

芝久保

文学芸術講座

### はじめての茶道講座

茶道の初歩をやさしく学びます。気軽に  
お茶を点ててみたい方、伝統文化に親しみ  
たい方に。

時 5月22日～7月3日  
毎週火曜日（6月12日を除く）  
14時～16時 全6回

場 芝久保公民館  
対 全6回出席できる市内在住・  
在勤・在学者

持 白靴下、あれば茶道用扇子  
定 12人（申込多数の場合は抽選）

内 お茶の歴史、茶席のマナー、お茶の点  
て方 ほか

講 中川宗寛（遠州流茶道むさしの支部）

料 3千円（茶菓・抹茶6回分）

申 5月10日（木）12時までに電話で芝久保  
公民館へ

※食物アレルギーのある方、正座が難しい方  
はご相談ください。



谷戸

子育て中の女性のための講座

公開講座

子育て中でない方や男性も大歓迎!

### 大人と子どもの片付け塾

いつの時代も片付けの悩みは多いもの。  
子どもにも片付けを教えられるようになる  
ために、大人も学び直してみませんか？

時 5月31日（木）10時～12時

場 谷戸公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 50人（申込順）

※ほかに子育て中の女性のため  
の講座受講者が参加。

講 辰巳 渚（生活哲学者・  
一般社団法人「家事塾」  
代表理事）

申 5月7日（月）10時から電話で谷戸公  
民館へ



ひばりが丘

親子対象講座

### 親子でコンサートデビュー！ わくわくコンサート

親子で一緒に本格的なピアノ三重奏を楽  
しみませんか。気軽にご参加ください。

時 5月9日（水）10時半～11時半

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住の親子（在勤者も可）

※赤ちゃん連れ大歓迎

定 30組（申込多数の  
場合は抽選）

出演 Trio 向日葵

（ピアノ：根岸幸代、  
ヴァイオリン：奥村みのり、  
チェロ：菅原然子）



曲目 「花のワルツ」（チャイコフスキー）、  
「ありがとう」（いきものがかり）、  
「おもちゃのチャチャチャ」ほか

申 5月7日（月）12時までに電話かメール  
でひばりが丘公民館へ

ひばりが丘

ロビーコンサート

### マンドリンアンサンブル コンサート

土曜日の午後のひととき、マンドリンと  
ギターの優しい音色に癒されてみませんか。

時 6月9日（土）14時～15時

場 ひばりが丘公民館

出演 マンドリンアンサンブルひばり

曲目 ・マンドリン合奏

「いつでも夢を」ほか青春メロディー、  
「サンタルチア」「木曾節による小狂想  
曲」ほか

・ギター三重奏

ゴットファーザー

「愛のテーマ」ほか

※当日、直接会場にお越し  
ください。



ひばりが丘

子育て中の女性のための講座

### 子育て中にライフプランニング ～地域で磨く私のキャリア～

保育付き

子育て期こそできること！ 仲間と出会い、地域を知り、楽  
しみながら今後のキャリア&人生プランを考えてみましょう。

時 金曜日10時～12時

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 20人（申込多数の場合は抽選）

保 6か月以上就学前の乳幼児15人（1歳未満は  
3人程度）

料 700円（おやつ代）

申 5月21日（月）12時までに電話かメールでひばりが丘公民館へ

本文他に「保希・子・生」保育付き講座受講経験有無を明記

※保育付き講座に初めて参加する方を優先します。



回	月日	内容	講師・担当	
☆	6/1	保育説明会	保育員、担当職員	
1	6/8	コーチングで コミュニケーションカアップ	石川りつこ（生涯学習開発財団認定プロフェッショナルコーチ・2級キャリアコンサルティング技能士）	
2	6/15			
3	6/22	いつかは働いてみたいママのための 愛されビジネスマナー	浅川絢子（HerbNet代表・西東京市ハンサムMama支援マネージャー・メイン講師）	
4	6/29	勇気づけ絵本セラピー	ゆざわ ちはる（基礎絵本セラピスト）	
5	7/6	地域イキイキ女子会	三好希世乃・小沼純子・大谷千夏・高橋敬子 （西東京市在住・地域でイキイキキャリア展開中）	
6	9/7	キャリア& ライフデザイン	石川りつこ	
7	9/14			①私の中の宝探し
8	9/21			②宝探しを続けよう
9	9/28			③選択肢を絞る ④行動を始める
10	10/5	地域マップ作り～地域の宝探し①	担当職員	
11	10/12	キャリア&ライフデザイン⑤ 行動計画	石川りつこ	
12	10/19	先輩ママに聞く!	ひばりが丘公民館利用保育付きサークルのメンバーたち	
13	10/26	地域マップ作り～地域の宝探し②	担当職員	
14	11/2	子どもたちの成長と変化を知ろう	保育員、担当職員	
15	11/9	地域マップ作り～地域の宝探し③	担当職員	
16	11/16	講座のまとめ		
17	11/30	次の一歩へ		

