

なぎなみ



支えあい共につくる
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

発行/杉並区 編集/広報課 〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1
区の代表電話 ☎3312-2111 FAX3312-9911 (広報課直通) http://www.city.suginami.tokyo.jp/

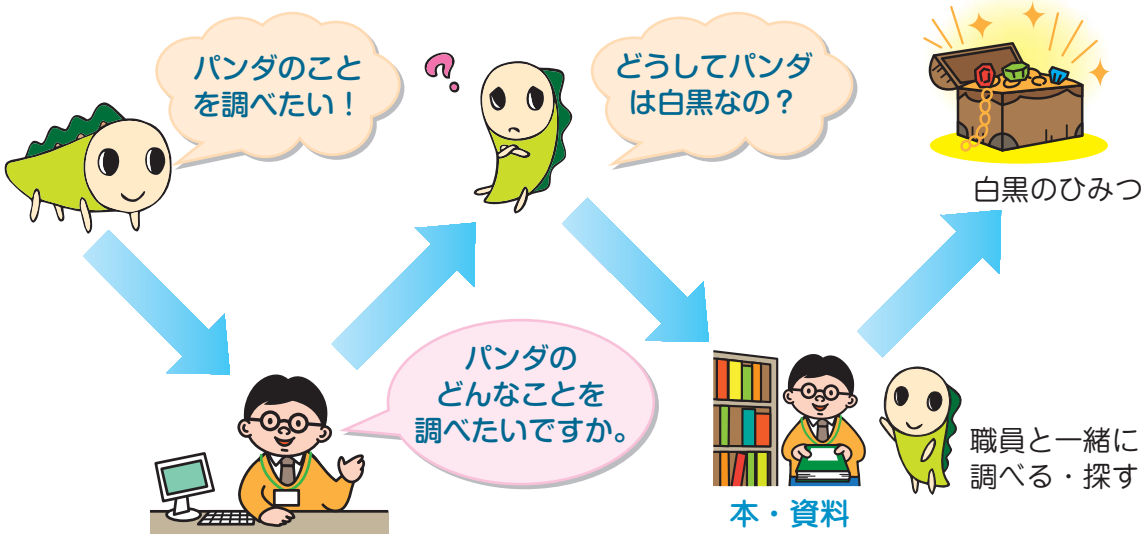
申請受け付けは8月25日(火)から 臨時福祉給付金 3
10月1日開所 私立認可保育園 「にじいろ保育園南荻窪」 3
なかま集まれ! 5
阿佐谷七夕まつり 8
「コミュかる」が折り込まれています	

夏休みも 図書館をご活用ください!

新聞や雑誌で紹介されていた本を読みたい、子どもが火を使わずに作れる料理を調べたい、旅行で訪れる地方の歴史を知りたい...
そんなときは、図書館へ。図書館は、区民の皆さんの知りたい! を手助けする資料や情報を取りそろえ、お待ちしております。
——問い合わせは、お近くの図書館へ。

子どもたちの知りたい! 好奇心を応援します

夏休み期間は、各図書館で多目的室や会議室を開放したり、児童コーナーで調べ学習用の資料を用意しています。知りたいことや分からないことを調べるのは、宝探しと同じです。図書館は、あなただけの宝物のある場所にたどりつくお手伝いをします。



これも知りたい、あれも知りたい! 夏休みの自由研究もこの部屋で解決

区立小学校の夏休み推薦図書も
用意しています



中央図書館2階の調べ学習室をご活用ください。

図書館ではこんなこともできます!

- レファレンスサービス(資料探しのご相談)
- 各種データベースによる検索
- 都立図書館や国立国会図書館などの資料の取り寄せ

各図書館では、乳幼児親子や子ども向けにこんな催しも行っています

★あかちゃんタイム

保護者が乳幼児と一緒に気兼ねなく図書館を利用できる時間帯を設けています。

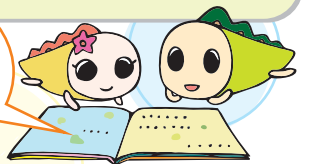


★おはなし会

全館で絵本の読み聞かせや紙芝居をしています。赤ちゃん向けもあります。



夏休み図書館 読書チャレンジ も開催中!



各行事の詳細やその他の行事については、図書館ホームページや、各図書館発行の「図書館だより」などをご覧ください。

お近くの図書館をご利用ください

●区立図書館(全13館)

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| ① 中央 荻窪3-40-23 ☎3391-5754 | ⑧ 阿佐谷 阿佐谷北3-36-14 ☎5373-1811 |
| ② 永福 永福4-25-7 ☎3322-7141 | ⑨ 南荻窪 南荻窪1-10-2 ☎3335-7377 |
| ③ 柿木 上井草1-6-13 ☎3394-3801 | ⑩ 下井草 下井草3-26-5 ☎3396-7999 |
| ④ 高円寺 高円寺南2-36-25 ☎3316-2421 | ⑪ 高井戸 高井戸東1-28-1 ☎3290-3456 |
| ⑤ 宮前 宮前5-5-27 ☎3333-5166 | ⑫ 方南 方南1-51-2 ☎5355-7100 |
| ⑥ 成田 成田東3-28-5 ☎3317-0341 | ⑬ 今川 今川4-12-10 ☎3394-0431 |
| ⑦ 西荻 西荻北2-33-9 ☎3301-1670 | |

※館により休館日が異なります。

●その他図書施設

- | | |
|--|------------------------|
| ⑭ 和田図書サービスコーナー 和田2-31-21 ☎5340-6272 | ※資料の貸し出し・返却のみの施設もあります。 |
| ⑮ 高円寺駅前図書サービスコーナー 高円寺北2-5-1 ホテルメッツ高円寺3階 ☎3223-8473 | |
| ⑯ 桜上水北図書サービスコーナー 下高井戸1-24-15 ☎3306-7210 | |
| ⑰ 馬橋ふれあい図書室 高円寺北4-2-17 馬橋児童館内 ☎3391-5754 | |
| ⑱ 高井戸地域区民センター図書室 高井戸東3-7-5 ☎3331-7841 | |



区からの お知らせ

税金

住民税(特別区民税・都民税)夜間電話相談

年金

国民年金保険料の納付は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付は、日本年金機構からお送りする納付書で納めていただくほか、便利で安心、確実な口座振替がご利用になれます。

介護保険

介護保険負担限度額認定証を発送します

住民税非課税世帯で預貯金などの少ない方が介護保険の施設サービス(介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設、介護療養型医療施設(療養病床等)への入所およびシヨートステイを利用した際に介護保険負担限度額認定証(以下「認定証」)を提示することで、居住費・食費が軽減されます。

採用情報

非常勤保育士(嘱託員)

区内保育業務▽勤務期間10月1日～28年3月31日(5回まで更新可。ただし65歳に達した年度末で退職)▽勤務日時11月16日。月々土曜日午前7時30分～午後7時45分のうち実働7時間45分(交代制。日曜日・祝日を除く)▽勤務場所1区立保育園

募集します

東京都子育て支援員研修受講者

子ども・子育て支援新制度の担い手を育成するため、東京都は9月から子育て支援員の養成研修(地域保育、地域子育て支援、放課後児童、社会的養護の4コース)を実施します。

施設情報

区役所本庁舎西棟の外壁補修工事を行います

8月上旬～28年3月(予定)の間、区役所本庁舎西棟の外壁補修工事を行います。

その他

8月は政治家の寄附禁止強化月間

政治家(立候補予定者を含む)は、選挙区内にある者に対していかなる名義であっても、その時期や理由を問わず、寄附をすることが禁止されています。

ひとり親家庭のお母さん・お父さんの就労を支援します

ひとり親家庭のお母さん・お父さんの就労や資格取得、スキルアップについてのご相談を、ひとり親自立支援プログラム策定員(就業支援専門員兼務)がお受けします。

家事相談の一時休止

8月4日(火)・11日(火)の家事相談は、休止します。

永福町南自転車駐車場の閉鎖

永福町南自転車駐車場(永福2-53-14)は、9月30日をもって閉鎖します。

ケア24善福寺が移転します

8月17日(月)から、西荻北4-31-11に移転します。

寄附の禁止の例

①お中元
②お祭りへの寄附や差し入れ
③葬式の花輪や供花
④病氣見舞い
⑤町内会の催物や旅行会などへの寸志や飲食物の差し入れ
⑥秘書や家族などが代理で出席する場合の結婚祝いや香典

寄附の勧誘・要求

選挙人が政治家に対して、寄附を出すように勧誘や要求をすることも禁止されています。

原付バイク・自動二輪・軽自動車等をお持ちの方へ

軽自動車税の納め忘れはありませんか?

