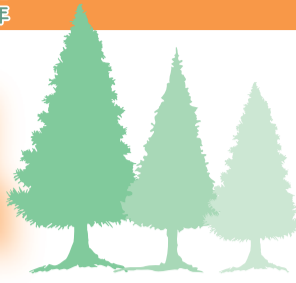


9ぎなみ



区民意見募集～産業振興計画改定案	…… 2
第1回「杉並区基本構想実現のための区民懇談会」	…… 2
区民意見募集～情報化基本方針・情報化アクションプラン(案)	…… 3
杉並区次世代育成基金を応援してください	…… 5
災害に強いまちづくりへ～区の取り組み・地域の取り組み	……12

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/

80年の歩み
つなげよう、未来へ

● 災害に強いまちづくりへ～首都直下地震に備える ●

木造密集地域は対策が必要です

木造密集地域が点在している区では、個々の建築物を「倒れにくく、燃えにくい」ものにする取り組みが不可欠です。地震に強い安全なまちを作るため、24年度に引き続き、25年度も建築物の耐震化・不燃化に向けた支援・誘導を推進するとともに道路等の整備を進め、木造密集地域の解消に努めます。不燃化支援については、災害時に震災救援所となる区立小・中学校周辺や震災救援所に至る「緊急道路障害物除去路線」沿いの不燃化建替の一部を助成し、不燃化を推進します。

① 不燃化助成制度

図まちづくり推進課まちづくり調整係

区では、災害時の避難路の確保や迅速な消火・救援・救助活動のために、震災救援所周辺等において、耐火性能の高い建築物を建築する方に建築資金の一部を助成します。

▷対象区域

次のいずれかに該当する区域

- (1)震災救援所(区立小中学校)の敷地境界線から10mの区域
- (2)区が指定する緊急道路障害物除去路線の道路境界線から10mの区域
- (3)住宅市街地総合整備事業整備地区(阿佐谷南・高円寺南地区)

※詳細は、お問い合わせください。

▷対象建築物・助成額

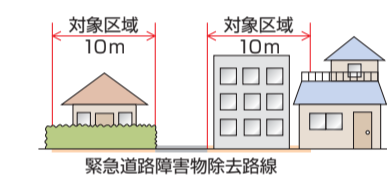
耐火・準耐火建築物を建築する場合に、耐火建築物は250万円、準耐火建築物は100万円を助成します。

※法律等に基づき耐火建築物および準耐火建築物とする場合や、この制度で助成を受けたことがある建築物は、除きます。

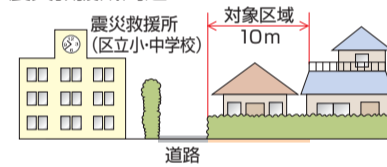
▷助成対象者

- 対象区域内で建築する建築主
- 住民税(企業の場合は法人住民税)を滞納していないこと

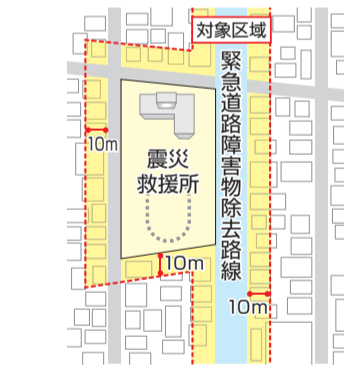
緊急道路障害物除去路線



震災救援所周辺



対象区域イメージ図



図建築課耐震改修担当

② 耐震化支援事業

区では、昭和56年5月以前に建築した建物を対象に、耐震診断、耐震改修工事の助成をしています。耐震化の助成は、無料で行う木造住宅耐震診断士や耐震相談アドバイザーの派遣申し込みから始まります。木造住宅の耐震化、マンション等木造以外の耐震化、特定緊急輸送道路沿道建築物の耐震化などを行っています。

対象、申し込み方法等の詳細は、お問い合わせください。

③ 狭あい道路拡幅整備事業

図土木管理課狭あい道路係

区では、幅員4mに満たない狭あい道路(建築基準法第42条第2項で定められた道路、通称「2項道路」)を建築基準法に定められた幅員4mまで拡幅する整備事業を進めています。



道が狭いと消防車が通れません。災害時に消防車が通れないと、救援が遅れます。



消防車が通行困難な道路

12面でも、区の取り組みをご紹介します

本日(3月11日)、杉並区自主参加型一斉防災訓練(シェイクアウト訓練)を午前11時に行います。

3・11を忘れない 足元を固めて、災害に備えよう

杉並区長 田中良



東日本大震災から2年、改めて、震災でお亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りするとともに、今も避難生活を続ける被災者の方々、被災地の皆様に謹んでお見舞いを申し上げます。

私は震災直後、支援物資とともに南相馬市へ駆けつけました。

まちの惨状を目の当たりにして、改めて「住民の安全をいかにして守るか」それが基礎自治体の長の責任であるとの思いを強くしました。だからこそ、この震災を風化させず、私たちの教訓とするとともに、復興に向け懸命な努力を続ける南相馬市に対して支援を続けてまいります。

区は、「大地震は必ず来る」という認識のもと、災害に強いまちづくりに取り組

まっています。

その第一は、「倒れにくい、燃えにくい」まちづくりなどの対策。

第二は、防災市民組織の活動などの地域の力の醸成。

第三は、自治体間の相互支援の関係強化です。

こうした備えは、被害を最小にとどめ、災害復旧・復興に要する時間とコストの軽減に、はっきりと違いが出てくるものと考えます。

今後、区民や事業所の皆様には、「自分たちの地域は自分たちで守る」との意識を一層地域に広げて頂き、手を携えてともに安全・安心に暮らせるまちづくりを推進してまいります。

保育所の待機児童解消について 都知事と会見を行いました

3月1日(金)に、田中良区長が猪瀬直樹東京都知事と会見を行いました。

保育の待機児童対策は大都市共通の課題であり、「東京スマート保育」の活用など、今後も都区間で連携しながら取り組むことを確認しました。

区では、待機児童ゼロ達成に向け、「待機児童対策緊急推進プラン」を策定し、働くお母さんお父さんを支援するとともに、区民の皆さんの不安解消に向けて、新たなプランに基づく対策を着実に推進していきます。



▲3月1日(金)田中良区長(左)と猪瀬直樹東京都知事(右)が会見を行いました

図保育課

産業振興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5つの目標のうち、「暮らしやすく快適で魅力あるまち」を実現するため、産業分野の取り組みの基本的な方向、施策の体系等を明らかにした産業振興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、皆様のご意見を伺います。

——問い合わせは、産業振興センター ☎5347-9134へ。

産業振興計画は、産業分野における区と産業関係者の共通指針となるものです。その改定案では、「地域にぎわいと活力を生み出す 住環境と調和した杉並らしい産業の振興」という基本指針を定め、それに基づく5つの目標と将来像、具体的な取組を定めています。

計画期間

25年度～33年度までの9カ年

基本指針

地域にぎわいと活力を生み出す 住環境と調和した杉並らしい産業の振興

目標と将来像、取組

〔目標1〕多様な産業と住宅都市が共に発展するまち

住宅都市に調和した多様な産業が発展を続けることにより、まちに活気もたらされています。

1 人・モノ・情報の循環が促進される仕組みづくり

2 創業・新たな事業展開への支援

3 経営基盤の強化

4 交流促進の場の整備

〔目標2〕区民生活を豊かにする産業に支えられ、安全で住みやすいまち

商店街が地域の核となり、まちなぎわいと活力が生まれ、人々の交流やつながりが深まり、良好な住環境と調和した居心地の良いまちになっています。

1 安全・安心な生活支援拠点としての商店街づくり

2 まちづくりと連動した魅力ある商店街づくり

3 商店街への経営支援

4 商店街の組織機能強化

ご意見をお寄せください

産業振興計画改定案の詳細は、区ホームページのほか、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、4月9日(必着)までに産業振興センター(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階 ☎3392-7052 ☒sangyo-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、6月の「広報すぎなみ」などで公表する予定です。

【開設期間】 3月11日(月)～4月9日(火)

【閲覧場所】 産業振興センター(上荻1-2-1インテグラルタワー2階)、区政資料室(区役所西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館

〔目標3〕食卓に彩りと心に潤いを与える産業で、やすらぎがあるまち

区民にやすらぎを与える都市農地が保全され、安全・安心な区内産農産物が食卓に並ぶことにより区民の心とからだを支えています。

- 1 都市農地保全への取り組み
 - 2 地産地消の多面的な推進
 - 3 都市農業の担い手育成と支援
 - 4 都市農業への理解を深める取り組み
- 〔目標4〕安心して地元で元気に働き続けられるまち
- 仕事と生活を無理なく両立できる魅力的な区内の企業で、自分らしく安心して働いています。
- 1 誰もが自分にあった働き方を選択できる仕組みづくり
 - 2 意欲ある人材と区内企業を結びつける取り組みの推進
 - 3 仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の実現に向けた労働環境の整備
- 〔目標5〕魅力的でにぎわいがあり、また行ってみたいくなるまち
- 区内各地域の特性を最大限に活かして、杉並の魅力伝えることにより、区内外から人が集い、にぎわいが生まれ、地域産業が活性化しています。
- 1 杉並らしさを活かした集客事業の推進
 - 2 アニメを活用した事業の推進とアニメ産業の支援
 - 3 まちづくりと連動した魅力ある商店街づくり(再掲)

第1回 杉並区基本構想実現の ための区民懇談会

——問い合わせは、企画課へ。

第1回「杉並区基本構想実現のための区民懇談会」を開催します。この懇談会は、24年3月に策定した「杉並区基本構想(10年ビジョン)」の実現のため、基本構想や総合計画(10年プラン)の達成度や進捗状況について区から報告を行い、区民の皆さんから幅広い意見や助言をいただくために設置したものです。委員は、区民20名(公募8名、団体推薦12名)、学識経験者2名です。

懇談会は公開で行いますので、傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。

※傍聴する方は直接議論に参加することはできません。

【日時】 3月24日(日)午後2時～5時30分(予定)

【場所】 区役所第4会議室(中棟6階)

※区役所へは青梅街道側「夜間・休日受付窓口(地下1階)」からお入りください。また当日、地下駐車場はご利用になれません。

区民農園の利用者を追加募集します

区民農園の利用者募集(全13農園)が1月に終了しましたが、定員に達しなかった次の農園について、追加募集を行います。太陽の下、大地に触れ、農業の楽しさを実感してみませんか。——問い合わせは、産業振興センター都市農業係 ☎5347-9136へ。

【内容】

◇追加募集農園の概要

- 農園名=上井草第二区民農園(上井草4-20)
- 区画数=20区画程度

◇農園の利用内容

- 区画=1世帯につき1区画(約10㎡)
- 期間=4月1日～28年2月15日(約3年間)
- 費用=1年7000円(初年度分は4000円)

【申し込み】「上井草第二区民農園利用者追加募集案内」(区役所1階、区民事務所・分室、駅前事務所で配布)に添付されている往復ハガキ(往復ともに50円切手を貼付)で、3月22日(必着)までに産業振興センター都市農業係(〒167-0043上荻1-2-1インテグラルタワー2階)へ郵送してください

【その他】申し込み資格などの詳細は、「上井草第二区民農園利用者追加募集案内」をご覧ください

情報化基本方針・情報化アクションプラン(案) について区民意見を募集します

区は、今後の区の情報化のあり方や目標などを示す「情報化基本方針」と、情報化施策を具体化するための取組を示す「情報化アクションプラン」の検討を進めてきました。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、情報政策課計画推進係へ。

