



**催し**

**公園自然散策会**  
 4月22日(土)午前10時～11時・午後1時～2時 場 塚山公園みどりの相談所(下高井戸5-23-12) 内 山野草・生き物の散策、観察会 対 小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 定 各10名(申込順) 費 各100円 申 電話で、4月16日から塚山公園管理事務所 ☎3302-8989

**シニアのための就業・起業・地域活動個別相談**  
 5月6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 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申 電話・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

**郷土博物館**

**5月の年中行事「端午の節供」**  
 古民家で五月人形などを飾ります。  
 4月21日(金)～5月17日(水)午前9時～午後5時(月曜日を除く)

**端午の節供関連イベント**  
 よろいかぶとを着てみよう  
 5月5日(祝)午後2時～4時

…… いずれも ……  
 場 郷土博物館(大宮1-20-8 ☎3317-0841) 費 100円(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」**  
 5月13日(土)、6月24日(土)、11月4日(土) ▶ サツマイモ(5月28日(日)、7月30日(日)、10月14日(土)) ▶ ラッカセイ(6月17日(土)、7月9日(日)、

11月18日(土)) / 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 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24日までに同係

**農業公園「春の収穫体験」**  
 5月27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 24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24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 荻1-2-1 Daiwa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「てぬぐい体操」**  
 4月19日・26日、5月17日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日、9月13日・27日、10月18日・25日 / いずれも水曜日、午前10時～正午 場 同会館(南荻窪3-28-10) 師 てぬぐい体操フレッシュの会代表・迎里時江 対 視覚障害のある方 定 各6名(申込順) 申 電話で、各実施日前日までに同会館 ☎3333-3444(月～金曜日午前9時～午後4時(祝日を除く))

**管理栄養士による栄養・健康ミニ講座**  
 5月11日(木) = 糖尿病予防の食事(高井戸保健センター〈高井戸東

**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 電話でご確認ください。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・年齢・性別も記入。

- ① 行名・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

3-20-3) ②12日(金) = 高血圧予防の食事(荻窪保健センター〈荻窪5-20-1) ③23日(火) = 脂質異常症予防の食事(高円寺保健センター〈高円寺南3-24-15) / いずれも午前10時～10時45分 対 区内在住・在勤・在学の方 申 電話で、①高井戸保健センター ☎3334-4304 ②荻窪保健センター ☎3391-0015 ③高円寺保健センター ☎3311-0116

**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13日(土)・23日(火)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10名(申込順) 申 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

**犬のしつけ方教室**

5月27日(土)②6月17日(土)午前10時30分～11時30分・午後1時～2時 場 ①井草森公園(井草4-12-1) ②柏の宮公園(浜田山2-5-1) 師 ヒューマン財団 対 飼い犬1頭につき2名まで ▶ 参加犬の条件 = 生後6カ月以上、飼い犬の登録を行っている(マイクロチップまたは犬鑑札の装着必須)、狂犬病予防注射済票の交付を受けている(注射済票の装着必須)、生理中の雌を除く 定 各10組(申込順) 申 電話で、各実施日3日前までに杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991

**休日パパママ学級・休日母親学級**

**休日パパママ学級**  
 6月10日(土)・11日(日)・18日(日) ▶ 午前 = 9時30分～正午 ▶ 午後 = 1時30分～4時(18日は午後のみ) 内 お産の流れ、産後の心の変化、抱っこ・おむつ替え・もく浴の仕方ほか 対 区内在住の初産で、実施日時点妊娠24週～36週6

日のカップル 定 各24組  
**休日母親学級**  
 6月18日(日)午前9時30分～正午 内 妊娠中の過ごし方、出産の流れ、母乳・産後の話ほか 対 区内在住で初産の方 定 40名

…… いずれも ……  
 場 子ども・子育てプラザ善福寺(善福寺1-18-9) 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15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**

**採用される応募書類の書き方 自己PRや志望動機の見方と表現の仕方**

5月1日(月)午後1時～4時 師 人事コンサルタント・高橋健太郎 対 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**  
 5月6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10日(水)午前10時～11時30分 対 求職中の方 定 18名(申込順)