◇27年度軽自動車税(納期限6月1日)の納税はお済みですか
まだ納めていない方は、延滞金が増加される場合がありますので至急お納めください。

◇廃車の届け出はお済みですか
すでに手元に車両がない場合でも、廃車の届け出をしないままですと課税されますのでご注意ください。

問 課税課税務管理係 ☎5307-0629

發送)。該当しない方には、非該当通知を発送します。

認定証の有効期間は、8月1日～28年7月31日です。

◇住民税課税層に対する特例減額措置
高齢者夫婦等の2人以上の世帯で、1人が施設に入所し費用を負担したことで、在宅の方の生活費が一定額以下になってしまふ場合などに、居住費・食費が減額されることがあります。詳細はお問い合わせください。

問 介護保険課給付係

ません③採用決定後、所定の健康診断書(費用は自己負担)を提出

子ども・子育て支援新制度の担い手を育成するため、東京都は9月から子育て支援員の養成研修(地域保育、地域子育て支援、放課後児童、社会的養護の4コース)を実施します。

申し込み方法や研修の詳しい内容については、東京都福祉保健財団 <http://www.fukushihenken.metro.tokyo.jp/kodomo/kaei/kosodateshieninken.syuu.html>をご覧ください。

◇申し込み締め切り11月14日
区内在住・在勤で次の①②いずれかに当てはまる方①現在、保育や子育て支援分野に就業しており子育て支援員研修が義務付けられている②今後子育て支援員として就業を希望している
問 東京都福祉保健財団人材養成部福祉人材養成室子育て支援員担当 ☎3344-8533

抽選は8月18日(火)～22日(土)に行います。詳細は、各ゆうゆう館へお問い合わせください。

区内在住で60歳以上の方が8割以上で構成される5名以上の団体、区内で高齢者の社会参加支援を目的とする団体(申請)を希望するゆうゆう館各ゆうゆう館、高齢者施設課施設担当「わがまちの警察官」を推薦してください

区では、日頃から地道に警察活動を推進し、犯罪の抑止に顕著な成果を挙げた警察官を「わがまちの警察官」として、17年度から顕彰しています。

杉並・高井戸・荻窪警察署に勤務する、区民の安全・安心のために熱心に活躍している警察官を推薦してください。

申 文書・電話で、所属する警察署・候補者氏名・推薦理由を8月14日(必着)までに危機管理対策課問課

政治家(立候補予定者を含む)は、選挙区内にある者に対していかなる名義であっても、その時期や理由を問わず、寄附をすることが禁止されています。これらの違反は罰則の対象になります。ただし、政治団体や親族に対するもの、政治教育集会での実費補償は除かれる場合があります(この場合であっても食事は提供できません)。

◇寄附の禁止の例
①お中元
②お祭りへの寄附や差し入れ
③葬式の花輪や供花
④病氣見舞い
⑤町内会の催物や旅行会などへの寸志や飲食物の差し入れ
⑥秘書や家族などが代理で出席する場合の結婚祝いや香典

◇寄附の勧誘・要求
選挙人が政治家に対して、寄附を出すように勧誘や要求をすることも禁止されています。

政治家は、選挙区内にある者に対して、選挙期日後のインターネット等を利用したあいさつ行為や答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞い状などのあいさつ状(電報なども含む)を出すことは禁止されています。

問 選挙管理委員会事務局

国の仕事などについての苦情や要望を、行政相談委員がお受けします。

時①特設相談11月3日(月)午前10時～午後4時②定例相談11月14日(金)午後1時～4時(いずれも受け付けは3時まで)
場①区役所1階ロビー②区政相談課(区役所東棟1階) 内年金・保険・福祉・道路・郵便・旅客運輸関係などの苦情・相談
区政相談課他毎月第2金曜日午後1時～4時に定例相談実施

8月4日(火)・11日(火)の家事相談は、休止します。

なお、18日(火)以降は通常どおり、毎週火曜日午後1時～4時(事前予約制)に実施します。

問 区政相談課

申請受け付けは8月25日(火)から

臨時福祉給付金

— 問い合わせは、保健福祉部管理課臨時給付金担当へ。

支給の可能性がある方には申請書類を8月24日(月)に発送する予定です。給付金は、郵送申請・口座振り込み方式により、支給します。

詳細は、「広報すぎなみ」8月21日号でお知らせする予定です。

◆申請期間
8月25日(火)～28年1月8日(金)

◆対象者
①②いずれも満たす方
①27年1月1日時点で区に住民登録している方
②27年度の区市町村住民税(均等割)が課税されていない方

※課税されている方の扶養親族等や生活保護の受給者である場合などは除きます。

◆支給額
1人6000円(1回限り)

◆申請方法
(1)支給の可能性がある方に、区からお知らせと申請書を送付します。

(2)送付するお知らせで詳しい支給要件をお伝えします。お知らせが届いた方は、対象となるか確認の上、該当する場合は申請書に必要事項を記入し、添付書類とともに返信専用封筒で郵送してください。(26年の所得や扶養の状況により、申請書が届いた方でも支給の対象にならないことがあります。)

(3)区は提出書類の内容を確認し、後日、支給決定通知書を送付し、指定の口座へ給付金を振り込みます。

り込みます。

◆ご注意ください

●子育て世帯臨時特例給付金との併給が可能です。子育て世帯臨時特例給付金を申請済みの方(対象児童)も臨時福祉給付金の対象に該当する方は、申請書を提出してください。

●臨時福祉給付金の申請先は、基準日の27年1月1日時点で住民票のあった区市町村です。27年1月2日以降、杉並区に転入した方は、具体的な申請期間や手続きについては、基準日時点で住民票のあった区市町村にお問い合わせください。

◆DV被害者の方へ
配偶者からの暴力を理由に避難している等の事情により杉並区に住民登録していない方は、支給対象となる場合がありますので、早めにご相談ください。

振り込み詐欺にご注意

臨時福祉給付金を装った「振り込み詐欺」や「個人情報」の詐取にご注意ください。区や厚生労働省などの職員が、電話でATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることは絶対にありません。「おかしいな」と思ったら、一人で判断せず、区にお問い合わせください。

10月1日開所

私立認可保育園

「にじいろ保育園南荻窪」

◆施設概要

●所在地 南荻窪2-33-5

●運営 ㈱サクセスアカデミー

●保育時間 午前7時30分～午後6時30分(日曜日・祝日・年末年始は休園。延長保育時間 午後6時30分～8時30分)

●定員 0歳 9名、1歳 12名、2歳 14名、3歳 5歳 15名(年齢基準日は27年4月1日。0歳の月齢は9週目)

●その他 給食あり

◆対象児童
区内在住で保護者の就労などで日中保育できないお子さん。区外在住の方は9月末までに杉並区に転入予定があり、売買契約書や賃貸借契約書などで証明できる場合は、お住まいの市区町村を通じて申し込むことができます。

◆申込用紙の配布・受付場所
保育課保育相談係(区役所東棟3階)、子どもセンター(荻窪3 荻窪5-20-1 ☎5347-2081 / 高井戸 高井戸東3-20-3 ☎5941-3839 / 高円寺 高円寺南3-24-15 ☎312-2811 / 上井草 上井草3-8-19 ☎3399-1131 / 和泉 和泉4-50-6 ☎3312-3671)、杉並福祉事務所(荻窪 荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪1階 ☎398-9104 / 高円寺 高円寺南2-24-18 ☎5306-2611 / 高井戸 高井戸東3-26-10 ☎3332-722)

