

# すぎなみ



|                 |       |
|-----------------|-------|
| あなたの寄附が支えます！    | …… 3  |
| すぎなみの地域活動       | …… 3  |
| すぎなみ地域大学        | …… 3  |
| 4月開講講座受講者募集     | …… 3  |
| 春のポリオ予防接種を実施します | …… 5  |
| 日本フィル春休みオーケストラ  | …… 9  |
| 探検「みる・きく・さわる」の巻 | …… 9  |
| 滞納金の解消にご協力を！    | …… 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/

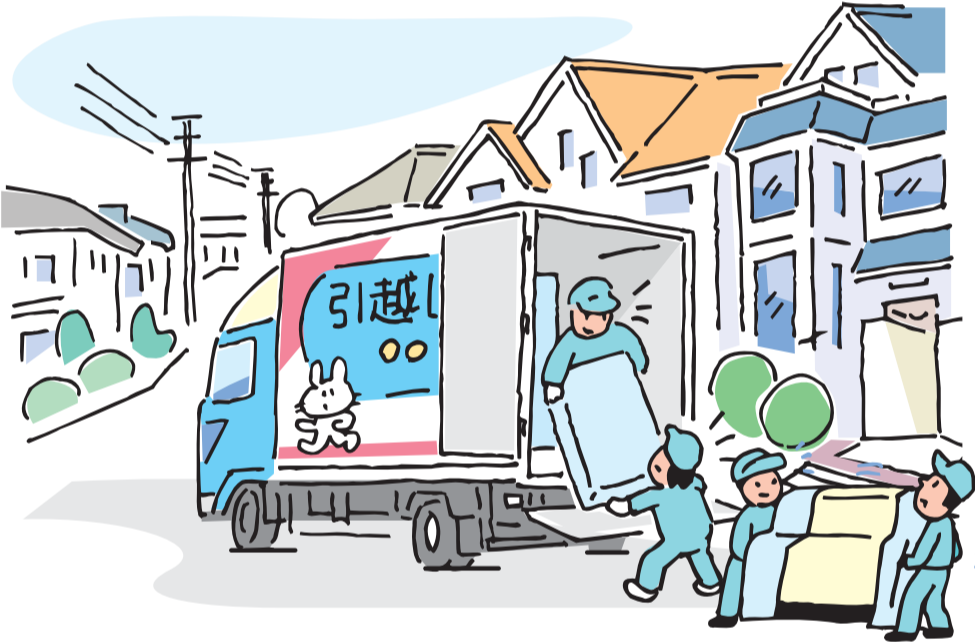
平成24年10月1日、杉並区は  
区制施行80周年を迎えます。

## 春は引っ越しの季節です

# 届出や手続きをお忘れなく

「区内に引っ越してきた」、「区外に引っ越した」など、住所に異動があったときは、決められた期間内に区役所へ届出が必要です(下表参照)。

—問い合わせは、区コールセンター☎#8800、☎3372-8800または区民課区民係、区民事務所・分室、駅前事務所へ。



**届出・手続きはお近くの区民事務所・分室、駅前事務所が便利です**

3月から4月は、就職や転勤などで引っ越しをする方が増え、区役所本庁舎の窓口が大変混み合います。区民事務所・分室、駅前事務所でも転入・転出などの届出とそれに伴う各種手続きや住民票の写し、印鑑登録証明書などの発行を行っています。

混雑を避けるためにも、お近くの事務所をご利用ください。

**身分証明書の提示が  
必要です**

最近、本人と偽って住民

票を異動する事件が発生しています。

区では、区民の皆さんの個人情報を守るとともに、住民基本台帳の正確性を確保するため、身分証明書の提示をお願いしています。

**外国人の方へ**

杉並区への転入、杉並区内での転居の手続きは、本

|                | 〈窓口の開設時間〉    |                    |
|----------------|--------------|--------------------|
|                | 月～金曜日        | 土曜日                |
| 区民事務所・分室(6カ所)  | 午前8時30分～午後5時 |                    |
| 駅前事務所(4カ所)     | 午前8時30分～午後7時 | 午前9時～午後5時          |
| 区役所本庁舎(区民係)    | 午前8時30分～午後5時 | 午前9時～午後5時          |
| 区役所本庁舎(外国人登録係) | 午前8時30分～午後5時 | 午前9時～午後5時(第3土曜日のみ) |

※いずれも祝日は除く。

| 〈住民基本台帳の届出〉           |       |                |  |
|-----------------------|-------|----------------|--|
| こんなとき                 | 届出の種類 | 期間             | 必要なもの  |
| 区内に引っ越してきた            | 転入届   | 住み始めてから14日以内   | 転出証明書(前住所地で受け取ってください)                                |
| 区内で引っ越した              | 転居届   |                | 国民健康保険被保険者証、後期高齢者医療被保険者証、④・⑤医療証、介護保険被保険者証(いずれも加入者のみ) |
| 区外に引っ越す               | 転出届   | 引っ越し前          |  |
| 国外に転出する               | 国外転出届 | 転出する前          |  |
| 世帯主が変わった、世帯を分けた、一緒にした | 世帯変更届 | 変更のあった日から14日以内 | 国民健康保険被保険者証(加入者のみ)                                   |

※届出には、本人確認ができる身分証明書を持参してください。

転出の場合は、転出先の区市町村で住所変更手続きを行ってください。杉並区への届出は必要ありません。

ただし、杉並区の子どもの手当・医療を受けている方は、子育て支援課子ども医療・手当係(区役所東棟3階)で別途手続きが必要です。

外国人登録係 月々金曜日の午前8時30分～午後5時と毎月第3土曜日の午前9時～午後5時(祝日は除く)。

住所が変更になった時は、手続きが必要です。

**軽自動車・バイクなどをお持ちの方へ**

自動車検査協会東京主管事務所練馬支所 ☎53399-3811

▽125cc以下のバイク 区課税課税務管理係 ☎530710629

▽125cc超のバイク 東京運輸支局練馬自動車検査登録事務所 ☎0501554012032

区民事務所・分室、駅前事務所を、2面で紹介しています。

## 大地震に備えて家具の転倒防止対策をしましょう

大地震が起きると、家具の転倒やガラスの飛散などにより、ケガをしたり命を落とすことがあります。引っ越しや模様替えなどを機に、家具の転倒防止やガラスの飛散防止の対策を取りましょう。

区では防災用品のあっせんや、65歳以上の方のみの世帯や障害のある方がいる世帯に対

して、家具転倒防止器具の取り付け助成を行っています。

詳細は、お問い合わせください。

☎防災用品のあっせん=防災課▷各種取り付け=①高齢者=ケア24または高齢者在宅支援課管理係②障害者=障害者施策課障害者福祉係または福祉事務所

## 粗大ごみの申し込みは「粗大ごみ受付センター」へ

- ◇ホームページ(24時間受付)  
http://sodai.tokyokankyo.or.jp/
- ◇電話☎03-5296-5300  
(毎日午前8時～午後7時〈年末年始を除く〉)
- ◇ファクスFAX03-5296-7001(24時間受付)

☎杉並清掃事務所☎3392-7281/杉並清掃事務所南支所☎3323-4571/杉並清掃事業所☎3317-6771



**住所にかかわらず各種手続きができます**

**区民事務所・分室、駅前事務所**

区民事務所・分室、駅前事務所では転入・転出などの届出と、それに伴う各種手続きや住民票の写しなどの証明書の発行を行っています。ただし、住民基本台帳カードの申請は★印の4事務所と区役所本庁舎で、電子証明書の申請は区役所本庁舎のみで受け付けます(平日のみ)。なお、両申請の受け付けは、窓口の終了時間の30分前までです。窓口が混雑する場合もありますので、時間に余裕を持ってお越しください。

**★ 井草区民事務所**

0 下井草4-1-30  
4 6 1  
18 17  
3 3 3 8

**阿佐谷区民事務所**

1 阿佐谷北2-1-18  
3 2 2 5  
18 17  
3 3 3 8

**★ 高円寺駅前事務所**

8 高円寺北2-1-5  
4 7 1  
1 (ホテルメ  
3 2 2 3

**◆区民事務所・分室の開設時間◆**  
月～金曜日の午前8時30分～午後5時

**◆駅前事務所の開設時間◆**  
月～金曜日の午前8時30分～午後7時、土曜日の午前9時～午後5時

※いずれも祝日・年末年始は除く。

**西荻窪駅前事務所**

4 西荻北2-1-1  
3 3 0 1  
1 (松岡西荻ビル)  
0 9 8 0

**★ 荻窪駅前事務所**

3 荻窪5-1-28  
5 1 3  
3 9 2  
2 (荻窪駅前ビル)  
8 8 4 6

**高円寺区民事務所**

1 梅里1-1-22  
3 3 3 1  
7 (セシオン杉並)  
6 5 6 0

**宮前分室**

7 宮前5-1-5  
3 2 1  
5 1 5  
2 7  
3 3 3 2  
1 5

**★ 高井戸駅前事務所**

5 ナード高井戸2-1-1  
3 9 5  
5 (京王リ  
2 6  
3 3 3 3

**桜上水北分室**

1 下高井戸1-1-24  
7 2 2 0  
1 5  
3 3 0 6

**永福和泉区民事務所**

9 和泉3-1-18  
3 1 0 (永福和泉地域)  
1 1 8  
5 3 0 0

**◆23年度がん検診のお知らせ◆**  
問い合わせは、区コールセンター☎#8800または☎3372-8800、杉並保健所健康推進課☎3391-1015へ。

すべての検診の対象年齢は、23年度(23年4月～24年3月)中に誕生日を迎えた満年齢です。各検診とも、指定医療機関等(受診券(票)に実施機関一覧表を同封)で実施します。

◇がん検診◇ がんの早期発見と早期治療のために、各種がん検診を実施しています。職場などで受診の機会がない方が対象です。がん検診は、異常の有無を判断するものです。自覚症状のある方は、診察をお勧めします。

| 検診名   | 対象者   | 受診期間                             | 検査内容  | 費用    | 備考  |
|-------|-------|----------------------------------|-------|-------|---|
| 胃がん検診 | 35歳以上 | 杉並保健所3階実施<br>3月17日までの<br>木・金・土曜日 | 胃X線検査 | 1000円 | 23年度のハガキ申し込みは締め切りました。<br>受診票を受け取っている方で、受診日の予約をしていない方は、至急予約をしてください。<br>(定員になり次第終了)<br>【問い合わせ】杉並区医師会胃がん検診担当☎3392-4114 |

■検診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護または中国残留邦人等の生活支援給付を受給している方は、費用が免除されます。受診前に免除の申請が必要です。申請窓口は杉並保健所健康推進課、保健センター、福祉事務所です。

**24年度区民健康診査と各種がん検診などについて**

- 区民健康診査=受診期間は、誕生月により異なります。  
【4月～9月生まれの方】  
受診期間は6月1日～9月30日まで(受診券の発送は5月末)  
【10月～3月生まれの方】  
受診期間は10月1日～25年1月31日まで(受診券の発送は9月末)の予定です。申し込み方法などの詳細は、今後の「広報すぎなみ」などでお知らせします。
- 子宮がん、乳がん検診=22年度に受診した方は、ハガキ申し込みの必要はありません。5月下旬に受診票を送ります。  
そのほか、各種がん検診などの申し込み方法、受診期間などの詳細は、4月の「広報すぎなみ」などでお知らせします。

**「健康手帳」をご活用ください**

30歳以上で希望する方に健康手帳を配布しています。健康手帳は、健康増進・保持に役立てていただくために作られた手帳です。健康診査やがん検診の健診結果や医療にかかったことなどを記録して、日頃の健康管理にお役立てください。

◇配布場所◇  
杉並保健所健康推進課、保健センター、保健福祉部管理課保健福祉支援係(区役所東棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所

**3月の不妊専門相談**

専門の相談員が、不妊に関する治療や検査、心の悩みなどの相談をお受けします。  
☎3月28日(水)午後1時30分～4時(予約制) 杉並保健所(荻窪5-20-1) 区内在住の方☎3名(申込順) 無料☎申込電話で、各保健センターへ

**妊娠をのぞむ方のための基礎講座**

☎3月14日(水)午後1時30分～3時30分 杉並保健所(荻窪5-20-1) 関・関「妊娠力アップのための基礎講座」(虹クリニック・佐々木幸子)、「経験者からきいてみよう」(PICA・ピアカウンセラー) 区内在住・在勤で妊娠を希望している女性(カップルでの参加も可) 定15名(申込順) 無料☎申込電話で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

妊娠や不妊に関する相談を各保健センターで行っています。一人で悩まず電話などで、お気軽にご相談ください。  
☎各保健センターまたは  
杉並保健所健康推進課☎3391-1015

**宮城県・福島県から避難している方へ**

**3月31日(土)まで**  
**避難先で健診を受診できます**

東日本大震災により、宮城県や福島県の一部の市町村から住民票を異動せずに他地域へ避難している国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方は、避難先でも特定健診や後期高齢者健診を受けることができます。

