

国分寺市立公民館だより

けやきの樹

No.567
2013(平成25)年
2月1日

講座の内容など詳細は公民館へお問い合わせください。
国分寺市ホームページからも『けやきの樹』がご覧になれます。<http://www.city.kokubunji.tokyo.jp>

今月の事業

スクラップブッキングと 小さな人形を作ろう

■もとまち
(042) 325-4221

公民館を考える講座

大人気のスクラップブッキングと、小さくて
かわいい人形を作りましょう。

日程 2月14日(木)・15日(金)・21日(木)・22日(金)
全4回 午前10時～正午
講師 高橋美穂さん(手芸作家)
定員 12人
材料費 900円(初日持参)
持ち物 裁縫セット ほお紅 写真4～6枚 ほか
会場 もとまち公民館
申込み 2月4日(月)午前9時から電話または
直接もとまち公民館へ

公民館を取り巻く状況を知り、もとまち
公民館の今後を考えます。3回目には、臨時の
利用者懇談会を開催し、第18期公民館運営審議
会委員候補者の選出も行う予定です。

①	3・6 (水)	公民館とは	田中雅文 (日本女子大学)
②	3・14 (木)	公民館を取り巻く 状況	倉持伸江 (東京学芸大学)
③	3・21 (木)	公民館の運営を 考えるために	第17期もとまち公 民館運営審議会

時間 午後6時30分～8時30分
会場 もとまち公民館
共催 第17期もとまち公民館運営審議会
もとまち公民館
定員 ①②は30人(受付け先着順)
申込み ①②は、2月5日(火)午前9時から電
話または直接もとまち公民館へ
③は、前日までにもとまち公民館へ

第7回ファミリー運動会準備会

地域会議の事業として、6月16日(日)に実施
予定の第7回「ファミリー運動会」の準備会です。
日時 2月12日(火)午後6時30分～8時30分
内容 新体制の検討等
会場 もとまち公民館
申込み 不要。直接会場へ

もとまち上映会

女帝〔エンペラー〕

2006年 映画 131分 監督 ファン・シャオガン
撮影 レイモンド・ラム 出演 チャン・ツイイー ほか
シェイクスピアの四
大悲劇『ハムレット』を
ベースに、純粋な愛と
艶かしい欲望が交錯す
る女たちの復讐劇です。
日時 2月23日(土)



①午前10時～午後0時10分
②午後2時～4時10分
※開場は30分前。上映中は入場できません
会場 もとまち公民館
定員 各回60人(受付け先着順)
申込み 2月4日(月)午後1時から電話または
直接もとまち公民館へ

■並木
(042) 321-9971

社会問題講座

政権交代で何が変わるのか

政権交代に伴う今後の課題・展望などについ
て「経済政策」「政局」「外交・安全保障」の面か
ら新聞記者が切り込みます。

3・2	デフレからの脱却に向けた 金融政策・消費税の行方	中村宏之 (読売新聞社)
3・9	自公連立で絶対多数を背 景にした政局運営の行方	河島光平 (読売新聞社)
3・16	アメリカ・中国との関係。沖 縄米軍基地や領土問題	松永宏朗 (読売新聞社)

日時 土曜日 午前10時～正午
会場 並木公民館
定員 33人(受付け先着順)
申込み 2月4日(月)午前9時から電話または
直接並木公民館へ

女性のための健康講座

自然治癒力を高めよう

日常で感じる小さな不調を自分でケアできたらいいと思いませんか。お灸お灸やアロマで心と体のバランスを整え、自然治癒力を高めましょう。

2・14	ツボ押しとお灸の実践
2・21	アロマクラフトとハンドマッサージ

日程 木曜日 午後2時～4時
 講師 岩波多季笑たきえさんしんきゅうし(鍼灸師)
 会場 光公民館
 定員 10人(受付け先着順。11月の講座未経験者優先) ※子連れ参加可。託児なし
 服装 肩・足ひざから下)・腕ひじ(肘から下)を出しやすい服装
 持ち物 フェイスタオル 鏡(コンパクト等)
 材料費 400円(初回持参)
 申込み 2月4日(月)午前9時から電話または直接光公民館へ



