

けやきの樹

平成29(2017)年

6月15日号
No.620

編集・発行：国分寺市立公民館

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

国分寺高校生から学ぶ講座

組立てブロックで遊ぼう

3次元的思考を養う組立てブロックを使い、楽しく作品を作りましょう。作品は光公民館まつりで展示します。

- 日 7/13、9/21・28、10/5 午後4時～6時
7/27、8/3 午前10時～正午
木曜日 全6回 場 光公民館
定 小学生15人 ※保護者の見学可
協 都立国分寺高校レゴ部
申 6月22日(木)までに電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月23日(金)以降先着順

男性のための食生活講座

おひとりさまの夏ごはん

夏を元気に過ごす料理を作ります。調理が初めての人でもみんなで楽しく料理をしましょう。初回は「夏の定番そうめんメニュー」、2回目は「夏を元気に越すメニュー」です。

- 日 7月4日・11日(火)
午前10時～午後0時30分
講 宮崎美紀さん(女子栄養大学)
場 ひかりプラザ 定20人
料 ¥1,500円(初回集金)
物 エプロン 三角巾 タオル
申 6月22日(木)までに電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月23日(金)以降先着順

夏休み子どももクッキング

給食を作ってみよう

栄養士・調理員と一緒に美味しい給食を自分たちでも作ってみましょう。

対象	①日時	②定員	③材料費	④メニュー
小学4～6年生	① 7・26(水) 9:30～12:00	② 20人	③ 400円(当日集金)	④ サラダうどん・白玉ポンチ
小学1～3年生	① 7・26(水) 13:30～15:00	② 20人	③ 200円(当日集金)	④ パンケーキ・クリームソーダ

指 市学校栄養士・調理員

場 ひかりプラザ

物 エプロン バンダナ タオル ふきん 水筒
申 往復ハガキに講座名・住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・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、6月22日(木)必着で光公民館(住所は下表)へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月23日(金)以降先着順

注 アレルギー対応はできませんのでご了承ください。スニーカー等で参加してください

光

おとなの社会科見学

ウオッチ・物流の現場

近年、宅配便の取扱量は急増し、「再配達」「人手不足」などの問題も指摘されています。宅配便の現場を見学し、歴史などを学びましょう。

- 日 7月21日(金)
集合 午後2時20分
京浜急行穴守稲荷駅改札
見学先 ヤマト運輸羽田クロノゲート
解散 午後4時30分ころ 定20人
申 6月29日(木)までに電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月30日(金)以降先着順。参加者には後日詳しいしおりを送ります



中学生に習う初級パソコン教室

入力のしかたとチラシの作り方

パソコンの基本操作と「Word」でのチラシの作り方を学びます。中学生にわからないことを聞きながら、操作方法を身につけましょう。

- 日 7月8日・15日(土) 午後2時～4時
指 光パソコンの会
補 第三中学校生徒
場 第三中学校(コンピューター室)
対 パソコン初心者で両日参加できる方
定 20人 料 ¥テキスト代200円(初回集金)
申 6月16日(金)午前9時から電話または直接光公民館へ(先着順)。本講座未経験者優先

地域還元講座

体験しよう ゆかたの着付け

日本伝統のゆかたを自分で着付けて花火大会や夏祭りに出かけてみませんか。

- 日 7月23日(日) 午前10時～正午
指 装の会 場 光公民館
対 小学生から大人(女性のみ) 定10人
物 ゆかた 肌着 半巾帯 帯板 腰ひも3本 伊達締め1本 浴用タオル2本
申 6月29日(木)までに電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月30日(金)以降先着順



本多

中学生に習う初級パソコン教室

今はじめよう パソコン操作

はじめてパソコンにふれる人。「基本操作はできるけれど、なかなか難しい」と感じている人。中学生が操作のサポートをしてくれます。

- 日 7月24日(月)・25日(火)・26日(水)
① 午前の部 午前10時～正午
パソコン未経験者(主にWordを学びます)
② 午後の部 午後1時30分～3時30分
基本操作ができる人(主にExcelを学びます)
講 奥田麻里子さん(パソコンインストラクター)
補 第二中学校生徒
場 第二中学校(コンピューター室)
対 ①②とも3日間参加できる人 定各20人
申 6月16日(金)午前9時から電話または直接本多公民館へ(先着順)



防災講座

地域で考えるイザという時の備え

時と場所を選ばないのが災害です。つい「自分は大丈夫」と思いがちですが、いざという時のために、日頃からの備えを一緒に考えてみませんか。

月日	内容	講師
① 7・20(木)	いのちを守るための防災	池上三喜子さん(市民防災研究所)
② 7・27(木)	普段から役立つ防災の知識	
③ 7・29(土)	市民防災まちづくり学校合同講座「上級救命講習」	

