

けやきの樹

令和元(2019)年

10月15日号
No.648

編集・発行：国分寺市立公民館

- 本多公民館 ☎(042)321-0085
- 恋ヶ窪公民館 ☎(042)324-1926
- 光公民館 ☎(042)576-3991
- もとまち公民館 ☎(042)325-4221
- 並木公民館 ☎(042)321-9971

障害者支援ボランティア養成講座

くぬぎ教室を知っていますか

本多・恋ヶ窪・並木の各公民館では知的障害のある人のための「くぬぎ教室」を実施しています。初回は概論を学び、2回目は障害のある人とのかかわり方についてワークショップも交えてより具体的に学びます。小さなことでも自分でできることを探してみましょう。

- 日①11月17日(日) 午後1時～3時
- ②11月24日(日) 午後1時～4時30分

- 講①宮鋼陽子さん(社会福祉士)
- ②河端 歩さん(神奈川県立津久井養護学校)

場並木公民館 定15人
催本多公民館 恋ヶ窪公民館 並木公民館
申10月16日(水)午前9時から電話または直接並木公民館へ(先着順)

並木 祝 国分寺市制施行55周年

国分寺市教育7DAYS 並木芸術祭

市民から募集した多彩な作品で館内がにぎわっています。この機会にぜひご覧ください。

- 日10月29日(火)～11月5日(火)
- ※11月3日(日)は午前9時30分から午後5時まで。4日(月)は休館のためご覧になれません。最終日は午後3時まで

内絵画・水墨画・陶芸・書道・生け花・写真・文芸・手芸・紙工作などの作品展示

場並木公民館 申不要。直接会場へ

グループ企画事業

**託児付き「子ども乗せ自転車講習」
～子どももママも安全に～**

多くの人が使っている子ども乗せ自転車。その乗り方の注意点やマナー、特に狭い道路での安全な乗り方を学び、家族の安全を守りましょう。

- 日11月15日(金) 午前10時～正午
- 講小金井警察署員 場並木公民館 定20人

託講座当日に生後6か月以上未就学児15人
おやつ代 子ども1人40円(当日集金)

- 企保育グループ「どんぐり2」
- 申10月31日(木)までに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、11月1日(金)以降先着順

公民館運営サポート会議	
本多	11月25日(月)午前10時～正午
恋ヶ窪	11月13日(水)午前10時～正午
光	11月26日(火)午前10時～正午
もとまち	11月25日(月)午前10時～正午
並木	11月21日(木)午前10時～正午

公民館	本多	恋ヶ窪	光	もとまち	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
休館日	10月	21日(月)・22日(祝・火)			
	11月	3日(祝・日)・4日(振・月)・18日(月)・23日(祝・土)			
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	(042)321-9971
受付期間	抽選申込期間は、使用前月の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)において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。使用日の3日前までに「使用申請書」を必ず公民館窓口へ提出してください。詳しくは各公民館にお問い合わせください。				

恋ヶ窪 自然講座

自然に触れる「網代編み」

ヒノキの樹皮を使った小物づくりをきっかけに、武蔵野の自然や環境について考えませんか。

- 日10月31日(木) 午前10時～正午
- 講石井真由美さん

(手作りを楽しむ会結華)
場恋ヶ窪公民館 定20人

¥1,000円(材料費として当日集金)

- 申10月23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、10月24日(木)以降先着順



国分寺市教育7DAYS 歴史講座

近世の恋ヶ窪を知ろう

令和を迎え、改めて近世・江戸期の恋ヶ窪地域の歴史を身近に感じてみませんか。

10-31	社会科・総合学習における恋ヶ窪村分水 講鈴木まき子さん (元第九小学校教員)
11-14	古文書から見る江戸期の恋ヶ窪村 講市ふるさと文化財課職員
11-28	近世考古学から読み解く恋ヶ窪村の位相 講長佐古真也さん (都埋蔵文化財センター)

- 日木曜日 午前10時～正午
- 場恋ヶ窪公民館 定30人

申10月24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、10月25日(金)以降先着順

シネマ恋ヶ窪 わが心の銀河鉄道 宮沢賢治物語

1996年 日本 上映時間111分
監督 大森一樹
出演者 緒方直人 水野真紀 渡 哲也 ほか

賢治の半生と、童話世界のイメージを再現する、豊かな映像が展開される生誕100周年記念作品。

- 日11月7日(木) 午前10時～正午
- 場恋ヶ窪公民館 定50人

申10月23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、10月24日(木)以降先着順

公民館運営審議会日程

- 日11月20日(水) 午後2時～4時
- 場もとまち公民館 注どなたでも傍聴できます

もとまち 文学講座

モンゴメリと赤毛のアン

出版から100年以上経った今もなお世代を超えて愛される「赤毛のアン」。作者と物語を深く学んで、今まで知らなかったアンの世界を見つけてみませんか。

12-3	モンゴメリの生涯
12-10	赤毛のアンの魅力
12-17	アンの世界



アンの家

- 日火曜日 午前10時～正午
- 講白井澄子さん(白百合女子大学)