(042) 576-3991

男性のための食生活講座

おひとりさまのどんぶりメニュー

おかずとご飯がバランス良く食べられるどんぶりメニューで、手軽に美味しい料理を楽しみましょう。料理初心者も気軽に参加できます。

2・25	朝食にもOK あったかヘルシー丼
3・4	ボリュームたっぷり カロリー控えめ丼
3・11	めんもいける スープたっぷり丼

日程 月曜日 午前10時～午後0時30分
 講師 宮崎美紀さん(女子栄養大学)
 会場 光公民館
 定員 15人(受付け先着順)
 持ち物 エプロン 三角巾 タオル
 材料費 1,500円(全3回分、初回持参)
 申込み 2月5日(火)午前9時から電話または直接光公民館へ

PIKA ☆ ROCK Music Ground ZERO Vol.53

公民館のスタジオを使っているバンドが中心となってライブを行います。いろいろな年代のバンドが、さまざまなジャンルの音楽を演奏します。

日時 2月16日(土)・17日(日)
 午後1時30分～7時
 会場 光公民館
 申込み 不要。入場無料

普通救命講習会

いざという時に必要な心肺蘇生法そせいやAEDの使用法を含んだ普通救命講習会です。修了後には消防庁から認定書が交付されます。

日時 2月19日(火) 午後1時～4時
 指導 国分寺消防署 救急協会
 会場 光公民館
 定員 20人(受付け先着順)
 教材費 1,400円(当日持参)
 共催 光町北部自治会 光公民館
 申込み 2月4日(月)午後1時から電話または直接光公民館へ

地域還元講座

パソコンでデジカメ写真を楽しもう

デジタルカメラで撮った写真をパソコンに取り込み、修整と写真を利用した簡単なカレンダーの製作について講習会を行います。

日程 2月15日(金) 午後1時30分～4時
 16日(土)・17日(日) 午後2時～4時
 指導 光パソコンの会
 会場 ひかりプラザ (JR国立駅北口徒歩5分)
 定員 初心者で3日間とも参加できる19人
 教材費 500円 (初回持参)
 OS Windows フォトギャラリー
 申込み 往復ハガキに住所・氏名・電話番号を明記。返信面にも住所・氏名を明記のうえ、2月7日(木)必着で光公民館へ(あて先は最終ページ)。申込み多数の場合は抽選

地域還元講座

春をうたおう

まだ寒い日々ですが、歌で春を呼びましょう。楽譜が読めなくても大丈夫。ピアノに合わせて思いきり声を出しましょう。

日時 2月26日(火)
 午後2時30分～4時30分
 指導 ひかりコーラス
 会場 光公民館
 定員 30人(受付け先着順)
 申込み 2月5日(火)午後1時から電話または直接光公民館へ

■ **本多**
(042) 321-0085

防 災 講 座

地域の防災意識を高めよう

突然起こる災害に備え、日ごろの備えや、地域の取り組みについて学びましょう。

2・28	国分寺市の防災対策について	市くらしの安全課
3・14	避難訓練 救命救急講習	国分寺消防署
3・21	防災講話	吉井博明 (東京経済大学)

日 程 木曜日 午後2時～4時

会 場 本多公民館

定 員 20人(受付け先着順)

申込み { 2月5日(火)午前9時から電話または
直接本多公民館へ

※3月14日の避難訓練は、本多公民館と本多図書館合同で実施します。

くぬぎ教室 発表・報告会

本多・並木・恋ヶ窪公民館では、18歳以上の知的障害者を対象とした「くぬぎ教室」を開催しています。

本多・並木公民館の1年間の活動の発表、報告を行いますので、地域の皆さん、気軽にお越しください。また、教室への参加希望者や、スタッフとして活動してみたい方は見学ができます。

【本多 発表会】

日 時 3月3日(日) 午後1時～3時

会 場 本多公民館

内 容 和太鼓・合唱・ダンス・みんなでレクリエーション ほか

【並木 報告会】

日 時 3月3日(日) 午後1時～3時

会 場 並木公民館

内 容 和太鼓・合唱・作品の展示 ほか

☆グループ協働事業 グループの体験をしませんか☆

本多公民館で活動しているグループが、定例活動を公開します。体験をして、その後グループに仲間入りすることができます。
(対象：★は女性のみ)

