

# イベントひろば EVENT PLAZA

## ① 感染症防止対策

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、声援が生じる活動の自粛

## 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、各記事の申込でご確認ください。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)
- 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

## 【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。



## 催し

### 農業公園「麦踏み体験」

1月23日(日)午後2時～3時 (雨天・残雪中止) 場 成田西ふれあい農業公園 (成田西3-18-9) 定 20名 (先着順) 問 産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136 備 長靴または汚れてもいい靴・服装で参加。小学生以下は保護者同伴

### シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

2月12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) 師 相談員・久野哲、小川裕子ほか 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 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

### 高次脳機能障害者の家族交流会

2月19日(土)午後1時30分～3時30分 場 杉並障害者福祉会館 (高井戸東4-10-5) 対 高次脳機能障害者の家族 定 15名 (申込順) 申 電話・ファクス(記入例)で、2月4日までに障害者生活支援課地域生活支援担当 ☎3332-1817 FAX 3332-1826 他 協力 = 杉並高次脳機能障害者家族会クローバー

### 家読してみませんか?

家読とは、本の感想などをノートに書いて、家族で共有し絆を深めることです。皆さんのノートを展示します。3月8日(火)～4月3日(日)午前9時～午後8時 (日曜日・祝日は5時まで。休館日を除く) 場 高井戸図書館 (高井戸東1-28-1) 問 募集 = 家読ノート (同館で配布) を、3月6日までに同館へ持参 (展示後フィルムをかけて返却) 問 同館 ☎3290-3456

### 郷土博物館

#### ◆年中行事「節分」

1月30日(日)午後2時～2時30分 内 豆まき、紙芝居の口演 ▶ 出演 = 杉並昔話紙芝居一座「すかい」

#### ◆年中行事「初午」

五穀豊穰などを祈って、古民家の庭にあるお稲荷様を祭り、区内の初午行事について紹介します。2月5日(土)～10日(木)午前9時～午後5時



### ◆昔の生活・遊びを体験しよう!

2月5日(土)・6日(日) = 昔の遊びを楽しもう! ▶ 12日(土)・13日(日) = 昔の洗濯やアイロンを体験しよう! / いずれも午後2時～4時 備 小学2年生以下は保護者同伴

…… いずれも ……

場 郷土博物館 (大宮1-20-8 ☎3317-0841) 費 100円 (観覧料。中学生以下無料) 他 月曜日、毎月第3木曜日 (祝日の場合は翌日) は休館

## 講演・講座①

### 薬の上手な使い方と薬局との付き合い方～かかりつけ薬局、薬剤師

家族介護教室です。1月28日(金)午後1時30分～3時 場 永福和泉地域区民センター (和泉3-8-18) 師 杉並区薬剤師会・高橋裕久子 対 区内在住・在勤の方 定 20名 (申込順) 申 電話で、ケア24堀ノ内 ☎5305-7328

### 短歌講演会「和歌にみる親子の心～親思ふこころにまさる親心」

1月30日(日)午後2時～3時30分 場 南荻窪図書館 師 古典文学研究家・入谷いずみ 対 中学生以上の方 定 16名 (申込順) 申 電話または直接、南荻窪図書館 (南荻窪1-10-2 ☎3335-7377)

### 「観光以上、移住未満」の地方との関わり方 すぎなみ会議

2月6日(日)午後2時～4時30分 場 オンラインで実施 内 第1部 = 交流自治体による「少しディープなプレゼンテーション」 ▶ 第2部 = ゲストトークセッション「地方とつながるヒント～地方とのつながりから考える自分らしい暮らし方・働き方」 申 東京共同電子・申請届出サービス (区ホームページ同講座案内にリンクあり) から申し込み。または電話で、文化・交流課地方創生担当 ☎5307-0750 / 申込締め切り日 = 2月4日

### シニア生涯ワーキングセミナー

2月7日(月)午後1時～3時45分 場 ウェルファーム杉並 (天沼3-19-16) 内 第1部 = これからのライフプランニング (社会保険労務士・高橋美紀) ▶ 第2部 = シニア世代の再就職の現状と考え方 (東京しごとセンターシニアコーナー職員) 対 55歳以上 (開催日時点) で就職活動中・予定の方 定 20名 (申込順) 申 1月17日から電話で、予約専用ダイヤル ☎5256-6200 (月～金曜日午前9時～午後5時) 問 東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335 他 共催 = 東京しごとセンター



