

まちを彩る「学び」の力

すぎなみ地域大学

10～12月開講講座の新規受講生を募集します

すぎなみ地域大学で、まちに踏み出すきっかけを作ませんか。

—— 問い合わせは、地域課地域人材育成係 ☎3312-2381へ。

公開講座

すぎなみ地域大学&杉並ボランティアセンター共同開催

チャレンジ! ボランティア特別企画

「ボランティアってなんだ?」

📅 10月17日(土)午後1時30分～4時30分 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16)
 内容 講演「ボランティアの語源、知っていますか?～興味から地域と関わる!」、座談会「ボランティアのきっかけとその楽しみ方」 認定NPO法人JUON NETWORK 理事・鹿住貴之 定員30名(申込順) 電話で、地域課地域人材育成係



講座一覧

| 講座名 | 日時・場所・対象(※)・定員(抽選)・費用 | 応募締め切り日(必着) |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 地域活動基礎コース | | |
| まちへの興味関心を深めよう まちを知る!大人の自由研究 | 📅 10月29日(木)、11月5日(木)・12日(木)・26日(木)、12月10日(木)午後6時30分～9時(計5回) 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13) 定員12名 | 10月8日 |
| 地域活動実践コース | | |
| みどりいっぱい杉並に! みどりのボランティア講座 | 📅 10月30日(金)、11月6日(金)・27日(金)、12月11日(金)、3年1月15日(金)、2月12日(金)午後1時30分～4時30分(11月6日のみ午後1時～4時。計6回) 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13)ほか 定員18名 | 10月11日 |
| まちの魅力を再発見! 区民ライター講座 | 📅 11月27日(金)、12月4日(金)・11日(金)、3年1月9日(土)・23日(土)、2月6日(土)午前9時30分～午後1時(12月12日～22日のいずれかに実習を1日実施。計7回) 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13)ほか 対基本的なパソコン操作ができる方 定員18名 費3500円 | 11月5日 |
| 小学校で、英語活動のお手伝い 日本人英語指導助手養成講座 | 📅 10月6日(火)・12日(月)・28日(水)、11月6日(金)・11日(水)・20日(金)・24日(火)、12月8日(火)午前9時30分～午後0時30分(12月8日は午後1時まで。計8回) 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13) 対英検2級程度またはTOEIC600点程度の語学力(推奨)があり、基本的なパソコン操作ができる方 定員18名 費4000円 | 9月14日 |
| 公的な資格を3日間で取得しませんか? 福祉車両運転協力員講座 | 📅 10月18日(日)午前10時～午後4時50分・25日(日)午前9時30分～午後4時30分、11月1日(日)午前9時30分～午後5時30分(計3回) 場 区役所分庁舎(成田東4-36-13)ほか 対おおむね68歳未満で、普通自動車運転免許取得後3年以上経過した方 定員18名 費1500円 | 9月27日 |
| いざという時の自信につなげよう! 救急協力員講座 | 📅 ①10月25日(日)②12月12日(土)午前9時～午後0時15分 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 対救命技能認定証を持っていない16歳以上の方 定員各12名 費各500円 | ①10月4日 ②11月23日 |
| 大切な人の、いのちを守る 救急協力員指導者講座 | 📅 11月21日(土)～23日(祝)午前9時～午後5時(計3回) 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 対応急手当普及員認定証を持っていない16歳以上の方 定員12名 費1500円 | 11月1日 |

※いずれも区内在住・在勤・在学の方。

すぎなみ地域大学への申し込み方法

☎はがき・ファクス・Eメール(10面記入例)に受講動機と修了後の活動目標、在勤・在学の場合は勤務先・学校名も書いて、地域課地域人材育成係(〒166-0015成田東4-36-13 ☎3312-2387 ✉tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp)。またはすぎなみ地域大学ホームページ(右2次元コード)から申し込みます 他講座の詳細等は、募集案内(駅の広報スタンド、区役所、区民事務所、図書館等で配布)参照



