

区民の皆さんと共に考えるシンポジウム

コロナ禍における 杉並区の医療現場とこれから

新型コロナウイルス感染症の拡大から2年あまり。区の医療現場では渾身の取り組みがなされてきました。これまでの歩みを振り返りつつ「次の安心」をどう手に入れるのか、区民の皆さんと考えていきます。

無料 予約不要

日程 5月12日(木)午後3時30分～6時15分

場所 杉並公会堂(上荻1-23-15)

時内 右表のとおり 定員600名(先着順) 園 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355



▲草野満代



▲野々村真

	内容等
第1部	振り返り「医療機関、感染者、区からの報告」 園 河北総合病院副院長・岡井隆広、タレント・野々村真
第2部	基調講演「杉並区のコロナ対策の特徴とその評価」 園 学習院大学教授・鈴木巨
	パネルディスカッション「コロナ禍における杉並区の医療現場とこれから」 園 明治大学名誉教授・青山侑、学習院大学教授・鈴木巨、河北医療財団理事長・河北博文、厚生労働省医政局職員
	セレモニー「感謝状贈呈式」 園 出演 = 桃井第五小学校合唱団、日本フィルハーモニー交響楽団

※総司会 = フリーアナウンサー・草野満代

飼い主のいない猫を増やさない活動支援

不妊去勢手術等の 費用を助成します



飼い主のいない猫を適切に管理し、増えないように見守る活動を支援するため、東京都獣医師会杉並支部の協力の下、猫の不妊去勢手術等の費用を助成します。

— 問い合わせは、杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991へ。

申請方法 ●登録グループ = グループを作って区に登録(申請前に事業説明を受ける必要あり)

●一般申し込み = 個人利用

対象・要件・自己負担額

対象	要件			自己負担額
	人数 (※1)	事前相談 (※2)	不妊去勢 手術等の経験	
登録グループ	3名以上	必須	有り	なし(※3)
一般申し込み	1名以上	任意	不問	雄2000円。雌4000円 (いずれも1匹あたり)

※1 複数名で申請する場合は、代表者が区民である必要あり。

※2 電話で、杉並保健所生活衛生課へ予約。

※3 年間3～5匹まで自己負担なし。6匹以降は一般申し込みに準じた助成内容。

手術承認予定数 雄125匹。雌125匹

助成内容 区が指定する動物病院で、以下の処置を受けることができます。

①不妊去勢手術②耳カット③猫3種ワクチン接種④寄生虫駆除(ノミ・内部寄生虫)⑤マイクロチップの挿入・登録⑥堕胎(妊娠中の雌のみ)

※動物病院に搬送した猫が手術済みの場合、②～⑤の処置を無料で受けることができます。病気やけがの治療費は助成対象ではないため、検査・治療・投薬などを行った場合は自己負担となります。

申し込み 申請書(区ホームページから取り出せます)を、杉並保健所生活衛生課(〒167-0051荻窪5-20-1)へ郵送・持参。申請書等の郵送を希望する場合は、お問い合わせください。

その他 本事業では、手術済みの猫を誤って再度捕獲する事態を 방지、猫に余計なストレスや負担をかけないようにするため、手術を施した猫に耳カットを実施しています。

区のふるさと納税に新たな寄附メニューが登場!

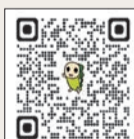
「動物との豊かな共生社会をめざす寄附金」を創設しました

区では、人と動物が共により良い生活を送るための取り組みを、多くの方の共感と支援を得て進めるため、新しい寄附のメニューを作りました。

頂いた寄附は、区営ドッグランの整備・運営や災害時のペット救護対策、動物の適正飼養のための取り組み(犬のしつけ方教室など)、飼い主のいない猫を増やさない取り組み(不妊・去勢手術費の助成など)等に活用します。園 区民生活部管理課ふるさと納税担当

申し込み方法

「ふるさとチョイス」ホームページから申し込み



◀「ふるさとチョイス」
杉並区ホームページ

※郵便局での振り込みを希望の方は、お問い合わせください。



90周年記念区長対談

Suginami 5 stories

未来へ継ぐ、5つの物語



この秋、杉並区は区制施行90周年を迎えます。区の歴史を語る上で欠かせない5つの出来事を「すぎなみ5ストーリーズ」として取り上げ、さまざまな方法で次世代に継承していきます。それぞれの時代の大きな節目に、先人たちはどう向き合ってきたのでしょうか。当時を知る人たちに、田中区長が尋ねます。



第1話 前編 原水爆禁止署名運動

昭和29(1954)年3月1日、南太平洋のビキニ環礁で広島型原子爆弾の1000倍もの威力を持つ水素爆弾がさく裂しました。米ソ冷戦下に行われたアメリカの水爆実験です。1000隻以上の漁船と共に静岡県焼津市の第五福竜丸が被ばくし、乗組員23名は原子病(放射線障害)となり、半年後には1名が死亡。16日に初めて新聞報道がなされ、翌17日のラジオ放送で全国民に知らされました。日本漁船の被ばくは、後に広島・長崎に続く「第3の被ばく」と言われました。区内各地で「原水爆禁止」の聲が高まり、杉並区立公民館を基点とした反対署名は、区民の3分の2以上が署名をし、やがて世界を動かすほど大きな核兵器廃絶運動の始まりとなりました。きっかけはある女性の声でした。和田堀で魚屋を営む菅原トミ子さんが、公民館でその窮状を訴えたとき、娘の竹内ひで子さんはまだ小学生でした。

「放射能で魚が売れなくなり、店を閉めなければなりません」



証言者：竹内ひで子さん

区長：水爆実験の被害が報道されると、魚が全く売れなくなったそうですね。

竹内：ラジオ報道があった日の夕方、注文の刺身等を配達すると、「魚は怖くて食べられない！」と突き返され、その日の注文は全て返品されました。他にもたくさんの漁船から高濃度被ばくの魚が水揚げされ、大量の汚染魚が埋められたり、海洋投機されたりしました。「原子マグロ」と呼ばれた上、汚染されていない近海の干物さえ売れなくなったんです。

