



催し

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

9月2日(土)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

広島平和学習中学生派遣事業「成果報告会」

9月3日(日)午後2時～4時30分 場 高円寺(高円寺北2-1-2) 内 事業報告、グループ発表 定 100名(先着順) 問 区民生活部管理課平和事業担当

保育士との交流会

現役の保育士から、仕事内容や魅力を直接聞くことができます。 9月25日(月)午前11時～午後0時40分 場 玉成保育専門学校(松庵1-9-33) 定 100名(申込順) 申 Eメール(記入例)で、9月15日までに保育課保育施設給付係 hoiku-unei@city.suginami.lg.jp 問 同係

講演・講座①

管理栄養士による栄養・健康ミニ講座

9月7日(木)=高血圧の予防は、まず減塩から(高井戸保健センター<高井戸東3-20-3>) ②8日(金)=血液中の中性脂肪、コレステロールを減らそう(荻窪保健センター<荻窪5-20-1>) ③19日(火)=気になる血糖値改善の食事対策(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

健康講座「リラックス ヨガ」

9月10日(日)午後2時～3時 場 宮前図書館 師 全米全英ヨガアライアンス認定講師・織笠和美 対 12歳以上の方 定 20名(申込順) 申 電話または直接、8月21日から宮前図書館(宮前5-5-27 ☎3333-5166)

コグニサイズ「脳トレ健康体操」

9月13日～10月25日の水曜日、午前10時～11時20分(10月4日を除く。計6回) 場 高齢者活動支援センター 対 区内在住の60歳以上で支障なく歩ける方 定 20名(抽選) 費 2400円 申 往復はがき(記入例)で、8月22日までに高齢者活動支援センター(〒168-0072 高井戸東3-7-5) 問 同センター ☎3331-7841 他 結果は8月23日以降に通知

動物愛護週間講演会「動物と共生していくためには」

9月20日～26日は動物愛護週間です。 9月19日(火) ①午前10時～正午 ②午後2時～4時 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 内 ①犬の飼い方 ②ペットに関する近隣トラブル 師 ①杉並どうぶつ相談員・朝井直美、古川圭紀 ②高木國雄法律事務所弁護士・浅野明子 対 区内在住の方 定 各140名(申込順) 申 電話で、杉並保健所生活衛生課 ☎3391-1991。または東京共同電子申請・届出サービス(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から申し込み / 申込期限=9月14日

子どもの心を育てるコーチング

9月21日(木)、10月5日(木)午前9時30分～11時30分(計2回) 場 杉並子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) 師 生涯学習開発財団認定コーチ・高野まゆみ 対 区内在住で小学1～4年生の保護者 定 12名(申込順) 申 電話で、杉並子ども家庭支援センター ☎5929-

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○○○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・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

1901 (午前9時～午後5時<日曜日・祝日を除く>) 他 子どもの同席不可

健康に!美しく! 誰でも気軽に体づくり教室

9月21日(木)午前10時～正午 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 健康運動指導士・松浦美香子 対 区内在住・在勤の40～74歳で医師から運動制限を受けていない方 定 50名(申込順) 申 電話で、9月20日までに高円寺保健センター健康づくり担当 ☎3311-0116

みどりの講座「秋に飾るハンギングバスケットづくり」

9月24日(日)午前10時～正午 場 桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) 師 一級造園施工管理技士・吉野華恵 対 区内在住・在勤・在学中 中学生以上の方 定 20名(抽選) 費 1500円 申 往復はがき・Eメール(記入例)で、8月31日までにみどり公園課みどりの協働係 midori-k@city.suginami.lg.jp 問 同係



野菜を育てて、おいしく食べよう 「体験 こまつなベランダ菜園」

9月24日(日)午後1時～2時・2時30分～3時30分(雨天中止) 場 読書の森公園(荻窪3-39-16) 内 こまつなの種まきの実習、野菜クイズ 師 坂井園芸・坂井清人、杉並保健所管理栄養士 対 区内在住・在学中5歳～小学生とその保護者 定 各15組(申込順) 申 LoGo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 杉並保健所健康推進課健康推進係 ☎3391-1355 他 軍手・空のペットボトル(500ml程度)持参。プランターは持ち帰り

