

# まなび便り



～今日から始めるハムラーニング～

初心者向けの講座ってあるの？

あいた時間を有効に使いたい

新しい趣味や仲間を見つけたい

もっと知識を増やしたい

学ぶことって最近してないかも...

スキルアップできる講座はないかな

無料で気楽に参加したい

大学レベルの講座も受けてみたい



みんなの気持ちに応えたくて  
羽村市が開催する講座や  
講演会を集めてみたよ!!  
いっぱいあるから  
見てみていん!!

気軽に  
参加してね



令和元年10月～12月に羽村市が開催する講座・講演会です。申込み・問合せは各担当へ。担当の後に内線の記載がある場合は、羽村市役所(042-555-1111)にお電話いただき音声ガイドに従い番号を押してください。※対象欄の「市内」は、市内在住・在勤・在学の方です。

## 10月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容・講師	対象・受付・費用等
■第28回羽村市創業支援セミナー	10月6日(日) 10:00～12:00 ※セミナー後、希望者のみ交流会があります。	羽村市産業福祉センター 2階会議室	「羽村市で創業するって実際どうなの？」をテーマに創業してみたい!夢を形にしてみたい!方に必見。 講師:白澤亮さん(しらさわ整骨院)／坂本明さん(手打ちうどんさかもと)	対:どなたでも 受:受付中 定:15名(要申込/先着) 費:無料(セミナー後の交流会に参加の方は800円) 担:産業振興課(内線657)
■国際理解講座 「情熱の国～スペインを知る」	10月6日(日) 14:00～16:00	生涯学習センター ゆとろぎ レセプションホール	スペインの歴史・文化・特質を学び、スペイン語の初歩に触れる。 講師:高松英樹さん(中央大学商学部 教授)	対:どなたでも 受:受付中 定:50人(要申込/先着) 費:無料 担:ゆとろぎ(570-0707)
■世界の文化講座 「キルギス共和国のおいしい料理を作ろう!」(料理講座)	10月6日(日) 17:00～19:30	コミュニティセンター 調理研修室	キルギス共和国の料理を二品作ります。外国籍市民の皆さんと一緒に、楽しくおいしい料理を作りましょう! 講師:酒庭伊織さん(元キルギス青年海外協力隊料理隊員)	対:市内18歳以上 受:受付中 定:20人(要申込/抽選) 費:500円(材料費) 担:地域振興課(内線632)
■認知症予防講演会	10月15日(火) 14:00～16:00	生涯学習センター ゆとろぎ 小ホール	認知症の初期の症状の特徴を知り、予防と早期の発見に役立てましょう! 講師:三浦剛士さん(羽村三慶病院 院長)	対:どなたでも 受:当日直接会場へ 定:200人(先着) 費:無料 担:高齢福祉介護課(内線198)
■第50回羽村市文化祭 特別企画文化講演会 「キルギス共和国を知る～キルギス共和国の人々と暮らし～」	10月26日(土) 16:00～18:00	生涯学習センター ゆとろぎ 小ホール	親日国であるキルギス共和国の文化や人々の暮らしについてお話を伺います。 講師:小池孝行さん(元キルギス共和国日本国特命全権大使)	対:どなたでも 受:入場整理券をゆとろぎ窓口で配布中 定:250人(先着) 費:無料 担:ゆとろぎ(570-0707)
■ファシリテーター養成講座	10月27日(日) 10:00～16:00	コミュニティセンター 第一研修室	会議や話し合いの場で、意見を引き出したり、スムーズに進行するための技術「ファシリテーション」を学びます。 講師:social unit UDON	対:どなたでも 受:受付中 定:20人(要申込/先着) 費:無料 担:地域振興課(内線632)
■自然観察会 「身近なクモのちょっと知らない世界」	10月27日(日) 13:00～15:00	郷土博物館周辺	林や河原で実際にクモを観察し、クモの生態や昆虫との違いを学びます。クモに詳しくなって見方を変えてみませんか? 講師:水山栄子さん(東京蜘蛛談話会)	対:どなたでも 受:10/1(火)～ 定:20人(要申込/先着) 費:無料 担:郷土博物館(558-2561)