区長：魚商組合として水爆禁止の反対署名を始められたとのことですが、それにはご両親のどのような思いがあったのですか。

竹内：父は営業不振で頭を抱える魚屋さん達に「安全で安心して食べられる魚を売りたい。生活と営業を守ろう。それにはアメリカの水爆実験を辞めさせ、遠洋漁場を守ろう！水爆実験禁止の署名活動をしよう！」と提案したんです。この呼び掛けに杉並中の魚商が結集し、「杉並区魚商水爆被害対策協議会」を結成しました。魚屋さんたちは、毎日、朝には築地市場で東京中の魚商や業者に呼び掛け、夜にはビラや署名簿作りに励みました。その結果、報道からわずか半月程度の4月2日には「買出人水爆被害対策市場大会」が開催され、直後にアメリカ大使館や日本政府に原水爆実験の即時中止等の陳情請願を行ったのです。



▲竹内さんの両親。左から母・菅原トミ子さん、父・菅原健一さん。

区長：その気持ちは、杉並区立公民館に集まった人たちへも伝えられたわけですね。

竹内：その時代、ようやく参政権を得ることができた女性たちは、出来たばかりの公民館で読書会などを開き熱心に学んでいて、母・トミ子もその一人でした。公民館で開かれた「婦人参政権行使記念講演会」の直後、母は震えながら手を挙げて、魚屋の窮状を訴えながら「原水爆禁止の署名に一人でも多く署名をお願いします。ビキニ水爆問題を取り上げてください！」と発言したわけです。

区長：その発言を、公民館の安井郁館長が大きく受け止め、区議会も全会一致で反対決議を行ったことで、運動がさらに広がっていったわけですね。

竹内：安井館長は「この問題は魚屋さんだけの問題ではない！農村も漁村もまちもそこで生きて生活している人、全人類の問題である！」と応え、参加者に署名を呼び掛けてくれました。父や母の行動・発言を口火に、区民が立ち上がったんです。また、区議会の決議や当時の高木敏雄区長が署名活動に協力してくれたことが、区民が活動しやすい環境につながったんですね。それによって、公民館を拠点に、他に類を見ないほどのスピーディーに何十万もの署名が集まり、運動が全国に広がっていったわけです。

区長：ご両親の呼び掛けが、力強いスタートとなったことが、よく分かりました。貴重なお話を聞かせていただき、どうもありがとうございます。



聞き手：田中良区長

Information

「杉並区区制施行90周年」特設ホームページを開設！

今回の「原水爆禁止署名運動」のほか、「すぎなみ5ストーリーズ」のエピソードを紹介しています。また、90周年を祝うイベント等の情報も掲載していきます。ぜひ、ご覧ください。



対談を振り返って…

区長：対談は本年1月に行われましたが、その後、世界情勢は大きく動き、ウクライナの戦禍においては核兵器使用の懸念すら高まっています。薄れつつある原水爆禁止署名運動の記憶を改めて刻み、次世代に継承することは、今日の世界平和に大きな意義があると言えるのではないのでしょうか。

なかま集まれ!

区主催のサークル活動をご紹介します。
活動に区は関与していません。問い合わせは、直接各掲載団体へ。

1・4・7・10月の
15日号に掲載

掲載の申し込み・問い合わせ

生涯学習・芸術・文化・その他
社会教育センター

(〒166-0013堀ノ内2-5-26済美教育センター内 ☎3317-6621 ☎3317-6620)

スポーツ(ダンス・健康的運動を含む)

スポーツ振興課施設管理係(住所・電話は区役所宛 ☎5307-0693)

生涯学習・芸術・文化

英語・会話/英語トレーニング会 月・水曜日(レベル別。約2時間) / 主にコミュニティふらっと永福 / 入会金1000円。各1200~1400円 / 園佐藤 ☎090-8330-9689

楽しんでしっかり学べる/杉並ドイツ語会 金曜日午前10時~正午 / 主に阿佐谷地域区民センター / 入会金2000円。各1200円 / 園井上 ☎080-3601-6256

主宰が直接指導する俳句会(初心者歓迎)/鶴座 第2水曜日午後1時~4時 / 主に阿佐谷地域区民センター / 各1000円 / 園磯部 ☎3333-5550

川柳/月柳会 第4水曜日午後3時15分~5時15分 / コミュニティふらっと阿佐谷 / 月1000円 / 園浅川 ☎090-2610-0095

俳句/泉句会 第2火曜日午後1時~3時 / 角川庭園・すぎなみ詩歌館 / 6カ月9000円 / 園松井 ☎080-6892-0580

俳句/幻戯会 第2・4金曜日午前9時30分~正午 / 角川庭園・すぎなみ詩歌館 / 各1000円 / 園朝倉 ☎5335-7050

そばを手打ちする会/杉並そば打ち会 第3土曜日午後1時~5時 / ゆうゆう

下井草館 / 入会金2000円。月2000円 / 園河原 ☎3338-0354

男の簡単料理&交遊/不流会 第2火曜日午前9時~正午 / 杉並保健所 / 月1000円 / 園井上 ☎080-1023-6288

水彩画/樹の会 第2・4月曜日午後1時~5時 / 高井戸地域区民センター / 入会金1000円。月2500円 / 園小寺 ☎3333-0335

水彩画/ふづき会 第2・4水曜日午後1時~5時 / コミュニティふらっと阿佐谷 / 入会金1000円。月2500円 / 園善方 ☎3338-5991

水彩画/アトリエ彩樹 第1・3金曜日午後1時~3時45分 / 主に阿佐谷地域区民センター / 入会金1000円。月2000円 / 園堀江 ☎3312-4853

書道/書研会 第2・4月曜日午前9時30分~11時30分 / 阿佐谷地域区民センター / 月2500円(別途テキスト代月1000円) / 園伊東 ☎3315-3751

心を癒やす花を生ける/花カトレア 第2・4金曜日午後1時~3時 / 阿佐谷地域区民センター / 月2500円(別途花代) / 園谷村 ☎090-5368-8298

華道/いけばなサークル花水会 主に第2・4金曜日午後1時~4時 / 和田区民集会所 / 入会金1000円。各1000円

(別途花代) / 園三浦 ☎3316-8313
着付け&帯手前/みやび会 第2・4水曜日午後1時~3時 / 阿佐谷地域区民センター / 入会金2000円。各600円 / 園泉 ☎3311-9107

