

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@w2.city.chofu.tokyo.jp



メールアドレス



イベント一覧

7月号

令和4年7月1日

No. 396

東部ジュニア教室

思考力を高める

子どもの囲碁基礎編

全4回

囲碁を基礎から学びたい子どものための初心者教室です。講義後に対戦を行います。お子さんと一緒にご家族の方もぜひご参加ください。講師は東部公民館で活動する「東部碁友会」の方々です。夏休みの時間を上手に使うって思考力を高めてみませんか。

日程・内容

8月

①2日(火)◆囲碁ってどんなゲーム

②3日(水)◆石の生・死について

③4日(木)◆石の取り方について

④5日(金)◆打ち方・トーナメント

時間/午後2時～4時

会場/東部公民館 学習室

講師/亀井 陽一さん(日本棋院普及指導員)、東部碁友会会員

対象/小・中学生とその保護者(低学年は保護者同伴)

定員/申込み順20人(市民優先)

費用/無料 持物/筆記用具、水筒、マスク

申込/7月9日(土)午前10時から、電話または直接東部公民館へ



東部ジュニア教室

ゼンタングル体験 ～ぐるぐる・集中・すっきり

ゼンタングルとは、ゼン(禪)とタングル(絡む)という言葉をつなげた造語で、簡単なパターンを繰り返し描くことで、お子さんでも美しいアートを楽しめる創作活動です。コロナ禍で、子どもも目に見えないストレスを抱えているといわれています。1本の線も「まちがい」ではなく「経験」ととらえるゼンタングルの、まずは楽しんでみませんか。

日時/8月11日(木・祝)午前10時～正午

会場/東部公民館 学習室

内容/アルファベット&植物を描く

講師/黒崎 雅美さん(ゼンタングル認定講師)

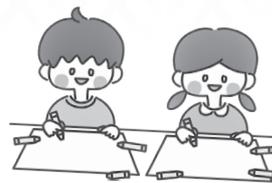
対象/市内小・中学生(低学年は保護者同伴。保護者参加も可)

定員/申込み順10人

費用/500円(材料費。当日持参)

持物/筆記用具、2B鉛筆、綿棒1本、色鉛筆、マスク

申込/7月23日(土)午前9時から、電話または直接東部公民館へ



▲アルファベットと植物

体験教室

希望を描く階段アート

東部公民館の階段に、あなたにとつての「希望」を描いてみませんか。階段の立ち上がり部分が、細長いキャンバスになります。1枚の大きな絵ではありませんが、1人ひとりが描いた「希望」を階段に飾ります。大人の年齢制限はありません。小学生は保護者と1組で、いずれかの日程を選んでご参加ください。

日程／8月6日(土) または

7日(日) ※各日同内容

時間／午後2時～4時30分

会場／東部公民館 学習室

内容／専用の細長い階段アートシール(13.5×16cm)1枚に、各自アクリル絵の具を使ったイラスト作品も多数手掛けていきます。

講師／小野 正統まさむつさん(市内在住イラストレーター)



講師の小野さんは、デジタルだけでなく、アクリル絵の具を使ったイラスト作品も多数手掛けていきます。色のことや筆づかいも、相談できます。
【メッセージ】
参加者に寄り添い共に制作していく形。その都度参加者にアドバイスしていくような感じで制作していきます。



対象／小学生以上の市民(小学生は親子1組、中学生以上・大人は1人参加)
定員／申込み順各日10人 費用／無料

持物／古タオル(雑巾用)、卵パックまたは食品トレイ2つ(パレット用)、蓋つきの瓶(筆洗用)、筆記用具、飲み物、マスク

申込／7月9日(土)午前9時から、電話または直接東部公民館へ

東京都連携事業

シニアのための スマートフォン相談会

スマートフォンにかえたけれど、まだ慣れない。これから利用を考えているけれど、不安だ。など、操作方法などのちょっとしたお悩みから、スマートフォン全般、専門的な質問まで、おひとり30分の時間内のできる限りお答えします。
(A)～(L)の時間を選んでお申し込みください。なお、個人情報、契約、通信プランに関するなどについてはご対応できない場合がありますのでご了承ください。



