



小金井 2016.12/1 No.464 月刊 こうみんかん

編集・発行 小金井市公民館 小金井市本町2-15-11 TEL042-383-1184

起きます！ 起こせます！
あなたの想いを！
見つけよう！ 僕・私。
仲間へのメッセージを。
この場所で！

学んで、さわって、育てる。「きたまちセンターの花づくり」講座

■プランターの土を育てよう！

貫井北分館で9月にスタートした「きたまちセンターの花づくり」講座。今年度のテーマは土作りです。



一昨年、昨年と寄せ植えに使っていた土の水はけが悪くなったため、今回の講座はリサイクル方法をグリーンアドバイザーの尾路紀恵さんから学びました。

コンテナ栽培は水やりの回数が多いため、鉢底に微塵が溜まり、根腐れをおこしやすいのです。

まず鉢の土を乾かして、作業しやすくします。乾燥した土を目の粗いふるいにかけて、鉢底の石や残っている根を取り除きます。



ふるった土は黒いビニール袋に入れ、しっかりと湿らせて密封し、コンクリートの上に置いて3、4日直射日光に当て

病原菌や害虫の卵を駆除します。

この土に、全体の2割程度の腐葉土や堆肥を加え、新しい培養土を1割加えました。

今回の再生では、市のごみ対策課が配布しているサラサラの「食品リサイクル堆肥」を活用しました。



■藤棚の下にミニ花壇を作る

貫井北分館の南東側に藤棚があります。この場所を花壇に活用するのも、今回のチャレンジです。

土の掘り返し、砂利や土のかたまりを取り除き、堆肥と赤玉土を混ぜ込みました。今年度は200×50cm程度のミニ花壇ですが、今年度はもっと広がっていきたいと思っています。



■球根を植えて、来春を楽しみに待つ

11月、生まれ変わった土に秋冬の植物を植え込みました。

ビオラやストックなどの一年草の脇に、昨年から育てている多年草のガーデンシクラメンやヒューケラを配置しました。

花壇にはチューリップとムスカリの球根が100球以上眠っていて、順々に咲くように工夫しています。

早咲きは3月下旬の「貫井北センターまつり」の頃、可愛い姿が見られる予定です。

受講生のみなさんと大切に育てていきます。



ウインターコスモス、カルーナ、ジュリアン



ハボタン、パンジー、アリッサム



チューリップはアンジェリカ、サンネ、タルダ、ライラックワンダーの4種

食品リサイクル堆肥 主成分：窒素全量 2.9%
リン酸全量 4.5% カリ全量 1.3% 炭素窒素比 6.2

市民講座

「やさしく学ぶ日本経済と暮らし」 東分館

日本経済は今どういう状況にあり、課題はどんなことがあるのか等、わかりやすく講師にお話をいただきます。

日程	内 容
1/20	戦後の世界経済を振り返る
2/3	世界と日本の経済関係を考える
2/17	日本経済の現状と暮らしを考える

※一部内容が変わることがあります。
※いずれも金曜日、午前10時～正午。

講 師 松川誠一さん（東京学芸大学教授）
と ころ 公民館東分館集会室
対 象 市内在住・在勤・在学の方
定 員 40人（申込順）
参加費 無料
申 込 12月16日（金）から電話または直接公民館東分館
（☎042-384-4422）へ。

成人学校 「HAPPY コンサート ～みんなの音楽会～」 東分館

キーボードなど打楽器とフルートの魅力あふれる演奏会です。楽器に触ったり、手拍子や足拍子などで一緒に音楽会を楽しみませんか。

と き 1月13日（金）午前10時30分～11時30分
と ころ 公民館東分館集会室
講 師 崎村潤子さん（打楽器奏者）、崎村夏彦さん（フルート奏者）
対 象 市内在住・在勤・在学の方
募 集 40人（申込順） 参加費 無料
申 込 12月16日（金）から電話、または直接公民館東分館
（☎042-384-4422）へ。

「ウィンターコンサート」 貫井北分館

夕方のひととき、合唱や楽器の音色とハーモニーを楽しみませんか。大学生が日頃の成果を発表する無料コンサートです。

と き 12月21日（水）午後5時～5時20分
と ころ 貫井北センター1階ロビー
演 奏 東京学芸大学 中地雅之ゼミの皆さん
曲 目 四季の移り変わりを感じられる音楽をお届けします。
参加費 無料（申込不要、直接会場へ）
問合せ 公民館貫井北分館（☎042-385-3401）



