

本 館

成人学校	菜園教室
------	------

目 的 額に汗しながら土に親しみ、野菜の共同栽培を通じて作る喜びを分かち合います。また、土起こしから収穫までを体験しながら、「食」・「農」・「自然」・「人の和」などに目を啓き、認識を深めることを目的とします。

日 程 令和4年4月6日から令和5年3月8日までの原則毎週水曜日
(全43回)
午前10時から正午まで
夏季期間6月9日から9月7日までは午前9時から11時まで

講 師 泉 富夫さん(農業研究家)

内 容 野菜の共同栽培、収穫、学習会

場 所 ふれあい農園(中町2丁目22番)、公民館本館他

対 象 市内在住、在勤、在学で年間を通じて参加できる方

参 加 費 前期3,000円、後期2,000円(共に種苗代など)

募集方法 市報3月15号、月刊こうみんかん3月号、ポスター、チラシ
3月23日(必着)までに往復はがきにて申込み

人 数 募集 20人 応募 51人
受講 20人(男性 11人、女性9人)
延べ参加者 831人

担当企画実行委員 宗像 高子(令和4年7月20日、任期満了)以降、担当はなし

担当職員 金子 康幸

担当職員感想 コロナの状況を見ながら野外研修や交流会等を実施することができたので、良かったと思う。
しかし、年度途中で土地所有者からの返還を求められ、慌ただしい年度だった。

参加者感想 ○年間を通して様々に工夫され、とても有意義な講座であると思います。
これからも末長く続かれますように
○現在のふれあい農園の最後の参加者になれたことは光栄でした。新しい農園も新たな歴史を築いてほしい。
○菜園教室のような活動はぜひ継続してほしい

本 館

成人学校	己書で楽しく暑中見舞いを描いてみよう
------	--------------------

目 的 「己書^{おのれしょ}」とは、筆ペンで絵を描くように文字を描く書で、誰でも味のある字が描けるようになり、字や絵に苦手意識のある人でも楽しむことを目的とし、様々な内容を学ぶ場をつくる講座とする。

デジタル時代の今だからこそ、己書の人の手による温かい文字の魅力に触れる良い機会となることもねらいとする。

日 程 7月7日（木）午後2時から4時まで

内 容 己書技法で、筆ペンで味のある字と絵の具使いも合わせながら暑中見舞いを描く

講 師 渡辺 早苗さん（日本己書道場公認師範）

場 所 公民館本館 学習室B

募集方法 市報6月1日号、月刊こうみんかん6月号、チラシ、ポスター、HP、ツイッターEメールまたは往復はがき（申込多数の場合、抽選）

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 12人
 応募 33人
 受講 12人（男性 3人、女性 9人）

担当企画実行委員 生馬 一枝、藤原 美知江、照井 耕之助

担当職員 近藤 英里子

担当職員感想 前日まで受講者のキャンセルも出たが、キャンセル待ちも決めておいたことで欠員なく全員参加で終了でき、講師のお人柄もあり終始なごやかな講座となった。講師の指導が行き届くよう定員を12人と設定したが、従来の申込み方法に加えてメールでも申込み受付をしたこともあり、定員の3倍近くの申込みがあった点は今後の参考になり良かったと思う。

参加者感想 ○初めての己書勉強になりました。是非年賀状など描いてみたいです。
 ○気持ちの良い批評があり楽しく過ごせました。
 ○己書があること初めて知りました、楽しかったです。
 ○楽しく暑中見舞いを書くことができました。
 ○とても楽しかったです、ありがとうございました。家でも書いてみたいと思います。
 ○苦手な絵を書くので帰ろうと思ったがだんだん面白くなり受講して良かったです。
 ○わかりやすい指導で楽しかった。
 ○文字は想像通りでしたが、絵の描き方は教えて頂かないとわからなかったので参加できて良かったです。文字が重要なかもしれませんが、絵の方を重点的に学ぶ講座もあると嬉しいです、有難うございました。

本 館

成人学校	“郷土かるた”で小金井をもっと知ろう
------	--------------------

目 的 市政施行50周年に制作された、こがねい郷土かるたを題材とし市内歴史や文化財身近に感じてもらいつつ、実際に訪れることで新しい発見をしたり地元地域への愛着をより深めてもらう。

日 程 1日目：令和5年2月22日（水）午後2時から4時まで

2日目：令和5年3月 1日（水）午後2時から4時まで

内 容 1日目：郷土かるたも使いながら市内歴史や文化財について学ぶ

2日目：実際に徒歩で市内史跡等を散策しながらめぐる

講 師 織壁 哲夫さん（小金井史談会会長）、塚田 善久さん（小金井史談会副会長）

場 所 1日目：公民館本館 学習室B / 2日目：武蔵小金井駅→市内散策→滄浪泉園

募集方法 市報1月1日号、月刊こうみんかん1月号、チラシ、ポスター、HP、ツイッターEメールまたは往復はがき（申込多数の場合、抽選）

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 20人

受講 20人

担当企画実行委員 菅沼 七三雄、大木 健至

担当職員 近藤 英里子

担当職員感想 自分達の住む街についてもっと学ぶ講座を、という企画案からの開催でした。こがねい郷土かるたという題材を活用しつつ、身近なところに歴史を感じられる場所があったという発見もでき、実際に皆で散策したことも良い時間となりました。新しく転入して来た方、若い方達にも興味を持ってもらえるよう、またこのような小金井市について学べる講座を企画していきたいと思います。

参加者感想

○小金井のなかで絹織物や牧場、寺子屋などの教育施設があった事など面白かったです。自分の家のそばの話や新田開発、桜見物なども面白かった。かるたも綺麗で買いたいものです。

○ほど良い日和でとても良かったです、又お願いします。

○興味を同じくする方々と、楽しく見学会ができてとても良い時間を過ごせました。

○小金井に住んでいて、歴史にふれて歩けたことは良かった。

○大変勉強になりました。

○楽しく参加させていただきました、良かった。

○楽しい企画をありがとうございました。説明もわかりやすく良かったです。

○本日はありがとうございました。小金井市に住んでいても全然知らないもので、本日初めて来た所が多かったです、助かりました。

本 館

成人学校	THE BEATLES～研究家が追いつける魅力～
------	--------------------------

目 的 2022年デビュー60周年を迎えたビートルズ。研究家の視点から彼らの魅力を語ってもらうことで、音楽への興味関心をより深める。

日 程 令和5年2月25日（土）午後2時から4時まで

内 容 ビートルズの歴史や時代背景をたどりながら音楽と共に楽しんで学ぶ

講 師 藤本 国彦さん（ビートルズ研究家）

場 所 公民館本館 学習室B

募集方法 市報1月1日号、月刊こうみんかん1月号、チラシ、ポスター、HP、ツイッター、Eメールまたは往復はがき、申込入力フォーム（申込多数の場合、抽選）

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 30人
 応募 56人
 受講 27人

担当企画実行委員 照井 耕之助、大木 健至

担当職員 近藤 英里子

担当職員感想 昨年も企画案のあったビートルズについて講座が実施でき、沢山の方にも応募頂けて有意義な時間になった。講師の方とのご縁も大事にしていきたいと思います。

参加者感想

○こんなにたくさん映像を準備していただいて、想像していたよりも楽しい講座でした。もっとたくさんお話を聞きたいので、是非続編を！

○楽しくて1日中聞きたい講座です。是非またやって欲しいです、ありがとうございました。

○20世紀最大のアーティストで社会や文化も変えたビートルズをテーマに企画をして頂き、また大変有名な藤本講師を招いてお聞きすることができ感謝しています。今後も継続してこのような企画をお願いできればと思います、ありがとうございました。

○2時間では時間が短すぎると感じる。シリーズでやって頂けると良いと思います。

○今回参加できて大変うれしく思いました。是非次回（2回目）をお願いします。もう少し人数を増やして頂くと今回参加出来なかった方も次回参加できると思います。

○貴重なお話をありがとうございました、もっと好きになりました。

○とても楽しい時間でした。ご紹介頂いた映画を初めて見たのですが、今見ても新鮮で驚きました。もっと時間をかけた講義を受けたい。是非2回目の開催希望します。お話しのあったビートルズ周辺のキャラの強い人たちのことももっと知りたいです！！

○ビートルズの経歴、作品がよく分かった。映像が一緒に話が分かりやすかった。

○半世紀以上前に興味を持った「ザ・ビートルズ」。青春時代を思い出しながら良いひとときを過ごすことができました。これからも藤本さんはビートルズの研究を続けて下さい。

貫井南分館

成人学校	「楽しくトレッキング ～都民の森・新緑編～」
------	------------------------

目 的 本格的な登山ではなく、初歩的なトレッキングを学びながら、同じ趣味の仲間づくりを目的とする。

日 時 令和4年5月27日（金）午前10時から正午（事前学習）
令和4年5月31日（火）午前8時から午後5時（トレッキング）

内 容 都民の森が提示している6つの散策コースの中から、三頭沢と野鳥の森コースを選択。森林館を出て途中、滝見橋から三頭大滝を見学し、その後回廊の路を通り鞆口峠を経て、森林館へ戻る。

講 師 越前屋 博さん（北多摩山の会）

場 所 公民館貫井南分館学習室A・B（事前学習）
都民の森（トレッキング）

募集方法 市報5月1日号、月刊こうみんかん5月号、
ホームページ、チラシ、ポスター、ツイッター



対 象 市内在住、在勤、在学の18歳以上で2時間以上歩ける方。
2日間参加出来る方。

応募・受講者人数等 募集 10人（多数抽選） 応募 14人
受講 12人（男性3人、女性9人）

※応募が少なかったため応募者全員を当選とし、受講者を12人とした。なお、2人ははがき到着が締切後だったため、落選扱いとした。

担当企画実行委員 齊藤美恵子

担当職員 伊藤 修、松本 浩明

担当職員感想 今年度は事前学習とトレッキングの2日間参加できる方としたが、応募が思ったより少なかった。天候は出発時に降雨だったが、現地は曇りで降られることもなく実施できた。

参加者感想 ○天候にも恵まれ、スタッフの行き届いたお世話で楽しかったです。ありがとうございました。次の企画を期待しています。
○3回目でやっと当選して嬉しさ3倍です。ありがとうございました。

貫井南分館

成人学校

「ボディメイク教室」

目 的 これから本格的にトレーニングをしてみたいと考えている方に、最初の取り掛かりとして身体についての学習と軽めの実践を行い、ボディメイクメソッドを体験してもらう。若い世代の参加者を促すとともに、スポーツ施設のない坂下地域の方々への運動意識の醸成を促す。なお、坂下にある東京工学院専門学校の協力によりトレーニング室借用及び学生の支援を受けての実技となる。



日程・内容 いずれも木曜日の午後7時から9時

- (1) 6/16「筋トレメニューの作り方①」と実技（肩・胸の解剖学と自宅トレ）
- (2) 6/23「筋トレメニューの作り方②」と実技（脚・腕の解剖学と自宅トレ）
- (3) 6/30「栄養と食事・サプリメントテーション」と実技（背中・腹の解剖学）
- (4) 7/ 7「ジムでの筋トレの実際①」（胸・肩・三角筋）
- (5) 7/14「ジムでの筋トレの実際②」（脚・腹）
- (6) 7/21「ジムでの筋トレの実際③」（背中・二頭筋）
- (7) 7/28「ジムでの筋トレの実際④」（トレ室内で自作メニューの実践）

講 師 鈴木 徳年さん（東京ボディビル・フィットネス連盟常任理事）

と ころ 公民館貫井南分館学習室A・B及び東京工学院専門学校地下トレーニング室

募 集 市報5月15日号、月刊こうみんかん5月号、チラシ、ポスター、市HP、
ツイッター ※応募は往復はがき及びメール。

対 象 高校生以上の市内在住者 10人（多数抽選）

人 数 募集 10人 応募21人（男性9人、女性12人）平均年齢47.5歳
受講 10人（男性4人、女性6人） 延べ参加者 65人

担当企画実行委員 阿部 光子、今村 誠

担当職員 松本 浩明

担当職員感想 もう少し若い世代の参加が欲しかったが、参加者は皆さん真剣に取り組んでいて充実した講座となった。また、専門学校でトレーニングを学んでいる学生の支援を受け、指導実践の場として地域参加・交流となり充実したものとなった。

