

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など コミュニティ通信

詳細・問い合わせは、各地域区民センター協議会へ
(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)

毎月15日号に掲載

井草地域区民センター協議会

〒167-0022下井草5-7-22
☎3301-7723



おもちゃの病院

📅4月11日(土)・25日(土)午後1時30分～3時
📍同センター 講師 杉並おもちゃドクターズ・片岡末廣 費実費 他1組1点

ビートルズトークセッション～サウンドの進化とバンドの苦悩の始まり

📅4月25日(土)午後1時～3時 📍八成区民集会所(井草1-3-2) 講師 西東京ビートルズ倶楽部代表・田中敏久 定40名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)に手話通訳を希望の方はその旨も書いて、同協議会。または同協議会(HP)から申し込み/申込期限=4月12日 他長寿

荻窪地域区民センター協議会

〒167-0052南荻窪2-28-13
荻窪会議室1階
☎3398-9127



初心者のための短歌教室～31音の世界

📅4月20日(月)、5月18日(月)、6月15日(月) 午後1時～3時(計3回) 📍同会議室 講師 歌人・平岡直子 対区内在住・在勤で18歳以上の方 定20名(抽選) 費300円 申往復はがき(9面記入例)で、同協議会。または同協議会(HP)から申し込み/申込期限=4月6日

高円寺地域区民センター協議会

〒166-0011梅里1-22-32
☎3317-6614



協働事業 わい!わい!わだまつり
📅4月19日(日)午前10時30分～午後2時

30分 📍和田区民集会所(和田2-31-21)、和田小学校(和田2-30-21) 模倣店、ステージ発表、木工細工製作、苗木de募金(100鉢〈先着順〉)、なみすけ・ナミ写真撮影

社会保険基礎講座「よくわかる年金の基礎」

📅5月17日(日)午後1時30分～3時30分
📍同センター 講師 特定社会保険労務士・稲尾公貴 定70名(申込順) 申同協議会(HP)から、3月19日～4月30日に申し込み

高井戸地域区民センター協議会

〒168-0072高井戸東3-7-5
☎3331-7980



高井戸消防まつり

📅4月19日(日)午前10時～午後2時 📍同センター 対①消防はしご車体験乗車②初期消火・AED訓練、模擬店ほか 定①30組60名(抽選) 申①往復はがき(9面記入例)。2名まで連記可に乗車希望時間帯(午前・午後)のある方はその旨も書いて、同協議会。または同協議会(HP)から申し込み/申込期限=3月31日

コミュニティすくー 杉並清掃工場施設見学と高井戸中学校アネのバラ

📅5月13日(水)午前8時55分～正午 📍集合=同センター 定40名(抽選) 申往復はがき(9面記入例)で、同協議会。または同協議会(HP)から申し込み/申込期限=4月28日 他長寿



図書館で調べ学習をしませんか



春休みに、子どもが図書館の会議室・多目的ホールを利用して、調べ学習をすることができます。

図書館名	日時・対象
南荻窪(南荻窪1-10-2 ☎3335-7377)	3月25日(水)～4月5日(日)午前9時～午後8時(日曜日は5時まで) 対小学生～高校生(小学生は保護者同伴可)
今川(今川4-12-10 ☎3394-0431)	3月25日(水)～4月5日(日)午前10時～午後5時(日曜日は4時30分まで)
阿佐谷(阿佐谷北3-36-14 ☎5373-1811)	3月25日(水)～4月5日(日)午後2時～5時 対小学生～高校生(小学生は保護者同伴可)
高井戸(高井戸東1-28-1 ☎3290-3456)	3月26日(木)～4月5日(日)午前9時～午後8時(日曜日は5時まで)
下井草(下井草3-26-5 ☎3396-7999)	3月26日(木)～4月5日(日)午前9時～午後5時(日曜日は4時30分まで) 対小学生～高校生(小学生は保護者同伴可)

※休館日を除く。

📍各図書館

カラスによる被害・対策

4～7月はカラスの繁殖期で、親鳥は警戒心が強く、カラスに威嚇・攻撃を受けたという相談などが数多くあります。このような被害を減らすため対策をしましょう。

襲われそうになったら

カラスは背後から頭を狙い、脚で蹴ってきます。巣の場所を確認し、避けて通りましょう。迂回ができない場合は、帽子をかぶるか傘を差してください。

区では、民有地にカラスの巣があり人に危害を加える恐れがある場合に、卵・ひなの捕獲、巣の撤去を行っています。希望の方は、環境課有害鳥獣等相談110番☎5307-0665へご連絡ください。なお、都立公園・電柱・鉄塔などの民有地以外にカラスの巣がある場合は、施設管理者へ相談してください。

