市民講座

◆ヘルシークッキング
とき　9月20日～11月22日の水曜日　午後1時30分～3時30分　全10回
ところ　小川西町公民館
費用　材料費5千円
対象　市民
定員　24人
内容　懐石、正月前菜、シーフードほか
講師　松田郁子さん（料理研究家）
持ち物　エプロン、ふきん、持ち帰り用容器
申込み　9月13日（水）まで（月曜日を除く）の午前9時から午後9時までに、小川西町公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月15日（金）までに当選者のみに連絡）☎042（343）1415

◆英国式フラワーアレンジメント
とき　9月22日～12月15日（11月3日・10日・24日を除く）の金曜日　午後1時30分～3時30分　全10回
ところ　小川公民館
費用　花材費8千円（1回につき8百円）
対象　市民
定員　20人
講師　藤井志緒美さん（国際フラワーアレンジメント協会公認講師）
申込み　9月6日（水）～9日（土）の午前9時から午後5時までに、小川公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月13日（水）までに当選者のみに連絡）☎042（343）3620

◆気になる児童期の子育て
とき　9月27日～11月29日の水曜日　午前10時～正午　全10回
ところ　小川公民館
費用　無料
対象　市民
定員　20人
※保育10人あります（6か月児から学齢前まで）。9月20日（水）に保育説明会を行います。
講師　福井里江さん（東京学芸大学助教授）ほか
申込み　9月6日（水）～9日（土）の午前9時から午後5時までに、小川公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月12日（火）以降に当選者のみに連絡）☎042（343）3620

◆歴史から学ぶ憲法
とき　9月29日～12月8日（11月3日を除く）の金曜日　午前10時～正午　全10回
ところ　中央公民館
費用　学級費3百円、おやつ代6百円（保育付きの方のみ）
対象　市内在住・在勤・在学の方
定員　60人
※保育10人あります（6か月児から学齢前まで、3人以上で開設）。9月22日（金）の午前10時から、保育説明会を行います。
内容　権利章典、独立宣言、人権宣言、ドイツ憲法史、日本国憲法史ほか
講師　内藤光博さん（専修大学教授）
申込み　9月13日（水）まで（月曜日を除く）の午前9時から午後9時までに、問合せ先へ（電話・ファクシミリ・電子メール可、申込み多数の場合は抽選し、9月20日（水）までに当選者のみに連絡）
問合せ　中央公民館☎042（341）0861、FAX042（341）0883、電子メールkominkan@city.kodaira.lg.jp

◆女性のためのストレスに負けない　心もからだも美しく健康に
とき　10月4日～11月22日（10月18日を除く）の水曜日、10月20日、12月1日・8日の金曜日　午前10時～正午　全10回
ところ　中央公民館
費用　無料（保育付きの方はおやつ代6百円）
対象　市民
定員　30人
※保育20人あります（6か月児から学齢前まで）。9月27日（水）の午前10時から、保育説明会を行います。
内容　プレ更年期、女性特有のストレスの対処法・解消法、ゆる体操による女性のための健康体操ほか
講師　堀口雅子さん（銀座女性成人病クリニック副院長）ほか
申込み　9月18日（月・祝）まで（必着）に、往復はがきの往信用裏面に講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、保育を希望する方は、お子さんの氏名（ふりがな）・性別・生年月日、保育を落選した場合の受講の有無を記入のうえ、問合せ先へ（電子メール可、申込み多数の場合は抽選し、9月19日（火）以降に全員に結果を発送）
問合せ　中央公民館（〒187－0032　小川町二丁目13225番地）☎042（341）0861、電子メールkominkan@city.kodaira.lg.jp

◆初級英会話　海外旅行で買い物を
とき　10月4日～12月6日の水曜日　午前10時～正午　全10回
ところ　津田公民館
費用　学級費3百円
対象　市民
定員　20人
※保育10人あります（6か月児から学齢前まで）。9月27日（水）の午前10時から、保育説明会を行います。
講師　パメラA・松本さん（上智大学などで講師歴任）
申込み　9月19日（火）まで（月曜日を除く）の午前9時から午後9時までに、津田公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月21日（木）までに当選者のみに連絡）☎042（342）0863

金曜市民劇場

太陽の子

ふうちゃんの両親は、神戸の下町で沖縄料理店を営む。店には沖縄の出身者がよく集まり、そこで交わされる話の中から、沖縄の過酷な歴史に目を開かれていく。原作…灰谷健次郎、監督…浦山桐郎。1980年、劇映画、カラー。
とき　9月15日（金）午後7時～9時30分
ところ　中央公民館
費用　無料
定員　60人
申込み　当日、会場へ（先着順）
問合せ　中央公民館☎042（341）0861

市民学習奨励学級

◆私たちの生活と憲法
とき　9月21日、10月5日・19日、11月2日・16日の木曜日　午前10時～正午　全5回
ところ　中央公民館
費用　無料
定員　40人
講師　山崎眞秀さん（元静岡大学教授）
主催　小平市教育委員会
企画・運営　市民サークル「憲法と生活」
申込み　9月19日（火）までに、竹内へ☎・FAX042（463）6745

子育て相談・女性相談

市では、子育ての不安や悩みを抱えている子育て中の方を対象とした「子育て相談」と、生き方や家族のことなどで悩みを抱えている女性を対象とした「女性相談」を実施しています。
専門の相談員が対応し、相談内容の秘密は固く守ります。

