

# 北の杜通信

2月号

No. 363

2020年(令和2年)2月1日



発行/調布市北部公民館

〒182-0014 調布市柴崎 2-5-18

☎(042)488-2698 FAX(042)488-2787

## 平和フェスティバル



## 未来へのファイロソフィー ～ピアノと父の手紙から～

ピアノの調律師をしていた(語り手の)父が残した手紙を元に、参加者同士で未来について考えます。「ちょうふピースメッセンジャー2019」の報告や、小さなお子様から大人まで楽しめる「さき&まき」さんのコンサートもお楽しみください。

### 第1部 ちょうふピースメッセンジャー 2019 報告会

広島平和派遣に参加した中学生が報告発表します。

### 第2部 ワークショップ～父からの手紙で未来を考える

第二次世界大戦で疎開経験のある市民の父親が残した手紙を戦後の記憶と共に語り、参加者同士で平和について考えます。

ファシリテーター：清水千絵氏 ((一社)つなぐ会会員)

### 第3部 ピアノとバイオリンで奏でる平和コンサート

0歳児から楽しめる親子コンサートを得意とし、子どもたちは自由に動きながらコンサートをを行います。今回は小さなお子様からお年寄りまでが楽しめる日本の曲をメインに演奏します。

出演：さき&まき



- 日程▶ 2月22日(土)
- 時間▶ 午後2時～4時20分
- 会場▶ 北部公民館 第3学習室
- 定員▶ 申込み順 30人
- 申込み▶ 2月6日(木) 午前10時から北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。



## 広島平和派遣ピースメッセンジャー メッセージボード巡回展



広島平和派遣に参加した中学生「ちょうふピースメッセンジャー2019」の平和への想いが込められたメッセージボードを展示しています。2月下旬から3月末にかけては、市内3か所の公民館にて巡回展示を行います。

### 北部公民館での展示期間

2月21日(金)～3月1日(日)

午前9時～午後9時30分 ※月曜休館



文化教室

# 昼下がりのリラックスヨガ

全3回

体の柔らかさ、体力に関わらず、どなたでも体験して頂けるヨガ教室です。シンプルなポーズ、やさしい動き、呼吸を通して、体を感じるということを大切にしていきます。軽い運動をしたいと思っていたけれどまだ見つからない…近くの施設で継続できる運動を探していた…そんなきっかけを探していた方にオススメのクラスです。

●日程 ①3月3日(火) ②3月10日(火) ③3月17日(火)

●時間 午後2時～3時20分

●会場 北部公民館 和室

●講師 樋口 美恵氏 (米国クリパルセンター公認ヨガ講師)

学生時代より、演劇、格闘技を通し、心と体のつながりを学び、その後ヨガの道へ。「否定することなく、今あるままの身体に耳を傾け、受容し、そこにある可能性を育てていく」というアプローチに共感し、米国クリパルセンター公認のヨガ教師となる。現在は、インドの伝統的ヨガを修めたインド人教師の元、古典ヨガを学習中。

●持ち物 バスタオル、飲み物

●定員 申込み順14人

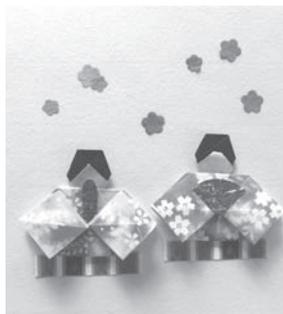
●申込み 2月21日(金)午前9時から北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。



共催事業

## 折り紙体験教室「おひな様」

主催 北部公民館利用登録団体「紙遊びの会」



大人の初心者向け体験教室です。かわいらしいおひな様を折り紙で作ります。いっしょに作って折り紙の楽しさを体験しましょう。

●日程 2月25日(火)

●時間 午前10時～正午

●会場 北部公民館 第1、2学習室

●参加費 500円(2月22日(土)までに公民館へ持参)

●持ち物 はさみ、ボンド

●定員 申込み順15人

●申込み 2月6日(木)午後1時から北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。

北の杜ギャラリー

開館30周年記念展示



## 絵手紙花の会 秋桜作品展

春の芽吹き、節句

月2回の活動で、はがき等に花や身近な物などを描き、優しい言葉を添える絵手紙を楽しんでいます。ぜひご見学にもいらしてください。

**展示期間** 2月14日(金)正午まで  
午前9時～午後5時 ※月曜休館

芸術鑑賞講座

全2回

# え 画をかくことは美の発見

## ～武者小路実篤の画をかく喜び～



武者小路実篤は、描く時には必ずモチーフを見つめ、一筆一筆心を込めて描きました。一見拙くも見える実篤の絵の描き方を知ると、実篤が何に感動し、何を表現したかったかがわかります。講座では公民館で学芸員による講義と、仙川の武者小路実篤記念館で作品鑑賞を行います。

- 日程 ①3月14日(土) 北部公民館で講義
- ②3月21日(土) 武者小路実篤記念館へ見学
- ※基本的に現地集合・解散

入場料：大人 200 円、小・中学生 100 円、65 歳以上無料

- 時間 午前10時～正午
- 講師 伊藤 陽子氏(武者小路実篤記念館学芸員)
- 定員 申込み順20人
- 申込み 2月21日(金) 午前9時から北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。



