

2020年（令和2年）12月1日 No.444

西部公民館だより12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

令和2年度 公民館三館合同事業 講演会

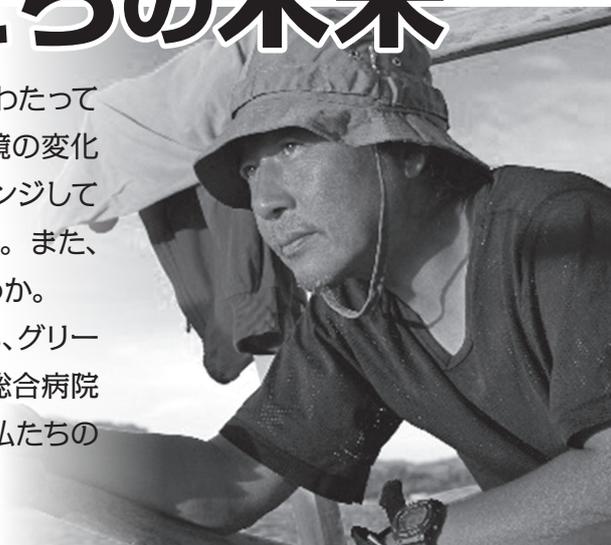
手話通訳付き

探検家 関野吉晴せきの よしはるが見た 地球と私たちの未来



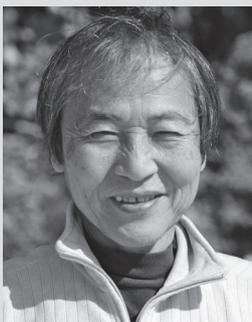
グレートジャーニーで有名な関野吉晴さんは、42年にわたって地球上のさまざまな場所へ行き、自分の目と耳で地球環境の変化や人々の暮らしを見てきた探検家です。壮大な旅にチャレンジしてきた関野さんはどのような思いで歩き続けたのでしょうか。また、コロナ禍に揺れる世界を、今どのように見ているのでしょうか。

今年度の三館合同事業は、新型コロナウイルス対策を行い、グリーンホール小ホールで行います。かつて、医師として多摩川総合病院に勤務されたこともある関野さんのお話をもとに、地球と私たちの未来について考えてみませんか。



令和3年1月23日（土）午後1時30分～3時30分（開場午後1時）

- ◆会場 調布市グリーンホール小ホール
- ◆定員 申込み順 140人（市民優先、在勤・在学も可）
- ◆申込み 12月8日（火）午前10時から
各公民館の電話または窓口で受け付け。



関野 吉晴氏 プロフィール

探検家、医師、武蔵野美術大学名誉教授

1949年生まれ。一橋大学在学中に探検部を創設し、アマゾン全流を下る。探検家として活動するために医師となることを決意し、横浜市立大学医学部に再入学。卒業後は多摩川総合病院などに勤務。一方で中央アンデスなど秘境と呼ばれる様々な地域を踏破。1993年、人類がその発祥の地アフリカから世界各地へ拡散していった経路を、逆ルートでたどる旅グレートジャーニーを開始。この旅により第3回植村直巳冒険賞を受賞。その後、日本人はどこからやってきたのか、3ルートをたどる旅を人力にこだわり自転車やカヌーなどを使って行った。武蔵野美術大学では文化人類学を講義し、学生とともに様々な取り組みを行う様子を映画にまとめている。「僕らのカヌーができるまで」「カレーライスを一から作る」など。



西部地域文化祭

10月31日(土)
~11月8日(日)