場もとまち公民館 定30人

託講座初日に生後6か月以上未就学児6人
おやつ代 子ども1人120円(初回集金)

- 申10月30日(水)までに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、10月31日(木)以降先着順

第6回防災シンポジウム

災害時に取り残されないために

災害は自分一人の力だけでは乗り切れません。多くの人と協力し合うことが大切です。市や地域の防災の取り組みを学び、お互いに助け合う関係づくりを一緒に考えてみませんか。

- 日11月17日(日) 午前9時30分～午後0時30分
- 講桜井 有さん(南町一丁目自治会)

市防災安全課職員

場もとまち公民館 定60人

催もとまち地域会議 もとまち公民館

- 申10月16日(水)午前9時から電話または直接もとまち公民館へ(先着順)

公民館学習支援事業

ジュニアサロン公民館学習室

小中学生の学習習慣や基礎・基本学力の定着を目標にした学習支援事業です。

<恋ヶ窪公民館>大学生や地域の方と一緒に、国語と算数のプリント学習を行います。

- 日11月2・16・30日、12月7日、令和2年1月11・25日、2月8・22・29日、3月14日

土曜日 午前9時30分～11時30分

場恋ヶ窪公民館 定小学生15人

協東京経済大学ボランティアサークルClover

<光公民館>地域の運営スタッフが算数、数学、英語の宿題などの勉強をサポートします。

- 日11月5・19日、12月3・17日、令和2年1月7・21日、2月4・18日、3月3日・17日

火曜日 午後5時～7時

※小学生は保護者の迎えが必要です

場光公民館 定小学4年生～中学3年生12人

協光公民館学習室運営スタッフ

申恋ヶ窪 10月24日(木)まで

光 10月30日(水)まで

公民館窓口またはホームページにある申請書に記入し、希望する公民館へ

注定員を超えた場合は上級生を優先します

凡例 日日時内容講師指導場所会場対象定員費用物持ち物保育あり 託託児あり 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

本多 高齢者関連事業

高齢期の充実した生活と今後の備え

高齢期においても健康で心豊かに生活するために、自らも家族もいざというときに備えながら、充実した暮らしを考えてみませんか。

11・5	老後のお金と医療と法律 講 吉田まどかさん 本間由也さん(弁護士)
11・12	老後に向けた家の片づけ 講 望月泰子さん(住環境スタイリスト)
11・19	イスに座って簡単体操 講 スポーツインストラクター
11・26	高齢期の住まいの種類と選び方 講 関口光博さん(介護施設紹介センター)
12・3 12・10	はじめての簡単スマホ体験 ※ 講 スマートフォンアドバイザー
12・17	座談会 「生きがいをもって豊かな暮らしを」 講 梶木義治さん(くぬぎ教室運営スタッフ)

日曜日 午前10時～正午
場本多公民館 **定**30人
申10月22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、10月23日(水)以降先着順
 ※12/3・10はいずれか一日の参加になります。公民館で割り振りますのでご了承ください。なお当日は人数分のスマートフォンを用意します

グループ企画事業

**豊かな学習や活動を継続・発展させるために
—社会教育のさまざまな変化の中で—**

国では、図書館・公民館など公的社会教育機関を教育委員会から首長部局へ移管を可能にし、自治体によっては各分野での改革が進められてきています。

私たちが生きるうえで欠かせない主体的な学習や活動のこれからのあり方について、考えましょう。

日11月9日(土) 午後2時～4時30分
講谷岡重則さん(社会教育推進全国協議会)
場本多公民館 **定**30人
企国分寺・社会教育の会
申10月16日(水)午前9時から電話または直接本多公民館へ(先着順)

光 初級パソコン講座

「スマホ」で撮って年賀状

撮影した写真をパソコンに取り込み、Wordで年賀状を作ってみましょう。

日11月15日・22日(金) 午後2時～4時
 ※初日は午後1時30分集合
指光パソコンの会 **場**光公民館 **定**20人
対ローマ字入力のできるパソコン初級者
料200円(テキスト代として初回集金)
物ノートパソコン ACアダプター マウス スマートフォンまたはデジタルカメラ USBケーブル SDカード
 ※Macには対応していません
申11月5日(火)までに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、11月6日(水)以降先着順

