

すぎなみ



10月下旬に「子ども手当」申請書を発送します 2
24年4月入園 子供園・幼稚園の園児募集 3
「高齢者在宅サービス」をご利用ください	... 6・7
10月・11月は 健康都市杉並推進月間です12
最新版くらしの便利帳とガイドマップを全戸配布します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/

杉並区コールセンター
☎#8800または☎3372-8800
午前8時～午後8時(粗大ごみ受付 午前8時～午後7時)

障害者施設でお祭り・バザーを開催します

10月・11月は、区内の障害者施設でお祭りやバザーを開催します。各施設とも工夫を重ね、個性いっぱいの催しとなっています。ぜひ、皆さんで遊びに来てください。——問い合わせは、障害者生活支援課へ。

10月15日(土)

届けよう・広げよう・南相馬へ
あけぼのまつり



被災地の障害者施設の復興を応援します。
☎午前10時～午後4時(バザーは3時まで) 場あけぼの作業所(上井草4-3-11) ①模擬店、アトラクション、被災地応援バザー、東北の障害者施設の自主生産品販売 ②金澤 ☎3395-1441

10月15日(土)
16日(日)

創立30周年記念「ささえ合う
出合いふれ合い
会館まつり」
福祉会館まつり



障害者団体、ボランティア団体が参加し、地域と交流する会館最大のイベントです。
☎午前9時30分～午後3時30分 場杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) ①活動のPRや被災地応援物産販売、人気のバザーほか ②同館運営協議会事務局 ☎3332-6121 ③車での来館はご遠慮ください ④リフト付きマイクロバスを運行します

10月15日(土)

伝統の祭典
済美バザー



今年もやります。昨年よりもパワーアップした済美の伝統あるバザーを感じに来てください。手作りをこしらえてお待ちしております。
☎午前10時～午後3時 場済美職業実習所(堀ノ内1-26-6) ①バザー、模擬店、アトラクション ②矢幡(やばた) ☎3312-0566

10月28日(金)
29日(土)
11月6日(日)

今日の力を未来のために
杉並・あしたの会



☎・ ①手作り作品の展示会=10月28日(金)・29日(土) 午前10時～午後2時 ②秋の福祉バザー=11月6日(日) 午前10時30分～午後3時 ③場①杉並・あしたの会福祉作業所(阿佐谷南3-12-1) ②同作業所善福寺分室(善福寺3-2-14 ゴールデンハイツ104) ④白井 ☎5397-3636 ⑤菊地 ☎3399-8339

11月5日(土)

一期一会
あすなろまつり



被災地へのチャリティーイベント・募金などを行います。好評の「マングローブ」のパン・ケーキのほか、おいしいものを用意してお待ちしています。
☎午前10時～午後3時 場あすなろ作業所(方南1-3-4) ①チャリティーイベント▷出演=元光GENJI・山本淳一、バザー、模擬店、スタンプラリーほか ②古川 ☎3322-1020

11月19日(土)

笑顔と喜びがあふれる日
ひまわりまつり



バザーで出品する雑貨を募集しています。皆さん、ぜひご協力ください(古着、古本、大型家電・大型家具以外)。
☎午前10時～午後3時 場ひまわり作業所(松庵2-22-22) ①バザー、模擬店、パン販売 ②重田 ☎3333-9724

10月31日(月)

ハロウィンフェスタ

区内の障害者施設が一堂に集まり、手作りの自主生産品を販売します。秋を感じる商品を揃えてお待ちしております。
☎午前11時～午後3時 場区役所1階ロビー ①恒例のパン・クッキーの販売ほか ②障害者生活支援課



このほかにも、楽しいイベントをたくさん予定しています

11月12日(日) 「いずみまつり」杉並いずみ第一(和泉4-44-4)
11月19日(土) 「杉実祭」すぎのき生活園(井草3-18-14)
11月26日(土)・27日(日) 「魔法陣作品展」魔法陣(阿佐谷南3-9-2 新光ハイツ1階)
※詳細は、後日「広報すぎなみ」などでお知らせします。

10月下旬に「子ども手当」申請書を 発送します

問い合わせは、子育て支援課へ。

「平成23年度における子ども手当の支給等に関する特別措置法」の施行により、10月から、子ども手当制度が変わりました。これに伴い、対象となる全ての方の新規申請が必要となります。

◇支給対象

● 中学校3年生（平成8年4月2日以降生まれ）までのお子さんを養育している父または母などのうち、主たる生計の維持者（所得が恒常的に高い方）が支給対象となります。

ただし、次の点にご注意ください。

● 公務員の方は、所属庁からの支給となります。

● お子さんに対して国内居住要件が設けられ、海外に住むお子さんの分の手当は出なくなりました（おおむね3年以内の留学の場合を除く）。

● 児童養護施設等に入所しているお子さんの手当は、施設長等に支給します。

● お子さんが杉並区に居住しているが、父母共に国外にいる場合などは、父母が指定する方（実際に国内で、お子さんの面倒を見ている方）に対し、手当を支給することが可能になりました。

● 離婚協議中などで別居の場合、お子さんと同居する父または母に支給します。この場合、その事実を証明する書類の提出が必要です。

◇申請書の送付

次の方宛に10月下旬頃申請書

を郵送します。

① 9月分までの認定を受けている方

23年10月1日現在、日本国内に住所を有する（住民登録または外国人登録をしている）お子さんがいる方

② 未認定者

23年10月1日現在、杉並区に住民登録または外国人登録をしている対象年齢のお子さんがいる世帯

▽ご注意ください

①の方を除き、父または母のうち主たる生計の維持者が杉並区に単身赴任をしている場合など、別世帯にいる対象年齢のお子さんを養育している方には申請書をお送りできません。該当する方はご連絡ください。

①の方を除き、DV被害などのために杉並区に居住している住民登録等ができない方で、対象年齢のお子さんを養育している方はご相談ください。

◇申請方法

申請書が届いたら、次の書類を同封の返信用封筒に入れて、郵送で申請をしてください。

(1) 申請書

(2) 添付書類

● 申請者が厚生年金加入者の場合

申請者の健康保険証の写しまたは年金加入証明書原本（東京土建・東京食品などの国民健康保険組合、共済組合加入（官公庁の外郭団体などに派遣されている方など）などの被保険者の方は、年金加入証明書の原本が

必要です）

● 申請者が国民年金加入者の場合

添付書類は不要です。

(3) その他

別世帯に住むお子さんを養育している場合や父母以外が申請する場合は、他に必要な書類があります。詳細は、お問い合わせ

④ 未申請理由書

主たる生計の維持者が区外で申請する場合や公務員で職場に申請をする場合など、杉並区に申請をしない方は、未申請理由書に未申請の理由を記入してお送りください。未申請理由書は申請書と同封します。

◇申請はお早目に

申請書が届いたら、お早めに申請をしてください。申請後1カ月ほどで認定通知を郵送する予定です。なお、10月1日現在杉並区に居住していて、子ども手当の対象となる場合には、原則として24年3月31日（消印有効）までに申請をすれば、10月分までさかのぼって認定し支給します。24年3月31日（消印有効）を過ぎて申請書類の提出があった場合は、さかのぼって認定することができなくなりますのでご注意ください。

◇支給額

今まで対象児童一人あたり、一律月額1万3000円だった支給額が、下表のとおりになります。

※第一子・第二子と数える場合は、18歳到達後最初の3月31日までの間にある児童（施設等入所児を除く）を上から順に数えます。

〈支給額〉

区分	金額	
3歳未満 (3歳の誕生月分まで)	1万5000円	
3歳以上～ 小学生	第一子	1万円
	第二子	1万円
	第三子以降	1万5000円
中学生	1万円	

※第一子・第二子と数える場合は、18歳到達後最初の3月31日までの間にある児童（施設等入所児を除く）を上から順に数えます。

出予定日の属する月までの分を杉並区へ申請する必要があります。

また、転出先でも転出予定日の翌日から数えて15日以内に申請をしてください。

◇出生・転入の方

● 新たにお子さんが生まれた場合は、誕生日の翌日から数えて15日以内の申請が必要です（この場合、出生月の翌月分から支給されます）。

また、里帰り出産をして里帰り先で出生届を出す場合は杉並区への申請が遅れないようご注意ください。

● 杉並区へ転入した方は、前住所地に届け出た転出予定日の翌日から数えて15日以内に申請手続きをしてください（この場合、転出予定日の属する月の翌月分から杉並区で支給します）。

