

生涯学習ガイド

中西悟堂の足跡と福生

自然を大切にし、野鳥の会を生み出した中西悟堂氏は、60年ほど前に福生で生活をしていました。その足跡をたどり、福生で果たそうとした夢を検証します。



日時 5月9日(火)午後7時30分〜午後9時30分。以後、原則として隔月第一火曜日夜、全6回実施。

①「こんなはずじゃない」 初めての子育ては毎日が悩み事の連続です。日々、理想と現実のギャップを感じていませんか。食べない、寝ない、言うことかかない、夫は協力してくれないなど。子育てに終わりはありません。だからこそ一緒に考えて行きましょう。

②「心地よい食卓づくり」 一人で食事をする孤食の子どもが増えています。子どもの健やかな心と体を育むために、「心地よい食卓」について一緒に考えていきませんか。

公民館保育室について 公民館保育室は、子どもを預けることから、子育てや生活のあり方を見つめ直し、ともに考える場です。子どもは遊びを通してともに育ちあっています。意欲を引き出し、「子どもにとって」の視点から保育を行います。

公民館のことは一緒に はなしてみませんか? 公民館運営審議会では、「指定管理者制度」公民館の講座「自主サークル」など、公民館のこれからについて話し合います。

子どもも大人もわくわく 子どものようび『初夏の雑木林を観察しよう』 文化の森やみずくらいど公園で雑木林の植物や昆虫を観察します。葉っぱを使った遊びなども紹介します。

企業 福生市公民館運営審議会 活、環境教育」です。 問合せ 公民館本館 ☎552・1711 公民館本館 ☎552・1711 公民館分館 ☎552・3624

第36回市民文化祭に参加しませんか



市内でサークル活動や文化活動をしている皆さんの発表の場です。この機会に、日頃の努力の成果を披露しませんか。

日時 6月7日〜8月9日の毎週水曜、午前9時30分〜午後10時。全10回。

お子さん1人の託児料を教室初日に集金。参加方法 当日、券売機で個人利用券(150円)を購入し、直接会場へ。また、当日はオリエンテーションを予定しています。

ラリーフィットネス リズム体操やダンベル体操を展開しています。パラソルボールやステップ台を使用し本格的に行います。

ドライブをします。 日時 5月26日(金)・6月23日(金)午前11時〜

申込み往復はがきで5月23日までに(消印有効)教室名・住所・氏名・生年月日・電話番号・返信のあて先を明記し、〒197-0003 福生市熊川380-7 熊川地域体育館へ。

スポーツ

体育館へ行こう!

◆ヤングママ・リズム体操 (託児付き) 「運動はしたい、でも子どもがいるから…」そんな悩みありませんか。1時間だけ子供を預けて思いきり汗

新緑のさわやか ハイキング 日時 5月28日(日)福生駅前 9時53分に乗車し、二俣尾駅で受付※雨天中止

参加費 1人100円(交通費は自己負担) 持ち物 弁当、水筒、雨具など。対象 市内在住・在勤・在学者 申込み 5月25日午後5時までに参加費を添えて直接、各体育館へ。

◆スポーツ相談 運動は継続的に続いているけど、成果が現れない。食事のことを考えてみませんか。管理栄養士の先生がア

かんたんコアトレーニング 身体のコア(中心部)を鍛えながら身体の歪みの矯正やバランス感覚を養います。

シルバー元氣教室 高齢者の方の筋力アップ。 日時 5月25日〜7月13日の毎週木曜日、午後2時〜3時

市民会館・公民館 郷土資料室、体育館などの社会教育施設は月曜日が休館です。月曜日が祝日の時は火曜日が休館になります。また、体育館の事業に参加される方は運動できる服装で室内用運動靴をお持ちください。