支えあい共につくる

電子証明書を利用(e-Tax等)

「コミュかる」が折り込まれています

発行/杉並区 編集/広報課

233312-2111 区の代表電話

安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並 FAX3312-9911 (広報課直通)

〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1 http://www.city.suginami.tokyo.jp/

広げよう、思いやりの輪

12月6日印午前10時~午後3時

セシオン杉並(梅里 1 - 22 - 32) 場

下記参照 内 容



▲絵=あすなろ作業所「マングローブ」一同

11月30日(月)~12月6日(日)は杉並区障害者週間です。「障害者週間」とは障害者の福祉について関心と理解を深めるとともに、障害者がさま ざまな活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として設けられた期間です。

区では、この期間に「ふれあいフェスタ2015」を開催します。講演会や美術展・模擬店などの催しを一緒に楽しみながら、お互いへの理 解と思いやりを深めましょう。ぜひ、ご参加ください。 ――問い合わせは、障害者施策課管理係へ。

講演会

みんながお互いを大切にする社会を 目指して~障害者差別解消法について

28年4月から「障害者差別解消 法」が施行されます。障害を理由 とする差別とは何か、どのような 配慮が必要なのか、障害のある方 もない方も一緒に考えてみましょ



時午後1時~2時30分場ホール師上智大学総合 人間科学部社会福祉学科教授・大塚晃(上写真)

〈セシオン杉並での催し〉

(
時間	時間内容					
午前10時~午後2時	●模擬店 区内障害者団体・施設による焼きそば、とん汁、パン、お菓子などの食べ物や、手芸品、カード類などの生産品の販売を行います。 ●物産展 新潟県小千谷市の新鮮野菜やソバ・お米などを販売します。 ●被災地障害者支援販売 被災地の障害者を応援するため、福島県南相馬市などの障害者作業所の自主生産品を販売します。	屋外				
午前10時~正午	バルーン・アート、似顔絵コーナー、口と足で描く芸術家協会デモンス トレーション	展示室				
午前10時10分~11時15分	手話ダンス、エイサー、手話コーラス ▷ 出演= 手話ダンス YOU&Ⅰ、ハイサイチャンプルー伏見組、杉の会	中庭				
午前11時30分~正午	障害者自立生活者·自立支援功労者表彰式	ホール				
シルロの工品体により、味明は中央、ヘ月が亦ましたスポヘガナリナナ						

※当日の天候等により、時間や内容、会場が変更となる場合があります。

その他の催し

● セシオン杉並展示室~ふれあい美術展

区内の特別支援学級・特別支援学校や障害者団体、障害者施設の皆さん が制作した作品を展示します。また、「ふれあい運動会」「ふれあいフェス タ」ポスター原画応募作品も併設展示します。

時12月4日金~6日(日)午前10時~午後4時(6日は3時まで)

●区役所2階区民ギャラリー~障害者団体・施設のパネル展

区内の障害者団体や施設の活動を紹介するパネルを展示します。 **時**11月30日(月)~12月4日(金)午前8時30分~午後5時(4日は3時まで)

●区役所青梅街道側入り□前~障害者のつくる品物フェア

クリスマスリースやカレンダー、パンやお菓子など、区内の障害者施設 で作った手作り商品が一堂に集まります。

喝12月3日休午前11時~午後2時(雨天中止) 問障害者生活支援課

理的配慮」といいます)が求められていま まちづくりをさらに進めていきたいと考え 方への十分な配慮に基づいて提供されてい 际に妨げとなることに対して、区や事業者 障害のある方が施設やサービスを利用する が。この法律では、障害のある方に対する います。 間事業が開催されます。 -当な差別的取り扱いが禁止されるほか、 かを常に点検しながら、 障害者の権利に関する条約」の理念の普 過ぎない範囲で対応すること(これを「合 皆さんは、 のには、まだまだ不便なことがあると 人がそれぞれの人格と個性を尊重し、地 合うことから思いやりの輪を広げ、 12月上旬には、 かかわらず、誰もが安心して住みやすい 啓発に努めるとともに、区 法」が施行されることをご存じでしょう が、障害のある方が地域で暮らしてい 思いやりの輪」です。お互いを理解 わが国が26年1月に批准した 28年4月から「障害者差別解 毎年恒例となった障害者 必要かつ負担にな 障害のあるなし 合言葉は「広げ の施設や事



杉並区長

が支え合

からの

問杉並年金事務所☎3312

1 5 1

金

お知らせ

国民年金第3号被保険者

の

税) 夜間電話相談 住民税 (特別区民税·都民

〈国民年金第3号被保険者に関する届け出〉

(四八千亚分 0 万)以外陕省 10 因 9 3 届 17 四/						
こんなとき	被保険者の種別	手続き先				
配偶者である第2号被保険 者が会社を退職したとき						
配偶者である第2号被保険者の扶養からはずれたとき	第3号→第1号※	区国保年金課国 民年金係(区役				
配偶者である第2号被保険 者と離婚したとき	ありち マ あしち※ 	所中棟2階)、 区民事務所				
配偶者である第2号被保険者が65歳になったとき						
本人(第3号被保険者)が 就職して厚生年金に加入し たとき	第3号➡第2号	本人の勤務先				
配偶者である第2号被保険者の勤務先が変わったとき	第3号 → 第3号 (種別は変更ない が届け出は必要)	第2号被保険者				
本人の住所や氏名が変わったとき		(配偶者)の勤 務先				
本人の年金手帳を紛失した とき(再交付の申請)						

※第1号被保険者とは、20歳以上60歳未満の自営業、学生、アルバイトの方などで、第2号・第3号被保険者以外の方。

27 年度

問経理課庁舎管理係

その他

杉並区スポーツ栄誉章

現在区では、より分かりやすく使いやすい公 ームページを目指して、全面リニューアル

の準備を進めています。新しいホームページは

28年1月中に運用を開始する予定です。詳細 「広報すぎなみ」等でお知らせします。

間広報課ホームページ担当

粗大ごみ受付センターからのお知らせ

設備メンテナンスのため、以下の通り、粗大ごみの受け付け

問杉並清掃事務所☎3392 - 7281、同事務所方南支所☎3323 - 4571

毎年表彰しています。制度、推 でにスポーツ振興課事業係 大会で優秀な成績を収め、区の の問い合わせは、12月25日ま ポーツ振興に寄与された方を 全国や東京都などの各種競技

を一時休止します。 【休止時間】

◇電話=11月29日(日)終日

◇インターネット・ファクス

=11月28日(土)午後8時~29日(日)午後7時

※作業の進捗により時間が前後する場合があります。

₩ 広報

所へお問い合わせください 各手続き先または杉並年金事務 きの届け出以外に、左表の場合 に届け出が必要です。詳細は、 申し込みはできません。 第3号被保険者に該当したと

付加保険料や国民年金基金

納付することはありません。ま

制度が負担しますので、個人で

ます。国民年金保険料は、第2 号被保険者が加入している年金

を募集します。 非常勤職員 28年4月から働く非常勤職員

覧ください▽募集案内配布場所 件などの詳細は、募集案内をご 募資格、申し込み方法、勤務条 日まで③28年1月7日まで/応 ②嘱託員 (月8日) ③パートタ イマー▽**募集期間=**①②12月10 四職種=①嘱託員 (月 16日

그 区

ーアル工事を行います。役所地下駐車場のリニ

をご利用ください。 駐車場のリニューアル工事を行 台数が減るため、公共交通機関 います。工事期間中は駐車可能 区役所地下駐車場内機械式 月1 日~28年3月15日の

険者(配偶者)の勤務先になり 届け出は配偶者勤務先へ 加入手続きは、第2号被保

年金に加入することになりま いる20歳以上60歳未満の配偶者 は、第3号被保険者として国民 加入している方)に扶養されて 第2号被保険者 (厚生年金に

30分圓納税課☎5307-06 方を対象に、住民税の納付相談 3 4 6 を受け付けます。 **B**11月27日途午後5時 昼間に納税課へ連絡できない

8~8時

を目指してみんなで考え、実践

0 7 |

06637°

問い合わせは、

交通対策課自転車対策係☎53

スポーツによる地域づくり

杉並区スポーツ推進委員

募集します

採用情報

区立児童館・学童クラブ

までにスポーツ振興課へ郵送・ 円▽募集人数=50名図区内在 28年1月15日午後5時(必着) 施設で配布)に小論文を添えて、 の方申申込書(スポーツ振興課 常勤職員▽報酬=月額8000 3月31日▽**身分=**教育委員会非 していきます。 〈区役所東棟6階〉、区内体育 **№任期** = 28年4月1日~30年

