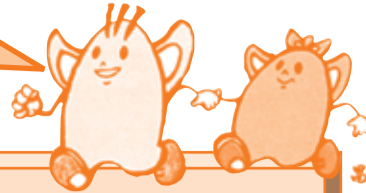


この秋、輝く自分に出会おう♪



東大和市

第265号 令和5年11月1日号(奇数月発行)
編集発行 東大和市立公民館

こうみんかんだより

- ◇中央公民館 ☎042-564-2451
中央3-926 FAX042-563-5934
- ◇南街公民館 ☎042-564-2771
南街5-32 FAX042-590-7010
- ◇狭山公民館 ☎042-565-2700
狭山3-1344-1 FAX042-565-2858
- ◇蔵敷公民館 ☎042-566-0551
蔵敷2-337 FAX042-566-0552
- ◇上北台公民館 ☎042-567-2691
上北台2-865-9 FAX042-567-3365

中央 第13回 オータムフェスティバル ～若者を中心とした音楽の祭典～

中央公民館にて、若者を中心に活動の成果を発表する場として、第13回オータムフェスティバルを開催します。

バンド、和太鼓や管楽器など様々なジャンルのグループが出演する盛り沢山のステージで、芸術の秋に相応しい内容となっています。

皆様お誘い合わせの上、ぜひ会場にお越しください。

日時 11/4(土) 午前10時30分～午後4時
11/5(日) 午前10時～午後3時15分

場所 中央公民館ホール

申込み 事前申込みは不要。当日、直接会場にお越しください。

来場者多数の場合は入場制限をする場合があります。



オータムフェスティバル
昨年の様子



オータムフェスティバル
昨年の様子

南街 主催講座から自主グループが誕生しました！ ご参加をお待ちしています！

公民館では市民の皆様の学習内容の多様化を図るため、主催講座を実施しています。その後、自主グループを立ち上げやすくするため、半年間の学習室の予約等の支援を行っています。

この度、南街公民館で主催した講座から、自主グループが誕生しました。どなたでも入会できますので、代表にご連絡の上ご参加ください。

☆ 保育付講座「漆を使った金継ぎとスプーン制作」から誕生

金継ぎ・漆塗り・木工作・DIY等の実習(金継ぎ+会) / 月2回木曜

日午前10時～正午(次

コース受付は1月。見学は随時) / 1回

1,500円+諸経費+材料費/余野さつき講師(日本工芸会準会員) / 代表 太田080-6568-5685(留守電)

☆ 「東大和は趣味・学習のデパート」から誕生

からだところを整えて健康寿命を延ばすヒントを一緒に学びましょう! 無添加にこだわった調理実習もあります(ぼかぼか倶楽部) / 月1回水曜日

(11/22、12/13)

午後2時～4時/月0円/川島裕子講師(温活アドバイザー)、小林ゆき子講師(爪の育成ネイリスト) / 代表 細川090-8962-7478

ハーブティーを飲みながら植物や植物園の楽しみ方を学ぶ(らんまんの会) / 月1回木曜日(11/16、12/21) 午前10時～正午/月2,000円/西野亮博講師(東京都薬用植物園花咲案内人) / 代表 塚崎042-562-7439

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

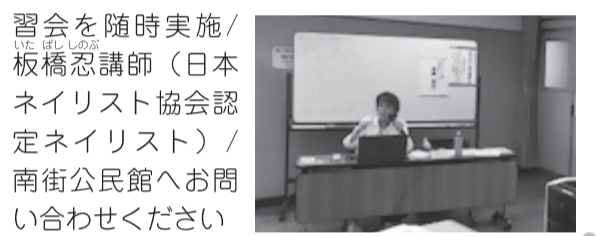
なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678

なりたい私になるためのパーソナルカラー学習(パーソナルカラー) / 月1回水曜日(11/22、1/24、2/28、3/27) 午前10時～11時30分/コース料金(6回分等)を集金・途中入会可/松田知代子講師(color+shape®コーディネーター) / 代表 早川090-6184-6678



