

子育て中の女性のための講座公開講座

ひばりが丘

子育て中のママによるコンサート

すてきなマリバの演奏と歌声を楽しみませんか。お子さん連れも歓迎!


時 6月7日(金)10時15分~11時半
※10時開場

場 ひばりが丘公民館
対 市内在住・在勤者
定 50人程度

出演 Sachika with 素敵にマイライフ

曲目 「風になりたい」「トゥモロー」
(ミュージカル「アニー」より)ほか

申 6月6日(木)15時までに電話でひばりが丘公民館へ



子育て中の女性のための講座公開講座

谷戸

笑顔になれる心とカラダのトリセツ

~更年期とホルモンのしくみ~


イライラ、モヤモヤ、何となく不調... 見えないカラダの変化を知り、自律神経を整える簡単セルフケアで心も元気に! 子育て中でない方や、男性も大歓迎です。

時 6月20日(木)10時~12時
場 谷戸公民館
対 市内在住・在勤・在学者優先
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します。

講 長野弥生(NPO法人ちえぶら 更年期ライフデザインファシリテーター)

申 6月3日(月)10時から電話かメールで谷戸公民館へ



子育て中の女性のための講座公開講座

谷戸

農業を知る講座

種まきから収穫まで農作業を体験しつつ、食育、環境、健康面から都市農業の可能性を講師と一緒に考えます。

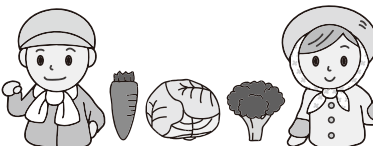
時 6月25日~令和2年3月17日
火曜日 10時~12時(夏季は8時半~10時半) 全36回
※天候、生育状況によってプログラム変更あり

場 谷戸公民館、住吉町一丁目の畑
対 初めて参加する市内在住者優先
定 45人(申込順)

内 人参、キャベツ、ブロッコリーなど10種類程度の野菜作りと講義

講 小松光一(大地を守る会顧問)、小野紀之(環境カウンセラー)、青木 満(薬剤師、鍼灸師)、保谷隆司(市内農家)、西東京菜の花エコプロジェクト会員

料 1,500円(種苗代など)
申 6月4日(火)9時から6月14日(金)17時までに電話で谷戸公民館へ



文学芸術講座

芝久保

体験! アイリッシュダンス


基礎のステップを学び、音楽に合わせて踊ってみましょう。ケルト文化に関心のある方も、健康づくり、仲間づくりをしたい方もどうぞ!

時 7月5日~26日
金曜日 10時~12時 全4回

場 芝久保公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 24人(申込多数の場合は抽選)

講 北川友里(アイルランド音楽演奏家、ダンス講師)

申 6月27日(木)12時までに電話かメールで芝久保公民館へ



子育て中の女性のための講座公開講座

ひばりが丘

オカリナと朗読の調べ

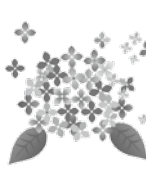
オカリナの優しい音色と心が温まる朗読に癒されませんか?

時 6月23日(日)14時~16時半
場 ひばりが丘公民館

出演団体・内容

- ・オカリナ保谷グループ
「もののけ姫」「ドレミの歌」「日本の四季の歌メドレー」ほか
- ・朗読「草の会」
「彼女のこんだて帖」
「大岡裁き」ほか

※当日、直接会場へお越しください。



子育て中の女性のための講座公開講座

谷戸


アロマ de エコライフ

アロマのお話のほか、虫よけスプレーとお掃除用ローションをつくります。暮らしに取り入れて、さわやかな夏を迎えましょう!

時 6月26日(水)10時~12時
場 谷戸公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 10人(申込多数の場合は抽選)

講 樋口 綾子(日本アロマ環境協会アロマインストラクター)

料 800円(材料費)
申 6月6日(木)17時までに電話で谷戸公民館へ



子育て中の女性のための講座公開講座

保谷駅前

ペンさんと楽しむタイの家庭料理

タイ出身のペンさんと一緒にタイの家庭料理を作りましょう。タイの生活や文化についてのお話もあります。

時 7月6日(土) 11時~13時半
場 保谷駅前公民館
対 市内在住・在勤・在学者優先
定 15人(申込順)

