

けやきの樹

令和6(2024)年

1月15日号
No.699

編集・発行：国分寺市立公民館

国分寺市立公民館ホームページ

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



国分寺市立公民館公式
エックス
@koku_kouminkan



地域ボランティアサロン

わたしにもできる はじめの一步

市内には視覚・聴覚・身体・知的・精神などの障害のある人を支える活動や共に歩む取り組みがあります。障害やボランティア活動について知り、それぞれの団体のメンバーと参加者で交流して、自分にもできることを考えます。

日 2月10日(土) 午後1時30分～4時

講 角田恵子さん(東京学芸大学)

場 本多公民館 定40人 催 国分寺市立公民館

申 1月16日(火)午前9時から件名に「ボランティアサロン」、本文に氏名、住所(町名のみ)、電話番号を明記し本多公民館のメール(裏面下記参照)、電話または直接本多公民館へ(先着順)



シネマ恋ヶ窪

冬の映画会

5年ぶりにシネマ恋ヶ窪が再開します。映画館に行かず大きなスクリーンで、家族や友達、地域の人と一緒に観賞しませんか。

■上映作品

①	ANNIE/アニー(2015年) 1月27日(土) 午前10時～正午
②	そしてパトンは渡された(2021年) 2月4日(日) 午前10時～正午
③	カサブランカ(1943年) 2月4日(日) 午後1時30分～3時

場 恋ヶ窪公民館

対 ①のみ幼児～小・中学生

※未就学児は保護者同伴

定 各回35人

申 1月22日(月)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



自然環境講座

こくベジの魅力再発見

「こくベジ」として親しまれる地元野菜から、市の農業について学びます。近隣農家への見学もあります。

日 2月7日(水) 午前10時～正午

講 JA東京むさし職員

中村克之さん(こくベジプロジェクト検討会議)

場 恋ヶ窪公民館 定15人

申 1月24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、翌日以降先着順



保育グループとの連携講座

パーソナルカラーを知ろう

色の持つイメージや色の組み合わせのおもしろさにふれてみましょう。パーソナルカラーを考える体験もあります。

日 ①1月31日(水) ②2月14日(水)

午前10時～正午 ※①と②は同じ内容です

講 河原京子さん

(カラーコーディネーター)

場 恋ヶ窪公民館 定 各回12人

¥100円(資料代として当日集金)

託 参加日に生後6か月以上の未就学児8人

催 保育グループ「なちゅべび」

申 1月23日(火)までに件名に「カラー」、本文に氏名、住所(託児希望以外は町名のみ)、電話番号、希望日、託児希望の方は子どもの名前、生年月日を明記しメール(裏面下記参照)、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



防災シンポジウム

地震から1週間

わたしたちはどうなる、どうする

昨年度、都は震災の被害想定を見直しました。多摩東部直下地震で市の南側を中心に起こりうる事態について知り、その備えを考えます。

日 2月10日(土) 午後2時～4時

講 市防災安全課職員 場 ともまち公民館

定 50人 催 ともまち地域会議 ともまち公民館

申 1月31日(水)までに件名に「防災シンポジウム」、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)、電話または直接ともまち公民館へ。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



食文化講座

料理人から学ぶ広東料理の魅力

～香港編～

現地で腕を磨いた講師から滞在時のエピソードを聞き、食文化の違いを学びます。調理の実演や家庭でできるレシピも紹介します。

日 2月16日(金) 午後1時～3時

講 谷中繁雄さん

(日本中国料理協会)

場 ともまち公民館 定20人

申 1月30日(火)までに電話または直接ともまち公民館へ。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



公民館	本 本多	恋 恋ヶ窪	光 光	も もとまち	並 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
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971
休館日	1月 15日(月) 2月 5日(月)、19日(月) 11日(祝・日)午後5時以降、12日(振・月)、19日(月)、23日(祝・金)午後5時以降				
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。詳しくは各公民館にお問い合わせください。				



こいがくぼこどもキャンパス

親子で焚火に挑戦

焚火を楽しむための基本的な薪の組み方や火の管理などを、実践を通して親子で楽しく学びます。初心者の方も気軽に参加してください。

日 2月18日(日) 午前10時～11時30分

講 東京都キャンプ協会 場 恋ヶ窪公民館

対 5歳以上の子どもとその保護者 定 親子10組 持 軍手(純綿のもの)

