

# 北の杜通信

4月号

No. 353

2019年(平成31年)4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

## 親子ふれあい教室

### 2歳から3歳児向け

# Hipmicでリズム&ダンス体験 (全3回)



ヒップ ミック  
Hipmicとは、ヒップホップのリズムとリトミックの要素を取り入れたもので、子どものリズム感や創造性、協調性を育むプログラムです。ストレッチ、手遊び、バルーン遊び、チアダンス体験など、親子で楽しめるものがもりだくさん!真似をしながら遊びながら、運動する楽しさを身につけます。



講師:山田 里菜氏 (Hipmic 認定インストラクター)

11歳よりダンスを始め、その後バレエ・ジャズ・ヒップホップ・チアダンスを学ぶ。現在は、日本チアダンス協会公認インストラクターとして活動する。幼児から社会人のダンス指導や派遣レッスン、非常勤講師などを行っており、コリオグラファー(振付師)として指導チームを全国大会へ導く。



▲バルーン遊びの様子

- 日程 ①5月18日(土) ②6月1日(土) ③15日(土)
- 時間 午前10時30分~正午
- 会場 北部公民館 第3学習室
- 対象 2歳から3歳児とその保護者
- 持ち物 動きやすい服装(裸足になれるような恰好で)、飲み物、汗拭きタオル
- 定員 申込み順10組
- 申込み 4月23日(火)午前9時から電話または直接北部公民館へお申込みください。

### 北の杜の豊かな自然の中で 地域に愛される公民館を目指して

北部公民館は緑豊かな上ノ原地域に平成元年6月に開館しました。この間、各種講座・教室の企画、地域文化祭の開催等を通して、様々な学習機会や活動の場を提供してまいりました。

開館31年目を迎える今年度は、公民館を拠点に活動する皆さまと連携を図りながら、四季折々の自然豊かな環境を生かした事業、市民が参加・企画する講座の充実に努めながら、地域に根差した公民館事業を展開します。

### 公民館で共に学び・集い・交流しよう

#### 安心子育て:

地域で安心して子育てができるよう楽しく交流できる家庭教育事業を実施します。

#### 子どもたちの学び:

様々な分野に興味が持てるような体験型教室を実施します。

#### 調布ゆかりのアーティストとの交流:

コンサートや絵画、工芸等の教室等で、地域で活躍中の講師や演奏者と交流しながら学び、楽しめる事業を実施します。

#### 地域を知る・課題を共有する:

地域団体と協働で地域に関わることを共有しながら交流できる事業を実施します。その他、国際理解講座、平和事業、文化講演会など実施していく予定です。

**歴史講座 (全3回)**

**激動幕末史の隠れた偉人たち**

幕末から明治維新の激動といわれる時代の歴史研究が現在も進んでいます。その時代をさらに理解する上で新たに注目すべき人物3人について専門家が解説します。

- 日 程
  - ①4月26日(金) こまつ たてわき 小松 帯刀 (薩摩藩)
  - ②5月10日(金) よしだ みねまる 吉田 稔麿 (長州藩)
  - ③5月17日(金) いわせ ただなり 岩瀬 忠震 (幕府)
- 時 間 午後2時～4時
- 会 場 北部公民館 学習室
- 講 師 町田 明広氏 (神田外語大学准教授)
- 定 員 申込み順 36人
- 申込み 4月10日(水) 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。

**健康教室 (全4回)**

**保育付き**

**骨盤シェイプアップで体幹を鍛えよう!**

ゆっくりとしたストレッチで腹筋を鍛え、バランスの良い身体作りを目指します。

- 日 程 ①4月23日(火) ②5月7日(火)  
③5月14日(火) ④5月21日(火)
- 時 間 午前10時30分～正午
- 会 場 北部公民館 学習室
- 講 師 高松 光子氏 (健康運動指導士)
- 定 員 申込み順 20人
- 保 育 1歳6か月以上学齢前まで申込み順5人  
(保育オリエンテーション 4/16(火)  
午前10時30分～親子で要出席)
- 申込み 4月9日(火) 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。



**印刷機操作講習会**



公民館では、市民団体の自主的な活動のため、印刷機の利用サービスを行っています。利用する場合は、講習の修了証が必要となりますので、希望する団体は、講習をお受けください。(営利及び個人的な目的の印刷は不可です)

- 日 程 4月13日(土)  
午前10時～11時
- 会 場 北部公民館 美術室
- 定 員 申込み順 15人
- 申込み 北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。

印刷機講習会修了証をご提示いただければ、北部・東部・西部公民館、及び文化会館たづくりの印刷機を使用することができます。

**平成31年度 成人学級・高齢者学級開設**

**【成人学級】**

市民の自主的な企画・運営と相互学習による活動を援助します。開設を承認した学級には予算の範囲内で講師料を助成、会場・保育などをご提供します。

**【高齢者学級】**

高齢者の自主的な学習活動と高齢者同士の仲間づくりを援助します。開設を承認した学級には予算の範囲内で講師料を助成、会場などをご提供します。

**～両学級共に～**

- 対 象 / 市内在住、在勤の方 10人以上のグループ  
(高齢者学級は概ね 60歳以上)
- 要 件 / ①5月から平成32年3月まで10回(20時間)  
以上の学習を行うこと  
②学習テーマが社会生活に関することや教養を高めるものであること  
③1年間の学習計画が立てられていること  
④政治・宗教活動及び営利を目的としないこと
- 申込み⇒申請書類(各公民館で配布)に必要な事項を記入し、4月25日(木)までに開設を希望する公民館へ持参