転出予定日までの分は前住所地の役所などにお問い合わせください。

※いずれの場合も、申請が遅れると、支給できない月が発生します。

「震災関連情報」

福島県南相馬市への義援金の受け付けを 24年3月31日まで延長します

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、当初の予定の9月30日以降も延長して行っています。更なる義援金の募集について、引き続き、区民の皆さまのご協力をお願いします。

【24年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）
☎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の受け付けを 24年3月31日まで延長します

☎受付期間=24年3月31日(出)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☎保健福祉部管理課

10月以降の区立施設利用は通常どおりになります

区は、節電対策のため、9月まで区立施設について臨時休館日を設けたり、利用時間の制限などを行ってきましたが、「広報すぎなみ」9月21日号で、10月・11月の区立施設の利用時間は通常どおりに戻ることのお知らせをしました。今回、12月以降についても通常通りの開設時間に戻して、ご利用いただけるようになりましたので、お知らせします。

区では施設管理において、照明器具の一部消灯や空調設備の温度設定などの節電対策を、引き続き実施していきます。

なお、今後の電力需給状況が逼迫する事態が想定される場合に、施設利用に関して制限を行う場合もあります。

引き続き、区民の皆さまの節電へのご協力をお願いします。

また、区役所本庁舎および駅前事務所は、10月から開設時間が変更になりました。詳細は、「広報すぎなみ」9月1日号をご覧ください。

東日本大震災等により杉並区に避難された方へ

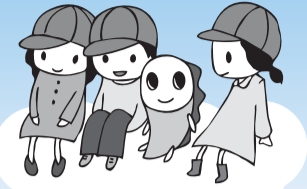
氏名、避難先の住所等に関する情報をご提供ください。「全国避難者情報システム」を通じて、避難元の県や市町村から見舞金等の各種給付の連絡、国民健康保険証の再発行、税や保険料の減免などの情報をお知らせします。詳細は、お問い合わせください。

「全国避難者情報システム」については、区ホームページ「東日本大震災関連情報」からご覧になれます。

☎区民課

◆24年4月入園◆

子供園・幼稚園の園児募集



22年4月から区立幼稚園は区独自の新たな幼保一体化施設「子供園」に転換しています。「子供園」は教育および保育を一体的に行い、短時間保育児と長時間保育児が共に活動しています。

区立子供園・幼稚園の募集

◆対象(共通事項)

- ① 3歳児 平成20年4月2日～21年4月1日生まれ
- ② 4歳児 平成19年4月2日～20年4月1日生まれ
- ・区内に保護者とともに住んでいる
- ・集団生活のできる健康な幼児
- ※軽度の障害がある幼児を原則として1学級2名まで受け入れます。

◆子供園短時間保育・幼稚園の募集

- ◆各園の募集人数
- ▼下高井戸・堀ノ内子供園 3歳児9名、4歳児12名

今後の子供園の取組方針

就学前の教育の充実と良質な幼児の育成環境の整備を図り、子供の健やかな成長を保障する観点から、区と教育委員会は、連携・協力して、区独自の幼保一体化施設である子供園への円滑な移行と運営の充実に引き続き取り組めます。

——問い合わせは、保育課子供園担当へ。

取組みの基本的な考え方

①今後も子供園化を推進します

22年度開設の下高井戸と堀ノ内子供園は、在園児の保護者からも一定の評価が得られており、当初の目標を総じて達成し成果を上げています。そのため、高井戸西と西荻北幼稚園も25年度の子供園への移行に向け、必要な環境整備等を実施し、地域の実情を踏まえた適切な経過措置を講じていきます。

②杉並区の就学前教育・保育をより一層充実させます

- 幼稚園教育の成果を継承・発展させ、よりよい子供園の運営をめざして取り組むため、25年度から段階的に各園に教育職の専任園長を配置します。
- 子供園における教育・保育の充実とその成果等の他の幼児育成施設への普及拡大をめざして、24年4月に教育委員会に就学前教育振興のための専管組織を設置します。

③高井戸西幼稚園と西荻北幼稚園は、25年4月に子供園へ移行します

- 25年度、26年度は、4歳児・5歳児の2年保育とし、3歳児保育は実施しません。
- 2年間は短時間保育を優先募集し、長時間保育は、定員の空き状況に応じて募集します。
- 子供園へ移行後は、幼稚園教諭と保育士が協力してクラス運営を担当し、在園児の一時保育を実施します。
- 24年度中に必要な施設改修など、環境整備等を実施していきます。

◆申請書の配布

10月15日(土)～31日(月)に、各子供園・幼稚園、保育課(区役所東棟3階)、区民事務所・分室、駅前事務所、児童館で配布します。

◆申し込み方法

申請書を、11月1日(火)午前9時30分～午後2時に入園を希望する区立子供園・幼稚園(下表参照)へ持参してください。申し込みは一園のみで、郵送での受け付けはできません。

定員を超える応募があった場合は11月2日(水)に公開抽選を行います。

◆保育時間

平日の午前9時～午後2時 ※歳児により各園の降園時間は異なります。

◆子供園長時間保育の募集

上記共通事項の要件を満たし、かつ保護者の就労などのため長時間保育を必要とする幼児。認可保育園と併願もできます。

※子供園長時間保育の入園に内定した場合は、認可保育園の入園選考から除外されます。

◆各園の募集人数

- ▼下高井戸・堀ノ内子供園 3歳児9名、4歳児5名
- ▼高井戸西幼稚園 4歳児14名
- ▼成田西子供園 3歳児9名、4歳児14名

◆保育時間

平日・土曜日の午前7時30分～午後6時30分の間で保育を必要とする時間

10月15日(土)から各子供園、保育課で配布します。区ホームページからも取り出せます。

※各施設の休業日を除く。

◆申し込み方法

11月24日(木)～12月9日(金)までに申請書を保育課へ持参してください。

※郵送の場合は必要事項を確認の上、11月30日(必着)までに保育課へ簡易書留で郵送してください。

※臨時申込窓口を11月26日(土)、12月3日(土)午前9時～午後5時に区役所1階ロビーに開設します。

◆選考方法

原則、区保育室その他の認可外保育施設などに在籍し、3歳以降の通園施設に困っている幼児の入園を優先します。定員を超える場合は、保育の実施基準に基づく指数を参考に総合的に判断して内定者を決定します。

◆内定発表

入園の可否(内定)は、12月下旬に郵送で通知する予定です。

◆その他
子供園は給食がありませんので、お弁当を持参していただきます。

私立幼稚園の募集

園保育課入園相談係

入園願書・案内書の配布は10月15日(土)から、願書の受け付けは11月1日(火)以降各私立幼稚園で行います。保育年数・預かり保育・満3歳児入園は、各園(下表参照)にお問い合わせください。なお私立幼稚園に入園した幼児の保護者には、区から入園料助成金と補助金が交付されます。

各私立幼稚園(他)杉並区立幼稚園連合会ホームページ
http://www.ans.co.jp/u/sug
inami/

〈子供園・幼稚園一覧〉

区立子供園・幼稚園			幼稚園名			住所			電話番号		
園名	住所	電話番号	幼稚園名	住所	電話番号	幼稚園名	住所	電話番号	幼稚園名	住所	電話番号
下高井戸子供園	下高井戸4-38-15	3303-9485	くまの	和泉3-21-29	3323-0189	中瀬	下井草4-20-3	3395-3636	西荻学園	西荻北2-11-3	3396-8466
堀ノ内子供園	堀ノ内1-9-26	3313-3437	光塩女子学院	高円寺南5-11-35	3315-0512	西荻まこと	松庵3-37-14	3334-7223	西田	荻窪1-42-5	3391-1945
高円寺北子供園	高円寺北2-14-13	3330-0340	國學院大學附属	久我山1-9-1	3334-4761	日本大学	天沼1-31-14	3392-8118	のぞみ	阿佐谷北6-25-17	3337-6633
成田西子供園	成田西1-28-6	3311-3876	小羊	永福2-55-2	3321-3447	八幡	善福寺1-33-11	3399-8134	ひこばえ	井草1-45-15	3399-9527
高井戸西幼稚園	高井戸西3-15-4	3332-9020	左内坂	堀ノ内3-8-4	3313-2521	日の丸	荻窪5-17-18	3391-1747	富士	南荻窪4-5-7	3332-2111
西荻北幼稚園	西荻北1-19-22	3399-0848	杉並	阿佐谷南2-4-36	3311-2733	双百合	南荻窪1-4-12	3332-0230	宝陽	上高井戸2-16-31	3332-5916
私立幼稚園			杉並中央	高円寺南5-37-15	3315-1715	明愛	和泉1-61-18	3381-4590	桃井	清水2-18-16	3301-1123
			杉並教会	和田3-48-8	3313-7171	裕和	清水2-21-15	3390-3989	レストナック	和泉2-41-18	3323-1666
			杉並東洋	成田東3-7-36	3311-0086	立教女学院短期大学 附属幼稚園天使園	久我山4-29-23	3334-7939			
			杉並日の出	成田西2-12-29	3391-8938						
			杉並ひまわり	上井草1-23-10	3399-1745						
			聖心学園	高円寺南2-32-30	3312-5701						
			世尊院	阿佐谷北1-26-18	3338-6368						
			高千穂	大宮2-19-1	3315-4171						
			たから	西荻南1-12-12	3333-9162						
			ちどり	下井草2-30-9	3399-8611						
			角笛	高井戸西1-27-18	3331-0391						
			常盤ヶ丘	高井戸東3-5-23	3302-0683						

