

# イベントひろば EVENT PLAZA

## 催し

### シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

5月4日(祝)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

### 平和のシンボル 高井戸中学校「アンのバラ」春の一般公開

5月5日(祝)～8日(水)午前9時～午後3時(7日・8日は正午まで) 場 高井戸中学校(高井戸東1-28-1) 同 同中学校 ☎3302-1762

### 年中行事「端午の節供」関連イベント 鏡兜を着てみよう

5月5日(祝)午後2時～4時 場 郷土博物館(大宮1-20-8) 費 100円(中学生以下無料) 同 郷土博物館 ☎3317-0841



### 巨大プラレールで遊ぼう

5月12日(日)午前10時～午後4時30分(各30分) 場 阿佐谷地域区民センター 師 電気通信大学鉄道研究会 対 3歳以上の方(就学前の子どもは保護者同伴) 定 各10名(申込順) 費 各400円 申 Eメール(記入例)に希望回(第3希望まで)も書いて、阿佐谷地域区民センター ✉ entry@ochk-asagaya-center.jp。または直接、同センター(阿佐谷北1-1-1)。同センターホームページからも

申し込み可/申込期限=5月2日 同 センター ☎5356-9501 他 プラレールの持ち込みは1人3両まで

### 杉並のみどりを歩いて知ろう

5月18日(土)午後1時～4時 場 集合=高井戸丸太緑地(高井戸西2-17-2) ▶ 解散=JR荻窪駅 師 和田博幸 対 区内在住・在勤・在学の方 定 30名(抽選) 申 電話で、みどり公園課みどりの計画係。またはLoGoフォーム(区ホームページ同催し案内にリンクあり)から申し込み/申込期限=4月26日

## 講演・講座

### 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7日(火)・25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

### 管理栄養士による生活習慣病予防のためのミニ講座

5月9日(木)=気になる血糖値改善の食事対策(高井戸保健センター<高井戸東3-20-3>) ②10日(金)=高血圧の予防は、まず減塩から(荻窪保健センター<荻窪5-20-1>) ③21日(火)=血液中の中性脂肪、コレステロールを減らそう(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・在学で74歳以下の方 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

### 犬のしつけ方教室

5月18日(土)午前9時30分～10時30

## 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、子どもの氏名・年齢・性別も記入。

- 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

分・11時30分～午後0時30分 場 塚山公園(下高井戸5-23-12) 師 ヒューマン財団 対 飼い犬1頭につき飼い主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を装着)、狂犬病予防注射済票の交付を受けている(注射済票を装着)/生理中の雌を除く 定 各10組(申込順) 申 電話で、5月15日までに杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991

### 内田秀五郎の生涯と業績を振り返る

5月18日(土)午後2時～4時 場 柿木図書館 師 杉並郷土史会会長・寺田史朗 対 中学生以上の方 定 25名(申込順) 申 電話または直接、柿木図書館(上井草1-6-13) ☎3394-3801

### 女性のための創業セミナー

6月8日～29日の毎週土曜日、午前9時30分～午後0時30分(29日は1時まで。計4回) 場 産業振興センター(上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 師 キャリア・맘代表取締役 堤香苗、ブレイクポイント代表取締役・若山泰親、ノブルウェブ代表取締役・松原伸禎 対 区内で創業を目指す女性 定 20名(申込順) 申 電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077。または申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)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<申込順>)。5月24日までに同係)。特定創業支援対象事業

### 休日パパママ学級・休日母親学級

6月15日(土)・16日(日)・23日(日)午前=9時30分～正午▶午後=1時30分～4時(23日は午後のみ) 対 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23日(日)午前9時30分～正午 対 妊娠中の過ごし方、お産の流れ、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 ポピンスプロフェッショナルHP [https://poppins-education.jp/parentsclass\\_suginami/](https://poppins-education.jp/parentsclass_suginami/)から、5月5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。車での来場不可

### 就労支援センター

### ◆ハローワーク職員が解説する「求人票の見方」

5月8日(水)午前10時～11時30分 対 求職中の方 定 18名(申込順)

