

自由空間・市民空間・公民館

こだいら公民館だより

編集・発行 小平市中央公民館

〒187-0032 小平市小川町2-1325

電話 042-341-0861 FAX 042-341-0883

E-mail kominkan@city.kodaira.lg.jp



こだいらオール公民館まつり 講演会
バルーンアートの世界ようこそ(3月4日)



こだいらオール公民館まつり
(3月1日~5日)



学習成果発表展
(3月1日~5日)



こだいらオール公民館まつり
(3月1日~5日)

こだいらオール公民館まつり、学習成果発表展を
同時開催しました。

小平市公民館をご利用の際は、引き続き、基本的な感染防止対策(3密の回避、手洗い・消毒、十分な換気、体調不良時の来館自粛)の徹底をお願いします。

公民館職員につきましては、利用者に対応するときは、マスクの着用を継続いたします。



P2~ 令和5年度4~7月の開催講座

P3~ サークル紹介

P4~ 第59回東京都公民館研究大会
公運審だより

メールマガジン配信中

小平市ホームページ
よりご登録ください。



ぜひ、皆様もご登録して
ご活用ください!!





4～7月開催講座



※中止または内容等が変更になる場合があります。

◆詳細は、順次、市報やホームページに掲載いたします。 ◆保育付講座 … ★

公民館	講座内容	公民館	講座内容
地域支援講座			
花小金井北	プランターで花や野菜を育てよう	小川西町	小川西町開発を話し合う会★
上宿	ほたる鑑賞会		
上水南	小平市内をスローウォーキング	鈴木	アーティストフォーラム
防災・生活安全講座			
仲町	怖さを知って、正しく使う LINE		
健康づくり講座			
上宿	イライラに振り回されない笑顔の人生獲得	仲町	椅子に座ってできる大人世代の体づくり
子育て支援講座			
上宿	手ごね手作りパン～焼きたてパンの香りをご自宅でも～★	津田	赤ちゃんと遊ぶわらべうた
上水南	子どもと絵本を楽しもう★	大沼	令和の学校給食クッキング
ジュニア講座			
花小金井北	たのしい水彩画	上水南	わくわくプログラミング
上宿	キッズダンス K-POP	仲町	デジタル絵本づくり
シニア講座			
花小金井北	シニアリトミック	上水南	勇気を持って片づけよう
	初心者向けスマホ(アンドロイド)講座	鈴木	シニアのための「おしゃれ」講座
文化・教養講座			
中央	女性セミナー(源氏物語の時代の貴族と女性たち)	小川西町	はじめてのウクレレ養成講座★
	パソコン等講座		写真を楽しもう★
花小金井北	水彩で描こう!	津田	百人一首を筆で書いて書道文化に触れましょう
			社交ダンスを体験してみませんか

サークル紹介

小川公民館

ブルームヨーガ

金曜日の午前中に活動しているヨーガサークルです。結成して今年で9年目に入りました。

現在、主に40代以上の女性の会員が13名で、講師は1名で行っています。

「レッスン内容」

自己観察、体ほぐし、アーサナ、呼吸法、リラクゼーション、基本的なハタヨーガに、様々なバリエーションとヨーガ療法をプラスします。

また、講師が、それぞれの会員の体力に合った指導を行い、心安らぐ時間を共有します。

「活動環境」

鷹の台駅から徒歩7分の小川公民館2階ホールで、大きな窓から爽やかな風と明るい陽ざしが降り注ぐ空間となっております。

「サークル自慢」

メンバー同士の温かい交流と「気」の良さです。「コロナウイルス感染予防

対策」

2班に分かれてのレッスン指導、マスクの着用、消毒、体温測定、窓および入口開放の徹底、加湿、ディスタンスを保った会話等

活動日 第2・3・4金曜日

時間 ・A班 午前9時15分〜午前10時30分

・B班 午前10時40分〜午前11時55分

場所 小川公民館

会費 月2千円(2回分)

問合せ 042(359)2915 青木



花小金井北公民館

アイリスの会

アイリスの会は平成14年4月に発足し20年を迎

えた書道のサークルです。臨書、実用毛筆、創作書道、手紙文、毛筆ペンの賀状づくり等、日常筆に親しめるようにと幅広く学習しています。入会のペースに合わせてのご指導もいただいています。月2回の学習で、皆で話し合いながら忘れかけている書くことの大切さ、楽しさを実感しながら学んでいるホットな雰囲気です。

毎年10月末に開かれる公民館まつりには個人の特技性を生かした作品を太田先生にご指導頂きながら作成して展示しています。この作品創りが書に対する意識の向上に大きな役割を果たしていることを実感しています。また、昨年はワラ筆を使用した作品に挑戦しました。ユニークな作品が出来上がりました。

教室には最高年齢百歳の方もおられます。ご本人は「書が生きがいです。」と言われ、娘さんも「参加することが何よりの健康の源となっている。」とおっしゃっています。

ただ今会員募集中です。筆やペンに興味をお持ちの方は、ぜひお気軽に見学にお越しください。活動日 第1・3木曜日

時間 午前10時〜正午
会費 月2千円
問合せ 花小金井北公民館 窓口へ



上宿公民館

フレトレかみじゅく

フレイルとは、病気ではないけれど、年齢とともに、筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のことです。フレイルであることに早めに気付き、フレイル対策の3つの柱である栄養(食・口腔)、運動、社会参加に取り組むことが大切です。「社会とのつながり」を失うことが、フレイルの最初の入口と言われています。フレトレかみじゅ

くでは、参加される方が笑顔になるような様々なレクリエーションに取り組んでいます。

活動日 毎週火曜日
時間 午後2時〜3時
会費 無料

上宿公民館

サロン上宿

高齢者同士の交流を目的とした上宿地域のサロンです。地域包括支援センターやきの郷職員と地域ボランティアが中心となって運営しています。

活動日 毎月第2火曜日

時間 午後3時〜4時

会費 無料

問合せ フレトレかみじゅく・サロン上宿共に、随時、

皆様のご参加をお待ちしています。活動日に直接、上宿公民館へお越しください。 菊地

公民館利用サークルの情報をホームページに掲載しています。「小平市公民館 団体一覧」で検索、または公民館窓口にお問い合わせください!