**転職の誘惑からの脱出 転職グセを克服して辞めスパイラルを防止する**

5月11日(木)午後1時～3時 師 公認心理師・高垣泰邦 対 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  
 5月15日(月)②29日(月)午前10時～午後3時 師 PC専任講師・長沢春子、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

**環境活動推進センター**

**おもちゃのクリニック**

5月7日(日) ▶ 受け付け = 午後1時～3時 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、4月30日までに同センター 他 1人1点

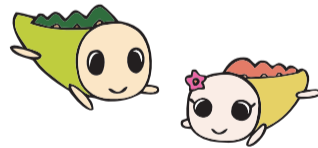


**学校プールのヤゴ救出に参加してみませんか?**

5月9日(火)午後4時30分～6時 師 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 20名(申込順) 申 Eメール(記入例)で、同センター

**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
大宮前館(宮前5-19-8 ☎3334-9640)	楽しく学べるおとなの英会話	4月24日から毎月第1・2・4月曜日、午後6時30分～7時30分 定 各12名(申込順) 費 各2000円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	春まつり ハワイアン&ハーモニカ演奏会	4月30日(日)午後1時30分～3時30分 定 40名(申込順)
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	紅茶の世界 美味しい紅茶と焼き菓子を楽しみましょう	5月2日(火)、6月7日から毎月第1水曜日 / いずれも午後6時30分～8時 師 日英アフタヌーンティー協会認定講師・かまづかみゆき 定 各15名(申込順) 費 各1200円
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎3317-9156)	新緑の景信山ハイキング	5月20日(土)午前7時50分～午後4時30分 場 集合・解散 = JR三鷹駅 師 廣瀬修敬 定 10名(申込順) 費 800円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	太極拳 初級	毎月第1土曜日、午前10時30分～正午 ▶ 第4土曜日、午後1時30分～3時 師 鄧邦兵 定 各13名(申込順) 費 各1200円(初回のみ500円)
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	ワード・エクセル・インターネット「基礎から学べるパソコン教室」	毎月第2・4金曜日、午後1時30分～3時45分 定 各10名(申込順) 費 各1250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。

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



◆フリーマーケット in 高井戸  
(出店者募集)

時5月14日(日)午前10時～正午 区内在住・在勤の方(業者を除く) 募集区画=8区画(抽選) 往復はがき(12面記入例)で、5月4日までに同センター 他車での搬出入・来場不可。当選権利譲渡不可▶出品物=衣類・子ども用品・アクセサリー・雑貨

…………… 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>)

高齢者活動支援センター

◆シニアヨガ教室

時5月17日～6月21日の毎週水曜日、午前10時～11時20分(計6回) 区内在住の60歳以上で自立して歩くことができ、あお向けで寝られる方 定18名(抽選) 費2400円



◆初心者向け男性料理教室「旬の新茶と美味しい食事で5月病を予防しよう」

時5月22日(月)午前9時30分～午後0時30分 メニュー=茶飯、ポークチャップ、かぶのレモンしょうゆ、セロリとベーコンのスープ 師すぎなみ栄養と食の会栄養士・奥本典子 区内在住で60歳以上の男性 定30名(抽選) 費900円 他エプロン・三角巾・布巾持参



…………… いずれも ……………

場 高齢者活動支援センター (〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841) 往復はがき(12面記入例)で、4月22日までに同センター 他結果は4月23日以降に通知

スポーツ①



競技大会

■わんぱく相撲杉並区大会

時5月21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) 区内在住・在学の小学生 定200名(申込順) 往復はがきから、5月12日までに申し込み 河 ☎050-3593-0189

スポーツ教室

■GWカラダ引き締め教室

時4月29日(祝)午前9時30分～10時20分=初めてのピラティス▶10時30分～11時30分=ファットバーンシェイプ 場TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 15歳以上の方(中学生を除く) 定各40名(申込順) 費各800円 往復はがきから申し込み 同体育館 ☎3399-4224 他上履持参

■バックストロークナイト

時5月12日(金)・26日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分(各計2回) 場杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49) 師下拂敏行 区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②背泳ぎで25m泳げる方(中学生を除く) 定各10名(申込順) 費入場料 往復はがきで、各実施日7日前の午前10時から杉並第十小学校温水プール ☎3318-8763 他車での来場不可

