

令和4(2022)年

6月1日

第253号 毎月発行

編集 公民館だより編集室
発行 西東京市公民館

毎月第4月曜日は休館日です

西東京市

公民館だより

市ホームページをご活用ください!

今月号に掲載の講座一覧は、市ホームページでもご覧いただけます。詳細情報やチラシを掲載している講座もありますので、ぜひご確認ください。



柳沢公民館 柳沢1-15-1 ☎042-464-8211
田無公民館 南町5-6-11 ☎042-461-1170
芝久保公民館 芝久保町5-4-48 ☎042-461-9825

kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp
tana-kou@city.nishitokyo.lg.jp
shiba-kou@city.nishitokyo.lg.jp

谷戸公民館 谷戸町1-17-2 ☎042-421-3855 yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp
ひばりが丘公民館 ひばりが丘2-3-4 ☎042-424-3011 hibari-kou@city.nishitokyo.lg.jp
保谷駅前公民館 東町3-14-30 ☎042-421-1125 ekimae-kou@city.nishitokyo.lg.jp

「ひばりが丘」 思春期の子どもに向き合うための講座

アドラー心理学から学ぶ 勇気づけのコミュニケーション

子どもから大人へと成長する大事な時期、子どもとの良い関係づくりを考えながら、自分育ても活かしましょう!

時 6月22日・29日、7月6日 水曜日

10時~12時 全3回

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住・在勤の小学校高学年から高校生の子どもを持つ保護者優先

定 20人(申込順)

講 辻川牧子

(アドラーカウンセラー・ELM勇気づけトレーナー)

申 6月3日(金)9時から

電話かメールでひばりが丘公民館へ



「谷戸」 子ども向け自然観察講座

カブトムシが好きな子あつまれ!

西東京いこいの森公園に「カブトムシ幼稚園」があるのを知っていますか? そこにいる幼虫を観察しカブトムシやとりまく自然について学び、今ある環境を守り育てるお手伝いをする講座です。

時 ①6月11日②9月10日③12月10日 土曜日

10時~12時 ※雨天の場合翌日に順延

場 西東京いこいの森公園

対 小学4年生以上の市内在住・在学者

定 15人(全回参加の方優先、申込多数の場合抽選)

内 ①幼虫観察/②クヌギほか樹木調べ・ネームプレート作り/③幼虫のベッドメイキング

講 ①原 朋子(多摩六都科学館)、①③西東京いこいの森公園を育てる会雑木林部会、②西東京自然を見つめる会

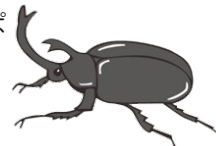
協力 西東京いこいの森公園指定管理者西東京の公園・西武パートナーズ

持 筆記用具・帽子・水筒・

手袋・手拭きタオル・かっぱ

申 6月9日(木)16時まで

に電話かメールで谷戸公民館へ



電話での講座申し込みは、平日9時~17時にお願いします。

メールでの講座申し込み方法

アドレス: 1 面上部参照

件名: 講座名

本文: 氏名(ふりがな)・電話番号・住所・年代

※後日確認メールを送ります。届かない場合はお手数ですが、電話でお問い合わせください。

「芝久保」 子育て世代も参加できる講座

より素敵な生活へのチェンジ ~幸せって何?~

保育付き

ウィズコロナ下での今、あなたにとって本当に大切なものは何ですか? 豊かさとは何ですか? 世界幸福度第1位のフィンランドの生活を知ることや、平和、環境、人権の問題を学ぶことを通していっしょに考えてみませんか?

時 6月28日~7月19日、9月6日~9月27日

火曜日 10時~11時45分 全9回

※9月6日は公開講座

※保育説明会 6月21日(火)

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 15人(申込多数の場合は抽選)

内 杉原千畝と平和~命のピザ~/世界幸福度第1位のフィンランドの豊かさは? /健康増進のための効果的な運動実践/エシカルの基礎と海洋プラスチック問題/ヤングケアラーと向き合うために ほか

講 岩村太郎(恵泉女学園大学名誉教授・元副学長)、石井晴奈(東京外国語大学非常勤講師)、松下元之(漢方養生学研究所・薬剤師)、佐古隆之(日本女子大学専任講師)、山口真奈美((一社)日本エシカル推進協議会副会長)、堀越栄子(日本女子大学名誉教授)、石川文子(NPO法人子ども家庭リソースセンター所属)

¥ 270円(保育麦茶代)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人(1歳未満は3人程度)

申 6月14日(火)12時までに電話かメールで芝久保公民館へ



「芝久保」 多世代交流講座

己書(おのれしょ)で描く暑中見舞い 文字に想いを込めて

絵のような文字の己書(おのれしょ)で筆文字交流してみませんか。想いを込める描き方を学び、最後は「暑中見舞い」に挑戦します。

時 6月30日、7月7日・14日 木曜日 10時~12時 全3回

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者

(全回参加できる方優先)

