

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
日日時内容講師指導場所・会場対象定員費用持ち物
※オンライン開催
※協賛
※お問い合わせ
※注意事項

も 農の手仕事講座
春をことほぐ しめ 注連縄飾り

新しい年を迎える支度として、注連縄飾りを作りましょう。床に座り、足と手を使って縄をない、紙垂と稲穂を飾って仕上げます。

日11月12日(木) 午後1時30分～4時30分
講東京農工大学科学博物館友の会
わら工芸サークル(葉の会)
場もとまち公民館 定20人
¥2,000円(材料費として当日集金)
持霧吹き ズボンなど動きやすい服装
申10月25日(日)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
注わらを湿らせて使うため、衣類がぬれる場合があります



も 社会教育実習生とつくる講座
国分寺市の「平和の木」
～被爆樹木から戦争と平和を考えよう～

広島、長崎で原爆を生き抜いた木々があります。木が教えてくれる戦争と平和のことを、被爆者を祖父母に持つ学生と考えます。

日11月21日(土) 午前10時～正午
講東京都立大学学生
場もとまち公民館
対小中学生とその保護者
定20組
協市青少年育成南地区委員会 市人権平和課
申10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



も 文化講座
扉の向こうは別世界、はじめての銭湯めぐり

もとまち地域には市内唯一の銭湯があります。歴史や定義だけではない銭湯の魅力や巡り方など、さまざまな楽しみ方を学びます。

日10月31日(土) 午後2時～4時
講佐藤明俊さん
(都浴場組合公認銭湯ライター)
場もとまち公民館 定40人
申10月16日(金)午前9時から二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ(先着順)



光 ひかり親子体操
パパと楽しく身体を動かそう

風船や新聞紙などを使って、俊敏性を高めるためのトレーニングをしましょう。子どもと触れ合うことの大切さ、発達や発育についても学びます。

日11月7日(土) 午後2時～3時30分
講岸田真理さん
(一般社団法人日本親子体操協会)
場光公民館
対4歳～小学2年生とその保護者
定12組
持バスタオル 汗拭きタオル 飲み物
動きやすい服装
催ひかり児童館 光公民館
申10月22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 住民自主講座
大人のためのジャグリング体験

3つのボールをお手玉のようにリズムよく投げ、キャッチする技に挑戦します。講師によるパフォーマンスショーも楽しみましょう。

日10月31日(土) 午前10時～11時30分
講しんのすけさん(大道芸人)
場光公民館
定15人
企国分寺わくわくクラブ
申10月20日(火)午前10時から二次元コード、電話または直接光公民館へ(先着順)



も 交通安全講座
今だから聞きたい自転車ルール

4月に改正施行された自転車の交通ルール。どんな乗り方が違反となるのか、改正後に市内の交通事情がどう変化したかを聞きます。

日11月6日(金) 午前10時～正午
講小井警察署員
場もとまち公民館
定20人
託生後6か月以上の未就学児6人
おやつ代 子ども1人20円(当日集金)
申10月25日(日)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



光 保育室開放
おりがみで楽しむハロウィン

かわいいおばけやかぼちゃなど、簡単にできるハロウィンの飾りを折り紙で作ってみましょう。手遊びや絵本の読み聞かせもあります。

日10月30日(金)
①午前10時～10時45分
②午前11時～11時45分
※入れ替え制
場光公民館
対未就学児とその保護者 定各回5組
協市民活動登録団体「絵本カフェほっと」
申10月16日(金)午前9時から二次元コードへ(先着順)



光 健康講座
夜のゆったりヨガ

経絡を意識したヨガで身体を整えます。季節に合わせた養生を知り、深く呼吸をしながら心身の状態を確かめましょう。

日11月4・18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14人
持タオル 飲み物 動きやすい服装
申10月21日(水)までに二次元コードへ。定員に満たない場合は、翌日以降先着順



光 光公民館活動グループ地域還元講座
人とつながり、笑顔になれる脳トレ体験

即興演劇を取り入れた身体を使うゲームでコミュニケーションを楽しみます。自由な発想や表現に挑戦してみませんか。

日10月28日、11月11日(水) 午後1時30分～4時
講国分寺わくわくクラブ
場光公民館 定20人
持上履き 動きやすい服装
申10月20日(火)午前10時から二次元コード、電話または直接光公民館へ(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	
休館日	10月 11月	19日(月) 2日(月)、16日(月)	3日(祝・火)午後5時以降、16日(月)、23日(祝・月)		休館中 令和10年2月まで(予定)
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。

公民館運営審議会日程

どなたでも傍聴できます。

日10月30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	11月10日(火)	午後1時～3時
恋ヶ窪	11月18日(水)	午後2時～4時
光	11月17日(火)	午前10時～正午
もとまち	11月25日(水)	午前10時～正午
並木	11月11日(水)	午前10時～11時30分

場各公民館(並木のみ光公民館)
申不要。直接各会場へ

