

令和4(2022)年

11月1日

第258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
田無公民館 南町5-6-11 ☎042-461-1170
芝久保公民館 芝久保町5-4-48 ☎042-461-9825

kouminkan@city.nishitokyo.lg.jp
tana-kou@city.nishitokyo.lg.jp
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 防災講座 避難所運営ノウハウをみんなで共有しよう

～自分の命は自分で守り、助けられる人から助ける人に～

災害時、避難所運営で率先して「行動する」ためには？ 地域課題解決のためにもみなさんで学び合ひましょう。

時 11月12日・19日・26日 土曜日 14時～16時 全3回 ※19日のみの参加も可

場 田無公民館(11月12日・26日)
上向台小学校体育館(11月19日)

対 市内在住・在勤・在学者

定 25人 ※11月19日は40人

講 岩永正雄((一財)防災教育推進協会理事)

持 筆記用具・飲み物

申 11月8日(火)までに電話かメールで田無公民館へ



芝久保 防災講座 おうち防災のススメ

災害時、慣れ親しんだ自宅で過ごせるようにするには、どんな備えが必要でしょうか？ 一人では分かりにくいことも、みんなで確認してみませんか？

時 11月12日(土) 14時～16時

場・対 芝久保公民館・市内在住、在勤、在学者

定 24人(申込多数の場合抽選)

講 あんどうりす(アウトドア防災ガイド、FM西東京パーソナリティ)

持 災害時にトイレに代用できそうなもの(任意)

※ 災害用トイレの実験をします。市販の災害用トイレやポリ袋とペットシートなど、災害時にトイレに代用できそうなものを持ち寄りましょう(実験参加は任意です)。

申 11月10日(木)までに電話かメールで芝久保公民館へ

谷戸 子ども向け防災講座

中学生が企画！ 小学生向け防災教室 たのしく防災を学ぼう！

～おうちのトイレ編～ 第2弾

中学生が中心になって考えた防災講座です。実験や体験を通して、楽しく防災について学ぼう！

時 11月26日(土) 10時～12時

場・対 谷戸公民館・市内在住、在学の小学生

定 15人(申込多数の場合抽選)

内 災害時に1番困るトイレについて実験。避難所のパーティション、段ボールベッドの組み立て体験など。

講 小野修平(ジョージ防災研究所代表)

申 11月11日(金)17時までに電話かメールで谷戸公民館へ

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(ふりがな)・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。

ひばりが丘 教養講座・公開上映会

ドキュメンタリー映画作家佐藤真を知る 第4回「我が家の出産日記」 (テレビ東京「ドキュメンタリー人間劇場」/1994年/46分)

日常を撮ることにこだわった佐藤真監督が自身の家庭にカメラを向けたテレビ版セルフドキュメンタリー。

時 11月13日(日) 14時～16時

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 15人(申込多数の場合抽選)

講 畠山容平(映画監督)

申 11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



佐藤監督と長女 (写真提供・神谷丹路)

芝久保 子育て中の女性のための講座

10年後の私、きらめいて～凛としてより自分らしく～ 保育付き

自分の価値感を見つけ、仕事も生活も楽しく…。自分を磨いて10年後、あなたの魅力で花を咲かせましょう！

時 11月22日～1月31日 火曜日 10時～11時 45分 全10回 ※保育説明会 11月18日(金)

場 芝久保公民館

対 市内在住の子育て中の女性

定 15人(申込多数の場合抽選)

内 もしかしてワンオペ？ / アンコンシャス・バイアスに気づこう / 素敵な自分に気づこう / 楽しくワーク・ライフ・バランスを考えよう / パパもみんなでコミュニケーション / 10年後のキャリアデザインを描こう ほか

