

# 北の杜通信

3月号

No. 400

2023年(令和5年)3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 Eメール:hokubuk@city.chofu.lg.jp

メールアドレスが  
変わりました。

メールアドレス



## 非常時の心がまえをリアル体験方式で紹介 北の杜ドキドキ防災フェス

2023



3月12日(日) 午前10時30分~午後2時30分  
北部公民館、上ノ原公園

申込み不要です  
無料です  
当日直接会場へGO!

ドキドキ!

### マトに当てて消火せよ!(消火訓練) しょうぼう車といっしょに記念フォトをとろう

消火訓練...午前10:30~正午  
フォトブース...午前10:30~正午、午後1:30~2:30

上ノ原公園(公民館側にいるよ)

消火器の使い方を教わって、マトに向かって放水消火訓練をしよう!  
お子様対象に子ども用の消防服を着て消防車と記念フォト\*もパチリ!  
調布消防署深大寺出張所と調布市消防団第14分団の皆さんがお出迎えます。  
\*ご自身でカメラ、スマホなどをお持ちください

上ノ原公園に  
しょうぼう車が  
やってくる!



防災メシ!

### 水も火もつかわない かんたんCooking!

公民館・第2学習室

お菓子や缶詰をつかって  
できる美味しいアイ  
デア非常食をご紹介  
します。



ドキドキ!

### まっ暗やみで懐中電灯をさがせ! &簡易ランタン作り

公民館・地下・第3学習室

停電したらお部屋が真っ暗!  
何も見えない中、さあどうする?  
そんな状況を体験します。  
懐中電灯のあかりと白いビニール袋でどれくらい明るくなるか?  
ランタンを作ってみよう。



ZZZZZ...

### 段ボールベッドの 寝心地はどんなもん?

公民館・第1学習室

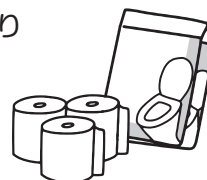
避難所で使われることもある段ボール  
ベッド。地べたに寝るのが厳しい方  
は、この寝心地を体験してみましょう。  
組み立てでもできるとなおGOOD。

におう?におわない?

### 防臭効果体験付き 手づくりトイレ紹介

公民館・第1学習室

仮設トイレもマンホールトイレも大入り  
満員の大行列!トイレは自分でどうに  
かしないと!の際の備えをご紹介。  
防臭対策の効果も比べてみよう。



## 子ども体験教室

# みんなでいっしょにトライ！ 楽しい手話ダンス

“手話ダンス”ってな～に？…手話を使って歌詞のイメージを表現し、曲のリズムに合わせて踊りにしたものです。聴覚障害を持った方が、見てわかる、踊って楽しめるように作られたもので、100曲ほどあります。

教室では、「さんぽ」「四季のうた」「イツァスモールワールド(小さな世界)」「今日の日はさようなら」にトライ。音楽にあわせて手話ダンスをいっしょに踊ってみよう！



●日程 **3月26日(日) 午前10時30分～正午**

●会場 北部公民館 第3学習室

●対象 小学生以上(友達同士でも、単独でも、家族での参加でも可です)

●講師 みやざわ とみえ 宮澤 富枝 氏(手話ダンスグループ・スマイル、さるすべり 百日紅 代表)

—スマイル会員の皆さん—

文化会館たづくりで活動中。聴覚障害者と健常者が一緒にダンスを楽しんでいる。会員10名ほど。手話通訳経験者が数人所属。



●定員 申込み順15人

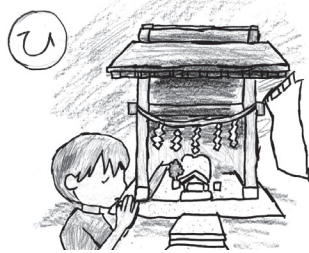
●申込み 3月7日(火) 午前10時から北部公民館へ電話または窓口、Eメールでお申込みください。

## 北の杜ギャラリー

## 北の杜はにぎやか! 地域のお宝ミッケ!

## ほくほく地域展 ～上ノ原かるた・商店街・地域活動など～

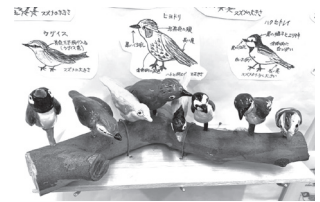
▶昨年誕生した「上ノ原かるた」を紹介します。でもまだ足りません。今年も作るので地元のお宝情報をお寄せください。(上ノ原子ども会連絡会より)



▲ひ…美人さんになれるかも? 神代中角の庚申塔



▲れ…レジデンス 島岡監督の夢の跡



▲北部公民館となりの上ノ原公園は緑豊かな憩いの広場。ここにはいろいろな鳥さんもやってきます。会員が朝パトロールの時に見つけて調べた野鳥をご紹介します。(上ノ原まちづくりの会より)



◀深大寺通り商店街ってどこにある? 柴崎駅から北部公民館の間くらいにあります。どんなお店があるかな? どんな方がいるかな? 商店街の手作りマップを見たら、歩いてみよう。のぞいてみよう。

その他、健全育成推進上ノ原地区委員会及びJSLジュニアサブリーダーの活動報告展示もあります。

**展示期間** **3月7日(火)～18日(土)**  
午前9時～午後8時 ※月曜日休館

●出展 健全育成推進上ノ原地区委員会  
上ノ原まちづくりの会  
上ノ原地区子ども会連絡会  
深大寺通り商店会



## 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、希望する団体のメンバーの方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できません)



