

北の杜通信

8月号

No. 393

2022年(令和4年)8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

上ノ原地区子ども会連絡会 えどう・みどり子ども会主催



手づくり うえのはらカルタ たんてい カルタ探偵 大募集!



調布・上ノ原地区のカルタをみんなで
手作りします。君もカルタ探偵になって
上ノ原にかかわるカルタの読み札ネタを
探してください。

指令2: 読み札にあわせて絵をかこう!
(通信9月号に案内を載せるよ)

子どもたち集まれ~!



指令1: カルタの読み札になる上ノ原の話題(スポット、ひと、もの、など)をさがせ!



たとえば...

(か) かに山には かにがいる ヤゴもいる

(き) 『きょうのひはさようなら』調布でつくられた素敵な歌



投稿先

Eメールでえどうみどり子ども会(下記アドレス)へ
メール本文に氏名・学年も忘れずに。

→edomido.kids@gmail.com

北部公民館利用団体連絡会主催

“北の杜地下室の音楽フェス”の出演者を募集します

北部公民館地下・第3学習室(通称:音楽室)にあるピアノや、
自分の楽器で演奏して、音楽をその場にいる人々と自由に楽しむ
音楽フェスをおこないます。

このフェスへの出演者を募集しますので、以下の要項をご確認
の上、下記のEメールアドレスへお申込みください。



テーマは「どんな演奏でもIt is good!(イネ!)」。完璧ではなく、普通の練習、気軽なノリで、演奏してください。

- 1 出演者(団体)1組持ち時間20分間。6組募集します。(申込み順、8月30日(火)しめ切)
- 2 出演者数20名まで(観客含む)です。
- 3 演奏する楽器はアコースティックのみ。マイク、アンプ等電気を使用するものは不可です。
- 4 ピアノ、譜面台、椅子は公民館設備の貸出あり。
- 5 出演時間1コマ内の発表形式は自由です。伴奏にあわせて歌うことも可です。(マスク着用)
- 6 年齢制限はありません。
- 7 募集時間帯 ① 10:30~10:50 ② 11:00~11:20 ③ 11:30~11:50
④ 13:00~13:20 ⑤ 13:30~13:50 ⑥ 14:00~14:20
- 8 出演申込の際、お名前、お住まいの町名、電話番号、演奏形態、ご希望の
出演時間帯を明記して下記Eメールアドレスへお申込みください。

問合せ、出演申込みはこちらへ hokuriren@gmail.com

※メールのみの対応となります。後日、返信を必ずいたしますので、返信が無い場合は北部公民館(TEL 042-488-2698)へお問合わせください。

音楽フェス実施日
9月11日(日)

健康教室

全3回

転ばないためのロコモ体操にチャレンジ

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)とは、加齢や生活習慣によって、骨、関節、筋肉などの運動器の働きが低下し、歩けない、立ち上がれない、といった日常生活に支障をきたす状態を言います。イスに座ってできる体操を通してその予防を学びます。

●日程 ①8月23日(火) ②9月6日(火) ③20日(火)

●時間 午前10時30分～正午

●会場 北部公民館 第1、2学習室

●対象 65歳以上の方

●講師 高松 光子 氏 (健康運動指導士)

●持ち物 動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

●定員 申込み順15人

●申込み 8月6日(土) 午前10時より北部公民館へ電話または窓口にてお申込みください。



この夏、北の杜ギャラリーでは楽しい展示がもりだくさん!

