NPO法人小平市民活動ネットワーク　２０１８年３月１０日発行

特集：農業と市民活動の連携・協力を考える

Vol.170

2018年4月号の発行予定は4月11日（水）

掲載情報の〆切は4月3日（火）です。

「連」は、毎月1,500部発行し、市内の公民館や地域センター、元気村、福祉会館、社協ボランティアセンター、市役所内、各種メディア、当NPO法人の会員、その月の情報掲載団体、過去の関係団体・個人などに配布しています。

掲載に関するお問い合せは　FAX 042-323-5450（藤原）E-mail:info@kodaira-shimnet.jp　http://kodaira-shimnet.jp/

**※問合せ先のfax.番号が変更になりました。**

みこしプロジェクト第5弾　実行委員募集開始

元気なシニアの生きがいづくりが話題になっている。静岡県の9年間追跡調査によると運動・栄養に社会参加を加えた3項目を満たした人の死亡率は51％減少、運動・栄養の2要素だけでは32％の減少という結果に留まったという報告がなされている（2012年6月実施）。

内閣府を始め　昨今人生90年とか100年時代の人生戦略が騒がれている。かかる状況のもと小平でもシニア世代の社会参加を後押しする”切り口“でテーマを絞り込み、9月中旬実施予定で　実行委員会を結成し、企画案を検討していきたいと思います。

貴方の思い、気づいて頂きたいことなど議論を重ねていきませんか。ご参加をお待ちします。

第1回　実行委員会は　3月16日（金）午後6時～8時　中央公民館・学習室１

お問い合わせ：事務局☎：Fax　0424-78-8150 江口まで

← 第４次みこしＰＴ

**ＮＰＯ法人小平市民活動ネットワーク第14回定期総会のお知らせ**

NPO法人小平市民活動ネットワークの定期総会を５月２０日（日）午後に行います。

会員の皆さま、ご予定ください。終了後にはお茶とお菓子で懇談の場を予定しています。こちらはどなたでもご参加いただけます。お気軽にご参加ください。（会場未定、詳細は4月号へ）



↓第13回総会

↓第13回総会交流会

✎ **イ　ベ　ン　ト　情　報** ✐

急な変更の可能性や定員に達している場合もありますので、ご確認ください。

　◆　文　化　◆

**うたごえin元気村**

うたごえを通して、住民同士のふれあいが広がり、この地域に住んでよかったと思えるようになればいいなと願っています。アコーディオン伴奏付き。

【日時】◉昼の部：第３火曜日　13:30〜15:30

 ３月２０日、４月１７日

　　　　◉夜の部：最終月曜日　18:30〜21:00

 ３月２６日、４月３０日

【場所】小平元気村おがわ東第２会議室（予定）

【参加費】昼300円、夜500円

【問合せ】村瀬☎090-4947-5393



第197回16ミリ映画をみる会

**我が闘争**

〈作品紹介〉1960年　スウェーデン作品。ナチスドイツからの亡命者、エルヴィン・ライザー監督による貴重なドキュメントフィルム。

【日時】３月１７日（土）18:30〜

【場所】小平市中央公民館

【参加費】資料代300円（小・中学生無料）

【問合せ】関根☎042-342-3435

**憲法カフェ＠なかまちテラス**

大切な憲法の語り合いの場、どなたでもご参加下さい。

【日時】いずれも土曜日　13:30〜16:00

３月３１日、４月２８日

【場所】なかまちテラス地下学習室１

【参加費】コーヒーブレイク100円

【問合せ】坂口☎042-325-2339

E-mail:yoko\_sak@qa2.so-net.ne.jp

**サロンミニコンサート**

《1725年製のストラディバリウスのバイオリン》

バイオリン：黒澤誠登(東京フィルバイオリン奏者)

