

### 保谷駅前 子ども食育講座

## ハロウィンお菓子を 作ろう！

ワイワイ楽しく、西東京市産のお粉でハロウィンクッキーを焼こう！カボチャ入りフルーツ白玉もおいしいよ。

**時** 10月24日(土)10時～12時  
**場** 保谷駅前公民館  
**対** 市内在住・在学の小学生  
**定** 16人(申込順)  
**講** 須藤真理(西東京市地域活動栄養士会)ほか  
**¥** 500円(材料費)  
**持** エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具  
**申** 10月2日(金)10時から電話で保谷駅前公民館へ



### 利用者懇談会の開催

来年度事業や公民館利用について意見交換し、一緒に考える懇談会を行います。

暮らしの中で困っていること、考えたいこと、知りたいことなどを自由に出し合いませんか。

公民館名	月 日	時間
保谷駅前	10/3(土)	10時
谷戸	10/17(土)	10時
柳沢	10/17(土)	14時
ひばりが丘	10/24(土)	10時
田無	10/30(金)	14時
芝久保	10/30(金)	18時

※2時間程度を予定しています。

### 保谷駅前公民館

健康課による「西東京しゃきしゃき体操の実践」を行います。

### 芝久保 公開講座

## 乳幼児・学齢期の食育

五感の基礎を築きあげる大切な時期。情操教育など教育面でも大きく影響してくる食育について楽しく学びましょう。

**時** 10月15日(木)10時～12時  
**場** 芝久保公民館  
**対** 市内在住・在勤・在学者  
**定** 15人(申込多数の場合は抽選)  
※ほかに女性講座受講生も参加  
**講** 森野恵子(食育アドバイザー、フードコーディネーター)  
**申** 10月9日(金)12時までに電話かメールで芝久保公民館へ

### ひばりが丘 教養講座Ⅱ

## 朗読劇で心も身体も リフレッシュ！

多忙な日常から離れて、もうひとりの自分を見つけてみませんか。「やまざきワールド」を楽しみましょう。

**時** 10/24、11/7、11/21、12/5、12/19、1/9、1/23、2/6、2/20  
土曜日14時～16時 全9回

**場** ひばりが丘公民館  
**対** 市内在住・在勤・在学者  
**定** 15人(申込多数の場合は抽選)  
**講** 山崎 巖(朗読家。NPO日本朗読文化協会朗読コンクール優勝を含め、朗読賞多数受賞)  
**申** 10月15日(木)12時までに電話かメールでひばりが丘公民館へ



### 芝久保 ちいさな展示会

かわいい♡マーク入りセーターを展示。「世界の子どもたちに暖かいセーターを送る会」の活動もご紹介します。



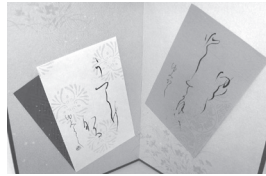
**時** 10月10日(土)～29日(木)

### 谷戸 かな書道講座

## 小筆でかな文字の世界へ

かな文字の歴史や背景を探り、美文字に挑戦します。書道と文学の講座です。

**時** ①10月17日②24日③31日  
土曜日14時～16時



**内** ①いろはを書く、かな文字の歴史を知る  
②2文字を続けて書く、源氏物語に触れる  
③一文を葉書に仕立てる

**場** 谷戸公民館  
**対** 市内在住・在勤・在学者  
**定** 20人(申込多数の場合は抽選)  
**講** 佐藤美芳(書道家)  
**¥** 300円(材料費)  
**持** すずり、文鎮、小筆、固形墨、下敷き、水差しスポイト、ポケットティッシュ  
**申** 10月9日(金)12時までに電話かメールで谷戸公民館へ

### 谷戸 ロビーミニ講習会

## シャドーボックス de クリスマス

手作りのシャドーボックスで、お部屋をクリスマスモードに！

**時** 10月16日(金)10時～12時  
**場** 谷戸公民館

**対** 市内在住・在勤・在学者

**定** 5人(申込順)

**講** 三宅里江

**¥** 500円(材料費)

**申** 10月2日(金)10時から電話で谷戸公民館へ



### 谷戸 多文化共生講座

## もっと知りたい 韓国あれこれ

韓国語会話だけでなく、韓国独自の風習や文化も学びます。これであなたも韓国通に！

**時** 木曜日10時～12時

**場** 谷戸公民館

**対** 市内在住・在勤・在学者

(韓国語を初めて学ぶ人優先)

