# 

✎ **イベント情報**✐

・個々のイベントの開催については、主催団体に確認をお願いいたします。

　**◆　文化・一般　◆**

ひきこもり家族を支える家族会

ともの会

「ともの会」は、ひきこもりの当事者や親等がお互いの思いを分かち合う場です。講師を招いた勉強会や経験者の方のお話を聞いています。家族がつながりを持ち、心がふあっと軽くなるような場を目指しています。お気軽にご参加ください。

【日時】2月15日（土）、3月21日（金）

※奇数月の金曜日18:00～19:30、偶数月の土曜日13:30～16:30

【場所】福祉会館など

【対象】ひきこもり・不登校のお子さんの家族・本人（近隣地域の方も可）

【参加費】無料

・事前申し込み不要

・途中参加、途中退席可

対象者以外の方の参加・見学は必ず事前にご相談ください。

【問合せ】こだいら生活相談支援センター（小平市社会福祉協議会）

メール：[vc7@syakaifukushi.kodaira.tokyo.jp](mailto:vc7@syakaifukushi.kodaira.tokyo.jp)



1725年製の

ストラディバリウスの音を楽しむ会

（東京フィルバイオリン奏者）

≪2月≫

24日(月)13:40～　永田珈琲　コーヒー付1,000円

27日(木)13：30～　東村山市中央公民館　入場500円

28日(金)13:30～　鈴木公民館　入場500円

≪3月≫

2日(日)14:30～　津田公民館　入場500円

4日(火)13:30～　大沼公民館　入場500円

12日(水)13:30～　花小金井南公民館　入場500円

23日(日)13:30～　東村山市中央公民館　入場500円

29日(土)13:30～　鈴木公民館　入場500円

30日(日)13:40～　永田珈琲　コーヒー付1,000円

**★バイオリンのレッスン《シルバー人材》**

《福祉会館》2月17日、3月3日、3月17日の月曜日に福祉会館の学習室で1時半から3時まで1ヵ月2回（１ｶ月で3,300円）

《東村山市萩山公民館》2月7日、2月23日。3月は未定（1回500円）

バイオリンを習いたい方はお待ちしています。

【問合せ】バイオリンの音を楽しむ会

☎＆fax 042-341-3457（黒澤）



小平・ワーカーズまちの縁がわ

　ちっちゃいおうち

地域の子ども、高齢者、多様な人が集える場所です

【場所】学園東町2-4-16 ネクサスビル10１

**◆ちっちゃいおうちサロン**

(食事提供サロン・第2、第4火曜日)

【日時】2月25日、3月11日・25日

11:50～13:30

【参加費】500円　（要予約）

◆わらべうた遊び　（木曜日）

【日時】2月２０日、3月１３日10：30～12:00

【参加費】300円

◆手仕事サロン（第3火曜日）

【日時】2月18日、3月18日13:30～15：30

【参加費】200円

◆タッピングタッチカフェ（水曜日）

【日時】2月19日１１:００～１２:００

3月19日13:30～15:00

【連絡先】☎ 090-4383-9108 （黒澤）

* 平日9:00～17:00

メール　[chityaiouchi@gmail.com](mailto:chityaiouchi@gmail.com)



喫茶〈サタデーひだまり〉

障がいのある方、そうでない方、家族の方、子どもさん、高齢者の方など、地域の方々がどなたでも楽しく集える居場所です。ギターなどの演奏でみんなで歌も歌います。

〈メニュー〉コーヒー、紅茶、ジュース 一口お菓子付き

各１００円

【日時】　２月１５日(土)、３月１５日13:30～16:00

毎月第3土曜日

【場所】　小平元気村おがわ東２階　第二会議室

【主催】　精神保健福祉ボランティアの会　ひだまり

【問合せ】　☎ 090-4170-8559　（四ケ所・しかしょ)

　　　　　　メール　[hidamarikodaira@gmail.com](mailto:hidamarikodaira@gmail.com)



