合があります。
 申 不要。直接会場へ
 問 国分寺消防署 ☎(042)323-0119



本多公民館・図書館防災訓練

本多公民館・図書館では、災害等に備え避難訓練を行います。
 日 8月19日(金) 午前11時30分～正午
 内 避難・誘導訓練
 場 本多公民館・図書館

公民館事業企画募集

公民館では、さまざまなテーマの講座を行っています。「こんな講座があったら参加したい」など、希望する講座がありましたら各公民館へお知らせください。電話でも受け付けています。

もとまち 防災シンポジウム 第三回
「熊本地震」から国分寺市の防災を考える

いつどこで起こるか分からない災害。熊本地震から教訓にすべきことは何なのでしょう。地域の防災について一緒に考えてみましょう。

日 8月28日(日) 午前10時～正午
 内 ①「熊本地震から国分寺市の防災を考える」
 講 市防災安全課職員
 ② エコノミークラス症候群予防体操をやってみよう
 ③ 防災ノート作り

場 もとまち公民館
 定 60人
 物 東京防災ブック(東京都が配布した黄色い冊子)
 催 もとまち地域会議 もとまち公民館
 申 8月16日(火)午前9時から電話または直接もとまち公民館へ



グループ企画事業

知識ゼロからの彩花盆栽

手軽に美しく時間をかけずに、鉢の中に花や木でお気に入りの庭を作って、小さな自然を楽しんでみませんか。講師の実演をご覧ください。

日 9月24日(土) 午前10時～正午
 講 渡 加奈恵さん(彩花盆栽講師)
 場 もとまち公民館
 定 40人
 企 みどりのゆびの会
 申 8月16日(火)午後1時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)



彩花盆栽作品例

好評につき、急ぎよ企画しました

日々の暮らしをもっと楽しく健康に

「足裏マッサージと布ぞうり作り」

足の指や足裏全体を使って履く布ぞうりは程よい刺激があり健康的な履物です。今回はさらに足裏マッサージも実施します。

日 9月5日(月) 午後1時30分～4時30分
 15日(木) 午後2時～4時
 講 佐々木ひで美さん(アトリエことこと)
 場 もとまち公民館
 定 16人(両日参加できる人)
 物 不要なTシャツ 他(受講者には別途連絡)
 料 ¥500円(初回集金)
 申 往復ハガキに講座名・住所・氏名・電話番号を明記(1人1枚)。返信面にも住所・氏名を明記のうえ、8月19日(金)消印有効でもとまち公民館(住所は表面参照)へ。多数の場合抽選(布ぞうり作り講座初めての人優先)。

恋ヶ窪 グループ企画事業
第3回 五館ジョイントコンサート
参加グループ募集・準備会開催

平成29年2月19日(日)に五館ジョイントコンサートを開催する予定です。それぞれの公民館で活動している仲間同士、日ごろの練習の成果を披露し、交流しませんか。参加を希望するグループは申込みのうえ、準備会にご参加ください。

■ 準備会 9月24日(土) 午後3時～5時
 場 本多公民館
 ■ 募集 20グループ程度
 申 ハガキに①グループ名②ジャンル③活動公民館④代表者の住所・氏名・電話番号を記入のうえ9月16日(金)までに恋ヶ窪公民館(住所は表面参照)へ。

地域を語るサロン 講座準備会

地域を語るサロンで話し合い、「公民館デビュー」する人のための講座を企画します。興味のある人は準備会に参加してみませんか。

日 9月17日(土) 午後2時～4時
 場 恋ヶ窪公民館
 申 前日までに電話または直接恋ヶ窪公民館へ

秋の利用者懇談会

秋の利用者懇談会を開催します。公民館に希望する事業内容や公民館の運営についてご意見をお寄せください。

本多	9月14日(水)	午前10時～正午
恋ヶ窪	10月3日(月)	午前10時30分～正午
光	9月10日(土)	午前10時～正午
もとまち	9月1日(木)	午前10時～11時30分
並木	9月27日(火)	午前10時～正午

昆虫標本スタンプラリー

公民館と図書館で珍しい昆虫の標本を観察し、スタンプを4つ以上集めて、武蔵国分寺跡資料館でステキなプレゼントをもらおう。(先着100人)

日 8月10日(水)～8月31日(水)
 場 公民館・図書館・武蔵国分寺跡資料館
 ■ プレゼント交換場所 武蔵国分寺跡資料館(西元町1-13-10)
 ■ 交換期間 8月16日(火)～9月4日(日) 午前9時～午後5時 注 月曜日は休館日です。

グループの催し物

開けてびっくり玉手箱 vol.2

市内で活動するTamaniMo、チェンバークワイア、国際協会合唱団などのメンバーによるお楽しみコンサートです。

日 9月18日(日) 午後2時開演(1時30分開場)
 場 本多公民館
 問 菅本 ☎(042)324-3043

グループネットワーク会員募集 ※無料体験・見学ができます(材料費が必要になる場合もあります)。詳しくは、グループへお問い合わせください。

グループ名	活動日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
Sunday Dance Club	月3回日曜 午前10時～11時15分	本多	なし	月3,000円	池田 ☎(080)3388-9505	楽しく踊りたい方ぜひ。0歳～100歳・初心者歓迎・子連れ可
親子リトミック たまっこ	毎週火曜 午前10時～11時	本多	2,000円	月3,600円	河野 ☎(090)5224-1129	季節に合った楽しいカリキュラムと造形を親子で楽しめます
ステップス(キッズジャズダンス)	毎週火曜 午後4時～5時	並木	なし	月4,000円程度	土屋 ☎(042)316-6122	小学生対象
2 Step(ジャズダンス)	毎週火曜 午後7時30分～8時30分	並木	なし	月4,000円程度	嶺 ☎(042)322-8920	中学生～対象

凡例 日 日時 場 場所 会場 対象 内容 講師 指導 指定 定員 費用 申 申込方法 物 持ち物 問 問い合わせ HP ホームページ FAX ファックス ☑ メール 保育あり 託児あり 主催 共催 協力 企画 注 注意事項