

けやきの樹

令和3(2021)年

10月15日号
No.672

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

来館・講座参加時のお願い

～この掲載内容は10月1日現在のものです。講座・イベントは中止・延期または開催方法を変更する場合があります～

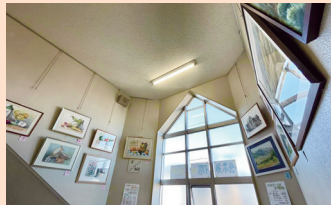
- 当日、37.5度以上(または平熱比1度超過)の発熱や、息苦しさ、だるさ、咳・咽頭痛などの症状がある場合は、来館をご遠慮ください。
- アルコールによる手指消毒と非接触式電子温度計による検温をお願いします。
- マスクを持参し、館内では必ず着用してください。
- ソーシャルディスタンスを保った座席配置をお守りください。
- 換気のため窓を開放するので、体温調節のしやすい服装で来館してください。

ひかりウィーク

～活動紹介・作品展示～

日程 10月23日(土)～29日(金)
時間 午前9時～午後5時
(最終日は午後3時まで)
会場 光公民館
共催 ひかりウィーク実行委員会 光公民館

例年の「光公民館まつり」に代わり、今年は展示期間を設けて「ひかりウィーク」として実施します。館内全体を使った各グループの作品展示や活動紹介を見に来てみませんか。2階ロビーでは、音楽やダンスの発表動画、グループ活動の様子がわかるスライドショーなどを上映します。



- 展示**
(期間中毎日)
- 1階 油絵
 - 2階 絵手紙 折り紙 手芸
保育グループ活動紹介ほか
- (10/23・24のみ)
- 2階 小品盆栽
パソコン学習グループ作品

- 動画上映** ハワイアンダンス オカリナ コーラス 詩吟 保育グループ・パソコン学習グループ活動紹介
- ※2階ロビーに大型テレビを設置し、合わせて30分程度の映像を繰り返し上映します
- 申**不要。直接会場へ。館内の人数によっては、入場を一時的に制限する場合があります

令和3年度文部科学省受託事業「くぬぎカレッジ」 障害を理解するための講座② 疑似体験から学ぼう

知的障害のある方は、世界をどのように見て感じているのでしょうか。体験型ワークショップを通して理解を深め、コミュニケーションや支援の方法を考えてみましょう。

- 11月20日(土) 午後2時～4時
- 講**新宿区手をつなぐ親の会キャラバン隊Winds
- 場**本多公民館 **定**20人 **催**国分寺市立公民館
- 申**10月25日(月)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、10月26日(火)以降先着順

並木 人生100年時代講座 地域の仲間づくり

「人生100年時代」に自分がやりたいことを見つけてみませんか。資産・健康・地域の伝統行事・趣味やボランティアなど、自分が気になるテーマを探し、近いアイデアを持つ人とともに話し合いながら、次のステップに進みましょう。

- 11/21 今までの自分を振り返るワークシートを作成しながら興味を整理する
- 11/28 テーマ別グループワーク

- 日曜日** 午後2時～4時
- 講**生島典子さん(フリーライター)
- 場**並木公民館 **定**20人
- 企**人生100年時代講座企画委員会
- 申**10月15日(金)午前9時から電話または直接並木公民館へ(先着順)

公民館保育室体験会

公民館には保育室があり、保育付き講座に参加中、子どもを預かります。どのような部屋でどのような遊びができるか体験してみませんか。

- 本多** 11/16(火)午前10時～正午(2部制) **定**各10組
- 並木** 10/28(木)午前11時～正午 **定**8組

- 対**未就学児の親子 妊娠中の方
- 申**各日程の1週間前までに電話または直接各公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、各日程の1週間前以降先着順
- 注**詳しくは、各公民館へ

公民館運営審議会日程

- どなたでも傍聴できます。
- 日**10月25日(月) 午後2時～3時30分
- 場**本多公民館 **申**前日までに本多公民館へ

公民館運営サポート会議

- どなたでも傍聴できます。
- 恋ヶ窪** 11月12日(金)午前10時30分～11時30分
- もとまち** 11月10日(水)午前10時～11時
- 場**各公民館 **申**前日までに各公民館へ

