



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

■新春吉例 大宮前の獅子舞・大黒舞

1月9日(日)午後2時～2時30分 郷土博物館(大宮1-20-8) 観覧料100円(中学生以下無料) 郷土博物館 ☎3317-0841 出演=大宮前郷土芸能保存会



■桃井はらっぱ手作り凧あげ大会

1月16日(日)午前10時30分～午後0時30分(雨天中止。コンテストの参加受け付けは9時30分～10時30分) 桃井原っぱ公園(桃井3-8-1) コンテスト参加は3歳～高校生以下の方 今川児童館 ☎3394-5302 凧持参。「簡単カイトづくり」も開催(午前9時30分から<材料がなくなり次第終了>)。3歳～小学生対象。150円)

■静岡県南伊豆町 観光物産展

1月17日(月)午前10時～午後2時(売り切れ次第終了) 区役所中杉通り側入り口前、区役所1階ロビー 海産品の販売 文化・交流課交流推進担当 他マイバッグ持参

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

1月19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) 相談員・久野哲、小川裕子ほか 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 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 1人45分程度

講演・講座

■大人工作会 花のある暮らし

1月13日(木)午前10時～11時・11時30分～午後0時30分 南荻窪図書館 師ハナノミセMadka 定各10名(申込順) 申1月6日から電話または直接、南荻窪図書館(南荻窪1-10-2 ☎3335-7377)

■消費者講座「悪意や作為に騙されない新しい時代のオンライン生活」

1月20日(木)午後2時～4時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師草の根サイバーセキュリティ運動全国連絡会常務理事・吉岡良平 定30名(申込順) 申電話で、消費者センター ☎3398-3141 他長寿応援対象事業

■農業公園「ハーブワークショップ」

ハーブを使ったハンドクリームを作ります。

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、各記事の甲欄でご確認ください。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。



1月26日(水)午前10時～正午 場 成田西ふれあい農業公園(成田西3-18-9) 区内在住の方 定10名(抽選) 費800円 往復はがき(記入例)で、1月12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) 同係 ☎5347-9136 マイバッグ持参。1月中旬以降に当落通知を送信



思春期の子どもとのコミュニケーション 幸せな自立をサポートする

1月28日(金)午前10時～11時45分 場 区役所第4会議室(中棟6階) 師 NPO法人ハートフルコミュニケーション副理事長・平松容見子(下写真) 区内在住の小中学生の保護者 定40名(申込順) 申電話で、1月21日までに学校支援課家庭・地域教育担当 ☎5307-0759。

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



「わが子」の自立・就職のための保護者向けセミナー

1月29日(土)午後1時～3時 場 ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師 NPO法人育て上げネット家族相談士・墓田薫 定15～44歳のお子さんの保護者ほか 定25名程度(申込順) 申電話で、産業振興センター就労・経営支援係 ☎5347-9077 希望者はセミナー終了後に個別相談あり

障害者のための「ポッチャ体験教室」

2月20日(日)午後1時～3時 場 杉並障害者福祉会館 師すぎポッチャクラブ・芹澤美香子、中野剛 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) 往復はがき(記入例)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先・学校名、手話通訳を希望の場合はその旨も書いて、1月28日(必着)までに杉並障害者福祉会館(〒168-0072高井戸東4-10-5) 同会館 ☎3332-6121



■家族介護教室

◆自分に合った施設の選び方

1月20日(木)午後1時30分～3時 場 西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師 シニアハウスコム・小川慶久 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668

◆介護者のこころの健康を考える

1月25日(火)午後1時30分～3時 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師 らいふ阿佐ヶ谷指定居宅介護支援事業所 ケアマネジャー・平野道代 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 申電話で、ケア24松ノ木 ☎3318-8530



◆基礎から学ぶ「成年後見制度」～権利や財産どう守りますか?

