

生涯学習だより

編集・発行：青梅市教育委員会社会教育課
 〒198-8701 青梅市東青梅1-11-1
 電話 0428-22-1111 FAX 0428-22-9835

平成29年 4月 第33号



生涯学習フェスティバル

釜の淵新緑祭2017



5月13日(土)・14日(日)

会場図



<1日目>5月13日(土)

釜の淵公園広場		雨天時
10:00~16:00	【体験イベント】 木工クラブ	雨天決行
10:00~11:00	青梅市健康太極拳協会	中止
11:00~12:00	青梅草笛クラブ	中止
12:00~13:00	リズムカンパニー	中止
13:00~14:00	アナレイ	中止
14:00~15:00	青梅フォークダンス会	中止
15:00~16:00	青梅市民舞踊連盟	15:00~16:00 釜の淵市民館研修室

郷土博物館	
12:00~13:00	津軽民謡サークル
13:00~14:00	アンサンブル「銀の音」
14:00~15:00	ピアサポート「ぶ〜け」
10:00~16:00	青梅竹細工同好会

釜の淵市民館		
音楽室	11:00~12:00	青梅児童合唱団
	12:00~13:00	アンサンブルニ胡里
	13:00~14:00	中村一座
	14:00~15:00	オカリナアンサンブル青梅
	15:00~16:00	ぶらむりコーダーアンサンブル
研修室	12:00~13:00	尺現会青梅支部
	13:00~14:00	青梅マンドリンクラブ
	14:00~15:00	NFPファミリーダンス
	15:00~16:00	青梅総合高校合唱部&D・J・D (雨天時) 郷土博物館

<2日目>5月14日(日)

釜の淵公園広場		雨天時
10:00~15:00	【体験イベント】 青梅だが生や楽校	中止
11:00~15:00	茶友会	11:00~15:00 釜の淵市民館和室
10:30~11:00	鼓夢ome	中止
11:00~11:30	小曾木万作踊り保存会	中止
11:30~12:00	フラハラウ オブアエナ ome	中止
12:00~12:45	フラ パマカニ	中止
12:45~13:15	青梅太鼓	中止
13:15~14:15	フラハラウ オレイラニ 多摩	12:00~13:00 釜の淵市民館音楽室
14:15~15:00	青梅越中おわら節の会	中止
15:00~16:00	青梅総合高校和太鼓部	15:00~16:00 釜の淵市民館研修室

郷土博物館	
13:00~14:00	青梅ギターアンサンブル
14:00~15:00	青梅ギターサークル
10:00~16:00	青梅竹細工同好会

旧宮崎家住宅	
14:00~15:00	青梅市図書館おはなしボランティア

釜の淵市民館		
音楽室	11:00~12:00	二胡の会
	13:00~14:00	青梅市民合唱団
	14:00~15:00	シンフォニエッタ青梅
研修室	10:00~11:00	青梅市青少年吹奏楽団
	12:00~13:00	RJ47 (ライジング改)
	13:00~14:00	OJ-Suns
	14:00~15:00	アンサンブル・クルール

☆詳細は広報おつめ5月1日号をご覧ください。
 ◆主催 青梅市生涯学習推進本部、青梅市生涯学習市民会議、青梅市教育委員会
 ◆企画運営 釜の淵新緑祭実行委員会
 ◆問合せ 社会教育課



催し物

★文化★

◎書道蒞会

第16回蒞会書展

- ◆日程 7月21日(金)～26日(水)
- ◆会場 西友河辺店ポツパルトホール
- ◆対象 一般
- ◆その他 出品費用がかかります。
- ◆栗原 ☎090(1812)4751



※前回の書展の様子
第15回書展 参観者700名
出品者17名、65点

◎嵐(百人一首の会)

百人一首体験会

- ◆日時 4月8日(土)
午前9時30分～11時30分
- ◆会場 河辺市民センター和室
- ◆対象 年長組以上、社会人
- ◆費用 無料
- ◆高原 ☎090(5815)0166



◎青梅市俳句連盟

新緑俳句大会(属目・相互選)

- ◆日時 5月14日(日)
午前10時～午後4時
- ◆会場 上長洲自治会館
- ◆対象 市内及び周辺在住俳句愛好者
- ◆森本 ☎(31)0294

★俳句大会開催しました♪

- ①新緑俳句大会 28年5月8日24名参加
- ②青梅市総合文化祭 俳句大会
28年11月3・4日 俳句大会 62名参加
短冊・色紙展示会 68名参加
- ③新春俳句大会 1月8日 20名参加

★スポーツ★

◎青梅市卓球連盟

①第2回青梅市オープン

- 男女別団体戦(3名による2単1複)
- (1)年齢制限なし
- (2)合計年齢150歳以上
- ◆日程 4月9日(日)
- ◆対象 オープン



②平成29年度青梅市上期リーグ戦

- 連盟登録チームによるリーグ戦
- ◆日程 5月14日(日)
- ◆対象 連盟登録チーム
- ☆いづれも
- ◆会場 総合体育館
- ◆関塚 ☎090(4708)5856

