

地域活動に興味がある方 募集!

参加無料

すぎなみ地域大学 地域活動 基礎コース

「すぎなみ地域大学」は、区民のみなさまが地域活動を通して活躍できるよう、様々な講座を実施しています。地域活動の第一歩に、「地域活動 基礎コース」で学んでみませんか？

令和6年

8/19 (月) 開講
14時～16時
(全4回)

まちとつながる！ まちあわせカフェ

まちとつながるきっかけをつくっていく初心者向けの講座です。ワークショップ形式の講座を通して、3つの「まちあわせ」をご提供します。

令和6年

9/13 (金)
13時30分～16時

地域活動・ボランティア活動のための やさしい日本語講座

障害のある方や高齢者、外国人など、様々な方に伝わりやすいことば「やさしい日本語」の考え方やコミュニケーション法を知る講座です。

令和6年

9/24 (火) 開講
13時30分～16時
(全3回)

知って、体験！ すぎなみ地域活動 スタート講座

ごみ拾いなど実際の活動を体験し、課題の共有やコミュニケーション力の養成などを行う講座です。

2024
Summer

当講座のお問い合わせは、

杉並区地域課協働推進係

☎ 03-3312-2381

平日 8時30分～17時

講座の詳しい内容は、

「すぎなみ地域大学

募集案内 (冊子)」

または、下の QR から

ご確認ください。



なみすけ



ナミー

杉並区で、地域活動を始めよう!

すぎなみ地域大学

令和6年度 募集案内

8月 → 9月

あなたの力を
地域で活かして
みませんか



8月～9月に開講する講座

地域活動 **基礎** コース

まちとつながる！ まちあわせカフェ

地域活動・ボランティア活動のための
やさしい日本語講座

知って、体験！
すぎなみ地域活動スタート講座

地域活動 **実践** コース

救急協力員講座

救急協力員 上級講座

詳しくは
こちらを
ご覧ください



杉並区地域課協働推進係 ☎ 03-3312-2381

平日 8時30分～17時

すぎなみ地域大学 令和6年度 募集案内

すぎなみ地域大学 令和6年度募集案内 8月~9月
発行：杉並区地域課協働推進係
令和6年7月1日発行

- すぎなみ地域大学とは ... 3
- 学長メッセージ ... 3
- 地域活動基礎コース
 - ・まちとつながる！ まちあわせカフェ ... 4
 - ・地域活動・ボランティア活動のためのやさしい日本語講座 ... 5
 - ・知って、体験！ すぎなみ地域活動スタート講座 ... 6
- 地域活動実践コース
 - ・救急協力員講座 ... 7
 - ・救急協力員 上級講座 ... 8
- すぎなみ地域大学 会場案内 ... 9
- 申し込み方法（7月1日募集開始） ... 10
- 受講申込書 ... 11



すぎなみ地域大学は、年間を通してさまざまな講座を実施しています。

あなたの力を
地域で活かして
みませんか。

すぎなみ地域大学では、
地域活動始めるための
さまざまな講座を
実施しています。

ぜひ、興味のある講座に
ご参加ください。

すぎなみ地域大学とは

地域活動に必要な知識・技術を学び、仲間を助け、区民の皆様が地域社会に貢献する人材、協働の担い手として活躍するための仕組みとして、平成18年4月に開校し、これまでに17,000人を超える方が学びました。

講座修了後は、多くの方がNPO法人などの団体に加入したり、仲間と団体を立ち上げたり(26団体)、区のボランティアに登録するなど、学んだ知識を活かしてさまざまな分野の地域活動に参加しています。



すぎなみ地域大学は
学ぶ楽しさと
まちに貢献する喜びを
皆様に提供します。

すぎなみ地域大学基本理念

- 1 区民の社会貢献意欲を喚起し、自らの学びの成果を地域社会の中で活かす「協働の担い手」を育てる
- 2 地域貢献活動を担うNPO団体等を人材面から支援し、相互に連携・協力して「協働の輪」を広げる
- 3 地域の課題解決に向け、区民が知恵と力を出し合い取り組む「協働社会の基盤」をつくる

