

暮らしの情報-の続き

健康

乳がん検診

【市内検診機関】

実施場所	検診日	申し込み先
①調布病院 【定員各月45人】 総合福祉センター 横から送迎バスあり	月～金曜日の午後	☎484-2626 ☎481-0323 月～土曜日 午前9時～午後4時30分 ※土曜日は午後0時30分まで
②飯野病院 【定員各月65人】 (調布駅から徒歩1分)	金曜日の午後・土曜日	☎483-8811 (木・日曜日を除く) 午前9時～午後5時
③調布東山病院 【定員各月200人】 (調布駅から徒歩3分)	月・火・木・金・土曜日の午後	☎481-5515 ☎481-5514 (月～土曜日) 午前9時～午後4時30分

※12日までの申し込みは4～5月、13日以降の申し込みは5～6月の受診。検診日は祝日を除く

昭和59年3月31日以前に生まれた女性

問診、視触診、マンモグラフィ

1500円(検査時持参) ※生活保護受給世帯または中国残留邦人等支援給付世帯は受給証明書の提示で免除受診できない方/①令和4年4月以降の市の乳がん検診受診者②乳腺科治療または経過観察中③妊娠中(可能性あり含む)④授乳中⑤心臓ペースメーカー、豊胸手術など乳房内に人工物がある方

電話またはFAX(☎のみ)で住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、検診希望日(FAXの場合のみ第3希望まで)を各医療機関へ

健康推進課☎441-6100

予防接種の再接種を受けた方への費用助成

骨髄移植手術などの医療行為で、接種した定期予防接種の効果が期待できないと医師に判断され、任意で予防接種の再接種を受けた方に再接種の費用を助成します。

次の①～⑤の全ての要件を満たす方①骨髄移植手術などの医療行為で接種済みの定期接種の予防効果が期待できないと医師に判断された②再接種日に調布市に住居登録がある③再接種日に20歳未満である(予防接種の種類によっては異なる場合あり)④日本国内の医療機関で接種費用の全額を自己負担している⑤令和4年4月1日以降に再接種を受けた※要件確認のため事前に要連絡

助成額/実費相当額(予防接種の種類によって上限額あり)。接種費用に含まれないもの(文書料、交通費、医療費など)は対象外

申請期間/再接種を受けた日から2年以内

申請書(市から印刷可)、骨髄移植手術などを行う前に受けた定期接種の記録が記載された書類の写し、再接種の記録が記載された書類の写し、再接種に係る実費を支払った事実と金額を証明する書類(領収書など)の原本、医師の意見書(文書料がかかる場合あり。事前に医療機関へ要確認)を、健康推進課☎441-6100へ郵送(必着)または持参

募集

観光ボランティアガイド

調布観光ナビ

午前10時～午後3時(希望日時を選択可)

休み/月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始

深大寺観光案内所

月1～2回程度の深大寺



観光案内所の当番、月1回の定例会(平日午後3時～)に参加できる方。外国語を使用できる方歓迎
調布の観光案内、深大寺周辺のガイドツアーなど
定員若干名 交通費など一部支給
申請書(産業振興課(市役所8階)で配布)を調布市観光協会事務局(産業振興課内)☎481-7183へ持参または調布市観光協会から申し込み

4月のフリーマーケット出店者

4月15日(出)・16日(日) 午前10時～午後3時

調布駅前広場 出店資格/市内在住・在勤で物品販売を生業としない18歳以上の方

各50人(多数抽選) 出店料1000円

Eメール(携帯メールは不可)または往復はがき(往信裏面)に出店希望日、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、誓約の一文(会場周辺の道路上での荷物の積み下ろしをしない旨)、在勤者は勤務先名・電話番号を明記し、3月15日(水)(消印有効)までにchoufu.jirituouendan@luck.ocn.ne.jpまたは〒182-0024布田1-43-2-N203 NPO法人ちょうふ自立応援団フリーマーケット担当☎489-3160(文化生涯学習課)

第31回調布観光フェスティバル出店者

申し込みフォーム

5月13日(出)・14日(日)

※小雨実施

午前11時～午後4時

調布駅前広場

令和5年3月24日(金)

時点で調布市観光協会の会員で、法人会員・個人事業主会員区分に該当し、会費を納入している方

テントまたはキッチンカー

各日約15店舗(予定。多数抽選) 出店料あり

電気設備・給排水設備なし。出店の際は、「調布市公共施設の開館・利用における感染拡大防止ガイドライン」に基づく対応を行うこと

申請書(市から印刷可)を3月24日(金)(必着)ま



野菜づくりを体験してみませんか



CDC事業 「小麦を育てて、一緒に作ろう」

育てた小麦を、脱穀、製粉してパン作りまで体験できるプログラムです。小麦の種をまいて、自宅で育ててみませんか。

日程	会場
3月19日(日)	ふじみ交流プラザ1階集会室2・3
26日(日)	アフラック調布 スクエアビル

午前10時30分～11時30分、午後1時～2時30分

市内在住の方(親子での参加可)

小麦栽培の専門家からの説明後、用意した土を使ってペットボトルに種を植える※今回は種まきのみ。各回同内容

各回申し込み順8人 無料

空の2リットルのペットボトル、スマートフォン(お持ちの方)、汚れても良い服装

3月6日(月)午前10時から電話で電気通信大学CDC事務局☎080-9524-5035(午前10時～午後4時)(高齢者支援室)

農業体験ファーム利用者追加募集

農家の方に教わりながら本格的な野菜づくりを体験してみませんか。必要な農具、資材、種や苗などは農園から貸し出します。

4月～令和6年2月末

農園名/「あい菜 飛田の里」(飛田 給1-48-4)

募集区画数/3区

画程度(多数抽選)

1区画/約25㎡

農地を有していない市民

1区画(年間)3万3000円

抽選結果は、3月下旬頃に農園主から通知

往復はがき(1世帯1枚。重複応募不可)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、農園名を明記し、3月12日(日)(消印有効)までに

