

# 公民館の講座・イベント

日…日時 費…費用 対…対象 内…内容 講…講師 申…申込期限と実施場所

<b>夜間講座</b> <b>くらしを楽しく便利に やさしく学ぶタブレット (全5回)</b> 抽選 日 11月11日~12月9日の水曜日 午後6時30分~8時30分 費 無料 対 市内在住・在勤・在学の方 講 山根明さん(NPO法人シニアSOHO世田谷代表) 申 10月30日(金)まで(10月26日を除く)に、小川西町公民館へ ☎042(343)1415 ※前回実施した同講座を受講していない方を優先します。
<b>サタデー講座</b> <b>新聞記事から読み解く時事問題 (全6回)</b> 抽選 日 11月14日~12月19日の土曜日 午前10時~正午 費 無料 対 市内在住・在勤・在学の方 講 読売新聞社記者 申 10月30日(金)まで(10月26日を除く)に、小川西町公民館へ ☎042(343)1415
<b>シニア講座</b> <b>ヨガとバランスボールで楽しく健康づくり (全10回)</b> 抽選 日 11月19日~平成28年2月4日の木曜日 午後2時~4時 費 無料 対 おおむね60歳以上の市民 講 小澤美智子さん(シニアヨガインストラクター) 申 10月31日(土)まで(10月26日を除く)に、花小金井南公民館へ ☎042(461)0861
<b>土曜子ども映画会</b> <b>定員30人 先着順</b> 日 11月14日(土) 午前10時から 費 無料 内 アラジンと魔法のランプほか 申 当日、中央公民館へ ☎042(341)0861

※各公民館の開館時間内にお申込みください。また、詳しい日程や内容は、公民館で配布しているチラシや小平市ホームページをご覧ください。

## 市立図書館

### 開館40周年 記念事業

#### 図書館川柳を募集

図書館、読書や本に関する川柳を募集します。応募作品は、11月14日(土)から28日(土)までの間、中央図書館に掲示し、来館者に投票していただきます。得票数の多いものから三句、友の会賞を一句選び、賞品(図書カード)を差し上げます。※一人三句まで。ただし、未発表のものに限る。

**主催** 小平図書館友の会  
**協力** 小平市教育委員会

**申込み** 11月10日(火)までに、はがきに川柳、雅号、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、中央図書館(〒187-0032 小川町二丁目1-3(5番地))へ  
 ※図書館に置いてある応募用紙または電子メールでも申し込みます。  
 問合せ 伊藤 ☎090(1707)

#### 0800、tamatak64@gmail.com

◆あおぞらおはなし会(津田図書館) 秋空の下、屋外の開放的な雰囲気の中で大型絵本や手遊びを楽しむ、おはなし会のスペシャル版です。大人だけでも参加できます。  
 と き 10月25日(日) 午後2時~2時30分  
 ところ 津田図書館・公民館前広場  
 ※雨天時は館内で行います。  
 費用 無料  
 申込み 当日、会場へ  
 問合せ 津田図書館 ☎042(341)1245

## 大人のための

### 図書館探検ツアー

開館前の図書館の仕事や、普段は入れない地下書庫の見学など、図書館の裏側をのぞいてみませんか。書架整理の体験なども行います。  
 と き 11月8日(日) 午前9時~11時30分  
 ところ 中央図書館

## 第41回 花小金井北公民館まつり

花小金井北公民館 ☎042(462)5790

10月31日(土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>★開会式 (午前10時~10時10分)</li> <li>★作品展 (午前9時30分~午後4時) 六中生徒の美術作品、花小金井保育園児の作品ほか</li> <li>★舞台発表 (午前10時~11時、午後1時~3時) 六中箏曲部、公民館利用団体ほか</li> <li>★模擬店 (午前10時30分から、一部は10時から、売り切れしだい終了) 軽食、バザー、野菜販売、喫茶、綿菓子、ポップコーン</li> </ul>
11月1日(日)	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆作品展 (午前9時30分~午後3時30分)</li> <li>★おはよう子ども広場 (午前10時~午後2時) プラ板作り、ゲームコーナー</li> <li>★舞台発表 (午前10時~午後1時) 十一小児童、公民館利用団体ほか</li> <li>☆模擬店 (午前10時30分から、一部は10時から、売り切れしだい終了)</li> <li>★まつり講演会 (午後1時30分~3時) 消化器の病気について 胃がん・大腸がんと機能性胃腸症 講師 船曳均さん (ふなびき胃腸クリニック院長)</li> </ul>

