

すぎなみ



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 http://www.city.suginami.tokyo.jp/ 区の代表電話 ☎3312-2111 FAX3312-9911 (広報課直通)

ごみ・資源の収集カレンダーを全戸配布します 3
募集～27年度区政モニター 3
「杉並区子育て優良事業者表彰」受賞者が決まりました 8
事前申し込み受け付け中 すぎなみ子ども・子育てメッセ 8
3月11日(水)午前11時 シェイクアウト訓練を実施 8

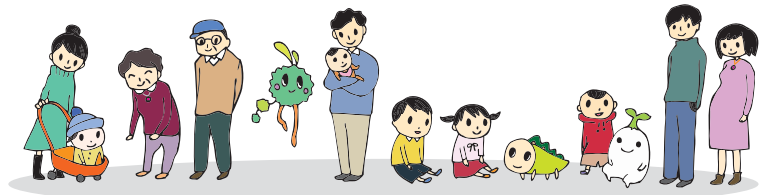
長寿応援ファンド 地域に貢献する活動に助成します

募集テーマ ①高齢者支援活動 ②子ども・若者世代支援活動
③多世代間の交流活動 ④住みやすいまちづくり活動

長寿応援ファンド助成は、高齢者の日常生活や健康づくり、子ども・若者世代支援など地域に貢献する活動に対し、資金の一部を助成するものです。「杉並区長寿応援ポイント事業」に参加している高齢者の皆さんからいただいた寄付を原資とした長寿応援ファンドを活用しています。——問い合わせは、高齢者施策課へ。

助成対象となる活動

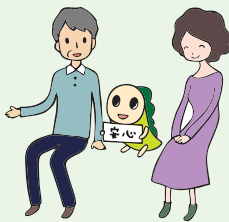
1. 地域に貢献する公益性の高い(自己の利益や特定の団体・会員の利益に限定されない)活動
 2. 新規に立ち上げる活動、またはこれまで継続してきた活動の新たな展開・向上を図るもの
 3. 助成終了後も継続を期待できる活動、または助成により初期の目的を達成できる活動
- 上記1～3の全てに該当し、次の4つのテーマのいずれかに合致する活動を対象とします。



テーマ① 高齢者の日常生活や健康づくりを支援する活動

(活動例)

- 高齢者の社会参加や活躍場所の創出を目指す活動
- 一人暮らしの高齢者、高齢者世帯の日常生活を支援する活動
- 高齢者が自由・気軽に利用できる、空き家等を活用した居場所づくり活動
- 地域の中で高齢者を見守り、支えあう活動
- …など



テーマ② 子ども・若者世代を支援する活動

(活動例)

- 子育て世代の地域生活を支援する活動
- 子ども・若者世代の社会性の向上や自立促進を支援する活動
- 子ども・若者世代の学習・学びの力を育てる活動
- 子ども・若者世代を支援する人材を育成するプログラムを実施する活動
- …など



テーマ③ 多世代間の交流を進める活動

(活動例)

- 高齢者ボランティアや次世代ボランティアを育成する活動
- 多世代が交流できる居場所づくり活動
- 多世代が交流を図りつつ地域の問題に取り組む活動
- …など

テーマ④ 誰もが住みやすいまちづくりを進める活動

(活動例)

- 若者が町会・自治会などの地縁組織や商店会と共に地域を活性化させる活動
- 被災地の復興を支援する活動
- 病気や障害がある人の地域生活を支援する活動
- 交流イベントなどで外国人の地域生活を支援する活動
- …など

助成対象となる団体・応募方法など

◇助成対象となる団体

次の要件を全て満たす団体。法人格・事務所の有無は問いません。

- ① 構成員が自発的に活動している団体であること。
- ② 区内で活動していること。
- ③ 実際に活動を行う団体構成員が5名以上で、半数以上が区内在住、在勤または在学であること。
- ④ 営利もしくは布教を目的とする団体でないこと。
- ⑤ 暴力団もしくは暴力団の統制下にある活動を目的とする団体でないこと。

◇助成活動の対象期間

4月1日～28年3月31日の期間で行う活動
※助成決定前に終了する活動(決定は5月末予定)は対象となりません。

◇助成金額

1活動30～200万円
(27年度の助成総額は約900万円)

※30万円未満の活動および他の助成金等を受けている活動は対象となりません。
※審査の上、助成活動および助成金額を決定します。

◇募集期間

2月13日(金)～3月13日(金)午後5時(厳守)

◇応募方法

事前に高齢者施策課へ連絡の上、申請書類を持参
※郵送での受け付けは行いません。
※受付時に活動内容についての聞き取りを行います。

▷募集要項・申請書配布場所＝高齢者施策課(区役所東棟1階)、すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階)、杉並区社会福祉協議会(荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階)。区ホームページからも取り出せます(PDF形式。Word形式が必要な場合は高齢者施策課へご連絡ください)。

26年度助成活動公開報告会と27年度募集説明会を開催します

【日時・内容】2月19日(木)

①午前10時～11時＝26年度助成活動公開報告会

②午前11時～正午＝27年度募集説明会

※当助成に応募希望の方は①②とも参加してください。

【場所】区役所分庁舎4階会議室(成田東4-36-13)

【定員】各50名(申込順)

【申し込み・問い合わせ】電話で、高齢者施策課へ



長寿応援ポイントシールの有効期限にご注意ください!

24年度シールの有効期限は、27年3月31日(火)です。

忘れずに交換申請をしてください。

※25ポイント以上から交換可。

◇申請受付場所＝高齢者施策課、各ゆうゆう館

区からの お知らせ SUGINAMI INFORMATION

税金

バイクや軽自動車の廃車手続きはお早めに

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有(登録)者に課税されます。

原動機付自転車やバイク・軽自動車を、処分・譲渡・売却などをしたときは、必ず4月1日までに廃車の申告(届け出)をしてください。

募集します

ほっと一息、介護者ヘルプ実施事業者

介護者の家事等の代行をするために、ホームヘルパーを派遣する登録事業者を募集します。

採用情報

障害者支援(嘱託員)

一般就労を目指し、区役所内で事務補助をする知的障害者および精神障害者(チャレンジ雇用職員)を支援する仕事に従事します。

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 月16日勤務。月8時30分〜午後5時15分

突然のケガや入院直後など、心身機能の一次的な低下で日常生活に支障があり、介護保険の認定を受けていない高齢者に対し、緊急にホームヘルパーを派遣する、高齢者いっときお助けサービス事業を実施しています。

この事業のサービスを提供する登録事業者を募集します。

介護保険法で定める訪問介護サービス。区が派遣を決定した高齢者の居宅へホームヘルパーを派遣し、地域包括支援センター(ケア24)の個別援助計画書に基づきサービスを提供

区が産前・産後支援ヘルパー事業を委託している事業所で活動する方を募集します。

「子育てでメッセ」で使用済み小型家電15品目を回収します。

3月8日(日)午前10時〜午後4時(場)セシオン杉並(梅里1-22-32)回収品目 携帯電話、デジタルカメラ、ポータブルビデオカメラ、携帯音楽プレーヤー、携帯ゲーム機、電子辞書、ポータブルカーナビ、電卓、A/Cアダプター等コード類、電話機、ファクシミリ、ラジオ受信機、ヘッドライヤー、電気かみそり、炊飯器(減量対策)課事業計画係(注意)事項 ①携帯電話等の個人情報(消去)してください。SDカード等の記憶媒体や電池類は取り除いてください。②粗大ごみの対象になるもの(最大辺が30cmを超えるもの)は回収することができませんので、粗大ごみ受付センターへ申し込んでください。

区役所西棟7階 FAX 3312-2306 へ郵送、ファクスマは持参。質問がある場合は、2月25日までに連絡してください。

申し込み事業者から提出された「杉並区コンポスト容器取扱事業者公募申込書」に基づき、区長が総合的に判断し、事業者を決定します。選考結果の通知は、公募締め切り後、3月6日までに発送します。

3月20日(金)午前10時〜午後4時 区役所1階ロビー(無料) 当日、直接会場へ環境課地域エネルギー対策担当

3月31日(5回まで更新可。た

高年齢いっときお助けサービス実施事業者

突然のケガや入院直後など、心身機能の一次的な低下で日常生活に支障があり、介護保険の認定を受けていない高齢者に対し、緊急にホームヘルパーを派遣する、高齢者いっときお助けサービス事業を実施しています。

