

## くらしと健康セミナー「快適にすごせる室内環境づくり～暑さ・寒さと空気を整える」

対 区内在住・在勤・在学の方

日 3月10日(火)午後2時30分～4時

場 生活工房セミナールーム(キャロットタワー5階)

講 堤仁美(昭和女子大学准教授)

他 手話通訳あり(要申込)。

申 区HPからオンライン手続き、☎せたがやコールへ電話・FAX(記入例3面) 2月5～23日まで 先着60人

問 世田谷保健所生活保健課

☎5432-2903 FAX5432-3054 区HPQ 30126

## 健康のための講座(保健センター)

1 カルシウムアップの食事講座

日 3月10日(火)午後2時20分～3時50分

2 自律訓練法 体験講座

日 3月24・31日いずれも火曜午後2時～3時10分(全2回)

### 共通事項

対 区内在住・在勤の18歳以上の方(いずれも初めての方優先)

費 各回400円(指導料)

申 ホームページ、問へ電話・FAX(記入例3面。性別・生年月日も明記)

2月4日まで※抽選結果は当選者にのみ通知。

場・問(公財)世田谷区保健センター

(松原6-37-10)

☎6265-7473 FAX6265-7429

内容・定員等詳しくは、ホームページをご覧ください▶



## 教育総合センターSTEAM教育講座(3月)

内容／科学、技術、工学、芸術、数学の分野横断的な探究的思考等を育む体験学習

対 区内在住・在園・在学の4歳児(年中)～中学3年生 ※講座により対象が異なります。

日 3月7～28日の毎週土曜、26日(木)、27日(金)、30日(月)、31日(火)

場 教育総合センター(若林5-38-1)

申 区HPからオンライン手続き 2月中旬から

問 教育総合センター事業推進担当課

☎6453-1536 FAX6453-1534 区HPQ 3582

## 子どもの本の講座～ファンタジーがひらく子どもの心の扉

対 子どもに本を手渡すことに携わっている方

日 2月20日(金)午前10時～正午

講 菅野雪虫(児童文学作家)

申 図書館ホームページ(二次元コード)

2月10日まで 先着60人

場・問 中央図書館 ☎3429-1811 FAX3429-7436



## 老い支度講座～「老い」に備える

内容／遺言、相続、エンディングノート、成年後見制度など

対 区内在住・在勤・在学の方

日 3月3日(火)午後2時～4時

場 三茶しゃれなあとホール

講 弁護士

申 問へ電話・FAX(記入例3面。年齢も明記) 2月20日まで 先着50人

## 区の世帯と人口(令和8年1月1日時点)

( )内は前月との増減

住民登録 (住民基本台帳)	世帯数	50万8002世帯(506減 ↓)	内訳：日本人人口	内訳：外国人人口
	人口	92万8666人 (606減 ↓)	89万7894人(602減 ↓)	3万772人 (4減 ↓)
	男性	43万9436人 (272減 ↓)	42万3674人(261減 ↓)	1万5762人(11減 ↓)
	女性	48万9230人 (334減 ↓)	47万4220人(341減 ↓)	1万5010人 (7増 ↑)

- 本紙は新聞折込のほか、区施設、駅(一部除く)、郵便局、ファミリーマート、一部商業施設などで配布しています。アプリ(マチイロ、カタログポケット(多言語対応))、区HPからもご覧になれます。
- 新聞を定期購読されていない方へ本紙を無料でお届けします。区HPQ 7687 からオンライン手続き、☎せたがやコール(☎03-5432-3333 FAX03-5432-3100)へ電話・FAXでお申し込みください。
- 区HPQ 26421 のアンケートから、読んでみたい特集記事のテーマや紙面へのご感想・ご意見などをお聞かせください。

詳しくは、  
区HPQ 6262 へ▶



### 災害情報

▶世田谷区防災ポータル



▶災害・防犯情報  
メール配信サービス  
区HPQ 594

▶公式 X @setagaya\_kiki

▶FMラジオ83.4メガヘルツ  
(エフエム世田谷のホームページからも聴取できます)

🔔 X・Facebook・メールマガジンでは、本紙の発行もお知らせします！



LINE



X



Instagram



Facebook



YouTube



メールマガジン



## 催し物

(♣は区の後援事業)

◆「認知症予防と脳トレ」(芳賀正保氏 健康生きがい作りアドバイザー)

3/13(金)14～16時 教育総合センター(東京都退職校長会世田谷支部 ☎090-1606-7544 碓井)

♣お酒に困っている本人・家族が酒の害について語り合う会(初回のみ要連絡)①例会②玉川懇談会③砦懇談会④五心会

①2/1(日)14時から＝経堂地区会館②2/3(火)＝用賀区民集会所③2/10(火)④2/19(木)＝いずれも太子堂区民センター②～④いずれも18時半から

いずれも2時間 各100円(NPO法人東京断酒新生会世田谷断酒会 ☎3439-8873山田)

