

# けやきの樹

平成25年(2013年)

8月15日号  
No.574

編集・発行：国分寺市立公民館

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

## 地域のひろば—並木の会 タイムスリップ第3弾 戸倉・北町・並木町周辺を知ろう

国分寺市の50～60年前をよく知っている2人に、当時の街並みや暮らしぶり、戸倉分水などについて語っていただきます。

話の内容が懐かしく感じられる方も、これから知りたい方も、ぜひおいでください。

日時 9月22日(日)  
午後1時30分～4時  
語り手 小泉 清さん (旧戸倉新田)  
野中 明さん (旧野中新田)

会場 並木公民館  
定員 60人

共催 地域のひろば—並木の会  
並木公民館

申込み 8月16日(金)午前9時から電話または  
直接並木公民館へ (先着順)

## 地域還元講座

### 陶芸教室

土に親しみながら、作品を作りませんか。

回	月日	時間	内容
①	10・2(水)	13:30～16:00	制作
	10・9(水)		
②	10・8(火)	9:30～12:00	制作
	10・15(火)		
	10・22(火)	17:30～18:00	窯詰め
	10・23(水)	8:30～17:00	素焼き
	10・25(金)	13:30～14:30	窯出し
	10・30(水)	13:30～16:30	釉掛け
	11・1(金)	17:30～18:00	窯詰め
	11・2(土)	8:30～21:00	本焼き
	11・6(水)	13:30～16:00	窯出し

\*素焼き・本焼きの窯当番は交代で行います  
指導 並木公民館陶芸グループ  
会場 並木公民館  
定員 ①②コース各10人  
材料費 2,700円程度 (初回集金)  
持ち物 エプロン 手ふきタオル  
申込み 往復ハガキに住所・氏名・電話番号・  
①②コースのいずれかの日程の希望を  
明記。返信面にも住所・氏名を記入の  
うえ、9月1日(日)必着で並木公民館  
へ。多数の場合抽選

## 並木 幼い子のいる親のための教室 子どもを育てること 家族、地域、仲間

子育てのことや家族、自分自身のことを話し合います。そこから気づき、なにか感じることができたらどうでしょうか。子どもは親と離れて、保育室で保育者や子ども同士で過ごします。終了後も、ともに成長できる仲間づくり、継続できる地域での関係を作っていきます。



日程 9月24日～2月4日(火) 全16回  
午前10時～正午  
講師 生島典子さん (ジャーナリスト)  
会場 並木公民館  
対象 並木公民館に徒歩または自転車で通える方  
保育 教室初日に生後6か月以上15人  
おやつ代 子ども1人16回分640円 (初回集金)  
申込み 9月5日(木)までに電話または直接並木公民館へ。未受講者優先。多数の場合抽選。定員に満たない場合は、9月6日(金)以降先着順

## 中庭コンサート



アポロンの竖琴、ライアー。国際的にも数少ないライアー奏者、池末みゆきさんの癒しの音楽を、月明かりのもとで聴いてみませんか。雨の日は、室内での鑑賞になります。  
日時 9月20日(金) 午後7時～8時30分  
(開場 午後6時30分)  
出演 池末みゆき (ライアー奏者)  
曲目 祈り 鎮魂 感謝 ほか  
会場 恋ヶ窪公民館  
定員 50人  
申込み 8月16日(金)午前9時から電話または直接恋ヶ窪公民館へ (先着順)

## 恋ヶ窪 幼い子のいる親のための教室 絵本やわらべ歌の“千カラ”

自分と向き合う時間はありますか。子育て中こそ悩みや考えることがいっぱい。だけど時間がない。そんな親のための教室です。親も子ども仲間とともに学び・励まし合い、絵本やわらべ歌を通して楽しい輪を作りましょう。子どもは親と離れ、保育室で保育者や子ども同士で過ごします。教室終了後も続けられる仲間づくりを目指します。

日程 9月18日～2月26日(水) 全15回  
午前10時～正午  
講師 吉川良子さん  
(元武蔵野市子ども家庭支援センター)  
会場 恋ヶ窪公民館  
対象 恋ヶ窪公民館に徒歩または自転車で通える方  
保育 教室初日に生後6か月以上15人  
おやつ代 子ども1人15回分600円 (初回集金)  
申込み 9月2日(月)までに電話または直接恋ヶ窪公民館へ。未受講者優先。多数の場合抽選。定員に満たない場合は9月3日(火)以降先着順