定 14人(申込順)

講 岡川清乃(日本己書道場公認師範)

¥ 800円(用紙、画材、額縁代)

※汚れてもよい服装

申 6月3日(金)9時から

電話で芝久保公民館へ



参考作品

「柳沢」 乳幼児をもつ母親のための講座

笑顔が生まれる、はじめてのママ講座 ~仲間との対話で自分育てから~

保育付き

日々子育てに追われているお母さん、ちょっと立ち止まって自分の心の声に耳を傾けてみませんか。地域の仲間との対話の中で多様な価値観や感性に触れ、心を豊かにしていく講座です。

時 6月22日~7月13日、9月7日~10月26日

水曜日 10時~11時45分 全12回

※保育説明会 6月15日(水)

場 柳沢公民館

対 市内在住の第1子が6か月以上3歳以下の乳幼児をもつ母親

定 9人(申込多数の場合は抽選)

内 自分を知り他人を知って、ラクになろう/子育て中のイライラ対策/生まれてきてくれてありがとうと言える自分になるために/私を感じる色彩アートワーク ほか

講 藤田 潮(and Cs代表・国際コーチング連盟プロフェッショナルサーティファイドコーチ)、青木千景(いのちの語り部)、和泉揺子(絵画造形講師)

¥ 材料費500円・保育麦茶代360円

保 6か月以上3歳以下の乳幼児9人(1歳未満は3人程度)

申 6月6日(月)12時までに電話で柳沢公民館へ



藤田 潮

「田無」 田無つながるプロジェクト

全国各地で活躍中の市民団体や公民館とオンラインでつなぎ、市内で活動する団体や市民の方たちの今後のヒントとなるお話を聞きます。講座後は、リニューアルオープンした田無公民館のロビーを会場とした催しを企画実施する予定です。

時 6月19日、7月10日・31日

日曜日 10時~12時

全3回

場 田無公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 15人(申込順)

講 小笠原東生(昭和音楽大学・日本女子大学非常勤講師)・齋藤尚久(杉並区社会教育主事)ほか

申 6月17日(金)17時までに電話かメールで田無公民館へ



保育付き講座の受講を希望する方へ

- 保育付き講座に初めて参加する方を優先します。
- 同時期に複数の保育を利用することはできません。
- メール申し込みの場合は、氏名・電話番号・住所・保育希望の有無・子の名前(ふりがな)・子の生年月日・保育付き講座受講経験有無を明記してください。
- 保育説明会には必ず参加してください。

サークルから **会員募集**

玉蟲句会(俳句)
第2月曜日・第4火曜日/13時~
保谷駅前公民館/月額500円/

新町基友会
毎週火・木・土曜日/9時~16時/新
町福祉会館/年額2,000円/60歳
以上対象/

翠正会書道グループ
第2・4金曜日/13時~16時/下
保谷福祉会館/入会金1,000円・月
額2,000円/60歳以上対象/

麻雀倶楽部
毎週土曜日/13時~18時半/ひば
りが丘公民館/入会金1,500円・月
額300円/

ひばり将棋会
毎週土または日曜日/13時~16時
/ひばりが丘公民館/月額200円/

イチョウ公園ラジオ体操会
毎日/6時半~7時5分/谷戸イ
チョウ公園/

能を知る会
第2水曜日/10時~12時/柳沢公
民館ほか/月額1,000円/

※金額の記載がないものは無料です。

公民館運営審議会
傍聴をご希望の方は、事前に申し
込んでください。
時 6月15日(水) 18時半~
場 柳沢公民館
内 事業計画・報告について ほか
申 電話で柳沢公民館へ

**8月1日号の原稿締め切りは、
6月20日(月)です。**

おたのしみ川柳 今月のお題「入」

思春期に入って叫ぶうっせえわ
葉隠れで梅雨入りデパートかたつむり
年金が入り昼食うなぎ膳

編集室では、みなさまの投稿をお待ちしています。
氏名・住所・電話番号を記入の上、お近くの公民館に郵送、
メール、持参でお寄せください。

8月号のお題「虫」です

締切 6月24日(金)

さいま 山 侘助 山口 紅華

市民企画事業/事業案内

親子で学ぼう！性のお話 **ピーチ**
赤ちゃんってどうやってできるの？子どもの素朴な疑問にどう答えていますか。親子で性について学び、自分を大切にすることを育みませんか。
時 6月25日(土)14時~16時
場 ひばりが丘公民館
対 市内在住・在学の小学3年生から中学生までの子どもとその保護者(保護者が市内在勤の場合は可)
※対象に該当しない場合は要相談
定 31人(申込順)
講 青木千景(いのちの語り部)
申 6月2日(木)13時から電話で下記へ

