

広報すぎなみ

Suginami



みどり豊かな 住まいのみやこ

{ 5 / 1 }
令和7年(2025年)
No.2403

ふらっと気軽に立ち
寄ってみませんか。

区内には、区民の皆さんが利用できる身近なコミュニティ施設がたくさんあります。施設によって設備・機能などに特徴があり、さまざまな世代の方が利用できる地域のコミュニティづくりの場となっています。今回は、コミュニティ施設を楽しく利用している利用者の皆さんに使い方を教えていただきました。

詳細は、6・7面へ



特集

みんなの身近なコミュニティ施設

私たちこんな使い方しています！

〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1 | ☎ 3312-2111(代表) FAX 3312-9911(広報課直通) | 🌐 区ホームページ: <https://www.city.suginami.tokyo.jp/> | 📅 発行: 杉並区 | 📝 編集: 広報課



「広報すぎなみ」は月2回(1・15日)発行。新聞折り込みでの配布のほか、区施設・区内各駅などの広報スタンドに置いています。入手が困難な方には個別配布をしています。ご希望の方は、電話・ファクス・Eメール・申し込みフォームからお申し込みください。

詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



調べものや集中したいときに使っています！

勉強や作業に集中したいときにフリースペースのラウンジを利用しています。コンセントやWi-Fiなどの設備も整っているので使い勝手がいい施設です。図書館が併設されているので息抜きで本を読んだりもしています。



▲上村さん

仲間たちと囲碁を楽しんでいます！

定年退職後に昔やっていた囲碁をやりたいと思い囲碁愛好会に加入しました。高齢者団体の優先枠があり、使用料が無料になるので気軽に使える施設です。他にもいろいろなことができる施設なので、一度のぞいてみるのもいいと思います。



▲阿佐谷囲碁愛好会・松浦さん

ピラティス講座に参加しています！

体を動かしたいと思っていたときに、ピラティス講座が開催されていることを知り参加しました。さまざまな講座が開催されているので、何か始めたいときのきっかけづくりにお勧めです。



近藤さん▶

仲間たちと集まって楽しく健康づくり！

集会室を利用して、仲間たちとフリーブロー（スポーツ吹き矢）をしています。家や駅からも近くて利用しやすく、続けることで肺活量が上がり健康づくりにつながっています。定期的集まることで自分の生活の一部にもなっています。



▲さざんかクラブフリーブローの会の皆さん

趣味の太極拳ができる場所を見つけました！

小学生の時から習っていた太極拳を現在も趣味として続けています。剣などを使う中国武術もやっていた練習場所が限られるため、体育室を利用しています。楽しく続けている中で仲間ができ、今では自分のホームグラウンドになっています。



杉並太極拳同好会・佐藤さん▶

心も体も健康に！

美術講座やピラティス講座に参加しています。上京して地域とのつながりがありませんでしたが、講座の受講者との交流が生まれプライベートでもお茶をする友達ができました。ふらっと立ち寄れて、自分の心身の土台となる施設です。



▲北野さん

私たち こんな使い方 しています！

みんなの身近なコミュニティ施設

区内には、区民の皆さんが利用できるコミュニティ施設がたくさんあります。コミュニティ施設には、施設主催の講座、誰でも予約なしで仕事・勉強・歓談などに利用できるフリースペース、会議・趣味的活動に利用できる集会室・体育室・工芸室・楽器練習室などの貸室といった利用者のニーズに合わせたさまざまな機能があります（※）。

今号では、身近にあるコミュニティ施設で何ができるのかを利用者の皆さんの声から紹介します。ぜひ、お近くの施設をご利用ください。

※施設によって、部屋の種類・設備などの機能が異なります。詳細は、お問い合わせください。

——問い合わせは、地域課へ。

お下がり交換会を開催しています！

使わなくなった子ども服などの交換会を展示室で開催しています。地域の身近な施設なので近隣に住んでいる方に気軽に参加していただいています。施設にはおむつ替えコーナー・キッズスペースなどの設備が整っていて子ども連れでも安心です。



▲NPO法人ハンド・ミー・ダウン 井上さん

楽器練習・勉強・友達とのおしゃべりにも！

楽器練習室でサックスの練習をしたり、ラウンジで勉強や友達とおしゃべりしたりしています。時間によっては中高生が無料で利用できる貸室があったり優先席があったりと、学生にも優しくて気軽に利用できる施設です。



▲杉本さん（左）・長田さん（右）

料理室でパン教室を開催しています！

仕事以外のつながりを地域でつくりたくて、パン教室を始めました。料理室にはガスオーブンなどの設備が整っていて使い勝手がいいです。教室の参加者同士で交流が生まれ、自分も楽しく続けています。今では教室が人生の“スパイス”になっています。



◀ボミエパン教室・山田さん

工芸室でバードカービングを作っています！

定年退職後の趣味と仲間づくりを目的に、工芸室を利用してバードカービング（野鳥彫刻）を作っています。工芸室には万力・電動系のこぎりなどの設備が整っていて使いやすく、同じ趣味を楽しむ仲間もできて自分にとって大切な場所となっています。



▲NTバードカービング・土田さん（前列）と会員の皆さん

NEW

高円寺図書館と一体となった コミュニティふらっと高円寺南がオープン！

老朽化により移転した高円寺図書館との複合施設として、コミュニティふらっと高円寺南が旧杉並第八小学校跡地にオープンしました（愛称：ふらっとすぎはち）。ぜひお気軽にご利用ください。



info.

住所 高円寺南2-40-24
電話 3316-2421
利用時間 午前9時～午後9時
休館日 第1月曜日、第3木曜日、年末年始
アクセス JR中央線高円寺駅・東京メトロ丸の内線新高円寺駅 徒歩8分



図書の本も読めるラウンジ！



防音の部屋もあります！

お近くの コミュニティ施設を ご利用ください！

区内には、さまざまな種類のコミュニティ施設があります。施設ごとの機能・貸室の利用方法などの詳細は、区HP（右2次元コード）をご覧ください。



●みんなが集まる交流の場「コミュニティふらっと」

身近な地域で世代を超えたつながりを生み出すコミュニティ施設です。集会室・多目的室などの貸室に加えて、さまざまな世代が交流できるよう年2回の多世代交流イベント・運営事業者による講座などの自主事業が行われています。

●地域のさまざまな活動を受け止める「地域区民センター」

区内に7つある大型のコミュニティ施設です。集会室のほかに和室・水屋・工芸室・料理室・音楽室・楽器練習室・体育室・軽運動室など、さまざまな活動に対応できる貸室・設備があります。

●身近な地域のコミュニティ施設「区民集会所」

地域区民センターの機能を補完する、より身近な地域のコミュニティ施設です。集会室・多目的室などの貸室のほか、フリースペースのラウンジがあります。

●地域の文化施設「区民会館」

集会室のほかに、劇・演奏会・発表会などを行うことができる中規模のホールを備えた文化施設としての機能があります。