

力母思びぬか床カビて胸痛むレミ

住所・氏名・電話番号を記入の上、お近くの公民館に郵送、メール、持参でお寄せください

**田無公民館**

被災避難者交流事業

### フラダンスで健康づくり

東日本震災により西東京市で避難生活を送っている皆さま。ハワイアンフラで楽しみながら体を動かしましょう。

時 6月19日・7月3日・10日・17日 木曜日 10時半～12時 全4回

場 田無公民館

対 東日本震災のために西東京市に避難している方

定 12人(申込多数の場合は抽選)

講 須江道子(ハワイアンフラサークル講師)

持 動きやすい服装、スリッパ(パレエシューズタイプ) または厚手の靴下、飲み物

申 6月10日(火)までに電話かメールで田無公民館へ

**田無公民館**

ロビーコンサート

### 梅雨の晴れ間の虹色コンサート

マーチングバンドの軽快な演奏がロビーを包みます。気軽に楽しめる曲を用意しています。お立ち寄りください。

出演 多摩六都マーチングバンド

目録

おどるポンポコリン  
学園天国  
ボディパーカッション ほか

時 6月14日(土)13時半～14時

場 田無公民館

※直接会場にお越しください

**芝久保公民館**

### ちいさな展示会

はなみずき展

時 5月31日(土)～6月19日(木)

子育てサークル「はなみずき」の手作りフラワーアレンジメントなどの作品展です。

たんぼ幼児クラブ作品展

「子どもたちのあふれる思い」

時 6月25日(水)～7月6日(日)

芝久保町の「たんぼ幼児クラブ」の作品展です。子ども達の成長をぜひお楽しみください。

### 自習室として 夜間利用できます

芝久保公民館では、公共施設の適正配置に関する基本計画に基づき、第2学習室を広く市民の皆様に活用していただけるように、8月1日(金)から概ね1年間、夜間(18時～22時)のみ、試行的に自習室として開設します。ぜひご利用ください。

**利用方法**

市内在住・在勤・在学者の方を対象に事前登録が必要になります。登録方法の詳細は7月1日号の公民館だよりでお知らせします。

※8月分の利用から第2学習室の夜間は公共予約システムでの予約ができなくなります。

**柳沢公民館**

自分と家族のための介護講座

### 介護は突然やってくる!

誰にでも起こる介護

介護は突然やってくる! 誰にでも起こる介護。家族ができることを学び、仲間と語り合おう。

時 14時～16時

場 柳沢公民館

対 市内在住・在勤者(全回出席できる方を優先)

定 20人(申込順)

申 6月3日(火)10時から電話で柳沢公民館へ

回	月日	内 容	講 師
1	6/20(金)	介護の基礎知識「介護保険制度と手続」	西東京市高齢者支援課職員
2	6/27(金)	高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センターとは?」	新町地域包括支援センター職員
3	7/4(金)	高齢期の食事と栄養	吉田朋子(管理栄養士・介護食士)
4	7/11(金)	食べやすい食事のヒント!(実演・試食あり)	安岡厚子(NPO法人サポートハウス年輪理事長)
5	7/17(木)	誰にでも起こる介護あれこれ	安岡厚子(NPO法人サポートハウス年輪理事長)
6	7/24(木)	まとめ・地域の仲間と語り合おう	安岡厚子(NPO法人サポートハウス年輪理事長)

**メールでの講座申込方法**

アドレス・1面参照 件名・講座名  
本文・氏名・電話番号・住所・年代

※後日確認メールを送ります。届かない場合はお手数ですが、お問い合わせください。

**My Piano Covers**

J-POP IN JAZZ

BEEGIE ADAIR

その昔、ピアノ演奏で、リチャード・クレイダーマンの「渚のアデリーヌ」や、フランク・ミルズの「愛のオルゴール」を耳にして心癒された覚えがありました。それ以来の心洗われる癒しのCDに、出会いました。

それは、1937年生まれのアメリカ・ケンタッキー出身、77歳女性JAZZピアノプレーヤー、ピージー・アデルが演奏する日本の名曲をJAZZカバーした「My Piano Covers J-POP IN JAZZ」です。坂本九の「見上げてごらん夜の星を」、「上を向いて歩こう」、坂本スミ子

「夢で逢いましょう」、荒井由美の「卒業写真」、桑田佳祐の「いとこのエリー」、井上陽水の「いつそセレナーデ」、他にも加山雄三、松田聖子、山口百恵の曲など全11曲が収録されています。全部大好きです。井上陽水の「いつそセレナーデ」は特別にお気に入りです。テナークスの大人の雰囲気を感じてみます。それこそワインでも飲みながら...

