

令和2(2020)年

9月1日

第232号 毎月発行

編集 公民館だより編集室  
発行 西東京市公民館

毎月第4月曜日は休館日です

西東京市

# 公民館だより

今月号の内容

2面…あつまれ！みんなのけいおん講座  
公民館市民企画事業

柳沢公民館 柳沢1-15-1 ☎042-464-8211 kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp  
田無公民館 南町5-6-11 ☎042-461-1170 tana-kou@city.nishitokyo.lg.jp  
芝久保公民館 芝久保町5-4-48 ☎042-461-9825 shiba-kou@city.nishitokyo.lg.jp

谷戸公民館 谷戸町1-17-2 ☎042-421-3855 yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp  
ひばりが丘公民館 ひばりが丘2-3-4 ☎042-424-3011 hibari-kou@city.nishitokyo.lg.jp  
保谷駅前公民館 東町3-14-30 ☎042-421-1125 ekimae-kou@city.nishitokyo.lg.jp

田無

子育て中の女性のための講座

## 食育講座 あした、何食べる？

毎日の食事作り、どうしていますか。日頃の食の悩みや、食の安全について地域の仲間と楽しく学びましょう。

時 10月6日～11月24日 火曜日 10時～11時45分 全7回

※保育説明会 9月29日

場 田無公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 11人(申込多数の場合は抽選)

内 ・感染症予防の食事とは

・乳幼児の食事とお料理デビューの仕方

・添加物のはなし ほか

講【第1・2・6回】吉田朋子(管理栄養士、キッズキッチンインストラクター)

【第4・5・7回】近藤恵津子(加工食品診断士)

¥ 100円(材料費)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人

申 9月16日(水)12時までに電話

かメールで田無公民館へ



ひばりが丘

子育て中の女性のための講座

## 子育てママの家と心の整理

～仲間との学びから深める自分への“気づき”～

時 10月9日～11月20日の毎週金曜日

10時～11時45分 全7回

※保育説明会 10月2日

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 10人(申込多数の場合は抽選)

内 ・片づけの基本

・自分の「取扱説明書」を作ろう

・家族のテーマづくり ほか

講 村田美智子(整理収納アドバイザー)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人

申 9月10日(木)12時までに電話かメールでひばりが丘公民館へ



柳沢

子育て中の外国人女性のための

## 日本語講座

保育付き

柳沢公民館で日本語を勉強する講座がはじまります。

幼い子をもつお母さんも勉強できます。お母さんが勉強している間、子どもたちは、保育室で友達と遊びます。

時 9月18日～令和3年3月12日

毎週金曜日 10時～11時45分 全22回

※冬休みがあります。

場 柳沢公民館

対 西東京市に住んでいる子育て中の外国人女性

定 12人(申込多数の場合は保育室に子どもを預ける人優先)

## 保育付きの講座の募集がはじまります

谷戸

子育て中の女性のための講座

## ノーバディズ・パーフェクト

～完ぺきな親なんていない！～

子育てにイライラしたり、パートナーとの関係で悩んだり…完ぺきな親なんていません。

日々感じている不安やさまざまな思いを、同じ子育て中の仲間と話し合ってみませんか？

時 10月1日～11月12日の毎週木曜日 10時～11時45分 全7回 ※保育説明会 9月24日

場 谷戸公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 12人(申込多数の場合は抽選)

内 ・いのちのお話(第1回)

・ノーバディズ・パーフェクト(カナダ生まれの親支援プログラム)

講【第1回】細田恭子(いのちのお話「くもといっしょに」主宰、帝王切開カウンセラー)

【第2～7回】望月美砂緒・吉田朋子(NPJ認定ファシリテーター、NPO法人ワーカーズ・コレクティブちろりん村)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人

申 9月17日(木)12時までに電話か

メールで谷戸公民館へ



## 保育付き講座の受講を希望する方へ

- 保育付き講座に初めて参加する方を優先します。
- 複数の保育付き講座を同時期に申し込む場合は申し出てください。(原則、同時期に複数の保育を利用することはできません)
- 保育定員 1歳未満は3人程度(全館共通)
- 保育おやつ代 400円(全館共通)
- メール申し込みの場合は、氏名・電話番号・住所・保育希望の有無・子の名前(ふりがな)・子の生年月日・保育付き講座受講経験有無を明記してください。
- 保育説明会に必ず参加してください。

柳沢

子育て中の女性のための講座

## 親子で楽しむ！絵本のある子育て

子どもが小さい今だからこそ、親子の触れ合い方を考えてみませんか。心を育む絵本や、読み聞かせを学びながら楽しい子育てを見つけましょう。

時 10月7日～11月18日の毎週水曜日 10時～11時45分 全7回 ※保育説明会 10月1日

場 柳沢公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 10人(申込多数の場合は抽選)

内 ・生まれてきてくれてありがとう

と言える自分になるために(第2回)

・絵本の選び方、楽しみ方

・心を育む読み聞かせ ほか

講【第1、3～7回】福岡淳子(保育と人形の会、日本子どもの本研究会会員)

【第2回】青木千景(いのちの語り部)

¥ 250円(材料代)

保 6か月以上就学前の乳幼児9人

申 9月18日(金)13時までに電話で柳沢公民館へ



芝久保

子育て中の女性のための講座

## 手作り絵本をわが子に

保育付き

世界でたった一つの、お母さんの愛情をいっぱい詰め込んだ絵本を作りませんか？ 絵を描くのが苦手な人も大丈夫ですよ。

時 10月15日～11月26日の毎週木曜日 10時～11時45分 全7回

※講座オリエンテーション・保育説明会 9月24日

場 芝久保公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 10人(申込多数の場合は抽選)

内 ・絵本の世界を楽しもう(第1回)

・絵本の制作 ほか

講【第1回】関本 練(絵本専門店トロール店長)

【第2～6回】萩原みち子(田無絵本を考える会)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人

申 9月16日(水)12時までに電話か

メールで芝久保公民館へ



面向外国人的日语講座招生

時間: 毎週星期五 上午10:00～12:00

地点: 柳沢公民館

【特色】

欢迎带着幼儿的母亲参加。孩子可以在保育室跟小朋友们一起玩耍,母亲可以安心的学习。当然,也可以一个人参加。

【咨询方式】

柳沢公民館

邮箱: kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp

外国人を 위한 일본어강좌 참가자 모집

시간 매주 금요일 오전 10시부터 12시까지

장소 야기사와 공민관

어린 자녀가 있는 엄마들을 위한 일본어 강좌입니다.

엄마가 공부하는 동안 아이들은 보육실에서 친구들과 함께 놀 수 있습니다.

물론 보육시설을 사용하지 않고 혼자라도 수업에 참가하실 수 있습니다.

문의는 야기사와 공민관으로 연락해 주세요.

이메일 kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp

時とき 場ところ 対対象 定定員 内内容 講講師 ¥費用等 保保育 申申込

声の「公民館だより」をお届けしています。知り合いで希望される方がいらっしゃいましたら、谷戸図書館(電話042-421-4545)へお問い合わせください。