ます。

閉鎖中は、

年3月31日の間、

転車駐車場

テーマは募集要項参照

持参問同課他活動内容や小論文 利用ください。 代替施設情報

30分~午後7時。土曜日午前 施設形態=2段ラック 時30分~午後5時。日 管理事務所=平日午前6時 利用時間=2時間オー **所在地**=高円寺南 ·祝日午前8時~午後5時) プン 52 曜

50-2) は、12月1日~8 工事に伴い、高円寺東高架 JR東日本の高架橋耐震補 (高円寺南4 代替地をご 一時閉鎖し 環状七号線 現在地 閉鎖=11月30日 再開=28年4月1日(予定) 代替地 期間=12月1日~ 28年3月31日(予定) 童青少年課管理係☎3393 ページからも取り出せます間児―56―3)、児童館/区ホーム

12月1日~28年3月31日 高円寺東高架下自転車駐車場をご利用の方へ

替地をご利用くださ

高円寺駅周辺にある配電用地上機器(電線類を地中化するため の装置。通称トランスボックス)をキャンバスに、高円寺の地域 資源をモチーフにしたアートデザインを募集します。入選作品 は、28年3月中に高円寺駅周辺の配電用地上機器に貼り付ける形 で複数年展示します。

☑テーマ①「東京高円寺阿波おどり」②「高円寺の文化」/募 集の詳細は、高円寺トランスボックスラッピング実行委員会事務 局**m**http://www.tboxdesign.jpn.org参照**申** 中込書(12月1日 からまちづくり推進課〈区役所西棟3階〉、セシオン杉並〈梅里1 -22-32〉、高円寺図書館〈高円寺南2-36-25〉、座·高円寺 〈高円寺北2-1-2〉、同事務局で配布。同事務局ホームページ からも取り出せます)と未発表のデザイン画を、12月1日~28年 1月22日(必着)に高円寺トランスボックスラッピング実行委員 会事務局(〒166-0003高円寺南3-57-10パルプラザ4階東京高 円寺阿波おどり振興協会事務所内) へ郵送問同事務局☎3312-2728個入賞者には副賞あり。結果は28年3月1日、同事務局ホー ムページで発表。受賞作品の権利は主催者に帰属します。データ は返却しません



区が今年の2月に調査したところ、 約3割の配電用地上機器に落書きがさ れていました。区は、東京高円寺阿波 おどり振興協会と連携し、3基の配電 用地上機器に阿波おどりをモチーフと した装飾を施したところ、落書きがさ れなくなるとともにまちの美観向上が 図られ、地元の方やまちを訪れた方々 から好評を博しました。

を震災救援所(震災時の避難・ 救援活動の拠点)としており、 震災時に備えて各震災救援所 で訓練を実施しています。 で訓練を実施しています。 担月に訓練を実施する震災 救援所は下表のとおりです。 は身を守ります。 ください。 間 防 災 課

7411 -	,,,,					
〈12月の震災救援所訓練日一覧〉						
実施救援所	日時					
西田小学校	5 日生)午前 9 時30分~11時					
富士見丘小学校	5日出午前9時30分~正午					
四宮小学校	5日生)午前10時~正午					
桃井第五小学校	5 日出午前10時~午後 0 時 30分					
荻窪中学校	5日出午前10時30分~11時 30分					
堀之内小学校	19日生)午前10時~正午					
※開始・終了時間は状況で変更になる場合あり						

●発行日…毎月1日・11日・21日 ● 参杉並区役所☎3312−2111(代表)〒166−8570阿佐谷南1−15−1

※申し込みは「広報すぎなみ」の発行日から(指定があるものを除く)。 ※市外局番「03」の表記を省略しています。

震災救援所

訓 練 にご参加 くださ

の人権が脅かされる状況が数多 買春や児童ポルノなど、子ども

く発生しています。

4 日 日は

考えよう 相手の気持ち

さまざまな場面で一人一人がその意義や重要性を考え、普段から人権への配慮が行 えるような意識を育てていくことが大切です。 めの権利です。この欠かすことのできない権利が尊重される社会を実現するため、 誰もが生まれながらに等しく持っている、人として幸せな生活を営むた 問い合わせは、総務課へ。

ネットワーク推進係☎5307

過障害者施策課管理係・地域

愛がどういう対象に向かうのか性的指向とは、人の恋愛・性

①講演と映画の集いin練馬

何かにときめいていよう(女優

②講演と映画の集いin稲城

閩12月8日巛午後1時30分~5時(予

子)▷映画=「わが母の記」2592名(先

閏12月13日(日)午後1時30分~5時(予

定)圆稲城市立:プラザ(稲城市若葉台

2-5-2) 🗗・🗊 講演=子どもの才能

の見つけ方、伸ばし方(ピアニスト辻井

伸行氏の母・辻井いつ子) ▷映画=「そ

場練馬区立練馬文化センター(練馬 区練馬1-17-37) 🛛 · 師講演=いつも

- 0783FAX5307 - 077

行える、障害のある人もない人 できるよう配慮や適切な支援が

判を受けることができるように

下、性別の取り扱いの変更の審

法」が施行され、一

定の条件の

16年には「性同一性障害特例

障害のある人が住み慣れた地

も共に生きる社会を築いていき

犯罪被害者とその家族の

3

性愛、両性愛を指します。

を示す概念を言い、異性愛、

同

害かつ犯罪 などからの暴力) は人権侵 DV(配偶者、パートナー

ず、精神的、性的、経済的暴力

の相談)/特別支援教育課(済

うライン☎5929-1901

(児童虐待の相談・連絡) /ゆ

間相談窓口=子ども家庭支援

(そのほか子どもや保護者から

DVには身体的暴力のみなら

するためには、暴力行為は絶対 の写し等の発行を制限できる場 危険が生じるときなど、住民票 にあってはなりません。 決すべき問題です。男女が社会 の問題ではなく、社会全体で解 等も含まれます。当事者間だけ 住所を加害者に知られることで 合があります。事前にお問い合 の対等なパートナーとして活躍 DV被害者が、引っ越し先の 電話レスキュー☎0120-9 311-0023 (主に保護者 アプリ「すぎなみネットでトラ らの相談)/スマートホン向け 25-0119 (主に子どもか 49-466 \$080-88 からの相談)/すぎなみいじめ 教育センター・教育SAT☎3 談☎3317-1190/済美 ☎3311-1921、電話相 美教育センター内)=来所予約

スマートホン向けアプリ「すぎなみネットでトラブル解決支援システム」



どもの問題行動は、子どもから

家族や周囲の大人から見た子

ます。様子がいつもと違うと感

「助けて」のサインでもあり

▲iOS版



子どもの人権を守ろう

子どもの虐待、いじめ、児童

票等の取り扱い=区民課

進センター☎3393-471

福祉事務所、警察署▽住民

ます)

Rコードからダウンロードでき どもからの相談専用窓口。左Q

ブル解決支援システム」(主に子

閰相談専用電話=男女平等推

▲Android版

共生社会の実現を目指して 心して暮らすことができる

を「障害を理由とする差別」と 扱い」と「合理的配慮の不提供」 して規定し、私たち一人一人 解消法」では、「不当な差別的取 に、それぞれの立場における差 28年4月施行の「障害者差別 高齢者の尊厳ある暮らし

ょう。虐待を受けたと思われる ます。長い介護負担などが理由 談ください。 高齢者を発見した場合は、ご相 温かく見守り、孤立を防ぎまし 受ける場合などがあります。 護保険施設等において職員から で家族等から受ける場合と、介 年金搾取といった行為も含まれ 言悪口、脅し、嫌がらせ、無視、 力による虐待だけではなく、暴 高齢者や介護する方を地域で 高齢者虐待とは、身体的な暴

ンター(家族等から)/介護保 宅支援課地域支援係☎5307 0648、各地域包括支援セ (介護保険施

障害の有無にかかわらず安

性とこころの性が一致しないた 別をなくし、 め、社会生活に支障がある状態 ◇性同一性障害者 性同一性障害とは、

間相談・通報窓口=高齢者在

わせください。

性的少数者に対する差 \$5307-0620 課男女共同・犯罪被害者支援係

性同一性障害の方や異性愛以

◆人権擁護委員						
氏名(住所)						
安部陽一郎(南荻窪)	西脇世津子(成田東)					
今里恵子(上荻)	三浦範子(西荻北)					
大川康徳(荻窪)	宮島盛隆(天沼)					
白石光征(下井草)	矢澤久美子(阿佐谷北)※					
高石昌子(成田東)	横山正(荻窪)					
田中載枝(本天沼)	吉槗正美(和泉)					
西村壽一(永福)	※子ども人権委員。					

◆みんなの人権110番	☎ 0570 − 003 − 110
◆女性の人権ホットライン	☎ 0570 − 070 − 810
◆子どもの人権110番	☎ 0120 − 007 − 110

◆インターネット人権相談

■http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.

