国分寺市立公民館だより
けやきの樹
令和8(2026)年
11月15日号
No.733
編集・発行：国分寺市立公民館

国分寺市立公民館ホームページ
https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/gakushu/kouminkan/

公式エックス
国分寺市子ども・教育
@koku_kodokyou

凡例 日日時 内内容 講講師 指指導 場場所・会場 対対象 定定員 ¥費用 持持ち物 保保育あり 託託児あり ᯤオンライン 催主催・共催 協協力 企企画 申申込方法 問問い合わせ 🖷ファックス ✉メール 注注意事項

くぬぎ教室50周年記念事業 展示会～くぬぎのあゆみ～

期間　12月5日(土)～13日(日)
時間　午前9時～午後5時(土日は午後4時30分まで)
場所　市役所1階多目的スペース

公民館で行われている、知的障害のある方のための「くぬぎ教室」は昭和51(1976)年に始まり、今年50周年を迎えます。本多・恋ケ窪・並木公民館ではそれぞれ特徴のある活動をしています。これまでの歴史やその様子を紹介します。

催くぬぎ教室50周年記念事業実行委員会　本多公民館　恋ケ窪公民館　並木公民館

【同時開催】ワークショップ（所要時間20分程度）　くぬぎ教室で取り組んでいるカレンダー作りを一緒に体験します。だれでも参加できます。



日12月5日・12日(土)　午前10時～11時30分
12月6日・13日(日)　午後2時～3時30分　12月11日(金)午後3時～4時30分
場市役所 協くぬぎ教室参加者 くぬぎ教室運営スタッフ 申不要。直接上記展示会会場へ

ワークショップサポーター募集　上記ワークショップの実施にあたり、サポーターを募集します

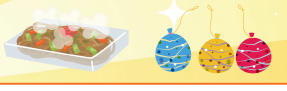
障害のある方と一緒に楽しむためのポイントを学びましょう。
日11月29日(日)　午後2時～3時30分
講中塚寿子さん(クラフト作家)
　和泉澤賢司さん(特別支援学校教員)
内カレンダー作り・サポートのための事前レクチャー

カレンダー作りのサポート
日上記ワークショップ日程のうち希望する日

場市役所　対中学生以上　定12人
催国分寺市立公民館
協くぬぎ教室参加者
　くぬぎ教室運営スタッフ
　国分寺市立公民館障害者施策協議会
申11月17日(火)午後1時から二次元コード、電話または直接本多公民館へ(先着順)

並 子どもまつり ～興味わくワク体験まつり～

日11月22日(日)　午前10時30分～午後2時30分
　※開場は10時15分から
場第五中学校　催しんまち児童館　並木図書館　並木公民館
協第五中学校



子どもから大人まで、地域のみんなで楽しむおまつりです。

模擬店　※有料
スモア　ココア　焼きそば　綿あめ　豚汁　ピザパン　フランクフルト　ぜんざい　ほか

体験・催し物　※一部有料
ネイル　ヨーヨー釣り　スライム　くじ引き　ロープ橋渡り　輪投げ　消防車と記念撮影　プログラミング体験　野球　逃走中ゲーム　ワークショップ　ホッチと記念撮影　ほか

発表・ステージ
おはなし会　子どもの特技発表会　朗読劇　映像上映　子どもパントマイムショー　ビンゴ大会　ほか

持上履き　外靴を入れる袋
注車での来場はご遠慮ください。詳しくはホームページ、パンフレットをご覧ください

並 北町親子ひろばとの共催事業
みんなであそぼう クリスマスリトミックと親子ひろば体験



楽しい音楽に合わせて体を動かしたあと、2階の親子ひろばで遊びます。親子で過ごせる地域の居場所を体験してみませんか。

日12月21日(月)　午前10時～11時30分
講宮﨑梨佳さん(音楽講師)
場北町地域センター
対生後6か月～3歳児とその保護者
定7組　催北町親子ひろば　並木公民館
申11月29日(日)までに二次元コードへ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日正午以降先着順



恋 韓国料理講座
手軽に作れる韓国キムチ

韓国の家庭料理、キムチを白菜で作ります。韓国の食文化にまつわる話を聞きながら、家庭でも楽しめるキムチ作りを学びましょう。

日12月9日(水)　午前10時～午後0時30分
講鈴木明美さん(韓国家庭料理研究家)
場ひかりプラザ　定15人
¥2,000円(材料費として当日集金)
持エプロン　タオル　ジッパー付き保存袋
申11月26日(木)までに二次元コードへ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

