井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22 ☎3301-7723

|**Ⅲ**http://www.igusahome.sakura.ne.jp/ おもちゃの病院

晒5月26日仕)、6月9日仕)**● 受け付け** = 午後1時30分~3時 **・ 厨**片岡末廣ほか **園**実費 **他**1家族3個まで

囲碁講座①親と子の囲碁教室(入門編)②女性のための囲碁入門

園6月3日(日・10日(日)・17日(日)・24日(日) ①午前10時~11時30分②午後1時~2時30分(全4回要出席) 師囲碁インストラクター・林むつみ 図①5歳~小学4年生のお子さんとその親(祖父母含む)②女性 屋①15組30名②30名(いずれも抽選) 目往復ハガキ(13面記入例)で、5月22日(必着)までに同センター 個②は長寿応援対象事業

······ いずれも ······

場井草地域区民センター

西荻地域区民センター協議会

〒167-0034桃井4-3-2 ☎3301-0815

■http://nisiogi-center.sakura.ne.jp/wp/映画会「柘榴坂の仇討」

闘5月25日 金午後1時30分~3時30分 **図出演** = 中井貴一ほか **図**小学生以下 保護者同伴 **2**340名(先着順) **他** 車椅子席あり(5席。事前申込制)

自分のからだを知って元気に暮らそ う!**◆**

ு5月26日仕)午後1時~4時 **四**上荻元 気体操、落語公演ほか **個共催**=上荻 元気プロジェクト

楽しく俳句をつくってみよう (初心者 向き)

園5月29日(火午前10時~正午 園現代俳句協会ジュニア部講師・小松よしはる 屋20名(抽選) ■往復ハガキ(13面記入例)で、5月23日(必着)までに同センター 個長寿応援対象事業

気功ストレッチで全身を整えましょう! 現代のストレッチ運動に武術歩型と

呼吸法を組み合わせて、全身を引き締めます。 **閩**6月8日金・15日金午前10時~正午 (計2回) **園**日本スポーツ協会公認スポーツリーダー・豊澤直子 **園**60名

(計2回) **1** 回日本スポーツ協会公認スポーツリーダー・豊澤直子 **2 2** 60名(抽選) **2** 100円(保険料含む) **1** 往復ハガキ(13面記入例)で、5月23日(必着)までに同センター **1** 位長寿応援対象事業

高齢期を穏やかに過ごす「物と心の整 理術」

園6月12日(火午前10時~正午 **園**あんしんネット整理コーディネーター・石見良教 **園**50名(抽選) **国**往復ハガキ(13面記入例)で、5月28日(必着)までに同センター **個**長寿応援対

象重業

爆笑!相続騒動

夫婦や兄弟間などの相続争いをクイズにして、難しい相続税の制度を楽しく笑いながら学びます。

園6月18日(月)午前10時~正午 **園**税理士・満田将太、ファイナンシャルプランナー・伊達保彦 **屋**30名(抽選) ■往復ハガキ(13面記入例)で、5月29日(必着)までに同センター **個**長寿応援対象事業

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

場西荻地域区民センター

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0051荻窪2-34-20 ☎3398-9127

| **■**http://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/「さいえんす」を楽しもう! さいえんす 縁日**☆**

気が向いたときに立ち寄って、目についた出し物で楽しむ「縁日」です。 科学の知識も身に付きます。

レクリエーションスポーツを楽しみま せんか

・関6月10日(日)午前10時~正午 ■スポーツ吹き矢、ダーツほか ■60名(先着順)

海からの贈り物 シーボーンアートを 楽しもう

海洋環境のお話と海岸漂流物(貝 殻など)を使ったアート(シーボーン アート)の工作体験をします。

咽6月30日仕)午後1時~3時 **回**本間 清 **図**小学生以下保護者同伴 **屋**20 名(抽選) **圓**500円 **里**往復ハガキ (13面記入例)で、6月17日(必着)ま でに同センター

・・・・・・いずれも・・・・・・

場荻窪地域区民センター

阿佐谷地域区民センター協議会

〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7215

■http://www.asagaya-kyogikai.org/2018子どもフェスティバル •

関6月3日(日)午前10時~午後3時30分 内とップホップ&チアリーディング、ネパール民族舞踊、消防車や白バイと の記念撮影、キッズダンス、各種模擬 店ほか 関一部有料

詐欺対策基礎講座「詐欺被害 私が あうとは思えない」

■6月9日仕)午後2時~3時30分 内杉並警察署の防犯講話、東京都出前寄席講師による詐欺対策啓発落語 師杉並警

察署防犯係、消費生活アドバイザー・柴 崎堯 **2**70名(抽選) **1**1往復ハガキ (13面記入例)で、5月31日(必着)まで に同センター **2**1長寿応援対象事業

すぎなみ歴史探訪〜地名から考える杉 並のあゆみ

圏図6月30日(土)=杉並の地名とその変 圏▶7月7日(土)=地名から見える地域 の姿/いずれも午後2時~4時。計2回 園前郷土博物館長・寺田史朗 **2**70 名(抽選) **1**往復ハガキ(13面記入 例)で、6月14日(必着)までに同セ ンター 個長寿応援対象事業

スポーツとしてのダーツを楽しもう!