報告 市民文化教室

# 初めてのフラワーアレンジメント～ひな祭り風ミニアレンジ

(2月21日・28日(木) 全2回実施)



【参加者の声】花に興味のあった母の付き添いで参加しました。1回目から楽しくなり、私自身がお花に興味を持つようになりました。(40代)



フラワーアレンジメント講師の田村綾子さんを迎えて、テーブルに飾れるひな祭り風アレンジメントを作りました。チューリップをお雛様に見立て、折り紙で衣装をつけ、スイートピーや小さな菊、青麦などであしらった可愛いアレンジメントで、参加者の皆さんは家で飾るのを楽しみに制作していました。



成人学級調布旬菜会展示

# 農の生け花展

(2月22日(金)～27日(水) 5日間実施)



昔ながらの農具や生活道具といっしょに、季節の野菜や草花を活ける展示を行いました。テーマは「春の息吹」、梅や桜、マンサク、ネコヤナギ、菜の花やフキノトウなど、色も香りも春を充分楽しめる展示となりました。



↑右側が田の草刈機。田に植えた苗と苗の間を通りながら水中の草を採ります。左は箕。



↑昔の糸巻きに芽キャベツをいけました。芽キャベツの植物そのものは普段なかなか見られないので、注目されていました。

市民文化教室

# 春を楽しむ素敵なイースターエッグ作り

(3月1日(金)大人対象・2日(土)親子対象実施)



エッグアーティストの齋藤泰子氏を講師に迎えてイースターエッグ作りを実施しました。大人対象教室ではガースの卵で、親子対象教室では鶏卵を使って、和紙を飾りばさみで小さく切り一枚一枚をボンドで貼り付けて作りました。

【参加者の声】身近にある卵がきれいな卵に変わることはすごいことだと思いました。細かく和紙を切って卵に貼るといった発想がいいので、もっといろいろな方法で作ってみたいと思いました。(10代女子)

目白大学心理カウンセリング学  
学科教授の小野寺敦子先生を招  
いて、講座を実施しました。「今  
の自分でいい、好きだ」という  
自尊感情を高めること、劣等感  
や挫折することがあったとき前  
向きに柔軟に受け止め考える力  
(エゴ・レジリエンス)について  
お話されました。小学4年生が、  
知的にも心理的にも大きく成長  
する時期で、その変化を親は見  
守り、対応していく大切さを学  
びました。

家庭教育教室 (2月15日・22日(金) 全2回実施)  
『小学生の心を育てる～自尊感情EFT・レジリエンス』

【参加者の声】  
子どもをよく観察するようにな  
りました。日々、変わっていく子  
どもの態度にときどきありますが、成  
長している証拠だといふふうで考  
えるようになりました。ポジティ  
ブに考える大切さも学びました。  
(40代女性)  
・小学生の孫を夜まで預かって見  
ているので講座に参加しました。  
エゴレジリエンスのことを知り、  
子どもの良い点をできるだけ見  
つけてあげて、能力・人間力を伸ば  
してあげようと思いました。  
(60代男性)

### 公民館運営審議会だより

平成31年第1回定例会が1月29日に西部公民館で行われました。(出席委員10名、欠席1名、傍聴者2名)

日程第1の報告事項は、はじめに東部公民館長から平成30年11月から12月の各公民館の利用状況について報告があり、前年と比べると事業実施時期の変動に伴う増減はあるものの、概ね前年並みの実績とのことでした。

次に、各館の館長から平成30年11月から12月分の各館主催事業の報告がありました。事業内容と共に参加者アンケートの感想が紹介されましたが、参加者からは好評とのことでした。また、委員からは事業についての質問や複数回連続で参加する必要がある講座への意見などがありました。

続いて、平成30年度調布市民文化祭についての報告がありました。中でも文化フェスタについては委員の関心も高く、ラグビーワールドカップや東京2020オリンピック・パラリンピックも開かれることから、外国から来た人の興味を惹くイベントなどが考えられないかななどの意見がありました。

報告事項の最後に、平成30年度社会教育委員の会議第5回定例会についての報告がありました。

日程第2の協議事項では、平成31年度調布市公民館事業計画(素案)についての協議がなされました。

各公民館長からの説明の後に、委員からは事業の効果的な周知方法や中高生向け事業などについての意見がありました。

次回の第2回定例会は平成31年4月23日(火)の午後2時より北部公民館で開催されます。

(杉山宏樹)

### お知らせ

#### ■ 6月分の会場申込み

4月6日(土)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。

#### ■ 北部公民館利用者懇談会及び利用団体連絡会(総会)を行います

- 日時 4月6日(土)午後1時30分から
  - 会場 北部公民館 学習室
- 利用登録団体の代表の方は必ずご出席くださいますようお願いいたします。



- 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

### 子ども科学教室

## はーん?反射ってなんだろ 水の万華鏡をつくらう

面が自由にたわむ鏡や、凹凸面鏡、魔鏡、自作の青銅鏡などを使って、光の反射の実験をします。また、ビーズを使って水の万華鏡を作ります。

- 日程 5月18日(土) 午前10時~11時30分
- 会場 北部公民館 美術室
- 講師 坂口 美佳子氏(科学読物研究会会員)
- 対象 小学生
- 参加費 250円(当日集めます)
- 持ち物 えんぴつ、はさみ、セロテープ、のり、ラップの芯、持ち帰り用ビニール袋
- 定員 申込み順24人
- 申込み 往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学年を明記。北部公民館「子ども科学教室」係へ
- 締切り 4月30日(火)必着