◆東京都人権プラザ

・四一般相談=月~金曜日午前9時~午後 5 時 ▷ 夜間相談 (☎3871 - 0212のみ) = 火曜日 午後5時~8時▷法律相談(要予約)=火曜日 午後1時~4時(第4週は電話相談)/いずれ も祝日・年末年始を除く即電話で、東京都人権 啓発センター

◆夜間人権ホットライン(弁護士による夜間電 話法律相談)

----〈いずれも〉-

被害者週間」です。

11月25日~12月1日

犯罪

的な扱いを受けることがありま

くことが大切です。 問総 務 課

つ人々は少数であるため、差別

異性愛者以外の性的指向を持

着順)

女平等推進センター☎3393

問総務課▽相談専用電話=男

外国人も共に地域

の

員

部落差別をなくそう

で偏見を持たれ、さまざまな差は、文化の相違などによる誤解

の方が住んでいます。

その中による娯写

区には1万人を超え

別を受けている人がい

ます。

身近な国際交流を通じてお

互.

で生活す

(持ちを持

利用住宅の提供③家事・育児な ました。区では、「総合支援窓 急に資金が必要な場合の貸し付 どのホームヘルパーの派遣④緊 きの手伝い・付き添い等②一時 次のような支援を行っています まざまな問題に苦しめられてき 痛、周囲のうわさや中傷等、さ の多くは被害による精神的な苦 口」を開設し、犯罪被害者等へ (①相談·情報提供·各種手続 犯罪被害者やその家族・遺族

過相談専用=区民生活部管理

理解を深めること からだの

◇人権問題でお困りのときはご相談ください◇

◆凶政相談課人権相談
毎月第3金曜日の午後1時~4時(受け付けは
3時まで。予約不要)。相談は人権擁護委員が
対応します。直接、相談室(区役所西棟2階)。
◆ 人権擁護委員
氏名(住所)
1000 00 (±ttm)

▼ / TEJ/FRQ S SC					
(住所)					
西脇世津子(成田東)					
三浦範子(西荻北)					
宮島盛隆(天沼)					
矢澤久美子(阿佐谷北)※					
横山正(荻窪)					
吉槗正美(和泉)					
※子ども人権委員。					

時12月10日休午後5時~8時内相談は電話

間東京都人権啓発センター☎3871 - 0212、☎ 3876 – 5373

外の性的指向を持つ方などの性 的少数者は、偏見や差別的な扱 いを受けることがあります。 性的少数者に対する偏見や差

わが国固有の人権問 題

差別的な書き込みや公共施設へ 国固有の重大な人権問題です。 今なお、インターネットによる の中で形成された身分差別で 本的人権を侵害されているわが の落書きなどの事例があり、基 ざまな差別を受けてきました。 や差別をなくすことに努めてい す。一部の人々が、長い間さま 部落差別は、日本社会の歴史

> つことが大切です。 る一員であるという気 いを理解し、共に地域

間文化·交流課

権侵害問題啓発週間. 12月10日~16日は

拉致問題の早期解 決を

拉致被害者 全員の 北朝 0 鮮 早 人

 \Box 4

ビ 日

政

相

1 3 時

まで)

場区役所1

階

問・場12月5日出~11日金午前8時30分~午後5時(5日は~11日金午前8時30分~午後5時(5日は7年後5時(11日金午前8時30分~午後5時(11日金午前8時30分入権パネル展で展生活部管理課で)を大権パネル展ではます。では12月1日次~4日金午前9年の後などを展示します。では12月1日次~4日金午前9年の後などを展示します。 真パネルに

0 9

1

分 12 **展** 午 5 は子

致被害者 家族支援写

朝鮮拉 を行って

拉致被害 被害者

の支援と対 向致問 て、たの1 1 早 V

して父になる」 定410名(先着順) -〈いずれも〉 四各会場で各種展示を実施間東京都総 務局人権部人権施策推進課☎5388-2588個託児あり(①12月1日②4日午後 5時までに申し込み)。手話通訳、要約 筆記あり

凡例〉

日は10時から。

就労相談受付中

◇就労支援センター(荻窪5-15-13あんさ) んぶる荻窪4階) ▷開館時間=午前9時~午 後5時(土・日曜日、祝日を除く)

●若者就労支援コーナー

失業中の方、アルバイトから正社員を目指 す方など、相談者の状況に応じた就労準備相 談をキャリア・カウンセラーが行います。

時·内·対午前10時~午後4時終了(予約 制)。水曜日のみ午前10時~午後8時終了(午 後6時~8時の相談予約は、前日正午まで) ▷①就労準備相談(34歳以下)=月~金曜日 ②一般就労準備相談(35歳以上)=火曜日③ …

臨床心理士による心としごとの相談=第2・ 4月曜日申・間電話で、若者就労支援コーナ **─☎**3398 − 1136

∭ハローワークコーナー

職業相談と職業紹介を行います。 申開館時間内に直接、ハローワークコーナ - 問ハローワークコーナー☎3398 - 8619

₩ジョブトレーニングコーナー

区内企業等での就労準備訓練や生活習慣改 善に向けた社会適応力訓練を実施しています。 対原則39歳以下の方里・問電話で、ジョブ トレーニングコーナー☎6383-6500

◇シニアの就労・起業・地域活動の個別相談

園12月5日出午前9時~午後5時(1人45分)園ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 圖キャリアカウンセラー・中村康雄ほか囫区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方曲・週電話 で、ゆうゆう高円寺南館☆5378-8179他求人募集についてもご相談ください

◇区内在住・在勤・在学の方向け就労相談

閩毎週月曜日(祝日、年末年始を除く)午前10時と11時から1人50分場西荻図書館励キャリ アカウンセラー・藤井毅弘ほか町・間電話または直接、前日までに西荻図書館(西荻北2-33 - 9 ☎3301 - 1670) 他手書きの履歴書持参

※以下、具体的な仕事のあっせんは行いません。

◇杉並区シルバー人材センター高井戸分室個別就労相談

圓12月 1 日似・8 日似・15日似・22日似、28年 1 月12日似・19日似・26日似午後 1 時~ 4 時 圆高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 図区内在住の60歳以上で臨時的・短期的ま たは軽易な仕事を希望の方に、センターでの働き方(仕事と入会)を案内目・間電話で、杉並 区シルバー人材センター☎3317-2217

◇障害者のための就労相談

時月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後5時場ワークサポート杉並(高井戸東4-10-26) 対区内在住で障害のある方(障害の種別は問いません)とその家族用・問電話で、ワーク サポート杉並(杉並区障害者雇用支援事業団)☎5346 - 3250



#http://www.sugi-chiiki.com/

すぎなみ地域コム

検索

参今週のイベント情報やNPO・地域活動の情報が満載

地域活動のためのポータルサイトで、区内のNPO法人、町会・ 自治会などさまざまな団体のイベント・地域活動の情報などをイ ンターネットで見ることができます。

団体のホームページを無料で作成できます。すぎなみ地域コム トップページから申し込んでください。団体向けの登録説明会 (毎月)、ページ作りのこつや写真加工などを学ぶブラッシュア ップ講座、団体同士の情報交換・交流の場となるユーザーの集い を開催して、皆さんの活動を応援しています。

説明会等の詳細・申し込みは、すぎなみ協働プラザへ。 **週**すぎなみ協働プラザ**☎3314 - 7260**

紹介

団体 住み慣れた街で新しい役割を見つけたい人のために ~NPO法人シニア総合研究協会

シニア世代の皆さんが、地 域社会で新たな役割と生きが いを発見するお手伝いを目的 に活動しています。「心豊か に楽しい」をモットーに「生 きがい」「ふれあい」「健康」 のテーマで、語学・文学・海 外文化・日本の伝統文化・音 楽など、26のさまざまな「サ



▲「楽しく唄うシャンソンサロン」

ロン(講座)」を運営しています。サロンは共に学び楽しみ、地域 の皆さんや世代間の交流を深める場となっています。サロンの開 催情報は、すぎなみ地域コムからご覧ください。

杉並区就労支援センター

すき"JOBだより

★就職決定者の声 30代女性

10年ぶりに社会へ出るので、応募書類や面接の傾 向が分からず困惑していたとき、勇気を出してすぎ JOBへ行きました。相談員から適切なアドバイス や励ましを頂いたことで、前向きな気持ちで自信を 持って面接に臨むことができました。学生時代にす ぎJOBに巡り合えていたら、もっと就職活動がス ムーズにいったかもしれません。

★就職決定者の声 20代女性

すぎJOBを利用したことで就職への道のりが効 率的でした。職場は穏やかな雰囲気で、この職場を 選んで良かったと感じています。ただ、雇用期間が 定められているので、その間にどのような職が自分 に向いているのかを考えていきたいと思います。担 当の相談員の方がいなければ、ここまで効率的な就 職活動はできなかったと思います。

