



子育て世代へのエール①②
肩の力を抜いてママの学舎ワハハ

①人はなぜ病気になるの? 「進化医学」をわかりやすく!

②子供もママもいやされるやさしい育児の提案 16年間保健の先生をされた経験から

とき ①6月12日(日)②6月26日(日)共に14時~16時

ところ 田無公民館

講師 ①山田真(小児科医) ②重永浩子(セラピスト)

申込 m-val3@23.jpへ空メールをお送りください。

連絡先 橋本 090・9151・4057 (10時~14時)

三島由紀夫と現代自殺論
「ほんもの平存」を求めて

西東京 風の会

三島由紀夫は、平和が続く戦後日本を憂いて自殺を遂げました。現在は、戦後の繁栄を支えたシステムが揺らぎ、日本社会の再生が求められている時期です。戦後に疑問を突きつけた三島の人生を問い直し、今後の日本人が歩むべき道を考えます。

ところ 田無公民館

講師 助川幸逸郎(横浜市立大学講師)

連絡先 小林 044・0445

オオタカと共に生きる Part II

都市計画道路

今年も東大演習林でオオタカが巣作りしています。オオタカが将来も棲みつづけるには、どのような環境を守れば良いのでしょうか。考えましよう!貴重な映像もあります。

とき 6月26日(日)13時30分~16時30分

ところ 田無公民館

講師 西山由彦(日本希少生物保護協会事務局長)

連絡先 藤川 0461・0188

サークルから 催し物案内

第17回 写真展

フォトクラブ保谷

撮影活動の中から、心に残る作品を選びました。ぜひご覧ください。皆様のご来場をお待ちしております。

6月4日(土)~10日(金) 9時~17時(初日は11時から) 柳沢公民館/鈴木 03・3920・9157/笹岡 422・5017

肩こり 冷え 低体温 不眠に良い耳ツボマッサージ教えます

健康を考える会

健康維持に役立つ自分で簡単にできる耳ツボマッサージです。数分で体がポカポカ暖まり、その場で効果を実感できます! 6月8日(水) 13時~15時/保谷駅前公民館/講師・塚見史博(鍼灸師)/資料代500円/要電話予約/萩原 422・4844(正午以後は留守電へお願いします)

10周年記念行事 健康医療フォーラム・藤原浩シヨール

西東京市高齢者連合会

お陰様で10周年。皆で楽しく元気に一日を過ごしましょう。6月11日(土) 13時開場・13時30分開演/西東京市市民会館/講師・泉 並木(武蔵野赤十字病院副院長)・藤原浩(歌手)/植松 421・8327

人と共に生きる勇気を

アドラー心理学から

まちかど保健室

大災害の影響で不安の大きい日々です。小さい子への対応の仕方など講演していただきます。6月11日(土) 14時~16時/西東京市市民会館/講師・星一郎(アドラー心理学研究者)/参加費300円/喜田 421・2089*保育無しですが、お子様連れ可

第20回保谷語りの会「遊」

保谷語りの会「遊」

今年は20回目の感謝をこめて絆をテーマに語ります。日曜の午後のひととき、語りの世界へぜひおいでください。6月12日(日) 13時開演(12時30分開場)/コール田無・地下ホール/田中 458・8280

家族葬を知る講座

豊かな老いじたくを考える会

お葬式は「家族葬」が主流になってきています。最近の葬式の傾向と家族葬について一緒に学びませんか。6月12日(日) 14時~16時/田無公民館/講師・NPO法人たま市民葬クラブ/先着35人/有馬 463・7119又は 090・8809・4617

第11回 人物写生会絵画展

人物写生会

人物画をはじめ、静物や風景

など、水彩や油彩の作品を展示します。ご来場をお待ちしています。6月14日(火)~19日(日) 10時~17時(14日は13時から)/きらっと2階多目的ホール/橋本 463・6814

第19回保谷女声合唱団 定期演奏会

保谷女声合唱団 日本のなつかしい歌、作曲家千秋次郎の「京都・夏過ぎてのち」他を歌います。指揮佐野正一、ゲストソプラノ小渡恵利子 7月2日(土) 14時開演/保谷こもれびメインホール/入場料千円(全席自由)/笠岡 458・1859

サークルから 会員募集

柳沢英会話サークル

ベテランの楽しい米国男性教師に英会話を習ってみませんか。第1・3火曜日/19時~20時30分/柳沢公民館/入会金2千円・月額2千円/桜島 090・8847・9384

着付け研究サークル(よそおいの会)

