

ぬまぶくろ

No.350

発行：沼袋区民活動センター運営委員会 住所：中野区沼袋2-40-18
TEL: 03-3389-4572 FAX: 03-3389-4635 Eメール: info@nakano-numabukuro.gr.jp

旧沼袋小学校プールを有効活用し地域の憩いの場になるようにと始まった「みんなのぬまほり」も今年で四年目を迎えます。今年度はプールの中に入れて替えきれいな水の中で魚も元氣よく泳いでいます。ゆったりとした時間として「ぬまほり」が流れている「ぬまほり」を一度のぞいてみませんか？



夏のイベント

打ち水やります!!

8/1 (木) 午前10時～丸山塚公園
※雨天時 8/2 (金) に順延
ふたに穴をあけた空のペットボトルをご持参ください。詳細は後日おしらせ板に掲示するポスターをご覧ください。

キッズ・プラザ江古田

キッズミニ縁日や熱中症対策講座などのイベントが盛りだくさん、遊びにきてね♪
※他にもいろいろなイベントがあるよ!!
詳細はキッズ・プラザ江古田まで
☎03-3385-7955

キッズ・プラザ緑野

・夏のわくわく体験
「真夜中のドキドキめいろ」
7/23 (火) 午後2時30分～4時30分
暗いめいろでスタンプラリーをします!
対象：小学生とその保護者
参加費：無料 申込み：7月6日(土)～
・東森さんの「アクセサリーづくり」
8/2 (金) 午後2時～4時30分(でき次第終了)
対象：小学生 定員：20名
参加費：無料 申込み：7月22日(月)～
※他にもいろいろなイベントがあるよ!!
詳細はキッズ・プラザ緑野まで
☎03-5345-7470

沼袋東☆子どもキラキラまつり

7/20 (土) 午後5時30分～
沼袋幼稚園園庭(雨天時7/21(日)に順延)
夜店屋さんや模擬店、戦隊ヒーローショー、太鼓の演奏、子どもダンス、花火
主催：沼袋東子どもと共に進む会
共催：沼袋町会・禅定院通商栄会
問合せ：吉野 3388-7299

つつじ会館納涼祭

8/19 (月) 午後1時～2時
沼袋高齢者会館(つつじ会館)1F 和室
～マジックの世界へようこそ～
不思議の国へご招待!
参加費無料 先着40名
直接会館へお越し下さい

氷川神社例大祭

8/24 (土)・25 (日)
沼袋氷川神社
神輿・奉納演芸・露店屋台など
主催：沼袋若者睦会

納涼盆踊り大会

8/24 (土)・25 (日)・26 (月)
丸山塚公園
盆踊り・露店屋台など
主催：江古田商和会・江古田四丁目町会

ラジオ体操

- 沼袋幼稚園
7/21 (日)～7/30 (火)
午前6時30分～6時50分
主催：沼袋町会
- 沼袋西公園
7/21 (日)～7/30 (火)
午前6時30分～6時45分
主催：沼袋親和会
☆我が町クリーン大作戦☆
7/27(土)午前7時～8時30分
ラジオ体操終了後に行きます。タオル・帽子・軍手をご持参ください。
- 丸山塚公園
8/1 (木)～8/7 (水)
午前7時～7時15分
主催：江古田四丁目町会
子どもと共に進む会

デイキャンプ

7/28 (日) 午後3時30分～7時(予定)
※雨天決行(台風以外)
丸山塚公園・沼袋区民活動センター
飯ごう炊さん・カレー作り・ゲーム
費用：大人200円・幼児子ども100円
主催：江古田四丁目町会子どもと共に進む会
問合せ：花田 090-7287-4580

百観音献灯会

7/28 (日) 午後6時～9時 百観音明治寺
献灯会法要・ガムラン演奏と舞踊およびワヤン・クリ(影絵芝居)・ミニ夜店など
お灯明 500円(ユニセフ募金協力・災害復興支援)

楽しい夏休みにするため!!

※いかのおすし一人前
いか…しらなひとほついで「いか」ないの…しらなひとくるまに「の」らなひお…だすけて「お」おんせむけぶす…こわいことがあったら「す」くじけるし…おとなのひつに「う」うたね一人…そこであそぶときは「あそび」あそびない前…でかける「まね」はだたや、あそぶかおうちのひつにさせる
※子ども110番の家
目印となるステッカーが貼られている店舗や一般家庭の場所を子どもと一緒に確認しておきましょう。

ちょっと待って!!