・ 19日休午後2時~4時(計2回) MPO法人プロップK・石山恵子 2回30名(抽選) 単往復ハガキ(13面記入例)で、6月20日(必着)までに同センター で長寿応援対象事業

場阿佐谷地域区民センター

高円寺地域区民センター協議会

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

〒166-0011梅里1-22-32

セシオン杉並まつり2018

23317-6614

■http://www.koenji-kyogikai.org/

園6月2日(土)・3日(土)午前10時~午後3時 図園2日=さわやかウオーキング(10時集合)、阿波おどり(午後1時。500円〈小学生以下無料〉)、ゴールボールを体験(午後1時)、歌声喫茶セシオン(100円)、お茶会(100円)、琵琶としの笛を楽しもう(午前11時・午後1時)、消防車・白バイ・ミニパトほか▶3日=30周年記念・絆コンサート(午後1時)、クイックマッサージ(100円)、包丁研ぎ(受け付けは午後1時まで。1人2本まで。1本300円)ほか▶両日=グループ作品展示、鉄道模型運転

やさしいフラダンス

聞6月8日金・15日金)午後1時30分~3時 (計2回) 聞長沼知惠子 関区内在住・ 在勤・在学の方 配30名(抽選) 関 各回100円(保険料) 目往復ハガキ (13面記入例)で、5月28日(必着)ま でに同センター 個長寿応援対象事業

会、屋台村(焼きそばほか)ほか

ボイストレーニング

園6月12日~26日の毎週火曜日、午後2時~3時30分(計3回)園山路唯 図区内在住・在勤・在学の方**2**40名

(抽選) **閏**100円 **車**往復ハガキ (13 面記入例) で、5月28日 (必着) までに同センター **個**長寿応援対象事業

ふれあい音楽会~古典津軽三味線と弾 きがたり

園6月16日仕)午後2時~3時 **園**市川竹 瑛 **屋**80名(先着順)

······ いずれも ······

場高円寺地域区民センター

高井戸地域区民センター協議会 〒168-0072高井戸東3-7-5

☎3331-7980

■http://takaido-kyogikai.sakura.ne.jp/ 俳句のたのしみ

昭和を生きた俳人である細見綾子・ 澤木欣一の俳句人生をひもときながら 作品を鑑賞し、実作と句会をします。 156月27日(水)~29日(金)午前10時~正午 (全3回要出席) 日高井戸地域区民センター 日の俳誌「万象」編集長・江見 悦子 日30名(抽選) 日100円 日 往復ハガキ(13面記入例)で、6月12日(必着)までに同センター 12年記 用具、お持ちの方は国語辞典・歳時記 持参。長寿応援対象事業

永福和泉地域区民センター協議会

〒168-0063和泉3-8-18

25300-9412

https://www.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/

方南まつり

・厨5月20日(日)午前10時~午後3時 園方南区民集会所(方南1-27-8) 内落語(柳亭こみち)、マジック、三味線演奏、作品展示、押し花絵体験、模擬店マジックの世界へようこそ

親子で楽しめるマジック教室も開催 します。

映画「スクール・オブ・ナーシング」 と講演会

くらしのサポートステーション 子どもの学習支援、居場所事業



「中3勉強会&アドバンス」

お子さんの学習について不安なことはありませんか?

区では、「中3勉強会&アドバンス」の名称で、小学生~高校生を対象に、経済的な事情などで、十分な学習環境が得られないお子さんのための無料の学習教室と、周囲とのコミュニケーションに問題を抱え、学校・家庭以外の居場所を必要としているお子さんのための居場所提供事業を行っています。(毎週火曜日、午後6時~8時30分)

見学も可能です。参加ご希望の方は、事務局へお問い合わせください。**▶事務 局**=東京リーガルマインド**☎080-9649-9813** (火・木曜日午前10時~午後6時)

その他、就職や家計の管理、ひきこもりなど生活全般についてのご相談は くらしのサポートステーションへ。

週くらしのサポートステーション (天沼3-19-16ウェルファーム杉並1階☎ **3391-1751**) ▶ **開設時間**=月〜金曜日午前8時30分〜午後5時

こども 子供向け

子育で 子育で世代向け

シニア 高齢者向け

ハガキ・ファクス・Eメール申し込み記入例

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の国でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキの場合は返信用の宛先も記入。託児のある行事は託 児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

シニア

①**行事名・教室名** (希望日時・コース名)

②郵便番号・住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢

⑤電話番号

(ファクス番号)

