

西荻

な か ま
na ka ma

2018

vol.275
発行西荻地域区民センター協議会
平成30年7月31日

8月

親子で楽しむ
小学生とうふ作り教室

募集は終了

8月1日(水) 10:00~12:00

■ 場所／西荻地域区民センター

映画会

「モンスター・ホテル」

※日本語吹き替え版 アニメーション

8月4日(土) 13:30~15:15

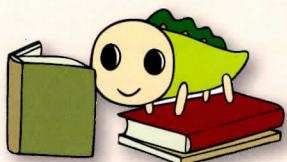
■ 場所／西荻地域区民センター

学んでトクする！
スマホ初心者講座

8月23日(木)・30日(木)

10:00~12:00

■ 場所／西荻地域区民センター



※イベント・講座は変更になることもあります

9月

「ポリパン®」
ポリ袋とフライパンで
パンを焼こう！

9月4日(火) 10:00~13:00

■ 場所／西荻地域区民センター

講演会

「空き家の勉強会」

～空き家問題の現状と
予防としての遺言・相続・後見
制度について～

9月8日(土) 10:00~12:00

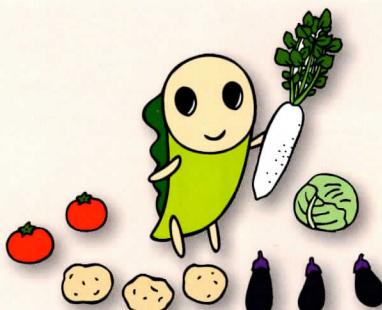
■ 場所／西荻地域区民センター

男の料理教室

～秋のごちそうメニュー～

9月19日(水) 9:30~12:30

■ 場所／西荻地域区民センター

神社建築の流れと
その形式

10月19日(金) 10:00~12:00

■ 場所／西荻地域区民センター



10月

初心者のための
楽しく優しい椅子ヨーガ

10月26日(金) 10:00~12:00

■ 場所／西荻地域区民センター



西荻地域区民センター協議会

〒167-0034 杉並区桃井4-3-2 TEL(FAX)03-3301-0815

※ホームページをご参照ください。http://nishiogi-center.sakura.ne.jp

西荻協議会

検索

西荻南区民集会所 〒167-0053 杉並区西荻南3-5-23 TEL.03-3335-5444



西荻地域のお祭り(例大祭)

① 井草八幡宮 ◆ 9/29(土)、30(日)、10/1(月)

○ 東京都杉並区善福寺1丁目33-1
○ 03-3399-8133

[内容]

9月29日 宵宮祭 井草囃子、大太鼓（参道出店あり）
9月30日 青梅街道神輿渡御（参道出店あり）
10月1日 当日祭 大太鼓、野点席、剣術奉納（参道出店あり）



② 大宮前春日神社 ◆ 9/15(土)、16(日)

○ 東京都杉並区宮前3丁目1-2
○ 03-3332-0520

○ URL: <http://www.shimotakaido.org/kasugajinja/>

[内容]

9月15日(土) 14:00～式典、16:00～露店
9月16日(日) 10:00～お神輿、露店など



● ● ● 過去のイベントの報告 ● ● ●

講座を開催しました

2018年7月5日(木)・26日(木)



西荻商店連合会 西荻おわら会 平田くみ子氏による女性限定講座『初心者歓迎! 浴衣の着付けと「西荻おわら風の舞」素踊りの練習』を開催しました。

浴衣の着付けからはじまり、皆さんあつと言う間に着替えられ、本番、7月29日(日)「西荻おわら風の舞」に向けた素踊りの練習にどなたも熱心に励まれました。

③ 荻窪八幡神社 ◆ 9/15(土)、16(日)

○ 東京都杉並区上荻4丁目19-2

○ 03-3390-1325 (9:00～17:00)

○ URL: <http://www.ogikubohachiman.org>

[内容]

15日午後 3年に一度の神社神輿渡御
15日19時 神楽殿で演芸
16日10時 神事式(一般の参列は不可)その後神楽殿にて里神樂
13時30分 町内神輿が、境内に集合
14時 少年剣道奉納試合
17時頃 華鼓による 大太鼓演奏
両日 回廊にて盆栽展、境内に露店出店

