

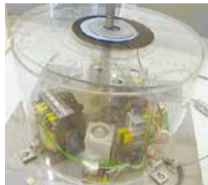


**催し**

**人形劇団こぼんがやってくる! 子育て**  
 3月10日(土)午後2時~3時 場 柿木図書館 内 演目=「人形ファンタジー」「手遊び」「金のがちょう(グリム童話)」 対 3歳以上のお子さんとその保護者 定 50名(申込順) 申 問電話または直接、柿木図書館(上井草1-6-13 ☎3394-3801)

**マグネット展 科学技術館巡回展示**

「永久コマ」「空中に浮いた椅子」など、磁石の科学を学ぶ観察・体験型展示です。  
 3月15日(木)~28日(水)午前10時~午後5時(22日を除く) 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 問 社会教育センター☎3317-6621 他 小学校低学年以下は保護者同伴



**区民参加型展示 荻窪の記憶~「大田黒公園周辺地区」100年の歴史~**  
 大田黒公園周辺地区を中心に、甲武鉄道開通時から始まる郊外住宅地の歴史をたどります。  
 3月17日(土)~6月17日(日)午前9時~午後5時 場 郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 問 郷土博物館分館☎5347-9801 他 月曜日・第3木曜日(祝日の場合は翌日)休館

**人形劇「にんじんさんごぼうさんだいごんさん」 子育て**

3月24日(土)午後3時~3時45分 場 阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14) 内 出演=絵本+ELCAS座 対 小学生以下のお子さんとその保護者 定 30名(先着順) 問 阿佐谷図書館☎5373-1811

**ユネスコ中学生国際交流 ◆ユネスコ国際中学生交歓会**

50カ国以上から生徒が集まるインターナショナルスクールへ1日体験入学

します。

**時場内事前学習**=4月3日(火)午後1時30分~3時=セッション杉並 ▶ **学校訪問**=4日(水)午前9時20分~午後2時=セントメリーズインターナショナルスクール(世田谷区瀬田1-6-19) ▶ **集合**=東急田園都市線二子玉川駅 対 区内在住・在学の新中学2・3年生 定 20名(抽選) 費 交通費

**◆ユネスコ中学生クラブ**

外国人などによる英会話と各国大使館で活躍するゲストスピーカーによるお話やワークショップを行います。  
 4月~31年3月の第2土曜日、午後2時30分~4時30分(計11回。8月を除く) 場 セシオン杉並ほか 対 区内在住・在学の新中学生 定 60名(申込順) 費 4000円

..... いずれも .....

申 ハガキ・ファクス・Eメール(記入例)に4月からの学年・学校名も書いて、3月23日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セッション杉並内 ☎3317-6620 ☒shakyo-c@city.suginami.lg.jp) 問 社会教育センター☎3317-6621、杉並ユネスコ協会・板倉☎3395-4020

**まちはく2018 ~まちづくり助成活動報告会**

杉並のまちづくりを体験してみませんか。

時 3月11日(日)①午前10時~正午=まちづくり助成活動報告会②午前10時~午後2時30分=まちはく第1部(まち歩き、防災食体験、親子でワークショップ、未来カフェ、物販など)③午後3時~5時=まちはく第2部(ワールドカフェ「まちづくりサロン」) ▶ **出演**=③ Active Learners・山ノ内凜太郎、米元洋次 場 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 費 ②③一部有料 問 ①は区まちづくり推進課、②③はまちはく事務局☎090-9203-1568

**ハガキ・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☑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。

※往復ハガキ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

**講演・講座**

**はじめてのボランティア説明会**

3月10日(土)午後1時30分~3時、13日(火)午前10時~11時30分・午後1時30分~3時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 定 各回5名(申込順) 申 問電話で、各開催日の3日前までに杉並ボランティアセンター☎5347-3939

**ミドルシニアのための働き方提言 ~これからの仕事・活動・資金**

3月17日(土)午後1時30分~4時 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師 IDSE・酒井正臣ほか 対 区内在住・在勤でおおむね45歳以上の方 定 50名(申込順) 申 ハガキ・ファクス・Eメール(記入例)で、3月10日(必着)までにゆうゆう高円寺南館(〒166-0003高円寺南4-44-11 ☎5378-8179 ☒takebouki\_suginami@tempo.ocn.ne.jp) 問 同館☎5378-8179