カラス被害の対策

- 巣の材料になる針金ハンガーは片付ける
- 巣を掛けやすい枝は剪定する
- ごみ集積所ではカラスネットを利用する
- カラスの餌付けはしない



📍環境課生活環境担当☎5307-0665

区民が創る情報サイト すぎなみ学倶楽部



区民ライターがおすすめする、区内のお花見ポイント



すぎなみ学倶楽部では、区内のお花見ポイントを紹介しています。桜の名所から穴場の公園まで、区民ライターが書いた記事を沿線別にまとめました。ぜひ、写真映えする桜スポット探しなどにご活用ください。

◀玉川上水第二公園

詳しくは または



📍産業振興センター観光係☎5347-9184

すぎなみ学倶楽部とは?

区民ライターが区民目線で杉並の魅力取材・執筆・記事にして公開している区公式情報サイトです。

8つのカテゴリーに分けてすぎなみ情報を紹介しているよ～



歴史 ▲郷土博物館所蔵 中島飛行機の軌跡、都電杉並線の思い出、町の変遷などを探究



文化・雑学 イベント、文化人のお気に入り散歩コース、寺社、なみすけグッズなどを紹介



食 老舗の名物、隠れ家的カフェ、ラーメン店など、食の情報も満載

その他にもこんなコンテンツがあります

スポーツ 杉並発祥のスポーツや注目の競技、楽しみ方などを紹介

産業・商業 戦禍を乗り越えた老舗企業・商店、起業家・職人にも注目

ゆかりの人々 タレント・作家・偉人・地域活動者など、区にゆかりのある人を紹介

自然 荻窪で発見された絶滅危惧種、区内で見られる野鳥、自由研究にも役立つ情報

特集 お花見ポイント・公園の紹介、水害・震災対策、教育、対談などの特集記事

詳しくは または



イベントひろば

EVENT PLAZA

催し

荻窪三庭園俳句さんぽ ～堀本裕樹さんと歩く春の吟行会

時4月12日(日)午後1時～5時 場角川庭園(荻窪3-14-22)、大田黒公園(荻窪3-33-12) 対小学生以上の方 定15名(抽選) 費3000円 申申し込みフォーム(区HP同案内参照)から、3月16日～23日に申し込み 角川庭園☎6795-6855(午前9時～午後5時(水曜日を除く))

セッション杉並 熊谷和徳 タップダンス・ライブ

時6月6日(土)午後3時30分 場同施設 対小学生以上の方 定491名(申込順) 費6500円ほか 申直接、同施設(梅里1-22-32)。またはMY Bunkamura(HP)から申し込み/申込開始日=3月27日 同施設☎3317-6611(午前9時～午後9時) 他区民先行販売あり(詳細は、区HP同案内参照)

産業振興センター都市農業係

◆すぎなみ産 春の草花と野菜即売会 時3月27日(金)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了) 場区役所中杉通り側入り口前、青梅街道側広場

◆農業公園「テーブル菜園体験教室・春夏」

時4月15日・22日、5月13日・20日、6月3日・17日、7月1日・8日/いずれも水曜日、午前10時30分～11時30分(計8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2000円 申申し込みフォーム(区HP同案内参照)から、3月25日までに申し込み

…… いずれも …… 同産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136

講演・講座

休日パパママ学級・休日母親学級

◆休日パパママ学級 時①5月9日(土)・10日(日)午前9時30分～正午・午後1時30分～4時②5月30日(土)午後1時30分～3時 場①子ども・子育てプラザ下井草(下井草3-13-9)②オンラインで実施 対妊娠・出産の話、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①各24組②100組

◆休日母親学級

時5月30日(土)午前10時30分～正午 場オンラインで実施 対妊娠中の過ごし方、お産の流れ、母乳・産後の話ほか 対区内在住で妊娠中の方 定100名

…… いずれも ……

同助産師ほか 申申し込みフォーム(区HP同案内参照)から、4月5日までに申し込み 同杉並区休日パパママ学級・休日母親学級担当☎3447-5826

就労支援センターすぎJOB

◆就労支援センターの上手な活用法(施設説明会)