### 介護者ひろば～ケアマネジャーへ上手に相談するヒント

2月7日(月)午後1時30分～3時30分 場 区役所第4会議室 (中棟6階) 師 NPO 法人となりのかいご 代表理事・川内潤 (右上写真) 対 区内在住・在勤の方 定 40名 (申込順) 申 電話で、高齢者在宅支援課地域包括ケア推進係 ☎5307-0330

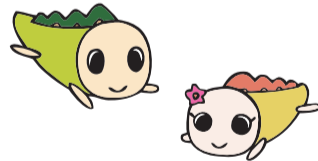


### 感染症にかかりやすい人・かかりにくい人

2月10日(木)午後2時～3時30分 場 永福和泉地域区民センター (和泉3-8-18) 師 日本免疫研究会常務理事・前田美恵子 対 区内在住・在勤・在学の方 定 40名 (申込順) 申 電話で、2月9日までに高井戸保健センター ☎3334-4304

## ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、対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	日時等
高円寺南館 (高円寺南4-44-11 ☎5378-8179)	間々田メソッドによる顔体操で全身元気	1月27日から毎月第2・4木曜日、午後1時30分～3時 定 各15名 (申込順) 費 各500円
永福館 (永福2-4-9 ☎3321-6632)	はじめてのウクレレ/初心者向けウクレレ講座	毎月第2・4日曜日、午前9時30分～11時 定 10名 (申込順) 費 1回1000円
四宮館 (上井草2-28-3 ☎3396-7692)	書 書の盆栽	1月31日(月)午後1時30分～3時30分 師 三宅友子 定 10名 (申込順) 費 1500円
桃井館 (桃井1-35-2 ☎3399-5025)	ゆうゆう体操 どなたでも気軽に体調に合わせて	毎週火・木曜日、午前9時30分～10時30分・10時45分～11時45分 (第3木曜日を除く) 定 各15名 (申込順) 費 各300円
堀ノ内松ノ木館 (松ノ木2-38-6 ☎3315-7760)	フラワーアレンジメント	毎月第1火曜日、午後2時～3時30分 定 各10名 (申込順) 費 各800円 (別途材料費)
梅里堀ノ内館 (堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	3B体操講座	2月4日から毎月第1・3金曜日、午後2時～3時30分 定 各5名 (申込順) 費 各500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。

**幼児期に育みたい非認知能力とは～モンテッソーリ教育の考え方に学ぶ**

時2月15日(火)午前10時～11時30分 場オンラインで実施 師星美学園短期大学幼児保育学科教授・井出麻里子 区内在住で幼児の保護者 定40名(申込順) 申問電話で、2月8日までに学校支援課家庭・地域教育担当 ☎5307-0759。または東京共同電子申請・届出サービス(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み

**足腰げんき教室**

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(12面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、1月31日(必着)までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当(〒167-0051荻窪5-20-1) 同担当 ☎3391-0015 他お持ちの方は「はつらつ手帳」持参

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
28	JA東京中央城西支店(成田東5-18-7)	3月2日～23日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分 定15名
29	新泉サナホーム(和泉1-44-19)	3月1日～22日の毎週火曜日、午前9時30分～11時30分 定10名
30	高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	2月25日(金)、3月4日(金)・18日(金)・25日(金) 午後1時30分～3時30分 定15名

**ユネスコ料理教室「かんたん時短でイタリア料理を楽しもう」**

時2月19日(土)午前10時～午後1時30分 場高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 師イタリア料理研究家 ラウラ・グロッツェル 区内在住・在勤・在学の方 定20名(抽選) 費1200円 申往復はがき・Eメール(12面記入例)で、2月1日(必着)まで

に杉並ユネスコ協会(〒166-0011梅里1-21-15村松方 ☎sugiyu70@gmail.com) 同協会・水上 ☎3321-8771、社会教育センター ☎3317-6621 他エプロン・三角巾・お手拭き持参

