

公民館の講座・イベント

日時 対象 内容 持ち物 講師 申込期限と実施場所

健康づくり講座 自分の健康は自分で守ろう 軽体操を学んでいつまでも元気に (全3回) 抽選 日 2月12日～26日の金曜日 午前10時～正午 対 市内在住・在勤・在学の方 内 軽体操を学び、自分の健康を守る 講 添田玲さん (健康運動指導士) 申 2月2日(火)まで(日曜・月曜日を除く)に、上水南公民館へ ☎042(325)4133
健康づくり講座 指圧でいきいき健康ライフ (全5回) 抽選 日 2月17日～3月24日の水曜日 (3月3日を除く) 午前10時～正午 対 市内在住・在学・在勤の方 内 家族にも喜ばれる指圧の初歩を学ぶ 講 近藤ひろみさん (元日本指圧専門学校講師) 申 2月3日(水)まで(日曜・月曜日を除く)に、大沼公民館へ ☎042(342)1888
防災・生活安全講座 親子で学ぼう 災害時にも役立つキャンプ術 抽選 日 3月6日(土) 午後2時～3時30分 対 市内在住の小学生を含む親子・家族 内 災害に備えて、実際に身近なものを利用して火を起こす 持 軍手、汚れてもいい服装 講 岩越健さん (東京都キャンプ協会副理事長) 申 2月12日(金)まで(月曜日を除く)に、花小金井南公民館へ ☎042(461)0861
防災・生活安全講座 備えよう 防災はじめての一步 (全2回) 抽選 日 3月11日・18日の木曜日 午前10時～正午 対 市内在住・在勤・在学の方 内 災害現場の一端で活躍している講師から、地震や豪雨災害時での判断方法と行動を学ぶ 講 天寺純香さん (SL災害ボランティアネットワーク常務理事) 申 3月2日(火)まで(日曜・月曜日、祝日を除く)に、小川公民館へ ☎042(343)3620
シニア講座 はじめての成年後見制度 これからも、安心して暮らしていくために 抽選 日 3月13日(土) 午前10時～11時30分 対 市内在住でおおむね60歳以上の方 内 成年後見制度の基礎を学ぶ 講 野村幹雄さん (司法書士) 申 2月19日(金)まで(月曜日を除く)に、花小金井南公民館へ ☎042(461)0861

※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。

障がい児理解連続講座 障がいのある子の豊かな生活のために必要なこと

障がいのある子や発達障がいが気になる子の成長が豊かになるよう、教育・子育て支援それぞれの専門家が話します。

とき 1月30日、2月13日・27日の土曜日 午後2時～4時 全3回
ところ 中央公民館
対象 市内在住の方
定員 30人
内容 障がいのある子の遊びの大切さ、おもちゃの使い方、障がいのある子を育てるための親同士のつながり
主催 白梅学園大学、小平市
申込み 1月26日(火)までに、はがきまたはファクシミリに住所、郵便番号、氏名、電話番号を記入のう

子育て講座 第1子の赤ちゃんとお母さんへ

はじめの一步
初めての子育てで嬉しいことや不安に思っていることなどを、みんなが共有し、子育てについて話し合います。

とき 2月25日～3月25日の木曜日 (3月18日は除く) 午前10時30分～正午 全4回
ところ 小平元氣村おがわ東2階
対象 2月25日の時点で生後5か月までのお子さん(第1子)とお母さん

ペアレントプログラム ストップイライラ どならない子育て

「イライラが止まらなくて、ついでに子どもに大声をあげてしまう」と悩んでいる保護者の方を対象にした講座です。子どもの気持ちに寄り添いながら感情をコントロールする方法を練習します。

とき 2月6日・27日の土曜日 午前10時～正午 全2回
ところ 小平元氣村おがわ東2階
対象 3歳から小学校低学年までのお子さんの保護者
定員 8組

ルネ鑑賞モニターを募集

ルネこたいら主催公演を鑑賞し、企画内容や当日の運営への意見・感想のレポートを提出する、ルネ鑑賞モニターを募集します。いただいた意見などは、今後のルネこたいらの企画運営に反映します。