【受診期間】3月31日(土)まで

受診を希望する方は、避難する前の市町村へお問い合わせください。

☎国保年金課保健事業担当  
国保年金課高齢者医療係





# あなたの寄附が支えます！

**すぎなみの  
地域活動**

「寄附を通して社会貢献するしくみ」として、平成14年6月から始まった「杉並区NPO支援基金」は、皆さんからの寄附金を積み立て、地域のさまざまな問題解決に自主的に取り組むNPO法人の活動を資金面から支援する区独自の制度です。おかげさまで、皆さんからの寄附金の累計が2200万円を超えました。

——寄附の申し込み・問い合わせは、すぎなみ地域大学NPO活動支援担当 ☎3312-2381へ。

## ★寄附がどのように活かされています★

23年度は、14団体に助成金を交付しました。助成金を活用して実施した活動の一部をご紹介します。

### ◇特別支援教育研究所 Wish (元気にご機嫌 ウォーキング)

特別支援教育を必要とする生徒向けに、興味・関心を広げ、学習意欲や主体性等を育てることを目的に、普段は取り組めない野外活動やスポーツの機会を定期的に設けています。

写真のこの日はいつもと気分を変えて、お台場周辺を「ゆりかもめ」に沿ってウォーキングとしゃれこみました。「国際展示場」駅を出発、海の匂いのする風に押されながらの散歩です。みんなでいろいろな話をしながらお台場へ、元気な子はレインボーブリッジも歩いてきました。船の科学館も見学しました。



### ◇わくわくネット (市民向けIT教育の企画・運営)

シニアを対象にインターネットを使ってみよう、使っているがもっとインターネットを活用したい方への講習会を行いました。基礎編を1日目に、活用編を2日目に実施しました。

基礎編は、インターネットの基礎と基本操作、いろいろな検索方法と具体的な検索体験、お気に入りの登録や便利な使い方です。活用編は、杉並区のホームページの活用、杉並区集会所の予約、その他各種の予約、ネットショッピング、インターネットの安全性とセキュリティー対策等の講習です。夏・秋・冬の講習に続いて3月に春講習を行う予定です。



## ★すぎなみNPOフェスタ2011★

杉並区NPO支援基金は寄附を財源にして、NPO活動を資金面から支援しています。昨年もNPO活動の紹介と杉並区NPO支援基金の普及啓発を目的として、「すぎなみNPOフェスタ2011」をセッション杉並で23年11月19日に開催しました。基金チャリティー公演や展示室でのワークショップのほか、企業からの協賛品の提供もあり、総額約35万円にのぼる寄附が集まりました。多数のご来場とご寄附をありがとうございました。

### 【ご協賛いただいた事業者】

- ◆(株)アイネット ◆(株)アーバンファミリー ◆(株)井口鋳油 ◆(株)伊藤園 ◆大塚食品(株)
- ◆コンタツ(株) ◆(株)ジェイコム東京南エリア局 ◆西武信用金庫 ◆(株)チャイルド本社
- ◆東京ガス(株) ◆東京コカ・コーラボトリング(株) ◆根本特殊化学(株) ◆武蔵商事(株)
- ◆(株)ヤクルト本社 ◆山崎製パン(株)杉並工場

## ★基金の3つの特徴★

- ①寄附者が、支援したいNPO法人や活動の分野を希望できます。
- ②寄附者は、税制上の優遇措置が受けられます。個人については、住民税・所得税の寄附金控除が受けられ、法人の場合は寄附の全額が損金算入されます。また、相続した財産を寄附した場合、相続税が非課税となります。
- ③助成先は、学識経験者や区民参加の第三者機関の審査を経て区が決定し、これらの情報は区ホームページなどで公開しています。  
※詳細は、お問い合わせください。

## ★助成事業を募集します★

- ◇対象事業＝特定非営利活動に係る事業で杉並区民を対象としたもの  
※複数の団体で実施する共同事業も対象となります(代表者は区登録NPO法人に限りませんが、共同する団体はNPO法人に限りません)。
- ◇対象団体＝区に登録しているNPO法人
- ◇助成額＝1団体につき原則30万円まで(助成総額250万円)
- ◇申請期間＝3月9日(金)～27日(火)に直接、すぎなみ地域大学NPO活動支援担当(成田東4-36-13区役所分庁舎2階)へ
- ◇説明会を開催します  
時3月8日(休)午後6時 すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階) 申込当日、直接会場へ
- 杉並区に登録するための主な登録要件
  - ①特定非営利活動(NPO)法人であること
  - ②主たる事務所所在地が杉並区であるNPO法人
  - ③総事業費のうち非営利活動にかかる事業費の占める割合が50%以上など
 ※区への登録と助成の同時申請も可能です(下記申請期間に登録を完了する場合)。

## ★NPO支援基金パネル展示★

助成団体の活動報告と杉並区NPO支援基金普及・啓発のためのパネル展示をします。  
時3月17日(土)午後2時30分～5時 セッション杉並(梅里1-22-32)  
費無料 申込当日、直接会場へ



## すぎなみ地域大学

# 4月開講講座の受講者を募集します

すぎなみ地域大学の開校から6年間で6000人を超える方が受講され、区が実施している事業に登録して活動したり、NPO等の団体に参加して活動したり、自ら仲間と団体を立ち上げて活動を始めるなど、その方法はさまざまですが多くの方々が地域で活躍しています。あなたもすぎなみ地域大学で必要な知識や技術を学び、仲間をひろげ、地域社会に貢献する人材・協働の担い手として、活躍してみませんか。5月開講講座は、4月の「広報すぎなみ」でご案内します。——問い合わせは、すぎなみ地域大学担当 ☎3312-2381へ。

## 申込方法

「すぎなみ地域大学募集案内」(区役所1階ロビー、区役所分庁舎〈成田東4-36-13〉、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、区民集会所、図書館などで配布。すぎなみ地域大学ホームページ <http://www2.city.suginami.tokyo.jp/daigaku/> から取り出せます)の受講申込書に記入して、郵送またはファクスで各締切日(必着)までにすぎなみ地域大学担当(〒166-0015成田東4-36-13 FAX3312-2387)へ。

〈4月開講の講座〉

| 講座名             | 内容   | 対象  | 定員        | 日時                             | 費用     | 会場                                    | 締切日   |
|-----------------|--|---|-----------|--------------------------------|--------|---------------------------------------|-------|
| 学校司書講座          | 学校司書として活動するために必要な基本的知識を習得する講座です。講座修了後は、教育委員会が実施する「学校司書(非常勤職員)」の採用選考を経て、区立小・中学校の図書館で活動することを目指します。この講座は区の緊急雇用対策の一環で開講するものです。               | 区内在住・在勤・在学中、司書(司書補)の資格を有する方(見込み可)または司書教諭の講習を修了した方(見込み可) | 30名(抽選)   | 4月9日(月)～11日(水)午後2時～4時30分(計3回)  | 無料     | 区役所分庁舎(成田東4-36-13)                    | 3月22日 |
| 救急協力員講座         | 東京消防庁認定の普通救命講習(AED〈自動体外式除細動器〉操作講習を含む)のほか、区の救命救急体制など、いざというときに必要な基礎的知識や技能を学ぶ講座です。  | 区内在住・在勤・在学の方  | 各回30名(抽選) | ①4月21日(土) ②22日(日) 午前9時～午後1時30分 | 各回500円 | 杉並保健所(荻窪5-20-1)                       | 3月29日 |
| 森林ボランティア育成講座説明会 | 6月からの隔月1回、土曜日に実施(2年間で計12回)する「森林ボランティア育成講座」の事前説明会を開催します。青梅市の森林の現状や森林ボランティアの活動などについての説明と現地山林の見学をします。「森林ボランティア育成講座」は交流協定を締結している青梅市との共同企画です。 | 区内在住の方  | 30名(抽選)   | 4月28日(土) 午前10時30分～午後3時         | 無料     | 青梅市永山ふれあいセンター(青梅市勝沼2-160-2) 永山公園付近の山林 | 4月10日 |



# 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) 区危機管理対策課 (測定日 2月21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   | 0.05   | 0.05 |
| 久我山小学校(久我山5-18-7)   | 校庭     | 0.05   | 0.05   | 0.05 |
| 松ノ木中学校(松ノ木1-4-1)    | 校庭     | 0.06   | 0.06   | 0.05 |
| 高円寺東保育園(高円寺南1-28-4) | 園庭     | 0.06   | 0.06   | 0.05 |
| 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   | 0.05   | 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   | 0.08   | 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。

## ◆区内3カ所(定点測定) 区危機管理対策課 (測定日 2月)

| 施設名               | 測定日(2月) | 測定場所      | 測定高さ1m |
|-------------------|---------|-----------|--------|
| 杉並区役所(阿佐谷南1-15-1) | 21日     | 区役所青梅街道側  | 0.07   |
| 杉並保健所(荻窪5-20-1)   | 21日     | 保健所前駐車場西側 | 0.06   |
| 衛生試験所(高井戸東3-20-3) | 21日     | 試験所玄関前駐車場 | 0.09   |

※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 区学務課、保育課

2月17日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計273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。

# 住民基本台帳の閲覧状況を公表します

区民課住民記録係

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

閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で閲覧が可能となります。

閲覧が認められる主な理由は次のとおりです。

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

商業目的(ダイレクトメールの発送を目的にしたものなど)による閲覧は、認められていません。

また、閲覧が行われる際には、区職員が立ち会います。

住民基本台帳法では、住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について公表することとなっています。23年10~12月の公表分は右表のとおりです。

閲覧状況の詳細は区ホームページをご覧ください。

〈住民基本台帳の閲覧状況(23年10~12月分)〉

### ◆国または地方公共団体(住民基本台帳法第11条第3項に基づく公表分)

| 閲覧請求者               | 請求事由概要       |
|---------------------|--------------|
| 1 自衛隊東京地方協力本部(計16回) | 自衛官等の募集に伴う広報 |

### ◆個人または法人(住民基本台帳法第11条の2第12項に基づく公表分)

| 閲覧申出者(委託者等)                            | 利用目的概要  |
|--|---|
| 2 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)               | 国民生活に関する世論調査  |
| 3 (社)新情報センター(総務省統計局統計調査部)              | 家計消費状況調査  |
| 4 (株)日本リサーチセンター調査部(独立行政法人労働政策研究・研修機構※) | 子どものいる世帯の生活状況および保護者の就業に関する調査                                  |
| 5 (社)中央調査社(NHK放送文化研究所世論調査部※)           | 2011年11月全国接触者率調査(テレビの見られ方などについての調査)                           |
| 6 (社)中央調査社(NHK放送文化研究所世論調査部 他3団体)       | 「ことばのゆれに関する調査」「テレビ放送についての調査」「鍼灸マッサージ療法の国民受療調査」「成人の喫煙に関する全国調査」 |
| 7 (社)中央調査社(NHK放送文化研究所世論調査部※)           | 情報とメディア利用についての調査  |
| 8 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)               | 社会保障・税の番号制度に関する調査   |
| 9 (社)中央調査社(社団法人日本新聞協会)                 | メディアの接触と評価に関する調査  |
| 10 (社)中央調査社(独立行政法人労働政策研究・研修機構)         | 第6回勤労生活に関する調査   |
| 11 (株)日本リサーチセンター調査部(内閣府男女共同参画局)        | 男女間における暴力に関する調査   |
| 12 (社)中央調査社(NHK放送文化研究所世論調査部※)          | 防災・エネルギー・生活に関する世論調査   |
| 13 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)              | 森林と生活に関する世論調査   |
| 14 (社)新情報センター(内閣府政策統括官付参事官)            | 平成23年度食育に関する意識調査  |
| 15 (株)サーベイリサーチセンター(東京都下水道局※)           | 平成23年度広報広聴アンケート調査   |
| 16 (株)タイム・エージェント(東京都生活文化局)             | 広報広聴活動に関する調査  |
| 17 (株)サーベイリサーチセンター(厚生労働省健康局)〈計2回〉      | 肝炎ウイルス検査受検状況実態調査  |
| 18 (株)日本リサーチセンター調査部(日本銀行情報サービス局※)      | 生活意識に関するアンケート調査   |
| 19 (社)新情報センター(内閣府経済社会総合研究所※)           | 消費動向調査  |
| 20 (株)ピデオリサーチ(日本たばこ産業株式会社たばこ事業本部)      | 全国たばこ喫煙者率調査   |
| 21 (社)中央調査社(国土交通省土地・建設産業局)             | 土地問題に関する国民の意識調査   |
| 22 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)              | 自衛隊・防衛問題に関する世論調査  |
| 23 (社)中央調査社(野村総合研究所)                   | テレビ視聴に関する調査   |
| 24 (社)中央調査社(NHK放送文化研究所メディア研究部)         | 生活意識に関する調査(「日本人とメディアに関する調査」と「ことばのゆれに関する調査」)                   |
| 25 (社)中央調査社(内閣府大臣官房政府広報室)              | 社会意識に関する世論調査  |
| 26 (社)新情報センター(内閣府政策統括官付参事官)            | 平成23年度自殺対策に関する意識調査  |
| 27 (株)エスピー研(東京都生活文化局広報広聴部)             | 健康に関する世論調査  |

