



何かと何かの出会いから、
新しい何かが生まれる。

館長
おおかわ さとし
大川 智史さん

Profile

1985年生まれ。大学生の頃に演劇と出会い役者として演劇にかかわる。卒業後、演劇と人が出会う場である劇場に興味を持ち、武蔵野市吉祥寺シアターを経て2022年からは現在の合同会社syuz'genに移り、2026年4月から座・高円寺の館長に就任。

「まあるいカフェ」店長
か も たけし
加茂 剛さん

Profile

高円寺生まれ、高円寺育ち。20代の頃からイタリアンの料理人として活躍。地産地消に興味を持ち山形県鶴岡で修行。その後、飲食店と生産者をつなげるイベント「高円寺ハーヴェスト」を開催。前カフェ「アンリ・ファープル」のシェフを経て「まあるいカフェ」の店長に。



加茂…昨年11月に座・高円寺で行われた「手話のまち、東京国際ろう芸術祭2025」では、イベントの打ち上げをカフェでやっていただきました。100名ほどの方が集まり、静かに盛

座・高円寺の目指すことの中に「出会い」がキーワードとなっています。

大川…大きな目標としているのはアクセシビリティの推進です。シライケイタさん演出作品の『夏の夜の夢』では、ろう俳優の方が主要な役で出演されていますが、現状、日本の舞台芸術では障害がある方が舞台に立つ機会はまだまだ少なく、それが特別なことのように思われています。私たちは、障害のある方もない方も、国籍や人種、第一言語の違いといったことも問わず、演者、裏方、観客など全ての人が色々な形で劇場にかかわっていくことが特別なことではなく、当たり前に行われる劇場を目指しています。

加茂…今では高円寺の枠を越えて、中野から西荻窪の5駅に広がりました。何かと何かをつなげるのが好きなんです。新しい何かが生まれそうですね。このカフェでは野菜は杉並のもの、それ以外の食材はこれまで知り合った方から仕入れたりと、出会いから生まれたメニューがあります。

大川…劇場の中のカフェって、観劇後に仲間と感想を語らうような、ヨーロッパの事例を想像される方がいらつしゃると思います。しかし実際の運用を考えると、例えばお芝居が21時に終わって、その後にお店をご利用いただくとなると、加茂さんたちには24時くらいまで

加茂…劇的に何かを変えるのではなく、小さなことでも新しいことを少しずつ積み上げていくことで、生まれてくるものってあると思うんです。

大川…座・高円寺は人と人が出会い、新しい何かが生まれていく、ハブ(hub)のような役割を担っていかねばと考えています。加茂さんが始めたような取り組みです。例えば演劇のつくり手と阿波おどりの連の方々のような、普段は接点をあまり持たない方たちに私たちが何か働き掛けることで、これまでなかったような新たな動きが生まれ、それが街全体に広がり、高円寺が今以上に活気のある街になっていく。そんな存在になれるよう劇場の内外で取り組んでいきます。

大川…劇場の中のカフェって、観劇後に仲間と感想を語らうような、ヨーロッパの事例を想像される方がいらつしゃると思います。しかし実際の運用を考えると、例えばお芝居が21時に終わって、その後にお店をご利用いただくとなると、加茂さんたちには24時くらいまで

座・高円寺がこれから目指していくことは？

4月より座・高円寺の指定管理者の交代に伴い新たに館長となった大川智史さんと、同劇場の2階に開店したカフェ「まあるいカフェ」の店長を務める加茂剛さんに「劇場の中にあるカフェの役割」についてお話を聞きました。



働いてもらわなければならず、公立施設では難しい部分があります。ですから「まあるいカフェ」ならではの在り方を考えていかなければなりません。それにはまず飲食店としての魅力的な要素を持っているかが大事です。料理や珈琲が美味しい、居心地がいいことに加えて、ベビーカーや車いすでも利用し易い広さを持っているというの大きな付加価値だと思います。カフェを入口としてお芝居や子ども向けのイベントなど劇場に興味を持っていただく、という段階を踏んでいただける可能性を強く感じています。

加茂…劇的に何かを変えるのではなく、小さなことでも新しいことを少しずつ積み上げていくことで、生まれてくるものってあると思うんです。

大川…座・高円寺は人と人が出会い、新しい何かが生まれていく、ハブ(hub)のような役割を担っていかねばと考えています。加茂さんが始めたような取り組みです。例えば演劇のつくり手と阿波おどりの連の方々のような、普段は接点をあまり持たない方たちに私たちが何か働き掛けることで、これまでなかったような新たな動きが生まれ、それが街全体に広がり、高円寺が今以上に活気のある街になっていく。そんな存在になれるよう劇場の内外で取り組んでいきます。