参加者感想 ○この場所で継続的に使えたら良いなと思いました。学生さんに指導していただけるのも地域に開かれて良いと思いました。意識が変わってきて家でも頑張りたいと思えました。

○筋肉、トレーニングの専門的な知識を深いレベルで教えていただいて参考になりました。大変楽しく取り組みましたし、運営側の関係者の方々及び先生のご対応が親切で明るく、おかげでリラックスして取り組みました。パンプアップを目指し、これからも筋トレを続けられるよう頑張ります。

貫井南分館

成人学校	「中秋の名月に飾ろう正絹のうさぎ飾り」
------	---------------------

目 的 市内で活動する講師を招き、ものづくりを通して地域コミュニケーションを図る。

日 程 令和4年8月19日（金）・26日（金）（全2回）
午前10時～正午

内 容 絹着物のはぎれ布を使い、うさぎの飾り物を製作する。

講 師 盛田 真千子さん（絹細工の会代表）

ところ 公民館貫井南分館 学習室A

参加費 1,000 円（材料費）

募集方法 市報7月15日号 月刊こうみんかん7月号 チラシ ポスター、
Twitter

往復はがき、Eメール（申込多数の場合、抽選）

人 数 募集 10人 応募 22人（女性22人）

受講 10人（女性10人）

担当企画実行委員 高橋 陽子 阿部 光子

担当職員 永嶋 汐美

担当職員感想

絹の着物を解いたものを使い、リメイク小物を作る講座。前回のつるし雛同様、年代幅広い年代の応募があった。縫物が趣味だという人から学生時代以来の裁縫だという人まで様々な裁縫スキルの参加者全員が講座終了までに完成させることができた。

最後に全員の作品を並べて他の人の作品を褒めあい、達成感を感じることができていたようだった。

参加者感想

○途中大変苦労したが、最後まで作り上げることが出来、できた作品を見ると大変嬉しかった。ゆったりとした時間を過ごすことができた。

○中学校以来の針仕事でした。大変ありがとうございました。

○丁寧に教えていただけてよかった。宿題も楽しく家でできてよかった。先生のお手伝いの方も良かったです。

○公民館講座初めての参加でしたが、楽しくさせて頂きました



貫井南分館

成人学校

声で身体を整えよう

目 的 コロナ禍、マスク装着によって身体への影響が懸念されています。身体への影響の原因や声のメカニズムを学びながら、楽しくトレーニングを行う。

とき・ところ・内容

9月2日（金）声を出す仕組み、声を出す3つの要素、声の分類 他

〃 16日（金）自分の声にアプローチしてみよう、力を抜くために 他

いずれも午前10時から正午まで、公民館貫井南分館学習室ABで。

講 師 大橋 恵子さん（言語聴覚士、准看護師）

募集方法 市報8月1日号 月刊こうみんかん8月号、
ホームページ、ポスター、チラシ、ツイッター

応募・受講者人数等

募集人数 20人（申込順） 応募人数 22人

受講生 22人（男性3人、女性19人）

受講率95%

参加年代 50代4人、60代7人、70代7人、80代4人



担当企画実行委員 高橋 陽子、齊藤 美恵子 **担当職員** 松本 浩明

職員感想

コロナ禍、声を出すことにためらいを感じながら、逆にストレスを知らず知らずのうちに溜め込んでしまいがちな日々の生活にこの講座は、良い刺激になったようで、実施した甲斐があった。参加者も講座始めの時と講座終了時の表情がとても明るくなったように見えた。

参加者感想

- 実際に声を出すことで、自分の声について意識できるようになった。まずは姿勢、色々と学べ、これからの生活に生かせるように努力したい。
- 高齢になり、また、コロナであまり大きな声を出すこともなくなったので、大変楽しかったです口腔機能の面でとても為になりました。
- 2日間でしたが、今までどこかで教わったこと、また、知らなかったことの裏付けを教えて頂けた。短い時間でしたが、とても有意義に楽しく過ごせた。
- 身体と声、振りを使ってとても楽しかったです。また思い出して実践したいと思います。

貫井南分館

成人学校

空手の形を体験してみよう

目 的 攻撃と防御の技を一連の流れとして組み合わせた演武である空手の「形」の動きを体感して、奥深さを知るとともに健康維持の意識も高め、今までの生活の中に新たな文化を採り入れる。

とき・ところ

9月10日（土）、10月8日（土）、10月22日（土）全3回

いずれも午後2時から2時30分まで、公民館貫井南分館学習室ABで。

※9月24日（土）は急遽、講師が新型コロナ感染の濃厚接触者となったため中止。

内 容 空手の基本動作から形の一連動作を体験する。

講 師 ^{すのう}数納 秀明さん（空手団体代表）

募集方法 市報8月15日号 月刊こうみんかん8月号、
ホームページ、ポスター、チラシ、ツイッター



応募・受講者人数等

募集人数24人（申込順） 応募人数18人 受講生17人（男性6人、女性11人）
受講率50% 参加年代 9歳以下5人、10歳代2人、30歳代2人、
40歳代2人、50歳代2人、60歳代3人、70歳代1人

担当企画実行委員 大野 芳輝 **担当職員** 松本 浩明

職員感想

参加者は普段しない身体の動きを行うことで心と身体の刺激が得られたようで、また、異文化に触れることができた喜びを感じていたようでした。ただ、反省として、この時期、運動会や地域のイベントがあり参加数が少なくなってしまったことが反省点として今後考慮していきたい。

参加者感想

- 身体のトレーニングだけでなく、脳のトレーニングにもなりました。筋肉痛になるくらい良く効きました。頭で思うより身体を動かすのは中々難しかったです。気合のタイミングも気持ち良かったです。
- ツキ！って形だけしても身体が温くなりました。普段の運動不足を感じました。
- 楽しかったです。細く長く続けられたらと思いました。

貫井南分館

成人学校

ノルディック・ウォークを始めよう

目 的 歩きの中でポールを使用し、普段使わない筋肉を刺激し、全身を使っでの運動を行うことで健康体を心身共に維持することと運動志向の向上を目指す。

とき・ところ・内容

令和4年10月29日（土）午前10時～正午
都立武蔵野公園内

【お話し】・ノルディックウォークとは

- ・普通に歩くのとどう違うか
- ・なぜ今、ノルディック・ウォークなのか

【実技】・ポールの長さの調整 ・ウォーミングアップ

- ・ポールの着き方の基本練習 ・公園内を歩く



講 師 芝田 竜文さん（東京都ノルディック・ウォーク連盟代表理事）

募集方法 市報10月1日号 月刊こうみんかん10月号、ホームページ、ポスター、チラシ、ツイッター

応募・受講者人数等

募集人数20人（多数抽選） 応募人数13人 受講生11人（男性5人、女性6人）
受講率85% 参加年代 60代4人、70代5人、80代2人

担当企画実行委員 金ヶ江 博紀 **担当職員** 松本 浩明

職員感想

天候に恵まれ、秋晴れの中の実施で指導方法も良く、参加者は気持ちよくポールを使っでのウォーキングを楽しんでいた。小金井市はこのような運動を行う公園が多くあることに改めて、環境が良いことに気づかされた。

参加者感想

- 説明も良かったが、個人的に見てもらい直す点を教えてもらえたのは良かった。日頃のウォーキングをこれにしてみたいと思いました。
- 昭和レトロな私ですが、ご指導のおかげで楽しい学びのひと時となりました。これからも歩くときに気を付けたいと思います。
- 歩きにくく感じていたので、大変有難い機会でした。
- お天気に恵まれ、全身運動で心も身体もスッキリしました。楽しかった。
- ご指導の内容も良く分かり、額に汗が出る良い運動になりました。主人と一緒に出掛けたのは久々。病院に行く以外の楽しい運動でした。

貫井南分館

成人学校	「楽しくトレッキング ～都民の森・紅葉編～」
------	------------------------

目 的 本格的な登山ではなく、初歩的なトレッキングを学びながら、同じ趣味の仲間づくりを目的とする。

日 時 1日目 令和4年11月2日（水）
午後2時から午後4時
2日目 令和4年11月8日（火）
午前8時から午後5時



内 容 都民の森が提示している6つの散策コースの中から、三頭沢と野鳥の森コースを選択。森林館を出て途中、滝見橋から三頭大滝を見学し、その後回廊の路を通り鞆口峠を経て、森林館へ戻る。

講 師 越前屋 博さん（北多摩山の会）

場 所 1日目 公民館貫井南分館 学習室A・B（事前学習）
2日目 都民の森（西多摩郡檜原村数馬7146）（トレッキング）

募集方法 市報10月1日号、月刊こうみんかん10月号、チラシ、ポスター、ホームページ、ツイッター

対 象 市内在住、在勤、在学の18歳以上で2時間以上歩ける方。
2日間参加出来る方。

応募・受講者人数等 募集 10人（多数抽選） 応募 24人
受講 10人（男性3人、女性7人）

年代別受講者人数 50代 1人、60代 3人、70代 5人、80代 1人

受講者平均年齢 全体：70.3歳
（男性3人：67歳、女性7人：71.7歳）

担当企画実行委員 齊藤美恵子

担当職員 伊藤 修、永嶋 汐美

担当職員感想 今年度は事前学習とトレッキングの2日間参加できる方としたが、応募は2倍を超えた。トレッキング当日は天候にも恵まれ、現地の紅葉も見頃だったので、受講生は楽しめた様子だった。

参加者感想 ○本当に楽しく歩けました。ありがとうございました。
○真快晴の天気にもぐまれ、紅葉も最高調の時期に自分としては初めてのトレッキングを体験出来てとても満足しました。スタッフの皆さんのおかげで大成功だったと思います。

貫井南分館

成人学校	「一富士二鷹三茄子 水引細工の正月飾り」
------	----------------------

目的 市内で活動する講師を招き、ものづくりを通して地域コミュニケーションを図る。

日程 令和4年12月3日（土）午前10時～正午

内容 水引を使って同じ結び方で三種類の水引細工を結び、正月飾りを作る

講師 小松 慶子さん（水引デザイナー/紙単衣主宰）

ところ 公民館貫井南分館 学習室A・B

参加費 800円（材料費）

募集方法 市報11月15日号 月刊こうみんかん11月号 チラシ 市ホームページ Twitter

申込多数の場合、抽選

電話または直接貫井南分館窓口まで

人数 募集 10人 応募26人（男性1人、女性25人）

受講 10人（男性1人、女性9人） 参加率100%

参加年代 40代 1人 50代 3人 60代 3人

70代 3人

担当企画実行委員 阿部 光子

担当職員 永嶋 汐美

担当職員感想

今回は、同じ結び方をサイズや本数を替えてアレンジするものだった、一度覚えるとすぐにできる人から本数が増えると結び方がわからなくなる人と様々であったが、全員が完成することができた。

参加者からはイメージしていた正月飾りとは違ったがきれいに結ぶ難しさを実感したと感想を貰った。

参加者感想

・一回作ってみたかった水引だったのでとても楽しかったです。自分でも作ってみたいです、いつもいい企画をありがとうございます。

・公民館という行きやすい場所で興味があったことにチャレンジできてとても楽しい時間になりました。ありがとうございました。市報など気を付けて読みながらまた面白いことに参加したいです。

・子どもがいてなかなか参加したくてもできなかったのが、本日は一緒に参加できてとても楽しかったです。子どももできたことにとても満足していました。ありがとうございました。



講師作品

貫井南分館

成人学校

植物分類学者 牧野富太郎の生涯

目 的 来年度、牧野富太郎氏がNHK朝ドラの主人公となること、練馬区立牧野記念庭園が近隣にあることなどから、牧野氏自身の生きざまと功績を知ってもらうことでより身近な存在となってもらう。