### 報告

[12/5(木)、12(木) 全2回実施]

#### 市民の暮らし講座

### 「江戸の水をたどる歴史散歩 ～神田上水を知ろう、歩こう～」

落合<sup>おおみ</sup>大海氏(「深大杜の塾」主宰)を講師に迎えて講座を実施しました。第1回目には、「神田上水を知る」と題して、江戸の絵図や地図、史料を元に、神田上水の成り立ちについて学習しました。第2回目には、実際にその資料の現場(江戸川橋駅から水道橋駅付近まで)を歩き、落合大海先生の解説を交えながら「歴史散歩」を楽しみました。



#### 【参加者の声】

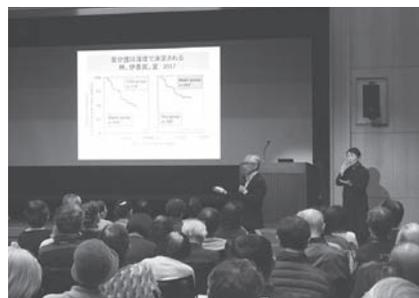
- 資料をたくさん準備して下さり、歴史を紐解く落合先生ならではの観点もお話し頂き、大変充実した時間だった。歴史散歩では、実際にその場に行き、その場でお話しただけだったので大変わかり易かった。(70代男性)
- 大変満足です。歴史散歩ではお天気に恵まれ、都内の紅葉を楽しみながら歴史について学ぶことができました。また他のテーマでも参加したいです。(50代女性)

### 報告

#### 調布市公民館三館合同事業

### 「人生百年時代 生き方の秘訣 ～ピンピンコロリかネンネンコロリか～」

12月6日(金)午後、星<sup>たんじ</sup>旦二さん(首都大学東京名誉教授)による講演会を、調布市文化会館たづくりで開催し、159名の参加がありました。講演の前には、調布の公民館の活動紹介も行いました。星先生は、健康長寿になるための秘訣は日々の生活習慣の中にあるといいます。健康な歯を持つこと、暖かな家に住む



こと、学習する意欲と夢、人とのつながり、触れ合いなど、長寿になる要素をその多様なデータを基にユーマーを交えてお話しいただきました。

#### 【参加者の声】

- とても参考になる気持ちで前向きで元気になる内容でした。これから実践していきたいと思いました。(50代女性)
- 健康のポイントをわかりやすく話して頂きました。継続は力なりの大切さ、自己責任で行動しなければと感じました。また、習慣を見直す必要性を感じました。全体を通して納得することが多い内容でした。(70代男性)

会場申込みの受付開始日		
令和2年	4月分	2月6日(木)
	5月分	3月6日(金)
	6月分	4月7日(火)
	7月分	5月7日(木)
	8月分	6月6日(土)
	9月分	7月7日(火)
	10月分	8月6日(木)
	11月分	9月8日(火)
	12月分	10月6日(火)
令和3年	1月分	未定
	2月分	予定が確定しましたら、お知らせいたします。
	3月分	
	4月分	2月6日(土)

### 公民館の施設利用の仕方について

公民館は、さまざまな学習や文化活動を行う生涯学習の場として、また生活文化を高め、地域の連帯を深める事業を行う場として利用されています。

北部公民館には、学習室、和室、茶室、音楽室、美術室等があり、申込みは使用希望日の属する月の2か月前の6日(6日が日曜日、月曜日【休館日】、祝日の場合は、直後の開館日)から、使用日当日まで受け付けします。

申請する方(団体代表者でなくても可)は直接窓口で手続きをしてください。なお、公民館は社会教育施設であるため、個人での使用、営利や食事、酒宴を目的とする催し・集会・塾などの、また特定の政党・宗教の支援や利害に関する事業等には使用できません。

#### 調布市ホームページ

<http://www.city.chofu.tokyo.jp>にも公民館欄がありますのでご覧ください。

⇒観光・文化・スポーツ⇒生涯学習⇒各公民館

調布市の公民館  検索

## お知らせ

### ■ 4月分の会場申込み

2月6日(木)午前9時から直接公民館へ。夜間の部の利用申込みは午後6時30分からです。なお、希望が重複した場合には、その時点で話し合いまたは抽選をして決めていただきます。



- バス停案内
- ・つつじヶ丘駅北口←→丘21(深大寺行)「見華学園」下車徒歩6分
  - ・調布駅北口←→調35(杏林大学病院行)「見華学園」下車徒歩6分
  - ・調布駅北口←→調36(上ノ原小学校行)または調37(深大寺住宅行)「上ノ原公園下」あるいは「都営柴崎二丁目住宅前」下車徒歩3分

## 北部公民館 1階フロアに新たに北の杜憩いのスペースができました



北部公民館では施設の利用をはじめ、たくさんの方々が無言に訪れていただけるような公民館作りを進めています。1階の展示ギャラリーの向かいに、憩いのスペース及び書籍・雑誌コーナーを設置しました。公民館でごゆっくりお過ごしください。なお、こちらの飲食はご遠慮ください。