憲法カフェ＠なかまちテラス

大切な憲法の語り合いの場

憲法やその時々の話題について自由に話し合っています。憲法に詳しくなくても大丈夫です。お気軽にご参加ください。

※2月は「小平市女性のつどい」主催の「女と男の市民活動」の１コーナーとして、中央公民館に出張して開催します。テーマは「あなたのまわりのジェンダー平等は？」です。

Facebookに話し合いの記録を載せています。

<https://www.facebook.com/kenpocafe.nakamachi>

【日時】2月22日（土)、3月22日 (土)

14:00～16:00

【場所】 2月 中央公民館　学習室1

3月 なかまちテラス　学習室1

【問合せ】　☎ 080-5425-1812（荒井）

メール [smyu-1315@ezweb.ne.jp](mailto:smyu-1315@ezweb.ne.jp)

※100円をいただいて、コーヒーをお出ししています。



「との市民活動」

〜発表（展示）と交流〜

【日時】2月22日（土）13:00〜17:00、

23日（日・祝）10:00～16:00、

24日（月・振）10:00～16:00

【場所】中央公民館ギャラリーほか

【内容】

各団体活動内容展示に加え、バザー、クッキー・小物物販、ぶつぶつ交換、フードドライブ（賞味期限1ヶ月以上の食品のご提供を受付）は期間中開催しています。

・出張憲法カフェ　22日（土）14：00～16：00学習室1

・合唱　23日（日祝）11：00～11：30ギャラリー

・定例会学習体験　24日（月振休）

10：00～12：00視聴覚室

・参加団休休体との交流会　24日（月振休)

13：30～15：30講座室１（お抹茶無料)

【問合せ】小平市女性のつどい　森野

メール　[kodairatsudoi@gmail.com](mailto:kodairatsudoi@gmail.com)

☎ 090-8043-2148

小平市は「男女共同参画宣言都市こだいら」を2022年3月に宣言しました。



小平市精神障がい者理解促進研修・啓発事業

生きて、生きて、生きろ。

震災と原発事故から13年、福島で、こころの病が多発していた。喪失と絶望の中で生きる人々とともに生きる医療従事者たちの記録

※映画には戦争や災害の映像が含まれています。

【日時】2月2１日（金）

昼の部　13:30（開場13:00）

トークショー　15:30～16:15

夕の部　17:00（開場16:30）

【場所】ルネこだいら中ホール

【費用】入場無料

【定員】各回350人（先着順・申込不要）

【制作・監督・撮影】島田陽磨

【協力】メンタルクリニックなごみ

ＮＰＯ法人相双に新しい精神科医療保険福祉システムをつくる会　相馬広域こころのケアセンターなごみ

【助成】文化庁文化芸術振興費補助金（映画創造活動支援事業）独立行政法人日本芸術文化振興会

【製作・配給】日本電波ニュース社　2024年、　113分　カラードキュメンタリー



おだまき春のさき織りフェア

【日時】3月12日（水）～15日（土）

10:00～17:00

【場所】おだまき工房　小平市学園東町　1-23-23

古い布が新しい命を吹き込まれ、美しいさき織り作品に生まれ変わります。伝統とモダンが融合した一点ものの手仕事をぜひご覧ください。昨秋の展示会で人気のあった『トムテ』や『おさんぽポーチ』その他かわいいグッズやもちろんバッグや定番小物も取り揃えております。

利用者さん達が心を込めて製作した作品です。

※1,000円以上お買い上げのお客様に次回から使える20％値引き券を全員にプレゼント。この機会にぜひお越しください。

【問合せ】☎＆fax　　042-341-7107

社会福祉法人つむぎ　おだまき工房

ＨＰ：<https://www.odamaki-sakiori.com>



社会福祉法人ときわ会サングリーン

大決算セール

【日時】3月10日（月）～15日（土）

１０：００～１７：００

【場所】社会福祉法人ときわ会　サングリーン

　　　小平市小川町１－９４３

主に精神の障害がある方が通う作業所です。作業所で作っている「米ぬか100％の石けん」や、台所用ふきん・ポーチやバッグ・エプロンなどの縫製品の販売を行います。

来ていただいたお客様には、「サングリーンガチャ」1回無料、もしくは、メンバーが描く似顔絵をプレゼントいたします。実際に縫製に取り組んでいる製造場面や、石けん工場の見学もできます。この機会にぜひお越しください。