時4月4日(土)午前10時～11時 対求職中の方 定5名(申込順) 申電話で、同施設。または申し込みフォーム(区HP同案内参照)から申し込み

◆求職者のためのパソコンセミナー①エクセル②ワード基礎

時①4月8日(水)②13日(月)午前10時～午後3時 同PC専任講師・長沢春子ほか 対59歳以下で求職中の方 定各14名(申込順) 申電話で、同施設

…… いずれも ……

場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 同就労支援センターすぎJOB☎3398-1136

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、各記事の申回でご確認ください。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、子どもの氏名・年齢・性別も記入。

①行事名・教室名 (希望日時・コース名)	1人1枚
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)	

高齢者活動支援センター

◆おりがみサロン「バラの花のリース」

時4月15日(水)午前10時～正午 同日本折紙協会折紙講師・白石淳子 定15名(申込順) 費300円 申電話または直接、3月23日午前8時45分から同センター(23日は電話のみ)

◆はじめての羊毛フェルト「猫のバッグチャーム」

時4月26日(日)午前10時～正午 同手芸作家・新崎優子 定30名(申込順) 費700円 申電話または直接、3月30日午前8時45分から同センター(30日は電話のみ)

…… いずれも ……

場同高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5☎3331-7841) 対区内在住で60歳以上の方

環境活動推進センター

◆森林ボランティアに参加しませんか

時4～9月の第1・3日曜日、午前9時30分～午後3時(8月を除く。雨天延期) 場勝沼城跡歴史環境保全地域▶集合=JR青梅線東青梅駅 対区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 費各100円(保険料) 申電話・Eメール(記入例)で、各実施日3日前までに同センター

◆簡易金継ぎクラフト方式

時4月11日(土)午後1時30分～3時30分 場同センター 対区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 定12名(抽選) 費1800円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、3月28日までに申し込み 他(長寿)

◆1年間を通して川と遊ぼう!「川ガキ復活講座」

時4月12日(日)、5月10日(日)、6月7日(日)、

7月5日(日)、8月20日(土)・21日(金)(1泊2日)、10月10日(土)、11月8日(日)、12月6日(日)、9年1月11日(祝)(計9回) 場同センターほか 同東京都環境学習リーダー・境原達也、善福寺川を里川にカエル会・渡辺博重ほか 対区内在住・在学の小学3年生～中学生とその保護者 定10組20名(抽選) 費1組1万5000円(保険料を含む。別途宿泊費) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、3月30日までに申し込み

◆親子講座～布と折り紙で作る親子で使う連絡ボード

時4月12日(日)午後1時30分～3時30分 場同センター 対区内在住・在学の小学生とその保護者 定10組20名(抽選) 費300円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、4月1日までに申し込み

◆おもちゃのクリニック

時4月19日(日)午後1時～3時 場同センター 対区内在住・在勤・在学の方 定15名(申込順) 費実費 申電話で、同センター

◆ネイチャーゲーム～外に出よう!

時4月26日(日)午後1時30分～4時(雨天中止) 場馬橋公園(高円寺北4-35-5) 同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歳以上の子どものとその保護者 定15組30名(抽選) 費1組200円(保険料) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワーク(HP)から、4月2日までに申し込み

…… いずれも ……

同環境活動推進センター(高井戸東3-7-4☎5336-7352)kouza@ecosuginet.jp(水曜日を除く)

スポーツ①

スポーツ教室

アーチェリー初心者教室

時4月4日(土)・12日(日)・18日(土)・26日(日)午後1時～5時(計4回) 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対区内在住・在勤・在学の小学4年生～69歳で身長150cm以上の方(小学生は保護者同伴) 定8名(申込順) 申Eメール(記入例)に性別・身長・利き手も書いて、3月25日までに区アーチェリー協会・井口☎yoshinoigu@pony.ocn.ne.jp 同井口☎090-2416-8379 他弓具の貸し出しあり

初心者ゲートボール教室

時4月5日～5月3日の日曜日、午前10時～正午(計5回) 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 同区ゲートボール連盟 対区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 費500円 申電話で、4月1日までに同連盟・狛☎090-7729-2761