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申・申込=申し込み 問=問い合わせ 他=その他 【記号】☒=Eメールアドレス ☒=ホームページアドレス

区からの お知らせ

子育て・教育

来年少学級に入学するお子さんの就学時健康診断

24年4月に小学校に入学するお子さん(17年4月2日～18年4月1日生まれ)を対象に、就学時健康診断を行います。

対象者には「就学時健康診断のお知らせ」を10月12日に発送する予定です。健康診断は住所地の指定校で行いますが、学校希望制度で希望申請をした方は、希望校で受診してください。ただし、希望校が抽選となり、当選しなかった場合は、指定校での受診となります。

24年4月保育園入園希望者募集期間が決まりました

私立・区立の認可保育園に、24年4月から入園を希望するお子さんの申し込みを受け付けます。

◆受付期間

11月24日(木)～12月9日(金)(障害等のあるお子さんは、12月2

FC東京の選手が表敬訪問しました



サッカーJリーグ・FC東京で戦う、区内出身で区内学校を卒業した、田邊草民選手(写真右)とFC東京の平山相太選手、柳楽智和選手が9月20日(火)に表敬訪問しました。FC東京は、上井草スポーツセンターの指定管理者の一員として、同センターでサッカー教室を開催しています。チームは、来シーズンJ1復帰を目指しています。

日(金)まで) ※10月以降に入園申し込みをされた方は、改めて申し込みが必要はありません。 ※出産予定日が23年11月24日～24年2月の方で、4月入園を希望する場合は、仮申し込みを受け付けますので保育課へご相談ください。

※申し込み時に区内在住で、引っ越し等により区外の保育園を希望する場合も、杉並区に申し込んでください。

◆用紙の配布場所(10月3日から)

- ①保育課(区役所東棟3階)
- ②福祉事務所(荻窪Ⅱ荻窪5-15-13 ☎3398-9104 / 高円寺Ⅱ高円寺南2-24-18 ☎5306-2611 / 高井戸Ⅱ高井戸東3-26-10 ☎3332-17221) ③区内認可保育園

◆その他

受付場所、募集予定人数や認証保育所などの園児募集の詳細は、「広報すぎなみ」11月1日号などでお知らせします。

年金

外国人の方も国民年金に加入が必要です

日本に住む20歳以上60歳未満で外国人登録を行っている方

は、国民年金に加入することになります。ただし、厚生年金に加入している方、厚生年金・共済組合加入者の被扶養配偶者の方は除きます。

国民年金に加入して受給要件を満たせば、老齢基礎年金や、遺族基礎年金などが支給されます。また、保険料を6カ月以上納付した方が帰国する場合は、脱退一時金が支給されます。

◆加入手続きなどについて

は、区国民年金課国民年金係。脱退一時金については、杉並年金事務所 ☎3312-1511

募集します

子育て応援券ガイドブック 企画・編集事業者

24年度版子育て応援券ガイドブックの作成について企画提案をされるとともに、有料広告を募集・掲載して編集・製作できる事業者を募集します。

◆公募期間

10月3日(月)～21日(金)。公募実施要領は、子育て支援課(区役所東棟3階)で配布するほか区ホームページからも取り出せます。

◆公募説明会

10月12日(水)午前10時～11時 場区役所第2会議室(東棟3階) 申込電話で、子育て支援課子育て応援券担当へ

◆お問い合わせ

「第8回すぎなみ本の帯アイデア賞」の作品

あなたのお気に入りの一冊に帯を作って、みんなにすすめてみませんか。 おすすめの理由、その本をズ

バリと表す一言、イラストなどどんな内容でもかまいません。その本が読みたくなるような帯広告を募集します。

募集期間 10月22日(土)～11月5日(土) 作品は本にかけて提出。用紙の種類・字体・字数は自由。写真・イラストの挿入可(1人1点で、未発表のものに限る) 区内在住・在勤・在学で小学生～18歳の方 応募用紙(各区立図書館で配布。区立図書館ホームページからも取り出せます)と作品を、11月5日(必着)までに中央図書館(〒167-0051荻窪3-40-23)へ郵送または持参 同図書館事業係 ☎3391-5754 他作品は後日返却します

家庭福祉員と 家庭福祉員グループ

保護者が仕事などのため保育できない生後7週目～3歳未満の乳幼児を3名または5名預かり、自宅で保育する方を募集します。

◆保育日・保育時間

毎日(日曜日・祝日・年末年始、年次・夏季・慶弔休暇を除く)、午前8時30分～午後5時(時間外保育あり)▽資格Ⅱ区内在住で①～④を全て満たす方①23年4月1日現在、満25歳以上満62歳未満 ②保育士・教員・助産師・保健師・看護師のいずれかの資格がある ③育児経験または3年以上の保育経験があり、原則として6歳未満のお子さんがいない④児童定員3名の場合は9・9㎡(6畳)以上、児童定員5名の場合は16・5㎡(10畳)以上で、採光と換気の良い保育専用の部屋があり、2方向避難ができる自宅であること▽保育料など委

夕方のチャイムが5時になります

10月1日から「夕やけこやけ」の放送時刻が午後5時になります。

区広報課

託料(児童1名につき月額8万5000円)、施設共済費(月額3万7910円以上)、その他開設準備の補助、期末特別加算など

家庭福祉員と同じ対象の乳幼児を6名または9名預かり、自宅などで複数の家庭福祉員(2名または3名)で保育します。

◆保育日・保育時間

毎日(日曜日・祝日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時(時間外保育あり)▽資格Ⅱ家庭福祉員の資格①～③と次の④⑤の全てを満たす方④家庭福祉員グループの代表者は杉並区民であり、グループの半数以上が杉並区民であること⑤児童定員6名の場合は19・8㎡(12畳)以上、児童定員9名の場合は29・8㎡(18畳)以上で採光と換気の良い保育専用の部屋があり、2方向避難ができる自宅または賃貸物件であること▽保育料など委託料(児童1名につき月額8万5000円)、保育委託料(児童定員6名月額22万円、児童定員9名月額30万円)、その他開設準備の補助

お問い合わせください

犯罪被害者支援のつどい



ある日突然、大切な家族の命を奪われる。杉並区内で平成22年に発生した、刑法犯罪(認知件数)は約6300件、交通事故の人身事故は約2100件です。この数値をみると誰もが犯罪の被害に遭う可能性があります。犯罪被害者、そのご家族、ご遺族の心情やおかれている深刻な状況を知り、身近なこととして考えていくことが、求められています。

10月22日(土)午後1時30分 阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 交通事故で小学生のお子さんを亡くされた遺族の方の講演 無料申込電話、ファクスまたはEメール(11面記入例参照)で、区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係 ☎5307-0620 FAX5307-0681 danjo-t@suginami.lg.jp 10月20日(木)～24日(月)に同会場パネル展示「被害者からのメッセージ」も開催します

区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係

すぎなみ子ども・子育てメッセ出展・協賛者 募集

乳幼児親子や、子育てを応援している団体・企業などがつながりあうきっかけとして「すぎなみ子ども・子育てメッセ」を開催します。

今回のテーマは「えがおでつなく みんなの手と手」です。開催にあたり出展者・協賛者を募集します。皆さんの活動を多くの方にお知らせする機会です。応募をお待ちしています。

24年2月19日(日)午前10時～午後4時 場セッション杉並(梅里1-22-32) 出展=各団体の活動紹介・ワークショップ・講演会・発表など 協賛=協賛金・物品提供など 子育てを応援しているグループ・団体・企業など 申込申込書(区ホームページから取り出せます)をファクスまたはEメールで、10月28日までにすぎなみ子ども・子育てメッセ実行委員会事務局(子育て支援課管理係内) FAX5307-0686 messe-t@city.suginami.lg.jp 出展の申し込みが多数の場合の会場調整や出展条件の詳細は、同実行委員会で決定し連絡します