1) ※申込用紙は、区ホームページからも取り出せます。

◆申し込み方法

●新規
保育園入園申込書に必要書類を添えて、受付場所へ持参または保育課保育相談係へ簡易書留で郵送

※3月31日以前に保育園の入園申し込みをした方は有効期間が切れ、新規申し込みとなります。

●転園
保育園転園申込書に必要書類を添えて、受付場所へ持参または保育課保育相談係へ簡易書留で郵送

※現在認可保育園に在籍中で転園を希望する方。

●希望保育園の変更
希望園変更届に必要事項を記入の上、保育課保育相談係へ持参または簡易書留で郵送

※保育園の入園申し込み中で希望保育園を変更したい方。

◆申し込み締め切り
8月26日午後5時(必着)

◆内定発表
内定者のみ9月上旬に郵送で連絡する予定です

◆その他
内定発表後、辞退等で空きができた場合は、通常の10月入所の利用調整会議(9月中旬ごろの予定)で追加選考を行います

◆問い合わせ
保育課保育相談係

〈表1 心身障害者(児)手当等〉

手当等の種類	対象となる方	手当額(月額)
心身障害者福祉手当(◎○△□)	次のいずれかに該当する方①身体障害者手帳1・2級②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症	1万7000円
	次のいずれかに該当する方①身体障害者手帳3級②愛の手帳4度	1万1500円
	精神障害者保健福祉手帳1級を所持する方	5000円
障害手当(◎○□)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1・2級②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症	1万7000円
特別障害者手当(◎□)	在宅の20歳以上で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1・2級程度と愛の手帳1・2度程度の障害が重複している状態など)があるため、常時特別な介護が必要な方	2万6620円
障害児福祉手当(◎○□)	20歳未満で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1級<2級の一部>程度または愛の手帳1度<2度の一部>程度など)があるため常時介護が必要な方	1万4480円
特別児童扶養手当(◎○□)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1～3級(4級の一部)程度②愛の手帳1～3度程度③日常生活に著しい制限を受ける精神障害、発達障害、身体の障害、内臓の障害または疾患がある児童	1級=5万1100円 2級=3万4030円
福祉手当(◎○□)	昭和61年3月31日で廃止後、経過措置に該当する方のみ	1万4480円
重度心身障害者手当(◎○△□)	次のいずれかに該当する方①重度の知的障害者で、日常生活において常時複雑な配慮が必要な程度の著しい精神症状を有する②重度の知的障害と重度の身体障害が重複している③重度の肢体不自由者で、両上肢、両下肢の機能が失われ、かつ、座っていることが困難な程度以上の身体障害を有する	6万円
難病患者福祉手当(◎○△□)	区が定めた難病疾病(326疾病)を有する方	1万6500円
介護手当(○△□)	心身障害者福祉手当受給者または障害手当の対象児童で、寝たきり状態などで常時介護が必要な方を介護している方	1万500円
心身障害者医療費助成(◎△)	次のいずれかに該当する方に、保険診療の自己負担分(後期高齢者医療制度に準じた一部負担金を除く)を助成①身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級まで)②愛の手帳1～3度③脳性まひまたは進行性筋萎縮症	
重度脳性まひ者介護事業(○□)	単独で屋外活動をすることが困難な20歳以上の方で、脳性まひにより身体障害者手帳1級を取得した重度の方を介護している家族の方 介護人に支払う手当=1回1日単位で月12回以内・1回6560円	

※◎=所得制限あり、○=併給制限あり、△=65歳以上は原則対象外、□=入院・施設入所は制限あり。

◆障害者・難病患者の皆さんへ◆

福祉手当等の申請は

お済みですか？

心身に障害のある方や難病患者の方に、各種手当の支給や医療費の助成などを行っています。手当などの内容は、表1のとおりです。

すでに受給中の方は手続きは不要です。対象となる方で、まだ受給していない方は申請してください。

なお、年齢制限、所得制限表

〈表2 所得制限額〉

扶養親族の数	収入額	所得額
0人	518万0000円	360万4000円
1人	565万6000円	398万4000円
2人	613万2000円	436万4000円
3人	660万4000円	474万4000円
4人	702万7000円	512万4000円
5人	744万9000円	550万4000円

(注)1. 収入額は給与と所得者を例として、給与所得控除をする前の金額です。なお、世帯の状況などに応じて各種控除が受けられる場合があります。2. 特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当は所得制限額が異なります。

◆◆◆ 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しごとの相談＝第2・4月曜日申・問電話で、若者就労支援コーナー ☎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ー 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**

生活習慣改善に向けた社会適応力訓練や区内企業等での就労準備訓練を実施しています。

対原則39歳以下の方申・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**

時 8月1日(出)午前9時～午後5時（1人45分）場 ゆうゆう高円寺南館（高円寺南4-44-11）師 キャリアカウンセラー・中村康雄ほか 対 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 申・問電話で、ゆうゆう高円寺南館 ☎5378-8179 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**

時 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 師 キャリアカウンセラー・藤井毅弘ほか 申・問電話または直接、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。

◇**シルバー人材センター高井戸分室個別就労相談**

時 8月4日・11日・18日・25日、9月1日・8日・15日/いずれも火曜日、午後1時～4時 場 高井戸地域区民センター（高井戸東3-7-5） 内 区内在住の60歳以上で臨時的・短期的な仕事を希望の方に、センターでの働き方（仕事と入会）を案内します 問 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 申・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

保健福祉サービス 苦情調整委員制度

日頃提供されている保健福祉サービスに不満や要望はありませんか。

区には公正・中立な立場で区や事業者への調査や勧告等を行い、問題の解決を図る「保健福祉サービス苦情調整委員制度」があります。

◇**苦情申し立ては苦情調整委員へ**

全ての福祉サービスが対象です。本人とその家族、その他本人の状況を具体的かつ的確に把握している民生委員などが苦情を申し立てることができます。ただし、1年以上過去の出来事、裁判で係争中または判決等のあった事項、議会に請願、陳情を行っている事項、医療行為に関する事項などは申し立てできません。

◇**申し立て方法**

「苦情申立書」を保健福祉サービス苦情調整委員に提出してください。記入が困難な方は、口頭による申し立てもできます。

「苦情申立書」は保健福祉部管理課（区役所東棟3階）で配布するほか、区ホームページからも取り出せます。

◇**苦情調整委員相談日**

相談は、弁護士1名、社会福祉士2名の計3名の委員が交代で行います。

時 月3回 午後1時30分～4時 ▷ 8～10月の相談日＝8月4日(火)・12日(水)・20日(木)、9月1日(火)・9日(水)・17日(木)、10月6日(火)・14日(水)・22日(木) 場 保健福祉部管理課（区役所東棟3階） 申 事前に電話または直接、保健福祉部管理課保健福祉支援担当 問 同担当

杉並区就労支援センター すぎトレだより

「働く」を練習しながら、「なりたい自分」を見つけよう！

「どんな仕事に向いているのか体験したい」「職場で必要なコミュニケーションを学びたい」「働くために生活リズムを立て直したい」。そんなあなたのために、すぎトレでは少しずつステップアップしながら就労を目指すプログラムを用意しています。

◇**就職決定者の声**

緊張に震えながら合同説明会に参加した当時は、相手の目さえも見られないほどコミュニケーションが苦手でした。すぎトレでたったひとつ頑張ったこと、それは素直になることです。スタッフさんのアドバイス、仲間のひと言、そして自分の成長を認めてあげることで前に進めました。これからはそれは忘れません。

問 ジョブトレーニングコーナー（荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階 ☎6383-6500）

9月の休日パパママ学級

時 9月5日(出)午前・午後、20日(出)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 場 杉並保健所3階(荻窪5-20-1) 内 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 回 各回24組 他 ①結果は8月24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、8月17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「8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）

【歯科】 日曜・祝日：午前9時～午後5時（受付は4時まで）

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 ナミキウキウ（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。

