

2026年（令和8年）4月1日 No.508

西部公民館だより 4月号

調布市西部公民館 〒182-0035 調布市上石原3-21-6

TEL 042-484-2531 FAX 042-484-3704

メール seibuk@city.chofu.lg.jp



メールアドレス



イベント情報

体験教室

ちょっと優雅なひとときを 家で楽しめるアフタヌーンティー

保育つき

19世紀に英国の貴族社会から始まったアフタヌーンティー。当初は上流社会の「社交の場」として広まりましたが、やがて一般市民にも浸透し、今ではさまざまなスタイルのアフタヌーンティーが楽しまれています。

春は新しいことにチャレンジしたくなる季節、家庭でも気軽に楽しめるアフタヌーンティーのメニューに挑戦してみませんか。

〈メニュー〉 ※食材高騰のため、一部変更する場合あり

- ・スコーン（好みのジャム・クリーム添え）
- ・グリーンアスパラのキッシュ
- ・ゴボウ・クルミ・チキンのサラダ
- ・豆と野菜のスープ
- ・ヨーグルトプリン、マーマレードソース
- ・スパイシーミルクティー



◆日時 5月29日（金）午前10時～午後1時

◆講師 ^{あわや}栗谷 ^{みちよ}道代 氏（料理研究家）

◆定員 ①一般8人 ②保育希望者4人 計12人（多数抽選）

◆費用 1,800円（材料費。当日持参）

◆持ち物 エプロン、バンダナ、手拭きタオル、食器用ふきん、マスク

◆保育 1歳6か月以上就学前まで 4人

※保育オリエンテーション：5月22日（金）午前10時～1時間程度 親子で要出席

◆申込み 4月29日（水・祝）午後5時までに電話、申込みフォームまたは直接西部公民館へ。
結果は5月1日（金）以降に連絡します。



申込みフォーム

集い 学び 結ぶ… 令和8年度の西部公民館は…

地域の皆さんのつながりや学びを大切にしながら、サークル活動の支援や主催講座等を実施します。

【主な主催事業】

- 市民の関心が高いテーマを取り上げる、特別講演会・共育講座・コミュニケーションカレッジ。
- 各分野の専門家からお話を伺う文学・歴史・芸術・科学・国際理解・環境講座。
- 暮らしに役立つ内容の福祉・健康・防災講座。
- 新たなチャレンジの機会を提供する体験教室。
- シニア講座では、歴史や地域の文化、健康について学びます。
- 家庭教育講座では、子どもに関わる大人のための学びを提供し、青少年対象の講座では、楽しい内容で子どもたちの好奇心を広げ、育みます。
- 平和フェスティバルでは平和を考える時間を、ロビーコンサートでは感動のひとつときをお届けします。

各事業については、市報や公民館だより、ホームページなどで随時紹介して参ります。皆様の参加をお待ちしています。

水彩画サークル「美楽」

ロビー展示 春の発表会

～花のある風景～

日頃の学習成果の発表の場と、水彩画の魅力を伝える機会として、会員の発想豊かな作品を展示します。

- ◆ 期間 4月9日(木)～5月6日(水・休) ※月曜休館
- ◆ 時間 午前9時～午後9時30分



公開講座

絵を描いてみたいアナタへ 『デッサン基礎講座』

登録団体として活動している「美楽」の学習会を公開します。デッサンの基礎を学びたい方、一緒にいかがですか？

- ◆ 日時 4月22日(水) 午後1時30分～3時30分
- ◆ 講師 師井 栄治 氏 (画家・調布美術研究所主宰)
- ◆ 定員 10人(多数抽選)
- ◆ 費用 100円(材料費。当日持参)
- ◆ 持ち物 2H、B、2B、4Bの鉛筆と練り消しゴム(あれば持参。貸し出し可)
- ◆ 申込み 4月10日(金)午後5時までに電話、または直接西部公民館へ。結果は11日(土)以降連絡します。



講師：師井 氏



声

成人学級「いのちの楽校」公開講座

「大切ないのち」を
交通事故から守るポイント

2月5日(木)

調布警察署交通課の方から、管轄内における自転車が絡む事故の状況など詳しく伺いました。自転車は利用しやすい乗り物であるが、通勤・通学などで急いでいるときこそ注意が必要とのことでした。また、今年4月から施行される「青切符による反則金制度」について解説のあと、参加者からの質疑にわかりやすく回答いただきました。

感想▶順序よく、いろんな視点から説明いただき、理解が深まった。

▶自転車で乗っているときは、手を上げたり下げたりして、自分のことを他人(車の運転手など)に確認させることも必須。



子どもと大人の天文学教室

夜空を見上げてみませんか？
宇宙に広がる世界へ 一緒に

2月20日(金)、27日(金) (全2回)

冬の夜空を観望する恒例の人気講座。国立天文台より内藤先生を迎え、初回は月と木星を観望。2回目はあいにくの天候不良でしたが、室内でデジタル宇宙ビューワー「Mitaka」の映像を見ながら聞く宇宙の話に参加者も釘付けでした。後日、皆既月食観望会(3月3日)を計画しましたが、雨のため中止となったのが残念でした。

感想▶望遠鏡でみた木星の三本線がみれて、おもしろく、どこになにがあるかわかった。(小学生)

▶「めいど」へのみやげになりそうなお話がぎけました。

▶我々人間の体は、星からできている…とてもエキサイティングな講義でした。



新春ロビーコンサート

言葉と音楽の世界
～音の手紙を受け取る

2月15日(日)

メゾソプラノのオペラにおける役割など、小澤氏の解説とともに、包容力のある持田氏の歌声を堪能しました。原氏の熱のこもったピアノソロにも大きな拍手。アンコール曲の「時には昔の話を」には涙する参加者が続出しました。

