

令和3(2021)年

6月1日

第241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

市ホームページをご活用ください!

今月号に掲載の講座一覧は、市ホームページでもご覧いただけます。詳細情報やチラシを掲載している講座もありますので、ぜひご確認ください。



柳沢公民館	柳沢1-15-1	☎042-464-8211	kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp	谷戸公民館	谷戸町1-17-2	☎042-421-3855	yato-kou@city.nishitokyo.lg.jp
田無公民館	休館中、問い合わせは柳沢公民館へ		tana-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
芝久保公民館	芝久保町5-4-48	☎042-461-9825	shiba-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

【ひばりが丘】

防災講座

動きはじめる防災コミュニティ ～実践に役立つツールを作ろう～

災害時に役立つマニュアルやアクションカードの作成を通じて、仲間づくりと各コミュニティでの実践につなげます。防災に興味のある方、地域の防災担当になられた方、一緒に地域の防災力を高める一歩を踏み出しませんか?

時 6月26日、7月10日 土曜日 10時～12時 全2回

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 25人(申込順)

講 小野修平(ジョージ防災研究所代表)

申 6月2日(水)10時から電話かメールでひばりが丘公民館へ



【芝久保】

保育付き

めざせ心のバリアフリー

手話の基本やトーンチャイムの合奏にチャレンジしながら、地域に暮らす仲間と、みんなが暮らしやすい社会について考えてみませんか?

時 6月15日～7月9日、

9月10日～10月1日

金曜日 全8回

10時～11時45分

※保育説明会

6月15日(火)

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者(保育の利用は市内在住者のみ)

定 15人(申込多数の場合は抽選)

内 ・共生社会とは?

・インクルーシブ公園を知っていますか?

・トーンチャイムの合奏体験-障がいがあってもなくても一緒に音楽を楽しもう!

・はじめての手話-手話の基本にチャレンジ

・手話で交流会

講 【第1回】西東京市障害福祉課職員

【第2回】美保(NPO法人SUPLIFE理事長)

【第3回】チェリーズ(トーンチャイムサークル)

【第4～6回】たんぽぽ手話サークル

¥ 210円(保育麦茶代)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人(1歳未満は3人程度)

申 6月8日(火)12時までに電話かメールで芝久保公民館へ



【ひばりが丘】

子育て中の人のための講座

身近な人を大事にする ～「聴く」「認める」から始めよう～

保育付き



子ども、パートナー、家族…。大切なはずなのに距離が近いほどイライラしたりぶつかってしまったりすることはないですか? コーチングのスキルや考え方を学びながら、大切な人を大事にする方法を仲間と考えていきます。

時 6月21日～7月16日、9月10日～10月1日

金曜日 10時～11時45分 全9回

※保育説明会 6月21日(月)

場 ひばりが丘公民館

対 子育て中の市内在住・在勤・在学者

定 12人(申込多数の場合は抽選)

講 石川りつこ(一般財団法人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)

¥ 240円(保育麦茶代)

保 6か月以上就学前の乳幼児8人(1歳未満は3人程度)

申 6月8日(火)12時までに電話かメールでひばりが丘公民館へ

【谷戸】

子育て中の人のための講座・公開講座

免疫力を高めるカンタン薬膳

薬膳の基本を学ぶ講座です。家庭でもできる簡単なレシピを知って薬膳を身近な料理の一つにしてみませんか(調理実習はありません)。

時 6月24日(木)

10時～11時45分

場 谷戸公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 15人(申込順) ※他に子育て中の人のための講座受講者が参加

講 植木もも子(管理栄養士、国際中医薬膳管理師)

申 6月7日(月)10時から電話で谷戸公民館へ



【芝久保】

多世代交流講座

五感で楽しむアートセラピー

様々な世代の方とアートで交流してみませんか。見る聴くなどの五感を使って感じたままに表現すると心と脳を刺激して元気と自信がわいてきます。お互いの魅力を再発見しましょう!

