



ここから始まる 仲間の和、地域の輪

いずみ

第238号

(令和6年11月5日)
コミュニティ情報

<https://fukuizu.org>



発行 / 永福和泉地区民センター協議会
☎03-5300-9412

— あなたも探してみませんか? —

福 i z 地域の 街歩き～歩けば見つかる 小さな 風景



催し物カレンダー まつり まつり イベント イベント 講座 講座

休館日カレンダー ㊄ 永福和泉地区民センター ㊄ 下高井戸区民集会所 ㊄ 方南会館 ㊄ ふらっと永福 ㊄ ふらっと方南

11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

※方南会館は工事のため1月6日から2月末まで休館



■「ふるさと和泉 みんなの夏祭り」に踊り手として参加 令和6年8月3日(土)

「ふるさと和泉 みんなの夏祭り」が杉並和泉学園で開催されました。当協議会は盆踊りの踊り手として参加しました。地域の子どもや大人とともに東京音頭や炭坑節、いずみ盆歌などを踊りました。



■「光源氏と私」の時代

令和6年8月6日(火)

猛暑の中、大勢の参加者で大盛況でした。平安時代の宮廷文学の背景を田中先生のわかり易い解説に、皆さんも満足されていました。



■「方南ぼんおどり」に踊り手として参加 令和6年8月17日(土)

「方南ぼんおどり」が方南小学校で開催されました。当協議会は盆踊りの踊り手として参加しました。地域の子どもや大人とともに東京音頭や炭坑節、杉並音頭などを踊りました。



■藍染体験小学生教室 令和6年8月24日(土)

地域の小学校で育成した「タデアイ」を使用して「たたき生葉染め(めん生地)」と「絞り生葉染め(シルク生地)」で自分だけのハンカチを作りました。「たたき生葉染め」は安全なハンマーで叩いてその生葉汁で染め上げるのですが、叩くのが楽しいと喜んで仕上げていました。



■「さざんかフェスタ」に参加 令和6年9月7日(土)

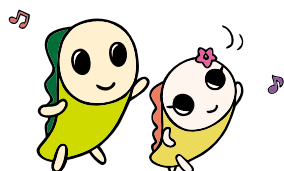
杉並和泉学園中学部有志が企画した「さざんかフェスタ」にお手伝いとして参加しました。



■西永福のあゆみを学ぶ

令和6年9月17日(火)

地元郷土史家である杉浦賢伍氏を講師に西永福を中心とした歴史を学びました。講座では昭和10年代における西永福駅南口の区画整理をはじめとした多くの話題が提供されました。会場からは、「地元に住んでいながら初めて知った」、「もっとこういう企画を実施してほしい」との意見が多くありました。



センターまつり 参加者募集

【募集】◆作品展示（絵・写真・書・手作り作品など）◆ショータイム（ダンス・演奏・その他パフォーマンス）
※1団体10名以下、20分以内 ◆物品・個包装済み食品の販売（非営利団体のみ）



【開催日時】令和7年2月16日(日) 10時～15時

【対象者】永福和泉地域区民センターを利用しているグループまたは周辺地域にお住まいの方（業者は不可）【申込方法】往復はがきに「センターまつり参加希望」と明記の上、団体・グループ名、代表者名（ふりがな）、住所、電話番号、参加内容（展示内容（パネル数など）、出演内容、出店内容）、参加人数・必要備品などを出来るだけ詳細にご記入ください。応募多数の場合は抽選となります。参加される皆様には後日、説明会のご案内を送付いたします。※申込はホームページでも受付けております。※申込は事務局窓口でも受付をしております。その際は、普通はがき（85円）をお持ちください。【締切日】12月5日(木)必着

案内

令和6年11月・12月講座案内

クリスマスの玄関飾り

今年のクリスマスは手作りで玄関をシックに飾ってみませんか？初心者の方もお手伝いをしますので大丈夫です。

【開催日時】令和6年11月30日(土) 13時～15時

【開催場所】永福和泉地域区民センター 3階工芸室

【講師名】ジュリアンフローラ1級 清家 眞弥(せいき まや)

【定員】20名(長)【参加費】3000円

【締切日】11月19日(火)必着

※高校生以上 ワイヤヤーが切れるニッパー、またはハサミ 持ち帰り用の袋(作品は高さ48cm×幅24cm)



イメージ

ハンドケアで家族と自分を癒しましょう

ハンドケアは手から手へ、安らぎや温もりを伝える架け橋です。ハンドケアのマッサージは簡単な技で効果大です。ゆっくりおしゃべりしながら、くらしのなかのストレスや疲れを癒しましょう。二人一組になって練習します。

【開催日時】令和6年12月3日(火) 13時30分～15時

【開催場所】永福和泉地域区民センター 第4集会室

【講師名】リンハンドケアセラピスト 竹内 喜美子(たけうち きみこ)

【定員】24名(長)【参加費】無料

【締切日】11月19日(火)必着

※持ち物 厚手のフェイスタオル2枚



福iZ・杉山公章 歌声サロン

歌声サロンは参加者が主役です。生演奏に合わせて懐かしい歌や、思い出の歌を皆さんと一緒に楽しく歌いましょう。健康維持や健康寿命の促進、地域の仲間づくりにぜひお役にあてていただきたいと思います。