**いきいき文化教室~エンディングノートの書き方講座**

3月18日(日)午前10時~正午 場 下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1) 師 ライフプランナー・川副隼平 対 区内在住の方 定 25名(申込順) 費 500円 申 問電話で、下高井戸区民集会所☎5374-6192

**みどりのベルトづくり説明会 寄せ植え講座**

3月18日(日)午前10時~正午 場 区役所第5・6会議室(西棟6階) 対 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(抽選) 費 1000円 申 往復ハガキ(記入例)で、3月8日(必着)までにみどり公園課みどりの計画係 問 同係

**社会教育セミナー すぎなみ大自然発見**

散策を通して自然と暮らしの関わりに気づき、未来のライフスタイルを考えます。

3月21日(祝)午前10時30分~午後1時 場 集合=大宮八幡宮鳥居前(大宮2-3-1) ▶ 解散=郷土博物館(大宮1-20-8) 師 東北大学大学院准教授・古川柳蔵、自然観察の会・杉並会員 対 区内在住・在勤・在学の方 定 15名(申込順) 費 30円(保険料) 申 問電話・Eメール(記入例)で、社会教育センター☎3317-6621 ☒shakyo-c@city.suginami.lg.jp

**家族介護教室**

**◆今日から使える介護~排泄ケアの知識**

3月9日(金)午後2時~3時30分 場 和泉ふれあいの家(和泉4-40-31) 師 白十字ヘルスケア営業部課長代理・柴野壮史 対 区内在住の方、介護をしている方ほか 定 20名(申込順) 申 問電話で、和泉ふれあいの家☎3321-4808

**◆福祉用具で介護が変わる~車イス選定・介助方法**

3月13日(火)午後2時30分~4時 場 上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師 特別養護老人ホーム上井草園理学療法士・松本大輔 対 区内在住の方 定 15名(申込順) 申 問電話で、上井草ふれあいの家☎3394-9831

**◆腰痛・肩こりの予防と軽減**

3月13日(火)午後2時~3時 場 ふれあいの家しみず正吉苑(清水3-22-4) 師 東京在宅サービス・小久保智弘 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申 問電話で、ふれあいの家しみず正吉苑☎3394-0455

**◆子どもや孫に迷惑をかけないためのマイホーム活用・整理術!**

3月14日(水)午前10時~11時30分 場 杉並保健所(荻窪5-20-1) 師 高齢者住宅アドバイザー・塩澤厚 対 区内在住・在勤の方 定 30名(申込順) 申 問電話で、ケア24荻窪☎3391-0888

**◆足から健康! フットケア講座**

3月15日(木)午後2時~3時30分 場 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 LE在宅・施設訪問看護リハビリステーション明大前作業療法士 宇佐美希未佳 対 区内在住・在勤で60歳以上の方 定 20名(申込順) 申 問電話で、ケア24永福☎5355-5124

**◆よくわかる介護保険の話~申請からサービス利用まで**

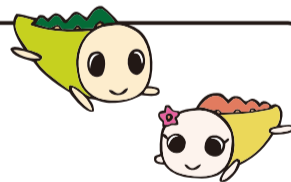
3月16日(金)午後1時30分~3時 場 ケア24久我山(久我山3-47-16) 師 ケア24久我山職員 対 区内在住・在勤の方 定 15名(申込順) 申 問電話で、ケア24久我山☎5346-3348

**◆高齢者の特徴と食事で気をつけたいポイント**

3月16日(金)午後2時30分~3時45分 場 上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師 特別養護老人ホーム上井草園管理栄養士・廣保優花 対 区内在住の方 定 15名(申込順) 申 問電話で、上井草ふれあいの家☎3394-9831