とき・ところ

令和5年3月5日（日）午前10時～正午 公民館貫井南分館学習室AB

内 容 植物の学名分類、牧野博士の生きざまと植物分類学における功績ほか

講 師 伊藤 千恵さん（練馬区立牧野記念庭園学芸員）

募集方法 市報2月1日号 月刊こうみんかん2月号、ホームページ、ポスター、チラシ、ツイッター

応募・受講者人数等

募集人数 30人（申込順） 応募人数 30人

受講生 29人（男性13人、女性16人） 受講率97%

参加年代 60歳代4人、70歳代19人、80歳代6人

担当企画実行委員 金ヶ江 博紀 高橋 陽子 **担当職員** 松本 浩明

職員感想

4月からテレビの連続ドラマの主人公となることで、応募初日1時間位で定員に達し、急遽10人増やしたが午後にはいっぱいとなった反応に驚いた。また、植物愛好家の参加もいて、熱心に講義に聞き入り、質問もされていた。注目度も高くタイムリーな講座であった。

参加者感想

- とても良かった。参加者の方が植物に深く興味を持っておられる方が参加され驚きました。牧野植物園は大泉にあり行ってみたいと思います。
- 先生の話はとても興味深くお聞きしました。もっと若い時に聞きたかった。桜満開の頃、練馬の庭を見に行きたいと思います。
- 都内の市区町村には、小金井市のはけの森美術館のように個性的な公立の美術館・博物館がある。そこには独自の研究成果をもつ学芸員がいる。前回の山本有三、今回の牧野富太郎の講座は、上記の施設・人材を活用したもので、とても有意義な企画だと思う。こういう講座なら、少々遠くても足を運びたくなるだろう。

東 分 館

成人学校	沖縄の歴史と文化にふれる —本土復帰50周年—
------	----------------------------

目 的 沖縄が日本に復帰し、令和4年に50周年を迎えました。そこで、沖縄の歴史と文化に関する講座を実施し、改めて沖縄について考えます。

日程・内容

回	日程	内 容	講師または演奏者ほか
1	6/9	沖縄の歴史と文化について概説する。	大里 知子さん 法政大学 沖縄文化研究所 准教授
2	6/23	沖縄の芸能にふれる。 三線、歌、舞踊等の発表	翁長 良賢さん 琉球古典音楽「歌・三線」研究会 総代ほか

※いずれも木曜日、午後2時から4時まで

場 所 公民館東分館 集会室A・B

募集方法 市報5月15日号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター、申込順、電話または直接

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 20人 応募 25人
受講 25人（男性15人、女性10人） 延べ参加者 41人

担当企画実行委員 柏倉 明、熊野 賢三郎

担当職員 鈴木 浩一

担当職員感想 沖縄が日本に返還され50年がたちましたが、基地問題など多くの課題があると聞いています。よってこの講座を通じて、あらためて沖縄について考える機会ができればということで企画しました。市民の方の関心が深く、募集開始後すぐに定員となり、急きょ定員を増やしました。

参加者感想 ○時宜を得た企画でした。歴史文化などの系統だった大学の先生のお話しとともに芸能部門では三線など生演奏をお聞きでき、とても有意義な時間を過ごせました。ありがとうございました。
○講座構成が全体に調和が取れていて、楽しく学習できた。2回目の実演は、沖縄の自然と人間性があふれていると感じた。できればこの講座を毎年企画に入れていただきたい。

東 分 館

成人学校 子ども 子育て支援講座	親子工作教室 よく当たるゴムてっぼうを作ろう！
---------------------	-------------------------

- 目 的** 親子が協力しあってゴムてっぼうを完成させる体験を通して、新たな会話の機会作りを目的とします。工作の作業や、講師の作品に触れることで、ものづくりの楽しさを体感できる機会を設けます。
- 日 程** 7月16日（土） 午後2時から4時まで
- 内 容** 親子でゴムてっぼうを作り、その作品で競技を行う。講師が手作りした、個性あふれるゴムてっぼうの紹介と実演。
- 講 師** 中村 光児さん（日本ゴム銃射撃協会理事長）
- 場 所** 公民館東分館 学習室A・B
- 募集方法** 市報6月15日号、月刊こうみんかん 6月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター 申込順 電話または直接
- 対 象** 市内在住・在学の小学生と保護者
- 人 数** 募集 8組 応募 8組
受講 7組（男性15人、女性3人）
- 保 育** あり（保育人数 2人）
- 担当企画実行委員** 熊野 賢三郎、矢部 響子
- 担当職員** 浅香 佳代子
- 担当者感想** 子どもたちが自分の作ったゴムてっぼうで、真剣に的を狙う熱気が伝わってきました。保護者の方も一体となって、楽しいイベントになりました。ふだんは参加の少ない現役世代の男性参加者が多く、このイベントが公民館の活動に興味をもっていただける機会になったと思います。
- 参加者感想**
- 子どもたちが満足そうで、参加してよかったです。
 - 子どもと一緒に楽しい時間を過ごすことができました。
 - 親子で参加できて良かったです。
 - 思い描いた以上の内容でした。
 - くぎをつかうのが楽しかったです。作るのはむずかしいかと思ったけど、いがいにかんたんだった。
 - かみコップをたおすところがたのしかったです。しあいにまけて、くやしかったです。
 - 先生のとっぼうのしくみがおもしろかった。



東 分 館

子ども子育て 支援講座	ひがし赤ちゃんC a f e
----------------	----------------

目 的 第一子が1歳未満の子どもをもつ保護者を対象とした学びの場の提供と、地域の仲間づくりを目的とします。

日程・内容・講師

回	日程	内 容	講 師
1	7/7	オリエンテーションと図書館案内	協力：図書館東分室職員
2	7/21	やさしくて美味しい離乳食	野村 泉さん（栄養士）
3	9/15	赤ちゃんを守る、アウトドア流防災術	あんどろ りすさん（アウトドア防災ガイド）
4	10/6	簡単・かわいい手作りおもちゃ	松山 映都子さん（保育士）
5	10/20	コンディショニングヨガで気分転換	竹内 恵津子さん（健康運動指導士）
6	12/1	赤ちゃんの応急救護と懇親会	小金井消防署職員

※いずれも木曜日、午前10時から11時30分まで

募集方法 市報6月15日号、月刊こうみんかん6月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター
申込順 電話または直接

対 象 市内在住・在勤・在学で、第一子が令和3年8月1日以降に誕生した保護者と子ども

人 数 募集 8組 応募 8組
受講 8組（男性4人、女性12人） 延べ参加者76人

担当企画実行委員 角田 麻美、宮國 愛里、矢部 響子

担当職員 浅香 佳代子

担当者感想 講座終了後に参加者がサークルを作り、今後も交流が続くことになりました。公民館としても、引き続き見守っていきたいと思います。

参加者感想 ○このような内容もりだくさんの講座を無料で受けさせていただき、とても参考になりました。ママ同士の交流が深まったのも嬉しいです。
○学びながら地域の人と知り合うことができ、楽しかったです。
○もっと皆さんとお話する時間があれば、なお良かったです。

東 分 館

成人学校	『自分は大丈夫』は通用しない！消費者トラブル・高齢者のヒヤリ・ハット事故を防ぐ
------	---

目 的 地域や社会の課題の一つとして、消費生活トラブルや高齢者のヒヤリ・ハット事故があります。そこでこの課題について、改めてこれらのトラブルなどに陥らないよう学びます。

日 程 10月6日（木） 午後2時から4時まで

内 容 誰にでも起こりうる消費者トラブルとヒヤリ・ハット事例をもとにトラブルを未然に防ぐための学習。

講 師 早野 木の美さん（小金井市消費生活相談員）

場 所 公民館東分館 集会室A・B

募集方法 市報9月1日号、月刊こうみんかん9月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター
申込順 メール、電話または直接

対 象 市内在住・在学・在学の方

人 数 募集 20人 応募 15人 受講 11人（男性3人、女性8人）

協 力 小金井市市民部経済課

担当企画実行委員 矢部 響子

担当職員 鈴木 浩一

担当職員感想 社会や地域の課題の単発講座でしたが、講師より多くの事例やその対策があり、参加された方には参考となったのではないかと思います。またこのような課題講座を引き続き企画できればと思います。

参加者感想

- 消費者トラブルのたくさんの事例をお話いただき、参考となりました。高齢者のヒヤリ・ハット事故については、もっとお話をしていただきたかった。
- 大体知っていると思っていたが、最新事例が参考となった。
- スマホのペイペイやラインペイを使っているが、スマホが壊れたり失くしたりした時のことは考えてもみなかった。そんな場合、どうしたらいいかなどを考えてスマホを使うようにします。次は、スマホでのトラブル防止の勉強会をお願いします。

東 分 館

成人学校	子ども子育て支援講座 簡単・かわいい！ ハロウィン ラッピングワークショップ
------	---

目 的 秋の大きな行事として浸透しつつあるハロウィンに向けて、プレゼントの基本的なラッピング方法や、お洒落に見えるコツを学ぶことを通して、気分転換をはかりながら日々の暮らしに楽しみを見つけ、日常に彩を与えることを目的とします。

日 程 10月13日（木） 午前10時から正午まで

講 師 入山 紗妃さん（ラッピングコーディネーター講師）、
大和 由佳さん（ラッピングコーディネーター講師）

場 所 公民館東分館 集会室A・B

保 育 あり（保育人数 1人）

募集方法 市報9月15日号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、
東分館ツイッター
申込順 電話または直接

対 象 子育て中の保護者の方

人 数 募集10人 応募7人 受講7人（男性1人、女性6人）

担当企画実行委員 渡部 靖

担当職員 倉本 恵子、浅香 佳代子（保育担当）

担当職員感想 ラッピングコーディネーターの2人の講師をお招きし、丁寧で分かり易い説明のもと、リボンの結び方や、道具の使い方を学びながら、ちょっとしたプレゼントに役立つマチなしの袋や、長方形のボックスを作りました。普段、子育て等で忙しい参加者の方々が、集中して熱心に作品制作に取り組む姿が印象的でした。日々の生活に楽しみを見つけることの出来る講座となりました。

参加者感想 ○参加してよかったです。楽しい時間を過ごせました。ありがとうございました。
○ラッピングの楽しさを垣間見ることができました。ありがとうございました。

東 分 館

成人学校	宇宙開発の最前線
------	----------

目 的 民間人が宇宙旅行に出かけるなど、以前に比べると宇宙は私たちの生活のなかで身近な存在になりつつあります。宇宙開発の最前線の取り組みについて学ぶことを通して、科学技術への興味・関心を喚起することを目的とします。

日程・内容・講師

回	日 程	内 容	講 師
1	11/25 (金)	急速に進展する宇宙開発	安田 幸一さん (読売新聞東京本社編集局科学部長)
2	12/13 (火)	深宇宙に挑む～遥かなる探査活動の最前線～	

※いずれも、午前10時から正午まで

場 所 公民館東分館 集会室A・B

募集方法 市報10月15日号、月刊こうみんかん10月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター
申込順、電話または直接

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 24人 応募 28人
受講 23人(男性15人、女性8人)
延べ参加者 41人

担当企画実行委員 渡部 靖

担当職員 倉本 恵子

担当職員感想 開催日を急遽変更することとなりましたが、新聞記者の講師をお招きし、ご自身の経験談を交え、具体的な事例を紹介しながら宇宙開発についての理解を深める講座となりました。参加者の方々からの質問も多数寄せられるなど、熱心に受講される姿が印象的でした。

参加者感想 ○タイムリーな話題(テーマ)を専門家に分かりやすく解説していただく今回のような講座はありがたいです。

東 分 館

成人学校	森 鷗外を読む
------	---------

目 的 今年、没後１００年を迎える森鷗外は、激動の時代のなかで、社会や自らの生き方を鋭く見つめ、苦悩と挫折、諦念を優れた文学作品として昇華させました。よく知られた二つの鷗外の作品と鷗外の『遺言書』を取り上げ、講師の朗読鑑賞を交えながら、作品の味わい方や作品に込められた鷗外のメッセージを読み解くことを通して、困難な状況のなかにあっても、力強く生きることの大切さについて考えることを目的とします。

日程・内容・講師

回	日 程	内 容	講 師
1	12/1	『舞姫』	倉本 幸弘さん (森鷗外記念会常任理事・森鷗外没後１００年記念実行委員長)
2	12/8	『山椒大夫』	
3	12/15	鷗外の『遺言書』	

