

令和6(2024)年

12月1日

第283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、申込フォームはこちらからご確認ください。



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

柳沢

現代社会を考える講座

1970・80年代から「いま」を考える ～歴史に学ぶ現代社会のしくみ4～

現在の日本社会のしくみは、なぜこのようになっているのか。この講座では、それを考えるために、日本の戦後の歴史を振り返ります。4年目の今年度は、1970年代から80年代、大阪万博から昭和の終わりまでバブル崩壊までの時期を、当時を生きた人々が残した資料を手がかりに見つめます。今まで受講していない方も、どうぞご参加ください。

時 1月11日・25日、2月1日・22日、3月8日・22日 土曜日 10時～12時10分 全6回

場 柳沢公民館

定 50人(申込順)

内 ①時代の概観：「一人勝ちの時代」の実相②地域「開発」の代償③沖縄が照らし出す日米関係と戦争の記憶④問われる「国際化」の内実⑤管理社会と少数者の声⑥バブルの狂騒と虚栄、その後

講 戸邊秀明(東京経済大学全学
共通教育センター教授)

申 12月2日(月)10時から電話か申込フォームで柳沢公民館へ



谷戸

くらしを彩る講習会

服に簡単おしゃれなワンポイント！ 花のステンシル

シンプルな服にステンシルの型紙の上から絵具でポンポン色をのせて花模様をプラス！手軽にお気に入りの1枚を作りましょう。

時 12月18日(水)13時～15時半

場 谷戸公民館

定 12人(申込多数の場合抽選、はじめて参加の方優先)

講 武隈珠子(ステンシル講師)

¥ 500円(材料費)

持 衣類(手持ちのTシャツなど)、牛乳パック(平らにしたもの)2枚、手ふきタオル

申 12月9日(月)12時までに電話か申込フォームで谷戸公民館へ

▶カラー



▶バラ



▶ユリ



▶シクラメン



谷戸

子ども向け防災講座

中高生が企画する小学生向け防災講座 おうちでサバイバル

中高生が企画した防災講座です。災害が起きた時に自宅で生活続けるために、日頃から何を備えておけば良いか「食」をテーマに学びます。小学校家庭科室を会場に実習も交えて実施します。また、輪島市支援に赴いた中高生の目線で、現地の様子や体験を小学生に伝えます。

時 12月14日(土)10時～

12時

場 谷戸第二小学校

対 小学生

定 20人(申込順)

講 小野修平(ジョージ防災研究所代表)

申 12月2日(月)9時から、電話か申込フォームで谷戸公民館へ



谷戸

インクルーシブな社会をめざす講座

ボッチャでなかまづくり～親子でボッチャ～ 小学生親子ボッチャ大会 参加チーム募集！

ボッチャを楽しんでいる小学生親子のみなさん！谷戸公民館主催のボッチャ大会に参加して、講座参加者の親子と一緒に、みんなで力試しをしてみませんか！

時 令和7年1月19日(日)9時15分～11時45分

場 きらっと

対 小学生とその保護者。小学生のみのチーム(3、4人)でも可。3人1組の団体戦で実施。

定 10組(申込多数の場合は抽選)

持 室内用運動靴・飲み物

申 12月25日(水)17時までに電話か申込フォームで谷戸公民館へ



芝久保

現代的課題を考える講座公開講座

サステナブルな暮らしと エシカル消費 ～あなたの選択が未来を拓く～

あなたが、今生活の中で何気なく使っている物は、いつ、どこで、誰によって作られた物でしょうか？サステナブルライフを送るため、未来の子どもたちの世の中を守るため、毎日のお買い物からヒントを学びます。

時 1月10日(金)10時～12時

場 芝久保公民館

定 15人(申込順)のほか、連続講座参加者

講 山口真奈美(一般社団法人日本サステナブル・ラベル協会代表理事)

申 12月3日(火)10時から電話か申込フォームで芝久保公民館へ



芝久保

サロンコンサート

冬に舞う東風の便り ～子どもから大人まで本格的な クラシックコンサート～

フルート、トランペット、コントラバス、バイオリン&ピオラ、ピアノの公民館特別編成による生演奏！！赤ちゃんからおじいちゃんおばあちゃんまで、楽しい冬のひとときを過ごしませんか？

時 12月15日(日)14時～15時

場 芝久保公民館

定 40人(申込多数の場合は抽選)

対 乳幼児から大人まで(小学生は保護者と参加)

プログラム

・松下功(田村文生 編曲)：《子供のための舞踏組曲》
・M・ラヴェル(鹿田愛 編曲)：《マ・メール・ロア》
・クリスマス・ソング 他

演奏 アンサンブル東風

申 12月9日(月)12時までに電話か申込フォームで芝久保公民館へ



柳沢

共催事業

みんなで踊ろう！ やぎさわディスコ

障がいのある人もない人も、立っても座ってもOK！みんなでディスコを踊りましょう！初めての方大歓迎です。

時 12月22日(日)14時～15時20分(13時45分開場)

※途中に休憩(換気・水分補給)あり

場 柳沢公民館

定 35人(申込順)

申 12月3日(火)9時から電話または柳沢公民館窓口まで

※やぎさわディスコ実行委員会との共催



田無

土曜活動サークル 一日ロビー見学体験会

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。

時 12月14日(土)

内 12時半…女声アカペラコーラス・こーろふぁーら／13時…クイパラ三線友の会

場 田無公民館

定 1団体の見学体験15人(申込順)

申 12月2日(月)10時から電話か窓口で田無公民館へ

※1月19日(日)は日曜活動サークルのロビー見学体験会、2月17日(月)は月曜活動サークルのロビー見学体験会を開催します。

電話での講座申し込みは、平日9時～17時をお願いします。図の記載のない講座は、市内在住、在勤、在学者が対象です。
申込フォームについては、市ホームページ(上記QRコード)から、各講座ページ内をご参照ください。

柳沢

ムービールーム柳沢

場

柳沢公民館

※混雑緩和のため、入場時間を指定します。
原則として1人で複数の申し込みはできません。

「映画 続・深夜食堂」(2016年／日本／1時間48分)

監督：松岡錠司 出演：小林薫、河井青葉 ほか

安部夜郎の人気コミックを小林薫主演で描いたテレビドラマの映画版「深夜食堂」の続編。

時

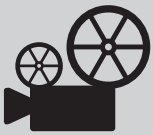
12月18日(水)14時～

定

50人(申込順)

申

12月5日(木)9時から電話で柳沢公民館へ



講座報告①

人生100年時代

令和6年6月18日～7月9日(全4回)実施

芝久保公民館

地元で楽しむセカンドライフ

人生100年時代を迎え、人生の後半を楽しむためにどんなことができるでしょうか？

年をとっても住み慣れた地域で安心して暮らすために、健康・防災・地域活動をテーマに学びました。

第1回は「安心して暮らせる地域を目指して、今から知っておきたい認知症のこと」を学びました。厚生労働省の調査では、2025年には、日本の65歳以上の約5人に1人が認知症になると推計されています。誰もが直面する認知症を正しく理解するために、認知症の方が困難に直面する日常の場面を紹介し、「どんな手助けができるか」「自分ならどうしてほしいか」を話し合いました。

第2回「健康体操で心も体もリフレッシュ」では、脳トレ体操で楽しく汗をかきました。定期的に体を動かすことが健康長寿につながるため、体操を続けたい方には公民館のサークルを紹介しました。

第3回は「地震！その時あわてないために」で、防災について考えました。能登半島地震の支援活動を行っている講師から、人口約20万人都市の西東京市で直下型地震が起きた際の状況と備えについて学びました。住宅の耐震化や物資の備えのほか、初期の救助活動や避難所の自主運営には地域のつながりが大切であるこ

となど、日頃からの地域との関わり方を考えるきっかけになりました。

最終回「先輩に聞く地域活動のコツ」では、芝久保地域で居場所づくりの活動をしている団体の活動紹介を受け、地域活動を楽しみながら続けるコツを学びました。

講座には、新しい経験や出会いを求めて地域活動に関心のある方が多く参加されていました。

継続的に集まれる居心地の良い居場所と仲間の理解、ちょっとした手助けがあれば、いくつになっても地域活動を楽しむことができます。公民館では、継続して活動を希望する方に公民館のサークル活動や交流会を紹介しています。

【講座参加者の感想】

- ・自分ができること、自分が楽しく思えることを見つけること、地域の中にいろいろな場所があるので居場所をもてたらいいなあ～と実感しました。
- ・人と人とのつながりがとても大切と思いました。これから地域で行っているサークルに参加したいと思います。



講座報告②

ひばりが丘公民館

令和6年7月25日実施 こわーいお話を聞く会

毎年大人気だった同講座が6年ぶりに復活しました。お話を語るのは長年公民館で活動する朗読「草の会」の皆さんなので、子どもたちの心をはがっちりつかんでくれることでしょう。課題は会場設営。公民館のロビーや会場となる部屋を、お化け屋敷とはいかないまでも、ひんやりこわーい空間にするために、近隣の保谷高校、ひばりが丘中学校、田無第二中学校の生徒たちがボランティアとして関わってくれることになりました。

本番12日前に、ボランティアの中高生が集まって第1回の作戦会議を実施しました。「わら人形を作ろうよ」「廃病院の雰囲気なんてどう？」など、担当ごとに5グループに分かれて活発にアイデアを出し合いました。この日から本番を含めて全5回の活動

に参加した中高生は57人(延べ126人)。彼らの頑張りのおかげで、いつもの公民館が、こわーい雰囲気の漂う空間に生まれ変わりました。

当然本番は大盛り上がり。朗読「草の会」の皆さんによる生身の声で心を込めて語られたお話は、単に怖いだけでなく命の大切さや困難に立ち向かう勇気を伝える内容で、子どもたちは真剣に耳を傾けていました。

「子どもたちのために、地元の大人や中高生が力を合わせる」。そんな関わりを今後も継続させていきたいです。



市民企画事業／事業案内

日本の国防と沖縄差別～その歴史と現在

ピースナウ西東京
米軍基地が集中する沖縄。県民の反対を押し潰して辺野古新基地建設を強行する国。沖縄に偏る軍事負担の理不尽について学びます。

時 12月21日(土)14時～16時半
場・定 柳沢公民館・70人(先着順)
講 宮平真弥(流通経済大学法学部教員)

¥ 100円(資料代・広報代)

連

差別と冤罪 狭山事件を世に問う
ー石川一雄の語りをとおしてー

「ヒロシマ」に学ぶ会
狭山事件の犯人とされた石川一雄さんは、いまなお“見えない手錠”がかけられたままです。冤罪が生み出された背景について考えます。

時 1月12日(日)14時～16時半
場・定 柳沢公民館・50人(先着順)
講 黒川みどり(静岡大学名誉教授)

¥ 80円(資料代・広報代)

連

サークルから

会員募集

向台トリム
月4回火曜日／10時～12時／向台コミュニティセンター／入会金1,000円・月会費1,300円／

太極拳サークル
月3回金曜日／13時半～15時／保谷駅前公民館ほか／入会金1,000円・月額2,500円／

新町健康体操
毎週木曜日／18時半～20時半／柳橋第二市民集会所／入会金500円・月額1,500円／

メンズクッキング いろは(初心者向け)
月1回土曜日／9時～13時／保谷駅前公民館／入会金500円・月額2,000円(食材費・講師代込み)／

公民館だよりの原稿締め切りが早まります

令和7年2月1日号の原稿締切日は、年末年始の休日の関係で下記のとおり変更となります。
掲載を希望するサークルは、お早めの提出をお願いします。
2月1日号 12月16日(月)

年末年始休館のお知らせ

公民館は令和6年12月29日(日)から令和7年1月3日(金)まで休館します。部屋・ロビー・印刷機など利用できませんので、ご注意ください。

サークルから

催し物案内

クリスマスの合唱曲を歌いましょう
女声合唱団クール・アルエット
12月5日(木)／13時半～15時半／谷戸公民館／

創立30周年記念コンサート
保谷ハーモニカ・アカデミー
12月10日(火)／14時～17時(13時半開場)／柳沢公民館／

黒色火薬から1575年の信長の長篠合戦を読み直す
サークル学ばようこび
12月12日(木)／13時45分～16時／柳沢公民館／語り部：加藤朗(桜美林大学名誉教授)／聴講料・資料代500円／

ソレイユコーラスコンサート
合唱団ソレイユ
12月26日(木)／13時半開場・14時開演／タクトホームこもれびGRAFAREホール／

※金額の記載がないものは無料です。

おたのしみ川柳

今月のお題「偶然」

①偶然の出会いにキョトンあなた誰？

②だいた読みなまた買っている同じ本

③デバ地下で買って帰ると同じもの

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、投稿フォーム(下記でお寄せください)。

2月号テーマ「通」

締切 12月25日(水)

「通」の文字を入れなくても構いません

寸評

①町で知り合いらしい人に声をかけられるも誰か分からず見舞う油断顔②何度も買うほど偶然以上の運命があなたを引き寄せる③気の合うパートナーが共有する不思議な波長。偶然と運命は他人の空似か。Web投稿にも感謝。

おたのしみ川柳

投稿フォームをご活用ください！

西東京市公民館だより「おたのしみ川柳」コーナーでは毎月お題に沿った川柳を募集しています。川柳は上の句が五、中の句が七、下の句が五の韻をもつ短詩です。

ぜひ挑戦してみてください。ご投稿お待ちしております。
投稿フォームはこちら▶

