



6月より

## 公民館貸館再開しています！

新型コロナウイルスの影響により、4月6日（月）から5月31日（日）まで貸館を休館していましたが、6月から再開しました。合唱や吹奏楽、詩吟、身体接触を伴うダンス等のサークルについては、貸館再開後も活動を自粛いただいていたのですが、6月20日より、各サークルごとにガイドラインを提出いただくことで貸館を再開しました。

中央公民館においてもガイドラインを作成し、利用者の皆様にも検温、ソーシャルディスタンスの確保、マスクやフェイスシールドの着用など、感染防止にご協力いただいているところです。また、各部屋の定員も減少を余儀なくされているところですが、コロナ感染拡大防止に引き続きご理解ご協力をお願いします。



## 弾力的実施事業を始めます！

8月より

コロナ禍における新しい生活様式として、弾力的に下記の事業を行います。市民ホール（利用日の3か月前～14日前）の予約期限を過ぎて利用の無い日が対象です。

※各事業の詳細については、窓口や市ホームページをご確認ください。

### 事業① 市民ホール リハーサルのみ使用(本番無)

本番（発表）を行わずリハーサルのみ実施する場合、下記の金額でホールを貸出します。

- ・使用料…午前（9時～正午）：2,706円  
午後（13時～17時）：3,564円  
夜間（17時半～21時半）：4,290円

※冷暖房や備品等を使用する場合や、使用者が市外居住者の場合は、別途加算があります。

- ・申込…希望日の13日前～前日までに基本使用料を持参して窓口受付



### 事業② 市民ホール 音楽室個人開放

個人練習を対象に、楽器、歌唱、詩吟の練習など、音を出せる場として提供します。

- ・使用料…1時間あたり1,000円（市内に在住・在勤・在学でない方は1,200円）
- ・申込…希望日の10日前から電話受付



# 幅広いジャンルで市民企画講座を実施します！



4月1日～6月7日まで募集したところ、今年度は38企画、119回もの募集があり審査の結果、応募のあった全ての企画を実施する予定です。

講座内容は、長岡京市第4次総合計画から中央公民館が抽出する6テーマの中から選択し、そのテーマに沿った講座としていきます。

6つのテーマ：①こども ②くらし ③かがやき ④まち ⑤みどり ⑥けいえい

【令和2年度 実施予定企画】

企画テーマ	応募者	企画名	No.	企画テーマ	応募者	企画名	No.
①	山本 弥生 さん	ちょっと気になる我が子の育ちを支えるために	2	②	京都でスクエアステップを広める会 中川 久徳 さん	やってみよう、認知症予防と転倒予防によく効くスクエアステップ！	32
①	澤田 和子 さん	「笑って子育て」	7	②	福羅 敦子 さん	3B体操ですっきり！体と気持ちをやさしく楽しくほぐしましょう	34
①	OTOKUNIREZAMI ママキッズ大学【外村 さん】	アスリートフードを学ぼう	14	②	Ai can color(あいきゃんからー) 杉原 康子 さん	似合う色を知ればカンタンにこれからもステキに輝けるわたし	35
①	OTOKUNIREZAMI ママキッズ大学【小野 さん】	アンガーマネジメントキッズ講座	15	②	田中 研三 さん	人間関係を変化させるコミュニケーション術	37
①	OTOKUNIREZAMI ママキッズ大学【弓倉 さん】	いつもの食卓に薬膳を	16	②	小西 智子 さん	脳が喜ぶ、心が笑う！アートの認知症の予防をしよう	38
①	西山こどもWSグループ	緘黙のお子さんへの支援講座Ⅱ	22	③	野老 暁美 さん	シニアのための簡単ジャズ体操	5
①	(公社)日本3B体操協会 円城寺 久美子 さん	脳をきたえる「スキンシップ遊び」	28	③	田野 淑子 さん	私自身が幸せの発信元	6
①	辰巳 史子 さん	だっこでハッピー☆ベビードダンス	29	③	吉田 篤司 さん	わくわくバルーンアート	8
②	アロマとハーブのお店 (Happiness)北村 貴子 さん	アロマを通じて心も身体も元気に!!	4	③	日本語クラス長岡京	にほんGOちよっと！～長岡京・市民と在住外国人の交流広場、気楽におしゃべりしてなかよくなろう～	11
②	童謡コーラス「四つ葉会」	高齢者のためのボイストレーニング講座	10	③	OTOKUNIREZAMI ママキッズ大学【岡田 さん】	雑穀×ビーガン×おいしい！日本生まれの未来食で体を守る	18
②	森田 佐代子 さん	笑って楽しく健康体操	12	③	長岡京吟詠会	一緒に詩吟を詠いませんか	20
②	乙訓障害者事業協会 就労準備支援事業所 乙訓もも	①ざくざく編んでかわいいバスケットを作しましょう ②③ざくざく編んで素敵な布ぞうりを作しましょう	13	③	宮澤 由佳 さん	ファブリックリース	27
②	OTOKUNIREZAMI ママキッズ大学【田村 さん】	お片づけが苦手な方のための「がんばらないお片づけ」	17	③	やまだ なつこ さん	ライブチャートでつくる「わたしらしい未来」	30
②	清水 陽子 さん	幸せを引き寄せるアロマライフ～香りある暮らし～	21	④	チーム防災長岡京 中川 久徳 さん	身近な防災2020～自分の命、家族の命は自分で守らないと！～	33
②	アロマセラピーここち癒山田 正子 さん	アロマ、ハーブ、お花を使って楽しく美しく健康に！	23	⑤	(一社)京都竹カフェ 篠崎 真 さん	竹の魅力をもう一度見直そう	9
②	千葉 善清 さん	足裏ほぐしと整体で健康を！	24	⑤	乙訓の自然を守る会	親子で里山を楽しもう！	19
②	え～本 絵の本ひろば ここやねん 小矢野 由美 さん	楽しもう!! 絵の本ひろば	25	⑤	長岡京市環境の都づくり会議	竹林で百人一首を楽しもう！	36
②	日本気功体操協会・山内式気功体操	自分の力で「免疫力をつけよう!!!」呼吸法を使って全身をほぐす	26	⑥	西村 日出男 さん	長岡京市民大学	1
②	やまだ なつこ さん	ヨガで心も身体もHappyに♪	31	⑥	乙訓地名詩編纂「チーム乙訓」【鶴野高資 さん】	乙訓地域の歴史や文化を連続講座で観賞しよう	3

