

健康講座 住吉公民館

気功と江戸風水

みなさん、毎日元気に暮らしていますか？なんとなく体調がよくない、という方も多いのではないのでしょうか。中国に古くから伝わる健康法の一つ「気功」をみんなで楽しく学び、心と体のバランスを整えましょう！

また私たちが暮らしている東京(江戸)の風水についても館外学習を通して学びます。

▼とき 10月25日～12月20日 木曜日

10時～正午全8回(ただし11月15日は除く) 住吉公民館他

▼対象 市内在住・在勤・在学者

▼定員 30人(申込順)

▼講師 出口衆太郎(日中健康センター 気功主任指導員・江戸風水健康法研究家)

▼費用 館外学習2回分の交通費は実費負担

▼申込 10月4日(木)10時から電話で住吉公民館へ

住吉公民館 子どもいろいろ体験教室 はさみとのりの工作教室

昨年度大好評だった「はさみとのり」の工作教室「今年もやります！」

はさみとのりの使い方や紙の折り曲げ方を学んだ後に、じょうずに「はさみ」を使って、飛行機や動物、昆虫などのペーパークラフトを組み立てます。

友達も誘って是非参加しよう！

▼とき 10月28日(日)10時～正午

▼ところ 住吉公民館

▼対象 市内在住・在学の小中学生

▼定員 25人(申込順)

▼持ち物 ぶんだん工作などで使いたれているはさみ

▼講師 小野紀之(NPO法人地域パートナーシップ支援センター理事(長))

▼申込 10月3日(水)14時から電話で住吉公民館へ

回	月日	内容
1	10/16	第一期地方分権改革と三位一体改革
2	10/30	地方交付税の仕組みとわがまちの地方交付税の変遷
3	11/13	合併特例債と合併後の財政の変遷
4	11/20	地方財政における三権分立

芝久保公民館

NOBODY'S PERFECT 完璧な親になっていない 幼い子を育てている女性の講座 パートII

はじめから一人前の親などいません。皆、まわりから助けを得ながら親になっていくのです。子育てに戸惑い、不安を感じているお母さん。自分に自信が持てず、ひと時お母さん

▼とき 別表のとおり

▼ところ 芝久保公民館

▼講師 林田道子(NP認定ファシリテーター)

▼定員 15人(申込順)

▼対象 第一子で1歳～3歳児の子育てをしている市内在住の母親

▼保育 15人(1歳～3歳児、10月12日(金)10時から保育の打合せをします。おやつ代500円をお持ちください。

回	月日	内容
1	10/12	保育オリエンテーション
2	10/19	プログラムの説明・自己紹介
3	10/26	子育ての悩み、あれこれ
4	11/2	子どものこころの発達と遊び
5	11/9	子どものしつけについて
6	11/16	子育てとコミュニケーション
7	11/30	自分の時間をどうやっていくか
8	12/7	自分自身のこと 将来のこと
9	12/14	まとめ
10	12/21	保育室の様子

芝久保公民館 シニアクラブ「シニア情報誌づくり」

シニア向け情報誌づくりを通して地域を知り、仲間づくりをすすめます。地域でくらすノウハウを知り、コミュニケーション能力を磨きましょう。

▼とき 別表のとおり 火曜日 14時～16時

▼ところ 芝久保公民館

▼対象 市内在住・在勤のシニア世代(概ね60歳以上)

▼定員 10人(申込順、18年度も実施したので、初めての方を優先)

▼講師 林田道子(フリー編集者)

▼申込 10月2日(火)10時から電話で芝久保公民館へ

回	月日	内容
1	10/23	オリエンテーション・自己紹介
2	10/30	地縁づくりの第一歩 対人コミュニケーション・スキル
3	11/6	「私」資源 WEB法で棚卸し
4	11/13	情報誌企画 コンセプト作り プロジェクトチームづくり
5	11/20	情報誌企画 「ほしい情報 知りたい情報」を整理
6	11/27	日常の中のコミュニケーション
7	12/4	取材の仕方、手順、写真の取り方
8	12/11	フォーマット作成、原稿の作り方
9	12/18	取材の進行 情報交換
10	12/25	地域コミュニティでのコミュニケーション、まとめ

