

国分寺市立公民館ホームページ
https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/gakushu/kouminkan/

公式エックス
国分寺市子ども・教育
@koku_kodokyou

凡例 日 日時 内 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 〇 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 幼い子のいる親のための教室
「親である自分・いろいろな自分」を知ろう

子どもと離れ、自分自身に向き合う時間を作
りませんか。子どもや家族のこと、自分の気持
ちや未来のことなど、さまざまな視点から自分
を見つめ、仲間と学び合いましょう。お菓子作
りや親子一緒のおはなし会などもあります。

日 9月24日～3月4日(木) 全19回
午前10時～正午 (冬休みあり)

講 石山恭子さん
(NPO法人子育て支援グループ
amigo)

場 福祉センター

対 市内在住で福祉センターに徒歩か自転車を通
える方

費 750円(材料費として初回集金)

保 生後6か月以上の未就学児8人
おやつ代 子ども1人320円(16回分初回集金)

協 なみき牧場

申 9月2日(水)までに二次元コー
ドへ。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、翌日正午以降先着順

※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 地域のひろば 並木の会
エンディングノートに
記入してみよう

エンディングノートの書き方や必要性につい
て話を聞きます。相続や不動産登記のポイント
も学びましょう。日頃の関心ごとや活動につい
て情報・意見交換もします。

日 9月12日(土) 午前10時～正午

講 竹内英子さん
(栄町地区グッドネイバーをすすめる会)

須崎健史さん(宅地建物取引士)

場 並木公民館 定20人

申 8月16日(日)午前9時から電話または直接
並木公民館へ(先着順)



光 地域還元講座
詩・歌・句(詩吟)を楽しむ

美しい言葉で書かれた詩・和歌・俳句を声に
出して詠い、文字を楽しみながら、健康寿命を
のばしましょう。

並 託児付き子育て関連講座
家族が喜ぶ
パパのスキルアップ大作戦(料理編)

同じ地域で子育て中のパパが集まって、みん
なで料理をしませんか。家族が笑顔になるよう
な日常で使えるスキルを身につけましょう。

8/29	パパとつくろう時短料理
9/5	みんなで食べたいお弁当づくり

日 土曜日 午前10時～正午

講 高見牧子さん
(ナチュラルフードコーディネーター)

場 並木公民館

対 未就学児の父親

定 6人

費 2,500円
(材料費として初回集金)

託 生後6か月以上の未就学児6人
おやつ代 子ども1人60円(2回分初回集金)

申 8月23日(日)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、翌日正午以降先着順



本 中庭コンサート
華やかに色づく秋の宵

夜の中庭で和みのひとときを過ごしません
か。彩り豊かなステージをお楽しみください。

日 9月13日(日) 午後6時～8時

※開場30分前
※雨天時は室内で実施

■出演 マジックサークル木曜会
黒田 彩(ハーモニカ)
クールトラ・メール
音楽練習会
混声合唱Eisvogel

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18日(火)午後1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)



日 9月5日(土) 午後1時～2時30分

指 清風会(光公民館活動グループ)

場 光公民館 定10人

申 8月18日(火)午前9時から電話または直接
光公民館へ(先着順)

並 保育グループとの共催事業
きれいのきっかけ作り
～自分の魅力を知ろう～

パーソナルカラー、顔・骨格タイプの考え方
や特徴を理解して、忙しい毎日でも実践できる、
頑張りすぎない垢抜け術を身につけましょう。

日 9月10日(木) 午前10時～正午

講 井藤寛子さん
(イメージコンサルタント)

場 並木公民館 定24人 持手鏡

託 生後6か月以上の未就学児15人
おやつ代 子ども1人20円(当日集金)