### ◆自分の特性を理解しよう 職場でうまくいかない・理解されない理由

5月10日(金)午後1時～4時 師 パーソルダイバース・中島夏希 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13日(月)②27日(月)午前10時～午後3時 師 PC専任講師・日坂元娘、森下みどり 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、就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136



### 杉並視覚障害者会館

### ◆てぬぐい体操

4月24日～7年3月26日の第4水曜日、午前10時～正午(8月を除く) 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

### ◆ドレミストレッチ

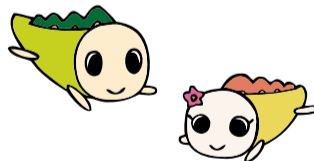
5月15日(水)、6月12日～7年3月12日の第2水曜日、午前10時～正午(8・10・11月を除く) 師 健康運動指導士・山川比登美 対 区内在住・在勤で視覚障害のある方 他 バスタオル持参

..... いずれも .....

場 同杉並視覚障害者会館(南荻窪3-28-10) ☎3333-3444 <月～金曜日午前9時～午後4時。祝日を除く>) 定 各6名(申込順) 申 電話で、各実施日前日までに杉並視覚障害者会館

## 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                            | 日時など  |
|------------------------------|-------------------------------|---|
| 善福寺館(善福寺2-26-18) ☎3394-8963  | 能楽入門はじめの一步 仕舞と謡(金春流)          | 4月22日～9月30日の①月曜日、午前10時～正午②水曜日、午前9時30分～11時30分③火④金曜日、午後6時30分～8時30分(祝日を除く。①②④各計14回。③計12回) 師 辻井八郎、林美佐 定 各若干名(申込順) 費 ①②④各2万8000円③2万4000円 |
| 高円寺東館(高円寺南1-7-22) ☎3315-1816 | 人生100年健康を新スタート「うきうきバランスボール体操」 | 4月26日から毎月第4金曜日、午後1時30分～3時 師 体力メンテナンス協会認定指導士養成講師・澤田由佳 定 各10名(申込順) 費 各700円  |
| 梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4) ☎3313-4319 | 松尾芭蕉とおくのほそ道講座                 | 5月3日から毎月第1金曜日、午前10時～正午 師 俳人・林誠司 定 各24名(申込順) 費 各500円   |
| 荻窪館(南荻窪2-25-17) ☎3335-1716   | 初心者向けスマホ教室                    | 5月4日～7月27日の毎週土曜日、午後1時30分～3時30分 師 菊地涼子 定 各6名(申込順) 費 各600円  |
| 四宮館(上井草2-28-3) ☎3396-7692    | 皆で歌おう「四宮コーラス」                 | 5月8日(水)午前10時～11時30分 師 江山静江 定 20名(申込順) 費 500円  |
| 大宮前館(宮前5-19-8) ☎3334-9640    | 美しい中国語が身につく「初めての中国語」          | 毎月第1・3金曜日、午後6時～7時(祝日を除く) 定 各8名(申込順) 費 各1800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) 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

**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。

時場定下表のとおり 申電話で、荻窪保健センター

| 会場                    | 日時・定員(申込順)                          |
|-----------------------|-------------------------------------|
| 和泉保健センター(和泉4-50-6)    | 5月10日(金)午前10時～11時30分 定10名           |
| 井草地域区民センター(下井草5-7-22) | 5月14日(火)午後1時30分～3時 定13名             |
| ゆうゆう永福館(永福2-4-9)      | 5月17日(金)午前10時～11時30分 定7名<br>他上履き持参  |
| ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5) | 5月21日(火)午前10時～11時30分 定14名<br>他上履き持参 |
| 荻窪保健センター              | 5月27日(月)午後1時30分～3時 定12名             |
| 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) | 5月28日(火)午前10時～11時30分 定8名            |

