

お待ちしております 区民の皆さんの声

5年度に寄せられたご意見などの概要を紹介します

区政へのご意見・ご要望など、区民の皆さんからの声は、区民サービスの向上や事務の改善を図る上で大変貴重です。5年度に区へ寄せられた意見などの総数（区政相談課受け付け件数）は746件でした。

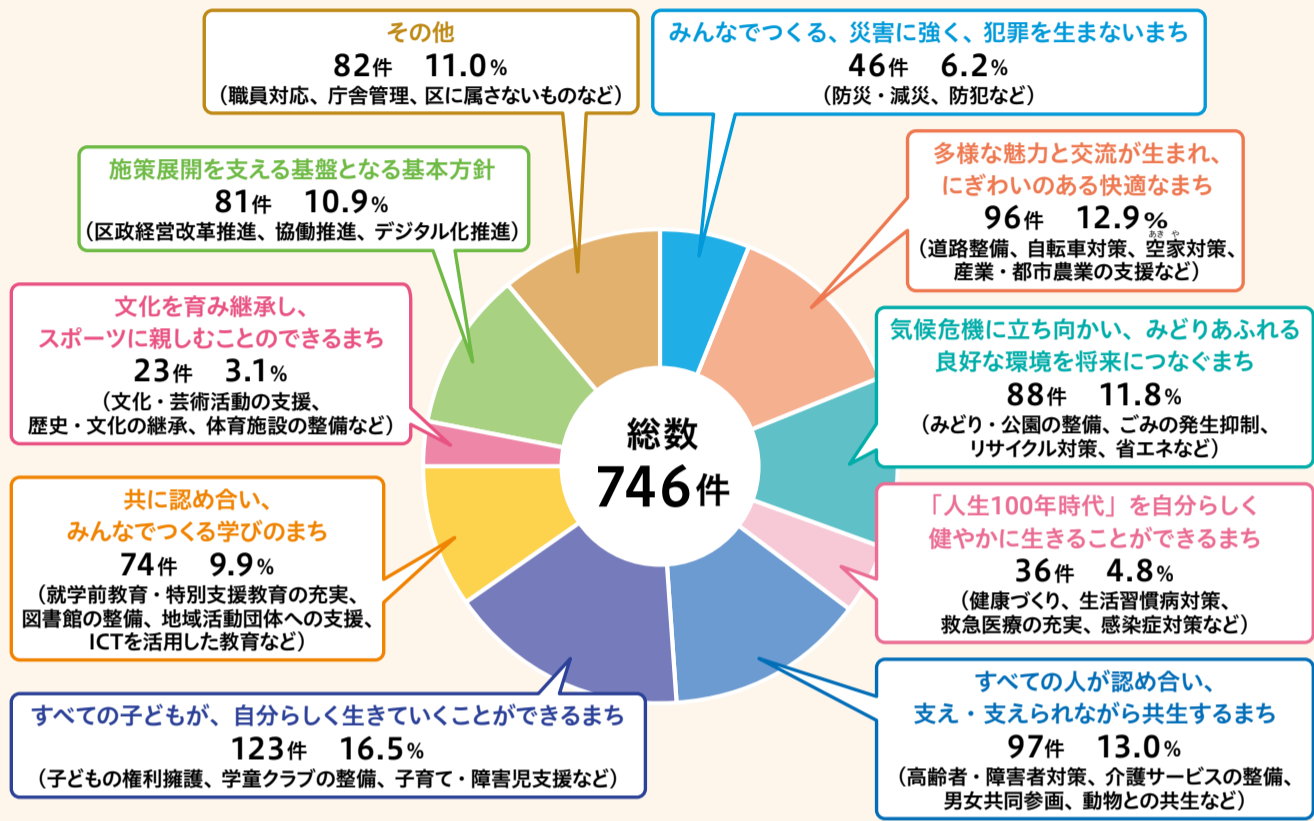
5年度は、ゆうゆう館に関する意見が最も多く、次に保育園・図書館運営などに関する意見が多く寄せられました。4年度策定の「杉並区基本構想」の実現に向けた分野ごとの将来像別に分類すると、右図のとおりになります。