## 子育てを考える学習会 お手伝いを楽しく

食事の片づけや部屋の掃除、洗濯物干しなど楽しく手伝いできるよう話し合しましょう。  
日時 9月17日(火) 午前10時30分～正午  
アドバイザー 心の東京革命推進協議会  
会場 恋ヶ窪公民館  
定員 10人  
申込み 8月16日(金)午前9時から9月2日(月)までに電話または直接恋ヶ窪公民館へ (先着順)

## 秋の利用者懇談会

来年度の事業計画に向けて、参加したい事業や希望する内容、公民館運営についてご意見をお寄せください。

本多	9月9日(月)午前10時～正午
恋ヶ窪	9月2日(月)午前10時20分～正午
光	9月7日(土)午前10時～正午
もとまち	10月5日(土)午前10時～正午
並木	9月9日(月)午前10時～正午

## 公民館運営審議会日程

本多	9月10日(火) 18:40～20:40
恋ヶ窪	9月2日(月) 18:00～20:00
光	9月9日(月) 18:30～20:30
もとまち	9月30日(月) 18:30～20:30
並木	9月12日(木) 19:00～21:00

公民館	本多	恋ヶ窪	光	もとまち	並木	
住所	本多1-7-1	西恋ヶ窪4-12-8	光町3-13-19	東元町2-3-13	並木町2-12-3	
休館日	8月	19日(月)				
	9月	2日(月)	16日(祝)、23日(祝)			
会場受付開始日	10月分	9月2日(月)	9月2日(月)	8月26日(月)	9月2日(月)	
	11月分	10月7日(月)	10月1日(火)	9月30日(月)	10月1日(火)	
	時間	9:00～9:30	10:00～10:15	9:20～9:50	8:45～9:00	9:10～9:30
	※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。※8月分の申し込みは随時受け付けています。					

### お父さん応援講座 たき火で料理を楽しもう

食欲の秋は何を食べてもおいしいですが、焚き火で作る料理は格別。火の起こし方から焚き火の管理などを学び、楽しみながら地域での仲間づくりのきっかけにしましょう。

日時 9月28日(土) 午前10時～午後2時  
指導 Carol(東京都キャンプ協会加盟団体)  
会場 第八小学校  
定員 父子15組 ※父親1人でも参加できます  
持ち物 軍手 タオル  
材料費 大人500円、子ども300円(当日集金)  
申込み 8月20日(火)午後1時から電話または直接光公民館へ(先着順)

### 外国人のための 生活日本語教室 秋学期(入門～初級)

The life Japanese classroom for a foreigner  
为了外国人的生活日语教室  
외국인을 위한 생활 일본어교실

普段の生活で使える、あいさつの仕方、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に使える日本語を学ぶことができる教室です。どこの国の方でも自由に、いつからでも参加できます。

日時 9月11日～12月4日(水曜日)全13回  
午前10時～11時30分

講師 光公民館生活日本語教室スタッフ  
会場 光公民館  
参加費 無料(Free 免费 早豆)

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)

お願い 近くにお住まいの外国人の方にこの教室の情報を届けてください。

### 子どもまつり参加者募集 (10月13日(日)開催)

子どもまつりで模擬店や舞台発表などを友達同士でやってみたいグループと、駄菓子・ジュース売り、バルーンアートなどを大人と一緒にやりたい人を募集しています。準備会で詳しく話合います。

準備会日時 ①9月10日(火) 午後4時～5時  
②9月27日(金) 午後4時～5時

会場 並木公民館  
対象 小・中学生  
申込み 8月16日(金)午前9時から電話または直接並木公民館へ

### 光 浴育講座 体も心も肌も よさこぶ入浴術

入浴の正しい基礎知識を楽しく学びます。安全で、健康と美容にもよい賢い入浴法を知り、毎日のお風呂をもっと快適なものにしませんか。

月日	内容
9・11	安全で効果的な毎日の家庭入浴
9・18	もっと楽しく、癒しの温泉入浴

日時 水曜日 午後1時30分～3時30分  
講師 青木葉子さん(温泉入浴指導員)  
会場 光公民館  
定員 20人  
テキスト代 300円(初回集金)  
申込み 8月20日(火)午前9時から電話または直接光公民館へ(先着順)