情報化基本方針

情報化基本方針は、総合計画の具体化に向け、区の目指す情報化のあり方、的区政運営を支える情報化の推進」の2つの取組の下に、それぞれ3つの目標を示す最も基本的な方針です。「地域情報化の推進」と「創造的で効率的な区政運営を支える情報化の推進」の2つの取組の下に、それぞれ3つの目標を掲げ、今後5年の中期的な期間を設定します。

第一 地域情報化の推進

◆目標1 安全・安心を支える情報サービス・情報基盤の整備

①災害時における情報の収集・発信手段の多様化の推進

災害時の情報途絶を防ぐため、広報紙やピラ、伝言板といった手段に加え、情報通信技術(以下「ICT」)を活用した情報収集・発信手段を検証し、順次、実施していきます。

②災害に強い情報システムへの転換

災害時に行政サービスを継続、あるいは早期に再開するために、自治体が共同運用する情報システムサービス、民間サービス等の活用等を検討し、業務継続性の高い情報システムへの転換を図ります。

◆目標2 必要な時に必要な情報が届く情報発信・交流の推進

①より見やすく使いやすい区全体のウェブサイトの実現

区ホームページについて、より見やすく使いやすいウェブサイトへ再構築を進めます。

②区と区民、区民相互の情報交流の活性化

既存の情報発信の方法に加え、普及するSNS(※)

を活用することにより、区の情報発信力を高めます。

③多様な情報発信の検討

ICTを使った区の情報発信の一層の充実に努めるとともに、ICTを利用しない、利用できない区民に対しては、今後とも、紙媒体による情報提供等、必要な対策を講じていきます。

◆目標3 ICTの活用による利便性の高い区民サービスの実現

すでにICTを活用している区民サービスについては、より利便性の高いものとする見直しを行うとともに、これまで活用されていなかった分野についても活用を検討し、より良い区民サービスの実現に努めていきます。

第二 創造的で効率的な区政運営を支える情報化の推進

◆目標1 効率的で計画的な情報化の推進

①情報システムの調達ルールを設定

「システム調達ガイドライン」を改定し、より適正な情報システムの調達を可能とします。

②住民情報系システムの見直し

住民情報系システム(※)について、セキュリティの確保や安定性、費用対効果などを見極めなが

ら、最適なシステムへの見直しができるよう慎重に進めていきます。

◆目標2 行政内部の情報活用の推進

①行政内部情報の高度活用の推進

これまで各部門において個別に内部で管理されてきた情報について、ICTを活用することで、組織間・職員間で共有し、それらを結び付け、区民ニーズにのり確に対応する行政サービスを実現します。

②情報化の進展に対応した制度の見直し・検討

区が、民間のSNSや自治体クラウド(※)等の新たな情報システムサービスを活用するため、個人情報保護や情報セキュリティに配慮しながら、現行ルールの見直しや新たなルールの制定を行います。

③情報セキュリティの強化

新たなICTを有効に活用するため、セキュリティ点検内容の見直しや職員教育の強化等に、継続的に取り組み、より充実したセキュリティ管理を実現します。

◆目標3 ICTを効果的に活用できる人材の育成

説明会等、職員がICTの知識や技術を習得できる環境を整備し、情報化による恩恵を区民サービスに還元できる人材を育成します。

情報化アクションプラン

情報化アクションプランは、情報化基本方針に掲げる情報化施策を具体化する取組(下表参照)です。平成25年度~27年度までを期間とします。なお、情報化基本方針を計画的に推進するため、情報政策部門で全体の進捗状況の管理と推進を年度単位で実施していきます。

〈第一 地域情報化の推進〉

目標1 安全・安心を支える情報サービス・情報基盤の整備	
<ul style="list-style-type: none"> ●災害時の情報収集・発信に焦点をあてた震災訓練の実施 ●災害情報の緊急メールの発信 ●スマートフォン対応防災アプリケーションの普及促進 ●震災救済所へのWi-Fiスポットの設置 ●民間事業者等との協働による区民・帰宅困難者への多様な情報発信の実現 	<ul style="list-style-type: none"> ●Jアラート(※)の導入 ●防災無線の更新 ●緊急地震速報の活用 ●地域防災マップの作成支援 ●要援護者安否確認情報の共有化の推進 ●災害に強い情報システムの検討 ●全庁的な情報システムの業務継続計画の策定
目標2 必要な時に必要な情報が届く情報発信・交流の推進	
<ul style="list-style-type: none"> ●区全体のウェブサイトの再構築 ●サイトの地図情報の見直し ●区の保有する電子地図情報の提供 ●区民への情報発信・情報交流における民間SNSの活用 ●ICTを活用した区政への意見・要望機会の拡大 	<ul style="list-style-type: none"> ●電子アンケートの見直し ●地域情報ポータルサイト「すぎなみ地域コム」の充実 ●区内就労促進と産業振興のための情報発信の充実 ●ICT以外の手段による情報発信の確保
目標3 ICTの活用による利便性の高い区民サービスの実現	
<ul style="list-style-type: none"> ●公共施設予約システムの機能拡充 ●商店街ICT化事業の支援 ●スマートフォン対応「ごみ出しアプリ(仮称)」の開発・運用 	<ul style="list-style-type: none"> ●ICTを活用した収納方法の導入 ●学校におけるデジタル教材の活用 ●デジタル教材活用のための研修の実施 ●図書館サービス情報化の推進

〈第二 創造的で効率的な区政運営を支える情報化の推進〉

目標1 効率的で計画的な情報化の推進
<ul style="list-style-type: none"> ●情報化経費精査の実施 ●情報化経費精査のガイドラインの策定 ●住民情報系システムの再構築の準備 ●庁内ネットワークの見直し
目標2 行政内部の情報活用の推進
<ul style="list-style-type: none"> ●各部門個別情報の情報共有・連携方法の検討 ●ICTを活用した区民ニーズを行政サービスに反映する方法の検討 ●公文書管理に対応した内部情報システムの検討 ●庁内GIS(※)の活用の推進 ●校務システムの見直し ●庁内の情報化に関する規定の見直し ●情報システムセキュリティ点検の強化 ●職員の情報セキュリティ教育の強化
目標3 ICTを効果的に活用できる人材の育成
<ul style="list-style-type: none"> ●ICT活用に関する職員研修の実施 ●情報リーダの育成 ●情報システム部門の職員育成の強化

ご意見をお寄せください

各案の詳細は、区ホームページのほか、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、4月10日(必着)までに情報政策課計画推進係FAX5307-0774☎josei-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、6月の「広報すぎなみ」などで公表する予定です。

【開設期間】3月11日(月)~4月10日(水)

【閲覧場所】情報政策課(区役所西棟10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

〈用語説明(※)〉

- SNS=人と人との社会的ネットワークをインターネット上で構築するサービス
- 住民情報系システム=住民情報を扱う住民基本台帳事務処理システムを中心とした税、国民健康保険、介護保険などのシステム
- 自治体クラウド=自治体がネットワーク上のコンピュータを共同利用して住民情報の処理や内部情報の管理などの行政事務を行うこと
- Jアラート=国が整備している全国瞬時警報システム。防災行政無線を活用して、有事に市町村へ同報通信することができる
- GIS=地理情報システム。地図情報にさまざまな情報を付加させ、さまざまな情報を表示・検索する機能をもったシステム

新入生に防犯ブザーを貸し出します

区内在住で、4月から私立・国立の小学校に入学する1年生を対象に、防犯ブザーを無料で貸し出します。保険証などお子さんの年齢が確認できるものを持参してください。



▲ひもを引くことで大きな音がでます

時・場①区民事務所・分室、危機管理対策課（区役所東棟5階）＝3月21日（木）～4月5日（金）午前8時30分～午後5時（土・日曜日を除く）②駅前事務所＝3月21日（木）～4月5日（金）午前8時30分～午後7時（土曜日は午前9時～午後5時、日曜日を除く）③区民課区民係（区役所東棟1階）＝3月23日（土）・30日（土）午前9時～午後5時 ④危機管理対策課 ⑤区立小学校に入学する方は学校から貸し出します

現在お使いの「国民健康保険高齢受給者証」（以下「高齢受給者証」）の有効期限は3月31日です。4月1日以降の高齢受給者証は、3月中に簡易書留で世帯主宛てにお送りします。

現在の高齢受給者証は、有効期限を過ぎたら個人情報にご留意ください。有効期限は毎年8月に前年の所得状況で負担割合の判定をします。そのため、有効期限は「平成25年7月31日」です。ただし、有効期限までに75歳の誕生日を迎える方は誕生日の前日、負担割合の変更が予定される方は、変更予定日の前日が有効期限です。

70～74歳で国民健康保険加入の方へ 国民健康保険高齢受給者証を送付します

問 国保年金課 国保資格係

意の上、ご自身で破棄してください。 国保年金課 国保資格係（区役所東棟2階9番窓口）、またはお近くの区民事務所・分室、駅前事務所へ返していただくこともできます。

負担割合

一部負担金の割合は3割または1割で3月までと同じです。20年4月から1割の方の負担割合が2割に引き上げられましたが、特例措置により1割に据え置かれています。

※1割の方の負担割合の表記は「2割（ただし、有効期限までは1割）」となっています。

有効期限

高齢受給者証は毎年8月に前年の所得状況で負担割合の判定をします。そのため、有効期限は「平成25年7月31日」です。ただし、有効期限までに75歳の誕生日を迎える方は誕生日の前日、負担割合の変更が予定される方は、変更予定日の前日が有効期限です。

予防接種の制度が一部変更になります

問 杉並保健所 保健予防課 ☎ 3391-1025

「予防接種法」の政省令改正により、子どもの予防接種が次のとおり変わります。

①「長期にわたる疾病のため定期接種を受けられなかった方に対する特例措置」が設けられました。

1月30日から、長期にわたる療養を必要とする疾病にかかったことなどで、対象年齢の間に定期予防接種を受けられなかった方が、その病気が治癒してから2年以内に接種を受けた場合は、「定期接種（無料）」として扱います。

特例の対象となる疾病などの詳細は、お問い合わせください。

②「BCG」の接種期間が延長されます。

4月1日から、接種期間が「1歳になるまで」になります。

③「日本脳炎」の特例対象者が拡大されます。

4月1日から、現在特例対象となっていない「平成7年4月2日～5月31日生まれ」の方も、日本脳炎予防接種の特例対象となります。これにより、20歳未満まで無料で接種を受けられるようになります。

武蔵野市でも接種できるようになります

4月1日から、区と武蔵野市との協定により、「定期予防接種」が、東京23区と三鷹市に加え、新たに武蔵野市の契約医療機関でも受けられるようになります。

※任意予防接種（ヒブ・小児用肺炎球菌・水痘・おたふくかぜ・高齢者肺炎球菌）は、これまで通り区外での接種は有料（全額自費）です。

納得! 子宮頸がん

ワクチンのおはなし

子宮頸がんの原因であるHPV（ヒトパピローマウイルス）の感染を防ぐワクチンの必要性や接種パターン、注意点などをお話します。

時 3月16日（土）午後0時45分～1時45分 場 杉並保健所地下講堂（荻窪5-20-1） 師 下平レディスクリニック院長・中島由美子 定 80名（申込順） 費 無料 申込・問 電話で、杉並保健所健康推進課 ☎ 3391-1015 協 協力=女子大生リボンムーブメント

