

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

●印刷機操作講習会

受講すると、サークルや自治会活動の資料作成などで、公民館の印刷機を利用できます。

期①4月17日(土)②23日(金)

時午前10時～正午

所①西部公民館・北部公民館②東部公民館

対各会場申し込み順10人程度

申3月23日(火)午前9時から各公民館で受け付け

他個人利用や営利目的などの利用は不可。はがきサイズからA3まで印刷可能。用紙は各自持参。原稿1版(1000枚まで)につき100円

東部公民館

〒182-0003 若葉町1-29-21

☎03-3309-4505 ☎03-3305-3456

●シルバー教室

「シニア向け 全く初めてのスマートフォン講習」

日4月22日(休)午後2時～4時

対おおむね60歳～70歳のスマートフォン未経験の市民

内基本操作、電話、カメラ、インターネット、アプリ活用、災害対策用アプリ紹介

講KDDI(株)認定講師 定16人(多数抽選。初参加優先)

持筆記用具

申往復はがき(連名不可)に、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛先を明記し、4月7日(休)(必着)までに東部公民館「スマートフォン」係へ

●シルバー教室

「目覚めよ体幹 ピラティス体験」(全3回)

呼吸とともに背骨や体幹を動かして、身体のバランスを感じ、整えながら姿勢を改善してみませんか。

期①4月15日(休)②5月6日(休)③20日(休)

時(ア)午後1時30分～2時30分(イ)3時～4時※(ア)②同内容

対おおむね60歳以上の市民

講朝日明美(山川体操クラブ、ゆったりストレッチ講師)

定各申し込み順10人

持ヨガマットまたはバスタオル、手ぬぐいサイズのタオル、飲み物

申3月23日(火)午前9時から受け付け

他昼食後1時間以上あけて参加

西部公民館

〒182-0035 上石原3-21-6

☎484-2531 ☎484-3704

●桜に愛を込めて

～映画「薄墨の桜」上映とリコーダーコンサート～

岐阜県根尾川上流にある桜の古木をテーマにしたドキュメンタリー映画を鑑賞します。上映の前には、春にちなんだ曲をリコーダー演奏で楽しめます。

日4月17日(土)午後2時～3時30分

演富永和音(リコーダー演奏者)

定申し込み順30人

申3月23日(火)午前10時から受け付け



北部公民館

〒182-0014 柴崎2-5-18

☎488-2698 ☎488-2787

●芸術鑑賞講座「画をかくことは美の発見

～武者小路実篤の画をかく喜び～(全2回)

期・内①4月7日(休)・講義②14日(休)・記念館の見学

時①午後2時～4時②2時～3時

所①北部公民館

②武者小路実篤記念館

講武者小路実篤記念館学芸員

定申し込み順18人

費大人200円、市内在住の65歳以上無料・要証明(入場料。現地各自支払)

申3月23日(火)午前9時から受け付け



●健康教室

「初心者向け春のリフレッシュ・ヨガ」(全4回)

期①4月20日(火)②27日(火)③5月11日(火)④18日(火)

時午前10時～11時30分

講樋口美恵(米国クリパルセンター公認ヨガ講師)

定11人(多数抽選)

保1歳6カ月～就学前(定3人 保育オリエンテーション: 4月20日(火)午前9時30分～※親子で要出席)

持ハンドタオル、バスタオル、飲み物

申往復はがきまたはEメール(hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に住所、氏名、電話番号、保育希望の方は子どもの名前・性別・年齢を明記し、4月1日(休)(必着)までに北部公民館「ヨガ教室」係へ

●歴史講座「渋沢栄一と徳川慶喜

～“晴天を衝け”とその時代～(全3回)

一武士から大実業家へと歩んだ渋沢栄一と、最後の將軍徳川慶喜の歩みを見ながら、激動の幕末と明治時代を解説します。

期・内①4月23日(金)・渋沢栄一～生い立ちから一橋家

士官まで②30日(金)・渋沢栄一～激動の幕末から明治の大実業家まで③5月7日(金)・徳川慶喜と幕末政局

時午後2時～4時

講町田明広(神戸外語大学准教授)

定18人(多数抽選)

申往復はがきかEメール(hokubuk@w2.city.chofu.tokyo.jp)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し、4月1日(休)(必着)までに北部公民館「歴史講座」係へ



