

広報 すぎなみ

あなたの色の  
活動が見つかる。

Suginami



支えあい共につくる  
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

4/1

平成31年(2019年)  
No.2251

「大学」と言っても学校教育法上のいわゆる「大学」ではありません。すぎなみ地域大学は、区民の皆さんが地域で活動するために必要な知識や技術を得て、そして仲間の輪を広げていく場です。性別、年齢、職業などさまざまな人が地域に関わることで、杉並はカラフルに色付いていきます。季節は春、新たに何かを始めたい季節です。さあ、あなた色の活動を探してみませんか。

あなたは、何色？

特集

# すぎなみ地域大学

Contents —主な記事—

5 | 杉並区議会議員選挙 6 | 区民意見を募集します 9 | わが家の水害ハザードマップ 12 | 31年度防災用品のあっせん

〒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: <http://www.city.suginami.tokyo.jp/> | 📰 発行: 杉並区 | 📝 編集: 広報課



皆さんにお知らせ

4月21日(日)は杉並区議会議員選挙の投票日です。忘れずに投票しましょう!

広報すぎなみは月2回(1・15日)発行。新聞折り込みのほか、区の施設・駅・コンビニエンスストアなどの広報スタンドに設置しています。

# すぎなみ地域大学 このまちを彩るのは「あなた」。

あなた色の活動がきっと見つかる!

ここにあるのは「学ぶ楽しさ」と、「まちに貢献する喜び」です。これまでに1万5000人を超える方々が「すぎなみ地域大学」で知識やスキルを身に付け、新しい仲間をつくり、暮らしやすいまちづくりに向けて活躍しています。多彩な人たちが関わることで、まちはカラフル【colorful】に魅力を増していきます。あなたも、「すぎなみ地域大学」で学んでみませんか。

## 区民ライター講座

講座回数 **7回**

まちの人の話を聞き、学び、皆さんに伝えられるのが幸せ。



interview  
●区民ライター 加藤智子さん

**出**産して2カ月で杉並区に引っ越ししてきて、杉並区の育児サークルにいろいろと助けられたこともあり、区の活動に興味を持っていました。もともと本を読むことや日記を書くことが好きだったので「区民ライター講座」に興味を引かれましたが、知識も経験もない私にライターができるのが悩んでいました。背中を押してくれたのは「ママ、やりたいんでしょ!好きなことならやってみなよ」と言ってくれた娘たちでした。

講座では、4人のチームで取材を行い、みんなで試行錯誤しながら、締め切りの3分前ギリギリで原稿を送信して、「やった!!」という感動を味わいました。怒涛の子育て生活とは違う大変さがありましたが、好きだから苦にはなりません。チームのメンバーとは「この4人で良かったね」と言い合える仲間で、今でも情報交換をしたり、励まし合ったりしています。区民ライターとして活動を始めて1年目ですが、「すぎなみ学倶楽部」、杉並区六大学情報誌「すぎ☆キャン!」などの取材・ライティングをさせていただいています。

昔は勉強が好きではなかったのですが、今では興味が広がり学ぶことが楽しくて仕方ありません。まちの人から聞かせていただくお話は、すごく学びになりますし、それを皆さんにお伝えするのが幸せです。

加藤さんほか、区民ライターの活動は **すぎなみ学倶楽部** をチェック!



## まちあわせカフェ

講座回数 **4回**

現役のうちからの居場所、仲間、活動づくりをお勧めします。



interview  
●地域とつながるサラリーマン 山崎武志さん

**会**社員の私は、40代の頃は仕事为中心で、地域のことは気に掛けていませんでした。50代になって、都議会議員選挙のお手伝いをしたことで、子どもの頃から慣れ親しんだ杉並区のことを、実はよく知らないことに気付かされました。「地域で活躍している人の話を聞いて、いろいろな人とつながろう」という地域活動基礎講座「まちあわせカフェ」をきっかけに、さまざまな地域活動に参加することで、世代や属性の異なる人々との交流が生まれました。

活動に参加することで、会社とは異なる世界があることも学びました。地域活動は、会社のように上司や予算ありきの世界ではありません。「誰かが決めるのではなく、みんなで決めましょう」「予算はいから、まずやってみましょう」という世界です。新しい世界を知ることで、自分自身のコミュニケーション能力も高まったと思います。人生100年時代、元気に生きていくためには、家族だけでなく、居場所、仲間、活動をつくっておくことも大事です。会社員の方々には、現役のうちからの地域参加をお勧めします。



## すぎなみ地域大学って?

すぎなみ地域大学学長 木原秋好



すぎなみ地域大学は、地域活動に必要な知識・技術を学び、仲間を広げ、皆さんが地域で活動し、協働の担い手として活躍するための仕組みです。

振り返ってみると長年住んでいても行ったことのないところや知らないことがたくさんあることに気付くでしょう。そんなとき、地域活動を実践している先輩たちから話を聞いたり、その現場を訪ねたりできれば、まちの実情を知ることができます。すぎなみ地域大