♣なぜ世田谷には縦の基幹交通がないのか～謎解きで終わらない、区民の夢の実現への提言 2/11(例)14～16時15分 玉川せせらぎホール

申込フォーム(HP)https://peatix.com/event/4662702から世田谷地域課題研究フォーラム(☎090-7408-3936安藤)

◆樹脂粘土フラワー作り(初心者講習会)

3/10(火)10時半～13時 リサイクル千歳台

### 区民のひろばへの掲載について

対 区内で活動する団体、区内在住者を主な構成員とする団体(非営利などの条件あり) ※同一団体・人の掲載は6か月に1回まで(区の後援事業を除く)。詳しくは区HPへ。 費無料

申 問へ掲載申込用紙(区HP・問にあり)をFAX・郵送・持参

【申込期限】掲載号を指定できる「催し物」は掲載希望号の発行日の1か月前(必着。土・日曜、祝・休日の場合は翌開庁日)まで。

※「会員募集」は先着順。

1200円 要申込(フルール ☎090-3697-3885  
✉tomi.kuze@icloud.com久世)

◆ラジオ体操指導者養成講習会(講師 NHK体操指導者 鈴木大輔先生、新井庸太先生ほか)

4/26、6/28(全国ラジオ体操連盟認定指導者講習会)＝玉川せせらぎホール集会室 5/31、7/19＝保健医療福祉総合プラザ

いずれも日曜9～11時 4回2500円 ホームページから世田谷区ラジオ体操連盟(☎3429-9429 HP)団体名で検索 吉川) 先着100人

◆歌って健康！歌声サロン(生演奏、歌の苦手な方にもオススメ)

3/10(火)、4/7(火)、5/8(金)、6/8(月)＝烏山区民会館 4/21(火)、5/22(金)、6/23(火)＝成城ホール

いずれも13時半～15時(予定) 999円 要申込(歌心塾 ☎090-8745-8786大川)

♣食と農の映画祭@世田谷～土が変わるとお腹も変わる～食と微生物がつなぐ元気な未来！

2/7(土)11～19時半(3部構成) 北沢タウンホールスカイサロン 各回1200円 申込フォーム(HP)https://setabio0207.peatix.comからスローフード

コミュニティ・セタビオ(☎090-8087-0802村田)

◆英語を少し話したい人のための初級英会話

2/17(火)10時半～11時半、2/18(水)13～14時

三軒茶屋区民集会所 千円 要申込(初心者の日常英会話 ☎090-4413-1921小島)

◆おひな様を飾りました(地域のアーティストの作品も展示)

2/16(月)～3/3(火)12～17時 あかねこうぼう(祖師谷4-7) (☎090-6652-9627大嶋)

◆中国語映画・ドラマ愛好者向け中国語学習会(リスニング重視)

2/24(火)20～21時半＝経堂地区会館別館 2/27(金)20～21時半＝桜新町区民集会所 2/28(土)9時半～

11時＝烏山区民センター 要申込(中文映画クラブ ☎090-3451-6209 ✉movie@allkenkou.com市川)

♣包丁研ぎの実習および包丁研ぎ

2/7、3/7いずれも土曜10時半～14時、実習は11時、13時、14時から リサイクル千歳台 1本300円 要申込(おもちゃの診療所ぐるんば ☎080-4202-7150 ✉gurunpa23@gmail.com) 実習は先着各4人

♣もっと語ろう不登校part308

2/7(土)14～18時 NPOフリースクール僕んち(代田4-32)またはZoom 300円 要申込(もっと語ろう不登校 ☎090-9248-1355 ✉yurinoki11513@gmail.com佐藤)

◆上北沢桜並木「花芽観察会」

3/1(日)10～12時 昭和信用金庫前(上北沢

問(社福)世田谷区社会福祉協議会成年後見センター  
☎6411-3950 FAX6411-2247

## 消費生活講座「元気なうちに考える墓じまいと終活事情」

対 区内在住・在勤・在学の方

日 3月12日(木)午前10時～正午

場 消費生活センター

講 二村祐輔(日本葬祭アカデミー教務研究室代表)

他 保育可(要申込、抽選8人)。担当／消費生活課

申 区HPからオンライン手続き、問へ電話・FAX(記入例3面。区外在住の方は通勤・通学先も明記) 2月15日まで 抽選42人

問 ☎せたがやコール 区HPQ 30228

## 生涯現役セミナー シニア期に向けた暮らしと働き方

対 55歳以上で就労意欲のある方

日 3月10日(火)午後1時～3時45分

場 世田谷産業プラザ

講 荒木健一(社会保険労務士)ほか

他 筆記用具持参。

担当／工業・建設業・雇用促進課

申 ホームページ(二次元コード)、予約専用ダイヤル(☎03-5422-1399(月～金曜(祝・休日を除く)午前9時～午後5時))へ電話 2月3日から 先着50人

問 東京しごとセンター

☎03-5211-2335 FAX03-5405-1502

