

5	4	3	2	1	回
6/15	6/8	6/1	5/18	5/11	月日
内容					
書いてみよう「永」と自分の名前					
筆使いの違いを表現する					
ひらがなとくさくさな書体					
まとめ(創作色紙を書く)					



ひばりが丘公民館
書道講座
 和のよき、手づくりの素晴らしさ

折々の便りや年初の挨拶、冠婚葬祭など数多くの場面できちんとした文字を書けたなら...。この講座では初心者でも学びやすいよう講師の手書きの字本を教材にして「習う側は速く吸収でき、見る側に心地よい」を目的に学びます。

▼とき 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

▼ところ 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

*「書道講座」に初めて参加する方を優先

▼ところ 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

▼対象 市内在住者

▼定員 16人(申込順)

▼講師 三澤 硯山(書道講師)

▼材料費 千500円(小筆・半紙・色紙・その他の用紙他)

▼持ち物 書道用具一式

▼申込 5月7日(木)正午から

電話でひばりが丘公民館へ

ココロ・カラダ・地球にやさしい
 21世紀の暮らしを考える

ロハス講座

環境・家族(子育て)・家計・食育・健康・地域・仲間づくりなど、すべてを大切にしたいあなたのために...。

「エコ」だけではとらえきれなかった、心穏やかに健康的な新しいライフスタイル(※ロハス)について考えます。

▼とき 別表のとおり

金曜日 10時〜正午

▼ところ 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

▼対象 市内在住者

▼定員 20人(申込順)

▼保育 6か月以上就学前乳幼児15人(1歳未満の乳児は3人程度) 5月29日(金)10時から保育説明会。おやつ代600円をご持参ください。

*保育付きの公民館主催講座に初めて参加される方を優先。

*最終回で「ロハス講座」修了証をお渡しします。

▼申込 5月7日(木)9時から

電話でひばりが丘公民館へ

乳幼児を育てている女性のための
感性豊かに さわやかママスタイル

毎日忙しい子育てで、一番大切なものって何だろう...?と悩んだら、感性との出会い到来かも...。親子のふれあいを深めるポイントを一緒に学びませんか?楽しくセンス(感性)アップしましょう。

▼とき 別表のとおり 水曜日 10時〜正午

▼ところ 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

▼対象 市内在住の乳幼児を育てている女性

▼定員 15人(申込順)

▼保育 6か月以上就学前の乳幼児15人(1歳未満の乳児は3人程度) 5月20日(水)10時から保育説明会。(おやつ代500円をご持参ください。)

★保育付きの公民館主催講座に初めて参加される方を優先

▼申込 5月8日(金)10時から

電話で谷戸公民館へ



回	月日	内容	講師
1	5/20	保育説明会・講座紹介	保育員・担当職員
2	5/27	感性を豊かにする読み聞かせと絵本の紹介	鴨下 万亀子(元小学校教諭)
3	6/3	乳幼児の健やかな発達について	加藤 尚子(育児アドバイザー・保育士)
4	6/17	五感を生かした子どもの遊びとは?	名取 いずみ(みどり保育園主任)
5	6/24	楽しく、発育に合った遊びを学ぼう	保育員・担当職員
6	7/1	感想とまとめ	保育員・担当職員

谷戸公民館
子どもデジカメ教室
 ~デジカメキッズ大集合!~

この教室ではデジタルカメラの構造としくみ、基本的な操作とちよっとしたコツ、近くの公園での撮影会などを行います。最後はみんなで撮影した作品を夏休みに谷戸公民館のロビーに展示します。

▼とき 別表のとおり

回	月日	内容
1	6/13	デジタルカメラのひみつ ~デジタルってなあに~
2	6/20	デジカメの使い方と撮り方 ~基本的な操作~
3	6/27	実際に外に出て撮ってみよう ~せせらぎ公園&いこいの森公園~
4	7/4	作品の選定と講評 ~夏休みのロビー展示に向けて~

▼申込 5月13日(水)10時から

電話で谷戸公民館へ

回	月日	内容	講師
☆	5/29	保育説明会(保育希望者のみ)	保育員・担当職員
1	6/5	「地球温暖化の現状と私たちにできること」~環境の日に~	飯野 暁(環境省・総合環境政策局)
2	6/12	家計にもやさしい「省エネ・節約」を楽しもう!	和田 由貴(節約アドバイザー)
3	6/19	家庭(ベランダ)でできる生ごみの堆肥づくり	坪井 照子(ごみゼロを目指す市民の会代表)
4	6/26	「食育」は未来への健康投資	新出 真理(管理栄養士)
5	7/3	「ハーブのある暮らし」おいしいハーブティーの入れ方・飲み方	新倉 大次郎(ハーブ研究家)
6	7/10	私たちの住む西東京市の環境を考えよう!	西東京市職員(環境保全課・ごみ減量推進課・みどり公園課)
7	7/17	「私が考える21世紀のライフスタイル」発表&トークタイム	担当職員

*ロハス(L O H A S) =Lifestyles of Health and Sustainabilityの頭文字をとった略語で、健康と環境、持続可能な社会生活を心がける生活スタイル

柳沢公民館 ☎464-8211

ムービールーム柳沢

ところ 柳沢公民館
 申込 当日、上映30分前から受付をします。直接視聴覚室までお越し下さい。上映時間前のお入場にご協力をお願いします。
 定員 100人(先着順)

<p>「戸田家の兄妹」 (1941年) 106分 5月13日(水) 14時~ 監督:小津 安二郎 出演:高峰 三枝子・佐分利 信</p>	<p>「カサブランカ」 (1942年) 102分 5月29日(金) 19時~ 監督:マイケル・カーティス 出演:ハンフリー・ボガード イングリッド・バーグマン</p>
--	--

谷戸公民館

やっこ谷戸子やってみ隊
子ども料理教室
 ~今日のお昼は任せてちょうだい!
 メインはチャーハン~

今回は「チャーハン」を中心に「ワカメスープ」、「キャベツ

とにんじんの温サラダ」に挑戦しよう!最後は牛乳と果物を使ったデザートも作ります。仲良くおいしく食べ終わったら後は、お家に帰ってお母さんやお父さんに作ってあげよう!

▼とき 5月23日(土)10時〜12時30分(予定)

▼ところ 別表のとおり 月曜日 19時〜21時(5月25日を除く)

▼対象 市内在住者

▼定員 12人(申込順)

▼講師 奥田明子(東京都地域消費者団体連絡会副代表)

▼持ち物 エプロン、三角巾(又はハンダナ)、手拭タオル

▼参加費 300円*5月20日(水)までに谷戸公民館までお持ちください。受領書と谷戸地区公民館の詳細図をお渡します。

▼申込 5月7日(木)10時から

電話で谷戸公民館へ