〒182-8511市役所農政課☎481-7182



新型コロナウイルス感染症対策のため、各施設・事業はサービスなどを一部制限して開館・実施

利用・参加を予定している方は、事前にお問い合わせいただくか、市や主催団体などで最新情報をご確認ください。また、マスク着用などの感染症対策をした上で利用・参加をお願いします。



官公所だより

令和5年度国税専門官募集



①平成5年4月2日～平成14年4月1日 生まれの方②平成14年4月2日以降生まれで、大学を卒業（令和6年3月までに卒業見込みを含む）または人事院が同等の資格があると認める方
 ③3月20日(月)（受信有効）までに人事院から申し込み
 ④詳細は国税庁参照
 ⑤東京国税局人事第二課 ☎03-3542-2111(市民税課)

世田谷区立三宿中学校夜間学級生徒募集

小・中学校を卒業していない方や、諸事情により中学校で十分に学べなかった方のために、夜間学級を開設しています。
 ①15歳以上で、学ぶ意欲のある方※国籍不問
 ②無料（教材費は実費） ③日本語の勉強から始める日本語学級も開設。詳細は要問い合わせ
 ④世田谷区立三宿中学校夜間学級 ☎03-3424-5255（平日午後1時～9時）

仕事・創業

産業労働支援センター 〒182-0022国領町2-5-15市民プラザあくろす3階 ☎443-1217・☎443-1218 ①industry@chofu-across.jp ②専用HPあり

A 事業者向け労務相談会

①3月11日(出)②15日(水)③30日(休)
 ④①③午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）
 ⑤②正午～午後7時（午後1時～2時を除く）
 相談員/田村陽太（社会保険労務士）

B 自分のシン時代創造へ

スタートアップ（起業）相談会
 ①3月13日(月)午前9時～午後4時（正午～1時を除く）
 相談員/角 杉信（中小企業診断士）

C 女性起業相談会

①3月16日(木)②28日(火)
 ④午前10時～午後4時（正午～午後1時を除く）
 相談員/①山田記代美②老川多加子（中小企業診断士）

A～C 共に 相談時間/1人50分

D 事業承継個別相談会

①3月23日(木) ②午後1時～、2時30分～
 ④中小・小規模企業の経営者・後継者
 ⑤直近3期分の決算書・確定申告書、会社概要※持参可能な場合のみ ⑥3月15日(水)

A～D 共に

⑦各日申し込み順A⑧6人C⑨5人D⑩2人 ⑪無料
 ⑫申⑬産業労働支援センターHPまたは電話、FAX、Eメールで申し込み

その他のお知らせ

市職員人事異動（2月20日付け）

部長級1人/生活文化スポーツ部参事（多様性社会・男女共同参画推進担当）兼生活文化スポーツ部多様性社会・男女共同参画推進課長事務取扱兼市民部市民課主幹（証明書発行担当）(旧所属：生活文化スポーツ部参事（多様性社会・男女共同参画推進担当）兼生活文化スポーツ部男女共同参画推進課長事務取扱兼市民部市民課主幹（証明書発行担当）) 高松春美
 ①課長補佐級以上の職員の人事異動の内容は市HP参照
 ②人事課 ☎481-7355

弁護士による無料法律巡回相談

①3月11日(出)午前9時～ ②申し込み順5人
 ③弁護士会多摩支部、法テラス多摩
 ④申⑤3月6日(月)午前9時から電話または直接市民相談課（市役所2階） ☎481-7032

男性のための相談

男女共同参画推進センターHP

自分自身のこと、家庭、職場、配偶者や恋人からの暴力などに関する悩みをうかがい、気持ちの整理につなげます。男性の相談員が対応します。

①3月18日(出)
 ②午後1時～1時50分、2時～2時50分、3時～3時50分、4時～4時50分
 ③市民プラザあくろす3階男女共同参画推進センター
 ④男性（原則市民）
 ⑤各回1人 ⑥無料
 ⑦申⑧3月17日(金)午後5時までに市公式LINEアカウントから申し込み、または電話・Eメールで多様性社会・男女共同参画推進課
 ☎443-1213・⑨danjyo@city.chofu.lg.jp

ご寄附ありがとうございました

▷ふるさとのみどりと環境を守り育てる基金	
アフラック生命保険㈱	52万630円
▷子ども・若者基金	
神代生活学校 代表 宮崎晴美様	6万432円
㈱アゼリアファーマシー 代表 相山晶子様	10万円 (管財課)

自転車等駐車場の学生更新

①3月20日(月)～26日(日)

②午前10時～午後5時
 ③定期契約中の学生で、令和5年4月以降も引き続き減額申請する方※現在使用のICカード定期券は3月末で無効
 ④ICカード定期券・学生証・合格証など
 ⑤受付場所/
 ●飛田給駅周辺駐車場：
 飛田給北自転車駐車場（飛田給1-41-1）
 ●西調布駅周辺駐車場：
 西調布南第2自転車駐車場（上石原2-32-2）
 ●調布駅・布田駅・京王多摩川駅周辺駐車場：
 調布南第1自転車駐車場（布田4-17-10）
 ●国領駅周辺駐車場：
 国領西自転車等駐車場（国領町1-44-38）
 ●柴崎駅周辺駐車場：
 柴崎東自転車駐車場（菊野台1-22-3）
 ●つつじヶ丘駅周辺駐車場：
 つつじヶ丘駅西第3自転車等駐車場（菊野台3-21-25）
 ●仙川駅周辺駐車場：
 仙川南第2自転車駐車場（仙川町1-50-2）
 ⑥（一財）調布市市民サービス公社 ☎486-2141（交通対策課）

