



# ふれあい

<http://www.koenji-kyogikai.org>

高円寺地域区民センター協議会

検索



## これからのイベント・講座

### 12月

- ①3日(土)あわてんぼうのクリスマス会
- ②17日(土)パルーンアート講座
- ③23日(祝)高円寺ゆめ音楽祭

### 2017 1月

- ①20日・27日(金)歴史講座  
～参拝! 堀之内の御祖師さま
- ②22日(日)彗星・小惑星の衝突から地球を守る  
～スペースガード講演会～

### 2月

- ①14日・21日・28日(火)楽しいユニカル
- ②15日(水)セッション寄席

### 3月

- ①防災・減災関連企画
- ②11日(土)・18日(土)・19日(日)ダンス教室

## 一終了イベント・講座一

### 4月

- ①24日(日)わい! わい! わだまつり
- ②27日(水)杉並のみどり再発見～身近な公園の植物

### 5月

- ①13日・20日・27日(金)ボイストレーニング

### 6月

- ①4日(土)・5日(日)セッション杉並まつり
- ②18日(土)ふれあい音楽会～映画音楽への誘い

### 7月

- ①8日・15日・22日(金)古典文学講座～百人一首の謎
- ②9日(土)まちの宝さがし～高円寺のまちで見つけよう!

### 8月

- ①6日(土)プラネタリウム体験と望遠鏡づくり
- ②27日(土)・28日(日)阿波おどり物産展
- ③28日(日)阿波おどり体験講座

### 9月

- ①2日・9日・23日(金)初めての氣功
- ②21日・28日(水)楽しい健康体操
- ③17日(土)こどもフェア

### 2016 10月

- ①5日(水)楽しい健康体操
- ②杉並の地域再発見
- ③セッション健康講演会
- ④29日(土)・30日(日)きた! きた! 高円寺まつり

### 11月

- ①5日(土)ふれあい音楽会～タンゴ～

※イベント・講座は変更になることもあります。

催

一足先に  
クリスマス会  
楽しもう♪

## あわてんぼうの クリスマス会2016

あわてんぼうのクリスマス会は毎年、地域のみなさん、  
子どもたちとご家族と一緒にクリスマスを一足先に楽しむ会です♪

定員200名

**12月3日(土) 13:30～15:30**  
会場:和田小学校 体育館



### プログラム

吹奏楽演奏～クリスマスソングメロディー  
13:35～13:55 演奏:和田中学校吹奏楽部

楽しいマジックショー

14:00～14:20 出演:杉並マジッククラブ

紙人形劇

14:25～14:55 出演:宇田川光雄さん

ライフタイムキッズダンスショー

15:00～15:20

応募方法・期間:往復ハガキに①イベント名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号、返信はがきに宛名を記入の上、下記宛にお申し込みください。 ※11月11日(金)～11月24日(木)必着

申込・問い合わせ先:高円寺地域区民センター協議会 〒166-0011 杉並区梅里1-22-32 電話・FAX 03-3317-6614

## 文「彗星・小惑星の衝突から地球を守る～スペースガード講演会～」

・日程:2017年1月22日(日)  
14:00～16:00

・場所:セッション杉並(ホール)

・定員:550名(参加費無料)

★講演:吉川真先生(JAXA宇宙航空研究開発機構)

★タイトル「天体の地球衝突にどう対応するか  
～最近の国際的な動きについて～」

★パネリスト:吉川先生、JSGA関係者、など

★司会:スペースガード協会関係者

・主催:高円寺地域区民センター協議会

・共催:NPO法人日本スペースガード協会(JSGA)

・協力:杉並区立社会教育センター

小惑星や彗星の地球への衝突は頻度が低い現象ですが、恐竜絶滅やツングースカ大爆発などの大災害につながりました。地球衝突への早期対応のために、可能性のある天体を発見する取り組みが進められています。

