

すぎなみ



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/

平成24年10月1日、杉並区は
区制施行80周年を迎えます。

杉並清掃工場併設施設の利用を再開します 2
自分を守る、家族を守る、まちを守る	... 6・7
すぎなみ子ども・子育てメッセ10
ご利用ください！消費者センター12
取り扱い業務が変わりました杉並区コールセンター12

東日本大震災

応援しよう!! 南相馬市



南相馬市へ義援金3千万円が届けられました ～総額は1億8千万円に～



福島県南相馬市に対する支援のため、杉並区内4団体(杉並区町会連合会、杉並区商店会連合会、東京商工会議所杉並支部、杉並産業協会)を中心とした南相馬市義援金募集実行委員会では義援金を呼びかけています。

このたび、区民の皆さまから寄せられた義援金の総額が1億8千万円を超えました。そこで23年12月16日(金)に実行委員会を代表して、杉並区町会連合会の今村会長、阿部副会長、藤枝副会長、横倉副会長により、南相馬市長に直接3千万円(目録)が届けられました。

桜井勝延市長からは、「杉並区民の皆さまのあたたかいご支援に、心から感謝申し上げます。」とのお礼の言葉がありました。

◇現在までの義援金額 1億8403万2562円(23年12月27日現在)

(南相馬市への寄付)

回数	受け渡し日	金額
1回目	23年5月15日	1億円
2回目	23年7月23日	5千万円
3回目	23年12月16日	3千万円

「南相馬市みらい夢基金」が設置されました

南相馬市では、区民の皆さまからの義援金を次世代の育成や地域コミュニティの再生・活性化事業など市民が将来に夢や希望を抱くことができる事業に活用するため、昨年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。

杉並区と武蔵野市が「災害時相互協力に関する協定」を締結しました

区は、災害時の応急・復旧対策を円滑にするために、23年12月20日(火)、武蔵野市と「災害時相互協力に関する協定」を武蔵野市役所で締結しました。
— 問い合わせは、防災課へ。



◀(左から) 田中良杉並区長、邑上守正武蔵野市長

区は、隣接自治体である武蔵野市と「災害時相互協力に関する協定」を締結し、災害時の応急対策や復旧対策に必要な物資、資材、人員等を速やかに援助する体制を整えることとしました。

この協定は、両自治体の区域内において大規模な地震等の災害が発生した場合に、それぞれの区域にかかわらず互いの区域内においても被災者を保護するとともに、両自治体が相互に協力し、応急対策および復旧対策を円滑に遂行することを目的としています。

南相馬市復興支援事業～3・11を忘れない

区では、東日本大震災で亡くなられた方々を追悼するとともに、南相馬市義援金募集実行委員会と区との共催で震災後1年を迎える平成24年3月11日(日)に復興支援事業を行います。

◇式典=①3月11日(日)午前9時30分～11時30分(予定) ②杉並公会堂(上荻1-23-15) ③ビデオ上映、講演、朗読、日本フィル弦楽四重奏による演奏など(予定)

◇駅頭募金=④3月11日(日)午後1時～3時(予定) ⑤実施方法=区内各駅頭で実施 ⑥総務課

※詳細は、今後「広報すぎなみ」などでお知らせします。

福島県南相馬市・日本赤十字社東日本大震災義援金を3月31日まで受け付けています

◇南相馬市への義援金

杉並区は、杉並区町会連合会・杉並区商店会連合会・東京商工会議所杉並支部・杉並産業協会の4団体による「南相馬市義援金募集実行委員会」が実施している義援金の受け付けを、3月31日(日)までに行います。引き続き、区民の皆さまのご協力をお願いします。

【3月31日まで義援金箱を設置します】

- 区役所中棟1階ロビー(土・日曜日、祝日を除く)
- 区民課区民係(東棟1階。日曜日、祝日を除く)
- 各区立施設・区民事務所など(施設の休業日を除く)

【振り込みによる入金】※別途、振り込み手数料がかかります。

西武信用金庫 阿佐ヶ谷南支店 店番142 普通口座 0836103

南相馬市義援金募集実行委員会 代表 徳田 達介(トクダ タツスケ)

⑦地域課または産業振興課

◇日本赤十字社東日本大震災義援金

⑧受付期間=3月31日(日)まで▷入金方法=郵便振替で「00140-8-507 日本赤十字社 東日本大震災義援金」(通信欄に「東日本大震災義援金」と明記)へ。期間中の手数料は無料。振替用紙の半券(受領証)が受領証です。義援金箱の設置場所は南相馬市と同じ⑨保健福祉部管理課

杉並区・南相馬市 中学生軟式野球チームが台湾で親善試合を行いました

区は、杉並区軟式野球連盟から「日本と同じように野球が盛んな台湾とぜひ交流したい」旨の要望を受け、駐日台北経済文化代表処と調整を重ね、杉並区と台湾の「中学生野球交流事業」を実施することになりました。

また、災害時相互援助協定を結ぶ福島県南相馬市の子供たちをこの野球交流事業に招待したいと台湾側に相談したところ、快諾いただき、今回の交流事業が実現しました。

杉並区中学生軟式野球チーム「オール杉並」の選手34名と南相馬市中学生軟式野球チーム「オール南相馬」の選手15名は23年12月23日(祝)～26日(月)で台湾を訪問し、親善試合を6試合行い、「オール杉並(2チーム)」は3勝1敗、「オール南相馬」は2引き分けの成績を収めました。



◀親善試合を通して台湾・杉並・南相馬の親睦が深まりました

〈表1 移転に伴う一時休止期間〉

施設名	仮設建物での運営	休止期間	改修後の建物での運営
高井戸地域区民センター	4月26日(木)まで	4月27日(金)～5月6日(日)ブックポストも休止	5月7日(月)から
高齢者活動支援センター			
ひととき保育高井戸			
高井戸温水プール	改修工事に伴い休止中		

〈表2 5月からの高井戸地域区民センター利用料金〉

室場名	面積	定員	利用料金(登録団体は半額)		
			午前9時～正午	午後1時～5時	午後6時～9時
第1集会室	97㎡	36名	4,200円	5,600円	4,200円
第2集会室	91㎡	36名	4,200円	5,600円	4,200円
第3集会室	50㎡	21名	2,300円	3,100円	2,300円
第4集会室	50㎡	21名	2,300円	3,100円	2,300円
第5集会室(土足不可)	50㎡	24名	2,300円	3,100円	2,300円
第6集会室(特別室)	33㎡	10名	2,100円	2,800円	2,100円
第7集会室(スタンプ)	67㎡	33名	2,800円	3,700円	2,800円
第8集会室	72㎡	33名	3,200円	4,300円	3,200円
第9集会室	109㎡	57名	4,600円	6,200円	4,600円
第1和室(茶室)	15畳	16名	1,600円	2,100円	1,600円
水屋	3畳		400円	600円	400円
第2和室	21畳	24名	2,300円	3,100円	2,300円
創作室(創作使用)	85㎡	30名	3,700円	5,000円	3,700円
創作室(集会使用)		20名	1,800円	2,500円	1,800円
料理室(15人以下)	120㎡	40名	3,900円	5,200円	3,900円
料理室(16人以上)			5,600円	7,500円	5,600円
音楽室	98㎡	42名	2,100円(1時間当たり)		
ピアノ室	13㎡	2名	300円(1時間当たり)		
電子オルガン室	13㎡	2名	300円(1時間当たり)		
体育室(集会使用)	633㎡	500名	13,000円	26,000円	26,000円
体育室(全面使用)			1,400円(1時間当たり)		
体育室(半面使用)	468㎡(全面)		700円(1時間当たり)		
体育室(1/3面使用)			400円(1時間当たり)		
体育室(1/4面使用)			300円(1時間当たり)		

杉並清掃工場併設施設の利用を再開します

現在改修工事中の杉並清掃工場併設施設(高井戸地域区民センター、高齢者活動支援センター、ひととき保育高井戸、高井戸温水プール(高井戸東3-7-15))は、5月7日(月)から利用を再開します。これに伴い、現在の仮設建物での運営は、移転のため表1のとおりとなります。

5月7日からの高井戸地域区民センターの利用料金は表2のとおりです。杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」による5月分の抽選申込は3月1日からです。

利用料金と抽選申込については高井戸地域区民センター ☎3331-7841へ。その他については地域課センター改修調整担当へ。

◇**個人利用**
改修後の高齢者活動支援センターの利用については、利用要件、方法に変更はありません。夜間の時間帯(午後6時～9時)のうち、センターの事業や高齢者団体の使用がない場合は、講座室、多目的室を利用します。

◇**目的外使用**
9時)のうち、センターの事業や高齢者団体の使用がない場合は、講座室、多目的室を利用します。

◇**団体の登録**
講座室、多目的室を団体で利用する際は、事前に団体登録が必要です。高齢者団体の登録要件、方法に変更はありません。すでに登録を行っている団体は、引き続き利用できる。新規の登録は現在の高齢者活動支援センターで、随時受付しています。

◇**団体利用申込**
使用の申込開始日が、「使用月の2カ月前の1日」に変更となりましたので、ご注意ください。5月以降の使用申込は、3月1日から高齢者活動支援センターで受け付けを開始します。