受講申込等については、市の広報紙・HP・チラシにて順次お知らせします。ご参加をお待ちしております♪

## 講座 あんない

8月から10月まで開催予定の講座です。事前申込制（先着順）となります。お気軽にご参加ください。

なお、受講申込等については、改めて、市の広報紙・HP・チラシにて順次お知らせします。ご参加をお待ちしております♪

※実施日については、変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

	講座名	実施日	対象 (定員数)
①	長岡京市民大学	9/24、10/22、11/26（木） ※3回連続講座	市内在住・在勤のおおむね50歳以上の方 (各回18名)
③	乙訓の歴史や文化を連続講座で観賞しよう	9/13（日）、10/4（日）	市内在住・在勤の方 (各回18名)
④	アロマを通じて心も身体も元気に!!	9/17（木）	市内在住・在勤の方 (15名)
⑤	シニアのための簡単ジャズ体操	8/4（火）	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の方 (20名)
⑥	私自身が幸せの発信元	10/7、21（水）	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の方 (9名)
⑦	「笑って子育て」	9/11（金）、15（火）、30（水） 10/9、14（水）	市内在住・在勤の0～4歳の親子 (各回10組)
⑧	わくわくバルーンアート	8/22、9/26、10/24（土）	市内在住・在勤の方 (各回10名)
⑨	竹の魅力をもう一度見直そう	10/25（日）	市内在住・在勤の方 (18名)
⑪	日本語ちょっと!—長岡京・市民と在住外国人の交流広場、気軽におしゃべりしてなかよくなるうー	10/4（日）	市内在住・在勤の日本人と外国人 (20名)
⑫	笑って楽しく健康体操	9/2、16、10/7、21、11/18（水） ※5回連続講座	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の方 (15名)
⑬	ざくざく編んでかわいいバスケットを作りましょう	8/28（金）、9/25（金）	市内在住・在勤の10代～80代の方 (各回10名)
⑭	アスリートフードを学ぼう	8/1（土）、7（金）	市内在住の小学生～高校生の親子 (各回6組)
⑮	アンガーマネジメント キッズ講座	10/31（土）	市内在住・在勤の年長～小学校中学年の親子 (11組)
⑯	いつもの食卓に薬膳を	8/9（日）	市内在住・在勤の方【親子での参加も】 (20名)
⑰	お片づけが苦手な方のための「がんばらないお片づけ」	9/25（金）	市内在住・在勤の方 (15名)
⑱	親子で里山を楽しもう!	9/27、10/25（日）	市内在住・在勤の親子 (各回15名)
⑳	一緒に詩吟を詠いませんか	9/10（木）	市内在住・在勤の方 (15名)
㉑	幸せを引き寄せるアロマライフ～香りある暮らし～	10/10（土）	市内在住・在勤のおおむね30代～70代の方 (6名)
㉒	足裏ほぐしと整体で健康を!	10/20（火）	市内在住・在勤の20歳～75歳の方 (20名)
㉓	楽しもう!!絵の本ひろば	10/18（日）	市内在住・在勤の方 (15名)
㉔	ライフチャートでつくる“わたらしい未来”	9/8（火）、10/8（木）	市内在住・在勤の16歳以上の方 (各回20名)
㉕	人間関係を変化させるコミュニケーション術	8/19、9/2、16、30、10/14（水） ※5回連続講座	市内在住・在勤の18歳以上の方 (10名)
㉖	脳が喜ぶ、心が笑う! アートで認知症の予防をしよう	10/31（土）	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の方 (10名)

# 講座・イベント ほうこく



## 少年少女発明クラブ開講式

長岡京市内の小学 4～6 年生を対象にした少年少女発明クラブの開講式が 6 月 6 日(土)に中央公民館で開催されました。

コロナウイルスの影響で約 1 か月遅れとなりましたが、無事スタートを切ることができました！



## みんなで歌おう！童謡・愛唱歌

4 月～6 月は、中止していましたが、7 月から再開し、今年度初回を 7 月 8 日(水)に実施しました。

3 つの班に分け、参加者全員にクリアファイルを配布し、クリアファイルを口元に持ってきていただくことで飛沫防止に努めています。



## 幼児家庭教育学級びよびよクラブ

6 月 25 日(木)に今年度初回の「びよびよクラブ」が開催されました。

ひと足お先に「七夕」の笹作り体験をしました！

子ども達も大喜びでした。



次号は秋～冬号

かして暮らしっく  
長岡京

【発行・問い合わせ】

長岡京市立中央公民館

〒617-0824 長岡京市天神 4 丁目 1-1

☎075-951-1278 ファックス 075-955-4774

[e-mail]

kouminkan@city.nagaokakyo.lg.jp