◆出展説明会

初めて出展しようと思っている方など、お気軽に参加してください。 11月28日(月)午前10時～正午 場セッション杉並 定員70名(先着順) 無料申込当日、直接会場へ

お問い合わせ

同実行委員会事務局(子育て支援課管理係内)

住まい・まち

年末運転資金の融資あつせん

区内の中小企業者に対し、年末時の仕入れ、賞与支払いなどに必要な資金の融資あつせんを行います。

◇対象

①④の条件を満たしている方。ただし、小口融資資金対象者は、次の⑤⑥の条件も必要です。

①区内に主たる事業所(法人は本店登記)を有し、区内で同一の事業を引き続き1年以上(売上発生から1年以上)営んでいる。

②申込日まで納付すべき住民税および事業税を滞納していない。

③東京信用保証協会の保証対象業種を営み、許認可を必要とする業種の場合には、その許認可を受けている。

④個人の場合には、主たる収入を事業から受けていること。

⑤従業員数が20人(卸売業・小売業またはサービス業は5人)以下である。

⑥東京信用保証協会からの保証付融資残高と融資申込み予定額の合計額が1250万円以下である。

⑦申込受付期間 10月3日(月)～11月30日(水)▽限度額 300万円▽返済期間 10ヵ月以内(外据置1ヵ月以内)▽本人負担利率 年1.43%(小口融資資金対象年1.28%)

業振興課産業支援・相談係(他)その他の融資もあります。売上高(または売上総利益)が減少している区内中小企業の経営を支援する「緊急経済対策融資制度(当初3年間無利子融資)」については、申込受付を24年3月まで延長しています。詳細は、お問い合わせください。

施設情報

阿佐谷地域区民センター図書室の休室

阿佐谷地域区民センター図書室(阿佐谷南1-47-17)は、10月19日(水)～23日(日)の間、蔵書整理のため休室します。本の返却はブックポストへお願いします。

阿佐谷地域区民センター協議会事務局 ☎3314-721

その他

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 10月12日(水)午後1時～4時(毎月1回) 次回は11月9日(水)に開催予定)▽建築総合無料相談会 毎週火曜日、午後1時～4時(祝日を除く) ①場区役所1階ロビー ②当日、直接会場へ ③建築課耐震改修担当 ④①②面などがある場合は持

参してください②木造住宅の耐震診断や耐震改修を強く勧める業者がいますが、区とは一切関係がありません。不審に思ったら早めに区へお問い合わせください。

相続、離婚、金銭問題などの書類・手続き無料相談会

行政書士制度広報月間の行事として、東京都行政書士会杉並支部では、街頭無料相談会を実施します。

時・場 ①10月15日(土)午前10時～午後4時 ②JR荻窪駅北口タウンスン駅前広場(JR荻窪駅北口バスロタリ脇) ③10月7日(金)午後1時～4時 ④JR阿佐ヶ谷駅ビル「ダイヤ街」2階 ⑤10月24日(月)午後1時～4時 ⑥高円寺パル商店街高円寺パルプラザ1階 ⑦相続・遺言、離婚、金銭問題、会社設立、契約、内容証明、告訴、著作権、入管手続きなど ⑧当日、直接会場へ ⑨東京都行政書士会杉並支部 ☎0120-567-537 または区政相談課(他)関係資料がある場合は持参してください。

一日合同行政相談所を開設します

総務省東京行政評価事務所では、10月17日(月)～23日(日)の「行政相談週間」の行事として、一日合同行政相談所を開設します。各行政機関、行政相談委員などが国の仕事などに関する苦情や要望等の相談に応じます。また、区では10月14日(金)に区政相談課で行政相談を実施します。

お気軽にご相談ください。 ①10月13日(木)午前10時～午後4時 ②新宿駅西口広場イベントコート ③年金、保険、福祉、道路、郵便、旅客運輸関係など ④無料 ⑤当日、直接会場へ ⑥区政相談課(他)区の定例の行政相談もご利用ください(毎月第2金曜日の午後1時～4時)

10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。 ①10月15日(土)午後1時～4時 ②区政相談課(区役所東棟1階) ③内土地・建物・相続・その他法律上のこと ④6名(申込順。1人30分) ⑤無料 ⑥10月11日(火)～14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 または区政相談課窓口で予約 ⑦区政相談課(他)法律相談は、月～金曜日の午後5時実施しています(事前予約制) ⑧特別区職員採用フォーラム

特別区で働く魅力とともに、現役職員から経験談を交えた具体的な仕事のやりがいなどをお伝えします。 ①12月2日(金)午後0時50分～4時 ②文京シビックホール(文京区春日1-16-21) ③採用試験概要説明、基調講演、現役職員によるパネルディスカッション、質疑応答 ④24年度以降の採用試験の受験希望者 ☎1800名程度(抽選) ⑤インターネット ⑥11月7日まで特別区人事委員会採用試験情報ホームページ <http://www.tokyo23ci.jp/or.jp/saiyou-siken.htm> から申し込み ⑦郵送 ⑧往復ハガキ(11面記入例参照)に生年月日と希望職種も書いて、11月7日(消印有効)までに特別区人事委員会事務局任用課「特別区職員採用フォーラム」係(〒102-1007 2千代田区飯田橋3-

5-1)へ ⑨同委員会事務局任用課採用係 ☎5210-978

7 街路灯の委託調査を実施しています

区が管理する街路灯のうち、区管理道路および私道に設置されている電柱共架型(電柱に取り付けられているもの)の街路灯について、台帳整備のための実態調査・写真撮影を実施しています。

調査は、腕章および身分証明書を携帯した委託業者の調査員が行います。皆さんのご理解とご協力をお願いします。 ①委託業者 ②第一航業(株) ③調査期間 ④24年2月10日(金)まで ⑤阿佐谷土木事務所街路灯担当 ☎3315-4178

「わがまちの警察官」が決定しました

区では、日頃から地道に警察活動を推進し、安全・安心のまちづくりのため熱心に活躍している警察官を、区民からの推薦により「わがまちの警察官」として表彰しています。今年、表彰される警察官は次の方です。 10月11日(火)にセシオン杉並で開催する「地域安全のつどい」で、区長から感謝状が手渡されます。

内杉並警察署 千野哲朗(成田西駐在所)、西村明康(地域課地域第4係) 高井戸警察署 星野始(交通課交通総務係)、霧生秋好(地域課地域第1係) 荻窪警察署 渡辺康作(井荻駅前交番)、町田大士(生活安全課防犯係) 敬称略 ⑥危機管理対策課地域安全担当

5-1)へ ⑨同委員会事務局任用課採用係 ☎5210-978

歯科保健医療センター (愛称=ハーモニーすぎなみ)が オープンします

10月1日(土)から、杉並区歯科医師会設立の「杉並区歯科保健医療センター」(荻窪5-20-1杉並保健所5階)が新たにオープンします。センターでは、病気や障害などにより一般の歯科診療所では受診が困難な方を対象にした歯科診療、訪問での歯科診療などのほか、休日・年末年始の急病歯科診療などを行います。

—問い合わせは、杉並区歯科医師会 ☎3393-0391へ。

- 障害者等歯科診療・訪問歯科診療等 ☎3391-1385 火～土曜日 午前9時～午後5時(予約制)
- 歯科休日急病診療 ☎3398-5666 休日・年末年始 午前9時～午後5時

高円寺北一みどり公園 開園式

高円寺北一丁目(面積約3600㎡、草地広場をメインとした高円寺北一みどり公園が開園します。ぜひ、ご参加ください。

時10月15日(土)午後2時30分 場高円寺北1-28 ①区内在住の方 ②当日、直接会場へ ③①式典終了後、参加者に鉢花を差し上げます(先着300名。午後2時から整理券を配布) ④車での来場はご遠慮ください

園みどり公園課管理係

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申・申込=申し込み 問=問い合わせ 他=その他 【記号】☎=Eメールアドレス ㊚=ホームページアドレス

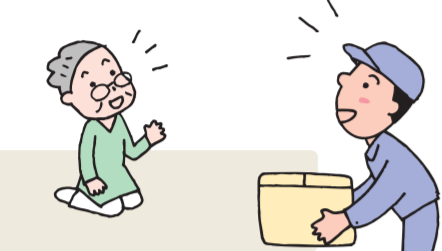


「高齢者在宅サービス」をご利用ください！



ひとり暮らしや高齢者のみの世帯の方、介護や支援を必要としている世帯の方へ、在宅生活を支援するサービスを提供します。また、ご利用するサービスにより利用条件が異なったり、所得に応じて費用負担があります。——問い合わせは、高齢者在宅支援課管理係へ。