【説明】 対:対象 受:受付期間 定:定員 ※「抽選」:申込みが定員を超えた場合、抽選を行います。「先着」:先着順に定員までの受付をします。費:参加費・材料費など 担:担当課 ※要申込みの講座等については定員に達している場合があります。

# 11月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容・講師	対象・受付・費用等
■メンズキッチン 「簡単！野菜たっぷり アイディア料理」	11月7日(木) 9:30~12:30	保健センター	体が喜ぶ、野菜たっぷり簡単料理をつくりましょう。 健康講座と調理実習 講師：管理栄養士・保健師	対：市内在住の男性 受：10/2(水)~ 定：20名(要申込/先着) 費：300円(材料費) 担：健康課(内線625)
■女性のキャリア デザイン支援講座	11月8日(金) 10:00~12:00	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室1	今まで歩んできた道のりを振り返りながら、将来に向けて自分の「ありたい姿」を描きます。 講師：ライフコーチ みつはしあきこさん	対：市内 受：10/1(火)~ 定：20人(要申込/先着) 費：無料 担：企画政策課(内線314)
■歴史講座 「歴史散歩～水の文化財を見てまわる～」	11月10日(日) 13:30~16:00	玉川上水羽村堰など市内 ※郷土博物館で解散	羽村駅集合で玉川上水羽村堰など市内の文化財を歩いてめぐり、ポイントを解説します。 講師：郷土博物館学芸員	対：小学4年生以上 受：10/15(火)~ 定：30人(要申込/先着) 費：無料 担：郷土博物館(558-2561)
■女性のチャレンジ 支援講座	11月15日(金) 10:00~12:00	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室1	自分の「ありたい姿」の実現に向けて、小さな一歩をどのように踏み出すか、考えます。 講師：二本柳聡美さん (キャリアコンサルタント)	対：市内 受：10/1(火)~ 定：20人(要申込/先着) 費：無料 担：企画政策課(内線314)
■認知症サポーター ステップアップ講座	11月17日(日) 10:00~12:30	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室2	認知症サポーター養成講座の修了者を対象とした講座です。 グループワークを深める実践的な内容です。 講師：キャラバンメイト	対：市内15歳以上 受：10/7(月)~(中学生不可) 定：30名(要申込/先着) 費：無料 担：高齢福祉介護課(内線456)
■障害に対する理解 を深めるための講演 会	11月28日(木) 14:00~16:00	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室1	大人の発達障害について理解を深めます。 講師：橋本圭司さん(はしもとクリニック経堂院長)	対：市内及び関係機関 受：11/1(金)~(市民優先) 定：75人(要申込/先着) 費：無料 担：障害福祉課(内線185)
■羽村市こころの健康 セミナー「SOSを上手 にキャッチするコツと は～こころの病気や悩 みを抱えた方からの相 談に寄り添うために～」	11月29日(金) 13:30~15:30	生涯学習センター ゆとろぎ レセプションホ ールAB	家族や友人、周囲の方が当事者の思いや心の不調を理解し、当事者が安心して話せる環境づくり等を学びます。 講師：伊藤淳子さん(杏林大学保健学部臨床心理学科)	対：市内在住・在勤者 受：10/15(火)~ 定：50名(要申込/先着) 費：無料 担：健康課(内線626)
■みんなで楽しむ 子育て講座 「ファミリー★クリ スマス～親子でたっ ぷり遊んだら、パ パの手作り料理を 食べよう～」	11月30日(土) 10:00~12:45	保健センター	親子で遊んだら、手作りクリスマス料理を家族で食べよう！ 親子遊び、調理実習と試食 講師：男性保育士「ホップの会」、管理栄養士、保健師	対：3歳～未就学の子とママ・パパ(兄弟姉妹同伴可) 受：10/16(水)~ 定：8組(要申込/先着) 費：大人1名300円 担：健康課(内線625)
■歴史講座 「玉川上水管理に関 わる幕府の組織体 制」	11月30日(土) 14:00~16:00	羽村市産業福祉 センター 2階iホール	江戸幕府の玉川上水管理に関わる指揮系統や各奉行による水支配の意義などについて解説します。 講師：坂詰智美さん(羽村市文化財保護審議会委員)	対：どなたでも 受：11/1(金)~ 定：50人(要申込/先着) 費：無料 担：郷土博物館(558-2561)
■趣味講座 「2度楽しめる☆ク リスマスリース」	11月30日(土) 14:00~17:00	生涯学習センター ゆとろぎ 創作室1	クリスマスからお正月まで玄関を彩る、あなただけのオリジナルリースを作ります。 講師：里館志麻さん (La Pousse(ラ・プース)代表)	対：高校生以上 受：10/15(火)~ 定：20人(要申込/先着) 費：3,500円(材料費含む) 担：ゆとろぎ(570-0707)