◆8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	乳幼児歯科 相談(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)
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	20日(木) 午前9時15分～ 10時15分	5日(水) 19日(水) 26日(水)	8月は ありません	26日(水) 午後1時30分 ★7月23日から電話で 申し込み(30名,申込順)	午前 7日(金) 21日(金) 午後 6日(木)	8月は ありません	14日(金) 午前9時～ 10時30分	24日(月) 午後1時30分	6日(木)・12日(水) 午後1時30分
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	17日(月) 午前9時15分～ 10時	8月は ありません	8月は ありません	19日(水) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 17日(月) 24日(月) 午後 7日(金)	21日(金) 午後1時15分 午後1時50分 午後2時25分	13日(木) 午前9時～ 10時30分	4日(火) 午後1時30分	11日(火) 午後2時 24日(月) 午前9時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	27日(木) 午前9時30分～ 10時15分	8月は ありません	17日(月) 午後1時30分 ～4時	3日(月) 午後1時30分～ 3時30分	午前 4日(火) 18日(火) 午後 6日(木)	8月は ありません	4日(火) 午前9時～ 10時30分	28日(金) 午前9時30分	13日(木) 午後1時30分 14日(金) 午後2時
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	26日(水) 午前9時～10時	6日(木) 20日(木) 27日(木)	13日(木) 午後1時30分 ～4時	25日(火) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 26日(水) 午後 12日(水)	8月は ありません		3日(月) 午前9時30分	18日(火) 午後1時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	21日(金) 午前9時15分～ 10時15分	4日(火) 11日(火) 18日(火)	8月は ありません	20日(木) 午後1時30分～ 3時30分	午前 6日(木) 午後 26日(水)	8月は ありません		20日(木) 午後1時45分	4日(火) 午後1時30分

※1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、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。
2. 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
8月はありませ
ん
問い合わせは、杉並区歯科医師会
(阿佐谷南3-34-13)
☎3393-0391

なかま集まれ!

芸術 ● 生涯学習 ● スポーツ ● 文化

活動に区は関与していませんので、問い合わせは、直接各掲載団体へお願いします。

このコーナーでは、区民の皆さんによる地域での自主的な活動が盛んになるように、また皆さんがそうした活動に参加する機会が豊かになることを目的として、年4回掲載しています(1・4・7・10月の21日号を予定)。

時・場などの内容は変更になることがあります。詳細は、各団体にご確認ください。

生涯学習・文化・芸術

- 米国人講師による英会話／英会話AEC(エーイーシー) 時木曜日午前10時15分～11時45分(月4回) 場主に八成区民集会所 費入会金1000円、月6000円 岡相原 ☎080-3528-3812
- 韓国語(中級)／ピョル会 時金曜日午前10時30分～正午(月3回) 場主に産業商工会館 費月4500円 岡並河 ☎3321-8138
- イタリア語会話(イタリア人講師)／イタリアーナ 時水曜日午後3時～5時(月4回) 場主に阿佐谷地域区民センター 費月5000円 岡小美濃 ☎090-3219-9308
- アメリカ人との英会話／英会話友の会 時月曜日または木曜日午後2時～3時または午後4時～5時 場主に林宅(成田東4丁目) 費入会金2000円、月5000円 岡ラン ☎090-9850-3326
- 60歳～初心者英会話／イエローエンジェル 時火曜日午前10時20分～11時50分(月3回) 場産業商工会館 ほか 費入会金1000円、月4200円 岡梅辻 ☎080-6890-3728
- カナダ人講師の英会話／Let's Enjoy English! 時第2・4土曜日午前10時～11時30分 場主に荻窪地域区民センター 費入会金1000円、月3000円 岡早川 ☎5938-3637(午後6時～9時)
- 中国語(日常会話の実践)／宋サークル 時土曜日午後1時～3時 場主に阿佐谷地域区民センター 費月3500円 岡江沼 ☎ FAX3333-2757
- 中国語／張(ちゃん)先生の会 時第1～3日曜日午前10時～正午 場永福和泉地域区民センター 費月3500円 岡武井 ☎ FAX3302-1386
- スペイン語／Poco a Poco(ポコ・ア・ポコ) 時土曜日午後1時～3時(月2回) 場主に久我山会館 費月2500円 岡増田 ☎3331-5450
- 米国人教師(上級)／ニュース英会話 時第2・4月曜日午前9時30分～11時 場阿佐谷地域区民センター 費月6000円 岡大野 ☎090-2166-2949
- ベテラン外国人教師との英会話／JOKER(ジョーカー) 時第2・4水曜日午後2時～3時30分 場久我山会館 費月6000円 岡倉田 ☎090-2934-0681
- 俳句／紫水会(しすいかい) 時第1金曜日午後1時～5時 場西荻地域区民センター 費月1000円 岡田口 ☎ FAX5370-3800
- 俳句／花水木会(はなみずきかい) 時第2水曜日午後1時～5時 場高井戸地域区民センター 費月

- 1500円 岡松尾 ☎3335-0887
- 原文で読む「源氏物語」／源氏物語むらさき会 時第2・4火曜日午前10時～正午 場永福和泉地域区民センター 費月1500円 岡田中 ☎5930-8018
- 俳句／萩の会 時第2木曜日午後1時～5時 場主に高井戸地域区民センター 費月1500円 岡鈴木 ☎3303-2419
- 絵本の読み聞かせ／くまとクマの会 時主に第2・4水曜日午後1時30分～4時 場主に高井戸地域区民センター 費無料 岡水島 ☎ FAX3302-0727
- 絵手紙(初心者歓迎)／文連 時第2火曜日・第3水曜日午後1時～3時 場セシオン杉並 費1回1000円 岡上田 ☎ FAX3339-8807
- 水彩画／ふづき会 時第2・4水曜日午後1時30分～3時30分 場主にゆうゆう阿佐谷館 費入会金1000円、月2500円 岡片田 ☎ FAX3337-3543
- 絵画／パレット会 時月曜日午後1時～3時45分(月2回) 場阿佐谷地域区民センター 費入会金1000円、月3000円 岡野崎 ☎ FAX3312-3970
- 友禅(初心者歓迎)／手描き友禅の会 時第3金曜日午前9時45分～11時45分 場下高井戸区民集会所 費月2000円 岡須江 ☎3321-8366(午後6時以降)
- ハーモニカサークル／永福ハーモニーメイツ 時第2・4土曜日午後6時～9時 場永福和泉地域区民センター 費月2500円 岡林 ☎ FAX3312-3632
- ピアノサークル／スマイル 時原則第1・3月曜日午前9時～10時30分(月2回) 場セシオン杉並 費月2600円 岡林野 ☎090-4092-2044
- ハンドベル／シュガープラム 時火曜日午後1時～4時 場主にセシオン杉並 費入会金3000円、月5000円 岡河合 ☎ FAX3382-2194
- 混声合唱／歌の広場 時金曜日午後6時30分～8時45分(月2回) 場杉並第十小学校 費月2500円 岡山本 ☎6313-0024
- ギター合奏(初心者歓迎)／シュガー 時土曜日午後7時～9時(月1・2回) 場産業商工会館 費1回1000円 岡川添 ☎080-5679-5195
- 童謡／アヴォンリー童謡の会 時第2木曜日午後2時～4時 場浜田山会館 費入会金500円、月1000円(参加時のみ) 岡河村 ☎5377-0425
- カラオケ／双葉会 時第1・3土曜日午後6時15分～8時15分 場四宮区民集会所 費入会金1500円、月1500円 岡井口 ☎ FAX3396-7923
- 詩吟／詩吟の会 時第1～3火曜日午後1時～3時30分 場主に高井戸地域区民センター 費月3000円 岡秋本 ☎ FAX3309-0583
- 詩吟／清弘会杉並(せいこうかいすぎなみ) 時第2・4金曜日午前9時～正午 場西荻地域区民センター 費入会金1000円、月1500円 岡濱田(はまだ) ☎3391-4133
- 詩吟／吟友会 時第1・3月曜日午後1時30分～3時30分 場ゆうゆう善福寺館 費月2500円 岡小河(お

- がわ) ☎ FAX3390-8285
- 囲碁／荻窪石心会 時毎日午後1時～5時 場荻窪地域区民センター 費入会金2000円、年3000円 岡湯浅 ☎3391-7267
- 囲碁／な基み会(なごみかい) 時月曜日午後1時～4時 場ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 費無料 岡小林 ☎ FAX3317-2030
- アロマで季節を楽しむ会 時偶数月第2土曜日午後1時～2時 場さんさんふくし芸術館(高円寺北2丁目) 費1回1000円 岡市川 ☎080-5061-1533