本講演会では、地球衝突問題の専門家であり小惑星探査機「はやぶさ2」のミッションマネージャーの吉川真先生にご講演いただき、後半には、会場からの質問を交えたパネルディスカッションも予定しています。





## 催

# こどもフェア2016

「こどもフェア2016」は去る9月17日秋とはいえ暑い日差しの下、賑やかに行われました。

ホールではこどもたちのダンスの競演、中庭ではブラジル音楽が雰囲気を盛り上げ、地下ではプラネタリウムが宇宙への神秘とロマンをかきたて、さらに二階ではおやつ料理教室が開かれ、展示室の「アーティストとつくる夢の街」ではこどもたちの芸術的創造力が部屋にあふ

れていました。このように多種多様な催しが展開され、こどもたちの笑顔と歓声が会場全体にあふれていました。この日だけで3,000人の皆様が来場され、秋の一日を十分楽しんでいただけたと思われます。地域の皆様のご協力に感謝申し上げます。来年またお会いできるのを楽しみにしております。



大人気の鉄道模型運転会



ハートトゥーアートの会場で楽しむお子さんたち



晴天での大道芸パフォーマンスに歓声!



## ふれあいフォトギャラリー



9~10月に地域で行われた催しを写真とともにご報告します。

### 体 楽しい健康体操

9月21日・28日・10月5日(水)セッション体育室

- 体幹がとても大切。
- 自分の身体のケアは自分自身で毎日行う。
- とても明るく楽しい講座でした。
- 3回で終わってしまうのが残念。



マットを使った体操



バランスをとりながらの足踏み

### 文 杉並の地域再発見 ぶらり散歩

10月4日(火)堀ノ内~和田

- 天候に恵まれ楽しく回れて満足しています。
- 知らない場所がほとんどでしたので勉強になり、楽しく歩きました。
- 41年住んでいて、知らないところが多く楽しかったです。
- 近くに住んでいるのに水路跡は知らなかった。
- 今日、歩かなかったら、一生歩くことはなかったと思う。



妙法寺鉄門(重要文化財)



大木に圧巻。おいしい空気を全身で味わいました。

### 体 初めての氣功

9月2日・9日・23日(金)セッション体育室

- ゆっくりとした動きが内臓に良いと感じた。
- 動いた後に軽く汗ばみ、帰宅後に開放感がありました。
- 呼吸法を学び、気の存在を感じる事が出来ました。



大勢の方にご参加いただきました。



氣功は呼吸法とゆっくりとした動きが特徴です。

## 食育パズル

①	②	③	ン	④	⑤
---	---	---	---	---	---

★ヒント:おせちはお正月(しょうがつ)の定番(ていばん)! なかでもみんな大好き!

- ①おなべで使うやさいはハ〇サイ。〇に入るもじを入れてね。
- ②いちばんさっぱりしたお肉はト〇ニク。
- ③エノキ、シイタケ、シメジは、〇ノコ。
- ④さいきんおなべの具(ぐ)のなかま入りしたよ。トマ〇。
- ⑤寒(さむ)くなると食べたくなるのがオデ〇!



## 新任会長挨拶

この度、10月18日の臨時総会・臨時委員会において、協議会の会長を拝命いたしました。  
当協議会は、住民相互の交流の便宜を図るとともに、良好なコミュニティを形成することにより、より良い町づくりを進めることを目標に活動しております。  
昨今、町会・商会・学校（PTA含む）・NPOなど地域の諸団体が連携して行われている活動や催しなどの事例が増えております。  
東日本大震災を契機に「絆」が見直され、地域コミュニティの重要性がクローズアップされております。今夏の異常気象に伴う災害をはじめ、想定されている直下型地震など、災害は防ぐことはできませんが、被害を最小限に抑えることは可能です。そのためにも不可欠なのが地域コミュニティ力です。減災問題では自助・公助はもちろんですが、共助（近隣や地域の人同士の助け合い）が大きな役割を果たしているのは皆様ご存知の通りです。これまで以上に地域諸団体との連携強化に取り組み、加えて高齢者・子育て・生き甲斐などの課題にも向き合い、安心・安全で皆様が生き甲斐をもって楽しく暮らせる町づくりに役立つ協議会を目指してまいります。これまでのご厚情に感謝申し上げます、今後とも変わらぬご支援・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



