

なかま集まれ!

区民主催のサークル活動をご紹介します。
活動に区は関与していません。問い合わせは、直接各掲載団体へ。

1・4・7・10月の
15日号に掲載

掲載の申し込み・問い合わせ
生涯学習・芸術・文化・その他
社会教育センター
(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内 ☎3317-6621 FAX3317-6620)
スポーツ（ダンス・健康的運動を含む）
スポーツ振興課施設管理係（住所・電話は区役所宛て ☎5307-0693）

生涯学習・芸術・文化

イタリア語／イタリアーナ 水曜日午後3時15分～4時45分（月4回）／阿佐谷地域区民センター／月6500円／☎小美濃 ☎090-3219-9308
中国語（初級）／ビジネス中国語クラブ 第2・4土曜日午後7時～8時30分／高井戸地域区民センター／入会金3000円。各1300円／☎王 ☎090-3451-6209✉info@choseikan.jp
俳句／俳句の駅 第1木曜日午後1時～4時／ゆうゆう西荻北館／月1500円／☎園林 ☎090-4812-1470
俳句／苗句会 第3火曜日午前10時～正午／角川庭園／月1000円／☎宇田川 ☎090-2765-1175
俳句／七色の会 第2金曜日午後1時～4時／西荻地域区民センター／月1500円／☎園齊藤 ☎090-2174-0307
模型飛行機の製作・飛行／ウイング 月・木曜日午後1時～3時（月2回）／セシオン杉並／各500円／☎園西村 ☎080-6755-5005✉258102aqa@gmail.com
水彩画／水彩樹らら 第1・3土曜日午後1時～3時／コミュニティふらっと阿

佐谷／入会金1000円。月2000円／☎園川添 ☎080-5679-5195
水彩画／彩々会 第1・3金曜日午前10時～正午／西荻地域区民センター／月500円／☎園米山 ☎3399-8679
水彩画／アトリエ彩樹 第1・3金曜日午後1時～4時／産業商工会館ほか／各500円／☎園小林 ☎5938-9060
親子リトミック／あんふあみーゆ 日曜日午前10時30分～11時20分（月1回）／コミュニティふらっと方南ほか／各1500円／☎園大矢 ☎090-2658-5579
女声コーラス／アンサンブル桃花 水曜日午後1時30分～3時30分（月2回）／杉並公会堂ほか／入会金1000円。月5000円／☎園鈴木 ☎FAX3397-1851
女声合唱／ココオト 水曜日午後2時～4時（月3回）／阿佐谷地域区民センターほか／入会金1000円。月3600円／☎園吉永 ☎080-5037-1781
ハーモニカ／パルケ・ハーモニカクラブ 第2・4月曜日午前10時～午後1時／セシオン杉並ほか／各2000円／☎園山田 ☎3399-1611
ウクレレ／マカニ 第1・3水曜日午後2時～3時／ゆうゆう高円寺北館／入会

夏の科学展
「あつまれ！すぎなみの森
～木のおもちゃ展」

実物の木を利用したクイズなどが楽しめる、参加型の科学展です。
詳細は、区HP（右下2次元コード）をご覧ください。

展示コーナー
時8月14日(金)～23日(日)午前9時30分～午後5時（入場は4時30分まで）
園杉の突板アート展示など

ワークショップ
園①8月15日(土)・16日(日)午前10時・11時・午後1時・2時②15日(土)午前11時・午後2時③21日(金)午後1時30分・3時④22日(土)・23日(日)午前11時・午後2時（①③各30分程度②各45分程度④各60分程度）
園①森を育てる太陽観望会②プチDIY体験?組手什で家具づくり③チャンバーでCO₂をみてみよう④三原色でフクロウの森を描こう
園区内在住・在勤・在学の方（小学2年生以下は保護者同伴）
園①各40名程度②各4組程度③④各10名程度（いずれも抽選）
園申し込みフォーム（区HP参照）から、8月2日まで
..... いずれも
園セシオン杉並（梅里1-22-32）
園コングレ ☎6383-0296（火曜日を除く）、社会教育センター ☎3317-6621