講 松岡 年(NPO法人ウィメンズ・サポート・オフィス連理事)、油井文江((一社)日本ダイバーシティ・マネジメント推進機構専務理事)、石川文子(NPO法人子ども家庭リソースセンター所属)、浜田有里恵((株)キャリア・ママcoco プレイスインキュベーションマネジャー)、嶋津直之(パパ育コミュ代表)、堤 香苗((株)キャリア・ママ代表取締役)

¥ 300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 11月14日(月)12時までに電話かメールで芝久保公民館へ



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。
- 同時期に複数の保育を利用することはできません。
- 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。
- 保育説明会には必ず参加してください。

柳沢 学齢期の子どもがいる人のための講座

子どもたちのココロとからだを育む《性と生》親子のおはなし

排せつ学や日常の暮らしの中での捉え方から、性教育の在り方を一緒に学んでみませんか。

時 11月10日・24日、12月1日・8日 木曜日 10時～12時 全4回

場・対 柳沢公民館・市内在住、在勤で5歳位から小学生の子どもを持つ保護者

定 20人(申込多数の場合抽選)

内 コミュニケーションの本質と親として伝える性教育とはなにか / ものごとの捉え方から考える“性教育”の親子の在り方 など

講 諸井更絵子(kucca代表取締役、排泄講師)

申 11月4日(金)12時までに電話か市HP(申込フォーム)で柳沢公民館へ

ひばりが丘 高齢者の課題を考える講座

このまちでともに暮らそう

～いくつになっても、認知症になっても～

いつ誰がなっても不思議のない認知症。住み慣れたまちで安心して老いることのできる暮らしをイメージし、地域の事例や声かけのコツを体験的に学び、支援する・される場面で役立てましょう。

時 11月22日・29日、12月6日 火曜日 14時～16時 全3回

場・対 ひばりが丘公民館・市内在住、在勤、在学者 定 15人(申込順)

講 永田久美子(認知症介護研究・研修東京センター研究部長)、山崎 巖(演出家)ほか

申 11月7日(月)10時から電話かメールでひばりが丘公民館へ

谷戸 インクルーシブな社会をめざす講座

ボッチャでなかまづくり

時 11月19日・26日、12月3日・11日(日)・17日 土曜日 14時～16時 全5回

※12月11日のみ日曜日 9時半～11時半

場 谷戸公民館 ※12月11日(日)は南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」第1体育室

対 市内在住・在勤・在学者

定 16人(申込多数の場合抽選)

講 渡辺文子(西東京市スポーツ推進委員)

持 上履き・水筒・タオル・運動ができる服装

申 11月11日(金)17時までに電話かメールで谷戸公民館へ

芝久保 暮らしに役立つ実学講座

食品ロス削減に取り組もう

本来食べられるのに捨ててしまう食品を減らすためにできることを考えましょう。

時 12月9日(金) 10時～12時

場・対 芝久保公民館・市内在住、在勤、在学者

定 14人(申込順)

講 野々村真希(東京農業大学食料環境経済学科助教)、市ごみ減量推進課職員、市環境保全課職員

申 11月7日(月)10時から電話で芝久保公民館へ ※野々村真希講師はオンラインでの講義

時とき 場ところ 対象 定員 内容 講師 費用等 保育 持ち物 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。



みつけて あなたの〇〇

コロナ禍で2回目の開催。今年は、ロビー展示とワークショップも行います。みんながみつけたもの(こと)を言葉にして、メッセージツリーもつくりま。『あなたの〇〇』を探しに、ぜひ、お越しください。

展示 視聴覚室 【同時入室可能人数】50人

11月12日(土) 10:00~17:00
11月13日(日) 10:00~16:00
★入場制限を行う場合があります。

〈団体・サークル〉

茨木のり子の家を残したい会(パネル展) / 絵付研究会・虹遊会・サークル炎々・陶工工房・陶友会・柳沢ラビッツ・釉の会(陶芸) / 木彫りの会(木工) / 写経と書の会(書道) / 図工の時間(絵本、イラスト) / 染織の会(染色) / 南部地域協力ネットワーク(活動紹介) / パーバル(活動紹介) / フォト光彩ほうや(写真) / ぺれのいと(糸つむぎ・染色)