〈表3 高齢者活動支援センター目的外使用料〉

施設名	面積	定員	使用料(午後6～9時)
第1講座室	51㎡	17名	1,100円
第2講座室	54㎡	17名	1,100円
第3講座室	35㎡	11名	700円
多目的室	327㎡	90名	7,500円

一般の方も使用することができます(使用料は表3のとおり)。使用申込は「さざんかねっと」をご利用ください。詳細は、「さざんかねっと」のお知らせページをご覧ください。

☎3331-9211

高齢者施設課施設担当

さざんかカード登録の更新

3月31日に有効期限を迎える区地域団体(さざんかカード登録団体)の更新手続きを行います。該当団体は更新の手続きをしてください。なお、更新の手続きは3年ごとに必要となります。

◇**更新期間**＝2月1日(休)～3月31日(出)◇**更新対象**＝21年度に新規登録あるいは21年2月、3月に更新をした団体◇**更新受付場所**＝さざんかねっと集会施設ガイドブック掲載施設窓口(無人施設を除く)◇**必要書類**＝会則(規約)、構成員名簿、名簿記載者全員の住所・氏名が確認できる証明書またはその写し(確認後返却します)◇**更新要件**＝次の①～⑤を全て満たす団体①構成員が5名以上でその内3分の2以上(5名の場合は4名)が区内在住・在勤・在学の方②会則(規約)と名簿を備えている③代表者が16歳以上の区内在住・在勤・在学の方④代表者が、同じ利用目的で2つ以上の団体の代表者を兼ねていない⑤政治・宗教・営利を目的としない

さざんかねっと(集会施設)ガイドブックの改訂

1月23日(月)から、ガイドブック第7版を地域区民センター・区民集会所・区民会館など、さざんかねっと(集会施設)参加施設の窓口で配布します。

第7版では、5月7日に運営開始の高井戸地域区民センターおよび高齢者活動支援センターの情報を掲載しています。また、一部の部屋において「利用目的コード」の変更を行っています。予約の申し込み、施設のご利用の前にぜひご覧ください。

☎地域課地域施設係

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。なお、今回の測定結果は、健康への影響は心配ないレベルであることを確認しました。

——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危機管理対策課、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。

◆区立保育園・小中学校等(定点測定) 危機管理対策課

(測定日12月20日)

施設名	測定場所	空間放射線量		
		地上1cm	地上50cm	地上1m
桃井第五小学校(下井草4-22-4)	校庭(芝生)	0.05	0.06	0.05
久我山小学校(久我山5-18-7)	校庭	0.06	0.05	0.06
松ノ木中学校(松ノ木1-4-1)	校庭	0.06	0.05	0.06
高円寺東保育園(高円寺南1-28-4)	園庭	0.06	0.06	0.06
妙正寺公園(清水3-21-21)	砂場	0.05	0.05	0.05
塚山公園(下高井戸5-23-12)	砂場	0.06	0.06	0.06
荻窪南保育園(荻窪1-1-6)	砂場	0.07	0.07	0.07
松ノ木保育園(松ノ木2-33-6)	砂場	0.10	0.09	0.08

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

◆区立小中学校・保育園等の給食食材 園学務課、保育課

23年12月28日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計221検体を測定した結果、健康に影響を与えるものはありませんでした。測定結果は、区ホームページをご覧ください。

◆区内3カ所(定点測定) 危機管理対策課

施設名	測定日(12月)	測定場所	測定高さ
			1m
杉並区役所(阿佐谷南1-15-1)	20日	区役所	0.07
	27日	青梅街道側	0.07
杉並保健所(荻窪5-20-1)	20日	保健所前	0.07
	27日	駐車場西側	0.07
衛生試験所(高井戸東3-20-3)	20日	試験所	0.08
	27日	玄関前駐車場	0.08

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

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

★参加・体験・感動 ふれあいこどもまつりinすぎなみ 2月19日(日)午後1時30分～2時50分

講演・講座

★冒険遊び場「おやじが「魅せる」遊び場とは」 1月21日(日)午後11時～午後2時

★地域がつながる「商店街イベント」勉強会 1月25日(水) 区民が望む「商店街イベント」とは?

西武信用金庫荻窪支店(荻窪5丁目) 区内在住・在勤の方 20名(申込順)

★新年・絵手紙書初め大型色紙カレンダー作り 1月22日(日)午前10時～正午

★郷土史講座～杉並考古学の最近10年の発掘成果 1月28日(日)午後1時30分～4時

★建築家協会杉並地域会土曜学校「まちづくりの視点～杉並の10年後の姿」 1月28日(日)午後6時～8時

★環境教育指導者養成講座 2月11日(日)午前10時～午後5時

★パソコン入門・デジカメ入門講習会 2月6日(月)～10日(金)午前10時～午後4時

名も書いて、1月25日(必着)までに1T スクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15)

★ひとり親家庭の自立促進講習会～料理教室「手軽にできるパランス食」 2月11日(日)午前10時～午後2時

★「後半生のあんしんのために」～人生の後半生に必要な知識、制度について 1月23日(日)午後2時30分～4時30分

★立教女学院短期大学公開講座 ◇A英語講座～TOEIC対策～音読トレーニング 2月22日(水)～23日(木)午前10時30分～正午

◇B一般講座1 「そらだ、村上春樹を読んでみよう」 2月13日(月)～14日(火)午前10時30分～正午

◇B一般講座2 「骨を強くする、効率よく食べる」 2月16日(木)～23日(水)午後1時30分～3時

時30分～正午 36名(申込順) (いずれも)

★立教女学院短期大学 同短期大学講師 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方

その他

★杉並清掃工場見学会(1月分) 1月28日(日)午後1時30分～3時

★税金なんでも相談会 1月25日(水)午後1時～4時

★座・高円寺 劇場創造アカデミー「講義コース」受講生募集 4月～25年3月の毎週月～水曜日

★高齢者配食サービスの配達スタッフ募集 自転車による夕食の配達と高齢者の安否確認

★催し中止のお知らせ 12月11日(日)8面「情報ぽけっと」でお知らせした「日本舞踊維新ア・ラ・カルト」は、都合により中止いたします。

杉並区シルバー人材センター パソコン教室

●清水教室(清水3-22-4-2階) 各7名(抽選) 番号 レベル コース名・内容 月日/時間

●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階) 各10名(抽選) 番号 レベル コース名・内容 月日/時間

Table with 4 columns: 番号, レベル, コース名・内容, 月日/時間. Rows include 0201, 0205, 0225, 0212, 0203, 0211, 0221, 0206, 0216, 0202, 0302, 0311, 0331, 0301, 0305, 0306, 0322, 0312, 0347, 0303, 6271, 6272, 6273, 6204, 6304, 6371, 6372, 6373.

Table with 4 columns: 番号, レベル, コース名・内容, 月日/時間. Rows include 2202, 2201, 2211, 2205, 2255, 2256, 2216, 2306, 2311, 2361, 2362, 2301, 2303, 2302, 4203, 4201, 4206, 4202, 4305, 4302, 4312, 4303.

※1. WindowsXPを使用する場合は(XP)、Windows7またはWindowsVistaを使用する場合は(7・V)と表記しています。

区からの お知らせ

中央図書館臨時休館

中央図書館(荻窪3-40-23)は特別整理(蔵書点検、薰蒸(防虫のための薬剤散布)処理、館内の空調設備改修)を行うため、2月13日(月)~24日(金)(定例休館日含む)まで臨時休館します。なお、臨時休館中は、中央図書館の本なども通常どおり予約を受け付けていますが、貸し出しまでに時間がかかる場合があります。

大田黒公園内記念館が一時休館します

大田黒公園(荻窪3-33-12)内にある記念館は、2月1日(水)~3月31日(土)(予定)の間、屋根瓦補修工事を行うため、入館および、一部園路の通行ができなくなります。なお、公園は通常どおり開園(午前9時~午後5時)しています。

杉並会館、杉並アニメーションミュージアムの昇降機使用停止

杉並会館と杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5)では、1月23日(月)~3月中旬の期間、昇降機(エレベーター)の設備取替工事を行います。そのため昇降機の使用ができません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

環境・清掃

事業活動に伴って出る「ゴミ」資源の有料処理は有料です

事業活動に伴って出る「ゴミ」資源を区の収集に出すときは、「事業系有料ゴミ処理券(左写真)」を貼る必要があります。事業系有料ゴミ処理券(左写真)は、排出量は排出量にあったり、貼った量が貼ってない量に達しないよう、お願いします。



「都市計画公園・緑地の整備方針」を改定しました

東京都と区市町は、公園緑地の計画的な整備促進を図るため、優先的に事業を進める「優先整備区域」等を定めている「整備方針」の改定を行いました。

優先整備区域のうち、新規事業化区域については、今後10年間のうちに公園整備事業の着手(事業認可の取得)を予定しています。また、今回新たに優先整備区域に含まれることとなった区域は、7月以降、都市計画法第53条に基づく建築制限に係る緩和措置(3階建てまで建築可)の適用がなくなります。

