

2024年（令和6年）4月1日 No.484

西部公民館だより 4月号

調布市西部公民館 〒182-0035 調布市上石原3-21-6

TEL 042-484-2531 FAX 042-484-3704

メール seibuk@city.chofu.lg.jp



メールアドレス



イベント情報

春のロビーコンサート

平和への思いを ハンドベルの音色に乗せて

ミュージックベルの演奏を聴いたことがありますか。2オクターブの音域があり、一人で40本のベルを振って演奏する日本で考案されたハンドベルです。調布市在住の二人が見事なベルのハーモニーを奏でます。そのパフォーマンスは海外でも好評です。

春風が心地よい季節、ハンドベルデュオBelly Love (ベリーラブ) のベルの音色で癒されてみませんか。西部公民館登録団体のコール・ルピナスの合唱もお楽しみください。

5月18日(土) 午後2時～3時30分

ハンドベル演奏 午後2時30分～3時30分

曲目 ♪Remembar ♪G線上のアリア
♪Disney Medley ♪剣の舞

合唱 コール・ルピナス 午後2時～2時20分



曲目
♪乾杯の歌
♪花は咲く
♪夏の思い出

結成5年、コロナ禍を経て、皆で歌える喜びを感じながら練習しています。心をこめて歌います♪

- ◆参加費 無料 ◆定員 申込み順50人
- ◆申込み 4月23日(火) 午前9時から
電話または直接西部公民館へ



Belly Love

2007年に結成後、BSドキュメンタリー番組『キズナのチカラ』に出演。コンサートやイベント、病院や施設などでも演奏し、2009年にNPO法人国境なき楽団に所属。調布でセブテンバーコンサートJPを開催。海外演奏も。平和への思いを音楽に託すことをライフワークとして活動している。西部公民館での演奏は毎回大好評。

春です！あなたも公民館で学びませんか

西部公民館は今年度も様々な事業を行います。市報、公民館だより、市のHPなどで随時紹介していきます。ぜひご参加ください。また西部公民館では32のサークルが活動しています。見学もできますので、皆様のお越しをお待ちしております。

健康講座(全3回)

ピラティスでからだメンテナンス

保育つき

忙しい毎日の中で、自分の体を気遣うことを後回しにしていますか。

もともとはリハビリ目的で開発されたピラティスで、からだのゆがみを整え、筋肉をほぐし、良好な状態に導きます。

- ◆日程と内容
 - ① 4月18日(木)「まずは自分の体を知る」
 - ② 4月25日(木)「からだと相談しながら動いてみよう」
 - ③ 5月2日(木)「からだの変化を実感してみよう」
- ◆時間 午前10時～11時30分 ◆対象 60歳以下の女性 ◆定員 14人(多数抽選)
- ◆保育 1歳6か月以上就学前まで4人
保育オリエンテーション4月16日(火) 午前10時から1時間程度、親子で要出席
- ◆持ち物 ヨガマット(バスタオルも可)、室内シューズ、飲み物、運動のできる服装
- ◆講師 やまじ ようこ 山路 陽子 氏(ピラティスインストラクター)
- ◆申込み 4月11日(木)午後5時までに電話、メール、または直接西部公民館へ
結果は4月12日(金)以降に連絡します



講師プロフィール

PFAピラティス認定インストラクター。調布市、武蔵野市のスポーツクラブ等でピラティス指導、三鷹市で子育て中の母親向けにリフレッシュ体操講座講師などを務める。水泳とランニングが趣味。

メール記載事項

タイトルに「ピラティス」
本文に①氏名(ふりがな)
②電話番号
③お住まいの町名
④年代
⑤保育希望者はお子さんの名前と月齢



サークル体験

「絵ンジェルの会」で
デッサン画体験しませんか

色々な画材の絵画がありますが、「基本はすべてデッサンから」という思いで、デッサンを学んでいる絵ンジェルの会の体験教室です。絵は初めてという方も歓迎です。参加者の熟練度によって違う素材を描きます。

- ◆日時 5月16日(木) 午後2時～4時
- ◆定員 10人(申込み順)
- ◆参加費 無料
- ◆講師 かわべ りっこ 川部 律子 氏(画家・絵画教室主宰)
- ◆申込み 4月6日(土)午前10時から
電話、または直接西部公民館へ



地域文化祭での展示



北部公民館(☎042-488-2698)のイベントは、左の二次元コード「北の杜通信」からもご確認いただけます。

水彩画サークル美楽 ロビー展

美楽の彩り



4月25日(木)～5月14日(火)
午前9時～午後9時30分(月曜休館)

個性を大切にして、思いをこめた作品を描いています。
どうぞお楽しみください。



昨年の展示

サークル体験教室
5月に実施予定。
詳細は5月号でお知らせします。

声

世界の料理教室

甘辛酸っぱいが魅力のタイ料理を作ろう

2月10日(土)

タイ料理店オーナーのシースリンさんを講師に4品を作りました。

感想▶タピオカがとても美味しかったです。ぜひ家でも作りたいです。

▶料理教室は初めてでしたが、和気あいあい楽しい会話とともに
美味しい物を食べて大満足でした。



家庭教育講座

子どもが自分の物語を作っていくために 悩みながら見守る知恵

2月29日(木)



