

けやきの樹

令和3(2021)年

8月15日号
No.670

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8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。

令和3年度文部科学省受託事業「くめざカレッジ」

障害を理解するための講座①

知的障害がある人の中には、言葉でのコミュニケーションがとりづらいことや、安全確保や身の回りのことに周囲の助けが必要などがあります。具体的な事例を参考に、サポートするときの基本について学びます。

☎9月26日(日) 午前10時～正午

講市障害者センター職員 場光公民館 定20人

催国分寺市立公民館

申9月1日(水)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、9月2日(木)以降先着順



昨年度の講座の様子

もともち スマートフォン講座 やってみよう スマホのS

実際にスマートフォンを操作しながら、使い方を楽しく学べる初心者向け連続講座です。

9/30	スマホをさわってみよう (基本操作、音声検索)
10/7	文字入力をマスターしよう (フリック入力、アプリ操作)
10/14	動画やZoomを楽しもう (YouTube視聴、Zoom体験)

☎木曜日 ①午後1時～2時30分
②午後3時30分～5時

※①②の入れ替え制です

講スマートフォンアドバイザー

場もとまち公民館

定①②各20人

申往復はがきに講座名・住所・参加希望時間の番号(どちらでも参加可能な場合はその旨を記載)・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、8月31日(火)必着で、もとまち公民館(住所は下表参照)へ。多数の場合は抽選
※人数分のスマートフォン(Android)を用意します

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 16日(月) 9月 6日(月) 20日(祝・月)・23日(祝・木)				
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」を必ず公民館窓口に出してください。詳しくは各公民館にお問い合わせください。

中庭キッズ水遊び 水とともだち

人工芝の中庭で、小さな子どもと一緒に水鉄砲やじょうろを使った水遊びをして、暑い夏を乗り切りましょう。

☎8月23・26・30日、9月2・6・9日(月・木)

①午前9時30分～10時30分

②午前10時45分～11時45分 ※入れ替え制

場恋ヶ窪公民館

物着替え 飲み物 水遊び用おもちゃ

対0才～未就学児とその家族(1組4人まで)

(保護者の付き添いが必要)

定①②各4組

申8月19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、8月20日(金)

以降先着順。一度に2枠

まで申し込み可(同じ日も可)

注雨天・高温時などは中止。詳しくは恋ヶ窪公民館へ



もともち 植物観察講座

まちの植物とたべる植物

公園や道端で見かける「まちの植物」や、私たちがたべる植物「野菜」。日々目にしているのに本当はよく知らない、身近な植物の世界をのぞいてみませんか。公民館敷地内で、まちの植物の観察会も行います。

9/29	まちの植物のたのしみかた(観察会)
10/6	知ってますか お野菜の一生

☎水曜日 午前10時～正午

講鈴木 純さん(植物観察家)

場もとまち公民館 定15人

託講座初日に生後6か月以上未就学児8人

申8月31日(火)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、9月1日(水)以降先着順

注天候に応じて、開催内容を入れ替えることがあります

お野菜の写真展 9月18日(土)～10月17日(日)

恋ヶ窪 ジュニアサロン公民館学習室

こいがくほ国際教室(2学期)

Koigakubo International Class/恋ヶ窪国際教室

外国にルーツのある子どもたちの日本語の学習や学校の宿題などをスタッフがサポートします。いつからでも参加できます。

☎9月11・25日、10月9・23日
11月13・27日、12月11・25日

土曜日 午後2時～4時

場恋ヶ窪公民館

対日本語での学習に支援が必要な小中学生

協国分寺市国際協会

申詳しくは恋ヶ窪公民館へ(メールアドレスは次のページの下に書いてあります)

※近くにお住まいの外国の方にこの教室の情報をお伝えください

防災講座

ハザードマップ学習会2021

「防災・ハザードマップ」の活用方法を知り、地震や大雨などの自然災害時の行動のしかた、また新しい生活様式に応じた避難のあり方などについて一緒に考えましょう。

☎9月2日(木) 午前10時～正午

講市防災安全課職員 場恋ヶ窪公民館

定22人

物国分寺市防災・ハザードマップ

申8月24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、8月25日(水)以降先着順

第3期国分寺市公民館運営審議会答申 「新型コロナウイルス感染症対策下における公民館の役割について」

各公民館および市ホームページで公表していますので、ぜひご覧ください。

公民館運営サポート会議日程

どなたでも傍聴できます。

本多	9月24日(金) 午前10時30分～11時30分
恋ヶ窪	9月17日(金) 午前10時30分～11時30分
光	9月28日(火) 午前10時～11時
もとまち	9月8日(水) 午前10時～11時
並木	9月13日(月) 午前10時30分～11時30分

場各公民館 申前日までに各公民館へ

現代社会を考える講座

バイデン政権発足後の米中対立と日本の未来

政権交代後のアメリカ国内の変化がもたらす、中国、台湾などの世界情勢と日本への影響について学びます。

9月15日(水) 午後2時30分～4時30分

講師 佐橋 亮さん(東京大学東洋文化研究所)

場 並木公民館

定 25人

申 9月1日(水)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、9月2日(木)以降先着順

注 講師は別会場から、オンラインで講義をします



並木

防災講座

Dr.ナダレンジャーと一緒に自然災害を実験で解き明かそう

科学実験を通して、子どもにもわかりやすく地盤の液化化などについて学びます。自然災害の仕組みを知ること、防災を考えるきっかけにしませんか。

9月11日(土) 午後1時30分～3時30分

講師 納口恭明さん 優子さん

(防災科学技術研究所)