イベントのお知らせ

催し

神代植物公園「椿ウィーク」



つばき・さざんか園のツバキが3月に見頃を迎えます。開花時期に合わせて「椿ウィーク」を開催し、古くから伝わる園芸植物ツバキの魅力をより一層お楽しみいただけるよう展示会を実施します。
 ①3月11日(出)～19日(日)※休園日13日(月)
 ●神代つばき展
 ツバキの鉢花、切花を展示します。
 ②3月14日(火)～19日(日)
 ③植物会館1階展示室
 ④開園時間/午前9時30分～午後5時（最終入園は4時まで）
 ⑤費一般・大人500円、65歳以上250円、中学生200円、小学生以下と都内在住・在学の中学生は無料
 ⑥都立神代植物公園サービスセンター ☎483-2300（産業振興課）

まちの話題

災害時における調布市の対応への協力に関する協定を締結

調布市や狛江市の災害対応において、車両の提供などを協力いただきます。

【締結先】

(有)ファン（若葉町3-23-6）と狛江市

【締結日】

2月8日

①総合防災安全課

☎481-7346



左から八田危機管理担当部長
 (有)ファン三浦専務取締役
 狛江市・岡危機管理監

生活ひとくちメモ



クレジットカードのリボ払いのトラブル

事例

クレジットカードの利用枠上限を超えたためカードが利用停止になった。不審に思って調べたら、初期設定で支払い方法がリボ払い（以下リボ払い）になっており、リボ払いの支払いの残高が90万円あることが分かった。カードのWEB明細で利用日や利用額は確認していたが、支払い額や残高はよく見ていなかった。リボ払いの手数料を長期間払っていたことに納得がいかない。

アドバイス

リボ払いとはあらかじめ設定した一定額を毎月支払うクレジットカードの支払い方法です。月々の支払いを一定額に抑えることができますが、毎月手数料がかかる、支払い残高が分かりにくい、支払いが長期化するなどの点に注意が必要です。

カードの申し込みの際は、支払い方法としてリボ払いの初期設定がされていないか確認しましょう。利用明細は、リボ払いの支払い残高に金額の記載がないか、カードの利用金額以外に手数料の記載がないか注意してください。カードの利用金額に比べて請求金額が少なかったり、カードを利用していないのに請求があった場合は、すぐにカード会社に問い合わせをしましょう。

①調布市消費生活センター（市役所3階）

☎481-7034

②電話相談/平日午前9時～正午・午後1時～3時30分、第2土曜日午前9時～正午

③来所相談(予約制)/平日午前9時～正午・午後1時～3時※できるだけ電話相談のご利用を

ジャングルバザー2023
～ありがとうジャングルバザー～

日 3月11日(土)※雨天時12日(日)
時 午前10時～午後2時30分
所 調布駅前広場
調 (福) 調布を耕す会 ☎486-1022 (障害福祉課)

生涯学習サークル体験事業

①調布コインクラブ

日 3月11日(土)・25日(土)
時 午後1時～4時
所 文化会館たづくり11階みんなの広場
内 外国コインの収集、交換、整理、金属磨きを通して各国の文化を学ぶ
定 各日申し込み順6人
費 無料
持 外国コイン30～50枚(お持ちの方)、汚れ防止の敷き紙、台紙(A3厚紙)

日 3月9日(休)

他 手持ちコインを売るのは禁止

②おやじの厨房

日 3月18日(土)午前9時30分～午後1時
所 西部公民館実習室
内 シニア向け、男性の料理教室
定 申し込み順6人
費 1500円(材料費)
持 エプロン、バンダナ(頭巾)
日 3月16日(休)

①②共に

運営/生涯学習各サークル

申 各締切日までに生涯学習情報コーナー
☎441-6155 (たづくり休館日を除く平日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)) (文化生涯学習課)

ドキュメンタリー映画「Life 生きてゆく」上映会

福島県南相馬市原町区菅浜地区で暮らす上野敬幸さんを4年に渡り追いかけて記録したドキュメンタリー映画の上映会を行います。
日 3月11日(土)午後1時45分～3時45分
所 文化会館たづくり8階映像シアター
定 当日先着100人
費 500円
調 調布アカデミー倶楽部・内田 ☎090-8571-6141 (産業振興課)

第9回調布まち活フェスタ
「いま、ここで実現しよう。」

市内の市民活動の活性化を目的に幅広い分野で活動する団体・個人が自ら主催するイベントです。

日 3月12日(日)午前10時～午後3時

所 国領駅前広場、市民プラザあくろす館内
内 市民活動団体によるステージ演奏や発表・体験・展示
調 市民活動支援センター ☎443-1220 (協働推進課)



富士見BASE クローズイベント

3月18日(土)をもってクローズする富士見BASEのこれまでの思い出を振り返りながらゲームやトークイベントなどを開催します。

日 3月18日(土)午後1時～5時※雨天決行
所 富士見町1-9-7
調 住宅課 ☎481-7817



富士見BASE

調布こども屋台選手権

子どもたちが多摩地域産の食材を使用したメニューの検討・仕入れ・調理・販売を行い、ナンバー1の屋台を決めます。
日 3月21日(日)午前11時～午後2時30分
所 調布駅前広場
費 1000円(3食分の食券)
調 調布市商工会青年部事務局・國井 ☎485-2214 (子ども政策課)

調布市音楽連盟40周年記念コンサート

日 3月21日(日)午後2時～(1時開場)
所 グリーンホール大ホール

調 さくらウインドオーケストラ、40周年記念合唱団
合唱指揮/木野村雅子、谷 茂樹
費 1000円(中学生以下無料)
調 グリーンホール、文化会館たづくり受け付けでチケット購入
調 調布市音楽連盟・内藤 ☎080-1302-5623 (文化生涯学習課)

混声合唱団 七福神
第12回定期演奏会「時代」

日 3月30日(土)午後6時～8時30分(5時30分開場)
所 グリーンホール大ホール
曲 目 「ライオンキングメドレー」「大切なもの」「時代」ほか
定 申し込み順1000人
費 1000円(高校生以下500円。未就学児無料)
申 日 3月30日(土)までに電話またはEメールで混声合唱団七福神・山崎 ☎090-1407-0323
E shichifukujintomoko@gmail.com (社会教育課)