ー昨年のウィンターコンサート

成人学校 「ほぐしてゆったり

毎日をごきげんに過ごす魔法」 東分館

この講座では、「毎日をごきげんに過ごす」ためのリフレッシュとリラクセスに挑戦します。

身体をほぐして、気持ちをゆったりさせて、ごきげんになれる力をUPしましょう。

日程	内 容	講 師
1/18	身体の魔法 ストレッチヨガ 身体をやさしくほぐしてリフレッシュ	菊地美里さん （ヨガインストラクター）
1/25	気持ちの魔法 マインドフルネス 気持ちをゆったりさせてリラクセス	田副真美さん （臨床心理士）

※いずれも水曜日、午前10時～正午。

と ころ 公民館東分館和室、集会室
対 象 市内在住・在勤・在学の保護者の方
定 員 20人（申込順）
そ 他 保育あり10人まで（2歳以上、要事前相談）
参加費 無料
持ち物 バスタオルまたはヨガマット
申 込 12月16日（金）から電話または直接公民館東分館
（☎042-384-4422）へ。

2016年

「青少年のための科学の祭典」開催報告

今年の科学の祭典は東京学芸大学で、10月9日に開催されました。

公民館運営審議会の出店テーマは「昔遊びの科学」です。

昨年に続き、出し物としてストロー笛、ぶんぶんコマ、スポーツ吹き矢を実施しました。スポーツ吹き矢は今年新たに取り組みました。

それが予想以上に好評で親子連れのお客さんが行列をなして楽しんでいただけました。

どのカテゴリーも子ども達にとっては貴重な体験になったと思います。

来場者に最高のおもてなしができました。

（公民館運営審議会委員 島山重信）

月刊こうみんかん 市民投稿の話題を募集！

月刊こうみんかんに貴方の書いた記事を載せてみませんか？

●「心に残った一冊・名画・音楽」

あなたのおきのお薦めを思い出や感想と共に投稿してみませんか？

月刊こうみんかん・公民館主催講座への感想もお待ちしております。

問合せ 公民館本館
（〒184-0004 小金井市本町2-15-11）
☎042-383-1184 FAX042-387-1226
✉k020499@koganei-shi.jp



平成28年度 高齢者学級 報告

高齢者学級は、市内在住60歳以上の方を対象とした公民館主催講座です。
毎年4月に各館にて受講者を募集し、約半年間、公民館または野外で様々な学習を行います。
健康・趣味、教育の学習を深め、仲間づくりの場所になっている各学級の様子を報告します。

本館 「シルバー大学」
5月18日～11月9日 (全16回)
原則水曜日 午後1時～3時30分

本館の高齢者学級が「シルバー大学」と名称変更して24年目になります。今年も1月末から準備会(13人参加)で企画を進め、特徴である政治・経済・国際・環境・技術革新・健康・地域等の課題を取り上げました。

毎回50人以上が出席、それぞれのテーマに応じた専門の講師を招き、今日的で満足度の高い講座になりました。



市長講演

貫井南分館 「けやき学級」
5月11日～11月16日 (全22回)
原則水曜日 午前10時～正午

「けやき学級」は、座学(時事問題、歴史、経済等)・野外研修(山梨リニア実験線、根津記念館、渋沢栄一記念館ほか)等、わかりやすく親しみ易い講座をつくり上げています。

近隣の施設を班員で検討し今年度は、繊維科学館(東京農工大学)、太宰治記念館(三鷹市)等を訪れ、それぞれの学習意欲を奮い立たせました。



野外研修

東分館 「くりのみ学級」
5月13日～12月9日 (全20回)
原則金曜日 午前10時～正午

東分館の「くりのみ学級」は、この地域の「御栗林」に由来した名前です。

今年度は国文学研究資料館(立川)で、この史実が書かれた江戸時代の和書を見ることができました。

「実践と経験 いきいきとコミュニケーション」というテーマをもとに、館内座学・野外研修で暮らしの中のワクワクをたくさん見つけることができました。



声格を変える発声と滑舌練習

緑分館 「みどり・朴の樹学級」
5月11日～12月14日 (全15回)
原則水曜日 午前10時～正午

みどり・朴の樹学級の目的の一つに、生きがいを見つけることがあります。

そのため、様々なことに興味を持ち、その後も続けていただけるように、講座の内容も座学だけではなく、水彩画、料理、楽書、体操などバラエティに富んだものになるように工夫しています。

学級生のみなさんは、好奇心旺盛で、新しいことにも積極的に挑戦されています。また、班で活動しますので、講座を通じて学級生同士交流があり、仲間づくりの場にもなっています。