この事業のサービスを提供する登録事業者を募集します。

介護保険法で定める訪問介護サービス。区が派遣を決定した高齢者の居宅へホームヘルパーを派遣し、地域包括支援センター(ケア24)の個別援助計画書に基づきサービスを提供

区が産前・産後支援ヘルパー事業を委託している事業所で活動する方を募集します。

「子育てでメッセ」で使用済み小型家電15品目を回収します。

3月8日(日)午前10時〜午後4時(場)セシオン杉並(梅里1-22-32)回収品目 携帯電話、デジタルカメラ、ポータブルビデオカメラ、携帯音楽プレーヤー、携帯ゲーム機、電子辞書、ポータブルカーナビ、電卓、A/Cアダプター等コード類、電話機、ファクシミリ、ラジオ受信機、ヘッドライヤー、電気かみそり、炊飯器(減量対策)課事業計画係(注意)事項 ①携帯電話等の個人情報(消去)してください。SDカード等の記憶媒体や電池類は取り除いてください。②粗大ごみの対象になるもの(最大辺が30cmを超えるもの)は回収することができませんので、粗大ごみ受付センターへ申し込んでください。

区役所西棟7階 FAX 3312-2306 へ郵送、ファクスマは持参。質問がある場合は、2月25日までに連絡してください。

申し込み事業者から提出された「杉並区コンポスト容器取扱事業者公募申込書」に基づき、区長が総合的に判断し、事業者を決定します。選考結果の通知は、公募締め切り後、3月6日までに発送します。

3月20日(金)午前10時〜午後4時 区役所1階ロビー(無料) 当日、直接会場へ環境課地域エネルギー対策担当

3月31日(5回まで更新可。た

日曜日、祝日を含む。リサイクルひろば高井戸は水曜日休み。午前8時30分〜午後5時30分 勤務場所 高井戸東3-7-4 報酬 月給890円

区役所西棟7階 FAX 3312-2306 へ郵送、ファクスマは持参。質問がある場合は、2月25日までに連絡してください。

申し込み事業者から提出された「杉並区コンポスト容器取扱事業者公募申込書」に基づき、区長が総合的に判断し、事業者を決定します。選考結果の通知は、公募締め切り後、3月6日までに発送します。

3月20日(金)午前10時〜午後4時 区役所1階ロビー(無料) 当日、直接会場へ環境課地域エネルギー対策担当

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

動する方を募集します。

「子育てでメッセ」で使用済み小型家電15品目を回収します。

3月8日(日)午前10時〜午後4時(場)セシオン杉並(梅里1-22-32)回収品目 携帯電話、デジタルカメラ、ポータブルビデオカメラ、携帯音楽プレーヤー、携帯ゲーム機、電子辞書、ポータブルカーナビ、電卓、A/Cアダプター等コード類、電話機、ファクシミリ、ラジオ受信機、ヘッドライヤー、電気かみそり、炊飯器(減量対策)課事業計画係(注意)事項 ①携帯電話等の個人情報(消去)してください。SDカード等の記憶媒体や電池類は取り除いてください。②粗大ごみの対象になるもの(最大辺が30cmを超えるもの)は回収することができませんので、粗大ごみ受付センターへ申し込んでください。

区役所西棟7階 FAX 3312-2306 へ郵送、ファクスマは持参。質問がある場合は、2月25日までに連絡してください。

申し込み事業者から提出された「杉並区コンポスト容器取扱事業者公募申込書」に基づき、区長が総合的に判断し、事業者を決定します。選考結果の通知は、公募締め切り後、3月6日までに発送します。

3月20日(金)午前10時〜午後4時 区役所1階ロビー(無料) 当日、直接会場へ環境課地域エネルギー対策担当

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

杉並区コンポスト容器取扱事業者 問い合わせは、ごみ減量対策課事業計画係へ。

区役所西棟7階 FAX 3312-2306 へ郵送、ファクスマは持参。質問がある場合は、2月25日までに連絡してください。

申し込み事業者から提出された「杉並区コンポスト容器取扱事業者公募申込書」に基づき、区長が総合的に判断し、事業者を決定します。選考結果の通知は、公募締め切り後、3月6日までに発送します。

3月20日(金)午前10時〜午後4時 区役所1階ロビー(無料) 当日、直接会場へ環境課地域エネルギー対策担当

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

3月31日(5回まで更新可。た

ごみ・資源の収集カレンダーを 全戸配布します

問い合わせは、ごみ減量対策課、杉並清掃事務所 ☎33392-7281
または杉並清掃事務所方南支所 ☎3323-4571へ。

ごみ・資源の分け方・出し方をお願ひします。

◆配布期間

2月17日(火)～3月9日(月)

◆地域別配布期間など

●お住まいの地域ごとの配布期間は、左表のとおりです。
●1世帯(1事業所)につき1部配布します(ポストや表札の数で判断します)。
●表札が1つでも2世帯以上のお住まいの方や、お住まいと集積所が違う町丁目にある方は、ご連絡ください。
●区内転居する方、新たに区外から転入する方には、転居・転入の手続きの際に、区役所、区民事務所でお渡しします。

地域によって収集の曜日が異なります!
必ず住所を確認してください



配布期間	配布地域(管轄清掃事務所別)	
	杉並清掃事務所 ☎3392-7281	杉並清掃事務所 方南支所 ☎3323-4571
2月17日(火) ～23日(月)	天沼・井草・今川・上井草・清水・下井草・善福寺・本天沼・桃井	高円寺北・高円寺南・和田
2月24日(火) ～3月2日(月)	阿佐谷北・阿佐谷南・梅里2丁目・荻窪・上荻・成田西・成田東	和泉・梅里1丁目・大宮・方南・堀ノ内・松ノ木
3月3日(火) ～9日(月)	上高井戸・久我山・松庵・高井戸西・西荻北・西荻南・南荻窪・宮前	永福・下高井戸・高井戸東・浜田山

杉並清掃工場建設工事説明会

杉並清掃工場は、29年度の完成を目指し、解体工事を進めています。

今回、解体工事後に行う建設工事に先立ち、説明会を開催します。

工事にあたっては、周辺環境に十分配慮し、安全管理を徹底して実施します。

◇日時
①2月27日(金)午後7時～8時30分

②2月28日(土)午前10時～11時30分(両日とも同内容)

◇場所

高井戸地域区民センター
(高井戸東3-7-5)

◇申し込み

当日、直接会場へ

◇問い合わせ

東京二十三区清掃一部事務組合
計画推進課 ☎6238-0912

次の「すぎなみニュース」はこちら!
日本エレキテル連合が
振り込め詐欺根絶を呼び掛けました!

◇視聴方法
●区ホームページの動画コーナー
●ケーブルテレビJ:COM東京(デジタル11チャンネル/午前9時、正午、午後8時(1日3回。各15分))

◇配信開始日 2月15日(日)
振り込め詐欺根絶集会、三谷小学校スーパー食育スクールの取り組み
※内容は変更する場合があります。

問 広報課

募集 27年度区政モニター

区民の皆さんから区政に関するご意見・ご提案をいただき、区政へ反映させていくために「区政モニター制度」があります。区政モニターは、無作為抽出による2000人の方へ応募案内を郵送するほか、公募も行っています。

あなたを区政に生かすために、区政モニターとして活動してみませんか。

◇申込み
左表のとおり区政相談課他直近の活動やアンケート結果などは、図書館、区政資料室(区役所西棟2階)、区ホームページ(区政資料↓報告書・アンケート結果↓広聴)でご覧になれます

(27年度 区政モニター募集要領)

募集要領	
資格	区内在住で日本語でモニター活動ができ、4月1日現在18歳以上の方(国籍は問いません。ただし、地方公共団体の職員・議員は除きます) ※過去にモニター経験のある方も応募できます(連続して3期まで)。
任期	委嘱の日(5月ごろ)～28年3月末
主な活動	①アンケートへの回答(2～4回程度) ②区政モニター向け講演会への参加 ③区政への意見・提案(提言) ※区ホームページからアンケートへの回答ができます(ただし、機器・通信費は本人負担となります)。文書での回答を希望する場合は、区から文書を郵送し、返信用封筒で送付していただきます。
募集人数	200名以内
謝礼	実績に応じて図書カードを進呈します(年度末)
申し込み	区ホームページから回答を希望する方
	文書での回答を希望する方
結果	選考結果は、応募者全員に連絡します