日時／7月29日(金)

午前	(A)	9:00～9:30	(B)	9:30～10:00
	(C)	10:00～10:30	(D)	10:30～11:00
	(E)	11:00～11:30		
午後	(F)	1:00～1:30	(G)	1:30～2:00
	(H)	2:00～2:30	(I)	2:30～3:00
	(J)	3:00～3:30	(K)	3:30～4:00
	(L)	4:00～4:30		

内容／①操作方法 ②スマホ移行への不安 ③その他
※申込時、おおまかな質問内容をお聞きます。

会場／東部公民館 学習室

講師／東京都委託によるスマートフォン専門アドバイザー

対象／60歳以上の市内在住者

定員／申込み順各回2人(合計24人)

費用／無料

持物／マスク、必要な方はご自身のスマートフォン

申込／7月12日(火)午前9時から、電話または直接東部公民館へ



西部公民館(042-484-2531)のイベントは、左の二次元コード「西部公民館だより」からもご確認いただけます。

東部コンサート

ヴァイオリン&ピアノ 真夏の夜の贈り物

8月24日(水)
夜6時30分～

東部公民館から会場を「せんがわ劇場」に移し、クラシック音楽の贈り物を皆さんにお届けします。様々な時代のヨーロッパを旅しているような「レクチャーコンサート」を、真夏の夜にご家族でお楽しみください。

日時／8月24日(水) 午後6時30分～8時 (開場：午後6時)

会場／せんがわ劇場 (京王線徒歩4分) 調布市仙川町1-21-5

出演／横山 奈加子さん(ヴァイオリン)

佐々木 京子さん(ピアノ&ナビゲーター)

曲目／バッハ：G線上のアリア、サンサーンス：白鳥

チャイコフスキー：メロディー

ブラームス：ヴァイオリンソナタ2番 ほか

対象／調布市民 (未就学児の入場はご遠慮ください)

定員／50人 (多数抽選。全席指定 ※抽選により決定・席は選べません)

費用／無料 持物／当選はがき、マスク

申込／往復はがきに住所、氏名(ふりがな。家族・友人とも本人を含め4人まで連記可)、お子さんは学年、電話番号、返信用宛先を明記し、8月9日(火)(必着)までに東部公民館「コンサート」係へ

横山 奈加子
(ヴァイオリン)佐々木 京子
(ピアノ&ナビゲーター)

サークル情報 会員募集中

スポーツ吹矢・東部

スポーツ吹矢は、腹式呼吸を行うことで健康的な呼吸法が身につく、同時に集中力や精神力を鍛える効果もあるとされています。どなたでも気楽に楽しく始められる競技です。ぜひ体験にご参加ください。

※コロナ対策には特に気を付けています



活動／第1・3水曜日 午前10時～正午

会費／月1,000円

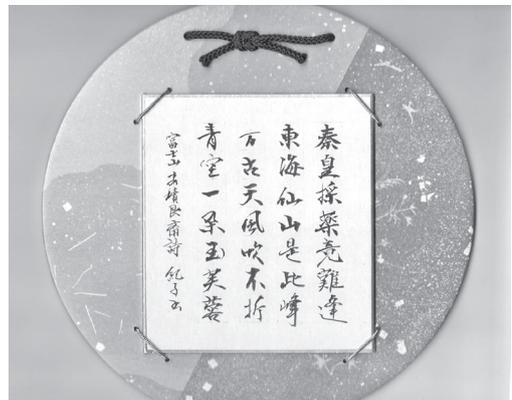
問合／東部公民館 03-3309-4505

サークル展

美しい細字楷書の会 作品展

～小色紙で表現する細字の魅力～

小色紙という小さい空間(縦13cm×横12cm)を使い細いながらしなやかな小筆を駆使して、多様な書表現を試行しています。



会期／7月9日(土)～21日(木)

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／美しい細字楷書の会 (東部公民館利用登録団体)



北部公民館 (042-488-2698) のイベントは、左の二次元コード「北の杜通信」からもご確認いただけます。

みんな集まれ!

