

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

(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内 ☎3317-6621 ☎3317-6620)

スポーツ(ダンス・健康的運動を含む)

スポーツ振興施設管理係(住所・電話は区役所宛 ☎5307-0693)

生涯学習・芸術・文化

イタリア語(近・半過去終了)/AVANTI 木曜日午前10時~11時45分(月3回)/阿佐谷地域区民センターほか/月4000円/☎高野 ☎090-1259-1186

ドイツ語が楽しく身につく/杉並ドイツ語会 金曜日午前10時~正午/阿佐谷地域区民センターほか/入会金2000円。各1200円/☎井上 ☎080-3601-6256

フランス人講師のフランス語会話/ボンセジュール 第1・3木曜日午前10時~正午・午後1時~3時/荻窪地域区民センター/月4000円/☎稲葉 ☎090-1548-3064

イタリア語会話/高井戸イタリア語クラブ 毎週水曜日午後7時~8時30分/高井戸地域区民センターほか/入会金2000円。各2000円/☎麻田 ☎080-3694-0225

楽しく英会話を学ぶ/英会話サークル 第2・4木曜日午後1時~2時30分/コミュニティふらっと馬橋/月3000円/☎柘植 ☎090-5824-5647

川柳/杉並川柳同好会 第3月曜日午後1時~3時45分(8月を除く)/西荻地域区民センター/月1000円/☎洲戸 ☎3394-4423

俳句/文月会 第3金曜日午後1時~3時30分/井草地域区民センター/月1000円/☎武田 ☎090-1842-1159

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/☎浅川 ☎090-2610-0095

手芸による指先運動/マクラメ 第2土曜日午前10時~正午/コミュニティふらっと阿佐谷/入会金1000円。月1000円/☎森 ☎090-9293-2460

作陶/陶春会・陶夏会 金曜日午前9時30分~正午/西荻地域区民センター/入会金2000円。月2250円/☎油田 ☎3399-5936 ☎3399-5937

篆刻/篆刻の会 第1・3土曜日午前10時~正午/阿佐谷地域区民センターほか/月3000円/☎外ノ池 ☎5307-5705

絵手紙/やまもの会 第2・4水曜日午後2時~4時/ゆうゆう高井戸東館/各700円/☎吉野 ☎080-5863-2382

陶芸/陶芸くらぶバクバク 原則、水・土曜日午前10時~午後1時(月2回)/恵美宅(上井草3丁目)/各3000円

/☎清 ☎080-2042-3044
フラワーアレンジメント/花俱樂部 第1・3火曜日午後1時~3時/コミュニティふらっと馬橋/各3100円ほか/☎浅古 ☎090-4456-8990

お花で心豊かな毎日を/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(別途花材費)/☎谷村 ☎090-5368-8298

華道/いけばな小原流・なごみ 原則、第2・4金曜日午後1時~4時/和田区民集会所/各1000円(別途花材費)/☎三浦 ☎3316-8313

家元から初級謡を少人数で学ぶ/杉並修声会 第2・4火曜日午後1時30分~2時45分/コミュニティふらっと阿佐谷/各3000円/☎西川 ☎070-1384-8450

合唱サークル/ヴォナ・ヴィータ 第1・3火曜日午前10時~正午/永福和泉地域区民センターほか/月3000円/☎小貫 ☎090-4598-3920

シニア音楽療法/音楽健康さろん 水曜日午前10時~11時30分(月1回)/阿佐谷地域区民センター/各1000円/☎中村 ☎5327-5727

女声バーバーショップコーラス(アカペラ)/DIVA 水曜日午後2時~4時(月3回)/福家スタジオ(阿佐谷南2丁目)/各1000円/☎福家 ☎090-5399-3614 ☎tfmelody@ybb.ne.jp

女声コーラス/やよい会 金曜日午前10時30分~午後0時30分(月3回)/福家スタジオ(阿佐谷南2丁目)/各1000円/☎福家 ☎090-5399-3614 ☎tfmelody@ybb.ne.jp

混声合唱/高井戸混声コーラス 原則、第1・3・4水曜日午後6時30分~9時/浜田山会館ほか/入会金1000円。月4000円/☎古河 ☎3333-0108

歌謡曲・演歌/さちの会 第1・3水曜日午後1時~3時/荻窪地域区民センター/月3000円/☎大野 ☎090-1278-9599

女性の歌謡コーラス/ローズ 第1・3水曜日午前9時45分~11時45分/ゆうゆう高円寺南館/各1000円/☎西脇 ☎090-2769-8047

はじめての方からのギター合奏/シュガー 原則、土曜日(月2回)/阿佐谷地域区民センターほか/各1000円/☎佐藤 ☎090-8593-8748

混声合唱/あだーじょ 第4火曜日午後1時~4時/浜田山会館/月2500円/☎竹田 ☎070-3843-0622

シャンソンを楽しく歌う会/アンシャンタン 第1・3土曜日午後1時~3時/阿佐谷地域区民センター/入会金2000円。月4000円/☎柿内 ☎090-2144-1852

