

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

区民意見募集～「杉並区地域エネルギービジョン(案)」	…… 4
区民意見募集～「杉並区一般廃棄物処理基本計画改定案」	…… 5
すぎなみ大人塾	…… 9
オレオレ詐欺にダメされないで①おばあちゃん、落ちついて!	……16
「(仮称)すぎなみまつり」の名称を募集します	……16

## 待機児童対策緊急推進プラン

# 杉並大宙みたけ保育園が 7月1日(月)に開所します

待機児童対策緊急推進プランに基づき、認可保育園「杉並大宙みたけ保育園」が7月1日(月)にオープンします。この施設は社会福祉法人「東の会」が整備し、併設する高齢者施設とともに運営を行います。

施設の概要および園児の募集は以下のとおりです。

——問い合わせは、保育課入園相談係へ。

### ◇施設概要

- 所在地=上高井戸2-12(号数は未定)
- 形態=(協会の会による民設民営)
- 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)
- 定員=96名(右表のとおり)
- 延長保育=午後7時30分まで
- その他=給食あり、職員配置は認可の基準による

〈定員(内訳)〉

0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	計
9名	15名	18名	18名	18名	18名	96名

※年齢基準日は、4月1日です(0歳は9週目以上)。



完成イメージ

## 杉並大宙みたけ保育園の 入園児を募集します

締め切りは  
5月28日午後5時  
(必着)

### ～申し込み方法および注意点～

#### ◇申込用紙の配布・受付場所

保育課入園相談係(区役所東棟3階)、杉並福祉事務所(荻窪=荻窪5-15-13 ☎3398-9104/高円寺=高円寺南2-24-18 ☎5306-2611/高井戸=高井戸東3-26-10 ☎3332-7221)  
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

- ①新規申し込み・転園申し込み(認可保育園に在籍中で転園を希望する方)  
保育園入園申込書または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入園相談係へ簡易書留で郵送(24年12月31日以前に保育園の入園申し込みをした方は、有効期間が切れてしまうため、新規申し込みになります)。
- ②希望保育園の変更  
希望園変更届を、保育課入園相談係へ持参または簡易書留で郵送(25年1月以降に保育園の入園申し込みをしている方で、希望保育園を変更したい方。それ以前に申し込みをした方は、新規の申し込みになります)。

#### ◇申し込み期限

5月28日午後5時(必着)

締め切り間際は窓口が混み合います。  
余裕を持ってお申し込みください。

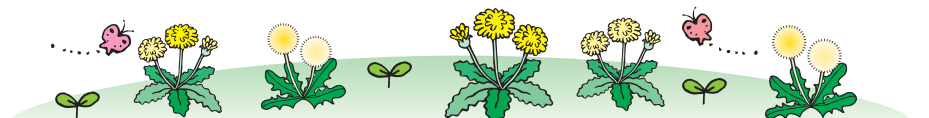
#### ◇注意

- 入園を希望できる保育園は、杉並大宙みたけ保育園を含め5カ所までです。
- 6月入園を希望する方は、第一希望園が杉並大宙みたけ保育園(7月1日開所)であっても、他の希望園に6月入園が決まる場合もあります。
- 内定発表後、辞退などで空きができた場合は、通常の7月入園の選考会議(6月17日ごろの予定)で追加選考を行います。
- 延長保育の申し込み・利用者の決定・延長保育料の徴収は、保育園が行います。入園内定後の手続きとなりますので、面接の際などに直接お問い合わせください。



#### ◇内定発表

内定者にのみ、6月11日(火)ごろに郵送で通知する予定です。



「25年10月から認可保育園の保育料を改定します」は2面をご覧ください

# 25年10月から 認可保育園の保育料を改定します

区では、保育需要の急増に対応するため、保育施設の整備に取り組んできましたが、これに伴って区の経費負担も増加しています。区内の保育定員の約80%を占めている認可保育園の保育料は、平成9年以降改定しておらず、所得税額で区分した最高階層に利用者全体の12%が集中していることなどから、負担の公平性の観点で課題がありました。このため本年10月から、より公平性の高い保育料体系に改定し、併せて多子世帯の利用者負担軽減策を拡充します。ご理解・ご協力をお願いします。 —問い合わせは、保育課へ。

## 認可保育園の保育料改定の概要

### 1. 高所得者層に対応した階層区分・保育料の新設等

●各歳児別の保育料について、現行の最高所得階層D21を細分化し、D22～D24階層を新設するとともに、一定の所得階層から同額となっている3歳児と4歳児以上の保育料を、所得に応じて増額するように改定します。

### 2. 第3子以降の保育料無料化の新規実施

●3人以上のお子さんを同時に認可保育園等(※1)に預けている世帯は、認可保育園に通う第三子(※2)以降のお子さんの保育料を無料とします(延長保育料を除く)。

※1. 認可保育園のほか、認証保育所、区保育室、グループ保育室、東京都等の指導監督基準を満たしたベビーホテル、幼稚園、認定こども園、区立子供園および家庭福祉員。

※2. 認可保育園等に通うお子さんを年齢が高い順に数えて3番目の子。

### 3. 多子世帯の保育料減額制度の充実

●同一世帯に認可外保育施設(※3)に通うお子さんがいる場合は、申請に基づき、認可保育園の保育料を当該世帯の階層から5階層低い階層に保育料を減額します(上記2により無料となるお子さんおよび延長保育料を除く)。

※3. 認証保育所、区保育室、グループ保育室、東京都等の指導監督基準を満たしたベビーホテル、幼稚園、認定こども園、区立子供園および家庭福祉員。

〈認可保育園保育料(改定部分のみ抜粋)〉

単位:円

階層	世帯の前年所得税額	月額保育料		
		3歳未満児	3歳児	4歳児以上
D10	135,900以上169,200未満	29,200 (14,600)	19,500 (9,750)	18,100 (9,050)
D11	169,200以上202,500未満	31,000 (15,500)	20,700 (10,350)	18,200 (9,100)
D12	202,500以上235,900未満	32,500 (16,250)	21,600 (10,800)	18,400 (9,200)
D13	235,900以上269,200未満	34,200 (20,520)	22,600 (13,560)	18,600 (11,160)
D14	269,200以上302,500未満	35,700 (21,420)	22,800 (13,680)	18,800 (11,280)
D15	302,500以上335,900未満	37,200 (22,320)	23,100 (13,860)	19,100 (11,460)
D16	335,900以上369,200未満	38,500 (23,100)	23,500 (14,100)	19,400 (11,640)
D17	369,200以上402,500未満	40,000 (24,000)	23,900 (14,340)	19,800 (11,880)
D18	402,500以上569,200未満	43,400 (30,380)	24,400 (17,080)	20,200 (14,140)
D19	569,200以上735,900未満	48,900 (34,230)	25,000 (17,500)	20,700 (14,490)
D20	735,900以上902,500未満	53,700 (37,590)	25,600 (17,920)	21,200 (14,840)
D21	902,500以上1,200,000未満	57,500 (40,250)	26,300 (18,410)	21,800 (15,260)
D22	1,200,000以上1,600,000未満	61,000 (42,700)	27,100 (18,970)	22,600 (15,820)
D23	1,600,000以上2,000,000未満	64,600 (45,220)	28,000 (19,600)	23,500 (16,450)
D24	2,000,000以上	68,500 (47,950)	29,000 (20,300)	24,500 (17,150)

※網掛け(黒枠)の箇所が今回改定された部分です。( )は2人以上が認可保育園に入園している場合の2人目の保育料です。

認可保育園保育料の改定に併せて、10月から認証保育所等の保育料補助制度および区保育室(直営型)の保育料の見直しを行います。詳細は、6月にお知らせする予定です。

# ご利用ください ひととき保育・つどいの広場

「ひととき保育」と「つどいの広場」で子育ての元気パワーを充電し、子育てを楽しみ感じるひとときを増やしましょう。 —問い合わせは、施設の全般的なことは保育課管理係、利用方法・申し込みは直接、各施設へ。

## ★ひととき保育★

通院やリフレッシュなど、保護者がほっとできる時間を得られるよう、お子さんを短時間保育する施設です。区内に11カ所あります。

●**利用について**=予約が必要です(利用日の1カ月前から受け付け)。原則、月10回まで利用できます。初回のみ、事前に面接が必要です▷**所在地・開所時間・定員など**=下表のとおり●**原則**、区内在住で6カ月～就学前(高井戸・高円寺南は3カ月～、荻窪は8カ月～)の乳幼児園1時間800円(荻窪は600円)。子育て応援券が利用できます●**申込**・**直接**、各施設へ

## ★つどいの広場★

お子さんと保護者が気軽に来て、のんびり遊んだり、情報交換したりできる場です。子育てに役立つ講座や、地域の仲間と出会える催しも企画しています。お気軽にお問い合わせください。

5カ所のひととき保育に併設しています。

●**利用について**=予約は不要です▷**所在地・開所時間など**=下表のとおり●**0歳～就学前の乳幼児と保護者**●**なし**。なお、混雑時は安全のため入室を制限することがあります●**1回100円**●**申込**・**直接**、各施設へ

## ひととき保育(★=つどいの広場併設施設)

(注)表中の定員は、ひととき保育の定員です。各施設とも、スタッフ研修などのため、不定期に休館することがあります。

施設名	所在地・電話番号	開所時間	定員	運営事業者
馬橋★	高円寺南3-31-3 ☎3315-8819	月～土曜日(第1・3・5土曜日を除く)▷ひととき保育=午前9時30分～午後4時30分▷つどいの広場=午前10時～午後3時(第2金曜日は午後0時30分から)	6名	すぎなみ保育ぐるーぷ
上荻★	上荻3-22-13 ☎3395-0135	月～土曜日(第5土曜日を除く。第1水曜日は正午まで)▷ひととき保育=午前9時30分～午後5時▷つどいの広場=午前10時～午後3時(第1・3土曜日は除く)	6名	NPO法人すぎなみ子育てひろばchouchou(シュシュ)
宮前★	宮前5-24-18 ☎3333-5114	月～土曜日(第3火曜日を除く。つどいの広場は金曜日まで)▷ひととき保育=午前9時～午後6時▷つどいの広場=午前10時～午後3時	9名	(株)ニリア・パニー
八成★	井草2-27-13 ☎6915-0233	月～金曜日▷ひととき保育=午前9時～午後4時▷つどいの広場=午前10時～午後3時	8名	NPO法人八成グループ
堀ノ内★	堀ノ内3-17-13 ☎6750-9314	月～金曜日▷ひととき保育=午前9時30分～午後4時▷つどいの広場=午前10時～午後3時	7名	(株)虹旗社(こうきしゃ)
方南	方南1-33-19 ☎6802-4084	月～金曜日、午前9時30分～午後4時	6名	NPO法人ちいきちいき
高井戸※	高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター内 ☎5346-1930	月～土曜日(第3月曜日を除く)、午前9時～午後6時	12名	(株)けいわ会
荻窪	荻窪5-17-8 荻窪北保育園内 ☎3391-5176	月～土曜日、午前9時～午後5時	10名	(株)福和光会
高円寺南	高円寺南4-44-11 高円寺南保育園内 ☎3315-1378	月～土曜日、午前9時～午後6時	10名	(株)けいわ会
阿佐谷	阿佐谷北1-4-2 認証保育所ポピンズナースクール阿佐谷谷内 ☎3338-2107	月～土曜日、午前9時～午後6時	7名	(株)ポピンズ
西荻窪	松庵3-35-15 認証保育所小学館アカデミーにしおぎ駅前保育園内 ☎3335-2801	月～土曜日、午前9時～午後6時	8名	(株)小学館集英社プロダクションHAS総合保育事業部

※高井戸は、保護者の急病などにより子供の保育が必要な場合のための緊急枠(1～5名)があります。また、毎週水曜日に専門の相談員による子育て相談を実施しています(要予約。無料)。



(あっせん品の種類) (単位:円/送料・消費税を含む)

区分	品番号	品名	定価	あっせん価格	
消火器	1	粉末消火器 (1.5kg)	★11,025	6,500	
	2	粉末消火器 (3.0kg)	★19,950	9,500	
	3	強化液消火器 (1.0ℓ)	★オープン価格	8,500	
	4	強化液消火器 (3.0ℓ)	★19,425	10,000	
消火器引き取り※1 (1本につき)	A	購入時の引き取り※2	—	1,000	
	B	引き取りのみ	—	2,000	
警報器	5	火災警報器 煙感知用	オープン価格	3,000	
	6	火災警報器 熱感知用		3,000	
地震対策用品	7401	家具転倒防止器具 (2本1組)	M L - 35 (25~35cm用)	5,670	4,762
	7403		M L - 50 (35~50cm用)		
	7405		M L - 80 (50~80cm用)		
	7407		M L - 110 (80~110cm用)		
	7050	家具転倒防止板 (2本1組)	2,100	1,680	
	7045	タンスガードⅡ (2本1組)	1,575	1,260	
	7037	ガラス飛散防止フィルム	3,465	2,772	
	7039	とびらロック (2組入)	1,470	1,176	
	7342	冷蔵庫ストラップ (2本1組)	3,129	2,503	
	7380	耐震シート薄型テレビ用 (6枚入)	2,625	2,100	
非常食・炊飯用具	2901	缶入ミニクラッカー (24缶入)	6,288	5,040	
	2957	保存用即席乾燥餅セット(あんこ・きなこ・いそべ各3袋)	4,158	3,326	
	2926	アルファー米(乾燥米)セット(白飯・赤飯・山菜おこわ・五目ごはん各2袋)	2,814	2,251	
	2072	おかゆ缶 (10缶入)	2,625	2,100	
	2935	スーパー保存水1.5ℓ (8本入)	2,520	2,016	
	2934	スーパー保存水500ml (24本入)	4,032	3,225	
避難・防災用品	4100	ハイパワー加熱セット	1,155	924	
	7009	ヘルメット (サイズ53~62cm)	4,410	3,528	
	7005	防災キッズメット (サイズ47~56cm)	3,570	2,856	
	7011	防災ずきん (大人用)	4,410	3,528	
	7110	防災ずきん (学童用)	3,643	2,914	
	8007	非常用持出袋	4,620	3,402	
	7280	防じんマスク (10個入)	1,964	1,659	
	6140	サバイバルブランケット (特殊素材で優れた保温効果のシート)	945	756	
	5060	サバイバルホイッスル	462	462	
	6088	洋式便器用簡単トイレセット(受けネット・収便袋10枚)	3,150	2,520	
衛生用品	6097	トイレ用脱臭剤	1,260	1,008	
	6116	簡単トイレ (収便袋20枚スぺア用)	2,730	2,184	
	6118	組立式簡易トイレセット (収便袋10枚・脱臭剤4袋 (12回分)・収納袋付)	5,040	4,032	
	6197	からだふきポディータオル (使い切り12枚入)	714	571	