【問合せ】☎　０４２-３４５-１５８５



小平図書館友の会

第3回チャリティ・ちょこっと

古本市

安価で読みたい本が買える。家にある本が整理できる。誰かに読んでもらいたい・・・そのお手伝いと市内図書館の充実を目的に、「ちょこっと」だけ販売し、「ちょこっと」だけ楽しんでいただく第3回チャリティ・ちょこっと古本市です。

【日時】3月22日（土）10:00～16:00

3月23日（日）10:00～12:00

【場所】中央公民館ギャラリー

【販売価格】1冊50円（一部例外あり）

※マイバックをご用意ください。

【後援】小平市教育委員会

【問合せ】☎　080-3028-8345（内田）

メール　[sakiitou@ebony.plala.or.jp](mailto:sakiitou@ebony.plala.or.jp)

◆不要になった本のご寄付をお願いします。

【寄付本受付日】3月20日（木）13:00～16:00

3月21日（金）10:00～15:00

【場所】中央公民館ギャラリー

引き取りのできない本：百科事典、週刊誌、汚れている本、破損本、ＣＤやビデオ、図書館リサイクル本など



第14回

忘れない 3.１１展

東日本大震災から14年

あの日あなたは何をしていましたか　首都圏直下型地震がおきたらあなたは何ができますか。

【日時】3月11日（火）～16日（日）

10:00～20:00

※初日は13:00～　最終日は17:00まで

【場所】中央公民館　ギャラリーほか

【主催】忘れない3.11展実行委員会

【後援】

小平市・小平市教育委員会・小平市社会福祉協議会



日系ブラジル人三世の新進女性落語会

らむ音（らむね）独演会

～みなさんに元気と笑いを～

令和7年で3年目。

【日時予定】3月30日（日）10:00～

6月29日（日）、8月31日（日）、11月30日（日）

※6月以降の開始時間は前月に決定します。

【木戸銭】1,000円（小学生以下無料）

【定員】60名（当日先着順）

【企画】小平を食べよう

【問合せ】☎　042-341-3991（山根）

**◆　子ども・子育て　◆**

小平こども劇場

◆鑑賞会「らふぃゆ れふぃゆ」出演：シモシュ・Chang・LONTO

音楽家と道化師が落ち葉の中で繰り広げる 美しくも楽しい言葉のない舞台

【日時】2月23日(日)14:00開演（開場13:30　上演60分）

【場所】ルネこだいら　中ホール

【対象】3歳以上（3歳未満は入場不可）

【チケット代】子ども(3歳～17歳) 2,000円、大人3,000円

詳しくはホームページへ

[**https://kodaira-kogeki.org/**](https://kodaira-kogeki.org/)

【申込・問合せ先】NPO法人小平こども劇場 事務局

☎＆FAX:042-347-7211

メール: [info@kodaira-kogeki.org](mailto:info@kodaira-kogeki.org)



地域活動研修会

多世代でつながろう

～誰もが主役のまちづくり～

本研修では、なぜ多世代のつながりが重要なのかを人の発達心理の面や、さまざまな調査結果から、多世代の交流が健康や介護予防、生きがいなどどのような影響をもたらすかをご紹介します。