高円寺地域区民センター協議会  
会長 来島 明

## 高円寺地域区民センター協議会活動紹介

### 協議会とは

- 高円寺地域に住む人々で、まちづくりや地域活動に興味のある方が、ボランティア委員として活動しています。よりよいまちづくりをテーマに、地域の人々との交流やコミュニティの活性化と地域の課題解決をめざして、イベントや講座を開催しています。
- 委員は地域団体推薦や公募によるボランティア32名（定員）で構成されています。  
任期は満2年を1期とし、2期を原則とする。
- 活動拠点は主にセシオン杉並、和田区民集会所、高円寺北区民集会所です。

### メンバー紹介

秋山 昌寛	浅井 義彦	磯崎 初子	伊藤 恒夫
鵜飼 淑子	大西百合子	奥村 啓三郎	樺山 琢磨
来島 明	五味 岩夫	瀬沼 幸子	高瀬 廣子
高田美智子	外池麻紀子	中川 馨	中川 優子
仲野美恵子	野中 千鶴	波田野野一	濱田 始
原田 邦彦	東 花乃	藤森笑美子	政田 啓
松本 嘉基	山田 滉		

（五十音順）

### 各部紹介

#### 会計監事



協議会の適正な会計事務や財務処理の執行を確認しています。

#### 総務部



総会・役員会・委員会などの協議会事業を円滑に実施できるように活動しています。

#### 広報部



広報紙「ふれあい」の作成、HPの運営を通じて、協議会の活動や地域情報をお届けしています。

#### 講座運営部



様々な講座や講演会を企画・運営しています。地域防災など地域のテーマにも取り組んでいます。

#### コミュニティ推進部



「わい！わい！わだまつり」、「セシオン杉並まつり」、「こどもフェア」、「きた！きた！高円寺まつり」などのまつりを、地域交流の場として企画・運営しています。



## 高円寺地域区民センター協議会の活動地域



## 活動地域内の町会・自治会

### 【高円寺北地区】

高円寺北一丁目町会、高円寺北二丁目町会、高円寺北中央自治会、高円寺中通町会、高円寺北庚申文化会、馬橋南自治会、馬橋北自治会、高円寺北四丁目新生会

### 【馬橋地区】

新高円寺町会、緑ヶ丘町会、馬橋二丁目北自治会、馬橋三丁目東自治会

### 【高円寺中央地区】

高円寺南一丁目西町会、高円寺南一丁目東町会、高南2南町会、高南自治会、高南二丁目町会、高円寺南五丁目町会、高円寺南中央町会、高円寺南氷川町会、高円寺パル商盛会、高円寺南二丁目東自治会

### 【和田地区】

和田自治協力会、和田一丁目町会、和田三丁目西町会、和田三丁目東町会、コーシャハイム杉並和田自治会

### 【堀ノ内松ノ木地区】

梅里一丁目町会、松ノ木町会、堀ノ内南町会、堀ノ内自治協力会、堀ノ内西町会、堀ノ内町会、堀ノ内一・二丁目町会

## 退任の挨拶

前会長 伊藤修治

去る10月18日、当協議会臨時総会において任期を終え退任いたしました。委員・会長としての在任中は、行政および地域の皆さまの多大なご支援ご協力と、また協議会委員および事務局担当の強力な支えにより微力ながらつつがなく役割を全うすることができました。