募集 商店街支援事業

意欲がありながらもアイデアや人材の不足などの要因で活動力が低下している商店街を支援する、企業や団体(商店街以外)の商店街活性化サポート事業に、補助金を交付します。

◇募集期間 2月12日(木)～3月27日(金) 補助金額 上限200万円(商店街以外の企業・団体が実施する商店街活性化を目的とした事業で、28年3月までに完了するもの) 電話 ☎5347-9138

外環の地上部街路に 関する話し合いの会

東京都都市整備局都市基盤部街路計画課外かく環状道路係 ☎5388-3279 または区都市計画課

◇外環の地上部街路(外環の2)外環の地上部街路(外環の2)は、高速道路の東京外かく環状道路(外環)のルート上に都市計画決定されています。

平成19年に高速道路の外環が高架方式から地下方式に都市計画変更されたことを踏まえ、東京都は、外環の地上部街路について、広く意見を聴きながら検討を進め、都の方針を取りまとめていくとしています。その一環として、都は、公募による地域住民、都市計画線にかかる町会・商店会の代表、外環PI委員、都・国・区で構成する「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催しています。

◇第12回「外環の地上部街路に関する話し合いの会」の開催
今回も引き続き、「外環の地上部街路の必要性(整備効果)」などについて、話し合いを行う予定です。傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。なお、傍聴は杉並区在住の方を優先させていただきます。会場の都合により、傍聴者多数の場合は、入場をお断りさせていただきますこととありますので、ご了承ください。

時 2月18日(水)午後7時～9時(6時30分開場) 場 西荻地区区民センター(桃井4-3-2)
申込み、直接会場へ(公共交通機関をご利用ください。第11回までの資料は、東京都都市整備局 <http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/kiban/gai-kaku/gairo-suginami.htm> と区ホームページに掲載されています)

放射第5号線高井戸西区間 工事説明会

東京都都市計画道路放射第5号線は区部と多摩地域を結ぶ東西方向の重要な幹線道路です。

このうち高井戸西区間(高井戸西1丁目～久我山2丁目)は、25年11月6日・10日に、現在、暫定供用している2車線から完成形の本線4車線に改良する事業の概要説明会が開催されました。

このほど、都では、改良事業の工事に着手するにあたり、工事の進め方について説明会を開催します。

時 ①2月27日(金)午後7時～8時30分 ②3月1日(日)午前10時～11時30分(両日とも同内容) 場 富士見丘小学校(上高井戸2-16-13) 申込み、直接会場へ 東京第三建設事務所工事第一課 ☎3387-5347、区都市計画課(他)駐車場はありませぬ。公共交通機関をご利用ください

区内の空間放射線量等測定結果

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。

—問い合わせは、各担当課へ。放射線量測定に関する全般的なことについては環境課放射能対策担当☎3312-2111(区代表)、放射線量測定の方法については杉並保健所生活衛生課☎3391-1991へ。

◆区立小中学校・保育園等の給食食材

☎学務課、保育課

2月4日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1987検体を測定した結果、健康に影響を与えるものではありませんでした。

◆区内3カ所(定点測定)

☎環境課放射能対策担当

(測定日2月3日)

単位:マイクロ・シーベルト/h

測定場所	測定高さ(1m)
杉並区役所青梅街道側(阿佐谷南1-15-1)	0.07
杉並保健所前駐車場西側(荻窪5-20-1)	0.06
衛生試験所玄関前駐車場(高井戸東3-20-3)	0.07

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

震災救援所訓練に参加してください

区では、災害時の避難・救援拠点として、区立の小中学校等を震災救援所として指定しています。地域の方々・学校・区が共同運営を行う震災救援所では、防災訓練を実施しています。2月に訓練を実施する震災救援所は、右記のとおりです。当日、直接会場へお越しください。

☎防災課

【実施救援所】

久我山小学校

【日時】2月15日(日)

午前11時～午後1時

※終了時間は状況により変更になる場合があります。

交通死亡事故が発生しました

1月22日(木)午前0時ごろ、上高井戸1丁目付近で自転車と二輪車が衝突し、二輪車を運転していた男性(30代)が死亡する事故が発生しました。

◇**自転車を運転する皆さんへ** 自転車は免許証のいらない便利な乗り物ですが、「車両」です。今、自転車を利用する方のマナーが問われています。自転車のルールを守り安全運転を心掛けましょう。

◇**二輪車を運転する皆さんへ** 死亡事故のうち、頭部の損傷が5割、胸部・腹部が3割を占めています。ヘルメットのアゴひもを確実に結着して頭部を守り、プロテクターを着用して体を守りましょう。

☎区交通対策課、

各警察署(杉並☎3314-0110/高井戸☎3332-0110/荻窪☎3397-0110)



スポーツのある暮らし
健康の第一歩

競技大会

●都民体育大会予選会

◇硬式テニス

☎3月15日(日)午前9時 ☎松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内種目=男子・女子ダブルス ☎区内在住・在勤・在学で区民体育祭ベスト8または同等の実力がある方 ☎48組(抽選) ☎1組2000円(当日) ☎申込ハガキ(5面記入例参照。2名連記)に所属クラブも書いて、3月3日(必着)までに区テニス連盟・吉永節子(〒166-0015成田東2-33-13-301)へ ☎吉永 ☎090-4528-5523(午後7時～9時)

◇ソフトボール

☎3月22日(日)午前9時(予備日3月29日(日)) ☎和田堀公園野球場(大宮1-6) ☎区内在住・在勤で18歳以上の方で編成されたチーム ☎申込・☎電話で、3月13日までに区ソフトボール連盟・永井☎3335-1022へ ☎代表者会議を3月14日(土)午後7時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で実施

スポーツ教室

●荻窪体育館の教室

◇シニア・チャレンジ・スポーツ教室

①初めてのピリヤードⅡ

基本からゲームまで指導します。

☎2月24日～3月31日の毎週火曜日、午前11時～午後1時(計5回) ☎荻窪体育館、サンピリ荻窪(上荻1-16-16) ☎有田秀彰 ☎区内在住で50歳以上の方 ☎10名(申込順) ☎7500円 ☎申込電話で、同体育館へ

②初めての太極拳

運動不足解消、ストレッチから型までしっかり指導します。

☎3月22日(日)午前9時～10時30分 ☎荻窪体育館 ☎区太極拳連盟 ☎区内在住・在勤で50歳以上の初心者 ☎30名(先着順) ☎500円 ☎申込当日、直接会場へ

◇Saturday Branch Time(自由参加型)～リフレッシュ・ヨガ

☎3月7日(土)・14日(土)・28日(土)午前11時15分～午後0時45分 ☎荻窪体育館 ☎中楯めぐみ ☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ☎各50名(先着順) ☎各500円 ☎申込当日、直接会場へ

◇チャリディングスクール

☎①4月7日～28年3月15日の毎週火曜日 ☎②4月10日～28年3月18日の毎週金曜日 / ①②いずれも(1)午後4時～5時(2)5時～6時(3)6時～7時(各計30回) ☎荻窪体育館 ☎濱名和美、鮫島茜 ☎区内在住・在学・在園の①②(1)年長・小学1年生①②(2)小学2・3年生①(3)小学4・5年生 ☎①②(1)各15名①②(3)②(2)各若干名(いずれも抽選) ☎各

月4000円(別途ユニフォーム代ほか) ☎申込往復ハガキ(5面記入例参照)に①②・(1)～(3)の希望も書いて、2月28日(必着)までに同体育館へ ☎その他のクラスはキャンセル待ちのみ受け付け

◇HIPHOPスクール

☎4月9日～28年3月17日の毎週木曜日 ①午後5時～6時②7時～8時(各計30回) ☎荻窪体育館 ☎emi ☎区内在住・在学の①小学3・4年生②小学5年生～中学生 ☎①15名②5名(いずれも抽選) ☎各月4000円(別途ユニフォーム代) ☎申込往復ハガキ(5面記入例参照)に①②の希望も書いて、3月2日(必着)までに同体育館へ

—(いずれも)—

☎荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

●日高スキー研究所 少年スキー教室(初心～上級者)