大川…劇場の中のカフェって、観劇後に仲間と感想を語らうような、ヨーロッパの事例を想像される方がいらつしゃると思います。しかし実際の運用を考えると、例えばお芝居が21時に終わって、その後にお店をご利用いただくとなると、加茂さんたちには24時くらいまで

大川…劇場の中のカフェって、観劇後に仲間と感想を語らうような、ヨーロッパの事例を想像される方がいらつしゃると思います。しかし実際の運用を考えると、例えばお芝居が21時に終わって、その後にお店をご利用いただくとなると、加茂さんたちには24時くらいまで

こぼれ話は
スグナミ・ウェブ
ミュージアムで

紙面に掲載できなかった、とっておきの内容を「こぼれ話」としてまとめています。



出演者や内容が、予告なく急ぎよ変更となる可能性があります。公演に関する最新情報についてはそれぞれの主催者にお問

高円寺プレイグラウンド 紙のリハーサル

7/30(金)～8/2(日) 10:30～15:00

この夏、劇場がまるごと「遊び場」になる！ 会場にあるのは、たくさんの「紙」。やわらかい紙、かたい紙、うすい紙。折って、ちぎって、丸めて、色を塗って、こどももおとなも、思い思いに遊んでみましょう！

紙の可能性は無限大。遠くに飛ばす、高く投げる、的に当てる—どうやったらうまくいく？たくさん試して失敗して…おっ！さっきよりもいい感じ？
¥無料(申込不要・入退場自由)



イラスト：今井さつき

プレイサークル

8/22(土)～ 毎週土曜日 13:30～15:30

7月発売予定

出会う、遊んで、また来週。こどもたちが毎週土曜日に集まって、テーマに沿ったワークショップや自由な遊びを通じて、表現・交流・探求を楽しむ場所です。「やってみる」を大切に、スタッフも一緒に遊びます。

¥500円 小学生・中学生

夏の夜の夢

9/13(日)～10/17(土)

7/18(土)発売

アテネの貴族の娘ハーミアは、父親の決めた許婚を拒絶し、愛する青年ライサンダーと夜の森へ駆け落ちします。追いかけるデミートリアスと、彼に片想いするヘレナ。そして森には—妖精の王オーベロン、女王ティターニア、イタズラ好きのパックが待ち構えていました。恋する人間4人に妖精たちが火花を散らせば、夏の一夜はもう「夢」としか言いようのない大混乱！「夢」の続きはどうなる？劇場で一緒に見ましょう。

原 W.シェイクスピア(小田島雄志訳による)

上演台本 岩崎う大 演 作詞 シライケイタ

田山崎薫、木ノ下藤吉、滝本圭、坂本夏帆、西脇将伍、ぎたろー、峰一作

¥全席自由・整理番号付き・税込/一般 3,500円/杉並区民割引 3,000円/障害者割引 2,500円/U-25(25歳以下) 2,000円/中学生以下無料

区民割 託児



夏の夜の夢 (2025年撮影：梁丞佑)



えほんのわっか

開催中 毎週土曜日 10:20～11:20

発売中

絵本のおみせかせと、自由工作のプログラムです。絵本ガイドさんと一緒に気になる絵本を読んだら、カタチにしてみましょう！出てきた動物を折り紙でついたり、好きなシーンを色鉛筆で描いたり。表現方法は自由です！

場「まあいカフェ」 ¥500円 ※保護者の方のお付き添いは無料です 対2歳～ 子育て応援券

2面共通・チケット取扱▶座・高円寺ボックスオフィス

公演情報

大駱駝艦 壺中天 舞踏公演 鉦久奈緒美『死者の書』

7/2(金)～5(日)

発売中

奈良出身の鉦久奈緒美による11年ぶりの新作。折口信夫の『死者の書』を軸に生と死、現実と幻想の境界を模索し、人間の存在について探求する。

振舞 演美術 鉦久奈緒美

田 鉦久奈緒美、松田篤史、小田直哉、坂詰健太、荒井啓汰、高桑晶子、藤本梓、梁鐘馨、齋門由奈、谷口舞、谷口美咲子

¥全席指定・税込/一般 4,000円/杉並区民割引 3,600円/障害者割引 3,600円/U-24(24歳以下) 2,500円



大駱駝艦 壺中天 舞踏公演 鉦久奈緒美『阿修羅』 (2023年撮影：腰山大雅)

