

柳沢公民館	柳沢1-15-1	☎042-464-8211	kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp	谷戸公民館	谷戸町1-17-2	☎042-421-3855	yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp
田無公民館	南町5-6-11	☎042-461-1170	tana-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
芝久保公民館	芝久保町5-4-48	☎042-461-9825	shiba-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

芝久保暮らしに役立つ実学講座1

スマホの安全な使い方教えます

スマホデビューはしたけれど、使い方がわからないあなた、初歩の初歩と一緒に学びませんか？災害時に必要な情報の集め方も紹介します。

時 6月19日・26日、7月3日・10日 水曜日
10時～11時半 全4回

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者でスマートフォンの初心者
※対象機種はAndroid及びiPhone

定 12人(申込順)

内 スマホの基本操作／Wi-Fiの接続方法／二次元コードの読み取り／便利なアプリの使い方ほか

講 梅原昭彦(特定非営利活動法人西東京NPO推進センターセブロス代表)

持 自分のスマートフォン

申 6月5日(水)10時から電話で芝久保公民館へ

※暮らしに役立つ実学講座「スマホの安全な使い方教えます」に初めて参加の方優先



柳沢共催事業

陶芸体験教室
湯のみをつくろう

子ども対象・大人対象

自分の手で、土から湯のみをつくってみませんか？陶芸サークルのみなさんのサポートを受けながら、世界にたったひとつの作品を完成させましょう。

場 柳沢公民館

対 子ども対象:市内在住の小学4～6年生
大人対象:中学生以上の市内在住者

定 各16人(申込順、初めての方優先)

指導ほか 絵付研究会・虹遊会・サークル炎々・陶門工房・陶友会・柳沢ラビッツ・釉の会

¥ 350円(材料費:粘土・釉薬・撥水剤)

持 エプロン・タオル

申 6月4日(火) 10時から電話で柳沢公民館へ

※柳沢公民館で活動する陶芸サークル7団体との共催



	内容	月日	時間	
			子ども対象	大人対象
1	湯のみをつくる	7/7(日)	10時～12時	13時半～15時半
2	釉薬をかける	8/4(日)	10時半～12時	13時半～15時
3	みんなの作品を見る	8/25(日)	10時～12時	13時半～15時半

ひばりが丘思春期の子どもに向き合うための講座

親子の信頼関係をはぐくむ
コミュニケーション

「心配から信頼へ」。子どもから大人へと成長する大事な時期、親子の関係性を見つめ直してみませんか。アドラー心理学やコーチングの考え方も学びます。

時 6月26日、7月3日・10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 三橋亜希子(ライフコーチ、講演家、株式会社ビリーブハート代表取締役)

申 6月3日(月)10時から電話か申込フォームでひばりが丘公民館へ



芝久保子育て中の人のための講座公開講座

みんなイキイキ自分らしく輝こう
～主体性を育む子育てのヒント～

仕事に家事・育児に頑張っているパパの皆さん。育休を取得した3児のパパ、双子のパパのリアルな声から、イキイキと子育て・家事を楽しむノウハウを知りましょう！

時 ①7月7日(日)②7月21日(日) 10時～12時
(申込多数の場合は2回参加の方優先)

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤者

定 各回20人

内 ①パパ同士のコミュニケーション～育休や育児に関する令和パパのリアルな声～②パパの自分らしい子育て～子育てを楽しむコツ～

講 ①シカゴリラ(運営パパ育コミュ代表)
②細野礼貴(運営パパ育コミュ副代表)

申 6月24日(月)13時までに電話か申込フォームで芝久保公民館へ



保谷駅前環境講座

都市林・屋敷林で四季を感じる
初夏編

気候変動が身近な自然や私たちの生活にどんな影響を及ぼしているか、講義や身近な都市林である田無演習林での初夏のフィールドワークを通して学びます。

時 ①6月29日 ②7月6日 10時～12時
土曜日 全2回

場 東京大学附属田無演習林

対 市内在住・在勤・在学者優先

定 20人(申込順)