また、多世代型の居場所の実践事例から、具体的にどのようなつながりを持つことによって、誰もが主役のまちづくりが実現できるかをみなさんと一緒に考えます。

【日時】3月27日（木）14:00～16:00

【場所】福祉会館4階小ホール

【講師】倉岡 正高さん（東京都健康長寿医療センター研究所　東京都介護予防・フレイル予防推進支援センターグループ統括）

【申込】申込用紙を問合せ先へ提出。締切2月28日（金）

申込用紙については、下記にお問合せください。

【問合せ】小平市地域包括支援センター中央センター

☎　042-345-0691　　ｆａｘ　042-345-0697

（月～土　8:30～17:15　　祝日を除く）

**◆子ども食堂・だれでも食堂◆**

あったか小平

「あったか小平」は、子どもから高齢者まで安心して集える地域の居場所です。学校給食のない土曜日に子ども食堂と寺子屋（学習支援）を開催します。

【日時】毎月第４土曜日

２月２２日、３月２２日　12:00～13:30

【場所】学園東町１丁目　個人宅

(タンポポ保育園斜め前)

≪子ども食堂≫

コロナ等感染防止のため、子ども食堂はお弁当になります。

【費用】子ども：100円、大人：300円

【連絡先】☎ 090-8582-8360（あったか小平）

**≪学習支援≫**

小中学生の学習支援も行っています。

【日時】毎月第4土曜日

【費用】無料(おやつ付き)

【連絡先】☎ 080-9852-8360(あったか小平)

**≪オープンカフェ≫**

おしゃべりの場、くつろげる場として、オープンカフェを開催しています。ぜひお越しください。

【日時】毎月第4土曜日13:00～15:00（雨天中止）

メニュー：コーヒー、紅茶、日本茶　各200円（お菓子付き）



だれでも食堂ゆらり

私たち『だれでも食堂ゆらり』は、昼食の提供を軸に、子ども達と地域の方々との多世代交流ができる「居場所づくり」を目指しています。昼食後は、折り紙教室で四季の様子を楽しんでいただきたいと思います。また、コーヒー提供も行っていますので、お立ちよりください。

