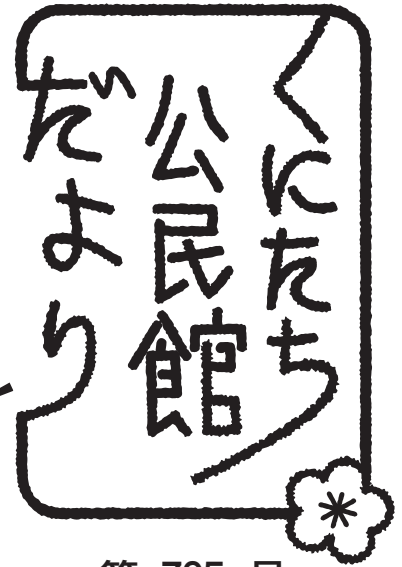


〈特集：公民館と若者〉

ここで色々な人に出会って、ちょっと世界が広がった。

コーヒーハウスへようこそ！

喫茶わいがや + しょうがいしゃ青年教室 = コーヒーハウス



第 795 号

2026年 5月 5日

(令和 8年)



公民館ホームページ▶

発行

国立市公民館

〒186-0004

国立市中1-15-1

TEL 042-572-5141

FAX 042-573-0480

休館日：毎週月曜日



↑喫茶わいがやと青年室（公民館1階市民交流ロビー横）
イラスト by かたりな（青年室スタッフ）



合宿で栃木にいきました

公民館に足を踏み入れると、ふとコーヒーの香りが鼻をかすめることがあります。市民交流ロビーの横にある喫茶わいがや、その奥にある青年室。初めて来たのに、どこか懐かしい——そんなレトロな空間に、若者たちの「わいわいがやがや」が溢れています。45年ほど前、しょうがいのある・なしをこえて若者たちが出会い、一緒に学び合い、楽しむ場として、コーヒーハウスは生まれました。今までの生活のなかでは、知らなかった人、経験しなかったこと。ここでは、そんな出会いがたくさんあります。

コーヒーハウスの活動は、大きくわけて2つ、市民団体が運営する「喫茶わいがや」と公民館の事業「しょうがいしゃ青年教室」。しょうがいのあるメンバーとボランティアのスタッフが「スポーツ」



クリスマスの飾りをつくりました



やりたいことを話し合う様子

や「クラフト」、みんなで企画し実行する「Y・Y・W」などのコースに分かれて活動しています。全体で行う、夏企画（BBQなど）やクリスマス会、合宿といった年間行事もあります。

今回の特集では、スタッフ3名にコーヒーハウスへの思いを綴ってもらいました。大学の社会教育実習として公民館に関わるようになった人、育休中に喫茶わいがやに興味をもった人……。コーヒーハウスの魅力の一端を感じ、そして、仲間になっていただければと思います。

いつまでも味わい深く

尾崎裕菜



水族館で探検気分(合宿)

私がコーヒーハウスを知り、参加し始めた理由は、大学の社会教育実習だった。実習が終わったら、言ってしまうは「用は済んだ、これにて御免」という選択もできたはずだが、なぜか居座り続けている。この理由を言語化するのには、結構難しい。誰かに会いたいから、活動内容が面白そうだから……、バツと浮かぶのはそんな答えばかり。でも、それだけならコーヒーハウスという場にこだわる必要もない気がする。

まず、前提として、「実習」と銘打つ人間が参加したり、公民館という社会教育の場で運営される以上、当然「何かを学ぶ事」がコーヒーハウスの活動目的にはある。しかし、実習中、そして今も、毎回の講座に「よし、学ぶぞ」と思っただけでいるかと言われれば、正直「楽しもう」が先行している。しかし、そうした「楽しもう」でも、自分一人だけを対象にせず、「みんなで楽しもう」という試みだから、意味がある。

他の人が何を面白いと思っただけで、何に興味があつて、という事に関心をもち、観察したり、知ろうと会話を重ねたりしていく中で、「誰かの楽しみを阻む障害を取り除きたい」と考え、尊重や配慮のバランスを学んでいるのだと思う。こうした事を「個人の親切」に帰結せずに、一緒に考えてくれる。「社会」は単なる人の集まりで、自分もその一員だ。この小さな社会で学んだ事が、もっと大きな社会でも通じるように。そう考えさせられる出会いや学びが、ここにはある。

