

北の杜 通信

8 月号

No. 429

2025 年(令和 7 年) 8 月 1 日



発行/調布市北部公民館 〒182-0014 調布市柴崎2-5-18

☎(042)488-2698 FAX(042)488-2787

Eメール:hokubuk@city.chofu.lg.jp

イベント情報



メールアドレス



子ども体験教室

こども夏まつり2025

公民館で「見る・学ぶ・聴く・遊ぶ」を体験しよう!

～紙芝居・おりがみ・よみきかせ・ウクレレ演奏・大かるた大会～

8月23日(土) 午前10時～正午(開場:9時30分)

北部公民館 第1・2学習室、和室、1階ギャラリー



聴く(ウクレレ演奏)

ウクレレサークル アロハアウィナラ



見る・聴く(紙芝居)

紙芝居師せんべい

せんべいさんの駄菓子屋
(だがしや)もやってくるよ!(食物アレルギーにご注意くだ
さい。単価10円から30円ほど。
売り切れ次第終了です)

だ が し や



見る・聞く(絵本よみきかせ)

よみきかせサークル

何を作るかは
当日のお楽しみ!

学ぶ(おりがみ)

紙遊びの会

遊ぶ

昔遊び

おはじき、ゴムとび、お手玉で
遊びます。

大かるた大会

北部公民館にちなんだ読み句
で、絵画系サークルによる手
作り絵札(A3サイズ)のかるた
です。どんなかるたになるか、
当日のお楽しみ!●対象 小学生(保護者も参加可。未就学児は保護者
同伴で可。)

●定員 申込み順 40 人(市民優先)

●申込み 7月24日(木) 午前9時から北部公民館へ
電話または窓口でお申込みください。プログラムのうち、絵本よみきかせ、おりがみ、
昔遊びは同時進行で行います。参加したいブース
を選んで参加してください。その他は、全員参加
で楽しめます。

申込者以外の入場はできません。



平和事業

保育
付き

講演会・日本の安全保障の現在地と平和への道 + 東京大空襲紙芝居と詩の朗読上映会

戦後 80 年、日本は自ら戦争を行うことはありませんでした。現在、世界情勢の変化が著しい中、日本の安全保障政策の現状について、ジャーナリストが解説します。さらに今後の平和的国際関係を構築するための外交政策の 1 例として ASEAN (東南アジア諸国連合) の取り組みから、その展望についてお話します。講演会前に、昨年夏に実施した市民団体による紙芝居と、平和を祈念する詩の朗読公演の様子を上映します。

●日 程 **9 月 6 日 (土)** 午後 1 時 30 分～(上映会)
午後 2 時～4 時 (講演会)

●会 場 北部公民館 第 1、2 学習室

●講 師 布施 祐仁 氏 (ジャーナリスト)

●定 員 申込み順 40 人 (市民優先)

●保 育 1 歳 6 カ月以上学齢前まで申込み順 5 人
(締切り・8 月 30 日 (土)、保育オリエンテーション・9 月 6 日 (土) 午後 1 時～親子で要参加)

●申込み 8 月 6 日 (水) 午前 10 時から北部公民館へ電話または窓口でお申込みください。



文化教室

保育付き
教室です

全 4 回

はじめてのマジック体験教室

～ご家族のイベントやご友人との会合で披露してみませんか?～

現役シニアマジシャンによる、大人向けマジック教室です。身近にあるものを使った簡単だけど、見るのも演じるのも楽しい不思議なマジックをマスターして、会合やイベントなどで披露してみませんか。最終回は発表会を行います。(出演は希望制です)

●日 程 ① **9 月 18 日 (木)** ② **9 月 25 日 (木)** ③ **10 月 16 日 (木)**
④ **10 月 25 日 (土) 発表会**

●時 間 午後 2 時～4 時 *発表会の時間は未定

●会 場 北部公民館 第 1、2 学習室 *発表会は第 3 学習室

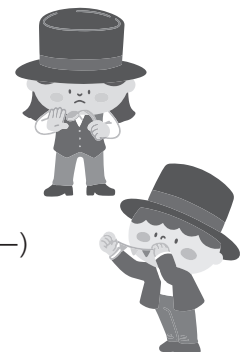
●講 師 石山 典子 氏、薄井 健蔵 氏、高木 光子 氏 (調布マジッククラブメンバー)

●持ち物 筆記用具、のり、はさみ ●参加費 200 円 (材料費として初日持参)

