公民館の講座・イベント

講…講師　保…保育定員、オリエンテーション日程
フ…小平市HPの申込みフォームでの申込み可

※電子メールで申し込む場合には住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、件名に講座名を入力のうえ送信。申込み期限の翌日までに確認メールが届かない場合は、お問い合わせください。
※保育は市内在住の満６か月から就学前まで。希望する場合には、こどもの氏名（ふりがな）、性別、生年月日と保育落選時の受講の可否もお知らせください。
※詳しくは、公民館のチラシや小平市HP（ID43741）をご覧ください。

子育て支援講座　プロ棋士に教わる！親子で囲碁体験教室　先着順・フ
日 ２月21日(土)　午後１時30分～３時　対 市内在住の小学生　定 30人
内 親子で初心者向けの囲碁体験をする　講 日本棋院　フ ID125000
申 ２月６日(金)までに、申込みフォームで、中央公民館へ☎042(341)0861

国際理解講座　モルックを楽しもう　（全４回）　抽選・フ
日 ２月21日～３月21日の土曜日（３月７日を除く）　午後２時～４時
対 市内在住・在勤・在学の方　定 25人
内 フィンランド発祥のスポーツのモルックを体験し、競技の存在を知り、ルールや運営方法の習得を目指す
講 佐藤忠彦さん（西東京モルックくらぶ、２回目のみ）ほか
持 動きやすい靴、室内用運動靴、飲み物　フ ID125623
申 ２月６日(金)までに、申込みフォームまたは電話（月曜日を除く）で、中央公民館へ☎042(341)0861

障がい理解講座　地域でできる！障がいを理解するためのいろは　（全２回）　抽選・フ
日 ２月21日、３月14日の土曜日　午前10時～正午　対 市内在住・在勤・在学の方　定 20人
内 地域でできる障がい者支援の方法や関わり方を学ぶ　講 堀江まゆみさん(白梅学園大学こども学部)ほか
フ ID125649　申 ２月10日(火)までに、申込みフォームで、中央公民館へ☎042(341)0861

障がい理解講座②　手話体験講座（全２回）　抽選・フ
日 2月28日、3月14日の土曜日　午後1時30分～3時30分　対 市内在住・在勤・在学の方
定 20人　内 初心者のための手話の基本を学ぶ
講 馬屋原亜季さん(小平市聴力障害者協会)　フ ID125767
申 2月17日(火)までに、申込みフォームまたは電話(月曜日を除く)で、中央公民館☎042(341)0861へ

文化・教養講座　本の魅力・可能性を深め、広がるつながる地域コミュニティをめざして　（全３回）　抽選・フ
日 ２月25日～３月11日の水曜日　午後２時～４時　対 市内在住・在勤・在学の方　定 24人
内 動く図書館やシェア本棚などの事例から、本と人とのつながりや本の魅力を再発見する
講 石川敬史さん（十文字学園女子大学教授）ほか　フ ID125648
申 ２月17日(火)までに、申込みフォームまたは電話（月曜日を除く）で、中央公民館へ☎042(341)0861

防災・生活安全講座　そのときわたしにできること　地震や火事が起きたら何をする？　（全２回）　抽選・フ
日 ２月28日、３月14日の土曜日　午後２時～４時
対 市内在住・在学で小学１年～６年生の方（小学１年・２年生は保護者同伴）
定 24人　内 地震や火災が起きた際に取るべき行動を、ゲームや体験を通して学ぶ
講 クールセンター八王子ほか　持 筆記用具、飲み物　フ ID125798
申 ２月17日(火)までに、申込みフォームまたは電話（月曜日を除く）で中央公民館☎042(341)0861へ

タイムリー講座　街中に現れる野生動物とどう向き合うか　（全２回）　抽選・フ
日 ３月８日・15日の日曜日　午後３時～５時　対 市内在住・在勤・在学の方　定 30人
講 高槻成紀さん（玉川上水みどりといきもの会議代表）　フ ID124849
申 2月25日(水)までに、申込みフォームまたは電話(月曜日を除く)で、中央公民館へ☎042(341)0861

地域支援講座　めざせ！腸美人　発酵パワーで簡単麹(こうじ)生活　（全２回）　抽選・フ
日 ３月３日(火)・４日(水)　午前10時～正午　費 500円　対 市内在住・在勤・在学の方　定 12人
内 発酵食品の調理法や取り入れ方などをデモンストレーションを通して学ぶ
講 鶴田淳子さん（発酵料理人）　持 筆記用具、飲み物　フ ID125602
申 ２月12日(木)までに、申込みフォームまたは電話（月曜・日曜日、祝日を除く、午前９時～午後５時）で、花小金井北公民館へ☎042(462)5790