※いずれも木曜日、午前１０時から正午まで

場 所 公民館東分館 集会室Ａ・Ｂ

募集方法 市報１１月１日号、月刊こうみんかん１１月号、チラシ、ポスター、市ＨＰ、東センターＨＰ、東分館ツイッター
多数抽選、Ｅメールまたは往復はがき

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 ２４人 応募 ３２人
受講 ３１人（男性１６人、女性１５人）
延べ参加者 ７９人

担当企画実行委員 山木 耕太郎

担当職員 倉本 恵子

担当職員感想 森鷗外の代表作２作品を中心に取り上げ、鷗外の生涯を振り返りながら、学術的な視点や講師の解釈を交え、作品に込められたメッセージについて、多角的な視点から学ぶ講座となりました。次回の開催を希望する感想も、多数寄せられました。

参加者感想 ○今回の講演（第三回目）で鷗外に対する認識が変わりました。奥深い講義をありがとうございました。
○学生時代に鷗外のゼミをとり、卒論も「鷗外」だったので、改めて勉強できて嬉しく思いました。又の機会を楽しみにしています。

東 分 館

成人学校	子育て世代のためのつるし飾りづくり入門 — 桃の節句に向けて —
------	-------------------------------------

目 的 子育て世代向けに、雛人形の脇に吊るす「つるし飾り」を作ります。
また、第1回から3回は実技講座、第4回は、近隣のつるし飾り展を見学し学びを深めます。

日程・内容・講師

回	日 時	内 容	講 師
1	2/2 (木) 午後2時～4時	座学 正絹を使ったつるし飾りづくり	絹細工の会代表 盛田真千子さん
2	2/9 (木) 午後2時～4時		
3	2/16 (木) 午後2時～4時		
4	2/18 (土) 午前9時～午後3時	野外研修 瑞穂町つるし飾り展見学 中型バス(27人乗り)使用 雨天決行	—

場 所 公民館東分館 集会室A・Bほか

募集方法 市報1月1日号、月刊こうみんかん1月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター、Eメール(多数抽選)

対 象 市内在住・在勤の50歳代までの子育て世代の方

人 数 募集 8人 応募 7人
受講 7人(男性0人、女性7人) 延べ参加者 21人

参 加 費 材料費1,000円

保 育 あり(延べ保育人数11人)

持 物 針・糸・小さめのハサミ・両面テープ・短い物差し

担当企画実行委員 宮國 愛理、矢部 響子

担当職員 鈴木 浩一

担当職員感想 作品づくりの過程の中で、でき上がる喜びとともに参加者同士が次第に和やかな雰囲気となり、地域の交流もでき良かったと思いました。

参加者感想 ○公民館での学習に初めて参加しましたが、こんなに素敵な機会があったなんて!!!感動しました。地域とのつながりもできて有難かったです。ありがとうございました。

東 分 館

成人学校	美しきヴァイオリン&チェロの調べ バレンタインファミリーコンサート
------	--

目 的 小さな子どもからシニアまでの幅広い世代を対象に、ヴァイオリンとチェロの調べを楽しむと共に、楽器のミニレクチャーを通して、音楽への造詣を深めることを目的とします。

日 程 2月14日（火） 午後2時30分から4時まで

講 師 「岡本姉妹」
岡本 侑里子さん（ヴァイオリニスト）、岡本 梨紗子さん（チェリスト）

場 所 公民館東分館 集会室A・B

募集方法 市報1月15日号、月刊こうみんかん1月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター
多数抽選、Eメールまたは往復はがき

対 象 市内在住・在学・在学の方 小学3年以下の子どもは保護者同伴

人 数 募集 25人 応募 65人
受講 25人（男性6人、女性19人）

担当企画実行委員 山木 耕太郎

担当職員 倉本 恵子

担当者感想 小さなお子さんからシニア世代まで幅広い年代の方々に楽しんでいた
だけようファミリーコンサートとして開催し、ご家族やご夫婦など、
多くの方々にご来場いただきました。ヴァイオリンとチェロの美しい音
色の演奏と共に、楽器の演奏方法のミニレクチャーもあるなど、終始、
会場は盛り上がりしました。

参加者感想 ○大変素晴らしい演奏で感激致しました。生演奏がこのような場所で
聞けてとても嬉しかったです。ありがとうございました。
○お二人の美しい姉妹のやさしい音色に感激致しました。楽しい姉妹
ならではののしゃべりもホッパリでした。今日はどうも有難うござ
いました。

緑 分 館

成人学校	寄せ植え入門
------	--------

目 的 コンテナ栽培の基本、寄せ植えのデザイン、メンテナンス方法を学び、寄せ植えを楽しんでもらう。

日 程 5月16日（月）：講義、23日（月）：実習
午前10時から正午まで

講 師 尾路 紀恵さん（グリーンアドバイザー）

場 所 公民館緑分館 学習室A・B・C

参 加 費 2,000 円（材料費）

募集方法 市報4月15日号、月刊こうみんかん4月号、ポスター、チラシ、市HP等
往復はがき 申込多数のときは抽選

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 24人
応募 31人
受講 24人（男性2人、女性22人）
延べ参加者 44人

担当企画実行委員 東 弥司良

担当職員 林 文男

参加者感想 ○楽しい時間を過ごせました。先生の資料、説明共に丁寧で、とても良かったです。
○公民館の成人学校は初めての参加でしたが、楽しく有意義でした。また、このような講座があれば参加したいです。
○今まで何気なくやってたこと、特に肥料について、理論的に説明していただいたので納得できました。ありがとうございました。
○外出する機会があまりないので、参加できて良かった。自己流でしたので先生のお話が聞けて良かった。
○思ったよりも難しかった。先生の説明が分かりやすかったです。
○講義は、分かりやすく役に立つ情報ばかりで、さっそく肥料のやり方、切り戻しのやり方を参考に実践してみました。寄せ植えに鉢までご用意くださり飾るのが楽しみです。

緑 分 館

成人学校	はがきに水墨画を描こう
------	-------------

目 的 はがきに水墨画を描くことで、水墨画の基礎を学び、描くことを気軽に楽しむ。

日 程 6月17日、7月1日、7月15日、7月29日、いずれも金曜日、午前10時30分から午後0時30分まで全4回

内 容 水墨画の用具についての講義から基本的な線や濃淡の描き方、紫陽花や蛍などをはがきに描く実習

講 師 深江 紫馬さん（水墨画家）

場 所 公民館緑分館学習室A・B

募集方法 市報5月15日号、月刊こうみんかん5月号、ポスター、チラシ、市HP、公民館ツイッター
申込多数のときは抽選
往復はがき、またはメール

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 15人
応募 27人
受講 15人（男性6人、女性9人）
延べ参加者 53人

担当企画実行委員 赤尾 八朗、宮本 一

担当職員 林 文男

参加者感想 ○大変丁寧に教えていただき、難しいながらも楽しめました。
○水墨画は思っていた以上に難しかったです。
○とても充実した時間でした。病気をして職を離れ、この講座に参加できて感謝です。仕事でいっぱいだったから、このような事ができませんでした。出来たら続けたいです。ありがとうございました。
○今までやりたかったことの一つなので、大変楽しく参加させていただきました。
○実際に描くと筆使いが自由に動かず、思った以上に難しかったです。

緑 分 館

成人学校	多摩の縄文時代
------	---------

目 的 縄文時代とはどのような時代だったのか、最近の調査・研究成果を踏まえ、多摩地域、野川流域を中心に縄文人の暮らしや社会を考える。

日 程 講 義：10月19日（水）、26日（水）午後2時から午後4時まで
野外研修：11月9日（水）午前8時30時から午後5時まで

講 師 中山 真治（日本考古学協会会員）

場 所 講 義：公民館緑分館 学習室A・B
野外研修：山梨県立考古博物館

参 加 費 220円（入館料）

募集方法 市報9月15日号、月刊こうみんかん9月号、ポスター、チラシ、市HP等
往復はがき 申込多数のときは抽選

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 20人
応募 34人
受講 20人（男性8人、女性12人）
延べ参加者 58人

担当企画実行委員 赤尾 八朗

担当職員 林 文男

参加者感想 ○多摩地域に絞ってお話しいただき勉強になりました。野川流域の縄文遺跡にとっても興味があります。ありがとうございました。
○楽しかったです。また、このような講座があれば参加したいです。
○縄文時代は、ずーっと昔のことで現代の我々にはあまり関係がないように感じていましたが、ぐっと身近になりました。土器や土偶などを見るポイントが見えてきて楽しみが増えました。
○貴重なお話しありがとうございました。シリーズで何回も開催してほしいです。小金井に遺跡、遺物がたくさんあるので紹介してほしいです。
○今回のテーマは興味がありました。読んでいた本の点と点が講師の方のおかげでつながりました。特に小金井のことを知ることができて良かったです。分かりやすいお話しありがとうございました。

緑 分 館

成人学校	「終活」について考えてみませんか？
------	-------------------

目 的 身の回りの整理、相続を円滑に進めるための計画などの具体的な「終活」について専門家の話を聞いて考える。

日程・内容・講師

11月18日（金）

回	時 間	内 容	講 師
1	10:00 ～12:00	その後を見据えた高齢者の住宅管理	持丸康和さん (土地家屋調査士)
2	13:00 ～15:00	事例から学ぶ我が家の空き家予防対策	佐々木由美子さん (行政書士)
3	15:00 ～17:00	終活に向けて準備しておきたいこと	小早川朋子さん (司法書士)

場 所 公民館緑分館 学習室A・B

募集方法 市報11月1日号、月刊こうみんかん11号、ポスター、チラシ、市HP等
申込順 電話または直接

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 各回30人 応募 34人
受講 27人（男性11人、女性16人）
延べ参加者 47人

担当企画実行委員 赤尾 八朗、宮本 一

担当職員 林 文男

参加者感想

- 3講座通じてよく理解できた気がします。ただし、制度が頻繁に改定され、忘却することもあり、毎年のように聴講したいのでよろしくお願いします。
- 具体的に「個人に対応した諸問題」について、もう少し知りたいと思った。
- とても貴重なお話を伺えて、気づきの面でも参考になりました。また次回もこのような項目をお願いします。ありがとうございました。
- 一度の説明では理解しづらいと思いました。早期の遺言書につとめたいと思います。

緑 分 館

成人学校	家庭菜園入門
------	--------

目 的 自宅で野菜を育ててみたい、野菜作りに興味はあるけれど何から始めたら良いのか分からないという方のために、土作りや種まきなどの基本から学ぶ家庭での野菜作り入門講座を実施する。

日程・内容・講師・場所

回	日程	内 容	講 師	場 所
1	2/17	種まきの基本と実際	高橋 孝文さん (有限会社サカタテクノサービス種苗管理士)	公民館 緑分館 学習室 A・B・C
2	2/24	春まき野菜のおすすめ品種		
3	3/3	春ジャガイモを育てよう		
4	3/10	緑のカーテン・ツルありインゲンを育てる 苗から育てるミニトマトとナス		

※いずれも金曜日、午後2時から4時まで

※当初は、2月10日（金）から3月10日（月）までの毎週金曜日5回の開催を予定していたが、大雪警報発令のため2月10日（金）の第1回目を中止し、全4回に変更開催。

募集方法 市報1月1日号、月刊こうみんかん1月号、ポスター、チラシ、市HP、公民館ツイッター
申込多数のときは抽選
往復はがき、またはメール

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 24人
応募 42人
受講 24人（男性11人、女性13人）
延べ参加者 88人

担当企画実行委員 菊込 美津代、宮本 一

担当職員 林 文男

参加者感想 ○具体的なやり方が分かり参考になりました。
○ジャガイモの種いも、つるありインゲンの種をいただいたので、大事に育ててみたい。分かりやすい説明ありがとうございました。
○秋・冬野菜、果樹の育て方などの講座を是非開催してほしい。

