



あきしま — であい・ふれあい・学びあい —

公民館だより

No.190

編集・発行
昭島市公民館

昭島市つつじが丘3-7-7
042-544-1407・546-1711(代表) (火曜日休館)

2019.2.1号
(偶数月1日発行)

「講座のご案内」

公民館では、生涯学習に関するさまざまな講座を開催しています。皆さんのご参加をお待ちしています。

教育文化セミナー

思春期、どうすればいい? 大人への入り口に立つ子ども

思春期のこころの特性や、子どもたちが抱えやすい悩み・こころの不調と関わりのポイントについて学びます

- ◇日時 2/28, 3/7・14・28の午前10時～正午
(いずれも木曜日/全4回)
- ◇場所 公民館3階学習会議室
- ◇対象 市内在住・在勤・在学の方
- ◇講師 小泉久子さん(精神保健福祉士)
- ◇定員 20人(申込順) ◇参加費 無料
- ◇保育 1歳以上の未就学児10人(申込順) 2月21日(木)の午前10時から行う保育打ち合わせに参加を(保育希望者は2月15日(金)までに要申込)
- ◇申込 2月6日(水)から公民館へ

男女共同参画セミナー

自分らしく生きる ～多様性社会で大切なこと～

2020年間近の多様性社会の中で、どのようにしたら自分らしくいられるのか、ワークショップなどを交えて考えていきます

- ◇日時 3/1・8・15の午後2時～4時
(いずれも金曜日/全3回)
- ◇場所 公民館3階学習会議室
- ◇対象 市内在住・在勤・在学の方
- ◇講師 伊藤加奈子さん(合同会社マムズウェイ代表)
- ◇定員 20人(申込順) ◇参加費 無料
- ◇保育 1歳以上の未就学児10人(申込順) 2月22日(金)の午後2時から行う保育打ち合わせに参加を(保育希望者は2月18日(月)までに要申込)
- ◇申込 2月6日(水)から公民館へ



地域課題講座

しのびよる外来生物 ～守ろう在来種～

在来生物の生態系に深刻な影響を与えている外来生物の問題点や特徴、駆除方法などを学び、環境保全について考えます

- ◇日時 3/2・9・16・23の午後2時～4時
(いずれも土曜日/全4回)
- ◇場所 福島会館
- ◇対象 市内在住・在勤・在学の方
- ◇講師 星野義延さん(東京農工大学教授)ほか
- ◇定員 30人(申込順) ◇参加費 無料
- ◇申込 2月6日(水)から公民館へ

趣味教養講座

似顔絵を描いてみよう

似顔絵を描くコツを学びます。初めての人も大丈夫です。大人から子どもまで参加出来ます



- ◇日時 3/27(水)・28(木)の午後2時～4時
- ◇場所 拝島会館
- ◇対象 市内在住・在勤・在学の小学3年生以上の方
- ◇講師 溝口隆文さん(日本似顔絵師協会会員)
- ◇定員 25人(申込順) ◇参加費 600円
- ◇保育 1歳以上の未就学児6人(申込順) 3月20日(水)の午後2時から拝島会館で行う保育打ち合わせに参加を(保育希望者は3月13日(水)までに要申込)
- ◇持ち物 筆記用具(別途お知らせします)
- ◇申込 2月20日(水)から公民館へ

※内容が変更になる場合があります。公民館以外の市立会館で行う講座もありますので、お間違えのないようにご参加ください。

市民大学フォーラム公開講座

健やかに生活するために私たちのできること
 ～知識を深め、実践しよう～

| 日 時 | 内 容 | |
|-------------|------------|----------------------------|
| 3.21 (祝) | 午後1時30分～4時 | 急速に進んでいる高齢化の状況と社会制度の対応 |
| 3.23 (土) | | 健康維持に必要な基礎知識と日常生活 |
| 3.30 (土) | | 高齢者を支える昭島市の取り組み |
| 3.31 (日) | | パネルディスカッション (問題提起と意見交換) |

昭島市民大学フォーラムの会員が調べたことを発表し、パネルディスカッションで問題提起と意見を交換して、日常生活に生かすことを目指します。

- ◆場所 公民館3階学習会議室
- ◆対象 市内在住・在勤・在学の方
- ◆講師 昭島市民大学フォーラム会員
- ◆定員 50人(申込順) ◆参加費 無料
- ◆企画・運営 昭島市民大学フォーラム(草の根シンクタンク)
- ◆申込 2月20日(水)から公民館へ