★消火器は本来の定価にリサイクルシール代500円が加算されています。  
 ※1. リサイクルシール付消火器の引き取りは、引き取り価格から500円引きになります。  
 ※2. 購入本数1本につき1000円です。超えた場合は、1本2000円になります。  
 (1)火災警報器の取り付けは、取り付け場所により料金が異なりますので、各配達地域の業者にお問い合わせください。  
 (2)区や消防署では消火器・火災警報器・防災用品の訪問販売はしていません。

# 防災用品のあっせん

—問い合わせは、防災課へ。

区では、区内の一般家庭を対象に、消火器・火災警報器・防災用品をあっせんしています。

◇あっせん品の種類  
 左表のとおり。見本は防災課(区役所西棟6階)にあります。詳細は、「防災用品あっせんのご案内(町会 防災会などの回覧、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センターなどで配布)」や区ホームページをご覧ください。

◇申し込み・配達・支払い方法  
 代金は、商品と引き換えにお支払いください。

①消火器・火災警報器  
 配達先により業者が異なります。配達地域一覧(下表①)をご覧ください。

◇あっせん期限  
 26年3月31日まで

◇その他防災用品  
 ※その他防災用品は「防災用品あっせんのご案内」に付いている申し込み用ハガキでも申し込み可能です。

ご確認の上、直接各業者へ連絡してください。業者から電話連絡の上、お届けします。

②その他防災用品  
 ハガキ、ファクスまたはEメールに、郵便番号・住所、氏名、電話番号、商品(番号・品名・数量)を書いて、直接業者(下表②)へ。

自治会などの団体で申し込む場合は、事前に電話で業者にご連絡ください。

〈配達地域一覧〉

	業者名	配達地域
①消火器・火災警報器	柘木屋商店 (〒167-0051荻窪4-28-9) ☎3391-6761 FAX3393-0142	井草・上井草・下井草・善福寺・今川・桃井・上荻・本天沼・天沼・荻窪・西荻南
	新山防災 (〒166-0011梅里2-9-9) ☎3313-8731 FAX3313-6100	西荻北・清水・阿佐谷北・阿佐谷南・高円寺北・高円寺南・梅里・成田東・成田西・南荻窪・宮前
	渡辺防災設備 (〒168-0062方南1-51-6) ☎3322-8819 FAX3322-2303	和田・方南・和泉・堀ノ内・松ノ木・大宮・久我山・高井戸西・上高井戸・永福・浜田山・下高井戸・高井戸東・松庵
②その他防災用品	東京都葛飾福祉工場杉並区防災用品あっせん係(〒125-0042葛飾区金町2-8-20) ☎3608-3541 FAX3608-5200 suginami-tkf@tocolo.or.jp	区内全域

民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など					直営施設「杉並区秋川研修室」予約・料金など	
施設名(所在地)	湯の里「杉菜(すぎな)」 (神奈川県足柄下郡湯河原町)	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)	施設	あきる野市五日市 ☎042-596-0693
申し込み先(受付時間)	☎0120-465-002 ☎0465-62-4805 (午前9時~午後8時)	☎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)	料金	宿泊(1泊2日) 1200円(食事の提供は行いません)。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
各施設ともインターネットからも申し込みができます。区ホームページ「生涯学習・余暇活動」からご案内しています。						
宿泊料金(1泊2食付)	平日	大人	区民=7980円~	区民=8505円~	小学生以上=7000円~	対象 区内の団体が、研修の場として利用できる施設です。区内在住・在勤・在学の方が3分の2以上を占める10名以上40名以下の団体が対象です。 ※18歳未満の方が利用する場合は、保護者または監督者の同行が必要です。 申込方法 ①利用希望日の2カ月前の月の1日(1日が休日等の場合は直後の休日でない日)から、電話・窓口で受け付けます。 ②予約後、申請書をお渡し(電話で予約の方には郵送)しますので、必要事項を記入し、利用希望日の2週間前までに区へ提出してください。 ③申請書が区に到着後、区から決定通知書を送付します。決定通知書は、忘れずに現地施設にご持参ください。利用料金等は現地施設でお支払いください。
		子供	区民=5565円~	区民=6300円~	5歳以上=7770円~ ◆冬季割引◆4月30日まで(5歳以上=5985円~)	
	休前日	大人	区民=9030円~	区民=9555円~	小学生以上=8000円~	
		子供	区民=6615円~	区民=7350円~		
夏季	大人	区民=9030円~	区民=9555円~	小学生以上=8900円~	12歳以上130円	
	子供	区民=6615円~	区民=7350円~			
補助	区民(区内在住者)の方は、上記料金に2000円(65歳以上または障害のある方には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)を持参してください。お持ちにならない場合は宿泊補助は適用されません。また、払い戻しはしません。					
ご注意	※1. 申込開始日は宿泊開始日の6カ月前の日からです。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しています。3. 利用人数や季節により料金が変わる場合もあります。4. 予約の変更・取消はキャンセル料がか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月~10月(夏季期間を除く)は利用できない日があります。					
					休館日	毎週月曜日、年末年始、施設点検日
					申込・問 区民生活部管理課(区役所西棟7階)	

## ● 湯の里「杉菜」を平成26年3月で廃止します ●

—問い合わせは、区民生活部管理課へ。

湯の里「杉菜」は、26年3月をもって廃止することになりました。長年のご愛顧に対し、心から感謝申し上げます。  
 なお、25年度は通常どおりご利用いただけますが、区施設としてのご予約は、26年3月分までとなります。  
 施設については、宿泊施設として引き続き営業する意向を有する民間事業者に売却し、26年4月以降も、区民の皆さんが利用できるように準備を

進めていく予定です。(売却後の利用方法や利用料金などは、決まり次第「広報すぎなみ」などでお知らせします。)  
 ※湯の里「杉菜」の廃止・売却に関する経緯等は、区ホームページ(区政資料→報告書・アンケート結果→施設白書等)または区政資料室(区役所西棟2階)の「杉並区民営化宿泊施設あり方検討会報告書」でご覧いただけます。



# 「杉並区地域エネルギービジョン(案)」について

## 区民意見を募集します

区では、区民の暮らしを守り、生活の安全・安心を確保するとともに、住宅都市としての特性を活かした区のエネルギー指針となる「杉並区地域エネルギービジョン(案)」を作成しました。その概要をお知らせするとともに、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆様のご意見を伺います。  
——問い合わせは、環境課地域エネルギー対策担当へ。

### 策定の目的

区として、区民の暮らしの快適性と安全性を確保し、大規模災害が発生した時にエネルギーで困らない地域分散型のエネルギー社会を構築するとともに、省エネ・省資源の更なる推進により、環境にやさしいまちを創造するため、区の地域特性をふまえたエネルギー政策の基本的な方向をまとめるものです。

### ビジョンが描くまちの将来像

「災害につよく快適で環境にやさしいエネルギー創造都市 誰もが、いつでも、安心して快適に暮らせるまち すぎなみ」

### 取組の方向と内容

上記「まちの将来像」を実現するため、以下のとおり取組の方向を示すとともに、方向ごとに個々の取組内容を明示し、特に推進すべき取組について、重点事項として掲げています。

#### 《取組の方向》

- (1)杉並産エネルギーの創出
- (2)スマートコミュニティづくりの推進
- (3)区民への情報提供と自主的な参加促進の仕組みづくり

#### 《重点事項》

- ①災害時の避難・救援拠点における必要最低限のエネルギー確保

- ②木造住宅が集まる地域の建替えに併せた、住宅の省エネ化によるスマートコミュニティのモデルづくり
- ③区民出資型による再生可能エネルギー整備の仕組みづくり

#### 《個別取組》

- ①杉並区の地域特性に合わせた省エネルギー対策のきめ細やかな推進
- ②地域で利用可能な再生可能エネルギーの積極的な利用推進
- ③化石エネルギーの効率的な利用促進
- ④災害時の安定的なエネルギー供給と節電・ピークカット対策の推進

- ⑤杉並清掃工場のごみ焼却発電や廃熱の有効利用の推進
- ⑥「スマートハウス」や「スマートコミュニティ」づくりの先導モデル事業の推進
- ⑦建築物の低炭素化や街区のスマート化のための仕組みづくり
- ⑧公共交通機関や電気自動車等の利用促進
- ⑨新電力の一層の活用
- ⑩区民へのわかりやすい情報提供や啓発の推進
- ⑪区民や地元事業者が自主的に参加でき、恩恵を享受できる事業モデルの仕組みづくり
- ⑫先導的な取り組みに関する情報発信の推進やインセンティブ付与

## ご意見をお寄せください

案の詳細は、区ホームページ（区政資料→杉並区区民等の意見提出手続）のほか、閲覧場所でご覧になれます（各閲覧場所の休業日を除く）。

- ①ハガキ、封書、ファクス、Eメールまたは閲覧場所にある意見用紙に書いて、5月20日（必着）までに環境課地域エネルギー対策担当 FAX3312-2316 ☒kankyotosi-k@city.suginami.lg.jpへ。

- ②ご意見には、住所・氏名（在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在

地、事業者は事業所の名称と所在地、代表者の氏名）を記入してください。

- ③区ホームページの電子掲示板に、ご意見を書き込むこともできます。

- ④いただいた主なご意見の概要とそれに対する区の考え方などは、7月の「広報すぎなみ」などで公表する予定です。

【開設期間】 4月21日(日)～5月20日(月)

【閲覧場所】 環境課地域エネルギー対策担当（区役所西棟7階）、区政資料室（西棟2階）、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館

## 「第二期特定健康診査等実施計画」の策定

区では、国民健康保険の保険者として、第二期（25～29年度）の特定健康診査および特定保健指導の実施計画を次の内容で策定しました。  
——問い合わせは、国保年金課保健事業担当へ。

### 特定健康診査および特定保健指導の目的

特定健康診査の目的は、日本人の死亡原因の上位を占める、心臓病や脳卒中の原因となるメタボリックシンドローム（以下「メタボ」という）を判定することです。このメタボとは、内臓脂肪の蓄積によりホルモンのバランスが崩れ、高血圧、高脂質、高血糖などの異常が起きている状態です。特定保健指導の目的は、専門スタッフ（医師・保健師・栄養士）の支援で、メタボ該当およびメタボ予備群と判定された方の生活習慣の改善や病気の重症化を予防することです。

### 計画の基本方針

第一期計画（20～24年度）期間中に蓄積されたデータの検証を行うとともに、国の「特定健康診査及び特定保健指導の適切かつ有効な実施を図るための指針」に基づき、特定健康診査等の具体的な実施方法に関する事項、成果に関する目標、実施のために必要な事項について定めます。計画の目標値は、下表のとおりとなります。

〈計画の目標〉

	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度
特定健康診査(受診率)	52%	54%	56%	58%	60%
特定保健指導(実施率)	20%	24%	26%	28%	30%
メタボ該当者・予備群の割合	22%	21%	20%	19%	18%

### 取組むべき課題の概要

目標を達成するために、基本方針に沿って、以下の課題別の取り組みを実施します。

#### ①特定健康診査

40、50歳代の受診率および全年齢層を通じて男性の受診率が低い傾向にあります。これらの層の方は予防効果が多く期待できるため、未受診の方に対して、健診の必要性の周知や受診勧奨を行い、受診率の向上を図ります。

#### ②特定保健指導

特定保健指導の実施率の低い原因として、特定健康診査の受診日から保健指導の初回面接までに期間を要することが挙げられます。

初回面接までの期間短縮や電話による保健指導への参加の働きかけなどで、指導率の向上を図ります。

### 閲覧期間・場所

【閲覧期間】 4月21日(日)～5月31日(金)  
(各閲覧場所の休業日を除く)

【閲覧場所】 区ホームページのほか、国保年金課（区役所東棟2階）、保健福祉部管理課（東棟3階）、区政資料室（西棟2階）、杉並保健所健康推進課（荻窪5-20-1）、保健センター、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館



# 「杉並区一般廃棄物処理基本計画改定案」について

## 区民意見を募集します

区では、杉並区基本構想に掲げる、誰もが環境の視点で考え、共に行動する意識と機運が高まり、区民・団体・事業者が環境に関する取組や行動を盛んに行っている「みどり豊かな環境にやさしいまち」を実現するために、杉並区環境清掃審議会からの答申を受けて、「杉並区一般廃棄物処理基本計画」の改定案を作成しました。その概要をお知らせするとともに、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆さんのご意見を伺います。

——問い合わせは、ごみ減量対策課事業計画係へ。

### 計画期間

平成25年度～33年度までの9カ年

### 計画目標

「区民が主体となりごみの減量化に向けて着実に取り組んでいける地域社会の実現」

### 数値目標

- 区民一人1日あたりのごみ排出量=460g  
(年間可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみ÷人口÷365日/23年度は541g)
- 資源回収率=33%  
(資源回収量÷〔区収集ごみ量+資源回収量〕/23年度は26.8%)

### 目標を実現するための主な取組

- 更なるごみの減量  
ごみ全体の約37%を占める生ごみの減量対策の推進や事業系ごみ処理券の貼付の適正化など区民や事業者の排出抑制・発生抑制に向けた取

組を行います。

- 区民・事業者・NPO・区等との協働  
地域の住民と連携した集団回収を推進し、必要な支援を行って、良質な資源を確保し、資源回収量の増加に努めます。

### ●意識向上のための普及啓発と教育の充実

スマートフォン用アプリケーションの開発等も含め、区民が主体的にごみの処理について情報を共有し、発信しあうような仕組みを構築します。

## ご意見をお寄せください

改定案の詳細は、区ホームページ(区政資料→杉並区区民等の意見提出手続)のほか、閲覧場所でご覧になれます(各閲覧場所の休業日を除く)。

①ハガキ、封書、ファクス、Eメールまたは閲覧場所にある意見用紙に書いて、5月20日(必着)までにごみ減量対策課事業計画係 FAX 3312-2306 ☒ gomigen-k@city.suginami.lg.jp へ。

②ご意見には、住所・氏名(在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在地、事業者は事業所の名称と所在地、代表者の氏名)を記入してください。

③区ホームページの電子掲示板に、ご意見を書き込むこともできます。

④いただいた主なご意見の概要とそれに対する区の考え方などは、7月の「広報すぎなみ」などで公表する予定です。

【開設期間】 4月21日(日)～5月20日(月)

### 【閲覧場所】

ごみ減量対策課(区役所西棟7階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館、杉並清掃事務所(成田東5-15-20)、杉並清掃事務所方南支所(方南1-3-4)、杉並清掃事務所高円寺車庫(高円寺南2-36-31)

# 「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7回「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催します

今回は、「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、傍聴は区内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くこともありますので、ご了承ください。

【日時】 5月8日(水)午後7時～9時(6時30分開場)

【場所】 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)

【申し込み】 当日、直接会場へ

【その他】 公共交通機関をご利用ください。第6回までの資料は、東京都都市整備局ホームページ ☎ <http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/kiban/gaikaku/gairo-suginami.htm> と区ホームページに掲載しています





◆◆◆ 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)

【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・週午前10時~午後4時(予約制)▷①就労準備相談(34歳以下)=月~金曜日(臨床心理士による心としごとの相談=第2・4月曜日)②一般就労準備相談(35歳以上)=火曜日/①②とも祝日を除く 費無料申込・問いずれも電話で、就労支援センター☎3398-1136へ

【ハローワークコーナー】

全国のハローワークで受け付けした求人情報を使い、ハローワークのスタッフが職業相談と職業紹介を行っています。職種や勤務地など、希望の求人情報を探ることができます。

費無料申込開館時間内に、直接就労支援センターへ問同センターハローワーク専用☎3398-8619

【生活相談】

生活にお困りの方向けに、福祉事務所の相談員が福祉サービスの相談を行います。

時5月7日(火)・22日(水)午前9時~午後4時 費無料申込当日、直接就労支援センターへ

※以下、具体的な仕事のあっせんは行いません。

◇区内在住・在勤・在学の方向け就労相談

時毎週月曜日(祝日を除く)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・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)へ

◇シニアの就労・創業・地域活動の個別相談

時5月11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 区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 費無料申込・問電話で、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

◇シルバー人材センター個別就労相談

時5月7日(火)・14日(水)・21日(木)午後1時~4時場高齢者活動支援センター(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) 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・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へ

おしえて!!

