

9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/

| | |
|---------------------------|---------|
| 杉並区緑地保全方針を策定しました | 2 |
| 南北バス「すぎ丸」けやき路線時刻表と運行ルート変更 | 3 |
| 区民意向調査の結果がまとまりました | 4 |
| みんなで築こう 人権の世紀 | 5 |

「コミュかる」が折り込まれています

26年度杉並区障害者週間記念行事

広げよう、思いやりの輪

ふれあいフェスタ2014

12月1日(月)～7日(日)は、杉並区障害者週間です。「障害者週間」とは、障害のある方もない方も、お互いに理解と思いやりを深めることを目的とした期間です。区では、この期間に「ふれあいフェスタ2014」を開催します。模擬店・ホールでのコンサート・美術展などの催しを楽しみながら、思いやりの輪を広げていきませんか。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。



多くの模擬店が出店します



杉並高校吹奏楽部

セッション杉並での催し

- 日 時 12月7日(日)午前10時～午後3時
- 場 所 セッション杉並 (梅里1-22-32)
- 内 容 下表参照
- 参加費 無料
- 申し込み 当日、直接会場へ



▲かしの哲さん

〈セッション杉並での催し 12月7日(日)〉

| 時間 | 内容 | 会場 |
|-----------------|--|-----|
| 午前10時～午後2時 | 〈模擬店・物産販売〉 区内障害者団体・施設による焼きそば・とん汁・パン・菓子・コーヒーなどの飲食物や、手芸品・カード類などの生産品を販売します 〈野菜直売コーナー〉 新潟県小千谷市から取れたての新鮮野菜やそば・お米などのほか、岡山県高梁市からは特産品が届きます 〈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10分～11時15分 | 手話ダンス、エイサー、手話コーラス ▷出演=YOU&I、ハイサイチャンプルー伏見組、杉の会 | 中庭 |
| 午前10時～正午 | バルーン・アート、似顔絵コーナー、口と手で描く芸術家協会デモンストレーション | 屋内 |
| 午前11時30分～正午 | 障害者自立生活者および自立支援功労者表彰式 | |
| 午後1時～3時 | 〈S-1 2014 INセッション〉 障害の有無や種別にかかわらず、各団体がパフォーマンスを披露しあうことで、交流を図り、互いの理解を深めることを目的としたイベントです ▷演目=プラスバンド演奏、ダンス、ハンドベル、ゴスペル、音楽LIVE ▷出演=杉並高校吹奏楽部、プレミアケアジュニア、あすなろ作業所音楽クラブ、久遠ゴスペルクワイア ▷ゲスト=かしの哲 (サルサガムテープ) | ホール |

※当日の天候等により、時間や演目、会場が変更となる場合があります。

区役所・セッション杉並での展示

- 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12月1日(月)～5日(金)午前8時30分～午後5時(5日は3時まで) 費無料(申込)当日、直接会場へ
- セッション杉並展示室～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5日(金)～7日(日)午前10時～午後4時(7日は3時まで) 費無料(申込)当日、直接会場へ

11月28日(金)午前11時ごろ 防災行政無線を用いた情報伝達訓練を行います

全国瞬時警報システム(※Jアラート※)の情報伝達を確実にするため、防災行政無線を用いた全国一斉の情報伝達訓練を行います。11月28日(金)午前11時ごろに、防災行政無線からテスト放送(右記参照)が流れます。
※Jアラートとは、国から緊急情報(地震・武力攻撃など)が発信されると、区の防災行政無線から自動的に放送される設備です。

【問い合わせ】危機管理対策課・防災課

放送内容

- ①チャイム音
- ②「これは、テストです。」(3回繰り返す)
- ③「こちらは、ぼうさいすぎなみです。」
- ④チャイム音



杉並区緑地保全方針 を策定しました

杉並区のみどりは、杉並の原風景といえる屋敷林や農地といった民有地のみどりが全体の約7割を占めています。このまとまりのあるみどりを後世に引き継いでいくことが、みどり豊かな住宅都市の実現には欠かせません。区では、この貴重なみどりを、重点的に保全するため、「杉並区緑地保全方針」を定め、屋敷林・農地の保全を図り、周辺のみどりと相互につなげる効果的な取組を行うことで、杉並らしい風景を後世にのこし、いつまでも暮らしやすい魅力ある「みどりの住宅都市杉並」の実現を目指します。

——問い合わせは、みどり公園課みどりの計画係へ。

方針の主な内容

◇モデル地区での先行取組

区の中央部に位置し、一団の屋敷林・農地が存在する「荻窪一丁目・成田西三丁目地区」をモデル地区として、保全に向けた取組を行い検証します。

◇「杉並らしいみどりの保全地区」の選定

区民共有の財産である屋敷林・農地の保全については「杉並らしいみどりの保全地区」を定め、モデル地区での先行取組の検証結果を踏まえて重点的に取組んでいきます。

●選定基準

- ①みどりの顕彰表彰屋敷林※を中心とした杉並の原風景がのこる屋敷林と農地が一団としてのこる場所を含む地区
 - ②鉄道駅近くにのこる希少な、みどりの顕彰表彰屋敷林が集積した場所を含む地区
- ※24年度に実施。杉並の屋敷林を後世にのこしていくことを目的として行われ、20カ所の屋

敷林が表彰対象に選ばれた。

◇保全地区での取組

モデル地区での保全取組の検証結果を活かし、「杉並らしいみどりの保全地区」では次のような取組項目を核として、それぞれの地域特性を踏まえた取組を実施していきます。

●保全制度の活用・拡充

所有者に保全制度の説明・PRを行い、その場所に適した既存保全制度の活用を図るとともに、営農活動への支援や小規模屋敷林の公開など新しい制度に取組みます。

●保全のためのまちづくり

地区計画などの導入も検討し、みどりを守り、創っていく仕組みを地域全体で構築し、屋敷林・農地が保全できるまちづくりに取組んでいきます。

●マンパワーの活用

ボランティアによる支援体制を構築するとともに、保全を支援する団体の組織化をし、地域で支える体制づくりに取組んでいきます。

●保全のためのPR・企画

夏の木陰体験や地元野菜の試食会、屋敷林・

農地を巡るまち歩きマップの作成など、屋敷林や農地を身近に感じられるPR・企画をすることで大切さを理解してもらい保全に取り組んでいきます。

今後のスケジュール

- 27年4月～
モデル地区での取組準備
- 28年4月～
モデル地区での取組・検証
- 30年4月～
杉並らしいみどりの保全地区での取組

杉並区緑地保全方針の全文は、区ホームページ、みどり公園課（区役所西棟5階）、区政資料室（西棟2階）、図書館でご覧になれます（閲覧場所の休業日を除く）。



〈住民基本台帳の閲覧状況（7～9月分）〉

◆国または地方公共団体（住民基本台帳法第11条第3項に基づく公表分）

| 閲覧請求者 | 請求事由概要 |
|----------|----------|
| 東京都福祉保健局 | 福祉保健基礎調査 |

◆個人または法人（住民基本台帳法第11条の2第12項に基づく公表分）

| 閲覧請求者／共同申出者 | 請求事由概要 |
|--------------------------------|---|
| 1 (社)中央調査社 | 環境問題に関する世論調査 |
| 2 (株)サーベイリサーチセンター／(株)インテージリサーチ | 家計消費状況調査 |
| 3 (社)中央調査社 | 家庭や学校における生活や意識等に関する調査 |
| 4 (株)サーベイリサーチセンター | 都民生活に関する世論調査 |
| 5 (株)日本リサーチセンター調査部 | くらしと生活設計に関する調査 |
| 6 (社)新情報センター | 男女の生活と意識に関する調査 |
| 7 (社)中央調査社 | 人口、経済社会等の日本の将来像に関する世論調査 |
| 8 (社)中央調査社 | 女性の活躍推進に関する世論調査 |
| 9 (株)日本リサーチセンター調査部 | 生活意識に関するアンケート調査 |
| 10 (株)建設技術研究所 | 霞ヶ浦で実施した環境設備事業の評価等について検討することを目的とするアンケート調査 |
| 11 (社)中央調査社 | 生命論理に関する意識調査（医療といのちについての意識調査） |
| 12 NHK放送文化研究所 | 全国個人視聴率調査 |
| 13 (株)ナビット | 市民の社会貢献に関する実態調査 |
| 14 (株)サーベイリサーチセンター | 都民のスポーツ活動に関する世論調査 |
| 15 (株)サーベイリサーチセンター | これからのライフスタイルのあり方に関する世論調査 |
| 16 (株)日本リサーチセンター | 郵便利用構造調査 |
| 17 (株)日本リサーチセンター | 青少年のインターネット利用環境実態調査 |

住民基本台帳の 閲覧状況を 公表します

区住民課住民記録係

「住民基本台帳の一部の写しの閲覧」とは、住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別を閲覧するものです。

閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で閲覧が可能となります。

閲覧が認められる主な理由は次のとおりです。

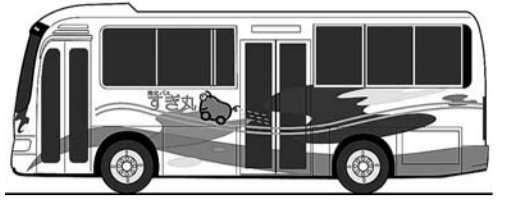
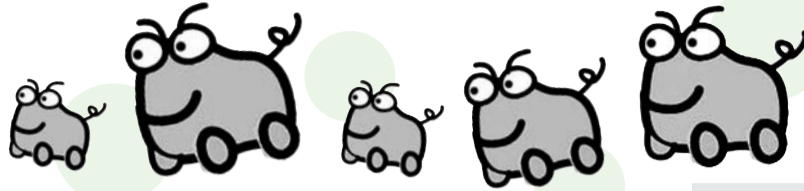
①官公庁が職務で行う場合
②公益性の高い調査研究に利用する場合や、公共的団体が公益

性の高い活動に利用する場合の商業目的（ダイレクトメールの発送を目的にしたものなど）による閲覧は、認められていません。また、閲覧が行われる際には、区職員が立ち会います。

住民基本台帳法では、住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について公表することになっていません。7～9月の公表分は左表のとおりです。なお、閲覧状況の詳細は区ホームページでご覧になれます。

