

東部公民館だより

発行・調布市東部公民館 〒182-0003 調布市若葉町1-29-21

TEL (03)3309-4505

FAX (03)3305-3456

E-mail: toubuk@city.chofu.lg.jp



メールアドレス



イベント一覧

11月号

令和6年11月1日

No.424

調布市公民館三館合同事業 講演会

手話通訳あり

恐竜ハカセと一緒に考えよう ～中生代の恐竜のこと、現代の私たちと地球のこと

中生代の恐竜研究の最前線の成果を、絵本や本を使いながら、子どもにもわかりやすく解説します。中生代の恐竜には、現代の地球はどのように見えるのでしょうか？楽しみながら私たちの地球の過去、現在、そして未来について考える機会にしませんか。当日は、恐竜の化石やレプリカを数点展示します。

日時／12月7日(土)
午後2時～4時

会場／文化会館たづくり 12階
大会議場

講師／^{まなべ}真鍋 ^{まこと}真さん
(国立科学博物館副館長)

対象／小学生以上(市民優先)

定員／申込み順 150人

申込／11月7日(木)午前9時から
電話または直接各公民館へ

▼東部公民館 03-3309-4505

▼西部公民館 042-484-2531

▼北部公民館 042-488-2698

【中生代とは】2億5千万年前から6550万年前まで続き、三疊紀、ジュラ紀、白亜紀に分類される。陸上では三疊紀の中頃に恐竜が出現。ジュラ紀から白亜紀の大繁栄から、恐竜の時代ともよばれている。



©与古田松市

講師のプロフィール: 国立科学博物館副館長。横浜国立大学教育学部卒業、米イェール大学大学院理学研究科修士課程修了、英ブリストル大学大学院理学研究科 PhD 課程修了。博士(理学)。1994年から国立科学博物館に勤務。群馬県立自然史博物館の特別館長も兼務。恐竜など中生代の爬虫類や鳥類の進化を化石から読み解きたいと、化石と心の中で会話する日々を送っている。著書に「深読み絵本『せいめいのれきし』」、「真鍋先生の恐竜教室」など、訳書に「わたしはみんなのおばあちゃん」など、恐竜図鑑や展覧会の監修など多数。

講演会関連展示

講演会当日の会場に展示する化石の写真と解説文を展示します。
＜東部・西部・北部3公民館にて同時開催＞

●期間／11月9日(土)～12月8日(日) ※月曜休館

●時間／午前9時～午後9時30分

東部市民講座

保育付

ZOOM
参加可

全2回

自分をもっと好きになる、 はじめての自己肯定感講座

「頑張っているけど、なんだかいつも上手くいかない」と落ち込んでしまいがちな方、「思い通りに進まなくてついイライラしてしまう」ことが多い方に、気持ちが少しラクになる感情の向き合い方をご紹介します。自己肯定感について学び、ありのままの自分を受け入れて、折れにくく、しなやかな心を鍛えてみませんか？

日程・内容

- ① 11月30日(土)「自己肯定感ってなんだろう」
- ② 12月14日(土)「自分の感情を知り、ぶれない自分に」

時間／午前10時～正午 会場／東部公民館 学習室

講師／佐藤 昌子さん (一般社団法人日本セルフエスティーム普及協会)
(認定マスタートレーナー)

定員／申込み順28人(市民優先) 費用／無料

保育／申込み順4人(1歳6ヶ月以上就学前まで)

保育オリエンテーションは11月16日(土)午前10時～11時
※親子で要出席申込／11月6日(水)午前10時からEメール、電話または直接
東部公民館へ(保育は12日(火)午後5時まで受付)【Eメール申込】件名に「自己肯定感」、本文に氏名(ふりがな)、住所(町名まで)、電話番号、Zoom希望の有無を明記し、toubuk@city.chofu.lg.jpへ