**休日パパママ学級・休日母親学級**

**◆休日パパママ学級**

時3月5日(土)・12日(土)・20日(日) ▶午前=10時～11時30分 ▶午後=1時～2時30分・3時～4時30分 内お産の流れ、産後の心の変化、おむつ替えと抱っこの仕方(実習)、もく浴の仕方(デモのみ)ほか 区内在住の初産で開催日時点妊娠24週～36週6日のカップル 定各10組

**◆休日母親学級**

時3月13日(日)午後1時15分～2時30分・3時～4時15分 内妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳・産後の話、地域の子育て情報ほか 区内在住の初産で平日の母親学級への参加が困難な方 定各18名

…… いずれも ……

場子ども・子育てプラザ成田西(成田西3-10-38) 師助産師ほか 申ポピズプロフェッショナル ☎https://poppins-education.jp/parentsclass\_suginami/から2月7日までに申し込み 同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2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



**就労支援センター**

**◆ワークサポート杉並による実践コミュニケーショントレーニング**

時2月1日(火)午前10時～正午 師臨床心理士・嶋田陽介 区54歳以下で求職中の方 定18名(申込順)

**◆面接突破!実践セミナー～面接官の本音を解き明かし不安を解消する講座**

時2月4日(金)午後1時～4時 師キャリアコンサルタント・新井亨 区54歳以下で求職中の方 定18名(申込順)

**◆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2月5日(土)午前10時～11時 区求職中の方 定18名(申込順) 他当日参加可

**◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」**

時2月9日(水)午前10時～11時30分 区求職中の方 定18名(申込順)

**◆求職者のためのパソコンセミナー①エクセル応用②パワーポイント基礎**

時①2月14日(月)②28日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・深井妙子、日坂元娘 区54歳以下で求職中の方 定各9名(申込順)

**◆パソコンを使って簡単!適性・適職診断～変化の時代の自己分析**

時2月15日(火)午後1時30分～4時 師2級キャリアコンサルティング技能士・須田万里子 区49歳以下で求職中の方 定9名(申込順) 他1歳～就学前の託児あり(事前申込制。定員あり(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

**環境活動推進センター**

**◆和布で作るお雛様の壁飾り**

時2月3日(木)午後1時30分～3時30分

場同センター 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(抽選) 費600円 申電話・Eメール(12面記入例)で、1月24日までに同センター 他裁縫道具持参。長寿応援対象事業

**◆早春の野鳥観察会「すぎなみの野鳥のオアシスを散策しよう」**

時2月12日(土)午前10時～正午(荒天順延。予備日=2月13日(日)) 場集合=善福寺公園上の池ポート乗り場前 師野鳥図鑑画家・谷口高司、元日本野鳥の会東京支部長・西村真一 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40名(抽選) 費100円(保険料) 申往復はがき・Eメール(12面記入例)で、1月24日(必着)までに同センター

**◆ふるしきで包んで、結んで、おしゃれにエコしよう**

時2月26日(土)午前10時～正午 場同センター 師ふるしき文化研究家・善財裕美 区内在住・在勤・在学の方 定10名(抽選) 申往復はがき・Eメール(12面記入例)で、1月30日(必着)までに同センター

**◆講演会「気候変動問題のこれから～世代を超えて引き継ぐ出口は?」**

時3月5日(土)午後2時～3時30分 場オンラインで実施 師国立環境研究所地球システム領域副領域長・江守正多(右写真) 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定40名(申込順) 申Eメール(12面記入例)で、同センター



…… 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(水曜日を除く))

**農業者に学ぶ野菜作り!**

**農業体験農園の利用者を募集します**

農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までの農作業を体験でき、収穫した野菜は持ち帰れます。



—— 問い合わせは、産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136へ。

**農園概要**

場井草体験農園(井草5-16) 内利用期間=3月上旬～5年1月下旬(更新は農園主と相談) ▶募集区画=若干数(1区画約25.2㎡。抽選) ▶利用料=年4万9260円 区20歳以上で定期的に畑に来られる方(家族での参加も可) 他種・苗・肥料・農具は農園主が用意。特別な資材等を使う場合は別途料金。農業体験農園の管理・運営、栽培する作物の選定などは農園主が行います。車での来園不可

**申し込み**

往復はがき(12面記入例。1世帯1枚)で、1月31日(消印有効)までに井草体験農園農園主・井口明(〒167-0021井草5-8-10)