内 ①気候変動と都市林の初夏(講義)
②都市林の初夏現場学習

講 ①前原 忠(東京大学大学院附属田無演習林助教)
②田無演習林スタッフ

申 6月5日(水)10時から電話か申込フォームで保谷駅前公民館へ

田無子どもと保護者対象講座

親子ではじめよう理科読！
「変身めいじん 水」

日常生活の中にある子どものふしぎ発見のつばやきを見逃していませんか！面白い科学の本を探して一冊の本からワクワク体験をしましょう。

時 7月7日(日)・15日(月・祝)
10時～12時 全2回

場 田無公民館

対 市内在住の小学生とその保護者

講 土井美香子(NPO法人ガリレオ工房 副理事長、科学講師、図書館司書)

定 12組 24人(申込多数の場合は抽選)

内 あそびを通して「水」についての科学的な視点を広げる／本の読み聞かせ(理科読)／親子で実験を取り入れたあそび／親子で水を使った共同制作／本の紹介

申 6月13日(木)
12時までに電話か申込フォームで田無公民館へ



芝久保高齢社会の課題を考える講座

人生100年時代
地元で楽しむセカンドライフ

何かを始めてみたいと思っている方、地元で生きがいを見つけませんか？あなたもアクティブシニアを目指しましょう！

時 6月18日・25日、7月2日・9日 火曜日
10時～11時45分 全4回

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 20人(申込順)

内 今から知っておきたい認知症のこと／健康体操で心も体もリフレッシュ／地震！その時あわてないために／先輩に聞く地域活動のコツ

講 中野みゆき(健康体操指導員)、小野修平(防災アドバイザー)、西原町地域包括支援センター職員、高齢者支援課職員ほか

申 6月3日(月)10時から14日(金)13時までに電話か申込フォームで芝久保公民館へ

※定員を超える申し込みがあった場合は、全回参加できる方が優先になります。



トピックス

全公民館のロビーに
公衆無線LANを整備！

6月上旬に市内5つの公民館のロビーに公衆無線LAN(フリーWi-Fi)を導入予定です。令和4年度に先行して導入された田無公民館と合わせて、市内の全6公民館のロビーで無料のインターネット利用が可能になります。利用方法は各館の案内掲示をご覧ください。

FREE Wi-Fi

柳沢

ヤギフェス vol.13
柳沢みんなの文化祭開催
参加団体・個人を
募集します

仲間との日ごろの活動の成果をステージ発表や展示という形で披露しませんか。参加団体等で実行委員会を組織し、交流しながら、みんなで「柳沢の文化祭」をつくっていきます。企画、準備、運営にご協力いただくスタッフも募集します。

開催日程
展示：11月16日(土)・17日(日)、
ステージ発表：11月23日(土・祝)・
24日(日)

対 柳沢公民館や周辺地域で活動する、合唱・楽器演奏・演劇などの発表を行う団体・個人および作品などを展示する団体

申 6月13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14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



田無

6月は、田無公民館
サークル見学月間です

あなたの「何か始めてみようかな」を実現できるサークルに出会えるかもしれません。

英会話、韓国語、フランス語、俳句、短歌、体操、ヨガ、太極拳、親子将棋、編み物、フラダンス(子ども、大人)、混声合唱、女声コーラス、クラシックボイストレーニング、ウクレレ、二胡、話し方、世界の料理、朗読、絵本作り、スマホの学習、パソコンの基本、エッグアート、刺しゅう、絵画、わらべうたと読みきかせ、童謡、ピアノで歌うヒット曲、書道、手話、読書、気功、和太鼓、失語症の会、孤立を防ぐお話会、安房直子作品鑑賞。

※見学日時など詳細は市ホームページか田無公民館にあるチラシを参照。

申 見学日の2日前までに電話で見学サークルへ

田無

火曜活動サークル
一日ロビー見学体験会

時 6月11日(火)

内 12時半～13時…「中国語会話」
F・S

13時半～14時…「スマホ・携帯の基本」iPad たのしみ隊

場 田無公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 1団体の見学体験15人(申込順)

申 6月3日(月)10時から電話か窓口で田無公民館へ



男も料理

夏に向けてスタミナをつけよう!!