交流自治体からのお知らせ



| 自治体 | 催し名 | 日時・場所・内容 | 問い合わせ |
|------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 山梨県 忍野村 | 写真展 | 📅 8月24日(月)～28日(金)午前8時30分～午後5時(24日は午後1時から。28日は午後3時まで) 場 区役所2階区民ギャラリー 内容 忍野村で撮影された富士山「忍野富士」の写真を展示 | 文化・交流課 |
| 北海道 名寄市 | とうもろこしまつり | 📅 9月7日(月)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了) 場 区役所中杉通り側入り口前 内容 とうもろこし、大福、おかきの販売 他 買い物袋持参 | |

※混雑時は人数制限あり。

文化・芸術活動事業者向け

杉並区新しい芸術鑑賞様式助成金(第2期)募集を開始します

3密を防ぐ等の新型コロナウイルス感染症対策を講じて区内で実施する文化・芸術活動事業に対し、事業に係る経費の一部を助成します。

対象者 以下のいずれかに該当する方

- ①区内在住の個人、または区内に活動拠点がある団体で、平成31年4月1日～令和2年6月17日に区内外で広く一般公衆に観賞させることを目的とした公演や展示会等の事業実績があること
- ②住所や活動拠点がどこかを問わず、個人または団体で平成31年4月1日～令和2年6月17日に区内で広く一般公衆に観賞させることを目的とした公演や展示会等の事業実績があること

助成額と予定件数 1事業当たり上限30万円(第2・3期合わせて300件程度を予定) ※第1期承認事業者による申請または同一申請者による複数の申請不可。

事業対象期間 3年3月31日まで

申請書類 区ホームページから取り出せます

受付期間 8月17日～9月4日(必着) ※第3期は9月末頃開始予定。

☎文化・交流課文化振興担当



地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

コミュニティー通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)。
★は、地域の団体との協働事業です。

毎月15日号に掲載

西荻地域区民センター協議会

〒167-0043上荻3-29-5杉並会館地下1階 ☎3301-0815
<http://nisiogi-center.sakura.ne.jp/wp/>
講演会「基礎から学ぶ遺言・相続のいろは」★
 遺言、相続の基本的な知識と自筆証書遺言保管方式の具体策を解説します。
 9月26日(土)午前10時～正午 場 西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師 司法書士・小関研太郎、榎下健、河井正人 定20名(抽選) 往復はがき(10面記入例)で、9月1日(必着)までに同協議会 他筆記用具持参。長寿応援対象事業▶共催=東京司法書士会杉並支部



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/>
パネル展「荻窪の記憶Ⅲ～南荻窪・宮前100年の歴史」
 昭和初期に郊外住宅として発展した南荻窪と武蔵野の新田開発を担った宮前地区の歴史を取り上げます。
 9月5日(土)～11月8日(日)午前9時～午

後9時(9月14日(月)・20日(日)・28日(月)、10月12日(月)・20日(火)・26日(月)を除く) 場 同センター 定8月23日(日)まで郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内)で先行展示あり
「おくのほそ道」を旅する
 9月9日(水)・23日(水)・30日(水)、10月7日(水)午後2時～4時(計4回) 場 同センター 師 林誠司 定30名(抽選) 費200円 往復はがき(10面記入例)で、8月30日(必着)までに同協議会
南荻窪まち歩き
 9月19日(土)午前10時～正午 場 集合=同センター 師 松井和男 定15名(抽選) 費100円 往復はがき(10面記入例)で、9月7日(必着)までに同協議会

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/>
愛を知る者のみ笑いがある「愛の哲学と艶笑落語」
 9月20日(日)午後2時～4時 場 同センター 師 第一部=愛の哲学を解説(法政大学講師・伊藤直樹)▶第二部=艶笑落語4席の口演(杉並江戸落語研究会会員) 定40名(抽選) 往復はがき(10面記入例)で、9月10日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