グループ(内容)	公開(体験)日	定員	指導者
唄の会 野ばら(カラオケ)	2月12日(火) 19:30～21:30	なし	藤井博司
ピヨピヨ(リトミック等) (1歳6か月～3歳とその母親)	2月13日(水) ①10:00～11:00 ②11:00～12:00 ※クレヨン・お絵描き帳持参	①8人 ②10人	野口嘉奈子 佐保秋子
コーア・エルフェン(女声合唱) ★	2月14日(木) 10:00～12:00	2～3人	庄司由美子
グリーンハーモニー(女声合唱) ★	2月15日(金) 14:00～16:00	2～3人	熊谷 晃
あじさい歌謡(演歌・歌謡曲)	2月17日(日) 13:00～15:00	なし	林 こずえ
花のゆりかごなでしこ会(カラオケ)	2月19日(火) 10:00～12:00	なし	林 こずえ
ラ・ヴィ・アン・ローズ (新婦人小組 シャンソン) ★	2月19日(火) 13:30～15:30	5人	ささいはるみ
木曜会(油絵・水彩・デッサン)	2月21日(木) 10:00～12:00 ※水彩・パステル・クレヨンの いずれかを持参	5人	葛坂尚志
国分寺シルバーコーラス (コーラス練習) ★	2月22日(金) 10:00～12:00	10人	小林由樹
紀の会(健康体操) ★	2月23日(土) 10:00～11:30 ※運動に適した靴を持参	なし	渡辺紀子
ばすてる会(パステル画ほか)	2月27日(水) 13:30～16:30	2～3人	伊庭野 肇

会 場 本多公民館 参加費 無料

申込み 2月2日(土)午前9時から電話または直接本多公民館へ(当日参加不可)

恋ヶ窪
(042)324-1926

アロマ講座

アロマで毎日いきいき

アロマテラピーを通して自分を解放し、地域に友達を作って一緒に学びませんか。

2・25	香りのミニボトル(飾り)作り
3・4	シアバター入りハンドクリーム作り
3・11	ハンドマッサージ体験

日程 月曜日 午前10時～11時30分
 講師 谷口紀美代さん
 会場 恋ヶ窪公民館
 定員 10人(受付け先着順)
 材料費 1,500円(3回分・初回持参)
 申込み { 2月4日(月)午前9時から電話または
 直接恋ヶ窪公民館へ

グループとの協働事業

初心者のための 上手な写真の撮り方

写真について学びましょう。

2・21	カメラの取扱説明と撮影方法
2・28	撮った写真の講評

日程 木曜日 午後2時～4時
 指導 写友会
 会場 恋ヶ窪公民館
 定員 15人(受付け先着順)
 持ち物 1回目 カメラ(できれば)
 2回目 写真(2L判以下3枚まで)
 申込み { 2月4日(月)午前9時から電話または
 直接恋ヶ窪公民館へ

保育調整会議

新年度の活動グループ募集

公民館保育室活動は、保育室に子どもを預けることを通して、親たちの抱えている問題を語り合う学習活動です。

5月から来年2月まで平日の午前中、定期的に公民館活動をするグループは、活動曜日の希望およびメンバーについて、利用する公民館に連絡のうえ、調整会議にご出席ください。調整会議では、活動曜日・活動日・保育人数などの調整をします。定例的なグループ活動のほかに、保育室活動を考える会への出席や公民館祭への参加などがあります。

対象は市内在住で保育開始月に生後6か月以上の未就学児。参加できるのは1館です。

本多	3月5日(火) 10:00～12:00
恋ヶ窪	2月26日(火) 10:00～12:00
光	3月1日(金) 10:00～11:30
もとまち	2月26日(火) 10:00～12:00
並木	3月11日(月) 10:00～12:00

公民館運営審議会日程

本多	2月12日(火) 18:40～20:40
恋ヶ窪	2月4日(月) 18:00～20:00
光	2月20日(水) 18:30～20:30
並木	2月21日(木) 19:00～21:00

※会議は傍聴できます。問い合わせは各公民館へ。

★主催事業は国分寺市民対象で、参加は無料です ★詳細は各公民館へお問い合わせください
 ★材料費は個人負担になります。本人の都合で取り消した場合もお支払いいただきます

公民館	本多公民館	恋ヶ窪公民館	光公民館	もとまち公民館	並木公民館	
休館日	2/4(月)・18(月)	2/11(祝)・18(月)				
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	
電話	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971	
会場受付開始日	3月分	2/4(月)	2/1(金)	1/28(月)	2/1(金)	1/28(月)
	4月分	3/4(月)	3/1(金)	2/25(月)	3/1(金)	2/25(月)
	時間	9:00～9:30	10:00～10:15	9:20～9:50	8:45～9:00	9:10～9:30
※電話での受付は、午後1時から。もとまちは、午前10時から。						

再生紙を利用しています