25年度

登録制自転車置場の利用申請を追加で受け付けます

問い合わせは、交通対策課自転車対策係へ。

追加募集する置場

●京王井の頭線西永福駅（B2ブロック）

※置場・ブロックは、左図参照。

申し込み・受け付け

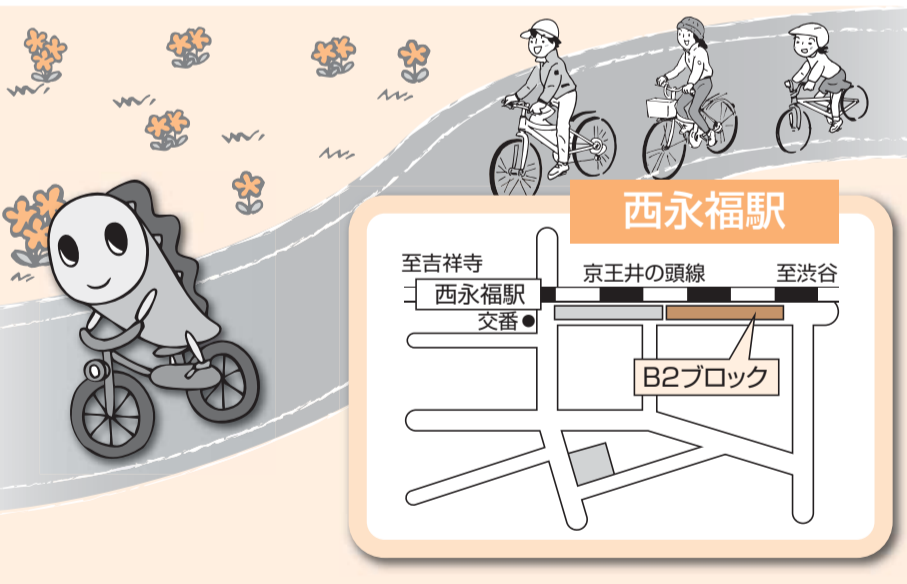
4月1日～26年3月31日

対象となる方

必要書類（左下表参照）を交通対策課自転車対策係（区役所西棟5階）へ郵送または持参してください（午後5時まで）。郵送の場合は、住所、氏名、電話番号、勤務先等の名称・所在地を記入したものと必要書類を送付してください。

次の全ての条件を満たす方
①区内か隣接する区・市に住所または通勤・通学先などがある
②通勤・通学などのため、駅までの往復に自転車を利用する
③自宅から駅まで、または駅から

通勤・通学のほか、学習塾・カルチャースクール・幼稚園の送迎・通院・介護で、週3日以上自転車を利用する方も①～③の各条件を満たせば、登録を承認します。買い物などでの登録はできません。



〈申し込みに必要なもの・登録手数料〉

対象	必要書類（写しでも可）	登録手数料
全員	通勤・通学先の確認ができるもの（定期券・社員証・在勤証明書・学生証など） ※25年4月から入学・就職予定の方は入学許可証・内定通知書など。	4000円
登録手数料の減額・免除を申請する方は、次の書類も必要です。		
25年4月1日現在、小中学生または65歳以上の方	生年月日が確認できるもの（保険証・免許証・住民票など）	2000円（減額後の金額）
障害者手帳などをお持ちの方	身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳、難病指定医療券、原爆被爆者健康手帳（上記免除対象者の介助者） 生活保護受給者証明書、中国残留邦人等への支援給付制度の受給者（本人確認証）	免除

杉並区次世代育成基金を応援してください

～ 応援寄附金の募集 ～

区では、次代を担う子どもたちが、国内外における子ども同士の交流や大自然に触れたり、文化・芸術・スポーツなどの体験の機会を通して、広い視野を持って、将来の夢を抱き、夢に向かって健やかに成長していけるように、24年4月に杉並区次世代育成基金を創設しました。24年度は、以下の事業に基金を活用し、子どもたちの積極的な参加を支援しています。今後とも、これらの事業を段階的に発展させていくためには、多くの区民の皆さんの賛同・支援が必要です。そのため、区では、次世代育成基金に区民の皆さんからのご寄附を募り、子どもたちの健やかな成長を地域社会全体で支えていくよう取り組んでまいります。皆さんのご理解と温かいご支援をよろしくお願いいたします。

——問い合わせは、児童青少年課青少年係 ☎3393-4760へ。

24年度の取り組み

24年度、この次世代育成基金を使ってさまざまな体験をした杉並区の子どもたちは、目を輝かせながら新しい発見や友人を得て、たくさんの笑顔を見せてくれました。

●北海道名寄市の子どもたちとの交流 (7月28日～31日、8月5日～8日)

区内の小学4～6年生25名が、24年7月に名寄市を訪問し、現地の子どもたちから北海道の大自然や風習などを教わりながら友好を築きました。24年8月には、名寄市の子どもを杉並区に迎え、杉並区の魅力を伝え、互いの親交を深めるとともに、同世代の子ども同士での交流ならではの貴重な体験をすることができました。



チームと区内の野球場で熱戦を繰り広げました。交流会では言葉の壁を越えて和やかに友好を育み、互いに国際理解を深めることができました。参加した中学生には、異なる国の文化に接するとともに、普段の対戦相手がチームメイトとして共に戦うという貴重な体験となりました。



●真冬の北海道名寄市での自然体験 (12月26日～28日)

区内の小学5・6年生25名が名寄市へ訪れ、厳寒の北海道の大自然の中で体験学習をするとともに名寄市の子どもたちとのさまざまな交流を図りました。



●世界自然遺産の小笠原諸島での自然体験 (3月末実施予定)

25年3月末に、区内の中学生約30名が小笠原諸島を訪れ、世界自然遺産の大自然を体験するとともに地元の方々と交流します。



●群馬県東吾妻町の子どもたちとの交流 (8月18日～20日)

区内の小学4～6年生25名が、東吾妻町の子どもたちと一緒に、農業体験や自然の中でのプログラムへの参加を通じて、家族や友人との旅行では体験することができない貴重な時間を過ごすことができました。



●交流自治体中学生親善野球大会 (10月6日～8日)

台湾台北市と福島県南相馬市から中学生野球チームを迎え、2チーム40名の区内中学生選抜

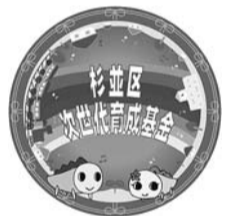
ありがとうございました

24年11月9日～1月末のご寄附

平田敦子=20万円▷佐藤俊彦=3万円▷(有)川名肉店=5万円▷根本特殊化学(株)=10万円▷チャリティ杉並明るいみんなの会=10万円▷伊藤剛=3万円▷仁平義道=50万円▷(株)みずほ銀行荻窪支店=2万円▷(株)泉商会(敬称略、順不同) このほか匿名で6件、合計で238万3333円のご寄附をいただきました。これまでの寄附の累計は、34件で430万6876円となりました。

次世代育成基金活用事業 報告パネル展示

24年度に次世代育成基金を活用して実施した取り組みを報告するパネル展を実施します。なお、初日の4月20日(土)は、基金への寄附も受け付けています。ご寄附いただいた方には、「なみすけオリジナルステッカー」を差し上げます。



▲なみすけオリジナルステッカー

☎ 4月20日(土)～26日(金)午前8時30分～午後5時(20日は午前9時から。21日(日)を除く) 場 区役所1階ロビー

寄附の方法

区では、次世代育成基金へのご寄附をさまざまな方法で受け付けています。より多くの杉並の子どもたちにさまざまな体験の機会を継続して提供していくため、皆さんのご理解とご支援をお願いします。

寄附は1口1000円から受け付けています。

※個人の場合、寄附金額から2000円を差し引いた額の控除が受けられます。

4月から

郵便局(ゆうちょ銀行)からでも寄附ができるようになります

4月からお近くの郵便局での振り替えによる寄附もできるようになります。区役所や区民事務所に備え付けの案内チラシの振替用紙に①住所②氏名③電話番号④寄附金額を書いて、郵便局の窓口へ。

次世代育成基金の窓口(児童青少年課青少年係)

〒167-0051荻窪1-56-3

☎3393-4760 FAX3393-4714

✉seisho-k@city.suginami.lg.jp

◇現金でご寄附される場合

あらかじめ、次世代育成基金の窓口(児童青少年課児童青少年係)へご連絡ください。

◇区が発行する納付書でご寄附される場合

寄附申込書(次世代育成基金の窓口から取り寄せ。区ホームページからも取り出せます)を記入し、担当窓口へ郵送、ファクスまたはEメールでお送りください(Eメールの場合、住所・氏名<フリガナ>・電話番号・寄附金額・寄附の公表の可否を記入。寄附申込書の添付は不要)。専用の納付書をお送りします。お近くの金融機関で納付してください。

◇金融機関(郵便局を除く)の窓口またはATMからご寄附される場合

次のみずほ銀行の口座へお振り込みください。なお、金融機関での振り込みの場合は、振込手数料をご負担いただきます。

▷振込先=「みずほ銀行 荻窪支店 普通預金 2892159 杉並区次世育成基金」

次世代育成基金への寄附は、所得税・住民税の控除の対象になります。また、法人の場合は、全額損金算入が可能です。控除を受ける場合は、区が発行する受領証明書が必要になるため、寄附受領証明書が必要な方は、寄附申込書(次世代育成基金の窓口から取り寄せ。区ホームページからも取り出せます)を記入し、振り込んだ際の受取書の写しまたはATM利用明細の写しを添付して、次世代育成基金の窓口へ郵送またはファクスしてください。

粗大ごみ受付センター休止のお知らせ

粗大ごみ受付センターは設備メンテナンスのため、電話・インターネットによる粗大ごみ受け付けを下記のとおり休止します。

【休止期間】
 ◇電話☎03-5296-5300= 3月24日(日)午前8時～午後7時
 ◇インターネット= 3月23日(土)午後8時～24日(日)午後6時

☎杉並清掃事務所☎3392-7281 / 同事務所方南支所☎3323-4571
 / 同事務所高円寺車庫係☎3317-6771

区からの お知らせ

SUGINAMI INFORMATION

年金

障害基礎年金

国民年金に加入中または20歳前もしくは60～64歳に初診日のある病気やケガなどで重い障害を持ち、日常生活に著しい障害がある方は、障害基礎年金を請求することができます。

ただし、初診日の前日において、初診日の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と免除・若年者納付猶予・学生納付特例期間を合わせて3分の2以上あるか、または特例として、初診日の前日において、初診日の前々月までの1年間に未納がないことが必要です。また、20歳前に初診日のある障害の場合は、本人の所得により、年金の支給が制限される

住まい・まち

まちづくり助成活動報告会

24年度まちづくり助成金交付団体が一年間の活動内容を報告します。

☎3月17日(日)午前10時～正午
 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 費無料(申込み、直接会場へ) 申込みはまちづくり推進管理係

◆まちづくり博覧会
 「みんなで考える『人が生きるまちづくり』とは…」
 ☎3月17日(日)午前10時～午後4時30分
 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 講演「すぎなみクラシズム」(2時～3時30分。多摩大学大学院教授・望月照彦)、活動団体見本市、昼・まち博サロン、エネルギー・カフェ、ワークショップほか
 ②細田工務店(阿佐谷南3-35-21) 写真展ほか費無料。ただし実費が伴う催しがあります
 申込み、直接会場へ
 申込みはまちづくり博覧会実行委員会・井原☎070-6611-2925