募集します

ファミリーサポートセンター協力会員

ファミリーサポートセンターは、地域住民や保護者などで組織する学校運営協議会を通じて、学校運営に参画し、地域に開かれ信頼される学校づくりの実現を目指す仕組みです。

男女共同参画推進区民懇談会委員

区民の皆さんのご意見を施策に反映させ、男女共同参画を推進していくために区民懇談会を設置しています。この懇談会は、学識経験者・区内団体の代表者・区民委員で構成され、今回は区民委員を募集します。

過去に公募で区民委員を経験した方も、申し込みができます。区内5回程度の会議を予定。「男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画」の改定、推進状

外環の地上部街路に関する話し合いの会

第3回「話し合いの会」を開催します

「杉並地域に関する現状・課題」、「外環の地上部街路の必要性」などについて、話し合いを行う予定です。

傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。なお、傍聴は杉並区在住の方を優先と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ございますので、ご了承ください。

外環の地上部街路に関する話し合いの会

外環の地上部街路(外環の2)は、昭和41年、高架式高速道路の東京外かく環状道路(外環)とともに、そのルート上の地上部に都市計画決定されています。高速道路の外環は平成19年に地下方式に都市計画変更されましたが、外環の地上部街路については、現在も都市計画道路として位置づけられています。都は地上部街路の都市計画について、広く意見を聞きながら検討を進め、都の方針をとりまとめていくとしています。

エネルギー消費実態調査に協力してください

区内の家庭におけるエネルギー消費実態や省エネ・創エネに関する意識を把握するため、アンケート調査に回答してください。調査期間は1月下旬~2月上旬、調査方法は東京都知事から任命された調査員が対象事業所を訪問し、調査票の配布・回収を行います。

平成24年 経済センサス 活動調査 平成24年2月1日(水) 1月下旬から調査員がお伺いします 平成24年経済センサス活動調査にご協力ください

税金

住民税特別区民税・都民税夜間電話相談

昼間に納税課へ連絡できない方を対象に、住民税の納付相談を受け付けます。

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

子育て・教育

入学のお知らせ(就学通知書を送付します)

今春、区立小中学校に入学する方を対象に、入学のお知らせ(就学通知書)を1月12日(木)に発送します。入学式に持参してください。

採用情報

オブリガード 看護師(嘱託員)

【高次脳機能障害者等相談、個別支援、中途障害者の通所支援など】▽勤務期間 4月1日()

審議会等のお知らせ
審議会名: 杉並区都市計画審議会
日時: 1月24日(火)午前9時30分(※)～正午
場所: 区役所第3・4委員会室(中棟5階)

25年3月31日(5回まで更新可。ただし65歳に達した年度末で退職)▽勤務日時 11月16日勤務

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

【1月26日(木)・27日(金)午後5時15分～7時30分】納税課 ☎53071063457

自分を守る、家族を守る、まちを守る

平成7年1月17日の阪神・淡路大震災から17年、平成23年3月11日の東日本大震災から10か月が経過しました。その時、あなたはどこにいましたか？ 何を感じましたか？ 災害を無くすことはできませんが、災害による被害を減らすことはできます。自分や家族を守るために、まちを守るためにできることを考えてみましょう。

—問い合わせは、防災課へ。

地震発生

地震が起きたら！

0～2分	自分の身を守る！	ぐらりと揺れたら、まず落下物から身を守る。机の下に入ったり、家具から離れる。頭部を守り、致命傷をさける。	
2～5分	火の始末！	消火のチャンスは3度 ①揺れを感じた時 ②大揺れがおさまった時 ③出火直後	
5～10分	わが家の安全確認！	自分の身の安全の確保ができたら、家族の安全確認。靴をはく(足にけがをすすと歩けなくなる)。マンション等では出口の確認。	
10分～半日	近所の安否確認！	個人での応急救援活動には限界があります。隣近所で協力しあって活動しましょう。 ▷初期消火＝街頭消火器や防災会の大型消火器、消火ポンプの活用 ▷人命救助・救出＝学校防災倉庫などの救助工具類の活用	
半日～3日	2～3日間は、自分でしのげる家庭内備蓄を！	地震発生後、電気・ガス・水道・電話などのライフラインをはじめ、食糧の流通が途絶える可能性があります。2～3日は自分でしのげる備えをしておきましょう。	
3日以降	本格的な復旧活動開始	防災関係機関の応急復旧活動が軌道に乗り、ライフラインの本格的な復旧が開始されます。ボランティア活動も開始されます。住民・事業者・行政が一体となって復旧・復興へ取り組みます。	

※表は目安です。その場、その時に応じて行動しましょう。

地域で 地域のために

●防災市民組織（防災会）

地域の防災を担う組織として各町会・自治会その他自主組織などを母体から防災市民組織（防災会）を結成し、区内には164組織（23年12月現在）が活動しています。

●防災課

●震災救援所運営連絡会

震災時の避難・救援の拠点として区立の小中学校が震災救援所になります。震災救援所の運営は、各学校に設置している震災救援所運営連絡会（防災会や民生委員などの地域住民、学校職員、区職員などで組織）が行います。毎年9～11月を中心に震災救援所訓練を行っていますので、区民の皆さんの参加をお待ちしています。

●防災課

●杉並・狹窪消防団

消防団は地域の方を団員として災害が発生した時に、いち早く現場に駆け付け、消防署員とともに火災・救援などの活動を行っています。杉並・狹窪消防団管内に約700名の区民の方が消防団員となって活動しています。

●杉並消防署 ☎3393-0119、狹窪消防署 ☎3395-0119



平成23年度総合震災訓練を11月20日(日)、桃井原っぱ公園で実施しました。消防・警察や陸上自衛隊のヘリコプターが出動した救助訓練のほか、ガス・水道・電話などのライフライン機関による復旧訓練、医師会など四師会による医療救護訓練、獣医師会による負傷動物救護訓練などのほか、バイクで区内の被害状況などの情報収集を行う訓練も行いました。今後も会場を変えながら毎年行う予定です。ぜひご参加ください。

区での取り組み

◇防災用品のあっせん

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。

●防災課

◇防災ビデオ・DVDなどの貸し出し

区内の団体・個人向けに防災に関するビデオ・DVDの貸し出しを行っています。子供向けのアニメや紙芝居もあります。

●無料防災課

◇震災時生活用水井戸登録助成

井戸を設置し、震災時生活用水井戸として登録した場合、その設置費用または登録済みの井戸・手押しポンプなどの修理費用の2分の1（上限5万円）を助成しています。

●防災課

◇街頭消火器の設置

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。

●防災課

◇起震車「くらりん号」の運行

くらりん号は、震度7までの地震を体験することができる車です。大きさは、車幅約2m・車長約6.3m・車高3.1m・重量6tです。●通年(水曜日・年末年始を除く)。雨天時は運行中止(無料申込)電話で、利用月の3か月前の月の1日から10日前までに防災課へ防災課(会場の大きさや予約状況によっては、ご利用になれない場合があります)



◇家具転倒防止器具取り付け助成

地震に備えて家具転倒防止器具の取り付け助成を行っています。事前申請が必要で、申請後に区が委託している事業者が器具の取り付けを行います。現金助成ではありません。また、事後の申請はできませんので、ご注意ください。

●区内在住で①65歳以上で一人暮らしの方②65歳以上のみの世帯の方③身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方がいる世帯④難病患者福祉手当を受けている方がいる世帯⑤②③④のケア24または高齢者在宅支援課管理係⑥③④障害者施策課障害者福祉係または福祉事務所

◇地域のたすけあいネットワーク(地域の手)

高齢や障害などにより、災害が発生した時に避難することが困難な方を、地域の方々のご協力により支援する制度です。ご登録いただいた方の情報をもとに災害時の安否確認や避難を支援するために必要な計画を作ります。

●保健福祉部管理課地域福祉係

◇災害・防災情報メールの登録

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(QRコードは12面下参照)。

◇地震への備えを忘らさず(家)を守りましょう(耐震化支援事業)

区では、昭和56年以前に建築した建物の所有者に、耐震化を支援しています。建物の耐震化の助成は、無料で行う区の木造住宅耐震診断士やアドバイザーの派遣申し込みから始まります。区民事務所・図書館にあるパンフレットの申請書をご提出ください。区ホームページからも取り出せます。

●建築課耐震改修担当

①木造建築物等の耐震化支援

●昭和56年5月以前に建築した木造の建物の所有者(申込)木造耐震診断士派遣事務局 ☎6795-5602

②マンション等木造以外の耐震化支援事業

●昭和56年5月以前に建築した木造以外の建物の所有者(分譲マンションの場合は、管理組合の代表者) (申込)NPO法人耐震総合安全機構 (JASO) ☎6912-0773

③特定緊急輸送道路沿道建築物の耐震化支援事業

●以下の3項目を満たしている建物の所有者(分譲マンションの場合は、管理組合の代表者)
(1)昭和56年5月以前に建築②敷地が特定緊急輸送道路に接している③高さが道路の幅のおおむね半分以上
●(申込)東京都防災・建築まちづくりセンター ☎5466-2064または木造の場合は①、木造以外は②でも可