東部公民館・児童館 夏のコラボ企画

たたみでのんびり♪ 赤ちゃんる〜む

イベントがない時は、和室でゆっくり遊べます。

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
7月	26日	27日	28日	29日	30日	
午前	A 10:00-10:30 保育士さんといっしょ 10:30-12:00 定員 15組	B 10:00-11:30 のびのび子育て (10:00-10:30 絵本よみかきせ)	A 10:00-10:30 保育士さんといっしょ 10:30-12:00 定員 15組	A 10:00-10:30 保育士さんといっしょ 10:30-12:00 定員 15組	10:00-12:00 定員 15組	「赤ちゃんる〜む」お休み
午後	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	
8月	2日	3日	4日	5日	6日	
午前	(児) 10:00-12:00 定員 15組	C 10:00-11:30 離乳食タイムライン (10:00-10:30 絵本よみかきせ)	(児) 10:00-12:00 定員 15組	(児) 10:00-12:00 定員 15組	10:00-12:00 定員 15組	
午後	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組	
8月	9日	10日	A・B・C …… 要申込 (児) …… 東部児童館職員が対応します。			
午前	(児) 10:00-12:00 定員 15組	(児) 10:00-12:00 定員 15組				
午後	14:00-16:00 定員 15組	14:00-16:00 定員 15組				



赤ちゃんる〜む HP ▶

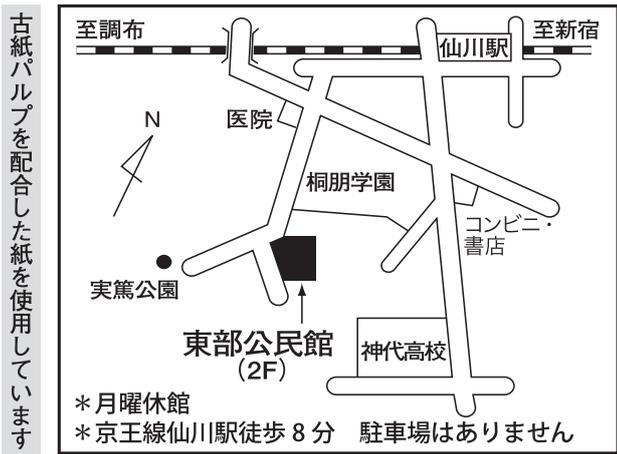
A 保育士さんといっしょ
 赤ちゃんに触れ合いながら手遊びやリズム遊びをします。
 日程／7月26日(火)・28日(木)・29日(金)
 時間／午前10時～10時30分
 講師／東部公民館登録保育士

【A・B・C共通申込方法】
 会場／東部公民館 和室
 対象／幼児と保護者
 定員／申込み順各回10組(市民優先)
 費用／無料
 持物／筆記用具、マスク
 申込／7月7日(木)午前9時から、電話または直接、東部公民館へ

B 家庭教育講座
のびのび子育てのすすめ
～うた・絵本が育む子どもの豊かな心
 赤ちゃんは、親との日頃の触れ合いから「学習」をして、それは今後の学習に向かう姿勢や能力、豊かな心を育むと言われています。幼児期の読み聞かせや話しかける事が大切な理由を知り、赤ちゃんとの良好で効果的なふれあい方のコツを学びませんか。
 日時／7月27日(水)午前10時～11時30分
 (最初の30分・絵本読み聞かせ)
 講師／田島 信元さん
 (白百合女子大学・東京外国語大名誉教授、白百合女子大学生涯発達研究教育センター特別研究員)



C 家庭教育講座
月齢7カ月からの離乳食タイムライン
 2回食、3回食となる、7ヵ月～9ヵ月のお子さん向けの離乳食についてお話しします。完了期に向けてどのような工夫をするとよいのか、一緒に学びましょう。
 日時／8月3日(水)
 午前10時～11時30分
 (最初の30分・絵本読み聞かせ)
 講師／調布市健康推進課栄養士



会場使用の受付
 9月分の午前・午後区分の会場使用の申込みは、密集を避けるため、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。7月6日(水)午前9時到着分まで有効とします。
 夜間区分は、7月6日(水)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。