南北バス

すぎ丸



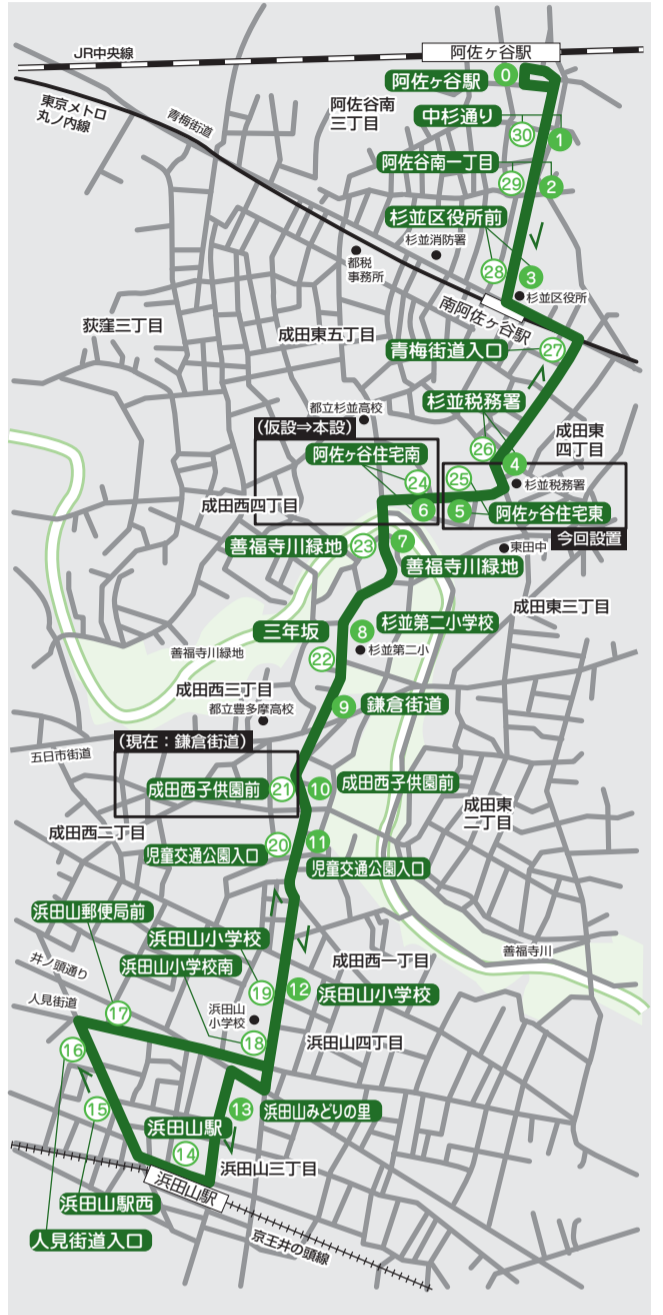
12月1日(月)から

時刻表と

運行ルートを変更します

けやき路線
(阿佐ヶ谷駅←浜田山駅)

このたび、南北バス「すぎ丸」の安全な運行と定時性確保を目的に、「けやき路線」の運行時刻表を改定します。それに伴い、阿佐ヶ谷駅から浜田山駅に向かうバスは現在の時刻表から後ろに5分ずつずれることとなります（浜田山駅から阿佐ヶ谷駅に向かうバスの時刻表や各方面の運行本数に変更はありません）。
また、阿佐ヶ谷住宅内のバス停設置に伴い、右図のとおりバス停の名称を変更します。引き続き、南北バス「すぎ丸」をご利用ください。—問い合わせは、交通対策課へ。



新しい時刻表・路線図をご利用ください

- ◇時刻表・路線図の配布場所
- 南北バス「すぎ丸」の車内
- 交通対策課（区役所西棟5階）
- ／区ホームページからも取り出せます



ポケットサイズで携帯に便利です！



◆**早期発見が大切です**
HIV感染症は適切な治療でエイズの発症を抑えることができます。そのため、エイズを発症する前にHIV感染を早期に発見し、治療につなげることが重要です。杉並保健所では匿名・無料でHIV抗体検査を実施しています（下表参照）。また、都内各保健所でも匿名・無料で検査を

◆**新規HIV感染者および新規エイズ患者の累計報告数の合計が1590件と過去最多**
日本での25年の1年間における、新規HIV感染者報告数は1106件で過去2位、感染に気付かずにエイズを発症して報告された新規エイズ患者報告数は484件で過去最多となっています。合計も1590件と過去最多となり、発症してから感染が明らかになるケースが全体の3割を超える状況が続いています。特に働く世代(20~40代)の感染が多く報告されています。
新規HIV感染者および新規エイズ患者の累計報告数は2万3000件を超え、地域的・年齢的にも広がりを見せ、依然として予断を許さない状況です。

12月1日は 世界エイズデーです

世界エイズデーは、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に、WHO（世界保健機関）が昭和63年に制定したものです。毎年12月1日を中心に、エイズに関する啓発活動が行われています。

—問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

今年のキャンペーンテーマ **NAIDS IS NOT OVER**
「まだ終わっていない」

患者・感染者への理解を深めましょう

HIVに感染しても、ウィルスを抑える治療を行うことで、今まで通りの生活を送ることができます。そのためには周囲の人の理解やサポートが欠かせません。感染を防ぐために、エイズに関心を持ち、正しい知識を身に付けましょう。

(12月~27年3月の検査・相談日程)

| 検査項目 | ①HIV・性感染症検査・相談 | | ②HIV即日検査・相談 | |
|------|--|---|---|--|
| 日程 | 検査日 (毎月第1・3水) | 結果日 (検査日の翌週の水) | 検査日 第2(土) | 結果日 検査と同日の午後(陰性と明確に判断できない場合は1週間程度かかります) |
| | 12月3日 17日 27年1月7日 21日 2月18日 3月4日 18日 | 12月10日 24日 27年1月14日 28日 2月25日 3月11日 25日 | 12月13日 27年1月17日 2月21日 3月21日 | |
| 内容 | HIV・梅毒・クラミジア抗体検査 | | HIV抗体検査 | |
| 受検時期 | 感染が心配される機会から2カ月以上経過しているとき | | 感染が心配される機会から3カ月以上経過しているとき | |
| 申し込み | 予約不要。検査日の午前9時30分~10時30分に直接、杉並保健所3階(荻窪5-20-1)へ | | 毎月最初の平日(金曜日を除く)から予約開始。月~木曜日(祝日を除く)の正午~午後6時の間に予約専用電話 ☎5259-0330へ | |

※いずれも診断書の発行はありません。

区民意向調査の結果が まとまりました

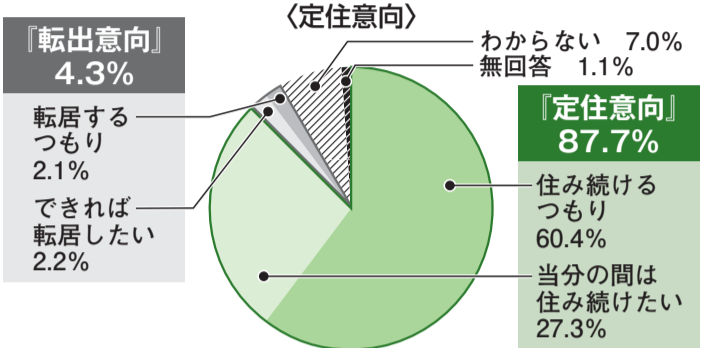
杉並区への定住意向は

87.7%

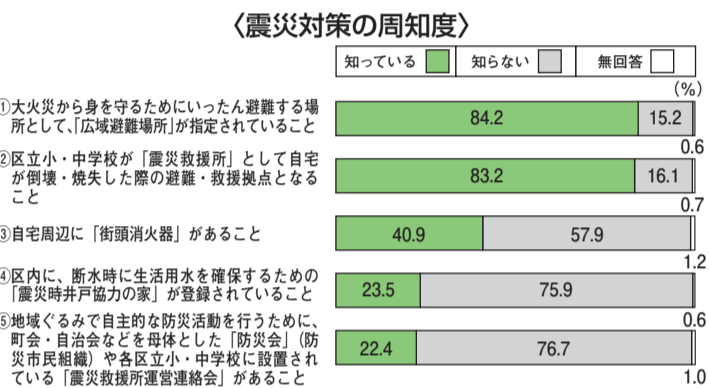
区では、区民の皆さんの意識の変化やニーズを把握し、今後の区の施策に反映していくために、毎年「区民意向調査」を行っています。今年の調査項目は、「定住性と生活環境」、「健康と医療、社会参加活動状況」、「地域防災」、「杉並区基本構想（10年ビジョン）」、「区の情報」、「子育て支援に関する意向」、「商店街」、「高齢者在宅支援」、「環境に配慮した行動」、「運動・スポーツ」、「景観まちづくり」、「狭あい道路拡幅整備」、「その他の区政」の13項目でした。ご協力ありがとうございました。この中から、主な調査結果をお知らせします。

