

西朝霞公民館



成人教養講座

◆目的◆ 成人を対象に、自己実現と生きがいのある生活を求めることを目的とし、日常生活の充実や、地域社会への参加などについて学習する。

◆プログラム及び受講者◆

回	実施日時	タイトル／講師	対象	受講者／定員
1	6月28日(水) 7月5日(水) 午前10時～正午	ポーセリンアート転写紙で マイカップを作ろう ／公民館サークル講師 和田 早苗 氏	成人	12人 ／12人
2	9月10日(日) 午前10時～正午	簡単!おもしろマジック入門 ／特定非営利活動法人 スマイルあさか 山崎 幸浩 氏	成人	10人 ／9人
3	11月21日(火) 午前10時 ～午後1時30分	フォカッチャと あつあつホワイトシチュー ／家庭科教諭有資格者 高橋 美江 氏	成人	10人 ／10人
4	2月3日(土) 午後1時30分 ～午後4時	男のパン作り☆ベーグルを作ろう ／公民館サークル ブレッドクラブのみなさん	成人男性	8人 ／8人

◆まとめ◆

「ポーセリンアート転写紙でマイカップを作ろう」は、デザインシートを貼って気軽にできるカップ作りを楽しんでもらった。1回目に作成し、2回目に講師が焼成してきたカップを観賞し、褒めあった。講師がすてきなシートをたくさん持参し、とても素敵なカップができあがった。クラフトについては、一日で出来上がりその場で完成したい方が増えた。しかし、クラフトを楽しむ機会が市内にあれば気軽に継続して学習することができる。今回も西朝霞公民館のポーセリンアートのサークルに入会する参加者があった。

ポーセリンアート転写紙でマイカップを作ろう

西朝霞公民館 成人教養講座
ポーセリンアート転写紙でマイカップを作ろう

デザイン転写紙を白い磁器のカップに転写して焼成します。たくさんデザインから選べます。

日時：6月28日(水)10時から正午 (受け取りは7月5日午前)
対象：どなたでも 定員：12人
講師：和田早苗さん (日本ホビー社認定ホビーインストラクター)
費用：1,000円(材料費・焼成代込み)
申し込み方法：6月14日(水)正午まで
電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます

西朝霞公民館 462-1411



「簡単！おもしろマジック入門」は、さまざまな年代の参加者が一緒にマジックとバルーンアートを楽しんだ。簡単なマジックでもなかなか難しく、講師が丁寧に楽しく教え、笑いながら習得することができ、和やかな講座となった。

簡単！おもしろマジック入門



「フォカッチャとあつあつホワイトシチューを作ろう」は、自宅でレトルトやインスタントルーを使うことなくおいしいホワイトソース料理ができることを知ってもらい、簡単にできるフォカッチャといっしょに冬の食卓を楽しんでもらう目的で実施した。フォカッチャは初心者でも失敗なく作れるブレッドで、参加者全員上手にふわふわに作る事ができた。参加人数が1テーブル2名であったことや、ホワイトソースのアレンジメニュー『スフレ』の試食もあり、楽しく和やかな講座となった。自宅で作ってみたいとのアンケートの記入もあり、講座の目的を達成することができた。

フォカッチャとあつあつホワイトシチューを作ろう



「男のパン作り☆ベーグルを作ろう」は、男性が参加しやすいように、あえて「男の」と銘打った題名としたところ、アンケートには男性が参加しやすい、との記入があった。講師とサークルの方々の手際よいサポートもあり、丁寧に一人一人指導を受けることができた。2人で1テーブルを使い、1人で全行程を行ったため、男性参加の料理講座にありがちな「見学や洗い物係になってしまう人」がおらず、全員が楽しくパン作りを楽しむことができた。参加者同士の交流もあり、笑顔があふれる講座となり、継続して学びたい参加者も多かった。また、発酵の時間に講師（ヨガ講師もしている）によるストレッチ・ヨガも！突然の展開に驚きつつも楽しく体を動かした。