◎青梅市テニス協会

初心者テニス教室

- テニスの楽しさを学ぶ、初心者技術の習得
- ◆日程 4月15日(土)・22日(土)・23日(日)・30日(日)、5月6日(祝)・13日(土)
- 予備日20日(土)
- ◆対象 市内在住・在勤のテニス初心者
- ◆会場 市民球技場 庭球場
- ◆参加費 1名4千円
- ◆池上 ☎042(554)8516



◎青梅市インディアカ協会

①第55回青梅市インディアカ協会大会

- 男子の部・女子の部
- ◆日時 6月11日(日)午前9時～
- ◆対象 協会会員、在住在勤者、一部他市
心者講習
- ◆日時 2・3か月に1回程度
- ◆対象 協会会員、一般(初心者等)、他市
参加者

- ※各センターに詳細を掲示の他青梅市インディアカ協会ホームページを「ご覧ください」。
- ☆いづれも
- ◆会場 総合体育館第一ホール
- ◆荒井 ☎090(3528)3564



◎青梅市サイクリング協会

第2回青梅マラソンコースをサイクリングする会

- 総合体育館⇩青梅マラソン30キロ折返し、
自転車安全講習会
- ◆日程 6月を予定
- ◆会場 市内
- ◆対象 市民



★サイクリング協会実施しました!

- ①第69回都民体育大会自転車競技に出場
西武園競輪場にて、男子400m速度競走・km
タイムトライアル、女子800m速度競走・500
mタイムトライアルに出場。
・28年5月29日開催
- ②第27回スポレクを開催
市内サイクリング
青梅6中⇩成木⇩車畑⇩黒沢⇩青梅六中
・28年10月10日開催
- ③第57回市民体育大会を開催
青梅七福神サイクリング
・1月15日開催
- ◆松永 ☎090(5490)5990

◎青梅市弓道連盟

夏の初心者教室

- 弓を引いてみませんか。
- ◆日時 6月3日～7月15日(全7回)
毎週土曜日午後7時30分～9時
- ◆会場 永山公園弓道場
- ◆対象 高校生以上
- ◆費用 3千500円(高校生2千円)
- ◆会員常時募集中
高校生以上・永山公園弓道場で練習
- ◆福富 ☎090(1031)8190



◎青梅市水泳協会

水泳教室

- 初心者～上級者まで、レベルに応じて指導
練習をしています。体験もできます。
- ◆日時 毎週木曜日(会場が使える時)
午後8時30分～9時30分
- ◆会場 セントラルフィットネスクラブ西東京
- ◆対象 右記日時に参加できる方
- ◆中条 ☎042(558)8695



◎青梅市バドミントン協会

①第45回青梅市民バドミントンダブルス大会(個人戦)

- ◆日程 4月23日(日)
- ◆会場 総合体育館
- ◆対象 一般
- ②第4回青梅オープンバドミントン大会
ダブルス・トリプル大会(個人戦)
- ◆日程 6月18日(日)
- ◆会場 総合体育館
- ◆対象 一般
- ③土曜日ジュニアスポーツバドミントン教室
- ◆日時 7月の土曜日(午前中4回実施)
- ◆会場 新町市民センター体育館(予定)
- ◆対象 市内在住の小学生
- ☆いづれも
- ◆市川 ☎(22)3022



◎青梅ジュニアダンスクラブ

①リズムダンス体験(無料体験)

- リズムのついで楽しいダンスをしましょう
- ◆日時 4月14日・21日いづれも金曜日
午後3時30分～4時30分
- ◆会場 永山ふれあいセンター
- ◆対象 幼児(3歳以上)
- ②こども日舞 無料体験
- ゆかたを着て、和の心を体験しませんか
- ◆日時 4月15日・22日いづれも土曜日
午後5時～6時
- ◆会場 釜の淵市民館
- ◆対象 幼児(3歳以上)、小学生
- ☆いづれも
- ◆斉藤 ☎(76)0966(午前中)



◎青梅市スケート連盟

第57回市民体育大会のスケート大会実施しました!

- 2月18日東大和スケートセンターにて選手
42名が参加して行われました。
- 「プレインスケート」と「スピードスケート」
の種目で、幼児～大人まで各階級に分かれ
て競技が行われました。
- ◆中村 ☎(76)1704



★保育園等のお知らせ★

◎かすみ保育園 子育てひろば「かすみ」

①わくわくスポーツ
30分程度、鉄棒・平均台・マット等、楽しく体を動かしてみよう。

◆日程 4月26日(水)、5月24日(水)

◆対象 2〜3歳児

②のびのびサッカー

60分間、サッカーボールを追いかけ、体を動かしてみよう。

◆日程 4月20日、5月18日、6月15日

◆対象 4〜5歳児

③すくすく音感リズム

年齢ごとに、15〜40分間リズムののって体を動かしたり音を出して過ごします。

◆日程 4月28日(金)、6月30日(金)

◆対象 1〜3歳児

④劇団風の子

『いやだいやだのペンペロペー』
魔法で紙に閉じ込められたペンペロペーを助けるために、楽しい人形劇を観ませんか？

◆日時 6月16日(金) 午前10時開演

◆対象 0歳児〜未就学児の親子

★親子お楽しみ企画(28年度開催済)