高円寺地域区民センター協議会

〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6614
<http://www.koenji-kyogikai.org/>
お茶に親しむ
 9月5日(土)・12日(土)午後2時～4時(計2回) 師 高瀬宗廣 定12名(抽選) 費500円 往復はがき(10面記入例)で、8月24日(必着)までに同協議会
ピラティス～姿勢を整えて、見た目年齢マイナス10歳
 9月11日(金)・25日(金)午後1時30分～3時30分(計2回) 師 植吉紘子 定20名(抽選) 費1回100円(保険料) 往復はがき(10面記入例)で、8月27日(必着)までに同協議会



…… いずれも ……
 場 高円寺地域区民センター 他長寿応援対象事業

永福和泉地域区民センター協議会

〒168-0063和泉3-8-18 ☎5300-9412
<https://member.sugi-chiiki.com/eifuku-izumi/>
スマホを使ってLINEの基本操作を学びましょう
 9月25日(金)午後3時～5時 師 NPO法人竹箒の会 定20名(抽選) 他スマートフォンは講師が用意



…… いずれも ……
ハンドケアでステイホームの心と体の疲れを癒そう
 9月29日(火)午前10時30分～正午・午後1時30分～3時 師 リンパハンドケアセラピスト・竹内喜美子、荻野直美 定各10名(抽選)
 場 永福和泉地域区民センター 区内在住・在勤・在学の方 往復はがき(10面記入例)で、9月10日(必着)までに同協議会 他長寿応援対象事業

8月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

発見! なみすけマンホール～前編



まちの至る所にありながらも、普段は特に意識して見ることのないマンホール。実は今、そんなマンホールに熱い視線が注がれています。今回は「なみすけ」と区内のイベントや史跡を組み合わせた「デザインマンホール」をご紹介します。



● 視聴方法 ●

- ・YouTube杉並区公式チャンネル
- ・J:COM東京 地上デジタル11ch(午前9時、午後8時から毎日放送)



区民が創る情報サイトすぎなみ学倶楽部



杉並区内に現存する防空壕

Sさん宅には、昭和18年に祖父が家族のために造った防空壕が残っています。頑丈な構造で、一時的に避難するというより籠城できるような地下室です。実際に大空襲を受けて一帯が焼け野原になったとき、この防空壕へ逃げ込み助かっています。

詳しくは

すぎなみ学 防空壕



または



場 産業振興センター観光係 ☎5347-9184

9月6日(日)開催

杉並区・中野区 保育のおしごと就職相談・面接会



杉並区・中野区内の民間保育事業者(20社程度)が参加します。

セミナー「保育のおしごと入門編」

9月6日(日)午後1時～2時 師 東京都保育人材・保育所支援センター保育人材コーディネーター 定25名(申込順) 往8月21日から電話で、産業振興センター就労・経営支援係

就職相談・面接会

9月6日(日)午後1時30分～4時30分▶受け付け=1時～4時 他面接を希望する方は、履歴書を複数持参。無資格求人あり。求人情報は、ハローワーク新宿 <https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku.html>に8月中旬から掲載予定

…… いずれも ……

場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 場 産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 他生後6カ月～就学前の託児あり(定員あり〈申込順〉)。電話で、8月21日～31日までに保育課保育園運営係▶主催=杉並区・中野区・ハローワーク新宿

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

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

① 感染症防止対策

区立施設・区事業を段階的に再開しています。利用者・参加者の皆さんも下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛
- マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンスの十分な確保
- 室内の定期的な換気
- 大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

催し

科学展示 夜空の星々～宇宙からの光
 8月18日(火)～26日(水)午前10時～午後5時
 場 セシオン杉並 (梅里1-22-32)
 司 小柴昌俊博士とニュートリノ天文学、名寄の星空写真、国立天文台三鷹「宇宙からの光」
 問 社会教育センター ☎ 3317-6621