**◆足腰げんき教室**

時場定下表のとおり 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日までに荻窪保健センター

| 番号 | 会場                     | 日時(計4回)・定員(抽選)                               |
|----|------------------------|--|
| 4  | 杉並保健所(荻窪5-20-1)        | 6月3日～24日の毎週月曜日、午後1時30分～3時30分 定15名            |
| 5  | コーシャハイム方南町GC(和泉4-44-1) | 6月5日～26日の毎週水曜日、午前9時30分～11時30分 定12名<br>他上履き持参 |
| 6  | 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) | 6月4日～25日の毎週火曜日、午後1時30分～3時30分 定15名<br>他上履き持参  |

…………… 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 図荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015) 他お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

**環境活動推進センター**

**◆フリーマーケット in 高井戸(出店者募集)**

図5月12日(日)午前10時～11時30分 場同センター 対区内在住・在勤の方(業者を除く) 定募集区画=8区画(抽選) 申往復はがき(12面記入例)で、5月1日までに同センター 他車で搬出入・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

**◆学校プールのヤゴ救出に参加してみませんか?**

図5月14日(火)午後4時30分～6時 場同センター 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(12面記入例)で、同センター

**◆古着トレーナーで作るかぎ針編みバスケケット**

図5月16日(木)午後1時～3時 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150円 申電話・Eメール(12面記入例)で、5月9日までに同センター 他トレーナー・裁縫道具一式・かぎ針(8/0号)持参

**◆善福寺川感謝祭～善福寺川クリーンアップ作戦!**

図5月18日(土)午後2時～4時(雨天中止) 場集合・解散=善福寺公園下の池美濃山橋付近の広場 対コース=①善福寺公園下の池・新町橋往復②善福寺川上流 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 対区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定30名(申込順) 費100円(保険料) 申電話・Eメール(12面記入例)で、5月13日までに同センター 他軍手またはゴム手袋、お持ちの方はトング、②は着替え・ウォーターシューズまたは汚れてもいい運動靴持参

**◆コアジサイ薫る勝沼城跡で自然観察会と吹上しょうぶ公園散策**

図5月31日(金)午前9時30分～午後3時 場集合・解散=JR青梅線東青梅駅 師

**◆コアジサイ薫る勝沼城跡で自然観察会と吹上しょうぶ公園散策**

図5月31日(金)午前9時30分～午後3時 場集合・解散=JR青梅線東青梅駅 師

**高円寺びっくり大道芸**

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。詳細は、同催しホームページ(右下2次元コード)をご覧ください。



**日時** 4月27日(土)・28日(日)正午～午後6時  
**場所** 高円寺地域11商店街・JR高円寺駅前広場・馬橋北公園(高円寺北3-11-12)・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)

図高円寺びっくり大道芸実行委員会 ☎3314-4147



すぎなみ環境ネットワークみどり事業委員・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500円(保険料を含む) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、4月24日までに申し込み 他屋敷・敷物持参

…………… いずれも ……………

図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>)

**スポーツ①**

**競技大会**

**■わんぱく相撲杉並区大会**

図5月19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200名(申込順) 申同大会LINE公式アカウント(@wanpaku-suginami24)から、5月12日までに申し込み 図井口 ☎050-8892-2726

**スポーツ教室**

**■親子サッカー教室**

図5月6日(休)①午前9時10分～9時55分 ②10時～10時50分 場下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 師FC東京普及部コーチ 対区内在住・在勤(保護者)・在園・在学の①年中・年長②小学1～3年生とその保護者 定各30組60名(申込順) 費各1組1270円 申下高井戸運動場ホームページから申し込み 図同運動場 ☎5374-6191

**■バックストロークナイト**

図5月10日(金)・24日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分 場杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49) 師下拂敏行 対区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②背泳ぎで25mを泳げる方(いずれも中学生を除く) 定各10名(申込順) 費入場料 申電話で、各実施日7日目の午前10時から杉並第十小学校温水プール ☎3318-8763 他車で来場不可

**好きが見つかる！ 恐竜化石ラボ**

標本展示のほか、恐竜と動きを連動させるデジタル体験や化石発掘体験など、恐竜・化石の魅力を発見できる体験が盛りだくさんです！詳細は、IMAGINUSホームページをご覧ください。