■初心者区民乗馬教室

時5月17日～6月8日の毎週水・木曜日、午前10時～午後0時30分(雨天延期。各計4回) 場東京乗馬倶楽部(渋谷区代々木神園町4-8) 区内在住・在勤・在学の方 定各10名(抽選) 費各2万円 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25日までに区馬術連盟・平野光子(〒168-0064永福2-18-18) 同 ☎3327-1749 (午後7時～8時)

■春のすぎなみ区民歩こう会「高輪ゲートウェイから魅力の街散策」

時5月28日(日)①午前9時15分②10時 場集合=JR高輪ゲートウェイ駅 区 ①コース=①9km/約4時間30分▶②7km/約3時間30分 区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける方(小学

意欲あふれる女性の皆さんを応援します

女性のための創業セミナー

産業競争力強化法に基づく特定創業支援等事業です。受講したことの証明書の発行対象事業です(要件あり)。



時内師下表のとおり(計4回) 場産業振興センター(上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 区内で創業を目指す女性 定20名(申込順) 往復はがきで、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 (月～金曜日午前8時30分～午後5時<祝日を除く>)。またはLoGoフォーム(右上2次元コード)から申し込み 他電卓持参。1歳～就学前の託児あり(定員あり。5月19日までに同係)

日時	内容	講師
6月3日(土) 午前9時30分～午後0時30分	起業の心得(経営)、地域資源やつながりを起業に活用する(人材育成)	キャリア・ママ 代表取締役・堤香苗
6月10日(土) 午前9時30分～午後0時30分	IT、SNSを活用して地域で起業しよう(販路開拓)	ノーブルウェブ 代表取締役・松原伸禎
6月17日(土) 午前9時30分～午後0時30分	資金計画の基礎を学ぶ(財務)	ブレイクポイント 代表取締役・若山泰親
6月24日(土) 午前9時30分～午後1時	アイデアをビジネスにする 事業計画の作り方(経営)	キャリア・ママ 代表取締役・堤香苗

生以下は保護者同伴) 定200名(抽選) 往復はがき(12面記入例。4名まで連記可)で、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)。または同財団ホームページから申し込み/申込期限=4月30日 同財団 ☎5305-6161

荻窪体育館

◆子どもHIPHOP教室体験

時5月11日(休)午後5時～6時 師emi、Aya 区内在住・在学の小学1～4年生 定6名(申込順) 費1350円 往復はがきで、4月17日正午から同体育館

◆チアリーディングスクール体験会

時5月12日(金)①午後4時～5時②5時～6時③6時～7時 師諏訪千尋、濱名和美 区内在住・在園・在学の①年長～小学1年生②小学2・3年生③小学3・4年生 定各10名(申込順) 費各1350円 往復はがきで、4月17日午後2時から同体育館

◆なぎなたKids & Junior体験会

時5月13日(土)午後1時～2時・2時～3時 師区なぎなた連盟 区内在住・在学の小中学生 定各4名(申込順) 費各850円 往復はがきで、4月17日午後2時から同体育館

◆障害者ユニカール体験教室

時5月14日(日)、6月11日(日)午前11時～午後1時 区内在住・在勤・在学で障害があり簡単な指示の下動ける方 定各10名(申込順) 費各100円 往復はがきで、各実施日7日前の午前9時30分から同体育館

◆ポッチャ体験教室

時5月20日(土)午後1時～3時 師すぎポッチャクラブ 区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 費200円 往復はがきで、4月17日午前10時から同体育館

…………… いずれも ……………

場 荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

庭園で初夏を楽しむ

角川庭園まつり

日時 4月29日(祝)午前10時～午後3時30分

場所 同庭園(荻窪3-14-22)



初夏を楽しむ野点

初夏の庭を眺めながらのお茶会を開催します。

時午前10時・10時30分・11時・11時30分 区席主=せんおう会表千家教授・水町宗江 定各6名(申込順) 往復はがきで、4月17日午前9時から同庭園

あおぞら寄席

時午後1時～3時30分 区出演=杉並江戸落語研究会 定40名(雨天の場合は20名。いずれも先着順)

