

# 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

8月号  
令和4年8月1日  
No.397

夏休み  
映画会  
**子ども映画会**  
幼児 向け  
小学校 低学年 向け

貴重な16ミリフィルムのアニメーションを鑑賞しませんか。幼児向けは、ゆかいな短編物語を3本、小学校低学年向けは、デイズニーが描くアメリカ合衆国建国の父ベンジャミン・フランクリンとネズミのエイモスの友情物語と、イソップ寓話の王様の耳はロバの耳の人形アニメーションを上映します。親子で、お友達を誘ってご参加ください。

日程 / 8月20日(土)

時間・内容 / ※各回開場15分前

A [幼児向け] 午前10時〜10時30分 (30分)

リスとカメラマン (10分・チェコ)  
うさぎさんの夢・犬の写真屋さん (各10分・ブルガリア)

B [小学校低学年向け] 午前11時〜正午 (60分)

ベンとエイモス (23分・アメリカ)  
王さまの耳はロバの耳 (30分・チェコ)

会場 / 東部公民館 学習室

定員 / 申込み順各回25人 (市民優先)

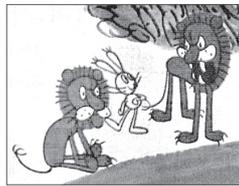
対象 / 幼児は必ず保護者同伴

費用 / 無料

持物 / 水筒、マスク

申込 / 8月6日(土) 午前10時から

電話または直接東部公民館へ



| 月曜  | 火曜  | 水曜  | 木曜  | 金曜  | 土曜  | 日曜  |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1日  | 2日  | 3日  | 4日  | 5日  | 6日  | 7日  |
|     | -   | ○   | -   | ○   | ○   | -   |
| 8日  | 9日  | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 |
|     | -   | ○   | -   | ○   | ○   | -   |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 |
|     | -   | -   | ○   | ○   | ○   | -   |

時間 / 午前9時〜

午後4時30分

会場 / 東部公民館 会議室

受付 / 当日窓口にて

定員 / 申込み順10人

退出時 / 使用した椅子と  
机の消毒

Wi-Fiを学習に使用できます。

窓口にてお申し付けください。

小学生以上が対象の、勉強や読書など、お喋りをしない自習室です。

8月  
どなたでも  
自習室  
Wi-Fi

平和事業

# 「ひめゆりの沖縄戦」 オンライン学習

今年には沖縄本土復帰50年の節目の年です。「ひめゆりの塔」で知られている「ひめゆり学徒」と沖縄戦について、沖縄県糸満市にあるひめゆり平和祈念資料館とオンラインでつなぎ、展示の様子を解説していただきます。東部公民館学習室またはご自宅で、小学生から大人までが同じ時間を共有し、学んでみませんか。

日時／8月25日(木) 午後2時～3時30分

内容／展示内容のオンライン解説(zoom)

講師／ひめゆり平和祈念資料館 学芸員

会場／東部公民館学習室 または 自宅

対象／小学生以上 定員／申込み順20人

費用／無料 持物／筆記用具、マスク

申込／8月6日(土) 午前10時から、Eメール、

電話または直接東部公民館へ

宛先／Eメール: [toubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp](mailto:toubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)

件名に「ひめゆりの沖縄戦」申込、本文に氏名

(ふりがな)、住所(町名まで)、電話番号、

お子さんは学年、学習室か自宅の選択

※受付完了メールにミーティングIDと

パスワードを追記します。メールが届かない場合

は電話でお問合せください。

電話: 03-33309-4505



▶第一展示室と相思樹並木  
(ひめゆり平和祈念資料館提供)

企画展

平和事業関連展示

# 「沖縄戦と ひめゆり学徒」

8月25日(木)のオンライン学習を深めるため、写真と解説付きパネルを展示します。

日程／8月19日(金)～31日(水)

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

内容／ひめゆり学徒の資料パネル31枚

出展／ひめゆり平和祈念資料館(作成)

川崎市平和館(所蔵)



▶野田真雄校長を囲む師範生  
(ひめゆり平和祈念資料館提供)

## 調布で平和を 考えよう

調布市内の「平和関連展示」を巡ってクイズに答えると、オリジナルシールがもらえます。種類は会場ごとに異なります。詳しくは7月学校配布の「ピース・レターちょうふ」をご覧ください。



▲「ピース・レターちょうふ」HPはこちら



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。

東部市民講座

初・中級者レベルアップ

もっと楽しくなる写真撮影

全4回

光の使い方、伝わる写真の撮り方を座学と実践とで学びます。また、撮りためた写真を見ても面白い、自分に合った撮り方も学べます。コツを掴んで撮影技術をワンランクアップさせてみませんか。

日程・内容

① 8月20日(土)

オリエンテーションとカメラのいろは

② 8月27日(土)

劇的に変わる、光の効果

③ 9月3日(土)

「伝わる」撮り方とは

④ 9月17日(土)

作品の発表と講評



▶実篤公園にて講師撮影の画像

時間/午後2時〜4時

会場/東部公民館 学習室・和室

講師/矢口 久美子さん(写真講師)

定員/申込み順15人(市民優先) 費用/無料

持物/撮影機器(ミラーレス一眼、一眼レフ、デジタルカメラ、スマートフォン)

※要充電、付属の取扱説明書、あれば作品1〜2点(紙焼き2L以上)、筆記用具、マスク

申込/8月6日(土)午前10時から電話または直接東部公民館へ



東部市民講座

ミニビブリオバトル

3分で伝える本の魅力

全3回

「人を通して本を知る、本を通して人を知る」これは、ビブリオバトルのキャッチコピーです。ご自分のおすすめの本を紹介しあうことで、参加者同士も知り合いになれるチャンスです。「本が好き」「人が好き」な方はぜひご参加ください。今回はミニビブリオバトルとして、発表時間3分で行います。

日程/①9月6日(火) ②27日(火)

③10月4日(火)

時間/午前10時〜正午

会場/東部公民館 学習室

内容/・ビブリオバトルとは

- ・やってみよう! ビブリオバトル
- ・本を挟んでお話ししよう!

