

# けやきの樹

令和4(2022)年

8月15日号  
No.682

編集・発行：国分寺市立公民館

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

## 本 中庭夏まつり

### みんなおいでよ 中庭に

新しくなった中庭での初めての夏まつり。みんなで一緒に楽しみましょう。

- 日 8月21日(日) 午前10時～午後3時  
1時間の入れ替え制(正午～午後1時を除く)
- 内 スーパーボールすくい シャボン玉遊び  
輪投げ 紙芝居など
- 場 本多公民館 定各20人
- 料 ¥30円(材料費として当日集金)
- 催 中庭サロンの会 本多公民館
- 申 8月16日(火)午前9時から電話または直接本多公民館へ(先着順)

※小雨実施。晴天時には帽子・水筒持参

## 恋 自然環境講座

### 恋ヶ窪の自然を探る

恋ヶ窪周辺の自然環境を探索し、夏の動植物について学びながら郷土を再発見しませんか。2日目はフィールドワークを行います。

①	9/9	場 恋ヶ窪公民館
②	9/16	場 姿見の池 ほか

日 金曜日 午前10時～正午  
講 鈴木まき子さん(元小学校教諭) 定15人

申 8月25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、翌日以降先着順



## 恋 スマートフォン講座

### ゼロから始めるスマートフォン Android編

通話、文字入力など、基本的な使い方を学びましょう。スマートフォンを持っていない方でも参加できます。

日 9月22・29日(木) 午前10時～正午  
講 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15人

申 往復はがきに講座名(スマートフォン講座)・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、8月29日(月)必着で恋ヶ窪公民館(住所は下記参照)へ。本講座未経験者優先。多数の場合は抽選

注 人数分のスマートフォンを用意します

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 15日(月) 9月 5日(月) 19日(祝・月)・23日(祝・金)午後5時以降				
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。				

## 本 中庭コンサート

### 十五夜コンサート

秋の夜空に浮かぶ美しい月を眺めながら、歌声に耳を傾けてみませんか。

- 日 9月10日(土) 午後6時～7時30分  
※開場は30分前  
※雨天時は9月17日(土)に延期
- 出演 アンサンブルTASK  
女声アンサンブル凜Rinnt  
国分寺チェンバークワイア
- 場 本多公民館 定35人
- 催 本多公民館運営サポート会議 本多公民館
- 申 8月16日(火)午前9時から本多公民館で整理券を配布します(先着順)

## 本 健康講座

### 今日からできる いきいき体操

ストレッチ、筋トレ、ウォーキングなど、短い時間で簡単にできる体操の基本を学びます。ケガなく元気に活動できる、健康な体と心をつくりましょう。

- 日 9月12日(月)・19日(祝・月)  
午後1時30分～3時
- 講 岡本公子さん(健康運動実践指導者)
- 場 本多公民館 定40人
- 物 運動靴 タオル 飲み物
- 申 8月29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、翌日以降先着順

## も みんなで考える講座

### 死から生きることを考える

死を疑似体験するワークショップや、葬儀やお墓などの話を聞き、自分の「死」について考えます。最期まで自分らしく生きるためのヒントを見つけましょう。

①	9/15	葬儀やお墓の現代事情
②	9/29	死の体験旅行ワークショップ

- 日 木曜日 ①午後2時～4時  
②午後2時～4時30分
- 講 ①秋野圭崇さん(グリーンケアアドバイザー)  
②浦上哲也さん(デスクフェコーディネーター)
- 場 もとまち公民館 定20人
- 申 8月29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、翌日以降先着順

## も もとまち上映会

### ひまわり

1970年 イタリア 上映時間107分 日本語字幕版  
監督 ヴィットリオ・デ・シーカ  
出演 ソフィア・ローレン マルチェロ・マストロヤニ

第二次世界大戦によって引き裂かれていく男女の愛の物語。ウクライナで撮影された見渡す限り一面に広がる美しいひまわり畑の映像が、戦争のもたらす悲劇を静かに訴えかけます。

- 日 8月28日(日) 午後2時～4時  
※開場は30分前
- 場 もとまち公民館 定40人
- 申 8月16日(火)午前9時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)



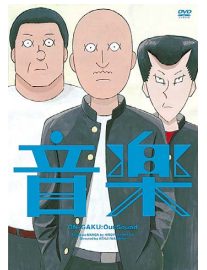
©1970-COMPAGNIA CINEMATOGRAFICA CHAMPION(IT)-FILMS CONCORDIA(FR)-SURF FILM SRL. ALL RIGHTS RESERVED.