建築防災フェア開催

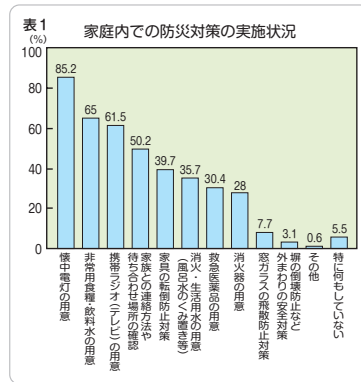
耐震に関する無料相談会や展示などを行います。ぜひお越しください。●日・時・場・内容表のとおり●無料(申込)当日、直接会場へ●建築課耐震改修担当

日時	場所	内容
1月17日(火)～19日(木) 午前10時～午後4時	区役所1階ロビー、2階区民ギャラリー(ほか)	▷17日～19日＝耐震無料相談会、防災用品あっせん品の展示 ▷17日・18日＝家具等転倒防止器具・火災報知器・マイコンメーターの展示相談、耐震改修工法の展示、ブロックの無料相談 ▷17日・19日＝起震車体験 ▷19日＝地震動シミュレーター体験(映像と連動したリアルな地震の揺れを体験できます)
1月11日(水)～21日(木)	東京都でも耐震キャンペーンを実施しています。詳細はお問い合わせください。	●東京都都市整備局建築企画課 ☎5398-3362

第43回杉並区区民意向調査結果より

家庭内での防災対策の実施状況

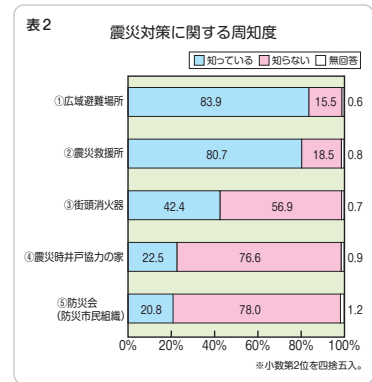
～現在、あなたの家庭内で行っている防災対策は何ですか。



東日本大震災を経験したことから、例年6割程度の「懐中電灯の用意」が8割を超えました。続いて、「非常用食料・飲料水の用意」、「携帯ラジオ(テレビ)の用意」をした家庭も増えました。非常用食料は、レトルト食品や缶詰などを少し多めに用意するだけで防災対策になります。できることから始めましょう。

震災対策に関する周知度

～あなたは、震災対策などに関する以下の①から⑤の内容について知っていますか。



※小数第2位を四捨五入。

■講演会・パネルディスカッション「高齢者の孤立を地域で防ぐために」

■講演会・パネルディスカッション「高齢者の孤立を地域で防ぐために」
◎2月1日(水)午後2時～4時◎セッション杉並(梅里1-22-32)
◎1部=講演「地域の絆はあなたの気づきから」(東京都健康長寿医療センター研究所・藤原佳典)▷2部=地域のゆるやかな見守り発表①困ったときのSOS地域での送迎り(サンプルンズ・小暮久美子)②サポート中瀬(建設ユニオン杉並・行川勉)③ご近所付き合い広目隊(同隊事務局長・市村敦子)④見守りチェックシート活用(東京都健康長寿医療センター研究所・野中久美子)◎区内在住の方◎500名(先着順)◎無料◎当日、直接会場へ◎高齢者在宅支援課地域連携推進係◎1)たすけあいネットワーク(地域の目)全体連絡会の中で開催します(2)参加者に記念品を差し上げます

■3月の足腰げんき教室

普段あまり運動する機会のない方、介護予防のための運動を体験してみませんか。

◎・◎下表のとおり◎ボールを使った体操を中心に、栄養や口腔機能などの介護予防に関する情報提供◎健康運動指導士◎区内在住の65歳以上で、日常

(3月の足腰げんき教室)

Table with columns: 会場, 番号, 日程 (3月1日～22日の毎週(水)午後1時30分～3時30分, etc.)

生活で介助の必要がなく介護保険の要介護・要支援認定を受けていない方◎各15名(抽選)◎無料◎申込電話で、1月12日～23日に区コールセンター◎☎#8800または◎☎3372-8800へ◎高齢者施策課介護予防事業係◎長寿応援対象事業

■65歳からの噛む噛むクッキング～口から始まる健康生活

年齢と共におきる口腔機能の低下の予防方法を学び、よく噛んでおいしく取れる食事の調理実習を行います。

◎・◎下表のとおり(全6回要出席)◎永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)◎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(抽選)◎初回無料、2回目以降毎回300円◎申込電話で、1月12日～22日に区コールセンター◎☎#8800または◎☎3372-8800へ◎高齢者施策課介護予防事業係◎長寿応援対象事業

(65歳からの噛む噛むクッキング)

Table with columns: 日程, 内容 (2月2日(水) 口腔・栄養の基礎講座, 9日(水) お口の中をきれいに保つメリット...

*時間は午前10時～午後1時。2月2日は正午まで。

杉並障害者福祉会館

◇料理教室「野菜たっぷり中華料理」

寒い季節にぴったりのおつまみ大根水餃子鍋と北京ダック風焼き春巻き、温野菜サラダを作ります。

◎2月5日(日)午前11時～午後1時◎小俣敏枝◎校区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者◎16名(抽選)◎500円◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名と所在地も書いて、1月25日(必着)までに同会館運営協議会へ

◇障害者のための「スポーツ吹矢教室」

◎2月5日(日)・19日(日)・26日(日)、3月4日(日)◎知的障害のある方=午前10時30分～午後0時30分◎その他の障害のある方=午後1時30分～3時30分◎日本スポーツ吹矢協会・荒井和子◎区内在住・在勤・在学で障害のある方と介助者◎各20名(抽選)◎無料◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名と所在地も書いて、1月25日(必着)までに同会館運営協議会へ

◇障害者の住宅事情～探して、契約して、なおして、快適に暮らすまで

不動産業者が障害者との賃貸借契約で重視するポイントについてのお話を伺い、民間アパート・公営住宅などに居住する当事者から体験談を聞きます。

◎2月5日(日)午後1時30分～4時30分◎支援センターやなぎほピア相談員・菅井孝雄(視覚障害)、真橋美江子(視覚障害・肢体不自由)ほか◎区内在住・在勤・在学の障害者とその家族、支援者◎20名程度(先着順)◎無料◎当日、直接会場へ(送迎希望の方は、1月29日までに同会館運営協議会へ)

— (いずれも) —

◎・◎杉並障害者福祉会館運営協議会(〒168-0072 高井戸東4-10-5 ◎☎3332-6121 FAX3335-3581)へ



SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭

◇合気道演武大会

◎2月4日(日)午後1時～5時◎勤労福祉会館(桃井4-3-2)◎区内在住・在勤・在学で合気道経験者(見学可)◎無料◎申込◎電話で、1月20日までに杉並合気会・梅田◎☎3394-3169へ

●都民体育大会予選会

◇バスケットボール

◎2月11日～3月25日の日曜日、祝日の午前9時～午後9時◎区体育館◎区内在住・在勤・在学で編成されたチーム(学連登録チームと高校生以下は除く)◎1チーム10名(代表者会議で集めます)◎申込ハガキに、チーム名、男女の別、代表者の氏名・住所・電話番号、ユニホームの色を書いて、1月31日(必着)までに区バスケットボール連盟・藤田理(〒166-0001阿佐谷北4-17-16)へ◎☎3338-0412◎代表者会議を2月6日(日)午後7時から荻窪体育館(荻窪3-47-2)で行います

スポーツ教室

●弓道一般講習会

◎2月5日(日)午後1時30分～5時(区後援)◎上井草スポーツセンター◎弓道場(上井草3-34-1)◎区内在住・在勤・在学で弓道経験者、区連盟会員◎20名(抽選)◎無料◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)◎2月25日(必着)までに横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11)へ◎☎3334-5664(午前8時～午後8時)◎弓道具は貸し出します

●上井草スポーツセンターサッカー教室

◇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。

◎①小学1、2年生=2月2日(水)・23日(木)午後4時～5時◎②小学3～5年生=2月9日(木)午後4時～5時◎③小学6年生・中学生=2月2日(水)・9日(木)・23日(木)午後5時

◎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1月11日午前8時30分からハガキ締切日まで。

30分～6時45分◎区内在住・在学の小学生◎各40名(申込順)◎各回500円 ◎プレキッズ&ファミリーサッカー教室

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験できます。

◎2月1日(水)・8日(水)・15日(水)◎2歳児クラス=午前10時～10時50分◎3・4歳児クラス=午前11時～11時50分◎区内在住・在勤・在学で2～4歳のお子さんとその保護者◎各回20組40名(申込順)◎各回1組500円(子育て応援券利用可) ◎サッカーGKクリニック

◎サッカーの必要基本技術トレーニングを行い、専門技術を学びます。

◎2月4日(日)午後1時15分～2時45分◎区内在住・在学の小学4年生～中学生◎20名(申込順)◎500円

◇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行い、最後は試合を行います。

◎2月18日(日)午後1時15分～2時45分◎区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の女性◎20名(申込順)◎600円

