

けやきの樹

令和2(2020)年

11月15日号
No.661

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

来館・講座参加時のお願い

- ・当日、37.5度以上(または平熱比1度超過)の発熱や、息苦しさ、だるさ、咳・咽頭痛などの症状がある場合は、来館をご遠慮ください。
- ・マスクを持参し、館内では必ず着用してください。
- ・アルコールによる手指消毒と非接触式電子温度計による検温をお願いします。
- ・ソーシャルディスタンスを保った座席配置をお守りください。
- ・換気のため常時窓を開放しているので、体温調節のしやすい服装でご来館ください。

防災学習会

～災害に負けないまちづくりを目指して～

今こそ活かす 防災の知恵

感染症対策を前提とした「新しい日常」にも活かせる災害への備えを学び、今からできることはなにかを考えます。

11・24	「新しい日常」における防災と地域 講野元弘幸さん(東京都立大学)
12・1	わたしたちのまちの備えを知る 講市防災安全課職員
12・8	日ごろからのストック食材と生活必需品 講高林千尋さん(東京都キャンプ協会)
12・14	こころと身体の健康をどう守るか ～気仙沼市での取り組みから～ 講菅原康宏さん(公認心理師)
1・12	わたしたちの地域でできること(振り返り) 講野元弘幸さん

日曜日(12月14日のみ月曜日)

午前10時～正午

場光公民館 定20人

保講座初日に生後6か月以上未就学児8人

催みんなで防災2015 光公民館

申11月19日(木)までに電話、メール(裏面下参照)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20日(金)以降先着順

健康講座

薬膳と経絡ストレッチ

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、東洋医学の考えを基にした、穏やかな動きで身体のリズムを整えることを目的とした「経絡ストレッチ」を行います。

日12月4・11日(金) 午後2時～4時

講阪崎義勝さん(国際薬膳師)

場光公民館 定20人 物飲み物

申11月26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、11月27日(金)以降先着順



光

健康講座

初めてエアロとやさしいヨガ

緩やかな音楽に乗ったエアロビクスで身体を温め、ヨガで心の安定と身体の柔軟性を高めましょう。

日12月10日(木) 午後2時～4時

12月17日(木) 午前10時～正午

講松浦博之さん(スポーツインストラクター)

場光公民館 定15人

物飲み物 タオル 室内シューズ

動きやすい服装 上着や大きめのタオル(くつろぐポーズの時に羽織ります)

注講座初日に生後6か月以上未就学児5人

申11月29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、11月30日(月)以降先着順

日11月29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、11月30日(月)以降先着順

並木 子どもマネー講座

お金の使い方を考えてみよう

お金の役割や最近身近になってきた電子マネーなどの「見えないお金」について学びます。ワークをしながら、楽しくわかりやすくお金の大切さや使い方を考えましょう。

日12月5日(土) 午後2時～4時

講田端沙織さん

(ファイナンシャル・プランナー)

場並木公民館 対小学生 定20人

申11月24日(火)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25日(水)以降先着順

公民館運営審議会日程

日11月24日(火) 午後1時30分～3時

場本多公民館 注どなたでも傍聴できます

年末年始の休館日について

休館日：12月29日(火)～1月3日(日)

12月28日(月)・1月4日(月)は開館しますが、時間に変更になります。

開館時間：午前8時30分～午後5時

※本多公民館は1月4日(月)休館

もとまち

国分寺を知る

国分寺建立の詔に込めた想い

天平13(741)年に聖武天皇が発した「国分寺建立の詔」により全国60余国に国分寺は建立されました。当時の時代背景や「詔」に込められた想いを学びます。

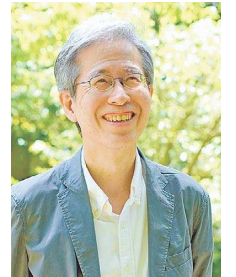
日12月8日(火) 午後1時～3時

講西山 厚さん(奈良国立博物館名誉館員)

場もとまち公民館

定25人

申往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明記(1人1枚)。返信面にも住所・氏名を明記の上、11月22日(日)消印有効でもとまち公民館(住所は下表参照)へ。多数の場合は抽選