女性と若者のための創業セミナー

10月7日～28日の毎週土曜日、午前9時30分～午後0時30分(28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・ママ代表取締役 堤香苗、레이크ポイント代表取締役・若山泰親、ノー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ほか 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LoGo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 1歳～就学前の託児あり(定員あり<申込順>)。9月22日までに同係)。

家族介護教室

笑顔で楽しく脳の機能をアップ「シナプソロジー」

8月29日(火)午後1時30分～3時 場 ゆうゆう下井草館(下井草3-13-9) 師 シナプソロジーアドバンスインストラクター・兵庫さとみ 対 区内在住・在勤の方ほか 定 20名(申込順) 申 電話で、ケア24下井草 ☎5303-5341

訪問医から学ぶACP「自分の望む人生の最期を迎えるために」

9月1日(金)午前10時～11時30分 場 ゆうゆう善福寺館(善福寺2-26-18) 師 杉並PARK在宅クリニック・田中公孝 対 区内在住・在勤の方ほか 定 25名(申込順) 申 電話で、ケア24善福寺 ☎5311-1024

家族が若年性認知症になった時～家族の苦悩、葛藤や乗り越え方のヒント

9月8日(金)午後1時30分～3時 場 杉並区医師会館(阿佐谷南3-48-8) 師 若年認知症家族会陽だまりの輪会長・三川一夫 対 区内在住・在勤の方ほか 定 30名(申込順) 申 電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888

休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級
10月1日(日)・8日(日)・14日(土) ▶ 午前=9時30分～正午 ▶ 午後=1時30分～4時(14日は午後のみ) 内 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

10月14日(土)午前9時30分～正午 内 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・子育てプラザ成田西(成田西3-10-38) 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/ から、9月5日までに申し込み 問 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9月14日までに通知。応募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

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	日時等
永福館(永福2-4-9 ☎3321-6632)	1964年東京オリンピックの思い出話 ★	8月31日(木)午前10時～11時30分 定 15名(申込順) 費 500円 他 オンラインでも実施
方南館(方南1-51-7 ☎3324-1171)	簡単に美しく描ける「パステルアートさろん」★	9月6日(水)午前10時～11時30分 定 10名(申込順) 費 600円
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎3302-2161)	「やさしいチューブ体操」こまる前からの体力維持 ★	9月7日(木)午前10時～11時30分 師 斉藤なみ糸 定 20名(申込順)
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎3306-0441)	人生二度目の義務教育 これからの暮らし方を考えませんか	9月28日～6年2月29日の最終木曜日、午後2時～3時30分(12月28日を除く) 師 福祉事業関係者 定 各15名(申込順) 費 各100円
桃井館(桃井1-35-2 ☎3399-5025)	「ダーツで遊ぼう」初心者体験参加も歓迎です ★	毎週水曜日、午後5時10分～6時30分 定 各12名(申込順) 費 各300円
和田館(和田1-41-10 ☎3384-3751)	ヨガ・ピラティス ★	毎週木曜日、午後7時～8時 ▶ 第1・4週=ピラティス ▶ 第2・3週=ヨガ 師 深澤千登勢、松村暁 定 各10名(申込順) 費 各1000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。★は長寿応援対象事業。

8月15日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

モッテコ
mottECO で食べ残しをなくそう!



mottECOとは、飲食店で食べ残したものを、持ち帰ることで食品ロスを減らす取り組み。今回は、杉並区が複数の企業と協力して進めているmottECOの概要、そしてその普及啓発を目指して行われたイベントの様をお伝えします。



● 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

講演・講座②

環境活動推進センター

◆石けん作り体験

9月1日(金)午前10時30分～正午 場同センター 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定10名(申込順) 申電話・Eメール(8面記入例)で、8月25日までに同センター 他軍手・エプロン持参

◆フリーマーケット in 高井戸 (出店者募集)