【日時】３月２日（日）11:30～13:30

受付開始11:00～

※次回開催は ５月４日（日）の予定です。公民館が使用できないため ４月はお休みします。

【場所】小川西町公民館 ホール、折り紙教室：学習室

喫茶（コーヒー50円）：和室

【定員】80食。始めに40食、順次入れ替え制（先着順）

売り切れご容赦ください。

【献立】ちらし寿司、すまし汁

【費用】300円　中学生以下は無料 コーヒー　50円

※アレルギー対策はしていません。

【連絡先】☎ 090-8567-4507（市東・しとう）



みんなの食堂

みんなの食堂はどなたでもご参加いただける食堂です。

【開催日】３月9日(日）11:00～13:00

最終受付12:30

【場所】小平市仲町　個人宅

【会費】中学生以下無料、大人300円

●メニューは、農園で収穫した野菜によるので当日のお楽しみ。　●定員:10名

＊アレルギー対応はしておりません。

＊スタッフは検温、衛生対策をきちんとしておりますのでご安心くださいませ。

●お申し込みは以下でお願いいたします。

<https://forms.gle/fCqH34EqVuzUidGq8>

お申し込み後に、返信させていただきます。



アンファンボンヌ　子ども食堂

Café　ボンヌ

【日時】3月7日（金）17:30～19:00

（毎月第１金曜日）

* 受付・整理券配布開始17:00～18:00先着順。なくなり次第終了

【場所】津田公民館講座室

* **シニア**◆

熟年いきいき会

**「ミニさわやかサロン」**

**～会員限定行事～**

【日時】２月１７日（月）１３：３０～１６：００

【場所】福祉会館談話室（３階）

【参加費】無料

**「カラオケ」①**

【日時】３月４日（火）１３：００～１８：００

【場所】　カラオケ「ウエアハウス」

　　　　一橋学園駅北口下車　右へ歩１分

【参加費】８００円

**みんなでおしゃべりしましょう**

**「おしゃべりサロン」**

【日時】３月５日（水）１３：３０～１６：００

【場所】福祉会館第二集会室（３階）

【参加費】２００円（会員１００円）

**第２９回「絵手紙教室」**

【日時】３月１０日（月）１３：３０～１６：００

【場所】福祉会館第二集会室（３階）

【参加費】２００円（会員１００円）

**「ミニさわやかサロン」**

**～会員限定行事～**

【日時】３月１７日（月）１３：３０～１６：００

【場所】福祉会館談話室（３階）

【参加費】無料

**「カラオケ」②**

【日時】３月１９日（水）１３：００～１８：００

【場所】　カラオケ「ウエアハウス」

　　　　一橋学園駅北口下車　右へ歩１分

【参加費】８００円

第１００回～記念大会～

**「市民うたごえ祭り」**

【日時】３月２１日（金）１３：３０～１５：３０

【場所】中央公民館ホール（２階）

【参加費】２００円

　どなたでも参加できます。ぜひ唄いに来てください。

上記共通事項　　【主催】熟年いきいき会

【問合せ】☎ ０４２‐３４１‐８６０４ （太田）



* **ＩＴ**　◆

KSNCできるん展2025

二年に一度のKSNCのお祭り、できるん展を開催します。シニアの日頃の活動の成果を見に来てください。楽しい実演コーナーもあります。

【日時】2月12日（水）〜2月16日（日）

10:00～16:00(最終日は15:00）

![QR コード

自動的に生成された説明]()【場所】中央公民館１階ギャラリー

【主催】NPO法人小平シニアネットクラブ

【問合せ】[info@ksnc.jp](mailto:info@ksnc.jp)

☎　042-313-4434



スマホ・パソコンお助け隊

スマホやパソコンのお困りごとについて、誰でも相談できます。参加者へ個別対応。入退室自由です。申込不要。

≪2月≫すべて火曜日

18日　13:30～15:30　元気村　あすぴあ会議室

25日　13:30～15:30　中央公民館　学習室１

≪３月≫

４日　　　９:３０～１１:３０　元気村　あすぴあ会議室

１１日　１３:３０～１５:３０　中央公民館講座室１

１８日　１３:３０～１５:３０　元気村　あすぴあ会議室

２５日　１３:３０～１５:３０　中央公民館学習室１

【費用】１回200円

【定員】先着10名

【持参】スマホ、パソコン（電源、マウス）

【申込】事前申込不要

【連絡先】☎ 080-8576-8895（佐藤）

メール　[info@kodaira-it.jp](mailto:info@kodaira-it.jp)

【主催】小平IT推進市民グループ（会員募集中）

<https://otasuke.kodaira-it.jp>



ＩＴサポートサークル小平

ＰＣメンテナンス相談会（相談無料）

【日時】２月２０日、３月２０日9:30～12:00

毎月第3木曜日（予定）

【場所】2月20日：元気村　あすぴあ会議室

3月20日：中央公民館 学習室４

【参加方法】メール・電話で申込み。相談にのります。（無料）

＊当日会場でのお申込みも受付ます。

＊賛助会員には一年間の優先サポートあり。

＊部品使用の場合は実費をいただきます。

ＨＰ　　<https://itsc-kodaira.jp>

facebook

<https://www.facebook.com/itsc.kodaira>

☎ ０８０-３２７４-5141

* **あすぴあ主催のイベント**◆

こだいら人財の森事業説明会

落合恵子さん講演会

【日時】３月８日（土）１３:３０～１６:１０

【場所】ルネこだいら中ホール

※詳しくは、表紙ページ参照



第４回市民活動パワーアップ講座 2024

デジタルネイティブの子どもたちと

向き合う市民活動とは？

【日時】3月22日（土）13:30～16:00

【場所】小平元気村おがわ東２階　あすぴあ会議室

【講師】東京学芸大学教授　工学博士・北澤 武　氏

【対象】子どもたちの未来に関心のある団体や市民の方、 テーマに関心のある方

【定員】20名　要申し込み・先着順、定員になり次第〆切

【申込み期間】 2月20日（木）～3月18日（火）

＊下記あすぴあHPから申込ください

<https://kodaira-shiminkatsudo-ctr.jp>