

イベントひろば EVENT PLAZA

① 感染症防止対策

下記の対策にご協力をお願いいたします。

- 体調不良時の利用自粛
- マスク着用や手洗い・手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンスの十分な確保
- 室内の定期的な換気
- 大声での発声、歌唱、声援等が生じる活動の自粛

催し

省エネなんでも相談・機器展示会

4月12日(月)～16日(金)午前8時30分～午後5時(相談コーナーは午前10時～午後1時) 場区役所1階口ビー 区内の助成対象機器等(太陽光発電、エネファームほか)の展示、省エネなんでも相談窓口 環境課環境活動推進係 詳細な相談を希望する場合は電気・ガス・水道の検針票持参



うたごえサロン

4月16日(金)、5月21日(金)、6月18日(金) 午前10時～11時10分 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師ボカルトトレーニングコーチ・金澤敏子 定各30名(申込順) 費各300円 申4月2日から電話で、高齢者活動支援センター ☎3331-7841 他1日のみ参加可

交流自治体のマンホール蓋展

各交流自治体のカラーデザインマンホールふたの写真を展示します。 4月17日(土)～5月1日(土)午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く(初日・最終日以外)) 場区役所1階口

ビー・2階区民ギャラリー 園文化・交流課交流推進担当



シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

4月21日(水)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・久野哲ほか 対区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申園電話・ファクス・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

講演・講座

小児救急普及事業 赤ちゃんの病気と手当て

4月20日(火)午前10時～11時30分 場和泉保健センター(和泉4-50-6) 師はら医院医師・原みさ子 対第1子が0歳児の保護者 定15名(申込順) 申園電話で、和泉保健センター ☎3313-9331

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、各記事の園でご確認ください。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

【重要なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染状況によっては、本紙および過去の「広報すぎなみ」掲載の催しや募集の内容等が中止または延期になる場合があります。最新情報は、各問い合わせ先にご確認いただくか、区ホームページをご覧ください。



消費者講座 「サプリメントの上手なとりかた」

4月20日(火)午後2時～4時 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師全国直販流通協会・今川良枝 対区内在住・在勤・在学の方 定30名(申込順) 申園電話で、消費者センター ☎3398-3141

農業公園「テーブル菜園体験教室(2021春夏講座)」

4月21日・28日、5月12日・19日、6月2日・23日、7月7日/いずれも水曜日、午前10時30分～11時30分(計7回。雨天中止) 場成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 対区内在住の方 定10名(抽選) 費1000円 申往復はがき(記入例)で、4月9日(必着)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 園同係 ☎5347-9136 他結果は4月中旬に通知

「ウォーキング講座」 歩いて延ばそう健康寿命

5月12日(水)・19日(水)・26日(水)午後2時～4時(全3回要出席) 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 対区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 定20名(抽選) 申はがき(記入例)で、4月20日(必着)までに荻窪保健センター(〒167-0051

荻窪5-20-1) 園同センター ☎3391-0015 他お持ちの方は「はつらつ手帳」持参。ウォーキング記録ノートを差し上げます。長寿応援対象事業

杉並障害者福祉会館

◆障害者のためのパソコン相談(前期)

4月11日～9月26日の第2・4日曜日、午前10時～11時・11時～正午(6月13日・27日、7月25日を除く) 師ITスクエア杉並 対区内在住・在勤・在学で障害のある方 定各4名(申込順) 申電話・ファクス(記入例)で、各開催日の前日までに同会館運営協議会事務局

◆障害者のためのユニカール教室

5月1日(土)・2日(日)午後1時～3時30分(計2回) 師日本障害者スポーツ指導員・石井功樹 対区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定12名(抽選) 申往復はがき(記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、4月13日(必着)までに同会館運営協議会事務局

◆障害者のための各種教室

園内園費下表のとおり 対区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 申往復はがき(記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、手話通訳を希望の方はその旨も書いて、4月13日(必着)までに同会館運営協議会事務局 他定員あり(抽選)