**ゆうゆう館の催し**

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、☑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
西田館(荻窪1-57-4 ☎☎3391-8747)	季節の華やかフラワーアレンジメント	4月26日から毎月第4木曜日、午後2時~3時30分 定 8名(申込順) 費 1回500円(別途材料代2000円)
今川館(今川4-12-10 ☎☎5303-1501)	はじめての気功ストレッチ	3月7日(水)午前10時~正午 定 15名(申込順) 費 600円
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎☎3315-7815)	楽しく笑って川柳教室	3月26日から毎月1回、午後1時~2時30分 師 髙根一夫 対 小学生以上の方 定 12名(申込順) 費 1回600円
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎☎3302-2161)	エンジョイ卓球(初心者大歓迎)	4月8日から毎月第2・4日曜日、正午~午後1時 定 12名(申込順) 費 1回300円
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎☎3338-0436)	パソコン講座①4月パソコン基礎②5月ワード基礎③6月エクセル基礎	毎月第2~4水曜日、午後1時30分~3時30分(各計3回) 定 各15名(申込順) 費 各4500円(別途教材代500円)
荻窪東館(荻窪4-23-12 ☎☎3398-8738)	水彩・パステル等で基礎から絵画を楽しく学ぶ	毎月第2・4土曜日、午前10時~正午 定 若干名(申込順) 費 1回2000円

※申し込み・問い合わせは、各館へ。第3日曜日は休館です。今川館は第1日曜日、第3日曜日休館。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 HPホームページアドレス



**スポーツ②**  
下高井戸運動場

◆かけっこクリニック **こども**

開4月11日～6月6日の水曜日①午後3時30分～5時②5時15分～6時45分(5月2日を除く。各計8回。予備日=6月13日(水)・20日(水) 師 渡辺タカヒロ 区内在住・在学で、30年度①小学1・2年生②3～6年生 定各50名(抽選) 費各8000円 申往復ハガキ(12面記入例)に4月からの学年も書いて、3月13日(必着)までに同運動場 他①は保護者同伴

◆のびのびキッズ体操クリニック **こども**

①うさぎ②くま 開4月11日～6月6日の水曜日①午後1時～1時50分②2時～2時50分(5月2日を除く。各計8回) 師 パオパオスポーツクラブ 区内在住の①3歳児②4・5歳児(いずれも実施日年齢) 定各20名(抽選) 費各6000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、3月26日(必着)までに同運動場

…………… いずれも ……………  
場 下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1 ☎5374-6191)

**高井戸温水プール**

◆障がい者水中歩行教室

水慣れを含め水中における歩行運動の習得を目指します。  
開4月7日(土)・28日(土)、5月19日(土)、6月9日(土)午前10時～11時(計4回) 区内在住・在勤・在学で障害者手帳をお持ちの方 定5名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)に性別、障害の箇所・等級も書いて、3月7日(必着)までに同プール

◆初心者水泳教室

開4月9日(月)・23日(月)、5月7日(月)・14日(月)・28日(月)、6月4日(月)・11日(月)午前10時～10時50分(計7回) 師 区水泳連盟指導員 区内在住の16歳以上で、泳力が25m未満の方 定20名(抽選) 費5600円 申往復ハガキ(12面記入例)に性別も書いて、3月7日(必着)までに同プール

◆小学生12.5m完泳教室 **こども**

開4月9日(月)・23日(月)、5月7日(月)・14日(月)・28日(月)、6月4日(月)・11日(月)午後4時30分～5時20分(計7回) 区内在住の小学生で、クロールの泳力が12.5m以下の方(保護者の送迎が必

要) 定20名(抽選) 費9100円 申往復ハガキ(12面記入例)に性別・身長も書いて、3月7日(必着)までに同プール

◆障がい者水慣れ水泳教室

25m完泳を目指します。  
開4月14日(土)、5月5日(例)・26日(土)、6月16日(土)午前10時～11時(計4回) 区内在住・在勤・在学で、障害者手帳をお持ちの方 定5名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)に性別、障害の箇所・等級も書いて、3月7日(必着)までに同プール

◆障がい者水泳スキルアップ教室

開4月21日(土)、5月12日(土)、6月2日(土)・23日(土)午前10時～11時(計4回) 区内在住・在勤・在学で障害者手帳をお持ちで25m以上泳げる方 定5名(抽選) 申往復ハガキ(12面記入例)に性別、障害の箇所・等級も書いて、3月7日(必着)までに同プール

…………… いずれも ……………  
場 高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7841)

**杉小温水プール**

◆初級者エンジョイスイム

開3月15日(木)午前11時～11時55分 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定10名(申込順) 費入場料 申3月9日から電話で、同プール

◆泳力アップ中級コース

開3月18日(日)午前11時～11時55分 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定10名(申込順) 費入場料 申3月11日から電話で、同プール