## も テクノもとまちフェス

### Around "Our Sound"

7年半をかけ、個人制作で長編アニメーション映画「音楽」を作りあげた岩井澤健治監督から、制作のきっかけや完成までの余曲折など、さまざまなことについて聞きます。トークイベントの前には「音楽」を上映します。

- 日 9月10日(土) 午後2時～4時30分  
(映画上映含む)
- 講 岩井澤健治さん(映画監督)
- 場 もとまち公民館 定30人
- 協 総合学院テクノスカレッジ
- 申 8月29日(月)までに件名に「オンガク」、本文に氏名、住所(町名のみ)、電話番号を明記しメール(裏面下記参照)または電話でもとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順



©大橋裕之/ロックンロール・マウンテンノTip Top

「音楽」がくれたもの 9月3日(土)～18日(日)  
映画「音楽」をテーマに、テクノスカレッジの学生が制作した作品を展示します。

※総合学院テクノスカレッジは、市と地域活性化包括連携協定を締結しています

## 公民館運営審議会日程

どなたでも傍聴できます。

- 日 8月26日(金) 午後2時～4時
- 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	9月8日(木)午前10時15分～正午
光	9月13日(火)午前10時～11時30分
もとまち	9月14日(水)午前10時～正午
場 各公民館	申 前日までに各公民館へ

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 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 ン オンライン 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 注 注意事項

**並** 地域交流事業

### 野菜の力がいっぱい ～ごろごろスープ～

規格外で珍しい形をしている野菜を見たことがありますか。見た目は変わっていても栄養やパワー(機能性成分)は同じです。採れたての地元野菜で作ったごろごろスープを食べながら野菜について学びましょう。



- 日 ① 8月27日(土)
- ② 8月28日(日)
- 午前11時～午後1時30分
- ①②は同じ内容です

内・ランチと野菜あてゲーム  
 ・ビタミンや抗酸化物質と加熱調理について  
 ・野菜スープ作り(調理が苦手な方は野菜クイズほか)

場 並木公民館 対 小学生以上 定 各回20人  
 ¥300円(中学生以下100円)

物 飲み物 エプロン バンダナ 手拭きタオル  
 企協 チームなみきベジ

申 8月21日(日)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、翌日以降先着順

**並** 子どもまつり体験講座

### 子どもまつりチャレンジ

11月6日(日)に開催する子どもまつりでお店を出しませんか。オリジナルカードの制作・販売とゲームコーナーのお店です。出店に向けて練習と準備をしましょう。



空気砲 おばけたいじ

①	9/7(水)	牛乳パックから作るオリジナルカード試作(紙漉き)
②	9/21(水)	廃材から作るゲームを考えて試作
③	9/28(水)	ゲームの完成オリジナルゲームを試そう
④	10月中旬	オリジナルカードの制作日程は講座の中で説明します
⑤	11/6(日)	子どもまつりでお店を出そう

日 ①～④午後3時～4時30分  
 ⑤子どもまつり開催時間

講 真鍋百萌さん(ゆずの木アトリエ)

場 並木公民館 対 小学生 定 20人

物 申込み時にお知らせします

申 8月30日(火)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、翌日以降先着順

### 秋の利用者懇談会

本多	9月12日(月)午前10時～11時30分
恋ヶ窪	9月15日(木)午前10時～正午
光	9月10日(土)午前10時～11時30分
もとまち	9月13日(火)午前11時～正午
並木	9月27日(火)午前10時～正午

場 各公民館 申 前日までに各公民館へ

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
火羊会(油絵)	毎週火曜 午前10時～正午	本多	1,000円	月3,500円	有光☎(042)324-3065	初心者歓迎。油絵を気軽に描いてみませんか
やさしい自彊術	毎週火曜 午後7時～8時30分	もとまち	なし	月2,000円 年3,000円	白石☎(090)1603-5836	誰でもできる百年の歴史ある健康体操。詳しくは“自彊術”で検索を
楊名時太極拳東元町	毎週水曜 午前10時～11時30分	もとまち	1,000円	月2,000円	竹下☎(042)324-8916	太極拳で転倒予防。無理なく続けられる健康法。一緒に楽しみませんか