**日時** 5月6日(休)まで、午前10時～午後5時(4月16日を除く。4月30日～5月2日、土・日曜日、祝日は午前9時～午後6時)

**場所** IMAGINUS (高円寺北2-14-13)



区民向け

**割引クーポンの発行開始**

IMAGINUSの科学体験プログラムが1割引きになる割引クーポンを発行します。詳細は、IMAGINUSホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



**恐竜ラボ**

**●ディノグランプリ**

自分で着色した恐竜に動きを連動させてデジタルで再現する体験ができます。

**●ペイント・ザ・ダイナソー**

恐竜の生態を推理して、6500万年前の皮膚の色を探るワークショップです。

費ワークショップ+入場1800円。入場のみ800円(3歳以下の子どもは入場無料)

**化石ラボ**

**●標本展示**

ティラノサウルス・パキケファロサウルスの頭骨、さわれるウンチ化石(実物)を展示します。

**●トレジャーハンター・発掘体験**

発掘工程で重要な化石クリーニングを体験できます。

費1500円

…………… いずれも ……………

費恐竜化石ラボセット券=2800円

図IMAGINUS ☎6383-0290 他就学前の子どもは保護者同伴。IMAGINUSは区が建物などを運営事業者に貸し付け同事業者が独自に運営を行う施設です

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「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。

障害のある方もスポーツを楽しもう!

# ユニバーサルタイムの参加者募集

障害のある方のスポーツ・運動のきっかけづくりの場として、さまざまなプログラムを実施しています。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



開 6月5日(水)午後3時30分～5時30分 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2)  
内 ウオーキング・ボール種目・ダンス・エアートランポリン・サウンドテーブルテニスほか 対 障害のある方(介助が必要な方は介助者同伴) 関 スポーツ振興課事業係 他 上履き持参

JR・東京メトロ丸ノ内線荻窪駅などからの誘導サポーターを希望の方は、電話・Eメール(12面記入例)で、5月31日までにスポーツ振興課 [sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp](mailto:sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp)

4月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

## 荻外荘復原・整備プロジェクト



激動の昭和史の舞台となった荻外荘。その歴史を未来へ残すための復原・整備が進んでいます。今回は、今年の冬の開館を目指して整備が進む荻外荘の歴史と復原・整備プロジェクトの全容、オリジナルグッズを紹介します。

### ● 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)



関 広報課報道係

## スポーツ②



### 春季ソフトテニス教室

開 5月11日～6月29日の毎週土曜日、午後3時～5時(計8回。雨天順延。予備日=7月6日(土)) 場 TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 対 区内在住・在勤・在学中中学生以上の方 定 30名(申込順) 費 3500円。中学生3000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30日までに区ソフトテニス連盟・福浦(〒167-0041善福寺4-5-6-209) 関 福浦 ☎3301-0445(午後7時～9時)

### 初心者区民乗馬教室

開 5月15日～6月6日の毎週水・木曜日、午前10時～午後0時20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、5月2日までに区馬術連盟・平野光子(〒168-0064永福2-18-18) 関 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

開 5月22日(水)・29日(水)、6月5日(水)午後1時～3時(雨天中止。計3回) 場 塚山公園運動場(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10日までに区ターゲット・バードゴルフ協会・鈴木 ☎090-3696-7454(午前8時～午後8時) 他 運動靴で、ゴルフグローブ持参

### 春のすぎなみ区民歩こう会

#### 「緑豊かな狭山丘陵ハイキング」

開 5月26日(日)午前9時15分 場 集合=JR箱根ヶ崎駅 内 コース=約12km(約5時間)・約9km(約4時間30分) / コースの詳細はお問い合わせください 対 区内在住・在勤・在学中全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴) 定 230

名(抽選) 申 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 関 同財団 ☎5305-6161

### 荻窪体育館

#### ◆健康測定会

開 4月24日(水)午前10時～午後3時 内 血管年齢・ヘモグロビン測定

#### ◆子どもHIPHOP教室体験

開 5月9日(木)午後5時～6時 師 emi 対 区内在住・在学の小学1～4年生 定 5名(申込順) 費 1350円 申 電話で、4月24日正午から同体育館

#### ◆チアリーディングスクール体験会

開 5月10日(金)・14日(火)①午後4時～5時②5時～6時③6時～7時 師 諏訪千尋、濱名和美 対 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4・5年生 定 各10名(申込順) 費 各1350円 申 電話で、4月23日正午から同体育館

