



イベントひろば
EVENT PLAZA

こども 子供向け 子育て 子育て世代向け シニア 高齢者向け

催し

大田黒公園 七夕飾りづくり
「葉書の木」

タラヨウの葉の短冊に願い事を書いてみませんか。

7月1日(日)～7日(土)午前9時～午後5時
(入園は4時30分まで) 場大田黒公園
(荻窪3-33-12) 問同公園☎3398-5814

手塚治虫文化賞受賞作品 パネル展

7月7日(土)～26日(木)午前9時～午後8時
(19日を除く。日曜日、祝日は5時まで)
場中央図書館(荻窪3-40-23) 問産業
振興センター観光係☎5347-9184 他
協力=朝日新聞社

手塚治虫アニメ上映会
「ジャングル大帝」

7月22日(日)午後2時～4時 場中央図
書館(荻窪3-40-23) 定50名(先着順)
問中央図書館☎3391-5754

ムシムシ探検隊～夏の虫を観察しよう
こども

7月8日(日)午前10時～正午 場郷土
博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公
園内) 虫の採集と観察カードの作
成、観察のポイント 師NPO法人すぎ
なみムーサ・小林弘一 小学生(保
護者同伴可) 定20名(先着順) 問
郷土博物館分館☎5347-9801 他虫
捕り網・虫籠持参

朝採り野菜と草花の即売会
杉並区グリーンクラブ

7月9日(月)午前10時～午後3時(売り
切れ次第終了) 場区役所中杉通り側
入り口前 問産業振興センター都市
農業係☎5347-9136 他買い物袋持
参

シニア向け合同就職面接会

7月18日(水)午前10時～正午 場ゆ

ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-
11) 因業種=スーパー、コンビニ、警
備、調理補助、杉並区シルバー人材セ
ンターほか 区内在住でおおむね55
歳以上の方 問ゆうゆう高円寺南館☎
5378-8179 他履歴書1通持参。事前
予約可

障害者のつくる品物フェア

7月19日(木)・20日(金)午前11時～午後
3時 場区役所1階ロビー 区内在
住・在勤・在学の方 問障害者生活支
援課 他主催=すぎなみ仕事ねっと

DVD上映会「能役者 野村四郎」
「奇術師 藤山新太郎」

7月22日(日)午後1時30分～3時15分
場高円寺図書館(高円寺南2-36-25)
区内在住・在勤・在学の方 定30
名(先着順) 問高円寺図書館☎3316-
2421 他車での来館不可

上荻窪青少年育成委員会「万歩会」

7月22日(日)～28日(土)午前5時50分～
7時30分 場集合=荻窪八幡神社(上
荻4-19-2) 区内在住の青少年と保
護者ほか 申問電話または直接、7
月13日までに西荻地域活動係(桃井
4-3-2☎3301-0981) 他期間中は集合
場所でも参加を受け付けます

燃料電池自動車
「H2なみすけ号」の体験乗車会

①7月22日(日)②28日(土)午後1時30分
～3時30分 場日通自動車学校(宮前
5-15-1) 区内在住・在勤・在学で小
学生以上の方(小学生は保護者同伴)
定各12名(申込順) 申問電話で、①
20日②27日正午までに環境課環境活動
推進係 他運転はできません。参加者
になみすけグッズを差し上げます。車
での来場不可。無料バス利用可。詳細
は日通自動車学校ホームページ参照

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
事の用紙でご確認ください。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。

- 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

福祉会館夏まつり

7月29日(日)午前11時～午後3時30
分 場杉並障害者福祉会館(高井戸東
4-10-5) 手話ダンス、作業所製品
販売ほか 問杉並障害者福祉会館☎
3332-6121 他車での来館不可。障害
者のための送迎バスあり

講演・講座①

農業公園「江戸東京野菜」講演会

7月8日(日)午後1時30分～3時30分
場成田西ふれあい農業公園(成田西
3-18-9) 師大竹道茂 小学生以上
の方(小学生は保護者同伴) 定40名
(先着順) 問産業振興センター都市農
業係☎5347-9136

古典講座「平家物語」

7月18日(水)午前10時～11時30分 場
宮前図書館(宮前5-5-27) 師元杉森
中学校国語科教諭・貝瀬弘子 高校
生以上の方 定40名(申込順) 申問
電話で、宮前図書館☎3333-5166

**いきいき文化教室「ライフプランニ
ング～50歳から楽しむ準備」**

7月22日(日)午前10時～正午 場下
高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)
師ライフプランナー・川副隼平 区
内在住の方 定25名(申込順) 費
500円 申問電話で、下高井戸区民集
会所☎5374-6192

知ってるつもりシリーズ
「血液、血管、血圧のお話」

7月24日(火)午後3時～5時 場杉並保
健所(荻窪5-20-1) 師河北家庭医療
学センター家庭医療科医師・直宮修平
区内在住・在勤・在学の方 定60
名(申込順) 申問7月2日から電話で、
荻窪保健センター☎3391-0015