教室名	日時・講師・費用
エンジョイスports	5月9日～4年3月13日の原則第2日曜日、午後1時30分～3時30分(計10回) 師東京都レクリエーション協会公認講師・湯川恵子
陶芸	5月15日～10月23日の原則第1・3土曜日、午後1時30分～3時30分(計10回) 師陶芸家・高橋朋子、足立夏代 費2000円
ヨガ	5月16日(日)、6月20日(日)、7月18日(日)午後1時30分～3時30分(計3回) 師障害者スポーツ指導員・斉藤なみ糸 費300円(保険料)

※エンジョイスports・陶芸は8月を除く。

…… いずれも ……
場杉並障害者福祉会館 園同会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5 ☎3332-6121 ☎3335-3581)

ゆうゆう館の催し

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、園に指定がなければどなたでも参加できます。



ゆうゆう館	内容	日時
下井草館(下井草3-13-9 ☎3396-8882)	ピーフリーダンス(遊々!ストレッチ&ダンス)	4月7日から毎月第1水曜日、午前10時30分～11時30分 定各10名(申込順) 費1回500円
永福館(永福2-4-9 ☎3321-6632)	手作り味噌にチャレンジ	4月21日(水)午前10時～午後1時 定10名(申込順) 費1500円
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎3315-1816)	河原拓巳の脳トレ&楽しいタイルモザイクアート	4月19日から毎月第3月曜日、午前10時～11時30分 定各10名(申込順) 費1回700円(別途材料費)
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	和工芸講座「古布で仕上げる布ぞうり」	4月30日(金)、5月31日(月)午後0時30分～4時 定各10名(申込順) 費各700円
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	こころとからだを整える「マインドフルヨガ教室」	4月3日から毎月第1土曜日、午後3時～4時30分 定各10名(申込順) 費1回500円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	ワンコイン心の健康相談「オンラインde相談」	4月21日から毎月第3水曜日、午後1時20分～2時・2時20分～3時・3時20分～4時 定各1名(申込順) 費1回500円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。いずれも長寿応援対象事業。

就労支援センター

◆業界研究セミナー～地元の杉並区で「事務系」のお仕事を見つける方法

時4月17日(土)午後1時～4時 師就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 対54歳以下で求職中の方 定8名(申込順)

◆仕事の苦手意識を解消～電話対応やメールの書き方、言葉づかいを学ぶ

時4月20日(火)午後1時～4時 師プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 対54歳以下で求職中の方 定8名(申込順)

◆コロナ禍による失業への対策講座～自分のキャリアとスキルを見直そう

コロナ禍で失業した方に向けた再就職を目指すための新講座です。

時4月22日(休)午後1時～4時 師キャリアコンサルタント・新井亨 対44歳以下で求職中の方 定8名(申込順)

◆経験者に聞いてみよう定年前後の再就職～想定される各種不明点の整理

時4月30日(金)午後1時～4時 対おおむね55歳以上で求職中の方 定6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

◆ネイチャーゲーム「原っぱ公園であそぼう」

時4月18日(日)午後1時30分～4時(雨天中止) 場桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 師すぎなみシェアリングネイチャーの会 対区内在住・在学で4歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定20名(抽選) 費100円(保険料) 申往復はがき・Eメール(12面記入例)で、4月7日(必着)までに同センター 他バンダナ・敷き物持参

◆繰り返し使える快適なマスク作り

時4月19日(月)午後1時30分～4時 場同センター 対区内在住・在勤・在学の方 定12名(申込順) 費200円 申電話で、同センター(午前9時～午後5時(水曜日を除く)) 他裁縫道具一式

持参。長寿応援対象事業

◆大人も!子どもも!不思議な樹木散歩

時5月8日(土)午前10時～正午(予備日=9日(日)) 場集合=木場公園(江東区) 師森林インストラクター・岩谷美苗 対区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) 定15名(抽選) 費400円(保険料含む) 申往復はがき・Eメール(12面記入例)で、4月13日(必着)までに同センター 他雨具・空の500mlペットボトル(キャップ付き)持参

…… 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)

スポーツ①



競技大会

■杉並区新人戦(卓球)

時5月9日(日)▶女子=午前9時～午後1時▶男子=1時30分～5時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 対種目=男女別シングルス 対区内在住・在勤・在学の方ほか 定260名(申込順) 費1000円(高校生以下500円)をゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 申申込書(区体育施設で配布。区卓球連盟ホームページからも取り出せます)を、4月22日(必着)までに三浦弘子(〒168-0065浜田山2-11-9)へ郵送 場区卓球連盟・倉持 ☎3390-8845