とき　月曜～土曜日（日曜日、祝日、年末年始を除く）
ところ　健康センター
相談時間　▽女性相談…午前10時～午後4時
▽子育て相談…午前9時45分～午後5時30分
相談専用電話　▽女性相談☎042（345）2415
▽子育て相談　☎042（345）2416

行政書士無料相談会

とき　9月22日（金）午後1時～5時
ところ　中央公民館
内容　相続、遺言、家庭問題など
主催　東京都行政書士会多摩中央支部
申込み　当日、会場へ
問合せ　宮川☎042（467）0458

夜間講座

◆指圧入門
とき　9月22日～12月8日（10月20日、11月3日を除く）の金曜日　午後7時～9時　全10回
ところ　小川西町公民館
費用　教材費1千2百円
対象　市内在住・在勤の方
定員　20人
内容　上肢・下肢・腹部横臥位などの指圧療法
講師　金子泰隆さん（日本指圧専門学校教員）
持ち物　タオル2枚
※動きやすい服装で参加してください。
申込み　9月13日（水）まで（月曜日を除く）の午前9時から午後9時までに、小川西町公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月15日（金）までに当選者のみに連絡）☎042（343）1415

◆初めて中国語会話を学ぶ
とき　9月30日～12月9日（10月28日を除く）の土曜日　午後6時30分～8時30分　全10回
ところ　花小金井北公民館
費用　教材費2千百円
対象　市内在住・在勤・在学の方
定員　20人
講師　王紅さん（中国語講師）
持ち物　筆記用具
申込み　9月9日（土）までの午前9時から午後5時までに、花小金井北公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月14日（木）までに当選者のみに連絡）☎042（462）5790

ジュニア講座

◆絵に文字とことばをそえて伝えよう
とき　9月30日～11月11日（11月4日を除く）の土曜日　午前10時～正午　全6回
ところ　花小金井南公民館
費用　教材費2千円
対象　市内在住の小学3年生～中学生（保護者同伴可）
定員　15人
講師　曽根敦子さん
持ち物　水彩絵具（12色）、水彩用筆（大・中各1本）、筆洗い器、習字用下敷き、ポケットティッシュ
申込み　9月12日（火）まで（月曜日を除く）の午前9時から午後9時までに、花小金井南公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月15日（金）までに当選者のみに連絡）☎042（461）0861

◆ホッとHOTこだいらファミリーデイ参加事業　親子でスポーツテーピングと障害予防を学ぼう
とき　10月14日～11月25日（11月4日を除く）の土曜日　午後1時30分～3時30分　全6回
ところ　仲町公民館
費用　学級費5百円、教材費5百円（親子1組）
対象　市内在住の小・中学生とその保護者
定員　15組30人
講師　夏井裕明さん（東京女子体育大学教授）ほか
持ち物　タオル
※運動のできる服装で参加してください。
申込み　9月10日（日）までの午前9時から午後9時までに、仲町公民館へ（電話可、申込み多数の場合は抽選し、9月12日（火）以降に当選者のみに連絡）☎042（341）0862

家庭教育学級

乳幼児との関わり

とき　10月5日～12月21日（11月23日を除く）の木曜日　午前10時～正午　全11回
ところ　中央公民館
費用　無料（保育付きの方はおやつ代7百円）
対象　市民
※過去に家庭教育学級を受講した方は、ご遠慮ください。
定員　30人
※保育20人あります（6か月児から学齢前まで）。9月28日（木）の午前10時から、保育説明会を行います。
※お子さん同席での受講は、ご遠慮ください。
内容　病気やけがなどへの対処法、心にひびく上手なほめ方・しかり方、親子で楽しむ絵本の世界ほか
講師　辻千秋さん（ちあきこどもクリニック院長）ほか
申込み　9月18日（月・祝）まで（必着）に、往復はがきの往信用裏面に「家庭教育学級申込み」と明記し、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、保育を希望する方は、お子さんの氏名（ふりがな）・性別・生年月日、保育を落選した場合の受講の有無を記入のうえ、問合せ先へ（電子メール可、申込み多数の場合は抽選し、9月19日（火）以降に全員に結果を発送）
問合せ　中央公民館（〒187－0032　小川町二丁目13225番地）☎042（341）0861、電子メールkominkan@city.kodaira.lg.jp

ご利用ください　無料相談

相談名	相談日	定員	相談時間など	申込み・問合せ
法律相談	9月14日(木)	各20人	予約制 午後1時～4時	秘書広報課 市民相談担当 042(346)9508
	9月21日(木)			
	予約は9月6日(水)の午前8時30分から相談希望日の午後1時まで（土曜・日曜日、祝日を除く、電話可）。			
税務相談	9月13日(水)	各10人	・相談時間 午後1時～4時 ・申込み受付 秘書広報課窓口 (市役所1階) 相談日当日の午後0時30分までに複数の申込みがある場合は相談の順番を抽選 (その後の申込みは先着順、午後3時まで受付)	
	9月25日(月)			
行政相談	9月20日(水)			
登記相談	9月12日(火)			
住宅・不動産相談	9月26日(火)			
相続・暮らしの手続相談	10月12日(木)			
交通事故相談	9月5日(火)			
	9月19日(火)			
年金・労務相談	9月6日(水)			
人権相談	9月15日(金)	各5人		
家庭相談	9月11日(月)			
市民相談	月曜～金曜日（祝日を除く） 市に対する意見、要望、その他		午前8時30分～午後5時	