混声合唱/高井戸混声コーラス 主に第1~4水曜日午後6時30分~9時 / 浜田山会館 / 入会金1000円。月3500円 / 園古河 ☎3333-0108

女声アカペラコーラス(ポップス等)/DIVA 水曜日午後2時~4時(月2・3回) / 主に阿佐谷地域区民センター / 各1000円 / 園福家 ☎090-5399-3614

女声コーラス/やよい会 金曜日午前10時~正午(月2・3回) / 主に阿佐谷地域区民センター / 各1000円 / 園福家 ☎090-5399-3614

カンツォーネを原語で歌う(見学可)/VOLARE 金曜日午前10時~正午(月3回) / 主に荻窪地域区民センター / 月5000円 / 園齋藤 ☎5311-3064

歌と表情筋/歌って健康・中高年・はるはな 第2・4水曜日午後1時30分~3時 / 高井戸地域区民センター / 月3000円 / 園常岡 ☎090-3501-6921

ギター合奏(初心者歓迎)/シュガー 主に第2・4土曜日午後1時~3時 / 主にコミュニティふらっと阿佐谷 / 月2000円 / 園川添 ☎080-5679-5195

ギター/井草ギター同好会 毎週金曜日午後6時45分~8時45分 / 上井草会議室 / 月4000円 / 園秦 ☎090-1802-8448

ギターアンサンブル/アルハンブラ 木曜日午後1時~3時30分(月2・3回) / 主に久我山会館 / 月1000円 / 園小林 ☎090-6304-7751 ☎taka24@zpost.plala.or.jp

囲碁(初・中級者中心)/高井戸囲碁クラブ 火・土曜日午前9時~正午(週2回) / 高井戸地域区民センターほか / 月200円 / 園岡本 ☎080-2568-2347

スポーツ

太極拳と健康体操/いきいき健康会 金曜日午前10時~正午(月3・4回) / 方南区民集会所 / 月3000円 / 園漆 ☎

☎3321-5085
太極拳/風雅武術太極拳クラブ 水曜日午後1時~1時50分(月2回) / 荻窪体育館 / 各600円 / 園松井 ☎090-5846-0815

自彊術/健康体操じきょうじゅつ阿佐谷 第1・3水曜日、第2・4木曜日午後7時~8時30分 / コミュニティふらっと阿佐谷 / 年3000円。月3000円 / 園渡辺 ☎5936-2141

社交ダンス(初級・中級)/オアシス会 水曜日午後7時~9時 / 荻窪地域区民センター、大宮前体育館 / 入会金1000円。月4000円 / 園西村 ☎090-8011-5565

硬式テニス(中上・上級)/エースを狙えgogo 土・日曜日、祝日ほか、各2~4時間 / 区内テニスコートほか / 各500~800円 / 園渡辺 ☎5335-9667

パドルテニス/大宮前パドルテニスクラブ 平日昼間2時間(月4回程度) / 大宮前体育館 / 入会金1000円。月1000円 / 園加藤 ☎090-2411-7982

弓道(初心者)/大宮八幡宮振武会 5・11月の土・日曜日、午前(月8回) / 大宮八幡宮 / 月5000円 / 園橋本 ☎090-7733-5887

バドミントン/西荻メイツ 土曜日午後7時~9時 / 桃井第三小学校 / 入会金1000円。年6000円 / 園筒井 ☎090-9950-8036

ハイキング・登山/杉並山の会 毎月最終水曜日午後7時~9時 / 阿佐谷地域区民センターほか / 入会金500円。年8400円 / 園愛場 ☎6765-7234

登山/杉並ワンダーフォーゲル倶楽部 土・日曜日、祝日/関東周辺・百名山など / 入会金500円。月600円 / 園田中 ☎090-3214-1592 ☎marbo21sep@gmail.com

剣道/中瀬剣道部 毎週月曜日午後3時~4時・5時~7時 / 妙正寺体育館、桃井第五小学校 / 入会金5000円。月5000円 / 園高橋 ☎090-8649-8968

区民が創る情報サイトすぎなみ学倶楽部



地図で見る杉並の移り変わり

この春、進学や就職で杉並に縁をもった方もいるのでは? 「すぎなみ学倶楽部」では、まちとしてのにぎわいが芽生えてきた大正時代から、昭和、平成、令和までの、古地図等を参考に再編集した杉並の地図を掲載しています。歴史の流れを視覚的にたどってみませんか。



詳しくは

すぎなみ学 杉並の地図



または



園産業振興センター観光係 ☎5347-9184

すぎなみ学倶楽部とは?

区民ライターが区民目線で杉並の魅力を取材、執筆、記事にして公開している区公式情報サイトです。

8つのカテゴリーに分けて
すぎなみ情報を
紹介しているよ~



歴史

中島飛行機の軌跡や、都電杉並線の思い出など、杉並の気になる歴史を探索



ゆかりの人々

タレントや作家、知られざる偉人、地域活動者など区にゆかりのある人を紹介



食

老舗の名物、隠れ家的カフェ、ラーメン店など、食の情報も満載

その他にもこんなコンテンツがあります

スポーツ 杉並発祥のスポーツや注目の競技、楽しみ方など幅広く紹介

産業・商業 戦禍を乗り越えた老舗企業・商店、起業家や職人にも注目

文化・雑学 杉並ゆかりの本、イベント、寺社や建築物、施設など情報満載

自然 荻窪で発見された絶滅危惧種、区内で見られる野鳥、自由研究にも役立つ情報

特集 お花見ポイントや公園の紹介、水害・震災対策、教育、対談などの特集記事

詳しくは

すぎなみ学



または



広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績18年の豊富な経験と専門知識
日本老人ホーム紹介サービスセンター



ご相談は「無料」で入居のお手伝い
www.rojin-home.com

☎ 0120-807-407

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

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〉)

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723
🌐<https://www.igusahome.org/>

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを修理します。
📅5月14日(土)・28日(土)午後1時30分～3時
📍 岡片岡末廣ほか 費実費 他1組1点

不登校のお子さんを持つ親同士で、気軽にお話しませんか?