※は共同申出者です。共同申出者とは、委託により第三者(受託者)に閲覧をさせ、受託者が閲覧で得た個人情報を受託者が受け取る場合の委託者のことをいいます。

# 昨年10月からの「子ども手当」の申請はお済みですか?

子育て支援課子ども医療・手当係へ。

◇3月31日までに必ず申請してください

昨年9月分までの手当を受けていた方も含め「子ども手当認定請求書」を提出しないと、10月分からの子ども手当は受け取れません。期限までに申請を行わないと、申請月の翌月分からしか受け取れなくなります。

◇認定請求書を発送しました

23年11月中旬に発送した「子ども手当認定請求書」を未提出の方は、2月末に再度書類を発送しました。請求書に記入の上、同封の返信用封筒で3月31日までに申請してください。

◇申請が遅れると、遅れた分の手当を受け取ることができなくなるので、速やか(転入・出生の翌日から15日以内)に申請してください。

◇昨年10月以降に、他の市区町村から転入した方とお子さんが生まれた方

3月に申請しても手当はさかのぼって受け取れません。申請が遅れると、遅れた分の手当を受け取ることができなくなるので、速やか(転入・出生の翌日から15日以内)に申請してください。

# 国民健康保険 高齢受給者証を送付します

区国保年金課国保資格係

現在ご利用の「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を3月中旬に世帯主あてに簡易書留郵便で送付します。で、配達員から直接お受け取りください。

有効期限の切れた高齢受給者証は4月以降、同封の返信用封筒で返送するか、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・駅前事務所に返却してください。

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。平成20年4月から1割の方の負担割合が2割に改正されましたが、25年3月までは軽減特例措置により1割に据え置かれることになりました。

有効期限 高齢受給者証は毎年8月以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24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。

※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。



# 春のポリオ予防接種を 実施します

ポリオ予防接種を下記の日程で実施します。前回まで、一部の日程を予約制にしていたましたが、24年度から予約制は廃止します。事前の申し込みは必要ありません。

当日、直接会場へお越しください。

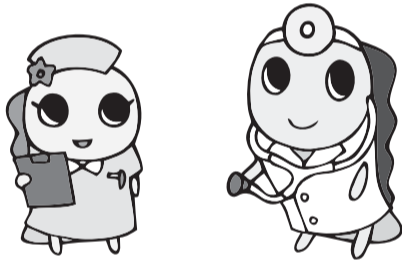
——問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。

〈ポリオ予防接種日程〉

| 会場                         | 日程  |
|----------------------------|---|
| 荻窪保健センター<br>(荻窪5-20-1)     | 4月10日(火)・16日(月)・27日(金)<br>5月7日(月)・8日(火)・18日(金)・21日(月) |
| 高井戸保健センター<br>(高井戸東3-20-3)  | 4月13日(金)・19日(木)・26日(木)<br>5月17日(木)・22日(火)・24日(木)      |
| 高円寺保健センター<br>(高円寺南3-24-15) | 4月9日(月)・18日(水)<br>5月14日(月)・16日(水)・23日(水)              |
| 上井草保健センター<br>(上井草3-8-19)   | 4月19日(木)・23日(月)<br>5月8日(火)・15日(火)                     |
| 和泉保健センター<br>(和泉4-50-6)     | 4月17日(火)・27日(金)<br>5月7日(月)・15日(火)                     |

▷受付時間=午後1時～2時▷持ち物=①母子手帳②ポリオ予防票  
▷その他=(1)下痢・発熱・急性疾患など当日の予診結果によっては

接種できない場合があります(2)午後1時前に入場、車での来場はご遠慮ください(3)ベビーカーの盗難被害が発生しています。チェーン錠を付けるなどして、気をつけてください(4)日程や天候によって会場が非常に混雑し、接種終了までに大変時間がかかる場合があります



## ◆3月1日～8日は「女性の健康週間」です◆ もっと健康！もっと輝く女性を応援！

女性は、思春期、妊娠・出産、更年期と、生涯を通じてホルモンバランスが大きく変動します。心身のバランスを保ち、健やかに生活していくためには、自分の体を理解して上手に付き合うことが大切です。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすことを応援するために下記のイベントを実施します。

——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。

### 3月11日(日) 女性の健康イベント

☑セッション杉並(梅里1-22-32) ☑内・☑定・☑費・☑申込 下表のとおり ☑健康づくりリーダーの会、すぎなみ大人塾ピンクリボン活動部との共催です

◆健康イベント講演会「アンチエイジング～歯科医がすすめる若さを保つエクササイズ」  
明るい笑顔は若々しい印象だけではなく、人との関係づくりもうまくなります。そのためには、表情筋のトレーニングと口腔のケアが大切です。  
☑3月11日(日)午後2時30分～4時 ☑場第8・9・10会議室 ☑師宝田歯科  
医院院長・宝田恭子(右写真) ☑定100名(申込順) ☑費無料 ☑申込電話で、健康推進課へ



〈女性の健康イベント(3月11日(日))〉

|            | 内容   |
|------------|--|
| 第8・9・10会議室 | <b>あなたのカラダチェック</b> ☑午前10時～午後0時30分 ☑内バランス・歪み測定(先着50名)、足圧測定で健足美人、筋力・脂肪量測定、血管年齢測定ほか ☑費無料 ☑申込当日、直接会場へ<br><b>くびれをつくる！骨盤エクササイズ</b> ☑午前10時30分～11時15分 ☑師JSCA認定スポーツクラブインストラクター・日野嘉子 ☑費無料 ☑申込電話で、健康推進課へ<br><b>お腹スマート！フィットネスウオーキング</b> ☑午前11時30分～午後0時30分 ☑師健康運動指導士・大方ことみ ☑費無料 ☑申込電話で、健康推進課へ |
| 第6・7会議室    | <b>健康骨美人を目指そう</b> ☑午前10時～正午 ☑内骨密度測定、ミニ講座「食事で骨の元気を保とう」 ☑定100名(申込順) ☑費無料 ☑申込電話で、健康推進課へ<br><b>オイルマッサージでリンパの流れを改善</b> ☑午後1時30分～3時30分 ☑費無料 ☑申込当日、直接会場へ ☑内手足など脱ぎ着しやすい服装でお越しください  |
| 第5会議室      | <b>災害時に備える食事 美と健康の追及のための野菜料理(試食あり)</b> ☑午前10時～正午 ☑費無料 ☑申込当日、直接会場へ<br><b>ピンクリボンCafe「おいしいお茶で、ほっと一息」</b> ☑午後1時～3時 ☑内女性の健康情報コーナー ☑内先着50名にマンモグロブを差し上げます   |

## 飲食店で食生活や健康等の 情報に出会えます

# ヘルシーメニュー推奨店

区民の皆さんの健康づくりを応援しているヘルシーメニュー推奨店のうち、22年1月以降に登録した店を紹介いたします。登録店には、料理を待つ間や会計の際に気軽に読める「栄養・健康チラシ」が置かれています。※のついている店では、メニューにカロリーや栄養価等も表示しており、料理を選ぶ際の参考とすることができます。

これ以外の登録店は、杉並ウエストサイズ物語ホームページ ☑http://suginami-waistsize.jp/ をご覧ください。——問い合わせは、杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015へ。



▲緑色



▲だいたい色

### 栄養・健康チラシのある店(※はカロリーのわかる店)

| 地域  | 店舗名   | 地域   | 店舗名  | 地域   | 店舗名   |
|-----|---|------|--|------|---|
| 荻窪  | café candle F-IWAMORI、ル・クールビュー、笹や、是風、ノザンセートル ドゥ ドゥマン、イタリア料理 ラ・ガッリーナ、お好み焼き さぼり荻窪店、ピストロ天下井、割烹さかもと、荻窪ワイン食堂おかげさん2、Tokon Toko、花薔、ゆず、ASIAN BAR Kee Mao Kitchen※、やるき茶屋荻窪南口店※ | 井草   | 西横寿司   | 大宮   | いづみ寿司   |
| 成田東 | 東京餃子専門店 和心  | 西荻南  | 欧風料理 華   | 方南   | 加味丘dining、そばたいやき空、家帝、一慶、和DINING BAR すてふあにー、すし処みやび、café Believe、炭火焼・旬味かわら、インドレストラン&バー パラト、やなぎ亭※  |
| 南荻窪 | ブルーバル、秀栄、うなぎ宮川、紫雲閣  | 久我山  | 喫茶コニファー、キッチンふたば、久江、ちっぴいん、ラーメンえぞ勝、はづき、炭火やきとり駅、musubi、インドレストランジャイジャイカー、寿司処 歌垣、松吟、あつみ※  | 阿佐谷北 | だるま亭、阿づ満や、焼鳥割烹川名、キッチン男の晩ごはん、おおはま、手しおごはん 阿佐ヶ谷店※  |
| 上荻  | クレール ド リュヌ、La Voglia matta、シェ・マルコ、あしかホテル喫茶室、太文、ドートルコーヒーショップ荻窪北口大通り店、酒道ハナクラ  | 高井戸西 | 朝日屋、Cinnabar   | 阿佐谷南 | 築地日本海阿佐ヶ谷店、名代富士そば、おこしやす はんなり屋、錦天  |
| 西荻北 | 炭焼亭、喜三鮓、金竜、ペルーシュ、ピーイン、樺、ひまわり、西荻・まちレストラン「かがやき亭」、マザーアース、ポット コーヒー店、お惣菜のひらた、東蓬飯店  | 高井戸東 | カレタナTrattoria Italiana、パスタ・キッチン&カフェ ココダック  | 高円寺北 | どん、キッチン南海、そば処笹の葉、うどん・そば 桂、らあめん ひら石、Step Stamp Café、寿や高円寺、キッチンKAZU、うどん屋てんてこ、カフェテラスごん、Dogberry、sonatina、Baby king kitchen、Café indian summer、くいしんぼうの食卓、定食ヤシロ、敷島、イタリアン&パエリア ポポラーレ※ |
| 桃井  | ティールームみつばち、中華つばめ  | 上高井戸 | DINING ポンタ、中国上海料理佳燕※、笹陣※   | 高円寺南 | つるまめ、天米、丸山餃子製作所、和、café DRAPERIE、一夜、南国屋、MI-YA café、NO天気食堂 晴れる屋、LOCATORE、手しおごはん 東高円寺店※  |
| 天沼  | 中華新京天沼店   | 浜田山  | 韓国家庭料理長寿屋、元気食堂じゅう軒、和義、花淑、うなぎ さか井、すし屋の勘六、華月、郷土創作ダイニングこくら房、オステリア コンチア 浜田山、仙豆庵※   | 堀ノ内  | 新華、桂屋、御利益 うどん店  |
| 本天沼 | Aフラット、丸屋  | 下高井戸 | 桜華、藤の木ベーカリー、肝心屋、カレーハウス CoCo壱番屋杉並桜上水店※  |      |   |
| 上井草 | 竹園、尾張屋  | 永福   | NEPALI CHULO、La Piccola Tavola、pasta& wine fermate、さくら珈琲、EVEREST DINING 永福店、キッチン ポナペティ、SHIN真心SHIN 珈琲舎 泉、CHASEN、パパ&喫茶 けやき、神田一番寿司方南町店、井月食堂、第一食堂、山小家、稲毛屋、GREEN PAPAYA |      |   |
| 下井草 | 花水木、やきとり しま、扇寿し※  | 和泉   |  |      |   |



# 区からのお知らせ

## 年金

退職(失業)による保険料の特例免除制度

厚生年金に加入していた方が退職(失業)すると、国民年金に加入し、国民年金保険料を納めることとなります。

## 住まい・まち

### まちづくり助成活動報告会

23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。

時 3月11日(日)午前9時20分～午後0時30分(阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17))  
無料(申込み、直接会場へ)まちづくり推進課管理係

## 採用情報

●なのはな生活園またはこすもす生活園  
看護師(嘱託員)

●重度身体障害者の健康管理など(勤務期間) 4月1日～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 月16日勤務。原則として月々金曜日の午前8時30分～午後5時15分(資格) 看護師免許を有する方(募集人数) 1名(報酬) 月額20万8200円(23年度実績) (その他) 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) (履歴書)を、3月19日(必着)までになのはな生活園(〒168-0081宮前2-22-4)へ郵送または持参(なのはな生活園) 3335-0415(他)応募書類は返却しません

## 募集します

### ファミリーサポートセンター協力会員

●保育施設・学校施設への送迎やそれに伴う子供の預かり、保護者の急用時などの子供の預かり(基本的には協力会員の自宅)など(謝礼) 1時間800円(早朝・夜間1000円) (対心身ともに健康な20歳以上の方) (電話)で、杉並区社会福祉協議会ファミリーサポートセンター ☎5347-1021へ (他)会員登録後、3月8日(木)の研修会に参加していただきます