西東京市消費者の会

生きる基本は食べること。人任せにせず、自分から包丁を持ってみましょう。ギョウザや卵スープなどを作ります。

時 6月27日(木) 10時～13時

場 消費者センター分館

対 市内在住の男性

定 12人(申込順)

講 高柳厚子(パン教室主宰)

¥ 1,000円(資料代・材料費)

持 エプロン

申 6月2日(日) 9時から電話で下記へ

能登半島地震の教訓に基づく防災活動の見直し

環境サポーターはちどりの会
地震に対して家の弱い所を補強し、

公民館市民企画事業
説明会と申請受け付け
お知らせ

公民館市民企画事業は、市内の自主グループが企画・運営する事業を、審査の上、自主グループと公民館の共催事業として実施するものです。この制度の利用を考えていて、まだ説明会に参加していない自主グループは、必ず下記の説明会に参加してください。

【第2回説明会】

時 6月12日(水) 10時～12時
6月13日(木) 19時～20時

場 柳沢公民館

【第3期申請受け付け】

【申請期間】
7月2日(火)～7月9日(火)

※ただし、平日の9時～17時に限ります。

【調整会】

時 7月16日(火) 19時～

場 柳沢公民館

【実施期間】
10月1日(火)～12月22日(日)

令和6年度公民館事業計画
を配布しています

今年度の西東京市公民館の事業方針と、各館が予定している学級・講座等の主催事業を紹介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。

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19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

市民企画事業／事業案内

火災を起こさない行動を身につけ、怪我もなく避難し、要支援者・要介護者の避難生活を支えませんか。

時 6月29日(土) 14時～16時

場 柳沢公民館

定 75人(先着順)

講 小野修平(ジョージ防災研究所代表)

連

福島海から見えてきたもの
～福島第一原発沖合海洋調査と汚染水～
原発は知らない西東京集会実行委員会

昨年からはまった福島第1原発事故放射能汚染水の処理水海洋放出。生き物への影響は？ 調査活動で何が分かったのか実態を学びましょう。

時 6月30日(日) 14時～16時半

場 柳沢公民館

定 70人(先着順)

サークルから

催し物案内

第17回定期演奏会

保谷弦楽アンサンブル

6月8日(土)／13時15分開場・14時開演／タクトホームこもれびGRÁFAREホール(保谷こもれびホール)／

27回写真展 モノクローム展示
フォトクラブ保谷

6月9日(日)～15日(土)／9時～17時(初日11時から)／柳沢公民館／

第57回西東京市美術協会展

西東京市美術協会

6月17日(月)～22日(土)／10時～18時(初日13時から最終日16時まで)／きらっと／

オカリナ「風の丘」Concert 2024
オカリナ「風の丘」

6月22日(土)／13時半開場・14時開演／定員194人(先着順・申込不要)／タクトホームこもれびGRÁFAREホール(保谷こもれびホール)／

サークルから

会員募集

川柳柳朗会

月2回木曜日／13時～16時／谷戸公民館ほか／月額1,500円／

西東京市ダンス連盟 フミダンスサークル

月3回水曜日／16時～18時／ひばりが丘公民館・保谷駅前公民館／入会金500円・月額3,500円／

保谷シルバーコーラス

月3回木曜日／10時～12時／富士町福祉会館／月額4,000円／60歳以上対象／

講 鈴木 譲(東京大学名誉教授)
¥ 100円(資料代・広報費)
連

健康太極拳を始めよう
二十四式の会

ご自身の健康維持のために健康太極拳を始めませんか？ 各自の体調に合わせて、無理なく体を動かし、健康を維持しましょう。

時 7月9日(火) 13時半～15時半

場 田無公民館

定 15人(申込順)

講 下田照美(日本太極拳クラブ協議会公認指導員)

申 6月2日(日) 10時から電話で下記へ

連



西東京サイクリング倶楽部

第2・4日曜日／9時～16時／田無公民館から近郊／1回につき100円／

木星会(囲碁)

月4回木曜日／13時～16時／田無公民館／入会金1,000円・月額500円／

コールファミリア(女声合唱)

月4回月曜日／13時半～15時半／田無公民館／月額5,000円／

※金額の記載がないものは無料です。

8月1日号の原稿締め切りは、
6月20日(木)です。

おたのしみ川柳

今月のお題「かえる」

① 痩せ蛙跳ねて越せない物価高
② からかわれかえるかげんしょうもうかえる
③ 帰る家迷い半日一万歩

氏名・ペンネーム・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月号テーマ「ぼん」

「ぼん」の文字を入れなくても構いません

締切 6月20日(木)

寸評

①己が身を映す“痩せ蛙”。こんなダイエットは望んでいない②些事で冷める恋を意味するZ世代の流行語、蛙化現象。ひらがなの「か」の押韻が軽はずみな読み味③健康目標達成、結果良し。遠回りはきっと報われる。