★介護用品の支給



要介護3以上の方でおむつが必要な方に、月7000円を上限として介護用品の配達または入院時おむつ代金を助成します(おむつ代金助成は所得制限あり)。

★緊急ショートステイ



要介護1以上の方を在宅で介護している家族が病気やケガ等により介護ができなくなったとき、一時的に有料老人ホームまたは病院で介護します。

★認知症高齢者家族安らぎ支援



家族の方が休息・外出などをする間、安らぎ支援員が伺い、家族の話相手や認知症高齢者の見守りをします。

●訪問理美容サービス



要介護1以上で外出困難な方が自宅出張理美容を受ける際の出張費に相当する利用券を交付します(カット代は実費)。

★オレンジの枠は「介護者支援サービス」

●緑の枠は「生活支援サービス」

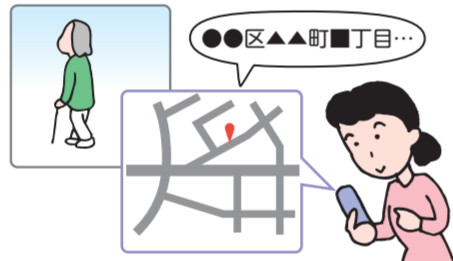
◆青の枠は「見守りサービス」

★ほっと一息、介護者ヘルプ



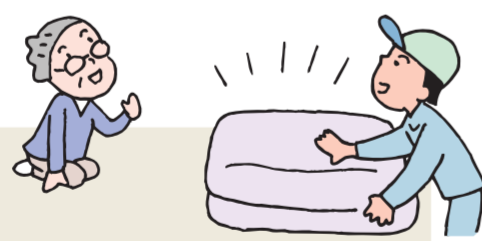
要介護高齢者等を同居で介護している家族の、休息を目的とした支援サービスです。家族に代わり家事などを行うホームヘルパーを派遣します。

★徘徊高齢者探索システム



認知症のある高齢者が徘徊したとき、PHS通信を使って位置を探索し、高齢者の居場所をお知らせします。

●寝具洗たく乾燥サービス

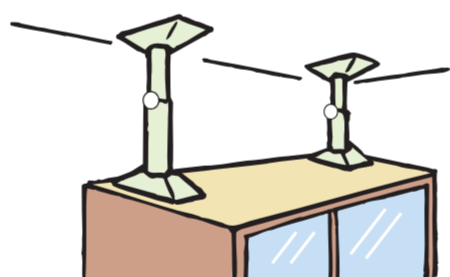


寝具を干すことが困難な方に、洗濯・乾燥サービスを行います(同一世帯に寝具を干せる方がいる場合は除きます)。

住みなれた地域で安心

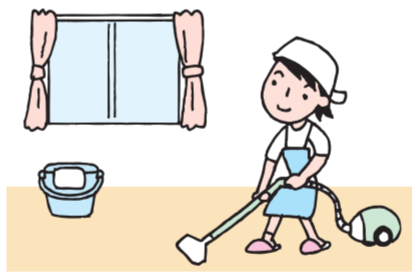


●家具転倒防止器具取付け



地震等の災害時に備えて、高齢者のみの世帯に「家具転倒防止器具」を無料で取り付けます。事前調査等を行い2、3個程度取り付けます。

●生活支援サービス



病気など一時的に家事援助が必要な方に、おむね1カ月間ホームヘルパーを派遣します(近隣に援助ができる親族がいる場合は除きます)。

申し込み・各種相談は……

- 地域包括支援センターケア24 (下表参照)
- ※ 認知症高齢者家族安らぎ支援、緊急ショートステイを除く。
- 区役所 ☎3312-2111 (代表)



〈区内地域包括支援センターケア24〉

名称	所在地	電話番号	名称	所在地	電話番号	名称	所在地	電話番号	名称	所在地	電話番号
上井草	上井草3-33-10	3396-0024	清水	清水2-15-24	5303-5823	松ノ木	松ノ木3-3-4	3318-8530	高井戸	高井戸西1-12-1	3334-2495
下井草	下井草2-44-4	5303-5341	荻窪	荻窪5-20-1	3391-0888	高円寺	高円寺南4-27-10	5305-6151	浜田山	浜田山1-36-3	5357-4944
善福寺	西荻北3-41-14	5311-1024	南荻窪	南荻窪2-28-13	5336-3724	梅里	堀ノ内3-49-7	5929-1924	堀ノ内	堀ノ内1-6-6	5305-7328
上荻	上荻3-16-6	5303-6851	阿佐谷	阿佐谷北1-3-12	3339-1588	和田	和田1-40-15	3380-0024	永福	永福3-35-11	5355-5124
西荻	西荻南4-2-7	3333-4668	成田	成田西3-7-4	5307-3822	久我山	久我山3-47-16	5346-3348	方南	方南2-6-28	5929-2751

◆緊急通報システム



自宅に通報機を設置し、急病時にペンダント型のブザーを押すだけで、派遣員が駆けつけ、必要に応じて救急車を呼ぶことができるサービスです。また一定時間、人の動きがない場合、自動通報する安心センサーも付加できます。

◆24時間安心ヘルプ

介護保険の「夜間対応型訪問介護(24時間対応)」は、夜間や緊急時に介護が必要な場合にヘルパーを派遣するサービスです。この利用料の一部を助成します。

●外出支援サービス

足腰が弱くなった高齢者の閉じこもりを防止し、社会参加を促すために、散歩や買物などにホームヘルパーが付き添います。

●住宅改修給付事業



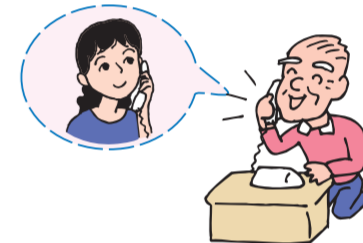
加齢による転倒等のおそれがある方に、手すり・洋式便器への取り替え等の住宅改修工事(上限20万円)や入浴補助用具などの給付(上限10万円)を行います。

◆配食サービス



虚弱等で調理や買物が困難な方に、夕食(弁当)を自宅に届け、あわせて健康状態や安否の確認をします。

◆安心コール



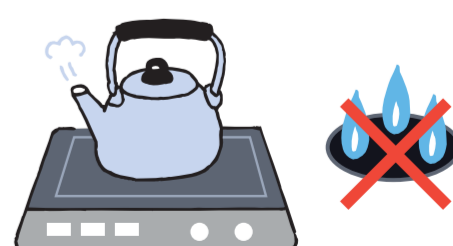
週に1回、電話による心身の健康状態などの安否確認を行います。日常生活での健康不安などについての相談にも応じます。電話相談も24時間365日対応します。

◆たすけあいネットワーク(地域の目)



地域のボランティア(あんしん協力員)による声かけなど見守りをを行います。
【問い合わせ】地域包括支援センターケア24または高齢者在宅支援課地域連携推進係へ

●火災安全システム



心身機能の低下に伴い、防火等の配慮が必要なひとり暮らしの高齢者等に電磁調理器などを給付します。

◆23年度区民健康診査・がん検診などのお知らせ◆

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。

すべての健(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。各健(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。

◆◆眼科検診が始まりました◆◆

対象者に受診券を9月28日に郵送しました。受診期間は24年1月31日までです。対象者・費用等は、下段「眼科検診」欄のとおりです。

●●10月～3月生まれの方の区民健康診査が始まりました●●

9月28日に受診券を郵送しました。受診期間は24年1月31日までです。

各健(検)診の受診期間にご注意ください。



◇区民健康診査◇ 健康の維持・増進には、適度な運動や健全な食生活とともに、健康状態をチェックすることが大切です。健康づくり、生活習慣の改善に区民健康診査をお役立てください。生活習慣病などで入院・加療中の場合は、受診する必要はありません。

健診区分	対象者	受診期間	健診内容と費用	ハガキ申込締切
①成人等健診 ※1	30～39歳で職場などの健診を受ける機会がない方	【10月～3月生まれ】 10月1日～24年1月31日 (年度途中に国民健康保険に加入した方や杉並区に転入された方などは、受診券記載の有効期限になります)	★全員に実施(無料) ■問診 ■計測(身長・体重・腹囲) ■血圧測定 ■血液検査 ■尿検査 ★医師が必要と認めた場合に実施 ■貧血検査 ■心電図 ■眼底検査(65歳未満の方は実施基準があります) ★希望する方に有料で実施 ■胸部X線検査(300円) …30～64歳(65歳以上の方は無料で実施) ■大腸がん検診(200円) …40歳以上 ■前立腺がん検査(700円) …50・55・60・65・70歳の方(区内の指定医療機関でのみ実施)	最終締切(必着) = 24年1月31日(火)
②特定健診 ※2	40～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方			ハガキによる申し込みは必要ありません
③後期高齢者健診 ※3	後期高齢者医療制度に加入している方			

