市役所は毎週土曜日開庁しています

## 保育室併設講座 公民館3館で開催

**本館**「自分らしい子育てを」

子育て中の生活から母親（女性）の学習を考えます。父親・母親・子どもの家族関係を見つめなおし、子育てについて一緒に話し合いましょう。

**日時**11月9日～平成20年3月7日の金曜日、午前10時～正午の全15回
**場所**公民館本館
**講師**辻智子氏（早稲田大学非常勤講師）他
**問合せ**公民館本館☎552・1711

**松林**「手作り絵本教室」

子育てをテーマに絵本を手作りします。一生懸命作った絵本は未来の宝物！今の想いを絵本に残して、未来の子どもに伝えませんか？

また、保育学習会（全15回のうちの4回）では、保育室から見えてくる子どもの成長などについて学習します。

**日時**10月30日～平成20年3月11日の火曜日（ただし1月15日と2月12日は休み）、午前10時～正午の全15回
**場所**松林会館
**講師**木住野利明氏（絵本作家・造形作家）
**費用**材料費実費
**問合せ**公民館松林分館☎552・3624

**白梅**「母親の語り場（後期）」

子どもを保育室にあずけ、大人は「自身の生き方」「子どもとの関係」「夫との関係」の3本柱を中心とした対話型学習を行います。

また、子育て学習会（全16回のうちの3回）では、保育室から見えてくる子どもの成長について学習します。親子で食育の体験学習も予定しています（材料費実費）。

この講座は企画実行委員（男女共同参画フォーラム（仮）実行委員兼務）と公民館が一緒に企画しています。

**日時**11月8日～平成20年2月28日の木曜日、午前10時～正午の全16回（食育講座含む）
**場所**白梅会館
**問合せ**公民館白梅分館☎553・3454

**3館共通**

**対象**市内在住の方
**定員**大人20人（応募多数の場合は保育室に子どもをあずける方優先で、責任抽選）
**申込み**10月20日までに各館に直接ご来館ください。

**保育室について**

公民館保育室は、親と子が離れ、子どもが仲間の中で、遊びを通して共に育ちあっていく場です。

子ども同士の関係を結びながら、「子どもにとって」という視点から保育を行います。

**対象**1歳以上で就学前の幼児（0歳児についてはご相談ください。）
**定員**15人（申込み多数の場合は次のとおりです。）

**本館・松林**保育室併設講座に参加した経験の少ない保護者の方を優先し、同一条件内で責任抽選。

**白梅**保育室併設講座経験者（回数不問）を優先し、責任抽選※企画実行委員（白梅の講座内容等を公民館とともに企画する方で、男女共同参画フォーラム（仮）の実行委員を兼務しています。）を優先。

**費用**1回50円（おやつ代）
**申込み**10月20日午後5時15分までに直接ご来館のうえ、保育室併設講座と一緒に申し込んでください。（同時に二つの講座への申込みは不可）※ただし、定員に満たない場合は講座開始二日前まで、先着順に受付けを継続します。

## ～図書館・秋の読書週間イベント～

### ○村上康成絵本原画展

「ピンクのいる山」（徳間書店）「カッパがついてる」（ポプラ社）ほか約50点の原画を展示します。

**日時**10月20日㈯～28日㈰午前10時～午後5時（22日㈪は休館）**場所**中央図書館2階会議室（入場無料）

※10月24日㈬午後3時30分～絵本の読み聞かせを実施

### ○村上康成トークショー

**「自然の歌をききながら」－絵本の力・絵本の魅力－**

**日時**10月21日㈰午後2時～3時30分
**場所**中央図書館2階研修室**定員**先着70人**参加費**無料
**申込み**10月4日午前10時から中央図書館☎553・3111へ（電子申請も可）。

**村上康成プロフィール**1955年岐阜県生まれ。創作絵本をはじめ、ワイルドライフ・アート、オリジナルグッズなどのグラフィック関連やエッセイ等で独自の世界を幅広く展開している。「水ぎわ族」を自称し、「絵本も描けるウクレレ釣り師」として異名のある自然派アーティスト。時として美術館などでジョイントライブも実施している。伊豆高原に村上康成美術館がある。「ピンクとスノーじいさん」「ようこそ森へ」（徳間書店）「プレゼント」（ＢＬ出版）でそれぞれ1986年、88年、89年にボローニャ国際児童図書展グラフィック賞、「ピンク!パール!」（徳間書店）で1991年ブラチスラバ世界絵本原画ビエンナーレ金牌、「なつのいけ」（ひかりのくに）で2003年第8回日本絵本大賞など受賞を重ねる。作品に「999ひきのきょうだい」「ぴっけやまのおならくらべ」「フィフィのそら」（ひさかたチャイルド）「さつまのおいも」（童心社）「おにぎりくん」（小学館）「きぜつライオン」（教育画劇）ほか多数。

### ○小学生向けおはなし会「おはなしのポケット」

**日時**10月6日㈯午後3時～**場所**中央図書館**対象**小学生※直接どうぞ
**出演**ポケット☆ポケット**問合せ**中央図書館☎553・3111

## ■屋外体育施設のインターネット予約ができるようになります

これまでは空き状況のみが確認できましたが、10月下旬よりさらに予約の受付けができるようになります（試行）。ぜひご利用ください。

体育施設をインターネット予約するには、事前に登録が必要です。10月2日より中央体育館内スポーツ振興課で登録申請の受付けを開始します。後日、会員番号と仮パスワードをお渡しします。システムを利用しての予約は、10月20日からになります。

