

令和5(2023)年

8月1日

第267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

柳沢

BOSAI カフェ

この頃、各地で起きている地震。記録的な豪雨。被災した時、不安なこと、心配なことは何ですか? どんな備えをすればよいのでしょうか…。災害のこと、みんなでおしゃべりしながら、考えてみませんか? おひとりで、ご家族・親子でどうぞ。

時 8月19日(土) 14時~16時

場 柳沢公民館

対 市内在住・在勤・在学者

内 暗闇体験/災害用トイレの実験/ハザードマップを見てみよう/発災後6時間に何が起きる? カードゲームで考えよう ほか
※当日、直接会場へお越しください。
※平成30~令和4年度柳沢公民館主催地域防災講座参加者有志が企画・運営します。



谷戸

高校生が考えた親に教えたい講座

スマホから始まる親子関係

オンライン受講可能

市内在住の高校2年生が「親子の仲を深める方法」と「スマホから始まる親子関係」のプレゼンテーションを行います。親・子世代の参加者とコメントーターとのディスカッションで相互理解を深めます。

時 8月15日(火) 14時~16時

場 谷戸公民館

対 市内在住・在勤・在学者優先

定 会場受講40人、オンライン受講30人(申込多数の場合は抽選)

講 市内在住の高校2年生の皆さん、コメントーター: 諸富祥彦(明治大学教授・教育心理学)

持 上履き

申 8月9日(水) 17時までに申込みフォームで谷戸公民館へ。事前アンケートあり。

谷戸

コンサート

8.6 若い世代の平和コンサート 歌で想うアメリカ日系人の歩みとわたしたちの未来

移民として戦時下の収容所生活といった苦難を乗り越えたアメリカ日系人の音楽から、「日本人とは何か」を考え、未来の世代にとっての平和や共生の意味を音大生のコンサートで表現します。

時 8月6日(日) 14時~16時

場 谷戸公民館

対 市内在住・在勤・在学者優先

定 45人(申込多数の場合抽選)

講 レクチャー: 早稲田みな子(国立音楽大学教授)、歌と演奏: 江浦絵理花、中條奏美、谷口夏花(国立音楽大学の皆さん)

内 ①太平洋戦争下のアメリカ日系人の物語
②日系人にとっての日本とアメリカ『ホレホレ節』『たんぽぽ音頭』ほか
③日本人にとっての平和の音楽『花は咲く』『長崎の鐘』『友だちはいいもんだ』ほか

持 上履き

申 8月2日(水) 17時までに電話・メール・申込みフォームで谷戸公民館へ

ひばりが丘

教養講座

韓国文学を入りに学ぶ やさしい近現代史入門

多彩な作品が日本語訳され話題になっている韓国文学を手がかりに、その背景にある歴史と社会の変遷を学びます。韓国カルチャーの深層にあるものが見えてきます。

時 8月27日・9月24日・10月29日・11月19日
日曜日 14時~16時 全4回

※11月19日は公開講座。一般参加者を公民館だより11月号で募集します。

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 20人(申込多数の場合は抽選)

講 神谷丹路(翻訳者、日韓現代史研究)、11月19日のみ斎藤真理子(翻訳者、ライター)

申 8月16日(水)までに電話かメールでひばりが丘公民館へ

ひばりが丘

高齢者の課題を考える講座

老いの不安を生きる希望へ 認知症へのあたらしいアプローチ

いつ誰がなっても不思議のない認知症。いくつになっても、いつまでも、自分らしく。住み慣れたまちで最後まで安心して暮らすためのキーワードは「希望」です。最新の法律や実践例から学びます。

時 9月1日・8日・15日・22日 金曜日

14時~16時 全4回

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 16人(申込順)

内 ①最新事例で思い込みをアップデート②希望をかなえるヘルプカード講習会③地域の取組みを知ろう④ロールプレイで声かけ模擬体験

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 8月7日(月)10時から電話かメールでひばりが丘公民館へ



芝久保

暮らしに役立つ実学講座

スマホの安全な使い方教えます

スマホデビューはしたけれど、使い方がわからないあなた、初歩の初歩を一緒に学びませんか? 災害時に必要な情報の集め方も紹介します。

時 9月7日・14日・21日・28日 木曜日

10時~11時半 全4回

場 芝久保公民館

対 市内在住・在勤・在学者でスマートフォン初心者
※対象機種はAndroid及びiPhone

定 12人(先着順)

内 スマホの基本操作/Wi-Fiの接続方法/QRコードで西東京市のホームページにアクセス/防災アプリでハザードマップをチェック ほか
講 梅原昭彦(NPO法人セプロス代表・シニア情報生活アドバイザー)

持 スマートフォン

申 8月2日(水) 10時から電話で芝久保公民館へ



ひばりが丘

親子体験講座

激レアボードゲーム 「カロム」で遊ぼう

滋賀県彦根市に伝わる人気ゲーム「カロム」。ルールは簡単、親子や子ども同士で対戦して盛り上がり。子どもから大人までみんな夢中になること請け合いです。

時 8月5日(土) 14時~16時

場 ひばりが丘公民館

対 市内在住の親子・子どもだけの参加も可能

講 四畑吉規(CFCカロムファンクラブ代表)、柿沼靖(CFCカロムファンクラブ理事)