6月人形劇ふくまる座「おおかみやめた」(6組13名参加)、12月avexダンス体験(6組12名参加)、1月山の音楽舎「へんてこおはなし劇場」(5組10名参加)と年2〜3回企画をしています

◆会場 かすみ保育園(駐車場は事前予約制)

◇ ☎(22)22305

◎もみの木幼児園

0歳からの音楽会
赤ちゃんから親子で楽しめるクラシックコンサート(バイオリンとピアノ)

子どもたちの大好きな曲がいっぱい

◆日時 5月23日(火)

午前10時30分〜11時20分

◆会場 もみの木幼児園ホール

◆対象 0歳以上の親子 予約:当日席各40席

◇ ☎(22)00200



◎二俣尾保育園

①園庭開放
広い園庭、遊具等を使って、園児と一緒に遊びましょう。

◆日時 毎週月〜金曜日午前9時30分〜11時
◆申込み 電話し直接会場へ 駐車場有

②保育体験(1日2組)

同年齢の園児と一緒に保育体験をしてみませんか。

◆日程 希望の日程を電話で申込み

◆給食試食は一食300円要事前申込み

☆いずれも

◆会場 二俣尾保育園

◆対象 乳幼児と保護者

◇ ☎(78)94660

◎青梅みどり第一保育園

①出産を迎えるお母さんのための体験学習
手作りおもちゃを作ってみよう

手作りおもちゃを作りながら、今後の子育てについてお話ししましょう。わらべうたを通してお腹の赤ちゃんに語りかけてみよう

◆日時 6月21日(水)午前10時〜11時

◆対象 出産を迎えるお母さん、未入園児(兄弟も一緒に大丈夫です)

◆事前の予約をお願いします

②「育児講座」〜七夕飾りを作ります
本物の竹に七夕飾りを作りながら育児相談も行います。

◆日時 7月4日(火)

◆対象 未入園児親子

◆会場 みどり第一保育園3階みどりこ広場

◇ ☎(23)36000



★「育児講座」開催しました(28年度開催済)

7月1日は、七夕飾りを作りながら子育ての悩みや相談、お母さん同志のよい交流の場となりました。(4組8名参加)

9月6日は、わらべうた遊びを楽しみました。手遊びや顔遊びをしながら、親子でのふれあい遊びを体験し、園で使っている手作りおもちゃで遊びました。(6組13名参加)

☆いずれも

◆会場 二俣尾保育園

◇ ☎(23)36000

▼青梅市主催の乳幼児教室、参加者募集はP4.6をご覧ください▲▲

◎よしの保育園

保育体験、親子一緒に保育園行事に参加してみよう。園庭開放は常時しています。ぜひお越しください。

①なかよし動物村

移動動物園がきます。動物たちとふれあいましょ。

◆日時 5月24日(水)午前9時〜11時

◆会場 保育園前グラウンド

◆対象 親子、おひさま

②人形劇

にんぎょう畑の「もといぬ」、腹話術「ねずみのチユウ吉」を上演します。

◆日時 6月22日(木)午前10時〜

◆会場 保育園ホール

◆対象 親子、おひさま

☆いずれも

◇ ☎(76)0809

◎青梅幼稚園

①親子ふれあい広場「つくしぐみ」
未就園児親子が幼稚園生活を体験できます。経験豊富なスタッフと自由遊び、ゲーム、リトミック、製作、紙芝居等。

◆日時 月2回以上午前10時〜11時30分

◆会場 園庭、保育室等※内容により園外実施の場合あり。要事前問合せ

◆対象 未就園児と保護者

◆持ち物 上靴、飲み物

◆参加費100円(実費)



②みんなのおへや「こひつじ」

地域の子育て中の親子に専用の保育室を無料開放。安全な遊び場所として友達作り、子育て相談等にご利用下さい。

◆日時 毎週月・火・木・金曜日

午前10時〜午後1時

◆会場 保育室「こひつじ」専用の部屋

◆対象 未就園児(0歳〜)と保護者

◆園行事等で休みの場合があります。要事前問合せ。

③こひつじ子育て相談の集い
明星大学名誉教授岡本富郎氏を囲んで、楽しく子育てのことをおしゃべりします。

◆日時 毎月1回午前9時15分〜11時30分

◆会場 保育室「こひつじ」の部屋

◆対象 子育て中の方(託児あり)

★親子ふれあい広場「つくしぐみ」開催しました(28年度開催済)

28年度は16回開催。製作・リズムあそび・手あそび・公園での運動などたくさんの子どもやお母さん達と楽しく過ごしました。

☆いずれも

◇ ☎(31)0373

◎青梅みどり第二保育園 保育所体験

保育園ってどんな所?一緒に遊んで、給食を食べよう!