\*内容が変更する場合があります

住吉公民館 地方財政は豊かになるの？

地方交付税を受けられない自治体が増えていますが、財政は豊かになっているのでしょうか。地方交付税とは、全国の自治体が一定水準の行政を行えるように、各自治体の税収の程度に応じて国が配分するものです。現状と今後の動向を考えてみましょう。

▼とき 別表のとおり 火曜日

▼対象 市内在住・在学の小中学生

▼定員 20人(申込順)

▼講師 大和田一紘(都留文科大学講師)

▼申込 10月2日(火)14時から電話で住吉公民館へ

回	月日	時間	内容
1	10/16	18時30分～20時30分	第一期地方分権改革と三位一体改革
2	10/30	18時30分～20時30分	地方交付税の仕組みとわがまちの地方交付税の変遷
3	11/13	18時30分～20時30分	合併特例債と合併後の財政の変遷
4	11/20	18時30分～20時30分	地方財政における三権分立

谷戸公民館 シンポジウム グローバリゼーションの現在 新たな公共性を求めて part2

世界規模で行われるようになった経済活動は、私たちの暮らしにどんな影響を与えるのでしょうか。今回は、服飾、中国少数民族、ポピュラー音楽、といった視点から、世界各地で起きている事実を報告します。

市場経済至上主義が世界を均

▼ところ 谷戸公民館

▼対象 市内在住・在勤・在学者30人(申込順)

▼報告者 石田真一(英国古着店主・バンタンデザイン研究所講師)

▼川野明正(東京理科大学講師)

▼黒木朋興(上智大学講師)

▼司会 助川幸逸郎(横浜市立大学講師)

▼申込 10月2日(火)10時から電話で谷戸公民館へ

谷戸公民館 中国陶磁の世界

中国は多くの優れたやきものを生み出しました。古代から続く青磁や華やかな唐三彩、景德鎮の染付や色絵など幅広く奥深い中国陶磁。それらは、日本のやきものを知る上で欠かせません。魅力溢れる中国陶磁の世界に近づいてみましょう。

▼とき 別表のとおり

▼ところ 谷戸公民館

▼対象 市内在住・在勤・在学者

谷戸公民館 鎌倉の歴史と足跡を訪ねて

鎌倉に思いをはせ、鎌倉の歴史と文化に触れてみませんか。

▼とき 別表のとおり

▼ところ 芝久保公民館・鎌倉

▼対象 市内在住・在勤者

▼定員 30人

▼参加費 550円(拝観料)

▼講師 ①三橋墨子(高木学園女子高等学校歴史教諭) ②田村真理子・姉松かつ代(西東京市体育指導員)

▼申込 往復はがきに名前・住所・電話番号を明記の上 188-0014 西東京市芝久保町5-4-48 芝久保公民館歴史講座係まで(10月8日(月)必着) 定員を超過した場合は抽選

芝久保公民館 鎌倉の歴史と足跡を訪ねて

回	月日	時間	内容
1	10/13(土)	10:00～12:00	鎌倉の歴史と足跡を訪ねてパート1～講義編～
2	10/25(木)	7:30～17:30	鎌倉の歴史と足跡を訪ねてパート2～現地探訪編～ 田無庁舎(市マイクロバス使用)→北鎌倉→円覚寺→東慶寺→浄智寺→葛原岡神社→源氏山公園(昼食・持参)→銭洗弁天→寿福寺→鶴岡八幡宮→鎌倉駅→由比ガ浜駐車場→田無庁舎

市民の皆様と公民館職員が、来年度の事業や公民館運営について意見交換をする利用者懇談会を開催いたします。

公民館利用者懇談会

公民館	月日	時間
保谷公民館	10月30日(火)	19時～21時
田無公民館	10月31日(水)	14時～17時
住吉公民館	10月16日(火)	19時～21時
住吉公民館	10月18日(木)	14時～17時
芝久保公民館	10月23日(火)	19時～21時
芝久保公民館	10月25日(木)	19時～21時
谷戸公民館	10月4日(木)	19時～21時
谷戸公民館	10月12日(金)	19時～21時
ひばりが丘公民館	10月9日(火)	19時～21時
ひばりが丘公民館	10月10日(水)	14時～17時