金田一秀穂学長からのメッセージ



杉並で生まれて杉並で育ち杉並に住んでいます。このままだけに、たぶん、杉並で死ぬことになるだろうと思います。

血縁でつながる家族関係や、経済的につながる仕事先や会社などの関係など、様々なネットワークの中で私たちは存在しているわけですが、その中の一つで、忘れがちだけど 案外大切な、地縁というつながりがあります。ニュースなどを見ているととんでもない地域があるようで、杉並にいられるのは、かなり喜ばしいことなのではないかと思います。そんなに悪くない場所で過ごしていて、自分にとって居心地のいい場所に換えていくのは、私たち次第です。地域大学に参加するのは、その一歩になると思えます。

様々なコースを用意しました。したいけど、最初の一歩がふみ出せない。どうしていいかわからない。そんな人のためのコース群です。

ここであなたの新しい自己実現が始まるかもしれません。心強い仲間を発見できるかもしれません。地域大学は杉並区民のための、可能性発見、能力の発掘の場です。

皆様のお手伝いをしたいと思います。ぜひおいでください。広く開けて待っています。

【金田一 秀穂（きんだいち ひでほ）】

1953年、東京都生まれ。上智大学心理学卒業。1983年、東京外国語大学大学院修了。中国大連外語学院、米国・コロンビア大学の講師、ハーバード大学客員研究員などを経て、東南アジア諸国で日本語教師の指導に携わる。1988年より杏林大学外国語学部で教鞭（べん）をとり、2001年教授に就任。専門は日本語教育、意味論、言語行動論。

まちとつながる！ まちあわせカフェ



「まちあわせカフェ」は、まちと関わりをもっとみたいけど何をしたいかわからないという方を対象に、まちとつながるきっかけをつくっていく初心者向けの講座です。ワークショップ形式の講座を通して、3つの「まちあわせ」をご提供します。①杉並のまちをもっと知る「まち」との「まちあわせ」②一緒に学ぶ受講生同士が仲間になったり、まちで活躍するゲストの話の聞いたりする「まちのひと」との「まちあわせ」③自分のやりたいこと・新たな一面に気づく「新しい自分」との「まちあわせ」。これらの「まちあわせ」を通して、まちで活動を始める自分の姿を自由に描いていきます。

- 【日時】令和6年8月19日(月)開講 14時～16時(全4回)
- 【会場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【対象者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定員】12名
- 【受講料】無料
- 【募集締切】7月31日(水) ※受講の可否は、8月5日(月)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】地域課(すぎなみ地域大学担当)

●日程と内容

回	日時	内容	コーディネーター
1	8月19日(月) 14時～16時	【オリエンテーション】 杉並のまちを知る / 自分や参加者について知る(自分の興味関心や、自分にできること、得意なことなど)	ネイバーズグッド株式会社 『デザインの力で地域をもっとおもしろく』をモットーに、商店街・地域イベントの企画・制作を手がけています。これまでに『すぎなみみんなの大運動会』『阿佐ヶ谷ジャズストリート』『阿佐ヶ谷飲み屋さん祭り』『杉並和泉明店街 沖縄タウン わくわく夜市』などの企画・運営に携わっています。
2	8月26日(月) 14時～16時	【杉並で活躍するゲストによるトークセッション】 実際に地域で活動しているゲストからお話を聞く活動を始める自分の姿を膨らませる	
3	9月2日(月) 14時～16時	【やってみたいことの検討】 第1回・第2回を踏まえ、今後自分が取り組んでいきたいこと・できることを考えてみる	
4	9月9日(月) 14時～16時	【振り返り・発表】 これまでの講座の振り返り アクションプランを共有しはじめの一步を考える	