◆日時 6月14日(水)、15日(木)、19日(月)

20日(火)、21日(水)午前9時30分〜11時

◆会場 青梅みどり第二保育園ホール

◆対象 未就学児、家で子育て中の親子

◇ ☎(24)7400

★羽村市のお知らせ★

羽村市生涯学習センターゆとりぎ

☎042(570)0707

①伝統文化交流事業「ゆとりぎ」

越中八尾おわら風の盆と西多摩の郷土芸能
越中八尾おわら保存会の皆さんによる唄と踊り、西多摩の郷土芸能高水山古式獅子舞保存会

◆日時 6月24日(土)

午後4時30分開場、午後5時開演

◆会場 ゆとりぎ大ホール

◆対象 一般(未就学児不可)

②宵待小町コンサート

西洋の楽器であるフルートに和の心を込めて演奏する日本人ならではのフルート四重奏

◆日時 7月1日(土)

午後2時30分開場、午後3時開演

◆会場 ゆとりぎ小ホール ◆対象 一般



★参加者募集★

親子で遊ぼう！遊び力は生きる力！ 親子スキンシップ教室

- ◆時間 午前10時～11時30分
(Aのみ午後3時30分～5時)
- ◆内容 制作、リズム遊び、運動遊び、
絵本読み聞かせ、季節の行事等
- ◆定員 各20組(抽選)
- ◆指導 NPO法人青梅こども未来

※対象児年齢は平成29年4月1日現在となります。
※申込み方法等詳細は広報おうめ4月1日号を
ご覧ください。
◇問合せ 社会教育課



教室名	会場	日程(全8回)
★対象：市内在住の3～4歳児と保護者(運動中心のため妊婦不可)		
A 東青梅すみれ	東青梅市民センター	5月10日～7月12日の毎週水曜日 (5月31日、6月28日は除く)
★対象：市内在住の2～3歳児と保護者		
B 新町いちご	新町市民センター	5月12日～6月30日の毎週金曜日
★対象：市内在住の1歳児と保護者		
C 今井うさぎ	今井市民センター	5月9日～6月27日の毎週火曜日
D 梅郷こぐま	梅郷市民センター	5月10日～6月28日の毎週水曜日
E 成木たんぼ	成木市民センター	5月11日～6月29日の毎週木曜日
F 大門パンダ	大門市民センター	5月10日～6月28日の毎週水曜日
★対象：市内在住の0歳児(H28.4.2～H28.9.30生まれ)と保護者		
G 新町もも	新町市民センター	5月9日～7月11日の毎週火曜日 (5月30日、6月27日は除く)
★対象：市内在住の0歳児(H28.10.1～H29.4.1生まれ)と保護者		
H 青梅りんご	釜の淵市民館	7月6・13・20日、9月7・14・ 21日、10月5・12日

農業・食育体験教室

種をまいて、お世話をして、収穫！収穫した野菜を使った料理や、アイスクリーム作り、お祭りでの販売体験もします。

- ◆日程 5月～11月(月1回程度・全8回)
- ◆会場 (公財)東京都農林水産振興財団
青梅庁舎(旧畜産試験場)
- ◆対象 市内在住・在学の4歳～小学生の
お子さんとその保護者(抽選30組)
- ※詳細は広報おうめ4月1日号を
ご覧ください。
- ◆問合せ 社会教育課



梅郷市民センター

梅郷ホタルウォッチング

ホタルの生態を学ぶとともに
梅の公園でのホタル観賞

- ◆日程 6月下旬
- ◆会場 梅郷市民センター、梅の公園
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 40名(先着・要予約)
- ◇詳細は広報おうめ6月15日号に
掲載予定です。

◆問合せ ☎(76)0404



青梅市郷土博物館

わがまち青梅講座

青梅市文化財保護指導員のもと、新緑の
草花丘陵と羽村の文化財を訪ねます。

- ◆日程 4月22日(土)
- ◆会場 羽村方面
- ◆対象 一般
- ◇詳細は広報おうめ4月1日号を
ご覧ください。

企画展

「絵画から見る青梅のお寺」

- 寄贈していただいた絵画を中心に展示し
青梅のお寺を紹介します。
- ◆日時 4月25日(火)～8月6日(日)予定
午前9時～午後5時
 - ※月曜日閉館(月曜祝日の場合翌平日)
 - その他作業等で閉館する場合あり。
 - ◆対象 一般
 - ◆問合せ ☎(23)6859



奥多摩都民の森 ※詳細はホームページでご確認ください。

◆問合せ ☎(83)3631

開催日	イベント名	対象
5月 5日(祝)	花を楽しむ御前山登山	中学生以上 定員20人
6日(土)～7日(日)	春の檜原・奥多摩自然散策 (檜原都民の森・山のふるさと村合同企画)	中学生以上 定員20人
10日(水)～11日(木)	撮影も楽しむ登山新緑の奥多摩の山々 (松姫峠周辺)	中学生以上 定員20人
13日(土)～14日(日)	森林保全活動と山里体験 (巻き枯らし間伐、獣害保護、ワサビ栽培)	中学生以上 定員20人
17日(水)～18日(木)	山女魚道場・第2回	高校生以上 定員7名
27日(土)～28日(日)	奥多摩登山・第2回 (大菩薩嶺)	中学生以上 定員20人
6月 3日(土)～4日(日)	森林ボランティア養成コース・第2回 (チェーン刈払機の構造と取扱い)	中学生以上 定員20人
10日(土)～11日(日)	集まれ山ガール・第2回 (大菩薩嶺)	中学生以上 定員20人
24日(土)～25日(日)	奥多摩登山・第3回 (三頭山)	中学生以上 定員20人
7月 1日(土)～2日(日)	温泉を楽しむ・第1回 (夏の温泉とグルメ)	中学生以上 定員20人
15日(土)～16日(日)	森林ボランティア養成コース・第3回 (下刈り(初心者のための刈払機操作))	中学生以上 定員20人
17日(祝)	森の恵みで草木染 (体験の森の植物を使った草木染)	小学生以上(小学 生は保護者同伴)
22日(土)～23日(日)	奥多摩登山・第4回 (鷹ノ巣山)	中学生以上 定員20人
29日(土)～30日(日)	親子で溪流釣り体験・夏	小学生と保護者
8月 5日(土)～6日(日)	親子で夏休み自由研究 (間伐材を使った草木染体験ほか)	小学生の親子
11日(祝)～12日(日)	奥多摩登山・第5回 (大岳山)	中学生以上 定員20人