花組芝居

『レッド・コメディ～赤姫祀り～』

7/9(金)～12(日)

発売中

赤姫姿の老醜の女形が車椅子に腰掛けている。

ここは彼岸か？此岸か？

「赤」を身にまとった「男」が紡ぎ出す、いにしえの物語。

脚本 秋之桜子 構成 演 加納幸和

田 加納幸和、原川浩明、山下禎啓、桂憲一、八代進一、北沢洋、横道毅、秋葉陽司、磯村智彦、丸川敬之、押田健史、永澤洋、

武市佳久、高橋凜(研修生)/阿部丈二(客演)
¥全席指定・税込/一般 6,000円/杉並区民割引 5,500円/障害者割引 5,500円/U-25(25歳以下) 4,500円/O-70(70歳以上) 5,500円

区民割 託児



©武藤奈緒美

日本劇作家協会プログラム 劇団だるめしあん 25周年記念公演『ラブイデオロギーは突然に(劇場版)』

8/7(金)～11(火)

6/21(日)発売

20年前に大ヒットし、ドラマ化したケータイ小説『あまこい』。その世界に転生した原作者と脚本家は、自分たちが囚われていた“恋愛”の価値観に向き合っていく。現代を問い直す、40代女性ふたりのシスターフッドストーリー。

監演 坂本鈴(劇団だるめしあん)

田(甘組)田実陽子、小泉まき、陽向さとこ(恋組)高羽彩、河南由良、大内彩加ほか

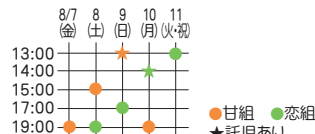
¥全席指定・税込/一般 5,000円/杉並区民割引 4,500円/障害者割引 一般 4,500円/障害者割引 U-25(25歳以下) 3,000円/U-25(25歳以下) 3,500円ほか

区民割

託児



劇団だるめしあん『死ぬばかりの君たちへ～シェイクスピアの学園～』(撮影：斧口智彦)



日本演出者協会セレクション OFFICE STOMP『雲母紙鷺』 KIRANOTOBİ the musical

8/14(金)～18(火)

6/27(土)発売

天災や不景気にあえぐ江戸時代後期、鎗を削りひしめき合う人気絵師たちの中に、わずか十九歳で筆を折った若き絵師が居た…。コロナ禍で執筆された、芸術への熱情滾らせるオリジナルミュージカル。

脚本 演 作詞 作曲 藤倉梓

田 横山賀三、DION、加藤潤一、村井成仁、鈴木壮麻ほか

¥全席指定・税込/一般 6,000円/杉並区民割引 5,700円/障害者割引 5,700円ほか

区民割



糸あやつり人形一糸座 創作人形浄瑠璃『新羅生門』

8/21(金)～25(火)

7/4(土)発売

現代戯曲を大胆に書き変えた、古典と現代を繋ぐ創作人形浄瑠璃。鬼、渡辺綱、桃太郎に金太郎…。昔話のヒーロー達による現代版鬼退治の行方とは。

監演 横内謙介(劇団扉座)

田 人形：一糸座、鈴木めぐみ(劇団棧敷童子)ほか
俳優：みよんふあ、新原武(劇団扉座)、野田翔太(劇団扉座)
義太夫：浄瑠璃 竹本越孝/
三味線 鶴澤三寿々
鳴り物：望月太意三郎

¥全席指定・税込/一般 5,000円/杉並区民割引 4,500円/障害者割引 4,500円/シニア(70歳以上) 4,500円/大学生以下 3,500円ほか

区民割 託児



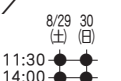
第67回 東京高円寺阿波おどり 2026 夏の座・高円寺舞台阿波おどり

8/29(土)・30(日)

6/23(火)発売

踊る阿呆に見る阿呆 夜まで待てない 踊らにや損々！ 祭り色に染まるステージパフォーマンスです。

¥全席指定・完全前売り・税込/一般 2,500円/障害者割引 2,000円



2025 夏の座・高円寺阿波おどり (©東京高円寺阿波おどり振興協会)