…………… いずれも ……………

場 同庭園 ☎6795-6855

杉並アニメーションミュージアム企画展

チキップダンサーズ展

個性的なキャラクターたちがダンスで大活躍するアニメ「チキップダンサーズ」。テレビで放映されたアニメの全話紹介や、かわいいジオラマの展示も行います。



▲ホームページ

▲ツイッター

日時 7月17日(祝)まで/午前10時～午後6時

(入館は5時30分まで。7月17日は4時まで。月曜日<祝日の場合は翌日>を除く)

場 東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 同施設 ☎3396-1510 他車での来場不可

©San-X/チキップダンサーズおどるん会



※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。  
※申込期限に(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

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆GWカラダ引き締め教室  
 5月3日(祝)午前9時30分～11時30分  
 格闘技ダンベルエアロシェイプ 対15歳以上の方(中学生を除く) 定40名(申込順) 費1320円 申同センターホームページから申し込み 他上履き持参

◆フライングディスク体験会  
 障害のある方も楽しめます。  
 4月30日(日)午後1時30分～2時30分  
 小学生以上の方 定30名(抽選) 費280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 他上履き持参。結果は4月24日以降に通知

◆体操教室 レッスン体験会  
 5月1日(月)・4日(祝)①午後3時15分～4時30分②4時45分～6時 場1日=同センター▶4日=TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 内マット運動・鉄棒・跳び箱ほか 対①3歳半～未就学児②小学生 定各15名(抽選) 費各800円 申1日は同センター、4日は

TAC杉並区妙正寺体育館ホームページから、4月22日までに申し込み 他結果は4月24日以降に通知

◆シニア体力測定会  
 5月2日(火)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

◆子どもの日特別企画  
 大体育館で思いっきり運動しよう  
 障害のある方も楽しめます。  
 5月5日(祝)午前9時30分～午後0時30分 内卓球・バドミントン・バスケットボール・的当てゲームほか 対中学生以下の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定40名(先着順) 費100円 他上履き持参。ラケット・ボール貸し出しあり

◆プレキッズ&マミーサッカー教室  
 5月10日(水)・17日(水)・24日(水)①午前10時～10時50分②11時～11時50分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在園で①2歳②3・4歳の

お子さんとその保護者 定各15組30名(申込順) 費1組570円(子育て応援券利用可) 申同センターホームページから申し込み

◆年少サッカー教室  
 5月11日(木)午後3時20分～4時 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在園で年少のお子さん 定15名(申込順) 費800円 申同センターホームページから申し込み

◆スマイルサッカー教室  
 障害の有無に関係なくみんなで楽し

く運動する教室です。  
 5月25日(土)午後5時30分～6時40分 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在学の小学生、走ることができる障害児 定30名(申込順) 費690円 申同センターホームページから申し込み

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

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。  
 内配布方法=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ホームページ(右2次元コード)からもご覧になれます 同財団 ☎5305-6161



「区長と学ぼう」  
**自転車マナー講習会**




道路交通法が改正され、4月1日から、全ての自転車利用者はヘルメットの着用が義務づけられました。この機会に、区長と一緒に自転車用ヘルメットの正しい着用方法、自転車の交通ルールとマナーを、講習と実技を通して学びませんか。

5月27日(土)午前10時～正午 場 区役所第4会議室(中棟6階)、中杉通り 内自転車の交通ルールとマナー、自転車の乗車前点検、ヘルメットの正しい着用方法、実技 師杉並警察署員 対区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定20名(抽選) 申LoGoフォーム(下2次元コード)から、5月10日までに申し込み 場 杉並土木事務所交通安全係 ☎3315-4178 他自転車持参(雨天時を除く)。ヘルメット・ベストの貸し出しあり。終了後に修了証と「選べる記念品(交通安全グッズ)」を差し上げます




**高円寺びっくり大道芸 2023**

よりすぐりのパフォーマーが、空中曲芸・中国雑技・ジャグリング・パントマイム・マジック・ウォーキングアクトなどを披露します。まちが劇場に変身する高円寺の春のお祭りを一緒に楽しみましょう。