◆シンクロナイズドスイミング(アーティスティックスイミング)教室①②

開4月7日～10月27日の土曜日①午後5時～5時55分②6時～6時55分(4月28日、5月5日、7・8月を除く。各計20回) 師 東京都水泳協会シンクロ委員ほか 区①区内在住・在学の30年度小学生で、3種目(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ)を25m以上泳げる方、シンクロ初心者・初級者②区内在住・在学の30年度小学4年生～中学生で、3種目を50m以上泳げる方、シンクロ経験者 定①20名②若干名(いずれも抽選) 費各2万2000円 申往復ハガキ(12面記入例)に性別、保護者の氏名(フリガナ)、4月からの学年、各種目の泳力も書いて、

3月16日(必着)までに同プール 他 保護者の送迎が必要

…………… いずれも ……………  
場 杉小温水プール(〒166-0012和田3-55-49 ☎3318-8763) 他 駐車場はありません

**妙正寺体育館**

◆チャレンジマット教室 **こども**

開3月26日(月)①午前9時20分～10時5分②10時15分～11時③11時10分～11時55分 師 潘鎮浩、野口奈保 区30年度①小学2・3年生②年中長③小学1年生 定各12名(申込順) 費各610円

◆チャレンジ跳び箱教室 **こども**

開3月26日(月)①午後1時40分～2時25分②2時35分～3時20分③3時30分～4時15分 師 潘鎮浩、野口奈保 区30年度①小学2・3年生②年中長③小学1年生 定各8名(申込順) 費各610円

◆チャレンジ鉄棒教室 **こども**

開3月29日(木)①午前9時20分～10時5分②10時15分～11時③11時10分～11時55分 師 潘鎮浩、野口奈保 区30年度①小学2・3年生②年中長③小学1年生 定各12名(申込順) 費各610円

◆ふわふわトランポリン体験教室 **こども**

開3月31日(土)①午前9時30分～10時②10時15分～10時45分③11時～11時30分④11時45分～午後0時15分 師 潘鎮浩、野口奈保 区30年度①3・4歳のお子さんとその保護者②年中長③小学1年生④小学2・3年生 定①10組②～④各10名(いずれも申込順) 費各610円

◆妙正寺川川沿いウォーキング

開4月1日(日)午前10時～午後0時30分 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング 定20名(申込順) 費510円 他 水筒・タオル・帽子・雨具・背負うタイプのバッグ持参

…………… いずれも ……………  
場 妙正寺体育館(清水3-20-12 ☎3399-4224) 申 電話または直接、同体育館

**松ノ木運動場**

◆小学生チャレンジ広場 **かけっこ体験** **こども**

開4月4日(水)午後3時30分～5時(予備日=4月5日(木)) 師 前エスビー食品陸上競技部監督・武井隆次 区内在住・在学の30年度小学2～6年生 定40名(申込順) 費500円 申 電話または直接、同運動場

◆中級者硬式テニス教室

開4月14日～5月19日の土曜日、午前9時～11時(計6回。予備日=6月2日(土)・9日(土)) 師 区テニス連盟 区内在住・在勤・在学で15歳以上の中級者(中学生を除く) 定22名(抽選) 費6000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、3月30日(必着)までに同運動場

◆かけっこ教室 **こども**

開4月18日～5月30日の水曜日、午後3時30分～5時(5月2日を除く。計6回。予備日=6月6日(水)・13日(水)・20日(水)) 師 前エスビー食品陸上競技部監督・武井隆次 区内在住・在学の30年度小学2～6年生 定40名(抽選) 費4800円 申往復ハガキ(12面記入例)で、4月4日(必着)までに同運動場

…………… いずれも ……………  
場 松ノ木運動場(〒166-0014松ノ木1-3-22 ☎3311-7410)

**荻窪体育館**

◆障害者サウンドテーブルテニス体験教室

開3月17日(土)午後1時～3時 師 佐野守 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定15名(申込順) 費100円 申 電話で、同体育館

◆シニア・チャレンジスポーツ教室

初めてのソシアルダンス 春

開4月3日～5月8日の毎週火曜日、午後1時～3時(計6回) 師 区ダンススポーツ連盟 区内在住・在勤で50歳以上の方 定男女各10名(抽選) 費各3300円 申往復ハガキ(12面記入例)で、3月12日(必着)までに同体育館