なお、区の所管外（国・都、その他公共機関など）への意見・要望などは、個人情報に配慮した上で、各関係機関へ連絡しています。

区政へのご意見・ご要望などは、区ホームページ（下2次元コード）・ふれあい通信（区長へのはがき）・郵送・ファクス・電話などからお寄せください。ふれあい通信は、区役所・区民事務所・地域区民センターなどに配置してあります。



5年度に寄せられたご意見・ご要望（杉並区基本構想〈4年度策定〉の実現に向けた分野ごとの将来像別）



※小数点第2位を四捨五入しているため、合計が合わない場合があります。

☎区政相談課 3312-3531

杉並区総合文化祭の作品・参加者を募集します

書道展

10月4日(金)～8日(火)午前10時～午後5時 漢字・仮名・篆刻・刻字・現代書ほか。軸装または額装1人1点まで▶**大きさ**=縦=半切/横=半切の2分の1以内 区内在住・在勤で18歳以上の方 往復はがき(9面記入例)に作品名・大きさも書いて、9月15日(消印有効)までに区書道人協会・岸佳舟(〒168-0061大宮1-13-1) ☎岸 080-5679-8508

囲碁大会

10月5日(土)午前9時20分～午後4時45分 個人戦、4～7名による団体戦 区内在住・在勤・在学・区内団体所属の方 費1人1000円 申はがき・Eメール(9面記入例)に段級位・団体は代表者氏名も書いて、9月5日(消印有効)までに区囲碁連合会・椎井康雄(〒167-0051荻窪3-47-21-206) ☎yshii@sepia.ocn.ne.jp ☎椎井 090-9543-6720

区民絵画展

10月11日(金)～15日(火)午前10時～午後4時(15日は3時まで) 日本画または洋画。額装品1人2点まで▶**サイズ**=2点の合計が30号以下 区内在住・在勤の個人またはグループ(学生を除く) 往復はがき(9面記入例)に日本画・洋画の別、作品名、サイズも書いて、9月25日(消印有効)までに杉並アマ美連盟・小林利行(〒167-0042西荻北2-14-2) ☎小林 3390-3329

区民写真展

10月17日(木)～21日(月)午前10時～午後5時(17日は1時から)▶**表彰式**=10月21日(月)午後4時 1人2点まで▶**テーマ**=自由▶**サイズ**=A3(A3ノビを除く)▶**審査**=全日本写真連盟関東本部委員・大久保辰朗 費1点1700円。2点3200円 作品を、8月16日～18日午前9時～午後5時にセッション杉並へ持参 区フォト連合会・三浦 ☎0422-54-8988、貝田 ☎3398-0987 ☎マット台紙・額は同連合会で用意。肖像権は出品者の責任

歌謡大会

10月26日(土)午前10時～午後7時 種目=①一般②指導者③歌手④障害のある方 区内在住・在勤の方 定①20名(抽選)②5名③10名④5名(いずれも申込順) 費曲の2番まで2000円、曲の3番まで3000円 申ファクス・Eメール(9面記入例)に希望曲・歌手名(フリガナ)・曲の2番または3番まで書いて、9月20日までに杉並歌謡連盟・神谷 ☎0422-54-9580 ☎yuki-music0323@hotmail.co.jp ☎神谷 090-8438-3411

鼓・太鼓のワークショップ

10月12日(土)午後1時30分～2時30分 10名(申込順) 小学生以上の方 申はがき(9面記入例)で、9月30日までに区舞踊連盟・音枝三保(〒168-0071高井戸西1-4-11清水方) ☎音枝 ☎5930-0662



…… いずれも ……
場セッション杉並(梅里1-22-32)

イベントひろば

EVENT PLAZA

催し

すぎなみ協働プラザ団体交流会「こんな杉並区にしたい!」を語りあおう!