## その他

### 3月の土曜法律相談

毎月第3土曜日に弁護士による法律相談を実施しています。

時 3月17日(土)午後1時～4時 (場) 区政相談課(区役所東棟1階) (内) 土地・建物・相続・その他法律上のこと (定) 6名(申込順。1人30分) (費) 無料(3月12日) 16日(金)の午前8時30分～午後5時までに、専門相談予約専用電話 ☎5307-0617 または区政相談窓口で予約 (区) 区政相談課(法律相談は、月々金曜日の午後5時実施しています(事前予約制))

## 確定申告はお済みですか

23年分所得税の確定申告書の提出期限と確定申告分の納期限は、3月15日(木)です。まだ申告書を提出していない方は、忘れずに期限までに提出してください。なお、郵送でも提出できます。

☎杉並税務署 ☎3313-1131  
荻窪税務署 ☎3392-1111

## 杉並区文化協会解散のお知らせ

杉並区文化協会は、3月31日をもって解散します(事務所は3月23日(金)で閉鎖)。コミュかるショップ(区役所1階)、各地域区民センターでのチケット販売も終了します。なお、文化支援のための文化芸術活動助成や、文化情報紙の発行などは、区が引き継いで実施する予定です。これまで当協会事業にご来場・ご参加をいただき、ありがとうございました。

☎杉並区文化協会 ☎5347-4366 または文化・交流課

### 住宅の耐震無料相談会

●時・(内)建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会 3月14日(水)午後1時～4時(毎月1回。次回は4月11日(水)に開催予定)。今回は同時にブロック塀などの相談会も行います(建築総合無料相談会) 毎週火曜日の午後1時～4時(祝日を除く) (場) 区役所1階ロビー(申込み、直接会場へ) (建築課耐震改修担当) (他) (区)

### 区立小中学校警備アルバイト(登録制)

●時(校内巡回、荷物搬入・学校開放の受付、防犯ベルの監視、警備日誌の記載など) (勤務期間) 教育委員会の定める日(採用決定後に調整) (勤務日時) 平日 午後4時～翌日午前8時45分。土・日曜日、祝日 午前8時15分～翌日午前8時45分(いずれも仮眠・休憩時間含む) (勤務場所) 区立小中学校(資格) 学校警備業務に十分な意欲があり、心身ともに健康な方(時給) 1020円(その他) 交通費支給(上限あり) (募集人数) 20名程度(履歴書、教育委員会庶務課教職員係(区役所東棟6階)へ郵送または持参(関係) (他) 応募書類は返却しません(2) 欠員が発生したときに登録者へ連絡し、面接の結果によって採用を決定します(3) 登録者は必ず採用されるわけではありません(4) 登録期間は申し込みから1年間です

### 成年後見制度夜間相談会

杉並区成年後見センターでは、通常の相談時間に来所することが難しい方のために「夜間相談会」を実施します。

時 3月14日(水) 16日(金) 午後5時～8時(1人1時間程度) (場) あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) (定) 各日6名(費) 無料(申込み) (電話)で、3月13日午後5時までに

### 電子証明書の発行を希望する皆さんへ

確定申告時期は、住基カードに格納されている電子証明書が有効期限(3年間)を迎えて更新される方や新規取得の方で窓口が大変混雑しますので、早めに手続きをお済ませください。

▽受付窓口 区民課(区役所東棟1階) 受付時間 午前8時30分～午後4時30分(祝日を除く) (金曜日)

※区民事務所・分室、駅前事務所では受け付けできません。 ※3月10日までは、土曜日も受け付けます。

☎区民課 区民係

### 東京都特定(産業別)最低賃金改正のお知らせ

東京都特定(産業別)最低賃金のうち3業種について、2月18日から次の通り改正されました。

- 鉄鋼業 時間額 852円
- 自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機製造業、航空機・同附属品製造業 時間額 838円
- 出版業 時間額 838円

詳細は、お問い合わせください。

☎東京労働局賃金課最低賃金係 ☎3512-1614

### 区立小中学校警備

●時(校内巡回、荷物搬入・学校開放の受付、防犯ベルの監視、警備日誌の記載など) (勤務期間) 教育委員会の定める日(採用決定後に調整) (勤務日時) 平日 午後4時～翌日午前8時45分。土・日曜日、祝日 午前8時15分～翌日午前8時45分(いずれも仮眠・休憩時間含む) (勤務場所) 区立小中学校(資格) 学校警備業務に十分な意欲があり、心身ともに健康な方(時給) 1020円(その他) 交通費支給(上限あり) (募集人数) 20名程度(履歴書、教育委員会庶務課教職員係(区役所東棟6階)へ郵送または持参(関係) (他) 応募書類は返却しません(2) 欠員が発生したときに登録者へ連絡し、面接の結果によって採用を決定します(3) 登録者は必ず採用されるわけではありません(4) 登録期間は申し込みから1年間です

### 家庭福祉員グループの補助者

●(勤務場所) 方南会館(和泉4-42-5) (資格) 保育士、助産師、保健師または看護師の資格を有する方 (募集人数) 1名 (申込み) (電話)で、森田 ☎080-6773-9779へ

### 戦没者等の遺族の皆さまへ

特別弔慰金の請求手続きの期限は4月2日までです

第9回特別弔慰金の請求を受け付けています。

平成17年4月1日～21年3月31日の間に公務扶助料や遺族年金等を受ける方が亡くなるなどして、21年4月1日に受給権者がいない遺族を対象に、額面24万円、6年償還の記名国債が支給されます。

まだ手続きをしていない方は、保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階5番窓口)へ請求してください。

☎関係

### 有効期限(3年間)を迎えて更新される方や新規取得の方で窓口が大変混雑しますので、早めに手続きをお済ませください。

▽受付窓口 区民課(区役所東棟1階) 受付時間 午前8時30分～午後4時30分(祝日を除く) (金曜日)

※区民事務所・分室、駅前事務所では受け付けできません。 ※3月10日までは、土曜日も受け付けます。

☎区民課 区民係

### 東京都特定(産業別)最低賃金改正のお知らせ

東京都特定(産業別)最低賃金のうち3業種について、2月18日から次の通り改正されました。

- 鉄鋼業 時間額 852円
- 自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機製造業、航空機・同附属品製造業 時間額 838円
- 出版業 時間額 838円

詳細は、お問い合わせください。

☎東京労働局賃金課最低賃金係 ☎3512-1614

### 採用情報

●なのはな生活園またはこすもす生活園  
看護師(嘱託員)

●重度身体障害者の健康管理など(勤務期間) 4月1日～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 月16日勤務。原則として月々金曜日の午前8時30分～午後5時15分(資格) 看護師免許を有する方(募集人数) 1名(報酬) 月額20万8200円(23年度実績) (その他) 有給休暇あり。社会保険加入。交通費支給(上限あり) (履歴書)を、3月19日(必着)までになのはな生活園(〒168-0081宮前2-22-4)へ郵送または持参(なのはな生活園) 3335-0415(他)応募書類は返却しません

### 募集します

#### ファミリーサポートセンター協力会員

●保育施設・学校施設への送迎やそれに伴う子供の預かり、保護者の急用時などの子供の預かり(基本的には協力会員の自宅)など(謝礼) 1時間800円(早朝・夜間1000円) (対心身ともに健康な20歳以上の方) (電話)で、杉並区社会福祉協議会ファミリーサポートセンター ☎5347-1021へ (他)会員登録後、3月8日(木)の研修会に参加していただきます

### その他

#### 3月の土曜法律相談

毎月第3土曜日に弁護士による法律相談を実施しています。

時 3月17日(土)午後1時～4時 (場) 区政相談課(区役所東棟1階) (内) 土地・建物・相続・その他法律上のこと (定) 6名(申込順。1人30分) (費) 無料(3月12日) 16日(金)の午前8時30分～午後5時までに、専門相談予約専用電話 ☎5307-0617 または区政相談窓口で予約 (区) 区政相談課(法律相談は、月々金曜日の午後5時実施しています(事前予約制))

### 確定申告はお済みですか

23年分所得税の確定申告書の提出期限と確定申告分の納期限は、3月15日(木)です。まだ申告書を提出していない方は、忘れずに期限までに提出してください。なお、郵送でも提出できます。

☎杉並税務署 ☎3313-1131  
荻窪税務署 ☎3392-1111

### 東京都特定(産業別)最低賃金改正のお知らせ

東京都特定(産業別)最低賃金のうち3業種について、2月18日から次の通り改正されました。

- 鉄鋼業 時間額 852円
- 自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機製造業、航空機・同附属品製造業 時間額 838円
- 出版業 時間額 838円

詳細は、お問い合わせください。

☎東京労働局賃金課最低賃金係 ☎3512-1614



### ■ 角川庭園・すぎなみ詩歌館 4月からの新講座 ■

◇俳句クラス「やさしい俳句」  
 時 4月～9月の第1・3日曜日、  
 午前10時～正午(計12回) 師 俳句総合誌月刊『俳句界』編集長・林誠司 費6000円

◇文学クラス「活字から杉並を読む」  
 時 4月～25年3月の第3火曜日、  
 午前10時～正午(計10回) 師 東京農業大学客員教授・松田輝雄 費5000円

◇みどりクラス「身近なみどりと文化財を楽しむ」  
 角川庭園と周辺のみどりや、寺社・遺跡などの文化や歴史を楽しむ講座です。

時 4月～25年3月の第1月曜日、  
 午前10時～正午(計12回) 師 自然観察指導員・淀川正進 費6000円

◇建築クラス「数奇屋造りと旧角川邸」  
 建築史を概観しつつ数奇屋造りの特徴を学びます。建物見学会(自費)

も予定しています。

時 4月～25年3月の第2土曜日、  
 午前10時～正午(計12回) 師 一級建築士・松本裕介 費6000円

◇ツアーガイドクラス「意外と知らない私の町」  
 荻窪南地区を巡るまち歩きツアーガイド養成講座です。

時 4月～25年3月の第4火曜日、  
 午前10時～正午(計12回) 師 NPO法人杉並さわやかウォーキング・志津壽彦 費6000円

— (いずれも) —

場 角川庭園・すぎなみ詩歌館 区内在住で高校生以上の方 定各16名(抽選) 申込 往復ハガキまたはファクス(11面記入例参照)で、3月11日(必着)までに角川庭園(〒167-0051荻窪3-14-22 FAX 6795-6855)へ 電話 角川庭園 ☎6795-6855

### ＊ 民営化宿泊施設からのご案内 ＊ 「富士学園」バスツアー (3月コース)

山梨県内の観光名所を巡り、「富士学園」にお泊りいただくバスツアー。ご好評につき、3月も各種プランを取りそろえて皆さまをお待ちしています。ご家族やお友達と早春の富士の麓を訪れてみてはいかがでしょうか。

時・内 下表のとおり(1泊2日〈2食付き〉) 場 集合・解散場所 = JR荻窪駅・阿佐ヶ谷駅・高円寺駅 費 8500円～(宿泊補助金適用後料金) 申込・問 電話で、あんしん宿予約センター ☎0120-844-891(午前9時～午後5時) 他 最少催行人数 = 各15名

| 出発日             | コース名                       |
|-----------------|----------------------------|
| 3月8日(木)・16日(金)  | 山梨勝沼ワイナリーと富士散策の旅           |
| 3月10日(土)・22日(木) | 春のいちご狩りと武田史跡めぐりの旅          |
| 3月18日(日)        | 山梨絶品B級グルメと桔梗屋工場見学・昇仙峡の旅    |
| 3月20日(祝)        | 山梨銘菓桔梗屋工場見学と昇仙峡・白糸の滝の旅     |
| 3月28日(水)        | 春休み企画!富士急ハイランドと富士サファリパークの旅 |
| 3月30日(金)        | 春到来!身延山久遠寺しだれ桜と御殿場アウトレットの旅 |

### SPORTS スポーツのある暮らし 健康の第一歩

#### 競技大会

●都民体育大会予選会  
 ◇クレール射撃  
 時 4月1日(日)午前9時～場 ぐんまジャイアント射撃場(群馬県富岡市桑原604) 内 種目 = トラップ・スキート 区内在住・在勤・在学で散弾銃所持者 費 1種目6000円(当日) 申込 当日、直接会場へ 区 区クレール射撃連盟・森下 ☎3395-3303

●杉並区ジュニア・マスターズ水泳大会  
 時 5月13日(日)午前9時～午後4時30分(区共催) 場 高井戸温水プール(高井戸東3-7-5) 区 ①ジュニア = 区内在住・在学・在園・在スイミングクラブで当日18歳以下の方 ②マスターズ = 区内在住・在勤・在学・在スイミングクラブまたは区水泳連盟会員で当日19歳以上の方 費 ①800円②1500円。参加費を郵便局[00150-3-578680杉並区水泳連盟](通信欄にジュニア・マスターズ参加費と明記)へ振り込み 申込 申込書(社会教育スポーツ課〈区役所東棟6階〉、スポーツ振興財団、区温水プール、各スイミングクラブで配布)に受領証の写しと80円切手を貼った返信用封筒を同封し、4月10日(必着)までに区水泳連盟(〒167-0054松庵1-2-20玉置方)へ 郵送 区 ☎090-1201-9960

