国分寺市立公民館だより 令和6(2024)年 No.710 編集・発行:国分寺市立公民館

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

公式エックス 国分寺市子ども・教育(公式) @koku_kodokyou



地域ボランティアサロン

はじめての障害者支援ボランティア

市内の福祉施設やグループで障害者支援ボラ ンティアを体験しませんか。

ボランティア体験合同説明会 **四施設・グループから具体的な支援** 1 1/18 内容などを聞き、体験先を選ぶ

> 闘尾田史剛さん (市障害者基幹相談支援センター)

1/19(日)~3/7(金) 体験期間

体験をみんなで話そう 3/8

■土曜日 ①午後1時30分~4時 ②午後2時~4時

場本多公民館 定30人 催国分寺市立公民館

申12月17日(火)午前9時から二次元 ■諸三 コード、電話または直接本多公民 館へ(先着順)

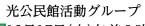


🥦 光 🔪 シニア向けお楽しみ会

みんなで一緒にクリスマスパーティー

音楽やレクリエーションを楽しみながら、地 域の方と交流してみませんか。

- ■12月25日(水) 午後2時~4時
- 内合唱 体操 ギター生演奏 折り紙 など 場光公民館 定30人
- ¥300円(菓子代として当日集金)
- 協地域包括支援センターひかり



申12月17日(火)午前9時から電話または直接 光公民館へ(先着順)



大人の社会科見学

杉並アニメホムぽ

いまや世界中で人気となっている日本のアニ メ。その歴史や作り方を「アニメのまち」杉並で 体験しながら学びます。

- ■1月16日(木) 午後2時~3時30分
- 場東京工芸大学 杉並アニメーション ミュージアム

※現地集合、現地解散

定14人

申12月23日(月)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 回流に回 抽選。定員に満たない場合は、翌 日以降先着順



(學 恋) **(** こいがくぼこどもキャンパス

三味線と尺八の調べ

松の内に日本の楽器が紡ぐ和の音色を聴きに きませんか。三味線演奏にも挑戦してみましょ う。芸術選奨新人賞受賞の講師が指導します。

- ■1月7日(火) 午前10時~11時30分
- | 講性 小すみさん(音曲師)

松本浩和さん(尺八奏者)

場恋ケ窪公民館

申12月24日(火)までに二次元コード、電話ま

たは直接恋ケ窪公民館へ。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



並木コンサート 👺 並)

日曜日のジャズライブ

スタンダード曲からオリジナル曲まで、本格 的な演奏を解説とともにお楽しみください。

- ■12月22日(日) 午前10時30分~正午
- ■出演 魚返明未(ピアノ) 中島朱葉(アルトサックス) 手島 甫(ベース)
- ■曲目 Someday My Prince Will Come The Christmas Song ほか

場並木公民館 定40人

申12月17日(火)午前9時から電話または直接 並木公民館へ(先着順)

3 4

スマートフォン講座

人生を楽しくするスマホ術

~アプリを相棒に~

Instagramに登録して発信し、新しいつなが りを作りましょう。講座の他に市民ボランティ アに相談できる機会もあります。

1/15	アカウントを作って発信しよう
1/22	仲間と投稿を見せあおう

- ■水曜日 午後2時~4時
- 闘佐藤弥子さん(東京スマホ研究会)
- 場もとまち公民館 定12人 湯スマートフォン
- **申**12月24日(火)までに二次元コード **回談**

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		₩ 本 本多	◎ 恋 恋ケ窪	炒光 光	じも もとまち	(愛) 並木		
住所		〒185-0011	〒185-0013	〒185-0034	〒185-0022	〒185-0005		
1	土川	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	12月		16日(月)					
出日	1月	6日・20日(月)	13日(祝・月)、20日(月)					
年	末年始	12月29日(日)~1月3日(金)	※12月28日(土)、1	月4日(土)は午後5	時以降休館		
	1-32-73 H000 1							

受 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。2月分の先着予 約は1月4日(土)午前9時からの受付です。