時を経る中で、自分の変化や味わい深さに気付いていくなんて、本当にコーヒーみたいだ。この面白さ、ぜひ一緒に味わってほしい。

育休中に見つけた

新たな居場所

笠原翔子



昨年12月より0歳の娘をおんぶして喫茶わいがやで働いています。きっかけは谷保駅近くで見かけたポスター、何か新しいことをはじめたいと思っていたタイミングでした。とは言っても育休中の身体も衰えており生後6か月の子どもを抱えてできることは限られています。普通のカフェならお断りされるけど公民館のわいがやなら受け入れてくれるかもしれない……そう思い問い合わせしてみたことが、わいがやスタッフとしての第一歩となりました。

実際に働いてみるとベビーカーに座らせておく予定の娘が泣いてしまし、結局常に背負っていないければならなかったり、なれない授乳や離乳食のタイミングとシフトの調整がうまくできず、やけに泣いているなと思ったらミルクをあげ忘れていたり大変なことの連続でした。でもしばらく働くということから離れていたこともありトラブルも含めて全てが刺激的でとてもたのしいです。

わいがやではメニューの作り方はもちろん、仕入れ先もできる限り国立市内からとこだわりを大切にしています。家では適当にしてしまう作業のひとつひとつに手をかけ、且つ提供はスピーディーとなかなかの難題。おろおろする私に先輩のみなさまが丁寧に教えてくださり少しずつ覚えていくことができました。学生さんなど普段の生活ではふれ合う機会の少ない



コーヒーについて勉強中



お店に立つ笠原さん

方から仕事を教わることもできるのも魅力のひとつです。

今後はわいがやの存在をもっと知っていただけるような活動もしていきたいと考えています。ハンドドリップで淹れた珈琲や骨付き肉がごろりと入ったチキンカレーなど本当にお薦めしたいものばかりです。小さなお子様連れにも調乳用のお湯のご提供や離乳食の温めができることを知ってほしい。今の私だから見えている観点で、お店や訪れる人の居心地をよくしていけたらと思っています。



店内には懐かしいBGM





バンド演奏で大盛り上がり

私は、コーヒーハウスで出会った仲間たちとバンドを組んで、好きな曲を歌ったり、弾いたり、とわいわいがやがや遊んでいます。みんな全力で大はしゃぎしています。去年の夏フェスの演奏では、会場の全員が大合唱し、大変充実した時間を過ごさせていただきました。しかし、バンドを始めたときのときは不安でした。今まで人前で演奏したことや誰かと演奏したこともない私に、ライブなんてものができるのでしょうか。ましてや、ほとんど話したことない人にも向けて。しかし、演奏を始めるとすぐにメンバーの方々やスタ

不安の中で見た光景、
そしてフレディへ
いちさあると
一木亜瑠都



フレディになりきる一木さん

ッフの皆さんと一緒に笑い、歌い踊る姿が見え、楽しんでるのがひしひしと伝わってきました。あの活気に満ちた会場の光景は今でも忘れません。
そして、クリスマス会の日、私はフレディ・マッキーリーになったのです。フレディは私にとって憧れです。悲しい時や辛い時、彼の歌声はいつも私に勇気と希望を与えてくれました。私の青春はフレディでした。彼から受け継いだ思いをコーヒーハウスの皆さんにも、と考えた私は、フレディになったのです。会場全体に響く足踏みは、コーヒーハウスの一体感となって我々の心に深く刻まれました。ステージ後、たくさんの嬉しいお言葉をいただき、この崇高な使命は、皆さんに伝えられたと確信しています。

コーヒーハウスの一員になつてみませんか？
コーヒーハウスでは、しょうがいのある・なしに関わらず、一緒に楽しみ学び合える仲間を募集しています。(体験参加可。)
主な活動は「しょうがいのいしや青年教室」での企画・運営と、「喫茶わいがや」での、しょうがいのある方々ともに行う喫茶活動です。ボランティアの経験がなくても、月1回からの参加でも大丈夫！ 公民館で、あなたの世界を広げてみませんか？ ぜひお気軽にお問い合わせください。
ところ 公民館内 喫茶わいがや、青年室ほか
対象 高校生〜30代くらいまで
問合せ 電話または申込フォームより



