



# いぐさ

平成27年 3/15 No.245

発行：井草地域区民センター協議会  
☎3301-7723 FAX.3301-7724  
E-mail:igusa-ks@arion.ocn.ne.jp  
URL:http://www.igusahome.sakura.ne.jp/  
井草地域区民センター ☎3301-7720  
〒167-0022 杉並区下井草5-7-22  
四宮区民集会所 ☎3395-5085  
〒167-0023 杉並区上井草2-28-13  
八成区民集会所 ☎3394-0989  
〒167-0021 杉並区井草1-3-2  
印刷：株式会社 三伸印刷

## 新春いぐさ演芸会

日時:平成27年1月28日(水) 会場:井草地域区民センター

羊年初めの催しは、落語、マジック、漫談を楽しむ演芸会で幕を開けました。出演は、桃井出身の落語家昔々亭慎太郎さん、マジシャン一太郎さん、ヴァイオリン漫談のマグナム小林さん、落語家滝川鯉和さんです。地元で落語や演芸が楽しめる絶好の機会に申込者多数、満席の会場は寒さも吹き飛ばすほどの爆笑の渦でした。アンケートによると「落語、マジック、漫談と、バラエティに富んだプログラムでいろいろ楽しめてよかった……」という感想が多かったです。



昔々亭慎太郎さん



一太郎さん



マグナム小林さん



滝川鯉和さん

### 井草地域区民センター協議会定期総会のご案内

- 日時：(予定)平成27年5月26日(火) 10:00～
- 場所：井草地域区民センター
- 議題：(1)平成26年度事業報告 (2)平成26年度収支決算
- (3)平成27年度事業計画 (4)平成27年度収支予算 (5)その他

井草地域区民センター協議会のホームページのURLが下記のように変わりました。よろしくお願ひ致します。  
<http://www.igusahome.sakura.ne.jp/>

回覧										

●常置場所：井草地域区民センター、四宮・八成集会所、柿木・下井草図書館、上井草スポーツセンター、井草区民事務所、上井草保健センター、地域の各児童館・ゆうゆう館・郵便局、下井草駅・井荻駅・上井草駅、街の駅(井荻駅前)、他

# 井草地域の正月行事

## 第36回 井草どんどやき

日時: 1月10日(土) 場所: 八成小学校



## 第30回 四宮森もちつき大会

日時: 1月25日(日) 場所: 四宮森児童館



## 第35回 上井草もちつき大会

日時: 1月25日(日) 場所: 上井草児童館



## 第35回 下井草もちつき大会

日時: 2月1日(日) 場所: 下井草児童館



## 協働事業 音楽とマジック

1月31日(土) 場所: 桃井第五小学校

桃井第五小学校PTAと当協議会との協働事業「音楽とマジック」が開催されました。ピアノの生演奏や身近で生のマジックを見る機会がない子供たちに親子で楽しんでもらおうという催しです。音楽は当校の卒業生、ピアニスト今村友子さん。懐かしい母校での校歌の演奏は、OBの皆さんにも深く心に響いたそうです。また後輩の子供達と即興の連弾で、ほほえましい絆も生まれました。マジックはアンギュラさん、今村さんの軽快な即興演奏が流れるなか、子供達が壇上に上がりアシスタントを務める参加型のマジックショーは大いに沸きました。弾きたい！やりたい！と手を挙げる子供の数がどこよりも多く、前向きな子が多いですね……とアンギュラさん。降雪後の寒い天候でしたが体育館は熱気であふれていました。



## 協働事業

### 湯沢朱実先生の読み聞かせ講座

1月22日(木)・2月6日(金)・12日(木) 場所:井草地域区民センター

桃井第五小学校・香掛小学校・三谷小学校・桃井第一小学校の読み聞かせ自主グループ



講師 湯沢さん

との協働事業として、絵本作家で翻訳、読み聞かせをされている湯沢朱実先生を招き、3回の勉強会が開催されました。読み聞かせは、子供と絵本をつなげる役割を目的とし、そのポイントとして、絵本の持ち方・めくり方、声の出し方や口調、絵本の中身を自分のものにし「楽しい」という気持ちが伝わるように読み、「おしまい」と言うまで絵本の世界に子供たちを引き込むことの大事さなど、たくさん教えていただきました。また、参加者が一人一人心をこめてを読み、それに対する先生のアドバイスに熱心に耳を傾けていました。



## 協働事業

### みんなで守る井草地域の安心・安全「ご存知ですか？成年後見人制度」

2月6日(金) 場所:井草地域区民センター

認知症や障害のある方で判断能力が十分でない場合、悪質商法やリフォーム詐欺・虐待などの被害に遭う事件が続発し、大きな社会問題になっています。また財産管理や介護、施設の入退所などの契約や遺産分割などの法律行為を自分で行うことが困難な方が大勢いらっしゃいます。判断能力が衰えても本人の人権が損なわれることなく、住み慣