1月31日(月)午後2時～3時 場 ゆうゆう大宮前館(宮前5-19-8) 師 成年後見センター職員 区内在住・在勤の方 定10名(申込順) 申電話で、ケア24久我山 ☎5346-3348

ゆうゆう館の催し

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



館名	内容	日時等
方南館(方南1-51-7) ☎3324-1171	ゆるやか筋トレ&ストレッチ	毎月第1・3水曜日、午後1時～2時 定各20名(申込順) 費各600円
善福寺館(善福寺2-26-18) ☎3394-8963	演芸会/講演・江戸糸操人形・南京玉すだれ	1月22日(土)午後2時～4時 師 嶋田昌生ほか 定30名(申込順) 費500円
西田館(荻窪1-56-3) ☎3391-8747	西田あそびの広場/楽しく遊びながら認知症予防	毎月第4木曜日、午前10時～正午 定各10名(申込順) 費各200円
西荻北館(西荻北2-27-18) ☎3396-8871	DIY入門編「ハウスメンテ」	1月29日(土)午前10時～正午 定10名(申込順) 費1000円
井草館(井草2-15-15) ☎3390-9672	太極拳 初級	毎月第1土曜日、午前10時30分～正午/第4土曜日、午後1時30分～3時 師 鄧兵 定各13名(申込順) 費各1200円(初回500円)
和田館(和田1-41-10) ☎3384-3751	わたしの子守唄	2月26日(土)午前11時～正午 師 DA/LEDA 定12名(申込順)

※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。いずれも長寿応援対象事業。

世帯数	日本人のみの世帯	外国人のみの世帯	日本人と外国人の世帯	合計
311,681 (269減)	9,785 (61減)	2,626 (15増)	324,092 (315減)	

**荻窪保健センター**

◆介護予防・フレイル予防のための65歳からの身体能力測定会

1月18日(火)▶受け付け=午後2時~2時40分 場高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 内基本チェックリスト、運動能力測定(身長、握力、5m通常歩行など)、フレイルチェック 定60名(先着順) 他上履き、お持ちの方は「はつらつ手帳」持参。長寿応援対象事業

◆「ウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命

2月14日(月)・21日(月)・28日(月)午後1時30分~3時30分(計3回) 場高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 定15名(抽選) 甲はがき(8面記入例)で、1月20日(必着)までに同センター 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・サコッシュ(エコバッグ)を差し上げます。長寿応援対象事業

..... いずれも .....

区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 場荻窪保健センター(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-0015)

**就労支援センター**

◆ストレスとうまく付き合い心を元気にする方法~コロナ後の心のケアを

1月19日(水)午後1時~3時 師公認心理師・桑原裕子 内求職中の方

◆転職の誘惑から脱出~転職グセを克服して辞めスパイラルを防止する

1月20日(木)午後1時~4時 師精神保健福祉士・高垣泰邦 内54歳以下で求職中の方

◆自信をもって自立しよう~自分軸を確立して「しなやか」に生きる

1月25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 内49歳以下で求職中の女性 他1歳~就学前の託児あり(事前申込制。定員あり(申込順))

◆職業訓練に関する説明会~ハローワーク新宿の専門窓口担当者による解説

1月26日(水)午前10時~11時30分 内54歳以下で求職中の方

◆ハローワーク職員が解説する「60歳からの再就職」~杉並の事例紹介

1月27日(木)午前10時~11時30分 内おおむね60歳以上で求職中の方

..... いずれも .....

場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16)

定18名(申込順) 甲電話で、就労支援センター若者就労支援コーナー ☎3398-1136

**スポーツ**

**競技大会**

■杉並区団体戦 卓球

2月13日(日)午前9時(女子)、午後1時(男子) 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内男女別団体戦(3シングルス) 内区内在住・在勤・在学の方ほか 費区卓球連盟登録チーム4000円(未登録チーム5000円。高校生以下チーム2000円)をゆうちょ銀行「00160-8-694963杉並区卓球連盟」へ振り込み 甲申込書(区体育施設で配布)を、1月17日~27日(必着)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

**スポーツ教室**

■ノルディック・ウォークでフレイル予防・心肺持久力向上!

