

こうみんかん

- 中央公民館 564-2451
南街公民館 564-2771
狭山公民館 565-2700
蔵敷公民館 566-0551
上北台公民館 567-2691

住みよい地域づくりも公民館から

「心もお顔もリフレッシュ」
気分爽快!レモンな気持ちに
なれるママの講座
保育付講座

子育てって本当に大変。でも、疲れた顔ばかりを見せるわけにはいかない。ママの笑顔は宝物。すてきな笑顔を手に入れるために、表情筋を自分できたえる約30種類の正統派エクササイズを学びませんか。そして、とびつきの笑顔で子育てを楽しみましょう。
日・内容(火曜日・全7回)
①10/9 キレイな顔とハリのある目元になる
②10/16 下まぶたのゆるみとほほのシエイプアップ
③10/23 キレイな首になる
④10/30 鼻の形を整える
⑤11/6 口元とほわほわの線のストレッチング
⑥11/13 スッキリラインのあごになる
⑦11/20 顔を小さく引き締める

市民企画高齢者講座
赤・楽・生倶楽部

「未来を楽しく生きる」をモットーに、高齢者が地域で楽しく、生き生きと暮らしていくきっかけを提供する講座です。
日・内容 下表のとおり(金曜日・全6回)
時間 午前10時~正午(1回目は午後2時~4時、5回目は午前8時30分~午後5時)
場所 蔵敷公民館ほか
対象・定員 おおむね60歳以上の方40名(申込順)、全6回参加可能な方、全回参加者に修了証あり。
費用・持ち物 5回目の入館料ほか ※受講者にお知らせします。
申込み 9/4(火)から蔵敷公民館

Table with 3 columns: 回, 期日, 内容, 講師. Includes health checkups, exercises, and energy topics.

「東大和の古代を
考えよう!」
上北台

日・内容(木曜日・全6回)
①10/4 狭山丘陵の古墳時代
②10/11 東山道武蔵路・入間・多摩郡界
③10/18 武蔵国府と国分寺
④10/25 悲田処・宅部
⑤11/1 武蔵七党・山口氏
⑥11/8 スライドで見る、古代の遺跡
時間 午後2時~4時
講師 安島喜一氏(郷土史研究家)
場所 上北台公民館
定員 40名(全6回参加可能な方・申込者多数の場合抽選)
申込み 9/4(火)から9/11(火)まで 上北台公民館

狭山 親子講座
親子であそぼう!

地域に住む親子同士で様々な体験学習をしながら楽しく交流してみませんか。
日時 10/2(火) 午前10時~正午
内容 簡単にできる3Dデコパージュ作り(シールをパーツごとに重ねて貼り、立体的に仕上げます) ※軽食もあります。
講師 松枝千穂氏(保育士・栄養士)
場所 狭山公民館
対象・定員 満6か月~1歳6か月前後の乳幼児親子15組(申込順)
材料費 500円
※申込み時に集金します。
持ち物 お米一合、飲み物、おてふき、食器セット(親子分)
申込み 9/4(火)から狭山公民館

公民館運営審議会の活動から
今後の公民館活動のあり方

私は、狭山公民館の利用者連絡会を通して、公民館運営審議会の委員を引き受ける事になりました。今年で二年目になります。一年間公運審の委員として活動して来た事を踏まえ、利用者連絡会の活動について、少し触れてみたいと思います。
昨年度の狭山公民館利用者連絡会の委員は6名でした。その6名の中から、代表、副代表、会計、つどい、まつり実行委員、親睦行事、書記、公運審と八つの役職を分担しました。私はそのうちの公運審委員と会計を引き受けました。公民館活動については、市内の各公民館と同様に、狭山公民館も年々利用者が減少傾向にあります。平成22年度と比較し、平成23年度は6グループ減少し42グループになりました。理由は色々考えられると思いますが、その一つに利用者の高齢化があげられるのではないかと思います。若い人達にもっと公民館に目を向けてもらえたらと思います。そのためには、若者向けの講座をもっと積極的に取り入れるのも良いでしょう。また、利用者連絡会の委員が輪番制になっているというのもグループ減少の一因になっているのではないかと思います。当番の年がまわってくると、委員を引き受ける事に負担を感じ解散してしまうグループもあるようです。
魅力ある講座を企画したり、まつり等を、広く市民にPRするなど積極的にを行い、公民館活動をアピールする事も必要と考えますが、根本的には、全ての公民館利用者の意識改革を図るとともに、利用者が望む公民館利用制度の実現を図るため、徹底した議論検討が必要と考えます。
このような事を基本に、残りの委員活動を微力ではありますが、公民館発展のために活動してまいります。
皆様もぜひ一度公民館に足を運んでみて下さい。きっと楽しい出会いが待っていると思います。
江田 民子
(狭山公民館利用者連絡会)