足の爪の切り方、アロマを使ったネイルケア(ネイルケア) / 継続活動は行いませんが、練習会を随時実施 / 板橋忍講師(日本ネイリスト協会認定ネイリスト) / 南街公民館へお問い合わせください



狭山 観て、歌って、鳴らす！ みんなのクリスマス会

毎年子どもたちが夢中になる人形劇と大きな紙芝居を上演します。公民館で活動しているグループによる公演です。マリンバ等の演奏もあります。

紙芝居「お伊勢山の子だぬきと松っここれ地蔵」は、昔の東大和が舞台となっており、最近ではあまり馴染みのない大型の紙芝居を見られる、貴重な機会です。

3年振りに、声を出してみんなで楽しめるクリスマス会。お子様の思い出作りにぜひ、いかがでしょうか？

なお、マスクの着用は個人の自由となりますので、ご心配な方はマスクをご持参ください。

日時 12/2(土) 午前10時～11時

場所 狭山公民館

対象 幼児・小学校低学年児童と保護者

定員 40人(申込順)

内容 ①大型紙芝居「お伊勢山の子だぬきと松っここれ地蔵」

②音楽鑑賞会 マリンバ等の演奏

公演者 人形劇団 雁

Bim Bam Boum 三浦一暢氏、三宅優氏

問合せ 狭山公民館



中央 公民館運営審議会を開催します

11月16日(木) 午後2時から第27期第5回公民館運営審議会を中央公民館で開催します。傍聴は申込み不要で、先着5人まで。

問合せ 中央公民館

南街 趣味・学習講座 ◆◆◆◆◆ 「東大和は趣味・学習のデパート」 無料講師(自主グループ化のための)募集

期間 令和6年4月11日～5月30日(原則木曜日) 全6回・講師全6人分、実施日は別途調整

時間 午前10時～正午

場所 南街公民館

定員 6人(成人)

謝礼 本講座は無償でお願いします。

申込み 11/30(木)まで 南街公民館

各公民館窓口で用意してある申込書にご記入の上、提出してください。応募多数の場合は書類選定、必要な場合は模擬授業によって選定の予定です。公民館で過去に講師経験のない方を優先します。

☑申込み(申込書データを東大和市HP公民館講座のページからダウンロードしてください)

☑申込み(申込書データを東大和市HP公民館講座のページからダウンロードしてください)



グループ紹介 **南台公民館**
かえでの会

活動のきっかけは？

市内で着付け教室がありました。カリキュラムが全て終わった時点で、もったいないからと習っていた人のうち何人がやりたい人で、自主グループを作りました。昭和60年の事なので38年経ちました。

グループ名の由来は？

公民館で申し込む時、植物にしようとなんとなくのひらめきで深く考えずに「かえで（楓）」に決めました。

会員はどんな方々ですか？

会員は今は年配者です。12～13人いたこともあります。市内の着物好きの集まりです。入学式・卒業式のために数か月だけ通う人もいました。成人式で娘に自分の振袖を着せたいと、熱心に続けて通った人もいました。

どんな活動内容ですか？

季節の着物に取り組んでいます。秋から春は袴、夏は単衣・浴衣です。七五三のための子どもの帯結びをやったことも。カリキュラムを組んでやっていたこともあります。半襟や三河苧のつけ方・補正のさらし等、初級向けに縫物もしました。絹針がうまく使えず縫物は大変でした。縫物の人と、着付けの人と二手に分かれて活動した時もあります。

普段の活動の雰囲気はどんな感じですか？

もとは講師の方が3人でしたが、会員さんも講師の方も体調を崩したり、コロナで休んでもう出てこれなくなった方もいたり、皆さん年を取られて今は4人です。講師という肩書はなくなり、皆が会員です。和気あいあいと口も手も両方、うまく使っています。着物を着るには普段動かさない筋肉も使うので、適度な刺激のある運動になっています。

