

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

●国際理解講座

「無国籍～国籍・アイデンティティとは？」

50年前の日中国交正常化で、無国籍を選択した横浜中華街・華僑の家族としての体験と研究成果を聞きます。

期・回①11月22日(火)・無国籍の選択と日本国籍取得まで②29日(火)・さまざまな無国籍者の選択とこれから
時午前10時～正午
講陳天璽(早稲田大学国際学術院教授・NPO法人無国籍ネットワーク代表)

定申し込み順24人

申11月8日(火)午前10時から受け付け

●3・11後の防災学習～学校と公民館の地域連携

日11月22日(火)午後3時45分～5時15分

講大森直樹(東京学芸大学教授)

定申し込み順10人

申11月8日(火)午前10時から受け付け

●成人学級「木曜会」公開講座

「読書会体験～別役実・淋しいおさかな」

日11月24日(木)午後2時～4時

講青木笙子(元調布市社会教育指導員・「アカデミー愛とぴあ」読書会講師)

定申し込み順10人

申11月8日(火)午前10時から受け付け

西部公民館

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

●文学講座「今を生きる人々へのメッセージ～写真家 星野道夫の言葉の贈りもの」

アラスカの自然を写真と文章で残した星野道夫のメッセージを読み解きます。

日11月24日(木)午前10時～正午

講濁川孝志(立教大学名誉教授)

定申し込み順30人

申11月8日(火)午前9時から電話またはEメール(☎seibuk@city.chofu.lg.jp)で申し込み(Eメールの場合は、件名に「文学講座」、本文に氏名、町名、電話番号を明記)

●健康講座「ウィークデーの疲れを癒す 女性のための週末リトリートヨガ」(全3回)

肩甲骨や股関節周りのこわばりを緩め、筋トレも楽しみながら身体を整えます。

期①12月3日(土)②10日(土)③17日(土)

時Aコース/午後2時～3時 Bコース/3時30分～4時30分

講上美知代(ヨガインストラクター)

定各コース9人(多数抽選)

時ヨガマット、バスタオル、室内用シューズ、飲み物、動きやすい服装

申11月15日(火)午後5時までに電話またはEメール(☎seibuk@city.chofu.lg.jp)で申し込み(Eメールの場合は、件名に「健康講座」、本文に氏名、町名、電話番号を明記)※結果は11月16日(火)以降に連絡



北部公民館

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

●親子工作教室

「親子で作ろう！和紙のランプシェード」(全2回)

期①11月27日(日)②12月4日(日)

※作品のギャラリー展示/

期12月6日(火)～10日(土)

時午後2時～4時

講小学生以上の子供と保護者2人1組

講元木まり子(絵手紙講師)

定8組(多数抽選)

費1組1400円(2作品分材料費。当日持参)

申往復はがきかEメール(☎hokubuk@city.chofu.lg.jp)に、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記し、11月15日(火)(必着)までに北部公民館「ランプシェード作り」係(Eメールの場合は、件名に「ランプシェー



ド作り申し込み」と記載)

●子ども科学教室

「結晶って○○でしょう～結晶をそだてよう～」

日12月10日(土)午後2時～3時30分

講小学生

講坂口美佳子(科学読物研究会運営委員)

定16人(多数抽選)

費100円(材料費。当日持参)

講えんぴつ、汚れても良いタオル、セロハンテープ、持ち帰り用の袋

申往復はがきかEメール(☎hokubuk@city.chofu.lg.jp)に、お住まいの町名、氏名(ふりがな)、学年、電話番号を明記し、11月15日(火)(必着)までに北部公民館「子ども科学教室」係

調布・狛江の魅力PR部の大学生が発信!
まちなかの素敵な魅力
手作りのスコーンやランチも
guu cafe (グウカフェ)

今月からマスカルドーネ入りのプリンを始めました!

「何気ない日々のちょっとした幸せ」を感じてほしいという思いで作られたカフェです。店内は落ち着いた雰囲気、リラックスした時間を過ごせました。ドリンク類とチーズケーキはテイクアウトもできます。

期国領町3-1-39 Kサイドビル
営業時間/正午～午後8時
定休日/日曜日・月曜日
期Instagramへ (広報課) guu cafe Instagram
一部写真は guu cafe 提供

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

■気功サークル健笑会 日11月9日(火)・16日(火)午後6時30分～
期文化会館たづくり6階 無料 安齋 482-4400
※気功体操・ストレッチ・呼吸法で体を動かします。初心者歓迎

■子育てセミナー親子のコミュニケーション大丈夫? 日11月22日(火)午前10時15分～11時45分 期文化会館たづくり6階 300円(資料代、施設等使用料) 期柴山 080-6679-2710
※オンライン、保育あり(申し込み制)

■調布・狛江リウマチ友の会 日11月25日(金)・12月21日(火)午後1時30分～3時30分 期総合福祉センター2階 200円(資料代) 期大串 499-2065

■健康歌声サロン～気持ちよく歌い、笑い、健康づくり～ 日11月26日(土)午前10時～正午(受付9時30分～) 期西部公民館 800円(資料代、施設等使用料。ペア割引:1400円) 期江口 090-2486-4865※途中休憩あり。定員:当日先着40人。講師:ひろせめぐみ(音楽療法士)

■第32回ウォークラリー in ちょうふ 日11月27日(日)受付午前9時～午後1時 期100円(機材費) 期橋本 050-6881-

4826*ロングコースの受け付けは午前11時まで。集合場所:市役所前庭

■調布フィルハーモニー管弦楽団定期演奏会 日12月4日(日)午後2時～(1時開場) 期グリーンホール大ホール 1000円(施設等使用料。中学生以下無料) 期久保 090-7224-5808

■健康マージャン入門講座・例会 日12月5日(月)・12日(月)・19日(月)午前10時～正午 期文化会館たづくり3階 2000円(資料代、機材費) 期榎 070-6454-8141

会員募集	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
	東部暮友会(囲碁)	毎週水・金・日曜日午後1時～4時	東部公民館	ナシ	年2000円	佐藤 ☎070-4446-3808	囲碁の初心者、若い人も歓迎

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
土日でもOKです

市報ちょうふをご覧の方に
生垣剪定 長さ1m 高さ2m
通常2,200円を
先着10名様 (税込)
1,100円!

ガーデンエクスプレス 営業時間
調布支店 東京都調布市東つつじヶ丘1-1-13 9:00~17:00
03-6379-6353

お見積り・お問い合わせは ☎電話 もしくは 2次元コードから

家族葬は公益社

充実した設備で安心のお葬式を

明るくほどよいサイズの式場 24時間安置可能 ゆっくり休める控室
公益社では新型コロナウイルス感染拡大防止に努めています

事前相談 相談無料 随時受付中 オンラインでもご相談いただけます

公益社 公益社 葬儀相談センター [24時間・365日受付] さよならのこころ
☎0120-347-556
公益社 仙川会館 東京都調布市仙川町3-1-3 [220175]