1人1枚

催し



■食と住まいのふれあい広場

シニアのための就業情報展示と ミニ相談会

園5月31日(水)、6月1日(金)午前10時~午後3時 ▶ 相談受け付け=午前10時~11時30分・午後1時~2時30分 園区役所1階ロビー 園区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 園NPO法人竹箒の会**25378-8179 個**事前予約可。電話で、ゆうゆう高円寺南館**25378-8179**

| 荻外荘の北側敷地開放と | 建物内一部公開

▋高次脳機能障害者の家族交流会

「地域で暮らしていくために必要なこと」について学び、意見交換を行います。

大田黒公園

チェロとピアノのサロンコンサート

間6月17日(日)午後1時~2時・3時~4時(各60分) 園大田黒公園 **図出演**=宮坂拡志(チェロ)、三又瑛子(ピアノ) ▶曲目=バッハ「G線上のアリア」ほか図区内在住の方 **2**名45名(抽選) 園各2000円 **1**全復ハガキ(記入例。連記可)で、6月5日(必着)までに大田黒公園管理事務所(〒167-0051荻窪3-33-12) 間同事務所**23398-5814**

講演・講座①



子育て支援講座「ことばにつながる わらべうたストレッチ」 <mark>子育て</mark>

図5月23日(水)・30日(水)午前10時30分~11時30分(全2回要出席) 圆方南図書館 剛全日本太極拳協会上級コーチ・久保厚子 図1歳半~3歳のお子さんとその保護者 屋10組(申込順) 回間電話または直接、方南図書館(方南1-51-2☎5355-7100) 個動きやすい服装で参加

▋小児救急講座

~小児科医からのメッセージ

園5月30日州午後1時30分~3時 園高 円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 園セキこどもクリニック院長・関兼英 図の歳児(第1子)の保護者 屋25名 (申込順) **申**問電話で、高円寺保健センター**☎3311-0116**

■足腰げんき教室

園園下表のとおり 配健康運動指導士 図区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がない方 屋各15名(抽選) ■ハガキ(記入例)に希望会場(1カ所)・番号も書いて、5月25日(必着)までに荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1) 園同センター☎ 3391-0015 個飲み物・タオル、お持ちの方はボール持参

会場 日時(全4回要出席)

- フェルファー 7月2日(月)・9日(月)・23日 7 ム杉並(天沼 (月)・30日(月)午前9時30分 3-19-16) ~11時30分
- 高円寺保健セ 7月11日~8月1日の毎週 8 ンター (高円 水曜日、午前9時30分~ 寺南3-24-15) 11時30分
- | 松の木ふれあ | 7月4日~25日の毎週水 | 19 いの家 (松ノ 曜日、午後1時30分~3 | 木2-14-3) | 時30分

■郷土博物館 古文書講座

Yogaromaでココロとカラダをリフレッ シュ!~ヨガとアロマを10倍楽しむ方法

園6月9日(土)午前10時~正午 園西荻地域区民センター (桃井4-3-2) 園日本アロマ環境協会理事・栗原冬子 図区内在住の勤労者・区内在勤の方 **2**50

名(抽選) **国**ハガキ・ファクス(記入例)に職業も書いて、5月29日(必着)までに産業振興センター就労・経営支援係(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階**図3392-7052**) **固**同係**25347-9077 個動きやすい服装・バスタオルまたはヨガマット・筆記用具・タオル・水持参**

親子孫3世代料理教室「みんな大好きアニ メキャラクター太巻き寿司づくりに挑戦」

園6月10日(日午前9時30分~午後0時30分 園高齢者活動支援センター 図メニュー=アニメキャラクター太巻き寿司、さっぱり豚汁、キラキラあじさいゼリー 園NPO法人すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・梅山朋子 図親子2・3世代(5名まで。推奨年齢3歳以上) 屋30名(抽選) 園1人500円(保険料含む) 国往復ハガキ(記入例)に全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、5月22日(必着)までに高齢者活動支援センター(〒168-0072高井戸東3-7-5) 園同センター☎3331-7841 個エプロン・三角巾・布巾・子どもの上履き・筆記用具持参

スマホ・タブレット インストラクター養成講座

北海道名寄市の 特産品が 期間限定で 注文できます

区の交流自治体、北海道名寄市の 特産品を通信販売します。豊かな大 地で育てられた新鮮野菜・果物を産 地直送でお届けします。

販売期間 7月13日**金**まで **販売商品** アスパラ・とうもろこ

し・メロンなど ※詳細・申し込み 方法は区ホー ムページをご 覧ください。



問い合わせ なよろの畑自慢倶楽部☎01654-

9-6711

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設、ですが、**図**に指定がなければどなたでも参加できます。