問若者就労支援コーナー(荻窪5-15-13あんさ んぶる荻窪4階☎3398-1136)

28年1月の休日パパママ学級

■28年1月9日出午前・午後、24日旧午前・午後 ∕各日半日コース※午前=9時30分~午後0時30 分、午後=1時30分~4時30分圖杉並保健所3階 (荻窪5-20-1) 図もく浴実習、パパの妊婦体験、 お産に向けた話など師助産師ほか対区内在住で開催 日現在妊娠24週以上37週未満の初産のカップル配各 回24組他①結果は12月25日ごろに通知②応募者多数 の場合は出産予定日などで調整

【申し込み】往復ハガキ=往復ハガキに2人の氏 名(フリガナ)・住所・電話番号・Eメールアド レス・出産予定日・希望日と午前または午後(第 3希望まで)を書いて、12月15日(必着)までに 誕生学協会杉並区休日パパママ学級担当(〒151 - 0062渋谷区元代々木町10 - 10第 6 まつしまビル 2階) ▷インターネット=杉並区休日パパママ学 級·休日母親学級■http://tanjo.org/sugi-pa pamama/

【問い合わせ】同担当☎5738-5761

※保健センターでは平日にパパママ学級と母親学級を開催 しています。下表「12月の各種健康相談」をご覧ください。

急病診療と医療情報案内

まず、電話で確認!保険証・医療証を忘れずに 小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科・歯科

☎3391-1599 休日等夜間急病診療所 受付は終了30分前まで(荻窪 5-20-1 杉並保健所内)

【小児科】平日:午後7時30分~10時30分

【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】

土曜日:午後5時~10時 日曜・祝日:午前9時~午後10時 ☎3398-5666 歯科保健医療センター

(荻窪5-20-1杉並保健所内)

その他の医療機関案内、急病対応の説明

☎#7399 杉並区急病医療情報センター ナミーキュウキュウ (または**☎5347**-2252)

土・日曜日と祝日は24時間、平日は午後8時~翌日午前9時

☎5272-0303 東京都医療機関案内(ひまわり) コンピューターによる自動応答サービス。毎日24時間対応。

◆12月の各種健康相談 ◆ 申し込みは、各保健センターへ。

保健センター名	子育て相談・交流 …直接会場へ	母親学級 (予約制)	平日パパ・ママ 学級(予約制)	離乳食講習会 …直接会場へ		l幼児歯科 談(予約制		歯みがきデビュー 教室(予約制)	栄養·食生活 相談(予約制)	ものわすれ 相談(予約制)	心の健康相談 (予約制)	1
荻窪 (荻窪 5 -20- 1) ☎3391-0015	10日休) 午前 9 時15分~ 10時15分	12月は 初午 ありません 産後	12月は ありません	16日(水) 午後 1 時30分 ★11月24日から電話で	午前午後	4 日金 18日金 3 日休	午前=	12月は ありません	11日俭 午前 9 時~ 10時30分	21日(月) 午後 1 時30分	3 日休)·9 日休) 午後 1 時30分	
高井戸 (高井戸東 3 -20-3)	7日(月)	2 日(水) 9 日(水) 9 日(水)	12月は	申し込み(30名。申込順) 16日(水) 午前10時30分~	後午前		9時~10	18日金 午後 1 時15分	10日(休) 午前 9 時~	1 日似	17日休·25日金	
☎ 3334−4304	十前9時15万79 計測 	16日(水) (荻 4 2 2 3 3 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	ありません	午後 0 時30分	午後		時30	午後 1 時50分 午後 2 時25分	10時30分	午後1時30分	午後 1 時30分	
高円寺 (高円寺南 3 -24-15)	24日休) 1 歳	16日 (12月ま 12月ま 19月ま 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日	21日(月) 午後 1 時30分	7 日(月) 午後 1 時30分~	午前	15日(火)	分、	12月は ありません	1日(火) 午前9時~	25日(金) 午前 9 時30分	10日休·18日金 午後 1 時30分	
☎ 3311−0116	年前9時30分~の 10時15分 集 月 16日(水)	ありな 670 ン康 タ	~4時	3 時30分	午後	3 日(木)	後 1		10時30分		—————————————————————————————————————	
上井草 (上井草 3 - 8 - 19)		3日休 機 10日休 初参。	24日(木) 午後 1 時30分	22日(火) 午前10時30分~	午前	16日(水)	- 時 15	8 日(火) 午前 9 時		7日(月)	22日(火)	
☎ 3394−1212	午前9時~10時	17日休 産週	~4時	午後 0 時30分	午後	9 日(水)	分~	午前 9 時35分 午前10時10分		午前 9 時30分	午後 1 時30分	
和泉 (和泉 4 –50– 6)	18日金 午前 9 時15分~	10日(木) 17日(木) 初産の方のみ 2011 12月は 12月は 12月は 12月は 12月は 12月は 12月は 12	12月は	17日休) 午後 1 時30分~	午 前		2 時 30	12月は		17日休)	1 日(火)	
☎3313-9331	10時15分	ありません	ありません	3 時30分	午後		分	ありません		午後 1 時45分	午後1時30分	

杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種予診票が必要な方は、各保健センターまたは子育て支援課母子保健係(区役所東棟3階)へ。 ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。

歯の 健康相談 日出午後の (阿佐谷南3-3-3☎3393-0391)2時~4時30分 \wedge

住民基本台帳カード(住基カード)の 電子証明書を利用(e-Tax等)している方へ

住基カードによる電子証明書の 新規発行・更新を12月22日で終了します

-問い合わせは、区民課区民係☎5307‐0627へ。

28年1月から個人番号カードの交付が 開始されるため、住基カードによる電子 証明書の新規発行・更新を12月22日で終 アします。既にお持ちの電子証明書は有 効期限まで利用できますが、28年1月以 降にe一Taxの確定申告等で電子証明 書をお使いになる方は、有効期間をご確 認ください。有効期間満了日が間近で、 引き続き電子証明書をご利用の場合は、 12月22日までに更新の手続きをお願いし ます。なお、住基カードの新規発行は12 月28日で終了します。

28年1月以降に交付される個人番号カ

杉並プレミアム商品券

ードには電子証明書が標準搭載されま す。個人番号カードの申請は、11月以 降、住民票の住所地宛てに送付される 「通知カード」に同封されている申請書 を、地方公共団体情報システム機構宛て に送付してください。詳細は、通知カー ドに同封される説明書をご覧ください。

※個人番号カードの交付は28年1月以 降、全国一斉に開始されるため、交付 までに時間がかかることが予想されま す。確定申告を行う期間に個人番号カ ードの交付が受けられないおそれがあ りますので、ご注意ください。

問杉並区商店会連合会☎3220 - 1221

有効期限は 12月15日火 です!

プレミアム商品券はまだお手元に残っていませんか。 期限を過ぎると使えなくなりますので、お早めにご使用 ください。利用可能店舗は、杉並区商店会連合会 Ⅲhttp://sugishoren.com/でご覧になれます。



28年 2月1日月 4 力所開設

認知症高齢者 グループホームを 開設します

◇優っくりグループホーム杉並 呇掛

- ●概要=定員=18名(2ユニッ ト)**○所在地=**本天沼3-34-29▷運営=個奉優会
- ●内覧会 厨11月27日金・28日 (土)午前11時·午後2時申·問電 話で、グループホーム杉並沓掛 開設準備室☎6913 - 6021

◇ミモザ久我山



▲優っくりグループホーム 杉並沓掛(完成予想図)

- ●概要=定員=18名(2ユニット)、小規模多機能型居宅介護・登録24名、 通い12名、宿泊5名>**所在地=**宮前4-30-3>**運営=**ミモザ㈱
- ●内覧会 B12月12日(土)·13日(日)·19日(土)·20日(日)午前10時~午後4時里· **間電話で、ミモザお客様センター☎0120-081-303**
- **◇フォービスライフ松庵 英(はなぶさ)**
- ●概要=定員=18名(2ユニット) ▷所在地=松庵1-2-8 ▷運営= 日本フォームサービス(株)
- ●内覧会 時12月20日(日)~22日(火午前10時~午後5時申・問電話で、フ ォービスライフ松庵 英(はなぶさ)開設準備室☎5626 - 5500 ◇ニチイケアセンター荻窪
- ●概要=定員=27名(3ユニット)、訪問介護・通所介護・訪問入浴・居 宅介護支援、障害福祉サービス(重度訪問介護・居宅介護・同行援護)、 移動支援、障害者訪問入浴併設/定員はお問い合わせください▷所在地 **=**荻窪 1 − 15 − 13 ▷**運営=**㈱ニチイ学館
- 新宿支店開設準備室☎3348 - 7407

