

# 北の杜 通信

11月号

No. 384

2021年(令和3年)11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



メールアドレス

北の杜通信は  
調布市ホームページで  
閲覧できます。

Eメール:hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp

調布市男女共同参画推進課・北部公民館共同事業

## グアテマラの女性たちの暮らしと布 ~グアテマラに魅せられて~

### 小林グレイ愛子写真展・鮮やかな手仕事の品々

北部公民館は本展示期間☆Viva☆グアテマラ月間です

グアテマラで女性の支援活動を行うタペストリー織物作家、小林グレイ愛子さんが撮影した女性たちの暮らしや布を写した写真38点を展示します。また、グアテマラ出身の保科マリア・ホセファさん所有の民族衣装や陶磁器等の生活雑貨を併せて展示します。Vivaグアテマラ@北部公民館で楽しみましょう!

●展示期間 **11月12日(金)~12月9日(木)**  
※月曜日休館

●時 間 **午前9時~午後8時**

●会 場 **北部公民館 1階 北の杜ギャラリー**

#### 出展者 小林グレイ愛子 氏

東京都生まれ。女子美術大学洋画科卒。タペストリー織物作家として、国内外で個展を開催。グアテマラの女性の織り手を支援することで、女性の自立に向けた活動を行ってきた。現在は米国在住。



▲子ども用の衣装



▲普段の生活で使用している陶器



#### 出展者 保科マリア・ホセファ 氏

グアテマラのサンタクルス・デルキーチェの出身。日本人のパートナーとの結婚を機に調布市に移住。中学生の母であり、公民館の学習活動にも積極的に参加している。

#### 成人学級「Multicultural Study Group」公開講座

### 私が伝えたいグアテマラの魅力

●日 程 **11月19日(金) 午後2時~4時**

●会 場 **北部公民館 第1、2学習室**

●語り手 **保科マリア・ホセファ 氏** (グアテマラ出身、調布市在住)

●ファシリテーター **壽賀 一仁 氏** (一般社団法人あいあいネット専務理事)

●定 員 **申込み順15人**

●申込み **11月6日(土) 午前10時から北部公民館へ電話か窓口にてお申込みください。**



グアテマラの女性として今感じる母国への愛、民族と暮らしについて、出展した品々を手にとりながらお話しします。

## 健康教室

# 無理なく続けるウォーキング講座

## ～骨盤を意識した歩き方でゆがみのない体づくり～

美しい姿勢は、それだけで清々しく、そして若々しく見えるものです。ウォーキングを行うには、ただ「歩く」だけでは不十分です。骨盤を意識し、ゆがみを最小限に抑えるウォーキングのコツをマスターし、ゆがみのない体づくりを目指しましょう。

●日程 ①11月30日(火) ②12月7日(火) ③14日(火) ④21日(火)

●時間 午前10時30分～正午 ※雨天の場合は室内で実施

●対象 60歳以下の市民の方

●講師 たかまつ みつこ 高松 光子 氏 (健康運動指導士)

●持ち物 運動靴(外履き用)、タオル、飲み物、バスタオル(ストレッチで使用)、貴重品を入れるポシェットあるいはウエストポーチ

●定員 15人(多数抽選)

●申込み 往復はがきかEメールで、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、〒182-0014 調布市柴崎2-5-18 北部公民館「健康教室」係へ。

●締切り 11月15日(月) 必着

北部公民館メールアドレス及び二次元コードは1頁の表題欄にあります➡



## 子ども科学教室

# 羊のおくりもの

## ～羊のマスコットと原毛の標本をつくろう

今回の子ども科学教室のテーマは「羊」。いろいろなものと見比べ触ってみながら考えます。羊の毛の標本とマスコット作りも行います。(標本づくりの羊の毛は洗ったものを使います。)

●日程 12月11日(土) 午後2時～3時30分

●会場 北部公民館 美術室

●対象 小学生

●講師 さかぐち みかこ 坂口 美佳子 氏

科学読物研究会運営委員長。平成10年から北部公民館で年に数回実施している小学生向け科学実験教室の先生です。年間250回以上の科学講座を全国各地で開催し「科学の楽しさ・面白さ」を人々に伝える伝道師です。

●持ち物 えんぴつ、汚れても良いタオル、持ち帰り用袋

●参加費 100円(材料費、当日集めます)

●定員 12人(多数抽選)

●申込み 往復はがきかEメールに、参加する子どもの氏名(ふりがな)、年齢(学年)、住所、電話番号を明記し、〒182-0014 調布市柴崎2-5-18 北部公民館「子ども科学教室」係へ。

※はがきまたはEメール1件につき1名での応募

●締切り 11月26日(金) 必着

北部公民館メールアドレス及び二次元コードは1頁の表題欄にあります➡



## 市民の暮らし講座

※北の杜ギャラリー展の関連ワークショップです。

# 科学のことばを見つけよう！

## ～「科学道」本の紹介カード作り

「科学道100冊」図書展関連企画！  
「科学道」にある本を使って、科学を自分のことばで表現してみませんか。難しい作業は一切なし！小学生から大人までご参加頂けます。

- 日程 12月18日(土)  
午後1時30分～4時30分
- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 講師 さとう たけひろ 氏 (山梨学院大学学習・教育開発センター  
特任准教授/学芸家)