77歳の女性が、他国の音楽を演奏してこんなにも、私に感動と元氣と癒しを与えてくれる。そして明日も頑張ろうという気持ちにさせてくれるこのCDと出会えたことに幸せを感じます。

**芝久保公民館**

第32回 芝久保公民館まつり

### 準備会の開催

人と人が豊かに触れ合う「まつり」作りを行います。準備会で企画・運営のアイデアなどを提案ください。

時 6月14日(土)10時～12時

場 芝久保公民館

対 公民館を利用しているグループや地域で活動するサークル・個人でも参加できます。

**公民館 市民企画事業**

福島第一原発事故を振り返って

MeC西東京

広範囲に飛散した放射性物質。新たな基準値による規制、科学的根拠による安全の確保と風評不安の消費の解消を考える。

時 6月7日(土)13時半～17時

場 柳沢公民館

講 福士政広(首都大学東京大学院教授・工学博士)

連 末光 042・464・2558

**講演会「蝶や鳥を呼ぶ庭」**

屋敷林の会

都市の緑地の保全によって生き物の回帰が見られる昨今、個人の家でも、生き物の立ち寄れる場所を作って共生を楽しもう。

時 6月15日(日)14時～16時

場 柳沢公民館

講 泉健司(植物生態コンサルタント)

連 萩原 042・423・5796

**ミニコミ紙を作ってみよう**

NPOを考える会

情報を分かり易く伝えるには、インパクトのあるレイアウトと...。プロのノウハウを学んで魅力ある紙面を作ってみよう!

①見出しと文章の作り方  
②チラシや機関紙の講評  
③パソコンで作ってみよう

時 ①6月19日②26日③7月3日 木曜日13時半～16時

場 保谷駅前公民館

定 15人(申込多数の場合は抽選)

講 小川 隆(元毎日新聞記者)

連 池永 042・425・6090(月～金 10時半～16時半)

ceproce@ken.biglobe.ne.jp

※要申込(電話かメールで)

**追跡されるあなた**

ビッグデータとプライバシー

市民自治井戸端会議

あなたが使っているポイントカード等の利用履歴は巨大なデータとして官民で利用されています。その実態を知りませんか?

時 6月22日(日)14時～16時半

場 田無公民館

講 前田勝之(情報セキュリティ技術者)

連 出原 042・421・3297

**講演会「遺伝子組み換え 食品について学ぼう」**

新日本婦人の会西東京支部

今口にしている物は安全? 第二弾。遺伝子組み換えの基礎知識とそれらの食品の実態と問題点を学び、食の重要性を知る。

時 6月29日(日)10時～12時

場 谷戸公民館

講 八田純人(農民連食品分析センター所長)

連 松本 042・467・3919

**講演会「蝶や鳥を呼ぶ庭」**

屋敷林の会

都市の緑地の保全によって生き物の回帰が見られる昨今、個人の家でも、生き物の立ち寄れる場所を作って共生を楽しもう。

時 6月15日(日)14時～16時

場 柳沢公民館

講 泉健司(植物生態コンサルタント)

連 萩原 042・423・5796

**講演会「日本国憲法と宮沢賢治の心」**

谷戸・緑九条の会

宮沢賢治の生き方に学びながら「日本国憲法」を考えてみましょう。「銀河鉄道之夜」に込められた賢治の思いとは?

時 7月5日(土)13時半～15時半

場 谷戸公民館

講 三上 浩(元中学校教師・宮沢賢治研究者)

連 出原 042・421・3297

**講演会「蝶や鳥を呼ぶ庭」**

屋敷林の会

都市の緑地の保全によって生き物の回帰が見られる昨今、個人の家でも、生き物の立ち寄れる場所を作って共生を楽しもう。

時 6月15日(日)14時～16時

場 柳沢公民館

講 泉健司(植物生態コンサルタント)

連 萩原 042・423・5796