顧みますと、就任中の懸案事項の「機関紙『ふれあい』の刷新」「防災・減災訓練の継続実施」「地域懇談会開催の定着化」は、ひとえに各部委員の総意と尽力によりそ

れぞれの目的に沿って前進することができました。

当協議会は、その活動を地域の指向したものであり、より協働性を深め地域活性化の一助としつつ、全委員が“明るく・楽しく・元気よく”活動されることを切望します。

退任にあたり、これまでに関係いただきました皆さまの厚情に心より深く感謝申し上げますとともに、今後とも当協議会へのご支援ご協力をお願い申し上げます。

## 臨時総会・退任委員感謝状贈呈式報告

去る10月18日、高円寺地域区民センター（セシオン杉並）において、「平成28年度高円寺地域区民センター協議会臨時総会」が開催されました。

総会では、各種地域活動団体からの推薦並びに一般公募による12名の方々が第15期委員として選出承認され、再任委員と合わせた計26名により当協議会は新たなスタートを切りました。

総会終了後、2期4年の任期満了により退任された15

名には、これまでの尽力に対して杉並区長からの感謝状及び記念品が贈呈されました。

これに対し、退任委員を代表して伊藤修治会長から、行政関係者、委員各位、事務局に対する謝意がのべられるとともに、今後、センター協議会が地域の皆様とのさらなる絆を深め、幅広い年齢層の意見に耳を傾けた地域活性化の推進に取り組んでいくことを期待するとの挨拶をいただきました。



臨時総会会長挨拶



退任委員感謝状贈呈式



区長と退任委員の記念撮影

## 高円寺地区の震災救援所について

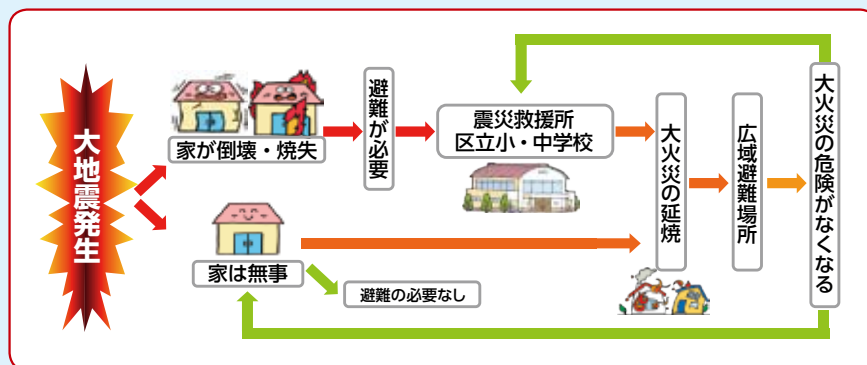
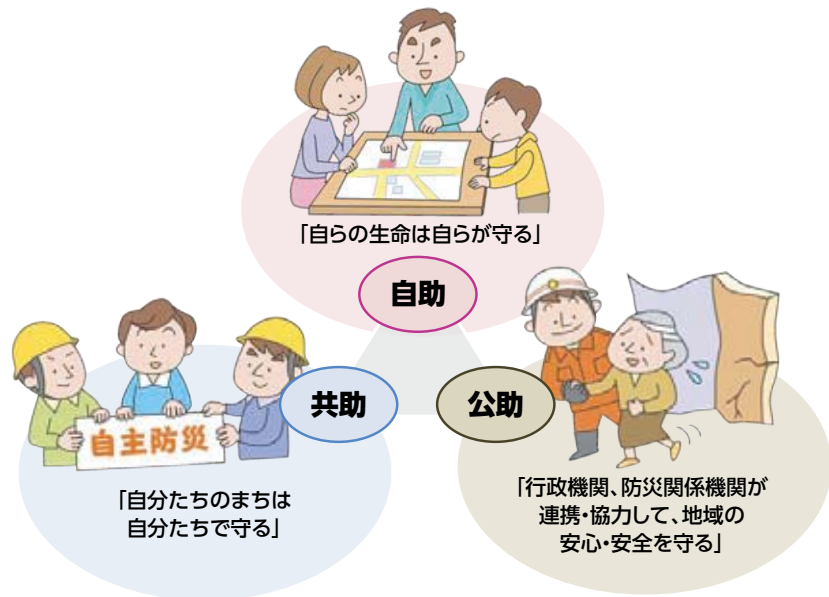
### 防災対策の基本的な考え方