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	日時など
久我山館(久我山5-8-8 ☎3332-2011)	エコで楽しい使用済み切手アート体験会	時3月26日(土)午後2時～4時・30日(月)午前10時～正午、4月2日(木)午前10時～正午・午後2時～4時 定各15名(申込順) 費各300円(小学生以下無料)
下高井戸館(下高井戸4-19-6 ☎3302-2161)	「マイヒストリー」これまでの人生を紐解き、私の未来へ繋げる	時3月26日(土)、4月2日(木)午後3時30分～5時(計2回) 同キャリアコンサルタント・岩崎緩子 定8名(申込順) 費1000円
井草館(井草2-15-15 ☎3390-9672)	捨てるから始めない「生前整理と家じまい」	時3月29日(日)午後1時～3時 同片付けコンサルタント・戸田里江 定20名(申込順) 費1000円
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎3396-8871)	シニアにやさしい「健康エアロビクス」	時第1・3火曜日、午後1時30分～2時45分 定各15名(申込順) 費各500円
和泉館(和泉4-16-22 ☎3323-5663)	初心者のマジック入門	時第2日曜日、午後3時～4時30分 定各15名(申込順) 費各600円(別途教材費)
西田館(荻窪1-56-3 ☎3391-8747)	初めての草木染 スカーフを染めてみよう	時第3日曜日、午後2時30分～4時 同横山ひろ子 定各5名(申込順) 費各600円(別途材料費)

※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。いずれも(長寿)。

※申し込みは、開始日の記載がない場合は「広報すぎなみ」の発行日からとなります。
 ※申込期限に(消印有効)の記載がない場合は必着です。
 ※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 

短期集中ゴルフ基礎講座

期4月8日～5月13日・27日～6月19日
 ▶水曜日=午前10時40分～正午・午後6時30分～7時50分▶金曜日=午前10時40分～正午(4月29日、5月1日・6日を除く。各計4回) 場 西荻ゴルフセンター(西荻北2-37-8) 区 区内在住・在勤で18歳以上の方 定 各6名(申込順) 費 各1万円 申 往復はがき・ファクス(9面記入例)で、各実施初日前日までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3 ☎042-463-5750) 区 畔蒜 ☎090-5560-0424 他 クラブの貸し出しあり。振り替え受講可

ふれあいスポ・レクまつり
 いつでも!どこでも!だれとでも!

期4月29日(祝)午前9時～午後3時 場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内 ダーツ・ミニテニス・インディアカ・YOU.FOほか 区 区内在住・在勤・在学の方

区 杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161

障害者のためのわいわいスポーツ教室「音楽で体を動かそう」

期5月9日(土)午前10時～11時30分 場 済美養護学校(堀ノ内1-19-25) 区 区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害のある方(介助が必要な方は介助者同伴) 定 30名(抽選) 申 申込書(スポーツ振興課(区役所東棟6階)・区体育施設・区障害者施設・障害者福祉会館・障害者交流会館で配布。区HP)同案内からも入手可)を、同課事業係へ郵送・持参。または申し込みフォーム(区HP参照)から申し込み/ 申 込期限=4月10日 区 同係 ☎5307-0765

高円寺みんなの体育館

◆春のヨガ教室

期4月1日～22日の水曜日、午前11時15分～午後0時15分 師 石丸あかね 定 各18名(申込順) 費 各800円 申

電話または直接、各実施日7日前から同体育館

◆こちヨガ=心地良さを整うヨガ

期4月1日～22日の水曜日、午後3時15分～4時15分 師 うえむら真希 定 各16名(申込順) 費 各800円 申 電話または直接、各実施日7日前から同体育館

◆ヨガ初級

期4月4日～25日の土曜日、午後7時15分～8時35分 師 今田直樹 定 各16名(申込順) 費 各1000円 申 電話または直接、各実施日7日前から同体育館

◆楽しく健康タイム①アロマヨガ②アロマヨガ&ストレッチ

期4月7日～28日の火曜日①午前11時～正午②正午～午後1時 師 うえむら真希 定 各70名(先着順) 費 ①②各410円。連続受講610円

◆小さなボールでセルフメンテナンス

期4月7日～28日の火曜日、午後3時10分～4時10分 師 HIKARU 定 各16名

(申込順) 費 各800円 申 電話または直接、各実施日7日前から同体育館

◆ヨガ①呼吸入門クラス②足裏土台クラス

期4月13日～27日の月曜日①午前11時5分～11時55分②午後0時5分～0時55分 師 うえむら真希 定 各16名(申込順) 費 各800円 申 電話または直接、各実施日7日前から同体育館