時8月17日(土)午後1時~4時 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 区区内で活動する団体 定30名(申込順) 申Eメール(記入例)に団体名も書いて、8月16日までに同プラザ info@nposupport.jp 同プラザ ☎5335-9540

シニアのための就業・起業・地域活動個別相談

時8月21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) 師相談員・久野哲、小川裕子 区区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申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

講演・講座①

環境講演会「太陽光発電 卒FIT時代の賢い選択」

時8月17日(土)午後2時~4時30分 場区役所第4会議室(中棟6階) 師NPO法人太陽光発電所ネットワーク・田中稔 区区内在住・在勤・在学の方 定50名(申込順) 申ファクス・Eメール(記入例)で、8月13日までに杉並エネルギー会議・樋口 ☎3390-1025 enekyoh@gmail.com 樋口 ☎3390-1025、環境課温暖化対策係 他終了後、相談会を実施(設置相談を含む)

消費者講座「NISA・iDeCOを学ぼう!初めての資産運用」

時8月24日(土)午前10時~正午 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師FPサテライトファイナンシャルプランナー・

畑野晃子(右下写真) 区区内在住・在勤・在学の方 定35名(申込順) 申Eメール(記入例)で、消費者センター ☎3398-3141 syohi-c@city.suginami.lg.jp



ユネスコ科学教室「親子で楽しむハーブ教室」

時8月25日(日)午後2時~3時30分 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 師ジャパンハーブソサエティー・飯塚知子 区区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方 定18名(申込順) 費700円 申Eメール(記入例)に学年も書いて、8月18日までに杉並ユネスコ協会 suginami@unesco.or.jp 同協会・山田 ☎090-6105-6633、社会教育センター ☎3317-6621

小児救急講座 小児科医からのメッセージ

時8月27日(火)午後2時30分~4時 場上井草保健センター(上井草3-8-19) 師石川小児科医院・小口美香 区区内在住で第1子が0歳児の保護者 定16名(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 同上井草保健センター ☎3394-1212

小児救急普及事業 赤ちゃんの病気と手当て

時9月2日(月)午後1時~2時30分 場和泉保健センター(和泉4-50-6) 師はるもキッズクリニック院長・鶴丸靖子 区区内在住で第1子が0歳児の保護者 定18名(申込順) 申Eメールで、和泉保健センター ☎3313-9331

男女平等推進センター啓発講座「こどもと一緒に!お父さんのための時短メシ」

時9月8日(日)、10月14日(祝)、11月17日

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Eメールでご確認ください。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)
 - 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

(日)午前10時~正午(計3回) 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 師メニュー=鶏チャーシューと蒸し野菜、トマトペンネとポテトサラダ、パンプリンとスイートポテト 師かていかやHitoshi(右下写真)、国際モンテッソーリ教師・小倉有可里、NPO法人まちのおよこテーブル理事長・小林洋子 区区内在住・在勤・在学で2~6歳の子どものとその父親 定12組(申込順) 費1組3000円(保険料を含む) 申Eメール(記入例)に在住・在勤・在学の旨も書いて、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0347 danjo-t@city.suginami.lg.jp 他アレルギー対応不可。エプロン・三角巾・布巾・持ち帰り用容器持参。生後7カ月~1歳の託児あり(定員あり(申込順)。8月29日までに同係) ▶企画・運営=NPO法人まちのおよこテーブル



杉の樹大学「スマートフォン講座」

時①9月18日(水)=アプリ活用講座②25日(水)=SNS活用講座/いずれも午後1時30分~4時 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 区区内在住で60歳以上の方 定各20名(抽選) 申往復はがき(記入例)で、①9月5日②12日までに高齢者施策課いきがい活動支援係 同同係 他貸出機(主にらくらくスマートフォン)を使用

勤労者のこころとからだの健康づくり「コミュニケーション講座」

時9月18日(水)・25日(水)午後6時30分~8時30分(計2回) 場産業振興センター(上荻1-2-1Daiwa荻窪タワー2階) 師シニア産業カウンセラー・松崎優佳(右上写真) 区区内在住・在

勤の方 定20名(申込順) 申Eメールで、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/申込期限=9月17日



就労支援センター

◆シニア女性の自立支援~自身の強みを活かせる仕事への取り組み方

時8月17日(土)午後1時~3時30分 師プロフェッショナルコーチ・伊藤一枝 区区内在住で55歳以上で求職中の女性 定18名(申込順)