— (いずれも) —

◎上井草スポーツセンター◎F C東京普及部◎コーチ◎◎電話または直接、1月25日までに上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ◎☎3390-5707)へ◎締切日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込みできます

●親子タグラグビー体験教室

◎元プロ選手と一緒に親子でタグラグビーを楽しもう。

◎2月4日(日)・5日(日)午前11時～午後1時◎下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)◎元早稲田大学ラグビー部主将・石川安彦◎区内在住・在学の小学生とその保護者◎各30組60名(申込順)◎無料◎電話で、2月3日までに杉並区スポーツ振興財団◎☎3312-2111(区代表)へ

●フライングディスク教室

◎①2月4日(日)◎②18日(日)◎いずれも午前10時30分～正午◎上井草スポーツセンター ◎フライングディスク(フリスビー)の握り方・投げ方、簡単なゲームなど◎東京都

障害者フライングディスク協会◎区内在住・在勤・在学で小学生以上の方(障害のある方も楽しめます)◎各40名(申込順)◎各200円◎電話または直接、①は1月25日、②は2月8日までに上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ◎☎3390-5707)へ◎締切日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込みできます

●妙正寺体育館の教室

◇中級硬式テニスⅡ ◎教室番号「1151」

◎2月5日～3月11日の毎週日曜日、午前9時～11時(計6回)◎準備日3月18日 ◎杉並区テニス連盟◎区内在住・在勤・在学で16歳以上の中級者◎22名(抽選)◎6000円◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、1月19日(必着)までに同体育館へ ◎元プロ直伝！基礎から学ぶボクシング入門 ◎教室番号「1083」

◎2月17日～3月23日の毎週金曜日、午後8時～9時(計6回)◎区内在住・在勤・在学で16歳以上の男性◎25名(抽選)◎3000円◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、1月23日(必着)までに同体育館へ ◎女性のみがくボクシング教室 ◎教室番号「1084」

◎2月17日～3月23日の毎週金曜日、午後7時～8時(計6回)◎区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性◎30名(抽選)◎3000円◎申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、1月23日(必着)までに同体育館へ

— (いずれも) —

◎・◎妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12 ◎☎3399-4224) ◎3歳～就学前の託児あり(事前申込制)

●はじめてのミニテニス・インディアカ体験教室

◎初心者の方に丁寧に基礎から試合まで楽しく指導します。 ◎1月28日(日)、2月25日(日)、3月24日(日)◎いずれも午後1時～3時◎高円寺体育館(高円寺南2-36-31) ◎日本ミニテニス協会公認指導員、杉並区インディアカ協会所属指導員◎区内在住・在勤・在学の方◎各10名(先着順)◎各200円(中学生以下100円)◎当日、直接会場へ◎高円寺体育

館◎☎3312-0313◎開催日の午後1時～5時、半面を個人利用に開放しています。教室終了後、そのまま個人利用で参加できます

●日帰りスノーシュー & 親子雪遊び体験

◎雪上を自由に歩くことができるスノーシューで、眺めのすばらしい入笠山に登ります。低学年のお子さんは親子で思う存分雪遊びを楽しみましょう。

◎2月25日(日)午前6時45分集合、午後7時30分解散◎長野県富士見パノラマリゾート▷集合・解散場所=区役所中杉通り側入り口前◎①約3時間の行程でハイキング程度の登山◎親子で自然とふれあうコース◎区内在住・在勤・在学で◎小学5年生以上の健康な方◎小学1～4年生の親子◎43名(抽選)◎8000円、小学生7500円(バス代・用具レンタル代・保険料などを含む) ◎申込往復ハガキ(9面記入例参照。家族は連記可)に学年・性別・靴のサイズも書いて、1月30日(必着)までに杉並区スポーツ振興財団(〒166-0004阿佐谷南1-14-2のみ)阿佐ヶ谷ビル8階)◎同財団◎☎3312-2111(区代表) ◎①スキーウェア・スノーブーツのレンタルもあります(2)昼食は各自で持参してください

●杉小温水プールの教室

◇ウォーキングタイム

◎水中での正しい歩き方を学び、腰痛・膝痛を予防、ダイエットを目指します。

◎1月17日(水)・26日(水)、2月4日(日)・14日(日)・18日(日)・23日(木)、3月3日(日)・17日(日)・20日(日)・22日(木)◎いずれも午前10時～正午◎各日30名(先着順)◎無料(入場料別)

◇脂肪燃焼アクア教室

◎水の特性を生かした有酸素運動です。泳ぐなくても大丈夫。

◎1月24日(日)、2月9日(木)・28日(日)、3月8日(木)◎いずれも午前10時～11時◎各日30名(先着順)◎1回500円(入場料込み)

— (いずれも) —

◎杉小温水プール(和杉3-55-49)◎区内在住・在勤・在学で16歳以上の方◎当日、直接会場へ◎杉小温水プール◎☎3318-8763◎駐車場はありません

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

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○○課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

1人1枚
※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、お父さんの氏名と年齢も記入。

催し EVENT

■杉並区・瑞草区友好平和のためのポスター絵画展
友好都市・大韓民国ソウル特別市瑞草区と杉並区の小中学生を対象に開催したコンクールの入賞作品を展示します。
開 1月20日(金)～27日(金)午前8時30分～午後5時(区役所2階区民ギャラリー) 費 無料(申込)当日、直接会場へ(区民生活部管理課庶務係)



▲上川真央さんの作品

郷土博物館

◇写真展「杉並史跡散歩～博物館周辺を歩く」
博物館周辺の史跡や文化財を「杉並区史跡散歩地図」に沿って、写真や解説パネルで紹介いたします。
開 1月20日(金)～6月13日(水)午前9時～午後5時(月曜日・第3木曜日休館(祝日の場合は開館し、翌日休館))

◇講演会「1Q84」と高円寺
村上春樹さんの小説「1Q84」の主要な舞台は、高円寺。実際の1984年に至る高円寺の歴史も振り返りながら、当館学芸員が「1Q84」の世界を読み解いていきます。
開 1月29日(日)午後2時～4時(40名(先着順。当日午後1時から整理券配布))

——(いずれも)——
郷土博物館(大宮1-20-8) 費 100円(観覧料。中学生以下無料) (申込)当日、直接会場へ(郷土博物館 ☎3317-0841)

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 2月4日(出)・5日(日)午前10時～午後2時(区内在住・在勤の方(業者出店不可) 応募集区画=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)に参加希望日を書いて、1月20日(必着)までにYショップへ(他)車の搬入・来場はできません) ①Yショップから袖なしブラウス作り

開 2月10日(金)・24日(金)午後1時30分～3時30分(計2回) 区内在住・在勤・在学の方 12名(申込順) 費 300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・同リサイクルひろば高井戸(〒168-0072高井戸東3-7-4 ☎3331-4360/午前10時～午後6時。水・木曜日休館)

講演・講座

■杉並ユネスコ 親子科学教室「虹色のひみつ～おもしろ分光器と偏光万華鏡をつくらう」
開 1月28日(日)午前10時～正午(あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 開 坂口美佳子(小)小学2～6年生の親子(40名(申込順) 費 1人500円(申込)往復ハガキ(記入例参照)に親子の氏名・年齢も書いて、1月23日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011 梅里1-22-32)へ(同)センター ☎3317-6621

■先人の知恵に学ぶ手味噌
みそを作りながら日本の食糧事情・地球温暖化との関係を学びます。
開 1月31日(日)午前10時～午後3時30分(昼食持参) 開 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 開 「食品と暮らしの安全」団体世話人・鈴木昌代(区内在住・在勤・在学の方)15名(申込順) 費 1000円(申込) 開

電話で、すぎなみ環境情報 ☎3398-3191(開)2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

■男たちの働き革命
父親の育児支援を行う講師がパパの「ワーク・ライフ・バランス」のポイントをお話します。
開 2月4日(出)午後2時～4時(阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 開 NPO法人ファザーリング・ジャパン理事 東浩司(区内の事業者・人事労務担当者、区内在住・在勤の方)60名(申込順) 費 無料(申込)電話、ファクスまたはEメールに①会社で申し込み=所在地・企業名・参加者名・従業員数・電話番号②個人で申し込み=住所・氏名・電話番号を書いて、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0681(danjo-t@city.suginami.lg.jp)へ(同)係(同)就学前の託児あり(1月26日までに事前申込制)

■犬の飼い方教室～子犬を飼い始めて
獣医師が、生後1歳未満の子犬の飼い方に関するお話をします。
開 1月26日(日)午後1時30分～4時30分(杉並保健所(荻窪5-20-1) 開 グラス動物病院院長・小林豊(区内在住で犬を飼っている方、または犬を飼う予定の方)40名(申込順) 費 無料(申込)電話またはハガキ(記入例参照)に参加希望人数、犬の名前・年齢・登録年度と鑑札番号も書いて、杉並保健所生活衛生課(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-1991)へ(同)係(同)飼犬を連れて来ることはできません②未登録犬は当日登録していただきます③これから子犬を飼う方も参加できます