【日時】参加費の記載のないものは無料です。

３月１５日（木）11:00〜上水本町地域センター

　　１９日（月）11:00〜天神地域センター

　　２２日（木）13:30〜永田珈琲（珈琲付1,000円）

４月１８日（水）14：30～津田公民館（500円）

　　２４日（火）13:30〜永田珈琲（珈琲付1,000円）

　　２６日（木）10：50～小川2丁目児童館

【問合せ】バイオリンの音を楽しむ会（黒澤）

☎&Fax　042-341-3457

**第20回チャリティ古本市**

【日時】３月２４日（土）10:00〜17:00

　　　　　　２５日（日）10:00〜15:00

【会場】小平市中央公民館ギャラリー

◆寄付本収集日

【日時・場所】３月２１日（水・祝）〜２３日（金）

10:00〜16:00　小平市中央公民館ギャラリー

※週刊誌類・古い百科事典・CD・カセットテープ・図書館のリサイクル本を除く

◆大学生ボランティア募集

会場設営・片付け、本の運搬・整理　など

①３月２１日（水・祝） 9:00〜12:00

②３月２５日（日）14:30〜17:30

【定員】各回とも５名　＊学生に限ります

【謝礼】１回1,000円と古本５冊

いずれも【主催】小平図書館友の会

【問合せ・申込】剣持(けんもち)☎＆Fax042-343-4716

携帯　090-9685-1404

コーラスハミング第3回コンサート

**蝶々夫人　ハイライト集 他**

指揮 角岳史、ピアノ 野間美希、ゲスト 里中トヨコ

【日時】３月２１日（水・祝）開場12：30

【場所】ルネこだいらレセプションホール

【参加費】無料

≪メンバー募集≫

オペラや歌曲を原語の響きも生かした美しい日本語の訳詞で歌います。指揮は訳詞とコーラス編曲も自ら手掛ける角岳史先生。ユーモア溢れる話術も先生の得意技です。物語は作者の時代背景、言葉に込められた意味を分かりやすく解説し、丁寧に歌唱指導してくださいます。ぜひ一緒に〝伝わるオペラ”を歌いましょう。