区民体育祭

■ユニカール

時5月30日(日)午前9時～午後3時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 対区内在住・在勤・在学で小学3年生以上の方 定60名(申込順) 費500円(保険料含む) 申はがき・ファクス(12面記入例)に団体の方はチーム名・代表者氏名(フリガナ)・住所・電話番号も書いて、5月14日(必着)までに区ユニカール協会・石井功樹(〒167-0051荻窪3-5-5 ☎5932-3655) 場石井 ☎5932-3655 他運動できる服装で、上

履き持参

スポーツ教室

■ゴルフ明解講座

時①4月7日～5月14日②5月26日～6月25日▶水曜日=午前10時30分～11時50分・午後7時30分～8時50分▶金曜日=午前10時30分～11時50分(各計5回。4月30日、5月5日を除く) 場西荻ゴルフセンター(西荻北2-37-8) 対区内在住・在勤で20歳以上の方 定①各5名②各3名(いずれも申込順) 申往復はがき・ファクス(12面記入例)で、各開講日前日(必着)までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3 ☎042-463-5750) 費各1万2500円 場畔森 ☎090-5560-0424 他振り替え受講可。無料貸し出しクラブあり

■キラキラ親子ダンス

時5月1日(土)午前10時30分～正午 場妙正寺体育館 師九島千津子 対3歳～小学3年生のお子さんとその保護者 定12組(申込順) 費1組920円 申電話または直接、妙正寺体育館(清水3-20-12 ☎3399-4224) 他室内履き・お持ちの方は光るグッズ持参

下高井戸運動場

◆個人フットサルナイト

時4月6日～4年2月15日の第1・3火曜日、午後7時～9時(5月4日、8月を除く。荒天中止) 師S-JUEGO・井口真 対区内在住・在勤・在学で中学生以上の方(中学生は保護者同伴) 定各30名(申込順) 費各600円。中学生350円 申開催日前週月曜日の正午から電話で、同運動場 他スパイク不可

◆かけっこクリニックI

時5月12日～6月30日の毎週水曜日①午後3時30分～4時30分②4時35分～5時35分③5時40分～6時50分(予備日=7月7日・14日。各計8回) 師渡邊高博 対区内在住・在学の小学①1・2年生②3～6年生③かけっこクリニック経験者(いずれも3年生以下は保護者同伴) 定①②各30名③40名(抽選) 費各8000円 申往復はがき(12面記入例)で、4月15日(必着)までに同運動場

◆元Jリーガーが教える サッカークリニックI

時5月12日～6月30日の毎週水曜日①午後4時～5時30分②5時30分～7時(予備日=7月7日・14日。各計8回) 師JOIN代表・小針清允ほか 対区内在住・在学の小学①1～3年生②4～6年生 定各20名(抽選) 費各8000円 申往復はがき(12面記入例)で、4月15日(必着)までに同運動場

…… いずれも ……

場園下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1 ☎5374-6191)

上井草スポーツセンター

◆初めてラッコ

時4月16日～6月25日の木・金曜日、午前11時～11時40分(4月29日、第3木曜日を除く) 対2歳半～未就学児でおむつがとれたお子さん 定各6名(先着順) 費各330円(初回無料(指定帽子をお持ちの方は330円)。指定帽子代310円) 他水着・指定水泳帽子持参

◆産後ママのボディケア～からだもこころもリフレッシュ

時4月30日(金)午前11時～11時40分 師樋口リレイ 対首がすわった生後11カ月までのお子さんとその保護者 定10組(申込順) 費980円 申電話または直接、同センター

◆GW全部まとめて引き締め教室

ダンベル・ヨガ・格闘技の動きを取り入れて全身を引き締めます。 時4月30日(金)午後1時20分～2時50分 師谷口博史ほか 対15歳以上の方(中学生を除く) 定25名(申込順) 費980円 申電話または直接、同センター

◆GWひたすらカラダ引き締め教室

時5月1日(土)①午前9時30分～10時30分=ダンベルシェイプハード②10時50分～11時50分=ファットバーンシェイプ 師谷口博史 対15歳以上の方(中学生を除く) 定各17名(申込順) 費各620円 申電話または直接、同センター