■なごみ先生の上手な健康貯金術!第2回
筋力アップを目的とした食事と運動の講演と実技を行います。
開 1月29日(日)午後1時30分～2時45分(成田図書館(開)健康運動指導士・金沢和味(25名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話または直接、成田図書館(成田東3-28-5 ☎3317-0341/1月19日(休)は休館)へ(同)動きやすい服装で参加してください

■腹の底から大きな声だし ストレスバイ!
滑舌よく、若々しい声をいつまでも保つコツをプロのボイストレーナーが優しく教えてください。
開 1月26日(日)午前10時～正午(杉並保健所(荻窪5-20-1) 開 ボイストレーナー・藤川崇浩(区内在住・在勤・在学の方)50名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、高円寺保健センター ☎3311-0116(開)①杉並区健康づくりリーダーの企画です②動きやすい服装で、飲み物と汗拭きタオルを持参してください

■正月太りのほっこりお腹解消講座
開 ①1月25日(水)②2月1日(水)③9日(水)いずれも午前10時～正午(2月1日は午後1時まで。計3回) 開 高円寺保健センター(高円寺南3-24-15) 開・開 ①講義「メタボリックシンドロームとは?」(清川病院院長・安田清美) ②講義「時間栄養学のススメ」(管理栄養士・蒲池桂子)と昼食試食③運動「気軽に筋トレ」(インストラクター・松藤幸子) 区内在住で65歳未満の方 各20名(1回のみ参加可。申込順) 費 ①③無料②500円(食材料費) (申込) 費 無料(申込)電話で、高円寺保健センター ☎3311-0116(開)

■お口と姿勢のキレイで目指せマイナス5歳術!
開 ①1月31日(日)②2月7日(火)いずれも午前10時～正午(計2回) 開 和泉保健センター(和泉4-50-6) 開 ①お口のいろいろチェック&「歯周病と歯

むことのお話」②ゆがみチェックと姿勢美つくり&講義「背骨のゆがみと体の健康」 開 ①かんだ歯科クリニック院長・神田昌宏②丸の内カイロプラクティックオフィス・永田達也(区内在住で60歳までの方)15名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、和泉保健センター ☎3313-9331(開)

■子育てママのヨガ教室
開 2月2日(日)午前10時～11時30分(開)セッション(梅里1-22-32) 開 出口真知子(子育て中のお母さん)30名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、高円寺保健センター ☎3311-0116(開)①健康づくり自主グループ・ハヤウマの企画です②就学前の託児あり(事前申込制。先着10名)

■家族介護教室
◇認知症教室～どんな特徴があるの?どう接すればいい?
開 1月19日(日)午後1時30分～3時(開)ふれあいの家(しもいぐさ正吉苑(下井草4-22-4) 開 介護福祉士・小宮敦(区内在住の方)15名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ふれあいの家(しもいぐさ正吉苑 ☎3390-8074(開)

◇福祉用具の活用～移動および排泄関連用具
開 1月19日(日)午後2時～3時(開)福祉機器展示センター(阿佐谷北1-2-1) 開 花王カスターマ(区内在住・在勤の方)10名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338-8630(開)

◇とっても怖い高齢者の急性肺炎
開 1月19日(日)午後2時～4時(開)あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 開 健友会桃井診療所院長・野田義人(区内在住・在勤の方)30名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24南荻窪 ☎5336-3724(開)

◇介護疲れを癒そう、セルフケアとマッサージ～体をほくして転倒予防
開 1月26日(日)午後2時～4時(開)浴会(高井戸西1-12-1) 開 東京在宅サービス鍼灸マッサージ師・徳山充徳(区内在住の方)20名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24高井戸 ☎3334-2495(開)

◇補聴器を正しく選ぼう～耳の構造をご存じですか
開 1月26日(日)午後2時～3時30分(開)高円寺北区民集会所(高円寺北3-25-9) 開 バソニック補聴器・尾崎健志(区内在住・在勤の方)30名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24高円寺 ☎5305-6151(開)

◇健康維持はお口から!～口腔機能低下の予防
開 1月26日(日)午後2時～3時30分(開)杉並区医師会館(阿佐谷南3-48-8) 開 歯科医師・本間敏道(区内在住で介護予防に関心のある方)20名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24荻窪 ☎3391-0888(開)

◇知らなかった在宅サービス～有料老人ホームの選び方
開 1月31日(日)午後2時～4時(開)方南市民集会所(方南1-27-8) 開 桑菜シニア・小川智也(区内在住の方)40名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24方南 ☎5929-2751(開)

◇いつまでも青春を…☆輝きLIVE☆懐かしのエレクトロニック
開 2月3日(日)午後2時～3時30分(開)労働福祉会館(桃井4-3-2) 開 出演=Da.Jar.Rays(区内在住・在勤の方)300名(先着順) 費 無料(申込)当日、直接会場へ(開)ケア24下井草 ☎5303-5341

◇療養型病院について学ぼう
開 2月13日(日)午前1時30分～2時30分(開)河北サテライトクリニック(阿佐谷北1-3-12) 開 ケア24阿佐谷・中林亮太郎(区内在住・在勤の方)15名(申込順) 費 無料(申込) 費 無料(申込)電話で、ケア24阿佐谷 ☎3339-1588(開)

(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、開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
下高井戸館(下高井戸3-31-11 ☎ ☎3302-2161)	ペン画淡彩初級講座～スケッチから水彩色付まで★	2月12日～7月8日の毎月第2(日)、午後2時～3時30分(開)1回500円(画材費別途)
西田館(荻窪1-57-4 ☎ ☎3391-8747)	基本から楽しく学べる書道教室★	2月7日から毎月第1・3(火)、午後1時30分～3時30分(開)1回500円
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎ ☎3335-1716)	音色の美しいデュエットオカリナの初心者教室★	1月26日から毎月第2・4(木)、午後4時～5時(開)デュエットオカリナに興味がある方 1回1000円
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎ ☎3315-1816)	簡単、ママとはあはれのレッスンバッグづくり	1月30日(日)・31日(月)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分(開)1回300円(材料費別途。持込可)
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎ ☎3332-1076)	みんなでおやつ時間～おしゃべりでご一緒に★	1月26日から毎月第4(木)、午前10時30分～正午(開)1回300円(お茶・お菓子付き)
井草館(井草2-15-15 ☎ ☎3390-9672)	「コミュニケーション講座」傾聴の実践スキル入門★	1月25日から毎週(火)、午後2時～3時30分(計6回) 費6000円(初回に集めます)

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

名称・会場	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切	
●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	土曜日の音楽会「オールディーズでタイムスリップ」 園高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)	懐かしいオールディーズであの頃に還ってみませんか▷出演=オールディーズバンド・ドリーム▷曲目=「トゥーヤング」、「ジャンバラヤ」、「東京ブギウギ」ほか	2月11日(祝)午後6時30分	80名	無料	当日直接
	手作り味噌で美味しい食事 園永福和泉地域区民センター	日本の伝統食の味噌を手作りします。厳選された大豆・米麹の減塩味噌です。梅雨明けの頃香り高い味噌で一家だんらんを!!/管理栄養士・山本布子▷長寿応援対象事業	2月5日(日)午後1時30分~4時	24名	1100円 (容器代きむ)	1月25日
講	ころばめ先のストレッチ 園永福和泉地域区民センター	モットーは、「頑張らないで怠けない!」腹式呼吸中心のストレッチで、リンパの流れをよくし、腰痛・膝痛・肩こり解消!!/ストレッチインストラクター・鹿野裕子▷長寿応援対象事業	2月17日~3月9日の毎週金曜日、午前10時~正午(計4回)	20名	100円 (保険料)	2月7日
	★協働事業 第5回ささえあおう心の健康~相続(争族)あなたならどうする? 園永福和泉地域区民センター	相続の基本的な流れと手続きを、事例を挙げてわかりやすく説明します/東京都行政書士会杉並支部・小原幹彦▷長寿応援対象事業	2月24日(金)午後1時30分~3時30分	40名	無料	2月14日
	「脳トレアート」 園永福和泉地域区民センター	五感を働かせて脳を活性化。経験不要のやさしい技法で作品を作ります。認知症予防や心のケアにもなります/臨床美術士・佐藤まさみ▷長寿応援対象事業	3月6日(火)・13日(火)午後1時30分~3時30分(計2回)	20名	1000円	2月23日

●住民は地域社会の主人公
安心して住み良い町、
楽しい町会を目指して
高円寺北庚申文化会

高円寺北庚申文化会は、JR高円寺駅北口からすぐの高円寺北2丁目、3丁目にまたがったところにある、大変にぎわった町です。町会のまんなかに商店街(高円寺庚申通り商店街)があり、買い物客でとてもにぎわっています。商店街では、年4回高円寺全域でのイベント(高円寺演芸祭・高円寺大道芸・高円寺阿波おどり・高円寺フェスタ)が行われ、一年中何かイベントを行っています。そのような町なので犯罪のない、事故のない町にするため、日夜、庚申パトロール隊が見回りを努力しています。今年になって防犯カメラを6台まで増設し、監視も強化しています。町会活動としては、2年前に町会会館(庚申文化会館・3階建て)を建設し、1階にはギャラリーを創設、2階・3階には会議室と町会事務所を設け、会員