#### スポーツ教室

●来ればきつとうまくなる!かけっこクリニック ⑥教室番号「1197」  
 速く走るコツを教えます。  
 時 4月4日～6月6日の毎週水曜日、午後5時～7時(5月16日・23日を除く。計8回) 予備日 6月13日・20日 場 下高井戸運動場 師 元オリンピック代表・渡辺タカヒロ 区内在住・在学の新小学1～6年生 定 40名(抽選) 費 8000円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に性別・新学年も書いて、3月12日(必着)までに下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1)へ 電話 同運動場 ☎5374-6191

●エンジョイ卓球教室 ⑥教室番号「1220」  
 初心者・初級者向けの教室です。  
 時 4月9日～5月28日の毎週月曜日、午後3時～5時(計8回) 場 高円寺体育館 師 横尾文代ほか 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 45名(抽選) 費 5600円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月10日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003

⑥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1日午前8時30分からハガキ締切日まで。

高円寺南2-36-31) へ 電話 同体育館 ☎3312-0313 他 ①2歳～就学前の託児あり(事前申込制。有料) ②車・バイクでの来館はできません

#### ●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指導します。  
 時 4月7日～25年3月30日の第1・3・5土曜日、午後3時～5時(計27回) 場 大宮前体育館 師 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 月1500円(6・9・3月は2250円) 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に新学年も書いて、3月15日(必着)までに大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11) へ 電話 同体育館 ☎3334-4618 他 ユニフォーム(1万6000円)を購入していただきます

#### ●ヴェルディサッカースクール下高井戸校 ◇通年教室

時 4月13日から毎週金曜日、午後5時15分～6時30分(計38回。8月を除く) 区 区内在住・在学の新①小学1年生②5・6年生 定 ①30名②若干名/いずれも抽選 費 月6000円 他 ①その他の学年はキャンセル待ちとなります。施設へ直接お問い合わせください ②エスコートキッズ(抽選)・ホームゲーム無料観戦・各種イベントへの参加等の特典があります

#### ◇水曜日クラス(短期教室)

時 4月4日～6月6日の毎週水曜日、午後5時15分～6時30分(5月16日・23日を除く。計8回。予備日 6月13日・20日) 区 区内在住・在学の新小学1～4年生 定 60名(抽選) 費 1万2000円

— (いずれも) —

#### 場 下高井戸運動場 師 東京ヴェルディコーチ 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に教室名・新学年も書いて、通年教室は3月11日、水曜日クラスは12日(いずれも必着)までに下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1) へ 電話 同運動場 ☎5374-6191

#### ●bjリーグ公認ジュニアバスケットボールスクール

もっとバスケットがしたい! もっとバスケットがうまくなりたい! そんな願いをかなえる通年教室です。  
 時 4月5日～25年3月14日の毎週木曜日、午後5時～7時 場 荻窪体育館 ①初級クラス②経験クラス 師 bjリーグアカデミーコーチ 区内在住・在学の新小学3



～6年生 定 各若干名(抽選) 費 月4000円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)にクラス名と新学年・経験年数も書いて、3月14日(必着)までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) へ 電話 同体育館 ☎3220-3381

#### ●京劇俳優が教えるやさしい太極拳

時 4月4日～7月11日の毎週水曜日①午前10時～11時②11時～正午(第3水曜日を除く。計12回) 場 荻窪体育館 区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心・初級者 定 各20名(抽選) 費 各6000円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月12日(必着)までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) へ 電話 同体育館 ☎3220-3381 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。有料)

#### ●女性のためのバレトン教室

音楽に合わせてフィットネス・バレエ・ヨガの要素をミックスしたバレトンを体験しませんか。全身の筋力バランスや柔軟性・心肺機能の向上、脂肪燃焼も期待できます。

時 ①3月21日(水)午前10時30分～11時30分②26日(月)午後7時30分～8時30分 場 上井草スポーツセンター 区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性 定 ①30名②50名/いずれも申込順 費 各6000円 申込・問 電話または直接、3月12日までに上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707) へ 電話 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

#### ●ZUMBA

時 4月11日～7月25日の毎週水曜日①午後7時～8時②8時～9時/いずれも第3水曜日を除く。計12回 場 荻窪体育館 師 鈴木夢子 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定 各20名(抽選) 費 各6000円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月11日(必着)までに荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2) へ 電話 同体育館 ☎3220-3381 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。有料)

#### ●親子リズム体操 I

時 4月9日～7月2日の毎週月曜日①きりん組 = 午前10時～11時②りす組 = 午前11時～正午/いずれも4月30日を除く。計12回 場 荻窪体育館 師 齊藤なみ 区内在住で①3～5歳未満の幼児とその保護者②1歳半～3歳未満の幼児とその保護者/いずれも教室初日の年齢 定 各18組(抽選) 費 各9000円(子育て応援券利用可) 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に希望クラスとお子さんの氏名(フリガナ)・年齢も書いて、3月13日(必着)までに荻窪体育館(〒167

-0051荻窪3-47-2) へ 電話 同体育館 ☎3220-3381

#### ●楽しくイス体操教室

イスとダンベルなどを使用した体操で、無理なく体力向上を目指します。  
 時 4月3日～9月25日の毎週火曜日、午後1時30分～2時30分(計26回) 場 大宮前体育館 師 松浦美香子 区内在住・在勤でおむね60歳以上の方 定 12名(抽選) 費 1カ月2000円～2500円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月15日(必着)までに大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11) へ 電話 同体育館 ☎3334-4618

#### ●アーチェリー初心者教室

時 4月7日～9月15日の第1・3土曜日と第2・4日曜日、午後1時～5時(計23回。区後援) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定 15名(抽選) 費 4回まで無料(5回目から1回500円。中学生以下は300円)。会員登録すると保険料含み年間6850円(中学生以下3600円) 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月23日(必着)までに区アーチェリー協会・小杉英雄(〒167-0042西荻北4-33-12) へ 電話 小杉 ☎3390-6839(午前9時～午後9時)

#### ●弓道講習会

時 4月6日～9月28日の毎週水・金曜日、午後6時～9時(計50回。区後援) 場 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学で中学生以上の方 定 25名(抽選) 費 1万2000円(別途教本代1220円) 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、3月20日(必着)までに横山賢次(〒167-0052南荻窪1-13-11) へ 電話 横山 ☎3334-5664(午前8時～午後9時)

#### その他

#### ●杉並区フットサルリーグ参加チーム募集

時 5月～12月の午後9時～11時 場 高円寺体育館 内 16チーム2リーグ制 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方を半数以上含むチーム 定 16チーム(抽選) 費 1チーム2万4000円(別途会場費) 申込 ファクスまたはEメール(11面記入例参照)に代表者の氏名・電話番号とチーム名も書いて、3月31日までに杉並区フットサル委員会事務局 FAX 5929-9527 ☎info@suginami-futsal.com へ 電話 同事務局 ☎5929-9527(午前10時～午後5時) 他 ①帯同審判で試合を行います。各チーム1名以上の有資格審判員が必要です ②詳細は、杉並区フットサルリーグホームページをご覧ください



# アニメーション制作会社 MADHOUSE展～40年の歩み～

昭和47年の創立以来、高い技術力で日本のアニメーション文化を支えてきたアニメーション制作会社「マッドハウス」。「幻魔大戦」「はじめの一步」「チベット犬物語～金色のドージェ～」などの絵コンテ・原画・美術設定等の貴重な制作資料でマッドハウスの40年の歩みを紹介します。  
時 5月20日(日)まで。午前10時～午後6時(入館は5時30分まで。最終日は午後4時で閉館)



http://www.sam.or.jp

## 西武鉄道駅員『タコちゃん展』

西武鉄道とシンエイ動画がコラボして誕生したネット配信中のアニメ「西武鉄道駅員タコちゃん」展を開催します。駅員さんの体験談を基に制作された短編コメディアニメを、ミニ展示と上映でお楽しみください。また、ぬり絵コーナーもあります。  
時 3月10日(土)～4月8日(日)午前10時～午後6時(入館は5時30分まで)



©シンエイ/西武鉄道

— (いづれも) —

場 杉並アニメーションミュージアム(上荻3-29-5 杉並会館3階) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 杉並アニメーションミュージアム ☎3396-1510 休 月曜日休館(祝日の場合は開館し、翌平日休館)

## 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

★ミュージック・ランチ 時 5月9日(木)午前10時30分 場 杉並公会堂 出 演 = 根岸一郎(バリトン)、青柳いづみこ(ピアノ)▷ 曲目 = ドビュッシー「月の光」ほか 費 1000円(申込) チケット販売窓口 = 杉並公会堂 ☎5347-4450 全日本ピアノ指導者協会 ☎3944-1583

★城西病院ホスピタリティコンサート「木のぬくもり～マリンパの響き」 時 3月16日(金)午後7時 場 城西病院(上荻2丁目) 出 演 = 田村優輝子・宮野下子竜(マリンパ)▷ 曲目 = ハチャトリアン「剣の舞」ほか 定 70名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 同病院・平木 ☎3390-4166

★ふれあいの音楽会 時 3月20日(祝)午後2時～5時 場 杉並公会堂 出 演 = 明治大学付属中野中学高等学校音楽部▷ 曲目 = チャイコフスキー「祝典序曲『1812年』」ほか 定 700名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 明治大学付属中野中学高等学校音楽部 ☎3362-8704

★音楽体験 きて、みて、さわって2011発表会 時 3月27日(火)午後1時30分～3時 場 浜田山会館 出 演 = 三味線・尺八・鼓・唄の発表会と楽器演奏体験 望月庸子ほか 定 100名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 音楽プロジェクトここふた・高市 ☎090-3788-4733

★この日あなたとコールたぬき～男4人の歌と劇 時 4月1日(日)午後2時～4時 場 勤労福祉会館 出 演 = コールたぬき(男声4重唱)▷ 曲目 = 組曲「花に寄せて」▷ 劇 = 「ひよっこり・ひょうたんじま」 定 350名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 コールたぬき事務所・松林 ☎3334-1888

★杉並稲門会「南相馬市支援チャリティバザー」 時 3月17日(土)正午～午後4時 場 産業商工会館 出 演 = 当日、直接会場へ 園 杉並稲門会事務局(根本特殊化学内) 石松・加藤 ☎3333-2711 ①車・自転車での来場はご遠慮ください②杉並稲門会は区内在住の早稲田大学卒業生で構成する校友会です

★高円寺障害者交流館「交流館まつり」 時 3月11日(日)午前10時～午後3時 場 高円寺障害者交流館 出 演 = アポロ踊り、ユニークダンス、クイックマッサージ、手話ゲーム・ダンス、障害者施設・作業所などの手作り生製品の販売、模擬店など 出 演 = 当日、直接会場へ

杉並区障害者団体連合会事務局(同交流館内) ☎5306-2627 FAX5306-2628 車での来場はご遠慮ください

★蚕糸の森まつり 時 3月25日(日)午前10時～午後3時(雨天実施) 場 蚕糸の森公園、杉並第十小学校 出 演 = フワフワトランポリン、SL、防災施設体験見学、模擬店・バザー、献血ほか 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 蚕糸の森まつり協議会事務局・浜田 ☎3315-5960 車での来場はご遠慮ください

★杉並ねっこワーク「和田堀プレーパーク」 時 3月11日(日)午前10時30分～午後4時(雨天中止) 場 都立善福寺川緑地・緑陰広場(成田東2丁目) 出 演 = 木工、ロープワーク、焚き火など 園 高校生以下の方 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 杉並ねっこワーク・小林 ☎080-1187-3279(午後7時～9時) 汚れてもいい服装で、着替え・飲み物・お弁当など自由に持参してください

★自然と遊ぼうネイチャーゲーム～春みいつけた 時 3月25日(日)午後1時30分～4時 場 都立善福寺公園(善福寺2・3丁目) 出 演 = 4歳以上の方(小学2年生以下は保護者同伴) 定 30名(申込順) 費 300円(申込) ファクス(11面記入例参照)に参加者全員の氏名(フリガナ)・年齢も書いて、3月15日(必着)までにすぎなみネイチャーゲームの会・小野 FAX5932-2664 園 小野 ☎5932-2664(午後8時～10時)

★東京マガジンバンク企画展示「おいしいものが好き!」 時 3月2日(金)～5月9日(水)午前9時30分～午後7時(土・日曜日、祝日は5時まで) 場 都立多摩図書館(立川市) 出 演 = 業界誌・専門誌、外国の雑誌など「食」関連の雑誌を展示 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 都立多摩図書館 ☎042-524-7186