**定** 20人(申込多数の場合は抽選)

**講** 韓銀景

**¥** 500円(食材費)

**申** 10月5日(月)17時までに電話かメールで谷戸公民館へ

回	月日	内 容
1	10/15	韓国の家族と暮らし
2	10/22	韓国の冠婚葬祭は？
3	10/29	韓国の食文化・カクテキ作り
4	11/5	ドラマに見る朝鮮王朝史
5	11/12	韓国の子育て・ユニソリで遊ぼう

※毎回ハンゲルと基礎会話の学習あり

### 公民館 市民企画事業

**【報告会】**  
9月までに実施された企画事業についての感想や反省点などが実施団体から報告されます。どなたでも参加できます。  
**時** 10月10日(土)10時  
**場** 柳沢公民館

**新シルクロードとウイグル自治  
区の経済発展―平和と共生―**  
MeC 西東京  
高層ビルが立ち並び目覚ましく発展する新疆ウイグルの首都ウルムチ。新シルクロード構想とウイグルの文化を学びます。  
**時** 10月3日(土)14時～16時半(開場13時半)  
**場** 柳沢公民館  
**定** 70人(先着順・申込不要)  
**講** アハマド・ニアズ(埼玉学園大学経済経営学部講師)  
**連** 末光 042・464・2558

**【報告会】**  
9月までに実施された企画事業についての感想や反省点などが実施団体から報告されます。どなたでも参加できます。  
**時** 10月10日(土)10時  
**場** 柳沢公民館

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。

**時** 10月11日(日)14時～16時半(開場13時半)  
**場** 田無公民館  
**定** 70人(先着順・申込不要)  
**講** 坂田雅子(映画監督)  
**連** 事務局 070・5073・4356

**【報告会】**  
9月までに実施された企画事業についての感想や反省点などが実施団体から報告されます。どなたでも参加できます。  
**時** 10月10日(土)10時  
**場** 柳沢公民館

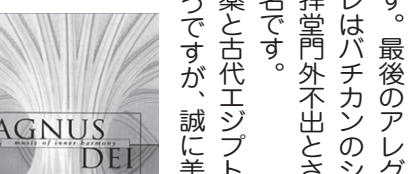
**【報告会】**  
9月までに実施された企画事業についての感想や反省点などが実施団体から報告されます。どなたでも参加できます。  
**時** 10月10日(土)10時  
**場** 柳沢公民館

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。

### 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、電話でお問い合わせください。

このCDには、タイトルとなるバーバーの「アダージョ」、フォーレの「ラシーヌの雅歌」、レストリーナの「キリエ」、バッハの「コラール合奏」、ラフマニノフの「アヴェマリア」など、16世紀から20世紀までの宗教曲12曲が収録されています。最後の「アレグロ」のミゼレレはバチカンのシスターナ礼拝堂門外不出とされたことでも有名です。  
音楽は魂の薬と古代エジプトでいわれたようですが、誠に美しい清らかな歌声にただただ耳をすませてみてはいかがでしょうか。



西洋音楽は教会音楽の中に育ち、人の声は神に捧げられ、祈りの言葉は古今東西の作曲家に作品を創らせてきました。オックスフォード・ニュー・カレッジの音楽の歴史は1379年のカレッジ創立と同時に始まり、少年聖歌隊は16名、その人数は現在も変わりません。  
このCDには、タイトルとなるバーバーの「アダージョ」、フォーレの「ラシーヌの雅歌」、レストリーナの「キリエ」、バッハの「コラール合奏」、ラフマニノフの「アヴェマリア」など、16世紀から20世紀までの宗教曲12曲が収録されています。最後の「アレグロ」のミゼレレはバチカンのシスターナ礼拝堂門外不出とされたことでも有名です。  
音楽は魂の薬と古代エジプトでいわれたようですが、誠に美しい清らかな歌声にただただ耳をすませてみてみてはいかがでしょうか。

西洋音楽は教会音楽の中に育ち、人の声は神に捧げられ、祈りの言葉は古今東西の作曲家に作品を創らせてきました。オックスフォード・ニュー・カレッジの音楽の歴史は1379年のカレッジ創立と同時に始まり、少年聖歌隊は16名、その人数は現在も変わりません。  
このCDには、タイトルとなるバーバーの「アダージョ」、フォーレの「ラシーヌの雅歌」、レストリーナの「キリエ」、バッハの「コラール合奏」、ラフマニノフの「アヴェマリア」など、16世紀から20世紀までの宗教曲12曲が収録されています。最後の「アレグロ」のミゼレレはバチカンのシスターナ礼拝堂門外不出とされたことでも有名です。  
音楽は魂の薬と古代エジプトでいわれたようですが、誠に美しい清らかな歌声にただただ耳をすませてみてみてはいかがでしょうか。

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。