問い合わせは、区政相談課へ。

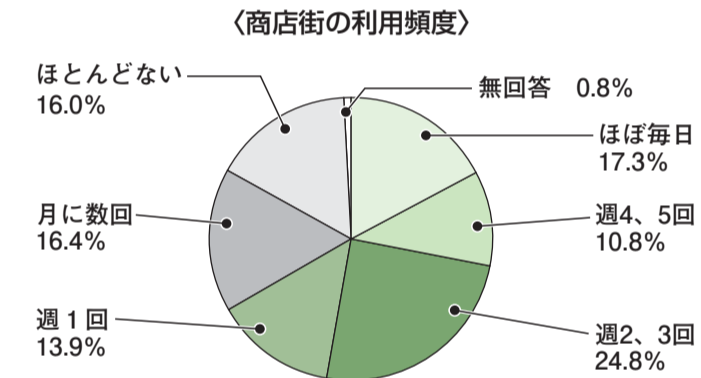
定住意向



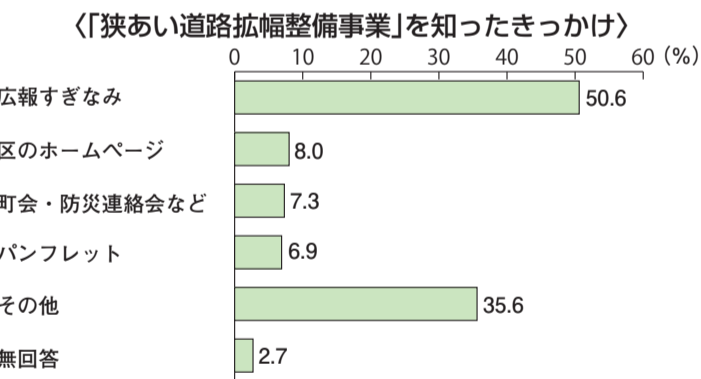
震災対策の周知度



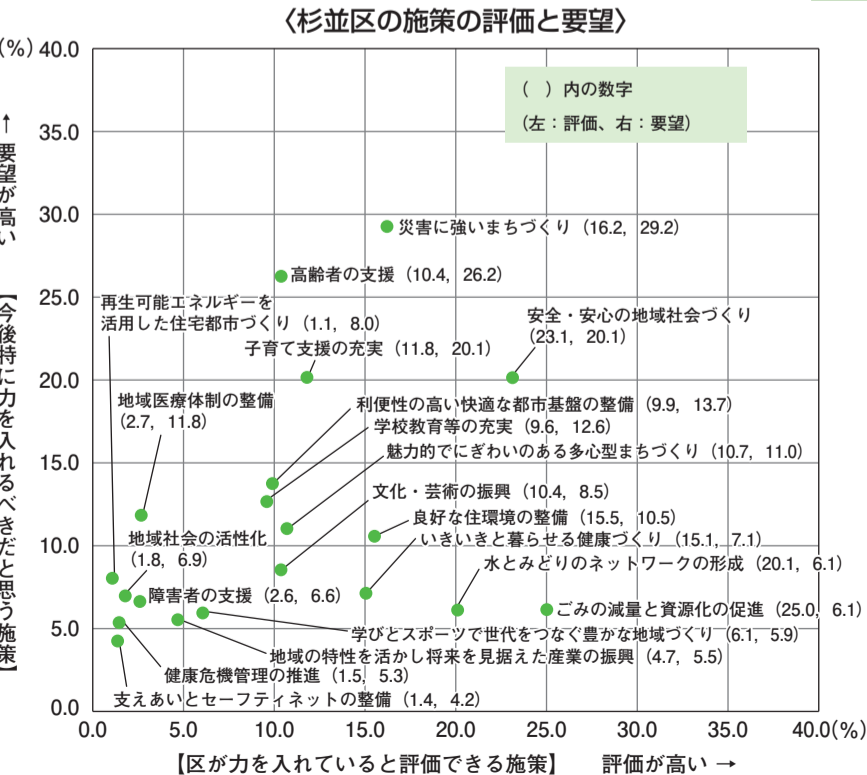
商店街の利用頻度



「狭あい道路拡幅整備事業」の認知度



杉並区の施策の評価と要望



12月4日
～10日は
人権週間

みんなので築こう

人権の世紀

考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心

人権とは、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、家庭・学校・職場・地域社会など、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。

DV(配偶者、パートナーなどからの暴力)は人権侵害かつ犯罪

DVには身体的暴力のみならず、精神的・性的・経済的暴力なども含まれます。

自分がDV被害を受けていてもそれと気付かないことや、加害者も罪の意識が薄く、周りの人も単なる痴話げんかと思われないことが問々あります。

DVは、家庭内・当事者間だけの問題ではなく、社会全体で解決すべき問題です。男女が社会の対等なパートナーとしてさまざまな分野で活躍するために、その前提として、暴力行為は絶対にあつてはなりません。

DV被害者は、住民票の写し等の発行を制限できる場合があります。詳細はお問い合わせください。

区相談専用電話 男女平等推進センター ☎3393-4713、福祉事務所、警察署▽住民票等の取り扱い 区民課

子どもの人権を守ろう

保護者などによる子どもの虐待、子どもの間でのいじめ、児童買春や児童ポルノなど、子どもの人権が脅かされる状況が数

多く発生しています。これらは子どもの健やかな発育・発達を損ない、心身に大変深刻な影響を及ぼします。

家族や周囲の大人から見た子どもの問題行動は、子どもからの「助けて」のサインでもありません。子どもの様子がいつもと違うと感じたり、虐待やいじめかもしれないと感じたりしたときはご相談ください。

子どもたちへ

このようにつらい思いをしていたら、がまんしないで相談してください。電話相談は名乗らなくても相談できます。

区相談窓口 子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (児童虐待の相談・連絡) / ゆうライン(そのほか子どもや保護者からの相談) ☎5929-1901 / 特別支援教育課(済美教育センター内) 来所教育相談 ☎3311-1921(予約制) / 電話教育相談 ☎3317-1190 / 済美教育センター(教育SAT) 主に保護者からの相談 ☎3311-0023 / すぎなみいじめ電話レスキュー(主に子どもからの相談) ☎120-949-466(無料) ☎080-8825-0119(通話料が掛かります)

高齢者の尊厳ある暮らしを目指して

高齢者虐待は、単に身体的な暴力による虐待だけではなく、暴言・悪口・脅し・嫌がらせ・無視・年金搾取といった行為も含まれます。

また虐待を受けやすい傾向にあるのは、介護が必要で認知症の症状がある高齢者です。

高齢者虐待には、長い介護負担や家族関係の問題などが理由で家族等から受ける場合と、介護保険施設等で職員から受ける場合があります。

虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合は、ご相談ください。

区家族等からの相談・通報窓口 区高齢者在宅支援課地域支援係 ☎5307-0648 / 各地域包括支援センター(ケア24) / 介護保険施設等における虐待の相談・通報窓口 区介護保険課相談調整担当

講演会「好奇心と笑いでアンチエイジング」脳を若々しく保つ方法

時12月3日(水)午後6時(場勤労福祉会館(桃井4-3-2)) 当日、直接会場へ 区高齢者在宅支援課地域包括ケア推進係

障害のある人もない人も共に生きる社会を目指して

障害は誰にでも生じる身近なものであること、内部障害など外見ではわからない障害もあること、同じ障害でも一律ではないことを理解し、「障害があるから」と決め付けて特別視するのではなく、一人の人間として接していくことが大切です。

障害者が住み慣れた地域で自立した生活が送れるように、配慮や適切な支援が行える社会を築いていきましょう。

障害者に対して、差別や虐待を見かけた、受けたと思われる場合には、ご相談ください。

区相談・通報窓口 障害者施策課地域ネットワーク推進係 ☎5307-0783

犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう

犯罪被害者やその家族・遺族の多くは、人権が尊重されていないと、言い難い状況です。また、被害による精神的な苦痛や身体の不調・周囲の無責任なうわさや中傷などに苦しめられ、深刻な状況におかれてきました。

区では、「総合支援窓口」を設置し、次のような支援を行っています。①相談情報提供各種手続の手伝い・付き添い等 ②一時利用住宅の提供 ③家事・育児などのホームヘルパーの派遣 ④応急に資金が必要な場合の貸し付け。

区の相談専用電話 ☎5307-0620

部落差別をなくそう わが固有の人権問題

部落差別は、日本社会の歴史の中で形成された身分差別で

す。国民の一部の人々が長い間、経済的・社会的・文化的に低位の状態を強いられてきました。今なお、インターネットによる差別的な書き込みや公共施設への落書きなどの事例があり、基本的な人権を侵害されています。正しい理解と認識を深め、偏見や差別をなくすよう努めていくことが大切です。

区総務課

性同一性障害に対する差別をなくそう

性同一性障害とは、からだの性とこころの性が一致しないため、社会生活に支障がある状態を言います。性同一性障害の人々は、周囲の心ない好奇の目に見えたりして苦しんでいます。

性同一性障害・性的指向など性的少数者に対する偏見や差別をなくし、理解を深めることが大切です。

区総務課

外国人も共に地域の一員

区には1万人を超える外国人の方が住んでいます。中には、言葉や文化・生活習慣の相違などによる誤解や行き違いで、偏見を持たれたり、アパ

26年度人権週間行事

- ①講演と映画の集いin東村山 時12月13日(土)午後1時30分～4時50分(予定) 場東村山市立中央公民館(東村山市本町2-33-2) 内・師講演=スポーツを通じた国際交流～国籍を乗り越えて(サッカー解説者・宮澤ミシェル)▷映画=ふたたび swing me again(日本語字幕付き) 定435名(先着順)
- ②講演と映画の集いin葛飾 時12月17日(水)午後1時30分～5時15分(予定) 場かつしかシンフォニーヒルズ(葛飾区立石6-33-1) 内・師講演=人生は8合目からがおもしろい(登山家・田部井淳子)▷映画=グオさんの仮装大賞(日本語字幕付き) 定770名(先着順)

内各会場パネル展示あり費無料(申込当日、直接会場へ 区総務局人権部人権施策推進課 ☎5388-2588(他)託児あり(12月5日午後5時までに申し込み)。手話通訳・要約筆記あり

トへの入居を拒否されたりするなど、さまざまな差別や嫌がらせを受けている人がいます。今後、ますます国際化が進む中で、他国の文化を尊重し、その多様性を受け入れることが望まれています。身近な国際交流を通じて、偏見や差別をなくす努力とお互いを理解し、共に地域で生活する一員であるという気持ちを持つことが大切です。

区文化・交流課

写真パネル展 時12月9日(火)～19日(金)午前8時30分～午後5時(13日(土)は午前9時から、19日(金)は午後3時まで) 場区役所2階区民ギャラリー 区当日、直接会場へ 区民生活管理部課

区文化・交流課

拉致問題の早期解決を

毎年12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。区では、拉致被害者全員の早期救出と拉致問題の1日も早い全面解決に向けて、拉致被害者家族の支援を行っています。拉

区役所1階ロビー 区当日、直接会場へ 区政相談課

区政相談課

区政相談課

| | |
|---------------------------|--|
| ◆区政相談課人権相談 | 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)人権擁護委員が対応します。また、東京法務局などもご利用になれます。 |
| ◆人権擁護委員 | |
| 氏名(住所) | 電話番号 |
| 安部陽一郎(南荻窪) | ☎5211-7361 |
| 今里恵子(上荻) | ☎5562-0571 |
| 大川康徳(荻窪) | ☎5367-2286 |
| 白石光征(下井草) | ☎5283-3818 |
| 高石昌子(成田東) | ☎5410-6070 |
| 田中載枝(本天沼) | ☎3399-6430 |
| 西村壽一(永福) | ☎3328-5689 |
| 林伸子(上井草) | ☎5932-5441 |
| 三浦範子(西荻北) | ☎3390-6988 |
| 矢澤久美子(阿佐谷北)※ | ☎3339-8935 |
| 横山正(荻窪) | ☎3398-6653 |
| 吉橋正美(和泉) | ☎3321-7660 |
| 若杉隆(西荻南)※ | ☎3332-8928 |
| ※子ども人権委員。 | |
| ◆東京法務局 | ☎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 |
| ◆(公財)東京都人権啓発センター | ☎3871-0212 |
| ◆夜間人権ホットライン(弁護士による無料法律相談) | 時12月4日(水)午後5時～8時(内)相談は電話で、☎5824-9495,9496へ(1人10分程度) 区東京都人権啓発センター |