健康づくり講座　心と体のバランスを整え　健康に暮らす　（全３回）　抽選・フ
日 ２月25日～３月11日の水曜日　午後２時～４時　対 市内在住・在勤・在学の方　定 24人
内 睡眠、体操、アンガーマネジメントの３つテーマから、心と体のバランスを整えて、健康で快適な毎日を送るための知識や方法を学ぶ
講 栗山健一さん（国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所睡眠・覚醒障害研究部部長）ほか
フ ID124841
申 ２月12日(木)までに、申込みフォームまたは電話（月曜・日曜日、祝日を除く、午前９時～午後５時）で、上水南公民館へ☎042(325)4133

シニア講座　おひとり分から無理なくできるバランスのとれた食事（全２回）　抽選・フ
日 ２月４日(水)・10日(火)　午前10時～正午　費 1,000円
対 市内在住のおおむね60才以上の方　定 12人
内 栄養のバランスを考慮したシニアの食事のレシピや調理方法を学ぶ
講 こいけけいこさん（料理家）　持 エプロン、三角巾、タオル　フ ID125793
申 １月27日(火)までに、申込みフォームまたは電話(月曜日を除く)で、小川西町公民館☎042(343)1415へ

子育て支援講座　親カフェin(イン)小川西町公民館　抽選・フ
日 ２月17日(火)　午前10時～11時30分
対 市内在住のおおむね３歳から中学生のお子さんがいる保護者の方　定 10人
内 子育てで気になることやお子さんの気になるところなどを気軽に話し合ったり、情報交換をする。ペアレントメンターによる相談
※ペアレントメンターとは、育児に困難さがあるこどもを育てた経験があり、所定の研修を修了した方です。
保 ７人、２月10日(火)　フ ID125794
申 ２月３日(火)までに、申込みフォームまたは電話(月曜日を除く)で、小川西町公民館☎042(343)1415へ

なかまちテラスLiNKS(リンクス)講座　大人のためのミニ絵本ワークショップ　（全３回）　抽選・フ
日 ２月21日～３月７日の土曜日　午後２時～４時　対 市内在住・在勤・在学の方　定 10人
内 iPadを使用し、手のひらサイズのミニ絵本を作る
講 (一社)タップタップラボ　フ ID125640　持 筆記用具、飲み物
申 ２月９日(月)までに、申込みフォームまたは電話(午前９時～午後５時)で、仲町公民館へ☎042(341)0862

健康づくり講座　健康マージャン体験講座　抽選・フ
日 ２月25日(水)　午後１時～３時
対 市内在住・在勤・在学で健康マージャンを始めたい方　定 16人
内 脳トレやコミュニケーション能力の維持が期待できる健康マージャンを体験する
講 白石幸矢さん（日本健康麻将協会レッスンプロ）　フ ID124612
申 2月12日(木)までに、申込みフォームまたは電話(月曜日を除く)で、津田公民館へ☎042(342)0863

文化・教養講座　大人のための軽やか習慣、ジャグリング　（全３回）　抽選・フ
日 ２月６日～20日の金曜日　午後２時～４時　対 市内在住・在学・在勤の方
定 15人　内 心と体を軽やかに整えるジャグリングを体験する
講 ハードパンチャーしんのすけさん（大道芸人）
フ ID125497
申 １月29日(木)までに、申込みフォームまたは電話（月曜・日曜日、祝日を除く、午前９時～午後５時）で、大沼公民館へ☎042(342)1888

児童文学講演会　きむらゆういち講演会

絵本が育てるこどもの夢、そしてたらしい物語

「あらしのよるに」シリーズで知れる絵本・童話作家きむらゆういさんが、20年ぶりに新シリーズ「あことばはあらしのよるに」を発売たエピソードとともに、絵本が育るこどもの夢を語ります。
２月８日(日)　午後１時30分～３時
１時開場
中央図書館３階視聴覚室
市内在住の方
小学３年生以下は保護者同伴。未学児のご入場はご遠慮ください。
80人
１月20日(火)の午前10時から、申込フォーム（５面欄外ＱＲコード）（先着順）
中央図書館☎042（３４５）１２４６