※振り込め詐欺の被害にあわないために…
「区役所」「還付金・給付金」携帯をもってATMなどの予兆電話や不審な電話がかかってきたらすぐに110番や野方警察署へ電話してください。
★還付金詐欺
区役所の職員などを装って「医療費を還付します」と騙し、お金を振り込ませる。
★警察官・銀行員・デパート店員を装った詐欺
「あなたの口座が振り込め詐欺に使われています」「このままだと預金が下せなくなる」「銀行協会の職員を伺わせます」などと言い、言葉巧みに通帳とキャッシュカードを受け取りに来ます。更に「手続きをスムーズに行うためだ」といってキャッシュカードの暗証番号を聞き出します。

※こんなメールやハガキに要注意!!

◎携帯電話にきた請求メールや消費生活センター等になりすましたハガキや手紙に要注意!!
「総合情報サイト情報料未納」「退会手続がされていない」「個人情報削除金」などの請求メールや「料金の未払い・契約不履行」「管轄裁判所に訴状申し立て」「差出人〇〇消費生活センター」などの心当たりのないハガキ・手紙が届いた場合、架空請求詐欺の疑いがあります。記載された連絡先へは連絡してはいけません。現金の振り込みを要求される場合があります。

不審を感じたらすぐに野方警察署 3330-0119へ



沼袋区民活動センター 運営委員会事務局 ☎3389-4572

～ぬまぶくろ夏休み子ども体験講座～

◆夏休み工作教室「バルーンフラワー体験」

～ふくらませない風船でアイスクリームを作っちゃお～

日時：7/22（月）

・午前9時30分～11時30分
低学年(1～3年生)の部

・午後1時～3時
高学年(4～6年生)の部

場所：沼袋区民活動センター1F 洋室2・3号

講師：福田 留美氏 (Tokyo Balloon Flower 認定講師)

材料費：低学年(1～3年生)150円
高学年(4～6年生)200円

募集期間：7/10（水）～16日（火）

募集人数：各回10名 ※定員になり次第〆切

◆夏休み工作教室「LED岩塩ランプ作り」

日時：8/1（木）・2（金）午後2時～4時
(2日間のコースです 両日ともに来られる方を対象とします)

場所：沼袋区民活動センター1F 洋室2・3号

材料費：1,000円

対象年齢：小学4年生以上

(3年生以下は保護者の同伴をお願いします 未就学児はご遠慮ください)

募集期間：7/10（水）～16日（火）

募集人数：20名 ※定員になり次第〆切

◆夏休み 子どもわくわくクッキング

「夏はやっぱりカレーだね!!」

日時：8/5（月）午前10時～午後1時

場所：沼袋区民活動センター 2F 調理室

講師：中野区フリー活動栄養士会

材料費：200円 対象年齢：小学生

募集期間：7/10（水）～16日（火）

募集人数：16名 ※定員になり次第〆切

◆みんなで元気に“ヨガ”しよう!

日時：7/23（火）午前10時～11時

場所：沼袋区民活動センターB1F 音楽室

講師：大岩 麻世 (RYT全米ヨガアライアンス取得)

参加費：無料 (60歳以上の方が対象です)

申込：受付中

募集人数：15名 (定員になり次第〆切)

※全て申込は上記電話番号へ

2019 丸山塚まつり 10/19（土）～10/27（日）

今年も一緒にまつりを盛り上げてくれるボランティアを募集します。詳細は沼袋区民活動センター運営委員会事務局まで ☎3389-4572

沼袋高齢者会館（つつじ会館）

☎・FAX3387-7381

◆介護予防講座「認知症予防の為に」

日時：7/29（月）午後1時～2時

場所：沼袋高齢者会館（つつじ会館）1F 和室

江古田地域包括支援センター職員から、脳の活性化に役立つ話を聴き軽い体操と脳トレを行います。

参加費：無料

先着40名、当日直接会館へお越しください。

●三療サービス（はり・灸・マッサージ）900円・60歳以上の区民の方対象

【沼袋区民活動センター ☎3389-4571】 7/17(水)・8/21(水)・9/18(水)

【沼袋高齢者会館（つつじ会館） ☎3387-7381】 8/13(火)・9/10(火)