申 1月25日(木)までに件名に「焚火」、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)、電話または直接恋ヶ窪公民館へ。本講座未受講者優先。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



こどもスタンドグラス講座

キラキラ輝く サンキャッチャーをつくろう

色ガラスをはんだ付けして、窓辺を彩る飾りをつくります。

日 2月10日(土)

①午前10時～正午

②午後1時30分～3時30分 ※入れ替え制

講 鈴川香緒里さん(スタンドグラス作家)

場 ともまち公民館 対 小学5年生～高校生

定 各回10人 ¥1,000円(材料費として当日集金)

申 1月28日(日)までに件名に「スタンドグラス」、本文に氏名、学年、住所(町名のみ)、電話番号、希望する回を明記しメール(裏面下記参照)、電話または直接ともまち公民館へ。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



社会教育実習生とつくる講座

作って書こう 紙すき体験

牛乳パックをリサイクルして、はがきを作ります。書道専攻の学生と一緒に、筆で絵や文字を書いて作品にしてみましょう。

日 2月17日(土) 午後2時～4時

講 東京学芸大学生 場 ともまち公民館

定 16人(小学3年生以下は保護者同伴)

申 1月29日(月)までに件名に「紙すき」、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)、電話または直接ともまち公民館へ。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

公民館運営審議会日程

どなたでも傍聴できます。

ともまち	2月9日(金)午後2時～4時
並木	2月16日(金)午後2時～4時

場 各公民館 申 不要。直接会場へ

公民館運営サポート会議

どなたでも傍聴できます。

本多	1月22日(月)午前10時～正午
恋ヶ窪	1月22日(月)午前10時15分～正午
並木	1月25日(木)午後1時30分～3時

場 各公民館 申 不要。直接各公民館へ

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 協協力 企画 申込方法 問い合わせ ファックス メール 注意事項

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/

本 国分寺市立公民館開館60周年舞台事業

音楽コンサート ~未来への響き~

国分寺市立公民館は、令和5(2023)年度に開館60周年を迎えました。そのことを記念し、音楽コンサートを開催します。

2月24日(土) 午後3時~4時15分 ※開場は30分前

出演 秋川雅史(テノール) 小島さやか(ピアノ) 場本多公民館 定150人



往復はがきに事業名「公民館開館60周年」・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、1月31日(水)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

本 歴史講座

国分寺の鉄道

東西、南北を結ぶ鉄路 そして新幹線

明治22(1889)年に甲武鉄道が開通し国分寺駅が開業すると、国分寺市域は飛躍的に発展しました。マチの発展と鉄道輸送の役割を紹介します。

2月17日(土) 午後2時~4時 講奥原哲志さん(鉄道博物館)

場本多公民館 定100人 催市ふるさと文化財課 市市史編さん担当 本多公民館

1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)

光 健康講座

夜ヨガでリラックス

季節にあわせた養生を知り、経絡を意識したヨガで身体を整えます。ゆっくりと呼吸をしながら、自分の心身の状態を確かめましょう。

2月7日(水) 午後7時~8時30分 講高岡明子さん(ヨガインストラクター)

場光公民館 定10人 持タオル 飲み物 動きやすい服装 1月16日(火)午後8時から件名に「夜ヨガ」、本文に氏名、住所(町名のみ)、電話番号を明記しメール(下記参照)で光公民館へ(先着順)



光 スマートフォン講座

スマホを身近に・暮らしを便利に

スマートフォンを持っていない方や使い始めたばかりの方向けの連続講座です。

Table with 2 columns: Date, Topic. 2/21 基本的な操作やアプリの使い方, 2/28 スマホの活用方法にチャレンジ

水曜日 午後2時~4時 講スマートフォンアドバイザー 場光公民館 定18人

1月31日(水)までに電話または直接光公民館へ。本講座未経験者優先。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 ※人数分のスマートフォンを用意します

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。

Table with 7 columns: Group Name, Activity Date, Venue, Entrance Fee, Fee, Contact, Remarks. Includes groups like 'やさしい自彊術' and '女声コーラスむさし野'.

