



# たまがわ

総合支所

## 等々力溪谷みかん狩り体験

対区内在住の小学生と保護者  
日11月26日(土)午前10時～正午の間の30分程度(荒天の際は27日(日)に延期)  
場等々力溪谷公園芝生広場  
担当=地域振興課地域振興・防災担当  
申11月2日までに、電話またはファクシミリ(記入例参照)で☎せたがやコールへ 抽選15組

## 箱根・御殿場文学散歩(全2回)

内容/①事前講義②バス見学会  
対両日参加できる方 日①11月16日(水)午後1時30分～3時30分②11月30日(水)午前7時30分～午後6時 場①奥沢区民センター②箱根強羅公園(神奈川県足柄下郡箱根町強羅1300)ほか 講生田美秋(富山県立高志の国文学館事業部長)  
費4500円 備②の昼食代は自己負担。  
申午前9時から、電話で奥沢区民センター(☎3720-1973 FAX3726-9485)へ 先着30人

## 文学講座「平家物語 壇ノ浦」を読みとく

日11月17日(水)午後1時30分～3時30分  
場玉川台区民センター  
講平出洸(日本文藝家協会会員)、朗読を楽しむ会「言の葉」  
申11月3日(消印)までに、往復ハガキ(記入例参照。2人まで連記可)

で玉川台区民センター(〒158-0096 玉川台1-6-15 ☎3709-4161 FAX3708-9534)へ 抽選40人

## 健康講座「1日を快適に過ごせる身体づくり」

対玉川地域在住の方  
日11月22日(火)午前10時～正午  
場深沢区民センター  
講小柳将吾(日本体育大学助教)  
費50円(保険料) 申午前9時から11月5日午後5時までに、電話またはファクシミリ(記入例参照)で深沢区民センター(☎3705-4761 FAX3705-2577)へ 先着25人

## ドライフラワーで作るクリスマスリース講習会

対等々力地区在住の方  
日11月21日(月)午後2時30分～4時15分  
場尾山台地区会館 費1700円(材料費)  
担当=等々力センター  
申11月1日までに、電話またはファクシミリ(記入例参照)で☎せたがやコールへ 先着16人

## クリスマス・お正月寄せ植え講習会

日12月6日(火)①午前10時～11時30分②午後2時～3時30分  
場九品仏センター 費1800円(材料費)  
備新聞紙1枚、大きめのビニール袋、作業用手袋、手ぬぐい持参。  
申11月15日までに、電話またはファクシミリ(記入例参照。①②の別も明記)で九品仏センター(☎3703-2341 FAX5707-7026)へ 先着①②各13人

## 上野毛地区健康教室 認知症予防体操(全3回)

対上野毛地区在住で全回参加できる方  
日11月11～25日の毎週金曜午前10時～11時30分  
場上野毛地区会館  
費150円(保険料)  
申電話で上野毛センター(☎3705-1361 FAX5707-7028)へ 先着25人

## 認知症高齢者の家族の会

日11月11日(金)午後1時30分～2時30分  
場玉川総合支所2階活動フロア  
申電話で保健福祉課(☎3702-1894 FAX5707-2661)へ 先着10人

## ストレス時代のセルフケア～心身を調えるマインドフルネス

対区内在住・在勤の方  
日12月5日(月)午後2時～4時

## 古着・古布回収

担当=各まちづくりセンター

地区	日時・会場・問合せ先等
奥沢	日12月4日(日)午前9時～正午(荒天中止) 場奥沢小学校西門前 備学校への問い合わせ不可。 問奥沢まちづくりセンター ☎3720-3111 FAX5499-7046
用賀	日11月27日(日)午前9時～11時30分(荒天中止) 場管内2か所 備ぬいぐるみ等も可。汚れたものは不可。 問☎せたがやコール
二子玉川	日11月26日(土)午前9時～11時30分(荒天中止) 場管内3か所 問☎せたがやコール
深沢	日11月20日(日)午前9時～正午(荒天中止) 場管内7か所 備衣類と靴・鞆は別々の袋に入れてください。 問☎せたがやコール