#### ◆なぎなたKids&Junior体験会

開 5月11日(土)午後1時～2時・2時～3時 師 区なぎなた連盟 対 区内在住・在学の小学生～高校生 定 各4名(申込順) 費 各850円 申 電話で、4月23日午後2時から同体育館

#### ◆Sunday親子体操①そら組②ほし組

開 5月12日～7月28日の日曜日①午前9時～9時50分②10時～10時50分(5月26日、6月23日、7月7日・14日を除く。各計8回) 師 斉藤なみゑ 対 区内在住で①3・4歳②1歳半～2歳の子どもの保護者 定 各15組(抽選) 費 各1組6000円 申 往復はがき(12面記入例)で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み / 申込期限=5月1日

#### ◆子ども総合スポーツ教室「かけっこ教室体験会」

開 5月13日(月)・20日(月)①午後5時～5時

50分②5時55分～6時45分 師 biima sportsスタッフ 対 区内在住・在園・在学の①年長～小学2年生②小学3～6年生 定 各15名(申込順) 費 各1000円 申 同体育館ホームページで、4月24日正午から申し込み

#### ◆はじめての太極拳教室

開 5月19日(日)午後1時～2時45分 師 区太極拳連盟 対 区内在住・在勤・在学中で16歳以上の方(高校生を除く) 定 20名(抽選) 費 1000円 申 電話で、4月23日午前10時から同体育館

…… いずれも ……

場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

### TAC杉並区上井草スポーツセンター

#### ◆シニア体力測定会

開 5月6日(水)午前10時～11時30分・午後1時10分～2時40分 内 体力・歩行姿勢測定 対 65歳以上の方 定 各24名(申込順) 申 電話または直接、5月5日までに同センター 他 上履き持参

#### ◆プレキッズ&マミーサッカー教室

開 5月8日(水)・15日(水)・22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歳の子どもの保護者 定 各15組30名(申込順) 費 各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で、4月22日から申し込み

#### ◆年少サッカー教室

開 5月9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6年度4歳になる子ども 定 15名(申込順) 費 800円 申 同センターホームページで、4月22日から申し込み

#### ◆放課後エンジョイフットボール

開 5月9日(木)①午後4時20分～5時20分②5時30分～6時45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①1～3年生②3～6年生 定 各30名(申込順) 費 各570円 申 同センターホームページで、4月22日から申し込み

#### ◆幼児・児童のボールゲーム教室

開 5月14日(火)・28日(火)①午後3時10分～3時55分②4時5分～4時50分 対 区内在住・在勤(保護者)・在園・在学の

①4歳～就学前の子ども(保護者同伴) ②小学1～3年生 定 各20名(申込順) 費 各690円 申 同センターホームページで、4月22日から申し込み

#### ◆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。

開 5月23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で、4月22日から申し込み

…… いずれも ……

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

### 高円寺みんなの体育館

#### ◆指で楽しく健康ヨガ

開 4月30日(火)、5月7日(火)午前9時15分～10時15分 師 植村真希 定 各20名(申込順) 費 各800円 申 電話で、各実施日7日前から同体育館

#### ◆楽しく健康タイム①アロマヨガ②アロマヨガ&ストレッチ

開 4月30日(火)、5月7日(火)①午前11時～正午②正午～午後1時 師 植村真希 定 各70名(先着順) 費 各410円。①②連続受講610円

#### ◆小さなボールでセルフメンテナンス

開 4月30日(火)、5月7日(火)午後3時10分～4時10分 師 HIKARU 定 各16名(申込順) 費 各800円 申 電話で、各実施日7日前から同体育館

#### ◆春のヨガ教室

開 5月2日(木)・9日(木)午後1時15分～2時45分 師 石丸あかね 定 各16名(申込順) 費 各1000円 申 電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み / 申込開始日=各実施日7日前

