

ささえーる 薬王寺の催し

世代に関わらず、互いに助け合い、支え合う地域活動の拠点です。区内在住のどなたでも利用できます。

- ①**愛妻に捧げる男の料理講座**
【日時・定員】8月1日(水)午前10時～午後0時30分(6名)
- ②**お手軽菜膳クッキング**
【日時・定員】8月2日(木)午後1時30分～4時(6名)
- ③**昼食を作って食べよう**
【日時・定員】8月3日(金)・17日(金)午前9時30分～午後0時30分(各回6名)
- ④**簡単に作れる心と体に優しい料理**
【日時・定員】8月7日(火)午前10時～午後1時30分(6名)
- ⑤**ウォーキング講座**
【日時・定員】8月7日(火)・21日(火)午前10時～12時(各回20名)
【内容】経王寺へのウォーキングと住職の講話
- ⑥**男のおつまみ講座**
【日時・定員】8月9日(木)午後2時～4時30分(6名)
- ⑦**パソコン講座～インターネットの基本操作**
【日時・定員】8月10日(金)午後1時30分～3時(5名)
- ⑧**夕食を作って食べよう**
【日時・定員】8月13日(月)午後3時30分～5時30分(6名)

【会場・申込み】7月24日(火)までに電話または直接、同館(市谷薬王寺町51) ☎(3353)2333へ。応募者多数の場合は抽選。①～④、⑥⑧は当日、400円(材料費)をお支払いください。

伊那まつい

●伊那市の夏の一大イベント
【日時・会場・内容】▶8月4日(土)午後4時～10時…伊那市駅前商店街(伊那市荒井周辺)／伊那の名産品や地酒の販売、市民踊り(踊りへの参加も可)、▶5日(日)午後3時30分～9時…伊那市役所(伊那市下新田3050)周辺／屋台、花火ほか
【問合せ】伊那まつり実行委員会(伊那市役所観光課内) ☎0265(78)4111へ。

区内施設の休館

●新宿文化センター(新宿6-14-1)の8月休館日の変更
【休館日】▶変更前…14日(火)▶変更後…21日(火)
【問合せ】新宿未来創造財団文化・学習課 ☎(3350)1141へ。
●赤城生涯学習館(赤城元町1-3)の工事等による休館
【全館休館】▶10月6日(土)～26日(金)(10月8日(祝)以外は午前9時～午後5時まで窓口業務のみ受け付けます)、▶11月22日(木)～29日(木)のうち2日間
【一部休館(講習室のみ)】▶9月28日(金)～11月5日(月)
【問合せ】▶利用に関すること…新宿未来創造財団文化・学習課 ☎(3350)1141、▶工事に関すること…生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎(5273)4358へ。

シニア活動館・地域交流館の催し

シニア活動館は50歳以上、地域交流館は60歳以上のいずれも区内在住の方が対象です。

◆信濃町シニア活動館

①**吹き矢ひろば**
【日時・定員】7月18日(水)午前10時～11時30分(15名)
【内容】吹き矢の作成と体験
【費用】420円(材料費。初めて参加する方のみ)
②**講座「遺跡は語る」**
【日時・定員】8月3日(金)午後1時30分～3時30分(30名)
【内容】四谷を中心とした遺跡や埋蔵文化財について学ぶ……(以下共通)……
【会場・申込み】①は当日直接、②は7月25日(木)までに電話かファックス(4面記入例のとおり記入)または直接、同館(信濃町20) ☎(5369)6737・☎(5369)6738へ。

◆高田馬場地域交流館

●**田辺鶴遊講談会**
～馬場演芸寄席番外編
【日時・定員】7月22日(日)午後2時～3時30分(50名)
【出演】田辺鶴遊・宝井琴柑(いずれも講談師)
【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816へ。
●**冷え対策講座**
【日時・定員】8月13日(月)午前10時～12時(30名)
【内容】冷えが身体に与える影響と、対策につながる運動・食事の方法
④**らくらくスマートフォン体験講座(初心者向け)**
【日時・定員】8月16日(木)・19日(日)午前10時～12時(各回20名)
【内容】電源の入れ方、アプリ・インターネットの使い方(講師はNPO法人竹帚の会)

◆西新宿シニア活動館

①**笑い力体操**
～声を出して健康体操
【日時・定員】8月10日(金)午

⑤楽しい旅教室

～はじめての北インド巡り編
【日時・定員】8月23日(木)午後2時～3時30分(35名)
【内容】旅行の注意点と観光ポイント(講師は㈱エイチ・アイ・エス新宿本社営業所) ……<以下共通> ……
【会場・申込み】①～③⑤は7月17日(火)から、④は8月1日(木)までに電話または直接、同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。①～③は先着順。④は応募者多数の場合は抽選。

③冷え対策講座

【日時・定員】8月13日(月)午前10時～12時(30名)
【内容】冷えが身体に与える影響と、対策につながる運動・食事の方法
④**らくらくスマートフォン体験講座(初心者向け)**
【日時・定員】8月16日(木)・19日(日)午前10時～12時(各回20名)
【内容】電源の入れ方、アプリ・インターネットの使い方(講師はNPO法人竹帚の会)