- 日 ①②午前10時～正午③午前8時45分～午後5時
定 30人 場 本多公民館
備 防災安全課 本多公民館
申 6月21日(水)までに電話または直接本多公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月22日(木)以降先着順

公民館事業企画募集

「こんな講座があったら参加してみたい」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。

並木

子どもまつりを一緒に盛り上げよう

9月10日(日)に開催する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ましょう。参加希望者は準備会に参加してください。初めて参加してみたいと思っている子のためにオリエンテーションも行います。

- 日 オリエンテーション
① 6月24日(土) 午前11時15分～11時45分
② 6月29日(木) 午後3時30分～4時
準備会 ① 8月16日(水) 午前10時～正午
② 8月23日(水) 午前10時～正午
場 並木公民館 対 小学生～高校生 申 不要。直接会場へ

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	6月	19日(月)			
	7月	3日(月)			
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971
受付日	9月分	7月10日(月) 9:30～10:00			
	10月分	8月10日(木) 9:30～10:00			
※6月1日(木)から公共施設予約システムの運用が開始されました。会場受付日以降の施設の予約は、使用前月の1日の9時から(1日が休館日の場合は翌平日)からインターネットまたは公民館窓口においてある専用端末での受付になります。					

第2期公民館運営サポート会議日程	
本多	7月14日(金) 午前10時～正午
恋ヶ窪	7月7日(金) 午前10時～正午
光	7月18日(火) 午前10時～正午
もとまち	7月5日(水) 午前10時～正午
並木	7月13日(木) 午前10時～正午

主催事業は市内在住・在勤・在学の方対象で、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 内容 講師 指指導 場所・会場 対対象 定定員 料費用 物持ち物 保保育あり 託託児あり 催主催 共催 協協力 企企画 申申込方法 問問合わせ FAXファックス メール 注注意事項

託児付き子育て講座

もとまち

第4回 防災シンポジウム

地域でイキキ暮らそう

生活をちょっと変えたい育児中のあなた。身近なところにも活躍の場はあります。地域で活動する方の体験談を聞きながら考えませんか。

6・27	育児プラスアルファ生活のススメ 講 新井浩子さん(早稲田大学)
7・4	お気に入りの写真を飾ろう 講 福山 恵さん(ワーカーズ風ぐるま)
7・11	ヨガで心も身体もリフレッシュ 講 吉田友映さん(ヨガインストラクター)

日 火曜日 午前10時～正午

場 もとまち公民館 定20人

託 講座初日に生後6か月～未就学児12人

料 ¥300円(7/4材料費)、託児のおやつ代120円

申 6月20日(火)午後5時までに電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月21日(水)以降先着順

注 持ち物などの詳細は別途連絡します

第38回 地域で平和について考える集い

「グローバル経済と日本 PartII」

成熟日本と言われながら、赤字国債を抱える日本の財政。今、アメリカをはじめ世界の国々の経済政策が揺れ動いています。その実態を学び、日本経済と私たちの未来を展望しましょう。

日 7月22日(土) 午後2時～4時

講 浜 矩子さん(同志社大学)

場 もとまち公民館 定60人

催 地域で平和について考える集い実行委員会
もとまち公民館

申 6月18日(日)までに電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月20日(火)以降先着順

四中生に習う初級パソコン教室

パソコンでいろいろ挑戦してみよう

初級者を対象に、文字入力練習、誕生日カードや一月の予定表作成などを中学生のサポートを受けながら学びましょう。

日 7月26日(水)・27日(木) 午前10時～正午

講 打越和枝さん(パソコンインストラクター)

■ 補助 第四中学校生徒

場 第四中学校(コンピューター室)

定 両日参加可能で、ローマ字入力のできる20人

申 6月16日(金)午前9時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)

災害後の「自活一週間」について考える

いつどこで起こるか分からない災害。まず一週間を過ごすために何が必要か、自分たちでできることは何か。地域の防災についてグループでの話し合いを通して一緒に考えてみましょう。エコノミークラス症候群予防体操も行います。

日 7月9日(日) 午前10時～正午

講 市防災安全課職員

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 6月16日(金)午前9時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)

日本を知るVI

江戸の文化を再発見

今回の聴講生を募集します。

テーマ 江戸の花見(小金井桜を中心に)

日 7月5日(水) 午後3時～5時

講 大石 学さん(東京学芸大学)

場 もとまち公民館 定10人

申 聴講希望の方は6月16日(金)の午前9時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)

恋ヶ窪 託児付き子育て講座

スクラップブックで今を残そう

子どもの写真はたくさん撮るけれど、なかなか整理する時間がない子育て期。スクラップブックを通して、地域で子育て仲間を作りませんか。

6・23	ペーパーフレームをかわいくアレンジ
6・30	ミニアルバムでたっぷり飾ろう
7・7	ボックスアルバムでグレードアップ
7・14	仲間と続けるスクラップブック