ゆうゆう館名	内容	日時
荻窪東館 (荻窪4-23-12 ☎ <mark>Ⅲ3398-8738</mark>)	「スポーツ吹矢」でめざそう、 健康増進!★	毎月第1火曜日・第3土曜日、午後1時30分~3時 屋 20名(申込順) 費 1回600円(別途マウスピース代100円)
今川館(今川4-12-10 ☎ 115303-1501)	気軽に体験・カーリングのミニ版 「カーレット」★	5月29日似午後1時30分~3時30分 2 20名(申込順) 2 500円
阿佐谷館 (阿佐谷北2-18-17 ☎ <mark>135364-9360</mark>)	介護しながら働けるのか? 経験者がぶっちゃける	毎月第1木曜日、午後7時~8時30分 20名(申込順) 20名(申込順) 200円
西田館(荻窪1-57-4 ☎3391-8747)	筋肉を鍛える! 「転ばないためのゆったり体操」★	毎月第4水曜日、午前10時~正午 戸 10名(申込順) 夏 1回200 円
永福館 (永福2-4-9 ☎ <mark>3321-6632</mark>)	シニアのためのリズム体操★	毎月第1・3月曜日、午後1時30分~3時 2 12名(申込順) 2 1回 500円
久我山館 (久我山5-8-8 ☎ <mark>3332-2011</mark>)	大人対象「英国式トラディショナ ルダーツ講座」	6月5日~7月24日の毎週火曜日、午後1時30分~3時(計8回) 屋 20名(申込順) 費 5600円(別途テキスト代700円)
和田館(和田1-41-10	のびーるストレッチ ~優しいからだの調整★	毎月第2土曜日、午後7時~8時 210名(申込順) 2101200円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。今川館は第1月曜日、第3木曜日は休館です。★は長寿応援対象事業。

講演・講座②



▋今日からはじめる血糖改善教室

閱6月13日冰午前9時30分~午後1 場高円寺保健センター(高円寺南 3-24-15) 内「糖尿病予防と治療に ついて・健診結果の見方」「糖尿病予 防の食事について~野菜や塩分につい ての具体策」「歯周病予防のアドバイ ス」 師城西病院医師・田中祐希、管 理栄養士・神田共美子、保健センター 歯科衛生士 対区内在住・在勤・在学 の30~74歳で、次のいずれかに該当 する方①空腹時血糖が100mg/dl以 上またはHbA1cが5.6%以上②尿検査 で糖が陽性だったことがある③糖尿病 の家族歴がある(いずれも治療中、治 療中断の方を除く) 屋20名(申込順) 申問電話で、高円寺保健センター☎ 3311-0116 個筆記用具持参

| 消費者講座

「家庭での食中毒防止対策」

閱6月14日休)午後1時30分~3時30分 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師日本食品衛生協会・飯田信行 対区 内在住・在勤・在学の方 屋40名(申 込順) 甲間電話で、消費者センター **☎3398-3141 個**筆記用具持参。1歳 ~就学前の託児あり(電話で、6月1 日までに同センター。定員4名〈申込

▋スギナミライフ学〜持続可能な ライフスタイルをデザインしよう

「90歳ヒアリング」を通して、環境制 約下での未来のライフスタイルをバッ クキャストの思考で考えていきます。 時内①6月23日仕)=未来のライフスタ イルを描くための90歳ヒアリング②7 月7日(土)=デザイン力を高めるための 聞き方、話し方③7月下旬(希望によ り訪問日を調整)=90歳ヒアリングの 値を考える⑤25日仕)=バックキャスト で描く未来のライフスタイルデザイン /①②④⑤午前10時~正午(計5回) 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 東京都市大学環境学部教授・古川柳 対区内在住・在勤・在学の方ほ 定20名(抽選) 申問電話・ファ クス・Eメール(13面記入例)で、6月 6日までに社会教育センター**☎3317**-6621**3317-6620** shakyo-c@city. suginami.lg.jp 他1歳~就学前の託 児あり(6月6日までに申し込み。定員

■①休日パパママ学級②休日母親学級

時①7月8日(日)・22日(日)・29日(日)(午 前=9時30分~正午、午後=1時30分 ~4時。22日は午前のみ) ②7月22日 旧午後1時30分~4時 場杉並保健 所(荻窪5-20-1) 内定①もく浴実 習、赤ちゃんの抱っこと着替え、パ パの妊婦体験、お産に向けた話など (各回24組) ②妊娠中の過ごし方、出 産の流れ、母乳の話、産後の話、妊 婦体操、地域の子育て情報など(44 名) 師助産師ほか 対区内在住の初 産の方で①開催日現在妊娠24週から 36週6日までの初産のカップル②平日 の母親学級への参加が困難な方(カッ プルでの参加不可) 車杉並区休日パ パママ学級・休日母親学級IPIhttps:// poppins-education.jp/parentsclass_ suginami/から6月5日までに申し込み 間ポピンズ杉並区休日パパママ学級・ 休日母親学級担当☎3447-5826 他 母子健康手帳・筆記用具持参。結果は 6月14日までに通知。応募者多数の場 合は出産予定日などで調整。車での来 場はご遠慮ください

▮家族介護教室

◆認知症サポーター養成講座

①ケア24松ノ木

聞5月23日(水)午後1 時30分~3時 場 ゆうゆう堀ノ内松ノ 木館(松ノ木2-38-6) 師ケア24松ノ 木職員 对区内在 住・在勤・在学の



定25名(申込順) 申問電話で、 ケア24松ノ木☎3318-8530

②ケア24上井草

閱5月30日冰午前10時~11時30分 場上井草園(上井草3-33-10) 師キャ ラバン・メイト、ケア24上井草職員 図区内在住・在勤の方 屋15名(申 込順) 申問電話で、ケア24上井草☎ 3396-0024

