

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!!





令和5年1月～3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。

1月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容	対象・受付・費用等
季節かざり 「お正月かざり」	1/4(水)～ 1/9(月・祝) 9:00～17:00	郷土博物館 オリエンテーションホール	ホールに凧を吊り下げて展示します。このほかにも、神棚に飾るミキノクチャ、破魔弓、羽子板などの縁起物を展示します。	対：どなたでも 受：申込不要・直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
企画展 「むかしの暮らし」	1/4(水)～ 1/22(日) 9:00～17:00	郷土博物館 学習室	昭和時代に使われていたくらしの道具を展示します。現在の私たちの生活になる前は、どのように生活していたのでしょうか。いまとむかしの暮らしの違いを見てみましょう。	対：どなたでも 受：申込不要・直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
体験学習会 「まゆ玉かざりをつくろう！」	1/8(日) 13:00～15:00	郷土博物館 オリエンテーションホール 旧下田家住宅	養蚕が盛 ^{まゆ} んだった頃の羽村で、繭の豊作を願って小正月に飾られた「まゆ玉かざり」を製作します。	対：どなたでも 受：1/8(日)まで 定：15人(先着順) 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
季節かざり 「まゆ玉かざり」	1/9(月・祝) ～1/15(日) 9:00～17:00 ※旧下田家住宅は 16:00まで	郷土博物館 オリエンテーションホール 旧下田家住宅	「まゆ玉かざりをつくろう！」で製作した飾りを、ホールや旧下田家住宅で展示します。	対：どなたでも 受：申込不要・直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
第37回 女と男、ともに織りなすフォーラム in はむら「多様な性について考える～誰もがいきいきと輝ける社会を目指して～」	1/14(土) 10:30～12:00	プリモホール ゆとろぎ レセプションホール	多様な性について学び、講師の体験談から「性指向」や「性自認」に関する理解を深めましょう。 講師：菊池 真琴さん (プロボクサー)	対：どなたでも 受：受付中 定：80人(抽選) 費：無料 担：総務課 (内線333・347)
杏林大学公開講演会 「呼吸と運動—コロナ禍の健康を考える—」	1/29(日) 13:30～15:30	プリモホール ゆとろぎ レセプションホール	息苦しさやストレスを感じるコロナ生活で、呼吸が健康に与える影響と、ポストコロナの健康法についてお話しします。簡単なストレッチもレクチャーします！ 講師：木村 雅彦さん (杏林大学保健学部理学療法学科 准教授)	対：どなたでも 受：受付中 定：60人(先着順) 費：無料 担：生涯学習推進課 (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】

※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。

2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
ゆとりぎ SDGs 講座 「生活の中のごみを考える～海に漂うプラスチックごみ～」	2/4(土) 13:30～15:30	プリモホール ゆとりぎ 講座室 1	2050年には、廃棄されたプラスチックごみの量が海の魚の量を超えてしまうといわれています。世界中の実例や身近な所での問題を提起し、先進的な取り組みや家庭でできる対策をご紹介します。 講師：鈴木 孝弘さん (東洋大学大学院経済学研究科 客員教授)	対：どなたでも 受：受付中 定：50人(先着順) 費：無料 担：生涯学習推進課 (570-0707)
体力チェックと運動講座	2/4(土) 午前 10:00～12:00 午後 13:30～15:30 ※どちらかお選びください	S&D スポーツアリーナ羽村(スポーツセンター)	体力測定を行い、結果の解説と今後の運動について説明します。 内容：体力測定、運動講座 講師：石井 博之さん、相原 圭太さん、楠田 美奈さん(杏林大学保健学部)	対：市内 20～79歳 受：1/16(月)～2/1(水) 定：各コース 10人(先着順) 費：無料 担：健康課(内線 624)
企画展 「ひな人形展」	2/4(土)～ 3/5(日) 9:00～17:00 ※旧下田家住宅は 16:00まで	郷土博物館 企画展コーナー オリエンテーションホール 学習室 旧下田家住宅	桃の節供にあわせて、内裏 ^{だいり} びなや段かざりを中心としたひな人形を展示します。同時に、羽村の年中行事としてのひな祭りを紹介します。	対：どなたでも 受：申込不要・直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
カラダ塾 「こっそり減塩！お魚大満足レシピ～高血圧予防～」	2/15(水) 10:00～12:30	保健センター	高血圧予防のポイントと、おいしい減塩調理のコツを学びます。 内容：健康講座、調理実習 講師：管理栄養士、保健師	対：市内 受：1/16(月)～ 定：12人(先着順) 費：300円(調理実習代) 担：健康課(内線 625)
ゆとりぎ市民講座 「落語から学ぶ江戸・東京～上水道と江戸の暮らし～」	2/18(土) 13:30～15:30	プリモホール ゆとりぎ レセプションホール	多摩地域にゆかりのある落語家が講演！落語「水屋の富」をはさみながら、江戸の水事情や玉川上水を含めた上水道の歴史を紹介します。 講師：立川 寸志さん (落語家/東京都立大学講師)	対：どなたでも 受：受付中 定：48人(先着順) 費：500円 担：生涯学習推進課 (570-0707)
ゆとりぎ国際理解講座 「エリザベス女王とイギリスの文化・歴史」	2/19(日) 13:30～15:30	プリモホール ゆとりぎ 講座室 1	在位 70 周年 (プラチナ・ジュビリー)の節目の年に逝去したエリザベス女王の生涯を通して、イギリスの文化と歴史を学びます。 講師：齊藤 貴子さん (早稲田大学 講師)	対：どなたでも 受：市内 1/4(水)～ 市外 1/11(水)～ 定：48人(先着順) 費：無料 担：生涯学習推進課 (570-0707)
ゆとりぎ市民講座 「戦後世界の出发点『国際連合憲章』と『世界人権宣言』を学ぶ」	2/25(土) 13:30～15:30	プリモホール ゆとりぎ 講座室 1	『国際連合憲章』と『世界人権宣言』が採択された歴史的背景を学び、当時の歴史からつくられた重要な条文について解説します。 講師：尾崎 久仁子さん (中央大学法学部 特任教授)	対：どなたでも 受：受付中 定：30人(先着順) 費：無料 担：生涯学習推進課 (570-0707)