**抽選方法**

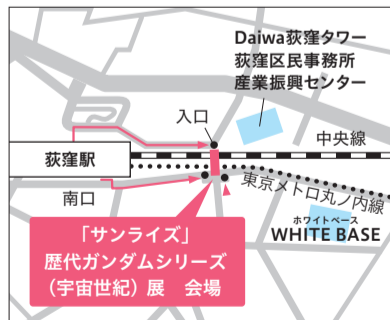
区の立ち会いのもと、農園主が抽選を行います。結果は2月上旬に申込者全員に通知します。当選者には、利用手続き会(2月18日(金)～20日(日)午前10時。いずれかに参加)の案内を送付します。

**中野×杉並×豊島アニメ・マンガフェス2021 in 杉並**

**「サンライズ」歴代ガンダムシリーズ(宇宙世紀)展**

**日程** 3月15日(火)まで

**場所** 荻窪地下道(荻窪5-30先)



3年10月に、アニメ制作会社「サンライズ」が荻窪に新しい拠点を構えたことを記念し、歴代ガンダムシリーズの中から宇宙世紀作品のビジュアルを掲示します。

場産業振興センター観光係 ☎5347-9184

※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。

あなたの知らないパラスポーツの世界

日本を代表するパラアスリートと匠のクロストーク

区内在住のパラリンピック関係者によるトークイベントです。パラリンピックの感動を振り返るとともに、お互いの種目の見どころや魅力、さらに私たち一人一人ができることは何かをテーマにお話を伺います。



時 2月23日(祝)午後1時30分～4時 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 臼井二美男、大西瞳、高田朋枝、井草貴文 定 60名(申込順) 申 電話・ファクス・Eメール(12面記入例)で、スポーツ振興課事業係 ☎5307-0693 ✉ sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp

講演・講座②

高円寺保健センター

◆今こそ知りたいネット・ゲーム依存～その重症化予防と回復のために

時 2月7日(月)午後2時～4時 場 コミュニティふらっと馬橋(高円寺南3-29-5) 師 周愛楽鴨クリニック部長・八木眞佐彦 対 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(申込順)

◆小児救急普及事業「新米パパママへ小児科医からのメッセージ」

時 2月10日(木)午後2時～3時30分 場 同センター 師 高円寺こどもクリニック・保田典子 対 区内在住の0歳児(第1子)とその保護者 定 15組(申込順)

申 電話で、高円寺保健センター(高円寺南3-24-15 ☎3311-0116)

杉並障害者福祉会館

◆聞こえの障害と要約筆記を知る講座

時 2月12日(土)午後2時～4時 対 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定 8名(抽選) 申 往復はがき(12面記入例)に在勤・在学の方は勤務先・学校

名も書いて、1月31日(必着)までに同会館運営協議会事務局

◆ポンダンス教室

時 2月27日(日)午後1時30分～3時 師 中村陽子 対 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定 16名(抽選) 申 往復はがき(12面記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、介助者の有無、手話通訳を希望の場合はその旨も書いて、2月3日(必着)までに同会館運営協議会事務局

申 電話または直接、同センター 場 同杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121)

高齢者活動支援センター

◆おりがみ講座「お雛様」

時 2月16日(水)午前10時～正午 師 日本折紙協会折紙講師・白石淳子 対 区内在住で60歳以上の方 定 15名(申込順) 費 300円 申 1月16日から電話または直接、同センター

◆親子孫3世代料理教室「簡単で華やかな洋風手まり寿司はいかが」

時 2月20日(日)午前10時～午後0時30分 対 メニュー=洋風手まり寿司、リ

ンゴの肉巻き焼き、カブのレモンしょうゆ、エノキと卵の澄まし汁、バナナのクリームあえ 師 すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・奥本典子 対 区内在住で60歳以上の方を含む親子孫3世代(5名まで。推奨年齢3歳以上) 定 20名(抽選) 費 1人500円(保険料を含む) 申 往復はがき(12面記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、1月22日(必着)までに同センター 他 エプロン・三角巾・布巾・上履き持参