一緒に作ろう草木染め 自由研究に最適
こども

7月25日(水)～27日(金)午前9時45分～
11時40分 場こすす生活園(堀ノ内
1-27-9) 区内在住・在学の小学生
(保護者の付き添い可) 定各日3名(申
込順) 費マイバッグ(A4サイズ)190
円。ランチョンマット108円。ハンドタ
オル99円 申問電話で、7月13日までに
こすす生活園☎3317-9312 (平日午前9
時～午後5時) 他上履き・飲み物持参

ウェルファーム杉並開設記念イベント
「子ども・若者の自立に悩んだら…」

7月27日(金)午後2時～4時 場ウェ
ルファーム杉並(天沼3-19-16) 師イ
ラストレーター・上大岡トメ、NPO法
人育て上げネット・工藤啓、墓田薫 定
80名(申込順) 申問電話・ファクス
(記入例)で、産業振興センター就労・
経営支援係☎5347-9077☎3392-7052

親子消費者講座
「煮干しの解剖」 こども

7月28日(土)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)
師科学読物研究会・原田佐和子 区
内在住の小学5・6年生とその保護者
(子どものみの参加も可) 定15組30名
(抽選) 申往復ハガキ(記入例)に
お子さんの氏名(フリガナ)・学年、保
護者同伴かも書いて、7月13日(必着)
までに消費者センター 問同センター
☎3398-3141 他筆記用具持参。1歳
～未就学児の託児あり(定員4名。申
込時に性別・年齢明記)

高次脳機能障害支援セミナー

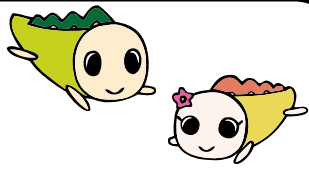
7月28日(土)午後1時30分～4時 場阿
佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-
17) 因講演「高次脳機能障害者～社
会的行動障害の症状を持つ生活訓練事
例を通して学ぶ」 師国立障害者リハビ
リテーションセンター自立支援局生活訓
練課作業療法士・安部恵理子 定80名
(先着順) 問障害者生活支援課地域生
活支援担当☎3332-1817☎3332-1826
他手話通訳が必要な方は電話・ファク
スで、7月12日までに同担当

サイエンスワークショップ
ロボット教室①初級②中級

①8月6日(月)・7日(火)②10日(金)い
ずれも午前10時～午後5時 場セシ
オン杉並(梅里1-22-32) 師Truth
Academy・中島晃芳 区内在住・
在学で①パソコンの簡単な基本操作
ができる小学4年生～中学生②29・30
年度初級を受講した小学5年生～中
学生 定各日30名(抽選) 費各日1000
円(当日) 申ハガキ(記入例)に学校
名・学年、①は②の受講希望の有無も
書いて、7月11日(必着)までに社会
教育センター(〒166-0011梅里1-22-
32) 問同センター☎3317-6621 他
筆記用具・昼食・飲み物持参。パソ
コン・ロボットキットは貸し出し。ロボ
ットの持ち帰りはできません

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設です
が、区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
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	歌舞伎講座～鑑賞のコツ・楽しみ方	7月9日(月)から毎月第2・4月曜日、午後1時45分～3時30分 師藤村藤之輔 費1回300円
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎3315-7815)	朗読を楽しむ	毎月第2日曜日、午後1時～3時・毎月第4日曜日、午前10時～ 正午 師竹田紀子 区高校生以上の方 定各10名(申込順) 費1回800円(別途副読本代)
永福館(永福2-4-9 ☎3321-6632)	インディアン・ハーブコンサート	7月30日(月)午後2時～3時 定30名(申込順) 費500円
善福寺館(善福寺2-26-18 ☎3394-8963)	気軽に、みんなで歌いましょう	7月31日(火)午前10時～11時30分 定25名(申込順) 費200 円
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎3338-0436)	エクセルの活用基礎の復習から関数、グラフ まで	9月12日(水)・19日(水)・26日(水)午後1時30分～3時30分(計3 回) 定15名(申込順) 費4500円(別途教材費500円)
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎3304-9573)	体のコリをゆるゆるにゆるめる「ゆる体操」	毎月第1・3火曜日、午前10時～11時30分 定15名(申込 順) 費1回800円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	「吹き矢無料体験」 誰でも楽しくできる腹式呼吸健康法	7月29日(日)午前10時～正午 定15名(申込順) 費別途マウ スピース代100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。いずれも、長寿応援対象事業。

凡例 時日時 場場所 内内容 師講師 対対象 定定員 費参加費(記載のないものは無料) 申申し込み(記載のないものは直接会場へ)
問問い合わせ 他その他 ☒Eメールアドレス ☒HPホームページアドレス

障害者のためのストレッチポールとヨガの楽しみ方教室

時8月19日(日)午後1時30分～3時 場 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 齋藤なみ系 区内在住・在勤・在学で障害のある方 定18名(抽選) 費100円(保険料) 申往復ハガキ(12面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、介助者の有無、手話通訳希望の方はその旨も書いて、7月21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) 問 同事務局 ☎3332-6121 ☎ 3335-3581

