



# 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

### 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

- ①11日・18日(土)  
高円寺ヒップホップダンスキャンプ
- ②22日(水)防災講演会

### — 終了イベント・講座 —

### 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

### 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～

### 12月

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

※イベント・講座は変更になることもあります。



## 平成29年“ふれあい”新年の挨拶

あけましておめでとうございます。

皆様お健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より地域の皆様ならびに諸団体の方々には多大なご協力とご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

当協議会は昨年10月の委員改選により、委員の約半数が新委員に替わり新体制でスタートいたしました。新委員は幅広い層で構成され、今後の活発な活動を期待しております。本年は昨年と同様、地域の住みやすい街づくりを目指し、特に防災・減災、高齢者の見守りな



2016年9月17日開催「こどもフェア2016」より

どのテーマを意識して、協働・集団事業および講座等の活動を推進してまいります。また地域の方々と連携を強める意味においても交流・懇談の場を大切にしていける所存です。

本年も変わらぬご支援、ご協力をお願い申し上げます。

会長 来島 明

## 第七回 高円寺演芸まつり

催

# セッション寄席

入場料  
500円

～妙法寺、堀之内を語る～

## 2月15日(水)

第1回 13:10(開場)・13:30(開演)

第2回 14:40(開場)・15:00(開演)

★定員 / 各回40名(往復ハガキで申込み)

★会場 / セッション杉並 第一・二和室

★出演 / 昔昔亭A太郎・神田 真紅

★応募期間 / 1月11～2月2日



昔昔亭A太郎



神田 真紅

## 第七回 高円寺演芸まつり

●開催日 / 2月10日(金)～19日(日)

●開催場所 / 高円寺まちなか40カ所以上、座・高円寺

●入場料 / 各会場によって異なります。

●問い合わせ先 / <http://www.koenji-engei.com>

## 催 きた！きた！高円寺まつり in 高円寺フェス2016

10月29日(土)・30日(日)の2日間、高円寺北区民集会所にて開催され、肌寒い曇り空でしたが、両日で約1,000名の皆さんにご来場いただきました。

入口正面の壁面いっぱいに展示された高円寺北子供の園児達の作品は、見る人の気持ちを穏やかにさせてくれました。外のテントではポップコーンやわたあめの実演販売に行列ができ、入口脇の“苗木de募金”には大変多くの皆さん方にご協

力をいただきました。

室内では、ミニ四駆サーキットで小学生の子供達がレースを楽しんでいました。また、ストーンペインティング、スタンプでエコバッグのコーナーでは親子協力して楽しくマイ作品を作っていました。

ご来場の皆さま、ご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。



かわいく描けたら、エコバッグでお出かけしましょう。



猛スピードで走る「ミニ四駆」に興味しんしん。



身近な石にペイントし、だるまを作りました。

## 催 2016 あわてんぼうのクリスマス会

★場所:和田小学校 体育館

12月3日(土)あわてんぼうのクリスマス会を開催しました。今年で第20回目を迎えるクリスマス会は、たくさんのこどもたちに来ていただき、参加者は230人になりました。こどもたちの笑顔があふれる会となりました。



和田中学校吹奏学部による、クリスマスソングメロディの演奏。



おそろいの帽子をかぶって、クリスマス気分を盛り上げました。



楽しいマジックショーがはじまりました。炎をつかった不思議なマジック。



風船を使ったマジックを、こどもたちが真剣に見つめています。



カラフルなパラソルがにぎやかに開きました。



宇田川光雄さんによる色がきれいな紙人形劇。



熱心にお話に耳を傾けるこどもたち。



フィナーレは、ライフタイムキッズダンスショー。



ご家族のみなさんも一緒に集いました。



サンタクロースからのプレゼント。こどもも大人も笑顔満載。

## 食育パズル



★ヒント:なべ料理(りょうり)につきものみどり色の葉っぱ。ちょっと苦手(にがて)な人も多いかな。

- 1 き色くてふわふわした甘いム〇パン。〇に入るもじを入れてね。
- 2 みどり色でほそながいやさいはキ〇ウリ。
- 3 コム〇コはあげもので欠(か)かせない粉(こな)だよ。
- 4 まんなかに穴(あな)があいているよ。チ〇ワ。



## ホームページのご案内

高円寺地域区民センター協議会  
<http://www.koenji-kyogikai.org>



当協議会のホームページでは、様々な情報を掲載しています。

主催する各種イベント／講座は案内から報告／地域の「祭り」「防災訓練」などの情報／季節情報／行政情報など、協議会委員が毎週更新をしています。どうぞ、ご覧ください。



# ふれあい フォトギャラリー

11月に地域で行われた催しを写真とともにご報告します。

### 催 ふれあい音楽会 ～懐かしいタンゴの調べを～

11月5日(土)セシオン杉並 談話室

230余名のお客様が談話室から通路にまであふれ、1時間の演奏「アルゼンチンタンゴ」を楽しみました。椅子のない方々も途中退席することなく、最後まで楽しんでいました。「ブラボー」のかけ声や、アンコールの拍手など大盛況でした。