4月30日(日)正午～午後6時 場 高円寺地域11商店街・JR高円寺駅前広場・高南通り・高円寺北公園(高円寺北3-20-15)・高円寺中央公園(高円寺南4-31-7)・長仙寺(高円寺南3-58-4)・氷川神社(高円寺南4-44-19) 同催し実行委員会事務局 ☎3314-4147 他詳細は、同催しホームページ(右2次元コード)参照



4月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

**自然と遊ぼう! ネイチャーゲーム**  
 ~春みつけ



心と体で自然を楽しむネイチャーゲーム。今回は四季折々の自然にあふれる善福寺公園で行われた、子どもも大人も一緒に楽しめるネイチャーゲームの様子をご紹介します。


● 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・正午・午後8時から毎日放送)



同広報課

自分をふり返し、社会とのつながりを見つける大人の放課後

**すぎなみ大人塾 地域コース(久我山～浜田山)**



「すぎなみ大人塾」は、参加者と地域づくりを学び、活動を通じて、自らの可能性を発見したり、ネットワークを築いたりできるプログラムです。  
 久我山～浜田山コースは、「まちの発見」につながるクイズをつくり、解いたりして遊びの中から地域の魅力を学びます。

時 場内右表のとおり 師 学習支援者・矢野恒 対 区内在住の方 定 30名(抽選) 申 LoGoフォーム(右上2次元コード)から、5月11日までに申し込み 同社会教育センター ☎3317-6621

みんなで遊楽体験～まち発見クイズ・プロジェクト

日程	内容等
6月3日(土)	遊ぶ、学ぶ、わくわくするを体験しよう 場 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 師 ハンズオン埼玉常務理事・西川正
7月1日(土)	みんなとつながろう 場 オンラインで実施
7月29日(土)	地域のことを自分たちで考えてみよう 場 高井戸地域区民センター
8月19日(土)	地域を歩いて発見しよう 場 高井戸地域区民センター
9月9日(土)	地域の歴史を知ろう 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 師 郷土博物館学芸員
10月14日(土)	「まち発見クイズ」をつくろう 場 浜田山会館
11月26日(日)	「まち発見クイズ」で遊ぼう 場 浜田山会館
6年1月13日(土)	クイズづくりをふり返ろう 場 浜田山会館
2月10日(土)	成果を発表しよう 場 セシオン杉並(梅里1-22-32)

※実施時間=午後1時30分～4時(6月3日は午前9時30分～正午。8月19日、2月10日は4時30分まで)。

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) 同問い合わせ 他その他 ☒Eメールアドレス ☒HPホームページアドレス

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

5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・高校生委員会

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絵本読み聞かせ会、小学生向けのゲーム会ほか

☑任期=5月から1年間(再任あり) ▶活動日=月1回程度 ☑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 ☑各施設10名程度 ☑直接、5月15日までに各施設

### 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
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
子ども・子育てプラザ善福寺	善福寺1-18-9	☎3395-1576

## 「ゆう杉並」中・高校生運営委員会

「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の意見箱等の設置、研修会、ゆう杉並への意見提案、地域イベント(お祭り等)への協力、ゆう杉並のイベント参加、委員会イベントの企画・運営、他施設見学ほか

☑児童青少年センター(ゆう杉並) ☑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 ☑区内在住・在学または児童青少年センター(ゆう杉並)を利用している中高生 ☑20名程度(申込順) ☑直接、5月27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)

2・3面の特集も併せてご覧ください

## 表現のプロに学ぼう!

# ゆう杉並Officialメンバーを募集します

演劇や表現活動、舞台制作(照明・音響等)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。ぜひ、ご参加ください。



### 演劇メンバー

☑5月17日~6年3月13日の水曜日、午後6時30分~8時30分(祝日、休館日、テスト期間を除く) ☑児童青少年センター(ゆう杉並)内や区内施設での公演ほか ☑演技トレーナー・万田祐介 ☑役者=10名程度▶照明・音響=若干名(いずれも申込順)

### Vocalメンバー

☑5月11日~6年3月28日の木曜日、午後6時45分~8時45分(祝日、休館日、テスト期間を除く) ☑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 ☑ボーカル担当・上島尚子、ピアノ・アレンジ担当 八木美恵子 ☑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