子育て・教育

⑨医療証・親医療証を送付します(医療証の切替)

◆小学校に入学する子の保護者
 現在、⑨医療証(乳幼児医療

場合があります。

原則として、65歳になる前までに手続きすることが必要です。その他の支給要件など、詳細はお問い合わせください。

☎国保年金課国民年金係(第3号被保険者期間中に初診日のある方は、杉並年金事務所☎312-1511)

証)をお持ちの方で、4月から小学校へ入学する新1年生の保護者あてに、⑨医療証(義務教育就学児医療証)を3月下旬頃に送付します(申請不要)。

4月以降、都内の医療機関(調剤薬局を含む)で受診等をする場合は、必ず今回送付する⑨医療証を提示してください。

3月中に区外へ転出した場合は対象になりません。送付した⑨医療証は返却してください。

◆中学校を卒業する子の保護者
 現在、⑨医療証をお持ちの方で3月に中学校を卒業する方は、4月からは⑨医療証の資格を喪失します。

なお、保護者が、⑨医療証(ひとり親医療証)をお持ちの場合は、お子さんの氏名が記載された⑨医療証を3月下旬頃に送付します(申請不要)。

中学校卒業後に、ほかの公費負担医療制度(⑨・⑩・⑪)の申請を希望する方は、別途手続きが必要で、各担当窓口へご相談ください。

⑩子・親医療証は子育て支援課、⑪医療証は障害者施策課、⑫医療券は各保健センター

採用情報

杉並区職員(福祉Ⅱ類)

☎第一次選考日☎4月7日(日)
 ☎受験資格☎昭和58年6月2日～平成5年6月1日生まれで、保育士の資格を持ち、都道府県知事の保育士登録を受けている方(25年5月31日までに資格取得見込みを含む。その場合は資格取得後速やかに登録が必要) / 国籍は問いません
 ☎募集人数
 Ⅱ若干名
 ☎募集案内・申込書の配布場所
 Ⅱ職員課人事係(区役所東棟5階)、保育課(東棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、図書館、児童青少年センター(荻窪1-56-3) 申込みは3月22日(必着) までに職員課人事係へ
 ☎持参☎3月22日午後5時までに職員課人事係へ
 ☎同係

施設情報

証明書自動交付機の再設置

3月18日(月)、デイヤ阿佐ヶ谷(JR阿佐ヶ谷駅構内)デイヤ阿佐ヶ谷1階、JR阿佐ヶ谷駅改札と中杉通りを結ぶ自由通路(協)に証明書自動交付機を設置

その他

節電・省エネ

なんでも相談窓口

知識豊富な相談員がお答えします。

☎3月28日(木)午前10時～午後4時
 区役所1階ロビー 費無料
 申込み、直接会場へ
 環境課地域エネルギー対策担当

春の交通安全パレード in 中杉通り

春の交通安全運動に先立ち、交通安全パレードを行います。東京立正高等学校吹奏楽部や警視庁騎馬隊も参加します。

JR阿佐ヶ谷駅南口で、白バイ・パトカーの展示、騎馬への試乗体験があります。

【日時】3月30日(土)午前10時～11時30分
 【場所】中杉通り(JR阿佐ヶ谷駅南口～杉並区役所間)
 ※騎馬への試乗体験は小学3年生以下のお子さんに限ります。

☎杉並警察署☎3314-0110または交通対策課

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、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

3月4日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計876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

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)	2月26日	区役所青梅街道側	0.07
	3月5日		0.07
杉並保健所(荻窪5-20-1)	2月26日	保健所前駐車場西側	0.07
	3月5日		0.07
衛生試験所(高井戸東3-20-3)	2月26日	試験所玄関前駐車場	0.07
	3月5日		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。

杉並区歌の作詞家・**佐藤有弘氏**に感謝状を贈呈しました

「杉並区歌」は区制施行50周年の記念として、昭和57年9月に制定しました。これを作詞した佐藤有弘氏(右写真)が24年12月に、74歳でご逝去されました。佐藤氏は長年阿佐谷在住で、杉並のまちを歌に詠まれました。

区は、区の発展や公共の福祉の増進に寄与された功績に対し、感謝状をご遺族の方にお渡ししました。

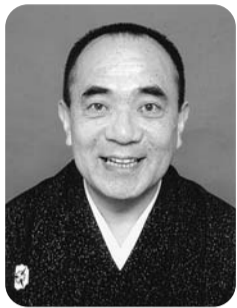
園高齢者施策課いきがい活動支援係



特撰落語会

三遊亭小遊三・桂文珍
二人会

時 7月19日(金)午後7時 杉並公会堂(上荻1-23-15)
因 東西はなし家を代表する二人の大御所による東西落語対決
▷ 出演 = 三遊亭小遊三、桂文珍ほか
因 小学生以上の方 費 S席4000円、A席3500円(申込)
チケット発売開始日 = 4月6日(出)▷ チケット販売窓口 = 杉並公会堂 ☎5347-4450 (初日は電話予約のみ) ほか



▲三遊亭小遊三



▲桂文珍



日本フィル
公開リハーサル

時 4月18日(木)午後1時 杉並公会堂(上荻1-23-15)
因 出演 = ピエタリ・インキネン(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「交響曲第2番」
因 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



◎三好英輔

▲ピエタリ・インキネン

貴金属製品のホールマークをご存じですか？

ホールマークとは、指輪やネックレスなどの貴金属(金・銀・白金(プラチナ))製品の品位(純度)を証明するマークです。貴金属の品位は、造幣局が製造または販売事業者からの依頼を受け、合格した製品に品位証明印(ホールマーク)を打刻しています。

日本のホールマークは、任意の制度として設けられているため、市販の貴金属製品にはホールマークのない製品もあります。ホールマークがない場合、信頼性のある品位の判別ができない場合があります。詳細は、造幣局のホームページをご覧ください。



▲ホールマーク(例)

因 造幣局東京支局事業管理課 ☎3987-3136

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

★杉並アマ美連盟美術展 時 3月20日(祝)～25日(月)午前10時～午後5時 会場 セシオン杉並 因 洋画、日本画、水墨画、工芸画などの展示と講師による講評 因 洋画 = 白日出・黒沢信男、日本画 = 日本美術院・下島洋貴 費 無料(申込当日、直接会場へ) 因 杉並アマ美連盟・渡邊 ☎3392-7592

★大田黒公園「春のお茶会」①茶室②休憩室 時 3月23日(出)①午前10時・11時・午後1時・2時・3時②午前10時～午後4時 会場 大田黒公園 因 抹茶、お茶菓子の提供 ①各回10名(申込順) 費 ①各回500円②300円(申込) ①電話で、箱根植木 ☎3303-2215 (月～金曜日、午前9時～午後5時30分)へ②当日、直接会場へ 因 箱根植木

★駅からお散歩「高円寺」～個性なお店を探る小さな旅 時 3月23日(出)午前10時～午後1時 会場 集合場所 = JR高円寺駅北口▷ 主な散策場所 = 庚申塔、座・高円寺、氷川神社、気象神社、高円寺、長仙寺など/全行程約3.8km 因 NPO法人すぎなみムーサー 定20名(抽選) 費500円(保険料含む) (申込) フォクス(9面記入例参照)で、3月17日までにすぎなみムーサー・野田 ☎5382-4566 へ 因 野田 ☎090-2912-6486

★音楽体験きて、みて、さわって2012発表会 時 3月26日(火)午後1時30分～3時 会場 浜田山会館 因 三弦・尺八・鼓の体験発表▷ 曲目 = 日本のわらべ唄、唱歌ほか 因 邦楽離子演奏家・望月庸子、地唄曲演奏家・浜根由香、琵琶演奏家・塩高和之ほか 定200名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 因 音楽プロジェクトここふた杉並・藤田 ☎3390-1342

★杉並区シルバー人材センター「ジャズコンサート」 時 3月30日(出)午後1時30分 会場 産業商工会館 因 ビッグウィングジャズオーケストラから選ばれた小編成バンドメンバーによる演奏を楽しみ、懐かしい歌をみんなで歌って交流を深める▷ 曲目 = 「春の小川」ほか 因 区内在住の方 定20名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 因 同センター・山本 ☎3391-7441

★春爛漫の善福寺川ウオーキング～野に咲く花々を訪ねませんか 時 4月7日(日)午前9時～正午(雨天中止) 会場 集合場所 = あんさんぶる荻窪 因 区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は保護者同伴) 定30名(申込順) 費300円(当日)。小学生以下は無料(申込)

フォクス(9面記入例参照)で、みどりの善福寺川を愛でる会・西野 ☎3398-3832 へ 因 同会・重久 ☎3318-7172

★バスで行く陽春の「檜原都民の森」登山と観察会 時 4月13日(出)午前8時～午後6時 会場 檜原都民の森(西多摩郡檜原村)▷ 集合・解散場所 = あんさんぶる荻窪/現地までバスで移動 因 「檜原都民の森」のお話と春の山(高低差397m。3時間)のトレッキング 因 区内在住・在勤・在学の18歳以上で3時間以上の山歩きができる方 定30名(抽選) 費1500円(昼食代・保険料を含む) (申込) 往復ハガキ(9面記入例参照)で、3月25日(必着)までにNPO法人すぎなみ環境ネットワーク(〒167-0051荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪)へ 因 同団体 ☎5347-2255 因 山歩きに適した服装と靴で雨具などを持参してください

★みどりと水辺を楽しもうブルーベリーを育てよう 時 4月21日(日)午前10時30分～午後3時30分 会場 あきる野市五日市小庄岡部農園と周辺里地▷ 集合・解散場所 = JR五日市線武蔵五日市駅 因 ブルーベリー畑の育成(雑草取り・ネット張り)、清流の生き物や野草などの観察 因 環境カウンセラー 因 区内在住で小学生以上の方 定30名(申込順) 費300円。小学生100円(申込) 因 電話またはフォクス(9面記入例参照)で、NPO法人杉並環境カウンセラー協議会 ☎ FAX3392-0606 (電話は午前10時30分～午後4時30分)へ

★高井戸春の安全運転講習①二輪車実技講習②親子・高齢者・三世代自転車実技講習③車の運転者向け講習 時・場下表のとおり 会場 高井戸警察署交通課 ①二輪車免許のある方②自転車に乗れる方③車の免許のある方 定各50名(先着順) 費①のみ200円(保険料) (申込) 当日、直接会場へ 因 高井戸警察署交通課 ☎3332-0110 ①は二輪車②は自

〈高井戸春の安全運転講習〉

	日時	場所
① 二輪車	3月17日(日) (雨天実施)	日通自動車学校 (宮前5丁目)
	3月17日(日) (雨天中止)	
③ 車の運転者向け	3月26日(火)	久我山会館
	27日(水)	高井戸地域区民センター
	28日(木)	永福和泉地域区民センター
	29日(金)	高井戸警察署講堂 (宮前1丁目)

※①は午前10時～正午、②は午後1時～3時、③は午後7時～8時。

転車でお越しください

講演・講座

★スマートフォン活用セミナー～未経験者からビジネス活用まで 時 3月22日(金)午後8時～9時30分 会場 阿佐谷地域区民センター 因 生活や仕事に役立つアプリや活用事例の紹介 因 中高英明ほか 因 区内在住・在勤の方とその家族 定30名(申込順) 費 無料(申込) フォクス(9面記入例参照)で、グロービス・遠藤 ☎5377-9952 へ 因 同団体 ☎5377-9951 因 詳細は、グロービスホームページ <http://www.growth-llc.com> をご覧ください