#### ◆ヨガ初級

開 5月11日(土)午後7時15分～8時35分 師 今田直樹 定 16名(申込順) 費 1000円 申 電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み / 申込開始日=5月4日

…… いずれも ……

場 高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31 ☎3312-0313) 対 区内在住・在勤・在学中で15歳以上の方(中学生を除く)

## 4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。  
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からもご覧になれます 関 同財団 ☎5305-6161

# 5年度の区指定文化財が決まりました



## 渡邊錠太郎関係資料 (141点)

渡邊錠太郎は、二・二六事件で標的となった陸軍教育總監です。直筆の掛け軸、軍帽・手袋などの遺品、二・二六事件発生直後に妻・すずが親族に宛てた電報、事件の現場となった上荻窪邸の建具・調度品など、渡邊に関する多岐にわたる資料を文化財に指定しました。

二・二六事件の舞台の一つである渡邊の自邸が区内にあったことを示す資料も含まれ、昭和の重大事件と区との関係を証明する貴重な資料です。



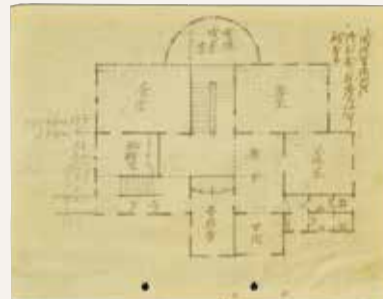
▲渡邊錠太郎 (撮影=昭和11年2月20日)



▲昭和11年2月26日渡邊すず差し出し電報



▲柳井平八



▲閑院宮強羅御別邸新築設計試案

図生涯学習推進課文化財係

## 柳井平八関係資料 (1309点)

区内に居住した陸軍技師・柳井平八に関する資料です。学生時代のデザイン画・ノートをはじめ、柳井が建築技師として関わった建築工事や欧米出張の関係資料のほか、書簡・図面・写真・勲章などの遺品、柳井の葬儀関係資料などを文化財に指定しました。

学生時代から死後にわたる資料は、柳井の生涯・身辺、陸軍省建築技師としての活動内容を理解する上で欠かすことのできない貴重な資料です。

## 一緒に杉並農業を応援しませんか？

# 農業ボランティアの募集

区内農家の営農の継続を目的に、農作業などをサポートする農業ボランティアを募集します。東京都農林水産振興財団が実施している「地域援農ボランティアの養成講座(東京の青空塾)」を受講し、農業に関する基礎知識・技術を習得した後に活動できるため、初めての方でも安心して参加できます。

内農作業(土づくり・農作物の栽培・収穫・出荷準備・除草ほか)の補助▶活動場所=区内農地▶研修=6~12月に立川市での技術講座=3回、区内農家実習=10回程度 内区内在住で18歳以上の方 内10名程度(抽選) 内研修に係る交通費 内LoGoフォーム(右2次元コード)から、5月1日までに申し込み 内産業振興センター都市農業係☎5347-9136 内結果は5月中旬に通知



## 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**  
杉並書道人協会展 4月20日(土)~23日(火) 午前10時~午後5時(20日は1時から) / セシオン杉並 / 区書道人協会・岸☎080-5679-8508  
シニアのための就業支援展示とミニ相談会 4月22日(月)~24日(水) 午前10時~午後4時(ミニ相談会は3時まで(午前11時30分~午後1時を除く)) / 区役所1階ロビー / 区内在住・在勤でおむね55歳以上の方 / 区NPO法人竹箒の会☎5378-8179  
わくわくフィールドSUGINAMI in 井草森 4月29日(祝) 午前10時~午後0時15分 / 井草森公園 / 自然観察・モンキーブリッジほか / 区内在住・在学の小学1~5年生(保護者同伴) / 50組(申込順) / 区Eメール(12面記入例)に学校名・学年・保護者氏名・Eメールアドレスも書いて、4月24日までにボーイスカウト杉並第11団☎outdoor.bs11@gmail.com / 区同団・岡本☎090-1047-7242  
武蔵台ウインドオーケストラ定期演奏会 5月5日(祝) 午後2時~4時 / セシオン杉並 / 出演=水口透(指揮)▶曲目=「スピ