### 講演・講座

★津村節子講演会～看取りと介護をめぐって 時 3月26日(月)午後2時～4時 場 高円寺 出 演 = 講演「小説を書くこと」(作家・津村節子)、介護経験者の座談会 定 200名(先着順) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 NPO法人杉並介護者応援団・土屋 ☎090-1050-0373

★明治大学公開講座「地獄と極楽の日本史シリーズ2～死の特異点」 時 5月19日(土)、6月2日(土)、16日(土)、30日(土)、7月14日(土) / いずれも午後2時～3時30分(計5回) 場 明治大学和泉キャンパス(永福1丁目) 出 演 = 明治大学文学部兼任講師・水谷類 出 演 = 区内在住・在勤・在学中で18歳以上の方 定 100名(申込順) 費 2500円(申込) 園 3月3日午前10時30分から電話で、明治大学リバティアカデミー事務局 ☎3296-4423

★外国語メニュー作成研修会 時 3月22日(木)午後2時～4時 場 産業商工会館 出 演 = 東京都

外国語メニュー作成支援ウェブサイトを活用し、飲食店外国語メニューをパソコンで作成 園 区内の飲食店関係者 定 20名(抽選) 費 無料(申込) 申込書(産業商工会館ホームページから取り出せます)をファクスで、3月15日(必着)までに産業商工会館運営協議会 FAX3393-1502 園 同協議会・岩嶋 ☎3393-1501

### その他

★相続、離婚、金銭問題等書類・手続無料相談会 時・場 ①3月7日(水)=JR阿佐ヶ谷駅ビル「ダイヤ街」1階 ②26日(月)=高円寺北庚申通り商店街庚申文化会館2階(高円寺北3丁目) / いずれも午後1時～4時 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537

★杉並区シルバー人材センター  
◇リサイクル自転車の販売 時 3月12日(月)～14日(水)午前11時～午後4時 場 リサイクル自転車作業所(永福2丁目) 出 演 = 販売価格 = 6500円～(申込)直接、同作業所へ(先着順) 園 同作業所 ☎3327-2287  
◇手作り小物の販売「ショップ銀の手」 時 月～金曜日の午前10時～午後4時(祝日を除く) 場 区役所1階ロビー 出 演 = オリジナル商品・衣類・エコグッズなど(申込)直接、会場へ 園 同センター ☎3317-2217

★東京弁護士会 市民交流会参加者募集 時 5月1日から1年間 出 演 = 弁護士との懇談会、裁判員体験、裁判所・検察庁などの見学、裁判傍聴ほか(月1回程度) 園 都内在住・在勤・在学中で16歳以上の方(高校生・既参加者は不可) 定 30名(抽選) 費 無料(交通費別) (申込) 申込書(東京弁護士会ホームページから取り出せます)を、3月23日(必着)までに東京弁護士会広報課市民交流会係(〒100-0013千代田区霞が関1-1-3)へ郵送 園 同係 ☎3581-2251 詳細は、お問い合わせください

★「ほぶけ」スタッフ募集 出 演 = 障害のある小中学生の学校から活動場所までの送迎と

## ガンダムモニュメントのメンテナンスについて

西武新宿線上井草駅前のガンダムモニュメントは、3月15日(木)～23日(金)にメンテナンスを行います。きれいになったモニュメントは24日(土)からご覧いただけます。  
園 産業振興課地域産業観光係

音楽・工作・児童館交流などの外出プログラムの提供や助助▷勤務日時=週2、3日(火～木曜日)。午後2時前後～5時30分(学校休業日は午前10時～午後5時30分)▷勤務場所=和田障害者交流館▷資格=月1回木曜日午前10時～午後1時のスタッフ会議に出られる方▷時給=未経験者900円～、ヘルパー等資格者1000円▷その他=交通費全額支給(申込)・園電話またはファクス(11面記入例参照)で、ぽぶけ事務局・森 ☎ FAX3317-1681またはほぶけ携帯 ☎090-2654-4143(活動時間内)へ

★障害者雇用支援事業団 パートタイマー職員募集 出 演 = 障害者の就労移行支援事業の職業準備訓練における軽作業・PC訓練等を通じた職業指導と生活支援▷勤務期間=4月1日～25年3月31日(5回まで更新可。ただし67歳に達した年度末で退職)▷勤務日時=週4日または3日勤務(原則として、土・日曜日、祝日を除く)。午前8時45分～午後3時45分▷勤務場所=障害者雇用支援事業団▷資格=特になし。就労支援機関等での勤務経験があれば、なお▷募集人員=2名▷時給=1110円、社会福祉士・保健福祉士有資格者=1210円(23年度実績・昇給あり)▷その他=有給休暇あり。交通費支給(上限あり) (申込)履歴書と有資格者は資格免許証の写しを、3月9日(消印有効)までに杉並区障害者雇用支援事業団(〒168-0072高井戸東4-10-26)へ郵送または持参 園 同事業団 ☎5346-3250 ①書類選考合格者には面接を実施(3月中旬を予定)②応募書類は返却しません

## 自殺防止!東京キャンペーン

～3月は東京都の自殺対策強化月間です

- ◇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～ 3月5日(月)～9日(金) ☎0570-087478(24時間)
- ◇自殺予防いのちの電話 3月10日(土)午前8時～11日(日)午前8時 ☎0120-738-556(毎月10日、フリーダイヤル)
- ◇48時間特別相談 3月10日(土)午前6時～12日(月)午前6時 ☎5286-9090(東京自殺防止センター)
- ◇自死遺族のための電話相談 3月5日(月)～7日(水)午前10時～午後10時 ☎5988-7778(全国自死遺族総合支援センター)
- ◇3月8日(木)～11日(日)午前10時～午後10時 ☎3796-5453(グリーフケア・サポートプラザ)
- ◇多重債務110番 3月5日(月)・6日(火)午前9時～午後4時 ☎3235-1155(東京都消費生活総合センター)

「東京都こころといのちの総合相談会」 時・場 ①3月12日(月)=新宿スバルビル会議室(新宿区) ②13日(火)=アレアホール(立川市) / いずれも午後4時～8時(受け付けは7時まで) 費 無料(申込当日、直接会場へ) 園 東京都福祉保健局保健政策部保健政策課自殺総合対策担当 ☎5320-4310



### エデュケーション・フェスティバルin杉並2012

日本フィル+杉並公会堂Presents

# 日本フィル 春休みオーケストラ探検 「みる・きく・さわる」の巻



【日 時】 3月25日(日)午前10時～午後5時

【会 場】 杉並公会堂 (上荻1-23-15)

【申し込み】 事前にチケットを購入してください(下記参照。「たんけんパスポート」は当日でも購入できます)。子育て応援券が利用できます。

【問い合わせ】 日本フィル・サービスセンター

☎5378-5911 (平日午前10時～午後5時)

【その他】 日本フィルハーモニー交響楽団ホームページ

http://www.japanphil.or.jp/



## オーケストラ・コンサート

【時 間】 午後3時開演 【会 場】 大ホール

【出 演】 米津俊広 (指揮)、江原陽子 (司会)  
扇谷泰朋 (コンサートマスター)

【費 用】 3500円、4歳～高校生2500円  
(たんけんパスポート代500円を含む)

【その他】 ① 4歳未満の方は入場できません  
② 託児あり  
(マザーズ☎0120-788-222 <平日午前10時～午後5時>)



▲米津俊広



▲江原陽子

### 内 容

- ビゼー「カルメン組曲」より『闘牛士』  
『前奏曲』『アラゴネーズ』『アルカラの竜騎兵』  
『第3幕間奏曲』『ジプシーの踊り』
- チャイコフスキー「弦楽セレナーデ」より  
『第2楽章ワルツ』
- グリーグ「パール・ギュント」第1組曲より  
『朝』『オーゼの死』『アニトラの踊り』  
『山の魔王の宮殿にて』

### ◇ステージ体験イベント (事前申込制)

ステージの上でオーケストラをきいてみよう!

【時 間】 午後4時45分～5時30分

【対 象】 小学生以上で、オーケストラ公演チケットを購入した方

【定 員】 60名 (抽選)

【申し込み】 詳細は、チケット購入時にご案内します



▲日本フィルハーモニー交響楽団  
オーケストラ探検「四季」の巻より  
(23年8月13日杉並公会堂大ホール)

## 探検イベント

杉並公会堂が、まるごといちにちテーマパーク!

【時 間】 午前10時～午後5時

【対 象】 全てのイベントに0歳から入場できます

【費 用】 たんけんパスポート500円 (当日購入可)

※内容は予告なく変更される場合があります。

### 午前10時～午後5時 オーケストラ楽器体験

どうやって音を出すの?  
こすって? 吹いて?  
木で出来るの? 金属なの?  
【場】 スタジオB・D・E (地下1階)、  
大ホールロビーなど【体験楽器】  
バイオリン、チェロ、フルート、  
クラリネットなど【他協力】 日本フィル「60歳からの  
楽器教室」卒業生ほか



### 午前11時、午後1時、2時 (各回30分) 日本フィル楽員による音楽ワークショップ

音楽にふれてみよう。  
ワークショップでオーケストラがもっと楽しくなるよ。  
【場受け付け】 ハーモニープラザ (1階)  
【定員】 各20名 (先着順。整理券を配布)



### 午前11時～午後2時 日本フィルメンバーのリレーコンサート「音楽図鑑」

どんな楽器が出てくるかな?  
【場】 小ホール (地下2階) 【内】  
各楽器約10分間のリレーコンサート  
【定員】 190名 (先着順。入退場自由)



### 午前10時～午後5時 音楽の森写真館

音楽の森で記念写真! カルメンやパール・ギュントにもなれるよ。  
【場】 ハーモニープラザ (1階) 【他協力】 ZEROキッズ

### 午前11時～午後3時 ZEROキッズ&ゴド・アド・アソポによる工作ワークショップ

ポップでおしゃれなカード屋さん!  
【場】 スタジオA (1階) 【定員】 50名 (先着順。整理券を配布) 【他協力】 ZEROキッズ



### ふくろう隊長の公会堂たんけん

公会堂スタッフとたんけん出発! 出発時間は、集合場所  
で確認してください。  
【場】 集合場所=ハーモニープラザ (1階) ふくろう隊長のバス停



### 正午～午後3時 大声・大音大会

賞品あり。子供も大人もおもいきり!  
【場】 光の中庭 (地下2階)



### 午前10時～午後5時 スタンプラリー

全館探検してスタンプを集めよう。  
【場】 杉並公会堂各階▷受け付け=ハーモニープラザ (1階)

### ジャグリング

いつ始まるかはお楽しみです。  
【場】 杉並公会堂全館

## ●チケット販売●

- ◆ 杉並公会堂 ☎5347-4450 (臨時休館日を除く毎日午前10時～午後7時)
  - ◆ 日本フィル・サービスセンター ☎5378-5911 (平日午前10時～午後5時)
- ※チケットを20枚以上お買い上げの場合、区内は全てお届けします。

主催: 財団法人日本フィルハーモニー交響楽団/杉並公会堂 (株)京王設備サービス  
 後援: 杉並区/杉並区文化協会/杉並区教育委員会/  
 「クラシックを楽しむ街・荻窪」の会/21世紀の荻窪を考える会/荻窪法人会  
 協力: ヤマハ㈱/ NPO法人ZEROキッズ/音の台所/  
 日本フィル「60歳からの楽器教室」/早稲田大学ジャグリングサークルinfinity/  
 東京工業大学ジャグリングサークル・ジャグてっく  
 協賛: 三京物産株式会社  
 イラスト: 音の台所



■小児救急普及事業～小児科医からのメッセージ

赤ちゃんに多い病気と、その手当てやお医者さんへのかかり方などをお話しします。

時 3月15日(木)午前10時～11時30分 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 師 西萩こどもクリニック院長・楊康子 区内在住で0歳児(第1子)の保護者 定30名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、上井草保健センター ☎3394-1212 へ 他 託児は申込時にご相談ください

■家族介護教室

◇食事と便秘を整えよう～便秘を防ぐ料理の紹介

時 3月10日(土)午後2時～3時30分 場 上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 師 管理栄養士・高澤弘美 区内在住・在勤の方 定25名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、上井草ふれあいの家 ☎3394-9831 へ

◇口腔清潔と疾病予防

時 3月24日(土)午後2時～3時30分 場 和田ふれあいの家(和田3-52-4) 師 看護師・樋口直美 区内在住・在勤の方 定15名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、和田ふれあいの家 ☎3312-9556 へ

◇薬の正しい使い方

時 3月17日(土)午後2時～4時 場 阿佐谷北ふれあいの家(阿佐谷北1-2-1) 師 杉並区薬剤師会・高橋美子 区内在住・在勤の方 定15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 へ 他 上履きを持参してください

◇いつでもできる転倒・腰痛予防体操

時 3月19日(月)午後1時30分～3時 場 永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師 介護予防運動指導員・小坂ゆかり 区内在住・在勤の方 定10名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、永福ふれあいの家 ☎3327-5811 へ 他 運動できる服装で参加してください