時 7月2日・9日・16日 金曜日 10時～12時

全3回

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 9人(申込順)

講 石川 健(臨床美術士)

¥ 500円(材料費)

持 はさみ・のり

申 6月7日(月)9時から電話かメールで芝久保公民館へ



【谷戸】

インクルーシブな社会をめざす講座

【親子講座】みんなで楽しくアート! 身近な素材でキラキラ世界を楽しもう

ステンドグラスを作って飾り、NPO法人ハンディキャップサポートウーノの会のみなさんと鑑賞しましょう。

時 7月3日(土)14時～15時半

場 谷戸公民館

対 5歳児から小学2年生までの子どもとその保護者

定 6組(申込多数の場合抽選)

講 山田修平(NPO法人東京学芸大学こども未来研究所)

協力 NPO法人ハンディキャップサポートウーノの会(障がいがある方々が働く事業所「おかし工房マール」「石窯パン工房ウーノ」等を開設)

¥ 250円(材料費)

持 はさみ・大型カッター

申 6月21日(月)17時までに電話かメールで谷戸公民館へ

※インクルーシブな社会とは…

それぞれの多様性を認め、障がいの有無など個々の属性によって排除されることのない社会のこと。



来館時・講座参加時のお願い

- ・自宅での事前検温、マスクの着用、入館時の手指消毒にご協力をお願いします。
- ・当日、平熱を超える発熱や体調不良がある場合は、来館をご遠慮ください。

電話での講座申し込みは、平日9時～17時をお願いします。

メールでの講座申し込み方法

アドレス:1面上部参照

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。

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 持持ち物 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。

サークルから **催し物案内**

気功・太極拳無料体験会

保谷太極拳クラブ

6月の毎週月曜日／15時半～17時／武道場

サークルから **会員募集**

イチョウ公園ラジオ体操会

毎日／6時半～7時5分／谷戸イチョウ公園

オカリナ「風の丘」

月4回土曜日／14時～18時、月1回金曜日18時半～22時／ひばりが丘公民館／月額1,000円

パンジー英会話 (初中級)

月4回水曜日／18時40分～20時50分／柳沢公民館／入会金2,000円・月額4,000円

ハーモニーポシェット (英語の女声コーラス)

月3回火曜日／10時～12時／芝久保公民館ほか／入会金500円・月額3,000円

ひばりが丘親子囲碁サークル (幼児から中学生まで)

月4回程度土曜日／10時～12時／ひばりが丘公民館／月額250円

ピアノひけるよ会 (ポピュラーピアノ)

第1・3水曜日ほか／10時～13時／芝久保公民館ほか／入会金2,500円・月額3,000円



※金額の記載がないものは無料です。

8月1日号の原稿締め切りは、6月18日 (金) です。

8月号のお題 「陽」です

締切 6月25日 (金)

編集室では、みなさまの投稿をお待ちしています。氏名・住所・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。

赤字から黒字に戻す妻の腕
子供らの黒い宝石カブトムシ
元氣かや母の便りは黒電話
侘助 詩織
滝井テル子

おたのしみ川柳 今月のお題「黒」

西東京市公民館運営審議会委員

第11期の公民館運営審議会委員を委嘱しました。任期は、令和3年5月1日から令和5年4月30日までです。

区分	氏名	備考
学校教育の関係者	中嶋 太	碧山小学校長
	三沢 英俊	保谷中学校長
社会教育の関係者	荒井 茂	市民公募
	谷関 幸子	
	小須田 厚子	学習・文化団体 等
	海老澤 裕恵	
	石川 健	
	青木 美紀子	
	ギログリー 江美	
渡部 國夫		
家庭教育の向上に資する活動を行う者	小沼 純子	民生・児童委員・育成会 等
	西原 みどり	
学識経験のある者	荒井 容子	法政大学社会学部教授
	高井 正	立教大学特任准教授

市民企画事業／事業案内

連続講座「茨木のり子 詩と生き方の魅力 - 没後15年に振りかえる -」
茨木のり子の家を残したい会

東伏見に50年近く住み続けた詩人、茨木のり子さんについて、お二人の講師から学びます。

時 ①6月19日、②7月17日
土曜日 14時～16時半

場 柳沢公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 35人 (申込順)

内 ①茨木のり子 凜としなやかに生きた詩人
②女が「個」あるいは「孤」を生きるということ-茨木のり子と平塚らいてうに寄せて

講 ①後藤正治 (ノンフィクション作家)
②米田佐代子 (女性史研究家)

申 6月2日 (水) 10時から電話で

笑顔あふれる家族の絆を育むかわり方!

