

9ぎなみ



高齢者インフルエンザ予防接種 ……	2
太陽光発電機器等の助成制度を ご利用ください ……	3
秋の杉並区交通安全運動がはじ まります ……	4
そのせき 結核ではありませんか ……	4
「自治基本条例」の改正を検討 しています ……	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)

10月1日から

訪問育児サポーター事業が始まります



子育て中の家庭を応援する「訪問育児サポーター事業」を10月1日(土)から開始します。子育てに関するさまざまな心配事を少しでも解消できるようサポーターがお手伝いします。

サポーターとして活動するのは、育児経験や子育て支援活動経験があり、訪問育児サポーターとしての研修を受け、杉並区社会福祉協議会に登録している区民の方です。地域の応援団として、子育てをバックアップします。この事業は、区の子育て支援施策として実施するもので、区が杉並区社会福祉協議会に委託して行う事業です。

—問い合わせは、子育て支援課子ども家庭支援係☎5929-1902または杉並区社会福祉協議会☎5347-1018へ。

★ 子育ての心配事あれこれ ★

- 赤ちゃんを二人きりでちょっと不安
- 話し相手が欲しい
- 近くに頼る人や友達がなくてさみしい
- 抱っこしても泣き止まない時に困ってしまう
- 離乳食の作り方がわからない
- お風呂の入れ方がむずかしい
- 赤ちゃんの世話をしていると家事ができない
- 上の子が赤ちゃん返りしてしまった
- 赤ちゃんを出かけられる場所を知りたい



など、育児に関することや家事をサポートします。

★ サポーターの支援内容 ★

- お父さん・お母さんの気持ちに寄り添い、じっくりお話を伺います。
- 子育てに関するさまざまな心配事をどうしたら解決していけるのかなど、一緒に考えたり、一緒にやってみたりします。
(例) 離乳食のちょっとした工夫・赤ちゃんとのふれあい方・赤ちゃんとの基本的生活について(授乳・睡眠・入浴・生活リズム)・事故防止・家事との両立・兄弟との関係について・地域のことなど
- 地域の子育て情報や利用できる子育て支援サービスのご案内をします。
※家事支援、ベビーシッターとは異なります。
※外出の同行はできません。

ご利用について

- 【対象者】** 区内在住で1歳未満のお子さんがある家庭
※訪問先は、お子さんの住所地です(区外在住のお母さんが区内の実家に里帰りしている場合は対象となりません)
- 【利用回数】** 3回まで(多胎児の場合は6回まで)
- 【訪問時間】** 1回につき2時間以内 **【費用】** 無料
- 【訪問日時】** 月～金曜日午前9時～午後5時
(祝日・年末年始〈12月29日～1月3日〉を除く)

申し込み受け付け

- 【受付日時】**
月～金曜日の午前8時30分～午後5時
※10月1日(土)は受け付けを行います。
(土・日曜日、祝日、年末年始〈12月29日～1月3日〉を除く)
- 【申し込み・問い合わせ】**
杉並区社会福祉協議会
荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階☎5347-1018FAX5347-2062

利用の流れ

手順1

杉並区社会福祉協議会☎5347-1018に電話で申し込みます。



手順2

コーディネーター(社会福祉協議会職員)が訪問し、申込書の受付とサポート内容の確認をします。
※お子さんの住所と生年月日を確認するため、乳幼児医療証・住民票などを提示してください。

手順3

訪問育児サポーターが、ご自宅を訪問します。



緊急経済対策融資制度

「当初3年間無利子融資」のあつせん

全業種(東京信用保証協会の保証対象業種)を対象に無利子融資(貸付日から3年間)を実施しています。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します。

◇対象

次の条件を全て満たしている方。ただし、⑥⑦の条件は小口融資資金の対象者のみの条件です。

- 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最近3カ月または1年間の売上高(または売上総利益)が前年同期と比較して減少していない。

◇対象

- ③申込日まで納付すべき住民税・事業税を滞納していない。
④東京信用保証協会の保証対象業種を営み、許可を必要とする業種の場合には、その許可を受けている。

- ⑤個人の場合には、主たる収入を事業から受けている。
⑥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。
⑦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。

◇限度額

500万円(ただし、現在区

◇資金使途

運転資金に限る

◇返済期間

6年6カ月以内(外据置6カ月以内)