★歴史講演会～執筆800年記念「方丈記を語る」 時 3月23日(出)午後1時30分～4時 会場 セシオン杉並 因 元杉森中学校教諭・貝瀬弘子 因 区内在住の方 定100名(先着順) 費300円(申込) 当日、直接会場へ 因 杉並区歴史研究団体連絡会会長・新村 ☎3397-0908

★日本の祭りとい異形の神々シリーズ2 時 5月11日・25日、6月8日・22日、7月6日・20日/いずれも土曜日の午後2時～3時30分。計6回 会場 明治大学和泉キャンパス(永福1丁目) 因 明治大学文学部兼任講師・水谷類 因 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定100名(申込順) 費3000円(申込) 因 電話で、明治大学リパティアカデミー事務局 ☎3296-4423 へ

その他

★税金なんでも相談会 時 3月23日(出)午前9時～正午 会場 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費 無料(申込) 因 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30分(正午～午後1時を除く)) へ ①相談時間は1人45分程度です②詳細は、東京税理士会荻窪支部ホームページをご覧ください

★白色申告者向け記帳説明会 時 4月17日(水)午後2時～3時30分 会場 杉並青色申告会事務局(阿佐谷南3丁目) 因 26年1月からの白色申告者の記帳・保存方法と青色申告のメリット 因 杉並税務署個人課税第一部門指導上席・森嶋雄 因 白色申告者の事業所得者および不動産所得者 定25名(申込順) 費 無料(申込) 因 電話またはフォクス(9面記入例参照)で、杉並青色申告会 ☎3393-2831 FAX3393-2864 へ 因 長寿応援対象事業

★荻窪フリーマーケット出店者募集 時 4月14日(日)午前10時～午後4時(雨天時は21日(日)に順延) 会場 荻窪タウンセブン8階屋上(上荻1丁目) 因 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 費 1区画(2m四方)2000円(申込) 往復ハガキ(9面記入例参照)。往復ハガキ以外は無効)で、3月24日(必着)までに荻窪フリーマーケット事務局(〒166-0004阿佐谷南2-18-1-1階)へ(抽選) 因 同事務局 ☎3315-7751

★NPO法人すぎなみ環境ネットワーク職員募集 因 一般事務▷ 勤務期間 = 4月1日～26年3月31日(4回まで更新可。ただし65歳に達した年度末で退職)▷ 勤務日時 = 月16日勤務。午前8時20分～午後5時20分▷ 勤務場所 = あんさんぶる荻窪▷ 募集人数 = 1名▷ 報酬 = 月額18万4900円▷ その他 = 社会保険加入。有給休暇・健康診断あり 因 経理事務経験者、パソコンが使える方 (申込) 履歴書に作文「環境について考えていること」(様式自由。800字以内)を添えて、3月20日(必着)までにすぎなみ環境ネットワーク(〒167-0051荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪4階)へ郵送または持参 因 同団体 ☎5347-2255 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

★協働に関心のある企業と障害者福祉・就労支援団体の情報交換・交流会

「東京都新しい公共支援事業」のモデル事業として、区内のNPOと企業をつなぎ、地域活性化を目指す取り組みです。

時 3月21日(日)午前10時～正午 会場 産業商工会館 因 企業とNPO団体双方にメリットのある「協働」を目指した情報交換・交流会 因 協働に関心のある障害者福祉・就労支援などのNPO団体、企業、区内在住の方 定30名(申込順) 費500円(申込) Eメール(9面記入例参照)で、杉並NPO支援ネットワーク推進協議会 info@nami-shien.com へ 因 同団体 ☎6383-5151

★杉並区シルバー人材センター「小学生のための学習教室」 時・費 下表のとおり 会場 シルバー人材センター荻窪分室または清水分室 因 期間 = 4月～26年3月(夏・冬・春の休みは除く)▷ 科目 = 国語・算数 因 同センター会員の元教師 因 原則として区立小学校に通う児童 定各15名(抽選) (申込) ハガキ(9面記入例参照)に学校名・学年・児童名・保護者氏名も書いて、3月22日(必着)までに同センター各分室(荻窪 = 〒167-0051荻窪2-29-3 / 清水 = 〒167-0033 清水3-22-4) へ 因 荻窪分室 ☎3220-9804、清水分室 ☎3394-2253

〈小学生のための学習教室〉

授業日時	火・金曜日 午後4時30分～6時	土曜日 午前9時30分～11時30分	
会場・学年	荻窪 = 5・6年生 清水 = 4年生	荻窪 = 4年生 清水 = 5・6年生	
授業料	1学期	2万4225円	1万5700円
	2学期	2万6700円	1万6800円
	3学期	1万5975円	1万2400円

※別途テキスト代(各教科1000円前後)がかかります。

科学館

◇サイエンス・ウィーク春

時・内・定 下表のとおり 区内在住・在勤・在学の方

◇天文ミニ観望会「太陽を見よう」

天体観測室の望遠鏡で、太陽のプロミネンスや黒点の様子を観望します。ただし、雨天・曇天時は視

聴覚室で天文の映像を上映します。

時 3月30日(土)午前10時30分～正午 時間中はいつでも参加できます

— (いずれも) —

場・回 科学館(清水3-3-13 ☎3396-4391) 費 無料
申込 当日、直接会場へ 他(1)車での来館はご遠慮ください(2)エレベーター・エスカレーターはありません

(サイエンス・ウィーク春)

時間・内容	3月23日(土)	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)
プラネタリウム(子供向け) 時 午前11時～正午 回 5歳以上	「とんとんのゆめ」+今夜の星空 定 140名			
大人講座 時 午後1時～3時	醸造酒の科学 定 20名	天文講座「HR図(ヘルツシュプルング・ラッセル図)から知る...太陽、星、宇宙」 定 20名		
科学体験教室 時 午後1時～2時30分 回 小学4年生以上	ヘイケだってきれいだよⅡ 定 30名	アートキャンドル 定 30名	LED信号機づくり 定 30名	透明な岩石でサイコロづくり 定 30名
ジュニア教室 時 午後1時～2時30分 回 5歳～小学3年生	磁石おもちゃ 定 40名	へんしんてるてるぼうず 定 40名	おどろきBOXづくり 定 40名	ミニタワーづくり 定 40名
プラネタリウム(一般向け) 時 午後3時15分～4時15分	「ハピタブル・アース～めぐる炭素と消えない海の秘密」+今夜の星空 定 140名			
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				

*定員を超えての入場はできません。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します(参加者本人1人1枚。代理の方には配布できません)。プラネタリウムは5歳未満は入場できません。

在宅医療推進フォーラム

**在宅医療ってどんな医療?
訪問診療について知りたい!**

在宅医療の制度(訪問診療と往診の違い)、利用までの流れ、他職種との連携など、実際の在宅医療について分かりやすくお話しします。

時 3月23日(土)午後1時30分～4時 場 区役所第4会議室(中棟6階) 内・回 杉並区医師会・甲田潔(司会)▷講演=①在宅医療(訪問診療)の仕組みについて=おぎぞぼ正クリニック・阿部正②がんの在宅医療=越川病院・越川貴史③認知症や精神疾患の在宅医療=あんずクリニック・児島直樹④在宅で行う歯科診療=歯科保健医療センター・福井智子⑤薬局にできること=杉並区薬剤師会理事・三尾恵造⑥訪問看護にできること=シーエルポート杉並・佐伯聡子 区内在住の方、医療・介護の関係者 定 120名(先着順) 費 無料 申込 当日、直接会場へ 回 高齢者在宅支援課在宅療養支援担当 他 共催 = 杉並区医師会、杉並区歯科医師会、杉並区薬剤師会

SPORTS
スポーツのある暮らし
健康の第一歩

スポーツ教室

●大宮前体育館の教室

◇たのしいたいそう教室①年中児②年長児③小学生クラス

跳び箱・マット・鉄棒などを行い、みんなで楽しくチャレンジしていきます。

時 4月6日～12月21日の第1・3土曜日
①②午後1時～2時③2時～3時(各クラス計16回。8月は除く) 回 ヴィムスポーツアベニュー所属指導員 区内在住・在学(在園)で①は年中児(20年4月2日～21年4月1日生まれ)②は年長児③は新小学1～3年生/①②は合同で行います 定 ①②40名③40名/いずれも抽選 費 各クラス前・後期各1万円 申込 往復ハガキ(9面記入例参照。1人1枚)に①～③の希望と新学年・性別も書いて、3月22日(必着)までに同体育館へ

◇大宮前ジュニアフェンシング教室

2年以上の経験者がもう1段上の技術を習得し、積極的に試合へ参加します。

時 4月6日～26年3月15日の第1・3・5土曜日、午後3時～7時(計20回。4・7月は日程変更あり) 回 杉並区フェンシング協会 区内在住・在学でフェンシングを2年以上経験している小中学生 定 20名(抽選) 費 月4000円 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)に新学年も書いて、3月21日(必着)までに同体育館へ

◇めざせオリンピック選手!はじめてのフェンシング

基本的な構えから試合まで楽しく指導します。

時 4月6日～26年3月15日の第1・3・5土曜日、午後3時～5時(計20回) 回 杉並区フェンシング協会 区内在住・在学の小中学生 定 30名(抽選) 費 前・後期各8000円(別途ユニフォーム代) 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)に新学年も書いて、3月21日(必着)までに同体育館へ

— (いずれも) —
場・回 大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11 ☎3334-4618)

●荻窪体育館の教室

◇シニアチャレンジスポーツ教室

①初めての太極拳～ストレッチから型まで

時 4月7日(日)午前9時～10時30分 回 区太極拳連盟・下川和久 区内在住で50歳以上の方 定 30名(申込順) 費 200円 申込 電話で、

⑤の教室は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと(スポーツ施設)」から申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは3月11日午前8時30分からハガキ締切日まで。

同体育館へ 他(1)年間を通して開催します(2)当日の同時帯は一部を個人利用として開放しています

②初めてのソシアルダンス

基本ステップから指導します。ブルース、ジルバ、ワルツなど楽しく踊ります。

時 4月13日(土)午後1時～3時 回 区ダンススポーツ連盟 区内在住で50歳以上の方 定 20名(申込順) 費 200円 申込 電話で、同体育館へ 他(1)年間を通して開催します(2)当日の同時帯は一部を個人利用として開放しています

③初めてのユニカール

陸上版カーリングです。基本から試合まで、戦略勝負をお楽しみください。

時 4月9日(火)午前11時～午後1時 回 石井巧樹 区内在住で50歳以上の方 定 20名(申込順) 費 500円 申込 電話で、同体育館へ 他(1)年間を通して開催します

◇はじめてバレエA I ②バレエB I ③しなやかにバレエ I

時 4月11日～8月1日の木曜日①午前9時～10時15分②10時15分～11時30分③11時30分～午後1時(各計15回) 回 林直美 区内在住・在勤・在学の16歳以上で、①②は初心・入門者③ははじめてバレエ経験者で初・中級者 定 各20名(抽選) 費 ①②1万5000円③1万6500円 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)に①～③の希望も書いて、3月22日(必着)までに同体育館へ 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

◇タイ式ヨガルーシーダットン I

時 4月15日～7月22日の月曜日①午後7時～8時②8時～9時(各計12回) 回 咲起 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 20名(抽選) 費 各6000円 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)に①②の希望も書いて、3月21日(必着)までに同体育館へ 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

— (いずれも) —
場・回 荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 ☎3220-3381)