…… いずれも …… 場 同高齢者活動支援センター(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

スポーツ

競技大会

都民体育大会予選会 バドミントン

時 2月23日(祝)=女子Cランク以下▶27日(日)=男子ABCランク、女子ABランク/いずれも午前9時 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対 種目=男性・女性ダブルス 対 区内在住・在勤・在学の方(女性は区内在クラブも可) 定 90組(申込順) 費 連盟未登録者1人2000円。登録者1人1500円 申 申込書(区体育施設で配布)を、2月2日(必着)までに区バドミントン連盟・山口由記子(〒168-0073下高井戸3-33-2)へ郵送 場 山口 ☎090-8491-5663

スポーツ教室

初心者弓道教室

時 2月14日～3月21日の毎週月曜日、午後1時30分～5時(計6回) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 定 20名(抽選) 費 3000円 申 往復はがき・Eメール(12面記入例)に経験の有無も書いて、1月23日(必着)までに区弓道連盟・佐藤多

紀(〒168-0065浜田山1-18-6 ☎yumi.kazusato2322@gmail.com) 師 佐藤 ☎090-1858-4240(午前10時～午後8時) 他 弓道具は貸し出しあり

障害者のためのわいわいスポーツ教室「スポーツデビュー」

時 3月5日(土)午前10時～11時 場 大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 対 区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害のある方とその介助者 定 10名(抽選) 申 申込書(スポーツ振興課事業係〈区役所東棟6階〉、福祉事務所、区立施設等で配布。区ホームページからも取り出せます)を、2月16日(必着)までに同係へ郵送・持参 場 同係 他 オンライン配信あり(詳細は、お問い合わせください)

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

時 2月2日(水)・9日(水)・16日(水)午前10時～10時50分=2歳児▶11時～11時50分=3・4歳児 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 定 各15組30名(申込順) 費 各1組520円(子育て応援券利用可)

◆年少サッカー教室

時 2月3日(木)・10日(木)午後3時20分～4時 対 区内在住・在勤(保護者)・在園で3年度4歳になるお子さん 定 各15名(申込順) 費 各730円

◆スマイルサッカー教室

障害の有無に関係なく一緒に楽しむサッカー教室です。時 2月24日(木)午後5時30分～6時40分 対 区内在学の小学生と走ることのできる障害児 定 20名(申込順) 費 620円

…… いずれも …… 場 同上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 師 FC東京普及部コーチ 申 電話または直接、同センター

1月15日発行 マイスportsすぎなみ
スポーツ教室などの関連情報は「マイSportsすぎなみ」をご覧ください。
対 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 ☎ https://sports-suginami.org/からもご覧になれます 場 同財団 ☎ 5305-6161

ご協力ください
書き損じはがきを集めています
杉並区民の手でネパールに学校を!
NPO法人チャイルド・ファンド・ジャパン
ネパールでは平成27年の大地震により多くの校舎が倒壊し、耐震性の高い校舎の建設が引き続き重要な課題となっています。また、新型コロナウイルスの感染予防のために清潔な水が使える手洗いの設置も重要です。不要になったはがきや切手が、ネパールの子どもたちへの支援に変わります。ぜひ、書き損じはがき(未投函のはがき)や切手をお送りください。
対 回収期間=2月28日まで(消印有効) ▶ 回収場所=コミュかるショップ(区役所1階) ▶ 郵送=NPO法人チャイルド・ファンド・ジャパンすぎなみ係(〒167-0041善福寺2-17-5) 場 同係 ☎3399-8123
世界中の恵まれない子どもたちに教育支援を
ユネスコ 世界寺子屋運動
世界には経済的な理由から、学校に通えない子どもや中途退学してしまう子どもがたくさんいます。書き損じはがきが募金となり教育支援(寺子屋運動)として使われます。区内施設に回収ボックスを置きますので、ご協力をお願いします(郵送も可)。
対 回収期間=3月20日まで ▶ 回収場所=区役所1階ロビー、各図書館、各地域区民センター(高円寺地域区民センターを除く) ▶ 郵送=杉並ユネスコ協会事務局(〒167-0031本天沼3-11-9国嶋方) 場 同事務局・国嶋 ☎3394-9482 他 郵送は随時受け付け

# すぎなみサイエンスフェスタ



実験や工作、展示を通して、科学の不思議さや面白さを感じる科学の祭典です。触れたり作ったりする「楽しさ」、達成する「喜び」、未知への「驚き」をあなたも体験してみませんか。——問い合わせは、すぎなみサイエンスフェスタ実行委員会事務局（社会教育センター内）☎3317-6621へ。