平和関連展示

ケンカや戦争を防ぐ 「紛争解決」のコミュニケーション ～平和の種をまきましょう～

どうしたら話し合いはうまくいく?人々が参加し、対話を通じて問題を平和的に解決する方法とは?など紹介しています。

展示期間 7月16日(土)～8月11日(木・祝)まで

午前9時～午後5時 ※月曜日休館

※ちょうふピースレターのクイズラリーに参加しています。



「鬼退治したくない桃太郎」より

親子工作教室

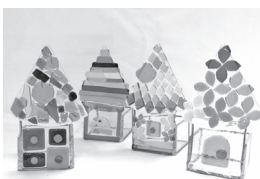
ガラスのおうちの小物入れ 作品展

ガラスケース内で展示します。

展示期間 8月7日(日)～14日(日)

午前9時～午後5時 ※月曜日休館

さまざまな色ガラスを散りばめて作った夢のようなお家が総勢40個並ぶ予定です。光をとおすとキラキラ輝きます。個性あふれる作品をお楽しみに!



子ども陶芸教室

粘土でつくる自分の好きな動物 作品展

展示期間 8月13日(土)～19日(金)

午前9時～午後5時 (初日は正午から) ※月曜日休館



▲昨年実施した教室の展示の様子。展示の飾りつけも工夫をこらして子どもたちが行います。作ったときの感想や絵などもあり、元気な楽しい展示です。



西部公民館(042-484-2531)のイベントは、左の二次元コード「西部公民館だより」からもご確認いただけます。

北部公民館で活動している サークル・学級を紹介します。

豊かな自然に囲まれた三角屋根の学習施設です。
音楽・美術・茶道・朗読・チアダンス・体操・囲碁などのサークルが活動しています
お問合せ→☎042-488-2698 (月曜日は休館です)

	サークル名	内容	主な活動日	見学状況
1	神代女声コーラス	合唱	毎週(金) 夜間	○
2	女声合唱木曜会	合唱	第1、3(木) 午後	○
3	Joyful Voices ゴスペルクワイヤ	ゴスペル	第2、4(土) 午前	○
4	ウクレレサークルモアナ	ウクレレ	第1、3(木) 午前	○
5	ウクレレサークルアロハ・アウィナラ	ウクレレ	第1、3(土) 午前	○
6	ドラムサークルハッピー・グルーヴ	ドラム	第2、4(土) 午後	△
7	北の杜健康体操クラブ	体操	第2、4(火) 午前	×
8	Cherrys! (チェリーズ)	チアフィットネス	第2土曜日(基本) 午前	○
9	調布陶芸サークル	陶芸	第1、2、4(水) 午前 第4(水)のみ午前午後	○
10	陶芸サークル紫陽会(しょうかい)	陶芸	第1、2、3(水) 午後	△
11	陶芸サークル北の杜	陶芸	毎週(金) 午前	△
12	陶芸サークルさくら	陶芸	第2、4(火) 午前午後	△
13	陶芸サークル水曜会	陶芸	第2、3、4(水) 夜間	○
14	絵手紙花の会秋桜(こずもす)	絵手紙	第1、3(木) 午後	△
15	絵手紙花の会椿(つばき)	絵手紙	第3(日) 午前	○
16	調布自分史の会	自分史	第1(水) 午前	○
17	北の杜青和会(せいわかい)	茶道(裏千家)	第2、4(木) 午前	○
18	北の杜木の花会日本画デッサンサークル	絵画	第1、3(火) 午前午後	△
19	画塾北社会(ほくとかい)	絵画	第1、2、4(金) 午後	○
20	北の杜暮友会	囲碁	毎週(水)(土) 午後	○
21	紙遊びの会	折り紙	第2、4(火) 午前	○
22	つるし飾り「和」(わ)	手工芸	第2、4(木) 午前	×
23	朗読の会トルヴェール	朗読	月2回(木) 午前	△
24	フィールドワーク青天の会(せいてんのかい)	歴史散策	月1回、不定期	×

【見学状況】令和4年5月31日現在

- ：募集中(連絡不要・活動日に直接来てください。活動日は公民館で確認してください)
- △：募集中(連絡要・公民館にお名前と電話番号を伝えてください。折り返しサークルから連絡します)
- ×

×：募集なし(現在はサークルメンバーの募集を行っておりません)

成人学級

サステナブルを学ぶ会

「ごみ」に関する学びをとおしてサステナブルな暮らしについて考えています。6月にはごみ対策課の職員と意見交換をして盛り上がりました。チッパー車も見学しました。

活動日：月1回金曜日午前



▲剪定した枝を破碎するところ

マルチカルチュラル スタディー グループ Multicultural Study Group

Our theme is "Towards multicultural coexistence in neighborhood"! (私たちの学習テーマは身近な人と共に考える多文化共生です。)今年にはギャラリー展に挑戦します。国際色豊かな展示をお楽しみに!