*保育希望者はお子さんの名前(ふりがな)、生年月日も明記



申込フォーム



講師のプロフィール：群馬県在住。フリーアナウンサー。息子の受験や不登校、母親の介護で心身の不調が現れた時、協会の講座を受講。自分を大切に必要性を感じ、これまでの不調や虚しさは、自分の心が満たされていなかったからだということに気づく。幸せな人生を歩むための土台となり、自分を支える「自己肯定感」について学び、資格を取得。より多くの方にこのメソッドを伝えるため、講師として活動中。

【自己肯定感とは】自分の存在価値を認め、ありのままの自分を肯定的、好意的に受け止めることができる感覚。

東部市民講座

全2回

しめ縄・しめ飾りを知る・作る

古くから、米作りに付随して行われてきた年末の「しめ飾り」づくりを、その由来から学び、先人の工夫や藁の扱いなどを実際に体得しながら、自然の良さに触れてみませんか。

日程・内容

- ① 12月17日(火)「しめ縄、しめ飾りの由来と縄ない」
- ② 12月19日(木)「しめ飾りを作る」

時間／午前10時～正午 会場／東部公民館 学習室

講師／棚橋 早苗さん(武蔵野美術大学非常勤講師)

対象／市内在住者 定員／14人(多数抽選。初参加優先)

費用／1,000円(材料費。初回持参)

持物／はさみ、霧吹き、エプロン、古タオル、替えの靴下 ※2回とも

申込／11月21日(木)午前9時～26日(火)午後5時までに、電話または
直接東部公民館へ

結果／11月27日(水)午前、当選者のみ電話連絡(午後以降問合せ可)



西部公民館(042-484-2531)のイベント・お知らせは、左の二次元コード「西部公民館だより」からどうぞ。

シルバー教室

全2回

障子の張り替え～あなたにもできる実践DIY

この年末は、障子をご自分で張り替えてみませんか。初めての方も、自己流でやっていた方も、公民館の障子を使って、下準備から張り替えまでを専門家に学びます。

日程・内容

- ① 12月10日(火)「古い障子をはがしと張り替えの下準備」
② 12月12日(木)「障子の張り替え」

時間／午前10時～正午 会場／①東部公民館 学習室 ②和室

講師／吉野 茂義さん(吉野表具店・東京表具経師内装文化協会会員)

対象／おおむね60歳以上(市民優先) 定員／申込み順7人

費用／無料 持物／古タオル2枚、エプロン、ゴム手袋(①のみ)

申込／11月21日(木)午前9時から、電話または直接東部公民館へ



▲東部公民館和室(小)

共催事業

東部公民館登録団体

「日本史を学ぶ会」公開講座

「真説 忠臣蔵」

「日本史を学ぶ会」の例会を、今年も地域の皆さまに公開します。ぜひご参加ください。サークル会員も募集しています。

日時／11月21日(木) 午後2時～4時 会場／東部公民館 学習室

講師／深井 雅海さん(徳川林政史研究所所長)

対象／市内在住者 定員／申込み順20人 費用／無料

申込／11月6日(水)午前10時から、電話または直接東部公民館へ



▲深井雅海さん

終了した事業から(アンケートより)



家庭教育講座 9/7(土) 9/14(土) 実施

家庭や学校で始める、中高生のための性教育

東部公民館に隣接する桐朋女子中・高等学校の現役教師や卒業生から、普段聞くことができない授業の内容や、多様な「性」についてのお話を伺いました。映像や道具など、わかりやすい教材やワークで多くの気付きがあり、意見交換を通してじっくりと考える機会となりました。

【アンケート】●家庭環境(保護者との信頼関係)と子どもの性は深くかかわっていると感じました(40歳代) ●2回とも、自分が学生時代に受けたかった! 充実の内容。日本の学校での性教育はかなり遅れていて、歯止め規定に縛られがちな現状がある一方で、近所の桐朋女子では、世界基準の現代(時代)にあった性教育の授業が行われていることが知れて大変良かったです! もっと多くの方に聴いてほしい内容でした。今後も期待しています(40歳代) ●まず、大人たちが学び、話し合うことが大切だと思いました。自分たち(90年代に中高生だった人たちが)、性教育、ジェンダー教育を受けていないことの影響を感じま