活動期間 4月～令和4年3月
対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上で、年6回以上公演を鑑賞でき、意見交換会に参加できる方
定員 10人
内容 主催公演のモニターリング(無料招待)とレポート提出、年2回の意見交換会への出席
申込み 2月28日(日)まで(消印有効)に、応募用紙に必要事項を記入のうえ、問合せ先へ(送付・ファクシミリ可、申込み多数の場合は書

申込み 1月21日(木)の午前10時から、子ども家庭支援センターへ ☎042(348)2100
出産を控えた方 子育てをしている方 絵本や育児書をセットで貸し出し
出産を控えた方・3歳までのお子さんがある方とその家族を対象に、絵本や育児書を貸し出します。赤ちゃんにおすすめの絵本、離乳食や赤ちゃん小物の手芸などの実用書の貸し出しや、自宅で楽しめるわらわらのリストも用意します。
とき 1月23日(土)～3月7日(日)
対象 妊婦中の方・3歳までの子どもがいる方とその家族
※図書館利用カードの登録が必要です。
内容 絵本や実用書(3冊程度)、育児書・絵本・わらわらのリスト
申込み 1月23日(土)の午前10時

類選考) ※応募用紙はルネこたいら、公民館、図書館にあります。また、ホームページからダウンロードもできます。

問い合わせ 小平市文化振興財団「ルネ鑑賞モニター」係 (〒187-0004 1 美園町1-8-5) ☎042(345)5111、FAX 042(345)9951

美しい竹の響き ベトナム竹楽器 トルンの世界

ルネこたいらサロコンサート 一流アーティストの演奏をトーク付きでお届けします。
とき 2月18日(木) 午後7時開演
ところ ルネこたいら中ホール
※駐車場はありません。
費用 1千500円(全席指定)
※小学校入学前のお子さんの入場は

から、希望する内容を各図書館へ(電話可)
※花小金井北分室、小川分室、上水南分室での受取りを希望する方は、中央図書館へ。
問合せ 中央図書館 ☎042(345)1246、仲町図書館 ☎042(344)7151、花小金井図書館 ☎042(467)1215、小川西町図書館 ☎042(343)1200、喜平図書館 ☎042(325)1300、上宿図書館 ☎042(344)3360、津田図書館 ☎042(341)1245、大沼図書館 ☎042(342)2001



ご遠慮ください。
出演 小栗久美子(トルン)、森川拓哉(ヴァイオリン・ピアノ)
曲目 ベトナム北部民謡「インラ1オイ」、小栗久美子(森川拓哉編曲)「風」ほか
申込み ホームページまたは電話でルネこたいらチケットカウンターへ ☎042(346)9000
問い合わせ ルネこたいら小平市文化振興財団 ☎042(345)5111 city.kodaira.jp

ジン・マサフスキーのマジックショーとマジック体験

見どころ満載のマジックショーで楽しいマジック体験もあります。
とき 3月6日(土) 午前10時30分～正午
ところ 中央公民館
対象 市内在住の5歳から中学生までとその保護者
申込み 2月19日(金)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、参加者の氏名(ふりがな)・年齢、電話番号、件名をマジックショーと記入のうえ、中央公民館へ(申込み多数の場合は抽選) ☎042(341)0861、kominkan-koza@city.kodaira.jp

子ども家庭支援センター 2月のプログラム			
申込み 1月21日(木)の午前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	
東部出張ひろば わらわたとわいわいトーク 2月9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	わらわたと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 2月12日(金) ①午前10時30分～11時、②午後2時～2時30分 2月26日(金) ①午前10時30分～11時、②午後2時～2時30分 子ども家庭支援センター	①低月齢児(3～6か月児) ②高月齢児(7～11か月児) 各回5組	0歳児ならではの手遊びやわらわたとをしながらの親子の座談会	
助産師さんによる相談会 りぼんの会 2月16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	乳幼児と保護者 各回2組	個別相談会	
双子ちゃん、三つ子ちゃん集まれ 2月19日(金) 午前10時30分～11時30分 子ども家庭支援センター	多胎児の親子、多胎児を妊娠中のママ、パパ 3組	多胎児の保護者の交流会	

※会場では、入場前に検温します。