スポーツ・健康

- どなたでもできる気功／梅里中央公園気功の会 時第1～4木曜日午前10時30分～正午 場梅里中央公園 費年1000円 岡工藤 ☎ FAX3315-3118
- 太極拳／帰山(きざん)会 時火曜日午前10時～11時30分 場井草地域区民センター 費月1500円 岡奥田 ☎3395-0943
- 太極拳(初心者も歓迎)／荻窪あすなろ会 時月曜日午前9時30分～11時(月4回) 場主に上荻窪会議室 費入会金800円、月2500円 岡高沢 ☎3332-5235
- 健康体操／自彊術(じきょうじゅつ) 西田会 時月・木曜日午後2時～3時30分 場ゆうゆう西田館 費入会金2000円、3ヵ月6500円(10回) 岡佐藤 ☎ FAX3398-4702(午後6時以降)
- 健康体操(中高年向け)／いずみトリムクラブ 時火曜日午前10時～11時30分(月3・4回) 場永福和泉地域区民センター 費入会金1000円、月2500円 岡島田 ☎3321-6895
- フラダンス／アリス フラサークル 時第1～3土曜日午後1時～2時 場セシオン杉並 ほか 費入会金1000円、月3000円 岡阪場(さかば) ☎3317-7265(午前中)
- 社交ダンス／ウイング 時土曜日午後4時～6時 場永福和泉地域区民センター 費月3000円 岡伊藤 ☎3321-2273
- 社交ダンス(初級中級の方大歓迎)／すぎな会 時月曜日午後6時～8時45分 場高井戸地域区民センター 費入会金1000円、月3000円 岡三吉(みよし) ☎090-3405-2094
- 水泳／サンワスイミングクラブ 時金曜日午前9時～11時 場杉並第十小学校温水プール 費入会金2000円、1回850円 岡佐藤 ☎ FAX3313-0448
- 硬式テニス(中級以上)／ハイ・ワールド 時土・日曜日・祝日 ほか 場区内コート ほか 費月2000～3000円 岡世古(せこ) ☎080-6526-9840
- 硬式テニス(20～40歳)／MSJ08テニスクラブ 時土・日曜日・祝日 場上井草スポーツセンター ほか 費1回300円 前後 岡角田(つのだ) ☎070-6962-3395 ㊚tsuno8888@willcom.com

「なかま集まれコーナー」に掲載を希望する方へ(掲載申込方法のご案内)

【掲載対象】

- ※次のようなものを除く活動。
 - 営利を目的とするもの
 - 主な活動場所が杉並区外のもの(登山・ハイキングなどの活動を除く)
 - 活動内容が政治・宗教活動であるもの
 - 講師などが主催して月謝をとる教室の生徒募集
 - 掲載申し込み者と講師が同じもの
 - 団体の事業、社会貢献・ボランティア活動、NPOの活動(これらは同好会ではありませんので、「なかま集まれ」の趣旨とは異なるため)
 - 多額の費用を必要とするもの(掲載申し込みの受付時に、確認をする場合があります)

- 売名行為と考えられるもの
- 特定の個人または団体を誹謗・中傷するもの
- その他公序良俗に反することなど、区が不適当と判断したもの

【掲載時期】

申し込みの先着順に掲載しますので、掲載時期の指定はできません。また、掲載は原則として暦年(1月～12月までの間)1回とします。

【その他】

掲載した内容は、区ホームページと区教育委員会ホームページに掲載されますので、ご了解の上お申し込みください。

掲載の申し込み
問い合わせ

「生涯学習・芸術・文化・その他」
社会教育センター

(〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621 FAX3317-6620)

「スポーツ(ダンス・健康的運動を含む)」
スポーツ振興課施設管理係

(住所・電話は区役所あて。FAX5307-0693)

27年度第2次杉並区文化芸術活動助成金の募集



区における文化芸術の一層の振興を図ることを目的に、事業に係る経費の一部を助成します。

対象事業=10月1日~28年3月31日に区内で実施する音楽、演劇、舞踊、美術、映像、伝統芸能等、文化芸術の創造に資する事業▷助成金額=上限100万円(自己負担額、助成対象経費または100万円を比較し最も少ない額を上限とし、助成対象経費中、事業の質を高めるために助成を要する経費。事業終了後、完了報告書などを確認し、最終的な助成額が確定した後に支給)▷助成事業数=5事業程度(文化・芸術振興審議会の審査を経て決定)▷募集要項(文化・交流課(区役所西棟7階)で配布。区ホームページからも取り出せます)を確認の上、申請書類を8月20日午後5時(必着)までに文化・交流課へ持参・郵送▷文化・交流課文化振興担当▷大会等参加支援事業についても引き続き募集中

★男女平等推進センター講座

自分らしい働き方セミナー

私らしく働くために ~キャリアの棚おろしから天職の見つけ方

自分の好きなことや得意なことから、自分らしく働く道を見つけます。

時・内 9月1日(火)=優先順位のつけ方を考えよう▷15日(火)=在宅ワーク・ボランティア・NPOでの働き方▷25日(金)=在宅ワークの始め方/いずれも午前10時~正午場男女平等推進センター(荻窪1-56-3)師キャリア・ママ代表取締役堤香苗対区内在住・在勤・在学の出産・育児・介護などで離職した女性定各30名(申込順)申電話・ファクス(7面記入例)で、キャリア・ママ☎042-389-0220FAX042-389-0230。同社HPhttp://www.c-mam.co.jp/からも申し込み可問同社他生後7カ月~就学前の託児あり(事前申込制。各5名)

7月28日は日本(世界)肝炎デー・7月27日~8月2日は肝臓週間

肝炎ウイルス検査を受けましょう



東京都内にはB型・C型肝炎ウイルスに感染している人が20~30万人いると推計されています。感染しても自覚症状がないことが多く、知らないうちに肝硬変や肝がんに行進する可能性があります。肝炎を進行させないようにするためには、専門医による適切な健康管理・治療が必要です。肝炎ウイルスに感染しているかどうかは検査をしないと分かりません。肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は、感染を早期に発見するために検査を受けましょう。

- 杉並保健所ではB型・C型肝炎ウイルスの検査を無料で実施しています
15歳以上の区民でこれまでに検査を受けたことがなく、職場や他の制度で検査を受ける機会のない方が対象です。
【日時】検査日=毎月第1・3水曜日(9・12月は第1水曜日のみ)▷結果日=検査日の翌水曜日/いずれも午前9時~9時30分受け付け
【場所】杉並保健所3階(荻窪5-20-1)
【内容】血液検査(B型肝炎=HBs抗原検査、C型肝炎=HCV抗体検査)

問杉並保健所保健予防課感染症係☎3391-1025

熱中症にご注意を

本格的な夏を迎え熱中症の発症が多くなります。熱中症の予防には、小まめな水分の補給と暑さを避けることが大切です。特に高齢者や子どもは注意が必要です。周囲の人が気を配りましょう。



- ◇熱中症に関する情報
●環境省熱中症予防情報サイト
HPhttp://www.wbgt.env.go.jp/
【問い合わせ】各保健センター(荻窪☎3391-0015/高井戸☎3334-4304/高円寺☎3311-0116/上井草☎3394-1212/和泉☎3313-9331)

SPORTS

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会
●区民体育祭
◇バドミントン①高校生②レディース
時①8月28日(金)・30日(日)②9月3日(木)・10日(日)/いずれも午前9時場荻窪体育館(荻窪3-47-2)、上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)内種目=①男女単・複②一・二・三部複費①単600円・複1200円②1組1600円。ゆうちょ銀行「10010-9-026441杉並区バドミントン連盟」へ振り込み申申込書(区体育館で配布)と振替受領書の写しを、①7月31日②8月18日(いずれも必着)までに区バドミントン連盟・山口由記子(〒168-0073下高井戸3-33-2)へ郵送問山口☎090-8491-5663
◇陸上競技
時10月3日(土)午前10時場武蔵野市立陸上競技場(武蔵野市吉祥寺北町5-11-20)
内下表のとおり対区内在住・在勤・在学の