平和講座

人間はなぜ戦争をするのか

多くの人が望んでいないにもかかわらず、戦 争や対立が拡がっています。誰もが穏やかな日 常を求める中で、なぜ戦争に至るのか考えます。

- ■1月18日(土) 午後2時~4時
- | 調小泉 悠さん(東京大学)
- 場もとまち公民館

定40人

申12月24日(火)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 もとまち料理教室

あの喫茶店の洋食をつくろう・冬

東元町にあった喫茶店のオーナーシェフから、 3つの人気料理を学びます。

1/23	クリームシチュー
2/13	鶏のガーリック煮
3/6	オムライス



- ■木曜日 午前10時~正午
- 場もとまち公民館 定12人
- ¥2,000円(材料費として初回集金)
- **筒**エプロン バンダナ ふきん
- ₹ 生後6か月以上の未就学児6人
- 申12月23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 ■読■ 場合は抽選。定員に満たない場合 は、翌日以降先着順

🥦 光) 子育て応援講座

子どもの自己肯定感を育む関わり

子どもの自己肯定感を育むための考え方や、 コミュニケーションについて学びましょう。

1/14	自己肯定感ってなんだろう
1/21	否定しない、自分も相手も大事に する伝え方
1/28	見つめてみよう自分のイライラ 自分に合ったアロマスプレー作り

■火曜日 午前10時~正午

(NPO法人こどものみらいプロジェクトゆめドリ) 場光公民館 214人

¥500円(お茶代・材料費として初回集金) ■生後6か月以上の未就学児11人

おやつ代 こども 1人210円(3回分初回集金)

申12月23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、翌日以降先着順



どなたでも傍聴できます。

並木 1月16日(木) 午後1時30分~3時

場並木公民館 甲不要。直接会場へ

(2) 並 | 託児付き子育て関連講座

同士が集まって、学び合いましょう。

(ナチュラルフード

誾エプロン バンダナ

コーディネーター)

スマホで素敵な家族写真

(フォトグラファー)

(整理収納アドバイザー)

おやつ代 子ども1人60円(3回分初回集金)

申12月25日(水)までに二次元コード ■繁空

ジュニアサロン公民館学習室

こいがくぼ国際教室(3学期)

Koigakubo International Class/恋ケ窪国际教室

外国につながる小中学生のみなさんを対象に

3月8・15・22日 土曜日 午後2時~4時

した教室です。いっしょに学校の勉強をしたり、

■1月11・18・25日、2月8・15・22日、

対日本語での学習に支援が必要な小中学生

こくさいきょうしつ

へ。多数の場合は抽選。定員に満たな

い場合は、翌日午後3時以降先着順

調高見牧子さん

1/25 | 調こいけさとみさん

|講飛永 友さん

¥1,500円(食材費として初回集金)

■生後6か月以上の未就学児6人

対未就学児の父親 定6人

日本語を勉強しませんか。

場恋ケ窪公民館

協国分寺市国際協会

甲二次完コードへ

1/11

2/8

家族が喜ぶ

パパのスキルアップ大作戦

家族が笑顔になるような、日常で役立つスキ ルを身につけませんか。地域で子育て中のパパ

パパっと作ろうカンタン時短料理

🥨 並 🔪 地域交流事業 まちなかの環

▼ みんなでつくろうミニまつり ▼

みんなで一緒に、家族や友達を招待して楽し むおまつりを開いてみませんか。

1)	1/22	出し物を決める話し合い
(2)	2/5	盆踊りと太鼓の練習
(3		2/19	招待状と飾りづくり 出し物の準備
4)	2/22	出し物の準備と会場づくり ミニまつり本番

- ■123水曜日 午後3時~4時30分
- ④土曜日 午後1時~3時30分 || 中塚寿子さん(クラフト作家)
- 青少年育成北地区委員会
- 場並木公民館 対小学生 定16人
- ¥300円(食材費として初回集金)
- 協並木公民館保育グループ
- 申 1 月 8 日(水)までに二次元コードへ。 **回偶紀回** 多数の場合は抽選。定員に満たない 場合は、翌日午後3時以降先着順



💯 並 ♪ ♪ ♪ 弾き語り講座 🎵 👂 ♪ ♪

やっぱり弾きたい アコースティックギター

簡単なコードから練習し、弾き語りに挑戦し てみませんか。家でギターが眠っている人はも ちろん、初めての人もご相談ください。

- ■1月15・22・29日、2月5・19・26日、
- 3月5・19・26日 水曜日 午後7時~9時
- ■課題曲 マリーゴールド、乾杯 ほか
- **|||里音さん**(シンガーソングライター) サンチェス岩田さん(ギタリスト)
- 場並木公民館