◆経験者に聞いてみよう定年前後の再就職~想定される各種不明点の整理

時8月23日(金)午後1時~3時30分 区区内在住で55歳以上で求職中の方 定6名(申込順)

◆適職発見のためのマインドチェンジ~自分のキャリアとスキルを見直そう

時8月26日(月)午後1時~4時 師就活プロモーション・プロデューサー 小澤明人 区区内在住で54歳以下で求職中の方 定18名(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

時8月28日(水)午前10時~11時30分 区区内在住で54歳以下で求職中の方 定18名(申込順) 他1歳~就学前の託児あり(定員あり(申込順))

◆「自己肯定感」のトリセツ~自分に自信が持てるようになる実践講座

時8月30日(金)午後1時~3時 師人材コンサルタント・神谷敏康 区区内在住で54歳以下で求職中の方 定18名(申込順)

..... いずれも 場ウェルファーム杉並(天沼3-19-16) 申Eメールで、就労支援センターすぎJOB ☎3398-1136

高齢者活動支援センター

◆おりがみサロン 秋の花「菊」

時9月4日(水)午前10時~正午 師日本折紙協会折紙講師・白石淳子 区区内在住で60歳以上の方 定15名(申込順) 費300円 申Eメールまたは直接、8月7日午前8時45分から同センター

◆コグニサイズ「脳トレ健康体操」

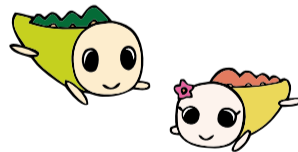
時9月11日~10月16日の毎週水曜日、午前10時~11時20分(計6回) 区区内在住の60歳以上で支障なく歩ける方 定20名(申込順) 費2400円 申Eメールまたは直接、8月6日午前8時45分から同センター



..... 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)

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。



ゆうゆう館名	内容	日時など
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎3313-4319)	「癒しの音色よし笛」講座★	8月22日から毎月第4木曜日、午前10時~正午 師松本聖 定各10名(申込順) 費各500円
久我山館(久我山5-8-8 ☎3332-2011)	大学生のおにいちゃんが音楽でみんなをつなげる交流イベント	9月1日(日)・8日(日)午後2時~4時30分 師東京学芸大学教育学部・佐藤風輝 定各20名(申込順) 費各500円
大宮前館(宮前5-19-8 ☎3334-9640)	初心者歓迎「たのしい将棋入門」★	毎月第1・3水曜日、午後4時~6時 定各6名(申込順) 費各100円
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9 ☎3317-9156)	ヨガ教室★	毎週土曜日、午前10時~11時30分 師インストラクター・板橋理江 定各15名(申込順) 費各650円 他運動しやすい服装で参加
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎3335-1716)	三味線教室★	毎月第2・4月曜日、午後1時30分~2時45分・3時~4時15分 師日本郷土民謡協会公認教授・小笠原千代征 定各5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日曜日は休館です。★は長寿応援対象事業。

講演・講座②

荻窪保健センター

◆人生100年時代!はつらつ生活のための口腔ケアと栄養講座

9月5日(木)・12日(木)・19日(木)午前10時～正午(計3回) 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 師歯科衛生士・管理栄養士・健康運動指導士 定30名(申込順) 申電話で、8月23日までに同センター

◆「ウォーキング講座」歩いて延ばそう健康寿命

9月13日(金)・20日(金)・27日(金)午後2時～4時(計3回) 場セシオン杉並(梅里1-22-32) 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 定20名(抽選) 申はがき(9面記入例)で、8月20日までに同センター 他ウォーキング記録ノートを差し上げます

…… いずれも ……

対区内在住の65歳以上で当日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) 他お持ちの方は、はつらつ手帳持参。長寿応援対象事業

環境活動推進センター

◆海の環境工作教室～貝のフォトフレームを作ろう

8月17日(土)午後1時30分～3時30分 師NPO法人日本渚の美術協会副会長・市川真澄 対区内在住・在学の小学生(3年生以下は保護者同伴) 定10名(抽選) 費700円 申NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、8月9日までに申し込み 他軍手・タオル1枚持参