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

本 手作り講座

押し花が飾る小物たち

色とりどりの押し花を施した小物を作ります。自分好みの作品に仕上げましょう。

2月2日(金) 午前10時~正午 指中庭サロンの会

場本多公民館 定20人 ¥300円(材料費として当日集金)



持はさみ 催中庭サロンの会 本多公民館 1月23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、翌日以降先着順

光 防災学習会

帰って来られないその時に

~災害に負けないまちづくりを目指して~

首都直下地震が起きると多くの帰宅困難者が発生します。家に帰れない人、家族の帰りを待つ人、それぞれの備えと過ごし方を考えます。

Table with 4 columns: No, Date, Speaker, Topic. Includes speakers like 野元弘幸 and 有坂幹朗.

火曜日 午前10時~正午 (③のみ日曜日) ※③のみの参加も受け付けます

場光公民館 定20人 託参加日に生後6か月以上の未就学児4人 催みんなで防災2015 光公民館 1月25日(木)までに件名に「防災学習会」、本文に氏名、住所(託児希望以外は町名のみ)、電話番号、託児希望の方は子どもの名前・生年月日を明記しメール(下記参照)、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

映像で気軽に楽しむ能楽

能楽は土地風土と歴史を織り込んで作られた物語です。「羽衣」や「三井寺」を鑑賞しながら、初心者にも分かりやすく解説します。

2月18日(日) 午後2時~4時 指国分寺宝生会(光公民館活動グループ)

場光公民館 定20人 1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)

並 人権講座

子どもを守りたい おとなのためのプログラム

子どもへの暴力防止を学ぶプログラム(CAP)を通し、子どもがいじめ・虐待・体罰などに直面した時に、私たちおとなができることを考えます。

2月10日(土) 午後2時~4時 講堤 暢子さん(CAPスペシャリスト)

岩崎美奈子さん(CAPスペシャリスト) 場並木公民館 定30人 1月29日(月)までに件名に「人権講座」、本文に氏名、住所(町名のみ)、電話番号を明記しメール(下記参照)、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 伝統行事を学ぶ講座

手作りひなまつり

日本の伝統行事の一つである「桃の節句」について知識を広げ、ひなまつりを楽しみましょう。

Table with 3 columns: No, Date, Content. Includes topics like '練り切りで表現「桃の節句」' and 'ひな人形の太巻きを作ろう'.

火曜日 午前10時~正午 講①③横 明美さん (和食・和菓子研究家)

②横山久俊さん (日本の縁起・行事研究家) 場並木公民館 定12人



2月13日に生後6か月以上の未就学児6人 ¥4,500円(材料費として初回集金) 持エプロン バンダナ タオル 飲み物 1月23日(火)までに件名に「ひなまつり」、本文に氏名、住所(託児希望以外は町名のみ)、電話番号、託児希望の方は子どもの名前・生年月日を明記しメール(下記参照)、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

も 冬の自然講座

今をたのしむ植物観察

冬だからこそできる植物観察のたのしみを、講師撮影の写真とともに学びます。

2月15日(木) 午後2時~4時 講鈴木 純さん(植物観察家)

場もとまち公民館 定30人 1月31日(水)までに件名に「植物観察」、本文に氏名、住所(町名のみ)、電話番号を明記しメール(下記参照)、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



グループの催し物

ファウンテン・ジャズバンド・コンサート

ビッグバンドによるジャズ演奏です。 1月28日(日) 午後2時~3時30分 場本多公民館 催ファウンテン・ジャズ・バンド 問井上 (090)9103-4307

新春囲碁大会&第47期国分寺本因坊戦

本因坊戦はオール互先。新春囲碁大会は5クラスに分かれてのハンディ戦です。 2月12日(振・月)午前9時15分~午後5時 場本多公民館 催国分寺市囲碁連盟 ¥1,000円 問谷本 (042)575-9735

凡例 日日時内容講師指指場場所会場対対象定員費用持持ち物保保育あり託託児ありオンライン催主催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 メール 注 注意 事項