◇楽しくエアロ～骨盤ストレッチ

時 3月26日(月)午後2時～4時 場 浜田山会議室(浜田山4-15-12) 師 パーソナルトレーナー・須田満 区内在住でおおむね65歳以上の方 定20名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、ケア24成田 ☎5307-3822 へ

◇高齢期の栄養について～効果的に摂取するポイントと配食サービス試食会

時 3月29日(木)午後2時～3時30分 場 ゆうゆう和泉

館(和泉4-16-22) 師 宅配クック1・2・3 松浦崇 区内在住の方 定25名(申込順) 費 無料 申込・問 電話で、ケア24堀ノ内 ☎5305-7328 へ 他 自転車での来場はご遠慮ください

■NPO法人の税務講座

NPO法人が知っておくべき各税金(法人税・住民税・消費税など)について、税金の種類や税務処理の方法などを解説します。

時 3月23日(金)午後7時～9時 場 すぎなみNPO支援センター 師 んみゃーち代表・田崎和夫 定30名(申込順) 費 500円 申込 郵送、電話、ファクスまたはEメール(11面記入例参照)で、3月22日(必着)までにすぎなみNPO支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター4階 ☎3314-7260 FAX3314-7265 info@nposupport.jp) へ 問 同支援センター

■かわいいびんでテラリウムづくり～気軽に楽しめる小さな自然

密閉した瓶の中にシダ植物を寄せ植えします。瓶の中で水が循環するので、水やりをせずに植物が育ちます。

時 3月18日(日)午後1時～3時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 恵泉女学園大学非常勤講師・浅岡みどり 区内在住・在勤・在学の方 定15名(申込順) 費 1500円 申込・問 電話で、すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191 へ 他 2歳～就学前の託児あり(事前申込制。保険料100円)

■杉いき連大学受講者募集

杉いき連大学は、杉並区いきいきクラブ連合会が運営している高齢者のための生涯学習の場です。受講期間は2年間で、見学してからの受講もできます。

時・内・定 右表のとおり 場 ①～③ 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) ④ ゆうゆう高円寺北館(高円寺北3-20-8) 区内在住で60歳以上の方 費 各年1万2000円。いきいきクラブ会員1万円。前期・後期で分納 申込・問 電話で、太田 ☎3332-2272 へ 他 日時は都合により変更する場合があります

リサイクルひろば高井戸

◇自転車の手入れ方法とバンクの直し方

時 3月11日(日)午後1時～3時30分 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費 130円 申込 電話で、同ひろば へ 他 長寿応援対象事業

◇子供理科教室～パタパタを作ろう

時 3月18日(日)午前10時30分～午後0時30分 区内在住の5歳～小学6年生(3年生以下は保護者同伴) 定15名(申込順) 費 100円 申込 電話で、同ひろば へ

◇おもちゃのクリニック

故障したおもちゃを、おもちゃドクターが修理します(1人1点まで)。

時 3月18日(日)午後1時～4時(受け付けは3時まで) 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費 無料(部品代は実費) 申込 電話で、同ひろば へ

◇生ごみをたい肥にしよう

ダンボールの通気性を利用して、簡単なたい肥作りを紹介します。

時 3月27日(火)午前10時30分～午後0時30分 区内在住・在勤・在学の方 定15名(申込順) 費 500円 申込 電話で、同ひろば へ 他 ①長寿応援対象事業 ②講習後実践する方は1200円程度(材料費)が必要となります

—— 〈いずれも〉 ——

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)

〈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                | 10名  |
| ② 日本画 | 第1・3(火)午後1時～3時                | 10名  |
| ③ 書道  | 第2・4(土)午前10時～正午<br>(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。

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 区内全回参加できる方。コース番号0407・0517・2447・2517・4547はデジカメとUSBケーブルを持参できる方。3名以下の場合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) 費 各8900円。少人数サロンみずの講座は下表のとおり 申込 ハガキ(11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、4月分は3月15日、5月分は4月16日(いずれも消印有効)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 問 同分室 ☎3394-2253 へ 他 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)     |       |  |                                  |
|---------------------------------|-------|--|----------------------------------|
| 番号                              | レベル   | コース名・内容  | 月日/時間                            |
| 0403                            | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 4月2日～23日毎週(月)の午前                 |
| 0406                            | 初級    | エクセル初級(7・V)                                    | 4月2日～23日毎週(月)の午後                 |
| 0411                            | 中級    | ワード中級(7・V)                                     | 4月4日～25日毎週(水)の午前                 |
| 0412                            | 中級    | エクセル中級(7・V)                                    | 4月4日～25日毎週(水)の午後                 |
| 0423                            | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 4月5日～26日毎週(木)の午前                 |
| 0401                            | 入門    | パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)                         | 4月5日～26日毎週(木)の午後                 |
| 0407                            | 趣味    | デジカメ写真修整加工(LIVEフォトギャラリーを使って、7・V)               | 4月6日～27日毎週(金)の午前                 |
| 0405                            | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 4月6日～27日毎週(金)の午後                 |
| 0426                            | 初級    | エクセル初級(7・V)                                    | 4月10日～5月1日毎週(火)の午前               |
| 0402                            | 入門    | パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)                          | 4月10日～5月1日毎週(火)の午後               |
| 0505                            | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 5月7日～28日毎週(月)の午前                 |
| 0512                            | 中級    | エクセル中級(7・V)                                    | 5月7日～28日毎週(月)の午後                 |
| 0532                            | 中級    | エクセル中級(7・V)                                    | 5月8日～29日毎週(火)の午前                 |
| 0503                            | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 5月8日～29日毎週(火)の午後                 |
| 0506                            | 初級    | エクセル初級(7・V)                                    | 5月9日～30日毎週(水)の午前                 |
| 0501                            | 入門    | パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)                         | 5月9日～30日毎週(水)の午後                 |
| 0525                            | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 5月10日～31日毎週(木)の午前                |
| 0502                            | 入門    | パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)                          | 5月10日～31日毎週(木)の午後                |
| 0517                            | 趣味    | 写真の修整・加工(フリーソフト、7・V・XP)                        | 5月11日～6月1日毎週(金)の午前               |
| 0511                            | 中級    | ワード中級(7・V)                                     | 5月11日～6月1日毎週(金)の午後               |
| ●少人数サロンみず(清水3-22-4-2階) 定各3名(抽選) |       |  |                                  |
| 6471                            | 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 | 4月2日(月)～5日(木)の午前                 |
| 6472                            |       |  | 4月6日(金)・9日(月)～11日(水)の午前          |
| 6473                            |       |  | 4月12日(木)・13日(金)・16日(月)・17日(火)の午前 |
| 6404                            | 入門    | 短期マスター(一気に習得インターネットまで)(7・V) 費8900円～2万6700円     | 4月2日(月)～17日(火)の午後(出・回を除く12日間)    |
| 6504                            |       |  | 5月7日(月)～22日(火)の午前(出・回を除く12日間)    |
| 6571                            | 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 | 5月7日(月)～10日(木)の午後                |
| 6572                            |       |  | 5月11日(金)・14日(月)～16日(水)の午後        |
| 6573                            |       |  | 5月17日(木)・18日(金)・21日(月)・22日(火)の午後 |

| ●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10名(抽選) |       |  |                    |
|---|-------|--|--------------------|
| 番号                                      | レベル   | コース名・内容  | 月日/時間              |
| 2412                                    | 中級    | エクセル中級(7・V)                                    | 4月1日～22日毎週(日)の午前   |
| 2447                                    | 趣味    | 初めてのデジカメ(7・V・XP)                               | 4月1日～22日毎週(日)の午後   |
| 2448                                    | 初級    | 楽しいプレゼンテーション(7・V)                              | 4月4日～25日毎週(水)の夜間   |
| 2402                                    | 入門    | パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)                          | 4月6日～27日毎週(金)の夜間   |
| 2405                                    | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 4月7日～28日毎週(土)の午前   |
| 2403                                    | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 4月7日～28日毎週(土)の午後   |
| 2456                                    | 初級    | 楽しい表計算(エクセル初級、XP)                              | 4月10日～5月1日毎週(火)の夜間 |
| 2501                                    | 入門    | パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)                         | 5月6日～27日毎週(日)の午前   |
| 2517                                    | 趣味    | 写真の修整・加工(フリーソフト、7・V・XP)                        | 5月6日～27日毎週(日)の午後   |
| 2562                                    | 中級    | 使いこなすエクセル(XP)                                  | 5月8日～29日毎週(火)の夜間   |
| 2571                                    | 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 | 5月9日～30日毎週(水)の夜間   |
| 2503                                    | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 5月11日～6月1日毎週(金)の夜間 |
| 2511                                    | 中級    | ワード中級(7・V)                                     | 5月12日～6月2日毎週(土)の午前 |
| 2505                                    | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 5月12日～6月2日毎週(土)の午後 |
| ●方南教室(方南1-3-4-2階) 定各5名(抽選)              |       |  |                    |
| 4411                                    | 中級    | ワード中級(7・V)                                     | 4月2日～23日毎週(月)の午前   |
| 4403                                    | 入門    | パソコン入門3(インターネット、7・V)                           | 4月2日～23日毎週(月)の午後   |
| 4401                                    | 入門    | パソコン入門1(はじめてのパソコン、7・V)                         | 4月6日～27日毎週(金)の午前   |
| 4405                                    | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 4月6日～27日毎週(金)の午後   |
| 4547                                    | 趣味    | 初めてのデジカメ(7・V・XP)                               | 5月7日～28日毎週(月)の午前   |
| 4505                                    | 初級    | ワード初級(7・V)                                     | 5月7日～28日毎週(月)の午後   |
| 4502                                    | 入門    | パソコン入門2(らくらく文字入力、7・V)                          | 5月11日～6月1日毎週(金)の午前 |
| 4511                                    | 中級    | ワード中級(7・V)                                     | 5月11日～6月1日毎週(金)の午後 |

※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。2. WindowsVistaは、MicrosoftOffice「2007」を、WindowsXPは、「2003」を、Windows7は、「2010」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



### 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

■ 平和ロビーコンサート  
 時 3月12日(月)午後0時10分～0時50分 区役所1階ロビー 内出演=日本フィルハーモニー交響楽四重奏団▷曲目=クライスラー「愛の喜び」ほか 費無料 申込当日、直接会場へ 区民生活部管理課庶務係

■ 平和パネル展  
 東京大空襲の写真などを展示します。  
 時 3月8日(木)～16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

■ 「人形劇」がやってくる  
 時 3月24日(土)午後2時～3時 柿木図書館(上井草1-6-13) 内出演=おはなしと人形芝居ぼぼ▷演目=半分ペロリ(おはなし)、失敗けんちゃん(パネルシアター)、笑い風(人形劇) 定30名(先着順) 費無料 申込当日、直接会場へ 柿木図書館 ☎3394-3801

■ 大人の社会科見学～ふりかけ食品工場と薬用植物園を見学しよう

食品工場では加工食品が原料処理から製品に至るまでの工程を見学し、薬用植物園では有毒植物の見分け方や身の回りの薬草などについて学びます。  
 時 3月22日(木)午前8時10分～午後4時30分 集合場所=あんさんぶる荻窪▷見学施設=①三島食品関東工場(埼玉県坂戸市)②東京都薬用植物園(小平市)ノバスで移動 区内在住で20歳以上の方(お子さんの同伴はできません) 定40名(抽選) 費50円(保険料) 申込往復ハガキ(記入例参照)で、3月10日(必着)までに消費者センター(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪3階)へ 同センター ☎3398-3141 他(1)昼食は各自負担(関越自動車道パーキングエリアで昼食)(2)見学コースには段差があり、長い距離を歩きます

■ 杉並ユネスコ協会 建物文化遺産探訪ツアー  
 旧加賀百万石・前田家の第16代当主・前田利為侯爵の本邸として建てられ、当時「東洋一の邸宅」とうたわれた「旧前田侯爵邸駒場本邸(洋館)」を見学します。  
 時 3月24日(土)午前10時45分～正午 旧前田侯爵邸駒場本邸(目黒区駒場4-3-55駒場公園内) 区内在住・在勤の方 定30名(抽選) 費無料 申込往復ハ

### 〈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   |
|-----------------------------------|-------------------------|--|
| 下高井戸館(下高井戸3-31-11 ☎・FAX3302-2161) | さあパソコンを始めませんか～初級者向け     | 4月3日～9月11日の毎月第1・2火曜日、午後2時～4時 費1回1500円(教材費別)        |
| 西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)      | 西田田基サロン～お楽しみはこれからだ      | 4月7日から第1・3土曜日、午後1時30分～4時30分 費1回200円                |
| 荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎・FAX3335-1716)    | 気楽に無理せず楽しむシニア向けエアロビクス   | 毎月第1・3木曜日、午後1時30分～2時45分 運動好きで健康志向のある方 費1回300円      |
| 高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎・FAX3315-1816)  | パソコン何でもお困りごと相談会 直野利秀    | 3月11日(日)午前9時30分～11時30分 定10名(申込順) 費500円 他パソコンの持ち込み可 |
| 高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX3332-1076)  | 夕焼けサロン～神崎先生のJAZZ談義 神崎浩  | 3月21日(水)から奇数月第3水曜日、午後6時～8時 費1回1000円(茶菓代含む)         |
| 西荻北館(西荻北2-27-18 ☎・FAX3396-8871)   | 謡曲入門講座～初めての方のための教室(観世流) | 4月10日から毎月第2・4火曜日、午前10時～正午 区内在住の方 費月500円(テキスト代別)    |
| 井草館(井草2-15-15 ☎・FAX3390-9672)     | ゆうゆう井草館祭り～バザーで地域との交流    | 3月25日(日)午前10時～午後3時 費無料、出店費200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。全て長寿応援対象事業です。