〈公民館主催事業〉

くるみ学級(障がい者学級) / 子育て中の外国人女性のための日本語講座 / 地域防災講座・BOSA | カフェ

ワークショップ 第1会議室、第2会議室

11月12日(土)
10:00~12:00 ヤギフェス vol.11 実行委員会
バルーンアート、やぎっちぬりえ
13:00~16:00
BOSA | カフェ (柳沢公民館主催事業)

11月13日(日)
①10:00~ ②11:30~ 茨木のり子の家を残したい会
詩を読んで絵にしてみよう!
対象:高校生まで 定員:各回14人(先着順)
13:30~15:30 ぺれのいと
かんたんな織り物体験 対象:小学生以上
13:00~16:00 非核・平和をすすめる西東京市民の会
動画上映「ICAN川崎哲さん講演“核兵器廃絶に向けて私たちができること”」ほか

ステージ発表 視聴覚室

11月19日(土) 13:30~17:00
11月20日(日) 10:30~16:45
★事前申込制(申込順)です。定員に達していない場合は、申し込んでなくてもご覧いただけます。
★時間は変更になることがあります。

11月19日(土)
①第1部 13:30~14:30 【定員】28人
柳沢修声会(謡・仕舞)
水玉(歌)
②第2部 14:45~15:45 【定員】25人
保谷ハーモニカアカデミー(ハーモニカ合奏)
The Middle Age(バンド)
③第3部 16:00~17:00 【定員】18人
すみれコーラス(女声合唱)
碧山OG吹奏楽部(吹奏楽)

11月20日(日)
④第1部 10:30~11:35 【定員】28人
〈幼児と保護者対象〉
わくわくMaMa(人形劇)
大道芸人あおち(大道芸)
⑤第2部 13:00~14:00 【定員】25人
リコ レファ(フラダンス)
茨木のり子の家を残したい会(朗読、合唱)
⑥第3部 14:15~15:30 【定員】20人
中学生・高校生対象講座
「K-POPをカッコよく踊ろう!」(ダンス)
チームやぎさわ(朗読劇)
マラハアベリーダンス(ベリーダンス)
⑦第4部 15:45~16:45 【定員】30人
大道芸人あおち(大道芸)
アクションユニット戦's(活劇)

申し込み方法

部ごとに申し込みを受け付けます。(入れ替え制)
対市内在住・在勤・在学者
申11月4日(金) 14時から電話で柳沢公民館へ

ロビー展示

11月8日(火) 9:00~11月20日(日) 17:00
ヤギフェスのあゆみ、今年の紹介、参加団体の作品等の展示
主催 ヤギフェスvol.11実行委員会・柳沢公民館

女性のための講座・公開講座

男女格差世界ランキング 116位の日本 ~男性優位の社会通念を変えるには~

男女格差を数値化したランキングが、なぜ日本はこんなに低いのか。政治、経済、教育などの歴史をひもときながら、女性の人権について考えてみましょう。

時 11月15日(火)10時~11時45分
場 田無公民館
対 市内在住・在勤・在学者優先
定 28人(申込順)
講 江刺昭子(ノンフィクション作家)
申 11月2日(水)10時から電話かメールで田無公民館へ

谷戸 第35回谷戸まつり 実行委員会参加団体募集

来年度の谷戸まつりは4月29日(土)・30日(日)に開催します。参加を希望する団体は、実行委員会にご参加ください。新しい谷戸まつりを目指し一緒に力を合わせて作りあげませんか?個人参加もできます。企画・運営スタッフも募集しています。