◆おもちゃのクリニック

8月18日(日)▶受け付け=午後1時～3時 対区内在住・在勤・在学の方 定15名(申込順) 費部品代 申電話で、8月11日までに同センター 他1人1点

◆夏休み子どもクラフト教室～小物作り

8月24日(土)午後1時～3時 師FIT杉並会会長・清水好博ほか 対区内在住・在学の小学生(3年生以下は保護者同伴) 定10名(抽選) 費600円(保険料を含む) 申NPO法人すぎなみ環境ネットワークホームページから、8月17日までに申し込み 他マイバッグ持参

◆木工教室～ティッシュホルダー作り

9月1日(日)午後1時～3時 師東京土建杉並支部・堀場勇 対区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 定10名 費1000円 申電話・Eメール(9面記入例)で、8月23日までに同センター 他かなづち・軍手持参。長寿応援対象事業

…… いずれも ……

場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

競技大会

ラージボール卓球大会

9月14日(土)午前9時～午後4時 場タマス・パタフライ(阿佐谷南1-7-1) 内種目=混合ダブルス(ペアの年齢計100～129・130～149・150歳以上) 定80組(申込順) 費1組2000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。同連盟ホームページからも取り出せます)に振替受領書の写しを添えて、8月15日～25日に同連盟・水野睦子(〒166-0012和田2-45-12) 場同連盟 ☎090-6330-2684 (月～金曜日午前10時～午後3時)

区民体育祭

◆ソフトテニス～秋季大会

9月1日(日)午前9時～午後7時(雨天中止。予備日=9月8日(日)) 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内種目=一般▶シニア(45・60・70・75歳以上)▶チャレンジ=ベテラン(男子80歳以上・女子75歳以上)、初・中級 対区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方(部活動所属の中高生・ジュニア選手を除く) 費1組2000円 申はがき・ファクス・Eメール(9面記入例)に種目も書いて、8月17日までに区ソフトテニス連盟・毒島智和(〒168-0071高井戸西1-5-38-403 ☎3332-8038 ☒busujima0303@gmail.com) 場毒島 ☎090-4004-7987 (午後7時～9時)

◆バドミントン①小学生②団体

①9月22日(祝)②29日(日)=男子1・2部、女子1部A▶10月5日(土)=女子1部B～D▶11日(金)=女子2部/いずれも午前9時 場①高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) ②大宮前体育館(南荻窪2-1-1)、TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=①単(5・6年生、4年生以下の部(男女区別なし))②複(1チーム3組) 対区内在住・在勤・在学の方 費①500円②1チーム6000円。高校生5000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)に振替受領書の写しを添えて、①9月4日②13日までに同連盟①小椋祐(〒168-0073下高井戸4-26-25) ②村本ひろみ(〒168-0081宮前4-8-6)へ郵送 場①小椋 ☎090-1763-1675②村本 ☎3332-4685

◆サッカー～冬季大会

9月29日～12月8日の日曜日・祝日、午前9時～午後5時 場井草森公園

8月1日からの広報番組「すぎなみスタイル」のテーマは

百聞は実験にしかず! 学研「科学と学習」ふろく展

昭和から平成にかけて、子どもたちが胸を躍らせた学習誌「科学と学習」。その魅力は、探究心をくすぐるさまざまな付録でした。令和の今、あの付録たちが科学体験施設IMAGINUSでよみがえります。

● 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)

場広報課報道係



(井草4-12-1)、下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)、TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=①高校生②一般③シニア 対①区内高校の代表②区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生を除く)③区内在住・在勤で40歳以上の男子 費1チーム1万円 申場電話で、8月9日までに区サッカー連盟 ☎090-4612-8539 (午前9時～午後10時)

スポーツ教室

弓道・アーチェリー認定講習会

8月17日(土)=アーチェリー▶24日(土)=弓道/いずれも午前9時～午後1時 場TAC杉並区上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対16歳以上の弓道またはアーチェリー経験者 定各36名(申込順) 申場電話で、TAC杉並区上井草スポーツセンター ☎3390-5707 他弓具一式・弓道は道衣・アーチェリーは運動着持参