☎3月25日(水)午後7時～28日(土)午後7時(区後援) ☎集合・解散=JR阿佐ヶ谷駅 ▷会場=菅平高原スキー場(長野県) ☎全日本スキー連盟指導員 ☎区内在住の小学2年生～高校生(兄弟と参加の場合は小学1年生も可) ☎40名(申込順) ☎4万4000円(保険料含む) ☎申込郵送、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)に性別、学校名、学年、生年月日、スキー歴、健康上の注意、用具・ウェアを持参か借りるか(借りる方は身長と靴のサイズ記載(用具・ウェア各2600円))も書いて、3月13日(必着)までに市川好子(〒167-0031本天沼3-16-9 ☎3395-2843 ☎h-shonenski@jcom.home.ne.jp)へ ☎市川 ☎090-8879-3148 ☎詳細は、同教室 ☎http://h-shonenski.jp/参照。保護者説明会を3月初旬に実施予定

●杉小温水プールの教室

①ビギナースイム

息継ぎができない方、久しぶりに泳ぎたい方などに、水泳の基礎から指導します。

☎2月26日(木)午前10時～11時 ☎区水泳連盟 ☎8名(申込順)

②泳力アップ～初級(クロール・平泳ぎ)

☎3月1日(日)・15日(日)午前11時～正午 ☎区水泳連盟 ☎ほか ☎各日10名(申込順) ☎定員に余裕がある場合は当日参加も可

—(いずれも)—

☎場・☎杉小温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763) ☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ☎無料(別途入場料) ☎申込各開催日の①は6日前②は1週間前から電話で、同プールへ ☎駐車場はありません

●週末スキー&スノーボード教室

レベルに応じたクラス別で講習します。 ☎3月13日(金)～15日(日) ▷集合=13日午後7時30分、JR阿佐ヶ谷駅南口噴水横 ▷解散=15日午後8時ごろ、JR阿佐ヶ谷駅南

すぎなみスポーツアカデミー

スーパーキッズ講座

楽しく体を動かそう!
～遊びがトレーニングになる～

前半はオリンピック金メダリストと一緒に楽しく体操(マット&跳び箱)し、後半は管理栄養士と親子で食育を学びます。

☎3月21日(祝)午前10時～午後3時 ☎高円寺中学校(高円寺北1-4-11) ☎アテネオリンピック体操男子金メダリスト・富田洋之、元チームQ専属栄養士・新生暁子 ☎区内在住・在学の小学生とその保護者 ☎小学校低学年15組・高学年15組(抽選) ☎500円(保険料含む) ☎申込往復ハガキ(5面記入例参照)に学校名、学年、性別、食物アレルギーがある方はその旨も書いて、3月6日(必着)までに杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ ☎同財団 ☎5305-6161 ☎運動できる服装・体育館履き・昼食持参

口付近の中杉通り ☎菅平高原スキー場(長野県) ☎区内在住・在勤・在学または小学生以上で区連盟会員の初心～上級者(小中学生は保護者同伴。子供の友人の同行可) ☎40名(申込順) ☎2万9000円。小学生2万5000円 ☎申込・☎郵送、電話、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)で、3月3日(消印有効)までに区スキー連盟・塚越穂(〒168-0074上高井戸1-28-26 ☎3304-8254 ☎go.tsu-ka@train.ocn.ne.jp) ☎電話は午後8時～10時)へ ☎級別バジジテストあり。詳細は、区スキー連盟 ☎http://sas.sugikko.jp参照

●上井草スポーツセンターの教室

①弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場の利用には利用者証(一定技量の認定)が必要です。安全な利用のために段位などをお持ちでない方は講習会で認定を受けてください。認定を受けた方には技量に応じた利用者証を発行します。

☎アーチェリー=2月21日(土)▷弓道=2月28日(土)/いずれも午前9時～午後1時 ☎16歳以上で弓道またはアーチェリー経験がある方 ☎各36名(申込順) ☎無料 ☎他弓具一式と、弓道は道衣、アーチェリーは運動着持参

②大人のサッカー教室～女性&初心者クラス

サッカーに必要な基本技術トレーニングに挑戦して、最後は試合をします。

☎3月1日(日)午後1時20分～2時50分 ☎FC東京普及部コーチ ☎区内在住・在勤・在学で20歳以上の女性とサッカー未経験・初心者の男性 ☎20名(申込順) ☎510円

③プレキッズ&マミーサッカー教室

親子で体を動かす楽しさやボールを蹴るおもしろさを体感できます。

☎3月4日(水)・11日(水)・18日(水)▷2歳児=午前10時～10時50分▷3・4歳児=午前11時～11時50分 ☎FC東京普及部コーチ ☎区内在住・在勤(保護者)・在学で2～4

歳のお子さんとその保護者 ☎各日各回20組40名(申込順) ☎各回1組510円(子育て応援券利用可)

④放課後エンジョイフットボール

☎3月5日(木)・12日(木)▷小学1～3年生=午後4時～5時▷小学4～6年生=午後5時30分～6時45分 ☎FC東京普及部コーチ ☎区内在住・在勤(保護者)・在学の小学生 ☎各日各回30名(申込順) ☎各510円

⑤親子サッカー教室70

☎3月8日(日)▷年中・年長=午後1時30分～2時40分▷小学1・2年生=午後3時～4時10分 ☎FC東京普及部コーチ ☎区内在住・在勤(保護者)・在学(在園)の年中～小学2年生とその保護者 ☎各15組30名(申込順) ☎各回720円

⑥食トレ～健康的で美しい身体を作るヒント

身体作りはトレーニングと食事からです。食事「内容」に気を付けましょう。

☎3月21日(祝)午後2時30分～4時 ☎FC東京栄養アドバイザー・久保田尚子 ☎区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ☎30名(申込順) ☎1020円

—(いずれも)—

☎場・☎上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) ☎申込電話または直接、同センターへ(①は電話のみ)

その他

●新宿～青梅43kmかち歩き大会①青梅コース②東村山コース

☎3月15日(日)午前8時 ☎集合=新宿西口中央公園水の広場 ☎健康に問題のない方(10歳以下は保護者同伴) ☎各2000円(中学生以下各1000円) ☎申込行名・住所・氏名・年齢・電話番号・参加人数・①②の希望を書いた用紙と参加費を、3月10日(必着)までに青少年交友協会(〒171-0014豊島区池袋3-30-22-2階)へ現金書留で郵送。郵便振替や当日受け付けなどはお問い合わせください ☎同協会 ☎5391-1901

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
(2) 郵便番号・住所
(3) 氏名(フリガナ)
(4) 年齢
(5) 電話番号
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、各記事の申込でご確認ください。
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

■ **浜田山おやこ演劇フェスティバル**
30回目を迎える今年は、地域の大人・子供による人形劇、和太鼓、日本舞踊、バトントワリング、劇、手話などを行います。
時 2月22日(日)午後1時30分～3時30分 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 定 195名(先着順) 費 無料
申込当日、直接会場へ 電話 3317-5166

講演・講座

■ **家族介護教室**
◇ **介護食セミナー～ユニバーサルデザインフードと低栄養予防について**
時 2月22日(日)午後1時30分～3時30分 場 阿佐谷北ふれあいの家(阿佐谷北1-2-1) 定 15名(申込順) 費 無料
申込 電話 3338-8630

◇ **「認知症を理解する」①認知症について②認知症サポーター養成講座**
時 ①2月24日(火)②3月3日(火)午前10時～11時30分(計2回) 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 定 ①認知症サポート医・甲田潔②キャラバン・メイト 区内在住・在勤の方ほか 定 20名(申込順) 費 無料
申込 電話 3391-0888 申込後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



◇ **覚えよう! 「わがまち一番体操」大切にしよう「笑い」**
時 3月11日(水)午後1時30分～3時 場 浜田山会館(浜田山1-36-3) 定 NPO法人わがまちいちばんの会 区内在住・在勤でおおむね60歳以上の方 定 40名(申込順) 費 無料
申込 電話 5357-4944

■ **杉並区NPO支援基金普及セミナー「NPOのファンドレイジングを学ぶ」**
高校生向けのキャリア学習支援などを展開している「認定NPO法人カタリバ」に、効果的なファンドレイジング(資金開拓)の実践法を伺います。
時 2月27日(金)午後7時～9時 場 すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階) 定 認定NPO法人カタリバ広報ファンドレイジング部・長井帆菜、経営管理本部・低引稔 定 50名(申込順) 費 無料
申込 電話、ファクスまたはE

