

平成23年3月20日発行

第177号

発行/高円寺地域区民センター協議会
〒166-0011 杉並区梅里1-22-32
事務局 ☎3317-6614

セシオン杉並・和田区民集会所・高円寺北区民集会所

セシオン

高円寺地域区民センター報

ふれあい

http://www.sesion.jp/

わいわい! わだまつり 2011

ステージショー
パノラマパンダ

苗木の無料配布
(緑の募金にご協力を)

わいわいゲーム館

お茶席

屋台村

ゲーム参加者景品プレゼント

まだまだ楽しみ、いろいろあります♪

日時: 平成23年 4月23日(土)
10:00~14:00(雨天決行)

場所: 和田区民集会所・
和田障害者交流館・
和田小学校校庭

※自転車での来場は、できるだけご遠慮下さい。
※マイバックをご持参下さい。
※ゴミは各自お持ち帰りください。

共催: 高円寺地域区民センター協議会・杉並区障害者団体連合会

定期総会開催のお知らせ

高円寺地域区民センター協議会の
平成二十三年定期総会を左記のと
おり開催します。
お誘い合わせのうえ、ご出席ください。

記

【日時】
平成二十三年 四月二十六日(火)
午後二時三十分

【場所】
セシオン杉並
三階 第八、第十集会室

【議題】

- 平成二十二年事業報告
- 平成二十二年 一般会計収支決算報告
- 平成二十二年 財政安定基金 運用状況報告
- 平成二十二年 会計監査報告
- 平成二十三年 事業計画(案)
- 平成二十三年 一般会計収支予算(案)
- 平成二十三年 財政安定基金 運用計画(案)

高円寺地域区民センター協議会
会長 原田 英俊

セシオン杉並まつり2011

■開催日 平成23年 6月4日(土) 10時~15時
6月5日(日) 10時~15時

グループ発表・展示作品募集!!

会場	日時	持ち時間	募集团体数
ホール	6月4日(土) 午前10時~午後3時	30分準備・後片づけを含む	8グループ

応募は、必ず往復はがきでお申込みください。申し込み多数の場合は抽選となります。
締切日=3月31日(木)【必着】
問合せ先=高円寺地域区民センター協議会事務局 ☎3317-6614

会場	作品展示 (1階/展示室)	グループ発表 (ホール)	フリーマーケット (3階/8~10集会室)
応募資格	高円寺地域(梅里1丁目・松ノ木2~3丁目、和田1~3丁目、堀ノ内2~3丁目、高円寺南1~5丁目、高円寺北1~4丁目)に在住、在勤の方で、「さざんかーど」に登録しているグループ		区内に在住、在勤、在学の方(業者は不可)
日時	6月4日(土) 午前10時~午後3時 6月5日(日) 午前10時~午後3時	6月4日(土) 午前10時~午後3時	6月4日(土) 午前10時~午後3時 6月5日(日) 午前10時~午後3時
展示方法 会場 スペース など	・展示方法 ① 壁(パネル) (360cm×120cm) 12グループ ② 机 (180cm×180cm) 6グループ ③ 壁(パネル)と机 ・壁(360cm×120cm)・机(360cm×45cm) 6グループ ・壁(300cm×145cm)・机(300cm×45cm) 6グループ	・同種の演目は4グループまでとさせていただきます ・出演順は一任させていただきます	・1区画/ 約2m×2m 各日 16組 ・出店品目/ 食料品、電化製品は不可 ★参加費/1000円
抽選・説明会	4月17日(日) 午前10時~	4月17日(日) 午後1時~	5月15日(日) 午後1時30分~
往復はがきの記載内容	「セシオンまつり参加希望」と明記し、 ①グループ名 ②代表者名 ③住所 ④電話番号(日中連絡がつく番号)⑤参加内容(詳しい展示作品、演目) ⑥作品展示は上記展示方法(A~C)のいづれか1つ ★返信用にはご自分の宛名を記入		「フリーマーケット出店希望」と明記し、 ①住所 ②氏名 ③電話番号(日中連絡がつく番号) ④出店希望日 ⑤出店品目 ★返信用にはご自分の宛名を記入
宛先	〒166-0011 杉並区梅里1-22-32 高円寺地域区民センター 「セシオン杉並まつり実行委員会」		

★高円寺地域区民センター(セシオン杉並) 〒166-0011 杉並区梅里1-22-32 ☎3317-6611(代)