定 親子20組(申込順)

申 電話か申込フォームでひばりが丘公民館へ



ひばりが丘

親子体験講座

身近なもので染めてみよう

身近な材料を使って家庭のキッチンでもできる染めものを体験します。まちのお店からもらったコーヒーかすや玉ねぎの皮などで布に模様をつけ、あなただけの一枚を作りましょう。

時 8月8日(火) 10時~12時

場 ひばりが丘公民館

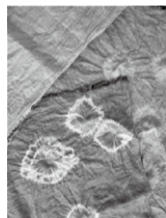
対 市内在住・在学の小学生とその保護者

定 親子6組(申込順)

講 浦野政子(西原自然公園を育成する会代表)

持 汚れてもいい服装と靴、バスタオル1枚かフェイスタオル3枚、手ふき用タオル、作品持ち帰り用ビニール袋

申 8月2日(水)10時から電話でひばりが丘公民館へ



柳沢

サークル公開講座・共催事業

藍のたたき染めに挑戦!

子ども対象
親子対象

藍の生葉をたたいて布を染める「たたき染め」。葉の形に染まります。プランターで育てた藍の葉を摘むことから始めましょう。

時 8月20日(日)①子ども対象: 13時~14時半
②親子対象: 15時~16時半

場 柳沢公民館

対 ①子ども対象: 市内在住の小学4年生~中学生②親子対象: 市内在住の小学1~3年生と保護者

定 ①12人②8組(申込多数の場合は抽選)

指導 べれのいと

¥ ①350円②大人350円、子ども250円(材料費)

申 8月7日(月) 17時までに電話かメールで柳沢公民館へ

※「べれのいと」との共催



電話での講座申し込みは、平日9時~17時をお願いします。

【メール受付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)

保谷駅前 **趣味講座**
**保谷駅前
バンドをやる準備会**

保谷駅前公民館にはバンドの練習に便利な第4学習室、発表ができる集会室があります。すでにバンドをやっている人、これからバンドをやりたい人、弾き語りや楽器の演奏が好きな人を募集！1～3月にライブを企画しましょう！

時 8月25日(金) 19時半～21時
場 保谷駅前公民館
対 市内在住・在勤・在学者優先
定 20人、団体8組(申込順)
申 8月3日(木) 9時から電話か申込フォームで保谷駅前公民館へ

谷戸
**涼しい公民館で充実した夏休みを！
勉強ウィーク**

夏休みの1週間、谷戸公民館の一室を学習室として開放します。自由研究から補習まで、高校生・大学生ボランティアがサポートします。涼しい公民館で一緒に勉強して、学習習慣を身につけましょう。

時 8月9日(水)～15日(火) 毎日9時～16時まで、12時15分～経験談コーナーあり。
場 谷戸公民館
対 市内在住・在学の小学生から高校生(親子参加可)
定 24人※途中入退室可
申 期間中毎日先着順で受け付けます。



インクルーシブな社会をめざす講座
谷戸
**みんなのポッチャ大会
準備会のお知らせ
実行委員を募集します**

12月10日(日)にみんなのポッチャ大会を予定。地域のポッチャ好きが、ポッチャを楽しみ、親睦を深めながら、企画・運営する大会をめざします。一緒につくり上げてみませんか。

時 9月3日(日)14時～16時
場 谷戸公民館
対 ポッチャ経験のある市内在住・在勤者
申 8月25日(金)17時までに電話かメールで谷戸公民館へ

柳沢
**ムービールーム柳沢
スタンド・バイ・ミー**

(1987年/アメリカ/1時間29分)

監督：ロブ・ライナー

出演：ウィル・ウィートン

リバー・フェニックスほか

青春映画の大傑作。少年4人のひと夏の大冒険。

時 8月9日(水) 14時～

場 柳沢公民館

対 市内在住・在勤・在学者

定 50人(申込順)

申 8月2日(水) 9時から電話で柳沢公民館へ

※混雑緩和のため、入場時間を指定します。原則として1人で複数の申し込みはできません。

利用者懇談会のお知らせ

利用者みなさんと一緒に、次年度の公民館主催事業やよりよい公民館の運営について考える利用者懇談会を開催します。

◆利用者懇談会日程

館名	日時
芝久保	9月 2日(土)9時半～
ひばりが丘	9月 9日(土)10時～
田無	9月 9日(土)13時半～
保谷駅前	9月16日(土)14時～
柳沢	9月30日(土)10時～
谷戸	10月 7日(土)14時～

9月から改修工事を行います

空調と照明設備の更新工事を10月から1月にかけて、谷戸、芝久保、ひばりが丘、柳沢、保谷駅前の順で実施します。そのため期間中は、部屋の抽選申込や予約ができない場合がございます。

