

北の杜 通信

1月号

No. 422

2025年(令和7年)1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



家庭教育講座(起立性調節障害の親の会「てのひらドロップス」共同企画)

起立性調節障害の診断と理解

～家庭・学校での対応についてと、今地域でできること～



多くの子どもが苦しんでいる「朝起きられない」には理由があります。起立性調節障害とは何なのか、その関わり方などを、小児科専門医がわかりやすく解説します。保護者や先生など、また子どもたちを見守る地域の方もぜひ知っていただきたいお話です。

●日程 2月16日(日) 午後1時～4時

●会場 北部公民館 第1、2学習室

●講師 たなか だいすけ 田中 大介 氏(昭和大学保健管理センター所長・教授、小児科専門医)

※八洲学園高等学校新宿キャンパス主催不登校セミナーにおいて「起立性調節障害の診断と理解～家庭学校の対応について」というテーマで講演。当事者に寄り添った丁寧で詳しい解説に定評がある。



●定員 申込み順 30人

●申込み 1月4日(土)午前9時から北部公民館へ電話または窓口またはEメールにてお申込みください。Eメールの方は、氏名、お住まいの町名、年齢(学年)、電話番号、「家庭教育講座申込み」と件名に入力してご応募ください。申込み受付後、返信メールを必ずいたしますので、無い場合は北部公民館へお問い合わせください。

※本講座は令和6年8月31日(土)に実施予定でしたが台風接近のため延期となったものと同一の講座です。



新年あけましておめでとうございます

2025年も、多くの市民の皆さんに調布市公民館をご利用いただき、人と人が出会い、交流し、学び合いの場としてにぎやかな公民館となりますように、職員一同励んでまいります。皆様のお越しをお待ちしております。

(絵手紙作品は絵手紙花の会椿より)

国際理解講座・時局講演会Ⅱ

新時代の中国と日本、そして世界

～習近平体制、石破政権、トランプ2.0～

習近平新時代とは何か、今後の日中・米中関係及び国際社会からの視線など解説します。

- 日程 2月15日(土) 午後2時～4時
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 講師 遊川 和郎 氏 (亜細亜大学アジア研究所教授)
- 定員 申込み順 40人 (市民優先)
- 申込み 1月21日(火) 午前9時から北部公民館へ電話か窓口でお申込みください。



2025年激動の世界を知ろう…国際理解講座・時局講演会Ⅰもお聞き逃しなく!!

パレスチナの今とこれから～大きな見取り図で考える今後の中東と世界



- 日程 2月1日(土) 午後2時～4時
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 講師 黒木 英充 氏 (東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所教授)
- 定員 申込み順 40人 (市民優先)
- 申込み 北部公民館へ電話か窓口でお申込みください。
(12月21日(土) から受け付けしており、定員に達した際はご容赦ください。)



市民の暮らし講座

新年早々山好き集まれ!!

地球沸騰で大丈夫か? 秋冬編

日本の山風景スライドトーク



美ヶ原からの北アルプス

厳冬の絶景をお楽しみください

- 日程 1月18日(土) 午後2時～4時
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 講師 秦 達夫 氏 (フォトグラファー)
- 定員 申込み順 30人
- 申込み 北部公民館へ電話か窓口でお申込みください。(12月3日(火) から受付しており、定員に達した際はご容赦ください。)

歴史講座

地元遺跡発見!

縄文時代から中世の調布

～北部公民館周辺を中心に～



自分が住んでいるところがかつてどんな場所で、どんな人が住んでいたのかを知り、歴史へのロマンを感じてみませんか。

国史跡下布田遺跡と深大寺城跡ほか、さらに北部公民館周辺(上ノ原)地域の遺跡を含めて解説します。

- 日程 2月8日(土) 午後2時～4時
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 講師 市郷土博物館職員
- 定員 申込み順 30人 (市民優先)
- 申込み 1月21日(火) 午前9時から北部公民館へ電話または窓口にて



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。



Wi-Fiが無くても
電源が無くても
あそべるよ!

むかしあそび広場

お手玉・ゴムだん・おはじき・カルタ

昭和に大流行したあそびを大人も子どももいっしょに楽しんでみませんか。あそび方を教えてくれるのは、昭和世代の市民と公民館専門員です。当日は動きやすい服装で参加。出入り自由です。ルールは「いっしょに仲良く競いましょう!」です。

- 日程 1月25日(土) 午後1時30分~3時30分
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 対象 小学生以上
- その他 各遊び5~6人まで対応可能。



思いっきり悔しがることも
たいせつです。



失敗してもだいじょうぶ。
挑戦は何度でもできます!



おはじきゲームのルールは簡単。
ただ集中力がいらいます。とっ
たおはじきの数を競います。



おはじきあそびレベル1。おはじ
きをひたすら重ねていくゲーム。
重ねた数を競います。



ゴムだんあそびは、軽やかに飛んで跳
ねて競います。ぐーぱー、ぐーふみ、
ぐーぱー、まわってチョン。簡単だけ
ど高さがでてくると難しいよ。



お手玉はしゅんぱつ
力が必要です!