貫井北分館

成人学校	子ども・子育て支援 自分も家族も大切にするコミュニケーション
------	-----------------------------------

目 的 日ごろの育児で疑問や悩みを抱えた保護者がリラックスした雰囲気の中で、子育てについて共に学び合いながら、参加者間で交流することを目的とする。

日程・内容・講師

回	日程	内容	講師
1	6/2(木)	自分の気持ちとの向き合い方	福井 里江さん (東京学芸大学准教授)
2	6/10(金)	子どもの発達とコミュニケーション	高城 絵里子さん (ルーテル学院大学准教授)
3	6/17(金)	パートナーとのコミュニケーション	
4	6/23(木)	相手の気持ちとの向き合い方	福井 里江さん (東京学芸大学准教授)

※いずれも、午前10時から正午まで

場 所 公民館貫井北分館 学習室C・D

募集方法 市報10月15日号、月刊こうみんかん10月号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター
申込順 電話または直接

対 象 市内在住・在勤・在学の未就学児の保護者の方

人 数 募集 15人 応募 10人 受講 9人(女性9人)
延べ参加者26人

保 育 あり(延べ保育人数 16人)

担当企画実行委員 林 明子、森 千尋

担当職員 伊藤 智代子

担当職員感想 初回、保育室に預けた時に泣いていたお子さんも回を重ねるごとに保育サポーターのいる保育室に慣れ、保護者も安心して講座に集中できる様子が見え始めました。

参加者感想 ○実際に日々もやもやと感じていたことに対して、解決策がみえたようにも感じています。とてもためになりました。
○自分の今までの大丈夫かも、という自信や無理しないで笑顔でいる工夫など色々教えて頂けてとても良かったです！
○イヤイヤ期の乗り越え方、保育つきの講座をぜひ多くやって欲しい。

貫井北分館

成人学校	子ども・子育て支援 きたまちコアラくらぶ ～親子で手遊び歌とリトミック～
------	---

目 的 1歳前後の子を持つ家庭の保護者が、乳児と共にリラックスした雰囲気の中で、子育てについて共に学び合いながら、参加者間で交流することを目的とする。

日程・内容・講師

回	日程	内容	講師
1	9/7	ちょっと懐かしい手遊び歌でスキンシップ	真木 千壽子 さん (東京教育専門学校 非常勤講師)
2	9/14	あかちゃんと一緒に、親子で楽しくリトミック	

※いずれも水曜、午前10時から正午まで

場 所 公民館貫井北分館 北町ホール

募集方法 市報こがねい8月1日号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター
往復はがきまたはメール（申込多数の場合は抽選）

対 象 市内在住・在勤・在学の1歳前後の保護者と乳児

人 数 募集 8組 応募 5組 受講4組（女性6人、男性2人）
延べ参加者 12人

担当企画実行委員 塚田 昭子

担当職員 伊藤 智代子



担当職員感想 市内の感染者数が増加傾向のため追加募集はせずに実施。
参加者は、手遊び歌など楽しみつつ、講師、または保護者同士で育児の悩みなどをゆったりと語り合い交流を深めました。
また武蔵野大学フィールド・スタディーズ インターンシップ生2人が、講座の主旨だけでなく、準備、参加者のフォロー、後片付け、またお子さんが怪我をしないように、目配り、気配りの行動について実習しました。

参加者感想 ○ピアノの音が好きなので、生のピアノはうれしかったです。ありがとうございました。
○今後、子育て支援講座ではイヤイヤ期をのりきるための知恵を聞きたい（親同士のコミュニケーションの場があれば）。

貫井北分館

成人学校	子ども・子育て支援 パパと一緒に組み立てよう ～ミニ四駆で自動車の仕組みを学ぶ～
------	--

目 的 父親を限定とした親子対象の講座。ミニ四駆を通じて組み立てる楽しさと自動車の仕組みについて、一級自動車整備士から学ぶ。開催日を週末に設定することで、利用者の新規拡大と子育て中の父親同士の交流を図る。

日 程 11月26日（土）午前10時～正午

講 師 鈴木 由樹さん（読売理工学院 専門学校読売自動車大学校）ほか

場 所 公民館貫井北分館 学習A・B

参 加 費 400円（材料費）

募集方法 市報11月1日号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター 往復はがき、メール（申込多数のときは抽選）

対 象 市内在住、在勤の子育て中の男性と小学生

人 数 募集 10組（20人）
応募 34組（68人）
受講 10組（男性17人、女性3人）

保 育 あり 1人

担当企画実行委員 土屋 文雄

担当職員 村山 孝一



担当職員感想 同校の卒業生でもある講師たちからだけでなく、サポートしていただいた上級生から下級生までの学生5人からも「自動車が好き」「整備が好き」という姿勢が強く伝わる講座であった。学生たちにとっても技術を教える貴重な機会を得られて良かったと教諭から聞かせていただいた。設定したコースでの試走を、レース大会のような演出として設定すると、子どもたちにとってより充実した講座になった。

参加者感想

- 子どもは、学生のみなさんをみて、自分も将来を考えきっかけになったようです。エンジニアリングとは無縁の親も興味を持って楽しめました。学生の皆さん、今後がんばってください。
- 親と子どもで参加する大変楽しい企画でした。
- 今後もこのような企画があると良いかと思います。

貫井北分館

成人学校	子ども・子育て支援 パパのためのネイチャーガイドツアー
------	--------------------------------

目 的 子育て世代がお子さんを連れて訪れやすい高尾山で、小学生でも観察しやすい動植物について、インタープリターから基礎知識を学ぶ。家族で高尾山に訪れた際、ご自身で解説していただき自然の魅力や楽しさを伝えていただく。子育て世代の父親同士の交流と公民館利用者の新規拡大を図る。

日 程 12月3日（土）午前9時15分～午後0時30分。

講 師 宮田 浩さん（自然ガイド、元東京都御岳ビジターセンター レンジャー）

場 所 明治の森高尾国定公園・東京都立高尾陣場自然公園「高尾山」
（いろはの森コース）

参 加 費 無料（交通費は実費負担）

募集方法 市報11月1日号、月刊こうみんかん11月号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター 往復はがき、メール（申込多数のときは抽選）

対 象 市内在住、在勤の小学生までの子育て中の男性

人 数 募集 10人、応募 6人、受講 6人

担当企画実行委員 本多 隆志、森 千尋

担当職員 村山 孝一



担当職員感想 貫井北分館の主催講座としては数少ない、子育て中の父親を対象者とした講座を企画する。ハイキングで持参した方が良い道具の説明、お子さんを飽きさせない様々なプログラムについて紹介していただく。フィールドでの野外学習という環境から、目的のひとつである父親同士の交流も図れたと思われる。

参加者感想

- 高尾山には数回訪れたことがあったが、山頂まで登ったのは初めてである。貴重な話を聞けただけでなく、楽しい時間を過ごすことが出来た。
- 市報を見て家族が申し込んだ講座だったが、参加して良かった。
- これから子どもと高尾山に来た時は、今回のことを思い出しながら楽しみたい。
- 知らなかった道具のことも詳しく知ることが出来て良かった。

貫井北分館

成人学校	健康づくり講座 健康な体づくりをし てみんなで楽しく歩きましょう！
------	--------------------------------------

目 的 筋トレやストレッチで身体作りをし、仲間と一緒に歩くことの楽しさを体験してもらいます。

日程・内容・講師

日程	内容	講師
4/18	筋トレ&ストレッチ①	長谷川 香織さん (パーソナルトレーナー)
4/25	みんなでウォーキング① 武蔵大和駅～多摩湖～八坂駅	
5/9	筋トレ&ストレッチ②	長谷川 香織さん (パーソナルトレーナー)
5/16	みんなでウォーキング② 小平駅～小金井公園	
5/23	筋トレ&ストレッチ③	長谷川 香織さん (パーソナルトレーナー)
5/30	みんなでウォーキング③ 谷保駅～はけ周辺～矢川駅	

※いずれも月曜日。筋トレ&ストレッチは午後2時～2時50分、3時10分～4時の入替制、ウォーキングは午前10時～正午。全6回

募集方法 市報3月15日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター、多数抽選、電話または直接

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 12人 応募 18人
受講 12人(男性 2人、女性10人)
延べ参加者53人

担当企画実行委員 関野 寿幸、森 千尋

担当職員 野津 幸代

担当職員感想 定員が12人と少ないのに、1回しか参加しなかった方が2名もいらっしゃいました。今後はもう少し定員を増やしていきたいです。

参加者感想 ○ 前回も参加しましたが、前回より気持ちよく受講できました。続けていきたいです。
○ 何となく自分の身体に問題点があるなっていうことに、気が付きました。ウォーキングの講座はけっこうあるけど、ストレッチの講座はあまりないので、また開催して欲しいです。

貫井北分館

成人学校	健康づくり講座 はじめての俳句～夏を詠んでみよう
------	--------------------------

目 的 初心者向けの俳句講座。多くの方に参加いただけるよう、講座は通信で行う。

日程・内容

回	季語	俳句投稿期限	添削郵送 (3週間後)
1	兼題「浴衣」	6月15日(水)	7月6日(水)
2	夏の季語	7月27日(水)	8月17日(水)

講 師 小倉 一郎さん(俳人)

参 加 費 314 円(切手・ハガキ代)

募集方法 市報 5 月 15 日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP
申込順 電話または直接

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 30 人
応募 22 人
受講 22 人(男性 6 人、女性 16 人)
延べ参加者 44 人

担当企画実行委員 原 賢一

担当職員 野津 幸代

担当職員感想 3年目の開催です。参加者が投稿した俳句を、講師が一句一句とても丁寧に添削してくださいました。郵送だったのでお仕事をされている方や市内在勤の方などいろいろな方が参加することができました。

参加者感想 ○ 蒼蛙先生ありがとうございました。またの機会を首を長くして楽しみにしております。

貫井北分館

成人学校	健康づくり講座 手芸で脳トレ〜クロスステッチ刺繍を楽しもう〜
------	--------------------------------

目的 楽しみながらクロスステッチ刺繍を行い、脳の健康を維持し、同じ趣味を持つ仲間づくりをする。

日程 基礎：9月8日・22日
 作品作り：10月6日・11月3日・12月1日・1月5日
 ※いずれも木曜日、午前10時～正午。全6回

講師 佐野 幸子さん（てしごと教室主宰）

募集方法 市報8月1日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター、多数抽選

対象 市内在住、在勤、在学の方

人数 募集 12人
 応募 23人
 受講 12人（女性12人）
 延べ参加者 65人

担当企画実行 塚田 昭子

担当職員 野津 幸代



担当職員感想 クロスステッチは初めてという方が多く、最初は針に糸を通すのも難しかったようですが、基礎編の2回のみ実習に来ていた武蔵野大学の学生がフォローしてくれました。作品作りは、図案を決め、どのような作品に仕上げるか等、講師と相談しながら進めました。お互いの作品を見ながら、いろいろなアイディアが浮かぶようでした。講座で作った作品を、センターまつりで展示しました。センターまつりでは講師の発案で、クロスステッチ刺繍体験コーナーを作り、たくさんのお子さんに体験していただきました。手芸の楽しさを広めることができました。

参加者感想

- 人それぞれでいいのよ、型にはまらなくてという姿勢がうれしかった。これからもお付き合いしたい先生です。ありがとうございました。
- 大変熱意のある講師、親切な職員さんに感激しました。又、参加費が安いのにあれだけの材料を用意して頂き驚きました。

貫井北分館

成人学校	きたまちセンターの花づくり・緑化活動 きたまちセンターの花サポーター講座 ～元気になれるコンテナガーデン～
------	---

目 的 きたまちセンターを飾る、花壇や鉢植えのメンテナンスをする花サポーターの養成。また、自宅でも応用できる鉢を使った寄せ植えと庭造りの簡単な方法を学び、実習や野外研修などを通じて受講者間の交流をはかる。