※掲載内容は変更等する場合があります。また、こちらに掲載が無く今後開催情報が公開される同時期の講座・講演会もございますので、広報はむらや羽村市公式サイト、ゆとろぎイベントガイド等をご覧ください。

# 12月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容・講師	対象・受付・費用等
<b>■杏林大学学生連携企画講演会</b> <b>「1964年と2020年東京オリンピック・パラリンピックの比較」</b>	12月7日(土) 13:30~15:30	生涯学習センター ゆとろぎ 小ホール	1964年と2020年の東京オリンピック・パラリンピックの違いなどを楽しく学びます。 講師：鈴木隆広さん（日本ウェルネススポーツ大学専任講師）	対：どなたでも 受：市内11/2(土)～ 市外11/9(土)～ 定：240人(要申込/先着) 費：無料 担：ゆとろぎ(570-0707)
<b>■第35回女と男、ともに織りなすフォーラムinはむら</b>	12月8日(日) 13:30~15:30	生涯学習センター ゆとろぎ 小ホール	お互いを認め合い、さまざまな生き方を尊重し、幸せに生きることをテーマに講演会を行います。 講師：未定	対：どなたでも 受：11/1(金)～ 定：80人(要申込/先着) 費：無料 担：企画政策課(内線314)
<b>■健康料理講習会</b> <b>「ヘルシー★クリスマス料理～体重コントロール～」</b>	12月12日(木) 9:30~12:30	保健センター	体も心も満足！華やかメニューでクリスマスを楽しみましょう。 健康講座(体重コントロール)調理実習と試食 講師：管理栄養士・保健師	対：市内在住の男性 受：11/5(火)～ 定：30名(要申込/先着) 費：300円(材料費) 担：健康課(内線625)
<b>■世界史講座</b> <b>「古代ギリシャをひもとく」</b>	12月21日(土) 14:00~16:00	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室1	“アテネ”や“スパルタ”など都市国家ポリスの盛衰から古代ギリシャの歴史に迫ります。 講師：古山正人さん（國學院大学文学部史学科教授）	対：中学生以上 受：市内10/15(火)～ 市外10/22(火)～ 定：50人(要申込/先着) 費：無料 担：ゆとろぎ(570-0707)
<b>■「キャッシュレス社会」カードのちがいと使い方を学ぶ</b>	12月22日(日) 13:30~15:30	生涯学習センター ゆとろぎ 講座室1	複雑に発展したカードのちがいとキャッシュレス社会の明暗を話していただき、その賢い対処法を学びます。 講師：大川昌利さん（杏林大学総合政策学部長・教授）	対：どなたでも 受：市内10/15(火)～ 市外10/22(火)～ 定：70人(要申込/先着) 費：無料 担：ゆとろぎ(570-0707)

## ミニコラム なるほど羽村

### 『市名の移り変わり』

西多摩村



羽村町



羽村市

1889年(明治22年)  
人口:3,132人

1956年(昭和31年)  
人口:10,104人

1991年(平成3年)  
人口:53,381人

みんなが住んでいる羽村市は、その時の制度や人口の増加によって、このように名前が変わってきたんだ。なるほど羽村！だね。  
あれ？「西多摩村」の前は…。身近な歴史を自分で調べてみよう！