国立音楽大学連携講座 「親子でワクワク！リ トミック～リズムにの ろう、リズムで遊ぼ う！～」	2/26(日) ①10:00～10:45 ②11:00～11:50	プリモホール ゆとろぎ 音楽練習室 2	国立音楽大学の講師によ る、親子で楽しめるリトミ ックです。歌や音楽を通じ て、子育てに大切なスキン シップをお伝えします。 講師：伊藤 仁美さん (国立音楽大学音楽文化 教育学科幼児音楽教育専 攻 准教授)	対：①令和元年度～令和2年 度生まれの子どもとその 保護者(1名) ②平成29年度～平成 30年度生まれの子ども とその保護者(1名) 受：市内 1/15(日)～ 市外 1/22(日)～ 2/19(日)まで 定：各回 12組(先着順) 費：1組 500円 担：生涯学習推進課 (570-0707)
---	---	---------------------------	--	--

3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
東京の空襲資料展	3/1(水)～ 3/13(月)	羽村市役所 1階ホール	3月10日の「東京都平和 の日」にあわせ、郷土博物 館で収蔵している戦争・平 和関連資料などを展示し ます。平和について一緒に 考えましょう。	対：どなたでも 受：申込不要・直接会場へ 費：無料 担：総務課(内線 347)
羽村市市民向け ゲートキーパー養成 講座	3/10(金) 14:00～16:00	プリモホール ゆとろぎ 小ホール	ゲートキーパーとはいの ちの門番とも訳され、悩ん でいる人に気づき声を掛 け、見守る人のことです。 講師：加藤 雅江さん (杏林大学保健学部健康 福祉学科 教授)	対：どなたでも 受：市内 2/21(火)～ 市外 3/1(水)～ 定：200人(先着順) 担：健康課(内線 625)

ミニコラム なるほど羽村

皆さんは、「やさしい日本語」を知っていますか？



「やさしい日本語」とは、外国人にもわかりやすいように配慮して、簡単にした日本語のことです。

詳しくはこちら

↓ コラム
(市公式サイト)



↓ 啓発動画
(YouTube)



< 「やさしい日本語」の言い換え例 >

「明日の朝 9時から、公園の清掃を行いますので、お越してください。」

→ 「明日、公園の掃除をします。朝 9時に、公園に来てください。」

< なぜ、「やさしい日本語」を使う必要があるの？ >

日本語は、敬語(尊敬語や謙譲語)など、元の言葉の形が変化したり、他の言葉と組み合わせ使用したりするため、日本語を母語としない外国人や子ども、高齢者や障害のある方などは、理解が難しくなります。そこで、日本語をよりわかりやすい言葉に言い換えるなどの配慮が必要です。

< 「やさしい日本語」のポイント >

- 短く区切って、ゆっくり、はっきり話す
- あいまいな表現は避け、はっきり伝える
- 説明は簡潔に、難しい言葉は避ける
- 「～です」「～ます」で伝える

など

「やさしい日本語」に正解はありません。
時と場合、相手による使い分けや、**何が「やさしい」のかを考えることが大切です。**