2月6日(日)午前10時30分~11時45分(雨天中止) 場スポーツハイツ(堀ノ内2-6-21) 師全日本ノルディック・ウォーク連盟講師 大方孝 内3km程度歩ける方 定20名(申込順) 費1100円(保険料を含む。別途ポールレンタル料550円) 甲電話で、2月4日までにスポーツハイツ ☎3316-9981 他ウエストバッグまたはリュックサック持参。長寿応援対象事業

■ふれあいバスケットボール教室

2月13日(日)午後1時~3時 場妙正寺体育館(清水3-20-12) 師後藤岳人 内区内在住・在勤・在学・通所の小学生以上で知的障害のある方(簡単な指示の集団行動ができる方。小学生は保護者同伴) 定30名(申込順) 費100円 甲電話・ファクス(8面記入例)で、杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 ☎5305-6162

■区民スキー志賀高原スキー教室

2月18日(金)午前6時30分~20日(日)午後8時 場志賀高原スキー場(長野県下高井郡山ノ内町志賀高原一ノ瀬)▶集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅南口 内区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方ほか 定40名(申込順) 費3万8000円をゆうちょ銀行「10060-8-0494621杉並区スキー連盟」へ2月7日までに振り込み(通信欄に教室名を記入) 甲同連盟 ☎ http://sas.sugikko.jpから申し込み。ま

1月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

**ジャズで明るく楽しいまち 阿佐谷ジャズストリートクリスマス**

毎年秋に開催され、まち全体をジャズ一色に染める阿佐谷ジャズストリート。今回は一旦中止となりましたが、ジャズのバトンを新年につなごうと、クリスマスに合わせコンサートが開催されました。今回はその様子をお届けします。

● 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)

場広報課



たはファクス(8面記入例)に生年月日(西暦)・性別・Eメールアドレス・スキーレンタル希望の有無(身長・靴サイズ)・技術レベル(初めて・初級・中級・上級)・バッジテスト受験希望の有無も書いて、2月6日までに新見 ☎3783-3204 内新見 ☎3783-3204

■シニアのためのパドルテニス講習会

2月19日(土)午後1時~5時 場妙正寺体育館(清水3-20-12) 内定60歳未満=10名▶60歳以上=30名/いずれも抽選 甲往復はがき(8面記入例)で、1月15日(必着)までに区パドルテニス協会・柳沢実(〒167-0033清水3-26-6) 場柳沢 ☎070-3667-3208

荻窪体育館

◆初めての太極拳

1月23日(日)午前9時~10時30分 師区太極拳連盟 内区内在住・在勤・在学中で15歳以上の方(中学生を除く) 定16名(申込順) 費600円 甲1月15日午前10時から電話で、同体育館

◆土曜の朝活!心身バランスyoga リラックス(マタニティヨガ)

2月5日(土)・19日(土)午前10時~11時 師Yumi 内区内在住・在勤・在学中で①15歳以上の方(中学生を除く)②妊娠4カ月~出産直前の方 定各10名(申込順) 費各500円(②は子育て応援券利用可) 甲電話①7日前②14日前の正午から電話で、同体育館

◆土曜の朝活!おなか引き締めパワーヨガ(産後エクササイズ)

2月5日(土)・19日(土)午前11時15分~午後0時15分 師Yumi 内区内在住・在勤・在学中で①15歳以上の方(中学生を除く)②出産後2年未満の方 定各10

名(申込順) 費各500円(②は子育て応援券利用可) 甲電話①7日前②14日前の正午から電話で、同体育館

◆ポッチャ体験教室

2月19日(土)午前9時~11時 師芹澤美香子 内区内在住・在勤・在学の方 定30名(先着順) 費200円(障害者手帳をお持ちの方は100円)

..... いずれも .....

場荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

妙正寺体育館

◆貯筋体操

1月27日(木)午前9時30分~10時20分 内筋力トレーニング、ストレッチ、バランス体操 内60歳以上の方 定25名(申込順)

◆ファミリー運動 家族一緒に身体を動かそう

1月30日(日)午前9時30分~10時20分 内3歳~未就学児とその保護者(保護者は2名まで) 定10組(申込順)

..... いずれも .....

場妙正寺体育館(清水3-20-12 ☎3399-4224) 師潘鎮浩 費620円 甲1月5日から電話または直接、同体育館

ヴィムスポーツアベニュー

◆丈夫な足腰をつくろう教室

2月2日(水)・9日(水)・16日(水)午前10時~11時15分(計3回) 内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

◆プールではつらつ健康水中体操教室

2月2日~3月23日の毎週水曜日、正午~午後1時(2月23日は午後2時~3時。計8回) 内60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定20名(申込順) 費1万6000円 他水着・ゴーグル・キャップ・タオル持参

..... いずれも .....

