

せたがや

総合支所

世田谷区民企画講座「呼吸のチカラ～吸って吐いて、だけじゃないお話」

対 区内在住・在勤・在学で全4回参加できる方

実施日	内容・講師
2月19日	呼吸でつながる身体と日常の使い方 講 藤原里紗 (ピラティスエデュケーター)
2月26日	気持ちよく歌うための呼吸トレーニング 講 加藤麻由未(ボイストレーニングスタジオTRENTA代表)
3月5日	間合いをはかる～気持ちかが伝わる声と呼吸 講 山田遊 (劇団「品川親不知」主宰)
3月12日	呼吸を合わせて！ゴスペルを楽しもう 講 生貝隆(ヤマハjet指導スタッフ)

時間／いずれも木曜午後2時～4時  
場 太子堂区民センター  
担当／地域振興課生涯学習・施設担当  
申 区HPからオンライン手続き、問へ電話 2月4日まで 抽選30人  
問 せたがやコール 区HPQ 30112

太子堂区民センター文化・健康講座

内容／水中での動きを地上で実践  
日 3月8日(日)午後2時～3時30分  
場 太子堂区民センター  
申 問へ往復ハガキ(記入例4面)  
2月20日(必着)まで 抽選30人  
問 太子堂区民センター運営協議会

〒154-0004 太子堂1-14-20  
☎3422-1101 FAX3422-9322

宮坂区民センター防災セミナー～おうちでサバイバル

日 2月15日(日)午前10時～11時30分  
講 村上陽一(防災士) 申 問へ電話・FAX(記入例4面) 先着30人  
場・問 宮坂区民センター  
☎・FAX3706-3501

応援を続けよう！  
3.11避難訓練プラスげんき寄席

出演／桂竹千代(落語)、オキシジェン(漫才)、ウクレレえいじ(ウクレレ漫談)、回路亭志ん劇(落語)ほか  
日 3月8日(日)午後1時～3時  
費 311円以上(東日本大震災復興支援金)  
担当／地域振興課生涯学習・施設担当  
申 問へ電話・FAX(記入例4面) 先着80人  
場・問 三茶しゃれなあとホール  
☎3411-6636 FAX3450-7511

子ども料理教室～親子でピザを作ろう！

対 5歳以上の子どもと保護者  
日 3月7日(土)午前11時～午後1時  
費 1人1500円 担当／市民活動推進課  
申 問へ電話・FAX(記入例4面)  
先着10組  
場・問 せたがや がやがや館  
☎6450-7908 FAX3410-6940

がやがや寄席

出演／橘ノ百圓ほか

日 3月22日(日)午後1時～4時30分  
費 500円 担当／市民活動推進課  
申 問へ電話・FAX(記入例4面) 先着64人  
場・問 せたがや がやがや館  
☎6450-7908 FAX3410-6940

まちづくりセンターから

担当／各まちづくりセンター

	内容・日時・申込方法等
池尻	<b>第43回子どももちつき大会</b> 日 3月1日(日)午前10時～正午(雨天時は餅つき体験なし) 場 池尻三丁目公園(当日会場へ) 他 餅つき体験、餅の配布あり(いずれも中学生以下対象)。 問 せたがやコール
太子堂	<b>いつでも健やかに！健康と食のチェック～健康測定・栄養講座</b> 対 太子堂地区在住の方 日 3月2日(月)午前10時～11時30分 場 太子堂まちづくりセンター 申 区HPからオンライン手続き、問へ電話・FAX(記入例4面) 2月8日まで 抽選20人 問 せたがやコール 区HPQ 29765
上町	<b>うたごえひろば</b> 思い出の唱歌・懐かしい童謡を一緒に歌いませんか。 日 2月28日(土)午前10時～11時 場 桜小学校体育館(当日会場へ) 講 サクラリーネ(桜小学校PTAコーラスサークル) 他 上履き、靴袋持参。先着150人。問 せたがやコール
下馬	<b>セ下馬・野沢×日大 防験(防災体験)スポーツフェス</b> 内容／①防災まち歩き②防災物品を使用したスポーツなど 対 下馬地区在住の方優先 日 3月14日(土)午前10時～午後1時 場 日本大学三軒茶屋キャンパス(下馬3-34-1)およびその周辺(②は当日会場へ) 申 ①申込フォーム(二次元コード)、問へ電話・FAX(記入例4面) 2月13日まで 抽選30人 問 下馬まちづくりセンター ☎3424-1781 FAX5486-7667
上馬	<b>①カードで楽しく学ぶ子どものためのスマホトラブル回避法</b> 対 上馬地区在住の方優先 日 2月14日(土)午後2時～3時30分 区HPQ 29370 <b>②さぎ草植込み講習会</b> 対 上馬地区在住の方優先 日 2月21日(土)午前10時～11時30分 費 850円 区HPQ 28857 <b>③フードドライブ</b> 日 1月28日(水)午前10時～午後3時 他 当日会場へ。 区HPQ 29343 申 ①②区HPからオンライン手続き、問へ電話・FAX(記入例4面) ①1月30日②2月3日まで 抽選①40人②19人 場・問 上馬まちづくりセンター ☎3422-7415 FAX5486-7668

