

北の杜通信

4月号

No. 365

2020年(令和2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

歴史講座

今後の予定事業

古代国家日本を考え、武蔵国分寺跡と古道を歩く

今年は『日本書紀』編纂1300年にあたります。これを機会に、古代国家日本について考えてみませんか。私たちの住む多摩の古代は、武蔵国分寺によくあらわれています。その姿を、文献や遺物、地形などをてがかりに、実際に武蔵国分寺跡と古道を歩き、みなさんと探っていきたいと思います。

●日程 ①5月22日(金) 午前9時30分～午後2時30分 ※歩く距離: 6Km程度

内容 まちあるき ルート JR線「西国分寺駅」改札前集合 → 東山道武蔵路跡 → 国分寺 → 武蔵国分寺公園内「武蔵国分寺跡資料館」 → お鷹の道 → 古代国分寺跡見学 → 文化財資料展示室 → 昼食(各自) → 国分尼寺跡、鎌倉街道 → 解散(国分寺駅まで徒歩)

※持ち物: 筆記用具、歩きやすい服装と靴で参加、雨具

※雨天の場合は、北部公民館で講義を行い、

「まちあるき」は29日(金)に実施します。

②5月29日(金) 午前10時～正午

講義会場 北部公民館 学習室

●講師 落合 大海氏(日本史研究家、「深大杜の塾」主宰)

●参加費 100円(全2回分資料代、当日集金)※武蔵国分寺跡資料館の入場料100円と昼食代900～1,200円は各自現地で支払い

●定員 申込み順15人

●募集日時は未定です。



ご注意

北の杜通信4月号及び市報4月5日号以降掲載の公民館事業については、状況に応じて中止及び延期となる可能性がありますので、ご理解ご了承いただきますようお願いいたします。また募集時期未定のは、今後の市報及び調布市ホームページ等で情報を確認くださいますようお願い申し上げます。

4月の公民館の主催、
共催事業は全て中止します。
公民館利用者の皆様へ

このたび、「市が主催するイベント等の開催に関する対応方針」に基づき新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、令和2年4月30日までに実施予定であった公民館が主催する事業を全て中止とさせていただきます。

今後の事業実施につきましては、調布市の方針に沿って、適宜、判断してまいりますので、調布市ホームページ等で情報を確認くださいますようお願い申し上げます。

なお、各施設は、通常どおり、ご利用いただけます。

また、サークル活動等で公民館に来館される際には、ご自身で用意可能な方はマスクを着用ください。さらに咳をするときには、ハンカチ、タオル等で口元を覆い、咳エチケットを遵守くださいますようお願いいたします。体調がすぐれない場合には、無理をして来館されることがないようにお願い申し上げます。

東部公民館長
西部公民館長
北部公民館長

北部公民館 講座、教室等の中止のお知らせ

北の杜通信3月号、市報3月20日号掲載の
4月実施予定事業で、中止のものは以下のとおりです。

芸術鑑賞講座

「西洋文明とオリンピックのルーツ ～古代ギリシャの美術と文化」(全3回)

日程▶①4月7日(火)②4月14日(火)③4月21日(火) 時間▶午後2時～4時

文化教室

「えんぴつ1本でスケッチ入門教室 ～セザンヌ名画の模写に挑戦」(全2回)

日程▶①4月9日(木)②4月23日(木) 時間▶午前10時～正午

健康教室

「初めてのウォーキング ～骨盤を意識した歩き方でゆがみのない体づくり」(全4回)

日程▶①4月21日(火)②4月28日(火)③5月12日(火)④5月19日(火)

時間▶午前10時30分～正午

印刷機操作講習会

日程▶4月11日(土) 時間▶午前10時～11時

令和2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公民館の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公民館の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月から令和3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)に必要事項を記入し、4月22日(水)までに開設を希望する公民館へ持参

北の杜ギャラリー



絵手紙花の会「もみじ」 作品展

展示期間 3月27日(金)～4月12日(日)
初日は正午から、最終日午後2時まで

北部公民館で活動している新しい絵手紙サークルです。楽しく活動しております。初心者大歓迎です!!

