

東部公民館だより

発行・調布市東部公民館 〒182-0003 調布市若葉町1-29-21

TEL (03)3309-4505

FAX (03)3305-3456

E-mail: toubuk@city.chofu.lg.jp



メールアドレス



イベント一覧

6月号

令和8年6月1日

No.443

家庭教育講座

赤ちゃんの身体を知ろう!

～心と体をほぐす、**ぷち** ベビーマッサージ



赤ちゃんや小さなお子さんの健康な心と体づくりをサポートできるように、成長過程で変化する体や目に見えない消化器官などの臓器について学習します。そして、リンパの流れを促し、免疫力を回復するベビーマッサージで、赤ちゃんやお子さんの身体を整えていきましょう。親子の愛着を育む大切な時間を過ごしてみませんか。



日時／7月23日(木)

①午前10時～10時50分

②午前11時～11時50分

内容／・赤ちゃんの成長と身体の仕組みについて
・免疫力をあげるベビーマッサージ

会場／東部公民館 和室

講師／いわた ゆいさん(保育士・わらべうたベビーマッサージ baby more 主宰)

対象／①おすわり～歩き始め(1歳半ごろ)までの乳幼児と保護者

②2ヶ月～おすわりできる乳幼児と保護者

費用／1組100円(オイル使用代。当日持参)

定員／各回申込み順8組

「ベビーマッサージ」
申込フォーム▶



持物／バスタオル(おくるみ可)、乳幼児の着替え、ガーゼ(タオル)、飲物

申込／6月23日(火)午前9時から申込フォームで受付



マッサージについて

ホホバオイルを使用します(パッチテストあり)。反応がある方は、オイルを使用せずにマッサージを行います。



【講師のプロフィール】

ベビーマッサージ、足形カレンダー作り、リトミックなどの親子で楽しめるイベントを毎月開催中。仙川で一時保育 POSTOKO、イベントでの託児、認知症カフェの運営などの活動をしている。学んでその場で実践する「おうち講座」も人気。中学生兄弟の母。仙川在住。



東部公民館開館50周年記念キャラクター「ちょこぼん」これからもよろしくお願ひします!



体験教室

ゆかたで粋に～着付けと所作

全2回 保育付

夏の風物詩である夏祭りや花火大会を楽しむために、ゆかたでお出かけをしてみませんか。自分で着て帯を結べるように、着崩れが少ない着付けのコツと、美しい所作を学びます。



日程・内容／① 7月2日(木) ・着付けの基本
② 7月9日(木) ・着付けの復習と所作

時間／午前10時～正午 会場／東部公民館 和室

講師／星 依里さん(着付け・茶道講師)

対象／市内在住・在勤・在学の女性

定員／10人(多数抽選。初参加優先)

持物／ゆかた、半幅帯、帯締め、帯板、腰ひも3本、伊達締め、着物スリッパ(肌襦袢と裾よけでも可)、足袋(タビックス可)、薄手フェイスタオル(補正・汗取用)2枚、着物クリップ、筆記用具、飲み物

保育／2人(1歳6か月以上就学前まで)

オリエンテーションは6月25日(木)午前10時～11時 *親子で要出席

★保育希望者
申込フォーム▶



申込／6月6日(土)午前9時から6月14日(日)午後5時まで、電話または直接東部公民館へ
★保育希望者のみ、申込フォームから受付します

結果／当選者にのみ、6月16日(火)午前に電話で連絡(保育希望者にはEメールで連絡)

【講師のプロフィール】調布市若葉町にて翠点庵主宰。表千家茶道教授、着付け講師。小中学生への浴衣指導や大人の着付けレッスンをはじめ、訪問着や成人式振袖など着付け師としても活動。和服歴25年の経験による着崩れない心地よい着付けと立ち居振る舞いを指導。

東部ジュニア教室

親子で挑戦!

折り紙で作る笹の葉リースのモビール

笹の葉の形に折り紙を折って、涼しげな笹の葉リースを作りましょう! 朝顔や七夕にちなんだ星の折り紙をつけて、涼やかな風に揺れる自分だけのモビール作りに挑戦してみよう!