…… いずれも ……

場園上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707)

次世代育成基金活用事業

広島平和学習中学生派遣事業の参加者を募集します

区は、「原水爆禁止署名運動」発祥の地として、また、世界の恒久平和と核兵器の廃絶を願う「平和都市宣言」を行った自治体として、各種の平和事業を継続的に実施しています。

3年度は、その取り組みの一つとして、平和首長会議総会が開かれる広島市へ中学生を派遣する事業を行います。次代を担う中学生が、広島を訪れ被爆の実態に触れるとともに、現地の中高生等との交流を通し「平和」の大切さを学びます。ぜひご参加ください。

——問い合わせは、区民生活部管理課庶務係へ。

時8月5日(木)～7日(土)(2泊3日) 対現地の中高生との交流、被爆体験講話、平和記念式典参列、灯笼流し、広島平和記念資料館の施設見学ほか 対区内在住の中学2・3年生(中学生海外留学・中学生小笠原自然体験交流に参加経験のある生徒は参加不可) 定30名(申し込み多数の場合は、志望動機等を考慮の上、決定) 費区役所までの交通費ほか 申区立中学校の生徒=応募用紙(各学校で配布)を、各学校が決める締め切り日までに担任へ提出▶区立中学校以外の生徒=応募用紙(区ホームページから取り出せます)を、4月23日午後5時(必着)までに区民生活部管理課庶務係(区役所西棟7階)へ郵送・持参 他アレルギーやぜんそく等の個別対応はできません。氏名・学校名・活動中の写真等を区ホームページ・広報紙等の刊行物へ掲載することがあります



▲広島平和記念公園(写真提供:広島県)



▲原爆ドーム(写真提供:広島県)



学習会等

本事業に参加する生徒は、全日程に出席してください。

時7月7日(水)・28日(水)午後5時～7時=事前学習会、8月25日(水)午後5時～7時=事後学習会、10月2日(土)(時間未定)=成果報告会 場区役所

※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。

スポーツ②



荻窪体育館

◆初めての太極拳

時 4月25日(日)午前9時～10時30分
 師 区太極拳連盟 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定 16名(申込順) 費 600円
 申 4月15日午前10時から電話で、同体育館

◆①安産のためのマタニティヨガ②産後のおなか引き締めエクササイズ

時 5月8日～7月24日の土曜日①午前9時30分～10時20分②10時30分～11時20分・11時30分～午後0時20分(5月29日、7月3日を除く。各計10回) 師 Yumi 対 区内在住・在勤で①妊娠4か月～出産直前の方②産後2年未満の方 定 各10名(抽選) 費 各8000円 申 往復はがき(12面記入例)で、4月14日(必着)までに同体育館

◆はじめての合気道

時 5月9日～6月27日の毎週日曜日、午後5時～7時(計8回) 師 杉並合気会 対 区内在住・在勤・在学の12歳以上の初心・初級者(小学生を除く) 定 15名(抽選) 費 4800円 申 往復はがき(12面記入例)で、4月14日(必着)までに同体育館

◆いきいきスポーツ教室 初夏の講座

時 5月11日～7月27日の毎週火曜日、午前9時～11時(計12回) 内 スロージョギング、ストレッチ、筋力トレーニングほか 師 山内美代子、畑ひろみ 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定 40名(抽選) 費 7200円 申 往復はがき(12面記入例)で、4月12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)

ヴィムスポーツアベニュー

◆運動不足改善 カラダ若がえろう教室

時 5月8日～6月26日の毎週土曜日、午前10時30分～11時15分(計8回) 内 バランス&体幹トレーニング 対 20～64歳の方 定 14名(申込順) 費 1万円

◆丈夫な足腰をつくろう教室

時 5月12日(水)・19日(水)・26日(水)午前10時～11時15分(計3回) 内 筋力アップトレーニング、有酸素マシン運動 対 65歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定 14名(申込順) 費 4500円 他 同講座受講経験者は申し込み不可

…… いずれも ……

場 ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4) 申 電話で、4月20日までに同施設 ☎3335-6644(午前11時～午後5時)