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

9月5日(土)午前9時～午後5時
 場 ゆうゆう高円寺南館 (高円寺南4-44-11)
 司 職業紹介士・橋詰信子ほか
 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方
 申 問 電話・ファクス・Eメール (記入例) で、ゆうゆう高円寺南館 ☎ 5378-8179
 ✉ takebouki_suginami@tempo.ocn.ne.jp 他 1人45分程度



保育士との交流会

9月8日(火)午後1時～2時
 場 玉成保育専門学校 (松庵1-9-33)
 対 保育現場での勤務を考えている方
 定 50名 (申込順)
 申 問 ファクス・Eメール (記入例) で、8月28日までに保育課 保育園運営係 ☎ 5307-0688
 ✉ hoiku-unei@city.suginami.lg.jp 問 同係

講演・講座

男女平等推進センター講座 「男の育休塾①②」

男性の育休を軸として、男性の家庭進出の必要性や家庭と仕事の在り方を学びます (全3回のうち2回)。

時 内 師 ①9月13日(日) = 僕も育休とっていいですか? (NPO法人ファザリング・ジャパン 塚越学 <右写真>、Respect each other代表・天野妙) ②27日(日) = 出産でパートナーの僕にできること (NPO法人育児サポートdouce. 理事・難波直子) / いずれも午前10時～正午
 場 ①高井戸地域区民センター (高井戸東3-7-5) ②浜田山会館 (浜田山1-36-3)
 対 夫婦 (1人でも参加可) 定 各25名 (申込順)
 申 みらい子育て全国ネットワーク申し込みサイト <https://ikukyujuku.peatix.com> から申し込み 問 同団体 ☎ 080-4337-7936 他 1回でも申し込み可。生後7カ月～就学前の託児あり (定員あり。各回10日前までに申し込み)



男性料理教室「夏の疲労回復に豚とトマトのサッパリ丼はいかが?」

9月14日(月)午前9時30分～午後0時30分
 場 高齢者活動支援センター
 対 献立 = 豚トマ丼、じゃがいものチーズ焼き、変わりちくわサラダ、もずく汁
 司 すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・奥本典子 対 区内在住の60歳以

はがき・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☑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。

※往復はがき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) | 1人1枚 |
| 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) | |

【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が中止または延期になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。

上の男性 定 25名 (抽選) 費 700円 (保険料含む) 申 往復はがき (記入例) で、8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) 問 同センター ☎ 3331-7841 他 エプロン・三角巾・布巾・筆記用具持参

図書館で話そう 「心に気づくマインドフルネス入門」

9月14日(月)午前10時～正午
 場 西荻図書館 司 産業カウンセラー・若林理
 対 区内在住・在勤・在学の方 定 10名 (申込順) 申 問 電話または直接、9月13日までに西荻図書館 (西荻北2-33-9) ☎ 3301-1670 他 動きやすい服装で参加 ▶ 主催 = NPO法人ほっとハート心の健康づくり推進会

杉並チャレンジ! 新フレイルチェックイベント

9月11日(金)午後1時30分～2時50分
 場 荻窪保健センター (荻窪5-20-1)
 対 講義「いつまでも元気であるために、今だからこそフレイル予防」、非接触での身体能力測定 対 区内在住・在勤の方 定 10名 (申込順) 申 問 8月17日から電話で、杉並保健所健康推進課 ☎ 3391-1355 他 飲み物・タオル持参

女性と若者のための創業セミナー

10月3日～31日の毎週土曜日、午前10時～午後1時 (全5回要出席)
 場 産業振興センター (上荻1-2-1 Daiwa 荻窪タワー2階) 対 起業の心得、人材育成、資金計画の基礎、IT・SNSによる販路開拓、資金調達、事業計画の作

り方、事業計画発表・ワークショップ 師 キャリア・ママ代表取締役 堤香苗ほか 対 区内で創業を目指す女性、若者 定 20名 (申込順) 申 問 電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎ 5347-9077 他 筆記用具・電卓持参。生後7カ月～6歳の託児あり (定員あり。各開催日の10日前までに同係)