📅5月25日(水)午前10時～正午 📍 臨床心理士・秋山花 不登校・登校渋りのお子さんの保護者 定8名(抽選) 往復はがき(12面記入例)にお子さんの年齢、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、5月10日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み

美しい文字は一生の財産!親子で書道体験

📅5月28日(土)午後2時～4時 📍 詠雪書道教室・野呂詠雪 対年長～中学生のお子さんとその保護者 定5組10名(抽選) 費1組1000円 往復はがき(12面記入例)に、お子さんの氏名・年齢、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、5月10日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み

…… いずれも ……

堀井地域区民センター協議会

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0051荻窪2-34-20
☎3398-9127
🌐<https://ogikubokyougikai.sakura.ne.jp/>

野外講座 武蔵野の面影を探して

📅5月14日(土)午前10時～正午 場集合=JR中央線荻窪駅北口広場 📍 松井和男 定15名(抽選) 費200円(保険料) 往復はがき(12面記入例)で、5月1日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み

読者会 最高の短編小説を読む

📅5月18日～6月15日の水曜日、午後1時30分～3時30分(6月1日を除く。計4回) 場同センター 📍 富山県立高志の国文学館事業部長・生田美秋 定20名(抽選) 費300円 往復はがき(12面記入例)で、5月8日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み

季節の草花の寄せ植え(洋風)

📅5月28日(土)午後1時30分～3時 場同センター 📍 グリーンアドバイザー・吉野華恵 定12名(抽選) 費2000円 往復はがき(12面記入例)で、5月15日までに同協議会。または同協議会ホームページから申し込み 他エプロン・はさみ・ビニール手袋・ペットボトルのキャップ4個・マイバッグ持参

高円寺地域区民センター協議会

〒166-0012和田1-41-10
☎3317-6614
🌐<https://www.koenji-kyogikai.org/>

わい!わい!わだまつり 2022

📅4月24日(日)午後1時～3時 場和田区民集会所・和田障害者交流館(和田2-31-21) 内フラダンス、手話コーラス・ゲーム、歌、缶バッチ作り(100円)、バルーンアート、ペットボトルボウリング、防災倉庫見学、クッキーなど作業所の製品の販売、苗木de募金 他会場での飲食不可

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/>

新緑の高井戸地区の農園見学と寺社巡りの散策

📅5月11日(水)午前9時～正午 場集合=同センター▶解散=上高井戸区民集会所 定30名(抽選) 費100円(保険料を含む) 往復はがき(12面記入例)で、4月25日までに同協議会 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/>

永福和泉・大宮の史跡めぐり

📅5月18日(水)午前10時～午後0時30分 場同センター 📍 NPO法人すぎなみムーサ・志津壽彦、石田金次郎ほか 定20名(抽選) 往復はがき(12面記入例)で、5月5日までに同協議会 他長寿応援対象事業

透明ティッシュケースにお花を描くオランダザンスフォークアート

📅5月27日(金)午後1時～3時30分 場同センター 📍 小林広子オランダザンスフォークアート認定講師・清家真弥 定10名(抽選) 費2000円 往復はがき(12面記入例)で、5月11日までに同協議会 他長寿応援対象事業

方南区民集会所まつり展示作品・出演者募集

📅方南区民集会所まつり=6月12日(日)午前10時～午後2時 場方南区民集会所(方南1-27-8) 対方南区民集会所を利用しているグループ、周辺地域在住の方 往復はがき(12面記入例)に団体・グループ名、代表者名、参加人数、展示・出演内容、必要備品も書いて、4月28日までに同協議会 他業者出展不可。応募多数の場合は抽選。後日、参加者説明会を実施

区内のウクライナ避難民の方々を支援します

ワンストップ相談窓口を設置しました

区は、戦禍を逃れて区に避難してきた(避難してくる)ウクライナの方々が安心して生活できるように、相談窓口を設置しました。杉並区交流協会と連携し、住居の確保や子育て・教育、医療、就労など、生活全般に係る相談を受け付けます。お気軽にご連絡ください。

— 問い合わせは、文化・交流課へ。

電話 ☎3312-9415

時間 月～金曜日、午前9時～午後5時(祝日を除く)

対応言語 ウクライナ語、ロシア語、英語、やさしい日本語

※ウクライナ語とロシア語は、通訳者の手配に時間をいただく場合があります。

ВІКНО КОНСУЛЬТАЦІЙ ДЛЯ ЕВАКУЙОВАНИХ З УКРАЇНИ (ПОВІДОМЛЕННЯ)

Повідомляємо що в районі Сугінамі було створене «Єдине вікно консультацій» для людей, які евакуюються з України. «Єдине вікно» створене з метою сприяння безпечній життєдіяльності, подолання життєвих труднощів, отримання важливої інформації від організацій-партнерів і проведення детальних консультацій. Будь ласка, звертайтеся за допомогою!

・Номер телефону

03-3312-9415

※Отримання консультацій українською або російською мовами залежить від графіку роботи перекладача.

・Графік роботи

З понеділка до п'ятниці, з 9 до 17 (окрім національних свят)

ウクライナ緊急支援寄附金を募集しています

杉並区交流協会では、ウクライナ避難民の方々の支援に活用するため、寄附金を受け付けています。区民の皆さんの温かい協力をお願いします。

◆ウクライナ緊急支援寄附金

【入金方法】「ゆうちょ銀行・郵便局 口座記号番号11390-01459721

口座加入者名 一般財団法人杉並区交流協会」へ振り込み

📍 杉並区交流協会 ☎5378-8833

日本フィルによる 区役所ロビーコンサート ～ウクライナから避難された チェロ奏者が出演します

区と友好提携を締結している日本フィルによる区役所ロビーコンサートに、ウクライナの戦禍を逃れ、区内で避難生活を送っているウクライナ人チェロ奏者のタチアナ・ラヴロワさん、ヤーナ・ラヴロワさんが出演します。

当日は、杉並区交流協会のウクライナ緊急支援寄附金への募金を受け付けます。

📅4月18日(月)午後0時10分～0時50分 場区役所1階ロビー
📍 文化・交流課

細田工務店は、音楽を楽しむひとときを応援します。



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

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、声援等が生じる活動の自粛

【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変更・延期または中止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



