

## 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 FAX 3422-9322

### 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  
☎ 3706-3501

### 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)、オキシジョン  
(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 三茶しやれなあどホール  
☎ 3411-6636 FAX 3450-7511

### 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 FAX 3410-6940

### がやがや寄席

出演/橘ノ百圓ほか

## 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 FAX 3468-0150



▲迫真的演技中! 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 FAX 6407-8409

### 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 FAX 6804-8813

### 世田谷区赤十字奉仕団 献血へのご協力のお願い

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 FAX 6304-3597

### 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)いづれ  
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

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 FAX 3410-6940

### 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・懐かしい童謡と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>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 FAX 5486-7667
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(木)午前10時～午後3時 他 当日会場へ。区HPQ 29343 申 ①区HPからオンライン手続き、問へ電話・FAX(記入例4面) 1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 FAX 5486-7668

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  
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暮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
新代田	<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(木)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 FAX 5486-7669
北沢	<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 FAX 5376-7031
松原	<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 FAX 5478-8025
	<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～一生懶お口で食べられるように～」</b> 日 3月4日(火)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～正午頃・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 FAX 5376-7032