「変わる世に変わらぬ絆 公民館」

ご来場いただき、ありがとうございました。



コロナ禍での開催となった今年、『みんなの願い』を葉に書いて、一本の木にしました。皆さんのおかげで日ごとに葉っぱが増え、玄関正面がきれいに彩られました。



保育園の皆さんも自分たちの作品を見てニッコリ。

初 いつもの活動をリモート中継



活動公開は部屋の人数制限のためリモートに。いつもの活動の様子を館内のモニターで見てもらいました。マスクをつけての活動に、なるほど〜と足を止めて見入っていました。

市立調布中学校・第五中学校の美術部ほか生徒さんの作品を展示！

「赤ずきん」や「不思議の国のアリス」を描いた大きな作品、細かな堆朱のストラップには思わず感嘆の声が上がっていました。中学生の皆さんに感謝！



アンケートの感想から

- ▼ 展示では、皆さん多才でびっくり。堆朱のストラップなど中学生の作品も見事でした。
 - ▼ かなり本格的な作品。いくつになっても学べる場があるのはありがたいと思います。
 - ▼ ワンフロアーに展示して効率よくできていました。合唱や音楽サークル、料理グループなど日頃の活動が発表できなくて残念でしたね。
 - ▼ 活動の公開で囲碁の見学ができて良かったです。毎週の活動に参加してみようと思っています。
 - ▼ リモート放映などで見ることができ、工夫がありました。
 - ▼ 玄関の飾り「願いの木」が、秋らしくとても良かったです。
 - ▼ コロナ禍の実施で大変だったと思いますが、工夫されていて作品だけでも見ることができて良かったです。
 - ▼ 全体に明るく、各サークルの活動が目に見えて良かったです。
- ご協力ありがとうございました。

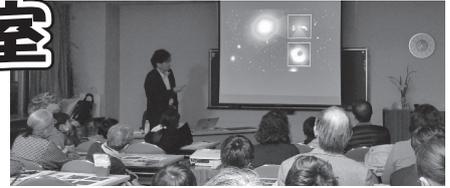
にもいろいろな講座があります。

子どもとおとなの天文学教室

「星の一生と宇宙のお話」



国立天文台のあがりてりこ縣秀彦先生をお迎えしての天文学講座。
今回は観望は行わず、講義のみで行います。
星の話や宇宙の話が好きな方、子どもからおとなまでご参加ください。



令和3年2月5日(金) 午後6時～8時

- ◆定員 18人(申込み順)
- ◆対象 小学3年生以上(小学生は、夜間につき保護者同伴)
- ◆申込み 12月22日(火) 午前10時から、電話または直接公民館へ。



講師：縣 秀彦氏
国立天文台天文情報センター准教授。
長野県北安曇郡八坂村出身。
著書に「天文学者はロマンチストか?」「眠れなくなるほど宇宙がおもしろくなる本」(監修) など多数。テレビ等の天文番組への出演や、ラジオでの天文解説も多く、楽しい語り口で人気です。

声

見て楽しむ料理教室

「かんたんパン作り」

10月22日(木)、11月5日(木)

ベーコン入りマヨネーズパンとカレーパン。ふっくらするコツ、粉の捏ね方などを栗谷先生から楽しく学びました。

感想 ▶自分ではうまくできなかった理由がわかりました。簡単で美味しかったので家にいる時間にぜひ作りたいです。



健康講座

「ストレッチ&筋トレ & ダンスで心も体もリフレッシュ」

10月17日(土)、20日(火)、24日(土)

山口先生の元気な掛け声で、楽しく体を動かす時間が持てました。

感想 ▶上手に乗せてもらい、腹筋などのキツイ運動もできました。苦手なダンスも楽しかったです。

▶沢山動けてリフレッシュできました。ダンスレッスンがとても良かったし、先生のアドバイスが的確で解りやすかったです。



傾聴講座

「温かな聴き手をめざして」

10月2日(金)、9日(金)

「自分が受けとめられていると感じてもらうことが傾聴です。」と澤村直樹さん。どうしても自分の価値観が出てしまうことを自覚しながら、まずは受けとめの一言から共感することなど実践的に学びました。



感想 ▶心に寄り添う『ページング』が自然にできるようになりたいです。今後の相談業務に生かしたいです。

▶聴き上手、耳だけでなく目と心で聴く、なるほどと思いました。

▶自分を見つめ直す機会になりました。今回の講座で自分の心のケアを受けた気がします。ストレスが全くないのも良くないと知り、お互いに共感していきたいと思いました。

公民館運営審議会だより

令和2年調布市公民館運営審議会第5回例会が、10月20日に北部公民館において開催されました。(出席委員10人、傍聴者3人)

報告事項では、東部公民館副館長から10月1日付け公民館関係人事異動報告の後に、令和2年8月・9月分についての使用状況報告が行われました。

続いて、東部・西部・北部各公民館長から8月・9月分の事業報告がありました。委員からは展示会にボランティアを依頼した経過や地域文化祭にコーチューブの投稿を行うことへの質問、子ども体験教室の科学実験に関する質問や要望、公民館だよりの紙質や部数についての質問などが寄せられました。また、諸室開放を効果的に行うこと、青少年教育事業を実施するには学校との連携を深めること、調布の歴史や地理を取り上げることなどについて要望がありました。その他、平和ロビー展は他館でも実施をされると良いのではないかと意見がありました。各公民館長からは都度、説明などにより応答いただきました。