更生保護PRイベント
刑務所作業製品販売

4月25日(月)・26日(火)午前10時～午後4時 場区役所1階ロビー 内ブルースティック(洗濯石鹸)、乾麺、マル獄シリーズ、文具類、革製品ほか 園保健福祉部管理課地域福祉係

郷土博物館

◆5月の年中行事「端午の節供」

4月22日(金)～5月18日(水)午前9時～午後5時 他月曜日は休館

◆端午の節供関連イベント①ダンボール兜を作ろう②鎧兜と記念撮影

5月5日(祝)午後2時～3時(②は4時まで) 定①10名(先着順) 他①午後1時から整理券を配布



…………… いずれも ……………

場園郷土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841) 費100円(観覧料。中学生以下無料)

産業振興センター都市農業係

◆農業公園「親子で植え付け・収穫体験」

時内サトイモ(植え付け=5月14日(土)、収穫=11月5日(土)) ▶ サツマイモ(植え付け=5月29日(日)、収穫=10月15日(土)) ▶ 落花生(植え付け=6月18日(土)、

収穫=11月20日(日)) / いずれも午前10時～午後0時30分(雨天中止) 対区内在住で小学生以下のお子さんとその保護者 定各20組(抽選) 申往復はがき(記入例)に希望コース(第3希望まで)、代表者以外の参加者名・年齢も書いて、4月25日までに同係

◆農業公園「春の収穫体験」

5月28日(土)午前10時～午後0時30分(雨天中止) 対区内在住の方(小学生以下は保護者同伴) 定20組(抽選) 申往復はがき(記入例)に代表者以外の参加者名・年齢も書いて、4月25日までに同係

…………… いずれも ……………

場成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 費1組500円 園産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階 ☎5347-9136) 他マイバッグ持参。結果は5月上旬に通知

講演・講座



杉並視覚障害者会館「健康体操」

4月27日、5月18日・25日、6月15日・29日、7月13日・27日 / いずれも水曜日、午前10時～正午 場同会館(南荻窪3-28-10) 対視覚障害のある方 定各6名(申込順) 申電話で、各実施日の前日までに同会館 ☎3333-3444(午前9時～午後4時)

寄せ植え教室

4月30日(土)午前10時～11時30分・午後1時30分～3時 場みどりの相談所(下高井戸5-23-12塚山公園内) 対5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) 定各10名(申込順) 費各1000円 申電話で、みどりの相談所 ☎3302-8989

親子孫3世代料理教室「こどもの日の料理を作ろう～成長と健康を願って」

5月15日(日)午前10時～午後0時30分 場高齢者活動支援センター 内メニュー=中華ちまき、タケノコのたらマヨサラダ、新タマネギのまんまるスープ、焼き柏餅 師すぎなみ栄養と食の会管理栄養士・梅山朋子 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。推奨対象年齢3歳以上) 定30名(抽選) 費1人500円(保険料を含む) 申往復はがき(記入例)に参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、4月22日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 他エプロン・三角巾・布巾・上履持参。結果は4月23日以降に通知

杉の樹大学「シニアのためのスマホ・タブレット等の個人相談会」

5月17日(火)・21日(土)午後1時30分～4時25分 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 対区内在住で60歳以上の方 定各5名(申込順) 申電話

電話で、高齢者施策課いきがい活動支援係 他1人30分程度

休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級

6月5日(日)・11日(土)・26日(日)午前10時～11時40分・午後1時30分～3時10分 内出産の流れ、産後の心の変化、おむつ替え・抱っこ・もく浴の仕方ほか 対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18組

◆休日母親学級

6月12日(日)午前10時～11時40分・午後1時30分～3時10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 対区内在住の初産で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) 定各22名

…………… いずれも ……………

場区役所分庁舎(成田東4-36-13) 師助産師ほか 園ポピンスプロフェッショナル ☎https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/から5月5日までに申し込み 園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5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。車でのお来場不可

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

5月7日(土)午前10時～11時 対求職中の方 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」

5月11日(水)午前10時～11時30分 対求職中の方 定18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

5月13日(金)午後1時～4時 園2級キャリアコンサルティング技能士・須田万里子 対54歳以下で求職中の方 定14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

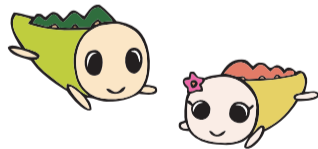
①5月16日(月)②30日(月)午前10時～午後3時 師PC専任講師・深井妙子、日坂元娘 対54歳以下で求職中の方 定各14名(申込順)

…………… いずれも ……………

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

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、園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
善福寺館(善福寺2-26-18 ☎3394-8963)	「太宰治ゆかりの三鷹めぐり」春のウォーキング	4月23日(土)午前9時～正午(荒天中止) 場集合・解散=JR三鷹駅 園小島智 定20名(申込順) 費500円
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎3302-2161)	カーレット～楽しくゲーム「卓上カーリング」	毎月第1日曜日、午後1時30分～3時 定各15名(申込順) 費各500円
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	シニアにやさしい「健康エアロビクス」	毎月第1・3木曜日、午後1時30分～2時45分 園花輪好子 定各12名(申込順) 費各500円
永福館(永福2-4-9 ☎3321-6632)	ポッチャを体験してみよう	5月6日(金)午前10時～正午 定10名(申込順) 費500円
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	河原拓巳の脳トレ&楽しいタイルモザイクアート	4月22日から毎月第4金曜日、午後1時30分～3時(申込順) 費各700円(別途材料費)
今川館(今川4-12-10 ☎5303-1501)	わたしの体操～柔軟で健康な体を手に入れよう	5月7日から毎月第1・3土曜日、午後1時～2時 園山本さくら 定各14名(申込順) 費各600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。今川館は第1月曜日、第3木曜日は休館。いずれも長寿応援対象事業。

荻窪保健センター

◆栄養満点サロン

管理栄養士・栄養士が健康的な生活のヒントと簡単にできる料理を紹介します。

■**日時** 定下表のとおり ■**費** 200円 ■**申** 電話で、4月28日までに同センター栄養満点サロン担当

会場	日時・定員(申込順)
ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5)	5月10日(火)午前10時～11時30分 定12名
井草地域区民センター(下井草5-7-22)	5月10日(火)午後1時30分～3時 定13名
和泉保健センター(和泉4-50-6)	5月13日(金)午後1時30分～3時 定10名
荻窪保健センター	5月23日(月)午後1時30分～3時 定10名
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	5月24日(火)午前10時～11時30分 定8名