男のパン作り☆ベーグルを作ろう

成人教養講座
男のパン作り
 ☆ベーグルを作ろう
2.3(土) 13:30~16:00
 もちもちソフトベーグルを作ろう！
 定員/8人 対象/成人男性
 講師/公民館サークル フレッドクラブの皆さん
 材料費/500円
 持ち物/エプロン、マスク、三角巾、おまんこ2枚、手拭きタオル、飲み物
 締切/1.23(火)
 申込方法/電話・窓口・市ホームページより
 西朝霞公民館 ☎462-1411



さわやか健康教室

◆目的◆ 健康に対する意識が高まる中、健康づくりに関する手軽で身近なテーマを学習する。

◆プログラム◆

回	実施日時	タイトル/講師	対象	受講者/定員
1	6月23日(金) 午前10時 ~11時30分	気軽にできそう~男のストレッチ /西朝霞公民館サークル講師 吉澤 千春 氏	成人男性	6人 /10人

◆まとめ◆

「気軽にできそう~男のストレッチ」は体の硬い人でも気軽に参加できるストレッチを行った。講師の楽しい声かけで、参加者の体力は様々であったが楽しく運動することができた。参加者からは好評で、継続して学びたい参加者が多かった。ストレッチ初心者が運動を始めるきっかけとなった。

気軽にできそう~男のストレッチ

さわやか健康教室
 気軽に出来そう~
 男のストレッチ
 カチコチの体を
 楽しくストレッチしましょう！
 6月23日(金)
 午前10時~11時30分
 ★対象: 成人男性 ★定員: 10人
 ★講師: 吉澤 千春(よしざわ ちはる)さん
 公民館サークル講師
 ★費用: 無料
 申し込み方法: 6月14日(水)正午まで電話、
 窓口、朝霞市ホームページで受付ます。
 西朝霞公民館
 電話: 462-1411



伝 統 文 化 講 座

◆目的◆ 日本の伝統文化を学び、体験することを通して、その良さを再認識するとともに、自己の実現と生きがいのある生活を求めることを目的とし学習する。

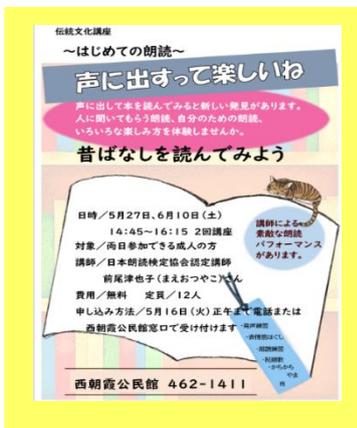
◆プログラム◆

回	実施日時	タイトル／講師	対象	受講者／定員
1	5月27日(土) 6月10日(土) 午後2時45分 ～4時15分	はじめての朗読 ～昔ばなしを読んでみよう ／日本朗読検定協会認定講師 前尾 津也子 氏	成人	のべ25人 ／12人
2	12月23日(土) 午前10時～正午	書き初め ／西朝霞公民館サークル講師 鈴木 栄子 氏	小学3～ 6年生	18人 ／18人

◆まとめ◆

「はじめての朗読～昔ばなしを読んでみよう」はいろいろな立場の人の参加があった。昔話「かちかちやま」を題材とし、1回目は声を出す体操から始まり、本の内容を理解して感情を入れて読んだ。自宅で練習をして、2回目に発表をした。声を出したり、感情を込めて読んだり、みなさんの前で発表したりと、普段しないことを体験することができ、大変好評であった。

はじめての朗読～昔ばなしをよんでみよう



「書き初め」毎年恒例となっている「書き初め」を今年も開催した。毎年応募して下さる方もいて、地域に定着している講座である。講師が一人一人手を取って、褒めながら指導を行うので、参加者は皆とても上手に書初めを書くことができた。家で書初めを行うのが難しい家庭もあるので、ぜひ公民館の書初め講座をご利用いただきたい。

書き初め



育 児 講 座

◆目的◆ 人間形成に大切な幼児期についての知識を習得し、また、同じ世代の子どもを持つ親同士の交流を図ることで、心身共に健康な子どもを育てるための望ましい子育てのあり方を考える。