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

他終了後にサポーターの証し「オレン ジリング」を差し上げます

◆健康長寿のための貯筋法~正しい歩 行とセルフケア

 時5月26日出午後1時30分~3時
 すぎなみ正吉苑(清水2-15-24)

ハビリデイサービスえがお・福島頼太、 千葉智礼 対区内在住の方 定15名 (申込順) 里間電話で、ケア24清水 **☎**5303-5823

◆フレイル予防の話~リハビリ専門職 と一緒に学びましょう

時5月30日(x)午後1時30分~3時 場 ゆうゆう西田館(荻窪1-57-4) 師河 北総合病院リハビリテーション担当部 長・窪田幸生 対区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申問電話で、ケア 24南荻窪**☎5336-3724**

- ◆有料老人ホームの失敗しない見極め 方〜選ぶ時代ではなく、見極める時代へ 時5月30日似午後2時~3時30分 場 介護老人保健施設ウェルファー(堀ノ 内1-6-6) 師匠シニアサポート相談セ ンター・小川智也 対区内在住の方 定15名(申込順) 甲間電話で、ケア 24堀ノ内☎5305-7328
- ◆老人ホームってどんなところ?~複 雑化する高齢者施設の種類

時6月1日億午後1時30分~3時 場 シーダHATA(久我山3-26-5) 師介 護施設研究所所長・齋藤弘毅 対区 内在住の方 屋20名(申込順) 費 200円 即間電話で、ケア24久我山☎ 5346-3348

◆歯の健康は長寿の秘訣 閏6月5日(火)午後1時30分~3時30分 場グランドマスト浜田山(成田西3-16-2) 師歯科医師・塚原理央 対区内 在住で65歳以上の方 屋30名(申 込順) 申問電話で、ケア24成田☎

◆認知症の基礎知識~認定医に学ぶ接

B6月9日(土)午前10時~11時30分 場 河北総合病院(阿佐谷北1-6-25) 師 河北総合病院認知症認定医・片山真樹 子 対区内在住・在勤の方 定30名 (申込順) 即間電話で、ケア24阿佐 谷☎3339-1588

就労支援センター

5307-3822

◆あなたの働きたいを全力でサポート ~就労支援センターの上手な活用法

時6月2日(土)午前10時~11時 対求職 中の方 屋20名(申込順) 個当日参 加可

◆仕事をしやすくするコミュニケー ションカ~感情の表現と会話カアップ 聞6月5日火)午後1時~4時 聞プロ フェッショナルコーチ・伊藤一枝 対

44歳以下で求職中の方 屋20名(申 込順)

◆「かわす力」養成セミナー~職場での 嫌な出来事をかわす技を学ぶ

時6月8日 金午後1時30分~4時30分 師精神保健福祉士・片柳光昭 対44 歳以下で求職中の方 定10名(申込 順)

◆ハローワーク職員が解説する「求人 票の見方」

注意すべき求人条件やポイントを解 説します。

時6月13日(水)午前10時~正午 对求職 中の方 屋20名(申込順)

◆会社の調べ方をマスターしよう~あ なたにもできるweb企業研究法

時6月15日金午後1時~4時 師就活プ ロモーション・プロデューサー 小澤 明人 対おおむね54歳以下で求職中 の方 屋20名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー① パワーポイント基礎②エクセル基礎

聞 ①6月18日(月)②25日(月)午前10時~ 午後3時 GMPC専任講師・小林理佳、 長沢春子 対44歳以下で求職中の方 定各14名(申込順)

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

場ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 申問電話で、就労支援センター若者就 労支援コーナー☎3398-1136

|杉並障害者福祉会館

◆アロマの楽しみ方教室

晒 6 月 1 7 日 佃 午 前 1 0 時 ~ 正 午 師 AEAI認定アロマテラピーインストラク ター・大久保まりえ 定18名(抽選) 費500円

◆楽しく身体を動かす障害者のための 「リトミック教室」(前期)

閱6月24日(日)、7月22日(日)、8月12日 (日)、9月23日 祝午前10時30分~正午 (計4回) 師音楽療法士・内田あずさ、 栗田萌 定15名(抽選)

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

場杉並障害者福祉会館 対区内在住・ 在勤・在学で障害のある方とその介助 者 甲往復ハガキ(13面記入例)に 障害の状況、介助者名、在勤・在学の 方は勤務先または学校名、手話通訳 を希望の方はその旨も書いて、5月28 日(必着)までに杉並障害者福祉会 館運営協議会事務局(〒168-0072高 井戸東4-10-5) 間同事務局☎3332-6121 🖾 3335-3581

初夏を楽しむ角川庭園まつり

「初夏の野点」

聞5月26日仕)午前10時・10時30分・ 11時・11時30分・正午(各30分。 受付開始=9時30分) 師江戸千家 教授・ごとう夏雪 配各8名(先着 順)