日時／7月4日(土) 午後2時～4時

会場／東部公民館 和室

講師／巽 照美さん(日本折紙協会・おりがみ会館講師)

対象／3歳～小学校低学年の子どもと保護者 定員／申込み順12組

費用／200円(1人分材料費。当日持参) 持物／持ち帰り用の袋、筆記用具

申込／6月6日(土)午前9時から、申込フォームで受付

協力／折り紙待夢、桐朋女子中・高等学校



[折り紙]
申込フォーム▶



「折り紙待夢」が登録団体になりました

名称	講師	活動日時	会費
折り紙待夢	巽 照美先生	第4(水)午後1時30分～4時	1,500円/月(材料費込)



西部公民館(042-484-2531)のイベント・お知らせは、左の二次元コード「西部公民館だより」からどうぞ。

東京都連携事業

障害者手帳の有無は不問

視覚・聴覚障害者のためのスマホ個別相談会



7月2日(木) (各回50分程度)

① 9:30～ ② 10:30～ ③ 11:30～

会場/東部公民館 学習室

要約筆記者又は手話通訳あり

日頃のスマートフォンの使い方
でお困りの事を、マンツーマン
の個別相談で解消しませんか?



申し込みフォーム

講師/東京都派遣のスマートフォン認定講師
対象/視覚障害・聴覚障害がある方、盲ろう者
定員/申込み順各回3人 費用/無料
持物/スマートフォン、筆記用具
申込/6月10日(水)午前9時から電話・FAX、
申込フォーム、または直接東部公民館へ

【FAX申込】氏名、ふりがな、町名、電話番号、要約筆記者または手話通訳希望の有無を記載のうえ、「7/2スマホ相談会」係あてに、03-3305-3456 まで送信 (受講確定の連絡をお待ちください)

会員募集 ペン字虹の会

三ツ矢先生の御指導のもと、筆ペンかボールペンどちらかを選び、名前・住所を正しく美しく書くことから始め、暑中見舞い、年賀状等、日常生活に役立つ字を楽しく学べるサークルです。

活動/第1・3火曜日 午後1時半～3時半
※6月は、9日(火)と30日(火)に変更。

講師/三ツ矢 利津先生(ペン字講師)

会費/月2,000円

見学/直接会場(東部公民館)へ(申込不要。無料)



会員募集 ハレルヤ!ポップス

東部市民講座「愛と平和・祈りのうたごえ～ポップス、ゴスペル、ときどき手話」の参加者が、登録団体を目指して活動しています。英語あり日本語あり、心地よいポップスを楽しみ、時には振りも付けながら歌っています。



活動/第3火曜日 午後2時～4時

講師/麻田 ゆき先生(音楽教室ボーカル講師)

会費/月1,500円 ※詳細は東部公民館へ

「みんなの東部公民館カルタ」貸出します!

東部公民館登録団体の皆さんと制作し、昨年の地域文化祭「ちよこポイントラリー」の景品として配布し、好評を博したカルタ。東部公民館窓口で貸出中!



企画:東部公民館
利用団体連絡会



◀関連ホームページ

公民館運営審議会だより

- ◆令和8年調布市公民館運営審議会第2回定例会
- ◆日時/令和8年4月28日(火)午後2時～北部公民館学習室
- ◆出席委員数/9人、傍聴者/4人
- ◆報告事項/(1)令和8年4月1日付け人事異動について(2)令和8年度公民館職員配置表(3)使用状況報告(令和8年1月～3月分)、(令和7年度分)(4)事業報告(令和8年1月～3月分)、(令和7年度分)(5)社会教育委員の会議(令和7年度第5回、6回)について

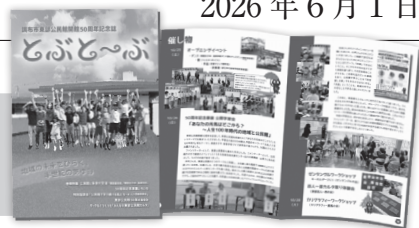
- ◆審議事項/(1)公民館利用団体登録(新規)について3団体
上記の内容について、意見が交わされました。
- ◆その他/(1)東部公民館50周年記念誌について(2)次回の定例会日程について:令和8年6月23日(火)午後2時から東部公民館。今定例会では、新たに3団体の公民館利用団体登録について審議・承認致しました。各公民館での取組の充実が図られる中、利用も増加しているとの報告を受け、市民の学びが地域へと広がることに大きな期待を寄せております。(清水 仁恵)



北部公民館(042-488-2698)のイベント・お知らせは、左の二次元コード「北の杜通信」からどうぞ。

限定
200部

東部公民館開館50周年記念誌「とぶと〜ぶ」 配付申込・受付中!