次に、地域文化祭について3公民館長から概要説明がありました。

更に協議事項として、令和2年度公民館運営審議会研修会について講師に東京学芸大学非常勤講師で元福生市公民館長の伊東静一さん、テーマは「住民と職員で創るこれからの公民館」との報告があり全会一致で決定されました。(小林 良夫)

子ども体験教室

ペットボトルでエコアートを楽しもう

12月19日(土) 午後2時～4時

切る、曲げる、穴をあける…。色々工夫して自分だけの作品を作ろう!LEDライトの光を楽しむキラキラアートに挑戦します。(1人2点作り、1点は公民館で講師の作品といっしょに展示します。)

- ◆対象 小学生(1、2年生は保護者同伴)
- ◆定員 申込み順 12人
- ◆材料費 400円(当日持参)
- ◆持ち物 はさみ、空のペットボトル2本
- ◆講師 金原 京子きんばら きょうこさん(造形作家)
- ◆申込み 12月8日(火) 午前9時から
電話または直接公民館へ



作品を展示します 期間12月20日(日)～令和3年1月17日(日)

移動販売車が 西部公民館に!



- ◆販売者 京王電鉄株式会社
- ◆取扱品 生鮮品や菓子・米・パン、日用品等
- ◆販売日 毎週木曜日 午後3時45分～4時10分
- ◆開始日 令和2年12月10日(木)
- ◆問い合わせ先 産業振興課 ○四二一四八一七七八五
高齢者支援室 ○四二一四八一七二四九

※イメージです

家庭教育講座

不登校について、先輩ママを交えて話を聞いてみませんか

12月9日(水) 午前10時～正午

コロナ禍もあって、お子さんが学校に行きづらくなっているのかも…そんなふう感じたことはありませんか。すでに不登校になっているお子さんも、子どもたちをどんな眼差しで見つめたらいいのか、先輩ママを交えて考えてみませんか。

- 勉強はどうしたら?
- 昼と夜が逆転しない方法はある?
- おとながストレスをためすぎないコツは?

- ◆定員 申込み順 8人
- ◆講師 富永 りかさん
(市子ども・若者総合支援事業(ここあ) 子ども・若者ソーシャルワーカー)
- 合田 潤子じゅんこさん
(看護師)
- ◆申込み 受付中 電話または直接公民館へ。



合田 潤子さん 富永 りかさん



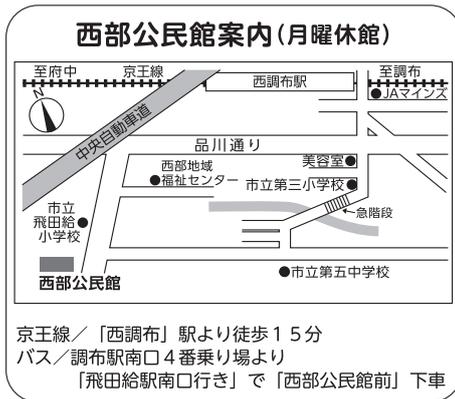
諸室の利用定員を緩和しました。

諸室の利用定員については、これまで一律「定員の50%以内」での利用をお願いしておりましたが、市の感染拡大防止ガイドライン^{※1}の見直しに伴い、令和2年11月10日(火)から、「定員の100%以内(通常定員)」でご利用いただけるようになりました。ただし、感染リスクが高い利用(①歓声・声援等を発するもの、②歌唱の実態があるもの、③マスクを外さざるを得ない活動^{※2})についてはこれまでどおり「定員の50%以内」での利用となります。

※1 調布市公共施設の開館・利用における感染拡大防止ガイドライン
※2 管楽器の演奏、スポーツ吹き矢、茶道、調理室の使用に伴う食事など

2月分の会場申請受付

- ◆2月分の午前・午後区分の会場使用の申し込みは、密集を避けるため、申請書の郵送などによる事前提出の方法に変更します。実施手順と申請書は、事前に各サークルに送付します。新規申込団体は事前にお問い合わせください。12月8日(火) 午前9時到着分まで有効とします。
- ◆夜間区分は、12月8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。



あ／と／が／き

窓口での会話から。「私ね、スーパーと病院以外に出かけるのは公民館くらいなの。だから仲間に会うのがほんとに楽しみな。」、また、ある人は「自粛の間、一人で地図を見て旅を想像して楽しんでいったのよ」と。自分一人の時間と仲間との時間、どちらも大切に楽しめる大人、素敵ですよ。