方ほか費一般・高校生=1種目700円、リレー1チーム1000円▷小学生=1種目500円、リレー1チーム1000円。いずれも郵便局「00100-2-140811杉並陸上競技協会」へ振り込み申申込書(区体育館で配布。区陸上競技協会HPhttp://www.sugi-chiiki.com/286からも取り出せます)に郵送の場合は返信用封筒(住所・氏名を明記し82円切手を貼付)を添えて、8月1日(必着)までに区陸上競技協会事務局(〒166-0016成田西2-5-15suginamikurikujou1@yahoo.co.jp)へ郵送・Eメール問同協会☎090-3203-2571(平日午前10時~午後5時)

スポーツ教室

- チャレンジ鉄棒
鉄棒に苦手意識を持つ子供を対象に、苦手を克服できるような指導をして、学校体育につなげます。
時8月16日(日)午前9時45分~10時30分②10時45分~11時30分③11時45分~午後0時30分場上井草スポーツセンター師海老澤恭介ほか対①小学3・4年生②4歳~未就学児③小学1・2年生定各12名(申込順)

費各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)他運動しやすい服装・タオル・飲み物持参

- 荻窪体育館の教室
◇気軽にフィットネスⅡ リラックスヨガ
時8月2日(日)・9日(日)・23日(日)・30日(日)午後1時~2時30分師山本美也子対区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者定各20名(申込順)費各500円申各開催日の6日前から電話で、同体育館
◇小学生集まれ!ソフトバレー
アドバイザーや友達とソフトバレーで遊みましょう。
時8月2日(日)午前9時~11時師区ソフトバレーボール連盟対区内在住・在学の小学生定15名(先着順)費100円他体育館履き持参
◇チアリーディングスクール体験会
通年チアリーディングスクールの入会希望者向けの体験会です。
時8月11日(火)午後4時~5時師諏訪千尋、濱名和美対区内在住・在学・在園の年長・小学1年生定20名(申込順)申電話で、同体育館
◇チャレンジ卓球教室
卓球を始めて1年未満の方を①初心者クラス、基礎および応用を②経験者クラスとして募集します。
時8月31日~11月2日の毎週月曜日、午後3時~5時(9月21日、10月12日を除く。各計8回)師国広哲弥対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定各32名(抽選)費各6000円申往復ハガキ(7面記入例)で、8月3日(必着)までに同体育館他2歳~就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

往復ハガキ(7面記入例)で、7月31日(必着)までに同体育館他2歳~就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

- ◇産後エクササイズⅡ
時8月29日~11月7日の毎週土曜日、午前11時30分~午後1時(10月24日を除く。計10回)師Yumi対区内在住・在勤で出産後1年以内の方定20名(抽選)費7500円申往復ハガキ(7面記入例)で、7月31日(必着)までに同体育館他2歳~就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)
— (いずれも) —
場・問荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2☎3220-3381)

- 高円寺体育館の教室
◇ふれあいフットサル教室
仲間・家族・コーチと一緒にボールを追いかけましょう。ゲームにも挑戦します。
時8月9日(日)、9月21日(日)午前11時~午後1時師岡村一弘ほか対区内在住・在学・通所で知的障害のある方(自己管理ができる方)定各30名(申込順)申ファクス(7面記入例)で、同体育館
◇親子チャレンジ体操Ⅲ教室①パンダ②コアラ

跳び箱・マット・平均台・ボールなどを使い、体力をつけることが目的の教室です。自宅でもできる体操もレッスンします。
時9月5日~10月10日の毎週土曜日①午前9時~10時②10時~11時(各計6回)師TiAmo対①3歳半~4歳②2歳半~3歳半未満(いずれも実施日年齢)のお子さんとその保護者定各12組(抽選)費各4500円申往復ハガキ(7面記入例)に親子の氏名(フリガナ)、お子さんの生年月日・年齢・性別も書いて、7月31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☎3312-0313FAX3312-0312)他車・バイクでの来館はできません

〈陸上競技 種目〉

クラス	トラック	フィールド
一般男子	60m(50歳以上)、100m(40歳未満、40歳以上)、200m、400m(40歳未満)、800m、1500m(40歳未満、40歳以上)、5000m(50歳未満、50歳以上)、4×100mリレー	走り高跳び 走り幅跳び 砲丸投げ
一般女子	60m(50歳以上)、100m、200m、400m、1500m、4×100mリレー	
高校男子	100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、4×100mリレー	
高校女子	100m、400m、800m、1500m、4×100mリレー	
中学男子	100m、200m(タイムレース)、400m(タイムレース)、1500m、4×100mリレー	
中学女子	100m、200m(タイムレース)、800m、4×100mリレー	走り幅跳び ソフトボール投げ
小学男子 小学女子	4年生以上=100m、800m、4×100mリレー	
小学男女	1~3年生=50m	

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。

※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。発行日:毎月1日・11日・21日/杉並区役所☎3312-2111(代表)〒166-8570阿佐谷南1-15-1

凡例 時 日 時 場 場所 内容 師 講師 対 対象 定 定員 費 参加費 (記載のないものは無料) 申 申し込み (記載のないものは直接会場へ) 問 問い合わせ 他 その他

ハガキ・ファクス・Eメール 申し込み記入例

1 行事名・教室名 (希望日時・コース名)
2 郵便番号・住所
3 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、各記事の申でご確認ください。
 住所が記載されていないものは、区役所〇〇〇課(〒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。

催し EVENT

■杉並アニメーションミュージアム企画展「アクエリオン展 Part2 10年目の奇跡」
 SFロボットアニメ「創聖のアクエリオン」放送10周年を記念した展示会の第2弾です。
 時 9月27日(日)までの午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。9月27日は4時30分まで。月曜日(祝日の場合は翌日)休館) 場 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 問 同館 ☎3396-1510

■永福図書館50周年～なみすけがやってくる！
 なみすけと一緒に記念写真を撮りませんか。オリジナルエコバッグを作るプチワークショップもを行います。
 時 8月1日(土)午前10時～11時30分 場 永福図書館(永福4-25-7) 定 50名(先着順) 問 永福図書館 ☎3322-7141 他 カメラ持参

講演・講座

■家族介護教室
 ◇エンディングノートで自分の生き方を見つめよう!!
 時 8月5日(水)午後2時～4時 場 アリア高井戸(高井戸東3-29-38) 師 ケア24高井戸職員 対 区内在住・在勤の方 定 20名(申込順) 申・問 電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495
 ◇認知症サポーター養成講座
 時 7月29日(水)午後2時～3時30分 場 ゆうゆう阿佐谷館(阿佐谷北2-18-17) 師 キャラバン・メイト 対 区内在住・在勤の方 定 10名(申込順) 申・問 電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588 他 希望者のみ午後4時までグループホームを見学可。講座終了後に認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます

◇体操で認知症予防をしよう！
 時 7月29日(水)午後1時30分～3時 場 荻窪ふれあいの家(荻窪2-29-3) 師 健康ウオーキング指導士・篠田洋江 対 区内在住・在勤の方 定 15名(申込順) 申・問 電話で、荻窪ふれあいの家 ☎3220-9637

■「親子でうどん作り」体験(地域食育推進教室)
 小麦粉からのうどん作りにお父さんと子供で挑戦しましょう。
 時 8月8日(土)午前10時～午後1時 場 井草地域区民センター(下井草5-7-22) 内 うどん作りとパランスのとれた「特製冷やしうどん」の試食 師 上井草保健センター自主グループあじさい会・西本綜吉 対 5歳～小学4年生のお子さんと父親 定 15組(申込順) 費 1組200円 申・問 電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015 他 お父さんと子供のエプロン、三角巾、布巾、筆記用具、子供用上履き持参

■口からはじめる栄養満点教室
 食事を上手に取るための情報提供や調理実習、お口の体操(健口体操)を行います。
 時 9月4日(金)・10日(木)・18日(金)・24日(木)午前10時～正午(24日は午後1時まで。全4回要出席) 場 井草地域区民センター(下井草5-7-22) 師 歯科衛生士、管理栄養士 対 区内在住の65歳以上で日常生活で介助の必要がない方 定 20名(抽選) 費 500円 申 ハガキ(記入例)で、8月1日(必着)までに荻窪保健センター「口からはじめる栄養満点教室」担当(〒167-0051荻窪5-20-1) 問 同担当 ☎3391-0015 他 長寿応援対象事業。抽選結果は8月15日ごろ発送予定