9月10日(日)午前10時～11時30分 場同センター 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(8面記入例)で、8月28日までに同センター 他車での搬出入・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・雑貨

◆善福寺川感謝祭～善福寺川クリーンアップ作戦!(下流)

9月23日(祝)午前9時30分～11時30分(雨天中止) 場①善福寺川宮木橋～堀之内橋川沿いの歩道とその周辺コース ②善福寺川下流コース▶集合・解散=済美公園(堀ノ内1-27-40) 同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 区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方 定30名(申込順) 費100円(保険料) 申電話・Eメール(8面記入例)で、9月19日までに同センター 他タオル・軍手またはゴム手袋、お持ちの方はトンゴ、②は川に入るためウォーターシューズまたは汚れてもいい運動靴(サンダル不可)・着替え持参

…… いずれも ……

同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

競技大会

区民体育祭

◆弓道(中学生)

9月3日(日)午前9時～午後5時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=団体・個人の部 区内在住・在学の中高校生 費高校生

500円。中学生350円 申往復はがき・Eメール(8面記入例)で、8月22日までに区弓道連盟・発知康(〒167-0031 本天沼3-24-9 ☒sugi739do@gmail.com) 同発知 ☎3396-2583 他高校生は弓道衣着用

◆ライフル射撃

9月17日(日)②24日(日)午前9時～午後4時 場①伊勢原射撃場(神奈川県伊勢原市)②中央区立総合スポーツセンター(日本橋浜町2-59-1 浜町公園内) 内費種目=SB=50m3×20・50mP60=1000円▶AR=10mS60・AP60=各500円▶BR・BP(貸し出し銃あり)=BR=10mS60・10mF40・BP60=各300円 区内在住・在勤・在学の方ほか 申参加費を、8月31日までにゆうちょ銀行「00160-4-664106杉並区ライフル射撃協会推薦」へ振り込み(通信欄に参加種目を記入) 同同協会・松永 ☎090-1849-6424 (午前10時～午後6時)

◆太極拳交流会

10月7日(土)午前9時30分～午後0時30分 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 区内在住・在勤・在学の方 定150名(申込順) 申ファクス・Eメール(8面記入例)で、9月25日までに区太極拳連盟・下川 ☒3391-3515 ☒yawaragiwushu@gmail.com 同下川 ☎3391-3515 他上履き持参。当日参加可

◆卓球

10月8日(日)午前9時 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内種目=男女別シングルス=小学生・中学生・一般・40歳代・50歳代・60歳代・70歳以上 区内在住・在勤・在学の方、区卓球連盟登録者 費1種目1000円。未登録者1500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)を、9月7日～17日に同連盟・三浦弘子(〒168-0065 浜田山2-11-9)へ郵送 同同連盟・倉持 ☎3390-8845

◆バドミントン(一般の部)

10月8日(日)②22日(日)午前9時 場大宮前体育館(南荻窪2-1-1) 内種目=①単=男子1・2部、女子1・2部▶複=女子シニア45歳以上1・2部▶女子合

計年齢165歳以上トリプルス1・2部②複=男子1～3部、女子1・2部 区内在住・在勤・在学の方 費単1000円。複1組2000円。トリプルス1組2400円をゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み 申申込書(区体育施設で配布)に振替受領証の写しを添えて、①9月20日②10月2日までに同連盟①秋山昭子(〒168-0082 久我山5-12-1)②深津芳久(〒166-0003 高円寺南2-20-5)へ郵送 同同連盟①秋山 ☎5370-8122②深津 ☎090-3331-5572

スポーツ教室

◆バドミントン体験教室

9月3日(日)午前10時30分～正午 場高円寺学園(高円寺北1-4-11) 同同学園部活動指導員・関本祥子 定20名(申込順) 申Eメールに氏名・電話番号・年齢を書いて、8月25日までにスポーツ&ワークス☒toiawase@sports-works.net 同同社 ☎3566-0288 (月～金曜日午前9時～午後6時) 他上履き・お持ちの方はラケット持参