市立第三中学校吹奏楽部
第20回記念定期演奏会

日 3月31日(日)午後5時30分～8時(5時開場)
所 グリーンホール大ホール
内 クラシックからポップスまで
定 当日先着1200人
費 無料
調 市立第三中学校・山田 ☎482-0293

ランチ調布 家族そば打ち体験

日 4月9日(日)午前10時～午後1時
所 ふじみ交流プラザ(ランチ調布1階)
定 8組(1組4人以内。多数抽選)
費 1組2000円
申 日 3月12日(日)までにランチ調布協議会専用フォームから申し込み
他 抽選結果は3月17日(金)までに代表者宛にEメールで通知
調 ランチ調布協議会専用フォームまたは企画経営課 ☎481-7369



専用フォーム



相互友好協力協定締結大学の市民対象の事業紹介

状況により変更する場合あり。詳細は調布市生涯学習情報コーナー参照 (文化生涯学習課)



生涯学習情報コーナーHP

桐朋学園 <平成16年7月22日締結>

●桐朋学園芸術短期大学

◎2023年度 前期ウイークエンドカレッジ

①歌を歌って体内活性化!

～瀧廉太郎の本当の功績を知る～ (全3回)

日 ①4月22日(土)②6月3日(土)③7月1日(土) (予備日7月15日(土))

時 午後3時～4時30分

調 松井康司(本学教授)

②箏講座(全6回)

日 ①4月22日(土)②5月20日(土)③6月3日(土)④24日(土)⑤7月22日(土)⑥8月5日(土)※予備日8月19日(土)

時 午前10時30分～正午(初級基礎)、午後0時30分～2時(中級～上級)

調 滝田美智子(本学特別招聘教授)

他 楽器・箏爪の持参不要

◎作曲家があかす有名オペラのドラマと音楽の秘密(全8回)

日 ①4月23日(日)②5月7日(日)③28日(日)④6月11日(日)⑤25日(日)⑥7月23日(日)⑦8月6日(日)⑧27日(日)※予備日9月17日(日)

時 午後2時～3時30分※⑥～⑧と予備日は午後1時～2時30分

調 たかの舞例(本学講師)

③作曲の「いろは」入門編(全8回)

日 ①4月30日(日)②5月21日(日)③6月4日(日)④18日(日)⑤7月23日(日)⑥8月6日(日)⑦20日(日)⑧27日(日)※予備日9月17日(日)

時 午後2時～3時30分※⑤⑥⑧と予備日は午後3時～4時30分

調 たかの舞例

④「名曲のしくみ～魅力の再発見Ⅳ」(全6回)

日 ①4月23日(日)②5月7日(日)③7月23日(日)④8月6日(日)⑤20日(日)⑥27日(日) (予備日9月17日(日))

時 午前10時30分～正午

調 池田哲美(本学教授)

⑤S(ソルフェージュ)H(ハーモニー)M(メロディ)を楽しみながら学びましょう(全8回)

日 ①4月22日(土)②5月13日(土)③20日(土)④27日(土)⑤6月17日(土)⑥24日(土)⑦7月15日(土)⑧22日(土) (予備日9月16日(土))

時 午後2時30分～4時(初級)、4時30分～6時(中級)

調 坂田晴美(元本学講師)

◎2023年度 前期イブニングカレッジ

⑥「身体と音楽との調和」

inspired by Alexander Technique (全6回)

日 ①4月18日(火)②5月2日(火)③16日(火)④6月6日(火)⑤20日(火)⑥7月4日(火)※予備日7月18日(火)

時 午後6時～7時30分 調 志村寿一(本学教授)

①～⑥共に

定 申し込み順①35人②各クラス10人③④

⑤⑥20人⑦各クラス15人 費 ①6000円②

③④1万2000円⑤⑥1万6000円

大学HP

調 大学HP 申込フォームから申し込み 他 対面講座(状況によってはオンラインの場合もあり)

調 桐朋学園芸術短期大学 教務課 ☎03-3300-4252

東京慈恵会医科大学 <平成20年11月28日締結>

●東京慈恵会医科大学附属第三病院

社会保険労務士による就労相談

日 4月5日(水)

時 午後2時～、3時～、4時～(各45分)

所 がん相談支援センター 調 がん経験者と家族

申 問事前に東京慈恵会医科大学附属第三病院がん相談支援センター ☎03-3480-1151 (内線3562)

いやしとふれあいの旅事業 日帰りバスツアー

◎茨城 八重桜祭り・袋田の滝と常陸牛の石焼き御膳 日 4月21日(金)

開 午前7時15分頃・仙川駅、7時25分頃・国領駅、7時35分頃・文化会館たづくり前※最終案内書で要確認



袋田の滝

解散/午後6時40分頃・文化会館たづくり前、6時50分頃・国領駅、7時頃・仙川駅

行程/調布→守谷SA(休憩)→静峰ふるさと公園(観光)→滝味の宿豊年万作(昼食)→袋田の滝 袋田の滝トンネル(観光)→道の駅 奥久慈だいが(買い物)→田野PA(休憩)→調布

定 申し込み順30人

最少催行人数/20人

費 大人・小人共に1万5000円(税込)

注 交通事情などにより時間が前後、または中止する場合あり。旅行契約成立後の取り消しは、取消料金がかる場合あり。乗車時に検温を実施し、37.5度以上または体調不良の方は参加不可(費用を返金)

調 さくらツーリスト(株) ☎487-1711 (協働推進課)

ヘルシーウォーキング 「亀戸天神社・東京スカイツリー散策」

日 4月22日(出)※雨天中止

開 午前9時・JR総武線錦糸町駅北口

解散/午後2時30分(予定)・本所吾妻橋駅(都営浅草線)または両国駅(JR・都営大江戸線)

歩行距離/約7.0km

費 300円(保険料、資料代)

備 飲み物、弁当、帽子、敷物、雨具、健康保険証など

注 当日直接集合場所へ

調 市民活動支援センター電話代行サービス

☎498-3381(開催日前日まで) (健康推進課)