光 お父さん応援講座

家族と一緒に

家族で楽しめるキャンプのノウハウと、いざという時の応急救護について、講義と実習を通して学びます。

- 11/21 初心者向けファミリーキャンプのコツ
講加藤征彦さん (キャンプディレクター)
物軍手 タオル
- 12/5 家族を守る応急救護
講国分寺消防署員 **物**タオル
注緊急出動等の関係で講座を中止もしくは内容を変更することがあります

- 日曜日** 午前10時～正午
- 場**光公民館 **定**12人
- 託**講座初日に生後6か月以上の未就学児8人
- 申**10月28日(木)までに電話・メール(アドレスは裏面下を参照)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、10月29日(金)以降先着順

並木 子育て関連講座

自分のためのリフレッシュタイム

何かに没頭したり、自分の時間に集中することで、毎日頑張っている心と身体をリフレッシュしましょう。

- 日**11月4日～令和4年1月27日(木)
午前10時～正午 全10回
- 内**絵本を読む(大人のための絵本、子どもに読み聞かせたい絵本)・ヨガ・陶芸品作り
- 指**おはなしのくにピッピ
ヨガサークル リ・フレッシュ
陶芸グループ
- 場**並木公民館
- 対**子育て中の親
- 定**10人



- 料**300円(陶芸の材料費として初回集金)
- 保**講座初日に生後6か月以上の未就学児6人
- 10月28日(木)にオリエンテーションをします
- 申**10月25日(月)までに電話または直接並木公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、10月26日(火)以降先着順

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	10月 18日(月)				
	11月 1日(月)・15日(月)		3日(祝・水)・15日(月)・23日(祝・火)		
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971
受付期間	抽選申込期間は、使用前々月の11日～19日です。それ以降の施設予約は、使用前月の初日の午前9時からインターネットまたは公民館窓口(初日が休館日の場合は翌開館日)においてある専用端末機での受付になります。システムを使用した予約は使用日の4日前までです。使用日の3日前までに「使用申請書」を必ず公民館窓口へ提出してください。詳しくは各公民館にお問い合わせください。				

主催事業は市内在住・在勤・在学の方対象です。市外の方が参加できる事業もありますので、各公民館にお問い合わせください。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 <https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/>

凡例 日 日時 内容 講師 指導 場所 会場 対象 定員 費用 物持ち物 保育あり 託児あり オンライン 主催・共催 協賛 企画 申込方法 問い合わせ フォックス メール 注意事項

恋ヶ窪 スマートフォン講座

ゼロから始めるスマートフォン

今はスマートフォンを持っていない方、持っているが使い方がわからないという方もいるのではないのでしょうか。この機会に、電源の入れ方から通話、文字入力など、基本的な使い方を身につけましょう。

日10月28日(木)・29日(金) 午前10時～正午 講小林章一さん(スマートフォンアドバイザー)

場恋ヶ窪公民館

対スマートフォン初心者 定10人

物iPhone (iPhoneを持っていない方は事前にご連絡ください)

申往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・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、10月21日(木)必着で恋ヶ窪公民館(住所は表面下参照)へ。多数の場合は抽選

健康講座

からだ 身体のくせを知る

コロナ禍で、家族の健康を守る大切さを今まで以上に感じる方もいるのではないのでしょうか。毎日を健やかに暮らすため、身体のくせを知って、自身の健康維持の方法を充実させてみませんか。

日11月20日(土)・21日(日) 午前10時～正午 講吉田直美さん(整体師)

場恋ヶ窪公民館 定10人

物動きやすい服装 タオル 飲み物

申10月27日(水)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、10月28日(木)以降先着順

並木 並木コンサート

聴いて奏でて楽しむ打楽器コンサート

太鼓によるオープニングで始まる打楽器コンサートです。前半はマリンバの演奏を聴き、後半は参加者も一緒に、いろいろな打楽器を曲にのせて奏でます。

日11月13日(土) 午後2時～3時10分

■出演 林 みづほ(打楽器演奏家)

■曲目 トリッチトラッチポルカ グリーンスリーブス 天国と地獄 など

場並木公民館

定25人

申11月1日(月)までに電話または直接並木公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、11月2日(火)以降先着順

並木芸術ギャラリー

市民から募集した多彩な作品で館内がにぎわいます。作品は3週間ごとに入れ替わります。この機会にぜひご覧ください。

■展示期間 11月2日(火)～令和4年3月27日(日)