文章づくりの  
レクチャーもします！  
「科学好き」「本好き」の方、  
そうなって欲しいと願う  
保護者やお子さん、  
ぜひご参加ください。

- 対象 小学生以上  
興味のある方どなたでもどうぞ！
- 定員 申込み順14人
- 申込み 11月24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。

12月14日(火)から北の杜ギャラリーで  
「科学道100冊」図書展

を開催予定です。



今年も科学の本100冊が集まる「科学道2021」が北部公民館にやってくる！人と出会い、集う公民館で、時には「本」と出会ってみませんか。おとなから子どもまで楽しめる科学の本100冊をご覧ください。

**ご注意** 貸し出しは行いません。本をその場で手に取り見て頂くことができます。

## 東京都共催事業

## シニア向け スマートフォン講習会



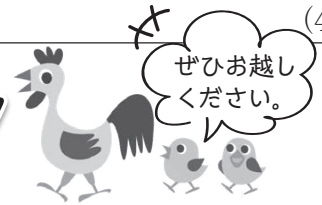
- 日程 12月5日(日)  
Aコース：午前9時～正午  
Bコース：午後1時30分～4時30分

- 会場 北部公民館 第1、2学習室
- 対象 スマートフォンを利用していない又は通話等の基本機能のみ利用している60代以上の方
- 講師 東京都派遣のスマートフォン講師
- 持ち物 筆記用具
- 定員 各コース申込み順10人(無料)
- 申込み 11月24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。

初めてでも安心！  
持っていない方大歓迎！  
スマートフォンをさわってみたい。  
もっと便利に使いたい。  
そんな声にお応えします。

当日は、都が準備するスマートフォン機器を使っての講習となります。

# 北部地域文化祭が開催中!



●期間 **10月30日(土)～11月7日(日)**  
**午前9時～午後5時**  
 (月曜休館、最終日は午後3時まで)

館内では、陶芸、絵画、絵手紙、手工芸、折り紙、生け花などの作品のほか、上ノ原まちづくりの会、健全育成推進上ノ原地区委員会、上ノ原地区子ども会連絡会、成人学級の活動報告展、また隣接する神代中学校や晃華学園、調布城山保育園による作品の展示があります。

**ご来館の際は**  
**マスク着用・ソーシャルディスタンス・**  
**検温＆手指消毒・来館者票の記入の**  
**ご協力をお願いします。**

文化祭開催期間中は、一般の方の駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。  
 自転車の方は、裏門からお入りください。

内容	日程
TTB LIVE 2021 in 北の杜 【先着15人】	10月30日(土) 11:00～12:00
カードゲームdeディスクカバー調布! 地元発の面白ゲームと、調布郷土かるたを大人対象に行います。 【各回先着16人(かるた先着8人)】	10月31日(日) 10:00～12:00 14:00～16:00
筋肉体操、ストレッチ実習【先着5人】	11月2日(火) 10:30～11:45
三公民館オンライン座談会【先着10人】	11月2日(火) 14:00～15:00
ラベンダーサシェのキット配布 【先着60人、無料】	11月3日(水) 10:00～15:00
朗読公演【先着17人】	11月3日(水) 10:30～12:30
映像コンサート【毎回先着18人】 (1回1時間15分、1団体15分程度、映像上映します。ウクレレ、ドラム演奏、コーラス、地域活動等の映像作品です。)	11月4日(木) 10:00～11:15 14:00～15:15 11月6日(土) 10:00～11:15 12:30～13:45 15:00～16:15
サステナブルを考える会公開講座 【先着9人】	11月5日(金) 10:00～12:00
コーラス【先着7人】	11月5日(金) 15:10～16:00
語り発表「私は〇〇についてこう思う」 【先着14人】	11月7日(日) 9:30～11:30

※文化祭パンフレットに記載されているゴスペルコーラス(10月30日)とコーラス(11月7日)は中止となりました。

## 公民館で草取り&種まきしました

秋を迎え文化祭前に敷地内の草取りを利用団体の皆さんと行いました。ご協力いただきありがとうございます。また小松菜、はつか大根、ビーツなど植物の種をまきました。農家の畑地が広がる北部公民館周辺地域へのオマージュとして、農作物の種を植えて、成長観察をしていきます。温かい目で見守ってください。



## 調布市シェアサイクル始めました

北部公民館の裏門自転車置場近くに白い自転車が登場しました。ステーション間で片道利用できる自転車サービスです。会員登録すれば、どこかのステーションでも貸出、返却ができます。電動アシスト自転車15分70円、最大12時間1,000円。なお、北部公民館のステーション利用可能時間は午前9時から午後9時30分。(月曜日休館)

お問合せ➡シェアサイクル コールセンター  
**電話:050-3821-8282**



バス停案内  
 ・つつじヶ丘駅北口↔丘21(深大寺行)「晃華学園」下車徒歩6分  
 ・調布駅北口↔調35(杏林大学病院行)「晃華学園」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

## お知らせ

### 令和4年1月分の会場申込み

会場使用申込みは、申請書の郵送などによる事前提出の方法となっています。実施手順と申請書は、事前に各サークルへ送付します。案内が未着のサークル、新規申込団体はお問合せください。

午前・午後区分は11月6日(土)午前9時到着分まで有効、夜間区分は同日午後6時30分到着分まで有効となります。

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。