区からのお知らせ
SUGINAMI INFORMATION
年金

国民年金第3号被保険者の届け出しは配偶者勤務先へ

第2号被保険者(厚生年金や共済組合に加入している方)に扶養されている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年金に加入することになります。加入手続きは、第2号被保険者(配偶者)の勤務先になります。国民年金保険料は、第2号被保険者が加入している年金制度が負担しますので、個人で納付することはありません。第3号被保険者に該当したときの届け出以外に、左表の場合に届け出が必要になります。詳細は、各手続き先または杉並年金事務所へお問い合わせください。

〈国民年金第3号被保険者に関する届け出〉

| 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 | 第3号→第1号※ | 区国民年金課 国民年金係棟 (区役所中棟 2階)、区民 事務所・分室、 駅前事務所 |
| 配偶者である第2号被保険者の扶養からはずれたとき | | |
| 配偶者である第2号被保険者と離婚したとき | | |
| 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や共済組合に加入したとき | 第3号→第2号 | 勤務先 |
| 配偶者である第2号被保険者の加入する被用者年金制度が変わったとき(例)厚生年金から共済組合へ変更 | 第3号→第3号 (種別は変更ない 届け出は必要) | 第2号被保険者(配偶者)の勤務先 |
| 本人の住所や氏名が変わったとき | — | — |

※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。

受け取り年金額を増やせる「付加年金」制度

国民年金保険料を納めた期間(厚生年金等の加入期間を含む)と国民年金保険料の納付を免除等された期間が25年(30月)以上ある方は、65歳から老齢基礎年金が支給されます。国民年金(第1号被保険者・任意加入被保険者)加入の方で、将来受け取る年金額を増やしたい場合は、国民年金保険料(26年度は1万5250円)とあわせて付加保険料(月額400円)を納付することで、老齢基礎年金に付加年金が上乘せし支給されます。付加年金の額は、200円×付加保険料納付月数(12カ月納付すると、月額2400円上乘せ)です。付加保険料の納付を希望する方は申し込みが必要となり、申し込み月から開始できます(国民年金基金加入者は申し込みできません)。なお、納付期限(対象月の翌月末)を超過しての納付はできません。

採用情報

**特別区立幼稚園等職員
妊娠出産休暇・育児休業
補助教員採用候補者**

▽勤務場所 特別区の区立幼稚園等(大田区を除く)▽資格 昭和29年4月2日以降に出生し、幼稚園教諭普通免許状の有資格者で、国公私立幼稚園等の正規任用教員(ただし特別区の区立幼稚園臨時任用教員は含む)が非常勤講師は含まずとして1年以上の経験がある方▽選考 書類選考・面接(面接は新規応募者と特別区立幼稚園等の臨時任用教員として最近5年間に勤務実績のない方のみ)▽申込書(募集案内参照)を、12月1日(月)・2日(火)に特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当(千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館17階)へ本人が持参▽募集案内配布場所 同担当または特別区の教育委員会事務局 同担当 ☎5210-9894 他詳細は、同担当 <http://www.tokyoz3city.or.jp/> 参照

**区立児童館・児童クラブ
非常勤職員**

27年4月から区立児童館・児童クラブで働く非常勤職員(嘱託員・パートタイマー)を募集します。

▽募集期間 ①12月11日まで ②27年1月8日まで ③応募資格、申込方法、勤務条件などの詳細は、募集案内をご覧ください
▽募集案内配布場所 児童青少年センター(荻窪1-56-3)、

募集します

家庭福祉員の補助者

▽勤務場所 阿佐谷北3-1-4 ナインコーポ101号室▽資格 保育士の資格を有する方▽募集人数 1名 電話 ☎5364-9773 他勤務条件等の詳細は、お問い合わせください

税金

**住民税(特別区住民税・都民税)
夜間電話相談**

昼間に納税課へ連絡できない方を対象に、住民税の納付相談を受け付けます。
☎11月28日(金)午後5時~8時
30分 納税課 ☎5307-1063457

施設情報

**高円寺駅前図書サービス
コーナー休室**

12月28日(日)~27年5月下旬の間、改修工事のため臨時休室します。

区立図書館の予約資料の受け取り・返却に限り、ご利用になれる臨時窓口を高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9)内に開設します。

臨時窓口は、27年1月5日(月)~5月下旬まで、同集会所1階(開設時間 午前9時~午後8時(日曜日、祝日は5時まで)に開設します(休室 第2・4月曜日、第3木曜日)。
☎中央図書館 ☎3391-5754

米国の新型の核性能実験に抗議しました

区は、アメリカ合衆国が9月4日、10月3日に実施した新型の核性能実験に対し、抗議文を11月5日付で米国大使館を通じ、アメリカ合衆国・オバマ大統領宛てに送付しました。区議会は、11月7日付で同内容の要請書を同大統領宛てに送付しました。

☎区民生活部管理課・区議会事務局

**西田ゆうゆうハウス
臨時休館**

西田ゆうゆうハウスは電気設備工事のため、12月13日(土)は臨時休館します。なお、12月8日(月)は、開館します。

住まい・まち

**都市計画の案の縦覧と
意見書の提出**

都市計画の案を縦覧します。都市計画法の規定に基づき、関係区の住民と利害関係人は縦覧期間中に意見書を提出することができます。

▽東京都市計画緑地(第89号成田西3丁目緑地)の変更(杉並区決定)▽縦覧期間 12月5日(金)まで(土・日曜日、祝休日を除く)▽縦覧場所 都市計画課(区役所西棟5階)▽区ホームページからもご覧いただけます

▽意見書の提出 意見書(書式)は自由。見本を区ホームページから取り出せます。都市計画案の名称・日付・住所・氏名と宛先(杉並区長宛)を書いて、12月5日(必着)までに都市計画課へ郵送または持参 同課

**特定健診の結果
メタボリックシンドロームまたはその予備群と判定された方へ**

**「特定保健指導利用券」
をお送りします**

費用無料

専門スタッフ(医師・保健師・栄養士など)があなたと一緒に、これまでの生活習慣を見直して、内臓脂肪を減らすための具体的な方法を考え、取り組みを応援します。

◇対象
下記の全てにあてはまる方
①40~73歳で杉並区国民健康保険に加入している
②特定健診(区民健診)の結果、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)またはその予備群と判定を受けた
③高血圧症、脂質異常症、糖尿病のいずれの内服治療も受けていない

☎国民年金課保健事業担当 他電話や文書で利用をお勧めする場合があります

**12月6日(土)
お近くの震災救済所訓練に
ご参加ください**

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済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済所では、毎年防災訓練を実施しています。

12月に訓練を実施する震災救済所は、下表のとおりです。当日、直接会場へお越しください。

☎防災課

| 実施救済所 | 日時 |
|---------|-------------------------|
| 西田小学校 | 12月6日(土)午前11時~午後2時 |
| 松庵小学校 | 12月6日(土)午前9時~正午 |
| 富士見丘小学校 | 12月6日(土)午前9時30分~正午 |
| 四宮小学校 | 12月6日(土)午前10時~正午 |
| 荻窪中学校 | 12月6日(土)午前10時30分~11時30分 |

※開始・終了時間は状況で変更になる場合があります。

その他

26年度 杉並区スポーツ栄誉章

全国や東京都などの各種競技大会で優秀な成績を収め、区のスポーツ振興に寄与された方を毎年表彰しています。制度、推薦の問い合わせは、12月24日までにスポーツ振興課事業係へ

☎同係

地デジ難視対策衛星放送等の終了のお知らせ

国が実施している地デジ難視対策のための各種支援制度は、27年3月までに終了します。期限までに地デジ対策工事を完了するためには、遅くとも26年12月中の申し込みが必要です。

☎総務省地デジコールセンター
☎0570-10710101

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金
申請期限が間近です!

区の申請期限は12月11日(消印有効)

給付金を受け取るには申請が必要で、期限までに申請がない場合は、給付金を受け取ることができません。

対象となる可能性がある方には、すでに申請書を郵送しています。

対象に該当する方で、まだ申請がお済みでない方は、至急申請してください。

●問い合わせは…

杉並区 臨時給付金 専用コールセンター

きゆうぶきゆうぶ
☎0120-35-9292

【受付時間】
午前8時30分～午後5時30分
(土・日曜日、祝日を除く)

開催されます

「東京外かく環状道路」オープンハウス

東京外かく環状道路(関越(東名)は、区内の善福寺全域・西荻北4丁目・久我山4丁目地域に、大深度地下トンネル方式で整備されます。

外環の事業概要や最近の状況、練馬区・三鷹市・調布市・世田谷区における地中拡幅部の都市計画変更案や、本線トンネル工事に先立ち沿線で実施される家屋調査に関して、パネルや

●問い合わせは…

3-5(申当日、直接会場へ) 東京外かく環状国道事務所 ☎0120-34-11491、区都市計画課(他)駐車場はあります。公共交通機関をご利用ください

●開催日時 12月8日(月)午後4時～8時

●開催場所 場 桃井第四小学校(善福寺3-3-5)

ゆるキャラ®グランプリ2014
結果発表

地域振興のため活動しているマスコットキャラクターを対象とした人気投票「ゆるキャラ®グランプリ2014」の結果が発表されました。



今年エントリーした「なみすけ・ナミ」の順位は次のとおりでした。

- 総合部門342位(エントリー数1699)
- ご当地部門255位(エントリー数1168)

たくさんの投票ありがとうございました。

詳細は…
ゆるキャラグランプリ2014 検索

産業界振興センター観光係 ☎5347-9184

冬も食中毒に「注意を！」

問い合わせは、杉並保健所生活衛生課食品衛生担当 ☎33391-1991、
☎3334-4310(高井戸保健センター内)、☎3311-0110(高円寺保健センター内)へ。

◇ノロウイルスが流行中

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は1年を通して発生していますが、特に12月～翌年1月が発生のピークです。