料 600円(材料費)
持 エプロン・三角巾・手ふきタオル・ふきん2枚

申 6月5日(水)10時から電話で保谷駅前公民館へ

※「西東京にほんご教室」との共催
※日本語教室の見学もできます。



文学芸術講座

芝久保

関連企画 アイリッシュ・ミニライブ&ダンス

時 6月17日(月)13時~
場 芝久保公民館

曲目 「庭の千草」「デリーエア」(ダニー・ボーイ)ほか

文学芸術講座

芝久保

ちいさな展示会 パステルアート展

チョークに似た画材を削って指で描くアート作品です。

時 6月4日(火)~30日(日)
場 芝久保公民館

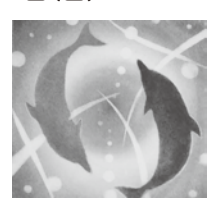
講習会 パステルアート

簡単に楽しめてすてきな作品に仕上がります。

時 6月13日(木)10時~12時
場 芝久保公民館
対 市内在住・在勤者
定 15人(申込順)

講 小沼純子(パステル和<NAGOMI>アートインストラクター)

料 150円(材料費)
申 6月3日(月)9時から電話で芝久保公民館へ



柳沢

ムービールーム柳沢

場 柳沢公民館
対 市内在住・在勤・在学者 ※原則として1人で複数の申し込みはできません。開場時間は上映開始時間の30分前です。
定 50人(申込順)

「父親たちの星条旗」
(2006年 / アメリカ / 2時間12分)
6月12日(水)14時~
監督:クリント・イーストウッド
出演:ライアン・フィリップ
ジェシー・ブラッドフォード ほか
申 6月3日(月)9時から平日9時~17時に電話で柳沢公民館へ

【土曜企画】平日来られないあなたのために「グレイテスト・ショーマン」
(2017年 / アメリカ / 1時間44分)
6月29日(土)14時~
監督:マイケル・グレイシー
出演:ヒュー・ジャックマン ザック・エフロン ほか
申 6月17日(月)9時から平日9時~17時に電話で柳沢公民館へ

申し込みが必要
です

高齢者を含めすべての人がストレスなく動けるまちづくりが進む欧州に学びます。何が、どこが、日本と違うのでしょうか。

時 6月16日(日)14時~16時半
場 柳沢公民館
定 50人(先着順)
講 亘理 章(都市交通評論家)
料 100円(資料代)

市民の自立支援に取り組み欧州の街づくり・交通政策

緑・住環境とつながる、保谷3.4.6 道路ちよつと待つための会

高齢者を含めすべての人がストレスなく動けるまちづくりが進む欧州に学びます。何が、どこが、日本と違うのでしょうか。

時 6月16日(日)14時~16時半
場 柳沢公民館
定 50人(先着順)
講 亘理 章(都市交通評論家)
料 100円(資料代)

公民館

市民企画事業

第2回説明会を開催します

この制度を利用できるのは、その年度の説明会に参加した自主グループです。この制度の利用を考えている自主グループは、必ずご参加ください。

第2回説明会

【昼間の部】
日時: 6月20日(木)10時~12時
場所: 柳沢公民館

【夜間の部】
日時: 6月21日(金)19時~21時
場所: 谷戸公民館

※第3期(実施期間は10月1日(火)~12月27日(金))の申請期間は、7月5日(金)~7月12日(金)です。

公民館について考える集いの準備会を開きます

公民館についてみんなで考える集いをつくりませんか。準備会にご参加ください。

時 6月11日(火)19時~21時
場 柳沢公民館

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。

事業案内

郷志摩市や、訓練を受けた広島県大竹市などを実際に訪問した上で編集したもの。

内容は普通の戦記物の本と異なり、出征の朝「死んではなにもならない。生きて帰ってこそ名誉ある軍人さんだ。必ず生きて帰ってこい」と言った母の言葉が、通奏低音として全編に流れています。

ちなみに西崎さんは現在92歳。元気で西東京市にお住まいです。

公民館

市民企画事業

第2回説明会を開催します

この制度を利用できるのは、その年度の説明会に参加した自主グループです。この制度の利用を考えている自主グループは、必ずご参加ください。

第2回説明会

【昼間の部】
日時: 6月20日(木)10時~12時
場所: 柳沢公民館

【夜間の部】
日時: 6月21日(金)19時~21時
場所: 谷戸公民館

※第3期(実施期間は10月1日(火)~12月27日(金))の申請期間は、7月5日(金)~7月12日(金)です。

公民館

市民企画事業

第2回説明会を開催します

この制度を利用できるのは、その年度の説明会に参加した自主グループです。この制度の利用を考えている自主グループは、必ずご参加ください。

第2回説明会

【昼間の部】
日時: 6月20日(木)10時~12時
場所: 柳沢公民館

【夜間の部】
日時: 6月21日(金)19時~21時
場所: 谷戸公民館

※第3期(実施期間は10月1日(火)~12月27日(金))の申請期間は、7月5日(金)~7月12日(金)です。