- バンドネオンが大好きなので来ました。良かった！
- 若き頃を思い出しながら聞いていました。最高、すばらしかった。
- 久しぶりにタンゴを聞いて楽しくなり、踊りたくなってしまいました。
- 歌も演奏もすごく良かった！ 踊りがあったら、もっと良かったです。
- また是非やって欲しい。



大勢の方の参加で、熱気あふれる会場。



音楽を通じてのコミュニケーションは、充実の時間。

### 文 健康講演会

11月16日(水)セシオン杉並 視聴覚室

佼成病院副院長 高橋 信一氏をお招きし、健康講演会を開催しました。テーマは「免疫力」。身近な内容なだけに多くのお客様に会場いただきました。大切なのは「バランスの良い食事」「適度な運動」「質の良い睡眠」「ストレスをためない」。あらためて生活習慣の大切さを学びました。免疫力の上がるレシピも教えていただきました。

- 分かりやすいお話で実行しようと思った。
- 免疫力を高める食事のレシピなど参考になります。作ってみます。
- 「免疫力を高める」ことは、すべての病気の予防につながるということが分かって良かった。



質疑応答では、たくさんの挙手がありました。



講師と話し、より知識を深めました。

## 地域情報

### 第30回 蚕糸の森まつり

主催:蚕糸の森まつり協議会 後援:杉並区・杉並区教育委員会

- **開催日時** 平成29年3月26日(日) 10:00～15:00 雨天決行 体育館使用
- **会場** 杉並区立杉並第十小学校校庭 蚕糸の森公園(学校防災公園)

隣接地域の町会、商店会、諸団体、学校、保育園が協力して行う住民参加の催しです。桜満開の下で本年は記念する30回を迎えます。

お楽しみコーナー

アトラクション

体験見学コーナー

模擬店多数

産地直売コーナー



プログラムは予定で変更もあります。

雨天の場合は学校施設を使用のため、うばきを持ってきてね！

### 第15回 高円寺障害者交流館まつり

- ★日時:平成29年3月12日(日) 10:00～15:00(雨天決行)
- ★会場:高円寺障害者交流館(右図)

障害のある方と区民の皆さまとの「ふれあいまつり」です。楽しいイベントや模擬店などがいっぱい♪…ご来場をお待ちしています！



写真は昨年の様子です。



★こたえは「シュンギク」でした！ ビタミンやカルシウムがほうふにふくまれているよ。おなべでたくさん食べよう。

**体**

プロダンサーYO-SIN(ヨーシン)と踊ろう!

**高円寺HipHop  
ダンスキャンプ**参加者募集中  
年齢不問

「だれでも楽しめるヒップホップダンスキャンプ」



- 開催日/3月11日・18日(土)の2回開催、両日参加も可
- 開催時間/13時30分~15時
- 開催場所/セシオン杉並 体育室
- 特典/抽選でYO-SINお勧めTシャツが当たる!
- 参加費用/100円(保険代として)
- 応募人数/各回50名(応募者多数の場合は抽選となります)
- 応募期間/2月11日(土)~2月23日(木)

**体****楽しいユニカール**

オフシーズンでも楽しめるように、氷上でなくカーペットの上でできるカーリングとして1979年にスウェーデンで考案された「ユニバーサル・カーリング」。

高齢者や障害者も気軽に楽しめるスポーツとして普及しています。

戦略面での知恵比べも楽しめる「ユニカール」をぜひこの機会に体験ください。



昨年度の様子

- 開催日/2月14日・21日・28日(火)の計3回
- 開催時間/13時30分~15時30分
- 開催場所/セシオン杉並 体育室
- 応募人数/25名(応募者多数の場合は抽選となります)
- 参加費用/100円(保険代として)
- 応募期間/1月11日(水)~2月2日(木)



講座/2~3月のご案内					
講座名	開催日・場所	費用	時間	定員	応募期間
<b>体</b> 楽しいユニカール	2月14日・21日・28日(火) セシオン杉並 体育室	100円 (保険代)	13:30~15:30	25名	1月11日~ 2月2日
<b>催</b> セシオン寄席	2月15日(水) セシオン杉並 第1・第2和室	500円	①13:30~14:30	40名	1月11日~ 2月2日
			②15:00~16:00	40名	
応募の際は、ご希望時間帯を必ずご記入ください。					
<b>体</b> 高円寺ヒップホップダンスキャンプ	3月11日・18日(土) セシオン杉並 体育室	100円 (保険代)	13:30~15:00	50名	2月11日~ 2月23日
<b>文</b> 防災講演会	3月22日(水) セシオン杉並 視聴覚室	100円 (資料代)	13:30~15:30	60名	2月11日~ 3月9日

●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があります。

※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

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

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

●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

No.212

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 ☎03-3317-6614  
印刷/有限会社 兎進写植次号213号は  
平成29年3月20日発行予定