した(40歳代) ●「YouTubeの紅茶の動画」も分かり易く、とてもよくできていた(60歳代) ●以前よりも包括的性教育のニーズが高まっている一方で、アンチ性教育の勢いも強くなっていると感じます。ぜひ、そのような声に負けず、このような講座を開講してほしいです(30歳代) ●今はもっと深い所まで性教育について学んでいるのがとてもいいと思った。私も深く学びたかった。女性は性について詳しい人がたくさんいるので、男性がもっと性を知ることが重要だと私も共感した。男性も女性もお互いが深く性について知った上で、お付き合いや男女と向き合う事が私は大事だと思った(Zoom参加)



北部公民館(042-488-2698)のイベント・お知らせは、左の二次元コード「北の杜通信」からどうぞ。

サークル展

絵手紙 花の輪 作品展

絵手紙は、相手に伝えたい心や気持ちを、文字と絵で表現します。
送った人の人柄が表れ、相手の心にいつまでも残ります。身近なものをモチーフに、一緒に絵手紙を楽しみませんか。

会期／11月5日(火)～27日(水) *月曜休館

時間／午前9時～午後9時30分

会場／東部公民館 回廊スペース

出展／花の輪(東部公民館利用団体)

※活動は第2・4(木)午前中

三春フサ江▶



公民館運営審議会だより

◆令和6年調布市公民館運営審議会第4回定例会は、台風10号の接近が予想されたため、書面開催となりました。(出席委員8人)概要につきましては、次のとおりです。なお、詳細につきましては、調布市ホームページをご覧ください。

▶日程第1 報告事項

- (1) 使用状況報告(令和6年6月～7月分)について
- (2) 事業報告(令和6年6月～7月分)について
- (3) 社会教育委員の会議(令和6年度第2回)について

▶日程第2 審議事項

- (1) 公民館利用団体登録(新規)について
よみきかせサークル(北部公民館)
【賛成多数により承認】

▶日程第3 協議事項

- (1) 令和6年度公民館運営審議会研修会について
【賛成多数により承認】

▶日程第4 その他

- (1) 次回の定例会開催日程について
- (2) その他

公民館運営審議会研修会
開催のお知らせ

公民館運営審議会では、毎年研修会を開催しています。市民の皆様の参加をお待ちしています。

※「タイトル(未定)」につき、市報11月5日号でご確認ください。

日時／令和6年11月26日(火)
午後3時15分～4時45分
(会議終了後)

会場／東部公民館 学習室

講師／明治安田生命保険相互会社
地域リレーション推進部

定員／申込み順10人

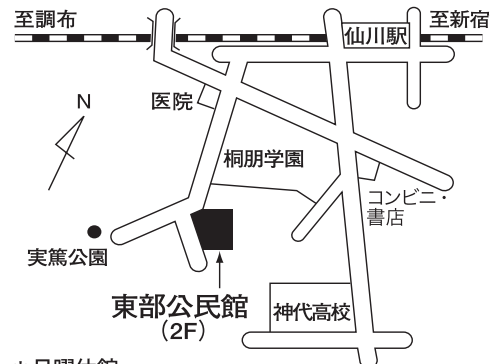
費用／無料

申込／11月12日(火)午前9時から、電話
または直接東部公民館へ

会場使用の受付

1月分の午前・午後区分の会場使用の申込みは、引き続き申請書の郵送などによる事前提出の方法で実施します。新規申込団体は事前にお問合せください。11月6日(水)午前9時到着分まで有効とします。◆夜間区分は11月6日(水)午後6時30分到着分まで有効とします。◆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。

【アクセス】



*月曜休館

*京王線仙川駅徒歩8分 駐車場はありません

古紙パルプを配合した紙を使用しています