

### 調理セミナー 「時短でできる おいしい健康食」

シニア向け健康食のレシピを紹介します。シルバー人材センター入会説明会も同時開催。  
日 7月2日(火)午後0時30分～ 所 文化会館たづくり10階調理実習室・談話室 関 市内在住60歳以上の健康で働く意欲のある方 関 吉田朋子(管理栄養士)  
定 15人(多数抽選) 費 1000円(入会する方のみ)  
関 筆記用具、身分証明書  
申 6月24日(月)までに電話で(公財)東京しごと財団 シルバー講習担当係 ☎03-5211-2571  
(シルバー人材センター)

### 都立調布特別支援学校 スポーツ・レクリエーション教室

日 7月7日(日)午後1時30分～3時(1時間開場)  
所 都立調布特別支援学校体育館 関 障害の有無に関わらず、スポーツ・レクリエーションに関心のある小学生以上の方 関 ボッチャと四面卓球の体験

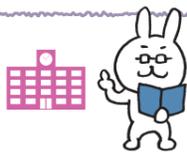
関 NPO法人調和SHC倶楽部指導員 関 申し込み順20人  
費 無料 関 室内履き、飲み物、タオル  
申 電話・東京都スポーツ文化事業団 ☎、または、はがき・FAXに住所、氏名、電話番号を明記し、7月2日(火)(必着)までに〒151-0051渋谷区千駄ヶ谷1-29-9日本パーティビル2階東京都スポーツ文化事業団 ☎03-6804-5636・☎03-5413-6926  
(スポーツ振興課)

### ごみのゆくえを知ろう 「夏休み処分場見学会」

日 ①7月25日(休)午前8時45分～午後5時25分  
②8月1日(休)午前8時15分～午後6時  
③8月6日(火)午前8時30分～午後5時40分  
所 ①八王子市戸吹クリーンセンター・ニツ塚処分場・谷戸沢処分場②クリーンプラザふじみ・ニツ塚処分場・谷戸沢処分場③立川市クリーンセンター・ニツ塚処分場・谷戸沢処分場  
集 合場所 ①JR八王子駅南口②JR三鷹駅北口③立川駅北口付近 関 多摩地域に在住・在勤・在学の方

### 東京消防庁音楽隊 「都民と消防のふれあいコンサート」

日 8月3日(出)午後2時～ 所 グリーンホール大ホール  
関 東京消防庁音楽隊、カラーガーズ隊  
定 1100人(多数抽選) 費 無料  
関 往復はがきに「調布」、入場希望者数(最大4人まで)、代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、車いす席を希望の場合はその旨を明記し、6月21日(金)(必着)までに〒102-0083千代田区麴町1-12東京消防庁音楽隊 ☎03-3221-0119  
(総合防災安全課)



## 相互友好協力協定締結大学の市民対象の事業紹介

※詳細は市☎参照 (文化生涯学習課)



市HP

### 電気通信大学 <平成15年5月20日締結>

●おもちゃの病院「いっしょになおそう」  
日 7月13日(出)・28日(日)、8月25日(日)、9月14日(出)・22日(祝) 関 午後1時～3時  
所 創立80周年記念会館2階 関 申し込み順若干名  
費 無料 申 開催日の1週間前までに電気通信大学☎から申し込み 関 小学生以下は保護者同伴  
関 総務企画課 ☎042-443-5880(平日午前9時～午後5時)

### 明治大学 <平成16年2月17日締結>

●第26回調布市民交流テニス教室  
日 6月30日(日) 関 ①午前9時～11時30分  
②午後1時～3時30分  
所 西調布合宿所(富士見町)  
定 各回申し込み順40人 費 1000円  
関 調布体育会硬式庭球部・森 ☎042-490-6028  
●生涯学習機関「リバティアカデミー」春期講座  
◎「うつほ物語」の人々Ⅱ～平安貴族の人物像  
日 7月1日(月)・8日(月)・22日(月)・29日(月)  
関 午後2時～3時30分  
所 西本香子(本学兼任講師)  
定 申し込み順90人 費 1万3200円  
関 オンライン講座と対面講座(明治大学駿河台キャンパス)を同時に実施(収録動画のストーリーミング配信付き)



明治大学硬式庭球部HP



明治大学リバティアカデミーHP

所 明治大学リバティアカデミー☎から申し込み  
関 明治大学リバティアカデミー事務局  
☎03-3296-4423・☎academy@mics.meiji.ac.jp