[一言] 秋の一日、露店や、演芸、盆栽展などを楽しんでください。
特に今年は、3年に一度神社の神輿が、氏子の皆さんに
担がれ、馬を2頭を従えて氏子区域を巡行します。



④ 南荻窪天祖神社 ◆ 10/15(月)

○ 東京都杉並区南荻窪2丁目37-22

○ 03-3390-1325 (荻窪八幡神社 9:00～17:00)

[内容]

15日 16時 神事式
18時 神楽殿にて 里神樂

庭燎神樂(かがりびかぐら)と称して神樂を着席して鑑賞できます。
テントを準備してありますので雨天でも執行。神樂の始まる前に
甘酒の接待があります。露店は出ません。

[一言] お神樂を鑑賞する機会はめったにありません。
じっくりとご鑑賞ください。



⑤ 西高井戸松庵稻荷神社 ◆ 9/14(金)、15(土)

○ 東京都杉並区松庵3丁目10-3

○ 03-3332-4856

[内容]

9月14日(金)露店
9月15日(土)11:00～神事、露店

[一言] 小さな神社ですので昔ながらのおまつりの雰囲気を味わって
いただけると思います。是非、足をお運びください。



協働事業

「第2回 自分のからだを知って元気に暮らそう!」

2018年5月26日(土)



西荻地域区民センターの3階で上荻元気プロジェクトとの
共催により、杉並区社会福祉協議会地域福祉活動費助成金
事業として開催しました。

最初に杉並リハビリテーション病院の小原菜穂子氏から、
フレイル※予防についての講座が行われ、参加者は真剣に聴き入っていました。続いて行われた上荻元気体操では、フレイルソポーターらとともに予防のための体操が行われました。

※加齢とともに心身の活力(筋力、認知機能など)が低下した状態で「虚弱」を意味する英語「Frailty」を語源として作られた言葉。

● ● ● みんなさんの参加をお待ちしております ● ● ●

◆◆◆ 講座のお知らせ ◆◆◆

ポリパン® ポリ袋とフライパンで パンを焼こう!

どこでも、誰でも、びっくりするほど簡単に、楽しく、美味しいパンが焼けます！ポリ袋とフライパンを使って、美味しいパンを焼きます。「あさイチ」や「サタデープラス」などメディアでも話題の手軽で簡単でとっても楽しい「ポリパン®」と一緒に作ってみませんか？今回は、天然酵母で基本のイングリッシュマフィンを焼きます。お持ち帰りの生地もありますので、家でも復習してみましょう！

開催日：9月4日(火)
時 刻：10:00～13:00
会 場：西荻地域区民センター 料理室

■定 員：20名
■参加費：1,000円（保険料含む）
■申込み〆切：8月24日(金)



[講師] 梶 晶子（かじあきこ）
天然酵母パンの happy DELI 代表
(社)ポリパン®スマイル協会代表理事

◆◆◆ 講座のお知らせ ◆◆◆

男の料理教室 秋のごちそうメニュー

懐石料理の先生から秋の食材を使った美味しい
炊き込みご飯など、ご馳走料理を教わります。
だしのとり方の基本から、懐石料理の極意まで
学びます。

開催日：9月19日(水)
時 刻：9:30～12:30
会 場：西荻地域区民センター 料理室



■定 員：20名
■参加費：1,000円（保険料含む）
■申込み〆切：9月12日(水)

[講師]
竹花 元木（たけはな もとき）
茶道表千家不白流教授

西荻南集会所 ちびっこまつり 2018を開催しました！

— 7月8日(日) —

2018年7月8日、西荻南区民集会所・西荻南児童館（杉並区西荻南 3-5-23）にて、ちびっこまつり2018を開催しました。前日まで突然の雨などがあり天候が心配されましたが、子どもたちの元気な笑顔のような好天に恵まれ、1,000人を超える来場者を迎えることができました。