※1.成人等健診対象で20～22年度中の間に1回以上受診した方は、ハガキによる申し込みは必要ありません。

※2.40～74歳で杉並区国民健康保険以外の医療保険に加入の方は、各医療保険者(健康保険組合・協会けんぽ・国保組合など)が実施する特定健診を受診してください。ご不明な点は、各医療保険者または事業所などにご確認ください。

※3.23年度中に75歳の誕生日を迎える方で、杉並区国民健康保険に加入していない方は、杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

◇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	ハガキ申込締切日など	最終締切(必着)
胃がん検診 ※4	35歳以上 指定医療機関実施 24年1月31日まで 杉並保健所3階実施 24年3月17日までの木・金・土曜日(祝日等を除く)	24年2月29日まで	胃X線検査	1000円	毎週金曜日 (翌週水曜日に受診券を郵送します)	指定医療機関実施分 12月16日(金)
子宮頸がん検診 ※5	20歳以上の女性 22年度中に受診していない方(21年度中に受診した方には5月末に受診券を郵送しました)		視診・内診 頸部細胞診検査	1000円		24年1月27日(金)
乳がん検診 ※5	40歳以上の女性		視診・触診・マンモグラフィ検査	1000円		
大腸がん検診 ※6	40歳以上 区民健診受診対象でない方(お勤め先の健康保険加入など)	24年1月31日まで	便潜血検査(2日法)	200円	検査を希望する方は、受診期間内に区内の区民健診実施医療機関へ直接お申し込みください(ハガキによる申し込みは必要ありません)	12月16日(金)
前立腺がん検査 ※6	50・55・60・65・70歳		採血によるPSA検査	700円		

※4.次の方は申し込みをご遠慮ください①胃の手術を受けたことがある②現在、胃および十二指腸の疾病治療中または経過観察中③妊娠中または妊娠の可能性がある。

※5.次の方は申し込みをご遠慮ください①乳腺の疾病治療中・手術後・経過観察中②妊娠中・授乳中・断乳直後(6カ月以内)③豊胸術および、水頭症シャント術をしている④心臓ペースメーカーを入れている。

※6.区民健診受診対象の方は、区民健診と同時受診となります。ハガキによる申し込みは必要ありません。区民健診予約の際、併せて医療機関にお申し込みください。

◆申し込みから受診まで(成人等健診 / がん検診)◆

【ハガキ申込先】杉並保健所健康推進課(〒167-0051荻窪5-20-1)

【ハガキ記載事項】(1)住所(2)氏名(フリガナ)(3)生年月日(4)年齢(5)性別(6)電話番号(7)希望健(検)診名

手順1.

申込先にハガキを出して申し込みをします。
※7

手順2.

受診票(券)と受診案内(実施医療機関一覧表)が届きます。

手順3.

希望する受診場所へ電話などで予約をします。

手順4.

健(検)診を受けます。
※8

手順5.

受診医療機関などから健(検)診結果を受け取ります。

※7.ハガキは1人1枚。がん検診はまとめて1枚で申し込みます(ハガキ申し込みが必要ない健(検)診があります)。

※8.各健(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。杉並保健所健康推進課へお問い合わせください。

◇成人歯科健康診査・眼科検診◇ 成人歯科健康診査は歯周疾患の早期発見・治療や口腔の健康保持・改善のために、眼科検診は緑内障と加齢黄斑変性の早期発見・治療を目的に実施しています。対象者には受診券を郵送しましたので、ハガキによる申し込みは必要ありません。

健(検)診名	対象者	受診期間	費用	検査内容など
成人歯科健診	20・25・30・35・40・45・50・60・70歳	11月30日まで	無料	問診、口腔内診査、健診結果判定に基づく指導(1回) 昨年度の歯科健診がどのように役立てられたかを調査(聞き取りなど)し、歯科保健指導を行います。受診した医療機関から連絡します
成人歯科健診再評価調査	22年度に成人歯科健診を受診した方(60歳・70歳受診者を除く)			
眼科検診	40・45・50・55・60歳	10月1日～24年1月31日	300円	問診、眼圧測定、眼底検査(細網膜鏡検査)

がん検診推進事業(乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診)のお知らせ

21年度より開始した、がん検診無料クーポン券利用による「乳がん・子宮頸がん検診」に続き、23年度から大腸がん検診も実施することになりました。この事業は、がん検診受診率50%以上を目標とした国の施策に基づき、区が行う検診です。対象年齢は以下のとおりです。年齢は前年度に迎えた年齢です。区が従来より行っている健(検)診と年齢の数え方が違います。

検診名	対象年齢	生年月日	乳がん・子宮頸がん検診	大腸がん検診
子宮頸がん検診(女性のみ)	20歳	平成2年4月2日～3年4月1日	対象の方にはがん検診無料クーポン券などを6月中旬に郵送しました。ハガキによる申し込みは必要ありません。受診期間は24年2月29日までです。受診期間終了間際は大変込み合います。お早目の予約、受診をお勧めします。なお、4月20日以降に転入した方で前住所で受診できなかった方は杉並保健所健康推進課へご連絡ください。	該当年齢の10月～3月生まれの方には無料クーポン券を9月末に郵送しました。区民健診対象の方(杉並区国民健康保険加入)は区民健診の受診の際、一緒に大腸がん検診を受診してください。ハガキによる申し込みは必要ありません。区民健診の対象でない方(お勤め先の健康保険加入など)は無料クーポン券が届きましたらハガキで杉並保健所健康推進課へお申し込みください。
	25歳	昭和60年4月2日～61年4月1日		
	30歳	昭和55年4月2日～56年4月1日		
	35歳	昭和50年4月2日～51年4月1日		
乳がん・子宮頸がん検診(女性のみ)	40歳	昭和45年4月2日～46年4月1日		
	45歳	昭和40年4月2日～41年4月1日		
乳がん検診(女性のみ) 大腸がん検診	50歳	昭和35年4月2日～36年4月1日		
	55歳	昭和30年4月2日～31年4月1日		
	60歳	昭和25年4月2日～26年4月1日		

10月の不妊相談・基礎講座

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。

問各保健センターまたは
杉並保健所健康推進課 ☎ 3391-1015

◇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。

☎10月26日(水)午後1時30分～4時(予約制) ①杉並保健所(荻窪5-20-1) ②区内在住の方 ③3名(申込順) ④無料 ☎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～妊娠力アップをめざすミニレッスン

☎10月20日(木)午後1時30分～3時30分 ①杉並保健所(荻窪5-20-1) ②内・師「妊娠・不妊の基礎講座」(虹クリニック・佐々木幸子)、「ヨガで妊娠力をアップ!」(ヨガインストラクター・出口真知子) ③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) ④15名(申込順) ⑤無料 ☎電話で、杉並保健所健康推進課または各保健センターへ

ハガキ・ファクス・Eメール
申し込み記入例

(1) 行事名・教室名
(2) 郵便番号・住所
(3) 氏名(フリガナ)
(4) 年齢
(5) 電話番号
1人1枚

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

※往復ハガキには返信用のあて先も記入。
託児のある行事は託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

催し EVENT

■ **なのはな生活園作品展示と音楽の会**
 時10月15日(土)午後0時45分～2時30分 場Gallery「遊美」(荻窪5-10-22美好屋ビル1階) 内①作品展示(染めの作品)②織り実演③音楽会(午後1時30分からピアノ演奏を予定) 定50名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 関なのはな生活園 ☎3335-0415 他なのはな生活園みつばち会による作品販売も行います

■ **古民家で体験! 昔の暮らし**
 区の指定文化財である旧篠崎家住宅主屋、旧井口家住宅長屋門を紹介します。
 時10月16日(日)午後1時30分～4時30分 場郷土博物館(大宮1-20-8) 内解説=旧篠崎家住宅主屋、旧井口家住宅長屋門(ビデオ上映あり)、杉並の農業について▷体験=足踏み脱穀機で稲の脱穀、石臼で粉ひきなど▷展示=区内で行われていた十三夜のお月見 費100円(観覧料。中学生以下無料) 申当日、直接会場へ 関郷土博物館 ☎3317-0841