津田塾大学津田梅子記念交流館プログラム

ちょっと知って　もっと楽しむ　ジャズ入門

ジャズの歴史や背景、聴くポインなどを中心としたプログラムで、終回は実演しての演奏を行いま。
１月27日、２月10日・24日、３月日・24日の火曜日　午後１時30分３時　全５回
津田塾大学小平キャンパス（津田２―１―１）
１万円
20人
ホームページへ
津田塾大学津田梅子記念交流館
津田塾大学経営企画課☎042（３４）５１４６

講演会　子どもはやっぱり本が好き

◆風渡野文庫の実践から

長年、こどもの読書活動に携わっている杉山きく子さんが、身近な大人がこどもに本を手渡すことの大切さを話します。
日 ２月21日(土)　午後１時30分～午後３時30分　１時開場
場 中央図書館３階視聴覚室
対 市内在住の中学生以上の方
定 50人
主 小平市子ども文庫連絡協議会、小平市教育委員会
申 １月20日(火)の午前10時から２月20日(金)の午後５時までに、申込みフォーム（５面欄外ＱＲコード）へ（先着順）
問 中央図書館☎042（３４５）１２４６

子ども家庭支援センター　子育て講座

◆こどもに寄り添うこととは

乳幼児期に大切にしたい、こどもの心の成長に焦点を当て、臨床発達心理士と一緒にワークをしながら、こどもとの関わり方を広げませんか。
日 ２月14日(土)　午前10時30分～11時30分
場 子ども家庭支援センター（小平元気村おがわ東２階）
対 ２歳前後のイヤイヤ期から就学前までのお子さんの保護者
定 10組
申 １月20日(火)の午前10時から、問合せ先へ（電話可、先着順）
問 子ども家庭支援センター☎042（３４８）２１００

ちょっと早く、ちょっと小さく生まれた赤ちゃんの会　ピッコロの会

ちょっと早く、ちょっと小さく両親のもとに赤ちゃんがやってきたことの気持ちなどを交流や個別相談で共有しませんか。
日 ２月27日(金)　午後１時30分～３時30分　１時20分受付
場 健康センター
対 36週以前に生まれた、または出生体重２千５百(グラム)以下で生まれた１歳未満のお子さんとお母さん（修正月齢で計算）
定 15組
申 １月20日(火)から２月25日(水)までに、こども家庭センターへ（電話可、先着順）☎042（３４６）３７０１

ギャラリー案内

中央公民館ふれあいギャラリー
☎042（３４１）０８６１

◆デジカメ同好会作品展　１月27日(火)～２月１日(日)午前10時～午後５時（１月27日は午後１時から、２月１日は午後４時まで）入江☎090（１５４９）９２２８

◆女と男(ともだち)の市民活動　発表（展示）と交流　２月６日(金)～８日(日)午前10時～午後５時（６日は午後１時から、８日は午後４時まで）森野☎090（８０４３）２１４８

子ども家庭支援センター　２月のプログラム

対 市内在住の親子
申 当日、会場へ
問 子ども家庭支援センター☎042(348)2100
※月曜・日曜日、祝日は休館日。

		日程	対象	内容
１歳さんあつまれ		２月13日(金) 午前10時30分～11時30分 子ども家庭支援センター	１歳のお子さんと保護者	親子で一緒に遊ぶ会
０歳さんあつまれ		２月19日(木) 午前10時30分～11時30分 子ども家庭支援センター	０歳のお子さんと保護者	わらべ歌や手遊びなどを取り入れた親子の交流会
りぼんの会		２月24日(火) 午前10時～11時 子ども家庭支援センター	１歳３か月ぐらいまでのお子さんと保護者	助産師さんとの個別相談会
おとうさんの会		２月28日(土) 午前10時30分～11時30分 子ども家庭支援センター	０歳・１歳のお子さんとお父さん	０歳・１歳のお父さん同士の交流会
出張ひろば	ふたごちゃん みつごちゃん あつまれ	２月10日(火) 午前10時～11時30分 東部市民センター和室	ふたごちゃん・みつごちゃんと保護者、多胎児を妊娠中の保護者	多胎児親子の交流会
	０歳さんあつまれ	２月27日(金) 午前10時～11時30分 ※初めて参加の方は10時、２回目以降の方は10時30分受付。 鈴木公民館和室	０歳のお子さんと保護者	わらべ歌や手遊びなどを取り入れた親子の交流会