



# 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

### 6月

- ①2日(土)・3日(日)セッション並まつり(センターまつり)
- ②8日(金)・15日(金)やさしいフラダンス
- ③12日(火)・19日(火)・26日(火)ボイストレーニング
- ④16日(土)ふれあい音楽会(古典津軽三味線)

### 7月

- ①8日(日)障害者団体との協働事業
- ②13日(金)・27日(金)顔ヨガ
- ③28日(土)夏休みこどもマジック教室

### 8月

- ①1日(水)・6日(月)夏休みこどもマジック教室
- ②4日(土)夏休みサイエンス教室
- ③25日(土)・26日(日)阿波おどり物産展
- ④26日(日)阿波おどり体験講座

### 9月

- ①7日(金)・21日(金)ブックトーク
- ②19日(水)・26日(水)背骨コンデショニング
- ③15日(土)こどもフェア

### 10月

- ①3日(水)背骨コンデショニング
- ②26日(金)琵琶演奏会
- ③27日(土)・28日(日)きた!きた!高円寺まつり
- ④地域再発見

### 11月

- ①2日(金)琵琶演奏会
- ②17日(土)ふれあい音楽会
- ③地域ぶらり散歩

### 12月

- ①15日(土)あわてんぼうのクリスマス会
- ②健康講演会 ③お正月飾りづくり

### 2019・1月

- ①歴史講座 ②映画上映会

### 2月

- ①セッション寄席 ②やさしい園芸

### 3月

- ①防災講演会 ②たのしいユニカール

### —終了イベント・講座—

### 4月

- ①ぶらり散歩 ②わい!わい!わだまつり

### 5月

- ①杉並のみどり再発見 ②ポールウォーキング

※イベント・講座は変更になることもあります。  
 ※太文字は「センター協議会」4大イベントです。

笑顔がうまれる  
ふれあい広場

## 30周年記念事業

6月2日(土)・3日(日) 午前10時~午後3時 (雨天決行)

# セッション並まつり2018

6月2日(土)オープニングセレモニー  
フラダンス 9時45分~



## 6月2日(土)

### 踊れ! 高円寺阿波おどり

天翔連・江戸歌舞伎連・胡蝶蓮・  
東京新のんき連・菊水連

### 絆広場 歌声喫茶セッション

### 気軽に楽しむお茶会

### 琵琶と篠笛を楽しもう

### さわやかウォーキングを体感

### ゴルフボールを体験しよう

### コグニサイズ体験

## 6月3日(日)

### 絆コンサート

トルチェイ・サクソフォンカルテット  
美炎(馬頭琴演奏者)

### おもしろ体験広場

### 紙芝居(地域の民話の世界)

### クイックマッサージ

### 楽しいマジック

### 生バンドでベーシックを踊ろう

### 親子リズム

## 両日

お楽しみ屋台村模擬店盛りだくさん

おもちゃの病院

鉄道模型運転会

グループ作品展

協議会紹介コーナー



## 高円寺地域区民センター協議会委員の募集

~私たちと一緒に活動しませんか~

私たち、協議会は、高円寺地域区民センターを拠点に、地域住民の交流、良好なコミュニティ形成を目的として、コミュニティ誌の発行、各種講座やイベントなどを企画・実施しています。平成30年10月に委員の改選が行われるため、6月以降に委員の募集を行う予定です。

- 任期** 10月下旬~2022年10月下旬(2期4年)
- 対象** 高円寺地域(高円寺北・高円寺南全域、和田全域、梅里1丁目、堀ノ内2・3丁目、松ノ木2・3丁目)にお住まいでボランティア活動ができる方
- その他** 活動費あり(交通費程度)
- 募集要項** 6月15日号広報すぎなみ、協議会ホームページ(<http://www.koenji-kyogikai.org>)でご案内する予定。

予告

障害者団体との協働事業

共に生きる  
“ふれあい”コンサート

- ★日 時: 7月8日(日) 14時～
- ★場 所: セシオン杉並ホール
- ★入場無料
- 第1部  
オーケストラ演奏
- 第2部  
HIROKOだんすぐるーぷ



開催報告

平成30年度  
定期総会を終えて

30周年を記念して、  
ロゴマークを  
作成しました。



去る4月24日(火)、地域の皆様のご参加を得て、平成30年度定期総会を30年を振り返りながら無事終了することができました。今年度も、諸団体との交流を図りながら、暮らしやすい街づくりを目指し、多世代の地域住民の人たちが気軽に集いあえるような「場」づくりに努めていく所存です。引き続き、皆様のご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。

高円寺地区区民センター協議会 会長 来島 明

※平成29年度決算報告書と平成30年度収支予算は、次号(8・9月号)に掲載します。

開催報告

わい!わい!わだまつり2018

●開催日: 4月22日(日)