ネイバーズグッド株式会社活動事例



すぎなみみんなの大運動会 阿佐ヶ谷ジャズストリート 阿佐ヶ谷飲み屋さん祭り 杉並和泉明店街 沖縄タウン わくわく夜市

こんな方におすすめ

仲間づくりをしながら、「まち」に踏み出すためのコミュニケーションスキルを身につけたい！という方におすすめの講座です。過去の講座では、受講生・ゲスト・講師などの立場も関係なく、多くのつながりが生まれています。カフェのような和やかな雰囲気の中で、自分の暮らしている「まち」について学んでみませんか？

地域活動・ボランティア活動のための やさしい日本語講座

わかりやすい言葉で話しましょう



地域活動・ボランティア活動を行う際には、障害のある方、高齢者、外国人など、様々な方のお相手をする事が多々あります。そうした方々に何かを伝えるためには、普段使い慣れた言葉では伝わらない場合があります。そんなときには、だれにでも伝わりやすいことば「やさしい日本語」が必要になります。この講座は、「やさしい日本語」の考え方を知り、スムーズにコミュニケーションできるようになるための講座です。

- 【日時】令和6年9月13日(金) 13時30分～16時
- 【会場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【対象者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定員】30名
- 【受講料】無料
- 【募集締切】8月25日(日) ※受講の可否は、8月30日(金)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】地域課(すぎなみ地域大学担当)

講師プロフィール

有田玲子(ありた・れいこ)

- ひらがなネット株式会社 日本語教育アドバイザー
- 東京にほんごネット代表

日本語学校や地域の日本語教室等で日本語教育に従事。「日本語ボランティア養成講座」や自治体等での「やさしい日本語」講座、行政文書の「やさしい日本語」の翻訳・監修などの実績がある。また、文部科学省「生活者としての外国人」のための日本語学習サイト「つながるひろがる にほんごでのくらし」の制作にも携わっている。



やさしい日本語ハンドブックを差し上げます

「やさしい日本語」で伝えるときのポイントをまとめた「やさしい日本語ハンドブック」を受講者全員に差し上げます。「話すときのポイント」「書くときのポイント」それぞれ10のポイントにまとめて、わかりやすく解説しています。



こんな方におすすめ

これから活動を始めようとしている方だけでなく、現在地域活動やボランティア活動をしていて、障害のある方や高齢者、外国人などに関わっている方にもおすすめです。

知って、体験！ すぎなみ地域活動スタート講座

地域活動を始めたいけれど、自分に何ができるだろうか。なかなか一歩が踏み出せない。そんな方のために、新しい講座が誕生しました。実際に活動を体験してみて、より具体的な活動をイメージすることができます。不安をなくし、仲間とともに活動をスタートさせるための講座です。実際にごみ拾いなどの活動を体験し、座学だけではない、活動と一体となった新しい試みです。

- 【日時】令和6年9月24日(火)開講 13時30分～16時(全3回)
- 【会場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【対象者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定員】30名
- 【受講料】無料
- 【募集締切】9月2日(月) ※受講の可否は、9月10日(火)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】地域課(すぎなみ地域大学担当)

●日程と内容

回	日時	内容	講師
1	9月24日(火) 13時30分～16時	【体験、地域活動！「ごみ拾い」を通して活動を知ろう】 「きれいな街は、人の心もきれいにする」をコンセプトに、定例の掃除活動を続けている NPO 法人グリーンバード。その高円寺チームを立ち上げた谷村さんに、活動を始めたきっかけや思い、また続けることで感じた地域活動についてお話しいたします。後半では講師とともに、実際に外に出て清掃活動を行います。	グリーンバード高円寺 チームリーダー 谷村 一成 氏
2	10月1日(火) 13時30分～16時	【振り返り「ごみ拾い」から見たこと、気づいたこと】 第1回で行った清掃活動の振り返りを行います。前半ではグループに分かれて、感想や気づきを書き出し発表します。後半では、わたしが考える地域課題についてディスカッションします。	ひらがなネット株式会社 清水 果苗
3	10月15日(火) 13時30分～16時	【地域活動によるコミュニケーション法】 活動の仲間や利用者とのようなコミュニケーションをとれば、活動が円滑になるでしょうか。コミュニケーションの専門家が伝授します。グループワークを中心に行い、地域に知り合いを作るきっかけともなるように構成します。	株式会社 COMMUNITY 呉 哲煥 氏