御岳ビジターセンター

実施日	内容	対象	申込締切
4月22日(土)	集まれ山好き女子 2017年 雲取山を目指そう! 【全3回 連続企画】	18歳以上 の女性 定員20名	4月5日(水)
5月13日(土)	第1回 大岳山 第2回 三頭山 第3回 雲取山		
6月11日(日) ～12日(月)			
5月14日(日)	風薫る初夏の大岳山登山	どなたでも 定員50名	4月26日(水)
6月3日(土) ～4日(日)	御岳山でムササビ観察～はじ めの一歩～【初級編】	どなたでも 定員50名	5月17日(水)

★詳細はお問合せ下さい。
間近になりましたら、
HPに詳細を掲載します。
◆問合せ ☎(78)9363
<http://mitakevc929.ec-net.jp/>






青梅市生涯学習人材登録制度にご登録いただいている講師指導者をご紹介します。

◆講師・指導者の情報は、青梅市教育委員会のホームページでご覧いただけます。詳細は社会教育課にお問い合わせください。
◆講師・指導者の登録も随時受付しています。
☆講師・指導者を依頼する場合は、連絡先にご連絡ください。
☆講師等との交渉・契約(謝礼など)については、当事者間の責任で行ってください。

指導分野	工芸:ステンドグラス	
		
名前	林 西蔵 (はやし さいぞう)	
連絡先	電話 74-7239	
指導内容	ステンドグラスの製作やフュージング等のガラス工芸の分野を指導いたします。	
活動実績	青梅市・あきる野市・武蔵村山市などにおいてステンドグラスサークルの講師をしています。青梅ステンドグラス展実行委員会所属。	
指導条件	費用	1回2時間3,000円
一言PR	ステンドグラスのパネルからランプシェードなど幅広い作品の指導と、初心者でもカリキュラムを通してわかりやすく教えています。	

指導分野	武道・体操:自彊術	
		
	☆31の動作があり、覚えると15分ほどできます。	
名前	飯塚 ちえ子 (いづか ちえこ)	
連絡先	電話 090-8312-8874	
指導内容	100年続く健康体操「自彊術」31動作を指導いたします。	
活動実績	青梅市内センターにて教室を開催 公益社団法人自彊術普及会所属	
指導条件	日時	火曜日～金曜日 10時～17時までの間
	費用	有償(1回1.5時間500円) 無償協力可能
一言PR	自彊術は“万病克服の治療体術”です。自彊術体操で体調を整え、老後も豊かな人生を！！	

○青梅ステンドグラスサークル展○ ぜひご覧ください！
上記で紹介した林先生が講師をされている青梅市のステンドグラス製作を楽しんでいる方達の作品展が開催されます。
日時: 4月5日(水)～9日(日) 午前10時～午後6時
会場: 中央図書館多目的室 (最終日午後4時まで)
その他: 約30名が70点あまりの作品を出展

自彊術は・・・畳一枚のスペースがあれば、いつでもどこでもできます。独特の呼吸法と全身を系統的に屈伸する動作により、全身の関節を延べ1万回は動かしますが、消費エネルギーが少なく病弱者でもできることから、特に成人病に効果のある運動療法として普及してきました。

平成28年度青梅市防災講演会



▲講師: 山村 武彦氏
(防災システム研究所 所長、
防災・危機管理アドバイザー)

1月15日(日)に霞共益会館にて『自助・近助・共助でつくる、災害に強いまち』をテーマに講演会がおこなわれました。

テレビでもおなじみの防災システム研究所 所長 山村 武彦氏に実際の災害時の画像・映像を用いて、災害時にどのように行動すべきか、また備蓄品の準備や安全ゾーンの作成など、平常時から災害に備える重要性について講演していただきました。

参加者473名と会場は大変な盛況となり、参加者からは「防災訓練の内容を見直す良い機会となりました。」「早速、備蓄品の準備を行いたい」等の声が聞かれ、参加者の防止意識の向上につながりました。