**並** 農業体験講座

### 並木ファーマーズ(秋冬期)

地元農家の方から指導を受けて、仲間と野菜づくりを体験してみませんか。

日 10月～令和5年3月 火・金曜日 午前中  
 開講式 10月4日(火) 午前9時～10時

場 実習農場・並木公民館 定 40人  
 ¥6,000円(種・肥料・資材代として  
 開講式の日に集金)



申 8月22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、翌日以降先着順

**光** 大人のための絵本講座

### 絵本を知ろう 楽しもう

大人と子どもでは絵本を読んだときの感じ方が大きく異なります。大人ならではの絵本の楽しみ方を体験してみませんか。

①	9/2	大人が絵本を読むということ
②	9/9	自分の好きな絵本を紹介しよう 物絵本

日 金曜日 午前10時～正午

講 ①岡田達信さん(絵本セラピスト協会)  
 ②竹下りこさん(JPIC読書アドバイザー)

場 光公民館 定 20人

託 講座初日に生後6か月以上の未就学児11人

申 8月24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、翌日以降先着順

**光** 地域還元講座

### 詩吟に親しむ はじめの一步

詩歌に節を付けて詠う詩吟。漢詩や万葉集から松尾芭蕉の俳句「閑さや」まで、いにしえの世界に思いをはせながら、声に出して吟じてみませんか。発声から学び、健康づくりにも活かせましょう。

日 9月3日・10日(土) 午後1時～2時30分  
 場 清風会(光公民館活動グループ)

場 光公民館 定 8人

申 8月16日(火)午前9時から電話または直接光公民館へ(先着順)

**光** 子育て防災講座

### おうちでチャレンジ 親子で防災キャンプ

家にあるものだけを使って、電気やガスに頼らず過ごす「防災キャンプ」。親子で楽しみながら実践してみませんか。食事やおやつ、遊びから心のケアまで、災害時に役に立つ知識と工夫を学びます。

日 9月11日(日) 午前10時～正午

講 高林千尋さん(東京都キャンプ協会)

場 光公民館 定 15人(小学生同伴可)

¥200円(食材費として当日集金)

託 講座当日に生後6か月以上の未就学児11人

申 8月25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、翌日以降先着順

**光** 防災学習会

### 体験して学ぶ うちの備えとまちの備え ～災害に負けないまちづくりを目指して～

地震や風水害など、いざという時に何ができるのか。いまからできる備えは何か。体験ワークを通して学びましょう。

①	9/27(火)	アフターコロナの地域と防災 講 野元弘幸さん(東京都立大学) 高木町自治会防災部
②	10/11(火)	のぞいてみよう防災倉庫 講 市防災安全課職員
③	10/25(火)	サポートの必要な家族とご近所さん 講 島津屋賢子さん (日本社会事業大学) 地域包括支援センターひかり職員
④	10/30(日)	防災ファミリーひろばへ行こう 場 高木八幡宮 ※日時変更の場合あり
⑤	11/14(月)	「その時」を疑似体験しよう 場 立川防災館 集合解散：立川駅北口
⑥	11/22(火)	地域のつながりと「いまできること」 講 野元弘幸さん 島津屋賢子さん

日 午前10時～正午

場 光公民館(④⑤は上記の場所) 定 20人

託 講座初日に生後6か月以上の未就学児5人  
 ※④⑤は託児なし。子ども同伴可

催 みんなで防災2015 光公民館

申 9月5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、翌日以降先着順

**恋** ジュニアサロン公民館学習室

### こいがくぼ国際教室(2学期)

Koigakubo International Class/恋ヶ窪国際教室

外国につながる小中学生のみなさん、日本語を勉強したり、いっしょに学校の宿題をしましょう。

日 9月10・17・24日、10月8・22・29日、  
 11月12・19・26日、12月10・17・24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

定 12人 協 国分寺市国際協会

申 恋ヶ窪公民館へ(メールアドレスはこのページの下に書いてあります)

※わからない人は、恋ヶ窪公民館に聞いてください

### 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

- 体調の悪い方の来館はご遠慮ください
- アルコールによる手指消毒と検温をお願いします
- マスクの着用をお願いします
- ソーシャルディスタンスと換気にご協力ください

凡例 日 日時 内 内容 講 講師 指 指導 場 場所・会場 対 対象 定 定員 費 費用 物 持ち物 保 保育あり 託 託児あり ン オンライン 主 主催 共 共催 協 協賛 企 企画 申 申込方法 問 問い合わせ 注 注意 事 事項