ここにきていなかったら、こんな経験は絶対にできませんでした。ここでの経験は確実に今の自分をつくっています。
最後に、私にとってコーヒーハウスは、やりたいことを誰かときる場所です。その中で新しい自分を見つけることができます。今年度から地元に戻って就職ですが、壁にぶつかった時、またここに来たいと思っています。

新任のごあいさつ



公民館長 井口 啓太郎

4年間、公民館長を務められた清水周館長が転任され、4月より公民館長に就任しました。
私自身は、公民館に2009年に異動して以来、4年間の出向期間を除き、計13年間にわたり公民館で仕事をしてきました。
これまで担当してきた事業のひとつは、今回の「公民館だより」で紹介している「しょうがいのいしや青年教室」です。学校卒業後、仲間と活動する機会が十分になかったしょうがいのある若者と、しょうがいのない若者が共に学ぶなかで、互いの違いをこえて共に生きる基盤をつくっていく学習活動です。こうした市民の学びに職員として関わることは、私自身の人間としての成長にもつながる、かけがえない経験でした。
こうした仕事の喜びや難しさを経験してきた公民館で、館長という重責を担うことになり、身が引き締まる思いです。
くにたち公民館は、2025年11月に、設立70周年を迎えました。昨年度は、私も担当職員として市民とともに様々な70周年記念事業の取り組みを企画・実施するなかで、公民館の歴史の重みを感じる機会になりました。ふり返れば、1950年代に教育のまちにしようと展開された文教地区指定運動を経て、公民館の必要性が市民から提起され、1955年にくにたち公民館は開設されました。その後、市民の連綿と続く学習活動や市民参画によって、公民館は育まれ、親しまれてきました。
このように公民館は、市民の自由な学習や集会等を保障するなかで、一人ひとりが思いを実現し、共に学び、つくり続けていく場です。こうした公民館の歴史や魅力を、職員一同、市民とともに発展させていきたいと思っております。改めてどうぞよろしくお願いたします。

〈親子で遊ぼう・考えよう〉

新聞紙ジャングル

部屋いっぱいの新聞紙で遊ぼう

講師 山田 修平

(NPO 法人東京学芸大こども未来研究所)

新聞紙を自由に破いてテープでベタッ。ホチキスも使って部屋中を新聞紙でつなぎ、新聞紙のジャングルを作ります。空間を新聞紙だらけにする親子で大人数で楽しめる遊びです。

とき 5月31日(日) 第1回:朝10時~11時
第2回:昼11時15分~12時15分

ところ 公民館 地下ホール

持ち物 お手拭き、飲み物、汚れてもいい服装

対象・定員 子ども(3歳から小学生低学年まで)と保護者
12組(家族単位です)

※初めての方優先。

応募者多数の場合抽選。

申込先 5月12日(火)夜9時までの間に、
申込フォームよりお申し込みください。



☆今年度も、親子で楽しめる講座を数回開催予定です！開催月または前月の公民館だより及びホームページにてお知らせいたします。ぜひお申し込みください！

〈図書室のつどい〉

どうすれば幸せに生きることができるのか —ウェルビーイング学入門—

お話し 前野 隆司(武蔵野大学ウェルビーイング学部長、
慶応義塾大学名誉教授)

人はどうすればもっと幸せに生きることができるのか。こうした「幸せ」に関するテーマは、長く哲学研究などによって深められてきました。しかし、近年ではより客観的な視点から、人々が「幸せ」を感じるメカニズムを科学的に追究しようとする総合的な学問研究が進展しています。

今回お招きする前野さんは、「ウェルビーイング」を科学的に研究する学問の普及や体系化に尽力され、武蔵野大学にて世界で初めて設立されたウェルビーイング学部の学部長を務められています。今日さまざまな場面で使われるようになった「ウェルビーイング」とはなにか、その可能性などについて、お話を伺います。

〈前野さんの本〉『幸せのメカニズム』(講談社)、『ウェルビーイング学入門』(武蔵野大学出版会)など多数

とき 6月3日(水)夜7時~9時

ところ 公民館3階 講座室

定員 35名(申込先着順)