ピーチ

生まれてきてくれて、家族でいてくれてありがとう。誕生学や夫婦のかかわり方、大切な人との絆の高め方を学びましょう。

時 ①7月3日、②7月17日
土曜日 10時～12時

場 柳沢公民館

対 全2回参加できる市内在住の家族

定 7組21人 (申込順)

内 ①いのちの大切さを学ぶ話 (親子講座)
②夫婦のかかわり方 (夫婦講座、子ども同伴可)

講 青木千景 (いのちの語り部)

申 6月2日 (水) 13時から電話で

柳沢 ヤギフェス vol.10
柳沢みんなの文化祭
参加団体・個人を募集します

日頃の活動の成果を発表する場・交流の場として、コロナ禍に対応したかたちで、ヤギフェスを開催します。今年度は、展示と舞台発表を別の日に行います。展示は11月13日・14日、発表は11月20日・21日を予定しています。

対 柳沢公民館や市内で活動する、合唱・楽器演奏・演劇などの発表を行う団体・個人および作品を展示する団体。

申 6月17日 (木) 17時までに電話かメールで柳沢公民館へ

【第1回実行委員会】

時 6月18日 (金)
19時～20時半

場 柳沢公民館



保谷駅前 第12回
駅前フェスタ準備会

コロナ禍での開催を、地域で活動中の皆さんと共に話し合ひましょう。

時 6月7日 (月) 14時～16時

場 保谷駅前公民館

対 公民館や市内で活動中のサークル・個人

申 6月4日 (金) 17時までに電話かメールで保谷駅前公民館へ

※駅前フェスタの開催日は、10月を予定しています。



▲駅前フェスタ2019 展示の様子

市民企画事業／
説明会・申請受付

公民館市民企画事業は、市内の自主グループが企画・運営する事業を、審査の上、自主グループと公民館の共催事業として実施するものです。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。

第2回説明会

参加する場合は申し込んでください。

時 ①6月16日 (水) 10時～11時
②6月17日 (木) 19時～20時

場 柳沢公民館

申 電話で柳沢公民館へ

第3期申請受け付け

【申請期間】

7月2日 (金)～7月9日 (金)
※ただし、平日の9時～17時

【調整会】

時 7月20日 (火) 19時～

場 柳沢公民館

【実施期間】

10月1日 (金)～12月26日 (日)

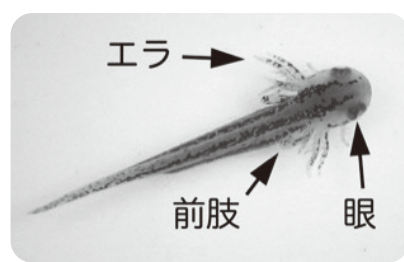
ミニ紙面講座① 水辺の動物 ～イモリの静かなラブコール～

みなさんはイモリをご存知でしょうか？ヤモリ (家守) とよく間違えられますが、イモリ (井守) は水辺で生活する水生動物です。

春になるとカエルのオスはゲロゲロ鳴いて、メスにラブコールを送ります。しかしイモリは鳴きません。イモリはラブコールの代わりに、水の中でフェロモンと呼ばれる求愛物質を放出します。最初にメスがフェロモンを放つと、オスはこれに反応してメスの前方で尻尾を振り、メスにフェロモンを送り返します。メスに無視されることも多いですが、2匹の息が合うとめでたくカップル誕生です。



メスは水草の間に隠すように卵を一つずつ産み付けます。3週間もたつとイモリは幼生まで発生し、透明なゼリー状の膜から外に出てきます。



イモリの幼生

イモリの幼生は顔の両側に細長い突起状のエラをもっていて、魚のように水中でも呼吸をすることができます (上の写真参照)。最初に前肢がはえ、後肢は遅れて作られます。幼生は水中をはい回りながら小さなイトミミズなどを食べて成長していきます。エラが吸収され肺ができると、イモリの体は幼生から成体になり、上陸を果たします。

イモリも昆虫も観察すると案外面白いと思います。生き物が元気に成長するこの季節、水辺の動物を見ながら川沿いを散歩してはいかがでしょうか。