秋季ソフトテニス教室

8月24日～10月12日の毎週土曜日、午後3時～5時(計8回。予備日=10月19日(土)) 場松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 師区ソフトテニス連盟 対区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定30名(申込順) 費3500円 申往復はがき(9面記入例)に性別・経験年数も書いて、8月15日までに区ソフトテニス連盟・福浦貴子(〒167-0041善福寺4-5-6-209) 場福浦 ☎090-5524-0971 (午後7時～9時)

ふれあいフットサル教室

8月31日(土)午前11時～午後1時 場高円寺みんなの体育館(高円寺南2-36-31) 師区サッカー連盟 対区内在住・在勤・在学・通所で障害があり簡単な指示の下集団行動ができる方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(先着順) 場杉並区スポーツ振興財団 ☎5305-6161 他上履き持参。配慮が必要な方は要連絡(実施日当日は高円寺みんな

の体育館 ☎3312-0313)

太極拳講習会

9月2日～30日の月曜日、午前9時15分～10時45分(23日を除く) 場TAC杉並区妙正寺体育館(清水3-20-12) 対区内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 申往復はがき・ファクス・Eメール(9面記入例)で、8月27日までに区太極拳連盟・下川和久(〒167-0051荻窪5-14-4-304 ☎3391-3515 ☒yawaragiwushu@gmail.com) 場同連盟・下川 ☎3391-3515 (午前8時～午後6時) 他上履き持参

Sunday親子体操①そら組②ほし組

9月8日～12月1日の日曜日①午前9時～9時50分②10時～10時50分(10月27日、11月10日・24日を除く。各計10回) 場荻窪体育館 師斉藤なみゑ 対区内在住で①3・4歳②1歳半～2歳の子どもの保護者 定各15組(抽選) 費各1組7500円 申往復はがき(9面記入例)で、荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2)。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20日 場同体育館 ☎3220-3381

ヴィムスポーツアベニュー

◆丈夫な足腰をつくろう教室

9月4日～25日の毎週水曜日、午前10時～11時15分(計4回) 内筋力アップトレーニング・有酸素運動 対65歳以上で医師から運動制限を受けていない方 定15名(申込順) 費8000円

◆運動不足改善 カラダ若えろ教室

9月7日～10月26日の毎週土曜日、午前10時20分～11時5分(計8回) 内バランス・体幹トレーニング 対20～64歳の方 定16名(申込順) 費1万6000円

…… 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>) 申電話で、8月20日までに同施設

安心・安全・役に立つ!

杉並区の情報をお知らせしています



X (旧 Twitter)

フォローしてね

イベント情報や区からのお知らせ、日々のちょっとした出来事などをお届けします。

★アカウント名=杉並区広報課 場広報課



LINE

友だち追加してね

防災情報や区からのお知らせを配信しています。

★アカウント名=杉並区
★ID=@suginamicity
場広報課



広告

YAMAHA ヤマハの楽器レンタル

0120-381-808

(株)ヤマハミュージックジャパン レンタル・リース課



ヤマハの楽器・防音室 レンタル 音シット OTARENT

※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。

高円寺みんなの体育館

◆夏のヨガ教室

時8月8日～9月19日の毎週木曜日、午後1時15分～2時45分 師石丸あかね 定各16名(申込順) 費各1000円 申電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/申込開始日=各実施日7日前

◆ヨガ初級

時8月10日～9月28日の土曜日、午後7時15分～8時35分(8月24日を除く) 師今田直樹 定各16名(申込順) 費各1000円 申電話で、同体育館。または同体育館ホームページから申し込み/申込開始日=各実施日7日前



◆楽しく健康タイム

時8月20日(火)、9月3日(火)・17日(火)①午前11時～正午②正午～午後1時 内①心と体を整えるストレッチ②疲労回復ストレッチ 師井上美紀 定各70名(先着順) 費各410円。①②連続受講610円

◆小さなボールでセルフメンテナンス

時8月20日～9月24日の毎週火曜日、午後3時10分～4時10分 師HIKARU 定各16名(申込順) 費各800円 申電話で、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) 区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)