第1回講師 >



谷村 一成 氏

第2回講師 >



清水 果苗

第3回講師 >



呉 哲煥 氏

こんな方におすすめ

地域活動の経験がない、何かしてみたいけど不安がある、という方におすすめです。地域活動の一歩を踏み出す経験をすることができます。

救急協力員講座

あなたの大切な人が突然倒れたら、あなたは冷静に対応できますか？身近な場所で傷病者が発生したときに、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。東京消防庁認定の普通救命講習及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割の講義のほか、主に実習形式で心肺蘇生法とAED(自動体外式除細動器)の操作方法等を学びます。

- ①②、いずれかの1日をご受講ください。

日程①

- 【日時】令和6年8月10日(土) 9時15分～12時30分
- 【会場】杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)
- 【募集締切】7月21日(日) ※受講の可否は、7月26日(金)ごろ通知を発送します。

日程②

- 【日時】令和6年9月30日(月) 13時30分～16時45分
- 【会場】杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)
- 【募集締切】9月8日(日) ※受講の可否は、9月13日(金)ごろ通知を発送します。

- 【対象者】区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)
- 【定員】各回 20名
- 【受講料】500円
- 【事業担当課】杉並保健所 健康推進課

【その他特別な条件】

区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)で「救命技能認定証」をお持ちでない方が対象です。既に認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)や、救急協力員に登録している方は受講できません。

講座修了後は？

講座修了後は東京消防庁発行の救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所が主催する応急手当自主研修会、及び専門研修会に参加することができます。
※活動に対する報酬・交通費等の支給はありません。

AEDとは

心臓がけいれんし血液を送り出すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった際、心臓に対して電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。医療従事者でない一般市民でも利用できるようになり、杉並区でも区役所、地域区民センター、保健センター、ゆうゆう館、図書館、体育館、プール、区立小・中学校・保育園・児童館など人が多く集まるところに設置しています。



救急協力員 上級講座

身近な場所で傷病者が発生したときに、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。東京消防庁認定の普通救命講習で行う成人の心肺蘇生、AED（自動体外式除細動器）の使用方法、窒息の手当、止血の方法に加え、小児・乳児の心肺蘇生、傷病者管理、外傷の応急手当、搬送法及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割について学びます。

【日時】令和6年9月25日(水) 9時15分～17時30分

【会場】杉並保健所 地下講堂(荻窪5-20-1)

【対象者】区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)

【その他特別な条件】

「上級救命技能認定証」や「応急手当普及員認定証」をお持ちでない方が対象です。すでにどちらかの認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)は受講できません。なお、救急協力員に未登録の方を優先します。

【定員】16名

【受講料】1,000円

【募集締切】9月4日(水) ※受講の可否は、9月11日(水)ごろ通知を発送します。

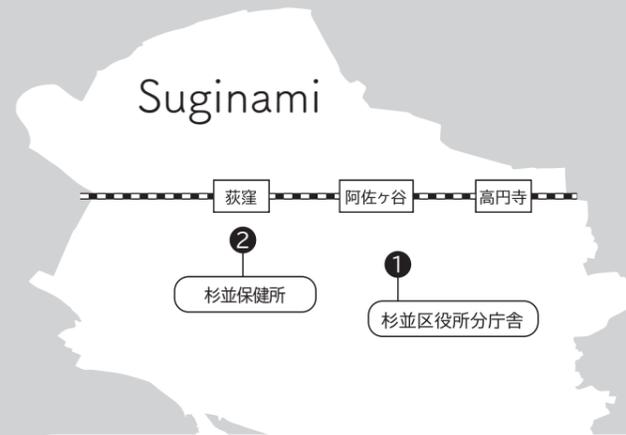
【事業担当課】杉並保健所 健康推進課

講座修了後は？

講座修了後は東京消防庁発行の救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所が主催する応急手当自主研修会、及び専門研修会に参加することができます(各研修会の参加は任意になります)。※活動に対する報酬・交通費等の支給はありません。