「第2・3回公民館運営審議会」の内容をお知らせします。
第2回
日時 6月21日(木) 午後2時から
場所 中央公民館 視聴覚室
議題
<審議事項>
・平成24年度夏期事業計画
・平成25年度公民館の重点目標
<報告事項>
・公民館開館40周年事業記録部会の進捗状況
・夏休み☆みんなで作る遊空間中間報告
第3回
日時 7月19日(木) 午後2時から
場所 中央公民館 視聴覚室
議題
<審議事項>
・平成24年度中期事業計画
・平成25年度公民館の重点目標
<報告事項>
・東京都公民館連絡協議会委員会全体会及び第1回研修会



# 第14回上北台公民館まつり

## ふれあいとこうりゆう きづなを深めよう

上北台公民館で活動しているグループの日頃の活動成果を展示・舞台発表します。たくさんの方のご来館をお待ちしております。

開会式・閉会式の手話通訳をご希望の方は、9/12(水)までに上北台公民館にご連絡ください。  
※車でのご来館はご遠慮ください。

〈9月22日(土・祝)〉

開会式 午前10時～10時30分  
展示・舞台発表 午前10時30分～午後4時

公民館体験コーナー(2階図書室)

午前10時～正午 ブーケのかべかけ(アルパローズ・材料費300円)  
午後1時～3時 ちぎり絵(和紙ちぎり絵・無料)

※材料が無くなり次第終了

児童館体験コーナー(2階プレイルーム) 午前10時30分～正午、午後1時～3時 ゲームコーナー、工作コーナー(無料)

※材料が無くなり次第終了

お茶席(3階和室) 午前10時30分～午後3時(煎茶の会・菓子代250円)



〈9月23日(日)〉

展示発表 午前10時～午後3時30分



舞台発表 午前10時30分～午後3時30分

児童館体験コーナー(2階図書室)

午後1時～3時 工作コーナー(無料)  
※材料が無くなり次第終了

囲碁会(3階和室) 午前10時30分～午後3時(上北台囲碁クラブ・参加自由)

閉会式 午後3時45分～4時

〈22・23日両日〉

他館交流 3階 303学習室 東大和市の財政状況表(東大和まちの財政を考える会・中央公民館)

おもちゃ病院(東大和トイクリニック・南街公民館)

※展示時間内に壊れたおもちゃをお持ちください。

※部品代がかかる場合があります。

模擬店 午前10時30分から

焼きそば・焼きだんご・フランクフルト・駄菓子・飲み物(チケット)

トは午前10時30分から当日販売)・市内共同作業所の販売コーナー・野菜、植木、草花(22日のみ)

※売切れ次第終了  
問合せ 上北台公民館

## 南 街 生きがい講座 生け花を楽しむ

忙しい毎日ですが、生け花でリラックスしませんか。一輪の花と向きあつて心豊かに過ごしましょう。また、日々の生活に潤いと華やぎを与えましょう。

日にち・内容(水曜日・全5回)

①10/17 個々の花材が持つ自然の姿の美しさや季節感・特徴を見つけて生けてみよう

②10/24 花材の特徴を生かしながら生けてみよう

③10/31 自分の想いを表現して生けてみよう

④11/7 プライベート空間に生ける生け花

⑤11/14 日用雑器を使って生ける生け花

時間 午前10時～正午

講師 目黒トシ子氏(華道家元池坊華道講師)

場所 南街公民館

対象・定員 成人20名(申込順)

費用 三千元(生花代5回分として)