主な症状は嘔吐、下痢、腹痛、発熱など風邪に似ています。

ノロウイルスは人の腸の中で増殖し、便や嘔吐物とともに大量に排せつされます。症状が治まった後もしばらく排せつされ、他の人に感染させる可能性もあります。

◇生肉はよく火を通す

鶏肉などを生で食べることや加熱不足を原因として、カンピロバクターという菌による食中毒が全国的に多発しており、東京都でも25年に22件発生しています。

◇外食や食品の購入は適切な取り扱いのお店で

食品は、表示や掲示を見て、適正な取り扱いを行っているお店から買い求めるようにしましょう。

食品衛生歳末対策を実施します

保健所では、歳末の食中毒の発生を未然に防ぎ、食品などの衛生的な取り扱い、添加物の適正使用・適正表示を徹底するために「食品衛生歳末対策事業」を実施します。

予防のポイントは、せっけんを使い十分に手を洗うことと、食品の中心部を85℃90秒で90秒以上加熱することです。また、

必ず中心部までしっかり加熱してください。

ぜん息患者の方へ

医療券(気管支ぜん息)の18歳以上の新規認定が終了します

東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎5320-4492

27年4月から東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、医療券(気管支ぜん息)の18歳以上の新規認定が終了します。新規申請は27年3月31日までに各保健センターで行ってください。

◇誕生日が平成9年4月2日以降(18歳未満)の方

| | |
|------|--|
| 新規申請 | 27年4月1日以降、医療券の有効期間は、各保健センターの担当窓口が申請書を受理した日から①2年経過した日以降の直近の誕生日が属する月の末日まで、または②18歳の誕生日が属する月の末日までのいずれか短い方 |
| 更新申請 | 27年3月31日以降に有効期間が満了となる医療券の更新手続きから、医療券の有効期間は、現在お持ちの医療券の有効期間満了の翌日から①2年経過した日まで、または②18歳の誕生日が属する月の末日までのいずれか短い方 ※現在お持ちの医療券は引き続き利用できます。 |

◇誕生日が平成9年4月1日以前(18歳以上)の方

- ①27年4月1日以降、新規申請ができなくなります
新規申請を希望する方は、27年3月31日までに各保健センターで申請してください(現在お持ちの医療券は更新可)。
- ②30年4月から一部自己負担が生じます
30年3月31日診療分までは、医療費の全額助成を継続します。30年4月1日以降の診療分から、認定された疾病に対する保険診療の窓口支払額のうち、月額6000円までが自己負担となります(詳細は、30年4月1日以降の有効期間の医療券を発送する際にお知らせします)。

◇申請窓口

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)、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025

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 園学務課、保育課
11月13日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1865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) 園環境課放射能対策担当
(測定日11月11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) | 0.06 |
| 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) | 0.08 |

※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。

●杉並税務署 ☎3313-1131

| 日にち | 時間 | 説明事項 | 会場 |
|----------|----------|--------|------------------------|
| 12月1日(月) | 午前10時～正午 | ①不動産所得 | 高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) |
| | 午後2時～4時 | ①事業所得 | |
| 2日(火) | 午前10時～正午 | ①不動産所得 | セッション杉並(梅里1-22-32) |
| | 午後2時～4時 | ①事業所得 | |
| 3日(水) | 午前10時～正午 | ①不動産所得 | 杉並税務署(成田東4-15-8) |
| | 午後2時～4時 | ①事業所得 | |
| 11日(木) | 午前10時～正午 | ②不動産所得 | |
| | 午後2時～4時 | ②事業所得 | |

●荻窪税務署 ☎3392-1111

| 日にち | 時間 | 説明事項 | 会場 |
|----------|----------|-------------|------------------|
| 12月4日(木) | 午前10時～正午 | ①不動産所得 | 荻窪税務署(天沼3-19-14) |
| | 午後2時～4時 | ①事業所得 | |
| 5日(金) | 午後2時～4時 | ②事業所得・不動産所得 | |

※各会場とも車での来場はご遠慮ください。予約は不要。

①青色決算説明会・②白色決算説明会

税務署では、事業所得や不動産所得がある方を対象に、所得の青色決算書・収支内訳書の書き方、消費税の決算方法などについて説明会を開催します。

なお、26年分の青色決算書・収支内訳書は、所得税の確定申告書とともに併せて、27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。

園各税務署

◆◆◆ 就労相談受付中 ◆◆◆

◇就労支援センター

阿佐谷南3-2-19産業商工会館2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】

仕事の経験がない方、アルバイトからの転職希望の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 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=月～金曜日②臨床心理士による心しごととの相談=第2・4月曜日無料申込・内電話で、若者就労支援コーナー ☎3398-1136へ

3398-1136へ

【ハローワークコーナー】

職業相談と職業紹介を行います。
費無料申込開館時間内に、直接就労支援センターへ同センターハローワーク専用 ☎3398-8619

◇就労支援センタージョブトレーニング室

桃井4-3-2勤労福祉会館2階
▷開館時間=午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

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44歳以下の方費無料申込・内電話で、ジョブトレーニング室 ☎5311-3200へ

◇シニアの就労・創業・地域活動の個別相談

時12月6日(土)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 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方費無料申込・内電話で、ゆうゆう高円寺南館 ☎5378-8179へ 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 費無料申込・内電話または直接、前日までに西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ 手書きの履歴書を持参

※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12月2日(火)・9日(火)・16日(火)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) 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 費無料申込当日、直接会場へ 内 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) 区内在住で障害のある方(障害の種類は問いません)とその家族 費無料申込・内電話で、ワークサポート杉並(杉並区障害者雇用支援事業団) ☎5346-3250へ

区民の声から

区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します。問い合わせは、区政相談課へ。

◇ペットが入れない公園

犬に優しい街に住みたくて、みどりの多いイメージの杉並に住所を変更しました。ただ、周辺には犬と利用できる公園が少ないと思います。一部のマナーのない飼い主のために全ての犬を排除するのはでしょうか。

◇回答

区では、犬を連れての公園利用について、利用者の安全と衛生面から遠慮いただいています。しかし、犬を連れての公園利用についてのご要望もあり、区立公園では広く、管理事務所のある6公園(馬橋・蚕糸の森・塚山・井草森・柏の宮・桃井原つば)については、犬を連れて利用できる公園としています。また、都立和木堀公園、善福寺川緑地、善福寺川公園も犬を連れて利用できます。

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ(「ご意見・ご要望」)「主な意見と回答」でご覧いただけます。

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ(「ご意見・ご要望」)「主な意見と回答」でご覧いただけます。

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ(「ご意見・ご要望」)「主な意見と回答」でご覧いただけます。

杉並区就労支援センター すぎJOBだより

就職決定者のメッセージを紹介します

求職活動に迷走している中、すぎJOBを知り、「早く働かなければと気持ちは焦るが、心と体がついてきてくれるか心配」「正直同じ職種は気が重い」「職業を変えるのも、収入が減るのも心配」など、就労準備相談で不安なことを何でも話しました。そこから「興味があること」「やりたいけど職業としては諦めていたこと」などを改めて整理し、未経験分野への就職を決めました。周りの価値観に左右されず自分のやりたいことをやる、考え込むよりとりあえずやってみる勇気と決断のきっかけを担当相談員の方をはじめスタッフの皆さんに教えていただきました。これから先は誰にもわからないことですが、少なくともあの時が最後のチャンスだったのに挑戦しなかったと後悔することはありません。(30代女性 リンご農園作業員)

内 杉並区就労支援センター(阿佐谷南3-2-19産業商工会館2階) ☎3398-1136

27年1月の休日パパママ学級

時27年1月10日(土)午前・午後、25日(日)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 多く浴実習、パパの妊婦体験、お産に向けた話など 師 助産師ほか 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 定 各回24組 費 無料 他 ①結果は12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(〒151-0066渋谷区西原3-17-15Sパティオ)へ

【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)

【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

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター
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…直接会場へ (母子健康手帳持参) | 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) | 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 | 11日(木) 午前9時15分～ 10時15分 | 12月は ありません | 12月は ありません | 17日(水) 午後1時30分 ★11月25日から電話で 申し込み(30名.申込順) | 午前 5日(金) 19日(金) 午後 4日(木) | 12日(金) 午前9時～ 10時30分 | 15日(月) 午後1時30分～ | 3日(水)・25日(木) 午後1時30分～ |
| 高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304 | 8日(月) 午前9時15分～ 10時 | 3日(水)・10日(水)・ 17日(水) | 12月は ありません | 17日(水) 午前10時30分～ 午後0時30分 | 午前 8日(月) 15日(月) 午後 5日(金) 19日(金) | 11日(木) 午前9時～ 10時30分 | 2日(火) 午後1時30分～ | 18日(木) 午後1時30分～ 22日(月) 午前9時30分～ |
| 高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116 | 25日(木) 午前9時30分～ 10時15分 | 12月は ありません | 8日(月) 午後1時30分 ～4時 | 1日(月) 午後1時30分～ 3時30分 | 午前 2日(火) 16日(火) 午後 4日(木) | 2日(火) 午前9時～ 10時30分 | 26日(金) 午前9時30分～ | 5日(金)・11日(木) 午後1時30分～ |
| 上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212 | 24日(水) 午前9時～10時 | 4日(木)・11日(木)・ 18日(木) | 25日(水) 午後1時30分 ～4時 | 16日(火) 午前10時30分～ 午後0時30分 | 午前 11日(木) 24日(木) 午後 10日(水) | 9日(火) 午前9時～ 10時30分 | 8日(月) 午前9時30分～ | 12日(金) 午前9時30分～ |
| 和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331 | 19日(金) 午前9時15分～ 10時15分 | 12月は ありません | 12月は ありません | 18日(木) 午後1時30分～ 3時30分 | 午前 3日(水) 17日(水) 午後 8日(月) | 17日(水) 午前9時～ 10時30分 | 18日(木) 午後1時45分～ | 2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

13日(土)午後2時～4時30分
問い合わせは、杉並区歯科医師会
(阿佐谷南3-34-13 ☎333933-0391)へ

うつ・ひきこもり・精神疾患・思春期問題・依存症の保健相談も行います

SPORTS

スポーツのある暮らし
健康の第一歩

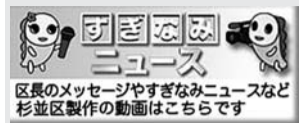
スポーツ教室

- 永福体育館の教室
 - ◇小学生放課後チャレンジスポーツ
縄跳びにチャレンジ!
時12月3日(水)午後3時20分～4時50分
TiAmo区内在住・在学の小学生30名(申込順)無料(申込)午前9時から電話で、同体育館へ縄跳びの縄、体育館履き、タオル、飲み物など持参
 - ◇楽しく健康タイム 大人の休日ヨガ インター
時12月6日～27年3月21日の第1・3土曜日、午後1時30分～2時50分(1月3日、3月7日除く。計6回) 山本美也子区内在住・在勤・在学で16歳以上の方50名(先着順)費500円(申込)当日、直接会場へ
— (いずれも) —
場・ 園永福体育館(永福3-51-17) 3328-3146)
 - 荻窪体育館の教室
 - ◇小学生集まれ!ソフトバレー
時12月7日(日)午前9時～11時ソフトバレーボール連盟区内在住・在学の小学生15名(先着順)費100円(申込)当日、直接会場へ体育館履き持参