松尾直博先生から、変化が激しい時代に、子どもたちが自分の幸せ、世界の幸せの創り手になる力を身につけられるように、とお話いただきました。

感想▶子どものためだけでなく自分にとっても当てはめることができ、とても参考になりました。子どもが話を始めたらチャンスと思って話を聞こうと思いました。ついで口をはさんでしまいがちなので「物語」を聞ける良い聞き手を目指したいです。

子ども科学教室

磁石のふしぎ

12月23日(土)～3月2日(土) 全4回

実験をする前に予想を立てて、実際に実験して確かめるという科学教室。今回は「磁石の不思議」を学びました。

感想▶針金でつくったやじろベネコンパスで方位がわかるのってすごいと思いました。みんなちゃんと同じ向きなのでびっくりしました。

▶水の中でもくぎが反応していた。磁石の性質が変わらないのにおどろいた。



令和6年度成人・

高齢者学級開設(募集)

【成人学級】

市民の自主的な企画・運営と相互学習による活動を援助します。承認を得た学級には予算の範囲内で講師料・会場・保育などを助成します。

【高齢者学級】

高齢者の方の自主的な企画・運営と相互学習活動を援助します。承認を得た学級には予算の範囲内で講師料・会場などを助成します。

対象／

市内在住、在勤者8人以上のグループ(高齢者学級は概ね60歳以上)

要件／

- ① 令和6年5月から令和7年3月まで10回(20時間)以上の学習を行なうこと
- ② 学習テーマが社会生活に関することや教養を高めるものであること
- ③ 1年間の学習計画を立てていること
- ④ 政治宗教活動及び営利を目的としないこと
- ⑤ 地域文化祭に参加すること

申込み／

所定の申請書類に必要事項を記入し、4月25日(木)までに開設を希望する公民館へ



ロビー展示

お話とどけ隊

カランコエの花かご メンバー展

4月6日(土)～4月21日(日)
午前9時～9時30分(月曜休館)

『カランコエの花かご』とは…

2021年4月から、第三小学校で読み聞かせをしてきたメンバーで活動をスタート。読み聞かせ動画の配信やお話会や読み聞かせ会の開催、調布の民話を地域の方に広める活動も。活動紹介のほかクレイクラフト、プリザーブドフラワーなどの会員作品もお楽しみください。



楽しい「お話し会」も！

当日先着
予約不要

入場無料

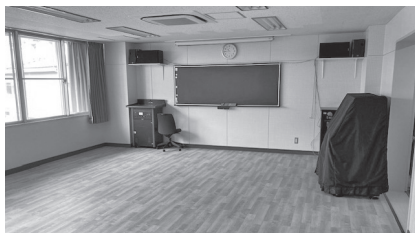
4月20日(土) 午前11時～11時30分

調布の民話の紙芝居の朗読です。

・最後のばかし ・ちょうちんになったたんぼぼ

第一学習室が キレイになりました

改修工事が終わり、床、壁が明るくなりました。学習会はもちろん、体操やダンス、音楽練習にもどうぞご利用ください。



14年間、ありがとうございました

専門員 川上 美砂

忘れられない出会いや場面がたくさんありました。不安そうに公民館を訪れたママが楽しく通う姿、闘病後に復帰して笑顔で迎えられる姿、目を輝かせて実験を見つめる子どもたち、仲間を失った悲しみを乗り越えて活動を続ける方たちの姿もありました。そして、東日本大震災やコロナ禍を経て、仲間と学び語り合うことが「生きる力」につながることを教えていただきました。

魅力ある講師の方々にもたくさん出会えた幸せな14年間でした。

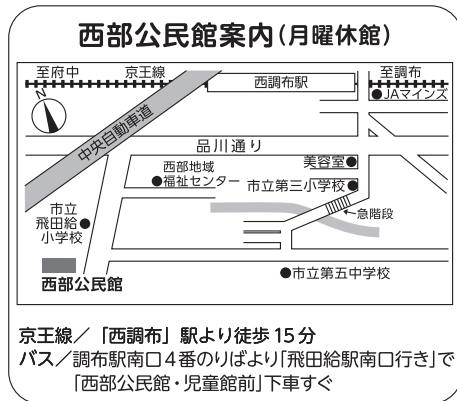
これからは一調布市民として関わります。公民館がかけがえのない学びの場であり続けるよう願っています。どうぞかお元気で。

6月分の施設使用申請受付

6月分の施設使用の申し込みは、申請書の郵送などによる事前提出の方法で実施します。実施手順と申請書は事前に各サークルに送付します。新規申込団体は事前にお問い合わせください。午前・午後区分は、4月6日(土)午前9時到着分まで有効とします。

◆夜間区分は4月6日(土)午後6時30分到着分まで有効とします。

◆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。



あ／と／が／き

春、花の季節です。3月の講座の中で、調布の町で前向きな活動をしている、介護ラボしゅう、ふふ富士見、クッキングハウスを紹介させていただきました。世界状況には暗い気持ちになりますが、足元には希望の種がたくさんあります。あなたの希望の種が一つでも多く見つけられますように。公民館でもぜひ見つけてください。MK