申込み時に集金します。

※欠席の場合、返金はできません。

持ち物 筆記用具、タオル

申込み 9/4(火)から南街公民館

申込み 9/4(火)から南街公民館

日にち・内容(土曜日・全6回、⑤は水曜日)

①9/29 市民の力でふるさとの風景を守り育てる

②10/6 わがまち東大和の風景を発見する

③10/13 まさかの災害時にわたし

## 狭山 住み良い街をめざして

地域における課題を取り上げ、市民の方々と共に考え、学ぶ講座を企画しました。私たちが住んでいる街・東大和を再認識するきっかけにしませんか。

日にち・内容(土曜日・全6回、⑤は水曜日)

①9/29 市民の力でふるさとの風景を守り育てる

②10/6 わがまち東大和の風景を発見する

③10/13 まさかの災害時にわたし

## 上北台 敬老の日のついで(映画会)

東京国際映画祭・芸術貢献賞受賞作品を上映します。また、児童館の子どもたちから日頃の感謝を込めて、手作りのプレゼントもあります。

日にち 9/6(木)

内容 「四万十川」原作：笹川久三

監督：恩地日出夫、出演：樋口可南子、小林薫 カラー109分

時間 午後1時40分～3時40分

場所 上北台市民センター1階教養

問合せ 上北台公民館

## 南 街 市民企画講座 街づくり懇談会

今年も「安全・安心な住みよい街づくり」を目指し、様々な事業に取り組んで行きます。

申込み 当日、会場に直接お越しください。ただし、9/26(水)のみ要事前申し込み。9/4(火)から受付。定員になり次第締め切り。

問合せ 南街公民館

## 南 街 新春コンサート出演グループ参加募集

新春コンサートの、公民館で活動しているグループや地域で音楽を楽しんでいる方の日頃の成果発表及び地域との交流の場として、来年1月に開催する予定です。

募集内容 合唱、楽器演奏、詩吟、三味線等の音楽活動をしているグループや個人の方

申込期限 9/26(水)

打合せ会 10/10(水) 午後2時～4時

申込み・問合せ 南街公民館

※会場の都合により、音量、出演者数を制限させていただく場合がありますので、ご了承ください。

## 掲示板

### 公開学習会

■オリジナル録作り(東大和市盆友会) 9月9日(日)午後1時30分～3時

講師 和地充氏/園 定員25名(申込順)/無料/持ち物 筆記用具/申込期限9月6日(木)まで/園和地 562-3333

## 婦人健康体操(保育付サークルBerry)

9月25日(火)午前10時～正午/講師 菅原順子氏/園 定員10名(申込順)、満1歳～就学前幼児の保育室利用有り/無料/動きやすい服装・運動靴・バスタオル・飲み物/申込期限9月17日(月・祝)まで

園 高橋080-1089-9247

## 講演会「愛あふれる誕生学・子宮学」(にこにこママ)

9月27日(木)午前9時45分～正午/講師 青木千景氏

園 定員20名(抽選)/参加費千六百元/託児はスタッフが対応/持ち物 要問合せ/申込期限9月25日(火) 定員に満たない場合、当日まで受付/園 木本042-843-6760/E: conicomama2010@yahoo.co.jp

## 講演会「盲ろう児者とふれあつて感じたこと」(手・指の会)

9月29日(土)午後1時30分～3時30分/講師 三科聡子氏/園 定員なし/無料/申込み・問合せはFAXで/園 細田FAX565-3882

## 会 員 募 集

▼皆で一緒に歌う会(うたの会若葉) 毎月第3火曜日 午前10時～正午

園 月五百円/童謡、唱歌等楽しく歌う/園 高橋561-0388

▼俳句の会(保竹林句会) 毎月第1土曜日 午後2時～4時/園 月千円/初心者歓迎/園 星野561-3657

▼ハワイアンリボンレイ、ストラップなどの製作(コナッツ) 毎月第2・4水曜日 午前10時～正午/園 月二千円 材料費別/園 岩崎566-2024

▼カラオケ(演歌の会) 毎月第2・3火曜日 午後6時30分～8時30分/園 月千円/演歌新曲練習/園 新井564-8746

▼水彩画(パレット) 毎月第1・2・3水曜日 午前10時～正午/園 月二千五百円/初心者の方もお気軽に/園 松尾564-2555