







礼儀正しいよい子を旨指して  
がんばりました。



善福寺緑地公園を歩き、松田講師の軽妙な話に  
笑いが絶えない楽しい講座でした。

## 平成21年度開催 “講座 この一年”

- ① 5月 初めての方でも、楽しく学べるスケッチ(全4回)
- ② 6～7月 ストレスに負けないメンタルトレーニング(全4回)
- ③ “ ジュニア空手教室〔4歳から小学生〕(全4回)
- ④ 7月 樹木と語る(全3回)
- ⑤ “ 杉並の神社をめぐる歴史散歩(全3回)
- ⑥ 9～10月 男の料理教室(全5回)
- ⑦ “ 大人の紙飛行機教室(全4回)
- ⑧ “ 杉並の鉄道うら話(全3回)
- ⑨ 10月 バンド演奏体験(全5回)
- ⑩ 10～11月 シニアのための楽しいコーラス(全4回)
- ⑪ 11月 スポーツ吹矢(全4回)
- ⑫ 11・12・1月 魯迅と日本(全3回)
- ⑬ 1～2月 たのしいクラシック音楽鑑賞(全4回)
- ⑭ “ からだにやさしいヨーガ(全4回)
- ⑮ 1月 日本のお城の魅力(全2回)
- ⑯ 2月 古い布で作る「布ぞうり」(全2回)
- ⑰ “ 善福寺公園バードウォッチング(全1回)



布ぞうり作りは健康にも良さそう。

(講座内容については、当協議会のホームページもご参照ください。)



男子厨房に入って、はじめはとまどって  
いましたが、先生のリードで自信を持っ  
たようです。



菊地講師の軽妙な語りにつられ、元気に  
なり、腰痛も肩こりも楽になりました。

22年度も御案内いたしますので、お楽しみに！

※本誌に掲載した参考ウェブサイトへは、本誌のウェブ版(PDF)から直接リンクできます。



# にぎやかでした♪ 春まつり

2月13(土)・14日(日)

初日はあいにくの雪空。でも二日目は、快晴！ これも日ごろ精進の賜物!?

阿佐ヶ谷中学校吹奏楽部によるオープニング、力作揃いの出展作品の数々、楽しい演奏会、「なみすけ」との握手会、模擬店の熱々メニュー等々、多くの来場者に楽しんでいただきました。



おしゃれなトークと美しい調べに陶然。

↑多彩なアートで華やぐ展示室。

→阿佐中吹奏楽部の皆さんが鍛錬の腕前を聞かせてくれました。

↓どこでも人気者のなみすけ。



掛け声も威勢よく恒例の餅つき。つきたてのお餅はもちろん完売!



紙芝居も、ちびっ子たちで大盛況でした。



まちの  
あっこんなどころに!  
自然

## 春の妖精たち

わがまち・阿佐谷地域と周辺部の《自然》にスポットを当てて1年。また春が来ました。日本は四季の変化に富む国。「都会の季節感」はショーウィンドーからだなんて淋しいことを言わないで、近所を散策してみてください。桜開花のニュースを待つまでもなく、公園や駐車場の片隅、街路樹の根方、垣根の隙間や電信柱の陰などに、「妖精たち」が息づいて、春を告げているはずですよ。



オニタビラコにとまり翅を乾かす羽化したばかりのナミアゲハ

「陽気地中に動き、ちぢまる虫、穴をひらき」出てくると暦便覧にあるとおり、啓蟄(今年は3月6日)の頃に現れるヒキガエル。



あらゆる生き物は同じルーツを持つとか。名前も知らない小さな虫や草花も《何か》を私たちと共有し、相互依存の関係にあるようです。今年は「国際生物多様性年」。10月には名古屋で、191の国と地域が加盟している「生物多様性条約締約国会議」が開かれます。身近な自然に目を向けて、生命の歴史や「奇跡の星」地球の不思議に、思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

〈参考〉 <http://www.wwf.or.jp/activities/wildlife/cat1016/>  
<http://www.biodic.go.jp/biodiversity/index.html>



