

本宿コミュニティだより

令和元年10月25日

第95号

本宿コミュニティ協議会

吉祥寺東町 3-25-2

電話 (22) 0763

開館時間 09:00~20:50 毎木曜日休館 ホームページ <http://www.honjuk-c.sakura.ne.jp/>

第27回 本宿コミセン祭り

11月9日(土)午後1時～午後5時
(講演会・本宿小吹奏楽団・無料あんま)

11月10日(日)午前10時～午後4時

コミセンまつりの季節がやってきました!
今年も土曜日午後、日曜日に開催です。

地域みなさんと子どもたちの作品展示・喫茶は、9日・10日とも。

土曜日は、講演会「俳句いろいろ」、本宿小吹奏楽団演奏、無料あんま

日曜日は、オンステージ、歌と踊りの広場、折り紙・絵手紙・カードのワークショップ、五行歌の教室、バルーンアート、AED体験に加えて、

筋力テスト&健康あるあるクイズなど、催しが盛りだくさん!

皆さまのご来館をお待ちしています。



講演会「俳句いろいろ」

講師 俳人 池田澄子氏

9 日午後 1 時半～午後 3 時



無料あんま

9 日午後 1 時～午後 4 時

本宿小吹奏楽団

9 日午後 4 時～

オンステージ

10 日午後 0 時半～午後 4 時

コーラス、和太鼓、太極拳

子どもバレエほか

歌と踊りの広場

10 日午後 1 時～午後 3 時半

カラオケ、新舞踊

作品展示

三中生徒作品 本宿小児童作品

本宿こどもクラブ

地域団体 利用団体

喫茶 コーヒー、紅茶

(10 日)

五行歌を作ってみよう

折り紙ワークショップ

ミニポリ袋・寿鶴・サンタ・ツリー

絵手紙・カード ワークショップ

エンドレス・カード

子どもめり絵コーナー

バルーンアート

コミセンクイズラリー

せとものリサイクル

食事・おやつ(10 日)

キーマカレー、サンドウィッチ

いなりおこわ、お団子



被災地支援コーナー(10 日)

災害被災地の名産品販売

「動いて☆答えて

☆考えよう!

健康づくり in 本宿」

筋力テスト&健康あるあるクイズ

AED体験

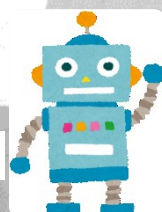
10 日午前 10 時～正午



おもちゃの病院

10 日午後 2 時半まで

壊れたおもちゃの修理



ご案内

本宿子ども劇場

12月1日(日)午前11時～正午

入場無料

対象：幼児・小学生低学年

人形劇団 オフィス やまいも

人形劇「そうのはなは

なぜながい」

「だんまりくらべ」

を上演します。

皆様のご来場を

お待ちしております。



背骨コンディショニング教室

第1・3土曜日、第2・4月曜日

午前10時～午前11時30分

昨年秋から継続して参加されている熱心な方や、参加して間もない方から大変ご好評いただいている教室です。

背骨を中心として歪みをゆるめ、矯正し、さらに筋力アップの体操を各人の体調に合わせた強度で行っています。

皆さん、無理なく楽しく取り組まれています。詳細は、市報・ポスターを
ごらんください。



ご報告

本宿子ども劇場

7月7日(日)午前11時～正午

参加者 (136名) 人形劇団 オフィスやまいもによる「おむすびころりん」・

「くいしんぼうのミーちゃん」を上演しました。雨模様の中、大勢の人が見に来て下さり、子供たちもお兄さんと一緒に手遊びをしたり、可愛いおじいさん・ねずみさんたちが出てきたら大笑い、楽しい時間を過ごしました。

利用者懇談会・避難訓練

6月23日(日)

午前10時～午前11時45分 35名

毎年恒例のコミセン祭り等コミセンの事業についての説明の他、備品購入の報告、改修工事、等コミセンからのお知らせやお願いを報告しました。今年は、地震を想定した避難訓練を避難完了報告まで実践。いつも使っている部屋での対応など皆さんで話し合い、昨年の火災の想定とは少し違った避難方法に、沢山の疑問・ご意見・感想などをいただきました。今後の訓練に活かして参ります。



市議会議員との懇談会

8月25日(日)午後2時～午後4時30分(吉祥寺東コミセンとの共同事業)

「吉祥寺東地区の課題」、「武蔵野市政の課題、第6期長期計画」について、参加人数55名(議員14名)が、3テーブルにわかれて意見交換を行いました。外環道路、女子大通り、南病院について多様な意見が交わされました。また、市政では広報面で不備を感じるとの意見も多く見られました。

地域フォーラム (吉東コミセン共催)

6月30日(日)午前10時～

「特殊詐欺講演」武蔵野警察生活安全課オレオレ詐欺に対するの注意点についての有意義な話がありました。一番有効な防御手段は電話を留守電にしておくことだそうです。特に東町管内は、被害額が多いとのこと。最後に受話器に付ける録音機器が、希望者に配られました。

利用団体のご紹介

団体名 TaiChi 武蔵野

活動内容：太極拳の習得と練習

活動日：第三土曜日の夜（他の毎土曜日は東コミセンで）

入会資格：特になし

入会時期：毎年 10 月と 4 月の第一土曜日

会費：入会后、半年間は無料

連絡先：中嶋愛子 090-3223-8247

メリット：体力や運動神経の有無とは関係なく、全ての人が「自分の出来る範囲」で行える。

会員が感じている効果例：ストレス軽減、血流促進、姿勢・バランスの改善、整腸



団体名 ユミーズコール

幼稚園のママさんコーラスか

ら活動を始めて今年で 19 年を迎えます。

月 2 回、土曜日の午前中に讃美歌からミュージカルナンバーまで様々なジャンルの歌を練習しています。特に、初代の指導者の中邑由美先生の「動物シリーズ」「虫シリーズ」は大切に歌い継いでいきたいと思っています。今回歌う「いたち」は、日が傾いてもおしゃべりが止まらないイタチの奥さんたちを描いた面白い歌です。



団体名 吉祥寺東おもちゃ病院

動かなくなったり、故障しておもちゃ箱に眠っているおもちゃを甦らせましょう。

コミセン祭りにも参加します。おもちゃドクターが無料で修理します（一部実費負担有り）

隔月になりました。

今回は 11/8・1/10・3/13 です

おもちゃ病院のホームページ

<https://kichi-omocha-dr.jimdofree.com/>

連絡先 090-3692-5278 渡部（わたべ）

お知らせ

屋上工事のため、11 月中旬から令和 2 年 2 月までホール両脇駐輪場は、この期間、グループ利用の駐輪はできません。

ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願いいたします。

ロビーの冷水器が新しくなりました

5月27日ロビーに設置している冷水器を新調しました。暑い季節には多くの方にご利用いただいています。これからみなさんが気持ちよく使えるように、清潔にご利用・ご協力をお願いいたします。

ガーデニングに興味のある方

コミセン・エントランスの花壇で花々を育てて素敵にして頂けませんか？
ご協力していただける方を大募集中です！！

