



お し ら せ

4

スポーツウエルネス吹矢無料体験会

吹矢は性別や年齢を問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓にもよい影響を与えます。一緒にはじめましょう！

【日 時】4月25日(月)、 5月2日(月)、 5月9日(月) 13:00~16:00

【場 所】調布市市民プラザあくろす 3Fあくろすホール

【対 象】高齢者【参加費】無料

【備 考】予約不要 直接、会場へお越しください。スポーツウエルネス吹矢用具は貸出ます

【問合せ】調布・桜いきいき支部 支部長 半田 080-5655-3158

「調布憲法ひろば」学習会

戦地に送られた兵士の被害は、戦闘そのものよりもPTSD(悲惨な経験による心的後遺症)によるほうが多いと言われます。父のPTSDで苦しんだ体験を通して戦争の実態を訴えます

【内 容】日本兵のPTSDー私は父が嫌いだった

【お 話】黒井 秋夫さん(「PTSDの日本兵と家族の交流会」創設者)

【日 時】4月30日(土) 13:30~16:00

【場 所】あくろすホール

【参加費】300円

【主 催】調布九条の会「憲法ひろば」(略称「調布憲法ひろば」)

【問合せ】042-487-7710(石川)



調布さくらウインドオーケストラ団員募集

吹奏楽の経験は問いません。楽器をお持ちの方であればどなたでも！まずは一度足を運んでいただき、基礎合奏から曲の練習を通じて、私たちの雰囲気を感じてください

【内 容】調布市立調布中学校の卒業生を中心に2015年4月に結成された一般市民吹奏楽団です

現在は、市外からも幅広い世代が集まり、調布市を中心に精力的に活動しています

地域に根ざし、皆様から愛される楽団を目指し、地域のイベント等への参加、主催の演奏会を年に1回行っています

【場 所】富士見地域福祉センター大集会室

【対 象】楽器パート別に募集状況が異なるため、HPをご覧ください、お問合せください

【備 考】月会費あり 社会人1,500円 大学生1,000円 高校生 無料

【問合せ】調布さくらウインドオーケストラ chofu.sakura.wind@gmail.com



「スマホをもっと楽しむ会」参加者募集中！

スマホは災害時に大切なツール。楽しみながら覚える仲間を広げていきませんか？

【日 時】毎月第3土曜日 13:30~15:30【定 員】10名程度

【対 象】○もっとスマホを使いこなしたい方 ○初心者に操作を教えてください方

【備 考】参加費無料 ご自宅での検温、マスク着用でご参加ください

【問合せ】緑ヶ丘コーナー 折原 03-3326-4088 (火・木・土)