▲庚申文化会館での展示

また、会館の前(商店街の中)には杉並100選に選ばれた庚申塔があり、たくさんの方々が参りをしています。毎年9月に申塔祭りを行っています。そのほか、区役所、警察署、消防署、学校の行事には積極的に参加と協力をしています。特に駅に近いので放置自転車が多く、パトロール隊ががんばって取り締まっています。安心して住みよい町、楽しい町会を目指して会員一同がんばっています。(会長 亀田幸雄)

すぎなみ子ども・子育てメッセ

NPO・地域のグループ・企業など約50の団体が子育て情報の提供や、ワークショップ、相談会など盛りだくさんの企画をお待ちしています。一部事前申し込みが必要です(下表参照)。
時2月19日(日)午前10時~午後4時(園)セシオン杉並(梅里1-22-32) 園ホール=親子鑑賞「影絵劇:三枚のおふだ」(チケット事前販売)、各団体のダンス・パフォーマンス発表▷その他=絵本の読み聞かせ、おもちゃ作り、育児相談ほか。授乳・休憩コーナーあり(申込当日、直接会場へ(一部事前申し込みが必要(下表参照)) 園すぎなみ子ども・子育てメッセ実行委員会事務局(子育て支援課管理係内) 園すぎなみ子育てサイトでもご案内しています

◆事前申し込みが必要催し◆

内容・時間・対象・定員・費用	申し込み・問い合わせ	締切
①「JOYJOYリズムコース」発表コンサート=正午~園25名(申込順)園無料②親子リズムサークル・ペンギンくみ=午前11時~園1歳半~3歳の親子園10組(申込順)園無料③親子リズムサークル・アヒルくみ=午前11時30分~園3~5歳の親子園15組(申込順)園無料	アートコミュニティ Grace Place・関口☎080-5145-5200yoshimi@i-produce.net	当日
悩めるママのための母乳講座=午前10時30分~午後0時30分園0~6歳児の母親園30名(申込順)園500円	お産とおっぱい・おしゃべり会 ツクモト☎090-8331-7166buu@jc.om.home.ne.jp	2月10日
親子で触れあって多言語の世界を楽しもう! =午後1時~2時(園)未就学児の親子園15組(申込順)園無料	言語交流研究所ヒッポファミリークラブ・田中☎070-5553-4266mauruu@dream.jp	2月7日
ペアレナタッチング・ベビーヨガ体験=午後2時40分~3時40分園4カ月~2歳の親子園10組(申込順)園無料/わらべうたベビーマッサージ=①午前11時~②午後2時30分~園1歳までの親子園各回4組(申込順)園無料	子育ておうえん隊 おへそ緒・オオクボ☎090-9648-9521sns_mw@yahoo.co.jp	2月10日
有名なミュージカル曲を体験するワークショップ=午後0時30分~2時園5歳~中学生園30名(申込順)園無料	杉並子どもミュージカル・鯉島☎3683-5539suginamikmm@yahoo.co.jp	申込順
親子スキンタッチ教室=午後1時30分~2時30分園0歳~小学校低学年の親子園10組(申込順)園無料	東京スキンタッチ会・山口☎090-3349-7095donguri@don-hari.com	1月31日
みんなで歌おう! 紙芝居コンサート=午後2時20分~3時20分園0歳~小学生の親子・家族園40名(申込順)園1人500円	子ども育成音楽プロジェクト・廣瀬☎080-5061-3399kodoon@hi-deaki-hirai.com	2月17日
英語の絵本読み聞かせと英語歌遊び=午前11時45分~午後0時45分園0~5歳の親子園40名(申込順)園無料	プラネットキッズ・中村☎6276-2631todoke@planet-sp.com	2月19日



**「すぎなみ大人塾」
はじめてのソーシャル・アクション
つながりづくり!ワークショップ2012**

地域の中で、新しい「つながりづくり」を試みる、大人塾受講生の企画・運営による手作りのワークショップです。人からまちの関心事まで皆で語り合い、「つながりづくり」のはじめの歩を踏み出しましょう。
時・園1月28日(出)(下表のとおり) 園セシオン杉並(梅里1-22-32) ほか園区内在住・在勤・在学の方面各コース15名程度(申込順)園無料(申込)電話・ファクス・Eメール(9面記入例参照)に希望コース番号も書いて、社会教育センター☎3317-6621(平日午前9時~午後5時) Fx3317-6620shakyo-c@city.suginami.lg.jp. 園同センター

(つながりづくり!ワークショップ2012)

コース番号・ワークショップ名	内容・企画運営	時間
① 初対面でもハッピーコミュニケーション!	くちベタさん、恥づかしがり屋さん大歓迎! ゲーム等を楽しみながら、コミュニケーションのきっかけ作りを一緒に考えてみませんか?(茶菓子付き)▷きずな交流力フェチーム	午後2時~4時
② 「シェアする暮らし」~コレクティブハウス	一人暮らしの人、一人で子育て中の人、老後を豊かに暮らしたい人など、多様な人たちと家族のような暮らし方を一緒に考え話し合おう!▷コレクティブハウステーム	午後2時~4時30分
③ つくろう! みんなのすぎなみ思い出マップ	杉並の好きな道(すぎなみち)を教えてください。みんなの思い出を持ち寄って絵地図づくり。思い出を通してあなたの知らない街が見えてきます。▷まちの物語チーム	午後1時30分~4時
④ 井草の灯りまつり立ち上げメンバー募集! ※	新しい杉並の風物詩づくり参画のチャンス! 「ミニ灯りづくり」を体験して、灯りまつりの企画をみんなで出しあおう。▷ふるさと灯りまつりチーム	午後1時~4時