- ◇気軽にフィットネスⅡ リラックスヨガ～バランスの取れた体を作りましょう
時12月7日(日)・14日(日)・21日(日)午後1時～2時30分山本美也子区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者各20名(申込順)費各500円(申込)各開催日の6日前から電話で、同体育館へ
— (いずれも) —
場・ 園荻窪体育館(荻窪3-47-2) 3220-3381)
- 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作りをします。
時12月4日(木)・18日(木)午前10時～11時
金田光世、松井仲子区内在住・在勤・在学で16歳以上の方各30名(先着順)費各500円(申込)当日、直接会場へ
 - ◇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。
時12月7日(日)・14日(日)・21日(日)午前10時～11時
区内水泳連盟ほか区内在住・在勤・在学の方(小学3年生までは水着着用の保護者同伴)各日10名(先着順)費無料(別途入場料) 申込当日、直接会場へ
 - ◇うきうきウォーキング①やさしい②シェイプアップ
時12月9日(火)①午前10時～11時②11時～正午
①足腰に負担をかけずに基礎的な歩き方を学ぶ。初心者向け②体の気になる所をシェイプアップ
師ヴィムスポーツアカデミーインストラクター区内在住・在勤・

次回の「すぎなみニュース」はこちら! 正しい知識を身に付けよう「糖尿病」特集をご紹介します

すぎなみニュースでは区内でのさまざまな出来事や区の取り組みを毎週動画で配信しています。
●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(右図)。また、ケーブルテレビJ:COM東京(デジタル11チャンネル)でも、午前9時、正午、午後8時の1日3回(各15分)放送しています。
●配信開始日 11月23日(祝)
糖尿病特集、商店街のイベント情報 ほか
※内容は変更する場合があります。



▲区ホームページのトップページにあるバナー(上図)をクリック!!

問広報課

- 在学で16歳以上の方各30名(申込順)費各回500円。①②連続800円(申込)各開催日の6日前から電話で、同プールへ
— (いずれも) —
場・ 園杉十小温水プール(和田3-55-49) 3318-8763 他駐車場はありません
- 高円寺体育館の教室
 - ◇ふれあいフットサル教室
時11月30日(日)、12月14日(日)、27年1月11日(日)午前11時～午後1時区内在住・在学・通所で知的障害のある方(自己管理、簡単な指示で集団行動ができる方)各30名(申込順)費無料(申込)区内サッカー連盟・岡村一弘ほか(申込)ファクス(11面記入例参照)に希望日も書いて、同体育館 3312-0312へ

- ◇椅子に座ってフィットネス「ジャイロキネシスⅢ」
背骨を中心に体を動かしながら、肩凝り・腰痛を緩和し、正しい姿勢作りを学びます。
時27年1月9日～2月27日の毎週金曜日、午前11時～午後0時30分(計8回) 師高橋春香区内在住・在勤・在学で16歳以上の方18名(申込順)費5600円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、12月2日(必着)までに同体育館へ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・ 園高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31) 3312-0313)

民営化宿泊施設をご利用ください

岩櫃山の麓で自然を満喫

コニファーいわびつ

コニファーいわびつでは、ログハウス周辺で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。その年によって異なりますが1月頃から咲きはじめ、見ごろは3～4月です。



▲クリスマスローズ

- ◇「阿佐ヶ谷駅発着無料送迎バス」の運行が決定
乗り換えが不便な送迎バスをぜひご利用ください。
●12月=1日(月)～4日(木)、7日(日)～10日(水)、24日(水)～27日(土)▷27年1月=7日(水)～10日(土)、18日(日)～21日(水)▷2月=20日(金)～26日(木)▷3月=2日(月)～5日(木)、11日(水)～14日(土)
- 出発時刻=往路=JR阿佐ヶ谷駅南口午後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(申込順。定員あり)
- ◇冬季平日マイカー・公共交通機関利用割引
27年1月5日～3月20日の月～金曜日にマイカーまたは公共交通機関を利用してお越しの方は、宿泊料金を割引します。
詳細・申し込みは、電話で「コニファーいわびつ」へ

美しい海岸と豊かな温泉

弓ヶ浜クラブ

伊豆三大美浜のひとつである弓ヶ浜。日本の渚百選のひとつにも選ばれた美しい弓形の海岸が印象的です。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の桜も咲き乱れます。おいしい食事と豊富な湯量の温泉をお楽しみください。



▲青野川「みなの桜」

- ◇冬季割引スタート
27年4月30日(木)まで、冬季割引を実施しています(年末年始を除く)。
●料金=1泊2食付き3156円～(宿泊補助適用後)
- ◇「阿佐ヶ谷駅発着バスパック」のお知らせ
4月までの指定日に2泊3日のJR阿佐ヶ谷駅発着バスパックを実施します。暖かな南伊豆の地で、ご家族やお友達とのんびり過ごしませんか。
●出発日=12月15日(月)、27年1月26日(月)、2月23日(月)・25日(水)、3月2日(月)・4日(水)、4月1日(水)
- 料金=2泊5食+2日目観光付き1万5200円～(宿泊補助適用後)
- 最少催行人数=20名(申し込みは2名から受け付け)
詳細・申し込みは、電話で「弓ヶ浜クラブ」へ

民営化宿泊施設の予約・区民宿泊料金など

| 施設名(所在地) | コニファーいわびつ(群馬県吾妻郡東吾妻町) | 富士学園(山梨県南都留郡忍野村) | 弓ヶ浜クラブ(静岡県賀茂郡南伊豆町) |
|-------------|--|--|--|
| 申し込み(受付時間) | ☎0279-68-5338(午前9時～午後8時) FAX0279-68-5417 | ☎0120-844-891 ☎0555-84-7031(午前9時～午後5時) | ☎0120-412-224 ☎0558-62-3187(午前10時～午後5時) |
| 宿泊料金(1泊2食付) | 平日 大人 8748円～ | 小学生以上=7200円～ ◆冬季割引◆27年3月31日まで(年末年始を除く。小学生以上=6172円～) | 5歳以上=7992円～ ◆冬季割引◆27年4月30日まで(年末年始を除く。5歳以上=6156円～) |
| | 休日 大人 9828円～ | 小学生以上=8229円～ ◆冬季割引◆27年3月31日まで(年末年始を除く。小学生以上=6172円～) | |
| | 平日 子供 6480円～ | | |
| | 休日 子供 7560円～ | | |
| 年末年始 | 大人 1万1448円～ | 小学生以上=9720円～ | 5歳以上=9504円～ |
| 入湯税 | 12歳以上=150円 | | 12歳以上=130円 |
| 補助 | 区内在住の方は、上記料金に2000円(65歳以上または障害のある方は3000円)の宿泊補助が適用されます(区内在住を証明するもの(コピー可)持参)。 | | |
| 注意 | ※1.宿泊開始日の6カ月前から申し込み可。インターネットからも申し込み可。区ホームページ「生涯学習・余暇活動」参照。2.パンフレットを区民生活部管理課、区民事務所などで配布。3.利用人数や季節(年末年始等)により料金が変わる場合があります。4.予約の変更・取消はキャンセル料が掛かる場合があります。5.富士学園・弓ヶ浜クラブは、小学校移動教室で利用するため、5～10月(夏季期間を除く)は利用できません。6.区民以外の方の料金は、各施設へお問い合わせください。7.富士学園は、小学生が夕食を子供食に変更した場合540円減額。 | | |

協定旅館 湯の里「杉葉」の予約・区民宿泊料金など

| 申し込み(受付時間) | ☎0120-465-002 ☎0465-62-4805(午前9時～午後8時) | | | |
|------------|--|-------|-------|-------|
| 宿泊料金 | 平日 | 休前日 | 年末年始 | |
| | 高齢者・障害者(大人) | 6000円 | 7050円 | 8100円 |
| | 障害者(子供) | 4200円 | 4940円 | 5670円 |
| | 一般 | 7000円 | 8050円 | 9100円 |
| 子供 | 4900円 | 5640円 | 6370円 | |
| 補助 | ※上記料金は1泊2食付、2名利用時。 12歳以上は1泊150円の入湯税がかかります。子供は3～11歳まで。区内在住を証明するもの(コピー可)持参。 | | | |

直営施設 「杉並区秋川研修室」の予約・料金など

| あきる野市五日市 ☎042-596-0693 | |
|------------------------|--|
| 料金 | ▷宿泊(1泊2日)=1200円(2泊3日まで。宿泊を伴う研修で宿泊しない方は300円) ▷日帰り=1室1時間600円 ▷休館日=毎週水曜日、12月29日～27年1月3日、施設点検日 ※区内在住で65歳以上、小学生以下または身体障害者手帳等をお持ちの方は無料。 |
| 対象 | 5名以上40名以下で、研修や勉強会などを行う団体(在学者または18歳未満の方が利用する場合は、保護者・監督者同伴) |
| 申込方法 | ①電話または直接窓口で予約(区内在住・在勤・在学の方が3分の2以上を占める団体は利用希望日の3カ月前から予約可。それ以外の団体は利用希望日の2カ月前から予約可) ②予約後、申請書をお渡しします(利用希望日の2週間前までに区へ提出) |
| 注意 | ※1.食事の提供は行いません。2.予約の変更・取消はお早めにご連絡ください。 (申込)区民生活部管理課(区役所西棟7階) |

■杉並区NPO支援基金普及セミナー「知って得する寄付金控除の知識」

寄付金控除を上手に使うと、社会貢献をしながらお得な節税効果を得ることができます。

時12月6日(出)午前11時～正午 場すぎなみNPO支援センター 師税理士・吉田篤史 定30名(申込順) 費無料(申込)郵送、電話、ファクスまたはEメール(11面記入例参照)で、12月5日(必着)までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階 ☎3314-7260 FAX 3314-7265 info@nposupport.jp)へ ☎すぎなみNPO支援センター