春休み親子教室

～グラスサンドアートにチャレンジ!～

小さなコップに砂を敷き詰め、季節感のある飾りを置くグラスサンドアートを作ってみませんか。

- ◆日時 3月30日(土)の午前10時～正午
- ◆場所 公民館1階小ホール
- ◆対象 市内在住・在学の小学生と保護者
- ◆講師 茂木香純子さん(グラスサンドアート講師)
- ◆定員 24家族(申込順)
- ◆参加費 500円(小学生1名あたり)
- ◆申込 3月6日(水)から公民館へ



パラリンピック競技体験事業

障害者スポーツの世界を知ろう!
 ～ゴールボール編～

障害者スポーツの世界について、パラリンピック競技の正式種目であるゴールボールの体験を交えながら学びます。

- ◆日時 3月17日(日)の午後2時～4時30分
- ◆場所 公民館1階小ホール
- ◆対象 市内在住・在勤・在学の方
 ※障害の有無は問いません。介助が必要な方は保護者または介助者が同伴のうえご参加ください。
- ◆講師 増田徹さん(多摩障害者スポーツセンタースポーツ支援課長)ほか
- ◆定員 25人(申込順) ◆参加費 無料
- ◆持ち物 飲み物 ◆申込 2月20日(水)から公民館へ
 ※動きやすい服装でご参加ください。

ゴールボールは、1チーム3人で対戦します。鈴の入ったボールを相手のゴール目がけて転がすように投球し、得点を競い合います。視覚障害者対象の競技で、視力の程度に関わらず光の入らないゴーグルを着用します。



※詳細は市のホームページ、公民館内のポスター、チラシをご覧ください。

- ◆展示発表 3月9日(土) 10日(日) 公民館1階展示室および3階学習会議室
- ◆舞台発表 3月10日(日) 公民館1階小ホール
- ◆開演 午前11時30分
- ◆開演 正午

第33回シニアグループ
 合同発表会

昭島市内で活動しているシニアグループ(概ね60歳以上の方で構成)が展示・舞台発表を行います。

人口減少は悪いことですか？

文部科学省の諮問委員会である中央教育審議会が昨年...



例えば、高福祉の福祉国家である北欧の国々は、人口が少な...

このような北欧の国々の様子を見ると、人口が少なくても国は成り立ち、生活の様子も悪くはないというこ...

そう思うと、人口が少なくなることは悪いことかと思...

公民館運営審議会委員 大串 隆吉

公民館運営審議会 活動報告

公民館運営審議会は毎月1回午後7時から開催して...

◆11月14日(水)

東京都公民館連絡協議会 委員会担当委員より、2月3日に行われる公民館研究大会の委員会担当分科会について説明が...

◆12月14日(金)

東京都公民館連絡協議会 委員会担当委員より今後...

公民館利用者連絡会 けいじばん

利用者懇談会 *公民館利用者懇談会は、2月2日(土)午後に行います...

公民館まつり

*2月23日(土)と24日(日)です。

*利用者懇談会の学習会は、2月23日(土)の公民館まつりのオープニングに合わせて、公民館と共催いたします

学習会 「今、改めて公民館の役割とは何か」 講師 長澤成次さん(千葉大学名誉教授)

*24日(日)は、公民館の小ホールやギャラリー、各部屋で、楽器演奏・手芸・展示・学習などの企画を楽しめます。

*詳細は公民館内のポスター、チラシをご覧ください

*公民館へのご参加を！

なお、まだ公民館利用者連絡会に参加されていない団体やサークルをご存知でしたら参加方を呼び掛けていただければ幸いです

(代表・山崎)