防災対策の基本的な考え方 震災の被害を最小限に抑えるためには、自助・共助・公助それぞれの分野で、災害に対応する力を高め、連携し合うことが大切だといわれています。自助・共助・公助とはどのようなことでしょうか？

### 避難するときは

1. 家が焼けたり、倒壊したりして、自分の家にいられなくなった時は、近くの**震災救援所**※1に避難します。
2. 大規模な火災により自宅や震災救援所に危険が迫った場合には、近くの**広域避難場所**※2へ避難します。

自助・共助・公助のバランスがとれていることが、災害からの被害を最小限に抑える上で最も大切なことです。



※1 **震災救援所** 避難の場所や避難生活を送る場所です。震度5強以上の地震が発生した際などに、区立の小・中学校等に開設されます。救援物資の配給や情報が集まる拠点となります。

※2 **広域避難場所** 広域避難場所とは、主に大規模延焼火災が発生した場合に火の手から身を守るために避難する場所です。主に大きな公園や広場などが広域避難場所として指定されています。

### 震災救援所

小学校	杉並第三小学校
	杉並第四小学校
	杉並第八小学校
	杉並第十小学校
	堀之内小学校
	馬橋小学校
	和田小学校
中学校	高円寺中学校
	高南中学校
	和田中学校

(高円寺地域区民センター協議会区域内)

### 外部研修報告

6月23日(木)

## 「首都圏外郭放水路」見学会

協議会主催の外部研修として「首都圏外郭放水路」(埼玉県春日部市)を視察しました。この放水路は、国道16号の地下約50メートルに建設された延長6.3キロメートルの地下放水路です。施設は、各河川から水を取り入れる流入施設、貯水したり流下する地下水路、地下水路から江戸川へ排出する排水機場等で構成される世界最大級の地下放水路です。平成14年から部分的に稼動し、

平成18年に完成して毎年8回程度の洪水を処理することで、住宅地等への氾濫を防いでいます。

私たちの目にふれることなく水と闘う放水路は、縁の下の力持ちとして首都・東京の安全を支えてくれるものでした。日常あまり考えることがない防災のことを、じっくりと考えることが出来る機会となりました。

★こたえは「くりきんとん」でした！ サツマイモを使う、甘いおかしみみたいな料理(りょうり)だね。クリ入りは当たり前！



**催** **高円寺ゆめ音楽祭**

12月23日(金・祝)  
10:00~12:30(開場9:30)  
会場:セシオン杉並 ホール

高円寺地域の  
小・中学生が集まって  
行う音楽会です。  
演奏や合唱を  
発表します。

- 出演: 高円寺中学校、高南中学校、杉並第三小学校、杉並第四小学校、杉並第八小学校、杉並第十小学校、杉四小天鼓隊、杉八小管クラブ
- ゲスト: 杉並区民オペラ
- 主催: 高円寺地区地域教育推進協議会、高円寺ゆめ音楽祭実行委員会
- 共催: 出演各小学校・中学校、同学校支援本部、高円寺地域区民センター協議会、杉並区教育委員会

**体** **BooBa**

**バルーンアート講座**

参加申込  
受付期間  
11月11日~  
12月8日

今話題のバルーンアートを、  
一緒に作りませんか!  
小さな風船が、素敵なアートになります。

開催日/12月17日(土)14:00~16:00

- ※製作時間は一つ30分くらいです。
- 開催場所: セシオン杉並 第8・9・10集会室
- 応募人数: 30名
- 参加費: 200円 ※お釣りのないようご注意ください。
- 内容: サンタさんとクリスマスリースを作ってみよう、どなたでもどうぞ。(未就学児は保護者同伴でお願いします)
- 講師: 朝枝晴美(チームBooBaa)
- 持ち物: お持ち帰り袋 ※大きい袋をお持ちください。