時 第1回12月3日(土) 10時~
場 谷戸公民館
※谷戸まつりは公民館利用団体や地域住民で構成される実行委員会によって運営される地域のおまつりです。

11月は、田無公民館 サークル見学月間です

iPad・スマホの学習、囲碁、写真、俳句、短歌、太極拳、演劇、英会話、韓国語、フランス語、フラダンス、キッズダンス、女声コーラス、女性ボイストレーニング、朗読ボランティア、国際理解、編み物、ウクレレ、民謡、マジック、話し方、カラオケ、ストレッチ、絵本作り、トレーディングカードゲームなど。
※見学可能日時詳細は市HPまたは田無公民館のチラシ参照
申 見学2日前までに電話で見学団体へ

木曜活動サークル 一日ロビー見学体験会

時 11月10日(木)
内 13時...健康体操・田無トリム / 14時...国際理解サラダボールの会
場 田無公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 1団体の見学体験9人(申込順)
申 11月1日(火)10時から電話か窓口で田無公民館へ

公民館運営審議会

傍聴をご希望の方は、事前に申し込んでください。
時 11月16日(水)18時半~
場 柳沢公民館
内 事業計画・報告について ほか
申 電話で柳沢公民館へ

今月のおたのしみ川柳は休載いたします。

市民企画事業 / 事業案内

教えて、まりりん! アドラーから学ぶコミュニケーション

ピーチ

アドラー心理学に基づくコミュニケーション能力アップの方法と一緒に学びませんか?人間関係のお悩みにまりりんがズバットお答えします。

時 11月19日・26日 土曜日
14時~16時 全2回
場 ひばりが丘公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 41人(申込順)
内 ①人間関係の基本、聞き方伝え方
②人間関係の軸、自分を尊重する
講 辻川牧子(アドラーカウンセラー、ELM勇気づけトレーナー)
申 11月2日(水)13時から電話で下記へ

サークルから	催し物案内
--------	--------------

第22回西東京市平和美術展
平和美術展
11月1日(火)~6日(日) / 10時~16時(初日11時から最終日15時まで) / 柳沢公民館 /

1月1日号の原稿締め切りは、11月18日(金)です。

ムービールーム柳沢 「ツーリスト」

監督: フロリアン・ヘンケル・フォン・ドナースマルク
出演: アンジェリーナ・ジョリー ジョニー・デップ ほか
アメリカ人旅行者が旅先で謎の美女と運命的な出会いを果たすが、徐々に危険な陰謀に巻き込まれていく。
時 11月9日(水)14時~
場 柳沢公民館
対 市内在住・在勤・在学者
定 49人(申込順)
申 11月2日(水)9時から電話で柳沢公民館へ
※座席と入場時間は指定。原則としてご本人のみの受付となります。

お詫びと訂正
公民館だより第257号(令和4年10月1日発行)の3面「わが街をもっと知りたくて 市内ちよこつと駅さんぽ③~ひばりヶ丘駅編~」の地図の一部に誤りがありました。次のとおり訂正するとともに、お詫びいたします。
(正)住友重機械工業
(誤)住友重金属工業

芝久保 平和を考える講座 この町にも戦争があった ~戦跡フィールドワーク~

私たちが住む西東京市にあった戦争の歴史を知っていますか?実際にその場所を訪ね、平和の大切さを考えましょう。親子参加可。
時 12月11日(日)
10時~12時15分 ※小雨決行
場 芝久保公民館(出発)~総持寺(解散)
対 小学4年生以上の市内在住・在勤・在学者
定 20人(申込順)
内 戦争と平和のお話とフィールドワーク
講 牛田守彦(武蔵野の空襲と戦争遺跡を記録する会代表、武蔵野市非核都市宣言平和事業実行委員会委員)
申 11月4日(金)10時から電話かメールで芝久保公民館へ

柳沢 教養講座 おもしろい腸の話

ご好評につき20名を追加募集!
時 11月10日(木) 14時~
申 11月2日(水) 14時から電話で柳沢公民館へ(申込順)
※講座の詳細については「公民館だより10月号」を参照。