妊婦さんを応援

区では、12月から区内5カ所の保健セ ンターに助産師・保健師等専門スタッフ を配置します。

妊娠届を出した全ての妊婦さん一人一 人と、出産・子育てまでの過ごし方を一 緒に考え、これから必要となることを

「ゆりかごプラン」にまとめ、アドバイ スします。さまざまな支援サービスも分 かりやすく紹介しますので、体調、戸惑 いや不安、家族とのコミュニケーション についてなど、何でもお気軽にご相談く 妊娠が分かったら保健センターで母子健康手帳、妊婦健康診 査受診票を受け取りましょう(平日午前8時30分~午後5時)

【問い合わせ】

- **荻窪保健センター**(荻窪 5 20 1 ☎3391 0015)
- **高井戸保健センター**(高井戸東 3 20 3 ☎3334 4304)
- **高円寺保健センター**(高円寺南 3 24 15☎**3311 0116**)
- 上井草保健センター (上井草 3 8 19☎3394 1212)
- 和泉保健センター (和泉 4 50 6 ☎3313 9331)

妊娠が分かったら

一人一人に応じた切れ目ない支援

出産 子育て



全ての妊婦と面接 ゆりかごプラン」の作成

出産準備の相談

出生届

各種手続き



育児やお母さんの 体調の相談



すこやか赤ちゃん訪問

制度やサービスの 利用相談

さまざまな子育て支援サービス

妊娠届

保健センターで面接・相談

※子育て支援課母子保健係(区役所 東棟3階)でも届け出・面接可。



妊婦健康診査

体調の相談や受診・受講の勧奨

母親学級・パパママ学級



民営化宿泊施設をご利用ください

美しい海岸と豊かな温泉

伊豆三大美浜のひとつである弓ケ浜。こ の地は冬でも温暖な気候で、12月下旬には 水仙、2月には菜の花やみなみの桜も咲き 乱れます。おいしいお食事と豊富な湯量の 温泉をお楽しみください。



▲青野川「みなみの桜」

- ◆冬季割引スタート(28年4月30日仕まで。年末年始を除く)
- ●料金=1泊2食付き3156円~(区民補助金適用後)
- ◆阿佐ケ谷駅発着バスパック

4月までの指定日に、2泊3日のJR阿佐ケ谷駅発バスパックを実施しま す。暖かな南伊豆の地で、家族やお友達とのんびり過ごしてみませんか。

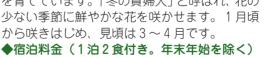
- ●出発日=28年1月25日(月)、2月22日(月)・24日(水)・29日(月)、3月2日(水)、4 月4日(月)
- ●料金=2泊5食付き+2日目観光付き1万5200円~(区民補助金適用後)
- ●最少催行人数=20名

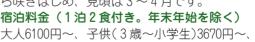
※申し込みは2名から受け付けます。

申・問電話で、弓ケ浜クラブ(静岡県賀茂郡南伊豆町湊781☎0120 - 412 -224**☎**0558 − 62 − 3187)

岩櫃山の麓で自然を満喫 **コァーいわびつ**

コニファーいわびつでは、クリスマスローズ を育てています。「冬の貴婦人」と呼ばれ、花の 少ない季節に鮮やかな花を咲かせます。 1 月頃 から咲きはじめ、見頃は3~4月です。







▲クリスマスローズ

大人6100円~、子供(3歳~小学生)3670円~、65歳以上・障害者5100円~(い ずれも区民補助金適用後。人数により料金が変わる場合あり)

◆阿佐ケ谷駅発着無料送迎バス

宿泊時には、乗り換えがない便利な送迎バスをぜひご利用ください。 12月 1 日巛~ 4 日儉・13日(日)~16日(水)・23日(祝)~26日(土)、28年 1 月 9 日生)~12 日() ()3月2日(水)~5日(土)・13日(日)~16日(水)

- ●出発時刻=往路(JR阿佐ケ谷駅南□)午後0時30分発/復路(コニファーいわ びつ)午前9時30分発
- ■最少催行人数=8名

■・問電話で、コニファーいわびつ(群馬県吾妻郡東吾妻町大字原町4399☎0279 -68 - 5338

月 日 日 21日 杉並区 役所 3

166

15

1

決算説明会

税務署では、事業所得や不動産所得がある方を対象に、所 得税の青色申告決算書・収支内訳書の書き方、消費税の決算・ 申告方法等について、説明会を開催します。

なお、27年分の青色申告決算書・収支内訳書は、所得税の確 定申告書等とあわせて、28年1月下旬に郵送します。また、e — Taxや国税庁ホームページをご利用の方は、所得税の確定 申告書等、青色申告決算書・収支内訳書は郵送されません。

●杉並税務署☎3313 - 1131

}	日にち	時間・説明事項	会 場
1	12月	午前10時~正午	高井戸地域区民センター
1	1 日(火)	=不動産所得	(高井戸東3-7-5)
	2 日(水)	午後2時~4時	セシオン杉並(梅里1-22-32)
	3 日(木)	=事業所得	杉並税務署(成田東4-15-8)

● 荻窪税務署☎3392 - 1111

}	日にち	時間・説明事項	会 場			
	12月	午前10時~正午=不動産所得	勤労福祉会館			
	4 日(金)	午後2時~4時=事業所得	(桃井4-3-2)			
į	※各会場とも車での来場はご遠慮ください。					

〈 参加者募集 〉 チャレンジ・アスリート

子どもたちにスポーツへの夢を育んでもらうため、オリンピック出場経 験者やアスリートを支える人々と直接触れ合う事業を行います。

・ 内・ 師**共通科目=**28年1月24日(日)午前9時30分~午後4時=オリン ピアンと楽しくスポーツ!/バレーボール=朝日健太郎(2008年北京・2012 年ロンドン五輪出場)、卓球=松下浩二(1992年バルセロナ~2004年アテネ 五輪連続出場)、体操=中野大輔(2004年アテネ五輪体操男子団体金メダ ル) ▷ 2月14日(日)午前9時~午後5時=パラリンピック種目に挑戦!、専 門スポーツ施設を体験! ▷**選択科目=** 1 月30日出~ 2 月 7 日(日)のいずれか 1日=スポーツの仕事を見学!/スポーツ記者、スポーツトレーナーほか **場上**井草スポーツセンター(上井草3-34-1)ほか**対**区内在住の小学5 年生~中学生定35名(申込書を考慮の上、抽選)申申込書(区立小中学校 で配布。区ホームページからも取り出せます)を、12月14日午後5時(必 着)までにスポーツ振興課(区役所東棟6階)へ郵送・持参問同課



▲朝日健太郎



▲松下浩二



▲中野大輔

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

スポーツ教室

≫杉十小温水プールの教室

◇アクアビクス

水中運動でバランスの取れた体力作りを

閏12月3日休·10日休·17日休午前10時 ~11時**師**区水泳連盟·松井仲子、金田光世 図区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定 各30名(先着順)置各500円

◇アクアビクスタイム(初心者向け)

112月7日(月)午前10時~11時**回**区水泳連 盟対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定30名(先着順)置入場料

◇個人向け泳法ワンポイントレッスン

1人5分間、マンツーマンで教えます。 **畴**12月 6 日(日)·20日(日)午前10時~11時**対** 区内在住・在勤・在学の方(小学3年生ま! では水着着用の保護者同伴) 28410名(先 着順) 置入場料

◇泳力アップ 初級(クロール・平泳ぎ)

住・在勤・在学で16歳以上の方210名(申::一ル連盟図区内在住・在学の小学生215名::フケア体操です。 込順) 置入場料 11月29日から電話で、同 プール

-〈いずれも〉— 場・ 問杉十小温水プール (和田3-55-49☎3318-8763) 他駐車場はありません

参新体操オリンピアン「田中琴乃さん」の 楽しく身体を動かそう

ボールやフラフープを使 って楽しく身体を動かしま

閱12月20日(日)午前10時~ 11時30分場上井草スポーツ センター 闘新体操オリン

ピアン・田中琴乃(右写真)対年長~小学 2年生(幼児は保護者同伴。小学生は同伴 も可)定30名(申込順)費610円申・問電話 または直接、上井草スポーツセンター(上 井草3-34-1 ☎3390-5707) 他運動でき る服装で、室内履き、タオル、飲み物持参

アドバイザーやお友達とソフトバレーで 遊びましょう。

問12月6日(日)午前9時~11時場荻窪体育 曖12月 6 日(4)午前11時~正午囫区内在:館(荻窪3−47−2)酾区ソフトバレーボ:て、転倒予防、体調改善を目的に行うセル:募集中(電話で、同課)

(先着順) 2100円間同体育館 ☎3220-3381他体育館履き持参

≫杉並少年・少女ラグビー教室

閏12月6日(日)午後1時~3時(区後援) 場井草森公園(井草4-12-1)対区内在 住・在学の幼児~中学生間杉並少年ラグビ ースクール · 矢崎☎090 - 2769 - 1483⊠ssrs @suginami-rs.com(電話は午前10時~午 後8時)他運動できる服装で参加

≫高円寺体育館の教室

◇楽しくチャレンジ教室(鉄棒・跳び箱・ マット運動ほか)

小学校で学ぶ体育を入学前に経験し、楽 しい学校生活を送ろう!