日時：3月6日 日 午後1時～4時

場所：旧杉並第四小学校（高円寺北2-14-13）

- ・内容は予告なく変更・中止する場合があります。
- ・駐車場はありません。公共の交通機関をご利用ください。
- ・記録用に撮影したイベントの写真を広報等に使用することがあります。
- ・参加者の付き添いは、最少人数となるようご協力ください。
- ・上履き、靴袋を持参してください。

申し込み：1月25日からすぎなみサイエンスフェスタホームページ（右二次元コード）から申し込み（ブースごと。申込順）



## 科学系団体・学校などが大集合！

- 野菜のたねの宝箱を作ろう！～野菜のたねは、どこにある？
- 鳥って不思議な生きもの「鳥の色塗り教室」
- 手のひら星空と宇宙に飛ばせ！キューブサット（人工衛星） など

## 今年もやります、オンライン

サイエンス動画をYouTubeにて順次公開しています！（3月31日まで）

- ・ホバークラフトで学ぶ、モノの運動のヒミツ
- ・宇宙にお願いごとが届く？～宇宙ポストのご紹介
- ・すぎなみの昆虫たち など

見に来てね！



## 杉並区在宅医療推進フォーラム

# 映画で考える在宅医療 映画「ピア～まちをつなぐもの～」 オンライン上映

今は元気でも、自分や家族に在宅医療が必要となる時がいつか来るかもしれません。今年度の在宅医療推進フォーラムは、オンラインで映画を上映します。「いつか」のために、映画を通して在宅医療について、家族や友人と一緒に考えてみませんか？

配信期間＝2月16日(水)午前10時～22日(火) 場オンラインで実施 画「ピア～まちをつなぐもの～」(バリアフリー日本語字幕) 画区内在住・在勤・在学の方 画200名(申込順) 画区ホームページ(右二次元コード)から、1月17日～2月2日に申し込み 画在宅医療・生活支援センター在宅医療・介護連携推進係☎5335-7317



## 区の後援・その他の催し・講座など 情報ぽけっと 申し込みは、各団体へ

**催し**  
杉並ウインドハーモニーアンサンブル 定期演奏会 2月6日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/出演＝金澤建一(指揮)▶曲目＝「グローバル・バリエーション」ほか/1190名(先着順)/画同団体・金澤☎6677-6214

シェルム弦楽四重奏団東京公演2022 2月27日(日)午後2時～3時30分/杉並公会堂/出演＝木野雅之ほか▶曲目＝モーツァルト弦楽四重奏曲第7番ほか/178名(申込順)/前売り3000円ほか/画販売窓口＝チケットぴあ(Pコード＝207-100)/画同団体・マツノキ☎090-7834-5728/区民14組28名(うち車いす専用席4席・介護者席4席)招待(抽選)＝Eメール(12面記入例)で、1月31日までに同団体☎kmatsunoki@aol.com

ブリオプラスバンド定期演奏会 2月27日(日)午後2時～4時/杉並公会堂/曲目＝「組曲『ハーリ・ヤーノシュ』プラスバンドのためのシンフォニエッタ」/480名(申込順)/画電話で、同団体☎080-7068-1101

●わくわくフィールドSUGINAMI'21  
◆親子で体験！アウトドア活動を楽しもう 1月30日(日)午前10時30分～午後0時30分/井草森公園/フィールドビンゴ、ロープワーク、モンキーブリッジほか/区内在住・在学で小学1～5年生のお子さんとその保護者/20組40名(申込順)/画Eメールに参加者全員の氏名、学校名・学年、連絡先を書いて、1月26日までにボーイスカウト杉並第11団☎outdoor\_bs11@yahoo.co.jp/画同団・篠原☎3395-2525(午前9時～午後5時。5時以降は☎3390-2232)

◆4スターハンター 1月30日(日)午後1時～3時30分/柏の宮公園/フィールドゲーム、テント体験ほか/区内在住・在学で年長～小学4年生のお子さんとその保護者/30組60名(申込順)/画電話・Eメール(12面記入例)に参加者全員の氏名・年齢・連絡先も書いて、1月26日までにボーイスカウト杉並第4団・並木☎090-3003-1474☎t.nam@jcom.home.ne.jp