●定 員 申込み順 16 人 (市民優先)

●保 育 1 歳 6 カ月以上学齢前まで申込み順 5 人
(締切り: 8 月 27 日 (水) 保育オリエンテーション: 9 月 18 日 (木) 午後 1 時 30 分～親子で要出席)

●申込み 8 月 8 日 (金) 午前 9 時から北部公民館へ電話または窓口でお申込みください。



西部公民館 (042-484-2531) のイベントは、左の二次元コード「西部公民館だより」からもご確認いただけます。

いきいき講座

全3回

転ばない体をつくらう！かんたんロコモ体操

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは、加齢や生活習慣によって、骨・関節・筋肉などの運動器の働きが低下し、歩けない、立ち上がれない、といった日常生活に支障をきたす状態を言います。

超高齢化社会を迎える日本。介護予防、寝たきり防止には「運動器の健康」が重要です。

椅子を使ったロコモティブシンドローム予防体操で、「健康寿命」を延ばしましょう。

●日 程 ① 9 月 19 日 (金) ② 9 月 26 日 (金) ③ 10 月 3 日 (金)

●時 間 午前 10 時～11 時 30 分

●会 場 北部公民館 第 3 学習室

●対 象 65 歳以上の方

●講 師 高松 光子 氏 (健康運動指導士・調布市スポーツ指導員)

●定 員 申込み順 20 人 (市民優先)

●持ち物 動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

●申込み 8 月 22 日 (金) 午前 9 時から北部公民館へ電話または窓口でお申込みください。



報 告

【6月1日(日) 実施】

芸術鑑賞講座

すばらしき修復の世界
～仏像彫刻からエジプト美術まで～



岡田靖氏（東京藝術大学大学院准教授）を講師に迎えて、文化財の保存修復の意義をはじめ、一般に知られていない専門的な作業の風景、文化財（主に彫刻関連）の鑑賞ポイントなどを解説されました。仏像の劣化は人間の衰えと同じで、健康診断をするように、レントゲン、CT、材質（人間の血液検査的）を見て適切な修復方法を決めて処置をするとのこと。過去講師が行ってきた仏像修復のさまざまな事例を見ながら解説されました。また、2026 年エジプトで開館予定の大エジプト博物館の話では、3000 年以上前の木製の文化財を取り扱ったことの緊張と苦労話を聞かせていただきました。最後に講師から、国宝や重要文化財だけでなく、地域に残る未指定文化財が地域の歴史を伝える大切な資料になるので、ぜひ身近な地域の文化財に目を向けて欲しいと話されました。

【参加者の声】 ●とても興味深く聞いた。よく理解できた。(同意見多数) ●今まで無かった分野の講座だった。第 1 線で活躍している方のお仕事について知れて良かった。●地域のことも深く知りたかった。●修理の過程を知ることができて嬉しかった。●エジプトのことが興味深かった。●仏師を目指す僕は、制作ではなくその後の修理の話をうかがったことで、未来を考えたうえで頑丈に作ったり、作者年代を残すことの重要さがわかりました。(高校 1 年生男子)

【6月7日(土) 実施】

環境講座

虫はどんな花が好き？身近な生き物を観察して
自然のつながりを知ろう！～動物と植物のつながり
のお話と上ノ原公園で自然観察～



上遠岳彦氏（国際基督教大学非常勤講師）を講師に迎えて、花と虫のつながりを中心にした生態系についてお話を聞き、さらに、北部公民館の隣にある上ノ原公園で、実際に虫や植物の観察を行いました。小学生から大人までいっしょに参加して学ぶことができ、ひとりひとりの発見をみんなで共有し合い、楽しく自然界のことを学ぶことができました。



【参加者の声】 ●オオテントウムシがこんなにたくさんいるのは初めて見た(講師) ●近くの公園でこんなに大きなテントウムシがいるなんて、驚いた。●クモの巣かと思っていたものが、毛虫の巣だったとはびっくり。知らないことが多いと思った。●家の近くの森も観察してみたくくなりました。

北の杜ギャラリー

子ども陶芸教室「自分の好きな動物」作品展

8 人の子どもたちが制作した作品が並びます。

ぜひご覧ください。



展示
期間

8 月 9 日 (土) 正午～15 日 (金)