- 日程 4月15日(土) 午前10時～11時
- 会場 北部公民館 美術室
- 定員 申込み順10人
- 申込み 3月22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。

講習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。

## 健康教室

全4回

## ★おやすみ前のすっきり★ ★リラックスヨガ★

体の柔らかさ、体力に関わらず、どなたでも参加して頂ける初心者向けのヨガ教室です。動きやすい服装でお越しください。

- 日程 ①4月7日 ②4月21日 ③5月12日  
④5月26日 金曜日
- 時間 午後7時30分～9時 ※夜間です
- 対象 全日程参加できる高校生以上の方
- 会場 北部公民館 和室
- 講師 ひぐち みえ 樋口 美恵 氏(ヨガインストラクター)
- 持ち物 バスタオルかヨガマット、飲み物、フェイスタオル(手ぬぐい可)
- 定員 11人(多数抽選)
- 申込み 往復はがきかEメールに、名前、住所、電話番号を明記。北部公民館「リラックスヨガ」係へ。
- 締切り 3月14日(火) 必着

## 報告

【令和5年1月22日(日)実施 北部公民館利用団体連絡会主催】

## つながれ地元人。北の杜地下室の音楽フェス vol.2 をおこないました

コロナも久しく、人とのつながりがいかに大切か切実に感じる今日この頃です。市民が集う公民館で、手作りで、ゆるやかにつながる場を提供したいという思いから、誰でも気軽に参加できる音楽フェスを行うようになりました。

演奏する方、聞きにきた方と、つかの間ではありますが、ぬくもりある空間が生まれています。北部公民館利用団体連絡会は、地域に今必要なことは何かを考え、できることから実現していきたいと考えています。みなさまにとってのサードプレイス(家、仕事場でない第3の居場所)・公民館でホッと一息休憩がてらお越しください。

(北部公民館利用団体連絡会役員一同)



▲1階テレビモニターで地下の演奏の様子を放映しました。ピアノ、ギター、ウクレレなど楽器の演奏が流れ、館内にいる方みんな音楽フェスを楽しみました。



◀トップバッターはピアノ演奏



◀ギターの弾き語り、関東大震災の歌や、ビートルズの名曲を歌いました。



▶ウクレレの演奏。「外は寒いけどハワイアンであたたかくなってください。」



▶ピアノとマンドリンの演奏。

「北の杜地下室の音楽フェス」は好評につき、2023年度も実施予定(時期未定)です。実施時期、出演者募集等の詳細は、今後の北の杜通信に掲載します。通信は市HP 公民館欄でも閲覧可能です。(4ページ下段に二次元コードあり)



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。

### 公民館運営審議会だより

- ◆令和5年調布市公民館運営審議会第1回定例会が、1月24日に西部公民館において開催されました。(出席委員8人、傍聴者2人) 報告事項では、はじめに東部公民館副館長より11月から12月までの各公民館の利用状況について説明があり、11月の前年同月と比較した増加要因では、東部及び西部公民館では、文化祭来館者の増加や児童館まつりの開催による利用増に加え、西部公民館では子ども食堂の利用増があったとの説明でした。
- ◆続いて各公民館長より11月から12月までの事業報告がありました。これに対し、委員からは講座をビデオ撮影し、公開したらどうかとの意見や人気の講座は募集人数を増やして欲しいとの要望がありました。また、委員から今後サークルに繋げていく団体は、公民館の使用料が有料になるのかとの質問があり、登録団体になるまでは育成団体として支援し、人数など要件を満たせば無料となるが、満たない場合は有料となる、との説明がありました。
- ◆次に、東部公民館長から令和4年度市民文化祭と社会教育委員の会議の報告がありました。
- ◆協議事項では、令和5年度調布市公民館事業計画(素案)について各館長から説明があり、質疑応答の後、素案は了承されました。なお、委員から西部公民館の40周年にあたり記録を保存して欲しいとの意見が出されました。
- ◆その他では、東部公民館副館長から令和5年度公民館運営審議会開催日程が報告されました。
- ◆次回定例会は、令和5年4月25日午後2時から北部公民館で開催されます。

(榎本 和江)

### お知らせ

#### ■5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お渡しします。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3月7日(火)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。

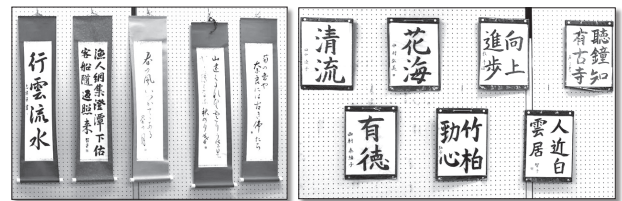
使用希望が重複した場合は、職員が抽選を行い、利用団体を決定します。



- バス停案内
- ・つつじヶ丘駅北口←→丘21(深大寺行)「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(ランチ調布行)「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

### 北の杜ギャラリー

## 神代中学校PTA書道サークル 作品展



30点ほどの作品が展示されます。ごゆっくりご覧ください。

#### 展示期間

3月22日(水)～4月2日(日)

午前9時～午後5時 月曜日休館

(但し、初日は正午から、最終日は正午まで)



北の杜通信は左の二次元コードからもご確認ください。