◆転倒予防イスイ体操 I

開4月6日～9月21日の金曜日①午後1時30分～2時30分②2時30分～3時30分(5月4日、6月22日、8月10日・17日・24日を除く。各計20回) 師 松浦美香子 区内在住の60歳以上で、医師から運動制限を受けていない方 定各25名(抽選) 費各1万1000円 申往復ハガキ(12面記入例)で、3月11日(必着)までに同体育館

…………… いずれも ……………  
場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)



**杉並区シルバー人材センター**

開場4月=4月2日(月)～29日(例)▶5月=5月5日(祝)～6月1日(金)／清水教室(清水3-22-4 2階) =月～金曜日、阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階) =火・水・金・土・日曜日(火・水・金曜日は夜間のみ)、荻窪教室(荻窪2-29-3 2階) =火・金曜日/いずれも開催時間はお問い合わせください 区右表のとおり 定各1～3名(申込順) 費4回コース=9170円▶3回コース=6900円▶2回コース=4635円▶お名前シール=2470円 申ハガキ・ファクス(12面記入例)にコース名・教室名・曜日・時間帯・屋間の連絡先も書いて、4月講座は3月15日、5月講座は4月16日(いずれも消印有効)までに杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4 ☎3394-5004) 区同分室 ☎3394-2253 他 個別のオーダー講座もあり。自宅パソコンでの出張サービス、タブレット・スマートフォンの指導を1時間2040円で受け付けています

**パソコン教室 (少人数制 1～3名)**

種別	コース名	回数
初歩	入門1・入門2	各4回
	インターネット・メール	各3回
ワード	入門・初級・中級	各4回
エクセル	初級・中級	各4回
活用	デジカメ入門	3回
	写真加工	各4回
	プレゼン	
趣味	名刺作成	各2回
	お絵かき	
	お名前シール	1回

※詳細は、区ホームページをご覧ください。

**杉の樹大学 30年度生募集**  
～人生100年時代の新たな学び～

「仲間づくり」と「いきいきとした地域社会」を目指す、シニアのための大学です。

開5月8日～31年3月19日の火曜日、午前10時～正午(計30回) 場 高齢者活動支援センター 区  
テーマ=地域課題研究(グループ研究)、文化、教養、地域活動、資格取得(普通救命講習) 区  
区内在住で60歳以上の方(既受講者は除く) 定50名(抽選) 費教材費、交通費 申往復ハガキ・Eメール(12面記入例)に応募動機も書いて、3月31日(必着)までに杉の樹大学事務局(〒168-0072高井戸東3-7-5高齢者活動支援センター内 ☎suginoki@cb-sugiplu.org) 区事務局 ☎6316-3354

大宮前体育館

◆こどもの運動教室体験会

①サッカー②バスケ③空手
①③3月12日(月)・19日(月)・26日(月)午後3時50分～4時50分＝8歳以下の方
▶4時50分～5時50分＝9・10歳の方▶5時50分～6時50分＝11・12歳の方②
3月12日(月)・19日(月)・26日(月)午後4時50分～5時50分＝小学校低学年▶5時50分～6時50分＝小学校高学年③3月13日(火)・27日(火)午後4時30分～5時30分＝初級▶5時35分～6時35分＝中級
①1回2000円②③1回1000円

◆シニアの運動教室体験会

③3月7日(水)・14日(水)・28日(水)正午～午後0時45分＝はつらつ水中運動▶13日(火)・27日(火)午後1時5分～2時15分＝アンチエイジング体操▶3月9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)午後1時～2時＝

背骨コンディショニング ④16歳以上の方 ④1回1000円

◆①ゆっくりイス体操教室②ビューティーイス体操教室

④4月3日～9月11日の火曜日①午後1時50分～2時50分②3時～4時(第3火曜日、7月31日、8月7日・14日、9月25日を除く。各計16回) ④松浦美香子 ④区内在住・在勤の①75歳以上②60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 ④①13名②20名(いずれも抽選) ④各8000円 ④往復ハガキ(12面記入例)で、3月16日(必着)までに同体育館