⑤楽しい旅教室

～はじめての北インド巡り編
【日時・定員】8月23日(木)午後2時～3時30分(35名)
【内容】旅行の注意点と観光ポイント(講師は㈱エイチ・アイ・エス新宿本社営業所) ……<以下共通> ……
【会場・申込み】①～③⑤は7月17日(火)から、④は8月1日(木)までに電話または直接、同館(西新宿4-8-35) ☎(3377)9380へ。①～③は先着順。④は応募者多数の場合は抽選。

③冷え対策講座

【日時・定員】8月13日(月)午前10時～12時(30名)
【内容】冷えが身体に与える影響と、対策につながる運動・食事の方法
④**らくらくスマートフォン体験講座(初心者向け)**
【日時・定員】8月16日(木)・19日(日)午前10時～12時(各回20名)
【内容】電源の入れ方、アプリ・インターネットの使い方(講師はNPO法人竹帚の会)

◆高田馬場地域交流館

●**田辺鶴遊講談会**
～馬場演芸寄席番外編
【日時・定員】7月22日(日)午後2時～3時30分(50名)
【出演】田辺鶴遊・宝井琴柑(いずれも講談師)
【会場・申込み】当日直接、同館(高田馬場1-4-17) ☎(3200)5816へ。

【日時】8月4日(土)午後1時～4時
【会場】各区分図書館
【問合せ】中央図書館へ。
●**平和祈念「千羽鶴」づくり**
恒久平和を願い、千羽鶴を作ります。
【日時】7月20日(金)～8月26日(日)(休館日を除く)
【会場・申込み】当日直接、四谷図書館へ。
●**平和講演会**
【日時】8月4日(土)午後1時～4時

【日時】7月20日(金)～8月26日(日)(休館日を除く)
※下落合図書館は7月18日(水)から、角筈図書館は8月25日(土)まで
【日時】7月29日(日)午後1時30分～3時30分
【会場】下落合第二地域センター(中落合4-17-13)
【対象】小学4～6年生、50名
【内容】ホビークラフト(船体を浮遊させて走行する乗り物)を制作しながら機体が浮き上がって走る仕組みを学ぶ(講師は)

【日時】7月29日(日)午後1時30分～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2) ☎(3365)4755
【内容】映画「かけはし」(1時間35分。韓国語音声・日本語字幕)の上映と講話(李秀賢「S.ヒョン」さんを忘れない!「日本の架け橋を夢見た青年の人生!」(講師は康熙奉/作家)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、北新宿図書館へ。先着50名。
●**中央図書館**
【日時・上映作品】▼8月2日(木)：「NHKスペシャル 沖縄戦全記録」(57分)▼4日(土)：「NHKスペシャル きょの雲」の下の何が起きていたのか(1時間4分)、いずれも午後2時から(午後1時40分開場)
【会場・申込み】当日直接、同館へ。各日先着30名。
【日時】8月3日(金)午後2時～3時

【日時】8月5日(日)午後2時～3時
【対象】小学3年生まで、20名(未就学児は保護者同伴)
【上映作品】「かわいそうなソウ」

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時
【対象】小学3年生まで、20名(未就学児は保護者同伴)
【上映作品】「かわいそうなソウ」

【日時】8月5日(日)午後2時～3時
【対象】小学3年生まで、20名(保護者の同伴可)
【上映作品】「キクちゃんとおオカミ」(45分)
【会場・申込み】当日直接、中央図書館へ。先着順。
●**鶴巻図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～3時
【対象】小学生まで、40名(保護者の同伴可)
【上映作品】「武器よさらば」(戦場よさらば)(1時間20分。英語音声・日本語字幕)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、同館へ。先着30名。
●**下落合図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～4時
【上映作品】「火垂るの墓」(1時間28分)

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【上映作品】「武器よさらば」(戦場よさらば)(1時間20分。英語音声・日本語字幕)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、同館へ。先着30名。
●**下落合図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～4時
【上映作品】「火垂るの墓」(1時間28分)

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【上映作品】「武器よさらば」(戦場よさらば)(1時間20分。英語音声・日本語字幕)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、同館へ。先着30名。
●**下落合図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～4時
【上映作品】「火垂るの墓」(1時間28分)

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【上映作品】「武器よさらば」(戦場よさらば)(1時間20分。英語音声・日本語字幕)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、同館へ。先着30名。
●**下落合図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～4時
【上映作品】「火垂るの墓」(1時間28分)

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【上映作品】「武器よさらば」(戦場よさらば)(1時間20分。英語音声・日本語字幕)
【申込み】7月18日(水)から電話または直接、同館へ。先着30名。
●**下落合図書館**
【日時】8月5日(日)午後2時～4時
【上映作品】「火垂るの墓」(1時間28分)

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

【日時】8月5日(日)午後2時～3時30分
【会場】北新宿生涯学習館(北新宿3-20-2)
【対象】小学3～6年生、20名(保護者の同伴可)
【内容】スライム、スライムボール、シリ、パティ(伸ばしたりちぎったりできるボールのように弾む合成ゴム製品)の製作実

図書館の催し

【日時】8月6日(月)午前10時～午後1時
【対象】小学生以上、20名(保護者の同伴可)
【内容】「父と暮せば」

【日時】8月6日(月)午前10時～午後1時
【対象】小学生以上、20名(保護者の同伴可)
【内容】「父と暮せば」

【日時】8月6日(月)午前10時～午後1時
【対象】小学生以上、20名(保護者の同伴可)
【内容】「父と暮せば」