

公民館だより

- 月曜日休館 ●申し込み/電話または来館で費用/記載のない場合は無料

東部公民館

〒182-0003 若葉町1-29-21
☎03-3309-4505 ㊟03-3305-3456

●地域連携展示

「桐朋女子中・高等学校
美術部展」

期 3月6日(水)～28日(木)
時 午前9時～午後9時30分
画 油絵



●シルバー講座「学んで実践・女性の尿トラブルと予防のエクササイズ」

日・㊟①3月22日(金)午前10時～正午・講義と実践「排尿トラブルのしくみと予防」②29日(金)午後2時～4時・講義と実践「美姿勢の効果とトラブル回避」
おおむね60歳以上の女性(介護保険の認定を受けていない方) ㊟①田舎中真由美(理学療法士)②朝日明美(東部公民館サークル講師) 各回申し込み順14人 時 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル(手ぬぐいサイズ)2枚、飲み物 日 3月6日(水)午前10時から受け付け 画 運動ができる服装で参加

●東部ジュニア教室

◎お仕事プチ体験!お菓子の会社でパッケージをデザインしよう

日 3月23日(土)午前10時～11時30分 ㊟小学3年生以上の子どもと保護者(小学3年生は保護者同伴)
画 アニメーション「株式会社のお楽しみ」を見る、パッケージをデザインして発表する
画 日本証券協会会員 ㊟申し込み順20人

日 3月6日(水)午前10時から受け付け

◎ゼンタングル体験～ぐるぐる・集中・すっきり

ゼンタングルとは、ゼン(禅)とタングル(絡む)をつなげた造語で、簡単なパターンをくり返し描き、アルファベットと植物を描きます。

日 3月28日(木)午後2時～4時 ㊟市内小・中学生(低学年は保護者同伴) 画 黒崎雅美(ゼンタングル認定講師) ㊟申し込み順16人 費 500円(材料費。当日持参) 画 筆記用具、2B鉛筆、綿棒1本、色鉛筆
日 3月9日(土)午前9時から受け付け

西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6
☎484-2531 ㊟484-3704

●健康講座

「ズバリ教えます!がんについて知っておきたいこと」

日 3月23日(土)午前10時～正午 ㊟小学生以上
画 前半:講演「ズバリ教えます!がんについて知っておきたいこと～知識・予防・情報」後半:ゲーム感覚で見て触って学ぶコーナー、質疑応答
画 岸田 徹(NPO法人がんノート代表理事・国立がん研究センター広報企画室所属) ㊟申し込み順30人
日 3月6日(水)午前10時から直接または電話・Eメール(㊟seibuk@city.chofu.lg.jp)で申し込み(Eメールの方は件名に「健康講座」、本文に氏名(ふりがな)、電話番号、お住まいの町名、年代または学年を明記)

●サークル体験「子どもも大人も大歓迎!囲碁サークル会員と対局を楽しもう」

日 3月24日(木)午後1時～3時 ㊟小学生以上
㊟申し込み順10人
日 3月6日(水)午前10時から受け付け



●西部公民館開館40周年春休み子ども体験教室

「すてきな春の和菓子を作って、お茶会を楽しもう」

日 3月27日(土)午前9時30分～午後0時30分
㊟小学3年生～中学生
画 小宮 崇(つつじヶ丘「今木屋」蒼天会(表千家茶道サークル))
㊟申し込み順24人 費 700円(材料費。当日持参)
時 エプロン、バンダナ、ふきん、あれば白い靴下
日 3月6日(水)午前9時から受け付け

北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18
☎488-2698 ㊟488-2787

●子どもたちに伝えたい。東京大空襲紙芝居展

期 3月20日(木)まで 時 午前9時～午後8時
画 ちょうふピースメッセンジャー2023、同ジュニア2023の活動報告スライドショー同時上映

●北の杜アコースティックライブ

～春です、昭和歌謡を聴きに来ない?～
日 3月24日(土)午後5時～6時 画 むらかみ けいじゅ(ヴォーカリスト)、太田公一(キーボーディスト)

㊟申し込み順40人(市民優先)

日 3月7日(日)午前9時から受け付け

●囲碁教室～19路盤初級編～(全4回)

日 ①4月5日(金)②12日(金)③5月10日(金)④31日(金) 時 午後2時～4時 画 宇根川万里江(女流アマチュア棋士)
㊟申し込み順16人(市民優先。19路盤で対戦できる方)
日 3月6日(水)午前10時から受け付け

●はじめての親子ふれあい体操～0歳から2歳までの心とリズムを育む～(全4回)