まちの「とっておき」

杉並「まち」デザイン賞 候補を募集しています

皆さんの回りにある魅力的な景観づくりに貢献している建物や地域活動を推薦してください。皆さんの推薦をもとに選定し、その維持形成に努めている方々を表彰します。

問まちづくり推進課

〈募集期限〉7月31日(必着)

〈募集対象〉区内の現存する建物(住宅や店舗など)、工作物(看板・さく・ベンチ・植込み・外壁など)、地域活動(まちなみを魅力的に演出している団体など)。

〈応募方法〉ハガキ、電話、ファクスまたはEメールに①建物などの名称や団体名②所在地③簡単にまとめた推薦理由④推薦者の住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、まちづくり推進課FAX3312-2907 問matidukuri-k@city.suginami.lg.jpへ。

〈発表〉11月ごろ「広報すぎなみ」などで発表する予定です。

杉並区就労支援センター **すきJOB** だより

★3月の進路・就職決定者の声

10代女性

就職の不安を抱えて、センターを利用しました。自分にあった職種を見つけるためのサポートや心の相談を受け、就活を前向きに考えることができました。特に面接練習は一つひとつ教えてもらったので、自信をもって臨むことができ、難関の職業訓練保育士養成科にも合格できました。

40代男性

杉並区周辺で再就職を希望していたため、センターを利用しました。スタッフに支えられ、就職することができました。就活は、自分磨きの場と捉え活動することで必ず道は開けると思っています。

3月末日までに、25名の方の就職が決まりました。就職へのきっかけはきっと就労支援センターから始まります。

問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)

6月の 休日パパママ学級

時6月9日(日)午前・午後、29日(出)午前・午後(いずれも半日、同内容)※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) 問もく浴実習、パパの妊婦体験、お産に向けての話など 師助産師ほか 区内在住で、開催日現在妊娠22週以上37週未満の初産のカップル 問各24組 費無料 ①結果は5月22日ごろに通知します ②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します

【申し込み・問い合わせ】

往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・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、5月15日(必着)までに子育て支援課休日パパママ学級担当(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へ

※保健センターでは、平日に母親学級とパパママ学級を開催しています。日程は下表の「5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。

◆5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)	ものわずれ相談(予約制)	心の健康相談(予約制)
荻窪(荻窪5-20-1) ☎3391-0015	23日(木) 午前9時15分~10時15分	8日(水)・15日(水)・22日(水)	27日(月) 午後1時30分~4時	22日(水)午後1時30分 ★4月23日から電話で申し込み(30名.申込順)	午前 10日(金) 24日(金) 午後 16日(水) 30日(木)	10日(金) 午前9時~10時30分	27日(月) 午後1時30分~	10日(金) 午前9時30分~15日(水) 午後1時30分~
高井戸(高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	13日(月) 午前9時15分~10時	8日(水)・15日(水)・22日(水)	5月は ありません	15日(水) 午前10時30分~午後0時30分	午前 13日(月) 27日(月) 午後 10日(金) 24日(金)	9日(木) 午前9時~10時30分	14日(水) 午後1時30分~	1日(水)・21日(火) 午後1時30分~ 27日(月) 午前9時30分~
高円寺(高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	23日(木) 午前9時30分~10時15分	5月は ありません	5月は ありません	5月は ありません	午前 7日(火) 14日(火) 午後 2日(木) 16日(木)	14日(水) 午前9時~10時30分	17日(金) 午前9時30分~24日(金) 午前9時~	9日(木)・10日(金) 午後1時30分~
上井草(上井草3-8-19) ☎3394-1212	22日(水) 午前9時~10時	9日(水)・16日(水)・23日(水)	30日(木) 午後1時30分~4時	28日(火) 午前10時30分~午後0時30分	午前 9日(木) 22日(水) 午後 8日(水)	14日(水) 午前9時~10時30分	23日(木) 午前9時30分~	1日(水) 午後2時~
和泉(和泉4-50-6) ☎3313-9331	24日(金) 午前9時15分~10時15分	7日(火)・14日(火)・21日(火)	28日(火) 午後1時30分~4時	16日(木) 午後1時30分~3時30分	午前 22日(水) 午後 13日(月)	23日(木) 午前9時~10時30分	16日(木) 午後1時30分~	10日(金) 午前9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保健福祉部管理課地域福祉係(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

問11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3-34-1 ☎3339-3103)へ



# 区からの お知らせ

## 採用情報

### SUGINAMI INFORMATION

### 特別区立幼稚園職員

#### ①教員採用候補者

●特別区の区立幼稚園(大田区を除く)▽資格Ⅱ幼稚園教諭普通免許状を有する方または26年4月1日までの取得見込者で昭和54年4月2日以降に生まれた方▽受付期間①郵送Ⅱ5月1日(消印有効)②持参Ⅱ5月7日(火)・8日(水)いずれも特別区人事・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へ▽申込書の配布場所Ⅱ同担当

また23区の教育委員会事務局(他)第1次選考(筆記試験)は7月7日(日)です

●内 臨時任用教員(幼稚園)▽勤務場所Ⅱ特別区の区立幼稚園

園(大田区を除く)▽資格Ⅱ次の①③全てに該当する方①幼稚園教諭普通免許状を有する②国公立幼稚園の正規任用教員(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③昭和28年4月2日以降に生まれた▽選考Ⅱ書類・面接選考(面接は新規募集者と区立幼稚園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)④6月3日(月)・4日(火)に申込書を、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へ本人が持参。更新する方で過去5年に応募職種の勤務実績がある方のみ郵送可(5月24日の消印有効)▽申込書の配布場所Ⅱ同担当または23区の教育委員会事務局

●内 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(〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館17階)①は☎5210-9458②は☎5210-9458

●内 いじめ電話相談業務▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

## 中国で鳥インフルエンザの患者が発生しています

4月上旬から、中国各地で、鳥インフルエンザ(H7N9)の患者が発生しています。杉並区では、専用相談ダイヤルを開設するとともに、今後も最新の情報を収集し、お知らせしていきます。

今回の鳥インフルエンザA(H7N9)は、通常、鳥の間で流行するインフルエンザウイルスA(H7)が変異し、哺乳類の細胞に感染して体内で増殖することが容易になったため鳥から人へと感染するようになったと推測されています。

現在このウイルス感染がヒトからヒトへと広がっているという証拠や国内に入ってきているという情報はありません(4月17日現在)。

【鳥インフルエンザに関する相談・問い合わせ】  
発生国から帰国した方や発熱の症状などがある方の相談は専門職員が対応します。  
●杉並保健所保健予防課インフルエンザ相談ダイヤル ☎3391-1299 (平日午前8時30分～午後8時)  
●急病医療情報センター(上記以外の時間帯) ☎3423-9909

## 求人情報サイト「すぎなみワークインフォメーション」をご利用ください

「すぎなみワークインフォメーション」に掲載する区内事業所の求人情報を募集しています。

今後、区では、区内事業所のPRや求人開拓に取り組んでいきます。求人等を考えている事業所の方は就労支援担当にお問い合わせください。

★求人情報(正社員・パート等)▷事業者の方=区内に本社や支店・営業所がある企業・団体・個人事業者は無料で直接求人情報を掲載できますのでご利用ください▷求職中の方=区内事業所の求人情報(正社員・パート等)がご覧になれます

★内職情報▷事業者の方=内職の求人情報を無料で掲載しています。掲載を希望する場合は就労支援担当にお問い合わせください▷求職中の方=区内事業所での内職情報を掲載しています。ホームページをご覧にならない方は、就労支援担当にお問い合わせください

☎就労支援担当 ☎5347-9187

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

●内 高年齢者に関する総合相談・介護予防プランの作成など▽勤務期間Ⅱ6月1日(土)26年3月31日(日)勤務日時Ⅱ月16日勤務(週4日)午前10時30分～午後7時15分▽勤務場所Ⅱ済美教育センター▽資格Ⅱ社会福祉士もしくは臨床心理士の資格がある方、またはいじめ相談に意欲・経験がある方▽募集人数Ⅱ1名▽報酬Ⅱ日額1万2700円▽その他Ⅱ社会保険加入(履歴書に志望動機も書いて、5月8日(必着)までに、済美教育センター管理係(〒166-0013堀ノ内2-5-26)へ郵送または持参)同係 ☎3311-0023(他)①書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません



## 知ってください「ヘルプカード」

「ヘルプカード」は、障害者など支援を必要とする方が、日常生活や緊急時に困った際に、周囲に配慮や手助けをお願いするためのカードです。

区では、今回、地域のたすけあいネットワークに登録、かつ、障害者手帳をお持ちの方と障害者施設に通所されている方を対象に「ヘルプカード」を配布しました。これから、多くの方に「ヘルプカード」を知っていただき、障害のある方が「ヘルプカード」の提示をしたり、困っているような場合には、記載されている内容にそって支援をお願いします。

☎障害者生活支援課



▲「ヘルプカード」を見たら支援をお願いします

## 「すぎなみ景観ある区マップ 荻窪北・下井草編」ができました

荻窪駅と阿佐ヶ谷駅から、練馬区との区境までをめぐる散策地図ができました。

「荻窪南編」「阿佐谷・高円寺編」と合わせて、まち歩きを楽しんでください。

▷配布場所＝まちづくり推進課(区役所西棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館、地域区民センター、保健センター、郷土博物館・分館

☎まちづくり推進課景観係



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。

## ゴールデンウィークにおすすめ 荻窪文学散歩

「子らの衣 皆あたらしく美しき皐月 一日 花あやめ咲く」

与謝野晶子が、歌人として活動しながら育児に励んでいたころに詠んだ歌です。子どもたちも草花もいきいきと育つ、爽やかな五月の雰囲気が伝わってきます。

今年も、杉並の街や公園で、八重桜やつつじなど色鮮やかな花々が目を楽しませてくれる季節がやってきました。自然と触れ合いながら、身近な文学散歩に出かけてみませんか？ 荻窪駅から徒歩で行ける施設を紹介します。

まずは、1年前に開園した与謝野公園。与謝野晶子・鉄幹夫妻が晩年を過ごした住居跡を整備して造られた公園で、二人が好んだ樹木が植栽されています。また、14基の歌碑が建立されており、冒頭で紹介した晶子の歌もその一つ。公園

に程近い与謝野晶子サロンでは、歌碑案内や夫妻ゆかりの品々が展示されています。

角川庭園・幻戯山房「すぎなみ詩歌館」でも詩歌と親しむことができます。こちらは、角川書店の創立者・角川源義氏の旧邸宅。書斎風の展示室があり、氏の直筆の短冊などが飾られています。広い庭には、俳句の季語となる樹木が数多く植えられているので、自作の句を詠んでみるのも一興。

荻窪にはこのほか、作家や詩人のモニュメントが飾られている読書の森

公園、文学音楽評論家の大田黒元雄氏の屋敷跡地に作られた大田黒公園などがあります。詳しい情報は、ウェブサイトすぎなみ学倶楽部の「駅別まち自慢」コーナーをご覧ください。区内のほかの地域の紹介も充実しています。(西)



ウェブサイトもあるよ!

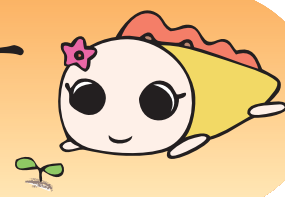
すぎなみ学

検索

☎産業振興センター産業観光係

# 5月は杉並区 春の自殺予防月間 です

～命はぐくむ杉並をめざして～



我が国の自殺者数は、平成10年以降、14年連続して3万人を超えています。昨年15年ぶりに3万人を切りましたが、依然として予断を許さない状況が続いています。杉並区でも毎年100人前後の方が、自殺で亡くなっています。

社会全体で取り組むことで、自殺は防ぐことができます。あなた自身とあなたの大切な人を守るために、区では引き続き、5月に自殺予防の普及啓発を強化します。

——問い合わせは、杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355 または保健予防課 ☎3391-1025 へ。

### ◇講演会「介護にまつわる自殺予防について」

高齢者等の介護を通しての自殺の問題について、一緒に考えましょう。

☎5月11日(土)午後2時～4時 産業界商工会館(阿佐谷南3-2-19) 国立教大名誉教授・福山清蔵 介護者および支援者 ☎150名(申込順) 費無料(申込) 電話またはファクス(15面記入例参照)で、杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355 FAX3391-1377 または杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 へ ☎ファクスでの受け付けは、参加いただけない場合のみ連絡します

### ◇ヘレン・ケラーの真実

～人に尽くすことで、絶望は希望に変わる～

「奇跡の人」の物語では語り尽くせない、ヘレン・ケラーの魂の真実についてお話しします。

☎5月25日(土)午後2時～3時30分 西荻図書館(西荻北2-33-9) 日本子ども学会事務局長・木下真 ☎30名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ ☎西荻図書館 ☎3301-1670

### ◇うつ病講座(あなたの悩みを軽くする講座です)

①「こころのスキルアップ・認知行動療法～こころが軽くなるコツを身につけよう!」

☎5月15日(水)午後2時～4時 国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター長 大野裕 ☎90名(申込順)

②「社会制度・資源を活用しよう～社会復帰へのステップを知ろう」

☎5月30日(木)午後2時～4時 東京都立中部総合精神保健福祉センター作業療法課長・菅原誠、ハローワーク新宿サポーター・有賀めぐみ、菓立ち会・シンフォニー 長門大介 ☎50名(申込順) —(いずれも)—

☎高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 費無料(申込) ☎電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ

### ◇図書館の展示「生きるための本」

図書館(中央、永福、柿木、高円寺、宮前、成田、西荻、阿佐谷、下井草、高井戸、方南、今川)で、自殺予防に関する図書を展開します。期間・テーマは、各図書館へお問い合わせください。

## 自殺予防相談強化月間～一人で悩まず、ご相談を(いずれも相談は無料です。○は区の施設です)

◆東京都自殺相談ダイヤル こころといのちのほっとライン ☎0570-087478 (午後2時～翌午前5時30分・年中無休)

◆東京いのちの電話 ☎3264-4343 (24時間・年中無休)

◆東京自殺防止センター ☎5286-9090 (午後8時～翌午前6時〈火曜日は午後5時～翌午前6時〉・年中無休)

◆うつ病やアルコール依存など心の健康相談～「うつかも?」と思ったら早めにご相談を! ☎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) / 東京都立中部総合精神保健福祉センター ☎3302-7711

◆多重債務110番 ☎消費者センター相談専用電話 ☎3398-3121

◆子どもや家庭の相談 ☎子ども家庭支援センター「ゆうライン」相談

専用電話 ☎5929-1901

◆学校生活の相談 ☎特別支援教育課相談専用電話 ☎3317-1190

◆生活やDVの相談 「働けず生活費がない」など生活に困ったら ☎各福祉事務所での生活相談(荻窪 ☎3398-9104/高円寺 ☎5306-2611/高井戸 ☎3332-7221)、○男女平等推進センター相談室 ☎3393-4713

◆高齢者の生活相談 ☎地域包括支援センター(ケア24〈20カ所〉)

◆犯罪被害にあわれた方の相談 ☎犯罪被害者総合支援窓口相談専用電話 ☎5307-0620

◆法律相談 ☎区政相談課専門相談予約専用電話 ☎5307-0617 (予約制) または法テラス・サポートダイヤル ☎0570-078374 (法制度、相談機関の紹介)



# すぎなみ大人塾

自分をふりかえり、社会とのつながりをみつける大人の放課後

すぎなみ大人塾とは：

「すぎなみ大人塾」は、自分の可能性に気づき、ネットワークを深め、みんなで新しい地域づくりをしようという「放課後」的に自由な発想を育む場です。

●大人塾&すぎなみ地域大学共同講演会

「つながりを育む雑談力」  
関係を円滑にする上で、欠かせない「雑談力」。雑談がうまくなるコツをはじめ、地域や社会でコミュニケーションを育むヒントについてお話しします。



▲齋藤孝

り起こしてみませんか。

時・場・内左表のとおり  
区内在住・在勤・在学の方  
各コース30名(抽選) 費無料  
—(いずれも)—  
申電話、ファクスまたはEメール(15面記入例参照)に「コース名」または「講演会のみ参加」も書いて、5月7日までに社会教育センターへ  
3317-6621 (平日午前8時30分～午後5時) FAX 3317-6622  
O shakyo-city.sugina.ni.jp  
E 同センターへ  
お問い合わせ(事前申込制)

〈月曜・地域コミュニティコース(前期)〉  
毎月曜日午前10時～正午 セッション杉並ほか

だがしや楽校(がっこう)を開こう！ ～「自分みせ」からつながり広がる地域と出会い～	
コース学習支援者	東北芸術工科大学教授・松田道雄 (補助者=学校地域コーディネーター・谷原博子)
月日	内容
5月18日(出)	大人塾&地域大学共同講演会 「つながりを育む雑談力」
6月10日	準備 コースガイダンスと自己紹介 「だがしや楽校」ってなに？ この仲間で「だがしや楽校を開きましょう」 持ち寄り・分けっこ談義 分かち合いの体験学習
17日	
7月1日	お茶の間「だがしや楽校」 「自分みせ」の室内体験
22日	活動 「だがしや楽校」を地域で開こう 日曜日に地域へ出て、現地交渉・チラシづくり・広報など、だがしや楽校を開く準備と実施後のふりかえりをします。
8月5日	
26日	発展 あなたも随想家、活動を書き綴る 活動から得たことを考え深める 次は、いつ・どのように開こうか？ 今後の自発的活動を展望する まとめと私のこれから 講座のまとめと自主的活動へのエール
9月2日	
30日	
10月7日	講座のまとめと自主的活動へのエール

後期講座＝「だがしや楽校を開こう！」永福町方面で開催予定

〈土曜・パーソナルデザインコース(前期)〉  
毎月土曜日午前10時～午後0時30分 セッション杉並ほか

土曜の朝は、哲学しよう！ ～自分の生き方を共に探る場づくり学～ 20～40歳代のあなたに	
コース学習支援者	(株)エンパブリック・広石拓司 (コースアドバイザー=高崎経済大学准教授・國分功一郎)
月日	内容
5月18日(出)	大人塾&地域大学共同講演会 「つながりを育む雑談力」
5月25日	哲学的思考への導入 哲学する対話！自分への違和感から対話が始まる 哲学する問いをつくりだす方法 対話の基礎/ファシリテーションを学ぶ
6月8日	
22日	
7月6日	対話体験 哲学する対話をやってみる①・② (例)「良い嘘と悪い嘘ってなに？」のお題で語り合う
20日	
8月3日	対話を仕掛ける 哲学(△△)対話のお題を考える 哲学(△△)対話の準備をする
31日	
9月7日	実践！哲学(△△)対話
9月28日	ふりかえり！得たこと・これからの残された課題

後期講座＝別のテーマを予定

●月曜コース・土曜コース  
参加者を募集します  
普段の生活からちょっと一歩踏み出して、自分の可能性を掘

申電話、ファクスまたはEメール(15面記入例参照)に「コース名」または「講演会のみ参加」も書いて、5月7日までに社会教育センターへ  
3317-6621 (平日午前8時30分～午後5時) FAX 3317-6622  
O shakyo-city.sugina.ni.jp  
E 同センターへ  
お問い合わせ(事前申込制)

## ★各コースの紹介★

◇だがしや楽校(がっこう)を開こう！  
このコースでは、「だがしや楽校※」を自分たちの地域で体験することで、各人の生きがい、地域の再発見、かつての地域社会のよさを今に活かすことなどを学び深めていきます。さらに、関心に応じてゆるやかに区内外の人と「だがしや楽校」を通じた、新たな「私の関心コミュニティ」が形づくられていくことも支援していきます。  
皆さんも「地域に暮らす他者とのつながり・思いやりを育む、自分の生きがい探求」という課題を遠くに眺めつつ、講座に一歩足を運んでみませんか？  
※だがしや楽校とは、自分の趣味や特技などの持ち味を「自分みせ(店・見せ)」として披露するユニークな地域活動の総称です。

◇土曜の朝は、哲学しよう！  
複雑化し、変化が激しく、かつ価値観が多様化しているこの社会で、私たちは仕事や生活のなかで「生きる軸」を見失いがちです。「自分らしさとは何なのか」「何を選べばいいのか」…そんなサマヨイがちな心に「考える方法」を持たせたい。そんな時に思い起こすのは「哲学」ということかもしれません。  
本コースは、哲学を詳しく知ることが目的ではありません。哲学で考えられてきた「お題」について受講生相互が対話する中で、自分に気づき、生き方が見つかっていく。そうした哲学する対話の場づくりを重視し、自らも対話の場を作れるようになることも目指します。さあ、哲学実践を通して学び、「哲学する場」を広げましょう！

# 大人塾まつり 2013 ふらっと寄って 思わぬ発見 大人のまつり

**5月11日(土) 午前10時～午後4時**

【場 所】セッション杉並(梅里1-22-32)  
【申し込み】当日、直接会場へ  
【問い合わせ】社会教育センター ☎3317-6621

楽しさいっぱい、夢いっぱい！  
今年も「大人塾まつり2013」の開催です！  
区の社会教育活動で学んだ仲間たちが、活動の成果と情報発信をする場です。区内で大人気のパン屋さんをはじめ、お弁当、ドーナツなどカフェスタイルでおもてなしします。  
野菜の販売、ワークショップ、展示販売なども行います。  
主催＝大人塾まつり実行委員会



▲昨年の様子

会場	催し
中庭	＜飲食・食べ物販売＞パン屋さんがいっぱい！ ふれあい屋台カフェ「ジミーズ・パラダイス」/クッキー・ケーキのけやき亭/阿佐谷レトルトカレー/トン汁「タテノ食堂」/自家製天然酵母のパン「魔法陣」/ゆるベジな料理や/ピンクリボンカフェ、フルーツティー・ドーナツ販売/パン工房PukuPuku/手作りお弁当「アミーカ」/すだち喫茶&ベーカリー/アーネカフェ&ジージョベーカリー/ジャム・クラッカー販売 ＜他の楽しみ＞ 書道パフォーマンス/だがしや楽校(アクリルたわし作り)/ (和) ころも裁縫室/もったいない工作/自殺・うつ病予防法/五日市すぎなみ村・野菜、花鉢の販売/カイロ作りワークショップ/紙芝居/オリジナル傘を作ろう！
展示室	東洋医学・健康ひろば(つぼを学ぶ)/バルーンアートワークショップ/ろうそくの販売/GALLERY工 with/フローチ・レターの展示販売/糸むすびin杉並COC/こけし形ストラップ作り/チャイルド・ウェスタンライブ/図画工作室太陽のいろ
集会室	群読「ぼっぼや」/にぎやかな沈黙/コラージュワークショップ/杉並の野鳥を知ろう/平家琵琶演奏/ブラックシアター/高円寺中央・民生委員コーラスと活動紹介



# スポーツ・健康

- 病気予防の為の気功／梅里中央公園気功の会 時木曜日午前10時30分～11時30分場梅里中央公園費年1000円 岡工藤 ☎・FAX3315-3118
- 太極拳(陳式扇など)／大宮前剣(つるぎ)同好会 時第1・3木曜日午前11時～午後1時場荻窪体育館ほか費月500円 岡安木(やすぎ) ☎・FAX5932-7684
- 太極拳／太極拳好日会(ハオリーカイ) 時月曜日午前11時～午後1時場主に荻窪体育館費入会金2000円、月3000円 岡真野(まの) ☎3382-9614、✉mano-m@wave.plala.or.jp
- 太極拳(女性講師は中国武術7段)／朱雀の会 時第2・4月曜日午後2時～4時場主に高井戸地区費入会金2000円、月2000円 岡池上 ☎・FAX3311-5204
- 太極拳／太極の会 時月曜日午後3時～5時場荻窪体育館費入会金1000円、月2500円 岡山本 ☎3391-1876
- 太極拳／荻窪太極拳クラブ 時第2・4木曜日午後1時～3時場荻窪体育館ほか費月1000円 岡伊藤 ☎3392-0326
- 自彊術(じきょうじゅつ)体操 時水・木曜日午前10時～11時30分場マイタウン集会所(阿佐谷南3丁目)費入会金2000円、月3000円 岡宮 ☎3393-0292
- ストレッチ体操／健康体操3日(サンビー) 時木曜日午後1時30分～3時(月2、3回)場西荻地区区民センター費月2000円 岡中兼(なかがね) ☎・FAX3395-1443
- 健康体操(指導力抜群)／気功くじゃくの会 時第2・4月曜日午後7時～9時場永福和泉地区区民センター費入会金1500円、月1500円 岡西村 ☎・FAX3328-5064
- 健康体操／自彊術東一会(じきょうじゅつとういちかい) 時水曜日午後2時～3時30分場東一会館(成田東4丁目)費入会金2000円、月2500円 岡川村 ☎5397-9894、FAX5397-9643
- やさしいエアロビ体操／リズムの会 時火曜日午前9時15分～11時場上井草スポーツセンター費入会金1000円、月1000円 岡藤田 ☎090-2664-9657
- 英語で体操／ムーブの会 時金曜日午前11時(1時間弱)場西荻地区区民センター費1回1000円 岡三浦 ☎・FAX5311-9837
- 若返りヨガ／バラの会 時第1・3火曜日午前10時30分～11時30分場ゆうゆう堀ノ内松ノ木館費月2000円 岡森田 ☎・FAX3311-2559
- 産後ヨガ、親子ヨガ／リラート 時月・木曜日午前10時～11時場和田堀会館ほか費1回1000円 岡笹間(さ

- さま) ☎090-2525-9082
- やさしいヨガストレッチ 時水曜日午後1時30分～3時(月3回)場浜田山会議室ほか費月3000円 岡河野(かわの) ☎5346-1248
- ヨガ／リラックス・ヨーガ荻窪 時第4日曜日①午後2時～3時30分②4時30分～6時30分場主に阿佐谷地域区民センター費①1300円②1500円 岡小松 ☎・FAX3392-1902
- 健康ヨーガ(中高年初心者歓迎)／やすらぎ会 時火曜日午後1時～3時場荻窪体育館ほか費入会金500円、月3000円(体験1回800円) 岡仁科(にしな) ☎3336-5936
- ヨガ／杉の子会 時土曜日午前9時～11時(月3、4回)場荻窪体育館費入会金1000円、月2400円 岡鈴木 ☎・FAX3314-4892
- リラックスヨガ(身体の固い人も歓迎) 時木・日曜日午後1時～2時30分(月2回)場高円寺北区民集会所ほか費1回1000円(初回のみ500円) 岡そくら ☎080-1140-0129、FAX3247-0327
- フラダンス／イリマグループ 時第2～4木曜日午前10時30分～午後0時30分(月3回)場松ノ木2丁目第3集会室費入会金2000円、月4000円 岡松本 ☎・FAX3317-8922
- フラダンス／アロハフラ永福 時火曜日午後7時30分～8時45分(月4回)場永福和泉地区区民センター費入会金2000円、月3500円 岡早船(はやふね) ☎3324-0030
- 社交ダンス／さくら会 時水曜日午後6時30分～8時30分場高井戸地区区民センター費入会金1000円、月3500円 岡照井(てるい) ☎080-3551-7198
- 社交ダンス／赤いバラ 時土曜日午後2時30分～4時30分場主に八成区民集会所費入会金1000円、月5000円 岡大井 ☎・FAX3390-6285
- タヒチアンダンス(初心者歓迎)／高井戸タヒチアンクラブ 時月曜日午前9時30分～正午(月2回程度)場高井戸会議室ほか費1回2000円 岡大塚 ☎090-5532-0549
- サルサとズンバ／ハッピー世界のダンス会 時土曜日午後3時～4時(月2回)場阿佐谷地区区民センター費月1000円 岡星野 ☎090-6533-6193(午後3時以降)
- アルゼンチンタンゴ／ピエントボルテニオ 時金曜日午後3時～4時(月2回)場阿佐谷地区区民センター費1時間1000円 岡上堀(かみほり) ☎080-5694-4676
- 水泳(健康な成人の男女)／杉並フレンズスイムクラブ 時水曜日午後1時～3時場高井戸温水プール費年2000円(保険料含む)、月4000円 岡寺尾 ☎090-1815-2264