日程・内容・講師

回	日程	内容	講師
1	9月 9 日（金） 午前 10 時～正午	オリエンテーションと 土の再生（実習）	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
2	10月 7 日（金） 午前 10 時～正午	コンテナ栽培の基本	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
3	10月 21 日（金） 午前 10 時～正午	堆肥・肥料の混ぜ込みで土づくり	なし
4	11月 11 日（金） 午前 10 時～正午	きたまちセンターの 植物植え込み実習	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
5	11月 25 日（金） 午前 9 時～午後 4 時頃	フラワーパーク HANA・BIYOR I、都立桜ヶ丘公園	園内ガイド
6	12月 5 日（月） 午前 10 時～正午	フラワーアレンジメント	森 このみさん （生花店主）
7	1月 13 日（金） 午前 10 時～正午	代表的な病虫害	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
8	2月 3 日（金） 午前 10 時～正午	寄せ植えのデザイン	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
9	3月 17 日（金） 午前 9 時～午後 4 時	私の寄せ植えづくり	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
10	3月 24 日（金） 午前 10 時～正午	講座の振り返り	なし

場 所 公民館貫井北分館 創作室ほか

募集方法 市報 8 月 1 日号、月刊こうみんかん 8 月号、チラシ、ポスター、市 HP、貫井北センター HP、貫井北分館ツイッター 多数抽選
往復はがきまたはメール

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 16 人 応募 23 人

受講 16 人（男性 2 人 女性 14 人） 延べ参加者 135 人

担当企画実行委員 原 幸恵、森 千尋

担当職員 伊藤智代子

担当職員感想 講座や野外研修を通して交流が深まり、定期的な水やり当番で、チーム力を発揮できた講座となりました。

参加者感想 ○毎回楽しく参加させていただきました。四季を通して、お花を楽しみたいので、一年通して教えていただけると有難いと思います。

貫井北分館

成人学校	人権教育講座 「災厄をしなやかに生きる ～文学の想像力～」
------	----------------------------------

目 的 コロナ禍など感染症や震災などの状況でもしなやかに生き抜くために、また誰もが個人として尊重され平等で、一人ひとりが輝く生き方について、文学作品から考える。

日程・内容

回	日程	内容
1	1/22	震災と文学 ～村上春樹と川上弘美～ 村上春樹「かえるくん、東京を救う」「蜂蜜パイ」、川上弘美「神様」 「神様2011」から考える
2	1/29	パンデミック（感染症）と文学～カミュ『ペスト』を読む～

※いずれも日曜日、午後2時から4時

講 師 千田 洋幸 さん（東京学芸大学 教授）

場 所 公民館貫井北分館 学習室A・B

募集方法 市報こがねい12月15日号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター 電話、メールまたは公民館貫井北分館窓口で 申込順

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 20人 応募 25人 受講 25人（男性12人、女性13人）
延べ参加者 43人

担当企画実行委員 塚田 昭子、森 千尋

担当職員 伊藤 智代子

担当職員感想 感染症対策に配慮し希望者が受講できるように定員変更。講座では1995年の阪神・淡路大震災と地下鉄サリン事件、2011年の東日本大震災、2020年からの新型コロナ感染症など関連作品を通して生き方を考えました。各回、受講者同士が話し合う時間を設けて学びを共有。また、関連本を図書館貫井北分室で1月末まで展示。

参加者感想

- 大変良い企画だったと思います。千田先生のお話、大変分かりやすく、楽しく学ばせて頂きました。難解な「ペスト」非常に分かりやすく解説いただき感謝しています。
- どちらも、何時おきるかわからない、起きているという現実味をもって考える事ができました。
- 2回にわたって異なる作品で、同じテーマについて考えるのが面白かった。文字の持つ力についてすごく共感した。周りの人と話す時間は緊張したけれど、新鮮な経験だった。同じことを学んで、確かめあったり共有したりするとことって、とても大事だと思う。

貫井北分館

成人学校	地域研究講座 春のむさしの散歩
------	-----------------

目 的 地域研究の一環として、実際に地域を歩き、むさしの地域の道や施設、自然、神社仏閣などに対する理解を深める。

日程・内容 ① 4月15日（金） 鷹の台駅－ふれあい下水道館－玉川上水緑道－
 いろりの里－小川水衛所跡－名勝小金井桜側境界石－
 平櫛田中彫刻美術館－一橋学園駅
 ② 5月20日（金） 東村山駅－諏訪神社－徳蔵寺－久米川古戦場跡
 －将軍塚－北山公園－正福寺地蔵堂－大善院－猿田彦神社－東村山駅
 ※いずれも午前10時～午後0時半まで、全2回

募集方法 市報3月15日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、
 貫井北分館ツイッター、多数抽選
 メールまたは往復はがき

対 象 市内在住、在勤、在学の方で3時間程度歩ける方

人 数 募集 12人
 応募 30人
 受講 14人（男性 5人、女性9人）

担当企画実行委員 閑野 寿幸、森 千尋

担当職員 野津 幸代

担当職員感想 昨年度のこがねい散歩の続編で、範囲を「むさしの」に広げ開催しました。先着順だとすぐにいっぱいになってしまうので、今年度は多数抽選で対応しました。往復はがきよりメールでの申し込みが多かったです。コース作りから実施当日まで、企画実行委員さんには多大なるご協力をいただきました。参加者の方々に好評なので、引き続き開催したいと思います。

参加者感想 ○ 今回の地域研究を通じて、改めて小金井市が好きになりました。
 ○ 豊富な解説だけでなく、質問にも応じていただけて、とても楽しく学べました。
 ○ 近場でもこんなに素敵な場所があることに驚きました。プログラムを考えてくれた方々に感謝です。

貫井北分館

成人学校	地域研究講座 まちの先生から学ぶ はじめてのラッピング
------	--------------------------------

目 的 地域研究の一環として、市内で活躍する講師から知識や技術を学び、地域資源を知る。また、講師や参加者同士の交流を促進し、まちの活性化につなげる。

日程・内容

回	日程	内容
1	10/8	基本の包み方
2	10/22	リボンの結び方

※いずれも土曜日。午後 2 時から 4 時

場 所 学習室 C・D

講 師 浮津 千愛さん（ギフトラッピングコーディネーター）

募集方法 市報 9 月 1 日号、ポスター、チラシ、市 HP、貫井北センター HP、貫井北分館ツイッター、多数抽選、電話または直接

対 象 市内在住、在勤、在学の方

人 数 募集 各 6 人 応募 1 回目：13 人 2 回目：14 人
受講 各 5 人（各女性 5 人）
延べ参加者 10 人

担当企画実行委員 原 幸恵、本多 隆志

担当職員 野津 幸代

担当職員感想 基本の包み方、リボンの包み方ともに応募者が多く、関心の高さがうかがえます。もう少し定員を増やせないか検討したいです。

参加者感想

- 日常的に使えて、豊かな気持ちになれそうです。
- リボンをあんまりむすんだことがなかったので、こんなにいろんなむすびかたがあるんだなあと思いました。たのしかったです！！
- クリスマスのときやバレンタインの時もやりたいです。
- とっても楽しい 2 時間でした。ぶきっちゃで心配でしたが楽しめました。先ず練習ですね！
- 体のあちこちを使いました。可愛いのができました。役に立ちます。
- テレビなどで簡単そうに見えましたが、実際は慣れないと難しい事がわかりました

貫井北分館

成人学校	地域研究講座 秋のこがねい散歩～農工大通り～
------	---------------------------

- 目 的** 地域研究の一環として、農工大通りを歩き、商店街、神社、施設などの歴史や特徴を学び、理解を深める。
- 日 程** 11月18日（金） 午後1時～3時半
- 内 容** 武蔵小金井駅集合－農工大通り商店街－八重垣稲荷神社－東京農工大学科学博物館－東小金井駅解散
- 講 師** 農工大通り振興会会長 大野 周吉さんほか
- 募集方法** 市報10月15日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター、多数抽選メールまたは往復はがき
- 対 象** 市内在住、在勤、在学の方で2時間半程度歩ける方
- 人 数** 募集 10人 応募 7人
受講 7人（男性 2人、女性5人）
- 担当企画実行委員** 森 千尋
- 担当職員** 野津 幸代
- 担当職員感想** 農工大通りの商店街の方々が、お忙しいところ、町の歴史や、商店街の変遷、それぞれのお店の説明をしてくださいました。参加者の質問にも快く答えてくださいました。農工大通りをただ歩くというのではなく、脇道に立つ神社や石碑などを見ながらでしたので、町を知るという意味でもとても有意義な講座になりました。
- 参加者感想**
- 農工大通りで2時間半？と思ったけどお店に入ったりして、思ったより楽しかったです。
 - いろいろな商店、いろいろな道、博物館、猫の石碑など良かったです。
 - 40年ほど小金井の農工大南側に住んでいて、すぐ側ですが、いつも同じ通りを歩いているので、脇道など通れました。

貫井北分館

成人学校	地域研究講座 こがねい散歩 ～埋もれた橋とその周辺～
------	-------------------------------

目 的	地域研究の一環として、昨年発掘された上貫橋や仙川・小金井分水、旧道などを歩き、理解を深める。
日 程	12月4日（日） 午前10時～午後0時半
内 容	武蔵小金井駅集合 ― 旧道19号 ― 玉川上水 ― 仙川 ― 上貫橋 ― 小金井分水・山王窪築樋 ― 山王稲穂神社 ― 旧道20号―武蔵小金井駅解散
講 師	関野 寿幸さん（小金井市史編纂委員市民協力員・郷土史会）
募集方法	市報11月1日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター、多数抽選 メールまたは往復はがき
対 象	市内在住、在勤、在学の方で2時間半程度歩ける方
人 数	募集 10人 応募 10人 受講 9人（男性 3人、女性6人）
担当企画実行委員	原 幸恵
担当職員	野津 幸代
担当職員感想	上貫橋や、橋が掛かっていたとされる旧道を実際に歩くことで当時の地形や様子を感じられたでしょうか。歩いている途中で、自然に参加者同士の交流ができました。
参加者感想	○ 昔のライフラインを造った人は起伏もあるのにすごいなと思いました。 ○ 修道院の前はいつも通り過ぎるだけで、庭を覗いたことはなかったです。 ○ 築樋が合流していることにびっくりしました。

貫井北分館

成人学校	地域研究講座 こがねい散歩 ～ナンジャモンジャ・京王通り商店会周辺の今昔～
------	--

目 的 地域研究の一環としてナンジャモンジャ・京王通り商店会を歩き、歴史や街の変化、商店会の特徴などを学ぶ。

日 程 3月2日（木） 午後1時～3時

内 容 上の原公園集合 ― 商店会巡り ― 築樋 ― 本町住宅 ― 武蔵小金井駅解散

講 師 是枝 嗣人さん（ナンジャモンジャ・京王通り商店会会長）

募集方法 市報2月1日号、ポスター、チラシ、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター、多数抽選メールまたは往復はがき

対 象 市内在住、在勤、在学の方で2時間程度歩ける方

人 数 募集 8人
応募 9人
受講 8人（男性 2人、女性6人）

担当企画実行委員 塚田 昭子、原 幸恵

担当職員 野津 幸代

担当職員感想 商店会長の案内で商店会を巡りました。集合場所の上の原公園を知らない方が多かったので、地域を知るという意味で知っていただけて良かったです。急に寒くなったり、雨がぱらついたりしたので、早めに切り上げ駅で解散しました。

参加者感想

- 知らないところばかりでした。
- 短い言葉で、分かりやすい説明、とても良かったです。
- いつもは車で通るだけの商店会ですが、歩くと楽しかったです。
- 商店会長さんが若くて、とても頑張っていると感じました。ナンジャモンジャが好きなので、花の時期にまた来たいです。
- 南側に住んでいるので、北側は初めて歩きました。

本 館

成人大学講座	イギリスを知ろう！
--------	-----------

目 的 グレートブリテンおよび北アイルランド連合王国、通称イギリス。EUからの離脱、エリザベス女王の崩御、度重なる首相交代劇など近年クローズアップされているイギリスですが、その成り立ちには幾多の栄光と挫折があった。その歴史と文化を学び、改めてイギリスという国を探求する。

日程・内容

回	日程	内容
1	3月4日	ヨーロッパ大陸からの撤退と拡張する帝国への未来
2	3月11日	大衆メディアと戦間期の洒落者(ダンディー)たち
3	3月18日	Brexit から、Singapore on Thames あるいは「自由で開かれたインド・太平洋構想」

※全3回、いずれも土曜日、午前10時から正午まで

講 師 大田 信良さん
(東京学芸大学外国語・外国文化研究講座教授)
ゲスト講師
大谷 伴子さん(東京学芸大学講師)
大道 千穂さん(青山学院大学教授)