申込先 5月13日(水)朝9時~
電話または申込フォームより



〈くにたちブッククラブ〉
—なぜ、その道を選んだのか—

芥川龍之介『藪の中』

※文庫の書名は『地獄変・偷盗』(新潮文庫)

講師 山岸 郁子(日本大学・日本近代文学)

5月から、8回にわたり様々な日本の文学作品を味わう「くにたちブッククラブ」が始まります。

講座では、参加者の感想を全体で共有し、講師から作品の解説をしていただきます。今回は、日本を代表する文豪、芥川龍之介の名作を取り上げます。皆様はどうお読みになるでしょうか。

年間通しての参加はもちろん、今回だけの参加も大歓迎です。本好きの方、この春から文学に触れてみたい方、様々な方のご参加をお待ちしております。

とき 5月14日(木)夜7時半~9時半

ところ 公民館 3階講座室

定員 30名(申込先着順)

※参加者多数の場合、市内在住・在学在勤の方を優先することがあります。

申込先 電話またはホームページより

☆年間のスケジュールなど、詳しくはホームページをご確認ください。



シネボックス 公民館映画会

『晩春』

松竹 1949年 白黒108分 ※DVD版

監督・脚本 小津安二郎 共同脚本 野田高梧

出演 原 節子、笠 智衆、月丘夢路、杉村春子 ほか

終戦後しばらく低迷していた小津安二郎が見事復活を遂げ、その後の『麦秋』『東京物語』『彼岸花』『秋刀魚の味』など珠玉の名作群へとつながる《小津映画》のスタイルを確立した名作。北鎌倉を舞台に、娘の結婚話を巡って浮き彫りになる父と娘のお互いを思いやる深い愛情を、淡々とした日常描写の中に丁寧に描き出していく。小津映画初出演だった原節子はこの作品をきっかけに小津映画を象徴する女優となっていく。父親役の笠智衆の味わい深い演技も忘れがたい。

とき 5月24日(日)昼2時~(開場昼1時半)

ところ 公民館 地下ホール

定員 70名(申込先着順)

申込先 5月12日(火)朝9時~
電話または申込フォームより



※事前申し込み制となります。必ず電話、窓口、申込フォームのいずれかの方法で事前にお申し込みください。

☆今年度も公民館映画会では数々の名作を上映していく予定です。公民館だよりでのご案内をお待ちください！

公民館運営審議会報告3月

3月26日(木) 第35期第17回定例会を開催。委員13名、館長、職員2名出席。傍聴人4名。

館長人事(非公開)

○教育長出席

前回議事録確認

議事録修正あり。

報告事項

○公民館だより編集研究委員会、社会教育委員の会、東京都公民館連絡協議会、社会教育学習会担当委員より報告。

○70周年記念事業の進捗報告。メッセージ班が検討した記念メッセージを3月10日から公民館正面ガラス面に掲示、記念誌発行に向け記念誌班を中心に最終調整。

審議事項

○「国立市公民館の職員体制の拡充と公民館長人事に関する要望書」(令和8年2月20日提出)に対する回答文(令和8年3月6日)について検討

○「国立市生涯学習振興・推進計画」(令和6年度)の公民館担当箇所についての進捗状況を館長より報告、検討。

○「活動記録冊子」の国立市公民館ホームページ公開について説明

○館長諮問「サークル活動をはじめとする公民館利用の拡大に向けた方策について」、開催された分科会(①サークル活動からの検討)

②講座からの検討)の報告。
次回4月14日(火)夜7時15分から講座室。
(木山)

公民館運営審議会報告4月

4月14日(火) 第35期第18回定例会を開催。委員12名、館長、職員2名出席。傍聴人5名。

公民館新任職員挨拶

新館長、異動職員より自己紹介。

前回議事録確認

前回からの期間が短かったため、加除修正は次回。

報告事項

公民館だより編集研究委員会、東京都公民館連絡協議会、職員より70周年記念事業記念誌の発行について報告。

○東京都公民館連絡協議会総会は、4月22日(水)国分寺市立本多公民館にて開催。今年度は会長市を国立市が担当する。

審議事項

○館長諮問「サークル活動をはじめとする公民館利用拡大に向けた方策について」の答申作成に向けた定例会以外に行っている分科会について、サークル活動分科会、講座分科会、国立市公民館・公民館運営審議会の歴史に関する分科会より、資料、口頭により報告、及び質疑応答。

