

田無公民館

国際理解のための講座Ⅰ  
国際問題に関心を  
持って考えてみよう



国際問題の基礎的な知識を高め、理解を深める講座で、西東京市民としてどう問題に向き合い、どう実践していくのか、考察力の育成を目指します。また地域の外国人による民族・文化等の講演を通して交流を深めます。

▼とき別表のとおり  
木曜日 13時30分～15時30分  
▼ところ 田無公民館  
▼対象 市内在住・在勤・在学者  
▼定員 50人

▼申込 往復はがきで「往信」表に田無公民館あて記入。裏面に①住所②氏名③ふりがな④電話番号⑤希望する講座、国際理解のための講座ⅠまたはⅡと記入。国際理解のための講座Ⅰ・Ⅱ両方を希望する場合は「Ⅰ・Ⅱ両方希望」と明記する。返信の表に自身の宛名を記入。裏面は無記入で投函してください。  
※ご家族での申込の場合もはがき一人一枚必要。  
▼締切 9月10日(土)消印有効

回	月日	内容	講師
1	9/29	国際社会の見方と国際問題を考える鍵	大内 俊 (慶應義塾大学大学院非常勤研究員)
2	10/13	資本主義社会の成立と国際問題	大内 俊
3	10/27	わが町、国境の町、丹東	ジョン 平熙 (中華人民共和国)
4	11/10	ムーミンとサンタクロースのいる国フィンランド	永原リタ (フィンランド共和国)
5	11/24	メキシコ文化とスペイン文化の比較	ソサ ガルシア イサベル (メキシコ共和国・元国立貿易銀行職員)
6	12/8	国際的自然環境と地球	大内 俊
7	12/22	ロシアの美しい街並みと暮らしについて	スニコ タチヤナ (ロシア連邦・昭和女子大学講師)
8	1/12	厳しい法律の国シンガポールとその習慣	王 莉娟 (シンガポール共和国)
9	1/26	ハワイの音楽と歴史	ヒロ トウマ (NHK文化センター講師)
10	2/9	中国経済の潮流と今後について	楊 智 (中華人民共和国・西東京市多文化共生センター理事)
11	2/23	人口問題と移民	大内 俊
12	3/8	食糧問題と南北問題	大内 俊

田無公民館

国際理解のための講座Ⅱ  
韓国文化と  
韓国語  
基礎講座



韓国語の基礎学習で、発音、ハンガルの文字の学習を中心にして、身近な語学としての韓国語に親しみましょう。また、近くて遠い国だった韓国の文化、習慣を学び、より近い国にしていきたいませんか。国際親善を目指します。

▼とき別表のとおり 木曜日  
16時～17時30分  
▼ところ 田無公民館  
▼対象 初心者・市内在住・在勤・在学者  
▼定員 30人  
▼講師 鄭 恩朱 (大韓民国国籍)  
▼申込 国際理解のための講座Ⅰの申込みと併せて

回	月日	内容
1	9/29	韓国語と韓国文化について
2~5	10/13~11/24	韓国語の発音とその練習
6~8	12/8~1/12	簡単な日常会話
9	1/26	簡単な応用会話
10	2/9	復習およびサークル化話合い

柳沢公民館

シニアのための  
仲間(元気)づくり講座  
(クッキング・七福神探索など)

クッキング・探索・講演会を通して仲間づくり。元気に地域活動を広げていくための講座です。

▼探索の交通費等実費。  
▼持ち物 エプロン、三角巾  
▼探索できる服装で  
▼申込 9月5日(月)10時から電話で柳沢公民館へ

▼とき別表のとおり  
▼ところ 柳沢公民館ほか  
▼対象 概ね65歳以上の市内在住者で全回参加できる方  
▼定員 16人(申込順)  
▼講師 吉田 朋子 (管理栄養士・市川一司・土屋悦子・大西孝雄・長田晶子(スポーツインストラクター))  
▼費用 2千500円(クッキング材料費5回分)  
初回に集金します。その他

回	月日	内容
1	9/16(金) 10時~	クッキング(魚の和風ムニエル)
2	9/27(火) 9時~	探索(柴又七福神)
3	10/4(火) 9時~	探索(川越七福神)
4	10/17(月) 10時~	クッキング(秋のちらしずし)
5	11/1(火) 9時~	探索(浅草七福神)
6	11/15(火) 10時~	クッキング(手作りギョーザ)
7	11/25(金) 10時~	クッキング(魚のつみれ団子鍋)
8	12/13(火) 10時~	クッキング(ドライカレー)
9	12/20(火) 14時~	講演会(日本一!! へたな歌手・上床敬子)

ひばりが丘公民館

女性講座  
キモチつながる  
こころちよく

子育て中に、孤独や焦燥感を感じることはありませんか。不透明な時代だからこころちよくを大切にしたい。

▼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)  
9月16日(金)におやつ代500円をご持参ください。  
\*初めて保育付きの公民館主催講座に参加される方を優先。