健康な歩行を促す

令和5年度 研究施設一般公開

各研究所HP



日 4月23日(日)午前10時~午後4時(最終入場3時30分) 開 海上技術安全研究所(三鷹市新川)、電子航法研究所(深大寺東町)、交通安全環境研究所(深大寺東町)、JAXA調布航空宇宙センター(深大寺東町・三鷹市大沢)の施設公開・研究紹介、4研究所スタンプラリーなど

定 5000人(多数抽選)

費 無料

注 事前に各研究所の予約フォームより申し込み

備 車・バイクでの来場不可。詳細は各研究所参照

調 各研究所または電子航法研究所

☎0422-41-3168

調布国際音楽祭2023

日 6月24日(出)~7月2日(日)

開 グリーンホール、文化会館たづくり、せんがわ劇場、深大寺本堂 ほか

ア オープニング・コンサート

~鈴木優人×読響 銀幕を彩る名曲たち

日 6月25日(日)午後2時~(120分公演)

開 グリーンホール大ホール

演 鈴木優人(指揮)、ジャン・チャクムル(ピアノ)、読売日本交響楽団(管弦楽)

費 S席7000円、A席6000円、B席4500円、C席3500円(全席指定)

イ 深大寺本堂で聴く古のうた

日 6月28日(水)午後3時30分~(60分公演)

開 深大寺本堂

費 Sエリア6000円、Aエリア5000円(各エリア全席自由。整理番号付)

演 櫻田 亮(テノール)、懸田貴嗣(バロックチェロ)、西山まりえ(チェンバロ)

ア②共に

チケット発売日/ちょうふアートプラス

会員:4月6日(水) 一般:13日(水)

※発売初日はインターネット販売のみ。一部の公演を除き、25歳以下は30%割引

注 このほかの公演情報は、調布国際音楽祭参照 調 (公財)調布市文化・コミュニティ振興財団芸術振興事業課 ☎481-7611 (文化生涯学習課)

講座・講演会

地球温暖化防止講演会 「脱炭素社会の実現に向けて」

近年の地球温暖化と気候変動の現状を知り、「脱炭素社会」に向けてわたしたちができることを学び、行動を開始する契機にしてみませんか。

日 3月18日(出)午後2時~4時(受付1時45分)

開 桃井貴子(認定NPO法人気候ネットワーク理事)

定 100人

費 無料

注 ちょうふ環境市民会議の申し込みフォーム、またはEメールに参加希望者全員の住所、氏名、電話番号、Eメールアドレスを明記し、3月15日(水)までにちょうふ環境市民会議

調 info@chofu-kankyo-shimin.org

備 オンライン(Zoom)で開催。詳細はちょうふ環境市民会議参照

調 環境政策課 ☎481-7086

ちょうふ環境市民会議 ☎090-5558-1445



ちょうふ環境市民会議HP

シニアの働き方講座

シルバー人材センターの活動紹介や入会説明会を行います。

日 3月24日(金)午後2時~

開 文化会館たづくり8階映像シアター

注 市内在住の60歳以上の方

定 申し込み順50人

調 1000円(入会する方のみ)、筆記用具、身分証明書、会員証の写真撮影あり

調 3月17日(金)までに電話で調布市シルバー人材センター ☎487-9375

実技講座 「3原色で描く水彩画」(全2回)

日 ①4月4日(水)②6日(木)

開 午後1時30分~4時

開 文化会館たづくり10階1001学習室

調 田村正樹(調布市美術協会会員、日本美術連盟会員)

定 申し込み順20人

費 500円(3原色の絵の具代)

備 水彩紙F4(2枚)、パレット、筆(大・中・小)、水入れ、鉛筆(2B)、消しゴム

調 3月6日(月)午前9時から調布市美術協会・有川

☎489-8340 (文化生涯学習課)

まちの話題

調 スポーツ振興課 ☎481-7498

齊藤巧将さんが市長を表敬訪問

2月8日、市内中学校1年生の齊藤巧将さんが市長を表敬訪問しました。齊藤さんは昨年11月に行われた「令和4年度東京都知事杯第13回全国中学選抜U15レスリング選手権」の男子57kg級において優勝されました。同階級での1年生の優勝は大会史上初の快挙です。



左から齊藤巧将さん 長友市長

総合体育館に青赤ウォールアートが完成

総合体育館の壁面に、3m四方のFC東京オリジナルデザインの装飾「青赤ウォールアート」が完成しました。2月15日にはお披露目式を開催し、元選手でFC東京アンバサダーのアマラオ氏らが参加しました。



左から体育協会 林 清一会長、FC東京アンバサダーアマラオ氏、田中副市長

広告の欄

掲載の申し込み/㈱ウィード(広告代理店、多摩川5-9-4 インペリアル京王多摩川フラット103号) ☎443-6681・☎443-6682 広告料/1号・2号:1枠3万円、3号(オビ):1枠1万5000円(前払。デザイン・版の制作費・消費税広告主負担) ※広告料収入は市報ちょうふの印刷製本費用の一部に充当しています(広報課)

調布で 独立起業する 相続や副業で 副収入が増えた

という方。 帳簿の記載や決算・申告が心配ではありませんか? そんな時は、青色申告会をご活用ください! 青色申告で 節税! 公益社団法人 武蔵府中青色申告会 府中市本町4-15-22 ご相談はお気軽に TEL.042-362-8466

うちの子「結婚」しないのかしら? 独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。 まずはお気軽に仲人にご相談下さい ☎042-649-2351 結婚相談所 ムスベル

学べば伝わるあなたの魅力 コミュニケーション講座

婚活では 容姿・年齢・収入が全てではありません あなたの輝き方をご提案します 元教員 小川 調布で30年 マリエージュ 結婚相談所 https://marrie.link ☎042-483-0365

各館だより

郷土博物館

〒182-0026 小島町3-26-2
☎481-7656 ㊟481-7655

開館時間/午前9時～午後4時 入場料/無料
休館日/月曜日(祝日の場合は直後の平日)

●常設展示

「調布の歴史」(2階展示室)