ボランティア体験講座 きほんの「き」～手話&点字

◆手話コース
時①7月23日(月)午前10時～正午②25日(水)午前10時～正午③27日(金)午後1時～2時45分④31日(火)午後7時～8時45分⑤8月3日(金)午前10時～正午 場①阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17)②高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18)③西荻地域区民センター(桃井4-3-2)④⑤杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 師 手話サークル杉の会 定各回20名(申込順) 費1回でも複数回でも500円。小学生100円

◆点字コース
時8月1日(水)午後1時30分～4時・4日(土)午前10時～午後0時30分・7日(火)午後1時30分～4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 視覚障害者支援総合センター就労継続支援B型「チャレンジ」・三好明子ほか 区小学生以上の方 定各日15名(申込順) 費各500円。小学生各100円

………… いずれも ……
申 問 電話・ファクス(12面記入例)で、各開催日の2日前までに杉並ボランティアセンター ☎5347-3939 ☎ 5347-2063

高井戸図書館

◆大人のためのやさしいヨーガ
時7月10日(火)午後2時30分～4時15分 師 友永ヨーガ学院講師・上田邦子 定20名(申込順) 動きやすい服装で、ハンドタオル・飲み物持参

◆親は子どもに英語を教えるの? ～早期英語教育と発達の二つの視点から
時7月14日(土)午後2時～3時 師 Jun

International Preschool校長・榛谷都 定30名(申込順)

………… いずれも ……
場 問 高井戸図書館(高井戸東1-28-1 ☎ 3290-3456) 申 電話または直接、同図書館

環境活動推進センター

◆新種ハチオウジアザミと善福寺のアザミ

時7月13日(金)午後2時30分～4時30分 場 同センター 師 国立科学博物館名誉研究員・門田裕一 区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 申 電話で、同センター

◆おもちゃのクリニック

時7月15日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費部品代 申 電話で、同センター 他おもちゃは1人1点まで

◆クロスステッチで彩るキーケース作り

時7月20日(金)午後1時30分～3時30分 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費350円 申 電話で、同センター 他長寿応援対象事業

◆親子で木工教室「イス作り」 **子育て**

時7月22日(日)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組(抽選) 費2000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他昼食持参

◆バスで行く、伊豆の源兵衛川と柿田川ウォーキング

時7月26日(木)午前7時45分～午後6時 場 集合・解散=同センター 区内在住・在勤・在学の小学3年生以上で、4km歩ける方(小学生は保護者同伴) 定40名(申込順) 費2500円。小学生2000円(保険料含む) 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月12日(必着)までに同センター 他昼食付き

◆セミの羽化を観察しよう

時7月27日(金)午後6時30分～8時30分(雨天中止) 場 都立善福寺川緑地緑陰広場 ▶ 集合=善福寺川成園橋付近(成田東2-7) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 区内在住・在学で5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(申込順) 費100円

(保険料) 申 電話で、同センター

◆布ぞうり作り

時7月28日(土)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定10名(抽選) 費1000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他昼食持参。長寿応援対象事業

◆遅野井川親水施設と善福寺川(上流)の川調べ

時7月29日(日)午前9時～正午 場 集合・解散=善福寺公園下の池あずまや前(善福寺2-31) 師 東京都環境学習リーダー・境原達也 区内在住・在学で小学3年生～中学生(小学生は保護者同伴) 定20名(申込順) 費100円(保険料) 申 電話で、同センター

◆フリーマーケットin高井戸

時7月29日(日)午前10時～正午 場 同センター 区内在住・在勤・在学の方(業者出店不可) 定募集区画=13区画(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月14日(必着)までに同センター 他車での搬出入・来場不可。当選権利譲渡不可。出品物は衣類・子ども用品・アクセサリー・雑貨

◆海の子ども環境工作教室 **こども**

シーボーン(海岸漂着物)などでマグネットを作ります。

時7月29日(日)午後1時30分～3時30分 場 同センター 区内在住・在勤(保護者)・在学の6歳～小学生(小学2年生以下は保護者同伴) 定20名(申込順) 費320円 申 電話で、同センター

◆ペットボトルと風船で作る空気砲ロケット **こども**

時8月4日(土)午前10時～正午 場 同センター 師 NPO法人子ども理科教育振興会・猪狩寛 区内在住・在学の5歳～小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 定16名(申込順) 費150円 申 電話で、同センター

◆親子で作る卓上ミニ織り機 **子育て**

時8月5日(日)午前10時30分～午後3時30分 場 同センター 区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組(抽選) 費500円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月11日(必着)までに同センター 他昼食持参

◆夏の昆虫観察会 身近に息づく虫を発見しよう

時8月10日(金)午前10時～正午 場 都立善福寺公園 ▶ 集合=善福寺公園上の池ボート乗り場前(善福寺3-18) 師 日本昆虫学会・青木良、須田真一、林弥生子 区内在住・在勤・在学で5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定45名(申込順) 費100円(保険料) 申 電話で、同センター