※④の開催場所=下井草商店街振興組合事務所(下井草3-30-12)。

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返信用の宛先
- ⑦託児ありの行事は子供の氏名・年齢

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)						
★協働事業 「ナチュラル防災講座」 家族の命を守るために! 📍井草地域区民センター	身近なものでお年寄りや子供の命を震災から守るための知恵と技を学びましょう▷内容=第一部「講演」/あんどろりす、第二部「フォーラム」/今川保育園、すだちの里すぎなみ、すぎなみ正吉苑	1月22日(日)午後1時30分～3時30分	70名	無料	当日直接(先着順)	
	★協働事業 井草センターのつどい～まめまめまつり 📍井草地域区民センター	パントマイム・影絵・語りによるコラボレーション「ジャックと豆の木」ほか、家族みんなで楽しめます/まめまめまつり、山本さくら、チャンキー松本、中川哲雄▷長寿応援対象事業	2月4日(日)午後1時30分～3時30分	40名	無料	1月24日
	ばそこん寺子屋 📍井草地域区民センター	初心者を対象としてパソコンのよろず相談に応じます。気軽にお越しください(パソコンあり、持ち込み可)/NPOわくわくネット・児玉洗ほか	2月5日(日)午後1時30分～3時30分	—	無料	当日直接
おもちゃの病院 📍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	2月11日(祝)・25日(出) 受付=午後1時30分～3時	—	無料	当日直接	
★協働事業 井草センターのつどい～家族 に自慢できる写真を撮ろう 📍井草地域区民センター	珈琲の愉しみ方あれこれ 📍井草地域区民センター	珈琲の来歴と背景、あまり知られていない意外なエピソードや具体的な抽出方法を紹介します。おいしい珈琲を知って味わいましょう/戸枝亮▷長寿応援対象事業	2月3日～24日の毎週金曜日、午後1時～3時(計4回)	24名	2000円	1月24日
	地域を散策し、デジカメでの撮影のコツやパソコンへの保存方法などを学び、ポストカードを作成します/カメラサークル オリーブ・鈴木勤、NPOわくわくネット・児玉洗▷長寿応援対象事業	2月17日(金)午前9時～午後2時、 24日(金)午前10時～正午(計2回)	15名	1000円 (17日軽食付、 テキスト代、 保険料含む)	2月7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)						
★協働事業 新春「金融経済講演会～世界 経済と私たちの暮らし」 📍荻窪地域区民センター	使い終わった食用油のリサイクルのしくみを石けん作りをとおして学びます。アロマオイル入り石けんやオリーブオイル100%の石けんなど全部で3種類作ります/布沢好子▷対象=小学生以上のお子さんと保護者▷1歳～就学前の託児あり(事前申込制。子育て応援券利用可)	1月28日(日)午前10時30分～午後0時30分	8組 16名	親子1組800円 (保険料含む。 子供1人増に 付き800円)	1月20日	
	かわいい小鳥のブローチ作り 📍西荻地域区民センター	見本を見ながらかわいい小鳥のブローチを作ってみませんか。モズ・エナガの2種類から選んでいただきます/土田諄弘▷長寿応援対象事業	2月9日(日)午前10時～正午	20名	450円	1月25日
	親子で作るニットの小物講座 ～かわいい動物のふわふわひ な人形 📍西荻地域区民センター	デジタル化の中、手作りの温かみを伝えたい。かぎ針や棒針を使わず、簡単に編み物が楽しめます。ひな祭りにオリジナルのひな人形とほんぼりを飾ってみませんか(親子で1つ手作り編み機のプレゼント付き)/編みメーター・やたみほ▷対象=5歳～小学生のお子さんと保護者	2月18日(日)午前10時～正午	15組 30名	親子1組800円 (子供1人増 に付き300円)	1月28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)						
★協働事業 新春「金融経済講演会～世界 経済と私たちの暮らし」 📍荻窪地域区民センター	ヨーロッパの経済不安、未曾有の円高など激動の世界経済が私たちの暮らしをどう変えるのか、わかりやすく解説します/東京都金融広報委員会・金融広報アドバイザー・石森久雄▷長寿応援対象事業	2月5日(日)午後2時～4時	80名	200円	1月22日	
●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)						
★協働事業 冬こそ健康になるDAY! 📍杉並第十小学校温水プ ール・体育館(和田3-55-49)	土ようえんとおはなしの会 📍阿佐谷地域区民センター	年の初めのおはなしの会。暖かい部屋でくつろいでください/ご本お話しすき会	1月21日(日)午後3時～4時	20名	無料	当日直接
	土ようえんとおはなしの会 inセンターまつり 📍阿佐谷地域区民センター	にぎやかなおまつりの中で、えほんを楽しみましょう/O.R.C.Aわーど	2月11日(祝)午後2時～3時	20名	無料	当日直接
	あさがやセンターまつり 📍阿佐谷地域区民センター	2月11日(祝)・12日(日)午前10時30分～午後4時(12日は午後3時30分まで)今年2つのまつりを統合し新たなセンターまつりとして開催します。コン셉トは見て・聴いて・食べて・楽しむ!パワーアップしたさまざまなパフォーマンス、充実した内容の展示、ほっかほっかの汁物、餅を用意しています。お気軽にお越しください	2月11日(祝)・12日(日)午前10時30分～午後4時(12日は午後3時30分まで)	40名	300円 (資料代)	1月21日
★協働事業 冬こそ健康になるDAY! 📍杉並第十小学校温水プ ール・体育館(和田3-55-49)	棟方志功とその世界 📍阿佐谷地域区民センター	棟方志功のお孫さんである石井頼子さんによる、志功の知られざるエピソードを交えた楽しいお話です▷長寿応援対象事業	1月31日(火)、2月7日(火)・17日(金)・ 21日(火)午後2時～4時(計4回)	40名	300円 (資料代)	1月21日
	古布でぞうり作り 📍阿佐谷地域区民センター	不用の布を使ってぞうりを作ります。健康に良く、履き心地抜群のぞうり作りにチャレンジしてみませんか/大垣正子▷長寿応援対象事業	2月8日(水)・29日(水)午前10時～午後3時(いずれか1回。昼食は各自)	各回 20名	各回700円 (教材費)	1月21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)						
★協働事業 冬こそ健康になるDAY! 📍杉並第十小学校温水プ ール・体育館(和田3-55-49)	寒い冬こそ、プールと体育館で体を鍛えましょう!▷内容=①水中ウォーキング②水中ゲーム③ヌードル・ボールを使っての水中運動④泳ぎのなんでもアドバイス⑤ちびっこ集まれ!すべり台⑥メタボ測定⑦体力測定⑧骨盤健康体操/小島敬子⑨ゆるゆる体操/畑弘美(⑧⑨はタオル・上履き持参)	1月28日(日)午後1時～5時	—	無料	当日直接	
漂流3話 📍高円寺地域区民センター	海難からの漂流に耐え運命を切り開いた江戸時代末期の大黒屋光太夫、ジョン万次郎を中心に、その軌跡を追っていきます/中村孝▷長寿応援対象事業	2月4日(出)・11日(祝)・18日(日)午後1時30分～3時30分(計3回)	60名	無料	1月26日	

消費生活に関する身近な相談窓口 ご利用ください！ 消費者センター

消費生活に関するさまざまな相談を専門の相談員がお受けしています

相談専用電話 ☎ **3398 - 3121** (平日 午前9時～午後4時)



★このようなときはご相談ください★

- ◆訪問販売などの契約上のトラブルで困っている
 - ◆商品の品質・サービスなどについて疑問がある
 - ◆購入した商品の不具合によりケガをした
 - ◆契約前に疑問や不安がある
- ※事業者からの相談はお受けできません。

◆最近のよくある相談事例①◆

パソコンで無料サイトの画像をクリックしたら「登録ありがとうございます。○日以内に○○○○○円支払ってください」と書かれた画面が表示された。貼りついた画面が消えない。

▷▷消費者センターから

請求の根拠に納得できない場合は支払わず、業者と接触を断って様子を見ましょう。貼りついた画面の消し方については、(独)情報処理推進機構 (IPA) のホームページ <http://www.ipa.go.jp/> を参照してください。

手数料を支払ったが、被害回復もされず、当該業者と連絡がつかなくなった。

▷▷消費者センターから

過去に取引経験のある消費者は「今回は大丈夫」と油断せず、特に注意が必要です。どの未公開株や社債も元本や利益は保証されておらず、リスクの高い金融商品です。「必ず上場する」、「絶対に儲かる」などと勤める安易な儲け話はきっぱりと断ってください。特に高齢の方が巻き込まれるケースが多くありますので、家族や地域で注意して見守ることが大切です。

※業者と連絡が取れなくなった後、被害回復をするという「弁護士」や「探偵」を名乗る人物が登場し、相談料等を振り込むと連絡が取れなくなり、何も問題が解決されないまま被害額がどんどん増えていくといったケースもあります。

◆最近のよくある相談事例②◆

「あなたが過去に購入した未公開株の被害回復をしてあげるので、将来有望なA社の社債を購入してください」と業者から連絡があり、信用して代金を

消費生活に関する講座の開催や情報提供などを行っています

問い合わせは、消費者センター☎3398-3141 (荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪3階) へ。

◇出前講座(講師派遣)

講師があなたの街に伺い、消費者被害の未然防止や生活の知識に関する情報をお届けします。費用は無料です。

【テーマ例】

- 悪質商法から身を守る(相談事例と対処法)
 - インターネット・携帯電話トラブルと不当請求
 - 子供・若者のための金銭教育
- 【派遣先】(おおむね10名以上の集まり)
- 町会・自治会など
 - 学校やPTAなど
 - 介護保険事業者・民生委員などの学習会

◇消費者講座

くらしに身近なテーマの講座を開催しています。「広報すぎなみ」区ホームページなどで随時お知らせしています。

◇情報紙「くらしの窓すぎなみ」の発行

地域区民センター・図書館や駅の広報スタンドなどでくらしに役立つ情報紙を配布しています。(年6回)

◇図書資料の貸出・閲覧

情報資料コーナーでは、消費生活関連の図書・ビデオテープなどが閲覧できます。また、貸し出しも行っていきます。

◇ホームページによる情報発信

消費生活に関する情報提供、消費者講座の参加者募集などを行っています。

◆消費者センターホームページ

<http://www.shohi.city.suginami>

.tokyo.jp/

◆携帯用モバイルサイト(右QRコード)



消費者講座 参加者募集!

モノを減らして快適に暮らすための整理収納術

日々の生活の中で部屋が片付かないと悩んでいる方へ。モノを減らして心地よく豊かに暮らす整理収納術を学んでみませんか。

●1月26日(休)午後1時30分～3時30分 ●あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) ●随生活アドバイザー・すはらひろこ ●区内在住・在勤・在学の方 ●60名(申込順) ●無料 ●申込)1月12日から電話で、区コールセンター☎#8800または☎3372-8800へ ●消費者センター ●1歳～就学前の託児あり(先着6名。1月19日までに事前申込)

取り扱い業務が変わりました!

杉並区コールセンター

粗大ごみの申し込み先が変わりました

粗大ごみ受付センター

<http://sodai.tokyokankyo.or.jp/>

☎ **03 - 5296 - 5300** (ごみゼロ)

★受付時間=午前8時～午後7時

FAX **03 - 5296 - 7001**

★ファクスとホームページは24時間受付。

区役所へのお問い合わせ(粗大ごみの申し込み以外)

引き続き「杉並区コールセンター」をご利用ください(3月31日(出)まで)。

杉並区コールセンター

☎ **#8800** または ☎ **03 - 3372 - 8800**

★受付時間=午前8時～午後8時

FAX **03 - 3372 - 8810**

☎ call@8800.city.suginami.tokyo.jp

杉並区コールセンターは3月末で業務を終了します

3月末で「杉並区コールセンター」は、業務を終了します。区ホームページに「よくあるお問合せ・回答(FAQ)」を掲載します。コールセンターで使われている問い合わせ回答約3000本をご活用ください。

—問い合わせは、区政相談課コールセンター担当へ。

【参考】

コールセンターへのお問い合わせのうち76%(1日あたり約600件)が粗大ごみの受け付けです。

また、区役所が対応できない夜間・休日のお問い合わせは、1日あたり約60件です。

22年度、事務事業等の外部評価(杉並版事業仕分け)での指摘を受け、検討の結果、粗大ごみ受付業務を分離して別途委託(左記「粗大ごみ受付センター」へ委託)し、「杉並区コールセンター」は23年度末で全業務を終了することになりました。

(発行日)毎月1日、11日、21日