◆足腰げんき教室

■**日時** 定下表のとおり ■**師** 健康運動指導士 ■**申** はがき(12面記入例)に番号・希望会場(1カ所)も書いて、4月30日までに同センター足腰げんき教室担当

番号	会場	日時(計4回)・定員(抽選)
4	JA東京中央城西支店(成田東5-18-7)	6月2日～23日の毎週木曜日、午後1時30分～3時30分 定15名
5	新泉サナホーム(和泉1-44-19)	6月7日～28日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分 定10名
6	井草地域区民センター(下井草5-7-22)	6月1日～29日の水曜日、午前9時30分～11時30分(15日を除く) 定15名

…… いずれも ……

■**対** 区内在住の65歳以上で、当日に介助の必要がない方 ■**開** 荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015) ■**他** お持ちの方は、はつらつ手帳持参

環境活動推進センター

◆おもちゃのクリニック

■**時** 5月15日(日) ▶ **受** 受け付け=午後1時～3時 ■**場** 同センター ■**対** 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** 1人1点



◆学校プールのヤゴ救出に参加してみませんか?

■**時** 5月17日(火)午後4時30分～6時 ■**場** ①同センター②オンライン(いずれも申込順) ■**開** 東京都環境学習リーダー・境原達也 ■**対** 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 ■**定** ①20名②10名 ■**申** Eメール(12面記入例)に希望の参加方法も書いて、同センター

◆着物で作業作り

■**時** 5月19日(木)、6月2日(木)午前10時30分～午後3時30分(計2回) ■**場** 同センター ■**対** 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 ■**定** 10名(抽選) ■**費** 1500円 ■**申** 往復はがき・Eメール(12面記入例)で、4月29日までに同センター ■**他** 女性用着物・裁縫道具一式・昼食持参。長寿応援対象事業

◆絹の夏帯で作る黒のミニボッシュ

■**時** 5月20日(金)午後1時30分～3時30分 ■**場** 同センター ■**対** 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 ■**定** 10名(抽選) ■**費** 700円 ■**申** 電話・Eメール(12面記入例)で、5月10日までに同センター

◆バスで行く!里山に抱かれたDIC川村記念美術館の庭園で自然観察会

■**時** 5月27日(金)午前8時30分～午後5時 ■**場** DIC川村記念美術館(千葉県) ▶ **集** 集合・解散=同センター ■**開** すぎなみ環境ネットワーク・山室京子ほか ■**対** 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** 20名(抽選) ■**費** 800円(保険料を含む)

各障害者就労支援施設の自慢の品が大集合!
すぎなみ仕事ねっとフェア

すぎなみ仕事ねっとは、区内の障害者就労支援施設が加盟するネットワークです。

仕事ねっとフェアでは、施設通所者が作るお菓子・パン・雑貨などを販売します。



■**開** 4月27日(水)・28日(木)午前11時～午後3時 ■**場** 区役所中杉通り側入り口前 ■**開** 障害者生活支援課就労支援担当

■**申** 往復はがき・Eメール(12面記入例)で、4月27日までに同センター ■**他** 昼食・敷物持参

…… いずれも ……

■**開** 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎5336-7352) ■**開** kouza@ecosuginet.jp(水曜日を除く)

スポーツ①

競技大会

■わんぱく相撲杉並区大会

■**時** 5月15日(日)午前9時～午後5時 ■**場** 阿佐ヶ谷中学校(阿佐谷南1-17-3) ■**対** 区内在住・在学の小学生 ■**定** 300名(申込順) ■**申** LINEアカウント@wanpaku-suginamiから5月8日までに申し込み ■**開** 神谷 ☎050-3479-4193

スポーツ教室

■プールではつらつ健康水中体操教室

■**時** 5月4日～6月22日の毎週水曜日、正午～午後1時(5月4日は午後2時～3時。計8回) ■**場** ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) ■**対** 60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 ■**定** 20名(申込順) ■**費** 1万6000円

■**開** 電話で、4月25日までにヴィムスポーツアベニュー ☎3335-6644(午前11時～午後5時) ■**開** 水着・ゴーグル・キャップ持参

■春季ソフトテニス教室

■**時** 5月7日～6月25日の毎週土曜日、午後3時～5時(予備日=7月2日。計8回) ■**場** TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) ■**対** 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 ■**定** 30名(申込順) ■**費** 3500円 ■**申** 往復はがき(12面記入例)に性別・経験年数も書いて、4月29日までに福浦貴子(〒167-0041善福寺4-5-6-209) ■**開** 福浦 ☎3301-0445

■はじめて合気道教室

■**時** 5月15日・29日、6月5日・12日、7月10日・24日、8月7日・28日/いずれも日曜日、午後5時～7時(計8回) ■**場** 荻窪体育館 ■**開** 杉並合気会 ■**対** 区内在住・在勤・在学中で12歳以上の方(小学生を除く) ■**定** 15名(抽選) ■**費** 8000円 ■**申** 往復はがき(12面記入例)で、4月28日までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) ■**開** 同体育館 ☎3220-3381

オーケストラの奏でる美しい音色をあなたに

日本フィル 杉並公会堂シリーズ



■**時** 5月15日(日)午後3時から ■**場** 杉並公会堂(上荻1-23-15) ■**内** 出演=カーチュン・ウォン(指揮)、南紫音(バイオリン)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽) ▶ **曲** 目=モーツァルト「歌劇『後宮からの誘拐』序曲」、シベリウス「バイオリン協奏曲」、ドボルザーク「交響曲第7番」 ■**対** 小学生以上 ■**費** S席5300円。A席4200円。B席3100円(いずれも指定席) ■**申** 電話で、杉並公会堂 ☎5347-4450