お手持ちの着物で、自分で着られるように、お稽古しませんか。第2・4金曜日/10時~12時/芝久保公民館/入会金千円・月額千500円/岡崎 463・9981

コーロバゲーナ

コーラスを楽しみませんか?講師はバリトン歌手小栗純一氏。第2・4水曜日/14時~16時/田無公民館/入会金千円・月額4千円/中野 090・8436・5236

リフレッシュ・ヨガの会

週一回、ヨガで心身ともにリフレッシュしませんか! 毎週水曜日/10時~11時30分/谷戸公民館/入会金千円・月額2千300円/野崎 467・2227

語りのお遊楽

大きな声で名作を朗読してみませんか?楽しいですよ! 月3回水曜日/13時~17時/田無公民館/月額4千円/俵 423・2251

谷戸公民館/入会金千円・月額2千300円/野崎 467・2227

ヨガの会

ストレッチをしながら、静かに楽しくヨガを練習しましょう。毎週金曜日/14時30分~16時30分/田無公民館/月額3千円/植松 469・4277(18時以降)

はなみずきの会(カラオケ)

プロ講師による基本発声楽しみながら、好きな歌のレッスンを月4回土曜日/13時~16時/富士町市民集会所/月額4千円/甲斐 090・4591・7988

保谷シルバークーラス

60歳以上が対象です。頭と身体と心の若さを保ちましょう。毎週木曜日/10時~12時/富士町福祉会館/月額4千円/館田 463・3236

写経の会

祈りの古写経へ初心者から上級者まで熱心に取り組んでいます。第2・4土曜日/13時30分~16時30分/保谷駅前公民館/入会金500円/月額2千100円/中村 423・0367

音楽体操 さわやか会

楽しみながら、健康な身体作りませんか。初心者大歓迎。毎週木曜日/10時~11時30分/柳沢公民館/入会金千円・月額3千円/清水 423・2246

泉舟会

毛筆・ペン習字を楽しみながら一筆一筆に心をこめて学びましょう。基本は第1・3金曜日(ですが集まった方で相談します)/ひばりが丘公民館/入会金千円・

月額大人3千円子ども2千500円/千田 421・6857

田無エアロビクス

リフレッシュしませんか?誰でもできる簡単なステップです。毎週金曜日/10時30分~11時30分/谷戸公民館/月額2千500円/大竹 464・0455

陶友会

幼い日の様に土をこねて、好きな形の器を作ってみませんか。月4回水曜日/9時~13時/柳沢公民館/入会金2千円・月額500円/柴田 463・0185

舞研

社交ダンス中級の懇切丁寧なレッスン。女性は初級も歓迎。月3回日曜日/14時~15時45分/ひばりが丘公民館・市民会館他/入会金2千円・月額3千500円/川村 424・3071

ひばり歌謡サークル(カラオケ)

講師指導のもと新曲を楽しく練習しています。見学随時。毎週火曜日/13時~16時30分/芝久保公民館/入会金千円・月額2千円/松本 465・5022

おりがみドリーム

平面から立体を。先生のやさしい指導で、折って見ませんか。第2・4木曜日/10時~12時/富士町福祉会館/月額千500円/落合 458・3156

童謡力ナリヤ会

童謡を主に新しい曲も取り入れ楽しく健やかにと唄っています。月2回水曜日/14時~16時/田無公民館/入会金500円・月額千円/今村 421・0236

和光会(裏千家) 基礎から四季折々の作法を身につけ和やかに稽古しませんか。月2回木曜日/13時30分~17時/田無公民館/月額3千円/久住 0422・36・0059(20時以降)高木 0422・53・2930

絵本と語りの会

幼児向けお話を一緒にしましょう。月2回火曜日/10時~12時/谷戸公民館/月額250円/鶴巻 461・5934

WAC(水曜エアロビクス)

簡単、楽しいエアロビクス。40代多数。見学・体験大歓迎。毎週水曜日/10時~11時30分/谷戸公民館/月額2千500円/山崎 451・3151

田無カメラ同好会

旅の写真を、きれいに写しませんか。初心者歓迎。第2金曜日・第4金曜日(野外撮影日)/10時~12時/谷戸公民館/入会金千円・月額500円/齋藤 422・9293

学在唐人街

中国語初級中級にクラス分けて漢詩をまじえて学びませんか?中級月3回日曜日午後。初級月3回土曜日。詳細は電話で/ひばりが丘公民館/入会金千円・月額3千500円/田畑 080・3083・2396

6月の公民館運営審議会(公運審)

とき 6月22日(水) 18時30分~
ところ 田無公民館
議題 事業計画・報告について
☆希望する方は傍聴ができます。
連絡先 柳沢公民館 TEL464-8211