◆「かんきょうアイデア展」作品募集

時 展示期間=9月28日(金)～10月8日(祝) 区①リサイクル作品部門=不用になった物を材料として使用した作品②レポート部門=環境を守るために役立つアイデア・活動例・研究など③自然の恵み部門=緑のカーテン・打ち水・雨水利用などの実践、写真、レポート、アイデアなど/①は表現方法自由(工作物は縦横高さの合計が100cm程度)②③はファイルまたは模造紙1枚 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(グループでの参加も可) 申 作品に住所・氏名(フリガナ)・年齢・学校名・学年・電話番号を書いて、9月17日～25日(必着)に同センターへ郵送・持参

………… いずれも ……
場 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎5336-7352)

就労支援センター

◆仕事の苦手意識を解消!～電話対応やメールの書き方、言葉づかいを学ぶ

時7月21日(土)午後1時～4時 師 プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 区54歳以下で求職中の方 定20名(申込順)



◆就活初心者向け3日間集中セミナー～就職の実践ノウハウを学ぶ

時 区①7月24日(火)=自己理解編～経験や知識の棚卸しと適職探し②25日(水)=仕事理解編～今まで気が付かなかった職種職域や業界の良さの再発見③26日(木)=応募書類・面接から職場対応編～実践マナーやコミュニケーション/いずれも午前10時～午後4時(計3回) 師①③人事コンサルタント・高橋健太郎②就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 区44歳以下で求職中の方 定10名(申込順) 他個別受講も可

◆働き続けるための「ためない」「くさらない」コミュニケーション対応力

時7月27日(金)午後1時30分～4時30分 師 精神保健福祉士・片柳光昭 区44歳以下で求職中の方 定10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

家族介護教室

◆リハビリや体操の前に使えるホットパックを手作りしよう

時7月9日(月)午後1時30分～2時30分 場 ふれあいの家しらいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 師 作業療法士・鈴木志乃 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申 問 電話で、ふれあいの家しらいぐさ正吉苑 ☎3390-8074

杉並区シルバー人材センター



パソコン教室(少人数制1～3名)

時8月=1日(水)～31日(金) ▶ 9月=1日(土)～28日(金)(17日(祝)・24日(休)を除く) / 清水教室(清水3-22-4 2階) = 月～金曜日、阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階) = 火・水・金・土・日曜日(火・水・金曜日は夜間のみ)、荻窪教室(荻窪2-29-3 2階) = 火・金曜日(8月は講座の開催はありません) / いずれも開催時間はお問い合わせください 区右表のとおり 師 杉並区シルバー人材センター会員 定各1～3名(申込順) 費4回コース=9170円 ▶ 3回コース=6900円 ▶ 2回コース=4635円 ▶ お名前シール=2470円 申ハガキ・ファクス(12面記入例)にコース名・教室名・曜日・時間帯・昼間の連絡先も書いて、8月講座は7月17日、9月講座は8月15日(いずれも消印有効)までに杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4 ☎3394-5004) 問 同分室 ☎3394-2253 他個別のオーダー講座もあり。自宅への出張サービス(パソコン、タブレット、スマートフォンの指導・設定)を1時間2040円で受け付けています

種別	コース名	回数
初歩	入門1・入門2	各4回
	インターネット・メール	各3回
ワード	入門・初級・中級	各4回
エクセル	初級・中級	各4回
活用	デジカメ入門	3回
	写真加工	各4回
	エクスプローラー	
	プレゼン	
趣味	名刺作成	各2回
	お絵かき	
	お名前シール	1回

※詳細は区ホームページをご覧ください。

講演・講座②

◆知っておきたい!自分らしい施設選びのポイント

7月9日(月)午後1時30分～3時 場すぎなみ正吉苑(清水2-15-24) 師ベネッセの介護相談室相談員・白田友香 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24清水 ☎5303-5823

◆介護者のための腰痛を防ぐからだの動かし方

7月10日(火)午前10時～11時30分 場上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師上井草園理学療法士・松本大輔 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831

◆尿もれと上手につきあおう～ケア用品とエクササイズ

7月10日(火)午前10時～11時30分 場永福南社会福祉ガーデン(永福1-7-6) 師ユニ・チャーム看護師 梅林真紀 区内在住の家族介護者ほか 定20名(申込順) 申電話で、ケア24永福 ☎5355-5124

◆高齢者のお酒と健康について～お酒と上手につき合うために

7月11日(水)午後1時30分～3時 場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師御徒町榎本クリニック看護師・佐藤千賀子 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 申電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668

◆今日から使える介護～歯科医から教わる口腔ケア

7月14日(土)午後1時30分～2時30分 場和泉ふれあいの家(和泉4-40-31) 師洋歯科クリニック院長・草川洋 区内在住の方、介護をしている方ほか 定20名(申込順) 申電話で、和泉ふれあいの家 ☎3321-4808

◆車椅子への移乗と車椅子の選び方・操作方法

7月17日(火)午後2時～3時 場ふれあいの家しみず正吉苑(清水3-22-4) 師ふれあいの家しみず正吉苑理学療法士・久保田真吾 区内在住の方 定20名(申込順) 申電話で、ふれあいの家しみず正吉苑 ☎3394-0455

◆認知症サポーター養成講座

7月17日(火)午後2時～3時30分 場

ケア24善福寺(西荻北4-31-11) 師キャラバン・メイト 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024 他終了後、サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます



◆気楽に終活。

7月19日(木)②26日(木)午後2時～3時30分(計2回) 場上井草園(上井草3-33-10) ①エンディングノートを書いてみよう!②「葬儀」と「相続」今できる事! 師僧彩セレモニー・川上知輝 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024

◆高齢者の特徴と食事で気を付けたいポイント～市販介護食の試食

7月20日(金)午後2時30分～3時45分 場上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師上井草園管理栄養士・廣保優花 区内在住の方 定15名(申込順) 申電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831

◆配食弁当ってどんなものがあるの?試食してみよう!