環境活動推進センター

◇着物や洋服のリメイク
 時 8月24日(月)午後1時30分～3時30分 定 10名(申)

環境活動推進センター

◇着物や洋服のリメイク
 時 8月24日(月)午後1時30分～3時30分 定 10名(申)

(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、対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
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎ FAX3338-0436)	ワードを使いこなそう!～すてきな旅行計画書作り	8月12日(水)・19日(水)午後1時30分～3時30分(計2回) 対 パソコンで文字入力できる方 定 15名(申込順) 費 3200円
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎ FAX3306-0441)	認知症予防講座 いつまでも自分らしく! 師 ケア24高井戸	8月19日(水)午後1時30分～3時 対 40歳以上の方 定 40名(申込順)
井草館(井草2-15-15 ☎ FAX3390-9672)	吹き矢無料体験/有酸素運動で健康増進 師 山中邦隼	8月9日(日)・30日(日)午前10時～正午 定 各日15名(申込順)
方南館(方南1-51-7 ☎ FAX3324-1171)	楽しく!英語さろん～脳の活性化につなげましょう	8月2日から毎月第1・2日曜日、午前9時30分～11時 費 1回600円
四宮館(上井草2-28-3 ☎ FAX3396-7692)	トーンチャイム講座～多世代で合奏を楽しもう	8月30日(日)午後1時30分～3時 対 小学生以上の方 定 16名(申込順) 費 600円
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎ FAX3315-1249)	阿波おどり三味線を楽しもう!!	毎月第2・4火曜日、午後6時～8時 定 10名(申込順) 費 1回500円

※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。いずれも、長寿応援対象事業です。

情報ぽけっと

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

★さざんかシティウィンズコンサート 時 8月16日(日)午後1時50分 場 杉並公会堂 内
 出演 = 白浜ジュン (指揮) ほか▷曲目 = リバーダンス、千と千尋の神隠しほか 定 1000名(先着順) 問 さざんかシティウィンズ・武 ☎070-5566-5946

★「はたらく消防の写生会」の展示 時・場 ①荻窪消防署 = 7月24日(金)～8月3日(月)午前9時～午後10時(24日は午後1時から) / 杉並公会堂 ②杉並消防署 = 8月18日(火)～24日(月)午前10時～午後4時(22日(土)・23日(日)を除く) / 区役所1階ロビー 内 小学生が描いた消防隊員などの写生画等の展示 ①荻窪消防署予防課防火管理係 ☎3395-0119 ②杉並消防署予防課防火管理係 ☎3393-0119

★戦後70年 すぎなみピースフォーラム 時・内・師 ①展示「沖縄、731部隊、杉並の

平和運動」 = 8月1日(土)午後1時～8時・2日(日)午前10時～午後8時・3日(月)午前10時～午後4時 ②記念講演「日本国憲法こそ希望」(弁護士・白神優理子ほか) = 8月1日(土)午後1時20分 ③証言「杉並にも戦争があった」ほか = 8月2日(日)午後1時 場 産業商工会館 ②③各100名(先着順) 問 すぎなみピースフォーラム・佐々木 ☎3390-2481

★原爆と人間展 時 8月4日(火)～7日(金)午前8時30分～午後5時(4日は午後1時から) 場 区役所1階ロビー 内 広島・長崎の被爆直後の実相を伝える写真や広島に投下された原子爆弾の実物大模型の展示、折り鶴コーナー 問 杉並光友会・原田 ☎3314-4661

★まるわかり! あんしん介護フェア 時 9月5日(土)午前10時～午後4時30分 場 浴風会(高井戸西1丁目) 内・師 ①特別講演(海老名香葉子) ②フリーマーケット ③その他 = ミニセミナー、企業展示ブースなど 定 ①250名(申込順) ②出店者 = 20区画(申込順)。業者の出店不可) 費 ①1区画500円 申 ①②は、ハガキ(記入例)に②は出店品名も書いて、浴風会ケアスクール(〒168-8510高井戸西1-12-1) 問 浴風会ケアスクール ☎3334-2149

講演・講座

★手ぶらでハワイアンキルト体験教室 時 ①8月4日(火)午前9時30分～10時30分 ②19

日(水)午前9時30分～11時30分 場 ①産業商工会館 ②スタジオ「room221b」(浜田山3丁目) 師 吉田真実 定 各20名程度(申込順) 費 ①1000円 ②2000円 申 ファクス(記入例)で、グロービス商工研究会 FAX5913-8105 問 同会 ☎050-3786-0801

★シルバー体験講習～地域で育てる・地域を支える「子育て支援講習会」 時 8月28日(金)午後0時30分～4時45分 場 杉並区シルバー人材センター(阿佐谷南1丁目) 内 同センターの説明、手作りおもちゃの製作ほか 対 区内在住の原則60歳以上でシルバー人材センター未入会の方 定 20名(申込順) 申・問 電話・ファクス(記入例)に性別・生年月日も書いて、東京しごと財団シルバー講習担当 ☎5211-2326 FAX5211-2329

★すぎなみ「名店」創業セミナー 時・内 8月31日(月) = 店舗コンセプトを磨く▷9月14日(月) = 物件を見る力を養う▷30日(水) = 店舗運営力を知る▷10月5日(月) = 計画力をつける▷19日(月) = プレゼン力を鍛える / いずれも午後6時30分～9時30分。全5回要出席 場 産業振興センター 師 中小企業診断士・原島純一ほか 対 東京都内で飲食店・小売店を始めたい方 定 30名(申込順) 申 Eメール(記入例)に性別、創業したい飲食業の種類も書いて、NPO法人CBすぎなみプラス ☎info@cb-sugiplu.org 問 同団体・嶋津 ☎5929-8625

込順) 費600円 申 電話で、同センター
 ◇着物で作業衣作り
 時 8月27日(木)午前10時30分～午後3時30分、9月10日(木)午前10時30分～午後0時30分(計2回) 定 10名(抽選) 費 1100円 申 往復ハガキ(記入例)で、7月31日(必着)までに同センター 他 8月27日は昼食持参

— (いずれも) —
 場・問 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎5336-7352) 対 区内在住・在勤・在学の方 他 長寿応援対象事業

就労支援センター

◇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す。
 時 8月11日(火)午後1時～4時 師 伊藤那美 対 34歳以下で求職中の方 定 10名(申込順)

◇若者就労支援セミナー「ジョブスクール～仕事を探す34歳以下の若者のために」
 働くために必要な知識・常識を学び、一歩踏み出すきっかけを作る集中プログラムです。
 時 8月17日(月)・18日(火)・19日(水)午前10時～午後4時(計3回) 師 高橋健太郎、小澤明人 対 34歳以下で求職中の方 定 10名(申込順)

◇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 ①8月24日(月)②31日(月)午前10時～午後3時 師 小林理佳、木内恵里子 対 44歳以下で求職中の方 定 各14名(申込順)

— (いずれも) —
 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 申・問 電話で、就労支援センター ☎3398-1136

◇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す。
 時 8月11日(火)午後1時～4時 師 伊藤那美 対 34歳以下で求職中の方 定 10名(申込順)

◇若者就労支援セミナー「ジョブスクール～仕事を探す34歳以下の若者のために」
 働くために必要な知識・常識を学び、一歩踏み出すきっかけを作る集中プログラムです。
 時 8月17日(月)・18日(火)・19日(水)午前10時～午後4時(計3回) 師 高橋健太郎、小澤明人 対 34歳以下で求職中の方 定 10名(申込順)

◇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 ①8月24日(月)②31日(月)午前10時～午後3時 師 小林理佳、木内恵里子 対 44歳以下で求職中の方 定 各14名(申込順)

— (いずれも) —
 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 申・問 電話で、就労支援センター ☎3398-1136