次回5月12日(火)夜7時15分から講座室。傍聴歓迎。(三谷)



公民館8年度予算について

公民館の令和8年度当初予算は、1億5,986万7千円です(内訳は表のとおり)。前年度比76万3千円の減額となります。



減額の主な理由は、昨年度実施した照明LED化やトイレ洋式化等の工事費、70周年事業に係る主催事業費等の減額等によるものです。一方、増額となった内容には、経年によって不具合が生じている冷暖房に係る冷温水発生機の部品交換整備、修繕の経費等があります。引き続き、施設や設備の老朽化に伴う更新・改修等に、計画的に取り組んでいきます。

公民館費の当初予算内訳 単位：千円

科目	7年度予算	8年度予算	比較増減
公民館総務費	128,600	127,353	△1,247
人件費	63,169	64,115	946
報酬等	21,370	22,157	787
維持管理費	44,061	41,081	△2,980
公民館事業費	32,030	32,514	484
主催事業費	10,354	9,427	△927
市民文化祭費	629	615	△14
広報費	10,592	11,564	972
図書室費	3,299	3,499	200
若者支援費	3,010	3,010	0
日本語学習支援費	1,553	1,558	5
しょうがいしゃ支援事業費	2,593	2,841	248

- 一般会計予算413億9,300万円(前年度比15億1,800万円増)
- 教育費総額60億2,122万5千円(前年度比8億6,754万6千円増)
- 公民館費 1億5,986万7千円(前年度比76万3千円減)

一7月分(ロビー8月分) 会場調整会のお知らせ

申込書のポスト投入期間	4月25日(土)~5月28日(木)
予約の重なりがあった団体の掲示開始日(公民館HPにも掲載)	5月30日(土)  重なり状況 
会場調整会	6月6日(土)朝10時~ 会場：地下ホール

※会場調整会は朝10時までに受付を済ませてください。

会場申込の詳細はホームページをご確認いただくか、公民館にお問い合わせください。



▲申込方法詳細

★8月以降の予定

使用月(ロビー)	申込書のポスト投入期間	重なり団体掲示開始日	会場調整会
8月(9月)	6月6日(土)~6月25日(木)	6月27日(土)	7月4日(土)
9月(10月)	7月4日(土)~7月23日(木)	7月25日(土)	8月1日(土)
10月(11月)	8月1日(土)~8月27日(木)	8月29日(土)	9月5日(土)
11月(12月)	9月5日(土)~9月24日(木)	9月26日(土)	10月3日(土)

- ★「申込書」を提出していない団体の予約方法
- ・2階事務室での受付…会場調整会当日の昼2時~
- ・電話での仮予約…会場調整会当日の昼3時~
- ※受付期間：朝9時~夕5時(月曜、祝日、年末年始を除く)



今月の公民館 (5月～6月)

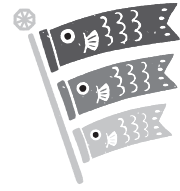
- 5月7日(木) 朝～ シルバー学習室
- 9日(土) 朝～ しょうがいしゃ青年教室
- 12日(火) 朝～ 生活のための日本語講座
- 14日(木) 夜～ くにたちブッククラブ
芥川龍之介「藪の中」
- 15日(金) 昼～ 古典講座「『万葉集』を読む」
- 16日(土) 昼 図書室のつどい『ある日、森の中でクマさんのウンコに出会ったら』
- 21日(木) 朝～ 女性のライフデザイン
- 23日(土) 昼～ からだであそぼうーのびのびとうごくワークショップー
- 24日(日) 昼 CINEVOX 公民館映画会『晩春』
- 31日(日) 朝 親子で遊ぼう・考えよう
「新聞紙ジャングル 部屋いっぱい新聞紙で遊ぼう」
- 6月3日(水) 夜 図書室のつどい「どうすれば幸せに生きることができるのか」

講座の開催状況などに変更があった場合は、公民館入り口付近への掲示や、ホームページでお知らせします。ご不明の点はお問い合わせください。
公民館 ☎042 (572) 5141



