

# 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

### ●東京都連携事業

「シニアのためのスマートフォン相談会」

日 3月4日(火)

時 ①午前9時～9時50分 ②10時～10時50分

③11時～11時50分 ④午後1時～1時50分

⑤2時～2時50分 ⑥3時～3時50分

⑦4時～4時50分

対 60歳以上の市内在住者

内 操作方法やスマートフォン移行に関する相談など

選 東京都委託によるスマートフォン専門アドバイザー

定 各回申し込み順4人

備 お持ちの方はご自身のスマートフォン、質問メモ

申 2月21日(金)午前10時から受け付け

### ●地域連携事業

「桐朋生が教えるキッズ・ダンス・レッスン」(全2回)

桐朋女子中・高等学校ダンス部の高校2年生が、ダンスの基本を教えます。聞きなじみのある曲で踊ってみませんか。

日 ①3月6日(木)②13日(木) 時 午後4時～5時

対 小学生

内 アップ&ダウン&ス

テップ・振付練習

定 申し込み順10人

備 タオル、飲み物(上履き不要。動きやすい靴・服装)

申 2月21日(金)午前9時から受け付け

### ●シルバー教室

「膝痛・腰痛予防の姿勢とストレッチ」(全2回)

日 ①3月7日(金)②14日(金)

時 午前10時～正午

対 おおむね60歳以上の市内在住者

選 朝日明美(仙川体操クラブ・ゆつたりストレッチ・ピラティス&ヨガの会講師)

申 2月21日(金)午前9時から受け付け



桐朋女子中・高等学校ダンス部



ストレッチの様子

定 申し込み順14人

備 飲み物、手ぬぐいサイズのタオル、ヨガマットまたはバスタオル、運動ができる服装

申 2月21日(金)午前9時から受け付け

## 西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6  
☎042-484-2531 ☎042-484-3704

### ●西部サロンコンサート

「サロン気分味わう 解説付きピアノコンサート」

パリのサロンで活躍した作曲家、ショパンの曲を中心に講師の解説とともにお送りします。

日 3月20日(祝)午後1時30分～3時30分

対 小学生以上

内 ノクターン第2番、

子犬のワルツ ほか

選 原久美子(ピアノ)

小澤由佳(解説)

定 申し込み順45人

申 2月21日(金)午前9時から受け付け



以前の様子

### ●音楽講座

「'70年～'80年代洋楽変遷史PART2」

今回は「全米ヒットチャートから見た洋楽」をテーマに、アメリカ音楽シーンが最も隆盛だったと言われる当時の楽曲を振り返ります。

日 3月22日(出)午後1時30分～4時30分

選 吉田健二(ギタリスト、ウクレレサークル講師)

定 申し込み順40人

申 2月21日(金)午前10時から受け付け

## 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

「東京大空襲紙芝居展」

日 3月9日(日)まで

時 午前9時～午後9時

内 期間内の土曜日、午後

1時から30分程度、登録

団体サークルの紙芝居と

詩の朗読の映像を上映



### ●市民の暮らし講座

「事件を知る・特殊詐欺と闇バイト問題～凶悪化するトクリウの実相」

一連の事件の犯人の素性・背景・構図を深掘りし、なぜ凶悪化、粗暴化、拡大化しているのかを分析、解説します(トクリウ:匿名・流動的犯罪グループの略称)。

日 3月15日(出)午後2時～4時

選 瀧田崎 基(元神奈川新聞記者)

定 申し込み順30人

申 2月21日(金)午前9時から受け付け

### ●地域連携事業

みんな集まれ!北の杜防災フェア2025

在宅避難、非電気な暮らしを想像して備蓄のイロハ

を実物を使って紹介。暗闇

の中で懐中電灯を探せ!

非常用トイレ、段ボールベ

ッド、簡易調理レシピの紹介、

消火器体験、消防ポン

プ車といっしょに記念撮影も

できます。

日 3月9日(日)午前10時～午後1時

### ●講演会

「私たちの地球を守ろう!教えて!南先生 今地球の自然環境はどうなってるの?～人が自然に与える影響と生物の危機、知られざる海・氷山・北極の「今」など～」

世界各地で自然環境・生態系

における研究をしている講師が、

環境変化、水循環の改変による生態系への

影響など、さまざまな地球の「今」について水域・陸

域共に、お話しします。

日 3月22日(出)午後1時30分～4時30分

対 小学生以上

選 南 佳典(玉川大学教授、学科主任)

定 申し込み順40人

備 1歳6カ月～就学前(定5人 申3月8日(出)まで

保育オリエンテーション:3月22日(出)午後1時～※要

親子出席)

備 手話通訳希望の方は3月16日(日)までに申し込み

申 2月26日(火)午前9時から受け付け

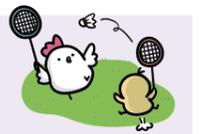


消火器体験の様子



## 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。



### 催し

■子ども野鳥観察会 日 3月2日(日)午前9時30分～11時30分 入場券100円 1丁目樹林地周辺(集合場所:入間地域福祉)

センター駐車場 100円(保険料・資料代) 定16人(小学生以下は保護者同伴) 日 2月27日(木)までにEメールで参加者全員の氏名、保護者住所、参加者の年齢を明記 安部 ☎090-1458-4160 日 table.abe@gmail.com

■第23回調布水彩画会展 日 3月5日(火)～11日(日)午前10時～午後5時(初日午後1時から、最終日4時まで) 所 文化会館たづくり南ギャラリー 日 無料 日 池邊 ☎080-9510-7248

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
	EC2(英語サークル・初級～中級)	第1・3・4火曜日午後2時30分～4時	西部地域福祉センター	ナシ	月3000円	齊藤 ☎090-3514-0053	楽しく一緒にお喋りしましょう
	ノノレディスFC	毎週水曜日午前11時～午後1時	西町サッカー場	ナシ	1回500円	國島 ☎090-1270-0070	10代～40代女性サッカーサークル。未経験者～経験者まで
	健康太極拳こすもす	毎週木曜日午後7時～8時30分	教育会館2階	ナシ	月2000円	吉田 ☎090-3346-6464	初心者・若い人も歓迎。仕事帰りに

貯蓄のための最重要スキル  
最強の家計管理を  
身に付けるセミナー  
2月26日(水) 3月19日(水)  
AM 10:00～11:30 参加費無料  
場所 調布市文化会館たづくり304会議室  
お申込みは右のQRコード→  
または下記までご連絡ください↓  
株式会社Switppy  
TEL:03-5969-8475  
HP:https://switppy.co.jp/

その廃車  
買い取ります  
廃車ラボ  
TEL: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

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/市報のページ下部  
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  
届出申請書(広報課(市役所4階)で配布、または市報から印刷可)に必要事項を記入し、〒182-8511市役所広報課 ☎042-481-7302へ郵送または持参