…… いずれも ……
 場 高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31 ☎3312-0313) 区 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 他 長寿

ユニバーサルタイムの実施

障害のある方のスポーツ・運動のきっかけづくりの場として、さまざまなプログラムを実施しています。詳細は、区HP(右2次元コード)をご覧ください。



日時 ①4月15日(水)午後3時～5時②18日(土)③26日(日)午前10時～正午

場 ①TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) ②荻窪体育館(荻窪3-47-2) ③TAC杉並区永福体育館(永福1-7-6) 区 ボール種目・ウォーキング・ストレッチ・体の相談ほか 区 障害のある方(介助が必要な方は介助者同伴) 区 スポーツ振興課事業係 ☎5307-0765 他 ②上履き③厚手の靴下持参。①西武新宿線上井草駅・西武バス上井草スポーツセンター②JR・東京メトロ丸ノ内線荻窪駅③京王井の頭線永福町駅などからの誘導サポートあり(事前申込制。電話・Eメール(9面記入例)で、各実施日前日までに同係 ☎sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp)

高円寺演芸まつり関連イベント

桂九ノ一十周年記念独演会

高円寺を拠点に活動する上方落語家・桂九ノ一の桂九雀入門十周年を記念した独演会を開催します。申し込み方法などの詳細は、区HP(右2次元コード)をご覧ください。



日時 4月17日(金)午後7時～9時30分

場 座・高円寺(高円寺北2-1-2) 区 演目=胴乱の幸助ほか▶出演=春風亭一之輔ほか 区 小学生以上の方 定 250名(申込順) 費 3000円。19歳以下2000円 区 高円寺演芸振興協会 ☎050-3551-5569



まちの湯健康事業

お風呂屋さんで健康づくり

時 場 内 定 右表のとおり 区 杉並区シルバー人材センターほか 区 区内在住で60歳以上の方 区 各公衆浴場(午後1時以降) 他 長寿 てぬぐい体操は手拭い持参



浴場名	内容・日時・定員(先着順) ★は予約制
弁天湯 (高円寺南3-25-1 ☎3312-0449)	てぬぐい体操★ 4月1日(水)、5月6日(水)、6月3日(水)午後2時 定 各7名
なみのゆ (高円寺北3-29-2 ☎3337-1861)	元気塾 椅子に座って健康体操★ 4月19日(日)、5月17日(日)、6月21日(日)午後2時 定 各8名
小杉湯 (高円寺北3-32-17 ☎3337-6198)	てぬぐい体操 4月8日(水)、5月13日(水)、6月10日(水)午後0時30分 定 各7名
玉の湯 (阿佐谷北1-13-7 ☎3338-7860)	太極拳★ 4月15日(水)、5月20日(水)、6月17日(水)午後1時20分 定 各7名
杉並湯 (梅里1-13-7 ☎3312-1221)	健康エアロピクス★ 4月8日(水)、5月13日(水)、6月10日(水)午後2時30分 定 各6名
ゆ家とごころ吉の湯 (成田東1-14-7 ☎3315-1766)	健康エアロピクス 4月4日(土)、6月6日(土) てぬぐい体操 5月17日(日)/いずれも午後0時30分 定 各6名
井草湯 (下井草5-3-15 ☎6913-7226)	健康エアロピクス★ 4月1日(水)、5月20日(水)、6月3日(水)午後1時15分 定 各8名
秀の湯 (桃井4-2-9 ☎3399-6112)	かっぱれとパントマイム★ 4月14日(水)、5月12日(水)、6月9日(水)午後2時 定 各8名
文化湯 (西荻北4-3-10 ☎3390-1051)	自強術★ 4月12日(日)、5月10日(日)、6月14日(日)午後2時30分 定 各10名
湯の楽代田橋温泉 (和泉1-1-4 ☎3321-4938)	てぬぐい体操★ 4月14日(水)、5月12日(水)、6月9日(水)午後1時45分 定 各10名
大黒湯 (和泉1-34-2 ☎3328-2137)	てぬぐい体操 4月19日(日)、5月17日(日)、6月21日(日)午後1時30分 定 各18名

