

2021年（令和3年）11月1日 No.455

# 西部公民館だより **11**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@w2.city.chofu.tokyo.jp

体験教室

パラリンピック元日本代表 <sup>あきもとたえみ</sup>秋元妙美さんと楽しむ

## はじめてのボッチャ

11月7日(日) 午前10時～正午

11月17日(水) 午後2時～4時

※2回とも同内容です。ご希望の日時でお申込みください。

◆会場 西部公民館学習室



パラリンピックで、大きな感動を与えてくれたボッチャ。

調布市在住で、社会福祉士の資格を持つ秋元妙美さんは、ロンドンパラリンピックに出場した経験をもつ元パラアスリートです。今回のメンバーは、その多くがロンドンでの仲間だったことから、「思わずテレビの前で号泣してしまいました。」と語る秋元さん。福祉の仕事の傍ら、ボッチャの魅力を伝える活動も続けてきました。今回は5年ぶりに西部公民館に登場します。

◦あなたもボッチャを体験してみませんか。◦

### 秋元 妙美さん プロフィール

2012年ロンドンパラリンピックに日本代表として出場。7位入賞を果たす。「これほどうれしくてしかたない期間はなかった。それだけいろんなことを乗り越えた」と当時を振り返る。社会福祉士の資格を持ち、現在は調布市内で『CILちょうふ』代表を務める。東京都相談支援事業者研修検討委員。地域で障害者がいきいきと生活できるよう自立のサポートをしている。自身の思いを込めて『勝たなくていい 負けなければ』を出版し、話題になっている。

◀アスリート時代の秋元妙美さん  
ボッチャとの出会いは学生時代

◆対象 小学生以上（小学生は保護者同伴）

◆定員 定員各回16人 市民優先・多数抽選

◆申込み 11月3日(水・祝) 午後5時まで電話で受け付け。結果は4日(木)以降電話連絡します。

※動きやすい服装でご参加ください。

掲載の事業については、中止または日程等を変更することがあります。  
また、公民館の諸室の利用について、定員等が制限されることがあります。  
市のホームページでご確認いただくか、公民館にお問合せください。

イベントなどの  
詳しいお知らせは  
こちら



シニア講座(全2回) いつもの暮らしから一歩前進



## 「キャッシュレス」と 「薬とのつきあい方と食」について学ぼう



毎日、現金で買い物をしている方も、もしかしてキャッシュレスの方が便利なのでは?と思ったことはありませんか。キャッシュレスの基本知識とメリット、失敗しないための注意点などを聞きます。さらに、上手な薬の飲み方の工夫、薬とのつきあい方、食の話をうかがいます。専門家の話を聞いて、安心をちょっぴり増やしませんか。

① 11月18日(木) 午前10時~正午	キャッシュレス社会に強くなろう	調布市消費生活相談員 すずき のぶこ さん
② 11月25日(木) 午前10時~正午	薬との上手なつきあい方ってあるの?	薬剤師 じょうたに のりこ さん

- ◆定員 16人 多数抽選
- ◆対象 概ね65歳以上の市民
- ◆申込み 11月6日(土) 午後5時まで電話で受け付け。  
結果は9日(火)以降電話連絡します。



### 歴史講座

## 旅作家 伊佐九三四郎が語る「忠臣蔵」

赤穂浪士討ち入りが行われたのは、江戸時代元禄年間12月。それ以降、『仮名手本忠臣蔵』は江戸時代から文楽や歌舞伎などで日本人に親しまれ、義士祭なども行われてきました。

大石内蔵助と吉良上野介ゆかりの地や墓を訪ねたことのある講師が旅作家の視点で語ります。



### 12月2日(木) 午前10時~正午



義士祭の様子

◆講師 伊佐 九三四郎 氏

1932年、東京生まれ。藪山から雪山まで自然に親しみ「歴史と風土に根ざした人間の生活」をテーマに登山、旅を続け、紀行、随想などを書く。早稲田大学文学部卒。日本山岳会、武蔵野文化協会会員。主著に『武蔵野の散歩道』『モロッコの風』『大河紀行荒川』『山々の財産』『野山の食卓』など多数。歌集『熱帯の山 寒冷の国』も話題になっている。

- ◆定員 20人 多数抽選
- ◆対象 市民
- ◆申込み 11月16日(火) 午後5時まで電話で受け付け。結果は17日(水)以降電話連絡します。

にもいろいろな講座があります。

文学講座(全2回)

## 市民の書齋 図書館を知ろう 楽しもう



コロナ禍で、「図書館のありがたみが増しました」という声をよく聞きます。来年度50周年を迎える宮の下分館の職員に便利な利用方法やおすすめ本を聞きます。もしも、自分の足で図書館に通えなくなっても、本を借り、音声で本を聴くこともできるそうです。

あなたにとって忘れられない本の話も聞かせてください。



## ① 12月10日(金) 午後2時～3時30分

- 図書館についての基礎知識～宮の下分館の貸出総数は？  
図書館の一日って？
- 知っておきたい図書館の利用方法～  
あなたも将来利用するかもしれない便利な方法