学は杉並区の今を知る機会を提供します。そして、区が抱えているさまざまな課題に応じて、教育・環境・健康・福祉など幅広い分野で講座を設け、皆さんの期待に応えたいと思っています。

講座を修了すると、区のボランティアに登録し活動するなど、まちを良くする実践の場が開けています。仲間と共にまちへ飛び出していきましょう。

## 食育推進ボランティア講座

講座回数 **6回**

食に関する勉強、会話、発見の場所が、身近にあることを知りました。



interview  
●フードマネジメント協会ヘルシー&ビューティーフードアドバイザー 武川圭子さん

**実**際に野菜を作られている方、病気で入院されたことのある方、お子さんが小さい方。地域大学でたくさんの方のお話を伺い、共に学べたことで、それまでにはなかった広い視野を持って食について考えられるようになりました。また、ヘルシーメニュー推奨店\*で、オーナーの方とお話をさせていただいたり、実食をさせていただいたり、楽しいひとときを過ごすことで、食はおいしいだけでなく、人とのつながりのなかでも楽しめることが分かりました。これからもボランティアとして、いろいろな人との交流を深め、研修や実践を続けていくことで、食環境の整備にもつながっていききたいと思います。

\*区の基準を満たした健康に配慮した食事を提供している店。



健康のための知識や行動を、草の根のように広げていきたい。

interview  
●主婦 狩集裕子さん

**日**本では食品ロスの問題が大きく取り上げられたり、一方、世界に目を向けると9人に1人が空腹を抱えていたりします。地域大学を受講したのは、食のことを勉強して、草の根を広げること、健康な地域づくりに役立つことができると考えたからです。私自身も、買い物をするときに食品の表示を気に掛けるようになりました。ボランティア活動を始めて1年目ですが、健康情報誌\*にレシピやポスターを配布したり、健康情報店\*になってくれるお店の開拓をしたりしています。おいしいものを食べれば、体も心も健康になり、医療費も少ない社会ができると思います。

\*健康情報を掲載したポスターを提示している店。

◀食育推進ボランティアとA東京杉並中野地区女性部が作るレシピ集「野菜のレシピ」



## 受講された皆さんに聞きました!

### コミュニケーション講座「きく」

3回の講座を通じて「きく」には「聞く」と「訊く」があり、それぞれがどんな事なのか少し分かってきた。一步一步、コミュニケーションをつかっていけるようになった気がする。テープで聞き返したりするなど「実践」が多く、より自分の身になったと思う。こちらの学びを地域活動に生かしていきたい。(20代男性)



### 杉並どうぶつ相談員講座

多彩な講師陣で、講義の内容もさまざまで発見が多かった。猫との同居年数が長い、個人の経験のみでは圧倒的に知識が不足している、さまざまなアプローチに触れ、勉強できたのがたいへん有益だった。今回はじめて地域大学の存在を知り、もっと早く知っておけばと悔やまれたが、充実した内容がめじる押しなので、これからも受講していきたい。(50代女性)

### みどりのボランティア講座

自分の知らない区内のみどりの実際を見て、知ることができて良かった。自然やみどりに以前から関心があり、自分の好きなことがボランティア活動につながればよいと思った。身近な活動から参加していきたい。(60代女性)



### 都市における農業のこれからを考える3日間

杉並に農家があることは以前から認識していたが、実際に農家さんのお話を伺い、農家を訪問し、区民の方々とディスカッションできたことは有意義だった。(40代男性)

すぎなみ地域大学 30年度受講アンケートより

## CHECK!

「5~7月開講講座」の各講座の詳細は16面、または募集案内をご覧ください。募集案内は、すぎなみ地域大学ホームページで確認できます。



おぎなみスタイル 広報番組「すぎなみスタイル」でもすぎなみ地域大学を紹介しています

YouTubeで配信中!

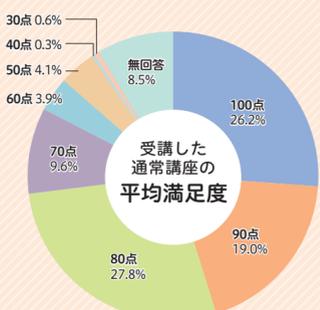
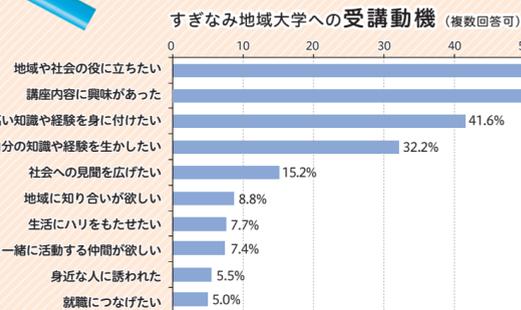
杉並区公式チャンネル



すぎなみ地域大学で学び活躍する人、現在学んでいる人、リポートしています。

## 地域大学を受講された方のアンケート結果

講座受講のきっかけと、講座内容の満足度(100点)を伺いました。



# すぎなみ地域大学

## 5~7月開講講座の受講生を募集します

地域で活動するために必要な知識や技術をすぎなみ地域大学で学び、まちで活動するきっかけを作りませんか。  
 — 問い合わせは、地域課地域人材育成係 ☎3312-2381へ。