(4月21日(火) 午前10時から体験レッスンあり。予約不要)

活動日: 毎月第3(火) 午前10時～正午
会場: 北部公民館 学習室



報告

市民の暮らし講座

【1月28日、2月4日、18日(火) 全3回実施】

文章上達にチャレンジ～自分の言葉と向き合ってみよう～



【参加者の声】

- 日本語の基礎を復習できました。(50歳代男性)
- 客観的に自分の文章を見直すことが難しいので、今後の参考になりました(40歳代女性)

日本学芸大学名誉教授の荒尾禎秀先生に全3回の講義を頂きました。講座では、文章を書く前の心構え、執筆中に自分でできるチェックポイント、書いた後の最終チェックのお話しからスタートしました。講座の中では、新聞に掲載された短いコラム(作家、小池真理子作)が紹介され、一般的に「上手!」と言われる文章の事例が紹介されたり、看板や商品の説明書きの写真のスライドで見ながら、言葉や漢字の使い方について学んだり、「自分の言葉と向き合う」ためのヒントを頂ける講座でした。

いきいき講座

【2月14日、21日(金) 全2回実施】

食べることは生きること～食べやすい調理法を学ぼう～



調理士の工藤由美さんを講師に迎えて、高齢者施設での調理方法を参考に、家庭でも作れる飲み込みにも不安が少ない、美味しい料理を学びました。会場は国領の市民プラザあくろす調理室で実施しました。



↑さわらの山路焼、里芋のねぎ味噌和え、押し麦サラダの3品とイチゴケーキのデザートを添えて。山路焼はとろろ芋をかけています。



↑松風焼き、人参しりしり、くずし豆腐の3品を作りました。松風焼きにはあんかけをかけて仕上げました。

★身近な食材(パン)で飲み込みやすさの食べ比べをしました。生食パンとトーストしたもの、パンの耳有り・無しで、スープに漬けたりジャムをつけたりして、食べやすさを体験して学びました。

【参加者の声】

- 飲み込みやすさの実験はわかりやすくて大変良かったです。家族以外にも伝えたい。自分の献立にも率先して取り入れていきたいです。(40代・女性)
- 皆さんと調理することが楽しかった。食事介助をしているので大変勉強になりました。(60代・女性)
- レシピが増えて、今後はとろみのある食にも挑戦したいと思った。(50代女性)
- 冷凍食品でうまく調理できることを知りました。食材をいかに時短して美味しく調理するか、食の楽しみ方を学びました。(70代・女性)

健康講座

【1月7日、21日、2月4日、18日(火) 全4回実施】

転ばないための
ロコモ体操にチャレンジ



講師・高松光子さん(健康運動指導士)による楽しく運動できる教室です。

【参加者の声】

- 先生のユーモア溢れるお話しと無理ない運動で楽しい時間が持てました。(80歳代女性)
- 楽しい教室でした!体は動かさないと駄目ですね。日々気を付けたいと思います。(80歳代女性)

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1回定例会が、1月28日に西部公民館において開催されました。(出席委員9名、欠席1名、傍聴者1名)

日程第1の報告事項では、はじめに東部公民館長から11月から12月分の各公民館の使用状況の報告がありました。文化祭など事業実施時期による部分的な増減があるものの、概ね前年並みの実績とのことでした。

次に各公民館から11月から12月分の事業報告がありました。これに対し、委員から同じ日程で東部の家庭料理教室と西部の体験教室が同じおせち料理を取り上げていることについて質問がありました。これに対し、時節柄、偶然に重なったとの説明がありました。

また、東部市民講座で「SNSにも挑戦！初心者向け写真講座」は、今の時代にマッチした内容との意見があり、投稿希望者の年齢層について質問がありました。これに対し、年齢層は、30代、40代、50代が1名ずつ、その他は60代以上であったと回答がありました。

その他、北部公民館のギャラリーは展示がないと暗く感じるので展示方法を工夫してはとの意見がありました。

次に令和元年度市民文化祭について、続いて、令和元年度社会教育委員の会議第4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、令和2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。

次回の公民館運営審議会定例会は、令和2年4月28日(火)午後2時から北部公民館で開催されます。

(横山美紗子)

お知らせ

6月分の会場申込み

4月7日(火)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)「児華学園」下車徒歩6分
 - ・調布駅北口←→調35(杏林大学病院行)「児華学園」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

今後の予定事業

宇宙ってどんなところ？

～暗闇でポワッと光る星座カードをつくらう～

宇宙と星について実験を通して学びます。
今回は暗闇で光る「夏の星座」カードを作ります。

- 日程 5月16日(土)
- 時間 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(科学読物研究会運営委員長)
- 対象 小学生
- 参加費 100円(当日集めます)
- 持ち物 えんぴつ、セロテープ
- 定員 12人(抽選)

募集時期、方法は未定です