調理実習

貫井北分館 「はなみずき学級」
5月11日～29年3月22日 (全18回)
原則第2・4水曜日 午前10時～正午

9月の懇親会で、前半のプログラムに関するアンケートを実施しました。フルーツコンサート、野外研修、色鉛筆画などが好評でした。

「毎週だと大変だが、1週おきだと参加しやすい」「1人暮らしのため、みんなと会話ができるだけで楽しい」

「今までやったことのない新しいものに出会えたらいい」「もっと親密なつながりができるような工夫がほしい」後半に向けて、様々な意見をいただきました。



インドネシアの楽器と踊り

本館 「生きがい広場」 ※今回は市民講座枠で実施
5月9日～11月28日 (全16回)
原則月曜日 午前10時～正午

「生きがい広場」は高齢期をいきいきと過ごすこと、生涯学習と仲間づくりの場を提供することを目的として開催しています。

今年度も歴史や俳句などの学習のほか、野外研修や体操、落語など、体を動かしたり笑ったりできる様々な講座を実施し、回を重ねるごとに参加者同士の交流も深まっています。



男と女のおしゃれ術

◆ 12月の公民館主催事業募集情報 ◆

公民館メールアドレス k020499@koganei-shi.jp

小金井市公民館	公民館貫井南分館	公民館東分館	公民館緑分館	公民館貫井北分館
本町 2-15-11 ☎ 042-383-1184 FAX 042-387-1226	貫井南町 4-3-23 ☎ 042-383-1168 FAX 042-387-1228	東町 1-39-1 ☎ 042-384-4422 FAX 042-387-1229	緑町 3-3-23 ☎ 042-387-7301 FAX 042-387-7300	貫井北町 1-11-12 ☎ 042-385-3401 FAX 042-385-3402
		☆市民講座「やさしく学ぶ日本経済と暮らし」 ☆成人学校「ほくしてゆったり毎日をごきげんに過ごす魔法」 ☆HAPPYコンサート～みんなの音楽会～ 市報12月15日号に詳細		

サークル紹介

「小雀基友会」

そろそろ20年を迎える囲碁のサークルです。

当時、半年間の囲碁の講習会が公民館東分館で開催されており、講習会参加者の「このまま解散してしまうのはもったいない。これからも集まって囲碁を続けましょう」という意図から自主サークルを立ち上げました。

小雀（こすずめ）という可愛い名前がついているのは、自主サークル発足時に女性の囲碁グループだったからです。男性が参加するようになったのはここ10年くらいです。



20年も続いているのかと思うとその時間の長さに驚きますが、毎回毎回の手合わせの時間はあっという間に過ぎてしまいます。この習慣をずっと続けてきたということになりますね。

続いた秘訣は「囲碁を心から楽しんできた」というところにあると思います。

もちろん上達したいという気持ちもありますが、いつも心がワクワクしていて、楽しいという気持ちが一番です。

高段者の指導もあり、「ここはどうしたらいいの?」という会話が飛び交っています。初級者から気軽に楽しめる囲碁のグループです。

公民館東分館で和やかに手合わせしています。女性大歓迎です。どうぞ見学にいらしてください。

活動日 原則毎週水曜日

時間 午後1時～5時

場所 公民館東分館

問合せ先 電話0422-36-7585 (高草)



第516回 市民映画会

「故郷」

(1972年、山田洋次監督、96分)

瀬戸内に暮らすある一家が決断する人生の選択を通して、故郷への哀愁や揺れ動く心の機微を描きます。

巨匠・山田洋次監督が贈る〈民子シリーズ〉第二作。

出演：井川比佐志、倍賞千恵子、伊藤千秋、伊藤まゆみ、笠智衆、渥美清、前田吟、田島令子、矢野宣、阿部百合子 他

とき 12月17日(土)
① 午前10時30分～
② 午後3時30分～

ところ 公民館貫井北分館学習室A、B

入場 無料
当日直接会場で先着70人
いずれも30分前開場

問合せ先 公民館本館 (☎042-383-1184)

■ITサポートセンター こがねいパソコン相談室■

ITサポートセンターこがねい運営協議会のボランティアスタッフの協力を得て、こがねいパソコン相談室を各公民館で開催しています。

パソコンの操作で困っている方、インターネットやメールの仕方など、パソコンに関する相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

開催時間 毎週日曜日と水曜日の午後1時から3時
※都合により開催できなくなる場合もありますので、事前に各公民館にお問い合わせください。

※12月25・28日はお休みです。

開催場所 公民館本館・貫井南分館・東分館・緑分館
・貫井北分館

費用 無料

対象 市内在住・在勤・在学の方

問合せ先 公民館本館 (☎042-383-1184)