…… いずれも ……
④大宮前体育館(〒167-0052南荻窪2-1-1 ☎3334-4618)
④上井草スポーツセンター
◆イスエクササイズ

イスに座ったままできる健康体操です。
④3月24日(土)午前9時～9時50分 ④おむね40歳以上の方 ④25名(申込順) ④610円 ④運動に適した服装で、室内シューズ・汗拭きタオル・飲み物持参
◆ふわふわトランポリン体験教室 こども
④3月30日(金)①午前9時30分～10時②10時15分～10時45分③11時～11時30分④11時45分～午後0時15分 ④潘鎮浩、海老澤恭介 ④①3・4歳のお子さんとその保護者②30年度年中長③30年度小学1年生④30年度小学2・3年生 ④①10組②～④各10名(いずれも申込順) ④各610円

◆親子でバブリーダンス 子育て
④3月31日(土)午前10時30分～正午 ④30年度小学生以上の方とその保護者 ④15組(申込順) ④920円 ④運動しやすい服装で、タオル・飲み物・室内

シューズ持参
◆女性インストラクターによる女性の為のビューティーエクササイズ
④3月31日(土)①午後1時～1時50分②2時～2時50分③3時～3時50分 ④①美尻&体幹トレーニング②ヨガ③フラダンス ④①樋口リリィ・粕谷真奈美②③西田亮子 ④16歳以上の女性 ④各25名(申込順) ④各610円(連続受講可) ④①は室内履き持参
…… いずれも ……
④上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) ④電話または直接、同センター

訂正とおわび
2月15日付広報12面「大田黒公園『ピアノのコンサート』」講師は丹野めぐみの誤りでした。

情報ぽけっと
申し込みは、各団体へ

催し
みんなで銭湯に行こう 区内銭湯で緑茶の湯を実施 3月11日(日)(開催日の異なる銭湯あり) / 460円。小学生180円。幼児80円 / ④杉並浴場組合加盟銭湯(午後1時以降)
高円寺障害者交流館まつり 3月11日(日)午前10時～午後3時 / 高円寺障害者交流館 / 杉並第八小学校児童による金管楽器演奏、阿波おどり、フラダンス、みんなで歌おう!、手話コーラス・ゲーム、手話ダンス、模擬店ほか / ④杉並区障害者団体連合会事務局 ☎5306-2627 ☎5306-2628 / 車での来場はご遠慮ください
わくわくまつり 3月11日(日)午前10時～午後5時 / 方南町駅東口前リパーク駐車場(方南2丁目)、中央通り口カ広場、方南町駅西口ほか / わくわく動物園、抽選会、地域物産展、屋台など / ④方南銀座商店街振興組合 ☎3311-7143
女子美術大学大学院修了制作作品展 3月11日(日)～17日(土)午前10時～午後5時 / 女子美ギャラリーニケ(和田1丁目) / ④同施設 ☎5340-4688
杉並ねっこワーク「和田堀プレーパーク」 3月11日(日)午前10時30分～午後4時(雨天中止) / 都立善福寺川緑地緑陰広場(成田東2丁目) / 木工作やロープワーク、たき火など / 高校生以下の方 / ④杉並ねっこワーク・小林 ☎070-6512-2672(午後7時～9時) / 汚れてもいい服装で、着替え・飲み物・お弁当など持参
座の市 3月17日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並でとれた野菜や杉並区の交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / ④座・高円寺 ☎3223-7500
西荻ラバースフェス2018 3月18日(日)午前10時～午後5時 / 桃井原っぱ公園 / 音楽ステージ、めしおぎ(飲食)、西荻名店街(物販)、ワークショップほか / ④西荻ラバースフェス実行委員会 ☎5941-7554
親子で楽しむ本格オペラ「カルメン」 3月21日(祝)午前10時30分～正午、午後2時～3時30分 / 浜田山会館 / ④出演＝蔵田雅之、天野ひかり(司会)ほか ▶ ④演目＝ビゼー「カルメン」ほか / 0歳～小学生とその保護者 / 各200名(申込順) / ④「おやこみゆ」ホームページから申し込み / ④おやこみゆ・齊藤 ☎090-9381-8197
杉並アマメ連盟美術展 3月30日(金)～4月4日(水)午前10時～午後5時(批評会＝3月31日(土)午後1時30分～4時30分) / セ