場 所 公民館本館 学習室B

対 象 市内在住・在勤・在学の方

募集方法 市報2月1日号、月刊こうみんかん1月号、ポスター、チラシ、市HP、市ツイッター
往復はがきまたはe-Mail

人 数 定 員 30人
受 講 24人(男性10人、女性14人)
延べ参加者 68人

担当企画実行委員 照井 耕之助

担当職員 落合 兼二郎

緑 分 館

成人大学講座	なぜ、アツい！？農学の今と未来
---------------	------------------------

目 的 現代の日本が抱えるテーマについて、東京農工大学の教授の方々に専門的な観点から解説をしていただくことにより、市民の教養の向上を図る。

日程・内容・講師・場所

回	日 程	内 容	講 師	場 所
1	9/3	森と水のつながりを考える ：流域の中の森林	五味 高志さん (東京農工大学農学研究院 国際環境農学部門 教授)	公民館緑分 館学習室ABC
2	9/10	世界の食料危機と これからの日本農業	大川 泰一郎さん (東京農工大学農学研究院 生物生産科学部門 教授)	
3	9/17	最近の畜産事情と 獣医師の関わり	田中 知己さん (東京農工大学農学研究院 動物生命科学部門 教授)	

※いずれも土曜日、午後2時から4時まで。

募集方法 市報8月1日号、月刊こうみんかん8月号、ポスター、チラシ、市HP、東京農工大学HP、公民館ツイッター
Eメールまたは往復はがき（申込多数の場合は抽選）

対 象 市内在住・在勤・在学の方

人 数 募集 各回30人 延べ応募 48人
延べ参加者数 85人

担当企画実行委員 宮本 一、後藤 愛子

担当職員 田中 響、山崎 敬広

参加者感想

- 「森林の利用と森林と水をつなげる」とは流域スケールでの森林管理と保全を継続することが大事で、間伐管理と水循環の管理、つまり健康診断と同じであることを学びました。
- 資料が多く、興味を引くものが多数ありました。
- 今回のような内容のある講座を続けてほしい。
- 自国の食料自給率が大変低いことを勉強した。地産・野菜・果物などの重要性を感じた。小金井市のエリアは地産物が多く、大変恵まれていると感じる。
- 農・林・畜産業に従事している方に本当に感謝です。今回の講座を受けて改めて認識しました。農工大の先生方、わかりやすい講義をありがとうございました。

緑 分 館

陶芸入門	陶芸入門教室
------	--------

目 的 陶芸を基礎から学び、体験し、その魅力の一端に触れる機会とする。また、講座を通し地域住民との交流を広げる。

日 程 9月7日から11月16日（全11回）
毎週水曜日 午前10時から正午

講 師 高木 幹彦さん（陶芸家）

場 所 公民館緑分館 学習室A B Cもしくは陶芸窯

参 加 費 5,000 円（材料費）



募集方法 市報8月1日号、月刊こうみんかん8月号、ポスター、チラシ、市HP、
ツイッター
Eメールまたは往復はがき（申込多数の時は抽選）

対 象 市内在住・在勤・在学の方 全日程参加できる方

人 数 募集16人 応募32人 受講20人
延べ参加者 202人 （男性3人・女性17人・そのほか0人）

担当企画実行委員 赤尾 八朗、大蔵 芳夫、後藤 愛子

担当職員 田中 響、山崎 敬広

担当職員感想 講師の方針で、参加者それぞれが自由な作陶ができたため、満足度が高かったように感じた。最終日の作品発表会では、和気藹々とした雰囲気の中で参加者同士の交流も見られ、本講座の目的を達成することができたように思う。

参加者感想 ○皆で同じ物を作っていくのかと思っていたのですが、こんなに自由に沢山作らせて頂けて、期待以上の満足を得られました。
○陶芸の入門、初めての体験でした。器はとても手がかかっていると改めて思い大切に使いたいと思いました。
○すべての工程が体験できて本当におもしろかったです。
○ひと通り技法を教えて頂いた後は好きなものを自由に作れたことが良かった。

貫井北分館

陶芸入門	陶芸入門教室
------	--------

目 的 陶芸の基礎から学び、創造の喜びを実感し、仲間づくりに寄与し、地域とのつながりを深める。

日 程 9月17日～11月19日 ※いずれも月曜（全7回）午前10時～正午

講 師 東田 茂正さん（陶芸家）

場 所 公民館貫井北分館 創作室、窯室、学習室A、I T-A B（保育室）ほか

参 加 費 3,200円（材料費）

募集方法 市報8月15日号、月刊こうみんかん8月号、チラシ、ポスター、市HP、貫井北センターHP、貫井北分館ツイッター
往復はがき（申込多数のときは抽選）

対 象 市内在住・在勤・在学の方 ※初めて陶芸をされる方

人 数 募集 8人
応募 29人
受講 8人（女性7人、男性1人）
延べ参加者 52人



保 育 あり 2人（延べ保育人数 11人）

担当企画実行委員 土屋 文雄、原 幸恵、森 千尋

担当職員 村山 孝一

担当職員感想 今年度もコロナ禍での開催となり、定員を例年の半数に設定する。開催日を週末に設定しただけでなく、初めて保育付きとしたことから、申込された方々の年齢層が顕著に低くなる。きたまち保育サポーターによる保育で2人のお子さんを預かり、子育て世代の方々にも創作活動をゆっくり取り組んでいただけた。

参加者感想

- 物を作ったり、考えたりすることがとても苦手なのですが、上手に作れなくても楽しかったです。食器を使うたびに、楽しかったなあと思い出しています。また他の講座や教室にも参加したいです。
- ずっと習いたかった陶芸を公民館で立派な先生と優しい職員さんのもとで習うことが出来、大変感謝しています。また機会があれば陶芸を習いたいと思います。作った作品大切に使います！

本 館

高齢者学級	生 き が い 広 場
-------	-------------

目 的 地域で高齢期を有意義に過ごし、生きがいを見つけ、仲間作りをすることを目的に、様々な内容の学習を共に学ぶ場をつくる講座とする。

日程・内容・講師 別紙「日程表」のとおり

と ころ 公民館本館ほか

募集方法 市報4月15日号 チラシ ポスター
月刊こうみんかん4月号 HP ツイッター
往復はがき（申込多数のときは抽選）



対 象 65歳以上の市民

人 数 募集 20人（応募54人）
受講 20人（男性5人、女性15人）
延べ参加者 253人

担当企画実行委員 近江 淳、大木 健至、菅沼 七三雄、照井 耕之助、
藤原 美知江、武藤 美奈子

担当職員 近藤 英里子、大久保 裕広

担当職員感想 今年も新型コロナウイルス拡大の影響が懸念されたが、全15回野外学習を含め予定通り実施することができた。受講生はソーシャルディスタンスも保ちながらどの講座も積極的に参加下さった。回を追うごとにコミュニケーションや笑顔も増え、嬉しく思いました。

参加者感想 ○どの講座も満足できました。これからも素晴らしい企画をして下さい。コロナ禍の中、三密も守られ参加しやすい環境でした。
○コロナで家で静かに過ごすしかない時に、気力・体力が落ちるのを痛感していました。このような時に生きがい広場に参加させて頂けたことは本当に有難いことでした。色々バラエティーに富んだ企画を考えて下さり、感謝しかありません。
○とても楽しく初めて友人もできました、ありがとうございました。
○自分が知らない分野の知見を広めることができたこと、野外学習時等仲間とふれあいができた事が良かったです。

令和4年度 高齢者学級「生きがい広場」日程表

	日程	曜日	時間	内容	講師
1	5/10	火	10～12	開講式、オリエンテーションand交通安全教室	小金井警察署
2	5/24	火	10～12	【体育】パラリンピック競技ボッチャに挑戦！	元都立小金井特別支援学校教諭 矢野典嗣さん
3	5/31	火	10～12	【生活と環境】エシカル消費とSDGs	未来創造サポート代表 寺島義智さん
10	10/11	火	10～12	【歴史】北条義時について	鎌倉歴史文化交流館 学芸員山本みなみさん
11	10/25	火	9～17	【野外学習】山梨忍野八海と河口湖大石公園（大型バス）	
12	11/8	火	10～12	【音楽と映像】昭和の歌と小金井の今昔	小金井市観光まちおこし協会 木村秀穂さん
13	11/22	火	10～12	【健康】お口の健康について	サクラ歯科医院院長 松本亨さん
14	11/29	火	10～12	【美術】おとなのぬりえ教室	サクラクレパス認定おとなのぬりえ講師 須貝光一郎さん
15	12/13	火	10～12:30	閉講式、まとめの会andハンドベル演奏会	レインボーベルの皆さん
★第1・第3火曜日以外の火曜日 ※原則10時から正午までですが、開講式・野外学習・閉講式は時間が変更となります。					

貫井南分館

高齢者学級	けやき学級
-------	-------

目 的 高齢者の置かれた現状と課題を見据え、「生きがいのある毎日のために」をテーマに、共に学び、行動し、社会参加のあり方を考え、生きがいを見出す。

日程・内容・講師 別表のとおり

場 所 貫井南分館学習室A B



募集方法 市報4月15日号、月刊こうみんかん4月号、チラシ、ポスター、市ホームページ 申し込み多数のときは抽選（往復はがきで応募）

人 数 65歳以上の市民20人 応募31人 受講20人（男性4人、女性16人）延べ参加者 301人 出席率 89%
平均年齢：79.9歳（男女別：男性81歳 女性79.6歳）

担当企画実行委員

阿部 光子、今村 誠、大野 芳輝、金ヶ江博紀、齊藤美恵子、高橋 陽子

担当職員 伊藤 修、松本 浩明

担当職員感想 昨年と同様に、コロナ感染拡大予防対策を採りながら学級生20人での開催となった。机1脚に1人の配置で、なかなか学級生同士のコミュニケーションが取りづらい中、5月下旬にコミュニケーションを第一に取る目的で「遠足」（江戸東京たてもの園）に出かけたことにより学級生同士のコミュニケーションが図られた。また、学級生念願の野外学習「柴又帝釈天散策と寅さん記念館」に行けたことは大変有意義であった。

参加者感想

- 係員の気配りが良く、大変良かった。
- 毎回とても楽しく過ごさせて頂き感謝です。終わってしまったのがさみしいです。有難うございました。班の皆さんも良い方ばかりでした。
- 良い仲間に出会い楽しい時間を過ごさせて頂き、ありがとうございました。

令和4年度けやき学級日程表

回	月 日	曜	内 容	講 師
1	5/18	水	開講式「オリエンテーション」	—
2	5/25	水	遠足「江戸東京たてもの園」	—
3	6/1	水	川崎平右衛門	花木 知子 (郷土の森博物館学芸員)
4	6/8	水	皆さんで歌いましょう	木下 容子 (東邦音楽大学准教授)
5	6/15	水	スポーツウエルネス吹矢に挑戦	杉山 勝英 (日本スポーツウエルネス 吹矢協会小金井支部長)
6	7/6	水	俳句でリフレッシュ	守屋 明俊 (俳人協会評議員・ 俳誌「閨」代表)
7	7/13	水	楽しい脳トレ教室	小林 雅一 (世田谷シニア学園講師)
8	7/20	水	防災講話 or 津軽三味線演奏(予定)	小金井警察署生活安全課防犯係 保谷 匠(津軽三味線演奏家)
9	9/7	水	A I と私たちの暮らし	久保田 直行 (東京都立大学教授)
10	9/14	水	NICT情報通信研究機構本部展示室 ツアー	—
11	9/21	水	映像で見る小金井の歴史	多田 哲 (文化財センター学芸員)
12	10/5	水	世界情勢「世界の動きと日本」	茂木 貴 (国際情勢アナリスト)
13	10/12	水	健康体操	東急スポーツ オアシストレーナー
14	10/19	水	文学「山本有三」	山田 有策 (東京学芸大学名誉教授)
15	10/26	水	野外学習「猿島&ドブ板通り」	—
16	11/2	水	落語を楽しもう	柳亭こみち(落語家) 予定
17	11/9	水	閉講式	—