7月26日(木)午後1時30分～3時 場ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 師高円寺北ふれあいの家所長・島島幸ほか 区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 申電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151

◆市販惣菜・一人用レトルト食品活用術～フレイル予防の観点から

7月26日(木)午後2時～3時30分 場永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師管理栄養士・芳賀輝子 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 申電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811

◆認知症になったらどうなる?コミュニケーションの仕方

7月29日(日)午後2時～4時 場グルー

プホームきらら西荻窪(今川3-3-29) 師杉並区グループホーム連絡会 区内在住・在勤の方 定10名(申込順) 申電話で、グループホームきらら荻窪 ☎5311-7180

スポーツ

競技大会

集まれ!レフティー野球大会

7月22日(日)午前9時～午後1時 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内走塁は時計回り(通常の逆) 野球経験がある左投げ左打ちの30歳以上で、小学生以上のお子さんがいる方 定30名(申込順) 申電話・Eメール(12面記入例)で、レフティー野球大会実行委員・池谷 ☎090-1998-3285 k.ikeya62@gmail.com 他詳細は、区立小学校PTA野球連合協議会ホームページ参照

夏季弓道大会

8月5日(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) 区内在住・在勤・在学の方 定40名(抽選) 費500円 申往復ハガキ(12面記入例)で、7月28日(必着)までに中田龍治(〒166-0016成田西3-20-32) 申中田 ☎3391-2587(午前8時～正午) 他弓道着・はかまを着用

サマースマイルカップ ソフトバレーボール大会

8月26日(日)午前9時～午後7時 場上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区ソフトバレーボール連盟登録チームほか 定36チーム(申込順) 費1チーム3000円(当日) 申申込書(区体育施設で配布)を、7月31日(必着)までに区ソフトバレーボール連盟事務局・飯島典子(〒166-0013堀ノ内1-8-3-202)へ郵送 申飯島 ☎3311-1415

台湾友好親善ツアー 2018

台湾東部の観光都市・花蓮市を訪れ、代表的景勝地「太魯閣峡谷」などを訪れます。

12月14日(金)～17日(月) 場集合=成田空港(千葉県)▶解散=羽田空港(大田区) 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 費10万8000円(2名1室) 申電話で、7月10日午前9時～8月31日午後5時に東洋旅行 ☎6272-6588 申杉並区交流協会 ☎5378-8833 他詳細は、同協会 http://suginami-kouryu.org/参照。2名以外で参加される場合はお問い合わせください



区の後援・その他の催し・講座など 情報ぱけっと 申し込みは、各団体へ

催し

新鮮野菜と草花の即売会 城西生産部会 7月6日(金)午前10時～午後3時(売り切れ次第終了) / 区役所中杉通り側入り口前 / 申JA杉並グリーンセンター ☎5349-8791 / 買い物袋持参

女子美術大学短期大学部1年前期基礎造形展 7月6日(金)～8月1日(水)午前10時～午後5時(日曜日を除く。7月15日(午後6時まで)・16日は開館) / 女子美ガレリアニケ(和田1丁目) / 申女子美ガレリアニケ ☎5340-4688

みんなで銭湯に行こう 区内銭湯で緑茶の湯を実施します 7月8日(日)(開催日が異なる銭湯があります) / 460円。小学生180円。幼児80円 / 申杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降) / 小学生以下の方にジュースを差し上げます(各銭湯24本限定)

JIA杉並土曜学校展覧会「私の杉並、この一枚」 7月17日(火)～20日(金) / 区役所2階区民ギャラリー / 申JIA杉並土曜学校担当・中村 ☎5305-2773 / 作品募集 = 写真・絵・短歌・俳句など。Eメール(12面記入例。5MB以内の作品データを

添付)に作品のタイトル・説明文(31文字以内)も書いて、7月8日までにJIA杉並地域会 ☎suginami@jia-kanto.org / 7月14日に交流会あり

西荻商店街落語会 7月18日(水)午後7時30分～9時30分 / そば処中屋(西荻北4丁目) / 出演=濱乃志隆ほか / 40名(申込順) / 1000円 / 申電話で、女子大通り商和会・清水 ☎080-3412-2439

リサイクルひろば高井戸「夏のフェア」 7月19日(木)～22日(日)午前9時～午後5時(エコマーケットは午前10時～午後4時) / リサイクルひろば高井戸 / 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701