●オリンピック選手が教えるはじめてランニング ⑥教室番号「1425」

基本からじっくり教えます。

時 4月9日(火)・23日(火)、5月14日(火)午後7時30分～8時50分(計3回。予備日5月28日(火)) 場 下高井戸運動場 師 渡邊タカヒロ 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方

(中学生は保護者の送迎が必要) 定 20名(抽選) 費 3000円 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)で、3月21日(必着)までに下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1)へ 回 同運動場 ☎5374-6191

●高井戸温水プールの教室

①初心者水泳教室

呼吸付きのクロールを目指します。

時 4月8日・22日、5月13日・27日、6月3日・10日・24日/いずれも月曜日の午前10時～10時50分(計7回) 回 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 10名(抽選) 費 5600円

②幼児水泳スクール

水慣れから、水泳の基礎を学べます。

時 4月8日・22日、5月13日・27日、6月3日・10日・24日/いずれも月曜日の午後3時30分～4時20分(計7回) 回 区内在住・就学前の4～6歳の方 定 15名(抽選) 費 9100円

③小学生水泳スクール(初心者)

水慣れから、水泳の基礎を学べます。

時 4月8日・22日、5月13日・27日、6月3日・10日・24日/いずれも月曜日の午後4時30分～5時20分(計7回) 回 区内在住・在学の小学生 定 15名(抽選) 費 9100円

— (いずれも) —
場 高井戸温水プール 申込 往復ハガキ(9面記入例参照)に①～③の希望と性別も書いて、3月18日(必着)までに高井戸温水プール(〒168-0072高井戸東3-7-5)へ 回 同プール ☎3331-7841 他(1)前面に名前を書いた水泳帽子を持参してください(2)当選の方は3月31日までに、同プール窓口で入金手続きをしてください

●上井草スポーツセンターの教室

①初心者ゲートボール教室

誰でも気軽に楽しめ、生涯スポーツとして始めてみたい方にお勧めの教室です。

時 4月14日～5月12日の毎週日曜日、午前10時～正午(計5回) 内 スティックの握り方、打撃方法、試合のやり方 回 区ゲートボール連盟・高橋純一 区内在住・在勤・在学の方 定 20名(申込順) 費 500円 申込 電話または直接、同センターへ。または電話で、区ゲートボール連盟・高橋純一 ☎3313-1955へ 回 高橋 ☎3313-1955 他 ①道具は貸し出します②詳細は、同連盟ホームページ http://sites.google.com/site/suginamigb/home をご覧ください

②プレキッズ&マミーサッカー教室

親子で体を動かす楽しさやボールを蹴るおもしろさを体感できます。

時 4月10日(水)・17日(水)・24日(水)①2歳児クラス=午前10時～10時50分②3・4歳児クラス=午前11時～11時50分 回 F C 東京普及部コーチ 区内在住・在勤(保護者)・在園で2～4歳のお子さんと保護者 定 各日各クラス20組40名(申込順) 費 各回1組500円(子育て応援券利用可) 申込・回 電話または直接、同センターへ

③放課後エンジョイフットボール

当日集まった子供たちでチームを作り、試合を行います。

時 ①4月11日(木)②25日(木)/いずれも午後4時～5時=新小学1～3年生、午後5時30分～6時45分=新小学4～6年生 回 F C 東京普及部コーチ 区内在住・在学の小学生 定 各日各クラス30名(申込順) 費 各回500円 申込 電話または直接、同センターへ

④親子サッカー教室

親子で一緒にボールを使ってコミュニケーションをとりながら、サッカーのトレーニングを行います。

時 4月14日(日)①午後1時15分～2時45分=新小学1・2年生 ②3時15分～4時45分=新小学1・2年生 回 F C 東京普及部コーチ 区内在住・在勤(保護者)・在学(在園)の年中～小学2年生の親子 定 各20組40名(申込順) 費 各500円 申込 電話または直接、同センターへ

⑤女性のためのサッカー教室

サッカーの基本技術トレーニングを中心に、最後は試合を行います。

時 4月21日(日)午後3時15分～4時45分 回 F C 東京普及部コーチ 区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性 定 20名(申込順) 費 500円 申込 電話または直接、同センターへ

⑥なでしこサッカークリニック～ピギナークラス

サッカー未経験・初心者にはサッカーの楽しさとサッカーに必要な技術を教えます。

時 4月28日(日)午後3時15分～4時45分 回 F C 東京普及部コーチ 区内在住・在勤(保護者)・在学で小学1～6年生の女子 定 20名(申込順) 費 500円 申込 電話または直接、同センターへ

— (いずれも) —
場・回 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) 他 ②～⑥は3月26日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込みできます

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

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

催し EVENT

■杉並の鎮守の森 その植生の変化と機能
区内にある鎮守の森1カ所を選定し、植生と環境改善機能について調査した報告書をもとに展示を行います。併せて杉並の神社の概要も紹介します。

■開催期間=3月15日(金)~6月2日(日)午前9時~午後5時▷休館日=月曜日と第3木曜日(祝日の場合は開館し、翌日休館) 郷土博物館分館(天沼3-23-1天沼弁天池公園内) 費無料(申込)当日、直接会場へ 郷土博物館分館 ☎5347-9801

■すぎのき生活園「陶芸作品展」
知的障害者の通所施設であるすぎのき生活園では、土に親しみながら陶芸活動を行っています。利用者の個性豊かな作品をご覧ください。

■開催期間=3月18日(月)~25日(月)午前8時30分~午後5時(20日(祝)・24日(日)を除く。23日(土)は午前9時~。25日は午後4時まで) 郷土博物館分館1階ロビー(申込)当日、直接会場へ すぎのき生活園 ☎3399-8953

■その運転が事故を招く!スタントマンの事故再現型自転車教室
目の前で実演される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。

■開催期間=3月24日(日)午前10時30分~11時30分 荻荻中学校(今川2-13-24) 対中学生以上の方 費無料(申込)当日、直接会場へ 区交通対策課 ☎5307-0793 または荻荻警察署 ☎3397-0110 他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参加はご遠慮ください

■合成撮影を通じて本の世界に入ってみよう!
合成技術を使って絵本の中のような映像を撮影します。終了後に完成した動画をDVDで差し上げます。

■開催期間=3月23日(土)=方南図書館(方南1-51-2) ②24日(日)=永福図書館(永福4-25-7) / いずれも(1)午前10時30分~11時30分(2)11時30分~午後0時30分(3)1時~2時(4)2時~3時(5)3時~4時(6)4時~5時 対小中学生(保護者も同伴可) 各回7名(申込順) 費無料(申込)・問電話または直接、①は方南図書館 ☎5355-7100 ②は永福図書館 ☎3322-7141 他撮影の際は、青・緑色の服は着用できません

〈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
善福寺館(善福寺2-26-18 ☎・FAX3394-8963)	初めての創作木版画~木版画を楽しむ 師 寺田信弘	4月1日から毎月第1・3月曜日、午前10時~正午(計10回) 定員15名(申込順) 費1回1000円
高円寺北館(高円寺北3-20-8 ☎・FAX3337-2266)	先生のいない「スケッチブック教室」	毎月第1・3水曜日、午前9時30分~11時30分 定員7名(申込順) 費1回100円
和田館(和田1-41-10 ☎・FAX3384-3751)	カンターレ和田 心と体をきれいにする声楽教室	毎月第1・3水曜日、午前10時30分~正午 定員20名(申込順) 費1回500円
荻荻東館(荻荻4-23-12 ☎・FAX3398-8738)	ゲーテの「若きウェルテルの悩み」を原語で読む	毎月第1土曜日、午後2時~4時 対ドイツ語の基礎のある方 定員15名(申込順) 費1回500円
下高井戸館(下高井戸3-31-11 ☎・FAX3302-2161)	鉛筆淡彩画初級講座~描きたいものを心で塗ります	4月7日から毎月第1日曜日、午前10時~11時30分 定員15名(申込順) 費1回500円(初回説明会無料)
梅里堀ノ内館(堀ノ内3-37-4 ☎・FAX3313-4319)	書き方講座「自分の名前を美しく書く」	3月28日(木)午前10時~正午 定員20名(申込順) 費500円 他筆記用具を持参してください
上荻荻館(上荻3-16-6 ☎・FAX3395-1667)	知って安心。エンディングノートを一から学ぼう	4月7日(日)午後2時~3時30分 定員30名(申込順) 費300円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。いずれも長寿応援対象事業です。

リサイクルひろば高井戸

◇フリーマーケットinリサイクルひろば高井戸

■開催期間=4月6日(土)・7日(日)午前10時~午後1時 区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定員募集区画=各日12区画(抽選) 費1区画1000円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に参加希望日も書いて、3月21日(必着)までに同ひろばへ他車で搬出入・来場はできません

◇五月飾り作り

■開催期間=4月9日(火)午後1時30分~3時30分 区内在住・在勤・在学の方 定員10名(申込順) 費450円(申込) 電話で、同ひろばへ他長寿応援対象事業

—— 〈いずれも〉 ——

■開催期間=4月9日(火)午後1時30分~3時30分 区内在住・在勤・在学の方 定員10名(申込順) 費450円(申込) 電話で、同ひろばへ他長寿応援対象事業

■開催期間=4月9日(火)午後1時30分~3時30分 区内在住・在勤・在学の方 定員10名(申込順) 費450円(申込) 電話で、同ひろばへ他長寿応援対象事業

■杉いき連大学受講者募集

杉いき連大学には、国文学、日本画、書道、俳句の4つの学科があり、生涯学習の場として活用されています。見学してからの受講もできます。

■開催期間=3月18日(月)午後1時30分~3時 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 栄養士・安達倫子 区内在住・在勤の方 定員10名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811 他

〈杉いき連大学 講座内容〉

科目	内容	定員
① 国文学	第1・3(土)午後1時~3時	20名
② 日本画	第1・3(火)午後1時~3時	若干名
③ 書道	第2・4(土)(1)午前10時~正午(2)午後1時~3時	各若干名
④ 俳句	第4(水)午後1時~4時	若干名

※定員はいずれも申込順です。

■家族介護教室

◇旬の食材をおいしく簡単に調理~高齢者向けの食べやすいレシピを紹介します

■開催期間=3月18日(月)午後1時30分~3時 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 栄養士・安達倫子 区内在住・在勤の方 定員10名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811 他

◇介護場面における福祉用具の活用「介護者が抱える悩みを共有しよう」

■開催期間=3月19日(火)午後2時~3時 福祉機器展示センター(阿佐谷北1-2-1 阿佐谷北ふれあいの家内) 師 阿佐谷北ふれあいの家福祉用具専門相談員 区内在住の方 定員10名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338-8630 他

◇認知症サポーター養成講座~認知症を学び、地域で支えよう

認知症は誰でもなる可能性のある病気です。認知症を正しく理解し、自分たちでできることを考えるきっかけにしてみませんか。

■開催期間=3月22日(金)午後2時~3時30分 場 センシオン杉並(梅里1-22-32) 師 キャラバン・メイト 区内在住

住・在勤の方 定員20名(申込順) 費無料(申込)・問電話またはファクス(記入例参照)で、ケア24梅里 ☎5929-1924 FAX5929-1925 他

◇特養ってどんなところ?~相談員のお話と施設見学

■開催期間=3月21日(木)午後2時~4時 場 浴風会(高井戸西1-12-1) 師 同会第三南陽園相談課長・平井一浩 区内在住の方 定員20名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495 他