杉並第十小学校温水プール

◆水曜アクアサイズ

①ベーシック②シェイプアップ

9月14日(木)、10月12日(木)②9月28日(木)、10月26日(木)午前10時～10時55分 場日本アクアサイズ協会 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各20名(申込順) 費各500円 申電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆ワンポイントレッスン 1人5分間のマンツーマン指導

9月17日～11月19日の第1・3日曜日、午前10時～10時55分 場高見沢美恵子、飛田慶子 区内在住・在勤・在学の方(小学3年生以下は水着着用の保護者同伴) 定各8名(先着順) 費入場料

◆泳力アップコース①初級②中級コース

9月17日、10月1日、11月5日②10月15日、11月19日/いずれも日曜日、午前11時～11時55分 内①クロール・平泳ぎ②全泳法 場①飛田慶子②高見沢美恵子 区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②クロール・平泳ぎのいずれも25m程度泳げる方(中学生を除く) 定各8名(申込順) 費入場料 申電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

…… いずれも ……

場同杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763) 他車での来場不可

TAC杉並区上井草スポーツセンター

◆放課後エンジョイフットボール

9月7日(木)・14日(木)①午後4時20分～5時20分②5時30分～6時45分 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

◆スマイルサッカー教室

障害の有無に関係なく誰でも一緒に楽しめるサッカー教室です。 9月28日(木)午後5時30分～6時40分 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

…… いずれも ……

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

同FC東京普及部コーチ 申TAC杉並区上井草スポーツセンターホームページで、8月22日午前9時から申し込み

荻窪体育館

◆脳トレ体操①イス②エクササイズ

10月2日～12月11日の月曜日①午前11時～11時50分②正午～午後0時50分(祝日を除く。各計10回) 同斎藤なみゑ 区内在住・在勤で50歳以上の方 定各16名(抽選) 費各8000円

◆ピラティスナイト

10月2日～12月11日の月曜日、午後6時45分～7時45分・7時50分～8時50分(祝日を除く。各計10回) 同小澤純子 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8000円

◆タイ式ヨガ ルーシーダットン

10月3日～12月12日の毎週火曜日、午前9時30分～10時20分・10時30分～11時20分・11時30分～午後0時20分(各計11回) 同亜紀 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8800円

◆バレエ教室①入門②初級③中級

10月5日～12月14日の木曜日①午前9時～10時20分②10時30分～11時50分③正午～午後1時20分(祝日を除く。各計10回) 同川村智由美 区内在住・在勤・在学の15歳以上の女性で①入門者②入門経験者で初級者③入門・初級経験者で中級者(いずれも中学生を除く) 定各14名(抽選) 費各1万2500円

◆①③ベーシックヨガ②アクティブヨガ

10月6日～12月15日の金曜日①午前9時30分～10時20分②10時30分～11時20分③11時30分～午後0時20分(祝日を除く。各計10回) 同梅田可織 区内在住・在勤・在学の15歳以上で①③初心者ほか②ヨガ経験が1年以上ある方(いずれも中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各8000円

◆転倒予防イス体操

10月6日～12月15日の金曜日、午後1時30分～2時30分(10月20日、祝日を除く。計9回) 同松浦美香子 区内在住・在勤のおおむね60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定20名(抽選) 費7200円

◆体幹エクササイズ

10月11日～12月13日の水曜日、午後6時～6時50分・7時～7時50分・8時～8時50分(第3水曜日を除く。各計8回) 同佐々木達也 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各15名(抽選) 費各6400円

◆土曜の朝活ヨガ①スリミング②リラックス③スローフロー

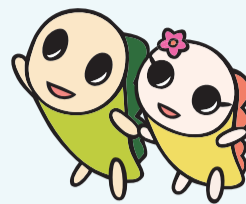
10月14日～12月16日の土曜日①午前9時30分～10時20分②10時30分～11時20分③11時30分～午後0時20分(10月21日を除く。各計9回) 同Yumi 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 定各16名(抽選) 費各7200円

…… いずれも ……

場同荻窪体育館(〒167-0051 荻窪3-47-2 ☎3220-3381) 申往復はがき(8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=8月28日