角川寄席

閩5月26日出午後1時30分~3時30 分(受付開始=1時) 内出演=杉 並江戸落語協会・荻灯亭飲太ほか 定18名(先着順)

「角川庭園の花」展

時6月10日(日)ま での午前9時~ 🍑 午後5時(水曜 日を除く)



角川庭園ガイドツアー

時5月26日(土)午前9時30分・10時30 分・11時30分(各20分。受付開始 =9時15分) 師淀川正進 屋各15 名(先着順)

━━ いずれも =

場問角川庭園(荻窪3-14-22☎6795-6855)

日本フィル公開リハーサル

~指揮者とオーケストラの 音楽づくりを間近で体験

時6月7日休午後1時(受付開始=0時30 分) 場杉並公会堂(上荻1-23-15) 内 出演=ピエタリ・インキネン(首席指揮 者・右写真)、日本フィルハーモニー交 響楽団▶**曲目**=メンデルスゾーン「真 夏の夜の夢」(予定) 対小学生以上の 方 定600名(先着順) 間文化・交流 課 他開演後は入場できません



©堀田力丸,

宮前図書館

◆科学講座「世界は変形菌でいっぱい だ」

睛6月9日出午後2時~3時30分 師日 本変形菌研究会会員・増井真那 対中 学生以上の方 屋40名(申込順) 申 5月19日から電話または直接、同図書館

◆身近なモチーフで描く~かんたん絵 てがみ講座

閩6月11日(月)午後1時30分~3時30分 内テーマ=夏野菜 師日本版画協会 会員・栗原みちえ 対小学生以上の方 (小学校低学年は保護者同伴) 定15名 (申込順) 里電話で、同図書館

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

場問宮前図書館(宮前5-5-27☎3333-5166)

環境活動推進センター

◆浴衣地で作るランチョンマット& コースター

閱6月8日 金午後1時30分~3時30分 費500円 他長寿応援対象事業

◆すぎなみの息づく緑で草木染 夏の 色を染める

B 6月23日仕)午後1時30分~3時30分 **師小枝のフレディ代表・横山ひろこ** 費1600円 他2歳~就学前の託児あり (事前申込制。100円〈保険料〉)

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

圆環境活動推進センター(高井戸東 3-7-4) 図区内在住・在勤・在学の方 定各12名(申込順) 申問電話で、同 センター**☎5336-7352**

スポーツ



競技大会 ■区民体育祭 軟式野球(社会人の部)

問7月8日~11月の毎週日曜日・祝日、 午前9時~午後5時 場上井草スポー ツセンター(上井草3-34-1)ほか 四 種目=①連盟加盟1~4部②一般③シニ ア 対区内在住・在勤・在学の15歳以 上で編成されたチーム(10~20名。中 学生、体育会に所属している方を除く) 定25チーム(申込順) 費1チーム①③ 各1万円②1万2000円 甲間電話で、6 月9日までに区軟式野球連盟・遠藤☎ 090-3910-7416 (午後1時~6時)、☎ 5373-1668 (午後6時~11時)

スポーツ教室

▋ジュニアアーチェリー初心者教室

閱6月24日(日)、7月8日(日)·22日(日)、8 月12日(日)・26日(日)、9月9日(日)午前9時 ~正午(計6回) 場上井草スポーツ センター(上井草3-34-1) 対都内在 住の小学4年生~高校生 屋25名(抽 選) 里往復ハガキ(13面記入例)に 性別・学年も書いて、6月19日(必着) までに区アーチェリー協会・小杉英雄 (〒167-0042西荻北4-33-12) 問小 杉公3390-6839 (午前9時~午後9時) 他弓具のない方には貸し出し

荻窪体育館

- ◆集まれ!小学生ソフトバレーボール **晒**6月3日(日)午前9時~11時 **師**区ソフ トバレーボール連盟 対区内在住・在 学の小学生 定15名(先着順) 費 100円 他体育館履き持参
- ◆気軽にフィットネスI~ヤムナボ ディローリング

時6月3日(日)・10日(日)・17日(日)午後1時 ~2時30分 師川原あけ未 対区内在 住・在勤・在学で15歳以上の方(中学 生を除く) 屋各20名(申込順) 費各 550円 甲各開催日の7日前から電話 で、同体育館

◆Saturday Brunch Time I (自由参加 型)~体幹ボディコンディショニング 時6月9日(土)午前11時15分~午後0時45 分 師佐々木縁 対区内在住・在勤・ 在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定60名(先着順) 費550円

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

場間荻窪体育館(荻窪3-47-2☎3220-

上井草スポーツセンター

◆プレキッズ&マミーサッカー教室

子育て

時6月6日(水) · 13日(水) · 20日(水) ▶ 2歳児 =午前10時~10時50分▶3・4歳児=11 時~11時50分 FC東京普及部コー チ 対区内在住・在勤(保護者)・在園 で2~4歳のお子さんとその保護者 屋 各日各回20組40名(申込順) 費各日 各回1組510円(子育て応援券利用可)