写真たっぷりに、東部公民館50年間の思いやあゆみを詰め込んだ1冊、ご自宅の本棚にいかがですか。

申込 / 6月25日(木)まで、申込フォームまたは直接東部公民館へ(多数抽選)

結果 / 6月30日(火)にEメールで連絡
(直接東部公民館で申込の場合、落選者のみ電話で連絡)

受取 / 7月中に東部公民館窓口にて ※発送等の対応は致しかねます
※「とぶと〜ぶ」は調布市立図書館各館での貸出、東部・西部・北部各公民館内での閲覧も可能です。



▶「とぶと〜ぶ」
ホームページ



▶「とぶと〜ぶ」
申込フォーム

成人学級「とぶと〜部」

テーマ「地域を見る・知る・歩く、考える」

東部公民館開館50周年記念誌「とぶと〜ぶ」の編集部員を中心に活動開始。来年3月まで、月1回相互学習(見学・公開講座含む)を計画しています。

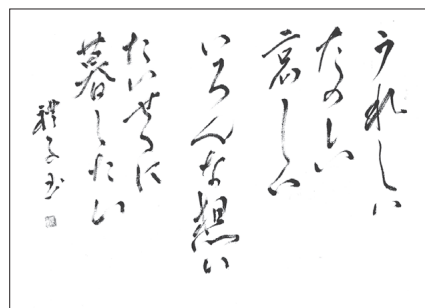


活動 / 毎月第2水曜日 午前10時~正午

費用 / 無料 ※詳細は東部公民館へ

サークル展

すぎな会小品展



日本・中国の古典を学び、漢字・かな・詩文等の自由創作にも熱心に取り組んでいます。個性豊かな作品をどうぞご覧ください。

会期 / 6月6日(土) ~ 18日(木) *月曜休館

時間 / 午前9時~午後9時30分

会場 / 東部公民館 回廊スペース

出展 / すぎな会(東部公民館登録団体)

サークル活動開始! 「レザークラフトラボ」

シルバー教室「自分で作ってみたいミニレザーバッグ」の参加者有志が、登録団体を目指して自主グループを作りました。実用的で自分の作りたい物を作るのをモットーとしていますので、会員は、次月に何を作るのか、何色で作るのかを決めた上で作業します。体験の場合は、1ヵ月以上前にご連絡ください。



活動 / 第2金曜日 午前10時~正午

講師 / 関口 善大先生(関口靴工房主宰)

会費 / 月2,000円(材料費別途)

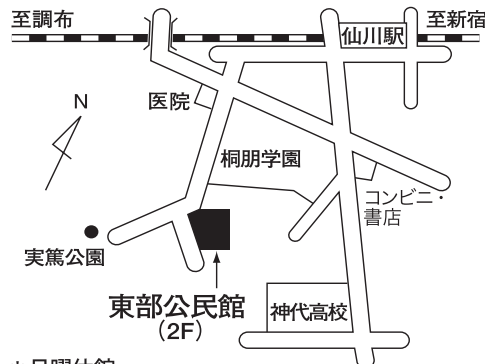
体験 / 2,000円(1回のみ。材料費別途)

※詳細は東部公民館へ

会場使用の受付

8月分の午前・午後区分の会場使用の申込みは、混雑を避けるため、引き続き申請書の郵送などによる事前提出の方法で実施します。新規申込団体は事前にお問合せください。6月6日(土)午前9時到着分まで有効とします。◆夜間区分は6月6日(土)午後6時30分到着分まで有効とします。◆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。

【アクセス】



*月曜休館
*京王線仙川駅徒歩8分 **駐車場はありません**

古紙パルプを配合した紙を使用しています