天気にも恵まれ、3,000人余りの家族連れや子どもたちが来場してくださいました。校庭のふわふわパンダの前では子どもたちが列を作り、中に入るのを楽しみに待っていました。ストーンペインティングと缶バッジ作りのコーナーでは、真剣に絵を描く子どもたちが印象的でした。体育館での歌・踊り・演奏では、皆さん手拍子をしたり一緒に体を動かしたりしながら、笑顔いっぱい楽しんでいました。模擬店も大盛況で、早い時間で売り切れとなるお店もありました。マッサージを終えた人は皆「気持ちよかった」と満面の笑顔。なみすけ・ナミーは人気者。行く先々で子どもに囲まれていました。今年も皆さんに笑顔いっぱいに参加していただきました。一緒に盛り上げてくださった参加者や地域の方々、ありがとうございました。

高円寺地区区民センター協議会・杉並区障害者団体連合会 協働事業  
会場: 和田小学校校庭・体育館/和田区民集会所/和田障害者交流館



大人気のふわふわパンダに大行列。



体育館では、たくさんの音楽に触れ合いました。

ふれあい 開催報告

2～3月に地域で行われた催しをご報告します。



基本を学ぼう! ラジオ体操

2月23日(金)、3月2日(金)、3月9日(金) 体育室

- ラジオ体操の基本を学んで、体操をしました。背筋も手足もしっかりのびて、気持ちよく、格好よく出来ました。
- 体の隅々まで、効果が及びました。
- 毎朝、ラジオの音にあわせて、家でも体操をやりたいと思いました。



家族で防災を学ぼう

3月11日(日) セシオン杉並

防災について、それぞれ家族と一緒に学習しました。防災食の3つの試食も経験して、納得して帰っていただきました。「備えあれば憂いなし」



防災食カフェを開設。美味しさに驚かれています。



クイズ形式で子どもも楽しみながら防災を学べる「防災クエスト」。

高円寺ヒップホップダンスキャンプ

3月24日(土)、3月31日(土) 体育室

プロダンサーのYO-SIN(ヨーシン)氏による本物のヒップホップダンススタイルを3歳～80歳までの異年齢交流しながら楽しみました。



みんな上手に踊っていました。



先生の踊りを熱心に見る参加者のみなさん。

第31回蚕糸の森まつり

3月25日(日) 蚕糸の森公園・杉並第十小学校校庭

天候にも恵まれ、たくさんの入場者があり、防災や地域交流をテーマににぎやかなお祭りになりました。



恒例となった缶バッジコーナー。



缶バッジを作る機械に、興味津々の子どもたち。



笑顔がうまれる  
ふれあい広場

## 七の森杉並まつり2018

※内容・時間は変更になることがあります。

会場	6月2日(土)10:00~15:00	6月3日(日)10:00~15:00	
中庭	オープニングセレモニー フラダンス ・9:45	—	
3階	ホール	踊れ! 高円寺阿波おどり ・13:00~ ・500円(小学生以下無料) ・天翔連、江戸歌舞伎連、胡蝶連、東京新のんき連、菊水連	30周年記念 絆♪コンサート ・13:00 30周年の歩み ・13:15 トルチェイ・サクソフォンカルテット ・14:15 美炎(馬頭琴演奏者)
	第5集会室	おもちゃの病院	おもちゃの病院
	第6・7集会室	鉄道模型運転会	鉄道模型運転会
	第8・9集会室	歌声喫茶セッション おいで一緒に! ・12:30~14:30 ・100円(フリードリンク付)	おもしろ体験広場 ・絵手紙、バスソルト、ふるしきの包み方、折り紙
2階	第1・2和室	グループ演技発表 ・10:30~14:30	紙芝居(高円寺・和田・松ノ木の民話の世界) ・全3回
	第4・5和室	気軽に楽しむお茶会 ・100円(先着60名) ※12:00~13:00休憩	クイックマッサージ ・100円 ※12:00~13:00休憩
	視聴覚室	琵琶と篠笛を楽しもう(各60名) ・11:00~12:00 ・13:00~14:30	楽しいマジック ・10:30~14:30 杉並マジッククラブ
1階	展示室	グループ作品展示	グループ作品展示
	談話コーナー	障害者団体の販売コーナー ・パン、クッキー、コーヒー、手作り品など	障害者団体の販売コーナー ・パン、クッキー、手作り品など
	談話カウンター	協議会紹介コーナー	協議会紹介コーナー
	中庭	お楽しみ屋台村 ・焼きそば、焼き鳥、綿あめ、ちぢみ、青梅漬物、青梅せんべい、インドカレー ・消防車・白バイ	お楽しみ屋台村 ・季節の野菜、焼きそば、焼き鳥、青梅漬物、インドカレー ・まな板削り、包丁研ぎ(お一人2点まで)300円
地階	体育室 ※上履きをご持参ください。	さわやかウォーキングを体感 ※事前申込30名 ・10:00~効果的な歩き方・10:50~区内をウォーキング 障害者スポーツにチャレンジ! ゴールボールを体験しよう! ・13:00~14:30	Shall we dance? 生バンドでベーシックを踊ろう! ・初心者・初級者向けレッスン&パーティ ・11:00~12:30(開始30分前から受付)60名
	軽運動室 ※上履きをご持参ください。	シニア応援サロン コグニサイズ体験 ・10:30~12:00・13:00~14:30・各回定員20名 ・ケア24コラボレーション企画認知症予防講座&予防体験	子育て応援サロン 親子リズム ・11:00~12:00・13:00~14:00 ※1歳半~3歳対象 ・各回15組、先着順
	工芸室	エコ竹とんぼにチャレンジ	親子工作教室 木工工作 ・300円

