

# けやきの樹

令和6(2024)年

8月15日号  
No.706

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/>



公式エックス

国分寺市子ども・教育(公式)  
@koku\_kodokyou



## 並 幼い子のいる親のための教室

### 自分を大切に 「こころそだて」と「こそだて」

忙しい子育て中であっても、自分を大切に  
する時間を作ってみませんか。同じ幼い子を育  
ている地域の仲間と、自分自身の「心」に向き合  
い、考えたり、話したりして学び合います。また、  
料理をする回や、親子一緒のおはなし会など  
もあります。

日 9月25日～2月26日(水) 午前10時～正午  
全18回(冬休みあり)

※9月25日は親子一緒のオリエンテーション

講 島沢照美さん

(公認心理師)

場 並木公民館

対 市内在住で並木公民館に  
徒歩か自転車で通える方

¥200円(茶菓子代・材料費として初回集金)

保 生後6か月以上の未就学児13人

おやつ代 子ども1人320円(16回分・初回集金)

申 8月27日(火)までに件名に「幼い子」、本文  
に氏名、住所、電話番号、子どもの名前(ふ  
りがな)・生年月日を明記しメール(裏面下記  
参照)、電話または直接並木公民館へ。多数  
の場合は抽選。教室未経験者優先。定員に満  
たない場合は、翌日以降先着順

※本多公民館は10月から開催予定

※10回以上の保育付き事業は複数参加できません



## 並 健康講座

### 野菜の力がいっぱい ごろごろスープカレー

野菜が持つパワーを知っていますか。野菜の  
栄養素や地元野菜について、クイズやゲームを  
取り入れて学びます。野菜がたくさん入ったスー  
プカレーを作ってランチも楽しみましょう。

日 9月29日(日) 午前11時～午後1時30分

講 チームなみきベジ

場 並木公民館 対 小学生以上

定 30人

¥300円

(材料費として当日集金)

申 8月16日(金)午後7時から件名に「野菜の  
力」、本文に氏名、住所、電話番号、小学生  
は学年を明記しメール(裏面下記参照)で並木  
公民館へ(先着順)



## 光 子育て防災講座

### 災害から子どもを守るために

いざという時、小さな子どもと一緒に避難す  
るためには、どのような備えが必要でしょうか。  
その時に慌てないように、我が家の備えについ  
て考えてみましょう。

日 9月10日(火) 午前10時～正午

講 宮崎賢哉さん

(災害支援・防災教育コーディネーター)

場 光公民館 定 15人

託 生後6か月以上の未就学児11人

おやつ代 子ども1人70円(当日集金)

申 8月22日(木)までに件名に「防災」、本文  
に氏名、住所、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(裏面下  
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

## 並 子どもまつりでお店を出そう

11月24日(日)に開催する子どもまつりを一  
緒に盛り上げませんか。仲間と一緒にお店を出  
したり、舞台発表をしたりしてみましょう。希  
望者はオリエンテーションにご参加ください。

日 オリエンテーション

9月7日(土) 午後2時～3時

場 並木公民館 対 小学生～高校生

申 9月5日(木)までに

右記二次元コードにて



## 恋 健康講座

### お風呂の物語と健康の話

お風呂や温泉の歴史、入浴の基礎知識、効果  
的な入浴法などを学びます。これからの健康維  
持に役立ててみませんか。

日 9月28日(土)

午前10時～11時30分

講 古賀和則さん

(温泉入浴指導員)

場 恋ヶ窪公民館

定 30人

申 8月22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



## 公民館運営審議会日程

どなたでも傍聴できます。

日 8月23日(金) 午後2時～4時

場 本多公民館 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	9月30日(月)午前10時～正午
恋ヶ窪	9月20日(金)午前10時～正午
光	9月6日(金)午前10時～正午
もとまち	9月18日(水)午前10時～正午
並木	9月19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

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	8月	19日(月)			
	9月	2日(月)、16日(祝・月)、22日(祝・日)午後5時以降、23日(振・月)			
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。				

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。

凡例 日 日時 内容 講師 指 指導 場 場所・会場 対 対象 定 定員 費 費用 持 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

本 公民館学習支援事業 ジュニアサロン本多公民館学習室

学生運営スタッフが小学生の学習・宿題の勉強をサポートします。
10月24・31日、11月7・14・21・28日、12月5・12・19日(木)
午後6時30分～7時30分
場本多公民館 対小学生(送迎必須)
定10人 持課題 宿題 筆記用具
協東京学芸大学学生サークル「小金井てらこや」
申9月15日(日)までに件名に「学習室」、本文に保護者の氏名、子どもの氏名・学年、住所、電話番号を明記しメール(下記参照)で本多公民館へ。多数の場合は上級生を優先して抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

光 「ながら」プレイス もやっとふらっと ストーリー 並 物語からみえる多様な存在

ドラマや漫画、ショート動画をきっかけに、セクシュアリティやジェンダーに関する「もやもや」を語り合える場です。台湾茶で温まりながら、それぞれのペースで過ごしてみませんか。
9月5日、11月14日、1月9日(木)
午後7時～9時(途中入退出可)
進行役 阪崎義勝さん(国際薬膳師)
場光公民館 定8人
¥1回100円(お茶代として当日集金)
催光公民館 並木公民館
申8月16日(金)午後7時から件名に「もやっとふらっと」、本文に氏名(ニックネーム可)、住所(町名のみ)を明記しメール(下記参照)で光公民館へ(先着順)