●ギャラリー展示「桃の節供」

(2階ギャラリー)
桃の節供にちなんだ雛飾りや各地の郷土玩具などを紹介します。

期 3月12日(日)まで



郷土玩具「姉さま」

●郷土学習展

「ちょっと昔の暮らし」(1階展示室)

期 5月7日(日)まで



足踏みミシン

武者小路実篤記念館

〒182-0003 若葉町1-8-30 専用㊟あり
☎03-3326-0648 ㊟03-3326-1330

開館時間/午前9時～午後5時

入場料/大人200円、小・中学生100円、市内在住の65歳以上無料
休館日/月曜日(祝日の場合は直後の平日)

●春季展「思い切って咲くもの萬歳」～花と実篤～

実篤が愛し、描いた自然の中から、花に関する資料を中心にご紹介します。

期 4月16日(日)まで



武者小路実篤「自然之傑作集」1941年頃 六曲屏風

◎展示解説

日 3月18日(出)午後1時30分から45分間程度

期 当日直接会場へ

●閲覧室休室

期 3月9日(休)・16日(休)

●実篤公園ボランティアガイド

旧実篤邸や実篤公園の見所を30分程度で解説します。

期 3月11日(出)・19日(日)

※荒天中止

期 午後1時～3時の間で
随時(最終受付は2時30分)

期 個人または5人までのグループ



●実篤記念館「友の会」に入りませんか

会員特典/「友の会ニュース」(隔月)と館報「美愛真」(年2回)を郵送、入場料半額、ミュージアムグッズ1割引(実篤カレンダーは2割引)など

年会費/一般会員1000円

賛助会員1口5000円(何口でも可)

期 電話または直接実篤記念館

図書館

中央図書館 〒182-0026 小島町2-33-1
文化会館たづくり4・5・6階
☎441-6181 ㊟441-6183 専用㊟あり

●3月の開館時間と休館日

	開館時間	休館日
中央図書館	午前9時～午後8時30分	3月27日(月)・28日(火)
分館	午前9時～午後5時	3月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・28日(火)

※染地分館は施設改修により3月31日(金)まで休館(ブックポストも利用不可)

●図書館カレンダー上半期を全館で配布中

令和5年4～9月の各館の休館日などを掲載しています。名刺サイズと文庫本サイズの2種類があります。

●視聴覚資料室のご利用

中央図書館6階には音楽CD、映画のDVDやビデオなどを集めた視聴覚資料室があります。映像資料は「映画のまち調布」として特色ある資料収集をしています。貸出数/1人3点まで(期間は1週間。予約すると分館でも受け取り可)

期 図書館の利用カードがない方は、本人確認できる証明書(運転免許証、健康保険証など)を持参の上、中央図書館4階または市内の各分館で手続きを

●図書館からの耳より情報「あなたへのブックメール」
調布FM(83.8MHz)で、図書館職員が事業やサービスなどを案内しています。内容は月替わりです。

期 毎週土曜日午後4時40分頃～4時50分頃

●お返し忘れの本やCDなどはありませんか

卒業・転出などで図書館の利用資格がなくなる方は、借りている資料と利用カードを最寄りの図書館に返却してください。

共催事業

●令和5年度公開講座

生涯学習団体「アカデミー愛とぴあ」で活動している研究サークルの会員募集を兼ねた公開講座です。

① 司馬遼太郎『胡桃に酒』から細川ガラシャの生涯をたどる

期 4月8日(出)午後2時～4時

期 文化会館たづくり10階1001学習室

期 清原康正(文化評論家、日本ペンクラブ理事)

② 司馬遼の『史記』から学ぶ中国古代史

期 4月15日(出)午前10時～正午

期 文化会館たづくり10階1001学習室

期 高橋康浩(早稲田大学文学学術院非常勤講師)

③ ギリシア悲劇への招待

期 4月18日(出)午後2時～4時

期 文化会館たづくり8階映像シアター

期 川島重成(国際基督教大学名誉教授)

①～③共に

費無料

期 当日先着①250人③100人

期 図書館読書推進室、アカデミー愛とぴあ(文化会館たづくり10階) ☎441-6328(午前9時～午後4時)

公民館だより

●月曜日休館 ●申し込み/電話または来館で
●費用/記載のない場合は無料

東部公民館

〒182-0003 若葉町1-29-21
☎03-3309-4505 ㊟03-3305-3456

●企画展「みんぐるりんご」の「宝石のかけら」

子育てしながら夫婦で活動しているアートユニット「みんぐるりんご」の、絵本の原画や3Dプリンティングの立体作品の制作過程などを展示します。

期 3月26日(日)まで

期 午前9時～午後9時30分

●東部懐かしシネマ

生誕120年となる映画監督・小津安二郎の代表作を堪能してみませんか。

期 3月30日(休)午後1時30分～4時(休憩あり)

上映作品/「東京物語」(1953年/136分/16ミリ)

期 申し込み順25人

期 3月7日(出)午前10時から受け付け



オレンジ



東京物語 ©1953松竹株式会社

西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6
☎484-2531 ㊟484-3704

●平和ロビー展示

「写真と3Dモデルから探る 沖縄の戦争遺跡」

期 3月18日(出)～31日(金)

期 午前9時～午後9時30分

出展/中田 均(元都立高校教師)

◎関連講演会

写真と3Dモデルを重ね合わせながら、沖縄戦を振り返ります。昨年復帰50年を迎えた沖縄に思いを馳せ、平和について考えてみませんか。

期 3月29日(出)午後2時～4時

期 中田 均

期 申し込み順24人

期 3月7日(出)午前10時から受け付け



伊江島公益質屋跡



里親さんのこと知ってみませんか?

どうしたら里親になれるの?

里親ってなに? 養育家庭ってなんだろう?

里親さんの話ちょっと聞いてみたい!