◆①大人と子どものサッカー入門道場 ②大人のサッカー教室~試合たくさん 時6月17日(日)①午前9時20分~10時50 分②11時20分~午後0時50分 FC東 京普及部コーチ 対区内在住・在勤・ 在学で①10歳以上のサッカー未経験・ 初心者②20歳以上のサッカー、フッ トサル元経験者 屋各20名(申込順)

◆ボールとあそぼう!ママと娘のさく 子育で らんぼ広場

晒6月23日仕)午前9時~9時50分=2・3歳 女児▶10時~10時50分=4歳~未就学女 児 師FC東京普及部女性コーチ 対区 内在住・在勤(保護者)・在園で2歳~未 就学女児とその保護者(女性) 22各20 組40名(申込順) 費各1組610円

◆きらきらエンジョイサッカー教室① 小・中学生②高校生~大人

閱6月24日(日)①午後1時10分~2時② 2時5分~2時55分 FC東京普及部 コーチ 対区内在住・在勤(保護者も 含む)・在学で知的障害のある①小中学 生②高校生以上の方 屋各20名(申 込順) 置各610円

・・・・・・ いずれも ・・・・・・

<u> 場間上井草スポーツセンター(上井草</u> 3-34-1☎3390-5707) 申電話または 直接、同センター

情報ぽけっと

申し込みは、各団体へ

「女子美術大学と衣服教育ーその歴史と 現在」刊行記念 女子美の衣服教育展

前期展=5月23日(水)~8月3日(金)▶後期 展=9月12日(水)~31年1月25日(金) (いず れも午前10時~午後5時。入室は4時40 分まで。火・日曜日、祝日、休室日を除 く)/女子美術大学(和田1丁目)/問 女子美術大学歴史資料室☎5340-4658 西荻商店街落語会 5月30日(水)午後7時 30分~9時30分/そば処田中屋(西荻北 4丁目)/出演=濱乃志隆ほか/40名(申 込順)/1000円/車間電話で、女子大 通り商和会・清水☎080-3412-2439

女子美大学院修了制作作品展~日独伊 親善図画 80年前の児童画を巡って 6月1日金~6日冰午前10時~午後5時(3

日を除く)/女子美ガレリアニケ(和田1 丁目) / **固**女子美ガレリアニケ**☎5340**-4688

杉並ヒーロー映画祭 6月2日(土)午前10 時30分/座・高円寺/自主制作映画の 上映、講評会ほか▶出演=三澤拓哉ほ か/250名(申込順)/2000円ほか/ も書いて、NPO法人COSMO FEST区 cosmofestjapan@gmail.com/間同団 出午後2時~4時/セシオン杉並/出演 体・塘☎080-5254-9978/当日券あり 西荻茶散歩 6月2日(土)・3日(日)午前11時 「アメリカ」(弦楽合奏版)ほか/578名 ~午後7時/西荻窪駅周辺の101店舗/ 「やかん」かマークが下がった店舗での無 3398-6411 料のお茶の提供や飲食時の割引ほか/問 HATOBA CMA・國時**☎3397-1791**/詳 細は同イベントホームページ参照

落語と講演会 6月2日出午後3時~5時 北4丁目)/**出演**=千早亭早千(落語) ほか/25名(申込順)/1000円/申問 電話・ファクス(13面記入例)で、日本

産業退職者協会事務局☎6240-9381₩ 6240-9382

三大話芸杉並協演会 6月2日(土)午後1時 ~4時/細田工務店(阿佐谷南3丁目)/ 出演=東家一太郎(浪曲)ほか/中学生 以上の方/80名(申込順)/1500円/ 申問電話で、美輝すこやか協会・北谷 **2**090-7170-1489

希望の家バザー 6月10日(日)午前10時~ 午後3時/希望の家(久我山5丁目)/バ ザー品・自主製品の販売、屋台村ほか/ 問希望の家☎3335-3774(午前9時30分 ~午後5時30分。土・日曜日を除く)/ 衣類を除く日用雑貨など、バザー品も募 集中。車での来場はご遠慮ください

おはなしワールド「おはなしくじらのおも ちゃばこ」 6月10日(日)午後2時~2時50分 /杉並公会堂/出演=けんけんくじら/ 区内在住・在勤・在学の方/150名(申込 順) /2000円。3~15歳1000円。2歳以 下膝上無料(全席自由。子育て応援券利 用可)/申Eメール(13面記入例)に希望 するチケット枚数、子育て応援券利用の有 無も書いて、6月9日までに杉並親子劇場 ✓ suginamioyakogekijou@jcom.home. ne.jp/間同団体・渡辺☎3331-4381

さざんかシティウィンズコンサート2018 6月23日(土)午後1時50分~4時/杉並公会 堂/出演=長田吉充(指揮)ほか▶曲目 =「ダッタン人の踊り」ほか/問さざん かシティウィンズ**☎050-5327-3501**