時間はいずれも午前10時から正午まで

(敬称略)

野外学習は、おおむね午前8時30分から午後5時まで

東 分 館

高齢者学級	シニアカレッジ・くりのみ
-------	--------------

目 的 高齢者が豊かに、生きがいをもって暮らすために、地域課題から健康に関する講義など幅広いテーマを提供し、教養の向上及び健康増進を図ります。また、高齢者の居場所づくりの機会を提供すると共に、地域づくり等も視点に入れ実施します。

日程・内容・講師 別紙「日程表」のとおり

場 所 公民館東分館

募集方法 市報4月15日号、月刊こうみんかん4月号、チラシ、ポスター、市HP、東センターHP、東分館ツイッター
申込多数のときは抽選
往復はがき

対 象 65歳以上の市民

人 数 募 集 20人 応 募 41人
受 講 20人（男性7人、女性13人）
延べ参加者 270人

担当企画実行委員 稲垣 芳樹、柏倉 明、熊野 賢三郎、高坂 憲二郎、
矢部 響子、角田 麻美（7月～）、舟川 宜仁（7月～）、
宮國 愛里（7月～）、山木 耕太郎（7月～）、
渡部 靖（7月～）

担当職員 倉本 恵子、浅香 佳代子、鈴木 浩一

担当者感想 学習意欲の高い参加者が多く、どのテーマも非常に熱心に受講して下さっている姿が印象的でした。座学や体験型学習のバランスに配慮しながら開催し、野外学習では、交流も深まりました。また、「お薬」や「ボッチャ」等の健康に関するテーマや、「クリスマスコンサート」や「落語」等の文化に関するテーマは、特に興味・関心が高く、全16回を通して楽しみながらご参加頂きました。次年度も多様な学習の機会を提供していきたいと思ひます。

参加者感想 ○今年の一字選が（戦）という字でしたが私はこのシニアカレッジ・くりのみに参加出来たことが（幸）という一字でした。親切な方とも出会えました。そして企画された方々にも感謝です。ありがとうございました。
○非常に有意義な時間を過させていただき有難うございました。倍率が高く受講が難しいですが、次回も応募したいと思ひます。

令和４年度高齢者学級「シニアカレッジ・くりのみ」日程表

回	日程	内 容	講 師
1	5/13	開講式 オリエンテーション	進行：職員（公民館東分館）
2	5/20	みんなで楽しむボッチャ	どこでもボッチャ隊
3	6/3	小金井の遺跡を知る	高木 翼郎さん （市生涯学習課 学芸員）
4	6/10	野外学習・山本有三記念館見学	現地解説員
5	6/24	環境と人にやさしい石けん洗濯	茂木 孝夫さん （クリーニング店代表）
6	7/1	小金井市の介護保険制度を知る	小金井ひがし地域包括支援 センター
7	7/22	季節を楽しむペーパークラフト	わたなべ ゆみこさん （クラフト脳トレーナー）
8	9/16	エスディー・ジーズ S D G s と子どもの貧困	入江 優子さん （東京学芸大学こどもの学び 困難支援センター准教授）
9	10/7	小金井市の防災～防災マップを学ぶ～	市地域安全課
10	10/14	With コロナ時代をどう生きるか ～最前線の取り組み～	水谷 哲也さん （東京農工大学農学部附属感染症 未来疫学研究センター センター長・教授）
11	10/21	人生１００年時代の新健康体操 ～歩く・食べる・出す～	小森 祐史さん （P T I 認定プロフェッショナル フィジカルトレーナー）
12	11/4	シニア世代のお薬との賢い付き合い方	堀 祐輔さん （東京薬科大学薬学部教授・ 薬学実務実習教育センター センター長）
13	11/11	野外学習【大型バス】歴史と文化探訪 ～埼玉県立歴史と民俗の博物館、さいたま 市大宮盆栽美術館～	現地解説員
14	12/2	クリスマスコンサート ～ハープの優しい調べ～	伊藤 舞梨さん （ハープ奏者）
15	12/9	世界遺産と旅～欧州の古城を中心に～	佐藤 玲子さん （世界遺産アカデミー認定講師）
16	12/16	閉講式 落語	吉原 朝馬さん（落語家）

全１６回、いずれも金曜日、午前１０時～正午、野外学習・閉講式は別時間

緑 分 館

高 齢 者 学 級	みどり・朴の樹学級
-----------	-----------

目 的 地域の高齢者が、健康で心豊かに暮らすために、外出する機会、生きがいを見つける機会、趣味や学習を深める機会、仲間づくりの機会を提供する。

日程・内容・講師 別表のとおり

場 所 公民館緑分館 学習室 A・B・C ほか

募集方法 市報 4 月 1 5 日号、月刊こうみんかん 4 月号、チラシ、ポスター、市HP
申込多数のときは抽選
往復はがき

対 象 市内在住の 6 5 歳以上の方

人 数 募集 2 0 人
応募 3 0 人
受講 2 2 人（男性 1 1 人、女性 1 1 人）
※途中 2 人辞退者が出たため 2 人繰り上げ当選
延べ参加者 2 8 9 人/3 2 0 人

担当企画実行委員 赤尾 八朗、東 弥司良、大蔵 芳夫、苅込 美津代
後藤 愛子、宮本 一

担当職員 山本 ひろみ

担当職員感想 今年度は、男性の参加者が過半数以上と例年に比べてかなり多かった。男性が多いということもあり、学級生同士が打ち解けるのに少し時間がかかっていたが、回数が進むにつれて、講座についての話題や野外研修を通してコミュニケーションを深めていく様子が見受けられて良かったと思う。

参加者感想 ○初めての参加でしたが、よく講師も吟味され、内容も時間も満足でした。
○参加目標であった「ボケ防止」が達成されたと思われます。
○朴の樹学級に参加して、知識、見聞を広めることができ、ありがとうございました。
○毎回のプログラムがよくねれていて、どの講師の方も私達の年代を考慮されて話してくださり、楽しく、かつ役に立ちました。
○運動あり、野外研修あり、歌ありとバラエティに富んでいて楽しかったです。

令和4年高齢者学級「みどり・朴の樹学級」日程表

回数	日程	内容	講師
1	5/12	開級式・落語を楽しもう	聞楽亭志ん夜さん
2	5/26	ボッチャに挑戦	矢野 典嗣さん (元都立小金井特別支援学校教諭)
3	6/9	新説で語る「鎌倉殿の13人」の時代とその謎	跡部 蛮さん (歴史研究家)
4	6/23	おうち時間におすすめ大人のぬり絵	川田 むつみさん (大人のためのお絵描き教室主宰)
5	7/7	身体に自信がつくウォーキング	山口 薫さん (健康運動指導士)
6	7/14	小金井市のごみの現状	小金井市ごみ対策課職員
7	7/21	【野外研修】浅川清流環境組合可燃ゴミ処理施設見学	
8	9/1	相続・エンディングノートについて	藤井 隆之さん (行政書士)
9	9/15	国際情勢・報道の裏側・新聞の読み方	伊藤 宏さん (朝日新聞論説委員)
10	9/29	ミレーとバルビゾン派の画家たち～近くで見られる名画～	斎藤 陽一さん (美術ジャーナリスト)
11	10/13	【野外研修】山梨県立美術館・山梨県立考古博物館見学	
12	10/27	なつかしい歌を歌おう	飯村 孝夫さん (声楽家)
13	11/10	消費者トラブルを防ぐために	小金井市消費者生活相談員
14	11/24	上貫橋について	多田 哲さん (小金井市文化財センター学芸員)
15	12/8	野鳥観察の仕方	山田 陽子さん (NPObirth パークレンジャー)
16	12/22	閉級式・音楽会	相馬 優希さん (ピアニスト)

貫井北分館

高齢者学級	はなみずき学級
-------	---------

目 的 地域の高齢者が生涯学習実践の機会を得て生きがいを創出して健康で過ごし、参加者間の相互に親睦と交流を深め地域発展を目指す。

日程・講師・内容 別表のとおり

場 所 公民館貫井北分館 A・B ほか

募集方法 市報 4 月 15 日号、月刊こうみんかん 4 月号、チラシ、ポスター、市 HP 申込多数のときは抽選 往復はがき

人 数 募集 20 人 応募 24 人
受講 20 人（女性 15 人 男性 5 人）
延べ参加 211 人



【都立小宮公園 ネイチャーガイド】

担当企画実行委員 関野 寿幸、林 明子、原 賢一、福田 久治、本多 隆志、森 千尋、岡村 寛美、塚田 昭子、土屋 文雄、原 幸恵

担当職員 村山 孝一

担当職員感想 前年度と同様にコロナ禍の影響を受けながらの学級となった。感染の不安と参加者同士が交流を図りたいという気持ちが毎回感じられた。第 2 回まで参加した後、連絡もなく以降全て欠席された学級生が一人いたことが残念であった。

参加者感想

- コロナのこの 2 年間、外出するのも友人と話をすることも出来ず、月日のたつのが過ぎてみれば早く、高齢者学級に入れて下さったこの年は自分に合わない部分もありましたが、元気で過ごせた事を感謝してます。トシをとった仲間達は明るく楽しくすごしたい日々に孤独を味わってます。やはり、人と人とのつながりが少しでもある事は大切と感じました。
- 日々の生活に役立つ講座や野外学習はとても開放的な気分になり、ひとときコロナのことを忘れることができました。
- 毎回色々な内容の勉強があり、日頃自分では触れることがないカリキュラム等があり飽きることなく、楽しく参加させて頂きました。班分けはありましたがボチャや郊外学習でしか一緒にいることがなかったのでメンバーと会話をするのがコロナの状況もあり少なかったのが残念でした。
- いつも楽しく参加出来ました又勉強になることばかりです。笑う事も出き又出掛ける事も出き良かったです。ありがとうございました。

令和4年度 高齢者学級「はなみずき学級」 日程表

	と き	内 容	講 師
1	5/12	開校式&フルートアンサンブルコンサート♪	アンサンブルキアッキエーレ（演奏）
2	5/26	お片付けも日常生活の習慣から 「らくらくお掃除のコツとポイント」	白石 裕子さん（日本そうじ協会）
3	6/9	レンジャーと巡る初夏の「都立小宮公園」ほか SDGs の取り組みも日常生活の習慣から ① 「可燃ごみ処理施設見学」	都立小宮公園 レンジャー 浅川清流環境組合
4	6/23	「相続税・贈与税の基礎知識 ～穏やかな相続を迎えるには～」	岡安 俊幸さん（税理士）
5	7/7	東日本大震災から 11 年 天災は忘れた頃にやってくる ① 「あの日起きたこと、その後の復興、そして現地の今」	なすびさん（俳優）
6	7/21	私たちのまち再発見！ 「学芸員が解説する小金井のお話」	多田 哲さん （小金井市文化財センター 学芸員）
7	9/1	東日本大震災から 11 年 天災は忘れた頃にやってくる ② 「9 月 1 日は防災の日！小金井市防災マップの活用方法」	小金井消防署 警防課 地域防災担当
8	9/15	東京 2020 パラリンピックから 1 年 「ボッチャを体験しましょう」	どこでもボッチャ隊（ボッチャ講師）
9	9/29	「コロナ禍でも楽しめる 園芸のお話」	尾路 紀恵さん （グリーンアドバイザー）
10	10/13	健康二次被害の予防も日常生活の習慣から 「今日から始められる簡単な体操」	岡村 卓哉さん （東急スポーツオアシスインストラクター）
11	10/27	SDGs の取り組みも日常生活の習慣から ② 「ごみ減量・リサイクルのお話など」	小金井市環境部ごみ対策課
12	11/10	みんなで用心！「防犯対策・詐欺対策のお話」	小金井警察署 生活安全課 防犯係
13	11/24	フォークダンスを楽しみましょう♪	松下 敦子さん（フォークダンス講師）
14	12/8	みんなで創作「水引づくり」	佐野 幸子さん（クラフトアーティスト）
15	12/22	閉校式&みんなで歌って素敵な年末を迎えましょう♪	久里 きなこさん（音楽家）

※いずれも木曜日、午前 10 時から正午まで