区民割 杉並区民割引

杉並区在住・在勤・在学の方は、座・高円寺で上演する主催・提携公演をお得な割引料金でご購入いただけます(割引額は公演によって異なります。座・高円寺ボックスオフィスにて販売、入場時要証明書提示)。



子育て応援券 「杉並子育て応援券」を使って、親子で楽しもう！

0～6歳の未就学児が入場可能な応援券対象公演・ワークショップに親子で参加される場合は、チケット購入に杉並子育て応援券がご利用いただけます(上限額あり)。ご希望の方は、座・高円寺ボックスオフィス(WEB・電話・窓口)よりお申し込みの上、参加当日にご精算ください。

託児 事前申し込み制有料

(一部のステージのみ対象。詳細は座・高円寺HP参照)
●座・高円寺での託児は
▶座・高円寺ボックスオフィス ☎3223-7300へ

2 ※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。

お問合せください。

※開演中の入場については、制限する場合があります ※特に記載のない限り、未就学児の入場はできません



杉並公会堂は2026年度に20周年を迎えます

オンライン 杉並公会堂チケットオンライン

公演のご予約・ご購入は24時間利用可能で便利な【杉並公会堂チケットオンライン】で!



日本フィル杉並公会堂シリーズ 2026-2027

日本フィル杉並定期演奏会

場 杉並公会堂大ホール 間 杉並公会堂 ☎5347-4450(11:00~18:00)

【チケット取扱】オンライン 窓 託児

第83回 祈りの旋律、大地の鼓動 発売中

9/20(日) 15:00(開場14:15)

指揮 オッコ・カム(指揮)、河村尚子(ピアノ)

日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

曲 ラフマニノフ：ピアノ協奏曲第2番

ストラヴィンスキー：バレエ音楽《春の祭典》

¥全席指定/S席5,300円/A席4,200円/B席3,100円



オッコ・カム ©Kaapo Kamu



河村尚子 ©Marco Borggreve

第84回 若き才能が拓くロマン派、輝く名作二題

11/26(日) 15:00(開場14:15)

指揮 松本宗利音(指揮)、大江馨(ヴァイオリン)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

曲 メンデルスゾーン：ヴァイオリン協奏曲、ブラームス：交響曲第1番

¥全席指定/S席5,300円/A席4,200円/B席3,100円

チケットメンバーズ(Web) 7/28(火) 11:00~

一般(電話・Web) 7/29(水) 11:00~

窓口 7/30(木) 11:00~



松本宗利音



大江馨 ©Shigetaka Imura

第85回 大河ドラマ曲ベストセレクション

2027年1/17(日) 15:00(開場14:15)

指揮 広上淳一(指揮)、水野優也(チェロ)

日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

曲 ドヴォルジャーク：チェロ協奏曲、大河ドラマテーマ曲特集

¥全席指定/S席5,300円/A席4,200円/B席3,100円

チケットメンバーズ(Web) 9/15(火) 11:00~

一般(電話・Web) 9/16(水) 11:00~

窓口 9/17(木) 11:00~



広上淳一 ©Masaaki Tomitori



水野優也 ©Yuji Ueno

夏休みコンサート

日本フィル夏休みコンサート2026 発売中

7/22(日) 14:00(開場13:15)

指揮 広上淳一(指揮)、江原陽子(お話とうた)、スターダンサーズ・バレエ団(バレエ)

日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

曲 J.シュトラウスII世：美しく青きドナウ

チャイコフスキー：バレエ組曲《くるみ割り人形》(日本フィル夏休みコンサート2026版)、勇気100% ほか

¥全席指定/

おとなS席4,200円/子どもS席2,000円

おとなA席3,100円/子どもA席2,000円

おとなB席2,000円/子どもB席1,000円



広上淳一 ©Masaaki Tomitori



江原陽子



スターダンサーズ・バレエ団 ©Kiyonori Hasegawa

杉並公会堂共催公演 大ホール

特選落語会 発売中

8/2(日) ①11:30(開場11:00) ②15:00(開場14:30)

桂文珍、春風亭小朝 ¥全席指定/4,500円

エイフル企画株式会社 ☎6240-1052

【チケット取扱】エイフル企画ネット販売

http://www.eifuru.com

ローソンチケット(Lコード：33807)・

チケットぴあ(Pコード：541-458)・イープラス オンライン 窓



桂文珍



春風亭小朝

東京混声合唱団 第271回定期演奏会 8/24日発売

11/23(日) 15:00(開場14:15)