午前中から会場には多くのお子様の笑顔があふれ、用意した景品や商品はほとんど売り切れとなりました。



缶バッジ
コーナー

女の子にはピンクのバッジが、
男の子には新幹線のバッジが人気でした。



おいしい
ポップコーン



ももっちも
大人気！



スタンプラリーの景品



布でつくられた色とりどりの魚を
子どもたちが熱心につりあげていました。



手づくり
プログラム

● ● ● 地域カレンダー ● ● ●

イベント名	日 程	時 間	場 所	問い合わせ先
神明通りあさ市 (毎月第3日曜日)	2018/08/19 2018/09/16 2018/10/21	8:00 ↓ 11:00	西荻神明通り (西荻南)	
杉並で楽しむアイカツ! シリーズ5周年♪ スギカツフレンズ!	2018/07/19 ↓ 2018/11/18	10:00 ↓ 18:00	杉並アニメーション ミュージアム	03-3396-1510

● ● ● 講座案内 ● ● ●

講座名	内 容	開催日時	定 員	参加費	締切日
「ポリパン®」 ポリ袋とフライパンで パンを焼こう! 講師名:梶 晶子 (ポリパン®スマイル協会代表理事)	ポリ袋とフライパンを使って、どこでも、誰でも、びっくりするほど簡単に、楽しく、美味しいパンが焼けます!	9月4日(火) 10:00~13:00 *1:長寿応援対象事業	20名	1,000円 (保険料含む)	8/24(金)
講演会「空き家の勉強会」 ~空き家問題の現状と 予防としての遺言・相続・後見 制度について~ 講師名:安斎 忍(司法書士) :後藤 三樹子(司法書士) :浜田 玉代(司法書士)	近年話題になっている空き家の問題を 正しく理解しておきましょう。 老後を安心して暮らせるよう、トラブルを 招かないための遺言・相続・後見制度の 仕組みをわかりやすくお伝えします。	9月8日(土) 10:00~12:00 *1:長寿応援対象事業	60名	無料	8/28(火)
男の料理教室 ~秋のごちそうメニュー~ 講師名:竹花 元木 (茶道表千家不白流教授)	懐石料理の先生から、秋の食材を使った 美味しい炊き込みご飯など、ご馳走料理 を学びます。	9月19日(水) 9:30~12:30 *1:長寿応援対象事業	20名	1,000円 (保険料含む)	9/12(水)
神社建築の流れとその形式 講師名:稻葉 和也 (杉並区文化財保護審議委員)	西荻窪地域には井草八幡宮や荻窪八幡 神社などの古社が祀られています。日本人のくらしは古来、神社と深く関わっており、 その移り変わりや形式を考えます。	10月19日(金) 10:00~12:00 *1:長寿応援対象事業	50名	100円	10/2(火)
初心者のための 楽しく優しい椅子ヨーガ 講師名:梶本 純子 (イシュタヨガ認定インストラクター)	ヨーガの呼吸法を実践することで、気の 流れ、自律神経、内分泌腺を整え、心と 体を健康にしていきましょう。	10月26日(金) 10:00~12:00 *1:長寿応援対象事業	30名	100円	10/9(火)

申込み

往復はがきに ①講座名、②住所、③氏名(フリガナ)、④年齢、⑤電話番号
(託児付きの講座で希望があれば子どもの名前(フリガナ)・年齢)を記入して、
西荻地域区民センター協議会(住所は右記参照)へ。

* 申込多数の場合は抽選。原則として区内在住・在勤者優先で全日程参加できる方。
* 1 :(長寿応援対象事業)75歳以上の方に長寿応援ポイントシールを提供。
* 2 :1歳~就学前の託児あり(事前申し込み制)
(詳細は、ホームページをご覧ください。 <http://nisiogi-center.sakura.ne.jp>)

宛 先

〒167-0034
杉並区桃井4-3-2
西荻地域区民センター協議会

①講座名
②住所
③氏名(フリガナ)
④年齢
⑤電話番号
⑥託児付き講座で、希望あれば
子どもの氏名(フリガナ)年齢

〒167-0034
杉並区桃井4-3-2
西荻地域区民センター協議会



お知らせ
カレンダー

- イベント・講座
- 〔休館日〕
- 西荻地域区民センター
- 西荻南区民集会所

開館時間 9:00~21:00

8月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	
2	3	4		5	6	7
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

10月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			