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

合唱団/コール・リエゾン 第2・4火曜日午後1時30分~4時/高円寺障害者交流館/月4000円/☎須田 ☎3333-3078

中高年初心者ピアノ/井草健康ピアノの会 第1・3月曜日午後1時15分~2時15分/八成区民集会所/月3000円/☎小野寺 ☎080-6585-9032

音楽(合唱)/杉並女声合唱団 水曜日午前10時~午後1時(月3回)/荻窪地域区民センターほか/月4000円/☎須崎 ☎3398-3517

ピアノ/中高年からの脳トレいきいきピアノ 原則、第2・4木曜日午前9時30分~11時30分/和田区民集会所ほか/月3000円/☎渡辺 ☎090-9360-7882

囲碁/あすなろ会 土曜日午後1時~3時30分/四宮区民集会所ほか/3ヵ月2000円/☎武田 ☎090-1842-1159

コントラクトブリッジ/西荻ブリッジ同好会 月曜日午前9時30分~午後4時30分/ゆうゆう今川館ほか/入会金2000円。月2000円/☎小林 ☎080-5984-7977

健康マージャン/泉雀会・楽雀会 第1~4木曜日正午~午後4時/永福和泉地域区民センター/入会金2000円。月1000円/☎河北 ☎3316-9110

知的好奇心を高めあう集まり/生涯学習振興会 原則、第1月曜日午前10時~正午/阿佐谷地域区民センターほか/年6000円/☎野崎 ☎090-2544-8483

スポーツ

硬式テニス中上級/テニスの王様 土・日曜日、祝日ほか/区内テニスコートほか/月2000~3000円/☎山本 ☎090-5611-4066

中高年登山ハイキング/ひばり登山クラブ 第2・4土曜日/都近県の山/年3000円/☎吉岡 ☎090-2566-8155

やさしい健康社交ダンス/ジャスマンの会 木曜日午後1時~3時30分(月2

回)/ゆうゆう今川館/☎伊藤 ☎080-3257-2301

ゴルフ同好会/杉並シニアゴルフ倶楽部 3・5・9・11月/美里ロイヤルゴルフクラブ(埼玉県)/入会金1000円。年会費2000円/☎江口 ☎5934-8309

カントリーウエスタンダンス(初心者歓迎)/TTC&C 金曜日正午~午後1時/阿佐谷地域区民センター/各1000円/☎伊藤 ☎080-3257-2301

体操/背骨コンディショニング体操 火曜日午前9時30分~11時/高円寺みんなの体育館ほか/各1000円(初回のみ1500円)/☎阿部 ☎090-3100-3043

ヨガ(女性限定)/ゆっくりヨガ 月・水曜日午前10時~11時30分/浜田山会館ほか/各1000円/☎関 ☎090-7241-4883

健康体操/イスとフラメンコ 第1火曜日、第2・4木曜日午後3時15分~4時15分/コミュニティふらっと阿佐谷/各1000円/☎沼田 ☎3393-2061

腰痛ヒザ痛肩等体ほぐしと筋トレ/骨盤ビューティー 第1・2・4水曜日午前9時15分~11時/荻窪体育館/月3500円/☎小島 ☎070-3600-8711

太極拳/鳳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/☎松井 ☎090-5846-0815

剣道/中瀬剣道部 月曜日午後3時~4時・5時~7時/TAC杉並区妙正寺体育館ほか/入会金5000円。月5000円/☎高橋 ☎090-8649-8968

ヨーガ/いきいきヨーガ 火曜日午前9時45分~11時45分/西荻地域区民センター/月3000円/☎北原 ☎090-5399-7130

卓球(経験者)/たんぽぽ 第1~4土曜日午前9時30分~11時30分/ゆうゆう高円寺北館/入会金500円/☎服部 ☎090-1880-2691

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/入会金1000円。月4000円/☎長澤 ☎090-6180-9698

イングリッシュカントリーダンス/フィフティ 第1・2木曜日午前10時~正午/ゆうゆう高円寺南館/各200円/☎郡司 ☎3398-8848

自彊術/健康体操じきょうじゅつ阿佐谷 水曜日午後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/☎渡辺 ☎5936-2141

物産展

おぢやフェア

区の交流自治体である新潟県小千谷市の物産展を開催します。特産品の笹団子・小千谷そばなどを販売します。



☎4月28日(日)午前11時~午後1時30分(売り切れ次第終了) 場
小千谷学生寮(井草4-16-23) ☎小千谷市産業開発センター ☎
0258-83-4800 ☎マイバッグ持参。車での来場不可