▲講座等の案内

ひろば



楽しい歌の会へのお誘い

心ゆくまで歌って心と体を元気にしましょう。童謡から歌謡曲まで世界の名歌を幅広くピアノの伴奏と共に歌います。初回参加費無料。気軽にお越しください。

日時 第1・3金曜日 朝10時
場所 南市民プラザ多目的ホール
連絡先 川端050(717) 3475

心理学勉強会 初心者歓迎

メンタルヘルスが注目される中、カジュアルに心理学を学ぶ会です。お気軽にどうぞ。私自身も初学者です。ビジネスや宗教の勧誘は遠慮願います。

日時 毎週日曜日夕4時(変更有)
場所 国立駅南口 国立ビル
連絡先 瀬野090(7264) 6166

国立ピックルボールクラブ

今人気の新スポーツ、ピックルボール。テニス、パドミントン、卓球の要素を持ち、性別年齢関係なく楽しめます。詳細はHPで「国立ピックルボール」で検索可。

日時 ほぼ毎日、昼と夜
場所 FSXアリーナ、一中、二中
連絡先 富田090(5317) 2217

子どもたちに豊かな未来を！映画会

休会していた映画会を再開することにしました。上映フィルム『9条改憲って何？』19分、『憲法と自衛隊』18分、『STOP！共謀罪』15分。無料です。

日時 5月9日(土) 昼2時
場所 公民館 講座室
連絡先 同会070(3618) 2673

子ども大学くにたち特別授業

全盲の競泳選手としてパラリンピックで日本人最多21個のメダルを獲得。スポーツ庁長官の河合純一さんが「夢のかなえ方」として子ども向けに講演！一般参加も可能。

日時 5月9日(土) 昼2時開演
場所 東京女子体育大学
連絡先 事務局042(575) 8889

『砂川の熱い日』上映会

加害者としての戦争を語る映画上映会。砂川闘争を風化させてはならないと、闘争に関わった28人の証言を記録した星紀市監督のドキュメンタリー(2002年126分)

日時 5月10日(日) 昼2時
場所 公民館 地下ホール
連絡先 龍野090(146) 1094

マインドフルネスを楽しむ会

今、様々な企業研修で取り入れられているマインドフルネス瞑想。2年ぶりに再開しました。どなたでも自由にご参加いただけます。お気軽にお越しください。

日時 5月17日(日)朝10時半～12時
場所 公民館 講座室
連絡先 酒井070(846) 8668

〈サークル訪問415〉 楽書会

見てみたくてここで教わり、引き続き楷書、行書、隷書を習っていると。黙々と書きながらもたまにおしやべりしたり、同じ字体を書いている人が先生の添削を受けているのを横で見聞きしながら参考にしたり、生き生きと活動している。現在のメンバーは13人で15年以上続けている人が4人も。9月の「くにたち福祉のつどい」や市民文化祭の出品に向けて頑張っている。福祉会館を使用する関係で、入会は国立市在住の60歳以上の方としている。

「楽書会」は30年の歴史がある書道サークルだ。取材の日は、いつもの福祉会館の暖房が使えず場所を公民館に移しての活動。教室のように机を並べて、前には先生が座って添削をしている。メンバーは来ると番号札を取り、順番に先生に見てもらおうという段取りだ。指導をする米山睦子さんはNHK学園では「かな」を教えているという。90歳近いお年ながら、ずっと座りっぱなしで添削をされている。「これはだめ」「ここはためて、点になってもいいから」と厳しくも丁寧に赤字を入れていく。

先生は第1・3週に来るのでお手本を書いていただいて、第2・4週はそのお手本で自習、翌週に添削をしていただく。書いている字体もそれぞれで、「こんな字が書きたい」と先生と相談してお手本を決めるそうだ。

書聖と言われる「王羲之」一筋に書いている人もいれば、世話人をして立見一志さんは「私は緒遂良(唐代の書家)という人の字が好きで、今はそれを書いていきます」とのこと。メンバーの大関弘美さんは、訪問看護師をしている時に訪問先の方に誘われて通い始めた。以前はお子さんと一緒に書道を習っていたが、写経を書



集合写真前列左から3人目が米山先生