回	実施日時	タイトル/講師	対象	受講者/定員
1	4月12日 ～3月6日 午前10時30分から 約15分間 第2水曜・年間10回	絵本の時間 ぽぽたいむ /西朝霞公民館 職員	未就学児と 保護者	のべ55人 28組 /毎回8組
2	4月22日(土) 午前10時30分 ～11時15分	親子で端午の節句 /西朝霞公民館 職員	未就学児と 保護者	7組16人 /10組
3	7月1日(土) 午前10時30分 ～11時15分	親子で七夕あそび /西朝霞公民館 職員	未就学児と 保護者	7組23人 /10組
4	1月27日(土) 午前10時30分 ～11時15分	親子で節分豆まき /西朝霞公民館 職員	未就学児と 保護者	のべ 17組50人 /10組

◆まとめ◆

「絵本の時間 ぼぼたいむ」は年間10回開催した。内容は幼児向けに手あそび、フルートの演奏と読み聞かせの講座、季節の楽しみなどであった。今年度は英語の絵本を取り入れた。



「親子で端午の節句」は、大きなこいのぼりを作った。うろこはコーヒーフィルターに絵具で色をつけた。また、釣りあそびで釣ったこいのぼりで持ち帰り用のこいのぼりを作った。



「親子で七夕あそび」はパネルシアターで七夕の由来を学んだ後、七夕の飾りを市の博物館からとってきた笹に飾り、自宅に持ち帰った。笹が身近にない昨今、笹に七夕飾りをするおうちも減ったため、公民館で本物の笹に触れ、伝統行事を楽しんでもらった。講座の最後にちぎったお花紙を父兄と職員で扇ぐ遊びを行い、参加した子どもたちみんなでお花紙の片づけをした。



「親子で節分豆まき」は、節分の由来を解説し、親子でまめまきを楽しんでもらうために開催した。参加者は一生懸命に鬼を追い払った。その後、くす玉割りを楽しんだ。家では豆をまく機会も減ったため、公民館でたくさん豆をまいて、子どもたちに悪を退治してもらうことができた。



レッツ・チャレンジ

◆目的◆ 小・中学生を対象に身近な材料を利用した工作や簡単な料理を体験し、自主性や協調性を養い、地域社会の一員として自覚できるよう学習する。

回	実施日時	タイトル/講師	対象	受講者/定員
1	7月23日(日) 午前10時~正午	コイルトレイン(ミニリニアモーターカー)を作ろう /小学校理科支援員・グラパ 育児支援 マイスター 柿本 文雄 氏	小学3年生 ~6年生と 保護者	10組20人 / 10組20人
2	7月26日(水) ① 午前10時 ~11時30分 ② 午前11時45分 ~午後1時15分	自分で作るカレー風味のシンガポール焼きそば /家庭科教員有資格者 高橋 美江氏	小学生	① 12人/ 12人 ② 12人/ 12人
3	7月28日(金) 午前10時~ 11時30分	星のアートとプラネタリウム作り /グラフィックデザイナー 大戸 智華氏	小学生	11人/ 10人

◆まとめ◆

「コイルトレイン（ミニニアモーターカー）を作ろう」は、リニアモーターカーの原理である電気と磁力を、乾電池と磁石、銅線を使って再現した「ミニニアモーターカー」を保護者と子どもと一緒に作った。講師がリニアの原理を動画を見ながら説明し、リニアモーターカーと同じ原理でいろいろなものが動いていることを知ることができた。実際にミニニアモーターカーを作るにはコツが要り、試行錯誤しながら、他の参加者とも協力して全員が作ることができた。かなり早い速度で銅線コイルの中を乾電池が走ることに驚いていた。また、講師から、夏休みにできる自然観察や、磁石の不思議についての楽しいお話もあった。

レッツ・チャレンジ

コイルトレインを作ろう

(ミニニアモーターカー)

7月23日(日)

午前10時～正午

リニアモーターカーのしくみ(電気と磁力)を学びます。そのしくみをもとに、電池と磁石、銅線を使ってコイルトレインを作ります。

対象：小学3年～6年生と保護者のペア
 人数：10組20人(応募者多数の場合は市内在住者優先の上撮せん)
 費用：500円(材料費)
 講師：柿本文雄さん(鹿野市小学校理科支援員)
 申し込み方法：7月11日(火)まで電話、窓口、市ホームページで受付ます