### 地域還元講座

### 女性のための ほぐしてエクササイズ

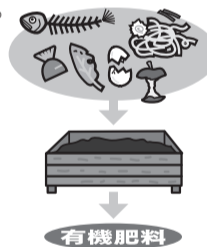
自分でできるリンパマッサージやストレッチ、軽い筋トレを中心とした体操で、肩こりや腰痛、姿勢の歪みを改善するヒントを得ましょう。

日時 9月20日(金) 午後5時～6時30分  
指導 VIVAサークル  
会場 光公民館  
定員 15人  
持ち物 持っている人はマッサージクリーム  
申込み 8月21日(水)午後1時から電話または直接光公民館へ(先着順)

### もともち グループ企画事業 ペランダ・庭先でコンパクト堆肥

生ごみや落ち葉、雑草等で堆肥を作り、きれいな花を咲かせてみませんか。ごみを減らして、緑豊かに暮らす、エコライフを学びましょう。

日時 9月21日(土) 午前10時～正午  
講師 加藤哲郎さん(元東京都農林総合研究センター)  
会場 もともち公民館  
定員 40人  
企画 みどりのゆびの会  
申込み 8月16日(金)午前9時から電話または直接もともち公民館へ(先着順)



### 初めての バルーンアート作り

超初心者向け「バルーンアート」作りの体験講座です。ボランティアの指導を受け、犬、剣などを作ります。体験後、10月の「子どもまつり」で子どもたちに作り方を教えてみませんか。

日時 ①9月5日(木) 午前10時～正午  
②10月13日(日) 午後1時～3時  
会場 並木公民館  
定員 10人 材料費 50円  
申込み 8月16日(金)午前9時から電話または直接並木公民館へ(先着順)

### 子育てを考える学習会

### 幼い子のいる暮らし

子育てに追われる毎日。少し立ち止まって子どものことを話しながら、自分のこと、日々の生活を見つめ直してみませんか。

日時 9月13日(金)・11月5日(火)  
午前10時30分～正午  
ファシリテーター 11/5は近藤牧子さん(早稲田大学)  
アドバイザー 光公民館保育室保育者  
会場 光公民館  
定員 10人  
申込み 8月21日(水)午前9時から電話または直接光公民館へ(先着順)

### 本多 異世代交流事業

### 子どもと大人の交流・体験広場

地域の方の指導で大人と子どもが一緒に体験して楽しんでいます。9月から新しく「かぎ針編みの小物づくり」(指導:NPO法人グリーンハート)も始まります。

	内容	対象
①	かぎ針で編むかわいい小物づくり	小学3年生以上7人(先着順)
②	切り絵を楽しもう	小学4年生以上
③	スポーツチャンバラ	年齢問わず
④	昔話を読もう	年齢問わず

日時 月1回土曜日 午前10時～正午  
材料費 ①のみ1回1人300円程度  
用具 すべて道具は用意してあります  
会場 本多公民館  
申込み 8月16日(金)午前9時から電話または直接本多公民館へ

### 社会問題講座準備会

介護、医療、振り込め詐欺など高齢者にまつわることについて考える講座を来年2月に予定しています。

日時 9月2日(月) 午前10時～正午  
会場 並木公民館  
内容 講座の内容・講師など  
申込み 前日までに並木公民館へ

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、各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
マ・パティ・シンフォニー	第2・4金曜午前10時～正午	本多	1,000円	月3,000円	佐藤☎(090)9016-4949	シャンソンを楽しく歌う 見学大歓迎
NMU(民謡)	毎週木曜午後1時～4時30分	本多	1,000円	月4,000円	村島☎(042)321-0807	初心者大歓迎。心の故郷、歌って民謡
スウォーンクラブ(健康体操)	毎週木曜午前9時～10時30分	光	なし	月2,500円	松島☎(042)575-8269	無理なく焦らず健やかリズム体操