【問合せ】042-564-8333（竹内）



**アイデア発明井戸端お茶会議**

【日時】４月１４日（日）9：00～12：00（予定）※毎月土曜日か日曜日開催

【場所】小平市民活動支援センターあすぴあ会議室（予定）

【参加費（材料費）】初回1000円　以降500円

※事前にご連絡ください。日時・会場が代わる可能性があります。

【主催】アイデア発明クラブ

【申込・問合せ】℡042-348-8155（院田忠博）　indahonnke@yahoo.co.jp

**中央公民館　年度末交流会**

～公民館利用者の交流と親睦～

新年度に向けて、公民館をみんなで使いやすくするために簡単な掃除・整理整頓を行い、昼食をとって交流します。

【日時】３月２４日（土）10：00～13：00

【内容】中央公民館の各部屋の整理整頓・備品チェック・掃除などの簡単な作業と昼食

【集合場所】講座室１　　9：30～受付開始

【持ち物】動きやすく、多少汚れても構わない服装

【費用】昼食・糧うどんの実費（300円）

※30食まで。費用は当日

【申込】３月１６日（金）までに公民館へ

【企画・実施】中央公民館フレンズ結い

【主催・問合せ】小平市中央公民館☎042-341-0861 メール　kominkan-koza@city.kodaira.lg.jp

◆　子ども　◆

**きらら**

（時間の記載のないところは10:00〜12:00）

◉子育て広場（全て申込み不要、無料）

３月１５日（木）10：00～11：45ベビー三小

２３日（金）10：30～11：45赤ちゃんたいそう（大沼公民館和室）

　10：00～12：00ベビー中央

　（中央公民館保育室）

　　２６日（月）10：00～12：00だっこ

（中野産婦人科医院）

　　２７日（火）10：00～12：00はなこ

（鈴木公民館音楽室）

４月　６日（金）10:30～12:00 絵本と育ばな　 ちょこっとわらべうた 事務所

４月１２日（木）10:00〜12:00 だっこ

以上の【申込・問合せ】NPO法人子育てサポートきらら

☎042-345-8262 E-mail:kirara\_0305kodaira@yahoo.co.jp



**こだはぐカフェ＠鈴木公民館**

【日時】３月１５日（木）10:30〜14:30

【場所】小平市鈴木公民館学習室２

【参加費】100円（お茶＆お菓子付き）

「さーやんの絵本であそぼう」講師：西脇さやかさん（小平市こども劇場理事、日本児童青少年演劇協会「幼児の劇あそび夏季講習会」講師）

【時間】11:00〜12:00　（無料）

【対象】0～2歳までの親子　【定員】先着10組

【事前予約受付期間】３/１（木）～/１４（水）

＊ランチ＊12:00〜　500円　食券販売は10:30〜（数に限りがありますのでお早めに。）

【主催】小平はぐくみプロジェクト

【問合せ】E-mail:kodahugml@gmail.com

 http://kodahug.com/

**こだいら自由遊びの会**

【日時・内容】10:00〜16:00ごろまで（出入り自由）

３月１７日（土）ひさしぶりの 林の遊びを楽しもう!!ペイント遊びをしよう！

・木の実や石にアクリル絵の具やポスカで絵を描いて遊ぼう

・ハイジブランコやハンモック、ベーゴマもあります。

【場所】小平中央公園の体育館の東の林

【参加費】無料、カンパ一人100円

【持ち物】タオル、水筒など自分が必要なもの。汚れてもいい服で！

【当日の連絡先】足立☎090-1771-7431、

福本☎070-6616-9959

http://www.playpark.jp/asobibasien/

小平こども劇場

◆鑑賞会「松元ヒロソロライブ」

社会を、そして政治を風刺し、人物を語り、

またある時は本を語り、映画の中に入り込みます。

ライブの語りをお楽しみください。

【日時】４月８日（日）15:00開演

【場所】小平市福祉会館　和室ホール

【対象】中高生以上（小学生入場不可）

【参加費】大人2500円、中高生1500円

◆「さーやんの絵本であそぼう」

絵本のおはなしからイメージをふくらませ、その世界の中であそびあう時間を親子で一緒に楽しんでみませんか？

「読み聞かせ」とは少し異なり、ライブで創るあそびの時間です。

【日時】４月１２日(木)10：30-11：30

【場所】 学園西町地域センター　2階和室

【対象・定員】0-3歳の未就園児の親子10組＊要申込

【参加費】１組100円（会員は無料）

【講師】西脇さやか（(公財)日本児童青少年演劇協会「幼児の劇あそび夏季講習会」講師 等）

以上の【申込・問合せ】NPO法人小平こども劇場　TEL＆FAX:042-347-7211

E-mail: info@kodaira-kogeki.org

http://kodaira-kogeki.org/

　◆　福　祉　◆

**おだまき春のさき織り展**

織りのメンバーが織った、春の暖かく穏やかな風や陽光を連想させるさき織りバッグや小物を多数取り揃えています

【日時】４月１２日（木）〜１７日（火）

11:00〜18:00　　最終日は17:00まで

【場所】ギャラリーゆりの木（国立市東1-15-20）

【問合せ】社会福祉法人つむぎ　おだまき工房

電話＆Fax　042-341-7107

Email:https://odamaki.jimdo.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、高齢者など、地域の方々がどなたでも楽しく集える居場所です。〈メニュー〉コーヒー、紅茶、ジュースなど、クッキー付きで１杯各100円。