◇「今、輝く瞬間」メイクで心もあかるく~お化粧の仕方をアドバイス

■開催期間=3月21日(木)午後2時~4時 場 あんさんぶる荻荻(荻荻5-15-13) 師 資生堂販売ビューティーコンサルタント 区内在住で65歳以上の女性 定員20名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、ケア24南荻荻 ☎5336-3724 他

◇耳よりな話~補聴器の使用まで

■開催期間=3月27日(水)午後2時~3時30分 場 医師会館(阿佐谷南3-48-8) 師 パナソニック補聴器職員・廣瀬大武 定員30名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、ケア24荻荻 ☎3391-0888 他

◇元気de体操~簡単な筋力トレーニングとストレッチ

■開催期間=4月11日(木)午後2時~3時 場 浜田山会議室(浜田山4-15-12) 師 ケア24成田職員 区内在住でおおむね65歳以上の方 定員20名(申込順) 費無料(申込)・問電話で、ケア24成田 ☎5307-3822 他

■高井戸食生活グループ企画「野菜を学ぶ講座」

野菜の選び方・料理法・保存法を干し野菜を含めて、人気野菜ソムリエが詳しく紹介と解説をします。

■開催期間=3月27日(水)午前10時~11時30分 場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内 野菜料理の展示と試食 師 野菜ソムリエ・岸村康代 区内在住・在勤の方 定員50名(申込順) 費100円(申込)・問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 他

■5月の足腰げんき教室

普段運動する機会の少ない方、ますます元気に過ごしてみませんか。

■開催期間=3月27日(水)午前10時~11時30分 場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 内 野菜料理の展示と試食 師 野菜ソムリエ・岸村康代 区内在住・在勤の方 定員50名(申込順) 費100円(申込)・問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 他

〈5月の足腰げんき教室〉

申し込みは、ハガキ(記入例参照)に希望会場1カ所(下表参照)と番号も書いて、3月21日(必着)までに区役所高齢者施策課足腰げんき教室担当へ

会場	番号	日時(週1回、4回コース)
上荻荻会議室(上荻3-16-6)	1	5月1日~29日の毎週(水)午後1時30分~3時30分
高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	2	5月10日~31日の毎週(金)午後1時30分~3時30分
高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	3	5月7日~28日の毎週(火)午後1時30分~3時30分
西荻荻地区民センター(桃井4-3-2)	4	5月9日~30日の毎週(木)午前9時30分~11時30分

■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。

■開催期間=3月27日(水)午前10時~11時30分 場 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がない方 定員20名(申込順) 費300円程度(申込)・問電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 他長寿応援対象事業

〈栄養満点教室〉

日程	テーマ
1回目 4月12日(金)	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 19日(金)	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点を探る 減塩でもおいしいみそ汁づくりと試飲
3回目 26日(金)	EIジングケアと低栄養対策 調理実習と試食

※開催時間は、いずれも午後2時~4時。

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切
●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター内 ☎3314-7215)					
催	伝統芸能「能楽」子ども体験ワークショップ発表会 場阿佐ヶ谷神明宮 (阿佐谷北1-25-5)	1～3月にかけて子ども対象の「能楽」体験ワークショップを開催しました。その成果発表を神明宮能楽殿で行います。子どもたちの素晴らしい舞をご覧ください。雨天時は、室内で行います。	3月31日(日)午前10時～11時30分	—	無料 当日直接
講	初心者のための社交ダンス 場阿佐谷地域区民センター	スポーツ感覚で、社交ダンスを基礎から学べます。健康増進と若さを維持しませんか／国定利光▷長寿応援対象事業	5月2日(木)・9日(木)・16日(木)・23日(木) 午後7時～9時(計4回)	30名	200円 3月30日
●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域区民センター内 ☎3301-0815)					
講	中国事情 場西荻地域区民センター	世界2位の経済大国で、近くて遠い隣国・中国を分かりやすく説明します／日中経済知識交流会委員・日中経済協会監事 中川環▷長寿応援対象事業	4月6日(土)午後1時30分～3時30分	50名	無料 3月23日
	紅茶を楽しむ会 アフタヌーンティーを一緒に 場西荻地域区民センター	お手製のお菓子を食べながら、英国で伝統のアフタヌーンティーの由来や、マナー・紅茶のいれ方などを学びます／日本紅茶協会ティーインストラクター・野田理子▷1歳～就学前の託児あり(事前申込制)▷長寿応援対象事業	4月25日(木)午後1時30分～4時	20名	1000円 4月5日

●住民は地域社会の主人公

町会員の底力

天神山町会

天神山町会は、区南部に位置し、東は下高井戸八幡神社、西は鎌倉街道の中間にある町会です。

私が子供の頃は、この辺りは田んぼや小川、池、雑木林といったのどかな風景が広がる中に、徐々に人々が移り住んでくる時代でした。当時の世帯数は50軒程度で、甲州街道から自宅まで外灯はほとんどなく、よく暗い夜道を帰宅していましたが、たまたま、私が外灯費の集金当番だったとき、あるお宅から「こんな暗いのに外灯費を払うのですか」との意見を頂戴したことがきっかけで、近隣の皆さんと話し合った結果、町会を設立しようとの結論に至りました。

ときは昭和42年6月、かくして天神山町会は設立の運びとなりました。電柱設置の交渉や負担金の工面など、前途多難な船出でしたが、町会長を筆頭に役員の方々のご尽力によって、あちらこちらに外灯が設置され始め、町内の夜もやっとなり明るくなりました。「これで安心して歩けます」などの町会員の声や、何よりうれしく思ったことを記憶し

ています。また、地元への幼稚園誘致では、町会員の底力をもって2カ月におよぶ署名活動を展開し、区議会への陳情を行い、念願がかなった昭和45年4月、区立下高井戸幼稚園(現子供園)が開設となりました。

このような昔のことを背に、46年の歳月が流れ、私三代目の会長を務めています。当時ののどかな風景こそありませんが、町会員の底力は今でも健在です。それを感じ取れるのは秋の祭礼です。下高井戸八幡神社の祭礼における仲町と上町のみこしの合流点としての務めを主に、町内子供みこしの安全な巡行の準備・手配など、町会婦人部を中心に、若いお母さん方が時間を惜しまずお手伝いに入ってくれていることは、まさに絆の底力だと思っています。

このほかにも、防犯パトロール、下校時見守り隊、町内クリーン大作戦、年末夜警など、町会行事が滞りなく実施できるのも、町会員の皆様のご理解とご協力があればこそ感謝しております。

(会長 小池京子)



▲町内子供みこし

〈4月からのまちの湯健康事業〉

会場・浴場名	所在地	電話番号	内容・日時
弁天湯	高円寺南3-25-1	3312-0449	てぬぐい体操 = 4月7日(日)、5月5日(祝)、6月2日(日)午後2時
なみのゆ	高円寺北3-29-2	3337-1861	元気塾椅子に座って健康体操 = 4月14日(日)、5月12日(日)・26日(日)、6月16日(日)午後1時30分
小杉湯	高円寺北3-32-2	3337-6198	★てぬぐい体操 = 4月3日(水)、5月1日(水)、6月5日(水)午後2時30分
玉の湯	阿佐谷北1-13-7	3338-7860	太極拳 = 4月18日(木)、5月16日(木)、6月20日(木)午後1時45分
平和湯	阿佐谷北4-17-11	3337-3232	★気功太極拳 = 4月25日(木)、5月23日(木)、6月27日(木)▷★健康体操(自主事業) = 5月9日(木)／いずれも午後1時45分
杉並湯	梅里1-13-7	3312-1221	健康エアロビクス = 4月10日(水)、5月8日(水)、6月12日(水)午後2時30分
ゆ家とごころ吉の湯	成田東1-14-7	3315-1766	★健康エアロビクス = 4月6日(土)、5月4日(祝)、6月1日(土)▷★てぬぐい体操 = 4月21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日)／いずれも午後0時30分
大和湯	和田1-71-18	3381-3452	健康エアロビクス = 4月14日(日)・28日(日)、5月12日(日)・26日(日)、6月9日(日)・23日(日)午後1時45分
さくら湯	和田3-11-9	3381-8461	★健康エアロビクス = 4月27日(土)、5月25日(土)、6月22日(土)午後2時15分
亀の湯	本天沼1-2-8	3399-6472	太極拳 = 4月28日(日)、5月26日(日)、6月23日(日)午後1時50分
第二宝湯	本天沼2-7-13	3390-8623	気功太極拳 = 4月14日(日)、5月12日(日)・26日(日)、6月9日(日)午後2時
秀の湯	桃井4-2-9	3399-6112	てぬぐい体操 = 4月13日(土)、5月11日(土)、6月8日(土)午後2時
文化湯	西荻北4-3-10	3390-1051	自彊(じきょう)術 = 4月14日(日)、5月12日(日)、6月9日(日)午後2時30分
天徳湯	西荻北4-24-5	3390-1561	自彊術 = 5月12日(日)▷健康エアロビクス = 4月14日(日)、5月26日(日)、6月9日(日)▷てぬぐい体操 = 4月28日(日)、6月23日(日)／いずれも午後0時30分
銭湯Gokurakuya	上荻2-40-14	3399-0276	気功太極拳 = 4月21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日)午後2時45分
浜の湯	浜田山3-24-4	3303-6665	コーラス = 4月3日(水)、5月1日(水)、6月5日(水)▷太極拳 = 5月15日(水)▷健康エアロビクス = 4月17日(水)、6月19日(水)／いずれも午後2時30分
湯の楽代田橋	和泉1-1-4	3321-4938	てぬぐい体操 = 4月9日(火)・23日(火)、5月7日(火)・21日(火)、6月4日(火)・18日(火)午後1時30分
大黒湯	和泉1-34-2	3328-2137	てぬぐい体操 = 4月7日(日)・21日(日)、5月12日(日)・26日(日)、6月9日(日)・23日(日)午後1時

※1. てぬぐい体操はてぬぐいを持参してください。2. 満員の場合には、安全上お断りすることもあります。

杉並区まちの湯健康事業

身近なまちのお風呂屋さんで楽しく健康づくり

55歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。この事業は、長寿応援対象事業です。

時・場・内左表のとおり(随時杉並区シルバー人材センターほか(定)会場により異なります(先着順))
 費無料(日)当日、直接会場へ(★印は予約制) (各)各公衆浴場(午後1時以降)

コミュニティ通信

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

申し込みは、往復ハガキで、各締切日(必着)までに直接該当の地域区民センター協議会へ(抽選)。記載は右記入例を参照。詳しい内容は、直接該当の地域区民センター協議会へお問い合わせください。

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

往復ハガキ記入例

〈1人1枚〉

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

各地域区民センター協議会への問い合わせは、月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日、年始年末を除く)

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

名称・会場	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
-------	-------	--------	----	----	-------

●井草地域区民センター協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域区民センター内 ☎3301-7723)