★和田区民集会所 〒166-0012 杉並区和田2-31-21 ☎5340-6272

★高円寺北区民集会所 〒166-0002 杉並区高円寺北3-25-9 ☎3330-7255

印刷/(株)佐野

回																			
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

高円寺地域区民センター講座 / 4月のご案内

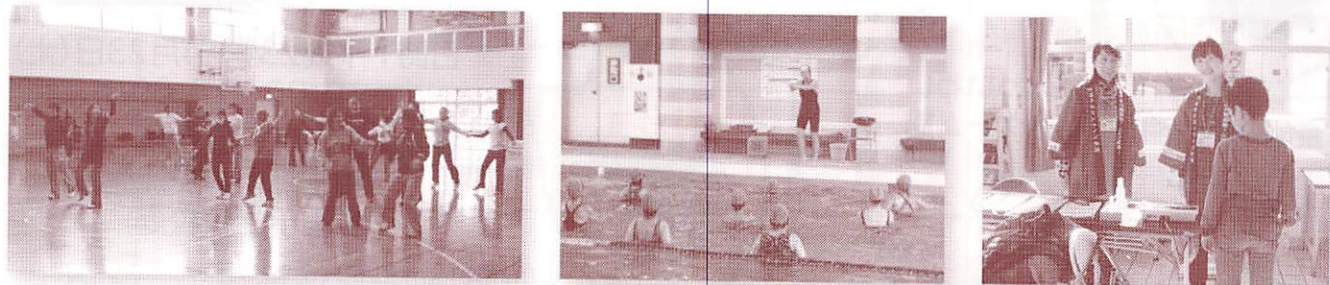
講座名	開催日・場所	費用	時間	定員
ベビーとママのエクササイズ	4/8日(金)・15日(金)・22日(金) 計3回 【セシオン杉並】	300円 (保険料込)	10:00 ~ 12:00	15名
世界遺産「石見銀山遺跡」	4/15日(金) 【セシオン杉並】	無 料	13:30 ~ 15:30	70名

◎お申し込み・お問い合わせ / 高円寺地域区民センター協議会 事務局 杉並区梅里1-22-32 TEL:03-3317-6614
又は杉並区報をご参照ください。

◆終了事業報告

冬こそ健康になろうDAY!

平成 23 年 1 月 22 日(土)
於：杉並区立第十小学校
温水プール・体育館
来場者数 239 名(メタボ測定含む)



ふれあい音楽会2011 ~春への“音連れ”~

平成 23 年 3 月 5 日(土)
於：セシオン杉並 1F 談話コーナー
来場者数 204 名



お詫言

ふれあい176号、志茂田景樹氏講演会の本文中において表記の誤りがございました。慎んでお詫言させていただきます。左記の通り訂正をさせていただきます。

誤 ◆子供の頃叱られて

子供の頃は絵を描くことが大好きでした。中学3年生の時、

正 ◆子供の頃叱られて

子供の頃は絵を描くことが大好きでした。小学3年生の時、

以上

関係各位にご迷惑をお掛けしました事をお詫言申し上げます。

●グループ紹介 その⑥

杉 唱 会

*会の活動状況

結成7周年になります。童心に帰って、童謡唱歌を楽しく歌うことが会の目的の一つですが、もうひとつ、童謡唱歌を通して、大人のための生涯教育を試みるという目的を持つ合唱会です。

「ふるさと」「花」など子供のころから口ずさんできた曲を正確にしかも情感をこめて歌うことの難しさを改めて感じながら楽しい合唱の練習を続けてきました。2008年12月には、結成5周年を記念して杉並公会堂で発表会を開催しました。年に2回程度老人ホームで歌うボランティア活動もしています。最近では、越谷の合唱グループとの親睦合同演奏会も行っています。現在男性9名女性13名計22名の構成で、混声合唱で盛り上がりつつあります。

会員の作詞によるオリジナルソングもレパートリーに入っており、会の特徴の一つとなっています。「杉唱会賛歌」はそのうちのひとつです。練習の後でお茶などを飲みながら、歌を離れて雑談する時間も楽しいひと時です。「和気あいあいの雰囲気」を大切に、無理のないように「が」会のモットーです。



越谷での合同コンサート(2009.12.18)
石原先生(前列左から3人目)、プロの歌手(後列中央)



杉唱会5周年記念コンサート(2008.12.12)

- *講師：石原 ひろみ
- *代表者：石塚 麗子
- *連絡先：03(3312)2609
- *場所：セシオン杉並 音楽室
- *練習日：第2・第4金曜日、午後2時~4時
- *会費：2,000円/月
- *入会金：1,000円

心 の 花

*会の活動状況

心の花(自力で整体)日々の仕事や暮らしの中で自分自身の心と身体を見失っていませんか? 身体の疲れや痛み、コリ等の不調でいつも元気で明るい自分でいたいのに晴れやかにならない心。病気や不調は身体からの警告(サイン)です。

心の花では、ゆつたりと自分自身を見つめ、そのサインをやさしくゆるやかな動きで身体をほぐし硬くなった筋肉や関節をゆるめていきます。身体のリラックスが心に安らぎをもたらし、その心の安らぎが身体の緊張をほぐし、心と身体の調和が出来て元気になります。

誰でも出来る!!でもなかなか出来ないのが自分への健康という贈り物ではないでしょうか。

日常から少しだけなれ、静かな心で自分と向き合い豊かな時間を作ってみませんか? 身体の硬い方、激しい動作やポーズが苦手の方も安心して受講出来ます。

- *講師：有原 文嘉
- *代表者：有原 文嘉
- *連絡先：090(4966)7087
- *場所：セシオン杉並 和室



自分でほぐしてスッキリ

- *練習日：第1・第3木曜日、午前10時~11時30分
- 【午後の部】
- 毎週月曜日
- 午前19時~20時30分
- *会費：月4回の方 5,500円
- 月2回の方 3,000円
- *入会金：なし

次号178号
5月20日
発行予定