▲カーチュン・ウォン ©Angie Kremer



▲南紫音 ©Shuichi Tsunoda



管理栄養士による

栄養・健康ミニ講座



健康を維持し、毎日を生き生きと過ごすために、生活に生かせるヒントを学びませんか。

■**場** 場内下記のとおり ■**対** 区内在住・在勤・在学の方 ■**申** 電話で、各保健センター

日程	場所	内容
5月12日(木)	高井戸保健センター(高井戸東3-20-3 ☎3334-4304)	気になる血糖値改善の食事対策! ~糖尿病予防のための食事のポイント
5月13日(金)	荻窪保健センター(荻窪5-20-1 ☎3391-0015)	高血圧の予防は、まず減塩から! ~無理なく、美味しく食べるコツ
5月24日(火)	高円寺保健センター(高円寺南3-24-15 ☎3311-0116)	血液中の中性脂肪、コレステロールを減らそう! ~今日からできる血管のために取り入れたい食習慣

※いずれも午前10時～10時45分。

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込締め切り日に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

スポーツ②

初心者区民乗馬教室

5月18日～6月9日の毎週水・木曜日、午前10時～午後0時30分（雨天順延。各計4回）**場**東京乗馬倶楽部（渋谷区代々木神園町4-8）**対**区内在住・在勤・在学の方 **定**各10名（抽選）**費**各2万円 **申**往復はがき（12面記入例）に生年月日・性別・職業・馬歴も書いて、4月26日までに区馬術連盟・平野光子（〒168-0064永福2-18-18）**問**平野☎3327-1749（午後7時～8時）

シニアターゲットバードゴルフ教室

6月1日(水)・8日(水)・15日(水)午後1時～3時（雨天中止。計3回）**場**塚山公園（下高井戸5-23-12）**対**区内在住・在勤で60歳以上の方 **定**20名（申込順）**申**電話で、5月20日までに区ターゲットバードゴルフ協会・鈴木☎3392-0498 **他**ゴルフ用手袋持参

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆初めてラッコ

4月22日～6月30日の木・金曜日、午前11時～11時40分（第3木曜日、祝日を除く）**内**プールで水遊びほか**対**2歳半～未就学児でおむつがとれたお子さん **定**各6名（先着順）**費**各330円（初回無料。別途指定帽子代310円）**他**お持ちの方は指定帽子持参

◆GWカラダ引き締め教室

5月2日(月)午前9時10分～10時10分=ダンベルシェイプアップハード▶10時25分～11時15分=バランスシェイプ▶11時30分～午後0時30分=ファットバーンシェイプ **対**15歳以上の方（中学生を除く）**定**各40名（申込順）**費**各800円 **申**電話または直接、同センター **他**上履き持参

◆産後ママのボディケア～からだもここもリフレッシュ

5月2日(月)午前11時～11時40分 **師**

樋口リリィ **対**首がすわった3～11カ月のお子さんとその母親 **定**10組20名（申込順）**費**1070円 **申**電話または直接、同センター



◆体操教室～レッスン体験会

5月2日(月)①午後3時15分～4時30分②4時45分～6時 **内**マット運動、鉄棒、跳び箱ほか **対**①4歳～未就学児②小学1～3年生 **定**各15名（抽選）**費**各800円 **申**同センターホームページから、4月22日までに申し込み **他**結果は4月25日以降にメールで通知

◆シニア体力測定会

5月6日(金)午前10時～11時30分・午後1時10分～2時40分 **内**体力測定、

家庭でできる簡単な体操・ストレッチなどの紹介 **対**65歳以上の方 **定**各24名（申込順）**申**電話または直接、同センター **他**上履き持参

…… いずれも ……
場 問TAC杉並区上井草スポーツセンター（上井草3-34-1☎3390-5707）

杉並区スポーツ振興財団

◆ゴルフ初心者体験講習会

5月9日～23日の毎週月曜日、午前9時30分～10時45分（計3回）**場**ハイランドセンター（高井戸東3-11-7）**対**区内在住・在勤・在学で18歳以上のゴルフ初心・未経験者 **定**12名（抽選）**費**6000円（保険料を含む）**申**往復はがき（12面記入例）で、4月25日までに同財団。または同財団ホームページから申し込み **他**ゴルフクラブの無料貸し出しあり



表現のプロに学ぶ！

ゆう杉並Officialメンバーを募集します

演劇や表現活動に興味のある中高生、歌うことが好きな中高生を募集します。仲間と一緒に、プロの講師からの直接指導を受けることができます。ぜひ、ご参加ください。



演劇メンバー

5月18日～5年3月22日の水曜日、午後6時～8時（祝日、休館日、テスト期間を除く）**内**ゆう杉並内・区内施設での公演ほか **師**万田祐介 **定**12名程度（申込順）

Vocalメンバー

5月12日～5年3月23日の木曜日、午後6時～8時（祝日、休館日、テスト期間を除く）**内**阿佐谷ジャズストリート出演、ゆう杉並内・区内施設での公演ほか **師**八木美恵子（ピアノ・アレンジ担当）、上島尚子（ボーカル担当）**定**ボーカリスト=10名程度▶ピアノ伴奏者=若干名（いずれも申込順）

…………… いずれも ……………

場 問児童青少年センター（荻窪1-56-3ゆう杉並内☎3393-4760〈月曜日を除く〉） **対**中高生 **申**直接、児童青少年センター

集まれ中高生！

児童館やゆう杉並の委員会活動に参加してみませんか

4年度の児童館とゆう杉並で活動する中高生の委員を募集します。—— 問い合わせは、児童青少年課児童館運営係☎3393-4760へ。

地域中高生委員会

中高生の地域における居場所づくり・意見表明・社会参画を目的に、児童館4カ所を拠点に活動しています。

これまでの主な活動

地域の要請でお祭りに出店、児童館、子ども・子育てプラザのキャンプや縁日、餅つき会のコーナー担当、委員交流会、お化け屋敷、地域清掃や乳幼児向けのクリスマスイベント、小学生向けの遊具製作ほか
内任期=5月から1年間（再任あり）▶活動日=月1回程度 **対**区内在住・在学または区立児童館、子ども・子育てプラザを利用している中高生 **定**各施設10名程度 **申**直接、5月14日までに各施設へ申し込み

活動場所・連絡先

施設名	住所	電話番号
堀ノ内東児童館	堀ノ内3-49-19-101	☎3315-7923
旧善福寺児童館	荻窪1-56-3児童青少年センター（※）	☎3393-4760
四宮森児童館	上井草2-41-11	☎3395-1574
高井戸児童館	高井戸西2-5-10	☎3334-0902