第59回東京都公民館研究大会

本大会は、前半の基調講演と後半の課題別集会の2部構成で開催され、多くの公民館運営審議会委員、公民館職員等が参加しました。

前半の基調講演は、東海大学スチューデントアチーブメントセンター准教授の池谷美衣子さんから、「コロナ禍を乗り越え進化する公民館」というテーマで講演をいただきました。コロナを「なかったこと」にしないため、コロナ禍での経験から公民館が気付かされたこと3つの視点から「提示いただき、それらを今後へ向けてどう生かしていくかを考えていくヒントのお話しをいただきました。

後半の課題別集会は、下表のテーマで設定され、事例の報告とその報告に対する助言という流れで実施されました。静岡県や長崎県といった遠方の自治体の方からの事例報告や、第2課題別集会上においては、仲町公民館の中村館長も「なかまちテフスリーNK」について事例報告を行いました。先

進的な事例を知る貴重な機会となりました。職員として、研究大会で学んだことを今後に生かしていきたいと思えます。また、参加された方それぞれの立場で、今後への参考としていただければと思えます。

各課題別集会のテーマ

Table with 2 columns: 課題別集會名, テーマ. 第1 課題別集會: 明るい兆しの中で～コロナ禍の公民館を振り返る～. 第2 課題別集會: 地域に広がる・つながる公民館になるためにどうしたらよいのか. 第3 課題別集會: 地域課題をどうやって捉えるのか. 第4 課題別集會: 次世代に公民館をつなぐ～学生・子育て世代が考えるこれからの公民館～

公運審だより No. 80

第59回東京都公民館研究大会に参加して

開催日 2月4日(土) 場所 小平市福祉会館ほか

◆基調講演 「コロナ禍を乗り越え進化する公民館」 講師 池谷美衣子さん(東海大学スチューデントアチーブメントセンター准教授) ◆助言者 倉持伸江さん(東京学芸大学教育学部准教授)

◆事例報告者 矢島英明さん(国分寺市立第九小学校校長)、出口亮太さん(長崎県長崎市北公民館長)、中村和幸さん(なかまちテラス仲町公民館長)

公民館がこれまで取り組んできた地域の問題解決や、公民館を取り巻く環境の変化に加えウィズコロナ、ICTやSNSなどの活用といったテーマを踏まえて、公民館が描く未来像を再確認し、今後のあり方を話し合う機会として、課題別に4会場で開催されました。

基調講演では、公民館の中にあるだけでは、地域の「今」の情報が入ってこない、来館される方を待っているだけではなく、積極的に外に出る大切さのお話しをいただきました。

私は第2課題別集会上に参加しました。グループディスカッションは、自由に活発な意見交換ができ、「コロナ禍での経験からの気付きや、「今」

とこれからの公民館について有益な情報を持ち帰ることができたと思えます。

ほかの課題別集会の事例報告「学校との連携から広がる公民館」では、これからの公民館が大人と子供が互いに学び合える場所になるという説明があり、「未来の公共施設を考える」の事例報告では、施設管理・運営などを公共施設マネジメントの諸問題として考え、情報を整理して共有することができたようです。

これまで、公民館は身近な社会教育施設で「つどう」「まなぶ」「むすぶ」ことを促進し、「人づくり」「つながりづくり」「地域づくり」の拠点として、その役割を担ってきました。新型コロナウイルス感染症の拡大で公民館活動に制約が課された中でも、地域の「学びを止めない」取り組みとしてオンライン配信など創意工夫して、その役割を果してきました。

今回の東京都公民館研究大会を通して、「地域に広がるつながる公民館になるためにどうしたらよいのか」のテーマについて、改めてみんなで考える良い機会になったと思えます。

(公民館運営審議会会長 勝谷美紀子)

小平市では11館の公民館で地域活動や社会活動、趣味、教養に役立つさまざまなサークル支援を行っています。

あなたの仲間づくりに、生きがいに、地域貢献に、学習や活動に公民館をご利用ください。

小平市公民館

Table with 2 columns: 公民館名, 連絡先. 中央公民館: 電話 042(341)0861, FAX 042(341)0883. 小川公民館: 電話&FAX 042(343)3620. 花小金井北公民館: 電話&FAX 042(462)5790. 上宿公民館: 電話&FAX 042(345)1164. 上水南公民館: 電話&FAX 042(325)4133. 小川西町公民館: 電話&FAX 042(343)1415. 花小金井南公民館: 電話&FAX 042(461)0861. 仲町公民館: 電話 042(341)0862, FAX 042(344)7152. 津田公民館: 電話&FAX 042(342)0863. 大沼公民館: 電話&FAX 042(342)1888. 鈴木公民館: 電話&FAX 042(388)0050.