広告



植木の剪定・植栽・芝張り・竹垣作成
 お庭の相談などお気軽にお問い合わせください

植木屋せきね

☎090-3518-6689 杉並区成田東5-9-5
 平日共に土日祝日も営業しています



※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

杉並第十小学校温水プール

◆ワンポイントレッスン 1人5分間のマンツーマン指導

④4月5日～6月21日の第1・3日曜日、午前10時～10時55分 ⑤齋藤伊都子、飛田慶子 ⑥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) ⑦各8名(先着順) ⑧入場料

◆泳力アップコース

④4月5日、5月3日、6月7日=クロール・平泳ぎ⑤4月19日、5月17日、6月21日=全泳法/いずれも日曜日、午前11時～11時55分 ⑥①飛田慶子

②齋藤伊都子 ⑦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・平泳ぎで25m程度泳げる方(いずれも中学生を除く) ⑧各8名(申込順) ⑨入場料 ⑩電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆木曜アクアサイズ①ベーシック

②シェイプアップ ④4月9日、5月14日、6月11日⑤4月23日、5月21日、6月25日/いずれも木曜日、午前10時～10時55分 ⑥吉田雅美 ⑦区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) ⑧各20名(申込順) ⑨各500円 ⑩電話で、各

実施日7日前の午前10時から同プール

◆プレスト(平泳ぎ)ナイト

④4月10日(金)・24日(金)①午後7時～7時50分②8時～8時50分 ⑤高巻美砂 ⑦区内在住・在勤・在学の15歳以上で①泳法によらず25m②平泳ぎで25m泳げる方(いずれも中学生を除く) ⑧各10名(申込順) ⑨入場料 ⑩電話で、各実施日7日前の午前10時から同プール

◆小学生チャレンジスイム教室

④4月21日～6月23日の火曜日①午後4時15分～5時15分②5時35分～6時35分(5月5日、6月2日を除く。各計8回)

⑦区内在住・在学の8年度小学①1・2年生②3～6年生 ⑧各20名(抽選) ⑨各8800円 ⑩杉並区スポーツ振興財団(HP)から、3月25日までに申し込み

…… いずれも ……

⑪場 ⑫杉並第十小学校温水プール(和田3-55-49) ☎3318-8763



コニファーいわびつ・湯の里「杉菜」をご利用ください

コニファーいわびつは、区政経営改革推進計画に基づき3月31日で区の民営化宿泊施設としての運営を終了し、4月から現在の運営事業者フォレストによる民間宿泊施設となります。区民向けの宿泊費補助は、引き続き利用できます。売却経緯などの詳細は、区HP(右2次元コード)をご覧ください。



コニファーいわびつ

住所 群馬県吾妻郡東吾妻町大字原町4399

☎電話で、同施設 ☎0279-68-5338

JR阿佐ヶ谷駅南口～コニファーいわびつ間の送迎バス

④4月6日(月)～9日(木)・13日(月)～16日(木)、5月11日(月)～14日(木)、6月1日(月)～4日(木)、7月6日(月)～9日(木)・13日(月)～16日(木)、8月24日(月)～27日(木)、31日(月)～9月3日(木)・7日(月)～10日(木)▶**運行時間**=JR阿佐ヶ谷駅南口発(午後0時30分)→コニファーいわびつ着(午後3時)→コニファーいわびつ発(午前9時30分)→JR阿佐ヶ谷駅南口着(正午) ⑤往復2800円。片道1500円 ⑥電話で、各運行日10日前までに同施設 ⑦最少催行人数=各15名

4月からの区民料金(1泊2日2食付き。2名利用時。別途入湯税)

区分	平日	休前日	特別日	年末年始
大人	1万2100円	1万4300円	1万5400円	2万2000円
小学生	8470円	1万10円	1万780円	1万5400円
幼児(3歳～就学前)	6050円	7150円	7700円	1万1000円

※上記料金からさらに宿泊費補助(3000円。65歳以上の方・障害者は4000円)あり。

コニファーいわびつバスツアー

奥四万湖・岩松院・不二洞などを見学します。
④5月19日(火)～21日(木)、6月3日(水)～5日(金)・10日(水)～12日(金)・15日(月)～17日(水)・23日(火)～25日(木) ⑤区民料金(2泊3日7食付き)=4万5000円。3歳～小学生3万6000円。65歳以上の方・障害者4万3000円(保険料などを含む。1名での参加の場合は8800円割増) ⑥☎電話で、フォレスト予約コールセンター ☎0570-038-489(午前9時～午後7時) ⑦最少催行人数=各18名