指揮 栗山文昭(指揮)、斎木ユリ・浅井道子(ピアノ)

むさし野ジュニア合唱団「風」(指導：前田美子)、東京混声合唱団(合唱)

曲 三善晃：童声・混声合唱とピアノのための《葉っぱのフレディ》ほか

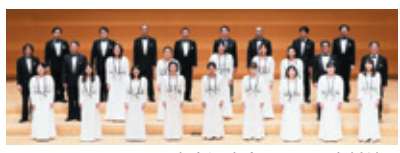
¥全席指定/一般前売4,500円/

当日券5,000円/学生1,500円

東京混声合唱団事務局 ☎6380-3350

【チケット取扱】東京混声合唱団事務局・

カンフェティ 窓 ※一般前売のみお取扱い



東京混声合唱団 ©中村紋子

杉並公会堂共催公演 小ホール

ミュージックブランチ2026-2027 第2回 発売中

7/23(日) 10:30(開場10:10)

指揮 竹内あすか(フルート)、浜野与志男(ピアノ)

曲 シャミナード：星のセレナーデOp.142 ほか

¥全席自由/一般2,000円

アコールヴィブレ

☎0422-26-6779(平日11:00~15:00/不定休)

【チケット取扱】アコールヴィブレ 窓

午後の音楽会Vol.7 第2回

◆スウィング=飛躍するビッグバンドの名曲 発売中

8/31(日) 14:00(開場13:30)

指揮 鈴木直樹(クラリネット&サクソフォン)、田中和音(ピアノ) ほか

曲 A列車で行こう、シング・シング・シング ほか

¥全席自由/一般3,600円/直樹倶楽部会員3,400円/

ペア・チケット7,000円/学生1,000円

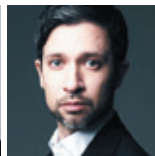
鈴木音楽事務所 ☎080-3368-8772

【チケット取扱】鈴木音楽事務所・

チケットぴあ(Pコード：318-391) 窓 ※一般のみお取扱い



竹内あすか ©Kosuke Atsumi



浜野与志男 ©Taira Tairadate



鈴木直樹



田中和音

杉並公会堂 休館日のお知らせ

7/6(月)、8/18(火)~20(木)、9/14(月) 上記日程以外にも、全館貸切等に伴う受付休業の場合があります。

杉並公会堂 一部施設の利用休止

大ホール 2027年4月12日(月)~7月16日(金) グランサロン 2027年4月12日(月)~5月14日(金) ※詳細は、杉並公会堂ホームページをご確認ください。

問い合わせ 杉並公会堂 ☎3220-0401 (休館日を除く)

イベント情報&区からのお知らせ

BATA ART EXHIBITION 2026

阿佐谷で和文化を楽しむ 夏のものづくりワークショップ

6/26(金)10:00~
申込受付開始!
(先着順)



7/30(木)・31(金)・8/1(土)
午前の回: 10:30開始
午後の回: 14:00開始
夕方の回: 18:00開始

定番人気の金魚ちょうちん、和菓子職人の練り切り体験、こけし愛好家の解説&絵付け、簡易金継ぎなど楽しいものづくりを全8種ご用意しています。詳細や予約方法は、上記の二次元コードでアクセスのうえ、リンク先でご確認ください。

場 区立産業商工会館
¥400円~1,500円 ワークショップの種類により料金が異なります。詳細ページをご覧ください。

問 NPO法人TFF ☎5397-3400(平日 10:00~17:30)
✉ bata@npo-tff.org



アート・ファン・ミーティング

7/3(金) 18:30~19:15 ガラス絵付け
19:15~20:15 ミーティング(予定)/事前予約制

アートが好きな方や、アートに携わる関係者の交流会を開催します。参加者同士の情報交換はもちろん、展示イベント・アートツアーなどの企画、またアーティストへのインタビューや区内ギャラリーの探索など、様々な形でアートにアプローチします。今回はミーティング開始前に絵付けのミニワークを実施。区内在住・在勤・在学の方、そして活動拠点が区内の方ならどなたでもご参加いただけます。詳しくはウェブサイトへ。



場 杉並区役所 ¥無料
問 NPO法人TFF ☎5397-3400(平日10:00~17:30) ✉ art@npo-tff.org
※内容により時間帯や開催場所が変更になる場合があります。
※開催回ごとの内容、予約方法などは二次元コードより「すぎなみ戦略的アートプロジェクト」のウェブサイトをご確認ください。



区役所中棟2階 区民ギャラリー 利用してみませんか?