リテッド・アウェイ《千と千尋の神隠し》より」ほか/400名(先着順) / 区同団体・中村☎090-6122-4994  
リアルで「絵本サロン」対話式でおはなし会 5月10日(金) 午後2時30分~3時10分 / 子ども・子育てプラザ天沼 / 出演=絵本読み語りアカデミー認定講師/35名(先着順) / 区こどもの成長を護る杉並ネットワーク・井原☎070-6611-2925  
阿佐谷新能 5月11日(土) 午後5時30分~8時(雨天順延) / 阿佐ヶ谷神明宮(阿佐谷北1丁目) / 出演=小早川修ほか▶演目=「田村」ほか / 小学生以上の方 / 400名(申込順) / 4000円。小中学生1000円ほか / 区同催しホームページから、5月10日までに申し込み / 区あさがや能・狂言の会事務局 柴田☎080-7817-0893  
●杉並浴場組合加盟銭湯  
◆パンダ銭湯xすぎなみ銭湯コラボイベント 4月27日(土)~5月6日(日) / 杉並浴場組合加盟銭湯 / 入浴証明書プレゼント(数量限定)、フォトスポット、ピンバッジ・てぬぐいの販売 / 520円。小学生200円。未就学児100円 / 実施日は各銭湯へお問い合わせください  
◆家族みんなで銭湯に行こう 区内銭湯で「しょうぶ湯」を実施します 5月5日(祝) / 杉並浴場組合加盟銭湯 / 520円。小学生200円。未就学児100円 / 実施日

が異なる銭湯あり  
..... いずれも .....  
区杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降)  
講演・講座  
初心者向けスマートフォンセミナー 4月26日(金) 午後1時~2時30分・3時~4時30分 / 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) / auショップ荻窪駅前店・金子泰武 / 区内在住の方 / 各12名(申込順) / 各1000円 / 区Eメール・ファクス(12面記入例)で、4月25日までに杉並青色申告会☎3393-2831☎3393-2864 / 長寿応援対象事業  
東京衛生病院 健康祭 講演会「腎臓を中心とした健康管理のススメ」 5月12日(日) 午前10時30分~11時10分 / 東京衛生アドベンチスト病院(天沼3丁目) / レノプロテクト代表取締役・白井亮介 / 100名(先着順) / 区東京衛生アドベンチスト病院健康教育科☎3392-6151(月~金曜日午前11時~午後5時(金曜日は2時まで。祝日を除く))  
夢を実現 すぎなみ創業スクール 5月12日~6月2日の毎週日曜日、午後1時~4時30分(計4回) / 産業商工会館ほか / NPO法人杉並中小企業診断士会 / 20名(申込順) / 区Eメール(12面記入例)で、5月10日までにNPO法人杉並中小企業診断士会☎info@sugisin.com / 区同

会☎050-3698-3039  
歴史講演会「杉並暗渠の味わい方」 5月19日(日) 午後1時30分~3時30分 / 阿佐谷地域区民センター / 暗渠研究者・吉村生 / 80名(先着順) / 500円 / 区杉並郷土史会・幸田☎090-2436-1962  
河北健康教室「救命救急~家族で体験! もしもの時の救命活動」 5月25日(土) 午前10時30分~11時30分 / 河北総合病院(阿佐谷北1丁目) / 同病院救急救命士・竹内一貴 / 60名(申込順) / 区Eメールで、5月24日までに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))  
その他  
税金なんでも相談会 4月24日(水) 午後5時~8時、5月8日(水) 午後1時~4時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / 区Eメールで、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  
司法書士による無料相談会 5月1日(水) 午後1時~4時 / 区役所1階ロビー / 区Eメールで、東京都司法書士会杉並支部☎5913-7452  
電話による不動産に関する無料相談 5月2日(木) 午後1時~4時 / 区東京都宅地建物取引業協会第10ブロック①☎3311-4999②☎6407-9152(①は実施日のみ)

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「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。