ノートパソコンを貸し出します

公民館では、学習や発表活動などにお使いいただくために、公民館登録団体(会社や個人は不可)にノートパソコンの貸し出しを行います

◆貸出・返却

公民館の窓口又は電話で申し込みをし、窓口でノートパソコンをお貸しします。貸出期間は予約した利用区分です

◆ソフト

表計算、文章作成、プレゼンテーションソフトが利用できます インターネットは利用できません

つっじが丘小学校6年生による学習発表会を行います

つっじが丘小学校の6年生が、今年度の授業の中で、地域・公民館をテーマに取り上げ、学習の一端として様々な交流事業を公民館と行いました

◆日時 2月28日(木)午後2時~3時

◆場所 公民館1階小ホール

**団体紹介コーナー(4)
朗読の会 ほんごうどう**

公民館活動団体にスポーツを当てた団体紹介コーナーです。第4回目は「朗読の会 ほんごうどう」を紹介します。

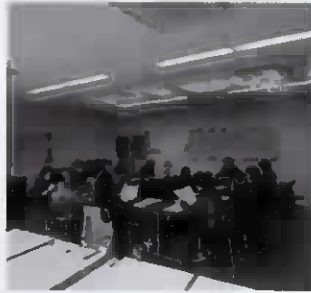
こちらの団体は平成28年度の公民館講座からグループ化し、平成29年5月に団体登録しました。毎月第二、第三月曜日の午前10時から正午まで活動を行っています。現在15名の会員の方がいます。

講座では、公民館登録団体である朗読の会きつつきが企画・運営をしていました。講師はその時と同じく沢田哲也先生です。面白い響きの名称「ほんごうどう」とは、落語の演目の一つ「孝行糖」から来ています。

声を出すにはストレッチや呼吸法が大切。何った際も前半は念入りな体操、全身運動の後発声練習を行っています。口を大きく開けるバタカラ体操や半音ずつ音階を上げていく運動など、普段息や声を意識しない生活をしている私でも取り入れたいものばかりです。

た ウォーミングアップを続けていくと自然に体が温まります。

後半は作品の朗読練習。神吉拓郎作「マルウ」を練習しています。2、3ヶ月で1作品読むそうです。沢田先生の分かりやすい指導のもと、12月からこの作品の朗読を練習しています。声を出す事は健康づくりにもつながり、仲間と一つの作品を読み込むことで連帯感も生まれるのではないのでしょうか。これからも頑張ってください。



このコーナーにご協力いただける団体を募集しています。掲載を希望する団体は名称、連絡先(氏名・電話番号)を公民館までお知らせください。担当より後日連絡いたします。公民館だよりにみなさんの活動をPRしてみませんか。

公民館利用申請受付開始日(抽選日)等のご案内

公民館

公民館登録団体の申込み

| 施設区分 | 利用月 | 受付期間 | 抽選日 | 確定期間 | 調整会議 | 随時申込み |
|--------|-----------|--------|------|---------|------|--|
| 小ホール | 2019年 7月分 | 2/1~10 | 2/11 | 2/11~20 | 2/23 | 予約システムでの申込み、変更、取消しは、利用日の7日前まで。その後は窓口で。 |
| | 2019年 8月分 | 3/1~10 | 3/11 | 3/11~20 | 3/23 | |
| 小ホール以外 | 2019年 5月分 | 2/1~10 | 2/11 | 2/11~20 | 2/23 | |
| | 2019年 6月分 | 3/1~10 | 3/11 | 3/11~20 | 3/23 | |

※公民館未登録団体の申込みについては、公民館までお問い合わせください。

抽選申込みの注意

- 公民館登録団体は公共施設予約システムで抽選申し込みができます。
- ★当選した団体は上の確定期間内にシステムで確定をしてください。(確定しないと予約が無効になりますのでご注意ください)。
- ★落選した団体は、随時申込みが始まる前に、「調整会議」で再度空いている会議室等の申し込みができます。2月、3月の調整会議は公民館第1会議室で午前10時から行います。
- ※登録団体以外の団体の予約方法についてはお問い合わせください。

| 公民館利用区分 | |
|---------|----------|
| 午前 | 午前9時~正午 |
| 午後1 | 午後1時~4時 |
| 午後2 | 午後4時~7時 |
| 夜間 | 午後7時~10時 |

展示室・陶芸窯・暗室・保育室の施設予約は、公民館登録団体が使用する場合、利用月の3ヶ月前の調整会議で申込みができます。調整会議後は公民館の窓口で利用日の2ヶ月前の月の初日から申込みができます。なお、保育室と暗室は会議室等が予約されている場合に限りません(単独での使用はできません)。