翌日以降先着順

- 暦アコースティック(フォーク)ギター ピック
- **申**12月23日(月)までに二次元コード、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



炒も】

(美術講座)

見て、知って、楽しむ現代の書

書は、選び抜かれた言葉を鍛えられた線で書 いた表現です。その味わい方を学びます。

1	1 / 25	書の歴史からみる現代の書
2	2/1	現代の書の見方、楽しみ方
3	2/8	実際に書を見に行こう

- ■土曜日 午後2時~4時
- 場①②もとまち公民館 ③東京都美術館
- 定①②40人 ③希望者のみ10人
- **申**12月25日(水)までに二次元コード、電話ま 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

ファウンテン・ジャズ・バンド・コンサート

ビッグバンドジャズの演奏。スタンダード 曲から懐かしの名曲まで。

- ■1月11日(土) 午後6時~7時30分 ※開場は30分前
- 場本多公民館 催ファウンテン・ジャズ・バンド
- 問井上□(090)9103-4307

グループ企画事業 🥨 本 🕽

武蔵国分寺の心と平家物語の世界 ~熱い語りと平家琵琶の調べ~

武蔵国分寺の壮大な構想と建立に通う「心」 と、平家琵琶の演奏による諸行無常の「響き」で いにしえの人々に思いを馳せます。



■土曜日 ①午後1時30分~3時30分 ②午後1時30分~4時

場本多公民館 №150人

本多公民館へ(先着順)

確国分寺の名にふさわしい文化都市を築く会 ■12月17日(火)午後2時から電話または直接

(學本)

教育講座

オンライン会

聞いてみよう 話してみよう 性のこと

性教育の基礎知識や、子どもに性について伝 える際のヒントを学びます。後半はグループ ワークで、疑問や悩みを話し合います。

- ■1月26日(日) 午後2時~4時
- | 調高橋幸子さん(医師) | 場本多公民館
- 💆小学校高学年~中学生の保護者 🔁60人
- ■Zoomウェビナーで一部同時配信(定員なし)
- **但**教育講座企画委員会 本多公民館
- ■12月17日(火)午前9時から二次元 コードへ(先着順)



彦 本) 選挙に関する講座

投票率向上プロジェクト

あなたのアイディアで、国分寺市の投票率アッ プのための仮想イベントをプロデュースしてみ ませんか。東京学芸大学の学生と考えましょう。

- ■1月8日(水) 午後3時30分~5時30分
- 場本多公民館 対高校生以上 定20人
- [[]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

■12月17日(火)午前9時から二次元 ■ 第1回 コード、電話または直接本多公民 館へ(先着順)



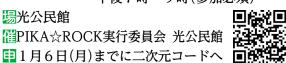
出演者募集

光公民館のスタジオ利用者を中心に企画・運 営するライブの出演バンドを募集します。

光 PIKA☆ROCK vol.76 -LIVE HIKARI-

- ■開催予定日 3月15日(土)・16日(日)
- ■ライブ会議 1月23日(木)

午後7時~9時(参加必須)



第61回東京都公民館研究大会

公民館・生涯学習センター等の可能性を再発見しよう

~果泉の公氏館の"おととい(過去)"と"しめごって(木米)"を考える~

■2月8日(土) 午後1時30分~4時30分 内基調講演

三多摩テーゼの歴史的意義と今後の展望 講演者 佐藤一子さん(東京大学名誉教授)

- **場くにたち市民芸術小ホール**
- ¥1,000円 催東京都公民館連絡協議会
- 間各公民館へ

場光公民館

注詳しくは各公民館に配架するチラシをご覧 **シンポジウム・ディスカッション** 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
光パソコンの会	月4回火曜または木曜 午後1時30分~4時	光	なし	年2,000円	冨永面(042)505-5135	パソコンの技術向上とボランティア活動。楽しく 地域に貢献しています
	第1・3火曜 午前10時~正午	本多	なし	月1,500円	佐々木[](080)1076-9274	小物・バッグ・タペストリーなど作品は自由です

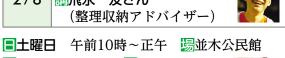
本多図 honda- kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 恋ケ窪図 koigakubo- kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 光図 hikari- kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp もとまち図 motomati- kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp 並木図 namiki- kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp

内容 証託児あり 令オンライン

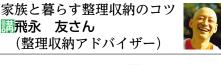
共催

協協力

即申込方法









■34