

芝久保

保育付き

女性のための講座

### 写真で紡ぐ あなたの物語

暮らしの1コマを写真で切り取ってみましょう。撮った人・見た人が互いに語る言葉の中に、思わぬ発見が潜んでいるかもしれません。

時 10月2日～12月11日  
毎週火曜日 10時～12時 全11回

場 芝久保公民館  
対 市内在住の女性  
定 15人 (申込多数の場合は抽選)

講 落合由利子 (写真家)  
内 毎回出されるテーマに沿って参加者が撮影してきた写真を使い、語り合うワークショップ。写真の経験の有無、カメラの種類は問いません。



料 500円 (おやつ代)  
保 6か月以上就学前の乳幼児15人 (1歳未満は3人程度)  
※9月25日 (火) の保育説明会にご参加ください。  
申 9月12日 (水) 17時までに電話で芝久保公民館へ

谷戸

芸術講座

### 北斎の東海道を満喫

葛飾北斎の作品の見どころを知り、当時の生活や文化を学びませんか。

時 火曜日 14時～16時  
場 谷戸公民館  
対 市内在住・在勤・在学者

定 30人 (申込順)  
講 五味和之 (すみだ北斎美術館学芸員)  
申 9月11日 (火) 10時から電話で谷戸公民館へ

回	月日	内容
1	10月23日	「東海道名所一覧」を分析
2	10月30日	「東海道五十三次」の名所を見よう

保谷駅前

0歳からのコンサート

開館10周年!

### 駅前フェスタ2018 & サークル体験フェア 親子で楽しむフルートコンサート ～ディズニーからモーツァルトまで～

お子さんと一緒にフルートアンサンブルの演奏を楽しみませんか? ベビーカーのままでも入れます。

時 9月23日 (日) 10時～11時 (9時45分開場)  
場 保谷駅前公民館  
対 市内在住の乳幼児とその家族

定 70人 (申込順)  
出演 フルートアンサンブル「フルーツパフェ」のメンバー

曲目 「星に願いを」「美女と野獣」「モーツァルト・メドレー」「アンパンマンのマーチ」ほか

申 9月3日 (月) 10時から電話で保谷駅前公民館へ

※授乳室、おむつ替えの部屋があります。



柳沢

保育付き

女性のための講座

### 私が輝く! ライフスタイル 子育て・仕事・地域をみつめた 私のあり方、暮らし方

「輝く私」を発見してみませんか? 暮らしや仕事のスタイルを考え、地域に触れ、新しい一歩をみつめましょう!

時 水曜日 10時～12時  
場 柳沢公民館  
対 市内在住の女性  
定 20人 (申込多数の場合は抽選)  
保 6か月以上就学前の乳幼児15人 (1歳未満は3人程度)

料 1,000円 (材料費)・500円 (おやつ代)  
申 9月12日 (水) 12時までに電話で柳沢公民館へ

回	月日	内容	講師
☆	9月19日	保育説明会 (保育利用者のみ)	保育員、担当職員
1	9月26日	講座オリエンテーション・自己紹介 地域と仲間と好きな仕事①「夢を語ろう!」	竹内千寿恵 (NPO法人マイスタイル代表理事、担当職員)
2	10月3日	私のあり方・暮らし方① 私の「可能性」発見! 私にあるもの&私にできること	藤田 潮 (and Cs代表、文部科学省認可生涯学習開発財団認定マスターコーチ)
3	10月10日	地域と仲間と好きな仕事② 「地域に根差した理想の暮らし・趣味や特技を活かそう!」	竹内千寿恵
4	10月17日	アンガーマネジメントを子育てに活かす!	藤田 潮
5	10月24日	家庭をささえる食育	西東京市健康課管理栄養士
6	10月31日	私のあり方・暮らし方② 「私の私らしさ発見! 私はこんなふうを考え、進めていく!」	藤田 潮
7	11月7日	私のあり方・暮らし方③ 「私の行動宣言! 私の第1歩を決めていく!」	藤田 潮
8	11月14日	未来の私に届けよう! ママの働き方&今日からできるウォーミングアップ	浅川 純子 (HerbNet代表、西東京市ハンガムMama支援マネージャー・メイン講師)
9	11月21日	地域とつながるみんなの場づくり、ものづくり トーク&フォトフレーム制作	小菅 亜実 (ものづくりカフェ「Nishitokyo CRAFT BASE」店主)
10	11月28日	みんなで話そう・私の夢のかねえ方	柳沢公民館保育付きサークル
11	12月5日	保育室レポート「子どもたちの成長報告」・講座のまとめ	保育員、担当職員



保育付き講座を受講する方へ  
★保育付き講座に初めて参加する方を優先します。  
★複数の保育付き講座を同時期に申し込む場合は申し出てください。  
(原則、同時期に複数の保育を利用することはできません)