布の名前や仕立て部位を覚えたり頭の体操になりました。昔はしきたりもあったのでそれも教わりました。

公民館まつり等へのご参加は？

公民館まつりをやっていた頃は、自分たちの着付けの発表はしませんでした。受付やおしるこ作りやおでん販売等手伝いました。

蔵敷公民館主催（中央公民館ホールで実施）の「外国人と市民との交流会」には個人でお手伝いに行った人が2人います。外国人の方たちに着物の着付けをしてさし上げたり、お花の活け方をお教えしたりしました。体が大きいので、着付けは大変でした。お花も量が少ない中でお教えしました。

今後の活動は？

コロナ禍では、着せ付けをしていませんでしたが、もう少しおさまったら着せ付けをしたいです。



PRをお願いします

着物を楽しみたい人、ちょっとやってみたい人は堅苦しく考えずに来てください。

活動日時

毎月第1～4金曜日 午前10時～正午

連絡先 小川 042-564-1884



グループ紹介 **中央公民館**
いきいきひだまり東大和

活動のきっかけは？

認知症予防のための高齢者向けサロンを東大和市民のために作りたいと、約4年前に立ち上がりました。

グループ名の由来は？

元々様々な地域で展開している「いきいきひだまりサロンの会」です。

そこで、わかりやすいように地名を付けて「いきいきひだまり東大和」と名付けました。

会員はどんな方々ですか？

認知症予防に関心がある方
ご自身やご家族に不安がある方

どんな活動内容ですか？

スリーA方式という認知症予防学会でも表彰された、認知症予防のための軽い運動や、楽しい脳活性化プログラムを行っています。毎回最後は30分お茶菓子を囲んで交流を目的としたおしゃべりを楽しんでいます。

普段の活動の雰囲気はどんな感じですか？

笑いあふれるアットホームな明るい雰囲気です。

今後の活動は？

もっとたくさんの方に参加してほしいと思っています。また、一緒に場を盛り上げるリーダーさんの育成と募集にも力を入れたいと思います。

会員募集のメッセージ

認知症予防に関心のある方なら、どなたでもご参加いただけます。

仲間作りといつまでも明るく地域で暮らしていけるよう、楽しい企画を一緒に作りましょう。

活動日時

毎月2回 原則第2・4木曜日 午後1時30分～3時30分

会費

1回500円（お茶菓子・資料代等）

連絡先 大西 090-8519-4370

Iki2hidamari@gmail.com



開催予告 **グループ展示・発表会だよ**
全員の集合!
 (事業協力:上北台公民館利用者連絡会)

「公民館まつり」に代わる活動の成果を発表する場として、上北台公民館のグループ展示・発表会を開催します。

皆様お誘い合わせの上、ぜひ会場（上北台市民センター3階）にお越しください。

日にち 12月9日(土)、10日(日)

問合せ 上北台公民館



昨年のグループ展示・発表会の様子

掲 示 板

公 開 学 習

■初心者のスマホ講座LINE版（東大和どっとネットの会）/11/16（木）午前10時～正午/**中央**/定員10人（申込順：11/15（水）まで）/講師：ソフトバンク社員/持ち物：アンドロイドスマートフォン/**問** 福田090-5818-7896

■初心者のスマホ講座LINE版（東大和どっとネットの会）/12/14（木）午前10時～正午/**南台**/定員10人（申込順：11/30（木）まで）/講師：ソフトバンク社員/持ち物：アンドロイドスマートフォン/**問** 佐藤070-4191-5438

■オレンジカフェひがしやまと（認知症カフェ）認知症が気になる方や地域の方など、自由に参加できます（オレンジリングの会）/11/26（日）午前10時～11時45分/**上北台**/費用100円（参加費）/**問** 栗原080-5006-2504

会 員 募 集

▼墨絵（楽しい水墨画）/奇数月第1・3偶数月第3金曜日午前10時～正午/**蔵敷**/月2,500円/**問** 小関042-564-8199

▼気功、太極拳を通じて健康増進を図ることを目的に活動しています（樹々の会）/月3回金曜日 午後2時～4時/**蔵敷**/月3,000円/**問** 青芝042-563-7317