きたざわ

総合支所

第36回下北沢演劇祭

日 2月1日(日)～28日(土)  
場 本多劇場(北沢2-10-15)ほか  
他 会場や申込方法等詳しくは、下北沢演劇祭ホームページ(二次元コード)をご覧ください。  
担当／地域振興課地域振興・防災担当  
問 せたがやコール、下北沢演劇祭実行委員会事務局  
☎3468-0030 FAX3468-0150



▲迫真の演技中！ぜひ劇場でご覧ください

代田コミュニティ歴史教室「多摩川浅間神社の富士塚と古墳群」

対 区内在住で両日参加できる方

日時	内容・会場
2月20日(金) 午前10時～正午	事前講義 場 代田区民センター
2月27日(金) 午前10時～正午	現地見学会 場 多摩川浅間神社(大田区田園調布1-55-12)

講 藤島幸彦(早稲田大学講師)  
申 問へ往復ハガキ(記入例4面)

2月6日(必着)まで 抽選20人  
問 代田区民センター運営協議会「歴史教室」係 〒155-0033 代田6-34-13  
☎6407-8408 FAX6407-8409

認知症の方の家族会～認知症看護認定看護師に聞く！認知症ケアのコツ

日 2月27日(金)午後1時30分～3時30分  
場 北沢タウンホール  
講 松沢病院認知症看護認定看護師  
申 問へ電話・FAX(記入例4面)  
1月26日から 先着20人  
問 保健福祉課  
☎6804-8701 FAX6804-8813

世田谷区赤十字奉仕団  
献血へのご協力をお願い

日 2月21日(土)午前10時～正午、午後1時30分～4時  
場 梅丘分庁舎(当日会場へ)  
問 市民活動推進課  
☎6304-3166 FAX6304-3597

北沢区民企画講座「余暇を愉しむ～健康寿命を延ばす秘訣」

内容／①区内で愉しむバードウォッチングのヒント②ウクレレの音色で懐かしの名曲を歌う  
対 区内在住・在勤・在学で両日参加できる方  
日 ①3月17日(火)②3月18日(水)いずれも午後2時～4時  
場 代田区民センター  
講 ①高田元美(世田谷トラストまち

づくり野鳥ボランティア)②綱島真(ウクレレ講師)  
他 詳しくは、区HPまたはチラシ(まちづくりセンター等にあり)をご覧ください。  
担当／地域振興課生涯学習・施設担当  
申 区HPからオンライン手続き、問へ電話・FAX(記入例4面) 2月23日まで 抽選40人  
問 せたがやコール 区HPQ 3581

まちづくりセンターから

担当／各まちづくりセンター

	内容・日時・申込方法等
代沢	<b>①くらしと健康に関する講演会「その気になった買い物は？」～通信販売トラブルに遭わないために</b> 日 2月13日(金)午前10時～11時30分 <b>②環境学習会「生ごみ堆肥で元気な土づくり」</b> 日 2月25日(水)午後1時30分～3時 対 代沢地区在住の方優先 申 問へ電話・直接申込 1月26日から 先着①30人②20人 場・問 代沢まちづくりセンター ☎3413-0513 FAX5486-7669
新代田	<b>さぎ草の鉢植え&amp;苔玉づくり講習会</b> 対 新代田地区在住の方優先 日 2月6日(金)午後2時～3時30分 費 2500円(材料費) 申 問へ電話・FAX(記入例4面) 1月26～29日まで 先着40人 場・問 新代田まちづくりセンター ☎3322-7691 FAX5376-7031
北沢	<b>普通救命講習会(心肺蘇生法・AED使用方法等)</b> 対 北沢地区在住の方優先 日 3月7日(土)午前9時～正午 場 北沢タウンホール 他 修了者には救命技能認定証を交付。 申 問へ電話・直接申込 1月26日～2月5日まで 先着12人 問 北沢まちづくりセンター ☎5478-8020 FAX5478-8025
松原	<b>①多肉植物の寄せ植え講習会</b> 日 2月26日(木)午後2時～3時 費 2000円 <b>②健康講演会「歯と健康～一生涯お口で食べられるように～」</b> 日 3月4日(水)午後2時～4時 講 井阪在峰(世田谷区歯科医師会介護保険委員会副委員長) <b>③世田谷再発見～世田谷の歴史を知ろう(解説付き)</b> 日 3月13日(金)午前9時30分・八幡山駅集合～世田谷文学館～蘆花恒春園(芦花公園)～正午頃・八幡山駅解散(雨天中止) 対 ①松原地区在住の方優先②③松原地区在住の方 申 問へ電話・FAX(記入例4面) ①1月26～2月9日②1月26日～2月19日 ③2月12～26日まで 先着各20人 場・問 松原まちづくりセンター ☎3321-4186 FAX5376-7032