【日時】原則毎月第３土曜日、いずれも13:00〜17:00

３月１７日、４月２１日

【場所】小平元気村おがわ東２階第２会議室（予定）

【主催】精神保健福祉ボランティアの会「ひだまり」

【問合せ】代理：市民活動支援センターあすぴあ

☎042-348-2104



**ハートピアすぺーすまいらいふ＆まいわーく事業**

〜若者が社会参加するために必要なABCを学ぶ支援事業

◉「７つの習慣・第８の習慣」学習会10回シリーズ

第１回「７つの習慣の基礎」〜変化の扉は内側からしか開かないこと

【日時】４月４日（水）10時～12時

【場所】小平市福祉会館第３集会室

◉認知行動療法実践（中級）講座10回シリーズ

認知行動療法　４月１８日（水）10時～12時

第１回「聴くこと」〜相手が「話そう」という気持ちになる聴き方

講師：稲森晃一氏（国立精神・神経医療研究センター心理療法士）

【場所】小平市福祉会館第３集会室

上記２件とも【定員】10名 【参加費】無料

【主催・申込・問合せ】NPO小平ハートピア　永瀬

 ☎＆Fax 042-401-8833

 E-mail：heartpia@wish.ocn.ne.jp

春休み子ども手話体験教室

ろう者（聞こえない人）の指導で手話や聴覚障がいについて学び、午後は一緒におやつを作ります。手話が初めての人でも大丈夫！

【日時】３月２５日（日）10:30〜15:00

【場所】小平市中央公民館実習室

【対象】小学生以上。小学１・２年生は保護者同伴、小学生のみの参加は保護者送迎のこと。大人も可。

【定員】30名　【参加費】食材費として500円

【申込】3/20までに☎またはFaxで問合せ先へ。

【主催】小平手話サークル

【問合せ】事務局・古川　☎＆Fax 042-345-1708



**シェイクとひだまりの縁側カフェ**

～春のしらべPartⅣ～

恒例となった、おいしいコーヒー紅茶と音楽演奏のひと時。どなたでもお気軽にお立ちよりください。

【日時】３月２１日（水・祝）13：30～15：30

【場所】たいよう福祉センター2階会議室

（小川西町5-25-15）

【内容】合唱、リコーダーピアノ演奏、三線演奏ほか

【出演】あんず楽団＋７キッズ、佐藤真弓、橋爪英子、くくるず（三線）、ひだまり

【参加費】100円

【定員】50名

【申込】当日会場へ

【問合せ】070-6426-8943　田中（シェイク）



市民公開講座

**「オーラルフレイルって知ってますか？」**

―元気のもとはお口から―

滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、噛めない食品が増える、などささいな口腔機能の低下（オーラルフレイル）から身体の衰えが始まります。

【日時】３月２４日（土）13：00～14：00

【場所】小平市健康センター4階視聴覚室

【講師】菊谷　武教授（日本歯科大学教授、日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニック院長）

【定員】100名（申込制　先着順）

【費用】無料

【申込】東京都小平市歯科医師会（042-343-8261）

【主催】公益社団法人東京都小平市歯科医師会

【後援】小平市・小平市医師会・小平市薬剤師会

◆　シニア　◆

**はじめてのパソコンサークル**

小平IT推進市民グループのメンバーが、ワード、エクセル、デジカメなどの疑問にお答えします。インターネットに接続できます。ノートパソコン、マウスと電源コード（ACアダプター）をお持ち下さい。