【開催日時】令和6年12月16日(月) 14時～16時 【開催場所】浜田山会館・ホール 【講師名】音楽家 杉山公章

【定員】100名(長)【参加費】無料 【締切日】11月29日(金)必着



※開催場所の特記がない限り、全て永福和泉地域区民センターで開催します。
※講座はどなたでも参加できます。(参加対象者のある講座を除く。小学生以下の参加可能講座は保護者同伴)
●詳細は <https://fukuizu.org> をご確認ください。※(長)75歳以上の方は長寿応援ポイントの対象となります。

申込方法

往復はがきに希望講座名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・「いずみ」と明記し、返信用に住所・氏名を記入の上、各締切日（必着）までにお申込み下さい。はがきは1人1枚に限り、また、当協議会ホームページからお申込みできます。申込み多数の場合は抽選となります。

問合せ・宛先 永福和泉地域区民センター協議会
〒168-0063 杉並区和泉 3-8-18 ☎03-5300-9412

往信(表面)	返信(裏面)	返信(表面)	往信(裏面)
※ 85円 1680063 往信 杉並区和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター協議会	何も記入しないでください	※ 85円 ご自分の郵便番号 返信 ご自分の住所 ご自分の名前	①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 いずみ

講座の申込みは、事務局でも受付をしております。その際は、返信用の普通はがき（85円※）をお持ちください。※10月1日からはがきの郵送料が85円となっております。

杉並区立郷土博物館

国指定史跡復原整備完成記念 特別展 陽明文庫名品展「萩外荘」の日本画と香道具

国指定「萩外荘(近衛文磨旧宅)」の復原整備完成を記念し、かつて「萩外荘」にあった日本画(竹内栖鳳、横山大観、上村松園ほか)をはじめ、香道具(蘭奢待ほか)など、陽明文庫が所蔵する近衛家の名品を展示します。

令和6年11月2日(土)～令和6年12月15日(日) 会場 杉並区立郷土博物館 特別展示室

【時間】9時～17時

【休館日】月曜日、第3木曜日(祝日・休日の場合は開館、翌平日が休館日)

【観覧料】100円(中学生以下、障害者手帳等を提示の方およびその付添いの方は無料)、団体は20名以上で1名80円

【関連イベント】講演会「陽明文庫名品の魅力について」

【日時】12月7日(土)午後2時～午後4時 【場所】セッション杉並 1階展示室(杉並区梅里1-22-32)

【講師】名和修氏(公益財団法人陽明文庫 常務理事・文庫長)

【申込方法】東京共同電子申請・届出サービスより申込または往復はがきに「行事名、氏名(フリガナ)、年齢、住所、電話番号」を記入。11月26日(火)必着



申込みフォーム



健康フォーラム2024



健康寿命を延ばそう♡

令和6年

11月23日(土)

場所：永福和泉地域区民センター1階2階

時間：13時～16時30分

2階
会場

講演：これって認知症!?

～認知症の予防と対策～

13：30～14：30

体操：大宮前体育館トレーナーによる
カンタン筋トレで内側から元気

15：00～16：00

講師

古田 伸夫 医師

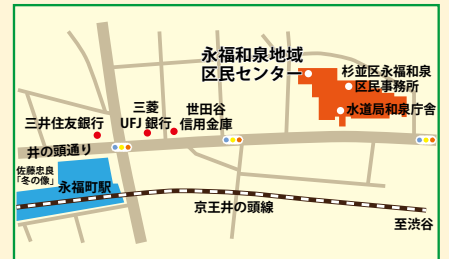
浴風会病院精神科医長
認知症疾患医療センター
センター長

申込み不要

入場無料

直接会場へ

ご自由に好きなコーナーに
ご参加いただけます



1階
会場

健康測定

血管年齢測定
認知機能セルフチェック
など

13：00～16：30

ケア 24 相談コーナー

13：00～16：30

健康相談

診察室では聞けないことを
何でも聞いちゃおう!

13：15～16：30

杉並区社会福祉協議会出張相談会

13：00～16：30 地域とのつながり方など



内山クリニック院長
医師 内山 克己氏

13：15～14：45



おおくらクリニック院長
医師 大蔵 勝弥氏

15：00～16：30

後援：杉並区医師会

協力：ケア 24 (永福・方南・堀ノ内・浜田山)
杉並区社会福祉協議会
大宮前体育館

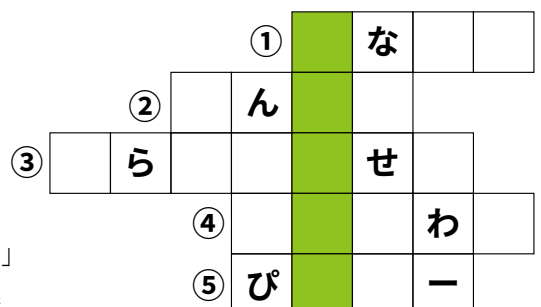
主催：永福和泉地域区民センター協議会



あたま
頭の
たい そう
体操

各番号のところに横に答えを入れてください。

- ①クリスマスの夜は、空を駆け回って大忙しです。
- ②鰻重にかけると美味しい香辛料。
- ③この鳥に話すと『ケララ～ケラケラ♪』と笑われます。
- ④「少しですけど、よろしかったら召し上がってください。」
- ⑤フランスとスペインの国境に連なる_____山脈



緑色の枠内の文字をつなげて。

答えはこの号のどこかに...