

## 住吉公民館 子どもの陶芸教室

障がいのある子もいない子も  
いっしょに作ろう!

伸ばしたり、折じたり、引つ張ったり、粘土を自由にこねて、世界に一つだけの器を作ろう。小さいお子さんでも、自分の思いのままに何回でも形を変えることが出来ます。

4色の粘土を使って形を作り、模様をつけてから焼きます。作成した粘土は、乾かしてから焼き上げるのに一か月くらいかかります。お渡しする日は当日お知らせします。

▼とき 11月7日(月) 10時30分～12時30分

▼ところ 住吉公民館

▼対象 幼児～小学生(幼児は保護者同伴)

▼定員 20人(申込順)

▼講師 谷口玲子(陶芸作家・保育士)

▼材料費 1人500円

▼持ち物 古タオル2枚、古布(40cm角くらい)2枚・古歯ブラシ1本・ビニール袋1枚・鉛筆・消しゴム

▼申込 12月3日(月)14時から 電話で住吉公民館へ

## 住吉公民館 身近な薬膳のお話と簡単な献立作り

サプリメントがブームですが、身近な食材を使った毎日の食事から健康を考えませんか。薬膳の基礎知識から体質改善のお話を聞いて、簡単な薬膳料理を作ります。お勤めの方も幼児や高齢者がいる方も、少しの工夫で毎日の献立の参考にしませんか。

▼とき 別表のとおり

水曜日 18時30分～20時30分

▼ところ 住吉公民館

▼対象 市内在住・在学・在勤者

▼定員 16人(申込順)

▼講師 岡本正子(管理栄養士・国際薬膳師)

▼材料費 2千500円

※初回に集めます



回	月日	内容
1	12/19	補気作用があり、元気になる雑穀・芋類を使った献立
2	1/16	免疫力をあげ、ストレス解消に役立つ献立
3	1/30	季節に合わせた冷え予防の献立



## 田無公民館 母と子のひろば

子育て中のママたちと、気軽にお話しませんか?親子そろって新しい友達を見つけてチャラスですよ!

▼とき 11月16日・30日、2月13日・27日、3月12日 水曜日 10時～11時30分 全5回

▼ところ 田無公民館

▼内容 手遊び・わらべ歌・子育てに関する情報交換

▼対象 市内在住の6か月以上2歳未満の乳幼児と母親

▼定員 親子10組

▼講師 長谷川正子(元公立保育園園長)

▼申込 12月10日(月)消印有効。定員を超えた場合は抽選

子育て中のママたちと、気軽にお話しませんか?親子そろって新しい友達を見つけてチャラスですよ!

▼とき 11月16日・30日、2月13日・27日、3月12日 水曜日 10時～11時30分 全5回

▼ところ 田無公民館

▼内容 手遊び・わらべ歌・子育てに関する情報交換

▼対象 市内在住の6か月以上2歳未満の乳幼児と母親

▼定員 親子10組

▼講師 長谷川正子(元公立保育園園長)

▼申込 12月10日(月)消印有効。定員を超えた場合は抽選

## 保谷公民館 ムービールーム柳沢

12月28日は年末特別企画です

ところ 保谷公民館  
申込 当日、上映30分前から受付をします。直接視聴覚室までお越し下さい。上映時間前の入場にご協力をお願いします。  
定員 100人(先着順)

「レ・ミゼラブル」 (1980年) 12月12日(水) 14時～16時14分(134分)	「砂の器」 (1974年) 12月28日(金) 9時30分～11時55分(145分)
「ROCKY」 (1976年) 12月28日(金) 14時～16時(120分)	「ROCKY II」 (1979年) 12月28日(金) 16時10分～18時9分(119分)
「ROCKY III」 (1982年) 12月28日(金) 18時20分～19時59分(99分)	「ROCKY IV」-炎の友情- (1985年) 12月28日(金) 20時10分～21時41分(91分)

## はがきの書き方

188-0012  
西東京市田無公民館  
びよびよこっこ係

何を書かないでください

〇〇〇-〇〇〇〇  
返信

申込者の住所  
氏名  
様

① 住所  
② 電話番号  
③ 氏名(ふりがな)  
④ 子どもの名前(ふりがな)  
⑤ 子どもの月齢(1月16日時点)



## 親子対象事業 in 保育室

公民館	事業名	日時	内容
芝久保公民館	◆しばびールーム ★6か月以上3歳未満の乳幼児と保護者10組(申込順)	12/11(火)	○タッチケア「赤ちゃんマッサージ」 講師:けやき保育園看護師
田無公民館	◆ぽっかぽか田無 ★3歳未満の乳幼児と保護者7組(申込順)	12/18(火)	○手遊びやゲーム等 ○子育てについての情報交換
谷戸公民館	◆とつとつやとつとつ ★6か月以上3歳未満の乳幼児と保護者7組(申込順)	12/18(火)	○性について 講師:喜田貞(まちかど保健室副会長)

子育ての悩みを一人で抱え込んでいませんか?親子で新しい仲間を作り、子育ての輪を広げましょう!

▼とき 別表のとおり 10時～11時30分

▼申込 12月3日(月)10時から電話で各公民館へ

## 保谷公民館 第11回 ロビーコンサート

歳の瀬の慌ただしさを感じる季節。もうすぐ2007年が終わろうとしています。今年を締めくくると第11回ロビーコンサートが開催されます。

今回のコンサートは透きとおる歌声、シャンソンと重厚なハーモニーで魅了する歌声、男声合唱団です。

会場のみなさんと一緒に楽しめる時間も設けていますので、お楽しみください。

▼とき 12月15日(土) 19時～21時

▼ところ 保谷公民館

▼出演 「シャノン・ラ・メール」(曲目:「雨のブリュッセル」「この胸のときめきを」「谷間で3つの鐘がなる」など)  
「アンサンブルステラ」(曲目:「箱根八里」「浜辺の歌」「野ばら」など)

※直接会場へお問い合わせください。

## ボウリングの木場さん、全国大会で見事5位入賞

10月号の公民館だよりで紹介した木場寛子さん(保谷公民館)が、全国障害者スポーツ大会に東京都代表で出場しました。10月13日から2日間に行われた熱戦の末、女子ボウリング部門で見事5位入賞を果しました。

「本番の試合では緊張して、思ったほど良い成績が出ませんでした。全国大会という大舞台に出られて、うれしかったです。また来年に向けて、練習に励みたいと思います。」

木場さんは、さわやかな笑顔で語ってくれました。