備回収場所等詳しくは、お問い合わせください。洗濯済みの衣類等を透明または半透明の袋に入れて持参してください。

# きぬた

総合支所

## 認知症高齢者の家族の会

日11月8日(火)午後1時30分～2時30分  
場成城センター  
申電話で保健福祉課(☎3482-8193 FAX3482-1796)へ 先着10人

## 秋の歩行会「秋の世田谷名所巡り」

対喜多見・宇奈根・鎌田在住の方  
日11月16日(水)午前10時・豪徳寺駅集合～正午ごろ・世田谷代官屋敷解散(約4km・雨天中止)  
申11月2日までに、電話で喜多見センター(☎3417-3401 FAX5494-7015)へ 抽選15人

## 砧地区の避難所運営訓練

日11月27日(日)午前10時～正午(雨天実施)  
場山野小学校  
備上履き持参。駐車場はありません。  
問砧センター  
☎3417-3405 FAX5494-7016

## SEIJOHALL MUSIC CANVAS VOL.4～マナー・ミュージアズの調べ

内容/区内で活躍するアーティストを成城ホールから応援する特別企画。マカフェリギター、アコーディオン、コントラバス、歌と共にマナー・ミュージアズの魅力をお楽しみください。  
出演/CABBAGE & BURDOCK

日12月6日(火)午後2時～3時10分  
場成城ホール  
費前売り(当日)=一般1500円(2000円)、区民割引1000円(1500円)、高校生以下500円(1000円)  
備全席指定。未就学児は入場不可。チケットは、成城ホール・北沢タウンホール・玉川せせらぎホール事務室、世田谷サービス公社オンラインチケットサービス(HPhttps://www.cnplayguide.com/setagaya/)で販売。先着272人。  
問成城ホール事務室  
☎3482-1313 FAX3482-7832



▲素敵な音楽で午後のひと時をお楽しみください

## 健康づくり課から

①精神保健講演会「思春期のこころの不調～精神科医師の話をきいてみませんか」  
内容/精神科医による思春期に起こりやすい子どものこころの不調と対応の話  
対砧地域在住の中学・高校生の保護者  
日11月25日(金)午後2時～4時  
講墨岡卓子(成城墨岡クリニック分院精神科医)

②健康講座「日常生活にちょっとした運動を取り入れるヒント」  
内容/自宅でできる運動(実技あり)

対砧地域在住の子育て世代の方  
日11月29日(火)午前10時～11時30分  
講運動指導員  
備保育可(要予約、先着10人)。  
場砧総合支所  
申①は11月1日から、②は10月25日から、電話で健康づくり課(☎3483-3161 FAX3483-3167)へ 先着①25人②12人

## 災害ボランティアコーディネーター養成講座

日11月5日(土)午後1時30分～4時30分

## 古着・古布回収

担当=各まちづくりセンター

地区	日時・会場・問合せ先等
祖師谷	日11月19日(土)午前9時～11時(荒天の際は26日(土)に延期) 場祖師谷地区会館、祖師谷まちづくりセンター、ふれあい遊歩道、塚戸公園、笠森公園 問祖師谷まちづくりセンター ☎3482-2201 FAX5490-7029
成城	日11月5日(土)午前9時30分～11時30分(荒天中止) 場成城団地集会所横(成城8-25)、成城三丁目緑地(明正小学校南側) 問成城まちづくりセンター ☎3482-1348 FAX3482-7208
喜多見	日11月20日(日)①午前9時～正午②午前9時～11時(いずれも雨天実施) 場①喜多見地区会館、喜多見野田広場、喜多見小学校西門前、都営喜多見二丁目団地自治会集会所前(喜多見2-10-14)、宇奈根氷川神社(宇奈根2-13-19)、鎌田南睦会館前(鎌田2-11-7)②鎌田天神社(鎌田4-11-19) 問喜多見まちづくりセンター ☎3417-3401 FAX5494-7015
砧	日①11月16日(水)～18日(金)午前10時～午後3時②11月19日(土)午前9時～11時③11月19日(土)午前9時～正午(いずれも雨天実施) 場①砧まちづくりセンター②砧六丁目公園、観音公園、大蔵住宅旧大蔵ふたば保育園(大蔵3-2-39)、大蔵住宅20号棟横駐車場(大蔵3-3仙川沿い)③岡本地区会館、大蔵氷川神社(大蔵6-6-7)、横根稲荷神社(大蔵1-6) 問砧まちづくりセンター ☎3417-3405 FAX5494-7016

備洗濯済みの衣類等を透明または半透明の袋に入れて持参してください。