①休日パパママ学級②休日母親学級

① 10月4日(日)・17日(土)・18日(日) ② 10月18日(日) / いずれも実施時間はお問い合わせください
 場 杉並保健所 (荻窪5-20-1) 対 ①お産の進み方、産後の心の変化ほか (各回10組) ②妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳の話、産後の話、地域の子育て情報ほか (22名) 師 助産師ほか 対 区内在住の初産で①開催日現在妊娠24週～36週6日のカップル ②平日の母親学級への参加が困難な方 (パートナーとの参加不可) 申 杉並区休日パパママ学級・休日母親学級 https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/ から9月5日までに申し込み 問 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 結果は9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。持ち物は決定通知を参照。車での来場不可。

家族介護教室

◆「人生の集大成」を支援する医療とケアについて

8月26日(水)午後2時～3時30分
 場 浴風会 (高井戸西1-12-1) 師 浴風会病院内科医師・佐藤純一 対 区内在住・在勤の方 定 20名 (申込順) 申 問 電話で、ケア24高井戸 ☎ 3334-2495

◆楽しく脳を活性化「シナプソロジー体験会」

認知機能の低下を予防するプログラム「シナプソロジー」を体験しましょう。
 9月11日(金)午後2時～3時30分
 場 ケア24善福寺 (西荻北4-31-11) 師 シナプソロジーインストラクター・米本康二、兵庫さとみ 対 区内在住・在勤の方、介護が必要な高齢者の家族・援助者 定 5名 (申込順) 申 問 電話で、ケア24善福寺 ☎ 5311-1024

◆フレイル予防～楽しく体操の輪

9月25日(金)午前10時～11時30分
 場 産業商工会館 (阿佐谷南3-2-19) 師 体操講師・菊池利子、杉並区社会福祉協議会職員 対 区内在住・在勤の方 定 30名 (申込順) 申 問 電話で、ケア24成田 ☎ 5307-3822

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、☑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 |
|--------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------|
| 西荻北館 (西荻北2-27-18) ☎ 3396-8871 | 新感覚の「パステルアート」を楽しもう | 毎月第2火曜日、午後1時30分～3時 定 各15名 (申込順) 費 1回600円 |
| 下高井戸館 (下高井戸4-19-6) ☎ 3302-2161 | 郷土を学び語り合い、訪ね歩いてみよう | 毎月第2日曜日、午前10時～11時30分 師 小島智 定 各15名 (申込順) 費 1回500円 |
| 阿佐谷館 (阿佐谷北2-18-17) ☎ 5364-9360 | 美しく魅力ある日本画を一緒に描いてみませんか | 毎月第2土曜日、午後1時30分～4時30分 定 各16名 (申込順) 費 1回800円 |
| 高井戸西館 (高井戸西1-17-5) ☎ 3332-1076 | 初心者のための「元気の出るヨガ」 | 毎月第2・4日曜日、午後2時～3時30分 定 各15名 (申込順) 費 1回500円 |
| 西田館 (荻窪1-57-4) ☎ 3391-8747 | 身近な物で作る、ファスナー付き簡単おしゃれポーチ | 毎月第4水曜日、午後2時～4時 定 各10名 (申込順) 費 1回300円 (別途材料費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。いずれも長寿応援対象事業。

荻窪保健センター

◆介護予防講演会「『新たな生活様式』の中での介護予防・フレイル予防」
 9月8日(火)午前10時～正午 場座・高円寺(高円寺北2-1-2) 師東京都健康増進事業支援室研究部長・大淵修一
 区内在住・在勤の方 定100名(申込順) 申電話・ファクス(10面記入例)で、8月17日～28日に同センター
 他手話通訳あり(事前申込制)