### 公開講座 魅力溢れる公開講座はこちら！

**●すぎなみ地域大学&すぎなみ大人塾共同開催講演会**  
**魚住りえの「声と話し方&聞く力を磨いて、コミュニケーションスキルアップ！」**

📅5月18日(土)午前10時30分~正午 📍セッション杉並(梅里1-22-32) 🗳️フリーアナウンサー・魚住りえ(右写真) 定500名(申込順) 📞電話・ファクス・Eメールに公開講座名、氏名、電話番号を書いて、地域課地域人材育成係



**●アートサポーター講座から「地域イベントの役割と楽しみ方」**

📅5月26日(日)午前10時30分~正午  
 📍区役所分庁舎(成田東4-36-13) 🗳️座・高円寺芸術監督 佐藤信(右上写真) 定30名(申込順)  
 📞電話・ファクス・Eメールに公開講座名、氏名、電話番号を書いて、地域課地域人材育成係



### 〈開講講座一覧〉

講座名	日時・場所・対象・定員(抽選)・費用	申込締め切り日(必着)
<b>地域活動基礎コース</b>		
まちで活動を始める自分の姿を自由に描こう！ まちとつながる！まちあわせカフェ	📅7月9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)午後7時~9時(計4回) 📍区内各地 定20名	6月18日
すぎなみ地域大学学長(元NHKアナウンス室長)がやさしく丁寧に！ まちに飛び出せ！コミュニケーション講座「話す」	📅6月11日(火)・18日(火)・25日(火)午後6時30分~9時(計3回) 📍区役所分庁舎(成田東4-36-13) 定15名	5月21日
<b>地域活動実践コース</b>		
アートをより身近なものに！ アートサポーター講座	📅5月26日(日)午前10時30分~正午・29日(水)・6月19日(水)・26日(水)午後7時~9時(他に1日実習日あり。計5回) 📍区役所分庁舎(成田東4-36-13) 定20名 費2000円	5月6日
まちの魅力を記事にする！ 区民ライター講座	📅5月31日(金)・6月7日(金)・14日(金)・29日(土)・7月6日(土)・13日(土)午前9時30分~午後1時(他に1日取材実習日あり。計7回) 📍区内各地 対区内在住・在勤・在学の方ほか 定20名 費3500円	5月6日
最新の「食」健康知識で地域貢献！ 食育推進ボランティア講座	📅6月12日(水)・19日(水)・26日(水)・7月3日(水)・10日(水)・17日(水)午後2時~4時30分(計6回) 📍杉並保健所(荻窪5-20-1) 対区内在住の方 定30名 費3000円	5月22日
子どもたちの成長を一緒に支えませんか？ 学校介助員ボランティア講座	📅6月13日(木)・20日(木)・27日(木)午前10時~正午(計3回) 📍区役所分庁舎(成田東4-36-13) 定30名 費1500円	5月23日
公的な資格を3日間で取得しませんか？ 福祉車両運転協力員講座	📅6月2日(日)午前10時~午後4時50分・9日(日)午前9時30分~午後4時30分・16日(日)午前9時30分~午後5時30分(計3回) 📍区役所分庁舎(成田東4-36-13)ほか 対区内在住・在勤・在学のおおむね68歳未満で、普通自動車運転免許取得後3年以上経過した方 定20名 費1500円	5月12日
いざという時の自信に！ 救急協力員講座	📅5月25日(土)・26日(日)・6月29日(土)午前9時~午後1時30分(いずれか1日) 📍杉並保健所(荻窪5-20-1) 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各25名 費各500円	5月の回は5月6日、 6月の回は6月9日

※対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(13面記入例)に受講動機と修了後の活動、在勤・在学の方は勤務先・学校名も書いて、地域課地域人材育成係(〒166-0015成田東4-36-13 ☎3312-2387 ✉tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp)

インターネットからも申し込みできます [すぎなみ地域大学 http://www.sugi-chiiki.com/tiikidaigaku/](http://www.sugi-chiiki.com/tiikidaigaku/)



地域大学2次元コード  
(すぎなみ地域COMの  
すぎなみ地域大学ページ)

各講座の詳細は、募集案内・すぎなみ地域大学ホームページをご覧ください。

**CHECK!** 募集案内は駅の広報スタンド、区役所、区民事務所、図書館などで配布しています。

**お知らせ** 高齢や体が不自由などさまざまな事情で、「広報すぎなみ」の入手が困難な方には郵送します。申し込みは広報課へ。

### 世帯と人口

(住民基本台帳)  
3月1日現在( )は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	306,772(31減)	合計 321,512 (79減)
	外国人のみの世帯	12,146(51減)	
	日本人と外国人の世帯	2,594(3増)	

人口	男		女		小計	合計 569,263 (56減)
	日本人	264,370(7増)	287,164(37減)	551,534(30減)		
	外国人	8,770(26減)	8,959(0)	17,729(26減)		