※各回共通プログラム

会場/東部公民館 学習室

講師/岡野 海さん

(ビブリオバトル普及委員会副情報局長)

定員/申込み順16人(市民優先)

費用/無料

持物/筆記用具、マスク、読んで面白いと思った本数冊

申込/8月23日(火) 午前9時から 電話または直接東部公民館へ

ビブリオバトル・公式ルール

1. 発表参加者が読んで面白いと思った本を持って集まる。
2. 順番に一人5分間で本を紹介する。(ミニは3分)
3. それぞれの発表の後に参加者全員でその発表に関するディスカッションを2〜3分行う。
4. 全ての発表が終了した後に「どの本が一番読みたくなったか?」を基準とした投票を参加者全員一票で行い、最多票を集めたものを「チャンプ本」とする。

(ビブリオバトル普及委員会ホームページより)



家庭教育講座

全2回

保育付

# イライラに振り回されない子育て

## 〜アンガーマネジメントを学ぼう〜

毎日の子育てでは、カッとなったイライラしたり……という場面が多々ありますね。「また怒りすぎちゃった」「いつも穏やかでいたいの……」と悩む人も多いのではないのでしょうか。怒ることは悪いことではありませんが、怒りに振り回される子育ては後悔を生みます。ちょっとしたスキルを身につければ、誰でも怒りを上手にコントロールし、本当に必要なところで効果的に叱れるようになります。「後悔しない子育て」の実践に役立つアンガーマネジメントを学んで、心穏やかな毎日にしませんか。



### 日程・内容

- ① 9月10日(土) アンガーマネジメントを知る
- ② 9月17日(土) 怒りかた(伝えかた)を知る

時間 / 午前10時〜正午

会場 / 東部公民館 学習室

講師 / 松 真理子さん

(日本アンガーマネジメント協会  
公認ファシリテーター)

対象 / 小・中学生のお子さんの保護者、関心がある方

定員 / 申込み順20人(市民優先) 費用 / 無料

保育 / 申込み順2人(1歳6ヵ月以上就学前まで)

保育オリエンテーションは9月3日(土)  
午前10時〜11時※親子で要出席

持物 / 筆記用具、マスク

申込 / 8月23日(火) 午前9時から電話または直接東部公民館へ



証券会社で営業職、国内航空会社で客室乗務員(首相チャーター機や皇室特別便に乗務)を経て、主に企業の人材育成コンサルタントとして稼働。現在は、アンガーマネジメントをライフワークとして、学生から中高年まで様々な方々に向けて「上手な気持ちの伝え方セミナー」「苦情クレーム対応研修」「折れないところを育てるレジリエンスセミナー」など講演。キャリアコンサルタント。日本アンガーマネジメント協会認定 アンガーマネジメントファシリテーター。一般社団法人レジリエンスコンサルタント協会認定 レジリエンスコンサルタント。

### 企画展

## ゼンタングル作品展

8.9センチ四方の小さな世界

同じパターンをくり返し描くことで、集中した後のスッキリ感が得られ、どの線も否定しない美しいパターンアート作品が描けるといわれるゼンタングル。百聞は一見にしかず。体験教室講師と、参加者、協力サークルのゼンタングル作品をまずはご覧ください。

日程 / 8月2日(火)〜17日(水)

時間 / 午前9時〜午後9時30分

内容 / ゼンタングル作品とその応用作品

その応用作品

会場 / 東部公民館 回廊スペース

出展 / 黒崎雅美さん(ゼンタングル認定講師)、東部公民館

事業参加者、カリグラフィイ

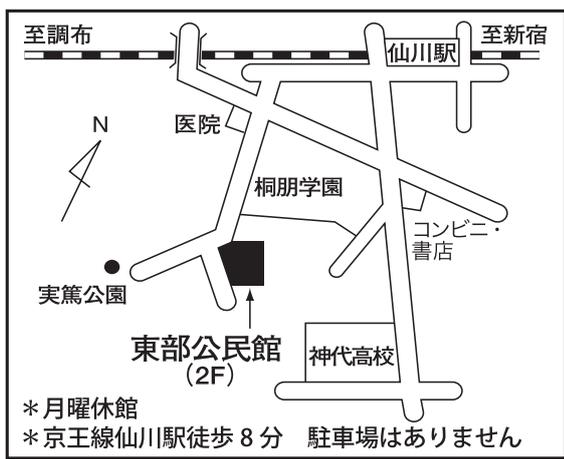
薫風の会会員



### 会場使用の受付

10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。実施手順と申請書は、事前に各サークルへ送付します。新規申込団体は事前にお問い合わせ合わせください。8月6日(土) 午前9時到着分まで有効とします。夜間区分は、8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。



古紙バルブを配合した紙を使用しています