松ノ木運動場

◆ベースボール教室①未就学児②ピグナー③レベルアップ

時 5月11日～7月6日の毎週火曜日①午後3時15分～4時15分②4時25分～5時55分③6時5分～7時35分(6月1日を除く。予備日=7月13日・20日・27日。計8回) 場 同運動場 師 J.T.STRENGTH&CONDITIONING 対 区内在住・在学で①4歳以上の就学前のお子さん②小学1～3年生③小学生 定 各20名(抽選) 費 ①7200円②8000円③9600円 申 往復はがき(12面記入例)に学年も書いて、4月13日(必着)までに同運動場 他 ③は軟式球を使用(グローブ持参)



◆キッズテニス教室

時 5月12日～11月24日の水曜日①午後3時5分～3時55分=1・2年生クラス②3時55分～4時45分=3～6年生クラス③4時50分～5時50分=1～4年生クラス④5時55分～6時55分=5・6年生クラス(月3回。8月を除く。各計18回。予備日あり) 場 同運動場 師 村上えい子 対 区内在住・在学の小学生で①テニス未経験者③④前年度教室受講者または経験者(初級レベル程度) 定 各16名(抽選) 費 ①②1万8000円③④1万9800円 申 往復はがき(12面記入例)に学年・クラスも書いて、4月19日(必着)までに同運動場

◆全身エクササイズ!ノルディックウォーキング教室

時 5月20日(木)①午前10時～11時30分②10時～11時 場 松ノ木野球場ほか 師 NPO法人日本ノルディックウォーキング協会マスタートレーナー・長谷川佳文 対 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(②は妊婦のみ。中学生を除く) 定 20名(申込順) 費 1000円(保険料含む①別途ボールレンタル料300円) 申 電話または直接、5月18日までに同運動場 他 ②初回無料 …… いずれも …… 場 松ノ木運動場(〒166-0014松ノ木1-3-22 ☎3311-7410)

障害者のためのわいわいスポーツ教室

「ボールで遊ぼう」～ボールを蹴ったり、転がしたりするスポーツ・レクリエーション

	①第1回	②第2回
日程	5月15日(土)	7月3日(土)
場所	高井戸小学校(高井戸西2-2-1)	大宮前体育館(南荻窪2-1-1)

※いずれも午前10時～11時。
 ※オンラインでも実施。詳細は、申込書参照。
 時 場 上表のとおり 対 15歳以上の区内在住・在勤・在学で障害のある方 定 各10名(抽選) 申 申込書(スポーツ振興課〈区役所東棟6階〉、福祉事務所、区体育施設、障害者施設、障害者福祉会館、障害者交流館)で配布。区ホームページからも取り出せます)を、①4月21日②6月9日(いずれも必着)までにスポーツ振興課へ郵送・持参 場 同課 他 介助が必要な方は介助者同伴。ボランティアの募集はなし

まちの湯 健康事業

区内在住で60歳以上の方を対象に、身近なまちのお風呂屋さんで、月1回、楽しく健康づくりができる、まちの湯健康事業を行っています。4～6月の日程については、お問い合わせください。
 場 区内各浴場、高齢者施策課いさがい活動支援係

日本フィルハーモニー交響楽団の催し

Check! 日本フィル公開リハーサル

区と友好提携を結ぶ日本フィルハーモニー交響楽団による、指揮者とオーケストラの音楽づくりを間近で体験できるイベントです。

時 4月22日(木)午後1時(1時間程度) 場 杉並公会堂(上荻1-23-15)
 対 小学生以上の方 定 250名(抽選) 申 東京都電子申請・届出サービス(右2次元コード)から、4月11日までに申し込み 場 文化・交流課 他 当選者には4月16日までにEメールで通知。座席指定不可



Check! 日本フィル杉並公会堂シリーズ

時 5月9日(日)午後2時～4時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 内 出演=小林研一郎(指揮)、實川風(ピアノ)▶曲目=グリーグ「ピアノ協奏曲」、スメタナ「連作交響詩(わが祖国)より抜粋」 対 小学生以上の方 費 S席5300円。A席4200円 申 4月3日から電話で、杉並公会堂 ☎5347-4450(午前10時～午後7時〈休館日を除く〉)