◆問合せ 防災課防災係

★開催しました★

青梅市書道連盟 第51回青梅市書道連盟展

一般、小中高生の作品を展示し、市民会館最後の書展に多数の方のご来場がありました。



◆出品者 236名 ◆来場者 1,296名
◆会期 28年10月25日～30日
◇栗原 ☎090(1812)4751

★健康について★

健康センター ☎(23)2191

★健康相談・ヘルシーダイエット相談
生活習慣病予防等や体重管理、食生活に
関する個別相談【予約不要】

◆日時 5月25日(木)、7月6日(木)
午前9時30分～11時15分

◆会場 健康センター

◆担当 保健師・管理栄養士

◆希望者は、みそ汁塩分濃度測定、身長・
体重・体脂肪の測定可能。

★健康相談【予約不要】

◆①6月15日(木) 沢井保健福祉センター
②4月20日(木)、5月30日(火)、6月22日
(木) いずれも中央図書館多目的室

◆時間 いずれも午後1時30分～3時

★健康づくり講座「高血圧症予防」

医師と管理栄養士による講話
◆日時 5月18日(木)、24日(水)
午後1時30分～3時

◆会場 市役所2階会議室

◆定員40名【要予約】

※広報おうめ5月1日号に掲載予定です。

☆いずれも ◆対象 市民

★初心者のための体幹トレーニング教室

口コモや関節痛を予防する64歳以下の方
向けの教室
◆日時 4月18日(火)、7月18日(火)
午前10時～11時30分

◆会場 健康センター

◆対象 昭和28年4月2日以降生まれの市民

◆定員各20名【要予約】

重複受講不可(どちらか1日)

※広報おうめ4月1日号、7月1日号に
掲載予定です。

★フラインゴ教室

リズム体操や筋力バランス体操、健康ミニ
講座など
◆日時 5月～3月までの11回コース
毎月第2木曜日 午前10時～11時30分

◆会場 新町市民センター

◆対象 20～50歳代の市民(60歳以上の方で
比較的体力に自信のある方の申込み可)

◆定員60名【要予約】

※広報おうめ4月1日号をご覧ください。

★骨密度検診【要予約】

健康増進法に基づくDXA法(X線)による
骨密度測定および生活習慣改善の啓発パ
ネル展示
◆日程 6月7月のうち5日間

◆会場 健康センター

◆対象 平成30年4月1日までに18歳以上
になる女性市民(定員千名)

※広報おうめ5月1日号に掲載予定です。

★普通救命講習会【要予約】

心臓マッサージ等の救命措置とAEDの安
全な操作法
◆日時 6月2日(金)
午後1時30分～4時30分

◆会場 健康センター

◆対象 市民(定員30名)

※広報おうめ5月15日号に掲載予定です。

◆おうめ健康まつり◆

各種健康相談、ヘルスチェックコーナー、
血管年齢測定、各種がん検診PR、ウオ
ーキング教室等
◆日時 6月11日(日)
午前10時～午後3時(予定)

◆会場 青梅市役所

◆対象 どなたでも

◇詳細は広報おうめをご覧ください。

★病院管理課 ☎(22)3191

★おうめ健康塾

①医師による「リンパ腺が腫れたとき」

◆日程 4月8日(土)

②理学療法士による

「食べる幸せをいつまでも」

◆日程 5月27日(土)

③医師による「関節リウマチの話」

◆日程 6月24日(土)

☆いずれも

◆時間 午後2時～3時30分

◆会場 青梅市立総合病院南棟3階講堂

◆対象 一般

★子育てについて★

健康センター ☎(23)2191

☆ビバークラス(5歳児むし歯予防教室)

親子で手軽なおやつを作り、その後、染
め出しをし、ひとり磨きの練習をする。
◆日時 6月11日(日) 午前10時～正午

◆会場 河辺市民センター

◆対象 年長児とその保護者

◆費用 1人分200円

◆日時 4月12日(水)、5月18日(木)
6月14日(水) 午前10時～11時45分

◆会場 健康センター

◆対象 8カ月～1歳未満のお子さんと
保護者

◆日時 6月17日(土) 午前10時～午後2時

◆会場 新町市民センター

◆対象 年長児～小学生とその保護者

◆費用 1人分500円程度

☆いずれも

◇詳細は広報おうめの上、電話で申
込み。

★コックンクラス(離乳食教室:初期)

◆対象 4～5カ月のお子さんと保護者
◆4月11日(火) 健康センター
◆6月13日(火) 健康センター

◆費用 100円

★モグモグクラス(離乳食教室:中期)

◆対象 6～7カ月のお子さんと保護者
◆5月31日(水) 新町市民センター

◆費用 100円

★カミカミクラス(離乳食教室:後期)

◆対象 8～9カ月のお子さんと保護者
◆6月29日(木) 今井市民センター

◆費用 200円

★キッズクラス(幼児食教室)

◆対象 2～5歳児のお子さんをお持ち
の方 ※託児あり
◆6月14日(水) 河辺市民センター

◆費用 1人分300円
◆プレマクッキング(妊婦食教室)
◆対象 妊婦
◆5月26日(金) 河辺市民センター

◆費用 600円
☆いずれも
◆離乳食教室 午前10時～11時30分
◆幼児食教室 午前10時～正午

◇詳細は広報おうめ、母子保健サービスポケッ
ト手帳等ご覧の上、電話で申込み。

★プレマクラス(母親・両親学級)