### 白百合女子大学 <平成18年3月28日締結>

●子育て支援ルーム「りすぶらん・あんふあん」  
A)りすぶらん・あんふあんカフェ①  
みんなでコラージュ&カフェ  
日 7月10日(火)午前10時～11時30分  
関 0～3歳児と保護者 関 8組(多数抽選)  
B)みんなでいっしょにげきあそび②  
～ぴよんぴよん～  
日 7月11日(休)午前10時～11時30分  
関 0～3歳児と保護者 関 10組(多数抽選)  
C)親子でいっしょにふれあい遊び  
～歌って笑って動いちゃおう!～  
日 7月12日(金)午前10時30分～11時45分  
関 0～2歳児と保護者 関 15組程度(多数抽選)  
A)～C)共に  
費 無料 所 A)C)3号館プレイルームB)パウロ館  
申 6月20日(木)までに白百合女子大学☎から申し込み  
関 エデュテイメント大学事務局  
☎edutainment@shirayuri.ac.jp

### 東京外国語大学 <平成18年11月2日締結>

●TUFFS Cinemaポーランド映画上映会  
1回限りの舞台を映画作品として定着させた稀有

な試みを紹介し、芸術・演劇・映画がまじわる作品のなかに20世紀のポーランド文化、歴史と記憶を考えます。

日 6月15日(出)午後3時～  
所 東京外国語大学アゴラ・グローバル  
関 映画「死んだ学級ータデウシュ・カントルの交響会」(本編:72分) 関 申し込み順500人 費 無料  
所 東京外国語大学☎から申し込み  
関 上映後、関口時正(本学名誉教授)によるトーク  
関 東京外国語大学広報・社会連携課  
☎042-330-5441

### 東京慈恵会医科大学 <平成20年11月28日締結>

●みんなの保健室  
日 6月21日(金)午後1時30分～3時30分  
所 多摩川住宅大集会所(染地3-1 JKK東京管理事務所隣)  
関 簡易健康チェック(血中酸素飽和度、体組織、血圧など)、健康情報コーナー(食事や運動、生活習慣などに関する展示や資料を配布)  
費 無料 申 当日直接会場へ  
関 詳細はJANPセンター☎参照  
関 慈恵医大地域連携看護学実践研究センターみんなの保健室部門  
☎03-3430-8686(内線2103)  
☎jikei-chiiki@jikei.ac.jp



JANPセンターHP

※このほかの事業は市☎参照



## 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/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)

### 広告 調布 6/18(火)・府中 6/19(水)「女性のためのはじめてのマネーセミナー」

今や人生100年時代 - これからの充実した人生を送るためにはお金についての正しい知識が必要です。なかなかお金が貯まらないのは「貯まる法則」を知らないのが原因かもしれません。このまま何もしないままだと10年後、20年後に大きな差がつきます。「お金を増やすためには、具体的にどうすれば良いの?」「NISAやiDeCoって、よく耳にするけどリスクはないの?」など、知りたいことはありませんか。セミナーではファイナンシャルプランナーが、プロだから知っている今どきの「お金の増やし方」の仕組み(なぜ?増えるの)を初心

者にも分かりやすく教えてください。この機会にプロのアドバイスを聞いてみませんか?

参加者特典 FPとの無料個別相談会参加 ※後日日程で予約

こんな人は参加を

- ✓今どきのお金の増やし方を知りたい
- ✓NISAやiDeCoに興味がある
- ✓老後資金はどのくらい必要なの?
- ✓国の勤める資産運用って安全なの?
- ✓退職金はどうするのが良いの?

日時【調布】6月18日(火)【府中】6月19日(水)午前の部 10:00～12:00(開場9:45) 午後の部 13:30～15:30(開場13:15) 会場・講師【調布】調布市文化会館たづくり「1002学習室」/FP技能士 成見暢基さん【府中】市民活動センタープラッツ「第3会議室」/FP技能士 長田和泉さん  
費用 無料(要予約)※未成年者、男性の方の参加はご遠慮ください。  
主催 フジサンケイ企画  
申込み フジサンケイ企画 セミナー事務局  
☎0120-505-470 10:00～17:00

6月18日(火)「調布」▶



6月19日(水)「府中」▶



調布 FM83.8MHz 市政情報番組「調布市ほっとインフォメーション」

月～金曜日 午前9時15分～、午後1時30分～、4時～、9時～(各15分)/5時30分～(5分) 土曜日 午後5時30分～(5分) 日曜日 午後3時30分～(5分) ※放送が休止・時間変更になる場合あり。インターネットでも聴取可。詳細は調布FM☎参照