日本フィルを応援しよう

区は「すぎなみアート応援事業」(16面参照)を行っています。その一環として、区と友好提携関係にある日本フィルハーモニー交響楽団が、感染症対策を講じて行うコンサート実施費用の一部を区が助成しています。助成事業の一つであるコンサート「日本フィル杉並公会堂シリーズ2021-22」などをぜひお楽しみください。

Check! 参加者を募集します♪

「60歳からの楽器教室」

日本フィル×西荻地域区民センター
 (指定管理者・東急コミュニティー)

弦楽器(バイオリン・チェロ)の少人数のグループレッスンをを行います。1回1時間程度のレッスン、発表会を実施する予定です。



時 5月17日(月)～4年3月31日(木)(計18回) 場 西荻地域区民センター 師 日本フィル楽員、OB楽員 対 区内在住で、楽器を用意できる60歳以上の方 定 バイオリン25名、チェロ20名(いずれも抽選) 費 7万3000円 申 はがき(封書)・Eメール(12面記入例)に希望楽器・楽器歴も書いて、4月15日(消印有効)までに西荻地域区民センター(〒167-0034桃井4-3-2 ☎nishigi@tokyu-com.co.jp)。または直接、同センター 場 同センター ☎3301-0811、日本フィルハーモニー交響楽団 ☎5378-6311 他 楽器は有料レンタル相談可。開校式、レッスンの日程は、当選通知と共に通知

人生100年時代に向けての学びを!

3年度

杉の樹大学 前期
受講生募集



「もっと広がる、もっとつながる、杉並ではじめる『学び』の暮らし」をコンセプトとした、60歳からの大学です。

☑️下表のとおり ☑️高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) ☑️区内在住で60歳以上の方 ☑️35名(抽選) ☑️往復はがき・ファクス(12面記入例)で、4月15日(必着)までに杉の樹大学運営事務局(〒150-0036渋谷区南平台町4-8-508 ☎5784-0533)。または右2次元コードから申し込み ☑️同事務局 ☎6427-1085 ☑️4月19日以降、決定通知を送付



日程	内容
5月18日	オリエンテーション1
25日	オリエンテーション2
6月 8日	ケーススタディ1 阿佐谷ジャズストリート
15日	ケーススタディ2 HOT WIRE GROUP
22日	ケーススタディ3 杉並子ども食堂ネットワーク
29日	プロジェクトづくりのワークショップ1
7月 6日	プロジェクトづくりのワークショップ2
13日	発表会

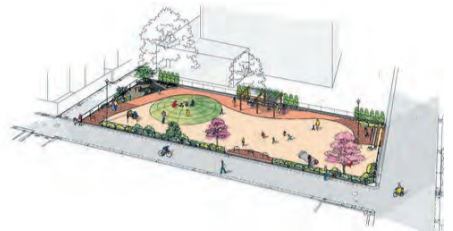
※いずれも火曜日、午前10時～正午。全8回要出席。

4月10日(土)オープン/
清水いづみ公園

清水2-17-12

清水2丁目に新しい公園が開園します。主な施設として、藤棚、井戸、どかん遊具、かまどベンチなどがあります。開園を記念して開園式を行います。——問い合わせは、みどり公園課公園整備係へ。

☑️4月10日(土)午前10時～10時40分
☑️同公園 ☑️式辞、来賓祝辞、テープカットほか ☑️開園式終了後、花鉢を配布(200鉢(先着順))。整理券を午前9時30分から配布



東京しごとセンター共催 女性再就職サポートプログラム

「働きたい!のはじめの一步」

☑️5月31日(月)、6月1日(火)～3日(水)・7日(月)午前10時～午後4時(計5回) ☑️ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) ☑️主に結婚・出産・育児・介護などで離職中の、54歳までの女性 ☑️25名(事前面接あり) ☑️☎電話で、5月20日までに東京しごとセンター女性しごと応援テラス ☎5211-2855 ☑️1歳～就学前の託児あり(定員あり。事前申込制)。当日、区就労支援センターと東京しごとセンターの利用登録が必要

区の交流自治体

北海道名寄市の特産品が
期間限定で注文できます

豊かな大地で育てられた新鮮野菜・果物を産地直送でお届けします。

販売期間 4年1月28日まで

販売商品

アスパラガス・メロン・とうもろこし・かぼちゃ・寒締めほうれん草ほか
※詳細は、区ホームページをご覧ください。



問い合わせ

なよろの畑自慢倶楽部 ☎01654-9-6711

4月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

ウズベキスタンを応援しよう!