※☆は10月31日と同じ内容です。当日の状況により、時間・日程などを変更する場合があります。

## 図書館 サービスを開始

11月1日(日)から、要介護状態にあり図書館に来館するのが困難な高齢者の方に、図書館の資料を自宅に届ける宅配貸出サービスを開始します。  
**対象** 市内在住で65歳以上かつ要介護3以上の方  
**宅配日時** 第2木曜日 午前10時30分~正午、午後1時30分~3時  
**点数** 図書・雑誌10冊、CD・カセットテープ8点(CDは3点まで)  
**期間** 貸出の宅配日から翌月の宅配日まで  
**申込み** 11月1日(日)から、登録申込書を図書館(分室を除く)へ(送付、電話、ファクシミリ可)

## ノルディックウォーキング教室

◆美しく、背筋を伸ばして歩くエクササイズ効果が高く、生活習慣病や介護予防対策としても今注目、2本のポールを使って歩くノルディックウォーキング。専門の講師が、全身の筋肉を刺激した姿勢矯正のこつを教えます。  
 と き 11月22日(日) 午前9時~11時30分  
 ところ 市民総合体育館、中央公園  
 ※集合は、午前8時45分、市民総合体育館。  
 費用 無料  
 定員 40人  
 ※雨天時は市民総合体育館のみ。

## 中央公民館 サークルフェア2015 好きなサークルを 探そう 体験しよう

展示会と体験会で中央公民館のサークル活動を紹介するイベントです。仲間づくり・生きがい・楽しみの輪を広げませんか。  
 と き ▽展示会:11月4日(水)~8日(日) 午前9時~午後5時  
 ※4日は午後1時から、8日は午後4時まで。  
 ▽体験会:11月7日(土)・8日(日) 午前9時30分~正午、午後1時~3時30分  
 ところ 中央公民館  
 費用 無料  
 参加団体 約40団体(美術・音楽・ダンス・パソコン・地域の課題解決)

## 小平市民活動支援センター あすぴあ

◆NPOフェスタ2015 市民活動の見本市であるNPOフェスタを開催します。市民活動団体の展示、音楽・踊り・学生による大道芸の実演、多摩六都科学館などの体験ワークショップ、産直品・手作り品・フェアトレード商品などの販売、カフェ、子ども向けのFC東京キックターゲットなどもあります。ふるべー、コタレンジャーも登場します。  
 ※元気村施設の発表「元気村ひろば」を同時開催します。  
 と き 10月25日(日) 午前10時~午後4時  
 祝日を除く



**内容** 講義、体験ウォーキング  
**講師** 東京都ノルディックウォーク連盟公認指導員  
 ※運動のできる服装で、室内運動靴、飲み物、タオルを持参。ポールは貸し出します。  
**申込み** 文化スポーツ課へ(電話・電子メール可、先着順) ☎042(346)9612、bunkasports@city.kodaira.lg.jp

## FC東京による 高齢者の体操教室

と き 11月9日・16日の月曜日 午前10時~11時30分 全2回  
 ところ 市民総合体育館  
 費用 無料  
**対象** 65歳以上の市内在住の方  
**定員** 30人  
**内容** ストレッチ、ベーシックエクササイズ  
**講師** FC東京スタッフ  
 ※運動のできる服装で、室内運動靴、飲み物、タオルを持参。  
**申込み** 文化スポーツ課へ(電話・電子メール可、先着順) ☎042(346)9612、bunkasports@city.kodaira.lg.jp

と き 11月5日~26日の木曜日 午後7時~8時30分 全4回  
 ところ 中央公民館レクリエーションホール  
 費用 無料  
**対象** 市内在住・在勤・在学の方

## ボクシング エクササイズ教室

と き 11月5日~26日の木曜日 午後7時~8時30分 全4回  
 ところ 中央公民館レクリエーションホール  
 費用 無料  
**対象** 市内在住・在勤・在学の方

## スポーツからのもちづくり

◆スポーツからのもちづくり 東京オリンピック・パラリンピック