また、ひばりが丘公民館のトイレ改修は、9月から始まります。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。工事日程等は、後日市ホームページに掲載します。

市民企画事業／事業案内

**さがそう！夏の生きもの
(夏休み親子自然観察会)**

西東京 自然を見つめる会

親子で公園を探検し、昆虫などに手を触れ、夏の思い出にしよう。

時 8月26日(土)9時半～12時(雨天の場合は翌日)

場 西東京いこいの森公園

※パークセンター集合

対 小学6年生までの子どもとその保護者

※原則として1組3人まで

定 30人(申込順)

講 東浜敬輔(パークレンジャー)

持 水筒・捕虫網・虫かご

※長そで・長ズボン・帽子着用のこと

申 8月7日(月)10時から電話で下記へ

サークルから 催し物案内

**アウシュビッツの映画『灰の記憶』
市民自治戸端会議**

8月5日(土) / 14時(13時半開場) / 柳沢公民館 /

公開合唱講座

田無混声合唱団

8月25日(金) / 19時～21時 / 柳沢公民館 /

サークルから 会員募集

紀風会(吟道館流詩吟)

第1・3金曜日、第2・4土曜日 / 10時～12時 / ひばりが丘公民館ほか / 月額2,000円 /

西東京スクエアダンスクラブ ハートランド

月4回火曜日 / 9時半～11時半 / 緑町コミュニティセンター / 月額1,000円 /

混声合唱団コールフロイデ

毎週木曜日 / 19～21時 / 柳沢公民館 / 入会金1,000円・月額3,000円 /

芝久保トリム(健康体操)

月4回火曜日(祝日は休み) / 10時半～12時15分 / 芝久保コミュニティセンター / 入会金1,000円・月額1,000円 /

住吉英会話サークル

月4回水曜日 / 14時～16時 / 住吉会館(ルピナス)ほか / 入会金3,000円・月額3,500円 /

グループ群彩

月4回月曜日 / 10時～12時 / 柳沢公民館ほか / 入会金1,000円・月額2,000円 /

語りの会「遊」

月3回月曜日または火曜日 / 13時半～16時 / 柳沢公民館ほか / 月額3,000円 /

※金額の記載がないものは無料です。

10月1日号の原稿締め切りは、8月18日(金)です。

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 8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

おたのしみ川柳

今月のお題「夜更かし」

- ① 世界では明けてと願う夜もある
 - ② Y O A S O B I と聴いてるうらに夜は更けて
 - ③ 一行で眠るつもりが朝になる
- あげと
うめは
石井一郎

氏名・ペンネーム・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。
10月号テーマ「細く長く」
 (「細く長く」の文字を入れなくても構いません)

締切 8月25日(金)

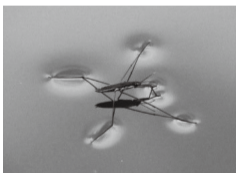
寸評

①世界のどこかが常に夜。平和を望みます②それはY O F U K A S H I ③睡眠導入にされた本の逆襲。夏や試験直前を詠んだ句。多様なご投稿に感謝します。

ミニ紙面講座⑩ アメンボは水に浮かぶし空も飛ぶ！

水の上をスイスイ移動するアメンボは、どうして沈まないのでしょうか。よく見ると、長い四本の脚を使って水面に浮いています。

脚が接する水面はへこんでいますが、脚が水の中に沈むことはありません。そ



水面に浮かぶアメンボ

の秘密は脚先にあります。体を支えている脚先を拡大して見ると、細かな毛で覆われていることがわかります。この毛に脚先から分泌される油がついて、水をはじくため、表面張力で水面に浮くことができるのです。水がきれいな川や池であれば問題ないのですが、洗剤が流れ込むような場所では油の力が及ばず、アメンボはおぼれてしまいます。自然の水を汚してしまうと、アメンボが見られなくなってしまうので気をつけなくてはなりません。

アメンボの脚先をもう一度詳しく見てみましょう。先端に長い毛とツメがあることがわかります。長い毛は感覚毛と呼ばれ、水面の振動を感

知するのに使われます。アメンボはこの感覚毛で水面に落ちた虫を見つけ出し、ツメで捕獲し、針のような口で体液を吸い取ります。

アメンボにとって、脚先の構造が重要な役割を果たしていることがわかりますね。



脚先のツメと毛

ところで川とつながっていない池や水たまりでもアメンボを見かけられているのでしょうか。地上を歩くわけではありません。実はアメンボはカメムシの仲間、背中に翅をもっています。この翅で離れた池まで飛んで行くことができるのです。まるで空から水面に着水する水上飛行機のようなですね。カメムシの仲間なのでアメンボは腹側に臭腺しゅうせんを持っていて、そこから甘い匂いを出します。アメンボという名前は、「あめのような匂いを出す棒状の虫」に由来するともいわれています。この匂いは、仲間の集合やラブコールに使われているようです。

動物案内人(ひばりが丘在住)