杉並区では、イタリア、ウズベキスタン、パキスタンの3カ国が東京2020オリンピックの事前キャンプを行います。今回は、高井戸小学校で開催された交流会を通して、ウズベキスタンについて紹介します。

● 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)



☎広報課

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

座の市 4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区の交流自治体の物産品、地方の逸品などの販売 / 園座・高円寺 ☎3223-7500

第40回 杉並野草展 4月23日(金)～25日(日)午前10時～午後4時(25日は3時まで) / 大田黒公園 / 園杉並野草の会事務局 ☎3399-5634 / 野草の種を配布(1人3袋まで)

講演・講座

春爛漫・善福寺川ウオーキング 4月11日(日)午前10時～正午(雨天中止) / 集合=区役所中杉通り側入り口▶解散=都立和田堀公園(大宮2丁目) / 環境カウンセラー・山室京子、六車貴美子 / 区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) / 25名(申込順) / 300円(小学生以下無料) / ☎4月8日からファクス

(12面記入例)で、NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎3392-0606 / 園同協議会事務局 ☎3392-0606(午前10時30分～午後3時30分) / 長寿応援対象事業 複式簿記説明会 4月15日(木)・16日(金)▶事業=午前10時～11時30分▶不動産=午後2時～3時30分 / 杉並青色申告会事務局(阿佐谷南3丁目) / 複式簿記に必要な帳簿とその記帳方法についての説明 / 杉並青色申告会職員 / 各8名(申込順) / 各1000円 / ☎☎電話・Eメール(12面記入例)で、各開催日前日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 ✉seminar@aioiro.org / 長寿応援対象事業 歴史講演会「ソーセージを広めた男 ヘルマン・ウォルシュケの生涯」 4月24日(土)午後1時30分～3時30分 / 阿佐谷地域区民センター / ヘルマンさんの会代表・飯田吉明 / 40名(抽選) / 500円 / ☎往復はがき(12面記入例)で、4月10日(必着)までに西トミ江(〒168-0082 久我山1-3-20-609) / 園杉並郷土史会会長・新村 ☎3397-0908

NITOBEMAMA・パパカレッジ ①5月15日(土)午前10時～11時30分②16日(日)午前

前10時～11時15分②11時～午後0時15分③22日(土)午前10時～11時②11時30分～午後0時30分 / ①②新渡戸文化子ども園(中野区)③オンラインで実施 / ①簡単スマホカメラ講座&撮影ワークショップ②すっきりストレッチ・セルフケア講座、子育て座談会③管理栄養士による離乳食講座 / ①「こどもとかめら」フォトグラフター・今井しのぶ②認定NPO法人マドレボニータ設立者・吉岡マコ③新渡戸文化短期大学講師・大柴由紀 / ①未就園児の親子②産後の女性とそのパートナー、妊婦(妊娠16週以降で運動を制限されていない方)とそのパートナー(1人でも参加可)③①生後4～7カ月ごろのお子さんの保護者(妊婦も可)②生後8カ月～1歳半ごろのお子さんの保護者 / ①親子25組②各15組③各30名 / ☎新渡戸文化子ども園ホームページから、5月10日までに申し込み / 園同子ども園 ☎3381-1183 / ①スマートフォン②ヨガマットまたはバスタオル持参。②は生後210日までのお子さんは同伴可、以降のお子さんは託児あり

税金なんでも相談会 4月8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(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 税金なんでも相談会 4月13日(火)午前10時～正午・午後1時～4時 / 東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目) / ☎☎電話で、4月12日までに同支部 ☎3391-1028 / 1人40分程度 シルバー人材センター リサイクル自転車の販売 4月19日(月)～21日(水)午前11時～午後4時 / リサイクル自転車作業所(永福2丁目) / 販売価格=7000円～ / ☎19日のみ往復はがき(12面記入例)で、4月8日(消印有効)までに同センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル6階) / 園リサイクル自転車作業所 ☎3327-2287(土・日曜日、祝日を除く) 相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 4月26日(月)午後1時～4時 / 区内在住・在勤・在学の方 / 庚申文化会館(高円寺北3丁目) / 園東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

※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。