地域活動の一步を、ここから

すぎなみ地域大学10~12月開講！ 講座受講生を募集します



すぎなみ地域大学は、地域活動に必要なスキルを身に付けるための学びの場です。

—— 問い合わせは、地域課すぎなみ地域大学担当☎3312-2381へ。

〈開講講座一覧〉

講座名	日時・場所・講師・対象・定員(抽選)・費用	申込期限
地域活動基礎コース		
チャレンジボランティア特別企画 地域活動はじめてみたら…楽しかった!	☎10月28日(土)午後2時~4時30分 ①元荻窪地域区民センター協議会会長・檜枝光太郎 定25名	10月5日
まちを知る!大人の自由研究	☎11月2日~12月14日の木曜日、午後2時~4時30分(祝日、12月7日を除く。計5回) 定12名	10月10日
地域活動実践コース		
日本人英語指導助手(JTE)養成講座	☎10月11日(水)・19日(木)・31日(火)、11月8日(水)・14日(火)・17日(金)・21日(火)、12月1日(金)午前9時30分~午後0時30分(12月1日は1時まで。計8回) ②区内在住・在勤・在学で英検2級またはTOEIC600点程度の語学力がありパソコンを持っている方 定24名 費4000円	9月19日
杉並どうぶつ相談員講座	☎10月16日~12月4日の毎週月曜日、午後2時~4時(12月4日は4時45分まで。計8回) ③区役所分庁舎ほか ④区内在住の方 定18名	9月24日
知的障害者ガイドヘルパー講座	☎10月21日(土)午前9時~午後5時45分、22日(日)午前9時~午後5時、12月17日(日)午前9時30分~正午(計3回(実習を除く)) ⑤区役所分庁舎ほか ⑥区内在住・在勤・在学で知的障害者の移動支援事業従事者資格(介護福祉士等)を持っていない方 定20名 費3500円 ⑦実習日は未定	9月29日
みどりのボランティア講座	☎10月27日(金)、11月10日(金)・24日(金)、12月15日(金)、6年1月12日(金)、2月2日(金)午後1時30分~4時30分(計6回) ⑧区役所分庁舎ほか 定18名	10月5日
救急協力員講座	☎①11月7日(火)午後1時30分~4時45分②15日(水)午前9時15分~午後0時30分③12月13日(水)午前9時15分~午後0時30分 ⑨①②区役所分庁舎③杉並保健所(荻窪5-20-1) ⑩区内在住・在勤・在学で救命技能認定証を持っていない16歳以上の方 定①②各16名③20名 費各500円	①10月16日②23日 ③11月21日
福祉車両運転協力員講座	☎11月12日(日)・19日(日)・26日(日)午前9時30分~午後4時50分(26日は5時50分まで。計3回) ⑪区役所分庁舎ほか 定18名 費3000円	10月19日
救急協力員上級講座	☎11月14日(火)午前9時15分~午後5時30分 ⑫区内在住・在勤・在学で上級救命技能認定証や応急手当普及員認定証を持っていない16歳以上の方 定16名 費1000円	10月23日
ゲートキーパー養成講座	☎12月6日(水)午前10時~正午 ⑬杉並保健所(荻窪5-20-1) 定30名	11月14日

※④の記載がないものは、区役所分庁舎(成田東4-36-13)。⑩の記載がないものは、区内在住・在勤・在学の方。

申し込み方法

はがき・ファクス・Eメール(8面記入例)に受講動機と修了後の活動目標、在勤・在学の場合は勤務先・学校名も書いて、地域課すぎなみ地域大学担当(〒166-0015成田東4-36-13☎3312-2387✉tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp)。またはすぎなみ地域大学ホームページ(右二次元コード)から申し込み ⑭詳細は、募集案内(駅の広報スタンド・区役所・区民事務所・図書館等で配布)参照