杉並弦楽合奏団定期演奏会 6月23日 =鈴木衛(指揮)**▶曲目**=ドボルザーク (先着順)╱問杉並弦楽合奏団・杉森☎

歴史講演会「吉田松陰の墓」 5月27日(日) 午後1時30分~3時30分/阿佐谷地域区民 センター/文化人類学者・長沢利明/500 /西荻まちレストランかがやき亭(西荻 円/間杉並郷土史会・新村☎3397-0908 分譲マンション管理セミナー 5月29日 火①午後1時30分~3時=セミナー「自 主管理の管理組合の問題点」②3時~4

講演・講座

時30分=交流会/荻窪タウンセブン(上 荻1丁目)/マンション管理士・道下文 典/区内在住のマンション管理組合の役 員・区分所有者等/①40名(申込順)/ 申ファクス(13面記入例)で、5月28日 までに荻窪マンション管理士会事務局M 5397-0686/問同事務局☎5397-0686 石けん作り体験 6月1日(金)午前10時30分 ~正午/環境活動推進センター/区内在 住・在勤・在学の方/10名(申込順)/ 申問電話で、NPO法人すぎなみ環境ネッ トワーク 25941-8701 (午前9時~午後5時) 剪定講習会 6月3日(日)午後1時~4時30 分/柏の宮公園/柏の宮公園くらぶ・植 木応援団/剪定の基礎知識、低木の剪定 実習/区内在住・在勤・在学の方/20名 (申込順)/300円(保険料含む)/里 往復ハガキ(13面記入例)で、5月21日 (必着) までに柏の宮公園くらぶ植木応 援団事務局(〒168-0073下高井戸4-44-13松田方) / 問同事務局・松田☎080-1274-7814/筆記用具・手袋・お持ちの 方は剪定ばさみ・刈り込みばさみ持参 記帳教室 初級簿記講座 6月6日(水)~ 8月8日例の毎週水曜日、午前9時30分~ 正午(計10回)/産業商工会館/税理 士・下田大輔/区内在住・在勤の方/20 名(申込順)/1万5000円/車間電話で、 6月1日までに杉並法人会☎3312-0912 緑深き神代植物公園を楽しむ 6月7日 (木)午前10時~午後2時30分/都立神代植 物公園(調布市)▶集合=同公園正門/ 山室京子ほか/区内在住・在勤・在学で 小学生以上の方/30名(抽選)/500円 (保険料含む。別途入園料)/申往復 ハガキ(13面記入例)で、5月22日(必 着)までに自然観察の会・杉並事務局 (〒167-0051荻窪5-26-3-302石原方) / 問同会・石原☎3392-5998

子育て世代応援!子育てとくらしのセミ ナー 6月9日(土)午後1時30分~3時/細 田工務店(阿佐谷南3丁目)/杉並区の 子育て支援/50名(申込順)/申問電 話・ファクス(13面記入例)で、6月8日 までに細田工務店☎5397-7734 図 53977739 (電話は午前10時~午後4時。祝 日を除く)/2歳以上の託児あり(電話・ ファクスで、5月31日までに細田工務店)

その他

税金なんでも相談会 5月26日(土)午前9 時~正午/東京税理士会荻窪支部(荻窪 5丁目) / 申問電話で、同支部☎3391-0411(平日午前9時30分~午後5時。正 午~午後1時を除く)/1人45分程度

自宅の周りで二酸化窒素を測定してみま せんか 5月31日(木)、6月1日(金)/区内在住 の方/300名(申込順)/申封書(13面 記入例) に切手332円分(2カ所452円。3 カ所572円)を添えて、5月25日(必着) までに杉並大気汚染測定連絡会・塩澤幸 子 (〒167-0051荻窪1-13-13) /問塩澤☎ 3392-7786/送付された器具を取り付け、 測定終了後すぐに返送(送料は自己負担。 3カ所まで120円)。分析は同会が実施

ささえあいサービス 協力会員募集 日常生活を行うのが困難な高齢者や障害 のある方への家事の援助・外出時の付き 添いなど▶謝礼=1時間800円(家事)、 1000円(介護)/18歳以上の方/申問 電話で、杉並区社会福祉協議会ささえあ い係☎5347-3131/会員登録後研修に 参加(5月29日(火)午前10時)

東京税理士会杉並支部

- ◆税金なんでも相談会 6月5日(火)午前 10時~正午、午後1時~4時/東京税理 士会杉並支部(阿佐谷南3丁目)/税金 (事業・相続・贈与等)・帳簿のつけ方等 に関する相談/里電話で、6月4日までに 同支部/1人40分程度
- **◆あってよかった! 成年後見制度** 6月 9日生)①午前10時~11時30分=セミナー 「あってよかった!成年後見制度」②午後 1時~4時=個別相談会/産業商工会館 /社会福祉士・岡野範子/区内在住の方 とその家族/①50名②15組(いずれも 申込順)/里5月21日~31日に電話で、 同支部/②は1組45分程度

・・・・・・ いずれも ・・・・・

問同支部☎3391-1028(平日午前9時30分 ~午後4時30分〈正午~午後1時を除く〉)