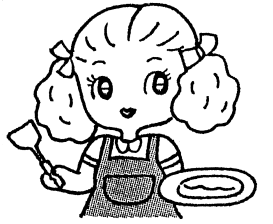


ひばりが丘公民館

子ども簡単クッキング

食べ力を身につけよう



自分の食事の準備ができますか？ レシピが読めますか？ 自分に必要な食べ物がありますか？

調理器具の使い方から学ぶことで楽しく食べ力が身につきます。 バランスガイドのモデル料理を実際につけてみましょう。

▼とき別表のとおり
土曜日 9時30分～正午

▼ところ 二ひばりが丘公民館

▼対象 市内在住・在学の小学4年生～6年生

▼定員 15人 (申込順)

▼講師 吉田朋子 (管理栄養士)

▼材料費 2千円 (6月10日) までに持参ください。

▼持ち物 エプロン・三角巾(頭をおおえる物)・ふきん1枚・お米1カップ・筆記用具

▼申込 6月3日(火)9時から

電話でひばりが丘公民館へ

芝久保公民館

二ハオ 中国語入門講座



今年オリンピックが開催される中国をより深く知る機会として中国語の基礎を学んでみませんか。

▼とき 別表のとおり
火曜日 14時～16時

▼ところ 芝久保公民館

▼対象 市内在住・在勤・在学者

▼定員 36人 (申込順)

▼講師 蔣 霽 (中国語講師・元中国天津音楽大学助教授)

▼テキスト代 2千470円

▼申込 6月2日(月)9時から

電話で芝久保公民館へ

回	月日	内容
1	6/10	発音編1 「四声と単母音・子音」
2	6/17	発音編2 「夏合母音・鼻母音・拼音のまとめ」
3	6/24	基本表現1 「フレーズ 1～10」
4	7/1	基本表現2 「フレーズ11～20」
5	7/8	シーン編1 「あいさつ・空港等」
6	7/15	シーン編2 「ホテルに泊まる等」
7	7/22	シーン編3 「観光地にて等」
8	7/29	シーン編4 「スターバックスでのおしゃべり等」

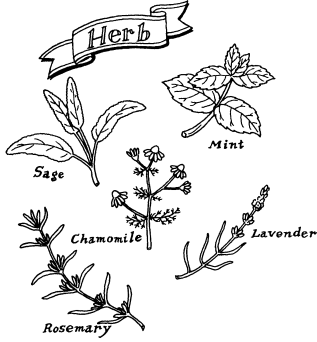
芝久保公民館

からだにやさしいハーブ講座

寄せ植えしてみませんか

料理やお茶、最近ではアロマテラピーとしても注目され、暮らしをより豊かに演出するアイテムとして欠かせないハーブの効能、楽しみ方、栽培方法を学んでみませんか。

※苗を自宅に持ち帰って、寄せ植えしていただきます。



▼とき 6月14日(土) 13時～15時

▼ところ 芝久保公民館

▼対象 市内在住・在勤・在学者

▼定員 24人 (申込順)

▼講師 丸末智子 (NPO法人西東京花の会)

▼材料費 2千円 (苗代)

▼申込 6月3日(火)10時から

電話で芝久保公民館へ

回	月日	テーマ	調理
1	6/14	料理って楽しい？	・ご飯(おにぎり)・みそ汁・卵焼き
2	6/21	献立って何？	・ハンバーグ・サラダ
3	6/28	おやつを選ぼう！	・手作りおやつ
4	7/5	買物に行こう！	・焼き魚・煮物・おひたし
5	7/12	自分で作ってみよう！	・お楽しみ

芝久保公民館

シニアクラブ

公開江戸学講座

講談 江戸を楽しまい



「江戸」をキーワードとして、開催している江戸学講座。最終回の「講談・江戸を楽しまい」は公開講演を企画しました。ぜひ、ご参加ください。

▼とき 6月25日(水) 14時～16時

▼ところ 芝久保公民館

▼対象 市内在住・60歳以上の市民

▼定員 20人 (申込順)

▼講師 桃川鶴女 (講談師・市内在住)

▼申込 6月3日(火)9時から

電話で芝久保公民館へ

ひばりが丘公民館

予告 夏休み わがまち探訪ツアー

今年も夏休みに西東京市内を体験学習する「わがまち探訪ツアー」を実施します。対象は小学3年生～6年生。日程は7月21日と24日からの各3日間の午前中です。

事前学習した後、マイクロボスにより農家での朝取り野菜やお寺での座禅、そしてアニメ工房見学など。この夏休みはふだんでは味わえない貴重な体験をぜひ公民館の探訪ツアーで！

(詳細は次号に掲載)

芝久保公民館

第26回 芝久保公民館まつり 準備会の開催

地域のみなさんに親しまれ、地域に根づく公民館活動を広く市民に開放し、交流の輪を広げたい。楽しく人と人が豊かにふれ合える「まつり」作りを行いたいと思います。

日頃の活動成果をこの機会にぜひ発表してみませんか。

▼とき 6月21日(土) 14時～16時

▼当日会場に直接お越し下さい。

▼観覧券 無料

▼対象 公民館を利用している団体・サークル、また地域で活動するサークル・個人でも参加できます。まつりに興味のある方大歓迎。

ぜひ、準備会でまつりのアイデアなどをご提案ください。

※当日会場に直接お越し下さい。

芝久保公民館

木エクラフト

「木から生まれた動物たち」



今回は、かわいらしい動物を中心に展示します。

ぜひご覧になってください。

遊び心満載！

▼とき 6月2日(月)～6月30日(月)

▼ところ 芝久保公民館ロビー

主催講座 公民館で母

(公民館運営審議会委員) 藤田 公民館には、各館が主催する「保育付き」の講座に参加する人や、申請を認められたサークルの方が利用できる保育室があります。預けてみたいけど、公民館の保育室ってどんなところ？と疑問に思っている方もいることでしょうか。

先月、七か月の娘と一緒に、保谷公民館の「保育室プレ体験」に参加してきました。保育付き講座の案内や、保育室の普段の様子を、お母さんたちと一緒に体験できるというものでした。

保育室では、公民館の保育員の方々が子どもたちを預かってくれます。その日は七か月から二歳までの子どもたちが集まっています。

遊んだおもちゃは自分たちで片付け、おやつの中には、みんなで手を合わせて「いただきます」を言います。子ども用の小さなトイレもあります。お庭には砂場もあり、天気の良い日は外に出て遊ぶこともできます。

一つの部屋に違う年齢の子が一緒になります。小さいうちから人との関わりや、集団生活を体験できる機会にもなることでしょうか。また同じ施設内なので、お母さんは安心して子どもたちを預けることができ、自分は講座やサークル活動に専念できることでしょうか。

乳幼児を抱える人々を、こういった公民館らしいサポートがあることはとてもありがたいことです。今後も保育付きのさまざまな主催講座が増えてほしいと思います。