26年度 杉並区NPO活動資金助成事業

杉並区NPO支援基金から助成を受けた事業を開催します
みんなで作ったすぎなみグリーンかるた おひろめ展

「グリーン・緑・杉並」をテーマに公募・作成した「すぎなみグリーンかるた」180点を展示します。
時 2月16日(月)～27日(金)午前9時～午後5時(22日(日)を除く。16日は午後1時から。27日は午後3時まで) 場 区役所2階区民ギャラリー 費 無料
申込 当日、直接会場へ 電話 カラーパーティーすぎなみ・荻本 090-6829-1461

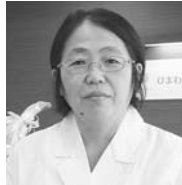
メール(記入例参照)で、すぎなみNPO支援センターへ 3314-7260 FAX 3314-7265 info@nposupport.jp へ 申込後終了後に懇親会開催(自由参加)

■ **バルーンアートの作り方教室**
時 3月1日(日)午後1時～3時 場 杉並障害者福祉会館 深谷けい子 区内在住・在勤・在学で障害のある方と支援者 定 15名(抽選) 費 300円
申込 往復ハガキ(記入例参照)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名、手話通訳を希望する方はその旨も書いて、2月20日(必着)までに杉並障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ 電話 3332-6121 FAX 3335-3581

■ **発達障害児地域支援 実践報告会**
区内で児童発達支援事業を実施している事業者による実践報告会を開催します。
時 3月1日(日)午後1時～5時 場 東京女子大学(善福寺2-6-1) 場 河北総合病院小児科部長・勝盛宏 児童発達支援事業従事関係者ほか 定 100名(先着順) 費 無料
申込 当日、直接会場へ 電話 こども発達センター療育相談担当係 5317-5661

■ **女性のためのストレスケアの基本「キラキラ輝く女性のためのセルフサポートコーチング」**
ストレス・睡眠・食事をケアすることで免疫力と自然治癒力を強くし、心と体を健康にするセルフチェックを行います。
時 3月7日(日)午後2時～3時30分 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 場 精神科医・奥田弘美 区内在住・在勤の女性 定 60名(申込順) 費 無料
申込 電話 3391-0015 申込後主催＝荻窪保健センター自主グループ連絡会

■ **精神保健講演会「心の病気」の基礎知識～共に生き、支えあう地域をめざして**
誰もががかかりうる「心の病気」の症状、治療方法や身近な人が病気になった時の支え方などを学び、理解を深めましょう。
時 3月11日(水)午後2時～4時 場 杉並保健所地下講堂(荻窪5-20-1) 場 ひまわりメンタルクリニック院長・丹生谷晃代(右写真) 区内在住・在勤・在学の方 定 60名(申込順) 費 無料
申込 電話 2月12日から電話で、杉並保健所保健予防課 3391-1025



■ **仕事力アップ講座～自社の抱える不安をスッキリ解決! 「情報セキュリティ対策セミナー」**
中小企業だからこそ知っておくべき「情報セキュリティ」の実践的な対策法で不安を解決しましょう。
時 3月11日(水)午後7時～9時 場 産業振興センター 場 ノープルウェブ代表取締役・松原伸禎 区内在住の勤労者、区内在勤の方 定 30名(抽選) 費 500円
申込 往復ハガキ、封書、ファクスまたはEメール(記入例参照)に職業も書いて、2月23日午後5時(必着)までに産業振興センター勤労者支援担当(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階) FAX 3392-7052 電話 wakuwaku@joyful-suginami.jp へ 電話 同担当 3391-0317

科学館
◇ **理科体験教室③「流れる水のはたらき」**
日頃、理科移動教室で行っている授業を一般の方

〈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、区内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
和泉館(和泉4-16-22) 電話 FAX 3323-5663	春休み親子折り紙「ジバニャンキャラクター」	3月29日(日)午前10時～正午 小学生以下の方とその保護者 定 8組16名(申込順) 費 無料
荻窪東館(荻窪4-23-12) 電話 FAX 3398-8738	ロザリン先生の英語・英会話①初級②中級★	毎月第1・3木曜日①午後1時30分～3時②3時～4時30分 費 1回2000円(3カ月分前納)
馬橋館(高円寺南3-16-14) 電話 FAX 3315-1249	ヤング、高齢者も気軽に楽しめる智能気功体操★	2月26日(木)、3月12日(木)、26日(木)午後1時30分～4時 費 1回500円
井草館(井草2-15-15) 電話 FAX 3390-9672	美しい姿勢と歩き方のための足靴歩行 場 清本きょうこ★	3月7日から第1土曜日、午前10時～正午(5月は5月9日) 定 各回12名(申込順) 費 各回1000円
四宮館(上井草2-28-3) 電話 FAX 3396-7692	ファイナル・歌声さろんへ懐かしい歌声喫茶スタイル★	3月5日(木)午後1時30分～3時 費 500円
大宮前館(宮前5-19-8) 電話 FAX 3334-9640	スポーツ吹矢体験講座～楽しみながら健康に!★	2月24日(火)、3月12日(木)午後2時～4時 費 各400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。★は長寿応援対象事業。

すぎなみ地域大学特別講演会

2020年世界の祭典 ひとりひとりを大切に作る時代

東京五輪の開催に向けて、「おもてなし」精神を最高の形で発揮するために、今、私たちが準備できることはなにか。東京五輪招致活動を陰で支えた功労者の1人であり、元NHK解説委員である山本浩氏が、新たな視点から東京五輪成功への道を探ります。
時 3月14日(日)午後2時～4時 場 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 場 法政大学スポーツ健康学部学部長・山本浩(右上写真) 定 150名(申込順) 費 無料
申込 電話で、協働推進課 地域人材育成係 3312-2381



向けに開催します。小学校5年生で学習する河川の3作用について学習します。
時 3月6日(金)午前10時40分～正午 区内在住・在勤・在学で高校生以上の方 費 無料
申込 往復ハガキ(記入例参照)で、2月23日(必着)までに同館へ
◇ **区民科学教室「ガラスの化学」トンボ玉づくり**
ガラスの特性を学んだ後、ガスバーナーを使用してガラス棒を溶かし、トンボ玉を作ります。
時 3月7日(日)午前10時～午後3時30分 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 費 500円
申込 往復ハガキ(記入例参照)にトンボ玉作りの経験の有無と在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、2月23日(必着)までに同館へ 電話 火を使うため危険です。小学生以下の方の同席はご遠慮ください
—— 〈いずれも〉 ——
場 区科学館(〒167-0033清水3-3-13) 電話 3396-4391 定 各40名(抽選) 電話 エレベーター・エスカレーターはありません。車での来館はご遠慮ください

環境活動推進センター

- ① **杉並区内の夏みかんでマーマレードを作ろう!**
夏みかんのおいしさを改めて実感しましょう。
時 3月9日(月)午後1時30分～3時30分 場 もったいない倶楽部代表・太田信司 定 20名(申込順) 費 600円
申込 電話で、同推進センターへ 電話 マーマレードは持ち帰り可
- ② **携帯ブラシのケース作り**
時 3月10日(火)午前10時30分～午後0時30分 定 10名(申込順) 費 200円
申込 電話で、同推進センターへ
- ③ **春の帽子作り(ベレー帽)**
時 3月13日(金)、20日(金)午前10時30分～午後0時30分(計2回) 定 10名(抽選) 費 700円
申込 往復ハガキ(記入例参照)で、2月20日(必着)までに同推進センターへ
- ④ **布ぞうり作り**
時 3月19日(木)午前10時30分～午後3時30分 定 10名(抽選) 費 1000円
申込 往復ハガキ(記入例参照)で、2月20日(必着)までに同推進センターへ 電話 昼食持参
—— 〈いずれも〉 ——
場 ①高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) ②～④環境活動推進センター 区内在住・在勤・在学の方 電話 環境活動推進センター(〒168-0072高井戸東3-7-4) 電話 5336-7352 ②～④長寿応援対象事業

