公民館の講座・イベント

日…日時　対…対象　内…内容　講…講師　出…出演　持…持ち物
保…保育定員、オリエンテーション日程　申…申込期限と実施場所
✉…電子メールでの申込み可（✉kominkan-koza@city.kodaira.lg.jp）
※保育は市内在住の満６か月から就学前まで。

マンスリーミニコンサート　Ｂｉｇ市川　アコースティックライブ　先着順
日 10月４日(日)　午前11時～正午　対 市内在住の方
出 Ｂｉｇ市川さん、真船亭さん（ミュージシャン）
内 ギターの弾き語りでオリジナル曲や懐かしい名曲を奏でるコンサート
申 ９月23日(水)から（日曜・月曜日を除く）、鈴木公民館へ☎042(388)0050

シニア講座　笑いを通じて仲間づくり　笑顔で免疫力を高めよう　（全８回）　抽選・✉
日 10月21日～12月９日の水曜日　午後２時～４時
対 市内在住・在勤でおおむね60歳以上の方
内 落語、腹式呼吸、パタカラ体操などを体験して、免疫力を高める
講 入舟辰乃助さん（落語家）ほか
申 10月８日(木)まで（月曜日を除く）に、中央公民館へ☎042(341)0861

シニア講座　健康寿命を延ばす　シニア世代を明るく　（全５回）　抽選
日 10月24日～11月28日の土曜日（11月21日を除く）　午前10時～正午
対 市内在住・在勤でおおむね60歳以上の方
内 転倒や痛み、認知症などの予防策を学び、健康寿命を延ばすことを目指す
講 平澤佳代子さん（健康運動指導士）ほか　持 フェイスタオル、飲み物
申 10月10日(土)まで（月曜日を除く）に、津田公民館へ☎042(342)0863

子育て支援講座　アドラー流かんたん暮らしの整理術　子育て中でもパパっとお片付け（全４回）　抽選
日 10月24日・31日、11月21日・28日の土曜日　午前10時～11時30分
対 市内在住で子育て中の方
内 片付けの基本を実践的に学び、アドラー心理学を取り入れて家族との勇気づけのコミュニケーションを体験する
講 大久保庸子さん（整理収納アドバイザー）　保 ５人、10月17日(土)
申 10月７日(水)まで（日曜・月曜日、祝日を除く）に、大沼公民館へ☎042(342)1888

健康づくり講座　今こそヨガで心と体をおだやかに　（全５回）　抽選
日 10月31日～12月５日の土曜日（11月21日を除く）　午前10時～正午
対 市内在住・在勤・在学の方
内 身近な場所で家庭でもできるヨガの基本を身につけ、健康増進に役立てる
講 松平晶子さん（ヨガ・ピラティスインストラクター）
持 飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオル、ノート、筆記用具
申 10月16日(金)まで（日曜・月曜日、祝日を除く）に、花小金井北公民館へ☎042(462)5790

ジュニア講座　昔あそび　つくってあそぼう　抽選
日 10月31日、11月７日の土曜日　午後２時～４時
対 市内在住の小学生（保護者または未就学児の同伴可）
内 ぶんぶんゴマ、プラトンボ、割り箸鉄砲を作って遊ぶ
講 昔あそび応援団の皆さん
申 10月20日(火)まで（月曜日を除く）に、小川西町公民館へ☎042(343)1415

※詳しくは、公民館のチラシや小平市ホームページをご覧ください。
※電子メールで申し込む場合は住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を記入のうえ、講座名を件名として送信。保育を希望する場合には、子どもの氏名（ふりがな）・性別・生年月日と保育落選時の受講の可否も記入。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。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、氏名、連絡先などを保健所などの公的機関へ提供する場合があります。

令和３年成人式　開催方法変更の通知を発送

令和３年に開催予定の成人式は、新型コロナウイルス感染拡大のため、午前の部と午後の部に分けて開催します。対象者に開催方法変更の通知を９月中旬ごろ発送しました。ご確認ください。
※開催の案内通知は12月上旬に発送します。
とき　令和３年１月11日(月・祝)
▽午前の部…午前10時30分～11時30分　９時30分開場
▽午後の部…午後１時30分～２時30分　０時30分開場
ところ　ルネこだいら大ホール
対象　平成12年４月２日～平成13年４月１日生まれの方
※状況により中止となる場合があります。詳しくは小平市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

ふれあい下水道館　10月の催し

◆学習講座　どんぐりと小枝で夢の森を作ろう
とき　10月17日（土）　午前10時～10時30分
対象　小学生（保護者同伴可）
定員　10人
※申込み多数の場合は、午後も開催予定です。
持ち物　筆記用具
申込み　９月20日（日）から10月16日（金）までに、問合せ先へ（電話可、先着順）

◆開館25周年特別企画　小平市ふれあい下水道館誕生展
下水道館の計画から建設まで携わった松田旭正さんに伺った、下水道館の誕生に関連する展示をします。
とき　10月４日（日）～令和３年３月31日（水）まで
協力　松田旭正さん（し尿・下水研究会）
問合せ　小平市ふれあい下水道館☎042（326）7411