※休館日を除く

内絵画・写真・陶芸・手芸などの作品展示

場並木公民館



歴史講座

国分寺市域の新田開発

新田開発により生まれた国分寺市の社会基盤と生活基盤を当時の時代背景をふまえて学びます。2回目は「恋ヶ窪村分水」を実際に訪れます。

Table with 2 columns: Date (11/10, 11/17) and Speaker (武藤 功さん, 佐藤敬臣さん) and Topic (新田開発, 市重要史跡「恋ヶ窪村分水」の見学)

日水曜日 午前9時30分～正午 ※②は、雨天の場合は19日(金)に実施

場恋ヶ窪公民館 定13人

申10月21日(木)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、10月22日(金)以降先着順

恋ヶ窪公民館運営サポート会議との共催事業

公共施設をデザインする 企画運営メンバー募集

公民館・図書館や学校をはじめとする公共施設は、コミュニティ形成にとって重要な役割もっています。これからの公共施設に求められるものは何か考える講座の準備会を実施します。

日10月27日(水) 午前10時～正午

場恋ヶ窪公民館 定10人

申10月19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)

本多 スマートフォン講座

スマホにトライ

基本操作からアプリケーションの使い方まで楽しく覚えて、さまざまな生活の場面で活かしましょう。初中級クラスは文字入力および基本操作ができる方が対象です。

Table with 3 columns: Date (11/4, 11/11, 11/18) and Topics (画面の点け方, 指の使い方, 音声入力, etc.)

日木曜日

講スマートフォンアドバイザー

場本多公民館

定初心者クラス20人 初中級クラス15人

申往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・参加希望クラス(どちらか一つ)を明記(1人1枚)。返信面にも住所・氏名を明記のうえ、10月25日(月)必着で本多公民館(住所は表面下参照)へ。多数の場合は抽選 ※人数分のスマートフォン(iPhone)を用意します

もとまち 第42回地域で平和について考える集い

アメリカ政治の分断・変動と日米関係

トランプ共和党政権からバイデン民主党政権に代わった大統領選挙から1年。しかし、アメリカ国内の政治的分断はまだまだ根強く残っています。その根底にある問題とアメリカの変化が及ぼす日本への影響について、防衛大学校長で、アメリカ政治が専門の講師から学びましょう。これからの日本の平和と私たちの暮らしについてともに考えてみませんか。

日11月6日(土) 午後2時～4時

講久保文明さん (東京大学名誉教授)

場もとまち公民館

定40人

申往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・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、もとまち公民館(住所は表面下参照)へ。10月22日(金)消印有効。多数の場合は抽選



学芸大生とつくる講座

つくってあそぼう! 巨大すごろく

47都道府県を舞台にしたすごろくをつくってあそびます。参加者がコマとなり、ミニゲームを楽しみながらマスの上を移動して、日本各地を巡ります。なかなか行けなくなってしまった旅行。すごろくで旅気分を味わってみませんか。

Table with 2 columns: Date (11/7, 11/21) and Topic (日本列島を調べて、巨大すごろくづくり, みんなで巨大すごろくに挑戦)

日曜日 午後2時～4時

場もとまち公民館

対小学3年生以上

定12人

催東京学芸大学生涯学習教室

もとまち公民館

申10月27日(水)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、10月28日(木)以降先着順

注②の回は動きやすい服装でご参加ください

歴史講座

発掘された国分寺市2021

近年、発掘調査により市内で発見された遺跡や遺構について紹介します。武蔵国分寺跡資料館で開催された夏季企画展の内容を中心に解説します。

日11月17日(水) 午後2時～3時30分

講ふるさと文化財課職員

場もとまち公民館

定40人

申10月25日(月)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、10月26日(火)以降先着順

ツイッターでも情報発信しています ぜひフォローしてください

アカウント名: 国分寺市立公民館 @koku_kouminkan



凡例 日日時 内容 講師 指導 場所・会場 対象 定員 費用 持ち物 保育あり 託児あり オンライン 主催・共催 協力 企画 申込方法 問い合わせ 備考

Table with 7 columns: Group Name, Activity Date, Venue, Entrance Fee, Fee, Contact, Remarks

本多 honda-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 恋ヶ窪 koigakubo-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 光 hikari-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp もとまち motomati-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 並木 namiki-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp