

保谷 あつまれ！
みんなのけいおん講座

未経験でも楽器がなくても始められます。頼れる講師と一緒にパート練習したら、毎回みんなで音を合わせて手応えを実感。休日の午後に公民館で軽音楽を満喫しよう！

時 7月20日～令和8年3月15日 毎月第3日曜日(10月は第4週)14時～16時全9回

場 保谷駅前公民館

対 中学生以上20歳未満(最後の回まで受講できる方)

定 ギター・ベース15人、キーボード5人、ドラム4人(申込多数の場合は抽選)

因 軽音楽の知識と演奏技術を学びます。発表の機会もあります。

講 太田光宏(音楽制作集団HEART NOTE PROJECT代表)、渡邊篤子(生涯学習音楽指導員)、山本雄一(株式会社RCCドラムスクール代表)

申 7月7日(月)10時までに電話か申込フォームで保谷駅前公民館へ



学校とも家庭とも違う体験ができる集いです。

谷戸 農業を知る講座
～収穫の喜びと仲間づくり～

種まきから収穫まで農作業を体験しつつ、都市農業の役割と必要性を講師と一緒に考えます。

時 7月22日～1月13日、2月中旬 火曜日 10時～12時(作業は8、9月8時～、10月は9時～、11月以降は10時～)全25回

※天候、生育状況等によって日程プログラム変更あり

場 谷戸公民館、住吉町1丁目の畑ほか

対 初めて参加する方優先

定 36人(申込多数の場合は抽選)

因 人参、大根、カブ、キャベツなど10種類程度の野菜作りと講義

講 保谷隆司(市内農業経営者)、小野紀之(環境カウンセラー)、西東京市産業振興課職員

料 1,000円(種苗代など)

申 7月8日(火)17時までに電話か申込フォームで谷戸公民館へ

柳沢 ムービールーム柳沢

ティファニーで朝食を
(1961年/アメリカ/1時間55分)

監督:ブレイク・エドワーズ

出演:オードリー・ヘプバーン

ジョージ・ペパードほか

トルーマン・カポーティの同名小説をオードリー・ヘプバーン主演で映画化した不朽の名作ラブストーリー。

時 7月16日(水)14時～

場 柳沢公民館

定 50人(申込順)

申 7月3日(木)9時から電話で柳沢公民館へ

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

ひばり ひばりロビーサロン
つるし飾りの集い～手まりのストラップを作ってみよう！～

公民館で活動するサークルと地域の皆さんの出会いの場、第2弾！つるし飾りを楽しむ会の皆さんの作品を7月17日(木)まで展示しています。

時 7月17日(木)10時～12時

場 ひばりが丘公民館

定 20人(当日先着順・事前申込不要)

講 つるし飾りを楽しむ会

料 200円(材料費)



高齢者向けスマートフォン相談会 東京都事業

スマートフォンの使い方や操作方法に関する疑問や不安解消のため、アドバイザーによる一対一の対面での相談会を、各公民館を会場に東京都が実施します。相談時間は1人30分までです。

対 60歳以上の都民

講 ご自身のスマートフォン

申 不要(先着順での受付)

※定員に達した場合は、終了時間よりも前に受付を終了する場合がありますので、予めご了承ください。

※荒天時、予告なく中止になる場合があ

／入会金1,000円・月額1,500円／

▶西東京市練功十八法会

月4～5回水曜日/14時～16時/谷戸公民館/1回500円/

▶保谷で英語サークル

月1～2回水曜日/9時半～12時/保谷駅前公民館/入会金2,500円・月額1,000円/

▶いちごの会(着付け)

月2回水曜日/13時～16時/谷戸公民館/入会金1,000円・月額1,800円/

▶西東京サイクリング倶楽部

毎月第2・4日曜日/9時～16時/田無公民館から近郊/1回200円/

ります。

月日	曜日	実施場所	時間	定員
7月3日	木	柳沢公民館	9時半～12時半	24人
7月11日	金	ひばりが丘公民館		24人
7月18日	金	保谷駅前公民館		24人
7月25日	金	谷戸公民館		24人

お問い合わせは、東京都スマートフォン普及啓発事業コールセンター(☎03-6374-7746 平日9時～17時)まで。

市民企画事業

▶のぞいてみようー能の世界
謡(和の声)って何だろう?

柳沢修声会

伝統芸能の能は、物語を謡と仕舞と囃子で演じます。謡は日本古来の和の声。その発声や練習法を謡と共に紹介。一緒に声を出してみませんか。

時 8月4日(月)13時半～15時半

場・対 柳沢公民館・小学5年生以上 定 35人(当日先着順・事前申込不要)

講 小早川康充(シテ方観世流能楽師) 運

▶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て、健康を維持しましょう。

時 8月5日(火)13時半～15時半

場・定 田無公民館・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 7月2日(水)10時から電話で運へ

催し物案内

▶先輩にきこう!幼稚園あれこれ 幼稚園選びの“決め手”を聞く座談会
すつきらいふ

7月17日(木)/10時～11時半/ひばりが丘公民館/

(事前申込)/7月17日(木)10時までに申込フォームから



申込フォーム

※金額の記載がないものは無料です。

9月1日号の原稿締め切りは、7月18日(金)です。

ひばりが丘公民館の臨時休館について(9月22～30日予定)

ひばりが丘公民館では、上記期間においてトイレ排水管の修繕工事を予定しており、工事期間中は施設利用を一時休止させていただきます。利用者の皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解と協力をお願いいたします。詳細が決まり次第、市ホームページにてお知らせいたします。



公民館運営審議会

傍聴をご希望の方は、事前にお申し込みください。

時 7月16日(水)18時半～

場 柳沢公民館

因 事業計画・報告について ほか

申 電話で柳沢公民館へ

おたのしみ川柳 ▼今月のお題「ラジオ」

- 寸評
- ① 野良仕事耳はラジオの甲子園 佗助
 - ② ひとり寝はラジオの声が子守唄 のんち
 - ③ 深夜便楽しみなのに夢心地 カンちゃん
- ①リスナーの日常に球児の晴れ舞台が届く。声のメディアが魅せる真昼の夢②DJやパーソナリティとのつながりが孤独な夜の救い③寝る前提の②の句に対し聴取へのやる気を見せるか睡魔には負ける③。本能欲は強豪。

投稿フォームまたは、氏名・ペンネーム・住所・電話番号を記入の上、お近くの公民館にメール、郵送、持参でお寄せください。

9月のお題「米」
締め切り:7月25日(金)

「米」の文字を入れなくても構いません



投稿フォームはこちら

会員募集

▶西東京マジッククラブ

月2回日曜日/13時～16時/田無公民館ほか/入会金2,000円・月額1,000円/

▶住吉英会話サークル(英国人講師)

月4回水曜日/13時～16時/住吉会館、谷戸公民館ほか/入会金3,000円・月額3,500円/

▶フレンド英会話

月8回水・金曜日/上級18時40分～19時40分、中級19時50分～20時50分/柳沢公民館/入会金2,000円・月額4,000円/

▶すみれ短歌会

第1木曜日/13時～16時/田無公民館

▶大正琴クローバー

月2回水曜日/9時半～13時/保谷駅前公民館/月額3,000円/

▶ら・ら・ら体操教室

月4回水曜日/9時20分～11時/ひばりが丘公民館・谷戸公民館・ひばりが丘福祉会館/月額2,500円/

▶川柳柳朗会

月2回水曜日/13時～16時/谷戸公民館ほか/月額1,500円/

▶カラダ再発見サークル

痛まないからだの使い方/毎月第2・4水曜日/13時40分～15時40分/田無公民館/入会金1,000円・月額3,000円/

▶保谷歴史探訪会

第4日曜日/10時～15時半/柳沢公民館・都内各所/年会費3,000円/

▶おもちゃ箱(男女共に楽しく歌う会)

月2回水曜日/10時～12時45分または13時～15時45分/ひばりが丘公民館・谷戸公民館/月額1,000円/

▶アルファビクス西東京田無

毎月第2・4火曜日/14時～15時30分/田無公民館/1回1,000円/

▶西東京郷土史研究会

月1回火曜日/13時半～16時/田無公民館/年2,000円/