閏28年1月10日(日)·30日(土)、2月20日(土)、 3月5日(土) · 13日(日)午前9時~11時(計5 回) 師TiAmo対区内在住で5・6歳のお子 さん定40名(抽選)費4000円申往復ハガキ (7面記入例)に性別も書いて、12月2日 (必着)までに同体育館他動きやすい服装 で、室内履き・飲み物持参

◇シニア・ヘルシー体操Ⅱ

健康に過ごすための身体作りの基本とし

閩28年1月11日~2月29日の毎週月曜 日、午後1時20分~2時50分(計8回)師 松藤幸子対区内在住・在勤でおおむね50歳 以上の方屋20名(抽選) 置5600円 申往復八 ガキ(7面記入例)で、11月30日(必着) までに同体育館

- 〈いずれも〉---

場・問高円寺体育館(〒166-0003高円寺 南2-36-31 23312-0313) 他駐車場はあ りません

◎障害者のためのわいわいスポーツ教室 「ダンスで遊ぼう」

閏28年1月23日出午前10時~正午(ボラ ンティア=午前9時~午後0時30分)場大 宮前体育館(南荻窪2-1-1)師日本サ ルサプロフェッショナル連盟対区内在住・ 在勤・在学の15歳以上で障害の程度が重い 方屋30名(抽選)即申込書(スポーツ振興 課〈区役所東棟6階〉、各福祉事務所、体 育施設、障害者施設、福祉会館、障害者交 流館で配布)を、28年1月5日(必着)ま でにスポーツ振興課へ郵送・持参問同課他 公共交通機関の利用が困難な方は、リフト 付きバスの送迎が利用可。ボランティアも

区の後援・その他の催し・講座など

-申し込みは、各団体へ-

催し

★城西病院ホスピタリティコンサート~リ ストに浸る 時12月10日休午後7時場城西 病院(上荻2丁目)四出演=市川直子(ピ アノ)▷**曲目=**リスト「ピアノソナタ ロ:時(2階は午前10時~午後4時) 短調」「ハンガリー狂詩曲集より」ほか270...たんす、ベッド、ダイニングテーブル、食 名(先着順) 間同病院・平木☎3390-4166: 器棚、食器類、衣類等の販売

★大人と子供に贈るクリスマスコンサート

畸12月20日(日)午後2時~3時場杉並公会:名(申込順)■電話で、同団体 堂四出演=なかむらりえ(ソプラノ)、山崎 泰子(クラリネット)、けんけんくじら(お… 圆環境活動推進センター 圓NPO法人…ギターで歌おうほか圓劇団鳥獣戯画・石丸…**せんか 圓**12月3日休・4日倫**園**区内在住 はなし)、髙橋亜希子(ピアノ)▷**曲目=**歌…すぎなみ環境ネットワーク**☎5941-8701**(午…有里子園区内在住の方**屆**70名(先着順)圓…の方**屆**350名(申込順)圓300円圓封書(7 とクラリネットによる世界の名曲、クリス:前9時~午後5時) マスソングほか対乳幼児とその保護者、小 学生**2**190名(申込順)**2**3000円。子供1000 ★女子美×電通 人権ポスター学生作品展 円(子育で応援券利用可)即・間電話で、 ほんわか村事務局・髙橋 2090 - 9809 - 8428

★けやき並木の音楽会 クリスマス・コン 田工務店(阿佐谷南3丁目)四出演=菅井 寛太(バリトン)、外村京子(バイオリン) -8253

=混声合唱団コア・アプラウス、砂川稔(指: 揮) ほか▷**曲目=**ルイジ・ケルビーニ「荘 厳ミサ曲第2番」置3000円。学生2500円ほ か即チケット販売窓口=杉並公会堂、コミ ュかるショップ(区役所1階)ほか間オフィ ス・アプローズ 稲見☎3612-1318

★すぎなみ環境ネットワーク

◇リサイクルひろば高井戸「冬のフェア」

閩12月3日休)~6日(日)午前9時~午後5

◇石けん作り体験

闘12月4日

団10時 : 30分~正午対区内在住・在勤・在学の方足10

―〈いずれも〉-

閏12月4日金~16日水午前10時~午後5 時(日曜日を除く)場女子美ガレリアニケ (和田1丁目)☑学生と電通のクリエータ ーが対話を重ねて制作した人権ポスター展:

ほか ▷ **曲目=**「聖しこの夜」ほか**屆**80名:15日似午後 1 時30分~ 3 時45分圓東京新卒:日出午後 1 時30分~ 3 時30分圓高円寺障害:🗗 杉並・中野・新宿区内の病院や診療所、 (申込順) **2**1000円**目**・**8**電話で、12月22 :: 応援ハローワーク出会いのフロア(新宿区) :: 者交流館**3**ファイナンシャルプランナー・ :: 日までに美しい日本の歌の会・池川**☆3391**: 図就労に必要な心構えの講座、障害者雇用: 音川敏校園区内在住の方**2**80名(申込順): 図就職を希望している看護職の方<mark>週</mark>東京都

年 1 月24日(1)午後 2 時場杉並公会堂内出演: 的・精神障害のある方とその家族用・間電 話で、ワークサポート杉並**☎5346 - 3250**

講演・講座

★手ぶらでハワイアンキルト体験教室 **B** ①11月27日金)、12月16日(水午前9時30分~ 30分場①スタジオ「room221b」(浜田山3 丁目)②成田会議室師吉田真実定各20名程 度(申込順)置①各2000円②1000円即ファ クス(7面記入例)で、グロービズ商工研 究会所3913-8105間同会☎050-3786-0801

★わがまち一番体操祭り~健康の輪をひろ めよう 閏12月5日生)午後1時~3時30分 場細田工務店(阿佐谷南3丁目)内講演 「俳優のレッスンに学ぶ若さの秘訣」、わ がまち一番体操デモンストレーション、生 NPO法人わがまちいちばんの会・菊地☆:面記入例)に切手300円分も添えて、11月28 3393 - 1001

浅見雅男 280名 (先着順) 2500円 間杉並郷! 3 本まで120円) してください 土史会·新村☎3397 - 0908

★**障害者のための就職準備フェア 闘**12月:★出**前講座「障がい者と年金」 闘**12月12:1 時30分~4 時**場**新宿区立教育センター

★コア・アプラウス新春コンサート 🗓28 :: 話など図区内在住で就職を希望している知 :: FAX3267 - 2023問同事務局☎3313 - 7052

その他

★税金なんでも相談会

◇**荻窪支部** 闘12月 2 日(水)午後 1 時~ 4 時 場東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) ■・ 問電話で、同支部☎3391-0411(平日午前 9時30分~午後5時〈正午~午後1時除 <〉)他相談時間は1人45分程度②詳細は同 支部ホームページ参照

◇杉並支部 ■12月8日
問12月8日
明10時~正 午、午後1時~4時圓東京税理士会杉並支 部(阿佐谷南3丁目)四税金に関する相談 (事業・相続・贈与等)・帳簿のつけ方等 に関する相談申・問電話で、12月7日まで に同支部☎3391 - 1028他相談は1人40分ま

★自宅の周りで二酸化窒素を測定してみま 日(必着)までに杉並大気汚染測定連絡会・ 塩澤幸子(〒167-0051荻窪1-13-13) 間 ★郷土史講座「杉並の華族~嵯峨侯爵家の 塩澤☎3392 - 7786他①送られた器具の取り 場合」 時12月6日(1)午後1時30分~3時:付けのみ。分析は同会が実施②測定終了 30分場阿佐谷地域区民センター師著述家・:後、すぐに器具は返送(送料は自己負担。

> ★看護職の就職相談会 閏12月5日出午後 訪問看護ステーションなど30ブースが出展

介護付 広告 有料老人ホーム

凡

例

問=日時

場|

場所

内

Ш

╱ ハガキ・ファクス・Eメール

 行事名・教室名 (希望日時・コース名)

2 郵便番号・住所

日氏名(フリガナ) 4 年齢

5 電話番号(ファクス番号)