自分をふり振り返り、社会とのつながりを見つける大人の放課後

すぎなみ大人塾総合コース「フツウ・ラボ」

当事者研究をきっかけに、普通とはどういうことなのかを考える連続講座です。発達障害の当事者によるソーシャル・マジョリティ研究の知見を基にした講義・ワークショップを通して、考えを深めていきます。詳細は、区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。



時 内 右表のとおり 場 ①オンラインで実施②セッション 杉並(梅里1-22-32) 師 学習支援者・伊藤剛、熊谷晋一郎、綾屋紗月 対 区内在住の方 定 ①100名(申込順)②30名(抽選) 申 Eメール(9面記入例)で、社会教育センター ☎shakyo-c@city.suginami.lg.jp。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/申込期限=①8月19日②22日 他 ②事前説明会に出席しなくても申し込み可



①事前説明会

Table with 2 columns: 日時, 内容. Row 1: 8月21日(水) 午後7時～8時, 事前説明会

②「フツウ・ラボ」(計7回)

Table with 2 columns: 日程, 内容. Rows include dates from 9月21日 to 12月14日 with topics like 'オリエンテーション', '感情ってどこからくるの?', etc.

※実施時間=木曜日=午後7時～9時▶土曜日=午後2時～5時。

場 社会教育センター ☎3317-6621

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

「原爆と人間」展 8月8日(木)～16日(金)午前8時30分～午後5時(8日は正午から。16日は4時まで(祝日を除く)) / 区役所1階ロビー / 広島・長崎の被爆の実相を伝えるパネル展示・DVD上映ほか / 高円寺分館 ☎3331-1029

座の市 8月17日(土)午前11時～午後5時(売り切れ次第終了) / 座・高円寺 / 杉並で取れた野菜や交流自治体の物産品(忍野村のトウモロコシ)、地方の逸品などの販売 / 高円寺 ☎3323-7500

れんアカキッズシアター カーテンコールに憧れて 8月21日(水)午後6時、22日(木)午後1時・5時 / 座・高円寺 / 出演=綾香ほか / 各256名(申込順) / 各3600円。6歳～高校生各1800円 / 申電話・Eメール(9面記入例)で、8月20日までにれんアカデミー ☎6314-5625 ☎52swica@gmail.com / 区民5組10名を招待(申込順)=電話・Eメール(9面記入例)で、同団体

わくわくフィールドSUGINAMI in 永福和泉 8月24日(土)午後3時～7時30分 / 築地本願寺和田堀(永福1丁目) / カレー作り・火付け体験ほか / 区内在住・在学で小学生以下の子ども(2年生以下は保護者同伴) / 30名程度(申込順) / 申電話・Eメール(9面記入例)で、8月5日～23日に申し込み / 高円寺 ☎3323-0321

わくわく寺子屋プロジェクト 9月21日(土)～23日(月)(2泊3日) / 新潟県小千谷市 / 区内在住・在学の小学5・6年生 /

25名(抽選) / 5000円 / 申申し込みフォーム(区ホームページ同催し案内にリンクあり)から、8月10日午後1時までに申し込み / 問 わくわくWorks・都築 ☎wagu.wagu.works@gmail.com / 結果は当選者のみ8月11日に通知。次世代育成基金活用事業助成対象事業

環八井萩トンネル見学ツアー 9月27日(金)午後2時～4時20分 / 井萩トンネル管理所(上井草1丁目) / 18歳以上の方 / 15名(抽選) / 申東京都道路整備保全公社ホームページから、8月23日午後4時までに申し込み / 問 同公社公益事業課 ☎5381-3380 / 結果は当選者のみ8月28日までに通知。車での来場不可

講演・講座

杉並区伝統文化将棋教室 8月18日(日)午後1時～4時 / セッション杉並 / 日本将棋連盟指導棋士六段・小田切秀人ほか / 区内在住・在学の小学生 / 70名(申込順) / 申申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から、8月16日までに申し込み / 問 棋友館・小田切 ☎5377-9123 (水～土曜日午後2時～5時)

