

令和2年度 公民館定期講座等一覧表

(講座名は全て仮称)

区分	中央 (20コース)	小川 (9コース)	花小金井北 (8コース)	上宿 (9コース)	上水南 (9コース)	小川西町 (8コース)	花小金井南 (10コース)	仲町 (12コース)	津田 (8コース)	大沼 (9コース)	鈴木 (11コース)
地域支援 <2・6>	あなたもわたしもみんな抱える「生きづらさ」カフェ カメラの魅力を探る 小平のいろいろな写真の撮り方(9月) 地域支援講座 障がい者スポーツレクリエーション	玉川上水沿いを踏破 地域生活支援マップを作る	かな書道を体験してみませんか(12月)	わがまちの盆踊りパート2	わが町小平の魅力を再発見しよう	不登校・引きこもりを考える(10月)		家庭ではじめる一歩、野菜づくり(入門編)(10月)	子どもを犯罪から守る子どもの安心・安全な環境づくり	わたしもお琴を弾けるかしら	マンスリーミニコンサート アーティストフォーラム
防災・生活安全<2>	キャンプから学ぶ身の守り方(11月)	最近の実例に見る新たな防災対策(1月)	災害時でも簡単に作れる料理	家族を守る護身(逃身)術を学ぼう		スポーツ GOMI 拾いでまちをきれいに	防災キャンプ(防災ワークショップ)(3月)	水から学ぶ小平の防災	男性も知っておきたい女性目線の防災講座	防災クッキング	
健康づくり<2>	薬・サプリメントとのつきあい方	怒りに振り回されないHAPPY Life(未定)	ヨガで身体を整えましょう(10月)	家族でおいしく笑顔ご飯(11月)	自分の健康は自分で守ろう お灸・軽体操・栄養・薬・料理(1月) 家庭でできる指圧入門再び(9月)	一日3分間の体操でグーンと健康に		踊って脳トレ、歌って脳トレ、演じて脳トレ	健康料理教室	健康ウォーキング正しい歩き方(9月) 指圧を学ぼう	ピラティス(10月) ノルディックウォーク(10月)
子育て支援<2・3>	子どもが力を発揮できるメカニズム(1月) ★子育て支援に関する講座	★リトミックで親子のふれあい	ベビータッチングケア	★ママのためのりらくすヨガ&リフレクソロジー	★いつまでも輝く女性に(11月) 親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた」	★子育てみんな子育て(10月) ★イクメン養成講座	★はじめての子育て赤ちゃんと笑顔に(10月) ★子育てに役立つコミュニケーション術を学ぼう	★乳幼児、幼児期の子どもとのコミュニケーション(1月)	★整理収納講座(10月)	★お家きれい術(10月)	すくすく子ども体操
ジュニア<2・4・9>	ロボットはどうやって動いているの ジュニア大学	オリジナル和菓子を作る	マンガの描き方～プロが教えるテクニック～	わくわくどきどき科学実験教室(10月)	チクチクわいわい手芸の時間 夏休み工作教室	昔遊びをしよう(未定)	夏休み講座 自由研究お助け隊(3月) みんなでお菓子大研究をしよう 小学生からのマーケティング思考レッスン	誰にあげたい?バレンタイン 体感しながら算数に親しもう(3月) サイエンスクッキング LiNKs 講座 本の魅力発信 めざせPOP王 アニメ イラスト講座	ジュニアクッキング	あこがれの職業を学ぼう	子どもの遊び場作り
シニア<2・5>	こだいら落研(10月) シルバー大学(10月)	人生100年時代をどう過ごす(未定) パソコン講座(9月)	スマホ(アンドロイド)を使いこなそう(9月)	大事なお金と健康のハナシ(未定)	元気な今がチャンス もめない人生の終い方	認知症(入門編)認知症の方との接し方	成年後見制度(3月)	長寿に向けた備え パート1(10月)	健康寿命を延ばす シニア世代を明るく(10月)	なつかしの曲を歌ってみよう 笑いの絶えない顔ヨガ(1月)	いきいき認知機能アップ
文化・教養<2・6・9>	★ママパパ(私)にも叶えたい夢がある(女性セミナー) ★一生モンの人形を作る(女性セミナー)(10月) 憲法講座(10月) 国際理解講座(10月) パソコン等講座(4コース)(11月) けやき青年教室(10月)	世界の料理と文化	オリンピックに向けて英会話を覚えよう(9月) 初歩のスクラッチプログラム(小学生向けパソコン講座)(8月)	我が家の献立に使える世界の家庭料理(国際理解講座) 世代を超えてビートルズ(1月) ポーセラーツで作ったマイカップで紅茶とお菓子作りを楽しむ	旬に作る美味しいポン酢作り(1月)	公民館で日本史を学ぶ(未定)	おいしい男のおつまみ料理教室 国際理解講座 学校連携編 (小平第五小) 国際理解講座 学校連携編 (花小金井小) 初級英会話(3月)	職業大から学ぶ最先端技術(未定) LiNKs 講座 異文化理解講座 韓国編	英語にレッツ・トライ会話を楽しもう(未定) 万葉集入門(1月)	世界各国のカレー作りにチャレンジ	太宰治とその文学(9月) 星空散歩(10月) R&Bのルーツを探る ホビー講座(アクセサリ作り)
講演会・音楽会等<2・6・7>	まつり講演会等(3月) 講演会・音楽会(11～2月) みんなでつくる音楽祭 友・遊こどもまつり サークルフェア スポーツレクリエーション体験イベント(10月)	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等	まつり講演会等
その他<2・7・8・9>	公民館まつり・市民学習奨励学級・映画会・土曜子ども広場「友・遊」										

※< >の数字は、公民館事業計画の推進事項の項目を示す。 ※分館は、全て公民館事業企画委員会による企画講座<推進事項 1>。 ※★は保育付講座を示す。