- 水泳／チームジャンプ 時月曜日午後7時～9時場上井草スポーツセンター費1回1000円程度 岡岡崎 ☎3394-5269
- ジュニア水泳／オルカスイムクラブ 時火曜日午後3時～5時場高井戸温水プール費入会金1000円、月4000円 岡岡田 ☎090-1737-2356
- ジュニア水泳／ポケットクラブ 時水曜日午後5時～7時場高井戸温水プール費年1500円(保険料含む)、月4000円 岡小林 ☎090-6566-8336
- 子供水泳／マンボークラブ 時金曜日午後5時～7時(月2～4回)場高井戸温水プール費入会金2000円、月3000円 岡小栗(おぐり) ☎・FAX5930-2340
- 硬式テニス中上級以上者／スマートテニス 時土・日曜日・祝日ほか場区内コートほか費月2000～4000円 岡小山田 ☎3304-7529
- 弓道(初心者)／大宮八幡宮振武(しんぶ)会 時6月、11月の土・日曜日午前(各月8回)場大宮八幡宮振武殿弓道場費月5000円 岡橋本 ☎090-7733-5887
- 空手／日本空手道順道会 時月・土曜日午後6時30分～8時ほか場堀之内小学校ほか費月2000円 岡小林 ☎080-5477-9257
- 野球(シルバーチーム)／フォーティズ 時日曜日(月1、2回)場松ノ木中学校ほか費年1万円 岡桑原(くわはら) ☎3313-4618
- 選層野球／杉並アメニティー・シニアーズ 時土曜日(2～4時間)場区内野球場費入会金3000円、年1万8000円 岡木原 ☎・FAX3337-9797
- バスケットボール(初心者、中年向け)／中年バスケット部 時第1火曜日午後6時～9時場荻窪周辺の体育施設ほか費1回300～500円程度(会場費) 岡鈴木 ☎6915-1645
- 剣道／西荻尚武会 時水曜日午後6時30分～8時、日曜日午前9時30分～正午頃場主に高井戸第四小学校費入会金1000円、年1万8000円 岡篤海(おしうみ) ☎080-3095-0981
- ソフトボール／ミッツ 時日曜日午後1時～5時(月1、2回)場和泉中学校ほか費月250円 岡星 ☎080-3121-9549
- 日帰りハイキングから縦走まで／ワングル同友会 時例会＝第4水曜日午後7時～9時場阿佐谷地区区民センター費入会金1000円、月500円 岡山田 ☎080-5210-4588
- 登山・ハイキング／杉並山の会 時例会＝最終水曜日午後7時～9時場主に阿佐谷地区区民センター費入会金500円、年会費8400円 岡山田 ☎090-5393-0213

## 「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ぬので、「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)

## 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。

### ◆区内3カ所(定点測定)

岡環境課放射能対策担当

単位：マイクロ・シーベルト/h

施設名	測定日	測定場所	測定高さ(1m)
杉並区役所 (阿佐谷南1-15-1)	4月9日	区役所	0.08
	4月16日	青梅街道側	0.07
杉並保健所 (荻窪5-20-1)	4月9日	保健所前	0.06
	4月16日	駐車場西側	0.06
衛生試験所 (高井戸東3-20-3)	4月9日	試験所玄関前	0.08
	4月16日	駐車場	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。

### ◆区立小中学校・ 保育園等の給食食材

岡学務課、保育課

4月15日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計939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。

## 区制施行80周年記念番組 をご覧ください

杉並区の誕生から80年を記念して昨年製作した記念番組「80年の歩み つなげよう、未来へ」が、放映されます。

### 【放映日時】

4月28日(日)午前9時30分～9時45分

### 【放送局】

TOKYO MX  
(デジタル9チャンネル)

※この記念番組は、区ホームページの動画コーナーでもご覧になれます。



岡広報課



# 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

- ベテラン外国人教師との英会話(中級) / JOKER (ジョーカー) 時第1・3水曜日午後2時~3時30分 場久我山会館 費月6000円 岡倉田 ☎070-5584-0324
- 日英両教師からの英会話 / 杉英会 時第1・3月曜日午前1時~1時30分 場荻窪地域区民センター 費月4000円 岡田 ☎3394-8676
- 日常用語の中国語会話(初級) / 香山会 時土曜日午前10時~正午(月3回程度) 場阿佐谷地域区民センター 費月3500円 岡石田 ☎3310-3243
- イタリア語会話初級(イタリア人講師) / イタリアーナ 時水曜日午後3時~4時30分 場主にあんさんぶる荻窪 費月6000円 岡小美濃 ☎090-3219-9308
- イタリア語(近・半過去既学習者) / アヴァンティ 時木曜日午前10時~11時45分(月3回) 場主に阿佐谷地域区民センター 費月3500円 岡高野 ☎090-1259-1186
- 台湾講師による中国語 / 若葉会 時第2・4土曜日午前10時~正午 場杉並会館 費月3000円 岡真光(さねみつ) ☎3399-5641、斎藤 ☎3390-5481
- 中国語学習 / 好栄(こうえい)会 時第1・2・4土曜日午前9時30分~11時30分 場高井戸地域区民センター 費月3000円 岡鈴木 ☎5303-1508
- 50~60代初心者英会話 / 楽しく友達を作る英会話 時金曜日午後3時30分~4時30分(月3回) 場久我山会館 費入会金1000円、月4000円 岡高岡 ☎6311-1722
- カナダ人講師による旅行英会話(50歳以上) / カナダ 時金曜日午前9時~10時(月3回) 場阿佐谷地域区民センター 費入会金1000円、月4000円 岡東島(ひがしじま) ☎090-2219-6907
- 俳句 / 杉並俳句会 時第3水曜日午後1時~4時 場ゆうゆう阿佐谷北館 費6ヵ月1000円 岡宮川 ☎3337-8860
- 俳句 / 花水木会 時第2水曜日午後1時~5時 場主に高井戸地域区民センター 費月1500円 岡松尾 ☎3335-0887
- 川柳 / 春朗会 時第2・4土曜日午後2時~4時 場西荻窪地域区民センター 費3ヵ月5000円 岡相良(さがら) ☎3322-7418
- 俳句 / 若草会 時第4火曜日午後1時30分~3時30分 場ゆうゆう永福館 費月1000円 岡中津 ☎3328-2396
- パッチワーク・キルト / 手芸サークル蕾(つぼみ) 時第2・4金曜日午後1時30分~3時30分 場主に上高井戸町会会館(上高井戸1丁目) 費入会金1000円、月2500円 岡角田(つのだ) ☎3303-2984
- アロマクラフト作り / すぎなみアロマ&ハーブ倶楽部 時時間・曜日不定期午前または午後(月1回) 場主に阿佐谷地域区民センター 費1回1000円 岡中野 ☎090-6515-4542、✉sugaroma@gmail.com
- パン作り同好会 / ふわふわクラブ 時第3土曜日午前9時30分~正午 場阿佐谷地域区民センター 費1回2000円 岡近田(ちかた) ☎3391-7666
- 男の料理 / 健やかクッキング 時第3日曜日午後1時~3時 場永福和泉地域区民センター 費1回1000~2000円 岡宮下 ☎090-9845-0168
- 絵画 / パオ 時第1・3日曜日午前9時~正午、午後2時~6時 場比嘉ビル(阿佐谷北1丁目) 費入会金3000円、月5000円 岡工藤 ☎053-438-9527
- 表装 / 表装・ピギナーズクラブ 時第2日曜日午前9時~正午、第4月曜日午後6時~9時 場阿佐谷地域

- 区民センター 費入会金1000円、1回2000円 岡白石 ☎3393-4788
- 水彩画の学習(初心者歓迎) / 水彩画花洋(かよう)会 時第1・3火曜日午後1時30分~4時 場主に高円寺中央会議室 費入会金1000円、月2000円 岡佐々木 ☎3312-5089
- 水彩画(屋外スケッチあり) / スケッチの会 時第1・3金曜日午後1時~5時 場主にセシオン杉並ほか 費月2000円 岡久米 ☎5936-3085
- 水墨画 / 墨羊会 時第2月曜日午前9時~正午 場主に本天沼区民集会所 費月3000円 岡外ノ池(とのいけ) ☎5307-5705
- 俳画 / 萌黄(もえぎ)会 時第3土曜日午後1時~3時30分 場主に和田中学校 費月2300円(材料費別) 岡齊藤 ☎3382-0747
- 水彩画 / アトリエ彩樹(さいじゅ) 時第1・3金曜日午後1時~5時 場主に阿佐谷会議室 費入会金1000円、月2000円 岡坂本 ☎3392-2398
- 写真の勉強会 / チェリー写真クラブ 時第3土曜日午後6時~8時 場高南自治会館(高円寺南3丁目) 費入会金3000円、月1500円 岡久保山 ☎3316-0307
- 書道 / はまなす書道会 時第1~3土曜日午後1時~5時 場方南会館 費月3800円(肉筆手本含む) 岡黒川 ☎3322-8688
- 書道 / セシオン書心会 時第2・4火曜日午前10時~正午 場セシオン杉並 費月2500円 岡加藤 ☎3313-9652
- 茶道(初心者歓迎) / ゆきくみ 時火・金曜日午前10時30分~午後4時(月2回) 場主に角川庭園・すぎなみ詩歌館 費月3000円 岡後藤 ☎090-9293-4978
- お花の会(初心者歓迎) / 華サークル・カトレア 時第2・4金曜日午後1時~5時 場阿佐谷地域区民センター 費月2000円 岡黒沢 ☎090-2767-8589
- 生け花サークル / さくら会 時第4木曜日午前10時~11時30分 場井草地域区民センター 費月3000円(花代含む) 岡細川 ☎5310-6838
- 観世流謡曲 / 泉謡会 時第1・3月曜日午後1時30分~3時30分 場永福和泉地域区民センター 費入会金1000円、月2500円 岡奈良 ☎3321-4759
- 日本舞踊 / 若の会 時火曜日午後1時~2時(月2回) 場上荻親和会(上荻2丁目) 費入会金2000円、月3000円 岡河本(かわもと) ☎3325-6696
- 女声合唱 / コーラス風 時第2・4金曜日午前10時~正午 場井草地域区民センター 費入会金1000円、月3000円 岡紅梅(こうばい) ☎3390-1388
- 女声合唱 / 杉並女声合唱団 時水曜日午前10時~午後1時(月4回) 場荻窪地域区民センターほか 費入会金1000円、月5000円 岡吉川 ☎3391-5630
- コーラス / コーラドレミ 時第2・3水曜日午後2時~3時30分 場向陽中学校クラブハウス 費入会金1000円、月3000円 岡晴気(はるけ) ☎3302-3365
- 混声合唱 / コーロ・ルーチェ 時第2・4土曜日午前11時~午後1時 場主に永福和泉地域区民センター 費入会金2000円、月4000円 岡松井 ☎090-9204-0844
- シニア音楽療法 / 音楽健康さろん 時主に第4月曜日午前10時~11時30分 場阿佐谷地域区民センター 費1回500円 岡中村 ☎5327-5727
- 発声練習と合唱 / カナリヤ 時第2火曜日・第3木曜日午前10時~正午 場高井戸地域区民センター 費入会金500円、月1500円(2ヵ月分前納) 岡高橋 ☎3329-5757
- 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
- ピアノ(初~中級、先着20名) / 凜 時第1日曜日、第1・3月曜日午後1時~3時 場浜田山会館ほか 費1回800円 岡諸橋 ☎090-6011-4331
- 混声合唱 / 高井戸混声コーラス 時第1~4水曜日

- 午後7時~9時(月4回) 場主に高井戸小学校 費入会金1000円、月3000円 岡古河(ふるかわ) ☎3333-0108
- 男声合唱 / ハイ&ロー 時第1・2・4木曜日午後1時~4時 場主に高井戸地域区民センター 費入会金1000円、月4000円 岡古河(ふるかわ) ☎3333-0108
- 混声合唱 / 四季の会 時第2・4木曜日午後6時30分~8時30分 場ギャラリー久(きゅう)(高円寺北3丁目) 費月3000円 岡南 ☎042-735-2014
- ポップスを生ギターで歌おう / 英語で歌う会 時第2・4木曜日午前10時~正午 場井草地域区民センター 費月2000円 岡鈴木 ☎3390-1441
- 生ピアノで歌おう世界の名曲を / 西荻P.S会 時第1・3月曜日午後1時~4時 場西荻地域区民センター 費月3000円 岡根本 ☎3399-6540
- 歌が苦手、唄えない人だけのカラオケの会 時第1・3金曜日午前場中田ビル(荻窪4丁目) 費月4300円(教材費・雑費含む) 岡杉原 ☎090-4633-4786
- 詩吟・漢詩・和歌・俳句・民謡 / 清心吟道会 時第2・4土曜日午前9時~正午 場永福和泉地域区民センター 費入会金1000円、月1500円 岡米倉 ☎3333-2654
- 吟詠 / 教育吟詠杉並吟詠会 時木曜日午前10時~正午(原則月3回) 場主に西荻地域区民センター 費入会金2000円、月1500円 岡三浦 ☎3394-6232
- 三味線と唄(三味線貸可) / 芙蓉(ふよう)会 時土・日曜日午前9時~正午(月3回) 場阿佐谷地域区民センター 費月3000円 岡三浦 ☎090-2211-5626
- 三味線(童謡・長唄、初心者歓迎) / 伎音(きおん)会 時主に第2・4月曜日午前10時~正午 場井草地域区民センター 費入会金1000円、月3500円 岡宮鍋(みやなべ) ☎090-1501-1580
- 喉を守る柔らかい発声練習 / 童謡の会 時第2・4木曜日午後1時~3時 場井草地域区民センター 費1回1000円(参加時のみ)、年2000円 岡松尾 ☎3399-9093
- カラオケ・ピアノで指導 / 井草コスモス会 時第2・4水曜日午後2時~4時 場井草地域区民センター 費入会金1000円、月3000円 岡井口 ☎3399-3447
- カラオケ / 白ゆり会 時木曜日午前10時~正午、金曜日午後1時~3時 場萩(はぎ)(高円寺南4丁目) 費入会金5000円、1回1500円 岡青山 ☎3316-2352
- カラオケ / かわせみ 時第1~4土曜日午後1時~4時 場永福西町会事務所(永福3丁目) 費月1600円、年1200円 岡木村 ☎090-1213-0938
- 囲碁(初心者歓迎) / 金曜囲碁クラブ 時金曜日午後1時~5時 場上高井戸区民集会所 費月1000円 岡隈井(くまい) ☎3329-9572
- 将棋(初級者歓迎) / 藤棋会 時第2・4土曜日午前10時~正午 場永福和泉地域区民センター 費月500円 岡飯塚 ☎3324-4675
- 囲碁 / セシオン碁楽会 時第1・3水曜日午前9時30分~正午、午後自由場 セシオン杉並 費1回600円 岡太田 ☎3316-5177
- 囲碁 / 碁友会(指導員の解説・指導対局有) 時火・金曜日午後1時~5時 場荻窪地域区民センター 費入会金2000円、月1200円 岡五十嵐 ☎3392-6035
- 囲碁 / 碁遊会(指導員の解説・対局指導有) 時第1・3・5水曜日午前9時~午後5時 場西荻地域区民センター 費月1500円 岡舟橋(ふなはし) ☎3331-5931
- 囲碁 / 春秋碁会 時第1・3・5火曜日午前9時~午後5時 場西荻地域区民センター 費月800円 岡門田 ☎3301-1552
- 野外植物・昆虫観察 / みかんの会 時土曜日または日曜日(月1回) 場関東の野山・公園 費入会金1000円、年2000円 岡津田 ☎080-3520-6582
- やさしいインド哲学 / たまには心に栄養を! 時木・日曜日午後3時~4時30分(月2回) 場高円寺北区民集会所ほか 費1回500円 岡そくら ☎080-1140-0129、☎3247-0327