■着物や洋服のリメイク

時12月22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) 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費600円(申込) ☎電話で、リサイクルひろば高井戸 ☎3331-4360(水・木曜日休館)へ ☎長寿応援対象事業。リサイクルひろば高井戸は12月19日(金)から建物名称が「環境活動推進センター」に変わります(水曜日休館)

■シニア向け就業支援講座「特技を活かして、講座を企画・提案しよう」

自分の特技を活かした具体的な講座を提案してみましょう。内容・集客・収支バランスなど、実現に向けて多角的に考えます。

時・内12月20日(出)＝特技を講座に仕立てるために必要なこと▷22日(月)＝どんな講座があるか、調べてみよう▷24日(水)＝講座の企画書を作ってみよう

いずれも午前10時～正午。計3回 場ゆうゆう高円寺南館 NPO法人竹箒の会 区内在住・在勤の55歳以上で就業を希望する方 定15名(抽選) 費無料(申込)ハガキ(11面記入例参照)に提案内容も書いて、12月10日(必着)までにゆうゆう高円寺南館(〒166-0003高円寺南4-44-11)へ ☎同館 ☎5378-8179

■3世代親子料理～3世代で楽しいパーティーはいかが

栄養満点のメニューを協力して作って食べて、みんなで楽しく料理の勉強ができます。

〈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、☎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 |
|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| 今川館(今川4-12-10 ☎・FAX5303-1501) | 3世代でLet's sing! in今川Xmasコンサート | 12月7日(日)午後1時30分～3時 定40名(申込順) 費100円 |
| 阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎・FAX3338-0436) | パソコン講座～2015年のマイカレンダー作り | 12月10日(水)・17日(水)午後1時30分～3時30分(計2回) ☎パソコンで文字入力のできる方 定15名(申込順) 費3200円 |
| 善福寺館(善福寺2-26-18 ☎・FAX3394-8963) | 書き方講座～祝儀袋に書を添えて 師米山由美子 | 12月10日(水)午前9時30分～11時30分 定15名(申込順) 費500円 ☎書道用具持参 |
| 永福館(永福2-4-9 ☎・FAX3321-6632) | もっとらくな介護を～介護者の負担軽減法 | 12月2日(火)・9日(火)午前10時30分～正午 定各回8名(申込順) 費各回500円 |
| 浜田山館(浜田山4-18-31 ☎・FAX3315-7815) | レイリウラニ中川智絵フラダンス教室 | 毎月第1・2水曜日午後1時～2時30分 費1回500円 |
| 堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6 ☎・FAX3315-7760) | 初心者植木教室 | 12月8日(月)午前10時～正午 定10名(申込順) 費1000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。今川館は、第1月曜日・第3木曜日は休館。いずれも、長寿応援対象事業。

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
★阿佐谷クリスマス・コンサート 時12月13日(出)午後2時～4時 場細田工務店(阿佐谷南3丁目) 内出演＝塩野雅子(ソプラノ)、菊川菜々(ピアノ)ほか▷曲目＝シューベルト「アヴェ・マリア」、バッハ「主よ人の望みの喜びを」ほか 定80名(申込順) 費1000円(申込) ☎電話で、12月12日までに美しい日本の歌の会・池川 ☎3391-8253へ

★杉並いずみ第二方面～2014年展示即売会 時12月5日(金)・6日(出)午前10時～午後3時 場杉並いずみ第二方面(方南1丁目) 内障害者通所施設利用者が製作した手織りのマフラーなど(申込)当日、直接会場へ ☎杉並いずみ第二方面 ☎3321-4485

★夢二からちひろへ～子どもの本の先駆者たち 時27年1月31日(出)まで、午前10時～午後5時(入館は4時30分まで。休館＝月曜日(祝日・休日は開館し、翌平日)、12月28日～27年1月1日) 場ちひろ美術館・東京(練馬区) 費800円。高校生以下無料(申込)当日、直接会場へ ☎同美術館 ☎3995-0612

★中央・城北地域合同就職面接会 時12月9日(火)午後0時30分～3時30分 場中央・城北職業能力開発センター板橋校(板橋区) 内合同就職面接会、就職相談 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎中央・城北職業能力開発

和泉減災・防災を目指せ! ご近所力の底上げ大作戦!!～今できること、すべきことをみんなで語り合う～

【26年度 杉並区NPO活動資金助成事業】

防災イベント「減災・ふれあいウォークラリー」のDVD上映や、小学生～高校生を交えてのワークショップを行います。時12月6日(出)午後2時30分～4時30分 場新泉小学校(和泉1-44-26) 師減災・ふれあいウォークラリー実行委員長 瀧澤征宏 ☎近隣に在住の方 定30名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎チームワークアップ・岩崎 ☎090-5583-3297

センター ☎5800-2611 ☎参加企業の一覧は11月中旬から、中央・城北職業能力開発センター ☎http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/vsdc/chuo/index.html参照。面接希望企業分の履歴書・職務経歴書持参。入退場自由

講演・講座

★わがまち一番体操まつり～介護予防・いつまでも元気で! 時11月29日(出)午後1時～3時30分 場高円寺地域区民センター 内講演会「あの手この手で健康元気 指を動かして若返ろう!」ほか 師指さき健康法主宰・堤喜久雄 ☎区内在住の方 定100名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎NPO法人わがまちいちばんの会・菊地 ☎3393-1001

★杉並区の人類遺跡と環境～旧石器時代編 時11月29日(出)午後2時～4時40分 場高井戸地域区民センター 師パリーノ・サーヴェイ調査研究部長 橋本真紀夫、NPO法人井草文化研究所代表・宮下数史 定60名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎新西郊文化研究会・宮下 ☎090-1865-4634

★善福寺川フォーラム「東京都下水道局の善福寺川への取り組み」 時11月30日(日)午後1時30分～5時 場あんさんぶる荻窪 内善福寺川の水质の現状。質疑応答ほか 師東京都下水道局、川づくりの名匠・吉村伸一 ☎区内在住の方ほか 定65名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎3392-5231

★河北健康教室(やさしい健康講座)冬に気をつけたい感染症 時12月5日(金)午後2時～3時 場河北総合病院(阿佐谷北1丁目) 師同病院主任感染管理認定看護師・浅野美奈子 定80名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎同病院健康生活支援室 ☎3339-2121(月～土曜日午前9時～午後4時30分(祝日を除く)) ☎エレベーターはありません

★ファミリー講演会～家族の笑顔大切にしていますか 時12月6日(出)午前10時～11時30分 場杉並公会堂 定190名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎実践倫理宏正会阿佐谷支部 ☎3312-7393(平日午前9時30分～午後4時)

★よくふう学ぼう会～103歳起業家 健康長寿の秘訣 時12月8日(月)午前10時～11時 場浴風会(高井戸西1丁目) 師安藤久蔵 ☎区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 費500円(申込) ☎電話またはファクス(11面記入

SUGINAMI CITY & Japan Phil. SINCE 1994

杉並区・日本フィル 友好提携20周年

日本フィル公開リハーサル

時12月11日(水)午後3時20分 場杉並公会堂(上荻1-23-15) 内出演＝高関健(指揮)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)▷曲目＝シベリウス「交響詩『タピオラ』」(予定) ☎小学生以上の方 定600名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ☎文化・交流課 ☎開演後は入場できません



▲高関健

例参照)で、浴風会ケアスクール ☎3334-2149 FAX3334-2694へ

★大人の楽しい折り紙 時12月10日(水)午後1時30分～3時30分 場高井戸地域区民センター 内サンタクロースなど作成 ☎国際折り紙レタークラブ代表・小野原勝男 ☎区内在住・在勤の方 定30名(抽選) 費500円(申込)往復ハガキ(11面記入例参照)で、12月1日(必着)までに生きがいクラブ杉並・小島明子(〒168-0072高井戸東3-25-11)へ ☎小島 ☎070-5560-1587

★音楽体験 きて、みて、さわって 時12月14日(日)～27年3月30日(月)午後1時30分～4時(計8回) 場東田中学校ほか ☎箏・尺八・三味線・鼓や唄の体験と発表 ☎高市雅風、望月庸子ほか ☎小学生～高校生ほか 費1500円(申込) ☎電話で、音楽プロジェクトここふた杉並・村上 ☎5347-0830へ

★スポーツ百人一首 時12月20日(出)・21日(日)、27年1月17日(出)・24日(出) / いずれも午後2時～4時。計4回 場和泉児童館 内百人一首の札を作り、記憶学習術を学び、実践する ☎傳承文化研究所主宰・小林隆 ☎小学生 定30名(申込順) 費200円(申込)ハガキ(11面記入例参照)に学校名・学年も書いて、12月10日(必着)までに杉並子ども未来委員会・吉橋正美(〒168-0063和泉1-6-3)へ ☎吉橋 ☎3321-7660

その他

★子育てフリマ&ママ楽フェスタ 時11月30日(日)午前11時～午後3時 場産業商工会館 ☎・定・費出店者＝①区内在住の子育て家庭で育児に関するものを販売できる方(21組。1区画2000円～) ②子育て家庭との交流を深めたい区内の事業者(15事業者。1

区画3000円～) ③ステージ発表を希望する区内の団体(10団体。1回2000円～) / いずれも申込順▷来場者＝17歳以下無料。大人は入場時間で異なります(500～1500円。午後0時30分以降無料) / 一部子育て応援券利用可(申込)お産とおっぱい・おしゃべり会 ☎http://osan-to-oppai.at.webry.info/201409/article_1.htmlから申し込み ☎同会・突元 ☎090-8331-7166

★税金なんでも相談会 時12月2日(火)午後1時～4時 場東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費無料(申込) ☎電話で、同支部 ☎3391-0411(午前9時30分～午後5時(正午～午後1時除く))へ ☎①相談は1人45分程度 ②詳細は同支部ホームページ参照

★自宅の周りで二酸化窒素を測定してみませんか 時12月4日(水)午後6時～5日(金)午後6時 場区内在住の方 定400名(申込順) 費300円(申込)封書(11面記入例参照)に切手300円分も添えて、11月30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)へ ☎塩澤 ☎3392-7786 ☎①送られた器具の取り付けのみ。分析は同会が実施 ②測定終了後、すぐに器具を返送(送料は自己負担。3本まで120円)してください