**利用方法**市ホームページ（http://www.city.fussa.tokyo.jp）から「福生市施設検索システム」にアクセスしてください。

なお、試行期間は、平成19年10月から平成20年9月までとし、試行の結果を踏まえ、平成20年10月より本格実施を予定しています。

## ■開放事業

### ①ヒーリングストレッチ

ストレッチを中心に、フォームローラー（ストレッチポール）やバランスボールなどを使ってのリラクゼーションクラスです。簡単な筋力トレーニングにも挑戦します。

**日時**毎週水曜日午後2時～
**場所**中央体育館柔道場**対象**市民
**指導**体育館スポーツトレーナー
**参加方法**当日、券売機で個人利用券（150円）を購入して、受付に提出後、直接会場にお集まりください。
※初回のみ中央体育館窓口にて簡単な登録があります。

### ②ウォーキング講習会

ウォーキングは、「散歩」とは違って、普段歩いているペースを速め心拍数を上げて、体内にいっぱい酸素を取り込む、いわゆる有酸素運動です。脂肪が燃え、生活習慣病の予防や肥満の解消になるほか、心肺機能の向上にもつながります。

**日時**10月13日㈯午前10時～※毎月第二土曜日に実施しています。
**集合**中央体育館・測定室
**場所**かに坂公園ほか**対象**市民
**内容**血圧、体脂肪測定等（屋内）、ウォーキング（屋外）※履き慣れたトレーニングシューズをお持ちください。なお、申込みは不要です。
**指導**体育館スポーツトレーナー
**問合せ**①②は中央体育館☎552・5511

## ■ナイト・エクササイズ

ステップ台を使った燃焼系エクササイズで、体力アップ、ストレス発散。メタボリック解消にも効果的です。

**日時**毎週土曜日午後7時30分～9時
**場所**熊川地域体育館
**対象**中学生以上の市民（ただし、中学生は保護者同伴のみ）
**参加方法**当日、券売機で個人利用券（大人150円小人70円）を購入してください。※室内用運動靴持参。
**問合せ**熊川地域体育館☎552・1980

## ■第17回西多摩地域広域行政圏体育大会開催のお知らせ

この大会は、広くスポーツ・レクリエーションを普及し、地域の活性化と住民の皆さんの交流・親睦を図る目的で開催しています。

**大会期日**10月21日㈰
**種目・会場・時間**下表のとおり
**主催**西多摩地域広域行政圏協議会・西多摩地域体育協会連絡協議会
**主管**西多摩地域広域行政圏体育大会委員会・西多摩地域広域行政圏体育大会実行委員会
**後援**東京都
**問合せ**スポーツ振興課☎552・5511

### 開催予定一覧表

| 競技種目 | 開催会場 | 時間 |
|---|---|---|
| バレーボール（家庭婦人） | 明星大学（青梅キャンパス体育館） | 午前10時 |
| 剣道（個人戦） | 青梅市今井市民センター体育館 | 午前10時 |
| バドミントン（ダブルス団体戦） | 青梅市総合体育館（第1スポーツホール） | 午前9時 |
| テニス（男女別団体戦） | 青梅市市民球技場テニスコート | 午前9時 |
| ゲートボール（団体戦「混成可」） | 奥多摩町立氷川中学校グランド | 午前9時15分 |
| インディアカ（男女別） | 青梅市総合体育館（第1スポーツホール） | 午前10時 |
| 卓球（男女別団体戦） | 青梅市総合体育館（第2スポーツホール） | 午前10時 |
| 綱引き（男女別） | 奥多摩町立氷川中学校体育館 | 正午 |
| ソフトテニス（男女別団体戦） | 青梅市友田レクリエーション広場テニスコート（男子）・青梅市青梅スタジアムテニスコート（女子） | 午前9時 |
| ファストピッチソフトボール（男女別） | 青梅市市民球技場野球場（男子）・青梅市市民球技場サッカー場（女子） | 午前8時 |
| スローピッチソフトボール（男女別） | 奥多摩町登計原山村広場運動公園（男子）・奥多摩町立氷川小学校グランド（女子） | 午前9時 |
| 軟式野球（男子） | 青梅市青梅スタジアム野球場 | 午前9時 |
| 陸上競技（クロスカントリー） | 永山公園運動場ほか | 午前10時 |
| レクリエーション種目（グラウンドゴルフ） | 奥多摩町立古里小学校グランド | 午前10時 |
| サッカー | 青梅市東原公園グランド・青梅市市民球技場 | 午前10時 |

●軟式野球は、第1回戦を10月7日に、準決勝・決勝を10月14日に青梅スタジアムで行う（予備日は10月21日）。●陸上競技は、10月14日に行う。●サッカーは、10月14日、20日に予選を行い、決勝等は21日に行う。

**「作ってびっくり!身近なモノでリサイクル」参加者募集中!**日時①10月5日午後2時～4時②10月12日午後2時～4時③10月19日午後1時～4時④10月26日午前10時～午後4時の各金曜日、全4回※会場など詳細は広報ふっさ9月15日号をご覧ください。**申込み**公民館本館☎552・1711