MEMO



すぎなみ地域大学 会場案内

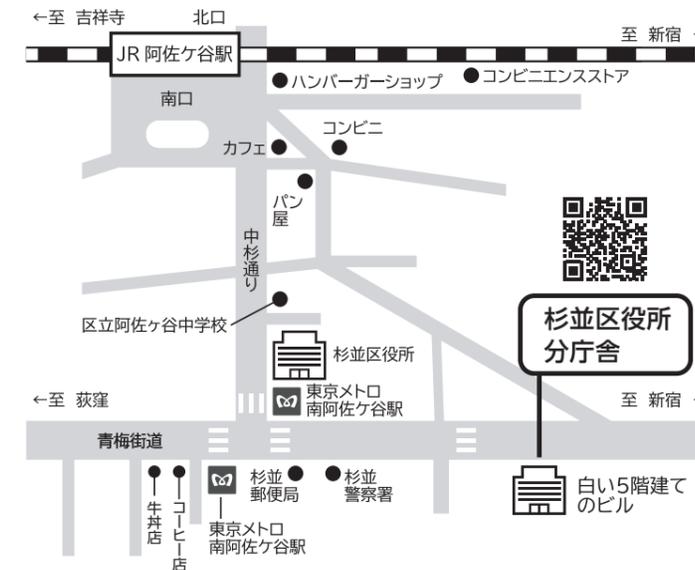
1 杉並区役所分庁舎

成田東4-36-13

- JR「阿佐ヶ谷」駅より徒歩10分
- 地下鉄丸ノ内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩3分

【この会場で実施する講座】

- ・まちとつながる! まちあわせカフェ
- ・地域活動・ボランティア活動のためのやさしい日本語講座
- ・知って、体験! すぎなみ地域活動スタート講座



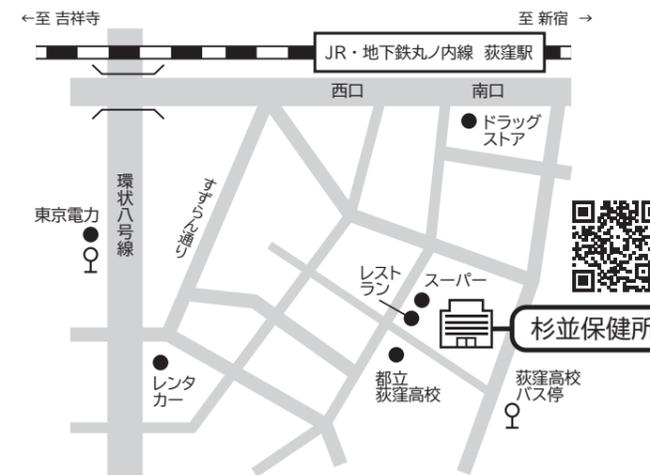
2 杉並保健所

荻窪5-20-1

- JR・地下鉄丸ノ内線「荻窪」駅より徒歩5分

【この会場で実施する講座】

- ・救急協力員講座
- ・救急協力員 上級講座



自転車でお越しになる方は、必ず自転車置き場に駐輪してください。区役所本庁舎に置く場合は、講座受付時にスタンプをもらってください。

7月1日(月)
募集開始

申し込み方法

各講座の締切日(必着)までに、右のいずれかの方法でお申し込みください。

受講の可否を申込者全員に郵送でお知らせします。
(申込者が定員を上回った場合は、「受講の動機と修了後の活動について」を参考にしうえで抽選となります)

持参 郵送 で申し込み

→右の「受講申込書」に記入のうえ、下記まで持参または郵送してください。

〒166-0015
杉並区成田東 4-36-13 杉並区役所分庁舎 2階
区民生活部 地域課 協働推進係 すぎなみ地域大学担当

※持参の場合は、平日9時から17時までの受付となります

FAX で申し込み

→右の「受講申込書」に記入のうえ、下記まで FAX してください。

FAX 03-3312-2387

インターネット で申し込み

↓下の URL から申込みフォームに必要事項を入力し、送信してください。

<https://member.sugi-chiiki.com/tiikidaigaku/>

地域コム 地域大学 検索



●ご入力いただいたアドレスに、東京共同電子申請・届出サービスから「すぎなみ地域大学受講の申込ありがとうございます」というメールが届きます。
(メールが届かない場合には、確認のため下の問い合わせ先までご連絡ください)