場ヴィムスポーツアベニュー(宮前2-10-4 ☎3335-6644(午前11時~午後5時。水曜日を除く)) 甲電話で、1月20日までに同施設

**その他**

■杉並区スポーツ推進委員60周年記念事業「パラ種目を体験しよう!」

2月5日(土)午後1時30分~2時50分・3時~4時20分(入替制) 場荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内ポッチャ、視覚障害者サッカー、各種車いす体験ほか 定各80名(申込順) 甲ファクス・Eメール(8面記入例。参加者全員分)で、1月4日~20日にスポーツ振興課事業係 ☎5307-0693 ☎sp-sinkoka@city.suginami.lg.jp 場同係

**コミュニティふらっとの催し**



コミュニティふらっとは、乳幼児親子を含む子どもから高齢者まで、誰もが身近な地域で気軽に利用でき、世代を超えて交流・つながりが生まれる新たな地域コミュニティ施設です。施設ごとに、さまざまな講座や多世代交流イベントも開催しています。

施設名	内容	日時等
阿佐谷(阿佐谷北2-18-17 ☎5364-9360)	さあ、始めよう! はじめてのチアダンス♪	1月10日から毎月第2・4月曜日、午後4時30分~5時30分 定各16名(申込順) 費各1000円
東原(下井草1-23-23 ☎3397-7225)	まゆ先生のカラフル音楽教室~For乳幼児親子	1月12日から毎月第2・4水曜日、午前11時~11時45分 定各9組(申込順) 費各1組2000円
馬橋(高円寺南3-29-5 ☎3315-1249)	クリス先生の英会話	1月5日から毎週水曜日(祝日を除く)、午後0時30分~1時30分=初級▶1時45分~2時45分=初中級 定各15名(申込順) 費各1100円
永福(永福3-51-17 ☎3322-7141)	ZUMBA Class	1月13日から毎月第2・4木曜日、午後2時~2時50分 定各20名(申込順) 費各1000円

※申し込み・問い合わせは、各コミュニティふらっとへ。

**人口(住民基本台帳)**

人口	日本人		外国人		小計	小計	合計
	男	女	男	女			
3年12月1日現在(○)は前月比	265,956(131減)	289,040(150減)	7,600(40減)	7,723(6減)	554,996(281減)	15,323(46減)	570,319(327減)

求職中の方へ

# 中野区・杉並区わかもの就職相談・面接会 面接直前対策セミナー



**日程** 1月28日(金) **場所** 中野区産業振興センター (中野区中野2-13-14)

**対象** おおむね39歳以下で求職中の方

面接直前対策セミナー

面接直前対策セミナーで自信をつけて、そのまま面接会に向かしましょう。  
**時** 正午～午後0時45分・2時～2時45分 **回** ハローワーク新宿就職支援ナビゲーター **回** 各10名(申込順)



就職相談・面接会

中野区・杉並区内の企業の人事担当者と直接面接ができます。  
**時** 午後1時～2時30分・3時～4時30分 **回** 10社程度の企業が参加。正社員の求人のみ **回** 各30名(申込順) **回** 面接を希望する企業分の履歴書を持参。求人内容はハローワーク新宿ホームページに1月上旬から掲載予定

..... いずれも .....

1月5日～27日に中野区ホームページ(右2次元コード)から申し込み **回** 中野区産業振興課産業係 ☎3228-8729。当日の求人については、ハローワーク新宿事業所第二部門 ☎3200-8609



ご意見をお寄せください

# 杉並区議会基本条例の素案

区議会では、議会および議員に関する基本事項を定め、議会の責任と役割をより明確にするため、杉並区議会基本条例の制定に向け検討を進めています。条例の素案がまとまりましたので、皆さんから意見を募集します。