催 保育グループ「ほっちゅりん」
並木公民館

申 8月31日(月)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、翌日正午以降先着順



本 本多わくわく科学教室
サイエンスショー

大学生と一緒に、科学のおもしろさを体験し
ます。ワークショップで光の実験も行います。

日 8月28日(金) 午前10時～11時15分

講 東京大学サイエンスコミュ
ニケーションサークルCAST

場 本多公民館

対 小学生(保護者同伴不可)

定 80人

申 8月17日(月)午前9時から二次
元コードへ(先着順)



本 第5回 中庭夏まつり
～みんなおいでよ 中庭に～

公民館の中庭でおまつりを楽しみませんか。
毎年、たくさんの親子でにぎわいます。

日 8月30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 バルーンアート スーパーボールすくい
ジャンボしゃぼん玉 水鉄砲 紙芝居
ポップコーン わたあめ かき氷
※雨天時は変更あり

場 本多公民館 定各回20人

費 200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20日(木)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、8月22日(土)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28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11日(金)午後2時～4時
光	9月15日(火)午前10時～正午
もとまち	9月16日(水)午前10時～正午
並木	9月9日(水)午前10時～11時30分

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		〒185-0013	〒185-0034	〒185-0022	〒185-0005
	本多1-7-1		西恋ヶ窪4-12-8	光町3-13-19	東元町2-3-13	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	17日(月)				
	9月	7日(月)	21日(祝・月)、22日(休・火)午後5時以降、23日(祝・水)午後5時以降 ※光公民館は工事による断水のため、22日(休・火)、23日(祝・水)休館			
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。

も ミュージアムへ行こう
 大学の中にある博物館・美術館

一部の大学には、併設の博物館・美術館があります。少し足を延ばして、近隣の3大学に出かけてみましょう。展示の解説も聞きます。

①	8月29日(土) 午後1時～2時30分 場東京農工大学科学博物館 集合 東小金井駅中央改札	
②	10月6日(火) 午後1時～3時30分 場武蔵野美術大学 美術館・図書館 民俗資料室 集合 国分寺駅北口	
③	10月27日(火) 午後1時～2時30分 場国際基督教大学博物館湯浅八郎記念館 集合 武蔵境駅中央改札	

定15人
申8月18日(火) 午前9時から二次元コード、電話または直接もともち公民館へ(先着順)
注②③は集合後、路線バスに乗車します。講座終了後は現地解散し、引き続き見学できます

も 文化講座
 はけに建つ モダン・ムーブメント建築

はけ(国分寺崖線)の景観を取り入れた近代建築を知り、実際に歩いてめぐります。

講義	モダン・ムーブメントとは何か 日10月7日(水) 午後2時30分～4時30分 講山崎鯛介さん(東京科学大学) 場もとまち公民館
見学	日10月21日(水) 午後1時30分～4時 場東京経済大学旧図書館 日本キリスト教団国分寺教会礼拝堂 集合 国分寺駅南口

定20人
申8月31日(月)までに二次元コード、電話または直接もともち公民館へ。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 おとなチャレンジ
 わくわく ときめく
 バルーンアートをつくろう

バルーンアートの作り方を学び、みんなで大きな作品を仕立てましょう。作品は10月3日・4日のふれあいまつり・もとまちで展示します。

9/18	基本をマスターしよう
10/2	大型作品で会場を華やかにしよう

日金曜日 午前10時～正午
講ぶーにゃさん

(バルーンアーティスト)
場もとまち公民館 定12人
¥500円(材料費として初回集金)
託生後6か月以上の未就学児5人

おやつ代 子ども1人40円(2回分初回集金)
申8月31日(月)までに二次元コード、電話または直接もともち公民館へ。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

※希望者は、バルーンアートを作って来場者にプレゼントする役で、ふれあいまつり・もとまちに参加できます

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。

グループ名	活動日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
ジェフの英語勉強会	月2回 水曜 午前10時～11時30分	本多	なし	月3,000円	山口☒tycalifornia408@yahoo.co.jp	米国人講師と楽しく英語を学び、対話を楽しむ大人の仲間を募集中