◆会場 健康センター
◆対象 妊娠20週以降の安定期に入った
妊婦と夫 ◆費用 無料

①4月コース

◆日時 4月10日(月)、17日(月)、22日
(土)、24日(月)

②5月コース

◆日時 5月15日(月)、22日(月)、29日
(月)、6月5日(月)、10日(土)

②6月コース

◆日時 6月12日(月)、19日(月)、26日
(月)、7月3日(月)、8日(土)

◇詳細は広報おうめ、母子保健サービスポ
ケット手帳等ご覧の上、電話や窓口で申込み。

会員募集

◎青梅マンドリンクラブ

マンドリン各種、ギターなどの合奏を通じて親睦を図り、ポランテア演奏などで地域への貢献を目的とする社会人サークルです。

- ◆日時 月3回程度(土曜日2回午後1時、火曜日1回午後6時)
- ◆会場 主に総合体育館会議室
- ◆対象 どなたでも。どんな楽器でも経験者は大歓迎
- ◆会費 月額2千500円
- ◆湊 ☎(31)6429



◎しゅんこう 和紙ちぎり絵

和紙をちぎったり、剥いたりして水彩画風の静物、花など貼ります。絵どころがなくとも大丈夫です。

- ◆日時 第2・4水・木・金曜日
- ◆会場 河辺市民センター
- ◆対象 どなたでも。特に生涯学習として高齢者の方。
- ◆菅原 ☎090(3546)0240

◎青梅市新体操クラブ

【河辺市民センター】
火曜日 午後4時15分
木曜日 午後5時
【長洲市民センター】
水曜日 午後3時30分
金曜日 午後5時

- ◆対象 年少から
- ◆会費月額3千円
- ◆横山 ☎(24)6914



◎青梅楊名時太極拳市民会館教室

陽名時太極拳を通じて健康増進につなげましょう。

- ◆日時 毎週水曜日午前10時～11時30分
- ◆会場 青梅市民センター
- ◆対象 どなたでも
- ◆荒井 ☎(23)6520

◎マイレ ラウリィ フラサークル

一緒にフラダンスを楽しみましょう。初心者・経験者大歓迎です。

- ◆会場・日時・対象
- 【今井市民センター】
第2・3・4金曜日午後6時～7時
第2・3・4水曜日午後6時～7時
【今井市民センター】
【スタジオネスト】(四小近く)
- *会場変更の場合あり、お問合せください。
- ◆岡野 ☎090(6925)6155



講座

◎天神文化学習中心

①中国語講座(中級)
「聴く中国語」を使って聴き取り、会話の学習を行います。

- ◆日時 土曜日午後2時～4時
- ◆対象 1～2年の学習経験のある人
- ②やり直し中国語
NHK、日中学院のテキストを使って初級程度の学習を行います。
- ◆日時 金曜日午後2時～4時
- ◆対象 はじめての人、一度学習して中断している人
- ◆会場 東青梅4-17-5
- ◆八代 ☎(22)9468



◎青梅商工会議所

パソコン教室受講生募集

- ◆日時 (月・土)午前10時～午後4時50分、(火・水・金)は午後6時30分～8時20分も実施
- ◆会場 青梅商工会議所2階
- ◆対象 年齢制限なし。初心者大歓迎。
- ◆入会金・教材費無料。月4回コース(6千円)から。日程は自由に決められます。その他、趣味や仕事に おすすめの講座多数あり。説明会にお越しください。
- ◆ ☎(84)0732

◎第1回～4回初心者菊作り講習会

大菊三本仕立ての作り方
さし芽の方法、定植(実習)、苗の育生と管理、管理全般について

- ◆日時 5月20日、6月10日、7月8日、8月5日(いずれも土曜日)
- ◆会場 梅郷市民センター会議室
- ◆対象 初心者(成人)20名
- ◆講師 青梅秋香会 清水高志 氏
- ◆申込み・問合せ 社会教育課
- ※広報おつめ5月1日号掲載予定です。



- ◎青梅アルゼンチンタンゴクラブ
ルネス
◆日時 第1・2・4月曜日
午後7時45分～9時15分
- ◆会場 新町市民センター
- ◆対象 成人男女 初心者歓迎
- ◆月会費7千円、入会金2千円
- ◆短期体験・無料体験あり。
- ◆荒井 ☎080(6571)4457

- ◎青梅ジュニアダンスクラブ
リズムダンス・ストレッチ体操
◆日時 毎週金曜日午後3時30分～5時
- ◆会場 永山ふれあいセンター
- ◆対象 幼児(3歳～)、小学生
- ◆無料体験あります。
- ◆斉藤 ☎(76)0966(午前中)