シオン杉並 / 会員による美術作品展と講師による批評会(洋画＝黒澤信男、日本画＝下島洋貴) / ④杉並アマメ連盟・原田 ☎5938-6728
杉並洋舞連盟公演 3月31日(土)午後6時～8時、4月1日(日)午後3時～5時 / セシオン杉並 / ④演目＝「ファンタジア オブ『海賊』」ほか / 各500名(申込順) / 各回4000円 / ④電話・ファクス(12面記入例)で、杉並洋舞連盟 ☎3391-6519 / ④区民各日10名を招待(抽選)＝往復ハガキ(12面記入例)で、3月10日(必着)までに同連盟(〒166-0015成田東5-24-2)
アイノラ交響楽団 定期演奏会 4月8日(日)午後2時～4時 / 杉並公会堂 / ④出演＝新田ユリ(指揮)ほか ▶ ④曲目＝シベリウス「交響曲第3番」ほか / 小学生以上の方 / 1190名(申込順) / 1200円ほか / ④チケット販売窓口＝杉並公会堂 ☎5347-4450 / ④アイノラ交響楽団 ☎080-6630-5755(午前10時～午後6時) / ④区民50組100名を招待(抽選)＝ハガキ(12面記入例)に人数(2名まで)も書いて、3月10日(必着)までに同楽団事務局(〒166-0015成田東2-33-8)
春のハーモニカまつり 4月21日(土)午後3時～5時 / セシオン杉並 / ④出演＝高橋早都子ほか ▶ ④曲目＝「森へ行きましょう」ほか / 500名(申込順) / 2500円 / ④電話で、3月30日までにパルケ・デ・ボスケ ☎090-4819-9971 / ④区民50名を招待(申込順)＝往復ハガキ(12面記入例)で、3月30日(消印有効)までに同団体(〒166-0003高円寺南2-40-38)
講演・講座
図書館めぐり～大学図書館をのぞいてみよう 3月10日(土)午前9時45分～正午 / 高円寺図書館(集合)→高円寺石仏群→梅里公園→宗延寺→お題目石→蓮光寺→旧蚕糸試験場跡→常仙寺→女子美術大学図書館(解散) / NPO法人すぎなみムーサ / 区内在住で20歳以上の方 / 20名(申込順) / 500円(保険料含む) / ④電話・ファクス(12面記入例)で、3月8日までにNPO法人すぎなみムーサ・石田 ☎3310-3243
歴史講演会「戦国期岩付城奉行人・豊島氏の活躍」 3月10日(土)午後1時30分～3時30分 / 荻窪地域区民センター / 鎌倉考古学研究所理事・伊藤一美 / 500円 / ④電話・ファクス(12面記入例)で、3月8日までにNPO法人すぎなみムーサ・石田 ☎3310-3243
自然と遊ぼう! ネイチャーゲーム～春を探そう 3月11日(日)午後1時15分～3時45分 / 都立善福寺公園(善福寺2・3丁目) ▶ ④集合＝善福寺公園下池遊具のある広場 / 日本シェアリングネイチャー協会公認指導者・小野恵子ほか / 区内在住で4歳以上の方(小学2年生以下保護者同伴) / 30名(申込順) / 300円 / ④ファクス