▼とき別表のとおり  
金曜日 10時~12時  
▼ところ ひばりが丘公民館  
▼対象 市内在住の子育て中の女性  
▼定員 15人(申込多数の場合抽選)

▼申込 電話かメールで  
9月12日(月)12時までにひばりが丘公民館へ電話は9月2日(金)10時から  
【メールでの申込方法】  
①メールアドレスは一面参照  
②件名「女性講座申込」

月日	内容	講師
★ 9/16	保育説明会	保育員・担当職員
1 9/30	オリエンテーション・自己紹介	担当職員
2 10/7	キモチをつなげよう	新井純子(ヘルシーカフェのら)
3 10/14	生と性をつなげる ~伝えたい、命の大切さ~	高柳美知子(人間と性研究所所長)
4 10/21	ハラズメントは職場だけ?	秋葉ふきこ(カウンセリングコール代表)
5 10/28	話し合い	担当職員
6 11/4	母と子によりそって	青木 悦(教育ジャーナリスト)
7 11/11	ちがっていてもいいんだよ ~トランスジェンダーってなあに?~	かある(フリーライター)
8 11/18	地域をみつめて ~西東京市の女性の聞き書き集から~	渡辺美恵(生活企画ジェフリー)
9 11/25	こころちよくつながるには ~これからの私へ~	国広陽子(東京女子大学教授)
10 12/2	まとめ	保育員・担当職員

③本文「氏名・住所・電話番号・お子さんの名前・呼び名・月齢」を明記。

谷戸公民館

暮らしの中の健康法

ゆったりと身体を動かしながら、無理なく行う気功法を体験しましょう。

▼とき別表のとおり  
水曜日 10時~12時  
▼ところ 谷戸公民館  
▼対象 市内在住・在勤・在学者  
▼定員 40人(申込順)

▼探索の交通費等実費。  
▼持ち物 エプロン、三角巾  
▼探索できる服装で  
▼申込 9月5日(月)10時から電話で柳沢公民館へ



▼健康センター気功主任指導員  
▼持ち物 飲料水の入ったペットボトル・タオル  
▼服装 動きやすい服装  
▼申込 9月9日(金)10時から電話で谷戸公民館へ

ひばりが丘公民館

第3回  
ひばりが丘音楽フェスティバル  
参加団体を募集します

第2回フェスティバルは、展示部門を設け、多くの方に来ていただきました。力を合わせて、さらにパワーアップした催しを作り上げ、早春のひとときを盛り上げましょう。日頃の活動の成果、ひばりが丘公民館のサークルの底力を見せてください!

ひばりが丘音楽フェスティバル

▼とき = 平成24年3月10日(土)  
\*時間・詳細は、実行委員会にて決定  
▼ところ = ひばりが丘公民館  
▼申込 = 参加を希望する団体は、第1回実行委員会にご参加ください。  
▼対象 = ひばりが丘公民館で活動している合唱・器楽演奏等のサークル及びロビー展示に参加するサークル  
\*企画・運営に協力していただくスタッフも募集します。  
\*参加を希望する団体は、必ず実行委員会にご出席ください。

第1回 実行委員会

▼とき = 9月17日(土)10時~12時  
▼ところ = ひばりが丘公民館  
\*月1回程度で実行委員会を開催する予定です。(具体的な日程は、実行委員会で決定します。)

柳沢公民館

ムービールーム柳沢

ところ 柳沢公民館・図書館  
申込 当日、上映30分前から受付をします。直接視聴室までお越しください。上映時間前に入場にご協力をお願いします。  
定員 100人(先着順となります。定員に達した場合、入場をお断りすることがございます。あらかじめご了承ください。)

回	月日	内容
1	10/5	講義: 日常の健康への心がけ 実技: 転倒予防の歩き方
2	10/12	講義: 災害時の身のこなしと心の持ち方 実技: 腰痛、膝痛予防の姿勢と座り方
3	10/19	講義: 本日の健康とは 実技: 疲労回復の寝方と呼吸法

\*各回とも、腕ふり気功と波動七方功を体験します。

芝久保公民館

★押し花展★

▼押し花作りおや額を作ります。  
▼とき ①9月27日(火) ②10月7日(金) 10時~12時  
▼ところ 芝久保公民館  
▼対象 20歳以上  
▼定員 各20人  
▼講師 越山弘子  
▼材料費 200円  
▼申込 9月2日(金)9時から電話で芝久保公民館へ。



オリジナル・ペーパークラフト展

市内在住 宇田川さんの作品展です。クラフトのお土産がります。  
▼展示 9月16日(金)~10月12日(水)  
▼ところ 芝久保公民館  
▼定員 各20人



公民館に笑顔が行き交う場所です。(柳沢公民館利用者の声)