【日時】いずれも火曜日、予約は必要ありません。

３月１３日13:30〜15:45元気村あすぴあ会議室

　　２０日 9:30〜11:45中央公民館学習室４

　　２７日 9:30〜11:45元気村あすぴあ会議室

４月　３日9:30～11:45中央公民館　学習室4

１０日13:30～15:45元気村あすぴあ会議室

１７日9:30～11:45中央公民館　学習室4

２４日9:30～11:45元気村あすぴあ会議室

【参加費】１回200円

【主催・問合せ】小平IT推進市民グループ

http://kodaira-it.jp/hazimete/

**熟年いきいき会**

講演会　＜わが町の宝物＞

　　　　　　　　「玉川上水・分水網」

～未来遺産認定と今後の保全活用の展望～

講師 西村 弘氏（小平ユネスコ協会理事長

　　　　　　　　　　　玉川上水ネット代表）

【日時】３月１６日（金）13：30～16：00

【場所】中央公民館講座室２（２階）

【資料・お茶代】200円（会員100円）

　　　　　　　　　　♪みんなで唄おう♪

　　　　　　第５３回「市民うたごえ祭り」

【日時】３月２０日（火）13：30～15：30

【場所】中央公民館ホール（２階）

【歌詞集代】200円

コミュニティカフェ

「おしゃべりサロン」

【日時】４月５日（木）13：30～16：00

【場所】福祉会館第一集会室（３階）

【資料・お茶代】200円（会員100円）

　　　　　　　　　　＜講座＞

「絵手紙を作ろう」（仮題）

【講師】安達三郎さん

【日時】４月１２日（木）13：30～16：00

【場所】福祉会館第２集会室（３階）

【資料・お茶代】200円（会員100円）

【準備するもの】絵具　パレット　小筆　筆を洗う小さな瓶

　　　　「伴侶を亡くした人が語り合う会」

　　　　　　　４月のテーマ

　　　　　　～孤独の楽しみ方～

【日時】４月１３日（金）13：30～16：00

【場所】 中央公民館学習室３（２階）

【資料・お茶代】 200円（会員100円）

※伴侶のある方の参加はできません

＜上記共通事項＞

自由参加・予約不要

【主催】熟年いきいき会

【問合せ先】042-341-8604（太田）

◆　環　境　◆

**「こだいらソーラー発電事業の5周年」記念会**

～地域に根差す四民発電所の5年～

こだいらソーラー5年間の活動報告と連携している諸団体の活動ご披露など。

【日時】３月１７日（土）14：00～

【場所】福祉会館

【参加費】500円（軽食をご用意します）

【連絡・問合せ】℡090-4820-0756・fax.042-462-3936（西村）　メールkodaira.solar@gmail.com

http://kodairasolar.wordpress.com/



小平市市民活動支援公募時事業

地球永住計画（春いちばんの公開イベント）

1. 謡い、語る 玉川上水の、

これまでとこれから

～玉川上水の流れを次代へ繋げるために～

「小平市玉川上水を守る会」の歴史を伺う

語り手：庄司徳治さん

（小平市玉川上水を守る会世話人代表）

聞き手：リー智子

1. 語り「玉川上水365年の歴史」と

三味線弾き歌い「羽衣の堰」

アーチスト 上野茂都

【企画運営】地球永住計画

【協力】ちむくい

【日時】３月１７日（土）14:00～16:00

【場所】小川公民館ホール

【飼料代】300円

【定員】70名

【申込】こくちーず

http://kokucheese.com/event/index/506846/

【問合せ】080-5019-0153（リー智子）

chikyueiju@gmail.com

◆　まちづくり　◆

限りある予算で住みよいまちづくり

**市民が決める小平のお金の使い道２**

〜公共施設マネジメントのホントの目的ってなんだろう〜

公共施設の経費が、今後の小平市の財政に大きな負担になると言われています。果たして本当にそうなのでしょうか？公共施設の統廃合は一体誰のために行われるものなのでしょうか。公共施設マネジメントの裏側を鋭くえぐります。

講師：石山雄貴さん（学習院大学文学部教育学科助教）

【日時】３月２５日（日）14:00〜16:30

【場所】小平市中央公民館学習室４

【参加費】資料代300円

【主催】こだいら市民提言の会　事務局　ふるや

☎090-9675-6855　E-mail:kodaira-teigen@aglaia.cc

◆　会員募集　◆

60歳からのそろばん中央の会（右脳いきいきクラブ）

**そろばんで頭の体操**

～シニアみんなで楽しく老化防止～

【会の目的】簡単な計算を、そろばんや暗算でやることにより脳が活性化され脳の老化防止が図られます。さあ、脳を鍛えて元気に老後を楽しみましょう

【学習メニュー】

イメージアップトレーニング、暗算トレーニング、そろばんトレーニング

【日時】毎月第1、第3金曜日　10:00～12:00

（入会4月6日より）

【場所】中央公民館講座室または学習室

【会費】月300円（問題集、プリント等資料代込み）

【申込先】☎042-323-0148（佐々木）

◆　他市の情報　◆

多摩コミュニティビジネスシンポジウム2018

「ライフシフト」時代　試されるまちのプロデュース力

【日時】３月１７日（土）13：00～19：00

【場所】東京外国語大学府中キャンパス アゴラ・グローバル　（西武多摩川線「多磨」駅下車徒歩5分）

【定員】200名

【参加費】1,000円　※学生無料

【主催】ＴＡＭＡ ＣＢ（多摩ＣＢネットワーク）、

一般社団法人ＣＳＶ開発機構

【詳細】http://tamacb.org/event/417/