



な か ま

2026

vol. **306**

令和8年3月15日

RENEWAL

OFFICIAL SITE

ホームページをリニューアルしました！



デザインを一新！
スマートフォンでも
閲覧しやすく♪

イベントや講座も
ホームページから
お申込みいただけます。

協議会レポート

「防災シンポジウム2026」／「日本の伝統芸能“講談”を知ろう」／「股関節痛と向き合う」／「東南アジアの子供に教育を」／「館外研修」

Information

「ホームページリニューアルのお知らせ」／「西荻センターまつり2026開催報告」

地域のイベント

「善福寺北児童館もちつき大会」

REPORT 03

荻窪病院 秋の健康講座 「股関節痛と向き合う」

荻窪病院整形外科の石井齊宜医師に「股関節痛」の原因から治療法までを詳しく解説していただきました。股関節は、「歩く・立つ・座る」といった基本動作を支える重要な関節です。そのため、痛みや違和感が出ると日常生活に大きな支障をきたします。予防するには普段から適切なトレーニングを行うことが重要で、会場では理学療法士指導のもと、自宅で行える簡単トレーニングを参加者全員で実践しました。股関節の痛みに悩む方はもちろん、予防や日常生活の向上を目指す方にも役立つ内容でした。



REPORT 04

特別講座 「東南アジアの子供に教育を」

NPO法人アジア教育友好協会（AEFA）を立ち上げ、東南アジアの農村に342校もの学校を設立した谷川洋氏をお招きし、お話を伺いました。活動のきっかけは、定年退職後に友人から「学校建設を支援したい」という相談を受けたこと。「天命に出逢えた」と感じた谷川氏は、商社での経験を活かして構想を練りました。持続可能な支援の実現のために心がけたのは、その土地の人たちが自分たちの手で学校を作り上げること。「私はあくまでサポート役。村人全員が助け合うことで“自分たちの学校”ができます」と谷川氏。国際協力のあり方、第二の人生について、「何かやってみたい」という意欲が掻き立てられるお話でした。



REPORT 05

館外研修 「国立極地研究所／立川防災館」

館外研修として、国立極地研究所と立川防災館へ。国立極地研究所では、雪上車や観測機器の実物展示など、南極での研究成果や活動を学びました。立川防災館では、火災の煙からの避難体験、VRでの大地震と台風の疑似体験をし、「知っている」と「体験する」では全く違う。防災への危機意識が高まりました。



お知らせ

「ホームページを
リニューアルしました！」



デザインを一新し、イベント情報やお知らせはこれまで以上に見やすく、スマートフォンやタブレットからも閲覧しやすくなりました。地域の皆さまとのつながりを大切にしながら、さまざまな情報を発信していきます！

開催報告

「西荻センターまつり2026」
たくさんのご来場ありがとうございました！

各催しや展示、ステージプログラムなどを通して、交流の輪が広がる楽しいイベントとなりました。これからも人と人がつながる場所として、地域に寄り添った活動を続けていきます。当日の様子などは次号掲載。お楽しみに！



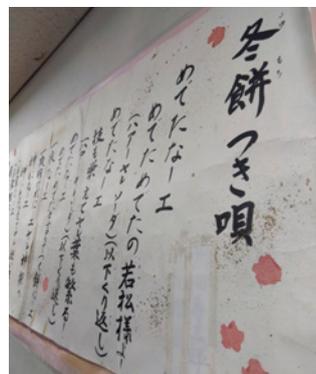
地域のイベント

PICK UP!

善福寺北児童館
「もちつき大会」



1月25日(日)、善福寺北児童館でもちつき大会が開催されました。新町町会と善福寺町会が協力して継承してきた伝統行事は今年が40回目。あつあつの炊き立てもちの甘いいい香りが会場いっぱいに広がります。地域で歌い継がれる「冬餅つき唄」が流れる中、杵が威勢よく振り上げられると、子どもたちから「よいしょ！よいしょ！」と元気な掛け声が上がりました。里芋、人参、大根など、具たくさんのお雑煮は体の芯から温まりました。



お知らせカレンダー

● イベント ● 講座

【休館日】

■ 西荻地域区民センター

● 西荻南区民集会所

開館時間 9:00 ~ 21:00

3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				

4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		

5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

▲令和8年度定期総会は5月22日(金)に開催いたします。



任期：1期2年（原則2期4年まで）
活動日：委員会・イベント実施日など月数回程度
活動場所：西荻地域区民センター・イベント実施場所
対象：西荻地域および近隣に在住・在学・在勤ボランティア活動のできる方
*交通費等経費に当たる活動費が支給されます。

【お問い合わせ】
西荻地域区民センター協議会 事務局
TEL：03-3301-0815
Email：nckn1@nishiogi-kyogikai.org



WEB応募はこちら

西荻地域区民センター協議会

〒167-0034 杉並区桃井4-3-2
TEL.03-3301-0815
<https://nisiogi-kyogikai.org/>

西荻南区民集会所 (旧西荻北児童館)

〒167-0042 杉並区西荻北1-9-5
TEL. 03-3397-7311

西荻協議会

検索