(12面記入例)に参加者全員の住所・氏名・電話番号・年齢も書いて、3月8日までにすぎなみシェアリングネイチャーの会 ☎5932-2664 / ④同会・小野 ☎5932-2664 / 動きやすく暖かい服装、靴で参加
笑って、楽しく、てぬぐい体操 4月9日～31年3月25日の第2・4月曜日、午前10時30分～11時30分(祝日を除く) / 高齢者活動支援センター / てぬぐい体操フレッシュの会 / 区内在住の60歳以上で介助の必要がない方 / 各50名(先着順) / 1回300円 / ④フレッシュの会・迎里 ☎090-5322-5216 / 運動しやすい服装で、手拭い・飲み物持参
市民公開講座 すこやかに生活するための肺がんを知ろう 3月17日(土)午後2時～3時30分 / 三鷹産業プラザ(三鷹市) / 肺がんの基本的な話、治療、取り組み / 杏林大学医学部付属病院呼吸器内科医師、看護師 / 100名(申込順) / ④電話で、3月12日までに中製薬 ☎042-523-6661(午前8時45分～午後5時)
杉並区シルバー人材センター
◆新学年に備えて! 中学生学習教室・春期講習(英語・数学) 3月26日(月)～30日(金)午前10時～正午 / 同センター荻窪分室 / 教師・塾講師の経験がある同センター会員 / 区立中学校の30年度2・3年生 / 各10名程度(申込順) / 各7250円(別途テキスト代) / ④電話・ハガキ(12面記入例)に学校名・学年・保護者氏名(フリガナ)も書いて、3月15日(消印有効)までに同センター荻窪分室(〒167-0051荻窪2-29-3) ☎3220-9804)
◆小・中学生のための学習教室(新小学4年生～中学3年生) 4月9日(月)～31年3月20日(水)①小学4年生＝水曜日午後4時30分～6時(計41回)②小学5年生＝月曜日午後4時30分～6時(計36回)③小学6年生＝火・金曜日午後4時30分～6時(計80回)④中学生＝月・水・金曜日午後5時～7時(計115回。週1・2回のみ受講可)。いずれも夏・冬休み、祝日を除く。小学生＝国語・算数▶中学生＝英語・数学 / 同センター荻窪分室 / 教師・塾講師の経験がある同センター会員 / 原則、区内公立学校に通う30年度小学4年生～中学生 / 各10名程度(申込順) / ①3万5700円程度②3万1500円程度③6万8900円程度④16万5600円程度(いずれも別途テキスト代) / ④ハガキに住所、児童・生徒氏名(フリガナ)、学校名・学年、保護者氏名(フリガナ)、電話番号を書いて、3月15日(消印有効)までに同センター荻窪分室(〒167-0051荻窪2-29-3) / ④同分室 ☎3220-9804)
◆シルバー人材センター囲碁講座
4月3日～31年3月27日の火曜日＝初級コース(初心者～8級)▶水曜日＝中級コース(10級～初段)。いずれも午後1時

30分～4時30分(各計45回。8月、祝日等を除く) / 同センター荻窪分室 / 同センター会員の有段者 / 区内在住・在勤・在学の方 / 各20名(抽選) / 月3500円程度(別途テキスト代) / ④ハガキ(12面記入例)に棋力も書いて、3月20日(必着)までに同センター荻窪分室(〒167-0051荻窪2-29-3) / ④同分室 ☎3220-9804)
◆シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 3月19日(月)・20日(火)・22日(木)午前11時～午後4時(販売初日は午前9時30分から整理券配布) / リサイクル自転車作業所(永福2丁目) / 販売価格＝6700円～ / ④リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287
杉いき連大学 受講生募集 4月7日(土)～31年3月27日(水)①国文学＝第1・3土曜日午後1時～3時②書道＝第2・4土曜日午前10時～正午・午後1時～3時③俳句＝第4水曜日午後1時15分～4時15分(8月を除く) / ①②高齢者活動支援センター③ゆうゆう高円寺北館 / 区内在住で60歳以上の方 / ①15名②③各若干名 / 各1万2000円 / ④電話で、杉いき連大学事務局・古屋 ☎3332-6206 / 詳細は、お問い合わせください。見学も可
その他
税金なんでも相談会 3月9日(金)午後1時～4時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) / ④電話で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(平日午前9時30分～午後5時。正午～午後1時を除く) / 1人45分程度
相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 3月26日(月)午後1時～4時 / 庚申文化会館(高円寺北3丁目) / 区内在住・在勤・在学の方 / ④東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537)
自衛官等募集 種目・資格＝①自衛官候補生＝18～26歳の方②予備自衛官補(1)＝一般＝18～33歳の方②技能＝18歳以上で国家免許資格等を有する方③一般曹候補生＝18～26歳の方④幹部候補生＝22～25歳の方ほか ▶ ④受付期間＝①通年②4月6日まで③④5月1日まで / ④自衛隊東京地方協力本部高円寺募集案内所 ☎3318-0818)
東京税理士会杉並支部
◆税金なんでも相談会 3月20日(火)午前10時～正午、午後1時～4時 / 同支部(阿佐谷南3丁目) / 税金(事業・相続・贈与等)・帳簿のつけ方等に関する相談 / ④電話で、3月19日までに同支部 / 1人40分程度
◆税理士による相続税無料相談会 3月24日(土)午前9時30分～午後1時 / 同支部(阿佐谷南3丁目) / 相続税に関する相談 / ④電話で、3月23日までに同支部 / 1人40分程度
…… いずれも ……
④東京税理士会杉並支部 ☎3391-1028

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
※紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています。
杉並区役所 ☎3312-2111(代表) 〒166-8570阿佐谷南1-15-1