本多

選挙に関する講座

オンライン

SNSを使ってもっと身近に新しい選挙運動

選挙や政治についてSNSを使った情報収集が身近になってきました。東京学芸大学の学生と一緒に架空の立候補者の応援文を作成し、有権者の立場からTwitterを使った情報閲覧と模擬投票に参加してみませんか。

日12月2日(水) 午後3時～5時

試行日：12月1日(火)午後3時～4時(予定)

■応援文作成の話し合いも含めすべてオンラインで行う講座です

■上記試行日に、東京学芸大学とZoom(※)でつなぎ、必要な操作の確認をします。当日の通信トラブル防止のため、オンラインで行う試行日の参加もお願いします

(※パソコンやスマートフォンからインターネットを経由し映像や音声を使用してオンライン会議ができるサービス)

下記②で申込みの方は試行日の参加は不要です

■当日および試行日の映像等情報の発信元は東京学芸大学です

注①Zoomへの接続が可能なインターネット環境があり、かつTwitterの閲覧が可能な方

②上記の環境がなく、本多公民館に設置する端末で参加を希望する方

定①8人 ②2人

催東京学芸大学生涯学習教室

国分寺市明るい選挙推進協議会

市選挙管理委員会 本多公民館

申11月17日(火)午前9時から電話または直接本多公民館へ(先着順)

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	11月 16日(月) 12月 7日(月)・21日(月)		16日(月)・23日(祝・月)		21日(月)
年末年始	12月29日(火)～1月3日(日) ※12月28日(月)・1月4日(月)は、午後5時以降休館します ※本多公民館は1月4日(月)休館				
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。				

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。市のホームページ <http://www.city.kokubunji.tokyo.jp/>

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児あり主催共催協働企画申申込方法お問い合わせFAXファックスメール注意事項



本多 第15回ロビーコンサート

★ ★ クリスマスの夕べ ★ ★

弦楽器やピアノ、ハンドベルの美しい音色に耳を傾けながら、至福の時間を過ごしませんか。

■12月12日(土) 午後6時～7時40分
(開場 午後5時15分)

■出演 国分寺フィルハーモニー管弦合奏団
シャミナードクラブ(ピアノ)
アテンポハンドベルリンガーズ

■場本多公民館

■定90人

■催喫茶ほんだ 本多公民館

■申11月17日(火)午前9時から
本多公民館で整理券を配布します(先着順)



恋ヶ窪 教養講座

今こそ知ろう 16ミリ映写機

今や16ミリ映写機や16ミリフィルムを見る・触る・動かす機会は、ほとんどないと思います。懐かしくて貴重な映写機の操作方法を学びましょう。

1・14	映画のしくみと映写機の構造 (講義中心)
1・21	フィルムと映写機の取り扱い (講義と実技)
1・28	自分で動かし、みんなで見る (実技中心)

■木曜日 午前10時～正午
■講霜崎健生さん(映像技術者)

■場恋ヶ窪公民館

■定10人

■申11月30日(月)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、12月1日(火)以降先着順
※本講座では資格の付与はありませんが、受講者には、映写機の館内貸し出しが可能になります



防災講座

コロナ禍での応急救護のあり方とは

いわゆる「コロナ禍」では、これまでとは違った対応が、いろいろな場面で求められています。応急救護の場面ではどうでしょうか。講義と実技を通じて学びましょう。

■11月25日(水)

■午前10時～11時

■講国分寺消防署員

■場恋ヶ窪公民館

■定10人

■申11月17日(火)午前9時より電話

または直接恋ヶ窪公民館へ(先着順)

※屋外で実施するので、汚れても良い、寒さをしのげる服装で参加してください(雨天時は室内で実施します)

※緊急出勤等の関係で、講座を中止もしくは内容を変更することがあります



公民館の講座から①

皆さんに愛されるロビーコンサート

平成18(2006)年に、本多公民館で第1回のロビーコンサートを開催しました。ロビーを会場にして行われるコンサートは、出演者と参加者の一体感が持てるものでした。その後もロビーで行いでしたが、申込者が多くなったため、平成21年から会場をホールに移して開催しています。会場が変わってもアットホームなコンサートの雰囲気は変わりません。