沖縄 復帰半世紀の苦難 「ヒロシマ」に学ぶ会
沖縄が復帰して半世紀たちますが、当時の人々が求めたものは実現できたのでしょうか。沖縄の現状を知り今を考えていきたいと思えます。
時 7月2日(土)14時~16時半
場 柳沢公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 35人(申込順)
講 野中大樹(ジャーナリスト)
¥ 50円(資料代・広報費)
申 6月2日(木)10時から電話で下記へ

保谷に集まった博物館資料の現在 地域博物館を創ろう連合会
渋沢敬三・高橋文太郎らが保谷につくった日本初の野外展示物付き民族学博物館の歴史と意義を知り、日本のフィールド研究の今を学びます。
時 7月3日(日)14時~16時
場 柳沢公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 35人(申込順)
講 飯田 卓(国立民族学博物館教授)
申 6月20日(月)10時から電話で下記へ

サークルから **催し物案内**

太極拳無料体験月間 **保谷太極拳クラブ**
6月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)/15時半~17時/武道場/持ち物:運動しやすい服装・上履き

西東京美術協会春季展 **西東京美術協会**
6月7日(火)~12日(日)/10時~17時(初日13時~)/コール田無/

来館時・講座参加時のお願い

- ・自宅での事前検温、マスクの着用、入館時の手指消毒にご協力をお願いします。
- ・当日、平熱を超える発熱や体調不良がある場合は、来館をご遠慮ください。

柳沢 ヤギフェス vol.11! 柳沢みんなの文化祭 **参加団体・個人を募集します**

日ごろの仲間との活動の成果やあなたの特技を舞台上で発表しませんか。団体・サークルの展示も行います。
11月12日(土)・13日(日)に展示、11月19日(土)・20日(日)にステージ発表を予定しています。
対 柳沢公民館や市内で活動する、合唱・楽器演奏・演劇などの発表を行う団体・個人および作品を展示する団体

申 6月16日(木)17時までに電話かメールで柳沢公民館へ
【第1回実行委員会】
時 6月17日(金) 19時~21時
場 柳沢公民館



ヤギフェスマスコットキャラクター やぎっち

市民企画事業/説明会・申請受付

公民館市民企画事業とは、市内の自主グループが企画・運営する事業を、一定の審査の上、公民館が講師料を負担し、公民館との共催事業として実施するものです。
この制度を利用するためには、その年度の説明会への出席が必須となります。
第2回説明会(要事前申込)
時 【昼間の部】6月15日(水) 10時~11時
【夜間の部】6月16日(木) 19時~20時

場 柳沢公民館
申 電話で柳沢公民館へ
第3期申請受け付け
【申請期間】7月1日(金)~7月8日(金)
※ただし、平日の9時~17時に限ります。
【調整会】時 7月19日(火)19時~
場 柳沢公民館
【実施期間】10月1日(土)~12月25日(日)

令和4年度西東京市公民館事業計画を配布しています!

西東京市公民館は昨年度から「共生社会の実現に向けて、地域の中へ踏み出す公民館」を基本目標に掲げ、各館がそれぞれの地域性を生かした多彩な事業に努めています。
今年度は新しい取り組みとして、日頃あまり利用のない20代から40代の勤労層を対象としたオンライン講座や育児期の夫婦(保護者)を対象とした講座、中高生を対象とした講座などを予定しています。詳細は、各公民館の窓口で配布している事業計画をご覧ください。

ミニ紙面講座⑥ クモの糸の不思議

公園を散歩していると、小枝にクモの巣を見かけます。クモの糸には粘着性があり、虫がうっかりこの糸に触れると張り付いて動けなくなります。クモはとらえた虫の体液を吸って成長します。日本には1200種以上のクモがいますが、中でも大きなクモの代表がジョロウグモです。黄色のしま模様をもつ大きな個体はメスで、その近くに小さなオスの姿もしばしば見られます。

公園を散歩していると、小枝にクモの巣を見かけます。クモの糸には粘着性があり、虫がうっかりこの糸に触れると張り付いて動けなくなります。クモはとらえた虫の体液を吸って成長します。日本には1200種以上のクモがいますが、中でも大きなクモの代表がジョロウグモです。黄色のしま模様をもつ大きな個体はメスで、その近くに小さなオスの姿もしばしば見られます。

らされた縦糸の上を歩き、横糸には触れません。

クモは縦糸の上を歩く

ネバネバした粘液が横糸だけについているからです。クモは歩き回るための縦糸とエサを捕まえるための横糸を、区別しながらネット作りをしているということになります。クモの糸は絹糸と同様に2種類のタンパク質の繊維を束ねてつくられています。しかし絹糸より繊維が緻密に束ねられているため、とても丈夫です。この繊維を工業的に量産化しようという試みもありますが、クモを大量に飼育できないことが大きな壁になっています。バイオテクノロジーの技術が進んだ現在では、クモの遺伝子を組み込んだカイコを使ってクモの糸を量産する研究などが進められています。クモの糸を自由に使える日がくるかもしれません。

動物案内人(ひばりが丘在住)



ジョロウグモ(左下の小さいクモがオス)