さまざまな事情で保護者と暮らせない子どもたちを家庭に迎え入れ、一緒に生活する「里親さん」。たまふおすでは、皆さんに里親制度を知っていただける制度説明会を開催しています。

詳細は「多摩フォスタリング里親制度」で検索

制度説明会

オンライン説明会は週1回程度、現地説明会は月1回程度で開催。お日にちの合わない方は個別での相談も可能です。



多摩フォスタリング機関 担当: 青木 ☎ 042-444-0191 ✉ tm.fostering@futaba-yuka.or.jp

ヤクルトお届けスタッフ募集

募集要項

- 勤務時間: 9:00～
- 平均月収例: 10万円～17万円(月20日勤務)
- 休日: 土・日・祝日・夏季年末年始など
- 週3・週4勤務 応相談
- 一般保育園の保育料助成制度あり(0歳児)

小さいお子さまがいても、安心して働ける環境があります!

時間の融通が利きます!

ヤクルトスタッフ募集専用ダイヤル ☎0120-8960-10 担当: 稲見
東京ヤクルト販売株式会社
受付時間: 9:00～17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18
☎488-2698 ☒488-2787

●北の杜ギャラリー「ほくほく地域展～上ノ原かるた・商店街・地域活動など～」

期 3月7日(火)～18日(土)
時 午前9時～午後8時
(最終日は5時まで)

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



●子ども体験教室

「みんなで一緒にトライ！楽しい手話ダンス」

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「手話ダンス」を踊ります。



日 3月26日(日)午前10時30分～正午

対象 小学生以上

講師 宮澤富枝(手話ダンスグループ・スマイル代表)

定員 申し込み順15人

日 3月7日(火)午前10時から受け付け

●健康教室「初心者向け、おやすみ前のすっきりリラックスヨガ」(全4回)

期 ①4月7日(金)②21日(金)

③5月12日(金)④26日(金)

時 午後7時30分～9時

対象 高校生以上

講師 樋口美恵(ヨガインストラクター)

定員 11人(多数抽選) 備 畳またはヨガマット、飲み物、手ぬぐいサイズのタオル 往復はがきまたはEメール(☒hokubuk@city.chofu.lg.jp)に、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し、3月14日(火)(必着)までに「リラックスヨガ」係



いろいろ食べて

「人生100年時代」のフレイル予防

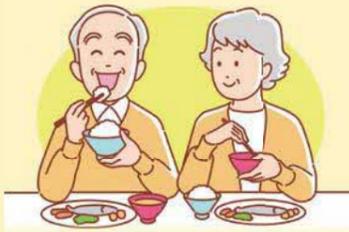
年齢を重ね、筋力や心身の機能、活力が衰えてきた状態を「フレイル(虚弱)」といいます。そのままにしていると日常生活に不自由をきたす可能性があります。筋肉量の維持には多様な食品から栄養素を補うことが重要です。
※持病などで食事制限がある方は主治医に相談を

予防1 1日3食を目標に

- 1食欠けると100kcal以上の摂取カロリーの低下、1種類以上の食品群の低下になりやすいので要注意
- 3回食べられない日は「おやつ」で補うよう工夫する
- 定期的にかかりつけ歯科医療機関で口腔内の確認や清掃、アドバイスを受ける

予防2 動かない時間をなるべく減らす

- 買い物や掃除などで身体を動かす
動くことで食欲が出る、体を動かすことで筋肉を維持する



予防3 10の食品群から1日7つ以上を目指す

- 合言葉は「さあにぎやかにいただく」
少しでも料理に入っていれば数えてOK!
- ※「さあにぎやかにいただく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取多様性得点を構成する10の食品群の頭文字をとったもので、ロコモチャレンジ!推進協議会が考案した合言葉です



岡高齢者支援室 ☎481-7150

東日本大震災 慰霊祭2023

～あの日を忘れない。～

12年目となる今年のテーマは「再結集 Go To トウホク from チョウフ」です。今年は3年ぶりに、実行委員が選ぶ「東北逸品市」も開催します。

日 3月11日(土)午前10時～午後8時

時・内 午後2時46分～・追悼法要(黙とう、読経)6時～・LEDキャンドル献灯

所 調布駅前広場 費 無料



東日本大震災慰霊祭2022の様子

◎東北逸品市

時 午前10時～※売切れ次第終了

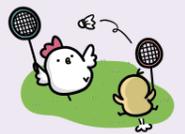
所 東日本大震災慰霊祭

実行委員会・高橋

☎090-8046-4183 (福祉総務課)

市民の広場

本欄は市民同士の交流を目的としています。掲載内容の確認や入会申込などは直接問い合わせ先へ連絡してください。掲載を希望する方は掲載基準を確認の上お申し込みください。掲載基準を満たさない場合や申し込みが多い場合は掲載できないことがあります。掲載内容の責任は主催者が負います。(広報課)



催し

●学習会「地方自治という希望～杉並区長選に学ぶ」日 3月18日(土)午後1時30分～4時 所 文化会館たづくり9階 ☎300円(資料代、施設等使用料) 所 石川 ☎487-7710 ※講師: 内田聖子(NPO法人アジア太平洋資料センター代表)、定

員: 当日先着48人

●第21回調布水彩画会展 日 3月20日(月)～26日(日)午前10時～午後5時(初日午後1時から、最終日4時まで) 所 文化会館たづくり2階 ☎無料 所 安井 ☎090-3802-9173

●第37回フォトサークルちょうふ写真展 日 3月29日(火)～4月4日(日)午前10時～午後5時 所 文化会館たづくり2階 ☎無

料 園出浦 ☎488-0450

●失語症特別講演会「失語症の最新のリハビリテーション」日 4月8日(土)午後1時30分～4時10分 所 総合福祉センター2階 ☎無料 所 半田 ☎080-5655-3158 ※予約不要。直接会場へいらしてください