活動日：月1回金曜日午後

▲国際理解講座の受講者とゲストと共に

●成人学級に興味のある方、参加したい方は北部公民館までご連絡ください●



東部公民館(03-3309-4505)のイベントは、左の二次元コード「東部公民館だより」からもご確認いただけます。

報告

【5月18日、25日、6月1日(水) 全3回実施】

歴史講座

地域の水利の歴史を知ろう!

～深大寺分水と水車を中心に～



◀三鷹市大沢の里にある水車小屋にて



▲深大寺用水の水で水車を回していた内野家にて

水車や用水について研究されている小坂克信氏を講師に迎え、郷土博物館と共同で講座を実施しました。かつて江戸時代から戦後まで北部公民館周辺は田畑が広がり、野川や用水路で水車がまわっていました。今回その面影として三鷹市の水車小屋を見学し、上ノ原地区中心に深大寺分水が流れていた跡をたどりました。村人が国分寺崖線や土地の高低を活かして手作業で堀をつくり田畑に水を流し、水車を回して生活をしてきたことが思い浮かび、地域で生きていた庶民の生活の歴史を知ることができました。

【参加者の声】

- 充実した講座。地域のことが学べて楽しかった。
- これまで知らなかった調布の歴史に触れることができとても良い時間でした。

お知らせ

■ 10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8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。



- 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

【4月22日、5月13日、5月27日、6月10日(金) 全4回実施】

健康教室

おやすみ前のすっきりリラックスヨガ

樋口美恵氏(米国クリパルセンター公認ヨガ講師)を迎えて夜間に教室を実施しました。参加者の中には、公民館事業初参加の方もおり、ヨガの後にはシェアリング(感想を共有する)時間も設けて楽しむことができました。



【5月8日、22日(日) 全2回実施】

文化教室

えんぴつ1本でスケッチ入門



画家の吉村周子氏を講師に迎えて、小豆島のエンジェルロードと呼ばれる道の風景をスケッチしました。最後に参加者の作品をギャラリーで展示しました。

【参加者の声】

- 絵を見るのが好きで、かといって絵を描くにしても絵の具とか道具を揃えたり洗ったりするのが面倒で、面倒くさがりな自分がえんぴつ1本ならできるかなと思って参加しました。こういう表現ができるんだとわかりました。いい経験でした。(50代男性)

【5月28日(土) 実施】

芸術鑑賞講座

国立西洋美術館をもっと楽しむ!

美術ジャーナリストの斎藤陽一氏を講師に迎えて、お話いただきました。楽しみ方その1・美術館博物館に自分のコレクションを預けていてそれを見に行くという設定で何度も通って鑑賞。その2・検索コーナー、図書コーナーで調べものをする。その3・併設のカフェは余韻にひたる場所としておすすめ、など講師独自の楽しみ方、学びの継続の方法を聞かせていただきました。

【6月5日(日) 実施】

北の杜地下室の音楽フェス～こもりびとのタベ～



吉田ケンタ(ギター)、小川幸夫(ドラム)、山根圭織(ゴスペルシンガー)、川瀬ゆう子(朗読)で、楽器体験、短編の朗読、ゴスペル、童謡、ポップスなどを楽しみました。若者から高齢の方まで集まり、若者の心の機微を描いた短編の朗読と、アコースティックの生の音に皆さん聴き入っておられました。