◆足腰げんき教室 **シニア**
 時場定下表のとおり 師健康運動指導士 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 申はがき(10面記入例)に番号・希望場所(1カ所)も書いて、8月31日(必着)までに同センター 他飲み物・タオル・お持ちの方は「はつらつ手帳」持参

| 番号 | 場所 | 日時(全4回要出席) |
|----|-----------------------|-----------------------------------------------------|
| 13 | 杉並保健所(荻窪5-20-1) | 10月2日(金)・12日(月)・16日(金)・26日(月)午後1時30分～3時30分 定11名(抽選) |
| 14 | 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) | 10月6日～27日の毎週火曜日、午前9時30分～11時30分 定15名(抽選) |
| 15 | 新泉サナホーム(和泉1-44-19) | 10月6日～27日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分 定10名(抽選) |

◆「ウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命 **シニア**
 9月10日(月)・12日(水)・19日(月)午前10時～正午(全3回要出席) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 定15名(抽選) 申はがき(10面記入例)で、9月10日(必着)までに同センター 他筆記用具・飲み物・お持ちの方は「はつらつ手帳」持参。ウォーキング記録ノートを差し上げます。長寿応援対象事業



………… いずれも ………

場荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015 ☎3391-1926)

環境活動推進センター

◆すぎなみの昆虫探検 どんな虫が住んでいるかな

9月6日(日)午前10時～正午 場都立和田堀公園(大宮2-23) ▶集合=都立和田堀公園内ひょうたん池と釣り堀(武蔵野園)の間の広場 師杉並区自然環境調査員・宮内隆夫 区内在住・在勤・在学の方(5歳以上。小学4年生以下は保護者同伴) 定16名(抽選) 費100円(保険料) 申往復はがき・Eメール(10面記入例)で、8月24日(必着)までに同センター 他長袖・長ズボン・歩きやすい靴で、帽子・飲み物持参。要防虫対策

◆布ぞうり作り
 9月12日(土)午前9時30分～午後1時40分 場同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(抽選) 費1000円 申往復はがき・Eメール(10面記入例)で、8月25日(必着)までに同センター 他飲み物持参。長寿応援対象事業

◆手縫いで帽子作り(さわやかなソフト帽)
 9月19日(土)・26日(土)午前10時30分～午後0時30分(計2回) 場同センター 区内在住・在勤・在学の方 定10名(抽選) 費1500円 申往復はがき・Eメール(10面記入例)で、8月25日(必着)までに同センター 他筆記用具・裁縫道具・飲み物持参。長寿応援対象事業

◆善福寺川感謝祭1～川ごみ拾い
 遅野井川親水施設で清掃を行います。 9月19日(土)午後1時30分～3時(雨天中止) 場①善福寺公園上の池まわりと遅野井川親水施設②同公園下の池まわりと新町橋復旧 ▶集合・解散=同公園下の池あずまや前 師東京都環境学習リーダー・境原達也、環境カウンセラー・浅岡八枝子ほか 区内在住・在勤・在学の小学4年生以上の方 定30名(申込順) 費100円(保険料) 申電話・Eメール(10面記入例)で、9月12日までに同センター 他タオル・軍手またはゴム手袋、お持ちの方はトング①はウォーターシューズ(サンダル等は不可)・着替えも持参。川には入りません



◆夜の生きもの観察会 五感をすまして感じてみよう

9月25日(金)午後6時30分～8時30分 場集合=都立和田堀公園内ひょうたん池と釣り堀(武蔵野園)の間の広場 師プロ・ナチュラリスト 佐々木洋 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16名(抽選) 費100円(保険料) 申往復はがき・Eメール(10面記入例)で、8月24日(必着)までに同センター 他長袖・長ズボンで、懐中電灯持参。要防虫対策

………… 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 ☎kouza@ecosuginet.jp)

就労支援センター

◆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
 9月5日(土)午前10時～11時 区求職中の方 定8名(申込順) 他当日参加可