◆意見提出方法

はがき・封書・ファクス・Eメール・閲覧場所にある意見用紙に書いて、意見提出先へ。ご意見には、住所・氏名(在勤・在学の方は勤務先・学校の名称と所在地、事業者は事業所名と所在地・代表者の氏名)を記入。

※いただいた主な意見の概要とそれに対する区議会の考え方などは、区議会ホームページ等で後日公表する予定。

◆閲覧場所(休業日を除く)

区議会事務局(区役所中棟3階)、区議会ホームページ(右2次元コード)



◆閲覧・意見募集期間

1月31日(必着)まで

◆意見提出先・問い合わせ先

区議会事務局 ☎5307-0695 ✉gikai-jorei@suginami-kugikai.jp



保育現場での仕事を考えている方へ

# 保育に関する「学び直し」等学習講座

保育の仕事からしばらく離れている方、新たに保育園での就労(非常勤を含む)を希望する方、保育士の資格取得を考えている方のための講座です。

**日時・内容** 右表のとおり

**場所** 東京保育専門学校

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**定員** ②⑥各5名(抽選)

申はがき・ファクス・Eメールに希望の講座(①～⑧〈複数選択可。同日同時帯の講座はいずれか〉)・郵便番号・住所・氏名・電話番号を書いて、1月12日(必着)までに東京保育専門学校「学び直し」係(〒166-0003高円寺南2-32-30 ☎3312-2060 ✉manabi@tokyo-hoiku.ac.jp) **回** 同学校 ☎3311-7014

	午前9時30分～10時50分	午前11時～午後0時20分
1月15日(土)	①読み聞かせ(絵本・紙芝居) ②ピアノ・レッスン	③多様な保育の形態 モンテッソーリ教育、シュタイナー教育など ④幼児の心理学
1月22日(土)	⑤障がいのある子どもの理解・子どもの支援と社会福祉 ⑥ピアノ・レッスン	⑦言葉を学ぶ・あそびと学び ⑧子どもの体操(身体表現)

新任・潜在保育士の方へ

# 新任・潜在保育士研修「保育コミュニケーションスキルアップ」

1月26日(水)午後2時～5時 **場** 高円寺南保育園(高円寺南4-44-11) **回** 区内在住・在勤・在学の新任・潜在保育士 **回** 25名程度(申込順) **申** 電話で、杉並さゆり保育園・柿崎 ☎3337-1374



杉並区シルバー人材センター

## パソコン教室〈少人数制〉

**時** 場2・3月=1日(火)～28日(月)(祝日を除く) / 清水教室=月～金曜日、阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)=火・水・金～日曜日(火・水・金曜日は夜間のみ) / いずれも開催時間はお問い合わせください **回** 右表のとおり **回** 同センター会員 **回** 各1・2名 **費** 4回コース=9365円 ▶ 3回コース=7045円 ▶ 2回コース=4735円 (Zoomを使おう=5920円) ▶ 1回コース=2420円 **申** はがき・ファクス(8面記入例)にコース名・教室名・曜日・時間帯・昼間の連絡先も書いて、2月講座は1月15日、3月講座は2月15日(いずれも消印有効)までに同センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4 ☎3394-5004)。または同センターホームページ(右2次元コード)から申し込み **回** 同分室 ☎3394-2253 **回** 個別のオーダー講座もあり。自宅への出張サービス(パソコン、スマートフォン、タブレットの指導・環境設定)を1時間2077円で受け付け



種別	コース名	回数
初歩	入門1・入門2	各4回
	インターネット・メール	各3回
ワード	入門・初級・中級	各4回
エクセル	初級・中級	各4回
活用	デジカメ入門・写真加工	各4回
	エクスペローラー	
	プレゼンテーション	
	Zoomを使おう	2回
趣味	アドレス帳	4回
	お絵かき	2回
	名刺作成	2回
	名前シール	1回

広告



紹介施設は全国多数! 紹介実績18年の豊富な経験と専門知識  
**日本老人ホーム紹介サービスセンター**



ご相談は「無料」で入居のお手伝い  
**www.rojin-home.com**



**0120-807-407**

※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。

次世代育成基金活用事業

# チャレンジ・アスリート 職場見学

スポーツは「する」だけではありません。  
いろいろな人のスポーツを支える職場を見学  
します。  
—— 問い合わせは、スポーツ振興課へ。



時間 右表のとおり 対象 区内在住・在学の小学5年生～高校3年生  
申込書(区立学校で配布)を、1月21日(必着)までにスポーツ  
振興課 ☎5307-0693 ✉sp-sinkoka@city.suginami.lg.jpへ郵送・  
ファクス・Eメール