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

光 日本文化を知る講座
 お月見だんごをつくろう

空気が澄んだ秋の空で見られる美しい満月は「中秋の名月」と呼ばれます。自然に感謝をする行事の由来を知り、月に見立てた丸いお団子を作って食べましょう。

日9月12日(土) 午後2時～3時30分
講永澤あきこさん(管理栄養士)
場光公民館 対小学生 定12人
¥300円(材料費として当日集金)
持エプロン バンダナ ふきん 飲み物
申8月27日(木)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 子育て防災講座
 子どもと過ごす、
おうち避難に備えよう

乳幼児を育てている家庭が、災害時に自宅で安全に過ごすために必要なことを学びます。過去の災害時に実際にあった困りごとを聞き、いざという時に備えましょう。

日9月8日(火) 午前10時～正午
講児玉陽子さん(NPO法人M-plug)
場光公民館 定16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50円(当日集金)
協みんなで防災2015
申8月26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 子どもまつりでお店を出そう

11月22日(日)に第五中学校で開催予定の子どもまつりで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9月12日(土) 午後2時～3時
場並木公民館 対小学生～18歳
申9月10日(木)までに二次元コードへ

秋の利用者懇談会

恋ヶ窪	9月12日(土)午前10時～正午
光	9月5日(土)午前10時～正午
並木	9月5日(土)午後2時～4時

場各公民館 申不要。直接各公民館へ

公民館の講座から もとまち地域×学生のアイデアで作った大根のスパイスカレー

昨年11月に実施した「市民がつくる講座 スパイスから作るこくベジカレー」では、東元町産の大根を主役に、西元町でカフェを営む市民の協力を得て、スパイスカレーに挑戦しました。小学生から70代の参加者が4つの班に分かれ、スパイスを炒めるところから作ったカレーは、どの班もおいしくできあがりました。たまねぎの炒め方などの違いで、同じレシピでも見た目や味が少しずつ異なり、お互いに味見をしあうなど、和気あいあいとした講座となりました。



恋 シネマ恋ヶ窪 秋の映画会
 ブレッドウィナー

2017年製作 アイルランド、カナダ、ルクセンブルク
上映時間94分

女性のための外出が禁止されているアフガニスタン。家族のために髪を切り「少年」となった11歳の少女が目にした世界を描きます。

日9月26日(土) 午前10時～11時45分
※開場は15分前
場恋ヶ窪公民館 定35人
申8月25日(火)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



©2017 Breadwinner Canada Inc./Cartoon Saloon (Breadwinner) Limited/ Melusine Productions S.A.

恋 ジュニアサロン公民館学習室

こいがかくぼ国際教室(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や、日本語の勉強をしませんか。

日9月12・19・26日、10月10・17・24日、11月14・21・28日、12月12・19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
申二次元コード、電話または直接恋ヶ窪公民館へ
※申し込みについてわからない人は、恋ヶ窪公民館に聞いてください

グループの催し物

スポーツウェルネス吹矢 吹練健クラブ発表会
スポーツウェルネス吹矢吹練健クラブの発表会です。
日9月19日(土) 午前9時～午後6時
場本多公民館
催吹練健クラブ
問江島☒(042)323-1729

市民がつくる講座は、東京学芸大学で生涯学習を学ぶ学生と、市民から選ばれた公民館運営サポート会議委員が意見交換をしながら作る講座です。学生が考えた「大根カレー」の提案に対して、子育て世代の委員から「大根が苦手な子どもも多い」との意見があり、大根をどのくらいのサイズにすると食べやすくなるのか、学生が試作を繰り返してレシピを完成させました。学生のアイデアを大切にしながら、市民の声を取り入れて、毎年新たな講座を作っています。今年度はどのような講座が生まれるのでしょうか。けやきの樹10月号でお知らせする予定です。

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 協力 企画 申込方法 問い合わせ FAX ファックス メール 注意事項