ひばりが丘　親子でベビーダンス

正しい抱っこ紐の着け方や立ち姿勢を学んでお子さんを抱っこしながらエクササイズ!

時 5月30日～6月20日　10時～12時
木曜日 全4回
場 ひばりが丘公民館
対 市内在住・在勤で、首がすわっている生後3か月から2歳までの乳幼児とその保護者
定 20組（初めて参加する方・全4回参加可能な方優先。申込多数の場合は抽選）
講 Chiko（（社）日本ベビーダンス協会認定インストラクター、（社）日本マタニティフィットネス協会認定「ママヨガ」「ベビービクス」インストラクター）
持 普段使用している抱っこ紐・体温計・汗拭き用ミニタオル・子どもが寝転べるバスタオル・飲み物
申 5月14日（火）12時までに電話かメールでひばりが丘公民館へ

4月27日(土)から5月6日(月)までの連休期間中の窓口について

4月27日(土)から5月6日(月)までの連休期間中も、公民館は通常どおり開館します。

ただし、土・日曜日、国民の祝日、休日にあたるため、印刷機や備品の予約等は受け付けません。

なお、11月分のロビー使用申請は、5月7日(火)午前9時から受け付けます。

平成31年度 公民館事業計画を配付しています

今年度の西東京市公民館の事業方針と各館の学級・講座の予定を記載した事業計画を全館で配布しています。市ホームページでもご覧いただけます。

保谷駅前寄席

保谷駅前　五月晴れ駅前寄席

保谷駅前公民館の利用団体「保谷落語愛好会」のみなさんによる寄席を開催します。

時 5月19日（日）14時～16時
場 保谷駅前公民館
対 6歳以上の市内在住・在勤・在学者
定 30人（申込順）
出演 保谷落語愛好会
演目 「野ざらし」「時そば」「子ほめ」「平林」ほか
申 5月8日(水)10時から電話で保谷駅前公民館へ

柳沢　ムービールーム柳沢

場 柳沢公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 50人（申込順）
※原則として1人で複数の申し込みはできません。
開場時間は上映開始時間の30分前です。

申し込み不要です

「OK牧場の決斗」

（1957年 / アメリカ /2時間2分）

5月8日(水)14時～

監督：ジョン・スタージェス
出演：バート・ランカスター、カーク・ダグラス ほか
※この回のみ、申し込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。なお、先着順ですので、定員に達した場合、入場をお断りする場合があります。ご了承ください。

「ブリジット・ジョーンズの日記」

（2001年 / アメリカ /1時間37分）

申し込みが必要です

5月24日(金)19時～

監督：シャロン・マグワイア
出演：レネー・ゼルウィガー、ヒュー・グラント ほか

申 5月13日(月)9時から平日9時～17時に電話で柳沢公民館へ

健康づくり講座

保谷駅前　ピラティス入門

～体幹づくりトレーニング～

体幹から動けるようになると、身体が楽に動かせます。ケガのリスクも圧倒的に減ります。ゆがみを直し、よい姿勢を保つためのトレーニングを学びましょう。

時 土曜日10時～11時15分
場 保谷駅前公民館
対 16歳から60歳くらいまでの市内在住・在勤・在学者
定 15人（申込多数の場合は抽選）
講 小玉 美恵子（ピラティストレーナー、ピラティス国際ライセンス取得）
持 トレーニング用のスモールボール・ヨガマット手ぬぐいかタオル（80cm）
服 トレーニングウエア（ウエストヒップ周りに結び目、ジップがないもの）
申 5月7日（火）10時から13日（月）17時までに電話で保谷駅前公民館へ

回	月日	講座内容
1	5月18日	身体チェック・お腹の鍛錬
2	5月25日	うつ伏せと背骨つながり
3	6月1日	極めて重要なつながり
4	6月8日	横向き・体幹と下肢
5	6月15日	流れる動きを実施

柳沢　ヤギフェス vol.9 ！

～柳沢みんなの文化祭～

準備会を開きます

子どもからシニアまで、幅広い世代が楽しむ「柳沢の文化祭」を、一緒につくりませんか？

ステージ発表や作品展、ワークショップなど、多様な方法で日ごろの成果を披露する機会です。グループでも、個人でも参加できます。11月下旬から12月初旬までの土・日曜日に開催する予定です。開催日は準備会で決定します。企画・運営に協力していただくスタッフも募集します。

興味がある方、ぜひ準備会へご参加ください。

時 5月17日（金）19時～21時
場 柳沢公民館
対 柳沢公民館で活動している団体、西東京市で活動している団体・個人
※当日、直接会場へお越しください。

写真で見る いまむかし

開設当時の石川島播磨重工業（株）田無工場

石川島播磨重工業（株）田無工場は航空エンジンおよび宇宙機器部品の製造・修理工場で、昭和32（1957）年に向台町三丁目を中心に設立されました。平成19（2007）年、その機能は相馬工場に移転され、田無工場は封鎖されました。現在、新町三丁目の跡地は、「おおぞら公園」になっています。

開設当時の石川島播磨重工業（株）田無工場
昭和32（1957）年撮影
西東京市中央図書館地域・行政資料室所蔵

おおぞら公園

【報告】平成30年度 谷戸公民館主催

日本の文化を学ぶ講座「正月飾り・注連縄づくり」に挑戦

平成30年11月30日～12月21日（全4回）

講座の講師には、しめ飾りを専門に全国行脚を続け、各地でしめ飾り講座を開いているグラフィックデザイナーと、山梨県富士吉田市で真菰づくりに励んでいるNPO法人「地球と共に生きる会」のスタッフを迎え、開催しました。受講者は20人でした。

前半の1・2回は紙垂・はし袋・ポチ袋などを手づくりしました。後半の3・4回はわらと真菰を使って縄をない、それに前半に作った小物で装飾し、しめ飾りを完成させました。

しめ飾りは、日本伝統文化の一つです。受講者はみなさん、制作に工夫を凝らして完成させた、日本に一つだけのしめ飾りを手に満足した様子でした。来年度もぜひ実施してほしい、という声が多数よせられました。

受講者のみなさん

【まちがいの箇所】
①親鳥の右の羽 ②親鳥がヒナに与えている餌 ③巣にいるヒナの数 ④向かって左の枝の葉の数 ⑤巣にあるリボン