ロビーコンサートは、国分寺障害者団体連絡協議会が運営する「喫茶ほんだ」と本多公民館の共催事業です。この事業を通して「喫茶ほんだ」を知ってもらい、障害者との交流・つながりをもちたいと考えています。音楽を聴き、喫茶ほんだが用意するコーヒーを飲む時間を持つことを、多くの方が楽しみにしてくれました。

その時々になんか形を変えていくことはあっても、皆さんに愛されるロビーコンサートは今後も続いています。



公民館の講座から②

参加者をつくった人権講座

恋ヶ窪公民館では、9月24日と10月1日に「人権講座」を実施しました。

当館では、平成30(2018)年度の「人権講座」終了後、参加された方に集まっていた「振り返りの会」を行いました。この会は、自分の現在の問題関心や最近学んだことなどを含め、さまざまなことを話す場としました。その中で、特に「(浅草)弾左衛門」への関心が高まり、令和元(2019)年度の講座企画につながりました。当初は2～3月に実施するはずでしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になってしまい、今回ようやく開催にいたりしました。当初の予定では、浅草へのフィールドワークを含め、3回での実施を計画していましたが、移動中の感染リスクなどを考慮し、今回はフィールドワークを断念し、講義のみの2回での実施に変更しました。タイトルは「『異界』としての浅草と弾左衛門」。

講座では、「『弾左衛門』とは、江戸時代にどのような役割を果たしたか」ということ、そして被差別民の役割と仕事などについて学びました。また、フィールドワークができない分、当時の史料や写真を活用しながら、バーチャルな形で浅草の様子を学ぶことができました。

講座終了後、今回参加された方に、前述の「振り返りの会」のご案内をしたところ、6名の方に参加いただきました。徐々に仲間が広がり、同じ事柄に関心のある方同士で知識を深めて学びの共有・循環をしてもらえればと思います。

今回は大変多くの方に申し込みや問い合わせの連絡をいただいたのですが、会場の関係で一部の方はお断りさせていただきました。再度、同じテーマの講座を追加で実施することを検討しています。詳細は決まり次第お知らせします。



恋ヶ窪 クリスマスコンサート

清らかなマンドリンのしらべ

イタリア生まれの弦楽器マンドリンの音色に耳を傾け、クリスマス気分を味わいませんか。

■12月3日(木) ①午後2時～3時
②午後6時～7時

※①②どちらか1つに申し込んでください。

■出演 ぴあせボーレ♪

■曲目 もろびとこぞりて 星に願いを ほか

■場恋ヶ窪公民館 定各13人

■申11月25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、11月26日(木)以降先着順

令和3年度 恋ヶ窪公民館祭準備会

来年度実施予定の恋ヶ窪公民館祭に展示・発表・催し物などで参加を希望するグループは、準備会に参加してください。

■12月4日(金) 午前10時～11時

並木 陶芸施設利用グループ懇談会

陶芸小屋や窯などの施設を利用するグループの方はご参加ください。

■11月28日(土)
■午前10時～11時

■施設の利用ルールの確認
令和3年1月～6月の日程調整

公民館まつりの参加について ほか

■場並木公民館

■申前日までに電話または直接並木公民館へ



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。

グループ名	活動日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
パリ会(油絵の会)	毎週火曜 午後1時30分～4時30分	本多	2,000円	月3,000円	米屋敷(042)321-2239	初心者歓迎。親切指導。ともに楽しみましょう
親子リトミックサークル こっこ	毎週火曜 午後3時30分～4時15分	本多	500円	月3,600円	たにがわ 谷川(080)1230-6021	園児対象。講師の生演奏で楽しく体を動かしたり、手先を動かす工作も
ホームヨーガ	第2・4木曜 午後7時～8時30分	本多	なし	月4,000円	高橋(090)7818-4467	初心者大歓迎。ゆったりとしたレッスンです
こどものアトリエ・ぞうけい	月3回 月曜または火曜午後	光	なし	月4,000円	松苗(080)4464-0226	油絵・粘土・木工など。幼稚園生～小学生 atoriezoukei@yahoo.co.jp

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 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