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

HONANエイサー&ミュージックフェス
8月26日(土)午前11時~午後9時/東京メトロ丸ノ内線方南町駅東口ほか/①方南銀座商店街振興組合☎3311-7143
「はたらく消防の写生会」作品の展示会
9月1日(金)~3日(日)午前9時30分~午後4時30分/セシオン杉並/小学生が描いた消防隊員や消防車両などの写生画(入賞作品)の展示/②杉並消防署予防課防火管理係☎3393-0119
杉並オペラシリーズ「魔笛」公演
9月3日(日)午後5時30分~8時/セシオン杉並/出演=高山美佳(指揮)ほか/中学生以上の方/460名(申込順)/5000円/☎☎電話・Eメール(8面記入例)で、美しい日本の歌の会・青木☎090-8510-1281✉mococapera@icloud.com/区民100名を招待(申込順)=往復はがき(8面記入例)で、8月31日までに同会・

田中(〒350-1124川越市新宿町2-13-4)
杉並区交通安全のつどい 9月6日(水)午後2時~4時/杉並公会堂/交通安全講話ほか/☎杉並警察署交通課☎3314-0110
東京都空き家フォーラム in 杉並 9月10日(日)①午前10時~午後4時=相談会②午前10時30分~11時30分=人気弁護士・角田智美が教える!トラブル事例に学ぶ!失敗しない実家の相続対策/ワイルド会議室・荻窪(上荻1丁目)/空き家所有者、将来空き家となる恐れのある建物の所有者ほか/③30名(申込順)/☎☎申込書(区ホームページ同催し案内から取り出せます)を、ネクスト・アイズへファクス☎5574-0921。または電話で同社☎0120-406-212(午前10時~午後6時(水曜日を除く))/当日参加可。後日オンラインでも実施
杉並写水会写真展 9月15日(金)~21日(水)午前10時~午後6時(15日は正午から。21日は4時まで)/セシオン杉並/☎杉並写水会・二本柳☎5938-5212
講演・講座
認知症サポーターステップアップ講座
8月29日(火)午後2時~3時30分/ゆうゆう

上荻窪館/荻窪病院認知症看護認定看護師・子々津久美/区内在住・在勤の認知症サポーター/15名(申込順)/☎☎電話で、ケア24上荻☎5303-6851
認知症サポーター養成講座 ①8月30日(水)午前10時~11時30分②31日(木)午後1時~2時30分/①ゆうゆう永福館②天狗湯(西荻南1丁目)/キャラバン・メイト/区内在住・在勤の方/①15名②10名(いずれも申込順)/☎☎電話で、①ケア24永福☎5355-5124②ケア24西荻☎3333-4668/認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます
歴史講演会「郷土史研究における民俗学研究」 9月16日(土)午後1時30分~3時30分/阿佐谷地域区民センター/元郷土博物館学芸員/80名(先着順)/500円/☎杉並郷土史会・幸田☎090-2436-1962
高千穂大学授業公開 ①9月25日~6年1月15日の月曜日②9月26日~12月19日の火曜日、午前10時40分~午後0時10分(10月23日、11月6日・7日、12月25日、祝日を除く)/同大学(大宮2丁目)/①経営学特別講義B②総合科目(秋)/同大学経営学①教授・小林康一ほか

②准教授・山里盛文ほか/区内在住・在勤・在学で18歳以上の方/各100名(申込順)/☎往復はがき(8面記入例)に職業も書いて、①6年1月12日②12月18日までに同大学①経営学特別講義係②総合科目係(〒168-8508大宮2-19-1)/☎同大学学務部教務課☎3313-0146
その他
税金なんでも相談会 8月31日(水)午後5時~8時、9月7日(水)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(月~金曜日午前9時30分~午後5時(正午~午後1時を除く))/1人45分程度
暮らしと事業の相談会 IN 杉並 9月2日(土)午後0時30分~4時/産業商工会館/弁護士・税理士等の専門家/区内在住・在勤・在学の方/20名(申込順)/☎☎電話で、8月26日までに東京司法書士会杉並支部☎5913-7452(午前10時~午後5時)/1人30分
電話による不動産に関する無料相談
9月7日(水)午後1時~4時/☎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)