



サルサガムテープとみんなの講座

たのしい たいこづく ドカドカ楽しい太鼓作り

プラスチックバケツにガムテープを貼るだけで、誰でも簡単に太鼓を作ることができます。その後はライブに参加して作った太鼓を叩きましょう。

日2月28日(土) 午後1時～1時30分

講サルサガムテープ

場本多公民館 定50人

¥110円(材料費として当日集金)

申1月16日(金)午前9時から二次元コード、電話または直接本多公民館へ(先着順)

ドカドカ楽しい ロックンロール Live

ロックは、すべての壁を壊し解放する究極のバリアフリー。障害の有無を超えて集まったバンドと一緒に、叩いたり、歌ったり、踊ったり自由に音楽を楽しみましょう。

日2月28日(土) 午後1時50分～3時

※開場は午後1時30分

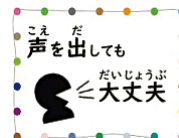
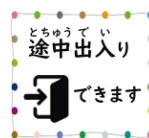
出演 サルサガムテープ

場本多公民館 定100人

申1月16日(金)午後2時から二次元コード、電話または直接本多公民館へ(先着順)

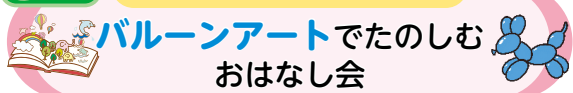


子どもでも大人でも障害があってもなくてもすべての人が参加しやすいプログラムです



催国分寺市立公民館障害者施策協議会
国分寺市立公民館

並 並木図書館との共催事業



バルーンアートでたのしむおはなし会

大きな絵本や紙芝居を使ったおはなしを聞いたり、みんなで手遊びをしたりして、楽しみましょう。おはなしや歌の途中では、動物やお菓子がかわいい風船になって登場します。

日1月25日(日)

午前10時30分～11時30分

場並木公民館

定50人

催並木図書館 並木公民館

協おはなしのくにピッピー(よみきかせグループ)りかちゃんさん(バルーンアートパフォーマー)

申不要。直接会場へ(先着順)



光 パン焼き体験講座

あつあつの棒パン作り

薪割り体験やファイヤースターターでの火おこしの方法を学びます。また、棒にまきつけたパン生地を炭火で焼き、棒パンを作って食べます。

日2月28日(土) 午後3時～4時30分

講Carol(東京都キャンプ協会)

場第二小学校

対小学生以上

定20人

¥200円(材料費として当日集金)

持軍手(純綿) 協青少年育成西地区委員会

申1月27日(火)までに二次元コードへ。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 多文化共生講座

モンゴル文化に触れる文字・言葉・暮らし

多文化共生は「互いを知ること」から始まります。文化や言葉に触れ、相互の理解を深めましょう。モンゴル文字を書き、塩味のミルクティー(スーテーツァイ)を味わいます。

日2月3日(火) 午後2時～4時

講ハスグレルさん(東京都立大学)

場光公民館 定20人

¥100円(お茶代として当日集金)

申1月22日(木)までに二次元コード、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 平和を考えるコンサート

音楽とおはなしを楽しむ時間

子どもも大人も楽しめるコンサートです。平和をテーマにした曲や、紙芝居「二度と」の読みきかせもあります。

日2月18日(水)

午後3時～5時 ※開場は15分前

出演 あやるこケンハモズ

(ピアノ&鍵盤ハーモニカ)

TAMAMA-DUO(ピアノ)

場光公民館

定40人(未就学児は保護者同伴)

申1月16日(金)午前9時から電話または直接光公民館へ(先着順)



恋 だれでも参加できるコンサート

音楽で遊ぼう

音楽遊びのプロフェッショナルがお届けする歌あり、ダンスあり、遊びありの参加型コンサートです。子どもも大人もみんなで歌って、踊って、楽器を鳴らして楽しみましょう。赤ちゃんが泣いても大丈夫です。

日3月1日(日) 午前10時～11時15分

出演 Everyone's Tone

場第九小学校

定100人

(未就学児は保護者同伴)

持上履き 靴袋

申1月16日(金)午前9時から二次元コード、電話または直接恋ヶ窪公民館へ(先着順)



恋 多文化共生講座

アンデスのくに お話と音楽の旅

日本から一番遠い地域である南米アンデス地方。講演と音楽会、二つのアプローチでアンデスの魅力を紐解いていきましょう。

2/1(日) 午後2時～4時

講演「ボリビアの自然と文化と社会」

講椿 秀洋さん

(元駐ボリビア日本国大使)



2/15(日) 午後2時～4時

音楽会「アンデスの風に乗って」

出演 音喜多紀義さん(ギタリスト)

ワイナ・マユ

(恋ヶ窪公民館活動グループ)



場恋ヶ窪公民館 定15人

申1月23日(金)までに二次元コード、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

どなたでも傍聴できます。

日1月23日(金) 午後2時～4時

場光公民館 申不要。直接会場へ

本 人権講座
子どもの権利を保障するって
どういうことだろう

子どもが安心して自分らしく過ごせるように、私たち大人にできることを、身近なエピソードやグループワークを通して一緒に考えてみませんか。

日 2月22日(日)
午後2時～4時

講 竹内麻子さん
(日本体育大学)

場 本多公民館 定30人

申 1月31日(土)までに二次元コードへ。
多数の場合は抽選。定員に満たない
場合は、2月3日(火)以降先着順



も 人権講座
刑務所の今、出所後の一步

再犯防止と受刑者の社会復帰促進のため、昨年刑法が改正されました。実刑を経験した方と法学者、それぞれの視点から考えます。

① 2月21日(土) 午後2時～4時
内 漫画作品から考える
「刑罰は何のためにあるのか」

講 宿谷晃弘さん(東京学芸大学)