講師 江川さん



講師 倉田さん

れたまちで、安心して暮らすことができるよう、これらの方々を保護し支援する制度として成年後見制度があります。弁護士の江川功氏とNPO法人八成グループ(現在は社会福祉法人)理事長の倉田克子さんによる講演の後、質疑応答が活発に行われました。また、杉並区保健福祉部管理課や社団法人杉並区成年後見センターで、区民の皆さまからの相談受付や支援を行っています。



## 協働事業

### 「家族に介護が必要になった時…」

2月7日(土) 場所:井草地域区民センター

杉並区地域包括支援センター〈ケア24〉下井草センター長の磯部浩子さんを講師に迎え、介護支援についての講座が行われました。介護についての意識や現状に始まり、介護保険のしくみや介護認定の流れ、実際のサービスの種類や利用するまでを説明していただきました。例として3つのサービスプランと大まかな費用が紹介されましたが、サービスプランは状況に応じて人それぞれ個々に立てられます。「いざという時の備えのためにもまずは〈ケア24〉にご相談ください」とのことでした。「制度を知り安心した」「近い将来起こり得ること」「役に立つ情報で大変参考になった」などの感想が寄せられました。



講師 磯部さん

## 協働事業

### 男子料理入門教室

2月14日(土)・21日(土) 場所:井草地域区民センター

栄養士の中平照子さんと丹羽育子さんを講師に迎え、いきいき



講師 中平さん・丹羽さん

クラブのメンバーと共に「男子厨房へようこそ」という料理教室が開催されました。4グループに分かれ、講師の説明を受けた後それぞれレシピを見ながら調理を開始しました。1回目はオムライス、2回目は酢豚を主菜とし、サラダやデザートも作りました。感謝の言葉と共に多数の方が今後の開催を希望していました。



講座

自然治癒力を高める健康体操 自彊術体操

日時:1月30日(金)・2月6日(金) 場所:井草地域区民センター



松本雅江さんと田村たつさん兩名を講師に迎え、日本では治療を目的とした運動療法である自彊術の講座が開催されました。「自彊術」という



講師 田村さん・松本さん

漢字から武術と間違えられますが、この名前は2600年前の中国古典「易経」の一節から取られています。手・足・頭を使った31の動作による身体可動の極限まで動かす全身運動です。機械器具を使わず、畳一枚の空間ででき、独自の呼吸法と号令を用います。参加者は健康に関心のある方ばかりで、講師に様々な質問をされていました。

講座

つるし雛作り

日時:2月9日(月)・10日(火) 場所:井草地域区民センター



好評だった昨年に続き本年も「つるし雛作り」の講座が行われました。講師の池田崇子さんとアシスタントの新海由美子さんの指導のもと、絹の古裂を使って今年の干支〈ひつじ〉のモチーフのひな人形を作りました。紐に通してつるし雛として飾るほか、机において飾ることもできるかわいいデザインです。外はこの冬一番の寒い2日間でしたが、教室内は暖かい和やかな空気が流れ、参加者からは「親切に説明してくださり嬉しく作ることができました」「孫の初節句にさっそく飾ります」「かわいいし楽しいし美しいので、また機会があったら参加したいです」などの感想が寄せられました。



講師 池田さん

師の池田崇子さんとアシスタントの新海由美子さんの指導のもと、絹の古裂を使って今年の干支〈ひつじ〉のモチーフのひな人形を作りました。紐に通してつるし雛として飾るほか、机において飾ることもできるかわいいデザインです。外はこの冬一番の寒い2日間でしたが、教室内は暖かい和やかな空気が流れ、参加者からは「親切に説明してくださり嬉しく作ることができました」「孫の初節句にさっそく飾ります」「かわいいし楽しいし美しいので、また機会があったら参加したいです」などの感想が寄せられました。

講座

歌いながらボイストレーニング

日時:2月12日(木)・20日(金)・26日(木) 場所:井草地域区民センター



講師 松本さん

この講座は毎回人気の講座です。声楽家の松本潮子さんを講師に迎え歌唱指導が行われました。まず発声には、身体をほぐしたり足や耳のマッサージも効果的であること、呼吸法は、花や好きな香りをイメージしながら身体の部位を意識して息を吸い込み、リズムカルに力強く息を吐き出す、などの具体的な指導がありました。参加者の皆さんは、「花は咲く」などを楽しみながらも真剣に歌っていました。

講座運営部主催の講座の予定は、毎月11日発行の「広報 すぎなみ」に掲載されます。講座内容や申し込みについては、「広報 すぎなみ」にてご確認ください。

～井草の散歩道～ “春の到来を告げる花 臘梅”

ロウバイ

井草地域では2月が近づくころ、旧家の庭先にパステルイエローの花を見かけます。一足早く春の訪れを告げる花「ロウバイ」です。名前に梅がついていますが梅の種類ではなく、学名はロウバイ科ロウバイ属なのです。その淡い黄色の可憐な花や甘い馥郁とした香りは、私たちの日々の生活に「ゆとり」と「やすらぎ」を与えてくれます。花言葉は、「慈愛」「先導」「先見」「優しい心」です。



井草地域区民センター協議会 〒167-0022 杉並区下井草5-7-22 Tel.03(3301)7723

[検索] 井草地域区民センター協議会 とパソコンで検索してみてください。