◆分かり合うためのコミュニケーション術～自身のタイプを知り・活かす
 9月7日(月)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8名(申込順)



◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

9月9日(水)午前10時～11時30分 区求職中の方 定8名(申込順)

◆求職者のためのパソコンセミナー①ワード基礎②エクセル基礎

9月14日(月)②28日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・小林理佳、深井妙子 区①54歳以下で求職中の方

②44歳以下で求職中の方 定各7名(申込順)



◆IT業界への就職メリットと未経験から専門スキルを得るトレーニング法

9月15日(火)午後1時～3時 師パーソルテクノロジースタッフ・西山幸佑 区おおむね29歳以下で求職中の方 定8名(申込順)

………… いずれも ………

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

スポーツ

競技大会

区民体育祭

◆太極拳交流大会

10月3日(土)午前9時30分～午後0時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学の方 定100名(申込順) 申ファクス・Eメール(10面記入例)で、9月25日までに区太極拳連盟・下川 ☎3391-3515 ☎yawaragiwushu@gmail.com 場下川 ☎3391-3515 他運動のできる服装で、上履き持参。当日参加可

スポーツ教室

弓道一般講習会

9月20日(日)午後1時30分～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・在学の高校生以上で弓道経験者 定30名(抽選) 申往復はがき(10面記入例)に段位も書いて、9月5日(必着)までに区弓道連盟・佐藤多紀(〒168-0065浜田山1-18-6) 場佐藤 ☎090-1858-4240(午前10時～午後5時) 他弓道着着用

民営化宿泊施設の休業について

民営化宿泊施設の「富士学園」、「弓ヶ浜クラブ」は、新型コロナウイルス感染症拡大等の影響により、下記の期間中休業となります。

| 施設名 | 休業期間 |
|--------|-----------------|
| 富士学園 | (現在休業中)～3年3月31日 |
| 弓ヶ浜クラブ | 9月1日～3年3月31日 |

※「コニファーいわびつ」は通常どおり営業します。

場区民生活部管理課

情報ぽけっと

申し込みは、各団体へ

講演・講座

石けん作り体験 9月4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) 申電話で、NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5941-8701(水曜日を除く)

税理士によるそこが知りたかったシリーズ 会社を強くする節税手法 9月11日

(金)午前9時30分～11時30分/産業商工会館/東京税理士会杉並支部所属税理士/区内在住・在勤の方/20名(申込順) 2000円/申電話で、9月8日までに杉並法人会 ☎3312-0912/筆記用具・電卓持参

認知症サポーター養成講座 9月12日(土)午前10時～11時30分/SOMPOケア(阿佐谷南1丁目)/キャラバン・メイトほか/区内在住・在勤の方/15名(申込順) 申電話で、ケア24成田 ☎5307-3822/終了後、認知症サポーターの証し「オレンジリング」を差し上げます

もしものために準備しよう「準確定申告説明会」 9月15日(火)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分/杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目)/同会職員/区内在住・在勤で個人事業を営む方/各回10名(申込順) 申電話で、9月14日までに同会 ☎3393-2831/長寿応援対象事業

その他

税金なんでも相談会 9月8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) 申電話で、9月7日までに同支部 ☎3391-1028/1人40分程度

土曜無料公証相談 10月3日(土)午前9時

30分～午後0時30分/杉並公証役場(天沼3丁目)/遺言、離婚、尊厳死宣言、任意後見、贈与、金銭貸借、弁済、示談などの公正証書の作成に関する相談/区内在住・在勤の方/申電話・ファクス(10面記入例)で、10月2日午後5時までに杉並公証役場 ☎3391-7100 ☎3391-7103/1人45分程度

自衛官等募集 種目=①航空学生、一般曹候補生②防衛医科大学校看護学生③医学科学生④自衛官候補生 ▶受け付け=①9月10日まで②10月1日まで③10月7日まで④通年/場自衛隊高円寺募集案内所 ☎3318-0818/詳細は、お問い合わせください