★「エコマーケット荻窪」は閉店します エコマーケットはごみ減量・資源の有効活用のため、衣類や雑貨などのリユース品を廉価で販売しています。建物の改修に伴い、あんさんぶる荻窪のエコマーケットは11月30日(日)で閉店します。今後は、リサイクルひろば高井戸のエコマーケットをご利用ください。 ☎NPO法人すぎなみ環境ネットワーク ☎5347-2255

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 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。

(2) 郵便番号・住所 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。

(3) 氏名(フリガナ)

(4) 年齢

(5) 電話番号

1人1枚

※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

■ **杉母連子育て支援講座 ほほえみコンサート**
クラシック音楽・童謡・昔ばなし・お絵かきパフォーマンスなど、赤ちゃんから大人まで楽しめる音楽とお話の演奏会です。

時12月7日(日)午前10時30分～正午 場今川児童館(今川3-3-18) 内出演=音楽とお話の会「レッシュェルン」 対幼児～小学校低学年のお子さんとその保護者、地域で子育て支援活動に携わっている方 定100名(申込順) 費無料申込 問電話で、児童青少年課児童館運営係 ☎3393-4760(月～土曜日、午前9時～午後5時(11月24日を除く)) 他主催=杉並区母親クラブ連絡会

■ **障害者のつくる品物フェア**
障害者就労施設で就労する障害者の作った手作り商品が一堂に集まります。

時12月9日(火)午前11時～午後3時 場区役所1階ロビー 内パン、洋菓子や手作りの雑貨ほか(申込)当日、直接会場へ 問障害者生活支援課就労支援担当

■ **ベルシスターズのはじまるはじまるクリスマス**
時12月14日(日)午後2時～3時 場永福図書館 内演目=「ベルシスターズのハンドベル」「にんぎょうたちのハンドベル」「パネルシアター」ほか 定50名(申込順) 費無料申込 問電話または直接、永福図書館(永福4-25-7 ☎3322-7141) へ

■ **「あの街に桜が咲けば」上映と監督の講演**
3.11で被害を受けた陸前高田市では津波の被害を後世に残すため、津波到達点に桜を植樹しています。災害時、あなたは大切な人を守れますか。

時12月14日(日)午後2時～3時30分 場中央図書館(荻窪3-40-23) 内監督=小川光一 定50名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 問中央図書館 ☎3391-5754

科学館

◇ **プラネタリウム投映「今夜の星空+秋の夜空と天体」**

当日の星空の生解説をします。また、秋の天体についても紹介します。

時11月29日(出)①午前11時②午後2時(各回60分程度) 定各回140名(先着順) 他中高生～大人向き。途中入退場不可。5歳未満はご遠慮ください

◇ **天文の夕べ 観望会**

科学館の望遠鏡で、夜空の星を観察します。雨天・曇天の場合は天文の話をしてします。

時12月13日(出)午後6時～8時 対区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 定140名(先着順)

◇ **天文の夕べ クリスマスコンサート**

プラネタリウムの星空の下、サクソホンで奏でるクリスマスソングや星にまつわる曲をお楽しみください。

時12月20日(出)午後6時30分～8時30分 内出演=Green Ray Saxophone Quartet 対区内在住・在勤・在学の方(中学生以下は保護者同伴) 定120名(先着順) 他午後5時30分から整理券配布。5歳未満はご遠慮ください

◇ **サイエンス・ウィーク(冬)**

時・内・定右表のとおり 対区内在住・在勤・在学の方

— (いずれも) —

場・問科学館(清水3-3-13 ☎3396-4391) 費無料申込当日、直接会場へ 他車での来館不可。エレベーター・エスカレーターはありません

講演・講座

■ **家族介護教室**

◇ **高齢者が元気になるメイクセミナー～いつまでも美しく、メイクで気持ちを前向きに**

時12月4日(休)午後2時～4時 場西荻南区民集会所(西荻南3-5-23) 師ファンケル・橋本靖子 対区内在住・在勤で60歳以上の女性 定20名(申込順) 費無料申込 問電話で、ケア24西荻 ☎3333-4668 へ

◇ **クリスマスコンサート**

時12月6日(出)午前10時～11時 場杉並第二小学校(成田西3-4-1) 師アンサンブル・ジュジュ 対区内在住・在勤の方 定150名(申込順) 費無料申込 問電話で、ケア24成田 ☎5307-3822 へ

◇ **心もからだも癒される～みんなでしよう！タッピングタッチ**

時12月8日(月)午後1時30分～3時 場勤労福祉会館(桃井4-3-2) 師タッピングタッチ協会認定インストラクター 対区内在住の方 定40名(申込順) 費無料申込 問11月25日から電話で、ケア24上荻 ☎5303-6851 へ

◇ **元気をつくる健康体操！～①膝②歩行**

時①12月8日(月)②15日(月)午後1時30分～3時(計2回) 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 師理学療法士・江黒亮介 対区内在住の方 定20名(申込順) 費無料申込 問電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888 へ

◇ **ご存じですか？成年後見制度と地域福祉権利擁護事業**

時12月15日(月)午後2時～4時 場すぎなみ正吉苑(清水2-15-24) 師区社会福祉協議会職員 対区内在住の方 定20名(申込順) 費無料申込 問電話で、ケア24清水 ☎5303-5823 へ

■ **自主グループとの協働企画「カルシウムアップの料理術」**

毎日の食卓にカルシウムが多い食品をプラスして、骨粗しょう症を予防しましょう。

時12月4日(休)午後1時30分～4時 場上井草保健センター(上井草3-8-19) 内骨密度測定と調理実演(試食あり) 師NPO健康食生活サポートチーム代表・江頭きく子 対区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 費無料申込 問電話で、上井草保健センター ☎3394-1212 へ

■ **クリスマスのファミリー食育講座～パパと子どものわくわくクッキングとキラキラママのヨガ**

時12月7日(日)午前9時30分～午後1時 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内献立=ご飯、ローストチキン、サラダ、カップケーキ 師ヨガインストラクター・出口真知子 対おむね4歳～小学校低学年程度のお子さんがある家族 定12家族(申込順) 費保護者2名1組600円。子供1人150円(申込) 問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ 他第2子などの託児あり(事前申込制)

■ **発達障害支援講演会「発達障害と震災」**

奇跡の救出劇が起こった気仙沼の障害児施設の現場から、発達障害児と災害について考えるお話をします。

時12月13日(出)午前10時～午後0時30分 場東京女子大学(善福寺2-6-1) 師気仙沼マザーズホーム

(サイエンス・ウィーク(冬))

| 時間・内容 | 12月26日(金) | 12月27日(土) | 27年1月5日(月) | 1月6日(火) |
|---|----------------------------------|------------|--------------|------------------|
| プラネタリウム(子供向け) 時午前11時～正午 対5歳以上の方 定140名 | 「みみずく探査機 ほうほうの旅」+今夜の星空 | | | |
| 大人講座 時午後1時～3時 対中学生以上の方 定20名 | | マイ温度計を作ろう | 金色に輝く葉脈しおり作り | |
| 科学体験教室 時午後1時～2時30分 対小学4年生以上の方 定30名 | 目のしくみと立体写真 | ロウ細工 | 最後の青写真 | 光のびっくりのぞき箱をつくろう! |
| ジュニア教室 時午後1時～2時30分 対5歳～小学3年生 定40名 | くるくるプレートを作ろう! | パタパタ〇〇を作ろう | これで君もコマ名人! | テープのステンドグラス |
| プラネタリウム(一般向け) 時午後3時15分～4時15分 定140名 | 「ハビタブル・アース～めぐる炭素と消えない海の秘密」+今夜の星空 | | | |
| その他、科学ビデオの上映もあります。時午前10時30分～午後3時30分 定220名 | | | | |

※いずれも先着順です。定員を超えての入場は不可。大人講座・科学体験教室・ジュニア教室は、当日午後0時15分から整理券を配布(参加者本人1人1枚。代理の方には配布不可)。プラネタリウムは5歳未満は入場不可。途中入退場不可。

ホーム長・内海直子 対発達障害児の保護者・関係者 定100名(先着順) 費無料申込当日、直接会場へ 問こども発達センター ☎5317-5661

郷土博物館

◇ **12月の年中行事「ヨウカゾウ」**

今は行われていない、魔よけの行事「ヨウカゾウ(右写真)」について古民家で紹介します。



時12月2日(火)～7日(日) 午前9時～午後5時

◇ **年中行事関連イベント「ミニかごを作ろう！」**

年中行事「ヨウカゾウ」では、魔よけのために家の軒に目かごを立てます。年中行事にちなみ、かわいい小さなかごを作ってみませんか。

時12月7日(日)午後2時～3時30分(時間中随時受け付け) 定30名(先着順)

— (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(申込)当日、直接会場へ

西荻図書館

◇ **DVD上映会「未来へ伝えるメッセージ 杉並ゆかりの文化人・表現の軌跡」～Vol.1 洋画家・佐野ぬい**

上映後には佐野ぬいさん本人のお話もあります。

時12月6日(出)午後2時～3時30分 場西荻図書館 女子美術大学名誉教授・佐野ぬい 定20名(申込順) 費無料(申込)電話または直接、同館へ 他主催=杉並女性団体連絡会

◇ **荻窪南まち歩き「大田黒公園から西田小学校郷土資料展示室まで～戦後の昭和を考えながら」**

西田小学校郷土資料展示室や、昭和の戦前から戦後にかけて使われた家や昭和30年代に建てられた家を見学し、戦後の昭和を見直します。

時12月20日(出)午前10時～午後0時30分 場大田黒公園(荻窪3-33-12。集合)、西田小学校、角川庭園 師郷土博物館学芸員(展示室のみ) 対区内在住・在勤・在学の方 定10名(抽選) 費無料(申込)往復ハガキ(記入例参照)で、12月1日(必着)までに同館へ

— (いずれも) —

問西荻図書館(〒167-0042西荻北2-33-9 ☎3301-1670)

就労支援センター

◇ **杉並区就労支援センター利用説明会～きっかけは、きっとここから!**

時12月1日(月)午前10時～11時30分 場同センター若者就労支援コーナー 統括責任者 対区内在住の方 定10名(申込順)

◇ **就労支援セミナー「応募書類～あなたのプレゼン資料を作りましょう」**

自分らしく働くために大切にしたいものは何か、今までどんな仕事や経験をしてきたかを振り返り、応募書類の作成のポイントを学びます。

時12月11日(休)午後1時30分～4時30分 場伊藤那美 対求職中の方 定20名(申込順)

— (いずれも) —

場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 費無料(申込) 問電話で、就労支援センター ☎3398-1136 へ