	サークル名	活動日時	活動場所	入会金	会費	問い合わせ	備考
会員募集	Saturday English Club (英会話)	毎週土曜日午後2時～3時30分	文化会館たづくり	ナシ	月3000円	岩崎 ☎070-2177-4301	英語を皆で楽しみましょう!!
	ひまわり'99 (ピアノ)	第2・4水曜日午後1時～4時	文化会館たづくり	1000円	月3000円	北村 ☎070-4146-9972	初心者大歓迎(シニア)男女
	神代囲碁クラブ	毎週水・土・日曜日午後1時～5時	金子地域福祉センター	1000円	月500円	松田 ☎080-5527-6952	初心者から高段者まで。女性歓迎
	ナイス宿六会(男性の料理教室)	原則第1日曜日午前10時～午後2時	文化会館たづくり	ナシ	月1500円	おおぞね ☎090-4058-3156	初心者歓迎。メンバーは中高年が多い

健康麻雀 1/12 OPEN!!
にこにこ麻雀教室
初心者の方も安心して楽しんでいただける健康麻雀教室です
◎初回体験レッスン(1時間)無料◎
初級者大歓迎!!
初級レッスン 10:00～12:00 対局 13:00～17:00
2時間 2,000円 4時間 1,800円
全自動 ゆったり! 6卓
まずは気軽に試してみませんか?
ご予約・お問合せ
080-3457-1632 月・木休
調布市多摩川7-8-6 1F(京王テニスクラブ向い)

中高年の便秘相談
腸の中からキレイにしませんか?
・便秘改善
・宿便・痔
・アトピー
・ニキビ
・肥満、憩室
・体臭
・ポリプ
くすりと健康のひろば 布田5-1-1 調布駅前
スギヤマ薬品
042-483-9325

市公式ホームページの広告主募集
掲載単位/1カ月(1日～末日)
掲載位置/市HPのトップページ下部
規格/GIFまたはJPEG形式、縦60ピクセル×横150ピクセル
広告料/1枠当たり1カ月3万円
掲載希望月の前々月の末日
申請書類(広報課(市役所4階))で配布、または市HPから印刷可)に必要事項を記入し、〒182-8511市役所広報課 ☎481-7302へ郵送または持参

調布市
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集
調布市ホームページの広告主募集

「調布市 暮らしの便利帳 2023・2024年度版」を 市内全戸に配布します

暮らしに役立つ手続きや市の魅力、施設の情報、行政情報などを掲載しています。日々の暮らしにご活用ください。

調布の伝統的な魅力を再発見できる！

子育て家族も楽しめる施設や公園を紹介

ご活用ください

配布期間／3月8日(水)～31日(金)
配布について：
(株)サイネックス・ネットワーク ☎06-6191-0061
暮らしの便利帳の発行について：広報課 ☎481-7301

YouTubeで配信中

市職員が漫才で調布市の魅力をPR

アマチュアお笑い芸人として活動を続ける職員が出演して、市の魅力をPRするために、職員の仕事を漫才で紹介する動画を制作しました。相方には調布育ちの(一社)社会人お笑い協会代表で、大食いYouTuberとして活躍するオックンが出演しています。動画は調布市公式YouTubeチャンネルで見ることができます。

大食い YouTuber オックン

調布市職員が漫才こうなる! とりあえず 第1弾

YouTuberのオックンです。初めてのコラボですが、本気で楽しく漫才できました！市の仕事の魅力が伝わるといいな。

図広報課 ☎481-7301

新型コロナワクチン

2月27日時点の情報

オミクロン株対応ワクチン (ファイザー社製「BA.4-5」対応型・モデルナ社製「BA.4-5」対応型)

対象者
新型コロナワクチンをすでに2回以上接種した方で、前回の接種日から3カ月以上経過した12歳以上の方。3月分の予約を受け付けています。

対象年齢	接種回数	使用するワクチン
12歳以上	初回 (1・2回目) 接種	従来型ワクチン
	3回目以降 (追加接種)	オミクロン株対応ワクチン ファイザー社製 モデルナ社製

個別医療機関で接種
使用するワクチン／ファイザー社製
予約方法／接種を希望する個別医療機関へ

個別医療機関一覧

集団接種会場で接種
3月の実施日程／毎週土曜日
時間／午前9時～11時30分、午後1時30分～4時
会場／調布市役所診療所 (市役所敷地内)
使用するワクチン／ファイザー社製、モデルナ社製
予約方法／コールセンターまたはインターネットで受け付け

●予約なし接種を実施
期3月の全実施日
時間／午前9時30分～11時30分、午後2時～3時30分
所調布市役所診療所
他混雑状況により接種できない場合あり

ワクチン

従来型ワクチン

集団接種会場 (保健センター) と個別医療機関で接種を実施しています。個別医療機関で接種を希望する場合は、直接お問い合わせください。

乳幼児 (生後6カ月～4歳) の1～3回目接種
対象者／接種日時点で6カ月～4歳 使用するワクチン／乳幼児用ファイザー社製
※1回目に乳幼児用ファイザー社製ワクチンを接種した方が、2・3回目接種時に5歳になった場合も、乳幼児用ファイザー社製ワクチンを接種
接種間隔／前回接種から2回目は3週間、3回目は8週間
※接種期間は、現時点で3月末までです。これから1回目の接種を受ける方は、期間内に3回接種ができません (2回目までの接種は可能)

乳幼児・小児共通

小児 (5～11歳) の1～3回目接種
対象者／接種日時点で満5～11歳
使用するワクチン／小児用ファイザー社製
※1回目に小児用ファイザー社製ワクチンを接種した方が、2回目接種時に12歳になった場合も、小児用ファイザー社製ワクチンを接種
接種間隔／前回接種から2回目は3週間、3回目は5カ月

個別医療機関一覧・集団接種の予約方法

全年齢共通

集団接種の予約方法

電話で予約 (調布市新型コロナワクチンコールセンター)
☎0120-139-710
※午前9時～午後5時。かけ間違いにご注意ください
※集団接種を実施する土・日曜日、祝日も開設

インターネットで予約
(集団接種会場)

至調布駅
至所通り

保健センター
調布市役所診療所
文化会館(たづくり西館、東館)
市役所
教育会館

至調布駅
至所通り

※ワクチン接種のために来庁する場合は市役所駐車場の利用はご遠慮ください