

# はむら 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  
していないかも…

スキルアップでき  
る講座はないかな

無料で気軽に  
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!!



令和3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。担当の後に内線が書いて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3桁の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	対象・受付・費用等
生涯学習センターゆとろぎ市民講座 「渋沢栄一の功績と理念」	10/3(日) 13:30～15:30	生涯学習センターゆとろぎ 講座室1	「日本資本主義の父」とも称され、福沢諭吉に代わり新紙幣の肖像にも選ばれた渋沢栄一の、理念と日本の産業の発展へのかかわりをご紹介します。 講師：森内隆雄さん（学習院名誉教授）	対：どなたでも 受：受付中 定：30人（先着） 費：500円 担：ゆとろぎ（570-0707）
世界アルツハイマー月間講演会 「認知症の予防と、地域でともに暮らすために」	10/15(金) 14:00～16:00	生涯学習センターゆとろぎ 小ホール	認知症の発症を遅らせるために、正しい知識を得て認知症と向き合みましょう。認知科学の分野で活躍する講師をお招きして、お話ししていただきます。 講師：鈴木宏幸さん（東京都健康長寿医療センター研究所）	対：市内 受：10/8(金)17時まで 定：100人（先着） 費：無料 担：高齢福祉介護課（内線198）
自然観察会 「見たい！知りたい！クモのこと」	10/16(土) 13:30～15:00（小雨決行）	郷土博物館周辺（郷土博物館集合・解散）	野外でクモを探して観察し、多様で魅力的なその生態を解説します。 講師：水山栄子さん（東京蜘蛛談話会）	対：市内 ※小学生以下は保護者同伴 受：受付中 定：15人（先着） 費：無料 担：郷土博物館（558-2561）
メンズキッチン すぐに役立つ！男のうちはん講座	10/19(火) 10:00～11:45	保健センター	毎日の食事から、元気な体をつくりましょう。 健康講座、調理実演つき料理紹介（調理実習なし） 講師：管理栄養士、保健師	対：市内在住の男性 受：受付中 定：12人（先着） 費：無料 担：健康課（内線625）
子育てママのからだスッキリ教室	10/20(水) ①10:00～10:45 ②11:00～11:45 ※2回とも同じ内容。	保健センター	お手軽プチトレ（運動実習）、健康講座、簡単料理紹介をします。子育てママのからだの悩みをスッキリ解消しましょう。 講師：健康運動指導士、保健師、管理栄養士	対：市内（子育て中の母親） 受：受付中 定：各回5人（先着） ※可能な方はお子さんを預けてご参加ください。お子さん連れ希望の方は申込時に伝えてください（3歳未満のみ）。 費：無料 担：健康課（内線625）

## 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
文化協会学習文化講座 「初めての絵手紙教室」	11/5(金)、11/19(金)、 12/3(金)、12/17(金) 13:30～15:30 全4回	生涯学習センターゆとろぎ 学習室1	秋の素材（落ち葉、ゆず等）を題材とした絵手紙や、クリスマス・お正月をテーマにした絵手紙の描き方を学びます。 講師：原嶋曜子さん（一般社団法人日本絵手紙協会認定講師）	対：どなたでも（20歳以上） 受：10/1(金)（市外：10/8(金)）～10/24(日) 定：10人（先着） 費：参加費2,000円、材料費2,000円 担：ゆとろぎ（570-0707）

※掲載内容については変更等する場合があります。今後公開される講座・講演会情報もございますので、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をご覧ください。