# 身近なエコから始めませんか

## 折り畳み式ごみ収集ボックス ～新規・交換申込受付中～

園杉並清掃事務所 ☎3392-7281 ・ 方南支所 ☎3323-4571

無料で配布します。設置には、集積所利用者皆さんの合意とスペースの確保が必要になりますので、ご確認の上、管轄の清掃事務所へ電話でお申し込みください。



折り畳み式ごみ収集ボックス

〈ごみ収集ボックスの種類〉

種類	大きさ(幅×高さ×奥行cm)	容量(ℓ)
小	120×66×60	480
大	180×66×60	710

※1. 収集後は、必ず畳んで片づけてください。2. ボックスの管理は、集積所を利用する皆さんでお願いします。

## 使用済みインクカートリッジの拠点回収

園杉並清掃事務所 ☎3392-7281 ・ 方南支所 ☎3323-4571

プリンター用の使用済みインクカートリッジの回収にご協力ください。回収された使用済みインクカートリッジは、ボールペンの材料などにリサイクルされるほか、回収されたカートリッジ1個につき3円が国連環境計画(UNEP)へ寄付され、森林保護などの環境保護活動に活用されます。

▷回収対象メーカー=キャノン、エプソン、デル、ヒューレット・パカード、ブラザー、レックスマーク(これ以外のメーカーのものは回収しません)

▷回収場所=区役所(中杉通り側入り口付近)、杉並清掃事務所(成田東5-15-20)、杉並清掃事務所方南支所(方南1-3-4)、杉並清掃事務所高円寺車庫(高円寺南2-36-31)、あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)

※杉並・荻窪・杉並南・高円寺駅前郵便局に設置してある回収箱も引き続きご利用ください。

## コンポスト容器および 生ごみ処理機の購入費補助

園ごみ減量対策課

区では、リサイクルとごみ減量を推進するため、コンポスト容器と家庭用生ごみ処理機の購入費補助を行っています(同一年度内に両方の補助を受けることはできません)。

申請書類は、ごみ減量対策課(区役所西棟7階)、またはごみ減量対策課へ電話で請求してください。

### コンポスト容器のあっせんと購入費補助

コンポスト容器とは、土中の微生物の働きや発酵資材を使って、生ごみを堆肥に変えるための容器です。落ち葉や雑草、土なども一緒に入れると堆肥化が効率的になります。また室内で使えるバケツ型もあり、溜まった液肥は薄めて、トイレや排水口に流せば悪臭防



土に容器を埋め込んで使用するコンポスト容器



室内でも使えるバケツ型コンポスト容器

止になります。コンポスト容器で作られた堆肥は、ご家庭でお使いください。

内補助金額=あっせん価格または本体購入金額の2分の1(上限4000円) 区内在住でコンポスト容器を継続して使用する方(補助金申請は1世帯で年度内に1個、3年度内に2個まで) 定予算の範囲内で先着順(申込)領収書と申請書類を、26年3月28日(必着)までにごみ減量対策課へ郵送または持参(区役所西棟7階、あんさんぶる荻窪4階であっせん品の見本を展示しています)

### 家庭用生ごみ処理機の購入費補助

生ごみ処理機とは、生ごみを温風乾燥や微生物分解などで減量・消滅させる機器で、堆肥化できるものもあります(ディスポージャータイプは補助の対象外です)。

内補助金額=本体購入金額の2分の1(上限2万円) 区内在住で生ごみ処理機を継続して使用する方(補助金申請は1世帯で5年度内に1基まで) 定予算の範囲内で先着順(申込)領収書と申請書類を、26年3月28日(必着)までにごみ減量対策課へ郵送または持参

## 杉並区シルバー 人材センター パソコン教室

時・場・内・定下表のとおり(年齢制限なし。全回参加できる方。2名以下の場合は中止することがあります(「リクエスト」の講座は、1名から実施。0609・2609はデジタルカメラとUSBケーブルを持参できる方) 費各8900円。0647は2400円。少人数サロンしみずの講座は下表のとおり(申込)ハガキ(15面記入例参照)に

教室名・コース番号(第2希望まで)・昼間の連絡先・キャンセル待ちの有無も書いて、5月15日(消印有効)までに杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4-2階)へ(同分室 ☎3394-2253)自宅パソコンでの個人指導や各種設定の出張サービスを1時間1980円で受け付けています

●清水教室(清水3-22-4-2階) 定各7名(抽選)			
分類	コース名・内容	月日/時間	番号
入門	入門1・楽しいぞ!パソコン(7・V) ▷パソコンをこれから始める方向け	6月5日~26日毎週(水)の午後	0601
		6月10日~7月1日毎週(月)の午後	0621
	入門2・できるぞ!イラスト入り文書(7・V) ▷文字入力を習います	6月6日~27日毎週(木)の午前	0602
		6月7日~28日毎週(金)の午後	0622
ワード	ワード入門(7・V) ▷初めてワードを使う方向け	6月4日~25日毎週(火)の午前	0605
		6月5日~26日毎週(水)の午前	0625
	ワード中級(7・V)	6月10日~7月1日毎週(月)の午前	0615
		6月4日~25日毎週(火)の午後	0606
エクセル	エクセル初級(7・V) ▷データベース、関数と数式	6月7日~28日毎週(金)の午前	0616
		6月4日~25日毎週(火)の午後	0606
趣味	デジカメ活用(写真の取込み、修整、ムービー作成、7・V) ☆つきいちパソコン倶楽部・第7回(暑中見舞いはがきを簡単・素敵に)	5月30日~6月20日毎週(土)の午後	0609
		6月27日(木)の午後	0647
●少人数サロンしみず(清水3-22-4-2階) 定各3名(抽選)			
リクエスト	フリースタイル講座です。教わりたい内容を自由に記載してください 費1980円~1万5840円	6月3日(月)~6日(木)の午前	6671
		6月7日(金)~12日(水)の午前(土・日曜日を除く)	6672
エクセル	短期マスター エクセル初級・中級(7・V) 費1万7800円	6月3日(月)~12日(水)の午後(土・日曜日を除く)	6673

●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階) 定各7名(抽選)			
分類	コース名・内容	月日/時間	番号
入門	入門1・楽しいぞ!パソコン(7・V) 入門2・できるぞ!イラスト入り文書(7・V)	6月5日~26日毎週(水)の夜間	2601
		6月8日~29日毎週(土)の午後	2602
ワード	ワード入門(7・V) ワード中級(7・V)	6月9日~30日毎週(日)の午後	2605
		6月8日~29日毎週(土)の午前	2615
エクセル	エクセル初級(7・V) エクセル中級(7・V)	6月4日~25日毎週(火)の夜間	2606
		6月9日~30日毎週(日)の午前	2616
趣味	デジカメ活用(写真の取込み、修整、ムービー作成、7・V)	6月7日~28日毎週(金)の夜間	2609
●方南教室(方南1-3-4-2階) 定各5名(抽選)			
ワード	ワード入門(7・V) ワード中級(7・V)	6月7日~28日毎週(金)の午後	4605
		6月10日~7月1日毎週(月)の午前	4615
エクセル	エクセル初級(7・V) エクセル中級(7・V)	6月7日~28日毎週(金)の午前	4606
		6月10日~7月1日毎週(月)の午後	4616

※1. Windows 7またはWindows Vistaを使用する場合は(7・V)と表記しています。  
2. Windows 7は、Microsoft Office「2010」を、Windows Vistaは、「2007」を使用します。  
3. 午前=10時~正午、午後=1時~3時、夜間=6時30分~8時30分





**競技大会**

●区民体育祭  
◇リズムダンス交流会～からだもおどる！  
ころもおどる！やさしいリズムダンス

時 6月5日(水)午前10時～午後0時30分  
場 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 師 専修大学非常勤講師・田中安里、連盟スタッフ  
対 区内在住・在勤・在学の方 定100名(申込順) 費200円(保険料含む) 申込ハガキまたはファクス(15面記入例参照)で、5月21日(必着)までに飯島典子(〒166-0013堀ノ内1-8-3-202FAX3311-1415)へ 問 東京都女子体育連盟杉並・佐藤志津子 3332-2405 他 運動ができる服装で、体育館履きを持参してください。車での来場はご遠慮ください

**スポーツ教室**

●大宮前体育館の教室

◇ソフトバレー教室

基礎から試合まで楽しく指導します。  
時 4月27日～26年3月22日の第4土曜日、午後1時～2時(12月を除く。計11回)  
場 区ソフトバレー連盟

◇バウンドテニス教室

基礎から試合まで楽しく指導します。  
時 4月27日～26年3月22日の第4土曜日、午後1時～3時(12月を除く。計11回)  
場 区バウンドテニス協会

—— 〈いずれも〉 ——

場・問 大宮前体育館(宮前2-11-11 3334-4618) 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 定各20名(先着順) 費各200円。中学生100円(申込)当日、直接会場へ 他 当日の同時帯は、1面を個人利用として解放しています

●永福体育館の教室

◇小学生放課後チャレンジスポーツ

苦手を克服！ とび箱・マット・鉄棒にチャレンジ！  
時 5月1日(水)午後3時～5時 師 TiAmo

区内在住・在学の小学生 定50名(申込順) 費無料(申込)電話で、同体育館へ 他 動きやすい服装で、体育館履き、タオル、飲み物などを持参してください

◇楽しく健康タイム 大人の休日ヨガ

日頃の疲れをリセットし、2週間に1度、土曜の夜に心地よい時間を過ごしませんか？  
時 5月4日～11月16日の第1・3土曜日 午後7時10分～8時40分 師 山本美也子  
対 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各回50名(先着順) 費各回500円(申込)当日、直接会場へ 他 上履き、タオル、飲み物、ヨガマット(お持ちの方)などを持参してください

◇親子リトミック春教室

音楽を聴いて体で表現することで、お子さんの体、感覚、知的能力を引き出します。  
時 6月3日～7月8日の毎週月曜日、午前9時30分～10時30分(計6回) 師 青山由紀  
対 区内在住で2、3歳のお子さんとその保護者 定20組(抽選) 費1組4500円(子育て応援券利用可) 申込 往復ハガキ(15面記入例参照)にお子さんの名前・性別・年齢も書いて、5月11日(必着)までに同体育館へ

—— 〈いずれも〉 ——

場・問 永福体育館(〒168-0064永福3-51-17 3328-3146)

●荻窪体育館の教室

◇小学生 集まれ！

アドバイザーやお友達とソフトバレーで遊びましょう。  
時 5月5日(木)午前9時～11時 区内在住・在学の小学生 定15名(先着順) 費100円(申込)当日、直接会場へ 同体育館 3220-3381 他 ①体育館履きを持参してください ②当日の同時帯は、4分の3面を個人利用として開放しています

◇「スポーツ祭東京2013」全国障害者スポーツ大会オープン競技ユニカールサポーター講座

障害のある方も楽しめるユニカール競技のサポーターとして必要な基礎知識から技術の習得、支援の方法などを学びます。  
時 5月26日(日)①実技=午前9時30分～正午 ②講義=午後1時～3時 師 杉並区ユニカール協会ほか 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定30名(申込順) 費無料(申込)電

●大人のための水泳教室

①泳力アップ初級コース

クロール・平泳ぎを学びます。  
時 5月5日(水)・12日(日)・19日(日)午前11時～正午  
場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2)

②泳力アップ中・上級コース

全泳法(バタフライ・背泳ぎ含む)で泳力を伸ばし、4種目完泳を目指します。  
時 5月26日(日)午前11時～正午  
場 杉十温水プール(和田3-55-49) 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各日10名(申込順) 費無料(入場料別) 申込 各開催日の①は1週間前②は1カ月前のいずれも日曜日から電話で、杉十温水プール 3318-8763 へ 同プール 他(1)定員に余裕がある場合は当日参加も可能です(2)駐車場はありません

●元プロから学ぶ ボクシング&エクササイズ

時 6月6日～7月11日の毎週木曜日、午後7時～9時(計6回) 場 妙正寺体育館 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定36名(抽選) 費5000円(申込)往復ハガキ(15面記入例参照)で、5月9日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ 同体育館 3399-4224 他 2歳～就

話で、5月20日までに同体育館へ 同体育館 3220-3381

◇障害者ユニカール体験教室

基礎から試合までみんなで楽しみましょう。この教室は9月まで毎月第2日曜日の同時帯に実施します。  
時 5月12日(日)午前11時～午後1時 師 日本障害者スポーツ指導員・石井功樹 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定20名(先着順) 費100円(申込)当日、直接会場へ 同体育館 3220-3381

◇気軽にフィットネスI(自由参加型)～ジャイロキネシス

ニューヨーク生まれのトータルボディワークでリフレッシュ！しなやかな動きを体験してください。  
時 5月12日(日)・19日(日)・26日(日)午後1時～2時30分 師 高橋春香 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定各回20名(申込順) 費各回500円(申込)開催日の6日前の月曜日から電話で、同体育館へ 同体育館 3220-3381 他 定員に空きがある場合は、当日参加も可能です

◇フォークダンス初心者講習会

時 6月4日～25日の毎週火曜日、午前11時～午後1時(計4回) 区内在住・在勤のフォークダンス初心者 定30名(申込順) 費無料(申込)往復ハガキ(15面記入例参照)で、5月10日(消印有効)までに野田美子(〒167-0035今川4-20-11-501)へ 同野田 3394-2300 他 踊りやすい服装で、かかとの高さ2cmまでの上履きを持参してください

—— 〈いずれも〉 ——

場 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2)

●わがまち一番体操

「楽しく」「気軽に」「無理なく」行う体操に参加しませんか？  
時・場・定 左下表のとおり 内 ストレッチや筋力トレーニングなどの軽い体操とおしゃべり 師 「わがまちいちばんの会」スタッフ 区内在住の65歳以上で日常生活に介助の必要がない方 費1回100円(申込)当日、直接会場へ 同高齢者施策課介護予防事業係 他 長寿応援対象事業

●永福春のスポーツまつり!!