※広報おつめ5月1日号掲載予定です。

学校名	電話番号	日程	催し物
第六小学校	☎78-8370	6月17日(土)	三田つ子ふれあい祭り 9:30～11:30 子供たちPTAによるお店の運営と交流
第七小学校	☎74-5304	4月29日(祝)	学校公開
		5月27日(土)	運動会
成木小学校	☎74-5240	4月29日(祝)	学校公開(授業公開)13:30～14:15
		5月20日(土)	運動会8:50～14:20
		6月14日(水)	道徳授業地区公開講座 授業13:30～14:15 意見交換14:30～15:30
吹上小学校	☎22-7241	4月29日(祝)	学校公開(授業公開)13:15～
藤橋小学校	☎31-2295	4月22日(土)	学校公開8:40～11:20
霞台小学校	☎31-3090	4月29日(祝)	学校公開(授業参観、セーフティ教室)
		5月27日(土)	運動会
吹上中学校	☎24-1880	5月27日(土)予定	体育大会(地域・保護者・小学生参加の競技もあり。)

学校情報

◎詳細は学校にお問合せください。



～道徳授業地区公開講座
開催しました～
保護者、教職員、民生委員、学校運営連絡協議会委員、青梅警察スクールサポーター、青梅市教育委員、市議会議員、青梅子ども未来の方々と、子どもたちの挨拶について話し合いを行いました。とても有意義な時間を過ごすことができました。
霞台小学校



今年度も様々な講座や講演会を実施します！！

問合せ 社会教育課

開催情報は生涯学習だよりや広報おうめに掲載しますのでぜひご参加ください♪

子育てのヒント！！ 家庭教育講演会 開催しました♪

社会教育課では、年3回家庭教育講演会を開催しています。どうぞご参加ください。

平成28年度第2回家庭教育講演会

「食べて育む
～子どものころと食事の意外な関係性～」

1月28日青梅市民会館会議室にて、講師に白梅学園大学准教授の林薫先生をお招きし、第2回家庭教育講演会が開催されました。

「孤食」や「個食」など、子どもを取り巻く食の環境の話を通じ、様々な事例を交えながら、子どもにとってどのような食事が大切かを学びました。

子どもの食事に限らず、大人にとっても食事の内容や環境を見直す良い機会となる講演会となりました。

平成28年度第3回家庭教育講演会

「こころのSOSサインをキャッチ！
～子どものころを健康に保つヒントを学ぼう～」

3月5日青梅市民会館会議室にて、講師にお茶の水女子大学准教授の青木紀久代先生をお招きし、第3回家庭教育講演会が開催されました。

子どもが問題のある行動をしたとき、大人がどうしたいかではなく子どもがどう思っているのかを考慮することが重要であるというお話がとても印象的でした。

子どものころの健康について、知識を深めることの出来た講演会となりました。

平成29年 成人式

青梅市成人式が1月9日(祝)に開催され、該当者1,457名のうち1,107名の新成人が参加しました。式典では、青梅市長、青梅市議会議長から新成人へ、お祝いとおまじの言葉が贈られました。そして、新成人の代表者が「誓いの言葉」として、新成人の抱負と感謝の気持ちを述べ、その後ピアノの演奏を披露していただきました。タイムカプセル収納作品(小学4年生の時に書いた絵や作文)の返却も行われ、参加した新成人は当時を懐かしんでいる様子でした。



青少年リーダー育成研修会 参加者募集!!

年齢も学校も違う仲間とさまざまな体験ができる『青少年リーダー育成研修会』の参加者を募集します。

◆日程 6月18日～8月27日の主に日曜日
(月2回程度・全7回)
※宿泊研修(3泊4日)あり

◆内容 カヌー体験、野外炊事等

◆対象 小学5年生～高校3年生
(市内在住)

◆定員 42人(抽選)

※申込み方法等詳細は広報
おうめ4月15日号をご覧ください。

◇問合せ 社会教育課



受講生募集!

国際理解講座

～世界を覗いて体験してみよう!～

日程 5月20日～平成29年3月3日の土曜日
(原則第1・4土曜日)

会場 市役所2階会議室ほか

対象 市内在住・在学の小学4年生
～高校3年生 ※定員あり

内容 外国人講師による英会話、文化講座(小学4年生を除く)、特別講座

費用 1千500円(教材費等)

申込み 市内各小・中・高校、社会教育課で配布する申込用紙に記入し、4月21日(金)までに市内各小・中学校の専用申込みBOX、社会教育課、国際理解講座事務局へ申込み。

※昨年度の国際理解講座の文化講座では・・・

イタリアやタイ・ミャンマーの生活や文化、日本の和菓子や青梅の織物についてなどいろいろなテーマについて学びました。



外国人のための日本語講座

～Japanese class for foreigners～

日時 5月17日～11月下旬の毎週水曜日
午前10時～12時

会場 東青梅センタービル3階ほか

対象 毎週継続して受講できる日本語を
学びたい市内在住・在勤の外国人

定員 40人

費用 無料(テキスト代のみ実費負担)

その他 ・前年の受講者もあらためて申込みが必要です。

・身近に日本語を習いたいという外国人がいたら、この講座をお知らせください。

・託児希望の方はご相談ください。(1歳以上)

申込み 5月17日(水)までに直接、国際理解講座事務局
(東青梅センタービル3階)へお越しください。

面接 4月26日(水)午前9時～12時(1人10分程度)



問合せ 国際理解講座事務局 ☎(25)1015・社会教育課 ☎(22)1111

※詳細は広報おうめ4月1日号をご覧ください。

次回発行は7月です♪