## ② 12月17日(金) 午後2時～3時30分

- 大人も読みたい児童書の紹介
- あなたにとって忘れられない本とは…

◆ 講師 調布市立図書館宮の下分館 司書

◆ 定員 申込み順 16人

◆ 申込み 11月6日(土) 午前10時から受け付け



体験教室(全2回)

## 和のクラフト 水引で作るお正月飾り

“結ぶ”ことで形作られる水引は、人を結び心をつなぐ縁起の良いものとされています。2回の講座で水引の基本を学び、松・竹・梅をあしらった本格的なお正月飾りを作ります。手づくりの玄関飾りで、新年を迎えてみませんか？

## ① 12月11日(土) 午後2時～4時

【水引の由来と基本の結び】

## ② 12月18日(土) 午後2時～4時

【お正月飾り仕上げ】

◆ 定員 10人 多数抽選 ◆ 費用 2,200円(材料代、当日持参)

◆ 持ち物 ハサミ、あれば手芸用ペンチ、目打ち

◆ 講師 村井 玲子さん(水引講師)

◆ 申込み 11月13日(土) 午後5時まで電話で受け付け  
結果は16日(火)以降電話連絡します。

村井 玲子さん プロフィール

東京水引芸術学院中秀流正教授。現代の水引の会主催。日本の伝統文化としての水引に携わり20年、多くの方に知ってもらうため、生涯学習施設やカルチャーセンターでの講師、展示会への参加など積極的に活動している。



子ども科学教室(全4回)

# もしも原子が見えたなら



『空気』は、どんな形をしているのでしょうか。目には見えない原子や分子について予想や実験をしながら考えます。模型も作ります。講師は、平林浩先生(仮説実験授業研究会会員、著作に「平林さん、自然を観る」など)です。いっしょに学んでみませんか。

① 令和3年12月18日(土)	もしも原子が見えたら 空気はどんなふうに見えるか
② 令和4年1月8日(土)	空気を一億倍にしたら
③ 令和4年1月29日(土)	空気を作る原子、分子
④ 令和4年2月12日(土)	空気をつくる原子分子の模型作り

- ◆時間 午前10時～正午
- ◆定員 申込み順 18人
- ◆対象 小学2～6年生
- ◆参加費 1,000円  
(教材費、初回に持参)
- ◆持ち物 筆記用具、水筒
- ◆申込み 11月24日(水) 午前9時から  
電話または直接公民館へ

●平林 浩先生のことばをご紹介します。(「西部公民館30周年記念誌」より)

公民館で科学教室をやる意味はあるのでしょうか。学校でもなく学習塾でもなく、公民館だからこそできることです。

地域の子どもや大人たちが、その人生を豊かにするような科学を学べる場を作ることです。わくわくするような新しい世界に眼を開かれる楽しさ、自分が生きているこの世界はどうなっているのか、科学の目で見る楽しさを味わえるような科学を学ぶところです。そして、誰もがひとつしか持っていない人生を自らが決めて生きられるような科学的な考え方、ものごとの見方、知識を少しでも身につける場であってほしいと願っての学びの場を、みなさんと共に創っていくのが、公民館が科学教室をやる意味ではないかと考えています。学び続けることが生きることだと思っています。



## 公民館をホッとできる居場所に～ご協力に感謝しつつ進めてまいります。

### ロビーで読書はいかが? 寄贈本が加わりました。

- 「在宅ひとり死のススメ」(上野千鶴子)
  - 「古い才覚」(曾根綾子)
  - 「いくつになっても夢を描きたい」(松浦幸子)
- など貸し出しも可。



### 花や植物が少しずつ増えて 緑化が進んでいます。

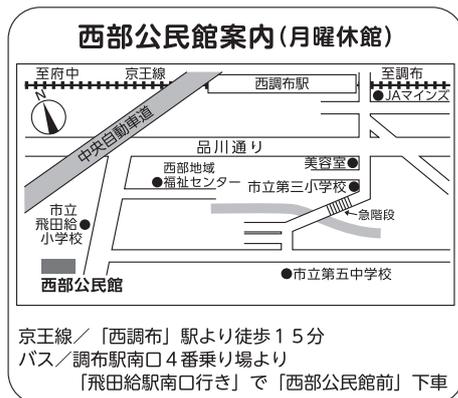
ご自宅などからおすそ分けいただいた植物たち、公民館へようこそ!

- リュウノヒゲ ●シュスラン ●ギボウシ
- タチアオイ ●アガパンサス ●カンナ など



公民館でしばらく会えなかった方に、街中で偶然お会いしました。思わず声をかけて立ち話に。一人暮らしの彼女は心配事も話して少しほっとしたようでした。私自身も心が和んだひと時、気づくと秋明菊が咲いていました。MK

あ／と／が／き



◆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。

◆夜間区分は、11月6日(土)午後6時30分到着分まで有効とします。

◆午前9時到着分まで有効とします。(土)午前9時到着分まで有効とします。

◆1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。11月6日(土)午前9時到着分まで有効とします。

### 1月分の会場申請受付