

市民プラザあくろす指定管理者自主事業

④偏平足とうまく付き合うための運動

～足裏アーチの役割について知ろう～

日 9月18日(休)午前10時30分～正午

対 おおむね65歳以上の方

因 足裏のアーチの役割や、偏平足が引き起

こす足部障害についての講義、ストレッチや軽めの運動指導

演 佐久間和也(国領はまの整骨院長)

定 申し込み順20人

備 床に敷くタオル※裸足になりたくない方は5本指ソックス

⑤脳トレと運動を組み合わせたエクササイズで記憶力と反射をいつまでも!

日 9月21日(日)午前9時30分～10時20分

因 ライフキネティックを取り入れたエクササイズ

演 渡辺智典(ライフキネティック公認トレーナー)

定 申し込み順15人

備 動きやすい服装、飲み物

⑥幼児・小学生向けリズムトレーニング

日 9月21日(日)

時 ①午前10時30分～11時15分

②11時30分～午後0時20分

対 ①3～6歳の未就学児(要保護者同伴)

②小学1～3年生

演 渡辺智典(スポーツリズムトレーニング協会認定インストラクター)

定 申し込み順①12組②15人

備 あり(園申し込み順5人)



④申し込みフォーム



⑤申し込みフォーム



⑥申し込みフォーム

動きやすい服装、飲み物

④～⑥共に

所 市民プラザあくろす 3階④ホール 1 ⑤⑥ホール

費 ④100円⑤⑥500円

期 9月6日(土)午前9時～④17日(休)⑤⑥20日(土)に直接

または電話で市民プラザあくろす指定管理者

☎042-443-1211、または各申し込みフォームから申し込み

(多様性社会・男女共同参画推進課)

奥深大寺のコーヒーとおやつ「おいしい店覧会」

調布～吉祥寺エリアのコーヒー店が集う珈琲マルシェです。

日 9月23日(祝)午前11時～午後3時30分

所 ブランチ調布(深大寺東町7-47-1)

因 珈琲豆の販売、ドリッパーの展示、コーヒーにまつわるワークショップ、焼き菓子販売、キッチンカーなど

期 合同会社パッチワークス info@patchworks.co.jp

(企画経営課)

布多天神社例大祭

神輿を社殿前に並べて

「みたまうつし」を行い、お囃子を奏でる山車や太鼓とともにまちへ繰り出します。

期 9月23日(祝)～26日(金)

所 布多天神社ほか

因 23日(祝)午後0時30分～:神輿渡御・稚児行列、2時～:神楽殿で奉納演芸 25日(休)午前10時～:大祭式、



神輿渡御の様子

午後1時～:神楽、6時～:夜神楽

交通規制/23日(祝)午後1時～6時:旧甲州街道布田駅前交差点から調布駅北口交差点まで車両通行止め



調布多天神社・野澤 ☎042-489-0022 (産業振興課)

社会教育学習グループ公開講座 CCD「インクルーシブ英会話(中級)」

日 9月24日(火)午後1時～3時

所 総合福祉センター4階視聴覚室

演 井上セイリエン(英会話講師)

定 申し込み順10人

費 無料

備 他会員登録(有料)すると継続受講可能

期 9月23日(祝)までに電話またはEメールでCCD担当・神尾 ☎090-5558-2537・E ccd.jin@gmail.com

(社会教育課)

パンと音楽とアンティーク2025秋

パンと音楽とアンティーク2025秋HP

パンとアンティークのマーケットと音楽ライブの3つのコンテンツを同時に楽しめるフェスティバルです。

日 9月27日(土)・28日(日)※雨天決行

時 午前10時～午後6時

所 東京オーヴァル京王閣

費 前売券1500円(小学生以下無料)

期 パンと音楽とアンティーク実行委員会

☎080-3026-2505

(産業振興課)

地域安全講演会(飛田給小学校地区協議会主催)

日 10月5日(日)午前10時～正午

所 市立飛田給小学校体育館

因 自転車運転に関わる法令改正による罰則内容と反則金適用予定など。特殊詐欺、侵入盗強、悪質業者の点検飛び込み営業、リフォーム詐欺などによる被害を防ぐ対策

費 無料

期 当日直接会場へ

期 協働推進課 ☎042-481-7036

自転車安全利用キャンペーン(自転車無料点検あり)

日 9月24日(火)午前10時から1時間程度※雨天中止

所 キテラタウン調布店駐輪場周辺

因 自転車無料点検、自転車利用者向けフリーフレット・交通安全啓発グッズ(反射材など)の配布など

費 無料

期 交通対策課 ☎042-481-7454

生活ひとくちメモ



悪質なネット通販サイトに注意

◆相談事例

動画投稿サイトを見ていたら、国内有名メーカーと共同開発したという多機能サーキュレーターの動画広告が出てきたので、2個1万2000円で注文した。支払い方法は代引き配達しか選べず、届いた商品はオン・オフのスイッチしかない粗悪品だった。注文したサイトの連絡先が分からないので、配送伝票に記載のあった発送代行業者に電話をしているが、つながらない。

◆アドバイス

SNSやインターネット上の動画広告をきっかけとしてトラブルになるケースが増加しています。

インターネット通販は、販売事業者の名前、所在地、電話番号などの情報を表示することが法律上義務付けられています。悪質なサイトの場合、これらの表示がなかったり、実在する無関係の事業者の情報が記載されていたりします。また、支払い方法が

代引き配達や銀行振り込みしか選択できない場合は、返金交渉が難しくなるため注意が必要です。

最近は商品が海外から発送され、日本国内での配送を代行する別の事業者が存在するケースが多くなっています。届いた商品に問題があっても販売事業者や配送代行事業者と連絡が取れない場合は、被害の回復が困難です。悪質なサイトかどうか注文前に見極めることが大切です。

期 調布市消費生活センター(市役所3階)

☎042-481-7034

電話相談

平日午前9時～正午・午後1時～3時30分

第2土曜日午前9時～正午

来所相談(予約制)

平日午前9時～正午・午後1時～3時

広告の欄

掲載の申し込み/(特非)調布市地域情報化コンソーシアム(CLIC)(広告代理店、小島町2-40-10CFビル2階) ☎042-487-4282
shihou@chofu.com 広告料/通常広告:1枠3万円、オビ広告:1枠1万5000円(前払。デザイン・版の制作費・消費税広告主負担)
※広告料収入は市報ちょうふの印刷製本費用の一部に充当しています(広報課)

学校の助っ人募集中! ガクサポ始動

東京都教育支援機構(TEPRO)では、学校の先生たちの負担を少しでも軽くし、子供たちの学びをもっと充実させるために、先生と一緒に学校をサポートして下さる方を募集・育成しています。

教員免許等不要

受講料無料

学習活動サポーター研修事務局(ガクサポ事務局) 050-5526-9474

詳細はこちら



庭木1本から承ります!

お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
土日でもOKです

市報ちょうふをご覧の方に
生垣剪定 長さ1m 高さ2m
通常2,200円を
先着10名様 (税込)
1,100円!

ガーデンエクスプレス 営業時間
調布支店 東京都調布市東つつじヶ丘1-1-13 9:00~17:00
03-6379-6353