※旧善福寺児童館（善福寺1-18-9）は改装工事のため、児童青少年センターで受け付け。

「ゆう杉並」中高生運営委員会

「ゆう杉並」が中高生にとって、より魅力的な場所になるように利用者の声を運営に反映します。また、いろいろな地域の中高生や施設との交流も行っています。

これまでの主な活動

利用者の声を集めるために意見箱等の設置、研修会、ゆう杉並への意見提案、地域イベント（祭り等）への協力、ゆう杉並のイベントへの参加（ゲームコーナー担当等）、他施設見学ほか
場児童青少年センター（ゆう杉並） **内**任期=6月から1年間（再任あり）▶活動日=月1～3回の定例会議、部会、臨時会議ほか **対**区内在住・在学またはゆう杉並を利用している中高生 **定**20名程度 **申**直接、5月28日までに児童青少年課事業係（荻窪1-56-3児童青少年センター内）



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 ☒ホームページアドレス

◆春のすぎなみ区民歩こう会「滝山城址・滝山丘陵を歩く」

時 5月22日(日) ▶ 受け付け=午前9時・10時 集合=JR東秋留駅前 区 長いコース=約10km(4時間) ▶ 短いコース=約8km(3時間) / コースの詳細はお問い合わせください 区 区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴) 区 150名(抽選) 区 往復はがき(12面記入例)で、4月30日までに同財団。または同財団ホームページから申し込み

..... いずれも

区 杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階 ☎5305-6161)

高円寺みんなの体育館

◆誰でもダーツ教室

時 4月24日(日)午後1時~3時 区 区ダーツ協会 区 区内在住・在勤・在学で障害のある小学生以上の方(簡単な指示のもと動ける方。小学生は保護者同伴) 区 10名(申込順) 区 100円 区 4月17日から電話で、同体育館

◆いきいきスポーツ教室

時 5月13日~7月29日の毎週金曜日、午前9時~11時(計12回) 区 ストレッチ・筋力トレーニング・ヨガほか 区 戸井田ノリシゲ、大和弘明 区 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 区 45名(抽選) 区 7200円 区 往復はがき(12面記入例)で、4月28日までに同体育館



..... いずれも

区 高円寺みんなの体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31 ☎3312-0313)

おわび

4月1日付広報「ノルディック・ウオークで足腰げんき」の問い合わせ先「スポーツハイツ」の電話番号の記載がありませんでした。電話番号は「☎3316-9981」です。

4月15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。
区 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/> からご覧になれます 区 同財団 ☎ 5305-6161

大好評! 交流自治体物産展

おぢやフェア

時 4月24日(日)午前11時~午後1時30分(売り切れ次第終了) 区 小千谷学生寮(井草4-16-23) 区 笹団子・小千谷そば・魚沼産コシヒカリ米などの特産品、小千谷産新鮮野菜・地酒など産直品の販売 区 小千谷市産業開発センター ☎0258-83-4800 区 マイバッグ持参。車での来場不可



たくさんの投票ありがとうございました!

荻窪の地域ロゴマークお披露目会
~デザイン×まちづくりで描く荻窪のこれから



3案から投票によって決定した荻窪の地域ロゴマークをお披露目するイベントを開催します。荻窪音楽祭で活躍する荻窪ユース・アンサンブルによる演奏や、ロゴマーク選定にご協力いただいた女子美術大学名誉教授による講演等、盛りだくさんの内容です!

— 問い合わせは、市街地整備課荻窪まちづくり担当へ。

日時 5月17日(火)午後6時~8時

場所 杉並公会堂(上荻1-23-15)



▲荻窪ユース・アンサンブル



▲ヤマザキミノリ

区 区講演(女子美術大学名誉教授・ヤマザキミノリほか)、パネルディスカッション 区 300名程度(抽選) 区 申し込みフォーム(右2次元コード)から申し込み。または郵送・ファクス(12面記入例)で、市街地整備課荻窪まちづくり担当 ☎3312-2907 / 申込締め切り日=5月6日(消印有効) 区 結果は5月上旬に通知予定



▲荻窪の地域ロゴマーク候補

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

菊坂の女子美~戦災により焼失した本郷菊坂校舎の時代をふりかえる 7月16日(土)まで、午前10時~午後5時 / 女子美術大学(和田1丁目) / 区 同大学歴史資料室 ☎5340-4658

ボーイスカウト一日体験 4月24日(日) 午前10時~正午 / 阿佐谷地域区民セン

ター / 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(申込順) / 区 電話・Eメール(12面記入例)で、4月23日までにボーイスカウト杉並第12団・飯沼 ☎070-1183-6253 ✉ iinumat1213@gmail.com

杉並学園アートプロジェクト「いとまの方法」 5月3日(祝)~8日(日)午前10時~午後5時 / 杉並学園(宮前3丁目) / 作家=三田村光土里ほか / 区 カルチュラルライツ ☎090-9341-6038

講演・講座

歴史講演会「近衛文麿に関連した建造物について」 5月14日(土)午後1時30分

~3時30分 / 高井戸地域区民センター / 建築史研究者・松本裕介 / 80名(先着順) / 500円 / 区 杉並郷土史会・前田 ☎3329-6459

ポールde歩こう会 5月26日(木)午前10時~正午(雨天中止) / 桃井原っぱ公園 / 区内在住で65歳以上の方 / 20名(申込順) / 100円(別途ポールレンタル料200円) / 区 電話で、5月19日までにNPO法人杉並さわやかウォーキング・飯島 ☎090-4733-2886 / 帽子・手袋・健康保険証持参。長寿応援対象事業

その他

税金なんでも相談会 4月27日(水)午後5

時~8時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / 区 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 **あなたの力を地域でいかしてみませんか? 「ささえあいサービス」** 日常生活を行うことが困難な高齢者や障害のある方のための掃除や食事作りほか ▶ 謝礼=1時間800円(家事)。1000円(介護) / 18歳以上の方 / 区 電話で、区社会福祉協議会ささえあい係 ☎5347-3131 / ささえあい協力会員説明会を実施(5月12日(木)午後1時30分~3時30分) ▶ 会場=ウェルファーム杉並(電話で、5月9日までに同係)

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※申込締め切り日に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。