その他

★東京税理士会税金なんでも相談会
 ◇杉並支部 時 8月4日(火)午前10時～正午、午後1時～4時 場 同支部(阿佐谷南3丁目) 内 税金(事業・相続・贈与等)・帳簿のつけ方等 申・問 電話で、8月3日までに同支部 ☎3391-1028 他 相談は1人40分まで
 ◇荻窪支部 時 8月7日(金)午後1時～4時 場 同支部(荻窪5丁目) 申・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時を除く)) 他 ①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

★事業拡大・創業支援希望者向け～経営お悩み相談会 時 8月26日(水)午後1時～5時 場 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 師 NPO法人杉並中小企業診断士会 定 8名(申込順) 費 500円 申・問 電話で、8月21日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 他 長寿応援対象事業

★防衛省・自衛隊募集 内 募集種目・資格 = ①防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生、看護学科学科学生 = 18～20歳で高校卒(見込み含む) ②航空学生 = 18～20歳で高校卒(見込み含む) ③一般曹候補生、自衛官候補生 = 18～26歳 / 詳細は、募集要項をご覧ください 問 高円寺募集案内所 ☎3318-0818

※広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは広報課へ。



【日時】
8月5日(水)～9日(日)午前10時～午後10時
【場所】
JR阿佐ヶ谷駅周辺の10商店会

今や杉並区を代表するお祭りとなった阿佐谷七夕まつり。阿佐ヶ谷駅周辺の10商店会で共同開催され、各商店会の魅力あるイベントが阿佐谷の夏を彩ります！
——問い合わせは、阿佐谷七夕まつり連合会 ☎3312-6181 (阿佐谷パールセンター事務所内) へ。

阿佐ヶ谷駅前での催しもの

- ☆阿佐谷七夕まつりオープニングセレモニー
時・内 8月5日(水)午後5時＝オープニングセレモニー、ジャズコンサート 場 駅前噴水広場
- ☆星におねだり
時・内 8月5日(水)・6日(木)午後6時＝星型の短冊に願いごとを込めましょう！ 場 南口駅前
- ☆①声優による朗読②ねぶた
時・場 8月8日(土)①午後5時～6時＝阿佐ヶ谷アニメストリート②午後7時＝松山通り交友会
- ☆①サンバ②盆ダンス
時・場 8月9日(日)①午後2時30分・4時30分＝一番街商店会②午後5時～6時＝川端新興会
- ☆阿佐谷クリーンキャンペーン
時 8月5日(水)～9日(日) 場 駅前噴水広場内 学生・ボーイスカウトのボランティア(清掃活動)

イベント	日時・場所・内容
◇共通イベント	
スタンプラリー	時 8月5日(水)～9日(日) 場 阿佐ヶ谷駅周辺10商店会 内 スタンプを集めると、なみすけ・ナミィ・なみきおじさんがそれぞれ描かれた七夕まつり限定の缶バッジを差し上げます(数量限定)
◇各商店会イベント	
阿佐谷七夕まつり	時 8月5日(水)～9日(日) 場 阿佐ヶ谷パールセンター 内 笹と吹き流しの七夕に加え、各店自慢の手作り張りぼての装飾、模擬店
七夕まつり inすずらん通り	時 8月5日(水)～9日(日) 場 すずらん通り商店街 内 七夕飾りやユニークな張りぼての装飾、すずらん縁日、模擬店など
(1)笹のトンネル (2)光るアートがお出迎え	時 8月5日(水)～9日(日) 場 川端新興会 内 (1)阿佐谷一趣のある「いちよう小路」が笹のトンネルに(2)釣り堀・寿々木園など駅西側エリアに夏の夜を彩るアートが出現
アニメストリート	時 夏休み期間中 場 阿佐ヶ谷アニメストリート 内 人気アニメとのコラボカフェや漫画の企画展など
新進会寄席in七夕	時 8月7日(金)午後7時 場 阿佐ヶ谷新進会商店街 内 新進会寄席で暑気払いのひとときを
七夕スターロードまつり	時 8月8日(土)午後6時～8時 場 スターロード商店会 内 ジャズ演奏など
納涼まつり	時 8月8日(土)・9日(日) 場 松山通り交友会 内 8日午後5時＝ねぶたの運行▷9日午後3時＝スイカ割りやスーパーボールすくい、打ち水など
七夕&納涼フェア	時 8月9日(日)午前11時 場 阿佐ヶ谷商和会 内 各種出店・フリーマーケットなど
七夕まつり	時 8月9日(日)午後2時～5時 場 阿佐ヶ谷進交会 内 ポップコーン・綿菓子・スーパーボールすくい、金魚すくいなど
大人の縁日	時 8月9日(日)午後2時～8時 場 一番街商店会 内 屋台やお酒、フリーマーケット、本格サンバパレードなど

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。

すぎなみ学倶楽部HPへ

夏に美味しい ひんやりスイーツ！

夏の強い日差しがまぶしい季節になってきましたね。暑くなると食べたくなるのが冷たくて甘いかき氷！最近は見ただけがかわいく思わず写真に撮りたくなるものもあり、人気スイーツとして雑誌などでも特集されるほど注目されています。

かき氷の歴史は古く、清少納言の「枕草子」に「あてなるもの(高貴なもの、上品なもの)」で「削り氷の甘葛(あまづら。甘味料のこと)に入れて、あたらしき鏡(かなまり。金属の椀のこと)に入れたる」(出典「完訳日本の古典12 枕草子」松尾聰、永井和子/校注・訳＝小学館)と記されており、平安時代にはもう食されていたようです。冷蔵庫や氷削機などがなかった時代、冬に寒冷地でできた天然氷を氷室で保管し、小刀で削ったそうで、上流階級の人のみが食べられる特別なものであ

たとか。気軽にかき氷で涼をとることができる現代の私たちは幸せですね。すぎなみ学倶楽部ではかき氷を提供しているお店を紹介しています。西荻窪の「ほわわカフェ」では、夏季限定のコーヒーや紅茶などのフラッペ(かき氷にシロップをかけたもの)が人気です。ゼリーの上に氷と自家製のシロップが重なり、さらにアイス、生クリームが盛られ、パフェのようなボリュームですが、甘すぎず風味が楽しめます。

同じ西荻窪の「甘いっ子」は、昭和40年に開店した甘味処。乾燥杏を煮詰めたり、フレッシュなイチゴを生かしたこだわりの特製シロップに、白玉やあんこなどを添えた和テイストのかき氷が、10月上旬まで食べられます。

暑い夏、かき氷で涼んでみてはいかがでしょうか。(英)

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷【特集】かき氷2015
問 産業振興センター観光係 ☎5347-9184

すぎなみニュース

で旬の味をご案内！

区の交流自治体の特産品や海産物などを、広報番組「すぎなみニュース」で紹介いたします。

第1弾は静岡県南伊豆町の石廊(いろう)崎沖で取れる希少なイカです。杉並区民限定の販売価格や申し込み方法を番組内でお知らせしますので、ぜひご覧ください。

▷視聴方法＝区ホームページの動画コーナーからご覧になれます。またケーブルテレビ：COM東京(デジタル11チャンネル)でも、午前9時5分、午後0時5分、8時5分の1日3回(各15分)放送しています

▷配信開始日＝7月26日(日)

問 広報課

▲石廊イカ

7月30日

吾妻の朝市

区の交流自治体である群馬県東吾妻町から新鮮な高原農産物を直送販売します。

時 7月30日(木)午前10時～午後1時 場 区役所中杉通り側入り口前 内 野菜(キャベツ、レタス、玉ネギ、ネギなど)、農産品(米、みそ、梅干し、蜂蜜など)ほか 問 文化・交流課交流推進担当 他 買い物袋持参

▲夏野菜(高原野菜)

世帯数	日本人のみの世帯		合計	人口(人)	男		女		小計	合計
	外国人のみの世帯	日本人と外国人の世帯			日本人	外国人	日本人	外国人		
27年7月1日現在()は前月比	298,494 (52増)	7,668 (8増)	308,519 (70増)	258,859 (64増)	5,971 (17増)	280,848 (210増)	6,125 (8減)	539,707 (274増)	12,096 (9増)	551,803 (283増)