**文** **歴史講座**

**「参拝! 堀之内の御祖師さま」**

講師: 寺田史朗氏(前杉並区郷土博物館長)

江戸時代には参拝者が浅草寺に並ぶといわれ、将軍家から庶民まで訪れた堀之内妙法寺。区内では珍しく浮世絵や落語の題材に選ばれるほど、江戸市中にも広く知れ渡っていました。そんな妙法寺の「参拝」をキーワードに、当時の人々と生活を探ります。

1月20日(金)  
「浮世絵に描かれた妙法寺の参拝風景」

1月27日(金)  
「新参詣道と関口兵蔵」

- 開催日: 平成29年1月20日(金)・27日(金) 計2回
- 開催時間: 午後2時~4時
- 開催場所: セシオン杉並 視聴覚室(2階)
- 応募人数: 60名(応募者多数の場合は抽選)
- 参加費: 100円(資料代)
- 応募期間: 12月11日(日)~1月12日(木)

講座/12~1月のご案内					
講座名	開催日・場所	費用	時間	定員	応募期間
<b>催</b> あわてんぼうのクリスマス会	12月3日(土) 和田小学校 体育館	無料	13:30~15:30	200名	11月11日~ 11月24日
<b>体</b> バルーンアート講座	12月17日(土) セシオン杉並 第8・9・10集会室	200円	14:00~16:00	30名	11月11日~ 12月8日
<b>催</b> 高円寺ゆめ音楽祭	12月23日(金) セシオン杉並 ホール	無料	10:00~12:30	500名	当日直接参加
<b>文</b> 歴史講座~参拝! 堀之内の御祖師さま	1月20日・27日(金) セシオン杉並 視聴覚室	100円	14:00~16:00	60名	12月11日~ 1月12日
<b>文</b> 彗星・小惑星の衝突から地球を守る ~スペースガード講演会~	1月22日(日) セシオン杉並 ホール	無料	14:00~16:00	550名	当日直接参加

●お問い合わせ・申込先/高円寺地域区民センター協議会 事務局:〒166-0011 杉並区梅里1-22-32 TEL:03-3317-6614  
 詳細はホームページまたは「広報すぎなみ」をご覧ください。(お申し込みは、往復ハガキでお願いいたします)  
 ※イベント・講座は変更になることもあります。  
 ※イベント・講座の取材に関しましては、あらかじめ事務局までご連絡ください。

●往復ハガキ記入例(一人一講座一枚)  
 ①講座名 ②郵便番号・住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢  
 ⑤電話番号 ⑥託児ありの講座は子どもの氏名・年齢  
 ※返信用ハガキに宛先を記入してください。

**休館日と協議会のイベントや講座のカレンダー**

セ休 セシオン杉並・休館日・館内整理日    和休 和田区民集会所・休館日    高北休 高円寺北区民集会所・休館日

2016年12月							2017年1月						
日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
27	28 高北休	29	30	1	2	3 催	1	2	3 全館休	4	5	6	7
4	5 和休	6	7 セ休	8 セ休	9	10	8	9 高北休	10	11 セ休	12 セ休	13	14
11	12 高北休	13	14	15	16	17 体	15	16 和休	17	18	19	20 文	21
18	19 和休	20	21	22 セ休	23 催	24	22 文	23 高北休	24	25	26 セ休	27 文	28
25	26 高北休	27	28	29	30	31	29	30	31	1	2	3	4

●セシオン杉並:03-3317-6611    ●和田区民集会所:03-5340-6272    ●高円寺北区民集会所:03-3330-7255

**アイコン定義について** 各記事と講座案内に付しているアイコンは、下記を表しています。  
**体**: 体験、体育系    **文**: 文化、歴史系    **催**: イベント、催事