城西病院ホスピタリティコンサート 7月19日(木)午後7時～9時 / 城西病院(上荻2丁目) / 出演=長尾篤子(ソプラノ)ほか ▶ 曲目=「たんぼぼ」ほか / 70名(先着順) / 申同病院・平木 ☎3390-4166

座の市 7月21日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並産野菜や区の交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / 申座・高円寺 ☎3223-7500

杉並区民オペラ「カルメン」 7月21日(土)午後5時～8時・22日(日)午後1時30分～4時30分 / 杉並公会堂 / 小学生以上の方 / 出演=大久保真(総監督・訳詞)ほか / 全席指定S席6500円ほか / 申電話で、杉並区民オペラ事務局 ☎3380-1042 / 区民各日50組100名を招待(抽選) = 往復ハガキ(12面記入例)で、7

月10日(消印有効)までに同事務局(〒166-0012和田1-11-15)

「はたらく消防の写生会」作品の展示

①荻窪消防署=7月25日(水)～8月1日(水)午前9時～午後10時②杉並消防署=8月16日(木)～22日(水)午前8時30分～午後5時(19日を除く) / ①杉並公会堂②区役所1階ロビー / 小中学生が描いた消防隊員や消防車両などの写生画等の展示 / 申①荻窪消防署予防課防火管理係 ☎3395-0119②杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119

ジャズコンサート 8月11日(祝)午後1時30分～3時30分 / 高井戸地域区民センター / 出演=スーパー・ベーシック・クラブ ▶ 曲目=「モーニン」ほか / 区内在住で60歳以上の方 / 90名(先着順) / 300円 / 申杉の樹大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

福島の子と交流しませんか? 8月13日(月)～15日(水)(2泊3日) / 富士学園(山梨県) / 区内在住で2～15歳のお子さんとその保護者 / 15名(申込順) / 1万3800円 / 申Eメール(12面記入例)で、福島子ども保養プロジェクト・杉並の会 ☎Khisadk2.so-net.ne.jp / 申同団体・小林 ☎3314-2720

大田黒公園

◆自然と遊ぼう ネイチャーゲーム 7月22日(日)午前10時・11時・午後1時・2時 / 同公園 / 区内在住・在勤(保護者)・

在学で4歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) / 各回10名(申込順)

◆木登り体験 ツリークライミング® 7月22日(日)午前10時・11時・午後1時・2時・3時 / 同公園 / ツリークライミング®ジャパンオフィシャルインストラクター / 区内在住、在勤(保護者)・在学の6歳以上で、体重が100kg以内の方(小学生以下は保護者同伴) / 各回10名(申込順) / 各回1500円

..... いずれも 申電話で、箱根植木・北村 ☎3303-2215(平日午前9時～午後5時)

講演・講座 杉並青色申告会

◆確定申告見直しセミナー 7月10日(火)午後2時～3時30分 / 同会(阿佐谷南3丁目) / 杉並青色申告会職員 / 個人事業主 / 20名(申込順) / 申電話で、7月6日までに同会 / 長寿応援対象事業

◆シニア向けスマートフォンセミナー 7月11日(水)・12日(木)午後1時30分～3時・3時30分～5時 / 同会(阿佐谷南3丁目) / 基本操作等 / 中村オートパーツ・金子泰武 / 区内在住で、スマートフォンを触ったことがない方 / 各回6名(申込順) / 各1000円 / 申電話・ファクス(12面記入例)で、7月10日までに同会 ☎3393-2864 / 長寿応援対象事業

..... いずれも 申杉並青色申告会 ☎3393-2831

区民体育祭

◆ユニカール

時8月12日(日)午前9時～午後5時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学で小学3年生以上の方 定70名(申込順) 費500円(保険料含む) 甲ハガキ・ファクス(12面記入例)に団体の方はチーム名と連絡責任者の氏名(フリガナ)・住所・電話番号も書いて、7月15日(必着)までに区ユニカール協会・石井功樹(〒167-0051荻窪3-5-5 5932-3655) 石井 井 5932-3655 他運動できる服装で、上履き持参

◆バドミントン(中学生の部)

時8月18日(土)・20日(月)午前9時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)、荻窪体育館(荻窪3-47-2) 種目=1部=男女単・複 2部=中学1年生の男女単 区内在住・在学の中学生 費単=500円、複=1000円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 甲申込書(区体育館で配布)と振替受領書の写しを、7月23日(必着)までに、区バドミントン連盟・草場律(〒167-0032天沼2-34-2)へ郵送 田村本 3332-4685

◆バドミントン①高校生の部②レディースの部

時①8月22日(水)・24日(金)②9月13日(休) いずれも午前9時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2)、大宮前体育館(南荻窪2-1-1)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 種目=①男女単・複 ②1・2・3部複 費①単=600円、複=1200円②2000円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 甲申込書(区体育館で配布)と振替受領書の写しを、①は7月31日②は8月18日(いずれも必着)までに区バドミントン連盟・菅原千恵子(〒167-0022下井草5-4-12) ②尾崎恵子(〒168-0081宮前3-3-26)