穏やかな春の一日、家族そろって永福体育館で遊びましょう。  
◇イベント  
時・内・師・定 5月12日(日)午前10時～午後3時(プログラムにより時間が異なります。右下表のとおり) 場 永福体育館(永福3-51-17) 対 ①2、3歳のお子さんとその保護者 ②④3歳以上の方 ⑤年長～小学校低学年のお子さんとその保護者(申込)①⑤は電話で、4月30日までに永福体育館 3328-3146 へ ②～④は当日、直接会場へ 他 車での来場はできません。室内用の靴を持参してください

◇フリーマーケット出店者募集

時 5月12日(日)午前10時～午後3時(雨天中止) 場 永福体育館駐車場 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定 募集区画=8区画(抽選) 申込 往復ハガキ(15面記入例参照)に主な出店品(食品は不可)も書いて、4月30日(必着)までに永福体育館(〒168-0064永福3-51-17)へ 他 車の利用は搬入のみ

—— 〈いずれも〉 ——

費無料 同永福体育館 3328-3146

〈わがまち一番体操〉

会場	日にち・時間・定員
高円寺北館(高円寺北3-20-8)	5月20日、6月3日・17日、7月1日、9月2日/いずれも月曜日▷午前▷各15名
西荻北館(西荻北2-27-18)	5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日・23日、9月10日・24日/いずれも火曜日▷午後▷各30名
四宮館(上井草2-28-3)	5月8日、6月12日、7月10日、9月11日/いずれも水曜日▷午後▷各25名
高円寺東館(高円寺南1-7-22)	5月7日(火)・22日(水)、6月4日(火)・26日(水)、7月2日(火)・24日(水)、9月3日(火)・25日(水)▷午前▷各20名
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4)	5月8日・22日、6月12日・26日、7月10日・24日、9月11日・25日/いずれも水曜日▷午前▷各30名
堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6)	5月10日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日、9月13日・27日/いずれも金曜日▷午前▷各15名
和田館(和田1-41-10)	5月20日、6月3日・17日、7月1日・29日、9月2日・30日/いずれも月曜日▷午前▷各20名
西田館(荻窪1-57-4)	5月1日・15日、6月5日・19日、7月3日・17日、9月4日・18日/いずれも水曜日▷午前▷各15名
荻窪東館(荻窪4-23-12)	5月1日・15日、6月5日・19日、7月3日・17日、9月4日・18日/いずれも水曜日▷午前▷各15名
永福館(永福2-4-9)	5月10日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日/いずれも金曜日▷午前▷各20名
浜田山館(浜田山4-18-31)	5月2日・23日、6月6日・27日、7月4日・25日、9月5日・26日/いずれも木曜日▷午前▷各15名
大宮前館(宮前5-19-8)	5月9日・23日、6月13日・27日、7月11日・25日、9月12日・26日/いずれも木曜日▷午前▷各20名
高井戸東館(高井戸東3-14-9)	5月13日・27日、6月10日・24日、7月8日・22日、9月9日/いずれも月曜日▷午前▷各20名
大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9)	5月17日、6月7日・21日、7月5日・19日、9月6日・20日/いずれも金曜日▷午前▷各15名
和泉館(和泉4-16-22)	5月1日、6月5日、7月3日、9月4日/いずれも水曜日▷午前▷各15名

※実施時間 午前=9時45分～11時30分。午後=1時45分～3時30分。いずれも先着順。

〈5月12日(日)永福春のスポーツまつり〉

プログラム	日時・内容・講師・定員
① 親子リトミック	時 午前10時～10時45分 内 リズムに合わせて楽しく体を動かしましょう 師 青山由紀 定 20組(申込順)
② みんなでHIP HOP	時 午前11時～正午 内 元気なaya先生と一緒に踊りましょう 師 aya
③ チアリーディングデモンストレーション	時 午後0時10分～0時30分 内 華やかなチアリーディングの演技をお楽しみください▷出演=専修大学附属高等学校チアリーディング部
④ チャレンジ・ザ・ボクシング(ミット打ち体験)	時 午後0時45分～1時45分 場 目指せチャンピオン! グローブをつけて、思い切りミットへパンチ! 師 白井・具志堅スポーツジム
⑤ 親子でボールで遊ぼう	時 午後2時～2時50分 内 知らなかったボール遊びの楽しさ・魅力を発見できます 師 TiAmo 定 20組(申込順)

※駐車場ではパン、和菓子、産直野菜の販売、フリーマーケット(雨天中止)も開催します。



● 交流自治体の催し ●

**小千谷フェア  
～「新潟」春の味覚～**

開 4月28日(日)午前11時～午後1時30分  
(売り切れ次第終了) 場 小千谷市学生寮脇  
広場(井草4-16-23) 内 笹団子などの特  
産品や小千谷産新鮮野菜などの販売(申込  
当日、直接会場へ) 小千谷市総合産業会館サ  
ンプラザ ☎0258-83-4800 ①車での来場  
はご遠慮ください②買い物袋を持参して  
ください③「おぢやファンクラブ(入会費・  
年会費無料)」の会員を募集しています。詳  
細は、お問い合わせください

**新潟県小千谷市  
「地域おこし協力隊」  
を募集します!**

区の交流自治体である新潟県小千谷市  
では、地元地域住民と一緒に、地域  
活性化に貢献して下さる人材(臨時職  
員)を募集しています。詳細は、お問い  
合わせください。

①必要書類を、5月10日(必着)まで  
に小千谷市役所企画政策課まちづくり推  
進室(〒947-8501新潟県小千谷市内2  
-7-5)へ ②同市役所 ☎0258-83-3507  
✉plan@city.ojiya.niigata.jp

**地域の方々の連携が欠かせません**

**認知症対応型グループホームの  
安全・安心を守るために**

区は、区内に17カ所ある認知  
症対応型グループホームの全て  
にスプリンクラー等の消防設備  
を設置し、建物の点検調査等  
を行うなど、安全・安心のため  
に取り組んでいます。しかし、万  
一の場合には、地域の方々の  
連携が欠かせません。区は、地  
域の方々と連携した避難訓練等  
の協力をお願いしており、3月  
11日(月)には、グループホームなごみ松ノ木で入居者、職員、松ノ木  
町会、消防団等が参加し、近くの公園まで避難訓練が行われました。



▲グループなごみでの避難訓練

4月には、地域密着型サービスの設備および運営等の基準を定め  
る区条例が施行され、区はこれまで以上に、安全対策の指導を行う  
ことができるようになりました。地域の皆さんの、引き続きのご協  
力をよろしくお願いします。

☎介護保険課指導・適正化推進係

**「高円寺びっくり大道芸2013」～「沸騰」**

商店街や地域が一体となって開催する高円寺春の祭典  
です。高円寺の市中27カ所で、48組95名のパフォーマー  
がアクロバットやマジック、空中ブランコなど多彩な技  
を披露するほか、参加して楽しむ「ヘンシンぼうし大行  
進!(座・高円寺)」や、東北・茨城復興応援マルシェな  
ど関連イベントも開催されます。関東バスの「野方～高  
円寺」間の新路線開通を記念した無料シャトルバスも運  
行します(野方駅発。午前11時・11時35分・午後0時10分・  
0時45分・1時20分。1日5便)。



©ウメノクニヒコ

開 4月27日(土)・28日(日)正午～午後6時 場 高円寺の11商  
店街、座・高円寺、JR高円寺駅南北広場、高円寺北公園、高  
円寺中央公園 ①無料(申込当日、直接会場へ) 高円寺び  
っくり大道芸実行委員会事務局(座・高円寺内) ☎3223-7500  
②詳細は、高円寺びっくり大道芸ホームページ ☎http://  
www.koenji-daidogei.com/2013をご覧ください

☆ **なみすけふりかけ** ☆

**杉並区役所 1階コミュかるショップで発売中**

杉並区交流協会は、区内に本社がある丸美  
屋食品工業と共同で「なみすけふりかけ」(右  
写真)を考案しました。たまご味で1箱180円  
(10袋入)です。1袋ごとに杉並区のキャラク  
ター「なみすけ」「ナミー」などが印刷され、裏  
には防災メモを記載しています。おみやげに  
も最適です。また、1箱につき10円が杉並区  
次世代育成基金へと寄附されます。大量発注  
をご希望の際は事前にご相談ください。



コミュかるショップ営業  
時間=平日午前9時～午  
後4時30分

☎杉並区交流協会 ☎5378-8833

**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

★**絵画展示会～絵画グループ燦** 開 5月1  
日(水)～5日(日)午前10時～午後6時(1日は  
午後1時から。5日は午後4時まで) 場 セ  
シオン杉並内水墨画などの展示(区内在住  
の方ほか) ①無料(申込当日、直接会場へ) 絵  
画グループ燦・依田 ☎3313-4600

★**「私の好きな杉並」を撮る会写真展～杉  
並区制80周年の振り返り** 開 5月7日(火)～  
10日(金)午前9時～午後5時(10日は3時  
まで) 場 区役所2階区民ギャラリー(申込  
当日、直接会場へ) 图片桐 ☎3368-3673

★**3大ピアノ・プロジェクト PIANO三  
重弾! Part 5** 開 10月6  
日(日)午後3時 場 杉並公会堂  
①出演=斎藤雅広(ピアノ)。  
右写真)ほか②曲目=レス  
ピーギ「ローマの松」より  
「アッピア街道の松」ほか  
③小学生以上の方 ④S席5000円ほか(申込・  
⑤チケット発売日=5月11日(土)⑥販売窓口  
=杉並公会堂 ☎5347-4450 ⑦チケット発売  
初日は、電話予約のみの受け付けです



★**武蔵台ウィンドオーケストラ定期演奏会**  
開 5月5日(日)午後1時30分～3時30分 場  
杉並公会堂 ①出演=水口透(指揮)②曲目  
=キャンディード組曲(L・パースタイ  
ン)、ルロイ・アンダーソン特集ほか ③1000  
名(先着順) ④無料(申込当日、直接会場へ)  
⑤武蔵台ウィンドオーケストラ・宇佐美 ☎  
090-9968-7247

★**阿佐ヶ谷飲み屋さん祭り** 開 5月10日(金)  
～12日(日)(時間は参加店舗による) 場 阿佐  
ヶ谷地域の飲食店約100店舗 ①1日4000円  
(はしご酒チケット) ②申込当日のみ、海晴

亭(阿佐谷北2丁目)、はなの舞南阿佐ヶ谷  
店(成田東5丁目)、MAD HOG KITCHEN  
(阿佐谷南3丁目)でチケットを購入でき  
ます ③MAD HOG KITCHEN ☎5347-2464  
(午後7時～午前2時) ④詳細は、阿佐ヶ  
谷飲み屋さん祭りホームページ ☎http://  
www.asagaya-nomiya.jp/をご覧ください

講演・講座

★**河北総合病院 河北健康教室①呼吸教室  
②リウマチ・関節・膠原病センター リウ  
マチを知る会** 開 ①5月17日(金)=  
COPDとは? ほか(呼吸器内科部長医  
師・角田裕美、呼吸器内科病棟看護師・安  
達美枝子、リハビリテーション科理学療法  
士・太田裕也、栄養科長管理栄養士・武  
田朝子)②29日(水)=(分院院長・岡井隆広、  
薬剤師、看護師、理学療法士) / いずれも  
午後3時～4時 場 河北総合病院(阿佐谷北  
1丁目) ③①30名②25名 / いずれも申込順  
④無料(申込・☎電話で、河北総合病院広  
報室 ☎3339-5724(月～土曜日、午前9時～  
午後5時。祝日を除く)へ

★**グロービス～各種講座・セミナー**  
①**中国語講座(初級～中級)** 開 5月13日  
(月)・20日(月)・27日(月)午前9時30分～11時30  
分 ②**英会話講座(初級～中級)** 開 5月15日  
(水)・22日(水)・29日(水)午前9時30分～11時30  
分 ③**パソコン(パワーポイント)講座** 開 5  
月17日(金)・24日(金)午前9時30分～11時30分  
④**パソコン(ワード)講座** 開 5月31日(金)  
午前9時30分～11時30分 ⑤**ビジネス英文講座** 開 5月11日(土)・25日  
(土)午後1時15分～4時30分 ⑥**英文会計講座** 開 5月18日(土)午後1時15  
分～4時30分 ⑦**ハワイアンキルト体験教室～コースター  
作り** 開 5月21日(火)午前9時30分～10時30

分 ⑧**ハワイアンキルトスクール～手芸品作り**  
開 5月21日(火)午前10時40分～11時40分  
⑨**スマートフォン活用セミナー** 開 5月24  
日(金)午後8時～9時30分 ⑩**中小企業診断  
士・中高英明** ⑪2000円

— 〈いずれも〉 —  
場 阿佐谷地域区民センターほか(区内在  
住・在勤の方とその家族) ⑫各10名(申込順)  
⑬申込ファクス(15面記入例参照)に①～⑨  
の希望と希望日も書いて、グロービス ☎  
5377-9952へ ⑭同団体・遠藤 ☎5377-9951  
⑮①③④はノートパソコンを持参してくだ  
さい②⑧は手芸品を選んでもらいます。材  
料費は異なります③詳細は、グロービス  
ホームページ ☎http://www.sugi-chiiki.com/280  
をご覧ください

★**健康ボイストレーニングセミナー～声  
を出して元気になろう** 開 5月28日(火)午後2  
時～3時30分 場 産業商工会館 ①田中杏子 ②定  
50名(申込順) ③1500円(申込・☎電話で、  
5月27日までに杉並青色申告会 ☎3393-  
2831へ

その他

★**杉並区シルバー人材センター エアコン  
クリーニング** ①一般住宅用壁掛け1台  
8400円～、2台目以降は7400円～(集合住  
宅など1度に続けて作業可能な場合はこの  
複数台割引を適用) ②申込・☎電話で、同セ  
ンター ③方南分室 ☎3323-1420 ④①幅90cm  
以上の壁掛け大型・床置き・天井埋め込み  
は割増料金になります⑤機種により作業で  
きない場合があります

★**土曜無料公証相談を開設します** 開 5月  
11日(土)、6月1日(土)午前9時30分～午後0  
時30分(1人45分) 場 杉並公証役場(天沼  
3丁目) ①遺言、離婚、尊厳死宣言、任意  
後見、贈与、金銭貸借、弁済、示談などの  
公正証書の作成に関する相談(区内在住・  
在勤の方) ②無料(申込・☎電話またはファク  
ス(15面記入例参照)に希望日も書いて、  
各開催日の前日の午後5時までに杉並公証