並 並木芸術ギャラリー(後期) 作品募集

並木公民館のロビーに、活動グループや個人の作品を展示します。どなたでも参加できる自由なギャラリーです。自分の作品を地域で発表してみませんか。
展示期間(原則月ごとの入れ替え)
10月1日(火)～3月27日(木)
申並木公民館またはホームページに掲載している「出展申込書」に必要事項を明記し、8月22日(木)までに直接並木公民館へ。展示希望が重複する場合は調整。展示スペースに空きがある場合は8月26日(月)以降先着順

秋の利用者懇談会

Table with 2 columns: 本多, 恋ヶ窪, 光, もとまち, 並木 and 9月18日(水)午後2時～3時30分, 9月7日(土)午前10時～正午, 9月7日(土)午前10時～正午, 10月30日(水)午前11時～正午, 9月18日(水)午前10時～11時

場各公民館 申不要。直接各公民館へ

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。

Table with 7 columns: グループ名, 活動日時, 会場, 入会金, 会費, 問い合わせ, 備考

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

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を対象にした教室です。いっしょに学校の勉強をしたり、日本語を勉強しませんか。
9月14・21・28日、10月12・19・26日、11月9・16・30日、12月14・21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)



「外国にルーツのある人たちと公民館」

6年目のこいがくぼ国際教室

今年度のこいがくぼ国際教室には、中国、ネパール、アメリカなどの国をルーツに持つ小学生8人、中学生5人の子どもたちが元気に通っています。子どもたちは学校の宿題や分からない問題を持ってきて、国分寺市国際協会のボランティアスタッフと勉強を進めます。
全体としては算数・数学は得意ですが、漢字が苦手という子どもが多いです。算数・数学は全世界で答えが同じですが、漢字は音読み、訓読みとあり、その上たくさん覚えなくてはならないため、漢字圏の国以外の子どものには難しいようです。
休憩時間にはゲームやおしゃべりをします。「だるまさんがころんだ」など昔ながらの日本の遊びを楽しむこともあります。公民館に遊びに来ていた小学生がそれを見て、誘い水となり、一時期「だるまさんがころんだ」が、恋ヶ窪公民館の中で大流行していました。
学校では言葉がわからなくて引っ込み思案になりがちな子どもたちも、ここでは同じ言葉話す友だちや、同じ経験を持つ先輩がいて、安心できる居場所になっています。
国を超えて子どもたちが楽しみながら自然に交わる拠点としての恋ヶ窪公民館であるよう、これからも努めていきたいと思ひます。

光 外国人のための生活日本語教室 運営スタッフ募集

地域で暮らす外国人の方が日常生活で役に立つよう、基礎的な日本語の学習をサポートする運営スタッフを募集します。
毎週水曜日 午前9時30分～11時30分
場光公民館
対日本語を教える資格や経験がある人
※研修終了後(2～3か月を目安)から1回1,000円の謝礼がです
説明会
9月11日(水)
午前10時～11時30分
場光公民館
申9月8日(日)までに件名に「生活日本語教室スタッフ」、本文に氏名、電話番号を明記し、メール(下記参照)で光公民館へ



生活日本語教室 地域ではぐくむやさしい国際理解

1992年にスタートした外国人のための生活日本語教室は、2024年7月現在、スタッフ9人、学習者21人で毎週水曜日に日常生活レベルのやさしい日本語表現を用いて、習熟度別のグループで学習しています。
「だれでもいつでも無料で参加でき、生き生きと暮らせる生活に根ざした日本語教室」を目指しています。そのため、テキストを使った学習に加え、地域で暮らす学習者が不自由を感じないで生活できるよう、防災の知識やごみの分別の仕方なども学んでいます。
教室運営におけるスタッフの力は大きいです。公民館の特性を活かし、利用グループから折り紙を教えてもらったり、外国出身の方にお点前を習ってお茶会を企画したりして、スタッフや学習者同士だけでなく地域の人たちとの交流も深めています。
単に「日本語で会話ができるようになればいい」ではなく、学習の過程で出てきた疑問やうれしがいなども大切に、おたがいの文化を尊重しつつ生活の質を高めるアイデアを、ともに学び合っています。



グループの催し物

月曜会水彩画展
会員の描いた水彩画の力作を展示します。
9月10日(火)～15日(日)
午前10時～午後5時
※初日は午後1時から最終日は午後3時まで
場本多公民館 催水彩画を楽しむ月曜会
問柳澤雷(042)325-6743

夏休み最後のお楽しみ会
ジャズピアノで楽しもう。ピアノ伴奏でジャズなどの歌も歌えるよ。
8月29日(木) 午後2時～4時
※開場は30分前
場並木公民館 ¥500円(クッキー付き)
催アトリエ遊 問立川(090)1736-0764

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 持 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