生涯学習サークル体験事業

●A ひまわりテニスクラブ

期①3月25日(休)②30日(火)

時正午～午後2時

所①多摩川テニスコート②深大寺テニスコート

対サーブやラリーなどできるおむね70歳までの方

内ダブルスの試合形式での硬式テニス

定各日申し込み順2人

持テニスシューズ、ラケット

締前日まで

●B 琵琶楽 茜会(各全2回)

期・時昼の部/①3月28日(日)②4月4日(日)・午後

2時～3時30分 夜の部/①3月29日(月)②4月5日(月)

時午後6時～7時30分

所西部ふれあいの家

内薩摩琵琶の楽器の演奏と琵琶歌の基本的な歌い方(楽器と教材の用意あり)

定各申し込み順3人

持筆記用具、録音機(お持ちの方)

締3月26日(金)

●A・B共に

費無料

運営/生涯学習各サークル

申生涯学習情報コーナー☎441-6155(土・日曜日、祝日、たづくり休館日を除く午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く))

(文化生涯学習課)

市民の広場

催し & 会員募集

記事の内容などは直接問い合わせ先へ連絡をお願いします。掲載を希望する方は必ず掲載基準を読んでからお申し込みください。申し込みが多い場合掲載できないことがありますので、あらかじめご了承ください。(広報課)

催し

■社の会 春の絵画展 日3月26日(金)～4月1日(休) 時午前9時～午後9時(初日正午から、最終日3時まで) 所文化会館たづくり11階 費無料 図鈴木 ☎486-8690

■第52回メルヘン会絵画展 日4月3日(土)～7日(休) 時午前10時～午後4時(初日正午から、最終日3時まで) 所文化会館たづくり2階 費無料 図桑原 ☎485-4648

■第113回調布市美術協会展 日4月12日(月)～18日(日) 時午前10時～午後5時(初日午後1時から) 所文化会館たづくり2階 費無料 図有川 ☎489-8340

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
	太極拳起勢会(チーシーカイ)	月3～4回 火曜日午後2時～4時	深大寺地域福祉センター	ナシ	月2000円	河合 ☎487-0963	60歳以上が楽しく24式・扇を練習しています
	ジャズボカール DREAM	第2・4金曜日午後2時～4時	北部公民館	ナシ	月3000円	折橋 ☎090-6007-6324	初心者歓迎。感染対策をして楽しきましょう

生涯学習団体 アカデミー愛とびあ サークル会員募集

講義形式学習会 俳句、短歌ほかの会

- 日本の神々 ●ユダヤの歴史 ●俳句会(6)
- 文化 ●太平記を読む ●歴史 ●短歌会(3)
- 小説を楽しむ ●万葉集を読む ●連句会
- 三国志 ●ギリシャ神話に親しむ ●朗読会
- しむ ●漢詩・漢文に親しむ ●随想を書く会
- 論語に親しむ ●19世紀ロシア文学に親しむ ●読書会(13)
- ア文学に親しむ ●天文学10話 ●淡彩画の会

HP academy-aitopia-chofu.com

お申込み・お問合せ

アカデミー愛とびあ事務局 ☎042-441-6328

受付時間: 9時～16時 (たづくり開館日のみ)

庭木1本からお手入れOK!

●庭木1本より明瞭料金 ●土日でもOKです

●トイレはお借りしません ●お茶はご遠慮します

「市報ちょうふ」を見てと伝えると

生垣剪定 先着10名様(税別)

幅1m×高さ2m 通常2,000円を1,000円!

見積無料

調布支店 東京都調布市東つじヶ丘1-1-13 営業時間 9:00～17:00

☎03-6379-6353

あなたの願う「お葬式」を総額見積りにて安心対応!

お元気な時から、終活プラン 事前相談～事前契約

散骨 (海・山・バルーン・宇宙)

福祉葬 (火葬のみ) 198,000円～ (祝儀・基本一式)

1日葬 (火葬・20名以内プラン(祝儀)) 298,000円～

花の家族葬 (20名以内プラン(祝儀)) 398,000円～

自宅葬

ご依頼・資料請求 ☎0120-255-297

1都5県24H365日対応

SOGI サポートセンター