② 3月5日(木) 午後1時～4時
内 府中刑務所見学 ※2.5kmほど歩きます
集合・解散 国分寺駅南口

③ 3月7日(土) 午後2時～4時
内 刑務所のリアルと出所後の私たち

講 湯浅静香さん
(前科者座談会主宰)
すずさん
(薬物依存症当事者)



場 ①③もとまち公民館 ②府中刑務所
定20人

協 国分寺市“社会を明るくする運動”推進委員会
申 1月26日(月)までに二次元コード、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

注 ①③のみの参加も受付けます



**恋ヶ窪公民館
空調機更新修繕作業に伴う
臨時休館のお知らせ**

恋ヶ窪公民館は、空調機の度重なる不具合のため、館内全部屋の空調機更新修繕を行います。

つきましては、以下の期間を休館とさせていただきます。

【休館期間】
令和8年2月16日(月)午前8時30分～
2月26日(木)午後10時

※上記期間は館内に入ることはできません。
印刷機及びコピー機、フリースペース、中庭の使用もできません。

本 地域協働事業
地域の子ども作品展

地域の子どもたちが、学校や保育園で作った工作物や絵画を展示、「すてきな姿のおすそわけ」動画も上映予定。多くの方に見ていただきたい作品ばかりです。

日 2月28日(土)～3月8日(日)
午前8時30分～午後9時45分
※3月2日(月)は休館日

場 本多公民館

催 地域協働事業実行委員会 本多地域会議
本多公民館

協 第三小学校 第七小学校 第二中学校 ほんだ
保育園 恋ヶ窪保育園 キャリー保育園 国分寺
ほか

申 不要。直接会場へ

も 歴史講座
“軍都”としての多摩地域
～国分寺・小金井に残る戦争の記憶～

かつて、多くの軍需工場や軍事研究所があった多摩地域。市内にあった銃器工場と、小金井から小平の広大な研究所の記憶をたどります。

① 2月18日(水) 午後2時～4時
内 中央工業(株)南部工場と国分寺・小金井

講 多田 哲さん(小金井市文化財センター)
場 もとまち公民館 定30人

② 2月20日(金) 午後1時～4時
内 陸軍技術研究所の跡をたどる

場 東京学芸大学周辺 ※4.5kmほど歩きます
集合 国分寺駅北口 解散 武蔵小金井駅
定 ①参加者のうち希望者のみ15人

申 1月26日(月)までに二次元コード、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 食文化講座
料理人から学ぶ中国料理の魅力
～四川編～

中国四大料理の特徴や、メニューに使われる漢字から分かることを学びます。辛味が特色の四川料理の実演や、家庭でできるレシピも紹介します。

日 2月26日(木) 午後2時～4時
講 小平貴寛さん(日本中国料理協会)

場 もとまち公民館 定20人

申 1月28日(水)までに二次元コード、
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

ビッグバンド・ジャズ・コンサート
ジャズのスタンダードナンバーなどを演奏します。

日 2月7日(土) 午後2時～4時
場 本多公民館 催 ファウンテン・ジャズ・バンド
問 上條□(090)4739-3960

光 文化講座
クッキーにバレンタインの
アイシングをしよう

アイシングクリームの塗り方やデコレーション方法を学びます。可愛く、おいしく食べられるバレンタインのクッキーをデザインしましょう。

日 ①2月7日(土) ②2月12日(木)
午前10時～正午 ※①②は同内容

講 前田千亜希さん
(JSAアイシングクッキー認定講師)

場 光公民館

定 各回10人

料 900円(材料費として当日集金)

持 ハンドタオル エプロン
持ち帰り用紙袋

託 生後6か月以上の未就学児5人
おやつ代 子ども1人50円(当日集金)

申 1月21日(水)までに二次元コード
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 グループ企画事業
世界で活躍する陶芸家に学ぶ
一陶芸の世界とものづくりの魅力一

国内外での個展開催や、海外の美術館に作品が収蔵されている講師。28歳で突然陶芸を始めたきっかけや、陶芸に関わる想い、世界の陶芸文化などの話を聞きます。陶芸の実演も行います。

日 2月8日(日) 午後2時～4時

講 東田茂正さん(陶芸家)

場 並木公民館

定 50人

企 並木公民館陶芸グループ

申 1月16日(金)午前9時から
電話または直接並木公民館へ(先着順)



国分寺市立公民館障害者施策協議会より

障害があっても、なくても、
だれもが参加できる公民館事業へ

公民館では障害者施策協議会を設置しています。社会教育、障害福祉、障害者団体及び公民館に関わる方を委員として、障害のある方がより参加しやすい事業企画の工夫、実施方法についてご意見をいただき、協議を重ねています。

協議会で出されたアイデアを基に、令和5(2023)年度にはモデル事業として、光公民館で「春休みだれでもお楽しみ会 人形劇赤ずきん」を実施しました。手話通訳付きで、障害のある方を中心とした劇団「キラキラ人形劇団」の公演を鑑賞し、音楽に合わせてダンスや歌も楽しみました。

今年度は、バケツとガムテープで太鼓を作るワークショップと、ライブに参加して一緒に演奏する事業を実施します。詳しくは1面の記事をご覧ください。



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
忘れな草	月2回火曜 午前10時～11時30分	もとまち	500円	月1,500円	伊藤□(090)5794-3585	童謡から抒情歌、歌謡曲など楽しく仲間と歌っています
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	小山田□(090)3144-5056	ゆったりとした動きと呼吸で、心と体の調和を目指す健康太極拳

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

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 協賛 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