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切
●高円寺地域区民センター協議会 (〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6614 http://www.sesion.jp/)					
講	宇宙開発と私達の未来～宇宙技術の地域生活への活用 場高円寺地域区民センター	私たちの生活には、車・船・人の現在地を把握するGPSをはじめ、多くの宇宙技術が使われています。地域生活での活用について、歴史や展望を現場の技術者が語ります／JAXA 有人宇宙ミッション本部・光武正明▷長寿応援対象事業	3月21日(祝)午後2時～4時	100名	無料 3月5日 往復ハガキ
●永福和泉地域区民センター協議会 (〒168-0063和泉3-8-18 ☎5300-9412 http://www.ei-c.org/)					
催	★協働事業 中高年のためのひな祭りフェスタ 場永福和泉地域区民センター	童心に戻って歌とおしゃべりを楽しみましょう。前田キヨ子先生による歌、バイオリン演奏などがあります▷出演＝音楽療法士・前田キヨ子 ほか	3月3日(火)午後1時～4時	80名	無料 当日直接
催	ホワイトデーに贈る女声合唱とバイオリンの響演 場永福和泉地域区民センター	懐かしい昭和歌謡メロディーやバイオリンと電子ピアノによる「アナと雪の女王」など、盛りだくさんのプログラムです▷出演＝コール向陽、後藤房子(指揮)、後藤しの(バイオリン)、鈴木美帆子(ピアノ)▷長寿応援対象事業	3月14日(土)午後2時～4時	80名	無料 3月7日 往復ハガキ
催	土曜日の音楽会「Diamarla 春の音楽会」 場下高井戸区民集会所(下高井戸3-26-1)	ソプラノ二重唱でお送りするスプリングコンサートです。ドイツ歌曲から日本の歌謡曲まで幅広く演奏します▷出演＝Diamarla、東保一葉(ソプラノ)、松原詠子(ソプラノ)、佐藤佳織(ピアノ)▷曲目＝メンデルスゾーン「歌の翼に」、スコットランド民謡「故郷の空」、荒井由実「卒業写真」 ほか	3月14日(土)午後6時30分	80名	無料 当日直接
講	ヨーロピアン花絵付け オランダザンスフォークアート 場永福和泉地域区民センター	オランダのザーン地方に古くから伝わる絵画の技法を使って描く絵付けです。メガネケース・バスケースに花びらや葉を描きます／オランダザンスフォークアート1級講師・清家真弥▷長寿応援対象事業	4月9日(木)・16日(木)・23日(木) 午後2時～4時(計3回)	20名	2000円 3月20日 往復ハガキ

●住民は地域社会の主人公

心の通う、住みよいまちづくりを目指して～住民同士が支えあいながら

和泉一丁目町会

和泉の地名は、日照りが続いても枯れることのない泉があったことから付いたと言われています。その和泉地区の、東は環状七号線、南は甲州街道、それらの交差する大原交差点の西側に位置する、世田谷区との区境にある町会です。

区域内には和泉明商店街(キリン通り商店街)や和泉仲通り商業会など、5つの商店街があります。一方で、大きな通りから一歩入ると閑静な住宅街となり、高齡化と同時に、独居の方も増えており、まずは両隣、次に隣組のような小さな単位で助け合う、支えあいの輪を広げるよう活動しています。新しく引っ越してきた方や一人住まいの若い方にも、町会加入のお誘いをしています。

会員相互の親睦を目的として、さまざまな行事を行っています。1月には新成人の祝い、新年会、そして成田山新勝寺への初詣は町会設立以来続けている行事です。3月は新1年生への進級祝い、9月は75歳以上の方々へ長寿の御祝品贈呈などもあります。8月の青少年育成事業の子ども花火大会も人気です。

ほかに、防災・防犯対策に力を入れています。防災対策では、新泉小学校震災救援所の訓練のほか、当町会内にある公園で防災フェアを開催しています。焼きそばや防災食作り、消防署の職員から消火器やAED等の操作を学ぶなど盛りだくさんです。防犯対策も活発で、小学校の授業がある日は毎朝、児童の登校時に見守りを行っています。また、夜間防犯パトロール隊、歳末夜警、防犯灯の設置等の活動もしています。

東日本大震災では、隣近所での助け合いが大きな力となり、多くの人々を勇気づけたと聞き、改めて地域の絆作りが重要だと学びました。当町会も、日頃から隣近所の触れ合いや助け合いを通して、住民同士が支えあい、心の通う住みよいまちづくりを目指していきます。区域内にお住まいの多くの方に加入していただき、支えあいの輪が広がることを期待しています。

(副会長 吉橋正美)



▲「防災フェア」ではAED操作講習も

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

★早稲田大学グリーンクラブ送別演奏会 2月23日(月)午後5時 場杉並公会堂 曲目＝「なごり雪」ほか 定員1000名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 場早稲田大学グリーンクラブ事務所・横田 ☎3208-4100(午前11時～午後4時) 開催展途上国の医療支援に役立てるため、使用済み切手(切手の周囲を5mm以上残して切り取ったもの)を回収しています。当日、持参にご協力ください

★小林美恵&荏村清志 デュオ・リサイタル 2月24日(水)午後7時 場杉並公会堂 出演＝小林美恵(バイオリン。上写真)、荏村清志(ギター。下写真)▷曲目＝ピアノ「タンゴの歴史」ほか 小学生以上の方 ¥S席4200円ほか(全席指定) (申込・販売) 窓口＝杉並公会堂 ☎5347-4450、チケットぴあ(Pコード: 253-091)



©武藤章



©得能通弘

★ひな祭りコンサート～弦楽アンサンブルと歌で楽しく集みましょう 3月7日(土)午後1時30分～3時30分 場高井戸地域区民センター 出演＝THE杉並ストリング・アンサンブル▷曲目＝シュトラウス「春の声」、ハイドン「弦楽四重奏」ほか 区内

在住の方 定員90名(先着順) 費200円(申込)当日、直接会場へ 場杉並大学同窓会・塩澤 ☎090-5499-5712

★映画で世界一周!～エジプト編 2月28日(土)午後2時～4時 場中央図書館 アカデミー賞を受賞した「プリンス・オブ・エジプト(日本語吹き替え)」を上映 幼児～中学生とその保護者 定員50名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 場ちいさなひとのえいががっこう・岡崎 ☎090-7132-8393

★狭山丘陵里山ウォーキング上級 3月28日(土)午前7時45分 集合＝西武新宿駅改札前▷解散＝現地 約8.8kmの距離を約3時間40分で歩く 区内在住・在勤の方 定員30名(申込順) 費600円(保険料含む。交通費自己負担) (申込・電話)で、NPO法人里山協会・玉村 ☎090-4090-6817へ 歩きやすい服装で、健康保険証・雨具・防寒具・手袋・タオル・飲み物・昼食など持参

講演・講座

★魅力的な話し方講座 2月21日(土)・28日(土)午前10時15分～11時45分 場産業商工会館ほか 場アナウンサー・三谷啓子 各20名程度(申込順) 費各1500円(申込)ファクス(5面記入例参照)に希望日も書いて、グロービス商工研究会 ☎5913-8105へ 場同会 ☎050-3786-0801

★講演と映画の会 2月25日(水)午後1時30分～4時30分 場セシオン杉並 講演「足の血管トラブル」、映画「男はつらいよ～寅次郎 恋やつれ」 場高井戸東診療所院長・氏家久 区内在住の方 定員400名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 場杉並区医師会 ☎3392-4114

★「朝から健康カフェ」ボランティア養成研修 2月25日(水)・27日(金)、3月4日(水)・13日(金)・20日(金)午前10時～正午(3月20日は午前9時30分～午後1時30分。計5回) 場アラジンまちなか交流センター(梅里2丁目) 高齢者や介護家族を孤立させない地域づくりの場として設置する「朝から健康カフェ」の企画・運営を行うボランティア養成研修 NPO法人アラジン 区内在住・在勤・在学の方 定員20名(申込順) 費1回500円(申込・電話)またはファクス(5面記入例参照)で、NPO法人アラジン ☎5368-1955 FAX5368-1956(電話は火～金曜日、午前11時～午後6時)へ

★よくふう学ぼう会～相続対策に役立つエンディングノートの活用方法 2月27日(金)午前10時30分～11時30分 場浴風会(高井戸西1丁目) 場プルデンシャル生命保険ライフプランナー・山田雅直 区内在住の方 定員40名(申込順) 費500円(申込・電話)またはファクス(5面記入例参照)で、浴風会 ケアスクール ☎3334-2149 FAX3334-2694へ