谷戸

教養講座

### 大人の音読

音読を通して自分からの発信の仕方や相手からの発信の受け方を学びませんか。

時 10月3日 (水) 10時～12時  
場 谷戸公民館  
対 市内在住・在勤・在学者  
定 20人 (申込順)  
講 天野ひかり (NHK 教育「すくすく子育て」元キャスター、フリーアナウンサー)  
申 9月3日 (月) 10時から電話で谷戸公民館へ



柳沢

### 第65回ロビーコンサート

広々としたロビーで行う夜のコンサート。合唱とフルートをお楽しみください。

時 9月15日 (土) 19時～

場 柳沢公民館

出演団体・内容 (出演順)

- ①すみれコーラス (女声合唱) 「河は呼んでいる」「鳳仙花」ほか
  - ②フルートアンサンブル・シルフィード 「有楽町で逢いましょう」「東京ブギウギ」ほか
  - ③コール JOY (男声合唱) 「里の秋」「見上げてごらん夜の星を」ほか
- ※当日、直接会場にお越しください。



谷戸

保育付き

子育て中の女性のための講座

### ママから伝える和のココロ

海外からも注目されている日本の文化や暮らしの知恵をあらためて学んでみませんか? 人との和、親子の絆を深めるヒントもたくさんありますよ。

時 木曜日 10時～12時  
場 谷戸公民館  
対 市内在住の子育て中の女性  
定 20人 (申込多数の場合は抽選)  
料 500円 (おやつ代)  
保 6か月以上就学前の乳幼児15人 (1歳未満は3人程度)  
申 9月10日 (月) 17時までに電話で谷戸公民館へ



回	月日	内容	講師
☆	9月20日	保育説明会	保育員、担当職員
1	9月27日	愛と笑いの育児論 ～日本の子育ての知恵～	辻川 牧子 (和楽舎代表)
2	10月4日	和食ってすごい! ～子どもに伝えたい和食文化～	増子 雅代 (NPO日本食育インストラクター協会食育インストラクター)
3	10月11日	子どもと楽しむ年中行事 ～日本のしきたり～	辻川 牧子
4	10月18日	美しい立ち居振る舞い・箸使いのポイント	
5	10月25日	言葉づかいと人づきあいの知恵	辻川 牧子
6	11月1日	アドラー心理学から学ぶ勇気づけの子育て	
7	11月8日	役に立つ聴き方・伝え方 ～アクティブリスニング・アサーション～	服部 雅子 (西東京もぐらの会代表、はとさん文庫主宰)
8	11月15日	親子で楽しむわらべうた	
9	11月22日	仲間とほっこりゆったり ～講座のまとめ・ふりかえり～	辻川 牧子
10	11月29日	保育の報告・これからについて	保育員、担当職員

田無

保育付き

子育て中の女性のための講座

### わたしの創作レシピ～入門編～

絵心や文章力が無くても大丈夫。絵本づくりや読み聞かせを通してあなたの想像の世界を広げてみませんか。

時 木曜日 10時～12時  
場 田無公民館  
対 市内在住の子育て中の女性  
定 20人 (申込多数の場合は抽選)  
保 6か月以上就学前の乳幼児15人 (1歳未満は3人程度)



料 500円 (第5回の材料費)・600円 (おやつ代)  
持 筆記用具、ノート1冊 (A5以上)、色鉛筆・カラーペンなどお好きな画材、はさみ、スティックのり、中身を切り抜いてもいい雑誌 (詳細はオリエンテーションで説明)  
申 9月13日 (木) 12時までに電話かメールで田無公民館へ

回	月日	内容	講師
☆	9月20日	保育説明会	保育員、担当職員
1	9月27日	オリエンテーション	担当職員
2	10月4日	絵本創作ワーク① だれに、何を、どう伝える? ストーリーはこうやって作る!	小川 ころこ (元新聞記者、文筆家、童話作家)
3	10月11日	絵本創作ワーク② あなたの絵本の設計図、絵本づくりを始めよう!	
4	10月18日	絵本創作ワーク③ 絵心がなくても大丈夫! まずは下絵を描いてみよう!	小川 ころこ
5	10月25日	絵本の中のお菓子作り「赤毛のアン」の「イヤケーキ」「おちやのじかにきたとら」の「アフタヌーンティーのサンドイッチ」	
6	11月1日	絵本創作ワーク④ 色鉛筆、カラーペン、マスキングテープ、好きな画材で飾りよう!	小川 ころこ
7	11月8日	絵本創作ワーク⑤ 一番のお楽しみ、できあがった絵本を発表しよう!	
8	11月15日	昔話とこころの自立 (公開講座)～昔話こそは大人と子どもの自立を促すための豊かな宝庫である!～	松居 友子 (Fリビミダサオ創設館長、福武書店 (保ベッセ) 児童図書部初代編集長)
9	11月22日	女優に学ぶ読み聞かせ① 好きな絵本を持ち寄って	野村 須磨子 (俳優、声優)
10	11月29日	女優に学ぶ読み聞かせ② イメージの世界を広げよう	
11	12月6日	保育室からの報告、これからの活動について	保育員、担当職員
12	12月13日	講座の振り返りと交流会	担当職員