アートが好きな皆さんの作品発表の場として、個展・グループ展にご利用ください。9月の利用者を募集します。

場 区役所2階 区民ギャラリー
¥無料(搬出入、展示は主催者で)
区在住・在勤・在学の方を中心に構成している非営利団体または個人(政治・宗教・営利目的の利用でないこと)

●今回の募集は3枠です

展示期間 (搬出入含む)	A (北西壁面)	B (青梅街道側)
9/7(月)~11(金)	①	②
9/14(月)~18(金)	③	-

◆申込記入内容(必須)

右記フォームからお申し込みください
またはメールかハガキで下記項目をお書きのうえ、お申し込みください



- 希望利用枠(①~③)
(第2~3希望もあれば明記する)
- 郵便番号・住所・電話番号
(展示期間中につながる番号)
- 氏名(フリガナ/団体の方は団体名も)
- 展示内容
(テーマ・作品の種類・作品数等具体的に)
- 区民ギャラリーの利用回数

◆宛先

杉並区 文化・交流課「区民ギャラリー募集係」宛
メール kumin-gallery@city.suginami.lg.jp
ハガキ 〒166-8570 阿佐谷南1-15-1

◆締切 7月6日(月)必着

◆結果 申込多数の場合は抽選。当落はメールまたは郵送で通知

問 文化・交流課 ☎5307-0734(直通)

詳細は

杉並区 区民ギャラリー 検索



\\ 知っていますか? /

杉並区の交流自治体 ~なれそめ vol.4~

杉並区と交流自治体のなれそめについてシリーズ化してお伝えします。第4回は東京都内の青梅市と武蔵野市!

●東京都青梅市

区と青梅市の関係は、江戸時代に青梅産の石灰を運搬するため人馬を負擔したことに始まります。杉並区が保有していた職員保養施設「青梅寮」を青梅市に売却したことを契機に、平成21(2009)年に「交流に関する協定」を結びました。現在では、吉野梅郷まつりに高円寺阿波おどり団を派遣し、盛り上げる一方で高円寺阿波おどり本祭では青梅市の連が出演するなど相互で行き来しながら交流を深めています。



●東京都武蔵野市

東日本大震災を踏まえ、災害が発生した際に、隣接自治体として相互に支援するため平成23(2011)年に「災害時相互協力協定」を締結しています。昨年度はグルメイベント「西荻窪×吉祥寺 飲みくらべ東西戦」を開催するなど、隣町という地の利を生かした関係を継続しています。



お土産と言えば、青梅市はご神木を使った御岳山のお守りが有名だよ! 武蔵野市では、認定ブランド「むさしのプレミアム」の商品がおすすめ! 同じ東京都だけど、みんな違うそれぞれの良さを感じてみてね!



杉並区で開催される 交流自治体主催 イベントカレンダー

※写真展の初日と最終日は、設営や撤去により、開始・終了時間が前後する場合があります。

HPはコチラ



開催日時	イベント	場所	
7月 15(水) 10:30~14:00	青梅市物産展	区役所中杉通り入り口前	
23(木) 10:00~14:00	吾妻の朝市		
8月 19(水) 10:00~14:00	忍野村物産展		
26(水) 10:00~14:00	吾妻の朝市		
27(木) 10:00~14:00	忍野村物産展		
9月 2(水) 10:00~14:00	南相馬市物産展		
4(金) 10:00~15:00	北塩原村秋の物産展		
17(木) 9:30~15:30	吾妻の朝市		
18(金) 9:30~14:30	おぢやフェア		小千谷学生寮駐車場 (小千谷学生寮: 井草4-16-23)
24(木) 10:00~14:00			
27(日) 11:00~13:30			

交流自治体からのお知らせ

なよろの畑自慢倶楽部2026大好評受付中!
交流自治体北海道名寄市の新鮮な野菜が期間限定で注文できます。

詳しくは
コチラ



これまで(統合前)の
てくてくはコチラ



杉並区の 国内交流自治体

- 名寄市(北海道)
- 小千谷市(新潟県)
- 南相馬市(福島県)
- 武蔵野市(東京都)
- 南伊豆町(静岡県)
- 東吾妻町(群馬県)
- 北塩原村(福島県)
- 青梅市(東京都)
- 忍野村(山梨県)
- 小笠原村(東京都)