本 第21回　ロビーコンサート
クリスマスの夕べ

美しい音色とおいしいコーヒーを味わいながら至福のひとときを過ごしませんか。

日12月12日(土)　午後5時～6時45分
　※開場は30分前
■出演　Lumière Saxophone Ensemble
　国分寺チェンバークワイア＆国分寺ジュニア・ミュージック・シアター
　シャミナードクラブ　レ・プティ
場本多公民館　定150人
¥前売り券500円(飲み物・お菓子代)
催喫茶ほんだ　本多公民館
申11月17日(火)から喫茶ほんだで前売り券を販売。※受付は午前10時～午後5時(土曜日は午後2時まで。毎週日曜日、第1・3月曜日は除く)

本 ヴァイオリンコンサート
クリスマスに贈る弦の調べ

おなじみのクリスマス曲とクラシックの名曲を奏でます。ホールに響く美しい音色を地域のみなさんと一緒に楽しみましょう。



日12月20日(日)
　午後2時30分～4時15分
　※開場は30分前
■出演　三谷本太一(ヴァイオリニスト)
■曲目　華麗なるポロネーズ　愛の三部作
　ツィゴイネルワイゼン　夢の後に　ほか
場本多公民館　定150人
申11月17日(火)午後2時から二次元コード、電話または直接本多公民館へ(先着順)

恋 美術鑑賞講座
印象派の殿堂 オルセー美術館への誘い

展覧会「オルセー美術館所蔵　今を生きる歓び」の開催に合わせ、19世紀の西洋美術史を学びます。

①	12/10・17(木)　午後2時～4時 講斎藤陽一さん (美術ジャーナリスト) 場恋ケ窪公民館　定30人
②	1/7(木)　午後1時～4時 東京都美術館で作品を観賞しよう 場東京都美術館(台東区) 定①参加者のうち希望者のみ ¥2,400円(入館料として当日集金) ※65歳以上1,600円



申11月25日(水)までに二次元コード、電話または直接恋ケ窪公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

公民館運営審議会日程

どなたでも傍聴できます。
日11月27日(金)　午後2時～4時
場本多公民館　申不要。直接会場へ

公民館	本 本多	恋 恋ケ窪	光 光	も もとまち	並 並木
住所	〒185-0011 本多1-7-1	〒185-0013 西恋ヶ窪4-12-8	〒185-0034 光町3-13-19	〒185-0022 東元町2-3-13	〒185-0005 並木町2-12-3
電話番号	(042)321-0085	(042)324-1926	(042)576-3991	(042)325-4221	恋ケ窪または光へ
休館日 11月	16日(月)	16日(月)、23日(祝・月)			休館中 令和10年2月まで (予定)
休館日 12月	7日(月)	21日(月)、28日(月)午後5時以降			
年末年始	12月29日(火)～1月3日(日)　※12月28日、1月4日は午後5時以降休館				
受付期間	抽選申込期間は、使用前々月の11日～19日です。それ以降の施設予約は、使用前月の初日の午前9時からインターネットまたは公民館窓口(初日が休館日の場合は翌開館日)にある専用端末機での受付になります。システムを使用した予約は使用日の4日前までです。詳しくは各公民館にお問い合わせください。				

主催事業は市内在住・在勤・在学の方対象です。市外の方が参加できる事業もありますので、各公民館にお問い合わせください。参加費は無料です。材料費は個人負担です。本人都合での取り消しの場合はお支払いいただきます。複数回ある事業は、全回参加が基本です。

も 出張　もとまち公民館

雪のオーナメントをつくろう

ぶんぶんウォークの会場にもとまち公民館が出張します。ペーパークラフトを作って、お部屋やツリーを飾りましょう。



日11月22日(日)
午前10時～午後３時30分
※雨天時は翌日順延
両日とも荒天時は中止
場真福寺児童遊園地
定80人(先着順)　申不要。直接会場へ

も 社会教育実習生とつくる講座

やさしい音色の魔法
～ハンドチャイムを響かせよう～

柔らかな音色の楽器を奏で、その響きを体験します。日常を離れ、ほっと一息つける癒しの時間を過ごしてみませんか。



日12月13日(日)　午後２時～４時
指トーンチャイム響
場もとまち公民館　定12人
¥300円(お茶菓子代として当日集金)
申11月24日(火)までに二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

光 子育て応援講座

子どもと私の心の土台づくり

幼少期の子どもの自己肯定感を育む関わり方を学びながら、自分自身の気持ちにも目を向けてみませんか。心を整えるアロマスプレー作りも体験します。



日12月１・８・15日(火)
午前10時～正午
講引馬彩子さん
(NPO法人こどものみらいプロジェクトゆめどり)
場光公民館　定12人
¥500円(お茶代・材料費として初回集金)
託生後６か月以上の未就学児７人
おやつ代　子ども１人150円(３回分初回集金)
申11月19日(木)までに二次元コードへ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

本 人権講座

知識と身体で学ぶ護身術

子どもが自分自身を大切にする気持ちを育み、考えます。また、子どもを危険から守る実践プログラムを親子で体験して理解を深めます。



日12月５日(土)　午後２時～４時
講OGAインストラクター(護身術指導員)
場本多公民館　対小学生とその保護者
定12組
持動きやすい靴・服装　軍手または手袋
申11月26日(木)までに二次元コードへ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日正午以降先着順