日時	内容・場所・定員(抽選)
2月11日(祝) 午後1時15分～4時30分	スポーツクラブインストラクター スポーツクラブに通う 人をサポートしよう 場 ヴィムスポーツアベニュー(宮前 2-10-4) 定員3名
2月11日(祝) 午後1時～3時30分	車いすレーサー開発者 車いすレーサー開発の舞台裏を 知ろう 場 東京デザインオフィス(渋谷区千駄ヶ谷3-8-6) ▶集合・解散=区役所 定員5名
2月19日(土) 午前10時～正午	スポーツウェア企画・生産スタッフ スポーツ用具がどう やってできるか見てみよう 場 区役所 定員5名
2月20日(日) 午後1時～3時45分	スポーツ栄養士 スポーツ選手の食事・栄養をアドバイス しよう 場 区役所 定員5名
2月27日(日) 午前8時15分～11時50分	ファミリー駅伝スタッフ すぎなみ名物イベントを支えて みよう! 場 蚕糸の森公園運動場(和田3-55-49) 定員6名

性的マイノリティ理解促進講座

## 「違い」を持つ人々との 素敵な日々に向けて



区では、人権問題の一つである性的マイノリティに対する差別や偏見が  
解消され、「多様な性」についての正しい知識と理解が促進されるよう啓発  
活動に取り組んでいます。

ロバート キャンベルさんから、性的マイノリティの現実や多様性を尊重  
する社会についてお話しいただきます。講演を通して、「多様な性」につい  
て考えてみませんか?

時間 2月5日(土)午後2時～3時30分 会場 高円寺(高円寺北  
2-1-2) 講師 日本文学研究者・ロバート キャンベル(右写  
真) 対象 区内在住・在勤・在学の方 定員200名(抽選) 申  
往復はがき・Eメール(8面記入例。2名まで連記可)に手  
話通訳を希望の場合はその旨も書いて、1月20日(必着)  
までに区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係  
☎danjo-t@city.suginami.lg.jp 同係 ☎5307-0347



荻窪百点講座

## 井伏鱒二著 『荻窪風土記』を 読んで荻窪を知る



今昔の写真を観ながら、著作を通して荻窪を知る講座です。  
時間 下表のとおり 会場 明るい生活社荻窪百点(上荻1-18-3-  
312) 講師 明るい生活社荻窪百点・松葉襄 費用各1000円 申  
問電話・Eメール(8面記入例)で、松葉 ☎090-4029-6188 ✉info@  
ogikubo100ten.co.jp

日程	内容
1月22日(土)	『荻窪風土記』誕生秘話
2月19日(土)	「荻窪八丁通り」と「平野酒店」
3月12日(土)	「天沼弁天池」と「教会通り」
4月9日(土)	「井伏鱒二と太宰治」
5月14日(土)	『荻窪風土記』の舞台を歩く

※午前=10時～正午▶午後=2時～4時(5月14日は午前のみ実施) / い  
ずれも同内容。

## 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**  
アメリカン・ジャズ、ポピュラーの「ク  
ラシック」を聴く会 1月8日(土)、2  
月5日(土)、3月5日(土)午後5時～6時30分  
/ MANHATTAN(阿佐谷北2丁目) /  
1925～1945年を中心とした音楽鑑賞/  
各12名(申込順) / 申 ☎電話で、同会・  
伊勢谷 ☎3310-9120  
JOSHIBI AP Graduate & Degree  
Show 2021 1月14日(金)～26日(水)午前  
10時～午後5時(26日は3時まで。日曜  
日休廊) / 女子美ガレリアニケ(和田1  
丁目) / アート・デザイン表現学科ア  
ートプロデュース表現領域4年生・大学院  
生による卒業・修了制作展 / 女子美ガ  
レリアニケ ☎5340-4688  
座の市 1月15日(土)午前11時～午後5時  
(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉  
並でとれた野菜や杉並区の交流自治体  
の物産品などの販売 / 会場 高円寺 ☎  
3223-7500(午前9時～午後10時)  
講演・講座  
認知症サポーター養成講座 1月18日(火)