# 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
おうちでできるフレイル予防体操	11/5(金)～2/24(木) 10:00～11:30 全12回	生涯学習センターゆとろぎ 講座室1または 自宅(詳しくは お問い合わせ ください)	インターネットやオンラインの利用方法をおぼえ、オンラインを使った介護予防体操を学ぶほか、参加者間で交流します。 講師:多摩リハビリテーション病院メディカルフィットネスセンタープラム健康運動指導士ほか	対:市内在住の65歳以上の方 ※自宅にインターネット環境やパソコン・タブレットなどの端末がない方には、端末を貸し出します。 受:10/1(金)～10/29(金) 定:10人(先着) 費:無料 担:高齢福祉介護課(内線456)
国際理解講座 「世界からみた日本語」	11/7(日) 13:30～15:30	生涯学習センターゆとろぎ 講座室1	私たちが思いを伝えあう大事な道具である「日本語」を言語学の見地から紐解き、その特徴・魅力を紹介します。 講師:荒川洋平さん(東京外国語大学大学院教授)	対:どなたでも 受:10/1(金)～ 定:30人(先着) 費:無料 担:ゆとろぎ(570-0707)
羽村市介護の日講演会 「無理をしない介護」	11/11(木) 14:00～16:00	生涯学習センターゆとろぎ 小ホール	11月11日は介護の日。介護について学び、介護に対する不安や迷いを解消しましょう。介護現場のスペシャリストをお招きし、お話ししていただきます。 講師:鈴木健二郎さん、竹内克さん(多摩リハビリテーション学院専門学校)	対:市内 受:10/1(金)～11/5(金) 定:100人(先着) 費:無料 担:高齢福祉介護課(内線196)
わが街はむらを知るシリーズ・企業 ㈱西東京リサイクルセンター	11/23(火・祝) 14:00～16:00	生涯学習センターゆとろぎ 講座室1	環境問題、SDGsが注目される中、市内で食品リサイクル、バイオガス発電等に取り組む企業より講師をお招きし、その取り組みの内容をご紹介します。 講師:大橋徳久さん(㈱西東京リサイクルセンター取締役会長)	対:どなたでも 受:10/15(金)(市外:10/22(金))～ 定:30人(先着) 費:無料 担:ゆとろぎ(570-0707)
歴史講座 「歴史散歩 はむら神社めぐり」	11/28(日) 13:30～16:00	市内 13:30 集合(JR青梅線羽村駅改札前) 16:00 解散(郷土博物館)	羽村駅から多摩川・草花丘陵の方向を目指して歩き、郷土博物館の学芸員が解説しながら市内の神社を巡ります。 講師:郷土博物館学芸員	対:市内 受:11/4(木)～ 定:15人(先着) 費:無料 担:郷土博物館(558-2561)

# 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
杏林大学学生連携企画「脳トレ体験!～予防しよう!自身の認知症～」	12/11(土) 13:30～15:30	生涯学習センターゆとろぎ 講座室1	脳トレの概要と認知症との関係性をご紹介しますとともに、ゲームなどを通して実際に脳トレを体験します。 講師:田口善彦さん、八巻裕美子さん(株式会社カレア)	対:どなたでも 受:11/2(火)～ 定:30人(先着) 費:500円 担:ゆとろぎ(570-0707)

【説明】対:対象 受:受付期間 定:定員 ※「抽選」は定員を超えた場合、参加者の抽選を行います。「先着」は先着順に定員まで受け付けます。費:費用 担:担当課【各講座・講演会については担当課に直接お問合せください】

# 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
テレ朝出前講座 「ニュースの裏側と 楽しく学べる話し方・ 伝え方」	12/12(日) 13:30~15:30	生涯学習セン ターゆとろぎ 講座室1	テレビ朝日社員(元フリー アナウンサー)を講師とし てお招きし、ニュースの裏 側と話し方・伝え方をご紹 介します。 講師：田邊美樹さん(テレ ビ朝日社員、元フリーアナ ウンサー)	対：どなたでも 受：11/2(火)~ 定：30人(先着) 費：無料 担：ゆとろぎ(570-0707)
カラダ塾(体重コント ロール)	12/15(水) 10:00~11:30(予 定)	保健センター	体重コントロールのため の知識と食事について学 びます。 講師：管理栄養士、保健師	対：市内 受：11/16(火)~ 定：12人(先着) 費：無料 担：健康課(内線625)
令和3年度児童文学講 演会「絵本作家あずみ 虫トークイベント」	12/18(土) 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	絵本作家であるあずみ虫 さんに、制作活動や手がけ た作品などについて語っ ていただきます。	対：どなたでも 受：12/1(水)(市外：12/4(土))~ 定：40人(先着) 費：無料 担：図書館(554-2280)

## 令和3年は

## 羽村市制施行30周年の記念の年です！

vol. 2



平成3年の羽村市制施行に向けて、市名を決めるため、平成2年に市民の皆さんからの公募を行いました。総数2,769通、423種類の名前の応募があり、審議の結果、長い歴史とともに長くまれ、有形無形を問わず広く使用され、愛着がある「羽村」を取り入れた「羽村市」が候補となり、羽村町議会で議決され、「羽村市」に決定しました。

ほかにも、「玉川市」「はむら市」「西東京市」などの名前の応募も多数ありましたが、「羽村市」がダントツの応募数でした！

市名の決定には、こんな経緯があったのです。

## ミニコラム なるほど羽村

### 「羽村市のシンボルがここにも！」



「風船かば」「森の精」「プレーメンの少女」…。これらは、市内にある像の名前だよ。皆さんも、きっと見たことがあると思います。



どこにあるか、わかるかな？

これらの像は、地域のシンボルやポイントとなるように、また、地域の皆さんが身近に接することを通じて、やすらぎやうるおいを感じられるように、羽村市が設置したんだ。当時羽村市に住んでいた作家さんや、中学生・OBなどが制作に携わってくれたよ。

設置から30年たつものもあるけれど、今も市内のさまざまな場所で羽村市のシンボルとして輝いているよ。市内を散策して探してみてね！

シンボルについて、市公式サイトで紹介しているよ！▶