午前 9 時～午後 8 時

※月曜日休館



東部公民館 (03-3309-4505) のイベントは、左の二次元コード「東部公民館だより」からもご確認いただけます。

北部公民館

利用団体のご紹介

豊かな自然に囲まれた三角屋根の学習施設です。

音楽・美術・茶道・朗読・チアダンス・体操などサークルが活動しています。

お問合せ→☎042-488-2698(月曜日は休館です)

	サークル名	内容	主な活動日	見学状況
1	神代女声コーラス	合唱	毎週(金) 夜間	△
2	女声合唱木曜会	合唱	第1・3(木) 午後	○
3	Joyful Voices ゴスペルクワイヤ	ゴスペル	第2・4(土) 午前	○
4	ウクレレサークルモアナ	ウクレレ	第1・3(木) 午前	△
5	ウクレレサークルアロハ・アウィナラ	ウクレレ	第1・3(土) 午前	×
6	ドラムサークル Happy Groove	ドラム	第2・4(土) 午後	×
7	北の杜健康体操クラブ	体操	第2・4(火) 午前	×
8	Cherrys!(チェリーズ)	チアフィ트니스	第2土曜日(基本) 午前	×
9	調布陶芸サークル	陶芸	第1(水) 午前 第3(木) 午後 第4(水) 午前午後	○
10	陶芸サークル紫陽会	陶芸	第1・2・3(水) 午後	△
11	陶芸サークル北の杜	陶芸	毎週(金) 午前	△
12	陶芸サークルさくら	陶芸	第2・4(火) 午前午後	△
13	陶芸サークル水曜会	陶芸	第2・3・4(水) 夜間	○
14	絵手紙花の会秋桜	絵手紙	第1・3(木) 午後	△
15	絵手紙花の会椿	絵手紙	第3(日) 午前	○
16	絵手紙花の会もみじ	絵手紙	第3(火) 午前	△
17	北の杜青和会	茶道(裏千家)	第2・4(木) 午前	○
18	北の杜木の花会日本画デッサンサークル	絵画	第1・3(火) 午前午後	△
19	画塾北社会	絵画	第1・2・4(金) 午後	○
20	紙遊びの会	折り紙	第2・4(火) 午前	△
21	よみきかせサークル	読み聞かせ	第4(火) 午後	○
22	朗読の会トルヴェール	朗読	第2・4(木) 午前	○
23	上ノ原まちづくりの会(地区協議会)	地域活動	不定期	△
24	健全育成推進上ノ原地区委員会	地域活動	不定期	△
25	サステナブルを学ぶ会 2025	成人学級	第2(火) 午後	△
26	Multicultural Study Group	成人学級	月1回金曜日 午後	△

○：募集中(活動日に直接来てください)

△：募集中(要公民館へ連絡)

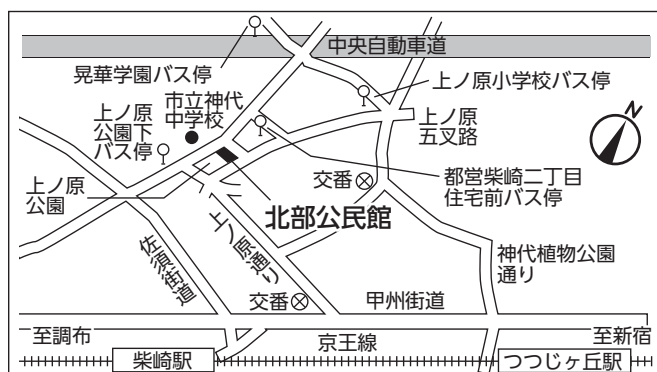
×：募集なし

お知らせ

■ 10月分の会場申込み

会場使用申込みは、申請書を窓口又は郵送などによる事前提出となっています。実施手順と申請書は、事前に各サークルへ送付します。案内が未着のサークル、新規申込団体はお問合せください。

午前・午後区分は8月6日(水)午前9時到着分まで有効、夜間区分は同日午後6時30分到着分まで有効となります。使用希望が重複した場合は、職員が抽選を行い、利用団体を決定します。



バス停案内
 ・つつじヶ丘駅北口←→丘21(深大寺行)「見華学園」下車徒歩6分
 ・調布駅北口←→鷹61(三鷹駅行)「見華学園」下車徒歩6分
 ・調布駅北口←→調36(上ノ原小学校行)または調37(ランチ調布行)「上ノ原公園下」あるいは「都営柴崎二丁目住宅前」下車徒歩3分



北の杜通信は左の二次元コードからもご確認いただけます。