も くらしの技術講座

花のあるくらし

花はストレスを和らげ、目を楽しませてくれます。日持ちする水揚げの仕方や、ペットボトルでもできる簡単な花の生け方を学びましょう。



日12月16日(水)　午前10時～正午
講川端真紀さん(フローリスト)
場もとまち公民館　定16人
¥1,800円(材料費として当日集金)
持花ばさみ　持ち帰り用のビニール袋
花器(持っている方のみ)
託生後６か月以上の未就学児６人
おやつ代　子ども１人20円(当日集金)
申11月30日(月)までに二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

も 市民がつくる講座

ねんどでつくろう 国分寺の水辺

紙粘土やビーズを使って、ホタルやトンボなどの生き物や植物を作ります。水辺の風景をミニチュアサイズで表現してみませんか。



日12月19日(土)　午前10時～正午
指東京学芸大学生　場もとまち公民館
対小学生以上(小学２年生までは保護者同伴)
定16人　¥300円(材料費として当日集金)
催東京学芸大学生涯学習教室
もとまち公民館運営サポート会議
もとまち公民館
協蛍よもう一度の会
申11月25日(水)までに二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

光 障害を理解する講座

アスリートとして生きること

デフリンピックやパラスポーツ競技の特徴、これまでの経験を通して学んだことを聞きます。



日①12月19日(土)　②12月26日(土)
午前10時～正午
講①亀澤理穂さん
(デフ卓球日本代表)
②網本麻里さん
(車いすバスケットボール日本代表)



場光公民館　定20人
申11月30日(月)までに二次元コード、電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

第43回本多公民館新緑まつり準備会

来年度の新緑まつりについて話し合います。
日12月10日(木)　午前10時～正午
内参加グループ自己紹介　実行委員長の選出　ほか
場本多公民館
申11月30日(月)までに本多公民館にある申請書に記入し、直接本多公民館へ

も 社会教育実習生とつくる講座

地震発生後、72時間を生き延びろ
～ゲームで学ぶ防災～

災害支援を行う学生たちが作ったゲームで、もしもの備えを考えましょう。豪雨被災地で活動した学生の体験談も聞きます。
日12月12日(土)　午前10時～正午
講東洋大学生　場もとまち公民館
対小学生以上(小学生は保護者同伴)　定20人
申11月25日(水)までに二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

も もとまち料理教室

あの喫茶店の洋食をつくろう

東元町にあった喫茶店のオーナーシェフから、３つの人気料理を学びます。

12/10	ポークピカタ
1/21	オムライス
2/18	クリームシチュー



日木曜日　午前10時～正午
講戸村茂雄さん(元喫茶店オーナー)
場もとまち公民館　定12人
¥2,800円(材料費として初回集金)
持エプロン　バンダナ　ふきん
託生後６か月以上の未就学児６人
おやつ代　子ども１人60円(３回分初回集金)
協ベルビューの会
申11月24日(火)までに二次元コード、電話または直接もとまち公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順

光 地域づくり講座

植木でつながるまちとひと

国立駅の北側に広がる「くにきたエリア」には植木農家と造園会社がたくさんあります。緑を活かしたまちづくりについて一緒に考えてみませんか。



日11月25日(水)　午後７時～９時
講友光亮太さん(造園家)
横田圭一さん(植木農家)
場光公民館　定15人
催くにきた園藝部　光公民館
申11月19日(木)までに二次元コード、電話または直接光公民館へ。多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、翌日以降先着順。

グループの催し物

第９回フラ＆ウクレレ朗読ライブ

優雅なフラダンスと名作の朗読、ハワイアン音楽いっぱいのライブです。
日12月５日(土)　午後１時30分～４時30分
場本多公民館　¥1,000円
催ロコマイカイ
問品川(090) 4376-6829

凡例 日日時 内内容 講講師 指指導 場場所・会場 対対象 定定員 ¥費用 持持ち物 保保育あり 託託児あり オンライン 催主催・共催 協協力 企企画 申申込方法 問問い合わせ FAXファックス メールメール 注注意事項

グループネットワーク会員募集　※無料体験・見学ができます(材料費が必要になる場合もあります)。詳しくは、グループへお問い合わせください。

グループ名	活動日時	会　場	入会金	会　費	問い合わせ	備　考
F・S中国語・東アジア文化	第１・３土曜 午前10時～正午	本多	2,500円	月3,800円	野呂(080)6657-1373	初心者からレベルに関係なく、誰でも楽しく参加できます。無料体験有
絵を描く金曜会	第１・２・３金曜 午前10時～正午	本多	1,000円	月3,500円	澤田(090)8046-6420	絵の好きな方、描いてみたい方、いつでも見学大歓迎。油彩、水彩、パステルなど