下水道に油を流さないで　油・断・快適　下水道

10月は、降雨量が多く、気温が下がり始めるため、台所から流れた油が下水道管内で冷えて固まり、下水道管のつまりや悪臭の原因になります。油汚れはふき取ってから洗い、残った油は新聞紙などで吸い取るか、油を固めるなどして、燃えるごみとして捨てましょう。
問合せ　下水道課☎042（346）9560

池谷幸雄の親子体操教室

◆東京オリンピック・パラリンピック気運醸成イベント
池谷幸雄さんは、ソウル・バルセロナオリンピックメダリストで、市内に体操教室を開校しています。
夢や目標を持つこと、身体を動かすことの大切さを学び、親子で体操します。池谷さんが獲得したオリンピックのメダルも展示します。
とき　10月31日（土）　午後２時～３時30分
ところ　小平元気村おがわ東
対象　市内在住で４歳から小学生までと保護者（兄弟での参加も可）
申込み　10月13日（火）までに東京電子自治体共同運営サービスのホームページ（スマートフォンからは、３面左上ＱＲコードを読み取ってアクセス）または電子メールに、住所、参加者全員の氏名（ふりがな）、学校名、学年、電話番号、件名を体操と記入のうえ、問合せ先へ（申込多数の場合は抽選）
問合せ　中央公民館☎042（341）0861、✉kominkan-koza@city.kodaira.lg.jp

図書などを展示　発達障がいを支援するために

発達障がいへの理解を深めるため、発達障がいに関する図書やペアレントメンター（発達障がい児の養育経験の情報を提供する保護者）事業、白梅学園大学小平市連携療育事業の紹介の展示をします。
とき　10月17日（土）～29日（木）
※月曜から木曜日までは午前10時から午後７時まで、土曜・日曜日は午前10時から午後５時まで。
ところ　中央図書館１階展示コーナー
問合せ　障がい者支援課☎042（346）9540、中央図書館☎042（345）1246

台風や大雨時　風呂や洗濯などの排水を控えてください

台風やゲリラ豪雨などで大雨が降ると、大量の雨水が下水道に流入し、下水道施設に被害や家庭内へ下水が逆流するおそれがあります。
市では、雨水の流入を抑制するために調査と対策を進めていますが、大雨時には、次のような排水削減のご協力をお願いします。
▽風呂のお湯を排水しない
▽洗濯機を使わない
▽節水を心掛けて洗い物をする
排水量が多い風呂や洗濯などは、雨が止んでから行うなどのご協力をお願いします。
問合せ　下水道課☎042（346）9560

自転車も止まって安全確認を

自転車事故の約５割は、交差点で発生しています。その多くが出会い頭の事故で自転車乗用者が安全確認や一時停止をしないで飛び出したことが原因です。
自転車事故を防ぐためには、信号や標識など交通ルールを守り、交差点では一度止まって左右の安全を確認することが大切です。

◆高齢者の自転車事故死者数が急増
都内では、交通死亡事故が多発し、中でも、１月～７月の高齢者の自転車事故死者数は、昨年１月～７月と比較して５倍と急増しています。また、市内でも７月に自転車乗用中の高齢者が亡くなる事故が発生しています。事故に遭わない、起こさないためにも交通安全を心がけましょう。
問合せ　交通対策課☎042（346）9827

陸上自衛隊中央音楽隊　小平演奏会

とき　12月19日（土）　午後２時～３時ごろ
ところ　ルネこだいら大ホール
※駐車場はありません。

行政書士無料相談会

とき　10月17日（土）　午前９時30分～午後４時
ところ　美園地域センター
内容　相続、遺言、家庭問題、持続化給付金や家賃支援給付金などの手続きの相談ほか
申込み　東京都行政書士会多摩中央支部・帯川へ☎090（3345）0447

子ども家庭支援センター　10月のプログラム

申込み　10月１日午前10時から電話で問合せ先へ（先着順）
問合せ　子ども家庭支援センター☎042(348)2100

	日　程	対象・定員	内　容
出張ひろば　わらべうたとわいわいトーク	10月13日(火)　午前10時～10時40分、11時～11時40分 東部市民センター和室	乳幼児と保護者 各回３組	わらべうたや手遊びをして遊ぶ お母さん同士の交流会
０歳さん集まれ	10月15日(木)・20日(火)・30日(金)　午前10時30分～11時 子ども家庭支援センター	０歳児と保護者 各回３組	親子のふれあい遊び
ことばの講座 コミュニケーションと言葉の育ち	10月17日(土)　午前10時30分～11時30分 子ども家庭支援センター	１歳９カ月から３歳までのお子さんの保護者 ※初回の方を優先。保育を希望する方はお問い合わせください。	心と体の育ちを理解しながら、ことばを育む関わり方を学ぶ
助産師さんによる相談会 りぼんの会	10月27日(火)　午前10時から、10時30分から、11時から 子ども家庭支援センター ※各回20分程度。	乳幼児と保護者 各回２組	個別相談会

※会場では、入場前に検温します。