へ郵送 田 ①山口 090-8491-5663 ②尾崎 5930-7161

◆フェンシング

時8月26日(日)午前10時 場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 種目=シニア(高校生以上)、中学生、小学5・6年生、小学3・4年生、小学1・2年生の部(男女別) 区内在住・在勤・在学の方 定200名(申込順) 費2000円(保険料含む) 甲電話・Eメール(12面記入例)で、8月11日までに区フェンシング協会・高橋 090-6519-6953 fencer@suginami-fencing.org 他保険証持参。車での来場不可

◆バスケットボール(一般男子・女子・シニアの部)

時8月26日～11月3日の日曜日・祝日(うち9日間)、午前9時～午後9時 場 区内体育館 区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム(学連登録チームと高校生以下を除く) 費1チーム3000円(代表者会議で集めます) 甲ハガキに希望の部、チーム名、代表者の氏名・住所・電話番号を書いて、7月18日(必着)までに区バスケットボール連盟・鐘尾勉(〒167-0032天沼2-37-3) 田 鐘尾 3398-7044 田①シニアの部(40歳以上)と一般の部両方への参加不可②代表者会議を8月4日(土)午後7時から荻窪体育館で開催(全チーム要出席)③車での来場不可④ユニフォームはJBA規則に準じます

◆空手道

時10月7日(日)午前9時～午後5時 場 日本大学鶴ヶ丘高等学校(和泉2-26-12) 種目=組手・形個人戦(年齢別、男女別) 甲電話(電話で、区空手道連盟・山口 3395-2311へ請求)に参加費を添えて、8月1日(必着)までに同連盟・山口剛平(〒167-0041善福寺1-16-23)へ現金書留で郵送 田詳細はお問い合わせください

スポーツ教室

ジュニアボウリング教室(夏期) ども

時7月23日(月)・24日(火)・30日(月)・31日(火)、8月6日(月)・7日(火)・20日(月)・21日(火)午後2時～4時 場 笹塚ボウル(渋谷区笹塚1-57-10) 区内在住・在学の小学生 定各回36名(申込順) 費各1000円 甲電話で、笹塚ボウル 3374-1300 田区ボウリング連盟・井口 090-4370-5753

障害者のためのわいわいスポーツ教室「プールで遊ぼう」

時9月8日(土)午前10時～正午 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害の程度が重い方 定30名(抽選) 甲申込書(スポーツ振興課(区役所東棟6階)、福祉事務所、体育施設、障害者施設、障害者福祉会館、障害者交流館で配布。区ホームページからも取り出せます)を、8月14日午後5時(必着)までにスポーツ振興課へ郵送・持参 田同課 田公共交通機関の利用が困難な方は、リフト付き送迎バスが利用可。ヘルパーまたは家族との参加可。見学随時受け付け(事前予約制) ▶ボランティア募集=電話で、同課

スポーツハイツ

◆ノルディック・ウォークで夏の緑を満喫 時8月5日(日)午前10時(雨天中止) 田 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員 大方孝 田3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費1080円(保険料含む。別途ポールレンタル料540円) 田ウエストバッグまたはリュック・サック・飲み物・タオル・帽子等持参。長寿応援対象事業

◆50歳からゆっくりはじめる水泳講座

時8月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)午後4時～5時▶9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)午後1時30分～2時30分/いずれかの日程で4回参加 定各日5名(申込順) 費4320円 田水着・ゴーグル・キャップ・タオル・飲み物持参。長寿応援対象事業

…… いずれも ……

場 田スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21 3316-9981) 甲電話で、スポーツハイツ 妙正寺体育館

◆ふわふわトランポリン体験教室 ども

時 田7月23日(月)①午前9時20分～9時55分=年中長②10時10分～10時45分=3・4歳のお子さんとその保護者③11時～11時35分=小学1年生④11時50分～午後0時25分=小学2・3年生 田①③④各10名②10組(いずれも申込順) 費各610円

◆ふわトラ&マット教室 ども

時 田7月30日(月)午前9時20分～10時40分=4歳～未就学児▶11時～午後0時20分=小学1～3年生 定各10名(申込順) 費各920円

…… いずれも ……

場 田 妙正寺体育館(清水3-20-12 3399-4224) 田 潘鎮浩、野口奈保 甲電話または直接、同体育館 田運動しやすい服装で参加

その他

CPR(心肺蘇生法)&AEDの使い方を体験しよう!