日 金曜日 午前10時～正午

講 橋由サオリさん

(スクラップブックインストラクター)

場 恋ヶ窪公民館 定乳幼児を持つ親15人

料 材料費2,000円・託児おやつ代160円(初回集金)

物 はさみ テープのり 写真5枚程度

託 講座初日に生後6か月～未就学児15人

申 6月18日(日)までに電話または直接恋ヶ窪公民館へ。保育室未経験者優先。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月20日(火)以降先着順

恋ヶ窪 シネマ恋ヶ窪 上映会

「わたしはマララ」

2015年 上映時間88分 アメリカ合衆国
監督 デイヴィス・グッゲンハイム

「女子にも教育を」と訴え2012年にタリバンに頭部を銃撃されるも一命を取りとめ、やがて回復し、再び立ちあがった15歳の少女マララ・ユスフザイ。史上最年少でノーベル平和賞を受賞した彼女のさまざまな活動と、生い立ちや家族との絆、さらに素顔に迫る人物ドキュメンタリー映画です。

日 7月6日(木) 午前10時～正午

場 恋ヶ窪公民館 定30人

申 6月20日(火)までに、電話または直接恋ヶ窪公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月21日(水)以降先着順

グループ共催事業

恋ヶ窪コンサート

～ダ・ヴィンチとその時代の音楽～

NHK-FM「古楽の楽しみ」のパーソナリティーを講師に迎え、ダ・ヴィンチとその時代の音楽の話と演奏を楽しみます。

日 7月8日(土) 午後7時～9時

講 関根敏子さん(音楽評論家)

場 恋ヶ窪公民館 定40人

催 古楽コンサート 恋ヶ窪公民館

申 6月20日(火)までに、電話または直接恋ヶ窪公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、6月21日(水)以降先着順



中庭コンサート準備会

ロビーのように自由に使える場として、子どもから大人まで集う中庭で、コンサートを企画してみませんか。秋に開催の予定です。

日 6月30日(金) 午後2時～4時

内 日時・内容・出演者など 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

中庭キッズ水遊び準備会

7月末から乳幼児の水遊びのために中庭を開放します。子どもたちが地域の友だちと楽しく遊べるよう一緒に企画・開催しませんか。

日 6月27日(火) 午前10時30分～正午

内 日時・内容・イベント企画など

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

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
K E S S(英会話)	毎週水曜 午後7時30分～9時30分	本多	2,000円	月3,500円	西山☎(042)325-9835	米国人講師と楽しく学ぶ英会話。会話に慣れて五輪でいかす。見学歓迎
油絵同好会	第1・3土曜 午前9時～正午	本多	なし	月1,500円	横堀☎(042)327-9130	初心者歓迎。モチーフは自由です
パリ会	毎週火曜 午後1時30分～4時	本多	2,000円	月3,000円	柳澤☎(042)325-6743	親切指導初心者も大歓迎。見学随時。素敵な時間を油絵で楽しみましょう
マ・ペティ・シンフォニー(シャンソン)	第1・3水曜 午前10時～正午	本多	1,000円	月3,500円	高田☎(090)9846-7245	初心者歓迎。見学自由
歌の会野ばら	第2火曜・第4金曜 午後7時～9時	本多	なし	月3,000円	森田☎(042)572-5069	毎回本格的な発声練習からレッスンに入ります。歌の好きな人大歓迎
写友会・四季(写真の会)	第4金曜 午後2時～4時	恋ヶ窪	1,000円	月1,000円	牛山☎(042)573-3149	参加者全員の写真を一枚ごとに先生が講評。「がんばるぞ」と元気になります
あおぞら会(水彩画)	第1・2・3木曜 午後1時～5時	光	なし	月3,000円	矢下☎(042)573-5366	初心者歓迎。見学自由
きしゃぼっぽ(ベビー&幼児リトミック)	月3回火曜 午前9時20分～正午	光	なし	年 500円 月3,000円	岡崎☎(090)5406-5994	季節の歌や造形を親子で楽しむリトミック。無料体験、随時受付中
日本舞踊 翔舞会	第2・4木曜 午後1時～4時	もとまち	なし	月2,000円	さげさか 提坂☎(042)576-2741	楽しく踊りたい方ぜひご参加ください
裂織糸遊	第4日曜 午前10時～正午	もとまち	なし	月1,500円	井上☎(090)6716-0520	古布を裂き織物にします。初めての方にも講師が丁寧に指導します

凡例 日 日時 内 内容 講 講師 指 指導 場 場所 会 会場 対 対象 定 定員 料 費用 物 持ち物 保 保育あり 託 託児あり 催 主催 共 共催 協 協力 企 企画 申 申込方法 問 問い合わせ FAX ファックス E メール 注 注意事項