

催し・スポーツ

青少年教育講座

①間伐材でスマホスタンドを作ろう

時 1月11日(土)午前10時～正午
講 宮村連理さん(東京学芸大学附属小金井中学校教諭)
対 市内在住・在学の小学生
定 16人(多数抽選)
料 100円

②からだにやさしい発酵食品みそづくり体験

時 2月1日(土)午後1時～4時
対 市内在住・在勤・在学の小学校4年生～25歳の方
定 12人(多数抽選)
料 1,200円(材料費)
—◇共通◇—
所 公民館貫井北分館

時 ①1月5日(必着)②12月25日(必着)までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、公民館貫井北分館①「スマホスタンド係」②「みそづくり体験係」(〒184-0015貫井北町1-11-12 ☎042-385-3401 ☒k020415@bz04.plala.or.jp)へ

男女共同参画講座

メンタルヘルスのセルフケア いきいきと健やかに生きるヒント

時 1月18日(土)午後2時～4時
所 公民館緑分館
講 渡辺和弘さん(精神保健福祉士)
対 市内在住・在勤・在学の方
定 16人(多数抽選)
他 保育有り(おおむね2歳以上。10人)

時 12月25日(必着)までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号・保育の有無を明記し、公民館緑分館「メンタルヘルス係」(〒184-0003緑町3-3-23 ☎042-387-7301 ☒k020414@nifty.com)へ

男性の家事-味噌づくりと交流会

時 2月2日(日)午後1時～4時
所 公民館貫井北分館
対 市内在住・在勤・在学の男性の方
定 12人(多数抽選)
料 1,200円(材料費)
時 12月25日までに、往復はがきまたはEメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館貫井北分館「男性味噌づくり係」(〒184-0015貫井北町1-11-12 ☎042-385-3401 ☒k020415@bz04.plala.or.jp)へ

成人学校「YouTube動画アップ入門講座2025」

時 1月23日、2月6日、20日いずれも木曜日午後2時～4時(全3回)
所 公民館東分館

講 本多隆志さん(ICTアドバイザー)
対 市内在住・在勤・在学の方
定 10人(多数抽選※初参加者優先)
講 スマートフォンまたはタブレット
時 12月15日～22日に、Eメールに住所・氏名・年代・電話番号を明記し、公民館東分館「YouTube係」(☎042-384-4422 ☒k020413@k.email.ne.jp)へ

中・高生の地域の居場所 サークルわかば

時 1月19日(日)午後2時～4時=私のイチオシの読書会、3月9日(日)午後2時～4時=先輩たちとの座談会
所 公民館緑分館
対 中学生～25歳の方
定 各日16人(申込順)
時 12月15日から、Eメールに住所・氏名・学年・電話番号・希望日を明記し、公民館緑分館「サークルわかば係」(☎042-387-7301 ☒k020414@nifty.com)へ



協働講演会

協働って何?



時 1月18日(土)午後2時～4時
所 小金井 宮地楽器ホール小ホール
内 協働を考えて、その先の市民と市のありようを一緒に探す
講 田中敬文さん(元東京学芸大学教授)
対 市内在住・在勤・在学の方
定 70人(申込順)
時 12月15日から、申込フォームで
問 コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)

図書館職員と語る会 司書資格を目指す方を応援します



司書をめざしている方、図書館に興味のある方、普段は見られない図書館の裏側や意見交換を行いませんか。
時 1月12日(日)午後3時～4時
所 図書館本館
対 市内在住・在勤・在学で司書資格をめざしている方、図書館に興味のある方
定 10人(申込順)
時 12月15日から、市申込フォームで
問 図書館本館(☎042-383-1138)



外国人に伝わる日本語 やさしい日本語講座



外国人とのやりとりで、伝えたいことが伝わらずに困ったことはありませんか。外国人に伝わるやさしい日本語を学びます。
時 1月18日(土)午前10時～正午
所 市民会館・萌え木ホール(商工会館3階)
講 一般社団法人やさしいコミュニケーション協会
対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方
定 30人(多数抽選)
時 1月6日までに、市申込フォームで
問 コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)



1月の スポーツ個人利用開放校

種目	ところ	曜日	時間	実施日
卓球	緑小	日	午後1時～4時	5・12・19・26日
剣道	前原小	水	午後6時～9時	8・15・22日
バドミントン	本町小	日	正午～午後3時	12・19・26日
柔道	一中	金	午後7時～9時	10・17・24日

他▷初めてのの方は、指導員にお尋ねください▷車での来場はご遠慮ください
問 生涯学習課スポーツ振興係(☎042-386-2462)

..... 広告掲載等のお問い合わせは、フレックス株式会社(広告代理店) ☒ t.nakano@flex-ad.co.jpへ

広
告
枠

POTRERO
FUNCTIONAL FITNESS

老若男女問わず、ライフスタイルに合わせた
“身体づくり”を展開いたします
tel.042-401-0565
Instagramはこちら potrero202310
国分寺駅北口徒歩5分
国分寺市本町2-15-7 ハウスアムニティ3 B1F

水素カプセル導入!
体調・体質改善を実感して
いただいています

セコムグループが運営するサービス付き高齢者向け住宅

リーフェスコート東小金井

月額費用 **179,000円**~
(共益費・生活支援サービス費込み)
※食事代・水光熱費は別途となります。
入居一時金・礼金・更新料不要

JR中央線「東小金井」駅より徒歩5分

食事付見学会 [500円(税込)]・宿泊体験 [2泊3日/10,000円(税込)]
予約受付中! ※詳細につきましてはお気軽にお問い合わせください。

住所/〒184-0002 東京都小金井市梶野町1丁目3番6号 ■敷地面積/2299.60㎡(695.62坪) ■建築延床面積/3672.61㎡(1110.96坪) ■構造規模/鉄筋コンクリート造地上3階 ■住戸数/62戸 ■居室面積/全14タイプ:25.01㎡~55.68㎡ ■取引形態:買主

■広告主・運営主体/住宅部分:株式会社荒井商店/介護事業所部分:株式会社土屋 ■竣工/2024年3月28日 ■宅地建物取引業/東京都知事(14)第25727 ■広告有効期限/2025年3月31日

0800-777-6556
受付時間/午前10:00~午後5:00 詳細はこちら

株式会社 荒井商店 **SECOM**

住民票や税証明等は、マイナンバーカードを利用して全国のコンビニで取得できます。また、市民課の混雑状況・呼出番号は右記の二次元コードから確認できます。混雑緩和にご協力をお願いします