柳沢

### ムービールーム柳沢



場 柳沢公民館

申 当日、上映45分前から整理券を配ります。

上映30分前から順にお入りいただきます。

上映時間前のお入りにお協力をお願いします。

定 50人（先着順です。定員に達した場合、入場をお断りする  
ことがあります。あらかじめご了承ください。）

#### 「キューポラのある街」

（1962年/日本/1時間39分）

5月9日（水）14時～

監督：浦山桐郎  
出演：東野英治郎  
吉永小百合 ほか

#### 「エリン・ブロボッチ」

（2000年/アメリカ/2時間10分）

5月25日（金）19時～

監督：スティーブン・ソダーバーグ  
出演：ジュリア・ロバーツ  
アルバート・フィニー ほか

芝久保

### 第36回 芝久保公民館まつり準備会

まつりの企画・運営についてアイデアをお寄せください。

時 5月19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、地域で活動するサークル、  
個人

※当日、直接会場にお越しください。

万葉の時代から日本人に深  
く愛されてきた「紫草（ムラサ  
キ）。6〜7月ごろに、径5〜  
10ミリの純白な花をつけるこの  
植物は、武蔵野と深いかわり  
があります。

一時は途絶えたものの江戸時  
代に復活。ムラサキの花が武蔵  
野の地を広く覆っていた時代が  
あったのです。しかし、今や武  
蔵野地域の小学校から大学まで  
の多くの学校の校歌の中に残る  
だけです。自生しているのを見  
かけるのはまれで、「幻の花」と  
言われ、絶滅危惧種に指定され  
ています。

今回、西東京市のシンボルと  
してムラサキを復活させる可能  
性を求めて、栽培と染色に関す  
る講座を2回にわたり開催しま  
した。講師には、川越市にある  
「小江戸むらさき研究所」の大  
河内 徹氏をお迎えし、ムラサ

【講座報告】谷戸公民館主催谷戸の自然と文化を学ぶ講座  
「紫草」復活プロジェクト連続講座  
平成30年2月28日・3月14日 全2回

キ栽培に情熱を傾けた十数年の  
経験談などを話していただきま  
した。

参加したのは40歳代から80歳  
代までの74人。みな、熱心に講  
義に耳を傾けていました。また  
講師が自ら染め上げた絹織物の  
数々も直接、目にするものがで  
きました。

草木染めの色彩と古代からの  
染色技術、そして、その香りも  
感じるようなひと時を過ごした  
講座でした。



#### 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。

また、2月と3月に保谷駅前  
公民館で催された講座「保谷駅  
前寄席」をきっかけに、私が発  
起人となって「保谷落語愛好会」  
もスタートしました。関心のあ  
る方のご参加を待っています。

私の青春は落語と共にありま  
した。小さいころから奥手で人  
見知りの性格だったのですが、  
高校生になって「このままでは  
ガールフレンドもできない」と  
危機感を抱き、固い決意をして  
「落語研究会（落研）」に入部し  
たのです。おかげで以後は明る  
く楽しい学生生活を送れるよう  
になり、社会人になってからも  
初対面の人ともすぐ親しく仲良  
くなれるトクな性格になりました。  
それに、最近の研究では「笑  
い」は脳の活性化にもなり、ボ  
ケ防止はもとより、病気の予防・  
回復にも役立つことが立証され  
ています。ロビン・ウィリアム  
ズの映画「パッチ・アダムス」  
は、病院の医師がピエロに扮し  
て入院患者さんを笑わせます。  
日本でも病棟で落語を演ずるお  
医者さんがいますね。確かに昔  
から「病は気から」「笑う門に  
は福来る」といわれており、「笑  
い」は心身の健康に役立つよう  
です。幸い、保谷駅前図書館に  
は落語関係の本が50冊以上、C  
Dも100枚近くあります。このC  
Dはその中の1枚です。



「しゅげむ」柳家花緑  
（ソニーミュージック）



しろいし まさゆき  
城石雅行  
（東町在住）