※写真(ゴムだん以外)は、昨年の北部地域文化祭で同内容を行ったときの様子です。

報告

【令和6年11月10日(日)実施、講師：東川良子氏】
親子工作教室

親子で作るガラスの冬のオーナメント



たくさんの色ガラスを組み合わせ冬にちなんだデザインのオーナメントを親子や兄弟で作りました。出来上がった作品は各自で題名を付けて展示しました。ご覧になった方からは「素敵ね〜」「あ、この色かわいい」と言ってお楽しみいただきました。さらに12月公民館ギャラリーで紙製もみの木に写真撮影したオーナメント作品を飾りました。圧巻のクリスマスツリーとなり、見に来た方のフォトブースになっていました。

【参加者の声】

●ひさびさに集中して子どもと作品づくりができてとっても楽しかったです。すてきな時間でした。●いろんな色があって作っていてとても面白かった。楽しかった。



【令和6年10月5日(土)~11月30日(土)全4回実施】
親子ふれあい教室

初めての親子ダンス体験

~2歳6カ月から4歳までの心とリズムを育む~

講師はダンスインストラクターの遠藤真耶さん。プログラムはストレッチ、音楽に合わせたリズムダンス、時にはチャアダンスのポンポンも使って。パパママと子どもたちで体を動かして、いっしょにダンスをする楽しさを体験しました。

【参加者の声】

●子どもが3人いて、この子をかまっていられなかった。2人で向き合う時間ができてよかった。●「親子2人で何かやる」ということが無くなっていた。一緒に時間をつくるのができて良かった。●人見知りだった子が全4回参加できて、他の子ともなじめて、成長できたことがうれしい。●毎回の交流タイムでみなさんに子育ての悩みを相談する機会をつくってもらえて良かった。



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。

公民館運営審議会だより

◆令和6年調布市公民館運営審議会第6回定例会が、11月26日に東部公民館で開催されました。(出席委員9人、傍聴者4人) ◆報告事項では、東部公民館長から令和6年10月分の使用状況報告があり、北部公民館が前年より300人余増えたのは地域文化祭でポニー乗馬が好評だったとの説明がありました。◆次に各公民館長から令和6年10月分の事業報告がありました。東部公民館の「お菓子作り講座」の講師が地域のお店で申込み多数のため見学という方法をとったことについて、少しでも参加者が増えたことを評価する委員の意見がありました。西部公民館から「布アートにチャレンジ」ワークショップで作成した作品がロビー展で展示され好評だったとの報告でした。北部公民館の折り紙体験教室では2人の入会が報告されました。◆地域文化祭は、10月26日から11月3日の期間に各館のテーマに沿って開催されたことが各館長から報告されました。東部公民館は展示室でQRコード読み取りの音声ガイダンス、実行委員会企画のオープニングイベントや公開講座「仙川の故きを温ねて」が好評だったこと、西部公民館は学習室やロビーを展示会場にして、地域の中学校や地区協議会等とのコラボでの作品掲示や児童

館でのコンサート、体験教室、料理教室などが報告されました。北部公民館からは各サークルの展示や「わくわくまつり」が商店街とのコラボでにぎわったこと、音楽室での発表など多彩な企画が報告されました。委員からはそれぞれの館が地域との連携を図りながら階段アートやイベント等が企画運営されたことや、サークルの展示・発表や体験教室など工夫を凝らした企画が評価されていました。◆協議事項では、令和7年度の公民館事業計画素案が2か月前倒しに諮られ、事前通告で「市制70周年」の記念事業について北部公民館では中心事業にしているため各館でもしてはどうかとの質問に、3館で審議会前に事前協議して揃えることにしたとの報告がありました。◆次にその他として、2月8日開催の公民館連絡協議会主催の研修会の案内がありました。◆定例会終了後には、公民館運営審議会委員研修会「公民館の活性化について」が保険会社の地域連携事業で無料講座を提供している実績等について報告があり、活発な質疑が行われました。5人の一般参加がありました。◆次回は、令和7年1月28日(火)14時から西部公民館にて開催されます。

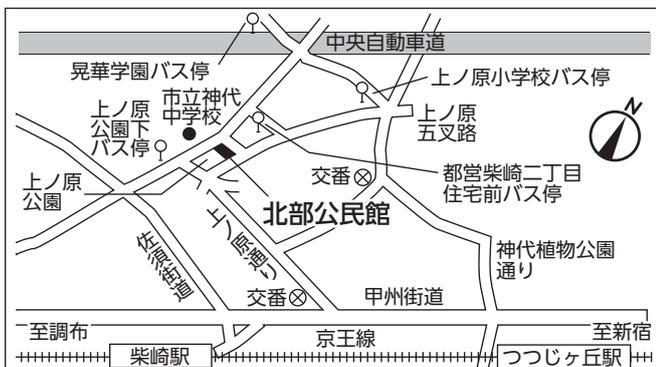
(安部 宝根)

お知らせ

■3月分の会場申込み

午会場使用申込みは、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1月7日(火)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←→調35(杏林大学病院行)「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

北の杜ギャラリー

健全育成推進上ノ原地区委員会 主催



子どもたちが元気よく書いた作品が展示されます。

展示期間

1月12日(日)～19日(日)まで
午前9時～午後9時 ※月曜日休館
 (初日は午後4時から、最終日は正午まで)



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。