

# 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

### ●調布六中「まなびの森プロジェクト」数学科作品展

市立第六中学校が今春から始めた独自の取り組みの中で、中学2年生による数学科の学習の成果を展示します。



漫画の累計発行部数

期12月5日(休)～1月8日(休)  
時午前9時～午後9時30分

## 西部公民館

〒182-0035 上原3-21-6  
☎042-484-2531 ㊟042-484-3704

### ●ロビー展示「心の芸術げんきアート展」

市内の福祉作業所に通う方たちが描いたアート作品を展示します。



ファーストステップ 野崎萌

期1月9日(休)～28日(休)  
時午前9時～午後9時30分

### ●せいぶ げんきアートDAY

音楽ミニライブと障がいのある方も参加できるアートワークショップを実施します。

日1月11日(出)  
時・㊟①1時15分～1時50分・ふうらい堂音楽ライブ  
②2時～4時・アートワークショップ「世界にひとつのカラージュポーチをつくろう」

演①ふうらい堂(福祉作業所職員と美術講師の混成バンド)



②みんぐるりんご(西村達也・愛子 アートユニット)

定②申し込み順24人

費②500円(材料費。当日持参)

申12月6日(金)午前9時から受け付け

### ●A特別講演会「宇宙天気予報～極大期を迎えた太陽活動とその社会インフラへの影響に備えよう～」

太陽活動による地球周辺の宇宙環境の乱れが、通信など社会インフラに影響するのではないかと懸念されています。この宇宙からの危機を「正しく怖がる」、「正しく安心する」ために宇宙天気を学んでみませんか。

日1月18日(出)午後2時～4時

演久保勇樹(国立研究開発法人情報通信研究機構宇宙環境研究室 副室長・宇宙天気予報グループ グループリーダー) 定申し込み順60人

日12月6日(金)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「特別講演会」、本文に氏名(ふりがな)、町名、電話番号を明記)

### ●B子ども料理教室「かわいいポップケーキをプレゼントにいかが?」

バレンタインデーを前に、かわいいポップケーキとバナナケーキ(カップケーキ)をつくりまします。



日1月19日(日)午前10時～正午

定小学3年生～高校生

演濱頭英理子(料理研究家)

定16人(多数抽選)

費700円(材料費。当日持参)

持エプロン、バンダナ、食器ふきん、マスク

日1月4日(出)午後5時までに直接または電話、Eメール(㊟seibuk@city.chofu.lg.jp)で申し込み(Eメールの方は件名に「子ども料理」、本文に氏名(ふりがな)、学年、町名、電話番号を明記)。結果は7日(火)以降に連絡

### ●A&B共に

日Eメールで申し込み後、3日経っても受付完了メールが届かない場合には要問い合わせ

## 北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18  
☎042-488-2698 ㊟042-488-2787

### ●北の杜ギャラリー 北の杜冬のぬくぬく愛猫展

寒い冬にモフモフぬくぬくの「猫」をテーマに、陶芸や絵画など公民館利用者の手作り作品を展示します。



期12月26日(休)まで

時午前9時～午後5時

## 冬におこりやすいヒートショックに気をつけよう

### ヒートショックとは

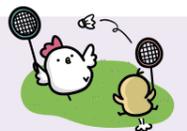
急激な温度変化が体に及ぼす影響のこと。血圧の変動や脈拍が早くなるなど、高齢者や血圧の高い人にとっては、深刻な疾患(脳梗塞・心筋梗塞・大動脈解離など)につながる危険があります。

(高齢者支援室)



## 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

■大家好(皆様、こんにちは)中国ドラマで学ぶ中国語講座  
日12月15日(日)午前9時30分～正午 ㊟文化会館たづくり11階 ㊟無料 ㊟王 ☎090-6487-5278・㊟hanyu@gakujim.com

※中国語ドラマ、中国語朗読の勉強

■親子英語あそび(英語絵本・歌・カード・フォニックス・クラフト) 日12月17日(火)、1月28日(火)、2月25日(火)、3月25日(火) 午前10時30分～11時30分 ㊟下石原集会所 ㊟1200円※初回無料(資料代、施設等使用料) ㊟松浦 ☎080-3024-3339

※満1歳～3歳未満、フェイスブックあり

■永名 二委水墨画の世界 日12月19日(休)～22日(日) 午前10時～午後5時(初日正午から、最終日4時まで) ㊟文化会館たづくり2階 ㊟無料 ㊟平松 ☎03-3640-1577

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
	茶の湯 表千家松風会	第2・4火曜日午前9時～正午	北部公民館	ナシ	月3000円	吉野 ☎042-482-0368	初心者歓迎
	おんがく広場(シニアらくらく健康ヨガと呼吸法・なつかしの歌)	月1回木曜日午前10時～11時30分	総合福祉センター	ナシ	1回800円	原 ☎090-4208-8688	
	TOMOに	毎週水曜日午前10時30分～正午	国領ふれあいの家	ナシ	月2500円	山崎 ☎090-6048-1956	ゆっくりストレッチです
	JTC(中高年テニスサークル)	毎週水曜日正午～2時(夏は4時～6時)	多摩川市営テニス場	ナシ	半年1000円	林 ☎042-487-5486	中級レベル。コート代は当日按分
	数学寺子屋(算数・数学の学習)	第1・2・4日曜日午前10時～正午	総合福祉センターおよび教育会館	ナシ	ナシ	大松 ☎080-3488-1941	小中高、大人も可。先生も募集!
	神代囲碁クラブ	毎週水・土・日曜日午後1時～5時	金子地域福祉センター	1000円	月500円	松田 ☎080-5527-6952	初心者から高段者まで。女性歓迎

**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

**公益社 KOEKISHA**  
家族葬は、公益社  
お電話1本で「終活セット」資料をプレゼント!  
(9:00～17:00受付)  
公益社 ご葬儀相談センター [24時間・365日受付] さよならのこころ  
相談無料・随時受付中  
事前相談承ります  
オンラインでもご相談いただけます  
0120-347-556  
公益社 仙川会館 東京都調布市仙川町3-1-3 公益社 吉祥寺会館 東京都武蔵野市吉祥寺本町3-1-10 [240050]

**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/市画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、または市画から印刷可)に必要な事項を記入し、〒182-8511市役所広報課 ☎042-481-7302へ郵送または持参