役場 ☎3391-7100 FAX 3391-7103 へ  
★**税金なんでも相談会** 開 5月8日(水)午後  
1時～4時 場 東京税理士会荻窪支部(荻窪  
5丁目) ①無料(申込・☎電話で、東京税理  
士会荻窪支部 ☎3391-0411(午前9時30分  
～午後5時(正午～午後1時を除く)) ②  
③①相談時間は1人45分程度②詳細は、同  
支部ホームページをご覧ください

★**「赤ちゃん木育広場」を始めませんか**  
無償で寄贈する「木のおもちゃセット」  
を使って、「赤ちゃん木育広場(木のおも  
ちゃを使って地域の子育て家庭が遊ぶ広場)」  
を実施する団体または個人を募集してい  
ます。

①募集期間=5月7日(火)まで②募集数=  
20団体(個人も可。審査による)③応募条  
件=区内の非営利団体または個人で、子育  
て支援活動の経験があり、5月18日(土)に  
実施する講習に参加でき、年3回以上「赤  
ちゃん木育広場」を開催することができる  
方ほか④申込書(杉並区社会福祉協議会  
ホームページ ☎http://www.sugisyakyo.  
com/またはオイスカホームページ ☎http://  
www.oisca.org/から取り出せます)を  
ファクスで、オイスカ普及啓発部 ☎5347-  
2063 へ ⑤同部・大木、野木 ☎3322-5161

★**杉並区社会福祉協議会・評議員募集**  
杉並区社会福祉協議会の予算・決算・事  
業計画など、法人経営に関する重要事項を  
審議していただきます。評議員会は年に4  
回程度開催します。

①選任期間=5月28日～27年5月27日②  
資格=次の条件を満たす方③区内在住で20  
歳以上である④地域福祉活動について知識  
や経験を有している⑤原則、評議員会に出  
席できる⑥募集人数=3名程度⑦応募方法  
=氏名・住所・生年月日・職業を書いて、  
「志望動機および地域福祉に関する意見や  
提言」のレポート(400字程度)を、4月  
22日～5月8日(必着)に杉並区社会福祉  
協議会総務課総務係(〒167-0051荻窪5  
-15-13)へ郵送または持参(同係 ☎5347-  
1010) ⑧杉並区社会福祉協議会評議員選考  
委員会で審査し選考します



### 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

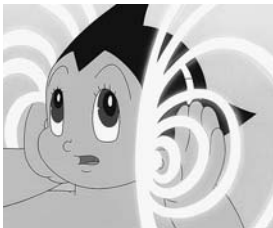
申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申込でご確認ください。住所が記載されていないものは、区役所〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキには返信用のあて先も記入。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「テレビアニメ放送50周年展～テレビアニメ50年の軌跡とスタジオゼロの活動」

テレビアニメが放送されて50年目を記念して、発展の歴史を展示します。また、アニメスタジオ「スタジオゼロ」の50年の活動も合わせて紹介します。



©手塚プロダクション・虫プロダクション

7月15日(祝)までの午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。7月15日は4時で閉館。月曜日休館(月曜日が祝日の場合は開館し、翌平日休館))  
 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5) 無料申込当日、直接会場へ  
 区杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510 詳細は、同ミュージアムホームページ <http://www.sam.or.jp/> をご覧ください

### ■スタントマンの事故再現型自転車教室～あなたの運転大丈夫？

24年に区内で起こった交通事故の約4割は自転車に関する事故でした。交通事故の恐怖を体験して、自転車の運転を見直してみませんか。

4月28日(日)午前11時～正午 杉並第四小学校(高円寺北2-14-13) 中学生以上の方 無料申込当日、直接会場へ  
 区交通安全課 ☎5307-0793 または杉並警察署 ☎3314-0110 交通事故の衝撃的な場面を実演するため、小学生以下のお子さんのみの参加はご遠慮ください

### すぎなみ環境情報館

#### ◇フリーマーケットの開催と出店者募集

5月19日(日)午前10時～午後1時 あんさんぶる荻窪区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 募集区画=15区画(抽選) 無料申込往復ハガキ(記入例参照。グループ・家族は1枚)で、5月7日(必着)までに同情報館へ  
 群馬県東吾妻町の農産物の販売もあります(午前10時から。売り切れ次第終了)

#### ◇自然と遊ぼう！ネイチャーゲーム～太陽と影

ネイチャーゲームをして「太陽」を感じてみませんか。太陽の光を感じるゲームをしたり、光と影の時の知る日時計を作ります。

5月19日(日)午前10時～午後0時30分(雨天中止) 集合場所=桃井原っぱ公園管理棟前(桃井3-8-1) すぎなみシェアリングネイチャーの会、日時計作家・小野行雄 区内在住・在学で4歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴) 30名(申込順) 100円(保険料) 申込電話で、同情報館へ  
 ハンダナ、敷き物、飲み物を持参してください

— (いずれも) —

区すぎなみ環境情報館(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階 ☎3398-3191)

## 講演・講座

### ■英語絵本で楽しい母の日～歌や親子ゲームもあります

みんなお母さんが大好き！心あたたまる英語絵本の読み聞かせです。楽しい歌を歌ったり、親子でゲームも楽しみましょう。

5月11日(土)午後3時～3時45分 西荻図書館 西荻英語絵本の会 3歳以上の親子 20組(申込順) 無料申込・問 4月22日から電話または直接、西荻

図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ

### ■子育て支援講座「親子で楽しむ絵本とわらべうた」

わらべうたを歌いながら、親子一緒に体を動かして遊びます。  
 5月15日(水)・22日(水)・29日(水)午前10時30分～11時30分 方南図書館(方南1-51-2) 師久保厚子 1歳半～3歳のお子さん(保護者) 15組(申込順) 無料申込・問 電話または直接、方南図書館 ☎5355-7100へ

### ■40・50代女子のためのカラダケア

いつも輝く女性でありたいあなた、体の変わり目を迎える年代に、この教室でご自身の体に目を向けて、ヘルシー習慣を続けましょう！

5月17日(金)「自分のカラダに注目！」測定(骨密度、体組成、健口チェック)と話 5月21日(火)「シンプルかつハードに、美しいカラダをつくる！」講義と運動 5月28日(火)「輝く女性の元気の素！食の魅力」講義と調理実演/いずれも午前10時～正午 ①③和泉保健センター(和泉4-50-6) ②永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師①保健センター職員②パーソナルトレーナー・手塚位子③東京衛生病院管理栄養士・志村良子、西村真理子 主に40～50歳代の女性 20名(申込順) 無料申込・問 電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ

### ■健康寿命を延ばすために！「栄養満点教室」

食事量の不足や偏りが、「からだの免疫力」を下げ、病気を招きやすくします。毎日の食事を手軽に、おいしく、バランス良く食べる秘訣を学びます。

5月 内下表のとおり(全3回要出席) 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がない方 20名(申込順) 300円程度 申込・問 電話で、高円寺保健センター ☎3311-0116へ  
 長寿応援対象事業

(栄養満点教室)

	日程	テーマ
1回目	5月21日(火)	免疫力を高める食生活とは！体の筋肉量や脂肪量の測定 簡単栄養満点メニューづくりのヒント
2回目	28日(火)	自分の体と食事に自信を持つために 健診結果と食事チェックから改善を探る 減塩でもおいしいみそ汁づくりと試飲
3回目	6月4日(火)	エイジングケアと低栄養対策 調理実習と試食

※時間は、いずれも午前10時～正午。

### ■公園で体験！犬のしつけ方・ふれあい方教室

#### ◇犬のしつけ方教室

初歩的なしつけ方(リーダーウォーク、排せつコントロールなど)を、飼い犬と一緒に学びます。

5月18日(土)①午前10時②午後1時(各回1時間程度) 飼い主1人につき飼い犬1頭(小学生は保護者同伴。就学前のお子さんは参加できません) 各回15名(申込順) 参加犬の条件=(1)生後6カ月以上(2)狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済(当日確認できる物を持参)(3)鑑札の交付を受けている(当日持参)(4)生理中のメス犬は除く

#### ◇犬と友だち・はじめて教室

犬との触れ合い方を学びます。

(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、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
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX3313-4319)	草木染め講座	5月13日から毎月第2月曜日、午前11時～午後3時 各10名(申込順) 1回500円(材料費別)
天沼館(天沼2-42-9 ☎・FAX3391-8540)	つるし雛教室(1回につき4個作成予定)	5月16日から毎月第3木曜日、午後1時30分～3時30分(計8回) 12名(申込順) 1回1800円
上高井戸館(高井戸東2-6-17 ☎・FAX3306-0441)	日本ダーツ協会認定「ハードダーツ初心者」講座	5月8日～6月26日の毎週水曜日、午後1時30分～3時(計8回) 20名(申込順) 1回1050円(資料代含む)
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎・FAX3315-1816)	皆で歌おう～ひばりの曲をギター伴奏で	5月1日から毎月第1水曜日、午後1時30分～3時30分 各30名(申込順) 1回300円
西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)	荻窪周辺の自然や文化財を探訪する	4月30日(火)午前10時～正午 20名(申込順) 400円(保険料含む)
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX3332-1076)	まったく初めての方向け パソコン教室	5月11日から第2・4土曜日①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分 各回各日4名(申込順) 1回1200円(教材費含む)

※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。

5月18日(土)午前11時30分(30分程度) 犬を飼っていない小学生までのお子さん(就学前のお子さんは保護者同伴) 10名(申込順)

— (いずれも) —

柏の宮公園(浜田山2-5-1) NPO法人日本同伴犬協会 無料申込往復ハガキに①住所②氏名(フリガナ)③生年月日④昼間の連絡先⑤教室名、しつけ方教室希望の方は⑥参加時間⑦犬の名前・犬種・性別・年齢(月齢)を書いて、5月7日(必着)までにみどり公園課公園利用係へ 問 同係 見学も大歓迎です。みどりのイベントと同時開催です

### ■家族介護教室

#### ◇「耳よりの話」～耳の仕組みから補聴器の使用まで

5月8日(水)午後2時～3時30分 ケア24和田(和田1-40-15) 師 パナソニック補聴器・柳澤剛 区内在住・在勤の方 20名(申込順) 無料申込・問 電話で、ケア24和田 ☎3380-0024へ

#### ◇古武術を使ったらくらくら介護～腰痛や肩痛、膝痛などで悩んでいる方へ

5月16日(木)午後2時～4時 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 孫の手倶楽部・増子春彦 区内在住・在勤の方 20名(申込順) 無料申込・問 電話で、ケア24南荻窪 ☎5336-3724へ

### 科学館

#### ◇理科体験教室①～水中の微生物を観察しよう

小学校の理科といえば、たくさんの実験や観察!! 顕微鏡で水中の微生物を観察しながら、小学5年生の授業をもう一度体験してみましょう。

5月17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 40名(抽選) 申込往復ハガキ(記入例参照)で、5月7日(必着)までに科学館へ

#### ◇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しょう。雨天・曇天の場合は天文の話を行います。

5月18日(土)午後7時～9時 区内在住・在勤・在学の方(小中学生は保護者同伴) 140名(先着順) 申込当日、直接会場へ

— (いずれも) —

場・問 科学館(〒167-0033清水3-3-13 ☎3396-4391) 無料他エレベーター・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

### リサイクルひろば高井戸

#### ◇石けん作り体験

5月10日(金)午前10時30分～正午 10名(先着順) 無料申込当日、直接会場へ(電話での申し込みも可)

#### ◇アクリルたわし作り体験

5月11日(土)午前10時30分～午後3時30分 10名(先着順) 1個100円 申込当日、直接会場へ(電話での申し込みも可)

#### ◇フィジーの布柄で作るカードケース

5月14日(火)午後1時30分～3時30分 10名(申込順) 200円 申込電話で、同ひろばへ 長寿応援対象事業

#### ◇着物や洋服のリメイク

5月20日(月)午後1時30分～3時30分 10名(申込順) 600円 申込電話で、同ひろばへ 長寿応援対象事業

— (いずれも) —

区内在住・在勤・在学の方 場・問 リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4 ☎3331-4360) 午前10時～午後6時。水・木曜日休館



**オレオレ詐欺にダマされないで**

**第①話**

**おばあちゃん、落ちついて!**



©荻窪警察署

「携帯電話の番号が変わった」は振り込め詐欺!!

●不審な電話は**110番!!**

**「私は大丈夫」**

**と思っているあなた!**

昨年、区の被害総額は約4億2500万円!!

被害のほとんどが高齢者、特に女性が多い。

家族の絆で撃退!! 日頃の会話が大切です。

慌てず、必ず家族に相談しましょう。

荻窪警察署のご協力により、今後も掲載する予定です。ぜひ、ご覧ください。

岡危機管理対策課

**「(仮称)すぎなみまつり」の名称を募集します**



**コンセプト (イメージ)**

地域に活力を与え、まちを元気にする、杉並らしいイベント

コミュニティの力で地域を活性化

人と人、地域と地域をつなぎ、杉並を元気にする

杉並の産業でまちを元気に

交流でふれあい、支えあい

区では、「人と人、地域と地域をつなぎ、杉並を元気にする」をコンセプト(基本理念)に、「(仮称)すぎなみまつり」を11月上旬に開催します。そこで、コンセプトをわかりやすく表現する、まつりの名称を募集します。

——問い合わせは、地域課地域活性化担当へ。



▲杉並区80周年まつりの様子

**応募方法**

**<募集期間>**

4月22日(月)～5月10日(金) (消印有効)

**<応募資格>**

杉並区在住・在勤・在学または出身など杉並区に関わりのある方

**<作品要件>**

- コンセプト(基本理念)に沿ったものとし、より端的な表現で、誰にでも分かりやすく、親しみやすい名称とします。
- 自作で未発表のものに限ります。
- 団体・グループでの応募も可。また複数作品の応募も可。
- 全体で20文字以内とします。

**<応募方法>**

ハガキ、封書またはファクスに、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、杉並区との関わり、まつりの名称を書いて、地域課地域活性化担当(区役所西棟7階。FAX5307-0681)へ(持参可)。※団体・グループで応募する場合は、団体名、代表者の住所・氏名・電話番号も記入してください。※小中学生は、学校名と学年も記入してください。

**<結果発表>**

(仮称)すぎなみまつり実行委員会で選考し、結果は受賞作品の応募者に直接通知するほか、「広報すぎなみ」と区ホームページで7月ごろに発表する予定です。

**<まつりの名称の取り扱い>**

- ▷応募作品は返却しません。
- ▷採用されたまつりの名称の著作権は杉並区に帰属します。

(発行日)毎月1日、11日、21日



**世帯と人口 (住民基本台帳)**  
25年4月1日現在  
( )は前月比

世帯数	日本人のみの世帯	292,564 (1642増)	合計 300,905 (1651増)	人口(人)	男	女	小計	合計 541,253 (1683増)	
	外国人のみの世帯	6,114 (9増)			日本人	255,189 (730増)	275,828 (967増)		531,017 (1697増)
	日本人と外国人の世帯	2,227 (0増)			外国人	4,903 (31減)	5,333 (17増)		10,236 (14減)