西朝霞公民館 048-462-1411



「自分で作るカレー風味のシンガポール焼きそば」は焼きそばを作る過程すべてを一人で行うために1テーブル2人で取り組んだ。包丁を一度も持ったことのない小学生も、がんばって一人で作ることができた。家では食べない野菜も麺も「おいしい！」といいながらすべて食べていた。同じテーブルの二人で協力する姿も多く見られ、お迎えに来た保護者に楽しそうに報告をしている様子も見られた。

7/26 (水) レッツ・チャレンジ

夏休み

自分で作る

カレー風味の

シンガポール焼きそば

10:00～11:30 低学年中心 12人 ◆おしらせ◆
 1人でも2人でも申し込みます

11:45～13:15 高学年中心 12人 高学年と低学年のペアでも大丈夫

講師：高橋美江さん(家庭科科目指導員)

対象：小学生
 人数：2回合計24人(1人又は2人でお申し込みできます)
 費用：1人400円(材料費 焼きそばとデザート)
 申し込み方法：7月11日(火)まで電話、窓口で受け付けます

西朝霞公民館：電話462-1411



「星のアートとプラネタリウム作り」は講師の用意した黒く塗られたカップを夜空に見立てて、尖ったもので自由に削りとったり、透明のカップにマジックで絵を描いたものを懐中電灯にかぶせてプラネタリウムを作った。講師は「失敗というのはないよ」と話し、子どもたちに自由に作品を作ってもらった。作品を作った後、会場にマットを敷いてみんなで寝転がり電気を消して、一人一人の作品を鑑賞し、お互いの作品の感想を話したり、思わぬ効果を生み出した描き方などを教えあったりし、とても楽しい時間となった。



映 画 会

◆目的◆ 夏休み映画会ではより良い映画を観ることにより、想像力豊かな幼児・児童の健全育成を図る。春の映画鑑賞会では、普段公民館に来る機会のない方にも親しみをもってもらい、公民館を身近に感じてもらう一助とする。

回	実施日時	タイトル／講師	対象	受講者／定員
1	8月19日(土) 午前10時～正午	夏休み映画会 ノンタンといっしょ バーバパパ世界をまわる じてんしゃにのるひとまねこざる 映画終了後ヨーヨー風船釣り	どなたでも	55人 ／なし
2	3月9日(土) 午後1時～3時50分	春の映画観賞会 「ラストエンペラー」	どなたでも	20人 ／50人

◆まとめ◆

「夏休み映画会」は、猛暑の中乳幼児を連れてたくさんの方が映画会に足を運んでくださった。今年度はしばらく行っていなかったヨーヨー風船釣りをを行い、夏の一日を楽しんでもらうことができた。「春の映画観賞会」は、坂本龍一さんの音楽でも有名な「ラストエンペラー」を上映した。長編作品にもかかわらず時間を忘れて没入できた、と参加者に満足していただいた。



人 権 教 育 講 座

◆目的◆ 人権問題に対する正しい理解と認識を深め、差別をしない、許さない社会をつくるための一助とする。

◆まとめ◆ 令和5年度は中央公民館において公民館6館合同で実施した。

西 朝 霞 公 民 館 ま つ り

◆目的◆ 公民館利用団体の学習成果を発表し、地域住民との交流を図る。

◆実施日時◆ 10月21日(土) 午前10時～午後3時
10月22日(日) 午前10時～午後3時

◆主催◆ 西朝霞公民館まつり実行委員会・西朝霞公民館

◆対象◆ 市民、利用者

◆期間内入場者数◆ 延べ1090人

◆参加団体◆
・展示部門 12団体
・発表部門 10団体
・ゲームコーナー 1団体
・模擬店 3団体
・バザー 2団体
・体験 5団体
のべ33団体

◆まとめ◆

体育室では、気功を取り入れた太極拳の演舞、朗読や、ミニテニス、小学生による新体操やモダンバレエ、フルートの演奏、健康体操自彊術やユニカールなどの発表や体験があった。模擬店では、焼き菓子・ホットドッグ・飲み物の販売を行なった。バザーは七宝焼、レザークラフトが販売された。展示では絵手紙、水彩画、絵画、手編み、七宝焼、レザークラフト、トールペイント、小筆、水墨画、生け花・ポーセリンなどが展示された。ゲームコーナーでは、景品をサークル講師の方から寄付をいただいて、そば打ちのサークルの方が行ってくださった。また、体験コーナーではポーセリンの豆皿作り、トールペイント、ミニテニスの体験を行った。まつり開催中も図書室を開き、来館者に図書室を大いに利用していただくことや、公民館軒下にテラス席を設けるなど、近隣の方が立ち寄り易いよう工夫をした。今年度の公民館まつりは通常通りの開催となり、参加団体や来場者等には大変楽しんでいただけた。