認知症サポーター養成講座 8月20日(火)午前10時～11時30分 / セッション杉並 / 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梅里 ☎5929-1924 / 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

逃げ地図づくりで見てみよう、ぼくやわたしのまちの今と未来 8月20日(火)午後1時15分～2時45分 / 阿佐谷地域区民センター / 早稲田大学教授・矢口哲也 / 区内在住・在学で小学生以上の方 / 30名(申込順) / 1組200円(高校生以下無料) / 申申し込みフォーム(区ホームページ同講座案内にリンクあり)から、8月16日までに申し込み / 問 大地震時のこども

の安全・安心を考えるあさっご会 ☎090-8054-9453

健康マージャン初心者教室 9月4日～7年2月19日の水曜日、午前10時～午後1時・1時30分～4時30分(7年1月1日を除く。各計24回) / 麻雀クラブ東京(高円寺南1丁目) / 日本健康麻将協会認定レッスンプロ / 区内在住でおおむね55歳以上の方 / 各16名(抽選) / 各1500円(初回のみ別途テキスト代1000円) / 申往復はがき(9面記入例)で、8月15日までに日本健康麻将協会杉並統括支部・白壁ひろ子(〒167-0022下井草5-10-10-601) / 問 白壁 ☎090-8620-9425

河北健康教室 成人股関節疾患の原因と治療～股関節の痛みありませんか？

9月19日(木)午前10時30分～11時40分 / 阿佐谷地域区民センター / 河北総合病院整形外科部長・湯浅崇仁 / 80名(申込順) / 申電話で、河北医療財団広報課 ☎3339-5724 (月～金曜日午前10時～午後5時(祝日を除く)) / 要約筆記あり

●杉並青色申告会

◆大家さんのための事業継承 準確定申告説明会 8月16日(金)午前10時～11時30分 / 産業商工会館 / 同会職員ほか / 区内在住・在勤の個人事業主 / 20名(申込順) / 申電話で、8月15日までに同会 / 長寿応援対象事業

◆大家さんのための法的観点から見る賃貸トラブル対策 8月29日(木)午後2時～3時45分 / 産業商工会館 / 弁護士・杉浦正敏 / 区内在住・在勤の方 / 20名(申込順) / 1000円 / 申電話・Eメール(9面記入例)で、8月28日までに同会 / 長寿応援対象事業

◆相続税セミナー 8月30日(金)午後2時～3時30分 / 産業商工会館 / 40名(申込順) / 1800円 / 申電話・Eメール(9面

記入例)で、8月26日までに同会 / 長寿応援対象事業

…… いずれも ……

問 杉並青色申告会 ☎3393-2831 ☎seminar@airo.org

●東京衛生アドベンチスト病院

◆減量ステップアップ講座 ①9月2日・30日、10月21日②9月9日、10月7日・28日(いずれも月曜日午後2時～3時(各計3回)) / ①同病院(天沼3丁目)②オンラインで実施 / 同病院内科医師・佐々木温子ほか / 各5名(申込順) / 各1万5000円 / 申電話で、①8月23日②30日までに同病院健康教育部

◆子育て学級(幼児クラス) 9月10日(火)午後2時30分～4時30分 / オンラインで実施 / 同病院小児科医師・保田典子 / 区内在住・在勤の方 / 10名(申込順) / 2200円 / 申電話で、9月4日までに同病院健康教育部

…… いずれも ……

問 東京衛生アドベンチスト病院健康教育部 ☎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))

その他

杉並区シルバー人材センター入会相談会 8月14日(水)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分 / 同センター本部(阿佐谷南1丁目) / 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 / 各10名程度(申込順) / 申電話で、同センター ☎3317-2217 (月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く))

税金なんでも相談会 8月20日(火)・22日(木)午前10時～正午・午後1時～4時 / 東京税理士会杉並支部(阿佐谷南3丁目) / 申電話で、各実施日前日までに同支部 ☎3391-1028 / 1人40分程度

広告



東京シティ競馬 開催日程

8/12(月・祝)～8/16(金)

14(水)黒潮盃(SIII)

東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。競馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。東京シティ競馬総合案内 TEL:03-3763-2151



※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。