★与謝野晶子サロンカレッジ～平出修と「スバル」 2月22日(日)午前10時～正午 場かどや小泉ふとん店(南荻窪1丁目) 場平出修、吉祥女子中学高校教諭・萩原茂 定員50名(申込順) 費500円(申込・電話)で、小泉 ☎3333-6778へ

★認知症サポーター養成講座 2月27日(金)午後2時～3時30分 場あおばケアセンター(天沼3丁目) 場キャラバン・メイト山井久美子 区内在住・在勤・在学の方 定員7名(申込順) 無料(申込・電話)で、2月12日～26日におおばケアセンター ☎6383-6080へ

★親族後見人のための勉強会 2月27日(金)午後2時～4時 場あんさんぶる荻窪 成年後見制度に関する東京家庭裁判所での最近の動向や後見事務など 場弁護士・田中朝美 成年後見人(法定後見)をしている親族 定員30名(申込順) 無料(申込・電話)で、杉並区成年後見センター ☎5397-1551へ 参加者同士の意見交換あり

★鈴木まもる講演会「絵本と鳥の巣の不思議」 2月28日(土)午後2時～4時 場井荻小学校 場絵本作家・鈴木まもる 小学生以上の方 定員100名(先着順) 無料(申込)当日、直接会場へ 場子どもの本のつどい in いおぎ・岩淵 ☎5310-2326

★シナプソロジー体験会「五感を刺激し、脳を活性化させるエクササイズ」 3月12日(木)午前11時30分～11時50分 場高井戸地域区民センター NPO法人グループあいびー・山崎美貴子 場おむね60歳以上で介助が必要でない方 定員25名(申込順) 無料(申込・電話)で、山崎 ☎050-3658-9856(午前9時～午後5時)へ

その他

★東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会 2月24日(火)午後2時 場東京区政会館(千代田区) 定員30名(先着順) 無料(申込)傍聴＝当日、直接会場へ(午後1時から受け付け予定) 場同組合議会事務局 ☎5210-9729

★電話無料公証相談 2月28日(土)午前9時30分～午後4時30分(正午～午後1時を除く) 場遺言、任意後見、離婚に伴う養育費等の公正証書作成に関する事 場公証人(申込)電話で、公証相談専用電話 ☎3502-8239へ 場東京公証人会 ☎3502-8050

コミュニティ通信

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

【マークのみかた】 **知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集

往復ハガキ記入例

〈1人1枚〉

- ①行事名②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)④年齢
- ⑤電話番号⑥託児ありの行事は子供の氏名・年齢
- ※返信用ハガキに宛先を記入してください。

申し込みは、「当日直接」以外は必ず往復ハガキで、各締切日(必着)までに該当の地域区民センター協議会へ(応募者多数の場合、抽選)。記載は、右記入例(⇒)を参照。

詳しい内容は、直接該当する地域区民センター協議会へ(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)。

★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業です。

名称・会場	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
●井草地域区民センター協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 ☎3301-7723 HP)					
催	おかげさまで30年 春まつり 場四宮区民集会所 (上井草2-28-13)	3月1日(日)午前10時～午後3時 梅の花を見ながら早春の1日を楽しみましょう。餅つき、模擬店、お楽しみゲーム、作品展示、工作教室、お茶席など			当日直接
	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合あり) /長凡ほか	3月14日(土) 受付=午後1時30分～3時	— 無料	当日直接
講	男子体操教室 場井草地域区民センター	男性のみの体操教室を行います。楽しく体を動かしませんか/上井草スポーツセンター・海老澤恭介	2月27日(金)、3月6日(金)・13日(金) 午後2時～4時(計3回)	20名 (保険料含む)	2月16日 往復ハガキ
	古い絵葉書に見る東京・杉並 場井草地域区民センター	50年以上前の絵葉書から見る東京および杉並の古い町並みを鑑賞しましょう/古地図・古絵葉書収集家 西村真一	3月15日(日)午後1時30分～3時30分	60名 300円	3月2日 往復ハガキ
●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 ☎3301-0815 HP)					
催	センターまつり2015 「好きです!西荻 あつまれ 30周年だ羊!」 場西荻地域区民センター	2月28日(土)、3月1日(日)午前10時～午後4時 設立30周年記念イベントを地域で活動している諸団体と協働して開催します▷2月28日=「いつかどこかで」丸山圭子歌の世界(午後2時20分～3時)▷両日=移動式プラネタリウム(入場無料。上映15分。入れ替え制)、スタンプラリー(小学生以下、各日先着200名に景品を差し上げます)、物産販売、模擬店、ワークショップ、展示ほか			当日直接
講	詐欺の被害から身を守ろう! 場西荻地域区民センター	自分は大丈夫と思いませんか。一向に減らない振り込め詐欺から身を守る対処法を学びます。また逮捕に至るまでの経験談を聞きましょう(役立つお土産付き)/消費生活サポーターグループ・スリーS▷長寿応援対象事業	3月7日(土)午後1時30分～3時	40名 無料	2月23日 往復ハガキ
	地場産で作ろう夏みかんジャム～収穫もみんなの手で 場西荻地域区民センター	夏みかんは杉並産を使い、たわわに実った果実を枝から採って、翌日ジャムにします。身近な食材を使って手作りの味を楽しみましょう/オープンリビングけやきの見える家運営委員・高瀬美弥子▷長寿応援対象事業▷9日のみ1歳～就学前の託児あり(事前申込制)▷協力=小美野義一	3月8日(日)午後1時30分～4時・ 9日(月)午前9時30分～午後0時30分 (計2回)	20名 (保険料含む)	2月25日 往復ハガキ
●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 ☎3398-9127 HP)					
催	アート展 場荻窪地域区民センター	区民センター同好サークルと一般公募の作品(絵画・写真・彫刻・書・華道・工芸・文芸など)を全館に展示します。地域の幼稚園・保育園児の作品も展示します。各日先着400名にスタンプラリーで空くじなしの抽選会があります	2月21日(土)午前10時～午後4時・ 22日(日)午前10時～午後3時30分	— 無料	当日直接
講	荻窪の文化財探索 場荻窪地域区民センター	荻窪地域は旧石器時代から長い歴史があり、多くの文化財が蓄積されています。1回目はその歴史を学び、2回目には川南遺跡・長屋門・オーロラの碑などを見学し理解を深めます/文化財保護ボランティア・淀川正進▷長寿応援対象事業	3月5日(木)・12日(木) 午後2時～4時(計2回)	40名 200円	2月22日 往復ハガキ
	親子でテニス 場荻窪地域区民センター	スポンジボールとジュニア用ラケットを使用します。基本練習後、バドミントンコートで試合を行います/日本テニス協会上級指導員・園子親一▷対象=小学3年生以上の方とその保護者	3月8日(日)午後2時～3時30分	8組 16名 1組300円	2月22日 往復ハガキ
	俳句でたどる「奥の細道」 場荻窪地域区民センター	数々の名句から芭蕉が旅した各地をたどることで、今までとは異なる「奥の細道」への接し方が生まれます/俳誌「海」編集長・日下野由季▷長寿応援対象事業	4月1日(水)・8日(水)・15日(水)・29日(祝) 午後2時～4時(計4回)	50名 200円	3月1日 往復ハガキ
●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 ☎3314-7215 HP)					
催	あさがや区民センターまつり 場阿佐谷地域区民センター	3月7日(土)・8日(日)午前10時～午後4時(8日は3時30分まで) 「見て・聴いて・食べて・参加して・楽しむ!」をテーマに開催します。展示会場では実演や体験コーナーもありますのでお楽しみに!▷7日(土)=高井戸第二小学校チアリーディング、ネパール民族舞踊、杉並高校吹奏楽演奏、「矢野忠と青空ロマンス楽団」ほか▷8日(日)=[LIFETIME]のヒップホップダンス、スポーツチャンバラほか/模擬店=両日=おでん・豚汁・なみすけどら焼・ネパールカレー・焼きそば・焼き鳥・串団子など▷7日のみ=赤飯▷8日のみ=[杉並区みどりの基金]に協力していただいた方に苗木(クリスマスローズまたはオリーブ)をプレゼント			当日直接
講	「御嶽山噴火災害活動の記録」～消防署で学ぶ 場杉並消防署 (阿佐谷南3-4-3)	御嶽山噴火災害に派遣された消防隊員による活動状況説明(DVD上映)と、応急救護や特別救助隊員の実技、AED・救助技術等の展示などを行います/杉並消防署員▷長寿応援対象事業	3月4日(水)午後1時30分～3時30分	30名 無料	2月23日 往復ハガキ
●高井戸地域区民センター協議会 (〒168-0072高井戸東3-7-5 ☎3331-7980 HP)					
催	コミュニティすくーる「春の上高井戸を歩く」～早春の寺社と農園をめぐる 場高井戸地域区民センター	上高井戸地域を散策します▷行程(約6km)=高井戸地域区民センター(集合)→高井戸不動尊→第六天神→浴風会内施設→地域の農園→医王寺→長泉寺→上高井戸集会所(解散)▷対象=区内在住で全行程歩ける方▷長寿応援対象事業	3月12日(木)午前9時～午後1時	40名 500円 (保険料含む)	2月26日 往復ハガキ
	ふれあい音楽会 場高井戸地域区民センター	男声合唱団の皆さんと音楽の集いを開催します▷第1部=合唱「Yesterday once more」「ともしび」ほか▷第2部=みんなで一緒に歌いましょう▷出演=コール・ヘリテージ(合唱)、川田紀子(指揮)、永澤友衣(ピアノ)/コール・ヘリテージ代表 佐藤信太郎▷長寿応援対象事業	3月25日(水)午後2時～4時	30名 100円	2月24日 往復ハガキ
講	旬の一品・春一番料理 場高井戸地域区民センター	てまりずし、ごま豆腐の吸い物、菜の花ごまあえソラ豆添え、大根餃子、デザートを作ります/食育推進ボランティア・竹花元木▷エプロン・三角巾・布巾・手拭き持参▷長寿応援対象事業	3月13日(金)午前10時～午後2時	20名 1000円 (保険料含む)	2月26日 往復ハガキ