公民館まつりパンフレット

**第37回
西朝霞公民館まつり**
10月21日(土)
10月22日(日)
10時～15時

※開場：9時45分～
閉場：15時～

西朝霞公民館でこんなことができます！

- お祭りを楽しむ
- 体験活動！
- クイズやゲーム！
- お楽しみ品！
- おでこ屋敷 福袋作り体験

※西朝霞公民館の施設利用料がかかります。
※参加費は無料です。

西朝霞公民館まつり実行委員会
西朝霞公民館 朝霞市陸折町4-19-1
048-462-1411

Try 体験しよう！ ※材料がなくなったら終了します

21日(土)

四国祭り	11:00-13:00	深澤町	西-セブリンデパート	500円
トールイベント	13:00-15:00	深澤町	ペインティングクラブ	100円
ミニダンス	13:45-14:45	深澤町	あひな	無料

22日(日)

お茶会	10:30-14:00	深澤町	七宝舞の会	500円
ユニバーサル	11:30-12:30	伊勢町	ユニバーサル愛好会	無料

Buy 総販売・パザール

21日(土)

伊勢菓子	10:00-売り切れまで	1階ロビー	たのしみクラブ
コーヒー			
ポットラック	11:00-売り切れまで	2階南	朝霞市民協議会
お弁当			
東工部局	1階ロビー	レジャーランド朝霞の会	伊勢と
七宝舞の会	1階ロビー	七宝舞の会	

22日(日)

伊勢菓子	10:00-売り切れまで	1階ロビー	たのしみクラブ
お弁当			
東工部局	1階ロビー	レジャーランド朝霞の会	伊勢と
七宝舞の会	1階ロビー	七宝舞の会	

Play 遊びよう！ ※材料・人数がなくなったら終了します

21日(土)

見聞	10:00-14:00	1階ロビー	そば屋とそば作り愛好会
見聞			

22日(日)

おでこ屋敷作り	10:00-12:30	1階ロビー	おでこ屋敷作り愛好会
おでこ屋敷作り			

正面玄関横にテラス席を開設！
まわってひと休みしませんか

展示・販売・体験サークル紹介

おでこ屋敷作り愛好会 9時45分～15時
おでこ屋敷作り愛好会では、おでこ屋敷作り体験を行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。

おでこ屋敷作り愛好会 9時45分～15時
おでこ屋敷作り愛好会では、おでこ屋敷作り体験を行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。

おでこ屋敷作り愛好会 9時45分～15時
おでこ屋敷作り愛好会では、おでこ屋敷作り体験を行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。

おでこ屋敷作り愛好会 9時45分～15時
おでこ屋敷作り愛好会では、おでこ屋敷作り体験を行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。おでこ屋敷作り体験は、おでこ屋敷作り愛好会が行っています。

サークル見学・体験月間

- ◆目的◆ サークル活動を実際に見学・体験することで、生涯学習活動に参加するきっかけにするとともに、サークル活動の活性化を図る。
- ◆実施日時◆ 3月1日(金)～28日(木) 午前9時～午後9時30分
- ◆参加団体◆ 38団体
- ◆対象◆ 公民館利用団体・市民
- ◆まとめ◆
今年の新たな取り組みとして、4週間にわたり通常の活動週・活動時間で実施をした。初めて公民館に来館した人も多く、サークルに参加希望者もいた。

西朝霞公民館展示コーナー

- ◆目的◆ 常設展示をすることで、サークルの日頃の活動の成果を広く来館者に知ってもらうとともに、会員の活動意欲の向上を図る。
- ◆対象◆ 西朝霞公民館活動サークル会員
- ◆まとめ◆ 西朝霞公民館のサークル活動を紹介する常設展示コーナーは、サークルの日頃の活動の成果を広く来館者に知ってもらうとともに、会員の活動意欲の向上につながり、来館者からも好評を得ている。