## 地域情報

開催報告

高円寺横断  
ウルトラ・ラリー

去る3月3日(土)、杉四小・馬橋小の516名の児童が参加。グループになりゲームやクイズをしながら、力をあわせて地図を片手に高円寺北地域をまわりました。中学生ボランティアや地域の大人たちもイベントを盛り上げてくれました。高円寺北青少年育成委員会主催の野外活動は26回を迎え、子どもたちが毎年楽しみに待っている催しとなっています。



「輪投げ」で高得点をねらう子どもたち。

予告

第10回 妙法寺夏のふれあい祭り  
みんな集まれ!

日時:6月24日(日)  
午前10時~午後3時(雨天決行)  
場所:杉並区堀之内厄除け祖師妙法寺境内  
内容:子ども広場(無料・有料)、お抹茶体験(200円)、消防体験、千日紅苗の配布(無料・300ポット)、模擬店など  
主催:妙法寺門前通り商店会  
後援:杉並区、杉並区教育委員会



予告

はじっこまつり23  
~夏の夕涼み会

日時:7月20日(金)  
14時~19時30分(予定)  
場所:和田公園(雨天時はむさしの保育園)  
内容:盆踊り、縁日、模擬店、アートワークショップ、夏野菜販売(JA東京中央)など  
主催:はじっこまつり実行委員会  
後援:杉並区



昨年の様子。

★こたえは「おたまじゃくし」でした。卵からかえったときはしっぽだけ。うしろ足、まえ足と生えていって、しっぽがなくなると、カエルになるよ。

# 講座情報

## やさしいフラダンス

- ★実施日:6月8日(金)、15日(金)
- ★時 間:13:30~15:00
- ★内 容:ハワイの音楽にあわせてゆったりと身体を動かしましょう
- ★講 師:長沼知恵子氏  
(ハラウナマモオトゥリパ  
日本校指導者クラス)
- ★参加費:各回100円(保険料)



## ふれあい音楽会

- ★実施日:6月16日(土)
- ★時 間:14:00~15:00
- ★内 容:古典津軽三味線と  
弾き語り
- ★演奏者:市川竹瑛氏
- ★参加費:無料



## ボイストレーニング

- ★実施日:6月12日(火)、19日(火)、26日(火)
- ★時 間:14:00~15:30
- ★講 師:山路 唯氏
- ★参加費:100円(資料代)



### 講 座/6~7月のご案内

講座名	開催日・場所	時間	費用	定員	往復ハガキ応募期間
やさしいフラダンス (長)	6月8日(金)・15日(金) セシオン杉並 体育室	13:30~15:00	各回100円 (保険料)	30名	5月15日(火)~ 5月28日(月)
ふれあい音楽会	6月16日(土) セシオン杉並 談話コーナー	14:00~15:00	無料	80名	当日直接
ボイストレーニング (長)	6月12日(火)・19日(火)・26日(火) セシオン杉並 音楽室	14:00~15:30	100円 (資料代)	40名	5月15日(火)~ 5月28日(月)
顔ヨガ (長)	7月13日(金)・27日(金) セシオン杉並 第5集会室	13:30~15:00	100円 (資料代)	20名	6月15日(金)~ 6月28日(木)
夏休み子どもマジック教室	7月28日(土)・8月1日(水)・6日(月) セシオン杉並 3階集会室	10:00~12:00	各回200円 (教材費)	20名	6月15日(金)~ 7月12日(木)

\* (長):75歳以上の方は長寿応援ポイントの対象となります。  
 ●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  
 お申し込みは、往復ハガキでお願いします。  
 ※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)

往信(表面)	返信(裏面)	返信(表面)	往信(裏面)
62円 〒166-0011 往信  杉並区梅里1-22-32 高円寺地域区民センター協議会 事務局 行	何も記入しないでください	62円 ご自分の郵便番号 返信  ご自分の住所 ご自分のお名前	①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦託児ありの講座 は、子どもの氏名 と年齢

### 集会施設休館日(6月・7月)

6月	セシオン杉並	:13日(水)、14日(木)、28日(木)
	和田区民集会所	:4日(月)、18日(月)
	高円寺北区民集会所	:11日(月)、25日(月)
7月	セシオン杉並	:11日(水)、12日(木)、26日(木)
	和田区民集会所	:2日(月)、16日(月)
	高円寺北区民集会所	:9日(月)、23日(月)

### 子ども大人も楽しめる脳トレ

## 点むすびパズル

1から順に線でつないでいくと、  
絵ができるよ。何が出てくるかな？



★初夏(しよか)の池(いけ)や  
小川(おがわ)にいるよ。お  
おきくなると、形(かたち)  
がわかるよ。