場 並木公民館 対 小学生以上 定 20人

備 並木図書館 並木公民館

申 8月26日(木)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、8月

27日(金)以降先着順



並木

親子講座

のびっこ体操



子どもにとって「遊び」は、発達のための大切な要素です。やわらかいボールやスカーフ、大きいボールや布を使って、「握る」「投げる」運動、全身を使っての体操を楽しみましょう。家族で参加できます。

8月23・30日(月)

午前10時30分～11時30分

講師 岡本公子さん(健康運動実践指導者)

場 並木公民館

対 3歳以上の未就学児とその家族 定 20人

物 飲み物 タオル 動きやすい服装

申 8月19日(木)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、8月20日(金)以降先着順

光

地域還元講座

大人の折り紙教室

折り紙の魅力は一枚の紙から形を作っていく奥深さです。「カワサキローズ」と呼ばれるパラのつばみに挑戦してみませんか。

9月7・14日(火) 午前10時～正午

指 Hand in Hand(光公民館活動グループ)

場 光公民館

定 12人

¥200円(材料費として

初回集金)

申 8月26日(木)までに

電話または光公民館へ。多数の場合は抽選。

定員に満たない場合は、8月27日(金)以降

先着順



本多

防災講座

子育て中の防災を学ぼう

毎年のように発生する大きな自然災害。防災は大切だと思いつつも、育児に追われて対策になかなか手をつけられていない方も多いのではないのでしょうか。日常の延長で楽しく身につく防災の情報をすることで、「防災力」を高めましょう。

9月10日(金) 午前10時～正午

講師 富川万美さん(NPO法人ママプラグ)

場 本多公民館

定 20人

注 講座当日に生後6か月

以上未就学児10人

申 8月24日(火)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、8月25日(水)

以降先着順



光

平和講座

オンライン

ミャンマーで今なにが

～「わたしたち」の平和と民主主義～

今年2月の軍事クーデター以降、民間人への武力弾圧が続くミャンマー。現地の情勢と、非暴力の抵抗を続ける人々の姿を知り、平和と民主主義のこれからを考えます。

9月4日(土) 午前10時～正午

講師 島岡みぐささん(ミャンマー語通訳者)

場 光公民館およびオンライン(Zoomを使用)

定 20人(会場参加・オンライン参加あわせて)

申 8月24日(火)までに電話・メール(アドレス

は下記参照)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、8月25

日(水)以降先着順

注 ・オンライン参加希望者

はメールでお申し込み

ください

・数日経ってもメール受

領の返信がない場合は

電話または直接光公民

館までご確認ください

・感染拡大状況によっては、オンラインのみ

とする場合があります



光

住民自主講座

子育てママのための骨盤リセットヨガ

むくみの原因のひとつは、「関節のつまり」と言われています。ヨガで骨盤のゆがみを整え、むくみを解消する方法を紹介します。

9月17日(金) 午前10時～正午

講師 曾根田しのぶさん(ヨガインストラクター)

場 光公民館

定 15人

物 飲み物 ハンドタオル

注 講座当日に生後6か月以上未就学児8人

保育グループ「みかん」

申 8月30日(月)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、8月31日(火)以降先着順



本多

舞台事業

ハーブ&フルーツコンサート

紀元前4000年のエジプトの記録にあるものが最古と言われ、狩人の弓が起源と考えられているハーブ。その繊細で情感あふれる音色に包まれてみませんか。今回はフルーツとの心地よいハーモニーをお楽しみください。

8月28日(土) 午後4時～5時

※開場は30分前

出演 デュオ コルドヴァン

新井コルチ薫(ハーブ)

高嶋光江(フルーツ)

場 本多公民館

定 90人

申 8月20日(金)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、8月

21日(土)以降先着順

オンラインの講座へ申し込む前に必ずお読みください

オンラインのアイコンのある講座について、オンラインでの受講を希望される方は、以下の点をご了承ください。

- ・オンライン講座は、講座ごとに指定するサービスを利用できる方を対象とします。申し込み方法など、詳細については講座ごとにお知らせします
・講座受講のための機器やインターネットの接続環境は、各自で用意してください
・通信費は自己負担です

各館の事業予定や募集状況、最新情報を発信しています

【国分寺市立公民館ホームページ】

携帯電話・スマートフォンからは、右の二次元コードを読み取るか、インターネット検索「国分寺市立公民館ホームページ」からアクセスできます。

URL : https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kouminkan/



【国分寺市立公民館ツイッター】

ツイッターアカウント未登録の方でも公民館からの投稿を読むことができます。

携帯電話・スマートフォンからは、右の二次元コードを読み取るか、インターネット検索「国分寺市立公民館ツイッター」からアクセスできます。

URL : https://twitter.com/koku_kouminkan/

アカウント名 : 国分寺市立公民館 @koku_kouminkan



秋の利用者懇談会

Table with 2 columns: Location (本多, 恋ヶ窪, 光, もとまち, 並木) and Date/Time (9月13日(月)午前10時～11時, etc.)

場 各公民館 申 前日までに各公民館へ ※光公民館は避難訓練を含みます

凡例 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