本多 保育グループとの共催事業

子どもの遊びと発達

誰もが子どもには健やかに育てほしいと願っています。子育てコーチングを通して、子どもの遊びと発達について学んでみませんか。

日11月14日・28日(木) 午前10時～正午
講伊藤美佳さん(乳幼児教育専門家)
催ぐりぐら Good&New 本多公民館

場本多公民館 **定**各20人
託講座初日に生後6か月以上未就学児各20人
 おやつ代 子ども1人2回分80円 10月31日(木)に親子一緒のオリエンテーション
申10月22日(火)までに電話または直接本多公民館へ。公民館保育室未経験者優先。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、10月23日(水)以降先着順

子どもの自立を促す子育て

親も子どもともに成長するために、アドラー心理学に基づいた「勇気づけの子育て」を学びませんか。

日11月15日・22日(金) 午前10時～正午
講熊野英一さん(子育てカウンセラー)
催ルピナス わんわん ぱんけーき 本多公民館

グループ活動公開事業 新たな趣味と出会いを見つけ 世界を広げよう

本多公民館で活動しているグループが活動を公開します。体験してみませんか。

グループ	公開(体験)日	募集人数	備考
ジョイフル英会話	11月5日(火)13:00~14:30	2人	アメリカ人の講師との英会話
コア・エルフェン★	11月7日(木)10:00~12:00	何人でも	大人のための童謡曲などを歌う
パリ会	11月12日(火)14:00~16:00	3人	油絵。道具なくても可。お気軽に
国分寺水墨画会	11月14日(木)13:30~16:00	3人	墨の濃淡を生かして絵を描く
国分寺シルバーコーラス★	11月22日(金)10:00~12:00	数人	オペラ歌手の指導で歌う

場本多公民館 **料**無料 **注**★は女性のみ ※体験後、グループに加入することもできます
申10月16日(水)午前9時から電話または直接本多公民館へ(先着順・前日までに要申込)

健康講座

薬膳とヨガと台湾茶

秋冬に合わせた台湾茶を味わいながら、自然を重視しそれぞれの体調に合わせて作る料理「薬膳」について学びます。また、イスに座ったままできるヨガも体験します。

日11月7日・21日(木) 午後2時～4時
講阪崎義勝さん(国際薬膳師)
場光公民館
料100円(お茶代として初回集金)
定20人
物タオル 飲み物
申10月27日(日)までに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、10月28日(月)以降先着順



光

コンパニオンアニマル学習講座

動物との暮らし方～犬と向き合う～

家族の一員、人生の伴侶としてコミュニケーションが取れる動物を、コンパニオンアニマルと呼びます。犬との心のつながりを作り、より一層すてきな時間を過ごすための接し方を、犬と暮らしている方・暮らしてみたい方と考えます。

日11月10日(日) 午前10時～正午
講佐久間久美さん(動物愛護推進員)
場光公民館 **定**20人
申10月28日(月)までに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、10月29日(火)以降先着順



住民自主講座

小さい子がいるおうちの「片付けのキホン」

子どもの「片付け力」を育むために親ができる片付けの基本とポイントを楽しく学びましょう。

日11月19日(火) 午前10時～正午
講岡本淳生さん 中村由紀さん
 (整理収納アドバイザー)
場光公民館 **定**15人 **企**保育グループ「みかん」
託講座当日に生後6か月以上未就学児15人
 おやつ代 子ども1人40円
申10月29日(火)までに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、10月30日(水)以降先着順

グループの催し物

第9回けやきフォトサークル作品展

会員の個性豊かな作品をご覧ください。
日10月25日(金)～31日(木) 午前10時～午後5時
 ※初日午前11時から 最終日午後4時まで
場本多公民館 **催**けやきフォトサークル
問加藤 雷 (042)323-0191

地域づくり講座 くにきたデザインクラブ(第1期)

くらすまち観察会

国立駅北側に広がる地域の魅力を探り、自分たちのくらすまちを学び、地域の活動につなげる連続講座。ここから仲間と一緒に、どんなまちに住みたいかを考え、実践していきます。

11・25	「まちの魅力を探す」 地図を見ながら、まちの要素を共有します
12・23	「住みたいまちを考える」
3・9	まとめ「交流会」

日月曜日 午後7時～9時
講萩原 修さん(明星大学)
 棚橋早苗さん
 (武蔵野美術大学)
場光公民館 **定**20人
申10月24日(木)までに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、10月25日(金)以降先着順



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
恋ヶ窪水墨画	第1・4月曜日 午後1時30分～3時30分	恋ヶ窪	なし	月3,000円	横山 雷(042)324-4123	墨と筆でいろいろな表現が楽しめます。ぜひ一緒に
もとまち盆栽会	第2日曜日 午前10時～正午	もとまち	なし	年2,000円 月1,000円	菅谷 雷(042)321-7636	小品盆栽の栽培や鑑賞。初心者歓迎。挿し木や苗から育てます

凡例 日 日時 内 内容 講 講師 指 指導 場 場所・会場 対 対象 定 定員 料 費用 物 持ち物 保 保育あり 託 託児あり 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 E メール 注 注意事項