受講料について

- ① 受講料は、原則として講座の第1回目に会場に持参し、納付してください。
- ② 納入された受講料は、どのような理由で受講を取りやめた場合でも返金いたしません。
- ③ 受講場所(施設見学・現場実習を含む)までの交通費は、受講者の負担となります。

受講に関するご注意

すぎなみ地域大学は、学校教育法上の「大学」ではありません。

- ① 講師の都合や事故・悪天候・交通機関の運転休止等の理由により、やむを得ず講座内容や講師、日時を変更して実施する場合や休講になる場合があります。
- ② 欠席した場合の補講は行いません。
- ③ 昼食が必要な場合は、各自でご用意ください。
- ④ 託児付きの講座はありません。また、お子さまを連れての受講もできませんのでご了承ください。
- ⑤ 他の受講者の迷惑となる行為、講座の進行を妨げるような行為があった場合には、受講をお断りすることがあります。
- ⑥ 受講にあたっては、各会場の駐車場は利用できません。車での来場はご遠慮ください。
- ⑦ 受講決定後に自己都合でキャンセルをされた場合には、今後すぎなみ地域大学に申し込みいただき、抽選となった場合は不利になることがあります。
- ⑧ 感染症や、自然災害などの被害・影響によっては、講座の開講そのものを中止する場合があります。また、応募状況等によっては、同様の措置をとる場合があります。

問い合わせ 地域課協働推進係 すぎなみ地域大学担当

03-3312-2381 平日 8時30分～17時

tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp



わからないことがあればなんでも聞いてくださいね。



↑↑↑ FAX:03-3312-2387 ↑↑↑

令和6年度 すぎなみ地域大学 受講申込書

- ◎申込書は、お一人様1講座ごとにご記入ください。(複数講座へお申し込みの場合は、この用紙をコピーしてご使用ください)
- ◎記入漏れがあると受付できないことがありますのでご注意ください。
- ◎救急協力員講座、救急協力員上級講座にお申し込みの方は受講希望日を必ずご記入ください。

講座名		救急協力員講座 受講希望日	
ふりがな		第1希望	月 日
氏名		第2希望	月 日
自宅住所		年齢	歳
在勤・在学の方		申込日現在	
電話番号	- -	携帯番号	- -
連絡のつきやすい時間帯		FAX 番号	- -
メール		アドレス	
<p>●受講の動機と修了後の活動について</p> <p>「この講座に対する期待」「興味のある活動」「これまでの NPO・ボランティア活動経験」「活かすことのできるような知識・経験」などの受講動機と、「講座修了後、どのような活動をしていくつもりか」についてご記入ください。</p> <p>-----</p>			

↑ 当申込書にご記入のうえ 持参 郵送 FAX いずれかの方法でお送りください。 ※10 ページ参照

FAXでお申し込みいただいた方には、「受講申込書受信のお知らせ」をFAX番号記入欄に記載された番号あてにFAX送信します。受信のお知らせ(FAX)が2～3日経過しても届かない場合は、地域課協働推進係 すぎなみ地域大学担当(03-3312-2381)へお問い合わせください。

個人情報の取扱について
すぎなみ地域大学は「杉並区個人情報保護条例」に基づいて、個人情報の収集・利用・管理を行っています。受講申込書にお書きいただいた個人情報については「講座の運営に関する連絡、すぎなみ地域大学が行う活動調査」に利用します。また、すぎなみ地域大学の運営の一部を担うひらがなネット株式会社及び各講座の受託団体が、講座実施のために利用させていただきます。その場合も、「杉並区個人情報保護条例」に準じて個人情報を取り扱い、上記以外の目的での利用はいたしません。