☑児童青少年センター(荻窪1-56-3ゆう杉並内 ☎3393-4760(休館日を除く)) ☑中高生 ☑直接、児童青少年センター

## 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

**荻窪音楽祭・春の交流コンサート** 5月25日(木)午後7時~9時/杉並公会堂/出演=桑原志織(ピアノ)▶曲目=シューベルト「さすらい人幻想曲」ほか/小学生以上の方/190名(申込順)/3000円/☑チケット販売窓口=杉並公会堂 ☎5347-4450/☑同催し事務局 ☎5347-0244

### 講演・講座

**令和5年度税制改正~相続税改正とインボイス制度で準備しておくこと** 5月9日(火)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・斎藤英一/区内在住・在勤の方/15名(申込順)/2000円/☑☑電話で、5月2日までに杉並法人会 ☎3312-0912  
**文化講座「ウィーンの歴史と建築文化」** 5月14日(日)午後1時30分~3時20分/

阿佐谷地域区民センター/元国土交通省土地・水資源局長 倉林公夫/区内在住・在勤・在学の方ほか/80名(抽選)/1000円(学生無料) ☑Eメール(12面記入例)にEメールアドレスも書いて、5月1日までに異文化アカデミー ☑ibunkaac@gmail.com ☑同団体・山田 ☎080-5090-7340  
**歴史講演会 淡島雅吉のアトリエガラスの「かたち」を求めて** 5月20日(土)午後1時30分~3時30分/高井戸地域区民センター/郷土博物館学芸員/80名(先着順)/500円/☑☑杉並郷土史会・幸田 ☎090-2436-1962

### ◆すぎなみ文化協会

**◆津島修治が太宰治になった荻窪~周辺の作家と共に** 4月22日~6年3月23日の毎月第4土曜日、午前10時~正午(計12回)/ウェルファーム杉並/郷土文学研究者・濱野安生ほか/20名(申込順)/1万円  
**◆荻窪三庭園を知る・歩く(大田黒・角川・荻外荘の魅力)** 4月22日~6年3月23日の毎月第4土曜日、午後2時~4時(計12回)/オンラインで実施/郷土史研究者・

木原秋好ほか/20名(申込順)/1万円  
..... いずれも .....

☑☑電話・はがき(12面記入例)にEメールアドレスも書いて、4月21日までにすぎなみ文化協会・村田くるみ(〒167-0022下井草5-22-10 ☎080-5644-2592)

### ●河北医療財団 広報課

**◆河北健康教室 命をつなぐ心肺蘇生の方法・救命処置の方法など** 4月27日(木)午前10時30分~11時30分/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院クリティカルケア認定看護師・河村葉子/80名(申込順)

**◆河北健康教室 体操とLINEの登録教室~運動不足を解消しよう** 5月18日(木)午後1時30分~3時30分/阿佐谷地域区民センター/河北総合病院理学療法士/50名(申込順)

### ..... いずれも .....

☑☑電話で、河北医療財団広報課 ☎3339-5724(月~金曜日午前10時~午後5時(祝日を除く))

### ●杉並青色申告会

**◆シニア向けLINEセミナー** 5月16日

(火)午後1時~2時30分・3時~4時30分/産業商工会館/auショップ荻窪駅前店・金子泰武/区内在住の方/各10名(申込順)/各1000円/☑☑電話・ファクス(12面記入例)で、5月15日までに同会/LINEがインストールされたスマートフォン持参。長寿応援対象事業

**◆事業者向けInstagram活用術&交流会** 5月18日(木)午前10時~正午/産業商工会館/セールスプランナー・伊丹恵美/区内在住の方、区内事業者/16名(申込順)/1000円ほか/☑☑電話・Eメール(12面記入例)で、5月17日までに同会

### ..... いずれも .....

☑☑杉並青色申告会 ☎3393-2831 ☑☑3393-2864 ☑☑seminar@aioiro.org

### その他

**税金なんでも相談会** 4月27日(木)午後5時~8時、5月11日(木)午後1時~4時/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/☑☑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、祝日を除く))/1人45分程度

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。  
※申込期限に(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。