■ **「かんきょうアイデア展」応募作品の展示と表彰式**
 住みよい地球のために、みんなの知恵が大集合! レポート・リサイクル作品・自然の恵みの3部門の展示があります。
 時・場展示=①10月14日(金)～16日(日)午前10時～午後4時=リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4)②19日(水)～23日(日)午前9時～午後5時(23日(日)は午後1時まで)=あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)▷表彰式=10月23日(日)午後2時=あんさんぶる荻窪 申当日、直接会場へ 関すぎなみ環境情報館 ☎3398-3191 またはリサイクルひろば高井戸 ☎3331-4360 / 水・木曜日休館 他受賞作品は、10月24日(月)～28日(金)に区役所1階ロビーで展示します

■ **ユネスコギャラリーツアー～プラド美術館所蔵ゴヤ「光と影」**
 時10月26日(水)午前10時 場国立西洋美術館(台東区上野公園7-7) 師国立西洋美術館学芸員 関区内在住・在勤・在学の方 定25名(申込順) 費1300円 申 ファクスまたはEメール(記入例参照)で、10月14日までに社会教育センター杉並ユネスコ担当 ☎3317

〈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、関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
四宮館(上井草2-28-3 ☎・FAX3396-7692)	デジカメ持って散策アルバムを作ろう!	10月22日(土)・29日(土)午後1時30分～3時30分(計2回) 費1800円(テキスト代含む)/長寿③
今川館(今川4-12-10 ☎・FAX5303-1501)	3世代で文化体験～落語 師昔々亭慎太郎	10月29日(土)午後2時～3時30分 定30名(申込順) 費無料
天沼館(天沼2-42-9 ☎・FAX3391-8540)	フォトアルバムを作ろう 師有坂みずほ	10月31日(月)午後1時30分～3時30分 費500円/長寿③
和田館(和田1-41-10 ☎・FAX3384-3751)	東日本大震災復興支援チャリティーバザー	10月22日(土)午前10時30分～午後2時30分 費1品100円から/長寿③
高井戸東館(高井戸東3-14-9 ☎・FAX3304-9573)	「脳を元気に保つ」大人のぬり絵	10月11日(火)から毎月第2・4火曜日、午前10時～正午 定24名(申込順) 費1回500円/長寿③
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎・FAX3315-7815)	楽しく踊る!レイリウラニ智絵先生のフラ教室	毎月第1・2水曜日、午後1時～2時30分 費1回500円/長寿③

※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。今川館は、第1月曜日・第3木曜日が休館です。

-6620 ☎shakyo-c@city.suginami.lg.jp へ 関同センター杉並ユネスコ担当 ☎3317-6621 または杉並ユネスコ協会・朝倉 ☎3399-2383

■ **杉並視覚障害者会館 無料マッサージ**
 時11月2日(水)午前10時～午後3時 場杉並視覚障害者会館 関区内在住の方 定50名(抽選) 申往復ハガキ(記入例参照)に希望時間(午前または午後)も書いて、10月20日(必着)までに杉並視覚障害者会館(〒167-0052南荻窪3-28-10)へ 関同会館 ☎・FAX3333-3444

講演・講座

■ **知っていますか? 米粉のこと～米粉の簡単調理**
 時10月18日(火)午後1時30分～4時 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 内日本の食糧事情や米粉の利用取り組みのお話と、米粉を使ったシチュー、パン、シフォンケーキ作り 師料理研究家・今別府靖子 関区内在住・在勤・在学の方 定24名(申込順) 費300円 申電話で、区コールセンター ☎#8800 または ☎3372-8800 へ 関消費者センター ☎3398-3141 他①2歳～就学前の託児あり(10月11日までに事前申込。7名(申込順))②エプロン、三角巾、布巾、筆記用具を持参してください

■ **身近なプロから学ぶ野菜の秘密とフレンチ**
 家庭でできるフレンチの秘訣と野菜の魅力について、一流シェフからのお話と試食(少々)の講座です。

時10月19日(水)午後1時30分 場杉並保健所地下1階(荻窪5-20-1) 師ピストロ天下井・シェフ 天下井廉人 関区内在住の方 定60名(申込順) 費300円(試食材料代含む) 申・関電話で、荻窪保健センター ☎3391-0015 へ 他荻窪保健センター自主グループ連絡会との共催事業です

■ **自分にご褒美! 健康測定とゆがみチェック**
 時・内・師①10月20日(木)「歯周病と噛むことのお話～唾液検査、噛むカムチェックなどのセルフチェック」(チアキデンタルクリニック歯科医師・中村千晶)②10月27日(木)「背骨のゆがみと体の健康～姿勢チェックとゆがみをとる簡単な体操」(丸の内カイロプラクティックオフィス カイロプラクター・秦恵介) / いずれも午前10時～正午(計2回) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 関区内在住・在勤で60歳までの方 定20名(申込順) 費無料 申・関10月3日から電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ 他②は運動ができる服装で参加してください

■ **講演「角川源義の人となりと文学」**
 時10月30日(日)午後2時～4時 場角川庭園 師國學院大學名誉教授・荻久保泰幸 定30名(抽選) 費無料 申往復ハガキまたはファクス(記入例参照)で、10月15日(必着)までに角川庭園(〒167-0051荻窪3-14-22 FAX6795-6855)へ 関角川庭園 ☎6795-6855 他同日に開催される「詩歌館まつり」の中での講演です

■ **統合失調症のつきあい方～回復と自立をめざして**
 時・内・師①10月21日(金)午後2時～4時=講演「統合失調症の病気の理解と薬との上手な付き合い方」(河北総合病院神経科部長・大地武)②11月7日

(月)午前10時～正午=講演「本人の成長を促す家族のかかわり方」(都立中部総合精神保健福祉センター・藤本豊) 場高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 関区内在住で統合失調症を発病しておおむね10年以内の方とその家族 定各回50名(申込順) 費無料 申・関10月3日から電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ

■ **思春期の子育てに「コーチング」**
 子供の気持ちを引き出す言葉かけのコツ。それがコーチングです。毎日の子供とのやりとりを、ちょっと見直してみませんか。
 時11月8日(火)・15日(火)・22日(火)午前10時30分～正午(計3回) 場子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8) 師生涯学習開発財団認定コーチ・高野まゆみ 関区内在住で小学5年生～中学生のお子さんをもつ保護者 定20名(申込順) 費無料 申・関電話で、子ども家庭支援センター ☎5929-1902 (午前9時～午後7時/日曜日、祝日を除く) へ 他お子さんの同席はできません

■ **明日の元気のための講座「知ろう! 受けよう! がん検診!」～がん検診のメリット、デメリット**
 時10月15日(土)午前10時～正午 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 師国立がん研究センター医師・濱島ちさと(右写真) 関区内在住・在勤の方 定70名(申込順) 費無料 申・関電話で、高井戸保健センター ☎3311-0116 へ 他杉並健康づくりリーダーの会の企画です



■ **講演会～幸せいっぱい愛情いっぱい絵本の世界**
 時11月5日(土)午後1時～3時 場センオン杉並(梅里1-22-32) 師児童文学者・松居直 定80名(抽選) 費無料 申往復ハガキ(記入例参照)に託児希望の有無も書いて、10月20日(必着)までに高井戸地域区民センター協議会(〒166-0011梅里1-22-32)へ 関同協議会 ☎3317-6614

■ **杉並にゆかりの女性シリーズ8「岡田嘉子と有吉佐和子に学ぶ女性の生き方」**
 時①11月5日(土)=岡田嘉子②11月19日(土)=有吉佐和子 / いずれも午後1時30分～3時30分(計2回) 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師女性史研究家・吉見周子 関区内在住・在勤・在学の方 定80名(申込順) 費無料 申往復ハガキ(記入例参照)で、10月14日(必着)までに男女平等推進センター(〒167-0051荻窪1-56-3)へ 関同センター ☎3393-4410

■ **オトナの問題～もっと魅力的な親になりたい**
 いろいろな体験や人との関わりで「自己形成」が必要なのは子供たちだけ? まず、オトナの私たちが、自分を育てる日常のタネを見つけませんか?
 時・内下表のとおり(計5回) 場セッション杉並(梅里1-22-32) 師①③④⑤共愛学園前橋国際大学国際社会学部准教授・後藤さゆり②NPO法人大森コラボレーション事務局長・坂井和恵④杉並浴場組合支部長・平松茂 関区内在住・在勤・在学で次の(1)か(2)にあてはまる方。(1)学齢期の子供を持つ親(2)家庭教育支援に関心がある(申し込み多数の場合は(1)の方を優先) 定20名(抽選) 費無料(11月19日(土)は交通費・保険料実費負担) 申ファクスまたはEメール(記入例参照)に(1)(2)のどちらの対象に該当するか、お持ちの方はメールアドレスを書いて、10月23日(必着)までに社会教育センター ☎3317-6620 ☎shakyo-c@city.suginami.lg.jp へ 関同センター ☎3317-6621