# 阿佐谷地域区民センター 講座・催し案内 [3~4月]

定員	開催日時/場所	費用	内 容	講師	締切日
大人向け朗読とおはなしの会 25名	3月13日(土) 午後2~3時 /2階第1集会室	無料	森瑠子/ガレッジセール・魔法の効力 藤沢周平/おぼろ月 他	こうばこの会	当日直接 長寿③
土ようえほんとおはなしの会 20名	3月20日(土) 午後2~3時 /図書室	無料	もうすぐ桜の季節です。桜のトンネルを抜けてお話を聞きにきてみませんか?	ご本・お話しだいすき会	当日直接
	4月17日(土) 午後3~4時 /図書室	無料	22年度よりリクエストにお答えして開始時間を3時に変更しました	三つのりんご	当日直接

※毎月11日発行の「広報すぎなみ」にも講座・催し案内を掲載しています。

長寿③と記載の講座では75歳以上の参加者に「長寿応援ポイントシール」を配布します。詳細は、区の高齢者施策課長寿応援ポイント担当 [TEL:03-3312-2111(代表)]へお訊ねください。

【申込方法】◆往復はがき(1枚に1人1件)に教室・講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を(返信用に自分の宛名を)記入し、〒166-0004 杉並区阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター協議会へ。

◆締切日必着(「当日直接」を除く)で。 ※抽選結果を返信します。

図書室から —新しい本が入りました!— (最新情報はホームページで)



## 【児童書】

- ・ひきだし 新井 洋行
- ・れいぞうこ 新井 洋行
- ・しりなりべら おざわ としお  
うえもり なかこ
- ・せんろはつづくまだつづく 竹下 文子
- ・へんしんコンサート あきやま ただし
- ・あっぱれ! てるてる王子 コマヤスカン
- ・かいけつゾロリきょうふのようかいえんそく 原 ゆたか
- ・かわいい魔女のゆうれい!! 藤 真知子
- ・こども論語塾(その2) 安岡 定子
- ・死の影レストラン 怪談レストラン編集委員会
- ・ほんとのおおきさ動物園 小宮 輝之
- ・ちびまる子ちゃんのやさいだいすきえほん なすのまき さくら ももこ
- ・だんごむしのころちゃん(紙芝居) 高家 博成
- ・せかい一大きなケーキ(紙芝居) 古田 足日

## 【一般書】

- ・SOSの猿 伊坂 幸太郎
- ・坂の上の雲(七、八)文庫 司馬 遼太郎
- ・静人日記 天童 荒太
- ・掬摸 中村 文則
- ・ダブル・ジョーカー 柳 広司
- ・逆説の日本史(16) 井沢 元
- ・日本の城 西ヶ谷 恭弘/香川 元太郎
- ・男おひとりさま道 上野 千鶴子
- ・しばわんこの和のころ(2, 3) 川浦 良枝
- ・トイレの話をしよう ローズ・ジョージ
- ・貝だくさんのあったか鍋 成美堂出版編集部
- ・東海道線誕生 中村 建治
- ・にんげん万歳! 高橋 まゆみ
- ・ムーンウォーク マイケル・ジャクソン
- ・犬の力(上、下)文庫 ドン・ウィンズロウ
- ・楽楽(札幌・小樽・富良野・旭山動物園) JTBパブリッシング
- ・楽楽(箱根) JTBパブリッシング

## 「土ようえほんとおはなしの会」 ひなまつりミニスペシャル

2月20日(土)、地域のよい子たちが集まって、おはなしや音楽を楽しみ、一足早いひなまつりを祝いました。

出演はおなじみのボランティアグループ「こうばこの会」「三つのりんご」、歌と演奏は吉田寛子さんでした。



## 70年間、世の移り変わりを見てきました



成田東にお住まいのSさん方の雛飾り。毎春欠かさずお部屋を飾っています。

## 休館日

阿佐谷地域区民センター 3月9日(火)・17日(水)・23日(火)/4月13日(火)・21日(水)・27日(火)  
梅里区民集会所 3月2日(火)・16日(火)/4月6日(火)・20日(火)

歩きながら、元氣と文化が  
生まれる街。