感想▶音楽の歴史を楽しく学びながら間近にメゾソプラノの歌声を聴くことができ、鳥肌が立ちました。素晴らしい新春コンサート、メゾソプラノの魅力をつぶり感じた時間でした。

▶毎回色々な視点で音楽の素晴らしさを教えていただき感謝です。歌もピアノも絶品。会場のスイセンの香りに包まれて幸せでした。

▶こんなに近距離で聴けるなんて、とても贅沢だと思いました。アンコール曲も素敵でした。温かさを感じる空間で毎回感動しています。



世界の料理教室

スパイスの国 パキスタンの家庭料理

3月4日(水)

パキスタン出身のアンワルさんから、スパイスをふんだんに使ったビリヤニなど4品を学び、試食しながらお話を聞く時間を持ちました。

感想▶アンワル先生の作ったビリヤニがとても美味しかった。パキスタンの情勢も知れて勉強になりました。パキスタンの平和な日々を祈っています。

▶アンワルさんのお話や、田中さんのキビキビした動きとお料理の解説がとても勉強になりました。



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1回定例会
- ◆日時/令和8年1月27日(火)午後2時～西部公民館第1学習室
- ◆出席委員数/9人、傍聴者/2人
- ◆報告事項/(1) 使用状況報告(令和7年11月～12月分) (2) 事業報告(令和7年11月～12月分) (3) 令和7年度市民文化祭について (4) 社会教育委員の会議(令和7年度第4回)について
- ◆協議事項/(1) 令和8年度調布市公民館事業計画(案)について

上記の内容について、意見が交わされました。

- ◆その他/(1) 令和8年度調布市公民館運営審議会開催日程(予定) (2) 次回の定例会日程について 令和8年4月28日(火)午後2時から北部公民館
- ◆今回は、東部公民館50周年事業や、地域文化祭の報告など11～12月に実施された事業等が報告され、3館それぞれの工夫や努力について理解することができました。予約のシステム化についての質問には、他市を参考にしながらより良い方法を検討しているとのことでした。

(川上 美砂)



シニア健康講座

アクティブシニアを支える セルフケアを学ぼう (全3回)

年齢を重ねても元気に過ごすためには、毎日の小さなセルフケアが大切です。
自宅で無理なく続けられる、「口の健康法」、「リンパマッサージ」、心身のリラク
スにつながる「アロマセラピー」を全3回で学びます。

◆日程と内容

① 5月13日(水) 「歯科医師に学ぶ 口腔ケアと健康長寿」

講師：調布市歯科医師会 会員

② 5月20日(水) 「リンパマッサージでめぐり改善」

講師：山路^{やまし}陽子^{ようこ}氏 (健康運動実践指導者)

③ 5月27日(水) 「アロマセラピーで整える 心と脳の健やか習慣」

講師：小保^{おまた}千春^{ちはる}氏 (日本環境協会認定アロマセラピーインストラクター)



◆時 間 午後2時～4時

◆対 象 概ね60歳以上の市民 ◆定 員 申込み順20人

◆費 用 400円 (アロマクラフト材料費。初回持参)

◆申込み 4月7日(火) 午前10時から電話、または直接西部公民館へ

アロマスプレーと
マッサージオイルを
つくります



令和8年度成人・高齢者学級開設(募集)

【成人学級】

市民の方の自主的な企画・運営と相互学習による活動
を援助します。承認を得た学級には予算の範囲内で
講師料を助成、会場・保育などを提供します。

対 象/市内在住・在勤・在学者8人以上のグループ (高齢者学級は概ね60歳以上)

要 件/① 令和8年5月から令和9年3月まで10回 (20時間) 以上の学習を行なうこと

② 学習テーマが社会生活に関することや教養を高めるものであること

③ 1年間の学習計画を立てていること ④ 政治宗教活動及び営利を目的としないこと

⑤ 地域文化祭に参加すること ⑥ 公開講座などを実施すること

申込み/所定の申請書類に必要事項を記入し、4月24日(金)までに開設を希望する公民館へ

【高齢者学級】

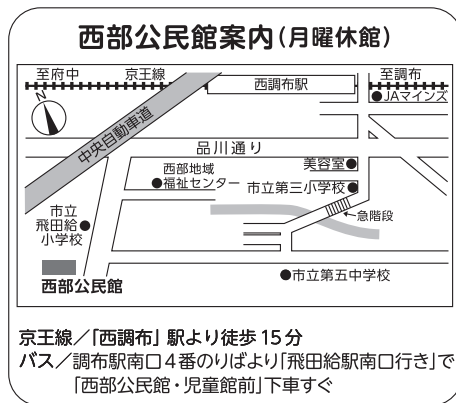
高齢者の方の自主的な企画・運営と相互学習による活動
を援助します。承認を得た学級には予算の範囲内
で講師料を助成、会場などを提供します。

2次元コード



春といえば、何か新しいことを始めた
くなる季節。小さな一歩でも、みんな
一緒に楽しめたら素敵ですね。公民館で
はみなさんの「やってみようかな」と思
う場づくりを大切にしていきたいと思
います。「何か始めてみようかな」と思
ったら、まずは公民館にくることから始
めてみませんか？

あ／と／が／き



京王線/「西調布」駅より徒歩15分
バス/調布駅南口4番のりばより「飛田給駅南口行き」で
「西部公民館・児童館前」下車すぐ

6月分の施設使用申し込みは、申請書の郵送などによる事前提出の方法で実施します。申請手順と申請書は、事前に登録団体等に送付します。新規申込団体は事前にお問い合わせください。午前・午後区分は4月7日(火) 午前9時到着分まで有効とします。
◆夜間区分は、4月7日(火) 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。

6月分の施設使用申請受付