**講演・講座**  
法人税申告書作成講座 1月26日(水)・27日(木)午後1時～4時30分(計2回)/産業商工会館/杉並税務署担当官/区内在住・在勤の方/11名(申込順)/画電話で、杉並法人会☎3312-0912

認知症サポーター養成講座 ①1月31日(月)午後1時30分～3時②2月10日(木)午後2時～3時30分/①ゆうゆう下井草館②ケア24善福寺(西荻北4丁目)/キャラバン・メイト/区内在住・在勤の方/①29名②6名(いずれも申込順)/画電話で、①ケア24下井草☎5303-5341②ケア24善福寺☎5311-1024/終了後に認知症サポーターの証し「認知症サポーターカード」を差し上げます

認知症サポーターステップアップ講座 2月1日(火)午前10時～11時30分＝さまざまな認知症の理解と対応▶午後1時～2時30分＝介護者の心の健康ほか/産業商工会館/平野道代ほか/区内在住・在勤の認知症サポーター/各20名(申込順)/画

画電話で、ケア24松ノ木☎3318-8530

石けん作り体験 2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・在学で高校生以上の方/10名(抽選)/画電話・Eメール(12面記入例)で、1月27日までにNPO法人すぎなみ環境ネットワーク☎5941-8701☎kouza@ecosuginet.jp(午前9時～午後5時(水曜日を除く))

皇居周辺で冬鳥観察 2月10日(木)午前10時～午後2時30分/皇居外苑(お濠周り)と東御苑・北の丸公園▶集合＝桜田門前▶解散＝北の丸公園「田安門」/八木雄二ほか/区内在住・在勤・在学の方/18名(抽選)/500円(保険料含む)/画往復はがき(12面記入例)で、1月29日(必着)までに自然観察の会・杉並事務局(〒167-0051荻窪5-26-3ニューライフ荻窪302石原方)/画同事務局・石原☎3392-5998

ひとり親家庭 親子の料理教室 2月13日(日)午前10時～午後1時30分/高井戸地域区民センター/メニュー＝ちらしずしほか/区内在住のひとり親家庭で小学生以上のお子さんとその保護者/20名(抽選)/画往復はがき(12面記入例)にお子さんの氏名(フリガナ)・年齢・学年も書いて、1月28日(必着)までに杉並区母子福祉会・田中光世(〒168-0072高井戸東1-15-4-407)/画同会・田中☎5932-7820(午後8時～9時)

外国人のための無料専門家相談会 2月19日(土)午後1時～4時/区役所第4会議室/ビザ・結婚・離婚・仕事・年金・健康保険・税金に関わる問題など/画電話・Eメール(12面記入例)に託児を希望する方はその旨も書いて、2月3日

までに杉並区交流協会☎5378-8833☎info@suginami-kouryu.org/通訳＝英語・中国語・韓国語・ネパール語など

女子美術大学公開講座「暮らしの中のヒーリングアート」 2月26日(土)午後1時30分～3時50分/オンラインで実施/同大学大学院美術研究科特任教授・山野雅之ほか/区内在住・在勤・在学の方/80名(申込順)/画専用受け付けフォームから2月24日までに申し込み(区ホームページ同講座案内にリンクあり)/画同大学事業推進グループ☎5340-4646(月～金曜日午前9時20分～午後5時20分、土曜日午前9時20分～午後3時20分)

**その他**  
税金なんでも相談会 1月29日(土)午前9時～正午/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/画電話で、同支部☎3391-0411(月～金曜日午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)) /1人45分程度

電話による不動産に関する無料相談 2月3日(木)午後1時～4時/画電話で、東京都宅地建物取引業協会杉並支部☎3311-4999

無料不動産相談会 2月4日(金)午前10時～午後4時/区役所1階ロビー/区内在住・在勤・在学の方/画東京都宅地建物取引業協会杉並支部☎3311-4937/関係書類がある場合は持参

自衛官等募集 防衛省・自衛隊進路相談会 1月31日(月)までの原則、月～金曜日午前9時～午後5時(土・日曜日は要相談)/自衛隊東京地方協力本部高円寺募集案内所(高円寺南4丁目)/採用種目は自衛官候補生ほか全種目/18～32歳の方とその保護者/画電話で、自衛隊東京地方協力本部高円寺募集案内所☎3318-0818

※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。