1人1枚

申込先の住所・ファクス 番号・Eメールアドレス は、各記事の即でご確認 ください。 住所が記載されていない ものは、区役所○○○課 (〒166-8570阿佐谷南1

- 15 - 1) へお申し込み

ください。

※往復ハガキの場合は返信用の宛先も記入。託児のある行事は 託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

EVENT

■南北バス「すぎ丸」15周年記念イベント

日頃のご利用に感謝の気持ちを込めて11月の最終 日曜日・すぎ丸の日にイベントを開催します。

時・場11月29日(日)①午前10時~正午=浜田山駅バ ス停(浜田山3-31-2)②午後2時~3時=ピー コックストア久我山店駐車場(久我山4-2-6) 四すぎ丸の日限定商品の販売など間交通対策課、① 京王バス東☎042 - 352 - 3713、②関東バス☎3371 -7116他来場者に粗品を差し上げます(各100名〈先着 順〉)

■クリスマスダンスパーティー

車いすの方もどなたでも楽しめます。

時12月20日(日)午後1時~3時30分場杉並障害者福 祉会館(高井戸東4-10-5) 対区内在住・在勤で 障害のある方とその家族、支援者費500円申・問電 話・ファクス(記入例)で、12月10日までに杉並障 害者福祉会館運営協議会事務局☎3332 - 6121FAX3335 - 3581他手話通訳を希望する方はご連絡ください

郷土博物館

◇結ぶワークショップ とび職人のわざを学ぼう

伝統的な結び方を体験できます。お神輿の結び方 や暮らしに役立つ結び方などを学んでみませんか。 **閏11月29日(日)午後1時30分·2時30分1**0内山徳松、

末柄孝二岡小学生以上の方屋各30名(先着順)

◇12月の年中行事「ヨウカゾ」

今は行われていない、12月8日の魔よけの行事 「ヨウカゾ」について古民家で紹介します。

時12月5日出~8日似午前9時~午後5時

〈いずれも〉

場・問郷土博物館(大宮1-20-8☎3317-0841) **費100円(観覧料。中学生以下無料)他月曜日:第3** 木曜日(祝日の場合は翌日)休館

Н

■家族介護教室

◇食と健康について

閏12月2日(水午後1時30分~3時場ふれあいの家 しもいぐさ正吉苑(下井草4-22-4)師管理栄養 士・長谷川香葉対区内在住・在勤の方屋20名(申込 順)即・間電話で、ふれあいの家しもいぐさ正吉苑 **23390** – 8074

◇くすりの上手な管理の仕方

閱12月3日休午前10時~11時30分場上井草園(上

みどりの講座

初心者でもできる、盆栽づくり

新年のお祝いにぴ ったりの、マツの盆 栽を作ります。

閏12月19日仕)午前 10時~11時30分場あ んさんぶる荻窪(荻 窪5-15-13) 師ど



んまい福祉工房・安住一成対区内在住・在勤 在学の方(小学生以下は保護者同伴) 20名 (抽選) 置500円 (保険料含む) ■往復ハガキ (記入例)に小学生以下は保護者の氏名(フリ ガナ)も書いて、11月30日(必着)までにみど り公園課みどりの計画係間同係

★・★・★・★・★・ 交流自治体からのお知らせ・★・★・★・★・★

11月26日休 吾妻の朝市

閏11月26日休)午前10時~ 午後1時場区役所中杉通り 側入り口前四野菜(ホウレ ンソウ、カボチャ、大根、 白菜など)、農産品ほか (米、みそ、梅干し、蜂蜜 など) 間文化・交流課交流

◇福祉用具で介護が変わる



推進担当他混雑緩和のため人数制限あり

井草3-33-10) 師管理薬剤師・岡崎正彦対区内在

午後 1 時30分場小千谷学生 団子(右写真)やへぎそば、 魚沼産コシヒカリ米などの

特産品、新鮮野菜や地酒間 小千谷市産業開発センター



☎0258-83-4800他車での来場不可

住・在勤の方足15名(申込順) 申・問11月24日から 電話で、ケア24上井草☎3396-0024

時12月 4 日金午後 2 時~ 3 時30分場サンフレンズ

上井草(上井草3-33-10)師東基福祉用具専門相 談員・岡野浩司対区内在住・在勤の方定10名(申込 順) **申**· **問**電話で、上井草ふれあいの家**☎3394** - **9831** ◇認知症介護~一人で抱え込まないために

時12月7日(月)午後1時30分~3時場高円寺北区民 集会所(高円寺北3-25-9)師NPO法人杉並介 護者応援団対区内在住・在勤の方定30名(申込順)申・ 週電話で、ケア24高円寺☎5305 - 6151

◇福祉用具入門

時12月15日似午後1時~2時場和泉ふれあいの家 (和泉 4 - 40 - 31) 師東基福祉用具専門相談員·小 林誠対区内在住・在勤の方定20名(申込順)即・問 電話で、和泉ふれあいの家☎3321 - 4808

■今日からはじめる血糖改善教室

時12月5日出午前9時20分~午後3時15分場高円 寺保健センター(高円寺南3-24-15) 内糖尿病の 予防と生活改善のこつ(栄養バランス昼食付き)対 区内在住で30~64歳の方定20名(申込順)費500円申・ 間電話で、高円寺保健センター☎3311-0116

■わが街を知る~西荻文学散歩「中井英夫」を訪ねて 作家「中井英夫」のゆかりの地をまち歩きし、昭 和20年代の西荻を体験します。

時12月5日出午前10時30分~正午場西荻窪駅南□ (集合)、中井英夫旧居跡、文壇バー「街」跡、トト 口の木、善福寺川、西荻図書館(解散)師西荻文学 散歩の会定15名(申込順) 申・問電話または直接、 西荻図書館(西荻北2-33-9☎3301-1670)

■古地図で旅する杉並~杉並の水源地座学編

地形の案内人・芳賀ひらくさんが杉並の水源地に ついてお話しします。

時12月6日(日)午後2時~4時場成田図書館師東京 経済大学客員教授・芳賀ひらく屋25名(申込順) 即・ 間電話または直接、成田図書館(成田東3-28-5 **☎**3317 − 0341)

■太宰の俳句/井伏の訳詩

引用とアレンジの天才、太宰治の俳句。井伏鱒二の ユーモラスな訳詩。意外な仕事と意図を探ります。

時12月20日(日)午前10時30分~11時30分場宮前図書 館(宮前5-5-27)師法政大学文学部講師・田中 益三定40名(申込順) 申・問電話で、宮前図書館☎ 3333 – 5166

■着物や洋服のリメイク

時12月28日(月)午後1時30分~3時30分場環境活動 推進センター(高井戸東3-7-4)対区内在住・ 在勤・在学の方屋10名(申込順) 費600円車・問電話 で、環境活動推進センター**☎5336 - 7352他**長寿応援 対象事業

11月29日(日) 小千谷フェア

■社会保険労務士になるには

シニア世代にも目指しやすく、活動の幅を広げら れる資格です。社会保険労務士の仕事内容の紹介 と、目指すための具体的な方法を教えます。

時28年1月16日出午後2時~5時15分場ゆうゆう 高円寺南館師特定社会保険労務士・本山恭子対区内 在住・在勤の55歳以上で就業を希望する方足15名(抽 選)即ハガキ・ファクス(記入例)で、12月18日(必 着) までにゆうゆう高円寺南館 (〒166 – 0003高円寺

■実践!創業セミナー~杉並・中野で創業しよう

西武信用金庫・中野区と共催する、実践的知識や 実行力が身に付くセミナーです。

畴28年2月6日出·13日出·20日出·27日出午前 10時~午後3時(全4回要出席)場産業振興センタ −(上荻1-2-1インテグラルタワー2階) 金調達法、事業計画書の作成ほか師東京都中小企業 診断士協会、コンサラート、西武信用金庫ほか対杉 並・中野区内で創業を考えている方、創業後間もな い方屋30名(申込順)即11月24日から電話・ファク ス(記入例)で、西武信用金庫業務推進企画部・小 淵(こぶち)☎3384 - 6111FAX3382 - 1149問産業振興 センター中小企業支援係☎5347 - 9077

就労支援センター

◇求職者のためのパソコンセミナー①ワード基礎② パワーポイント基礎

仕事に必要な技術の基礎を学びます。

時12月7日(月)・14日(月)午前10時~午後3時師PC 専任講師・小林理佳、木内恵里子図44歳以下で求職 中の方定各14名(申込順)

◇若者就労支援セミナー「仕事を楽しくする~自分 のためのコミュニケーション」

社会生活上の基礎的なコミュニケーションを学び 直し、行動に移るきっかけを作りましょう。

時12月8日 (2) 日 (3) 日 (4) 日 (4 タント・伊藤那美好34歳以下で求職中の方足10名(申 込順)