「杉並区子育て優良事業者表彰」 受賞者が決まりました



▲この事業者ステッカーを見かけたら、応援してください

区では、子ども・子育てに優しいまちづくりを目指し、働くことと子育てが両立できる職場環境づくりや子どもの育ち・子育てにつながる地域貢献活動に積極的に取り組み、その成果を上げている区内の事業者を表彰しています。

このたび、26年度の受賞者が決まりましたのでお知らせします。

——問い合わせは、子育て支援課管理係へ。

26年度受賞事業者

◆最優良賞◆

仕事と育児が両立できる制度など、多様で柔軟な働き方を社員等が選択できるような取り組みや、地域貢献その他子育て支援に関し有益な取り組みを積極的に行っている事業者に贈られます。

【受賞者】

●株式会社オレンジボード (所在地=西荻北)

育児休暇制度は最長3年間、育児短時間勤務制度は就学前まで取得可能とし、法定以上の子育て支援制度を整備しています。また、学校行事等のための休みや帰宅途中の子どもの会社への立ち寄りを認めるなど、子育てしやすい職場環境を整備しています。また、社員サークルの和太鼓活動を軸に、近隣の小学校が行う和太鼓クラブへの練習場所の提供や楽器の貸し出しのほか、中学生の職場訪問受け入れなど、長年にわたり、地域の子ども・子育て支援活動を実施しています。

●ジーグレイブ株式会社 (所在地=荻窪)

小学校低学年までの育児短時間勤務制度を実施し、法定以上の子育て支援制度を整備しています。また、社員の家族が参加できるイベントを実施しているほか、在宅勤務制度導入の検討など社員のワーク・ライフ・バランスにも積極的に取り組んでいます。また、地元の公園案内や昆虫探し探検などをテーマとした、手作り新聞「すぎなみこどもしんぶんなみっこ」を年4回発行し、区内の全ての児童館に無料配布するなど、地域の子ども・子育て支援活動を実施しています。



▲1月27日(火)に、区長から受賞者の皆さんへ表彰状が贈られました

●株式会社コムウェル (所在地=阿佐谷南)

育児短時間勤務制度や所定外労働時間の免除を就学前まで取得可能とし、法定以上の子育て支援制度を整備しています。また、妊娠中や産休・育休復帰後の社員のための相談窓口を設置したり、育児休業明けの本人希望による配置転換も柔軟に行うなど、子育て支援制度の充実を図っています。また、長年にわたり学童軟式野球連盟大会の協賛を行うとともに、中学生の職場体験の受け入れおよび「税の標語」募集等の活動を行うなど、地域の子ども・子育て支援活動を実施しています。

◆優良賞◆

仕事と育児が両立できる制度など、多様で柔軟な働き方を社員等が選択できるような取り組みを積極的に行っている事業者に贈られます。

【受賞者】

●社会福祉法人杉樹会 (所在地=阿佐谷北)

●株式会社ビーフォーシー (所在地=浜田山)

すぎなみ子ども・子育てメッセ

事前申し込み受け付け中

3月8日(日)にセシオン杉並(梅里1-22-32)で「すぎなみ子ども・子育てメッセ」を開催します。NPO・地域のグループ・企業など約50団体が、子育てに関するワークショップ・講座などを行います。事前に申し込みが必要な催しは以下のとおりです。

①すぎなみ子ども・子育てメッセ実行委員会事務局(子育て支援課管理係内) ②駐車場はありません③詳細は、すぎなみ子育てサイト <http://www.w.suginami-kosodate.jp/xoops/> または「広報すぎなみ」2月21日号参照

(事前申し込みが必要な催し(締め切り=2月28日))

時間・内容・対象・定員・参加費	申し込み・問い合わせ
親子スキンタッチ教室 時午前11時～正午 ①0歳～小学校低学年の親子②10組費500円	東京スキンタッチ会・山口 ☎090-3349-7095 ✉donguri004@docomo.ne.jp
音楽朗読劇「動物会議」 時午後1時～1時45分、3時～3時45分④4歳～小学生とその家族⑤18名費無料	ウタノホシ・松本 ☎090-8478-6623FAX0422-44-0433 ✉info@utanohoshi.com
①ペアレンツタッチング・ベビーヨガ体験 ②ベビマdeわらべうた 時①午前11時～正午②午後1時30分～2時30分③①は生後4カ月～2歳未満②は1歳未満のお子さんとその親④各10組費各500円	子育ておうえん隊おへその緒・オオクボ ☎090-9648-9521(留守電対応) ✉sns_mw@yahoo.co.jp
親子で遊ぼう! わらべうたワークショップ 時午前11時～11時40分⑥乳幼児とその保護者、プレママ・プレパパ⑦20組程度費無料	わらべうた いちじくになじん・山口 ☎080-5180-7177FAX5382-3050 ✉ichijikuninnjinn@jcom.zaq.ne.jp

※いずれも、申込順。

3月11日(水) 午前11時

シェイクアウト訓練

(自主参加型一斉防災訓練)

を実施します

——問い合わせは、防災課へ。

区では、東日本大震災の教訓を忘れずに、区民の皆さんが地震発生時にいち早く身の安全を確保できるよう、シェイクアウト訓練を実施します。シェイクアウト訓練とは、同一時刻に斉に「そのときあなたがいる場所」で地震を想定した避難行動をとるものです。この訓練を通じて、各家庭や職場で避難経路や備蓄品などを確認し、日頃の防災対策を再点検しましょう。

【日時】

3月11日(水)午前11時から1分程度

【対象】

区内在住・在勤・在学の方

【訓練内容】

午前11時に区内で震度6強の地震が発生したと想定し、「安全行動の1-2-3」(右図参照)の行動をとり、身の安全の確保をします

【事前に参加登録をお願いします～3月10日まで】

「自らの意思で」参加するという意思表示を行い、より効果的な訓練を実施するために、参加登録をお願いします

安全行動の1-2-3



- ①ドロップ= 姿勢を低く!
- ②カバー= 体・頭を守って!
- ③ホールド・オン= 揺れが収まるまでじっとして!

①シェイクアウト訓練参加登録申込書(防災課<区役所西棟6階>、区民事務所などで配布。区ホームページからも取り出せます)を、ファクスで防災課FAX3312-9402へ

②効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議(ShakeOut提唱会議) <http://www.shakeout.jp/> から登録(区ホームページからも接続できます)

【その他】訓練当日は、区防災行政無線放送、災害・防災情報メール、犯罪発生情報メール、学校緊急メールで、訓練のお知らせを行います。訓練のお知らせが受け取れない場合でも、午前11時に訓練を開始してください