催	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合があります)/長凡ほか	4月13日(土)・27日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料	当日直接
	音楽とマジックのひとときを 場井草地域区民センター	音楽にのせてのプロマジシャンのステージや、いろいろなジャンルの音楽を即興で奏でるピアニストのメロディーをお楽しみください。皆さんと一緒に歌いましょう▷出演=今村友子(キーボード)、ANXRA(マジシャン)▷長寿応援対象事業	4月20日(土)午後2時～4時	60名	無料	4月10日
講	★協働事業 山野草を育てましょう 場井草地域区民センター	山野草の性質や育て方を説明し、植え方の実習をします。鉢物山野草についてご相談ください/むさしの山草会・鈴木良昭、三谷小学校・野草の会▷長寿応援対象事業	3月22日(金)・29日(金) 午後1時30分～3時30分(計2回)	15名	1500円 (材料費)	3月17日
	★協働事業 初心者スポーツ吹矢 場妙正寺体育館 (清水3-20-12)	初めての方、年齢を問わずできるスポーツ吹矢をチャレンジしてみませんか。集中力、腹式呼吸を鍛えましょう/日本スポーツ吹矢協会上級公認指導員・青海川應美、杉並区スポーツ振興財団▷長寿応援対象事業	4月8日(月)・15日(月)・22日(月) 午前9時～11時(計3回)	25名	800円	3月31日

●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター内 ☎3398-9127)

講	ラージボール卓球入門 場荻窪地域区民センター	新卓球ラージボールの基礎知識、ラケットの打ち方、フットワークのあり方などを習得しながらラリーを楽しみます。卓球より少し大きめの、オレンジ色のボールを使用します/横尾文代▷長寿応援対象事業	4月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木) 午前9時30分～11時30分(計4回)	20名	200円	3月24日
	西へ東へ、美術の旅 場荻窪地域区民センター	昨年のフェルメールブームに続き、今年はエル・グレゴ、ラファエロなどの巨匠の展覧会が目白押しです。西洋美術史を日本の画家作品を交えながら、名作の画像を中心に分かりやすく解説します/芳野健二▷長寿応援対象事業	4月5日(金)・12日(金)・19日(金) 午後2時～4時(計3回)	40名	200円	3月24日

●高円寺地域区民センター協議会 (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域区民センター内 ☎3317-6614)

講	ソフトピラティス 場高円寺地域区民センター	体を自分自身で整えることができたら良いと思いませんか? ソフトピラティスは優しい動きで体のゆがみを取っていきます。家で続けられる動きばかりです。一緒に練習しましょう/山本ひとみ▷長寿応援対象事業	4月3日(水)・17日(水)・24日(水) 午前10時～正午(計3回)	30名	100円 (保険料)	3月23日
	ピアノ講座 「ピアノ初心者にも弾けるショパン」 場高円寺地域区民センター	初めてピアノに挑戦という方、昔習っていたけれど…。という方もショパンを弾く喜びを味わってください。皆さんも挑戦してみませんか/栗山絵里子▷長寿応援対象事業	4月5日(金)・12日(金)・19日(金) 午後0時30分～2時30分(計3回)	15名	無料	3月23日
募	高円寺地域区民センター協議会設立25周年 セッション杉並まつり2013 参加者 場高円寺地域区民センター	開催日=6月1日(土)午前10時～午後3時、2日(日)午前10時～午後2時 ①グループ発表=8組(1日のみ。同種目は3グループまで)②作品展示=(1)壁(300cm×145cm)=3組、(2)パネル(360cm×120cm)=5組、(3)机(180cm×180cm)=6組、(4)壁(300cm×145cm)と机(300cm×45cm)=9組、(5)パネル(360cm×120cm)と机(300cm×45cm)=4組③フリーマーケット=各日10組▷対象=高円寺地域在住・在勤の方を中心に活動しているグループ優先(③は業者出店不可)▷申し込み=往復ハガキに、代表者氏名・住所・電話番号・メールアドレス、①はグループ名・演目②はグループ名・展示作品の内容・上記展示方法(1)～(5)のいずれか一つ③は希望日(両日可)・出店品目を記入▷抽選会・説明会=①4月14日(日)午前10時、5月19日(日)午前10時②4月14日(日)午前10時③5月19日(日)午前10時(③は説明会のみ)/昨年と①③の開催場所が異なります。詳細は、お問い合わせください			無料	3月30日

●永福和泉地域区民センター協議会 (〒168-0063和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター内 ☎5300-9412)

催	春のコンサート 場永福和泉地域区民センター	歌とピアノで心楽しい春のひととき(電子ピアノ使用)▷演奏=二期会会員・大町加津子(歌)、奈良啓子(ピアノ)▷曲名=「春の小川」「花」「この道」ほか▷長寿応援対象事業	4月7日(日)午後2時～3時30分	60名	無料	3月26日
	土曜日の音楽会 「べつばらナイト」 場下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)	浜田山小学校教員4人による演奏です。トロンボーン・ピアノ・ベース・パーカッションで皆さんと楽しめるステージにさせていただきます▷出演=ザ★ドーナッツ▷曲目=「雨にぬれても」「風の通り道」「崖の上のポニョ」「風になりたい」ほか	4月13日(土)午後6時30分	80名	無料	当日直接
講	ラフター(笑)ヨガ 場永福和泉地域区民センター	1分間の笑いは10分間の運動に匹敵します。免疫力を向上させストレスを減少させましょう。さあ、笑って元気になりましょう/ラフターヨガ公認リーダー・田中由理子▷長寿応援対象事業	4月18日(木)・26日(金)、5月9日(木)・16日(木) 午後1時30分～3時30分(計4回)	30名	保険料100円 (初回のみ)	4月9日
	★協働事業 子どもたちに贈る宝物の時間 「こいのぼり」 場永福和泉地域区民センター	もうすぐこどもの日、編みメーター・やたみほさんと、空高く泳ぐこいのぼりを毛糸で作って、小さな額に飾りましょう/NPO法人図書館サービスフロンティア	4月20日(土)午前10時30分～11時30分	親子10組	300円 (材料費)	4月12日
募	方南まつり 展示作品・出演者・模擬店 場方南区民集会所 (方南1-27-8)	方南まつり=5月26日(日)午前10時～午後3時 対象=方南区民集会所で活躍しているグループまたは周辺地域にお住まいの方(業者出店不可)			—	4月1日

区は以下の事業にも積極的に取り組みます

災害に強いまちづくりを一層進めるために、1面に引き続き、区は以下の事業にも取り組みます。また、24年度からの拡充も含め、25年度予算として多くの事業の提案を予定しています。
——問い合わせは、各担当課へ。

◇防災用品のあっせん 〇防災課

区内の一般家庭を対象に、消火器・火災警報器や防災用品をあっせんしています。詳細は、区役所・区民事務所・地域区民センター・区民集会所などに置いてある「防災用品あっせんのご案内」をご覧ください。区ホームページからもご覧になれます。

◇震災時生活用水井戸登録助成

〇防災課
区立の公園や施設等には、非常時の生活用水（飲用・調理用以外で必要となる水）を得るための井戸が設置されています。また一般のご家庭で、井戸をお持ちで、震災時に付近の住民の方々へ井戸を使用し生活用水を提供して下さるご家庭が区内におよそ850戸あります。門や玄関先に赤いプレートで「震災時の井戸協力の家」と書かれたプレートを掲示しています。



◇街頭消火器の設置 〇防災課

区内には、50～60mおきに、およそ5600本の街頭消火器（赤い金属性の格納箱に消火器が入ったもの）が設置されています。災害時の初期消火のほか通常の火災、車両火災にご使用ください。

◇災害用伝言ダイヤル(171) 〇防災課

地震、噴火などの災害の発生により、通信機器がつながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

◇震災救援所 〇防災課

区内で震度5強以上の地震が起きると、区立の小中学校等は震災救援所として開設されます。普

段から、ご自宅に近い区立の小中学校等の所在地を確認しておきましょう。

◇災害・防災情報メールの登録

〇防災課
災害時の緊急なお知らせや、地震・気象などの情報を配信します。
モバイル版区ホームページ <http://www.city.suginami.tokyo.jp/mobile/>の「防災情報」から登録してください。

◇防災市民組織(防災会)への支援

〇防災課
防災市民組織による身近な地域の防災マップ作成を支援するとともに、火災危険度の高い地域にスタンドパイプ等の配備を計画的に進めます。

◇防災施設の整備

〇防災課
食料、水、燃料や救助用資器材などの備蓄品の計画的な入れ替えを実施するとともに、公衆浴場に設置されている非常用発電機の取り換えのための助成を行います。

◇災害用医薬品・医療資材の管理

〇杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355
災害用医薬品の滅菌・入替等の管理を行います。また、災害医療コーディネーターを設置し、災害時医療救護体制の充実を図ります。

◇災害時要援護者支援対策

〇保健福祉部管理課地域福祉係
在宅人工呼吸器使用者に対する個別支援計画の作成や、福祉救援所の充実、建物防災支援アドバイザーの派遣などによる建物防災支援を推進します。

「杉並区災害時における相互支援に関する条例」の施行

今後の大規模災害への備えとして不可欠な基礎自治体間の連携による「水平的支援」の仕組みを促進していくために、標記条例を制定し、25年4月1日から施行します。
〇防災課

災害時に役立ちます！ 事前にダウンロードしてください！ ～防災アプリ～

普段から自宅に近い小中学校(震災救援所)を調べ、自宅からのルートも確認しておきましょう。この時、防災課で作成した「防災マップ」(防災課で配布)が役に立ちます。



▲防災アプリ

また、このマップを、スマートフォンで見ることが出来るアプリケーションが「防災アプリ」です。

これは、住所を入力することで、お近くの小中学校(震災救援所)を3カ所表示するなどの機能を備えており、「防災ガイド」などの情報もご覧になれます。ぜひご活用ください。アプリケーションソフトは、App StoreやGoogle Playから無料でダウンロードできます。

〇防災課

区内では地域の取り組みも盛んです

区の取り組み(公助)のほかに、区内の地域では、地域の取り組み(共助)も盛んに行われています。
——問い合わせは、防災課へ。

● 三谷小学校「子供防災宿泊訓練」 ●

24年11月2日(金)～3日(祝)、三谷小学校で3～6年生の児童48名と近隣の井草中学校中学生レスキュー隊、都立農芸高校生徒、三谷町会役員などが参加して「宿泊防災訓練」が行われました。

AEDの使い方をはじめ、けが人などの搬送方法の学習や防災食の炊き出しを体験した後、小学生は高校生と学校に宿泊しました。

三谷小学校など区立小中学校等は「震災救援所」に指定され、区民が避難する場所になっています。救援所を区職員とともに運営する町会、防災会のメンバーの多くが高齢者や女性であり、地域の防災力をさらに高めるためには中学生や高校生がしっかりと救命救急等の訓練を学び、地域の担い手となることが期待されています。また、小学生もこれらの宿泊訓練などを積むことで自分の身を守るようになるとともに、将来の防災リーダーに育っていくことを目指しています。



▲訓練の様子

南相馬市みらい夢基金

皆さんからお預かりした義援金は、福島県南相馬市の子供の健やかな育成を図る事業などに活用されています。
——問い合わせは、危機管理対策課へ。

南相馬市では、区民の皆さんからいただいた義援金を活かすため、23年12月、義援金を財源とする「南相馬市みらい夢基金」を設置しました。



▲交流自治体中学生親善野球大会(24年10月)

基金は、①子供の健やかな育成を図る事業 ②地域の再生・活性化を図る事業 ③その他市民が将来に夢や希望を抱くことのできる事業に活用されています。

具体的には、スポーツ交流や、東日本大震災で親を亡くした南相馬市の子供たちに対し、社会的に孤立しないようカウンセリングや交流などを行い、大学卒業まで就学支援を行うといった事業に活用しています。

区民の皆さんからの義援金総額 5億3151万9075円
/24年12月末日現在
(南相馬市義援金募集実行委員会への義援金も含む)

(発行日) 毎月1日、11日、21日