湯の里「杉菜」

住所 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上279

☎電話で、フォレスト予約コールセンター ☎0570-038-489(午前9時～午後7時)

4月からの区民料金(1泊2日2食付き。2名利用時。別途入湯税)

区分	平日	休前日	特別日	年末年始
大人	1万3750円	1万6500円	1万9600円	2万2550円
小学生	9625円	1万1550円	1万3720円	1万5785円
幼児(3歳～就学前)	6875円	8250円	9800円	1万1275円

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

ふれあいの音楽会 3月22日(日)午後1時～3時/杉並公会堂/曲目=D.ボルザー「交響曲第8番ほか」/700名(先着順)/☎明治大学付属中野中学・高等学校音楽部 太田 ☎3362-8704

日本大学鶴ヶ丘高等学校吹奏楽部定期演奏会 3月25日(水)午後6時～8時30分/杉並公会堂/曲目=D.ギリングハム「With Heart and Voice」ほか/1200名(先着順)/☎同部顧問・松田 ☎3322-7521

佼成学園吹奏楽部定期演奏会 3月30日(月)午後6時～8時30分/杉並公会堂/曲目=キャンディード序曲ほか/1000名(先着順)/☎同部顧問・内山 ☎3381-

7227 春爛漫・善福寺川ウオーキング 4月19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前/環境カウンセラー・山室京子ほか/区内在住・在勤・在学の方/20名(申込順)/500円(保険料を含む。小学生以下無料)/☎電話・Eメール(9面記入例)で、4月3日までにNPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎3392-0606/☎seca@canvas.ocn.ne.jp(月～金曜日午前10時30分～午後3時30分)

阿佐ヶ谷新能 5月9日(土)午後6時～8時30分/阿佐ヶ谷神明宮(阿佐ヶ谷北1丁目)/400名(申込順)/4000円ほか/☎同催し(HP)から申し込み/☎あさがや能・狂言の会 ☎050-3528-5769

講演・講座

荻窪三庭園アカデミー「杉並の建築」講座 4月12日～9月13日の第2日曜日、午後1時～3時(計6回)/セッション杉並ほか/建築家・松本裕介/18歳以上の方

/15名(申込順)/9000円/☎電話・Eメール(9面記入例)で、4月11日までにすぎなみ文化協会・村田 ☎080-5644-2592/☎ogi3.kens2.0926@gmail.com **東京衛生アドベンチスト病院 子育て学級(幼児クラス)** 4月14日(火)午後2時～3時/オンラインで実施/同病院歯科医師・西野賢愛/20名(申込順)/1500円/☎電話で、4月8日までに同病院健康教育科 ☎3392-6151(月～金曜日午前11時～午後5時(金曜日は2時まで)) **すぎなみ日本語教室「はじめてのにほんご」** 4月17日～7月17日の水・金曜日、午後1時30分～3時(5月1日、祝日を除く。計24回)/杉並区交流協会(阿佐ヶ谷南1丁目)/区内在住・在勤で16歳以上の方ほか/15名(申込順)/2000円/☎同会(HP)から、4月10日までに申し込み/☎同会 ☎5378-8833 **歴史講演会「川崎平右衛門の果たした役割」** 4月26日(日)午後1時30分～3時30分/阿佐ヶ谷地域区民センター/府中市郷

土の森博物館学芸員・草山菜摘/80名(先着順)/700円/☎杉並郷土史会・幸田 ☎090-2436-1962

その他

税金なんでも相談会 3月28日(土)午前9時～正午/東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目)/9名(申込順)/☎電話で、同支部 ☎3391-0411(月～金曜日午前9時30分～正午・午後1時～5時(祝日を除く))/1人45分程度

司法書士による無料相談会 4月1日(水)午後1時～4時/杉並区役所1階ロビー/☎電話で、東京司法書士会杉並支部 ☎3395-0311

電話による不動産に関する無料相談 4月2日(木)午後1時～4時/☎電話で、東京都宅地建物取引業協会第10ブロック① ☎6407-9152② ☎3311-4999(②は実施日のみ)

中学校夜間学級生徒の募集 都内在住・在勤で15歳以上の方/☎葛飾区立双葉中学校夜間学級 ☎3602-7979

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。