金2000円。月3000円／☎園佐藤 ☎090-6517-2483
歌・合奏／歌で楽しむシニアピアノの会 木・日曜日午前10時～正午（月2回）／セシオン杉並ほか／各1000円／☎園野村 ☎090-9106-1905
カラオケ／プロと歌おう会 第1・4水曜日午後1時～7時／カラオケオリーブ阿佐ヶ谷店（阿佐谷北2丁目）／各1500円／☎園海野 ☎080-5094-4367
健康マージャン／泉雀会 第1～4木曜日正午～午後4時／永福和泉地域区民センター／入会金2000円。月1000円／☎園西村 ☎5329-0790
囲碁／高井戸小天狗クラブ 水曜日午後1時～4時30分／高井戸地域区民センター／月1000円／☎園萩野 ☎090-6004-9271

スポーツ

太極拳／鳳雅武術太極拳クラブ 水曜日午後1時～1時50分（月2・3回）／荻窪体育館／各600円／☎園松井 ☎090-5846-0815
太極拳／上井草太極拳クラブ 火曜日午後1時～3時／TAC杉並区上井草スポーツセンター／入会金1000円。月5000円／☎園米山 ☎3399-8679
ラジオ体操・気功／蚕糸の森おはよう会 午前6時25分～6時52分（雨天中止）／蚕糸の森公園／年1000円／☎園中川 ☎070-4306-1047
フラダンス／ハウオリ 第2・4月曜日午後2時～3時30分／ゆうゆう和田館／各1000円／☎園遠藤 ☎080-1034-5723
フラダンス／アロハわわ 第1・3木曜日午前10時～正午／和田障害者交流館／☎園遠藤 ☎080-1034-5723
キッズフラダンス／LOKAHI 第1・3金曜日午後5時～6時／コミュニティふらっと成田／月3000円／☎園道林 ☎080-2244-3765
硬式テニス（中級以上）／MSJ 土・日曜日・祝日／区内コートほか／各500円ほか／☎園角田 ☎080-3482-5942✉tsuno8888@yahoo.co.jp
パドルテニス／荻窪PTC 金曜日午前11時～午後1時ほか／荻窪体育館ほか／入会金1000円。月1000円／☎園齊藤 ☎090-1858-6107
ハイキング・登山／杉並山の会 最終水曜日午後7時～9時／阿佐谷地域区民センター／入会金500円。年6000円／☎園愛場 ☎6765-7234
ペタンク／桃井ペタンククラブ 午前8時～9時／桃井原っぱ公園／年1500円／☎園溝田 ☎090-7016-7006
ユニカール／杉並ユニカール同好会 週1・2回（各2時間）／荻窪体育館／月1000円／☎園中村 ☎090-2636-8618

すぎなみ大人塾総合コース

ラーニングデザイン・ラボ
の参加者募集

当事者研究の視点から多様で複雑な社会を捉え、地域にその学びを広めるためのコンテンツをつくりあげていく講座です。

時内 下表のとおり 場 セシオン杉並（梅里1-22-32）
師 伊藤剛、熊谷晋一郎、元木一喜 園 区内在住の方
定 40名（抽選） 申 申し込みフォーム（右2次元コード）から、8月2日まで 園 社会教育センター ☎3317-6621
他 長寿

日程（計7回）	内容など
8月23日(日)	イントロダクション
9月27日(日)	当事者研究をやってみよう
10月18日(日)	ワークショップをデザインしよう
11月1日(日)・22日(日)、12月6日(日)	ラーニングコンテンツをつくろう
9年1月10日(日)	ラーニングコンテンツをプレゼンしよう

※実施時間＝午後2時～5時

TOKYO広域連携事業
ひきこもりUX女子会の開催

生きづらさを抱える女性・その家族などの交流会です。詳細は、区HP（右2次元コード）をご覧ください。

時内 ①8月19日(水)午後2時～4時30分＝同女子会②3時～4時30分＝つながる待合室 場 セシオン杉並（梅里1-22-32）
園 ①ひきこもり・生きづらさを抱える女性②家族・支援者ほか 定 ①80名②25名（いずれも先着順） 園 杉並福祉事務所生活自立支援担当 ☎3393-0737