午後2時～4時 / 荻窪会議室 / キャラバ  
ン・メイト / 区内在住・在勤の方 / 20名  
(申込順) / 申 ☎電話で、ケア24南荻窪  
☎5336-3724 / 終了後に認知症サポ  
ーターの証し「認知症サポーターカード」  
を差し上げます  
インボイス対策セミナー 1月18日(火)午  
前10時～11時30分 / 産業商工会館 / 税  
理士・脇田弥輝 / 区内在住・在勤の方  
/ 40名(申込順) / 申 ☎電話で、同会 ☎  
3312-0912  
減量ステップアップ講座 1月31日～3  
月7日の毎週月曜日、午後2時～3時30分  
(計6回) / 東京衛生アドベンチスト病院  
(天沼3丁目) / 血液検査ほか / 東京衛生  
アドベンチスト病院内科医師・佐々木温  
子 / 区内在住・在勤の方 / 5名(申込順)  
/ 4万7000円 / 申 ☎電話で、同会 ☎3392-6151(月～  
金曜日午前11時～午後5時(金曜日は2時  
まで。祝日を除く))  
歴史講演会「内田秀五郎と荻町土地  
区画整理」 2月5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  
土博物館館長・寺田史朗 / 80名(先着  
順) / 500円 / 申 ☎電話で、同会 ☎  
5336-3537  
講演会「人生に効く脳科学」 2月17日

(木)午後4時～5時30分 / 杉並公会堂 / 黒  
川伊保子 / 区内在住・在勤・在学の方  
ほか / 90名(申込順) / 申 ☎電話で、同会 ☎3392-1338 / オンライン配信あり  
その他  
杉並区シルバー人材センター入会説明  
会 1月11日(火)・12日(水)、2月15日(火)・  
16日(水) / 同センター(阿佐谷南1丁目)  
/ 同センターでの働き方を説明 / 区内在  
住のおおむね60歳以上で臨時的、短期  
的または軽易な仕事を希望の方 / 申 ☎  
電話で、同センター ☎3317-2217 / 実施  
時間はお問い合わせください  
税金なんでも相談会 1月13日(木)午後1  
時～4時 / 東京税理士会荻窪支部(荻窪  
5丁目) / 申 ☎電話で、同支部 ☎3391-  
0411(午前9時30分～正午・午後1時～  
5時。土・日曜日、祝日を除く) / 1人45  
分程度  
シルバー人材センターリサイクル自転車  
の販売 1月24日(月)～26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～ / 申  
24日のみ往復はがき(8面記入例)で、  
1月12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) / 申 ☎電話で、同センター

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 1月24日(月)午後1時～4時 / 庚  
申文化会館(高円寺北3丁目) / 区内在  
住・在勤・在学の方 / 申 ☎電話で、同会 ☎0120-567-537  
相続・不動産・空き家無料相談会 1  
月27日(木)午後1時～5時 / 阿佐谷地域区  
民センター / 区内在住・在勤の方、区  
内に土地や建物を所有の方 / 15組(申  
込順) / 申 ☎電話で、1月26日までに  
日本地主家主協会事務局 ☎3320-6281  
(月～金曜日午前9時～午後4時30分  
〈祝日を除く〉) / 1組1時間程度。関係  
資料がある場合は持参  
●東京税理士会杉並支部  
税金なんでも相談会 1月11日(火)午前10  
時～正午・午後1時～4時 / 同支部(阿佐  
谷南3丁目) / 申 ☎電話で、1月7日までに  
同支部 / 1人40分程度  
税理士による相続税無料相談会 1月20  
日(木)午後1時～4時30分 / 同支部(阿佐  
谷南3丁目) / 申 ☎電話で、1月19日までに  
同支部 / 1人40分程度  
…… いずれも ……  
申 ☎電話で、同支部 ☎3391-1028

※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。