日 ①4月12日(金)②26日(金)③5月10日(金)④24日(金) 時 午前10時～11時30分(体操は11時まで。11時～11時30分は交流の時間) 画 0～2歳児と保護者 画 三河谷弥生(ヨガ・ダンス講師)
㊟10組(多数抽選。市民優先) 日 3月28日(木)(必着)までに、往復はがきかEメール(㊟hokubuk@city.chofu.lg.jp)の件名に催し名、住所、電話番号、参加する保護者と子どもの氏名(ふりがな)、申込時の月齢を明記し、北部公民館「親子ふれあい教室」係へ



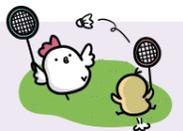
市公式ホームページの広告主募集

掲載単位/1カ月(1日～末日)
掲載位置/市ホームページのトップページ下部
規格/GIFまたはJPEG形式、縦60ピクセル×横150ピクセル
広告料/1枠当たり1カ月3万円
締め切り/掲載希望月の前々月の末日
㊟申請書(広報課(市役所4階))で配布、または市ホームページから印刷可)に必要事項を記入し、〒182-8511市役所広報課☎481-7302へ郵送または持参



市民の広場

本欄は市民同士の交流を目的としています。掲載内容の確認や入会申込などは、直接問い合わせ先へ連絡してください。掲載を希望する方は、掲載基準を確認の上お申し込みください。掲載基準を満たさない場合や申し込みが多い場合、掲載できないことがあります。掲載内容の責任は主催者が負います。(広報課)



催し

■簿記入門(優しい簿記学習) 日 3月10日(日)・17日(日)・24日(日)午後1時～(3級)、3時～(2級) 画 市民プラザあくるす2階 画 無料 画 渡嘉敷 ☎080-2070-4744
■中国語(初級)体験学習会 日 ①3月19日(土)午後7時～8

時30分②31日(日)午前10時30分～正午 画 文化会館たづくり①11階②3階 画 無料 画 宇 ☎080-5209-1688・㊟zwtong21@outlook.jp*中国語文法、日常会話(北京大学教材)
■コラボ てつなぎ×ぬく森ひろば 日 3月30日(土)午前10時～11時 画 文化会館たづくり7階 画 2000円(材料費、資料代、施設等使用料) 画 若林 ☎070-1439-0322*ベビマと感触あそびで刺激たっぷり。親子で作る可愛い作品のお土産付き
■第24回お父さんのためのピアノ教室 発表会 日 3月31日(日)午後1時30分～2時30分 画 文化会館たづくり1階 画 無料 画 丸山 ☎090-6941-4919

会員募集	サークル名	活動日時	活動場所	入会金	会費	問い合わせ	備考
	たづくり絵画クラブ 金曜会	月2～3回金曜日午後1時～4時	文化会館たづくり	2000円	月2000円	小澤 ☎03-3308-5954	楽しみながら絵を描くクラブです
	ウクレレクラブ ブルーコーラル	第1・3月曜日午後1時30分～	調布ヶ丘地域福祉センター	ナシ	月500円	篠田 ☎090-9396-9866	ハワイアンほかジャンルの歌演奏

広告の欄

掲載の申し込み/㈱ウィード(広告代理店、多摩川5-9-4 インペリアル京王多摩川フラット103号) ☎443-6681・㊟443-6682
広告料/1号・2号:1枠3万円、3号(オビ):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)

調布で50年の実績がある会員運営の学習団体
文学 歴史 俳句 短歌 読書 等多数のサークル
人から学び・本から学ぶ
生涯学習団体
アカデミー愛とぴあ
年会費4,000円
サークル参加費
半年期4,000円～
(月1開催)
4月新会員募集
サークル見学(無料)はいつでも可能!
詳しくはHPまたは電話にて
http://academy-aitopia-chofu.com/
(042)441-6328 たづくり10階(9時～16時)
文化会館たづくりを拠点に活動しています

調布で独立起業する
でも 相続や副業で副収入が増えた
帳簿の書き方や確定申告が不安...そんな時は、青色申告会がサポートします!
※確定申告指導は東京税理士会武蔵府中支部の協力を得て行います。
公益社団法人 武蔵府中青色申告会
府中市本町4-15-22 TEL.042-362-8466

その廃車 買い取ります
☎0120-114-161
042-444-7106
廃車に費用はかかりません!
古い車OK! 不自動車OK!
引き取り 廃車登録 税金手続き
無料 無料 無料
廃車買取専門店 廃車ラボ
東京都調布市飛田給1-2-2-1階