―〈いずれも〉-

場あんさんぶる荻窪 (荻窪5-15-13) ■・問電 話で、就労支援センター若者就労支援コーナー☎ 3398 – 1136

〈ゆうゆう館協働事業〉

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、図に指定がなければ区内在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。

ゆうゆう館名	内 容	日時
阿佐谷館(阿佐谷北2-	楽しい!簡単!パソコン	12月2日 (水午後1時30分~3時30分、28年1月20日 (水午前10
18 - 17 TAX • FAX 5364 $-$ 9360)	教室~年賀状作りと写真	時~正午対パソコン初心者定各回15名(申込順)費 1 回1200円
西田館(荻窪1-57-4	初めての臨床美術入門~	28年1月18日から毎月第3月曜日、午前10時~11時30
☎ · FAX3391 − 8747)	果物・野菜を素材に描く	分置1回800円(別途材料費)
浜田山館(浜田山4-18	女性のための写真教室~	12月2日から毎月第1水曜日、午前9時30分~11時30
-31 ☎ · FAX 3315 - 7815)	カメラ目線で美を発見	分費 1 回700円
梅里堀ノ内館(堀ノ内3	わら工芸講座~オリジ	12月24日(州午前10時~正午定15名(申込順) 2500円
-37-4 ☎·FAX 3313-4319)	ナルの正月飾りの作成	(別途材料費)
善福寺館(善福寺2-26	お正月フラワーアレンジ	12月26日出午後2時~4時尾15名(申込順) 置2000円
- 18 ☎ · FAX 3394 - 8963)	メント講習会師池田洋子	12月20日17千後2時~4時度13名(中区順)夏2000円
今川館(今川4-12-10	みんなで歌おう!クリスマ	12月13日(1)午後2時~3時屋50名(申込順) 2500円
☎ · FAX5303 − 1501)	スコンサート師太田文子	12月13日(四)干液2时。3时底30名(中区順)夏300円
下高井戸館(下高井戸4	年忘れ歌の集い~童謡から	12月27日(日)午後 1 時~ 2 時 定 35名(申込順)
-16-4 ☎·FAX3302-2161)	世界の歌まで楽しめます	12月27日(1)1十段 157.92 151.1500石(中区限)

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。今川館は、毎月第1月曜日、第3木曜日は休

館です。いずれも、長寿応援対象事業です。



写真コンテスト

新年に配布するポストカード(5枚セット)に使用する写真を募集します。作品が 採用された方には、ポストカードと記念品を差し上げます。

◇募集要領

- ●対象=27年に撮影した大田黒公園内の写真(応募は1人3点まで)
- ●申し込み=2 L 判にプリントした写真(裏に住所・氏名・年齢・電話番号・撮影日 を記入)を、12月15日(必着)までに大田黒公園管理事務所(〒167‐0051荻窪3‐33 - 12) へ郵送・持参
- ●その他=①著作権、肖像権は大田黒公園指定管理者・箱根植木に帰属します②人物 写真は必ず撮影許可、投稿許可を取ってください③応募写真は返却しません④入賞写 真は園内に掲示する際、氏名・区市町村名を公開します⑤詳細は、大田黒公園🏗 http://www.hakone-ueki.com/sub/index.htm参照

【問い合わせ】大田黒公園☎3398 - 5814

今年も大田黒公園(荻窪3-33-12)でライトアップを 開催します。

開催期間中は開園時間を延長し、特別にライトアップさ れた紅葉が楽しめます。イチョウやモミジが織り成す幻 想的な紅葉風景をぜひご堪能ください。 また、期間中、各種催しを行います。

【日時】

11月27日金~12月6日(日)

▷開園時間=平日=午前9時~午後8時 (入園は7時45分まで)、土・日曜日=午 前9時~午後9時(入園は8時30分まで) ▷ライトアップ時間=日没~午後8時 (土・日曜日は9時まで)

【問い合わせ】

- 大田黒公園☎3398 5814
- ●みどり公園課管理係

【その他】

- ●車での来場はご遠慮ください
- ●撮影時の三脚使用はご遠慮ください(一脚は可)

抹茶と和菓子を楽しむ

時】11月27日金~29日(日)、12月4日金~6日(日)

午後2時~7時30分

用】1回500円

紅葉コンサート

【日 時】11月28日出・29日(日)/いずれも①午後 3 時~ 3 時40分② 6 時30分~ 7 時10分 (雨天中止)

【内 容】筝やサクソホンなどの演奏



▲日中の大田黒公園も

魅力的です



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から ちょっといい話をお届けします。

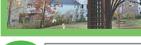
公園で紅葉狩り

すぎなみ学倶楽部HPへ

いう言葉で表されます。日暮れが早く なり、木々が色づき、まちの景色が時 間と共に変わっていく奥深いこの季節 に公園を散策してみませんか。

浜田山の柏の宮公園では、シンボル ツリーであるクヌギやコナラの黄葉、

日本庭園の紅葉(も みじ) の色づき、春 は満開の花で人々の 目を楽しませた桜の 紅葉と場所によって 異なる趣を楽しめま す。かつては旧日本 興業銀行のグラウン ドで、区立公園の中 で最大の4万3000 m²の同園には希少 植物を守るために整



すぎなみ学

備された水生生物の池や水田があり、 自然散策にお薦めです。

紅葉が幻想的にライトアップされる のは大田黒公園。毎年行われている日 : 肥にします。 没からの紅葉ライトアップは、今年は 11月27日 金~12月6日 (日)。 期間中は平 🗓 しみましょう。 すぎなみ学倶楽部では

季節の中で、秋だけが「深まる」と !! います。音楽評論家の故大田黒元雄氏 の屋敷跡地である同公園は、荻窪駅か ら徒歩約10分の住宅街にあって、自然 の地形を生かした回遊式庭園になって います。正門から70m続く銀香並木も 圧巻です。

紅葉は観賞だけでなく、別の楽しみ

方もあります。柏の 宮公園や大田黒公園 など区内8カ所で、 どなたでも参加でき る落ち葉掃きイベン ト「落ち葉感謝祭 2015」が12月5日生 にあります。これは 落ち葉をごみと考え ずに自然の物質循環 に戻していく「みど

検索 りのリサイクル」を 広めようと区と区民有志が実行委員会 を結成し、18年から行っている取り組 みです。集めた落ち葉は熟成させて堆

色づく木々に感謝しつつ、紅葉を楽 日午後8時、土日は9時まで開園して ! 区内の公園を紹介しています。(舘)

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷特集▷公園に行こう

間産業振興センター観光係☎5347-9184

11月15日~12月14日は落ち葉感謝月間

12 = 5 = 6





間中に活動された方の人数を集計し、団体名を活動報告展で発表 -問い合わせは、落ち葉感謝祭実行委員会事務局(みどり公園

〈落ち葉感謝祭2015〉

課北公園緑地事務所) ☎3396 - 5261へ。

() 分来总例						
	12月5日生の会場(時間)/内容	集合場所				
落ち	阿佐谷会場(午前9時~1時間程度)/ 中杉通り歩道上の落ち葉掃きとリサイク ル作業。落ち葉掃き後、腐葉土と寄せ植 え作り体験(希望者のみ)	JR阿佐ケ谷駅南□駅 前広場				
落ち葉掃き	午前9時=公園(蚕糸の森・大田黒・杉並児童交通・井草森・天沼弁天池)▷10時=公園(柏の宮・塚山・馬橋)/いずれも1時間程度。園路・外周道路の落ち葉掃き	各会場の管理事務所前				
催し	井草森会場=井草森公園(午前10時〜午後3時)/落ち葉プール、ドングリや松ぼっくり、落ち葉を使った工作、草木染めなど	井草森公園				

注1. 汚れてもいい服装で参加してください。2. 軍手、ほうき、ちり取りは できる限り各自で持参。3. 雨天の場合は「落ち葉掃き」は中止し、「催し」 は規模を縮小して実施。

●広報 写了長

〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1 ●編集/広報課 ●発行/杉並区 区の代表電話は 3312-2111 FAX 3312-9911 (広報課直通) http://www.city.suginami.tokyo.jp/



世帯と人口 (住民基本台帳) 27年11月1日現在 ()は前月比

ţ	日本人のみの世帯	298,809(129増)	_
ŧ	外国人のみの世帯	8,186(278増)	合 309.377(
ጀ	日本人と外国人の世帯	2,382(9減)	000,077

合計 (398増) (3	<u>. </u>
--------------	--

人		男	女	小計	合 計
	日本人	259,388(193増)	281,103 (77増)	540,491(270増)	553,189(544増)
S	外国人	6,312(152増)	6,386(122増)	12,698(274増)	333,109(344項)