時7月16日(祝)午後2時～6時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区小学生以上の方 田 上井草スポーツセンター 3390-5707

7月1日発行「マイスポーツすぎなみ」

スポーツ教室などの関連情報は「マイスポーツすぎなみ」をご覧ください。

田 配布方法=新聞折り込み。区体育施設でも配布。杉並区スポーツ振興財団 田 http://sports-suginami.org/からもご覧になれます 田 杉並区スポーツ振興財団 5305-6161

家庭教育講座 木村泰子先生の講演会&座談会 7月14日(土)午後2時～4時30分/東田中学校/大空小学校初代校長・木村泰子/80名(申込順) 田Eメールに名前(フリガナ)、所属団体を書いて、7月12日までに東田中学校PTA higashitabunka2018@gmail.com/ 田 同団体・北隅 090-3900-9763/上履き持参

分譲マンション管理セミナー 7月19日(木)午後1時30分～4時30分/荻窪タウンセブン(上荻1丁目)/①セミナー「失敗しない大規模修繕工事の進め方」②交流会/一級建築士・呼子政史/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) 田ファクス(12面記入例)で、7月17日までに荻窪マンション管理士会事務局 5397-0686/ 田 同事務局 5397-0686

JASOマンション耐震セミナー 7月21日(土)午後1時30分～4時40分/すまい・るホール(文京区)/セミナー「マンション地震災害事前復旧計画タイムライン」ほか、耐震改修事例報告、耐震化等の個別相談会/JASO担当・河野進ほか/マンション管理組合の方、区分所有者ほか/300名(申込順) 田ファクス(12面記入例)で、7月18日までにJASO事務局 6912-0773/ 田 同事務局 6912-0772/相談希望の方は、図面等持参

講演会「知って安心 備えて安心 相続のこと」 7月26日(木)午後2時～4時/ウェ

ルファーム杉並/弁護士・白石光征/区内在住・在勤の方/45名(申込順) 田 田7月2日から電話で、杉並区社会福祉協議会あんしんサポート係 5347-1020

知って安心!聞いて納得!遺言・相続・成年後見制度の基礎知識 7月27日(金)午前10時30分～11時30分/浴風会(高井戸西1丁目)/講座・ミニ個別相談/財務コンサルタント・太田秀隆/区内在住の方/40名(申込順) 田500円/ 田電話・ファクス(12面記入例)で、浴風会ケアスクール 3334-2149 田 3334-2694

笑って知ろう「落語で成年後見制度」 7月27日(金)午後2時30分～4時30分/ウェルファーム杉並/落語家・桂ひな太郎ほか/区内在住の方/50名(申込順) 田電話・ファクス(12面記入例)で、杉並区成年後見センター 5397-1551 田 5397-1555

講演会「善福寺池とその周辺で暮らした人々」 7月28日(土)午後1時30分～3時30分/西荻地域区民センター/区内在住・在勤・在学の方ほか/前杉並区立郷土博物館館長・寺田史朗/50名(申込順) 田300円/ 田ファクス(12面記入例)で、NPO法人善福寺水と緑の会・中島 3396-4505/ 田 同団体・小谷 3392-8066

3392-6151 親子で石けん作り体験 8月3日(金)午前10時30分～正午/環境活動推進センター/区内在住・在学の小学生とその保護者/10組(申込順) 田電話で、NPO法人すぎなみ環境ネットワーク 5941-8701(午前9時～午後5時)

環境教育インストラクター養成セミナー 8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後5時(5日は3時まで。全2回要出席)/高井戸地域区民センター/区内在住・在勤・在学の方/30名(申込順) 田7000円/ 田電話・ファクス(12面記入例)で、NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 3392-0606(午前10時30分～午後4時30分)

美術のひろば 女子美術大学付属ワークショップ 8月6日(月)・7日(火)午前9時30分～午後3時30分/女子美術大学付属高等学校・中学校(和田1丁目)/小中学生/ 田同校ホームページから7月25日までに申し込み/ 田同校事務局 5340-4541/詳細は同校ホームページ参照

シルバー人材センター ◆リサイクル自転車の販売 7月17日(火)～19日(木)午前11時～午後4時(販売初日は午前9時30分から整理券配布)/リサイクル自転車作業所(永福2丁目)/販売価格=6700円~/ 田リサイクル自転車作業所 3327-2287

◆夏休みこそ勉強しよう「小中学生のための夏期学習教室」 前期=8月1日(水)～3

日(金)・6日(月)・7日(火)▶後期=20日(月)～24日(金)①午前9時30分～11時30分=小学3・4年生②午後1時15分～3時15分=中学生③4時～6時=小学5・6年生▶中期=13日(月)～17日(金)④午前10時～正午=中学生/同センター荻窪分室/①③国語・算数・読書感想文②④英語・数学/教師・塾講師経験のあるシルバー人材センター会員/区内公立学校に通う小学3年生～中学生/各10名程度(申込順) 田①③各5760円②7250円④5820円/ 田電話・ハガキ(12面記入例)に、学校名・学年、保護者氏名(フリガナ)も書いて、7月17日(必着)までに同センター荻窪分室(〒167-0051荻窪2-29-3 3220-9804)

税金なんでも相談会 7月11日(水)午後1時～4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/ 田電話で、東京税理士会荻窪支部 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 税理士による相続税無料相談会 7月21日(土)午前9時30分～午後1時/東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目)/ 田電話で、7月20日までに東京税理士会杉並支部 3391-1028/1人40分程度 相続・離婚・金銭問題等書類・手続無料相談会 7月23日(月)午後1時～4時/庚申文化会館(高円寺北3丁目)/区内在住・在勤・在学の方/ 田東京都行政書士会杉並支部 0120-567-537