●集会室抽選会 【問合せ ☎3389-4571】

9月分 7/16(火) 11月分 9/17(火)

10月分 8/19(月)

ぬまぶくろ FOCUS



健康講座 トリム体操

沼袋七夕展

◆平成31年度運営委員会委員◆

- 会長 笹川五郎 (江古田四丁目町会)
- 副会長 小野 武 (沼袋町会)
- 副会長 北原奉昭 (沼袋親和会)
- 総務 岡安 進 (沼袋親和会)
- 総務 納谷光和 (沼袋町会)
- 会計 松本真由美 (沼袋親和会)
- 会計 小池修平 (江古田四丁目町会)
- 監事 川上 宏 (沼袋町会)
- 監事 岡田 茂 (江古田四丁目町会)
- 長谷川嘉昭 (沼袋親和会)
- 吉田真壽 (江古田四丁目町会)
- 砂井静子 (青少年育成沼袋地区委員会)
- 狩野景茂 (亀鶴会)
- 吉野順子 (沼袋東子どもと共に進む会)
- 花田悠充 (江古田四丁目町会子どもと共に進む会)
- 小山奎子 (ポコ・ア・ポコ)
- 覧具順子 (地域ニュース編集委員)
- 伊藤嘉規 (沼袋親交会)
- 宇佐見道夫 (江古田商和会)



よろしくお願いします

～お知らせ～

2018年7月公布の改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例に伴い、2019年7月1日より障害者福祉会館・沼袋区民活動センターは敷地内禁煙となりました。ご理解ご協力よろしくお願いします。

わが町この人

「町会ってなに?」「入るん何かい?」あるの?」
分からない事、疑問など何でも聞いてください。
大人も子どもも幸せに暮らせる町、「任せて良かった」と思える町への
皆さんと共に進めたいと思います。

沼袋町会では年間を通じて町のさまざまな行事に携わっています。
また、野方警察署や野方消防署と連携し防犯・防災にも力を入れています。
昨今では町会加入世帯の減少が話題になっています。見える町会、分かりやすい町会運営を目指し、日々課題と向き合っています。

沼袋町会では年間を通じて町のさまざまな行事に携わっています。
また、野方警察署や野方消防署と連携し防犯・防災にも力を入れています。
昨今では町会加入世帯の減少が話題になっています。見える町会、分かりやすい町会運営を目指し、日々課題と向き合っています。

沼袋町会では年間を通じて町のさまざまな行事に携わっています。
また、野方警察署や野方消防署と連携し防犯・防災にも力を入れています。
昨今では町会加入世帯の減少が話題になっています。見える町会、分かりやすい町会運営を目指し、日々課題と向き合っています。



「見える」町会運営を目指して
沼袋町会 会長 小野 武さん

◆運営委員会だより◆

- 5/27 健康講座 トリム体操 (共催)
- 6/4 地域ニュース7月号企画会議
- 6/6 総会
- 6/18 地域ニュース7月号編集会議
- 6/20 役員会
- 6/20 丸山塚まつり実行委員会
- 6/25～7/7 沼袋七夕展(主催)
- 6/27 ハーブの虫よけスプレー作り(共催)
- 7/10 地域ニュース7月号発行

歴史民俗資料館

☎3319-9221 FAX3319-9119

◆コーナー展

「昭和の東京オリンピックと中野の暮らし」

会期：6/26（水）～8/4（日）

昭和39（1964）年に開催された東京オリンピックは、その前後の人々の暮らしに大きな影響を与えました。当時の写真や生活用品から、オリンピックと中野の人々の暮らしを振り返ります。



中野を走る聖火リレー 1964

◆企画展

「井上円了 没後100年展～円了の妖怪学～」

会期：7/23（火）～8/31（土）

東洋大学の創始者・井上円了の没後100年を迎えるにあたり「妖怪博士」として名高かった円了の妖怪学とはどのようなものだったのかを紹介いたします。

★天狗像・幽霊像 初公開!

～ギャラリートーク 展示解説～

8/10（土）、8/31（土）

各日午後2時～2時45分 参加無料

～ワークショップ「妖怪あんどん」～

妖怪の描かれた絵巻ものから、あんどん作りをします。

8/11（日）午後1時30分～3時

事前申込制 定員20名 (応募者多数の場合は抽選)

小学生～一般 参加費無料

申込期間7/23（火）～8/4（日）必着



天狗像