〈オトナの問題～もっと魅力的な親になりたい〉

日程	内容
① 11月12日	魅力的なオトナになるって難しい?! ～オヤの役割、オトナの役割Part1
② 19日	統廃合後の学校が地域を元気にする! ～「こらぼ大森」見学ツアー
③ 26日	魅力的なオトナになるって難しい?! ～オヤの役割、オトナの役割Part2
④ 12月3日	オトナもコドモもみんな「浴育」! ～杉並のお風呂屋さんに聞く地域コミュニティ
⑤ 10日	みんなであれこれ振り返りトークタイム

※いずれも土曜日の午後1時30分～3時30分。

【凡例】時=日時 場=場所 内=内容 師=講師 対=対象 定=定員 費=参加費 申・申込=申し込み 関=問い合わせ 他=その他【記号】☎=Eメールアドレス 場=ホームページアドレス

10月・11月は健康都市杉並推進月間です

健康づくりの輪を広げましょう!

区では、子供から高齢者まで全ての人が、安心して健やかに暮らしていける「健康都市杉並」を目指しています。10月と11月を「健康都市杉並推進月間」と定め、さまざまな関係団体とともに、健康づくりに取り組みます。

——問い合わせは、杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355へ。

よい歯ファミリーフェスティバル!

お口の健康について、ご家族で楽しめる催しです。お友達も誘って遊びにきてください。

【日時】11月6日(日)午前10時～午後3時

【場所】杉並保健所(荻窪5-20-1)

【内容】右表のとおり

【参加費】無料

【申し込み】当日、直接会場へ(立体手型作りは事前申込制)

【問い合わせ】杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015



〈よい歯ファミリーフェスティバル!〉

時間	内容
午前10時～午後3時	●歯・お口の健康チェック＝口臭チェック・口の中モニターほか(歯科医師が、機器を使ってお口の健康度をチェックします) ●歯みがき指導(歯科衛生士が個別に歯みがき指導を行います) ●歯の健康ゲーム＝ムシ歯菌釣り・缶バッジ作り
午前10時～	立体手型作り(歯科技工士がお子さんの立体手型を作ります) ～事前に申し込みが必要です～ 対象＝乳幼児～小学生▷定員＝80名(抽選) ▷申し込み＝往復ハガキ(1人1枚)に①行事名「立体手型作り希望」②郵便番号・住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号⑥返信用のあて先を書いて、10月20日(必着)までに杉並保健所健康推進課歯科担当(〒167-0051荻窪5-20-1)へ ▷その他＝10月27日に結果発送予定
①午前10時20分 ②午前11時30分 ③午後1時40分	アンパンマン人形劇「クーちゃんのムシ歯」
午後1時～1時30分	よい歯ファミリー表彰式(杉並区歯科医師会から推薦された家族の表彰)
午後1時30分～3時	講演会「歯周病 怖い?こわくない?」 講師＝歯科医師・中村千晶 定員＝80名(先着順)

その他の催し(区後援など)

●薬と健康の週間「体のことを知ろう 動かしてみよう」

時・内・師10月16日(日)①講演会「子どもの低体温と食事」(佐藤篤)＝午後1時10分～1時40分②ヨガのレッスン(淵敦子)＝1時50分～2時30分③講演会「太極拳 実技とおはなし」(田淵とみえ)＝3時10分～4時30分④各種相談など(薬何でも相談、おむつ相談、各種測定) 場勤労福祉会館 ☎無料 申込当日、直接会場へ 閩杉並区薬剤師会 ☎3393-3080

●健康セミナー「原発事故 放射線の危険性は!」、「最先端医療があなたを救う ロボット医学の進歩は!」

時10月18日(水)午後6時～8時 場荻窪タウンセブン 師医療ジャーナリスト・松井宏夫 定120名(申込順) ☎無料 申込ファクス(11面記入例参照)で、荻窪法人会 ☎3391-8388 へ 閩同会 ☎3392-1338

●NPO法人すぎなみ栄養と食の会の講座

◇料理講習会「秋を楽しむ食事で元気な毎日」
天高くさわやかな季節、気軽に参加し、作って食べておしゃべりをし、楽しく過ごしてみませんか。

時10月20日(木)午前9時30分～午後0時30分 場阿佐谷地区市民センター 内秋鮭と焼きシイタケを使ったお寿司、鶏肉と秋野菜の炒め物ほか 師栄養士・長嶋

啓子 定26名(申込順) ☎1000円 申込ファクス(11面記入例参照)で、10月17日までにNPO法人すぎなみ栄養と食の会・吉村 ☎5936-1270 へ 他エプロン、三角巾、布巾、筆記用具を持参してください

◇親子料理講習会「実りの秋みんなで楽しく家(うち)ご飯」

時10月22日(土)午前9時30分～午後0時30分 場西荻地区市民センター 内香りご飯、鶏肉のかりっとオープン焼きほか 師栄養士・大谷千鶴 定10組20名(申込順) ☎1組2000円(子供1人追加につき500円(保険料含む)。子育て応援券利用可) 申込ファクス(11面記入例参照)で、10月19日までにNPO法人すぎなみ栄養と食の会・吉村 ☎5936-1270 へ 他エプロン、三角巾、布巾、お子さんの上履きを持参してください

——〈いずれも〉——

閩同会・吉村 ☎5936-1270

●地域の人と考えるaround杉並健康ライフ2011「安心と納得が創る信頼」

時11月13日(日)午前10時～午後4時 場阿佐谷地区市民センター 内・師①講演「安心と納得が創る信頼」(河北医療財団理事長・河北博文)②トークショー「望む医療と病院への期待」(タイタン代表取締役社長・太田光代)③ワークショップ「こんな病院あったらいいな」④企画・パネル展示 ☎無料 申込当日、直接会場へ(一部事前予約制) 閩河北総合病院 ☎3339-2121 他詳細は、河北医療財団ホームページ <http://kawakita.or.jp> をご覧ください

●スポーツハイツの講座

◇子育てパパの運動講座「深めよう!親子の絆」

時・内・師10月10日(祝)、11月3日(祝)①「パパといっしょに水中たいそう」(JSCA公認アクアフィットネスAA級インストラクター)＝午前10時～11時②「パパといっしょに水泳」(オーストラリア・ロイヤルライフセービング協会公認スイム&サバイブジュニアインストラクター・ブロンズメダリオン)＝11時15分～午後0時15分 閩①2歳～就学前のお子さんとその保護者②3歳～就学前のお子さんとその保護者 定各回親子15組(申込順) ☎各回500円(子育て応援券利用可)

◇「からだにやさしい水中運動」講座

時11月2日(水)・9日(水)・16日(水)・30日(水)午前11時15分～午後0時30分(計4回) 内水中ウオーキングと水中体操 師健康運動指導士 閩運動不足や血行不良が気になる方 定15名(申込順) ☎4200円 他長寿②対象事業

——〈いずれも〉——

場スポーツハイツ 申込・閩電話で、スポーツハイツ ☎3316-9981 へ

●講演会「在宅で死ぬということ」

時10月8日(土)午後2時30分 場セッション杉並 師おぎくぼ正クリニック・阿部正 定80名(先着順) ☎無料 申込当日、直接会場へ 閩杉並区医師会 ☎3392-4114 他講演終了後に簡単な認知症の検査を無料で実施します

最新版くらしの便利帳とガイドマップを全戸配布します

生活にかかわる区の情報や防災情報、施設情報などを掲載した「すぎなみくらしの便利帳 平成23年度版」と「すぎなみガイドマップ」(地図)を、各ご家庭へお配りします。

便利帳は、平成19年度(2007年)以来、4年ぶりの改訂となりました。

大切に保管していただき、ご活用ください。

◇配布期間＝10月3日(月)～31日(月)

◇お知らせ

- 期間中に順次配布します(地域によって配布日が異なります)。
- 1世帯につき1部ずつ郵便受けなどに配布します(世帯数は郵便受けや表札の数で判断します)。

閩区コールセンター ☎#8800、☎3372-8800または広報課

▶すぎなみくらしの便利帳 平成23年度版



▶すぎなみガイドマップ



(発行日)毎月1日、11日、21日