ガキ(記入例参照)で、3月15日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内)へ 同センター ☎3317-6621または杉並ユネスコ協会・山田 ☎080-5090-7340

■ 集まれ中学生! ユネスコで国際感覚を磨こう!  
 ① ユネスコ国際中学生交流会

インターナショナルスクールに一日体験入学して、異文化体験をします。

時・場・内事前学習=4月3日(水)午後1時30分～3時=セシオン杉並▷学校訪問=4月4日(木)午前8時30分～午後3時=セント・メリーズ・インターナショナルスクール(世田谷区瀬田1-6-9)ノJR高円寺駅集合・JR渋谷駅解散 区内在住・在学の新中学2・3年生 定20名(先着順) 費無料(交通費自己負担)

② ユネスコ中学生クラブ  
 毎月1回、外国人講師による英会話と世界のさまざまな国からのゲストスピーカーを招いて、国の文化を楽しく学ぶ国際理解のプログラムです。

時 4月～25年3月の毎月第2土曜日、午後2時30分～4時30分(8月を除く。計11回) 場 セシオン杉並ほか 区内在住・在学の新中学1～3年生 定60名(抽選) 費4000円

— 〈いずれも〉 —

申込ハガキ、ファクスまたはEメール(記入例参照)に新学年・学校名と①②の希望も書いて、3月25日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32セシオン杉並内) FAX3317-6620 ☎shakyo-c@city.suginami.lg.jp)へ 同センター ☎3317-6621または杉並ユネスコ協会・板倉 ☎3395-4020

■ 大人のための朗読会  
 時 3月17日(土)午後2時～3時 成田図書館 藤沢周平「夜の雪」(『日暮れ竹河岸』より)ほか▷朗読=こぼこの会 定30名(申込順) 費無料 申込・同電話または直接、成田図書館(成田東3-28-5 ☎3317-0341/3月15日(木)は休館)へ

## 講演・講座

■ おすすめ本のPOP広告を作ろう!  
 完成したPOP広告は図書館の資料と一緒に展示します(展示期間=3月21日～4月30日)。

時 3月20日(木)午後2時～3時 阿佐谷図書館 中学生以上の方 定20名(申込順) 費無料 申込・同電話または直接、阿佐谷図書館(阿佐谷北3-36-14 ☎5373-1811)へ 他事前に薦めたい本2冊を選び、申込時に書名を伝えてください

■ 本の世界に入ってみよう!～合成撮影を通じて本の世界へ!

合成技術を使って図書や図鑑の中にある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。

時・場①3月24日(土)=方南図書館 ②25日(日)=永福図書館/いずれも(1)午後1時～2時(2)2時～3時(3)3時～4時(4)4時～5時 対 小中学生(保護者同伴可) 定各回7名(申込順) 費無料 申込・同電話または直接、①は方南図書館(方南1-51-2 ☎5355-7100) ②は永福図書館(永福4-25-7 ☎3322-7141)へ 他撮影にあたっては、青・緑色の服の着用はできません

SUGINAMI CITY & Japan Phil. 杉並区・日本フィル 友好提携事業

## 日本フィル 公開リハーサル

時 3月15日(木)午後1時 場 杉並公会堂(上荻1-23-15) 内出演=アレクサンドル・ラザレフ(指揮)▷曲目=ラフマニノフ「交響曲第2番」(予定) 定600名(先着順) 費無料 申込当日、直接会場へ 同文化・交流課 ①開演後は入場をお断りする場合があります②就学前のお子さんは入場できません

■ 笑顔でアンチエイジング! 講座～口元から若々しい笑顔を

顔のストレッチですてきな笑顔になりましょう。  
 時 3月16日(金)午後2時～3時 場 西荻図書館 荻窪保健センター 歯科衛生士 定20名(申込順) 費無料 申込・同電話または直接、西荻図書館(西荻北2-33-9 ☎3301-1670)へ

■ いろいろな音楽に乗って、リフレッシュ!  
 被災した方優先の運動教室です。誰にでもできる健康体操(3B体操)ですので、体を動かしてリフレッシュしましょう。

時 3月21日(水)午前10時～11時30分 場 杉並保健所4階(荻窪5-20-1) 師 日本3B体操協会指導士・門脇美恵子 定25名(抽選。被災して杉並に住んでいる方優先) 費無料 申込・同電話で、3月15日までに高円寺保健センター ☎3311-0116へ ①動きやすい服装で、上履き・飲み物を持参してください②杉並区健康づくりリーダーの企画です

■ 不登校やひきこもりに悩む家族や支援者の方へ  
 ◇不登校・中退者のための進路相談会

時 3月18日(日)午後1時～4時 内①高校・サポート校(15校程度)の担当者との個別相談ほか②心理カウンセラーによる無料相談(予約制) 定100名程度 申込①当日、直接会場へ②電話で、松村 ☎090-9802-9328へ 他アミータ福祉教育学院・NPO法人和泉自由学校・NPO法人不登校情報センターの主催で区教育委員会との協働事業です

◇講演会「変化を導くコミュニケーション」

社会に出ることに不安を感じている方に変化を起こすための具体的な支援を考えます。  
 時 3月25日(日)午後2時～4時 師 東北大学准教授・若島孔文(右写真) 定80名(申込順) 申込ハガキ、電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、3月20日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32 ☎3317-6621) FAX3317-6620 ☎shakyo-c@city.suginami.lg.jp)へ



— 〈いずれも〉 —

場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 費無料 同社会教育センター ☎3317-6621

■ 杉の樹大学学生募集「みんなの輪・杉の樹大学」  
 学習を通して仲間作りをし、地域活動や自己啓発を目指しましょう。

時 5月16日～25年3月の水曜日、午前10時～正午(月3・4回) 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 内下表のとおり 区内在住で60歳以上の方(既受講者を除く) 定60名(抽選) 費無料(教材費等別) 申込往復ハガキ(記入例参照)に応募理由も書いて、3月24日(必着)までにNPO法人杉の樹カレッジ(〒168-0072高井戸東3-7-5 高齢者活動支援センター内)へ 同法人 ☎3334-0928

〈杉の樹大学 主な講座内容〉

| 科目           | 内容   |
|--------------|--|
| 杉並を知る        | 杉並区の施策・郷土博物館見学・環七地下調節池見学・杉並ゆかりの文人・善福寺川の野鳥・玉川上水の話・大宮八幡宮と雅楽鑑賞・グループ研究       |
| 文芸・教養        | 話し言葉の変遷・エネルギー問題・日本人のこころ・「かび」の話・DNA(遺伝子)について・森のはたらき・平清盛と女性たち・外国を知ろう       |
| これからのライフスタイル | 異世代交流・少子高齢化と経済・ボランティアへの一歩・防災館での体験・先端技術館見学・アメリカンフットボール(講義と観戦)、ほかに遠足・運動会など |



## 新潟県小千谷市「滞在型農園」の利用者を募集します

区と「災害時相互援助に関する協定」を結んでいる新潟県小千谷市が、専用の畑と宿泊できる小さな家がセットになった市民農園「おぢやクラインガルテンふれあいの里」の利用者を募集します。農業指導員が野菜の作り方などをサポートしますので、安心して長期滞在や週末の田舎暮らしを始められます。田舎の自然に囲まれながら、農作物や花を育てる生活を始めてみませんか。——申し込み・問い合わせは、小千谷市農林課農村支援係 ☎0258-83-3510へ。

- 【使用期間】 1年（最長5年更新可）
- 【場所】 おぢやクラインガルテンふれあいの里（新潟県小千谷市大字塩殿甲1814-2）
- 【募集区画】 8区画（1区画200㎡）
- 【使用料】 年間39万6000円
- 【その他】 詳細は、小千谷市ホームページ <http://www.city.ojiya.niigata.jp/> をご覧ください



▲ボランティアの方が栽培しているバラ園



▲宿泊施設(40㎡)

## ～「3・11」を忘れない～ 南相馬市の復興を支援しよう！

東日本大震災で亡くなられた方々を追悼するとともに、南相馬市へのさらなる復興支援のため、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。

**日時 3月11日(日)**

### ◆第1部 式典 午前9時30分～11時30分

- 【場所】 杉並公会堂大ホール（上荻1-23-15）
- 【内容】 荻窪駅北口から徒歩7分
  - ビデオ上映（震災後の区の取り組み） ●南相馬市からのビデオレター
  - 講演（前警視總監・池田克彦氏）
  - 朗読（被災者取材レポートと希望の詩／スイミー）
  - ミニコンサート（日本フィルハーモニー交響楽団弦楽四重奏と南相馬市民の方々による合唱団との共演）
- 【申し込み】 当日、直接会場へ。  
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

### ◆第2部 街頭募金 午後1時～3時

- 【場所】 杉並区内全ての18駅の駅前  
街頭募金にご協力ください
- 杉並区内の全ての駅前（JR線、西武線、京王線、東京メトロ丸ノ内線）で、区内の各種団体のボランティアの方々により、地震が発生した午後2時46分をまたいで、南相馬市への義援金の街頭募金活動を行います。皆さまのあたたかいご支援をお願いします。

式典の部は総務課、街頭募金の部は地域課

もうすぐ年度末を迎えます  
税や保険料の納付が済んでいない方は

## 滞納金の解消にご協力を！

まちづくりや医療・介護などの財源は、「税」や「保険料」として区民の皆さんに公平に負担いただいています。しかし、一部は納期限内に納付いただけず、滞納金となっています。滞納金については差し押さえ等の手続きを行う場合もありますので、納期限内の納付にご協力をお願いします。

- 「住民税」は、子育て、教育、まちづくりなど、区民の皆さんにさまざまな行政サービスを提供するために欠かせない財源です。
- 「国民健康保険料」「後期高齢者医療保険料」「介護保険料」は病気やケガをしたときや、介護を要するときの重要な財源です。

### 納付のご案内

バーコード付きの納付書であれば、銀行、郵便局、区役所のほかにお近くのコンビニエンスストアで納付いただけます。

ただし、介護保険料と後期高齢者医療保険料については、コンビニエンスストアで納付することはできません。

### 納付が困難な方へ

病気・失業・災害・事業での損失等の理由で生活が困窮し納付が困難な場合は、そのままにせず、すぐに右記問い合わせ先へご相談ください。

### 滞納すると

- 住民税を滞納すると、原則として利率14.6%の延滞金が加算されます。
- 国民健康保険料や後期高齢者医療保険料を滞納すると、有効期限の短い保険証や医療費全額自己負担の資格証明書が交付される場合があります。
- 介護保険料を滞納すると、介護サービス利用時に自己負担が、1割から3割に引き上げられる場合があります。

### 滞納金を解消するために

区では、徴収面から税等の公平性を確保するため、以下のとおり滞納の整理に取り組みます。

納期限が過ぎても納付がない方には、督促状を送付します。その後、一定期間が経過しても納付がない場合は、預貯金、給与、生命保険、不動産等の財産を調査し、差押等の滞納処分を行う場合があります。

- 預貯金の差押は、金融機関に照会後、差し押さえ、滞納金に充当します。
  - 給与の差押は、勤務先に照会後、差し押さえ、毎月給与から滞納金に充当します。
  - 生命保険の差押は、保険会社に照会後、差し押さえ、強制解約し解約返戻金等を滞納金に充当します。
  - 不動産差押の場合は、登記簿に「差押」と記載され、自由に売買ができなくなります。
  - 所得税の還付金がある場合は、税務署へ調査後、還付金を差し押さえます。
- また、財産調査の結果、差し押さえる物件がない場合は、職員が滞納者宅へ行き、「捜索」を実施する場合があります。

### 口座振替をご利用ください

気が付いたら納期限が過ぎていた、忙しくて支払に行く時間がなかった等の未納を防ぐためには、口座振替をご利用ください。申込用紙は、区内の金融機関、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所配布しています。

- ※1. 後期高齢者医療保険料と介護保険料は、原則年金からの引き落としですが、納付書が送付されている期別については、年金からの引き落としはされません。
- ※2. 軽自動車税は、口座振替ができません。

### 問い合わせ

- 住民税については → → → → → **納税課**
- 軽自動車税については → → → → **課税課**
- 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料については → → → → → **国保年金課**
- 介護保険料については → → **介護保険課**