◇本人負担利率

貸付日から3年間無利子。貸付日から3年経過後、年利0・48%(小口融資資金対象融資は年利0・43%)

◇申込受付期間

24年3月30日(金)まで

区産業振興課産業支援・相談係

の緊急運転資金を利用している場合は、限度額が異なる場合があります。詳細は、お問い合わせください。

接種費用の一部を区で負担します

高齢者インフルエンザ予防接種

区杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025 または各保健センター (荻窪 ☎3391-0015 / 高井戸 ☎3334-4304 / 高円寺 ☎3311-0116 / 上井草 ☎3394-1212 / 和泉 ☎3313-9331)

予防接種法に基づき、高齢者等の方にインフルエンザの予防接種を実施します。
接種期間 10月1日(土)～24年1月31日(火) (期間内1回)
対象者 区内在住で、次のいずれかに該当する方
①満65歳以上の方
昭和22年1月1日以前に生まれた方に「インフルエンザ予防接種予診票」、「お知らせ・医療機関名簿」などを9月末に郵送します。

②満60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害もしくはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害のある方(身体障害者手帳1級相当)
接種を希望する方は、10月3日(月)以降、身体障害者手帳または医師の証明を持参し、福祉事務所(荻窪・高円寺・高井戸)、各保健センター、杉並保健所保健予防課で、「予診票」をお受け取りください。
自己負担額 2200円
※生活保護等受給中の方と中国残留邦人等生活支援給付を受給している方は費用が免除されます。詳細は、お問い合わせください。
その他 23区と三鷹市の契約医療機関であれば杉並区の予診票で接種できます。23区・三鷹市以外で接種する場合は別途必要な手続きがありますので、必ず事前に杉並保健所保健予防課へご相談ください。

お近くの震災救援所訓練にご参加ください

〈10月の震災救援所訓練〉

Table with 2 columns: 実施救援所 (Implementation site) and 日時 (Date and time). Lists various schools and their training times.



9月～11月を中心に震災救援所(区立小中学校)で震災訓練を実施します。10月に実施する救援所は左表のとおりです。当日、直接会場へお越しください。
区防災課

犯罪被害者支援パネル展

区民生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係



ある日突然、愛する家族の命を奪われる。身体を傷つけられる。財産を盗まれるなど、身勝手に理不尽な犯罪や事件による被害は、少なくありません。誰もが被害者になる可能性があります。

被害を受けた方、その家族・遺族は、直接的な被害だけでなく、被害後に生ずる周囲の人の無責任なうわさや中傷など、二次的な被害にも苦しめられています。そのような被害の実情や遺族の思いなど、ぜひ多くの方に知っていただければと願っています。被害を受けられた方々の二次的な被害を軽減し、住み慣れた地域で平穏な生活が取り戻せるように、区民の皆さんのご協力をお願いします。

【日時】 9月27日(火)～10月3日(月) (10月2日(日)を除く)
【場所】 区役所1階ロビー

犯罪被害にあってお困りの方は、相談専用電話 ☎5307-0620へ

民営化宿泊施設の予約・宿泊料金など

◇ご予約は、直接各施設へ。

Table listing private accommodation facilities: 湯の里「杉菜(すぎな)」, 富士学園, 弓ヶ浜クラブ, and コニファーいわびつ. Includes contact info and pricing.

直営施設 教職員研修所「秋川荘」予約・宿泊料金など

Table for direct facilities: 秋川荘. Includes contact info, pricing, and application methods.

※1.申込開始日は宿泊開始日の6カ月前の日からです。2.パンフレットを区民生活部管理課、区民事務所などで配布しています。3.利用人数や季節により料金が変わる場合があります。4.利用日の4日前からの変更・取消はキャンセル料がかかる場合があります。5.富士学園・弓ヶ浜クラブは小学校移動教室で利用するため、5月～10月(夏季期間を除く)は利用できない日があります。

「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いたします。

【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

◇ 8月末日現在、1億6000万円を超える義援金が寄せられています

これまで寄せられた義援金のうち、5月と7月にそれぞれ1億円、5000万円が南相馬市へ届けられ、これに対し、桜井勝延南相馬市長からは、「杉並区民の皆さまからの心温まる多額の義援金を賜り、厚く感謝申し上げます。子供たちへの支援を中心に、有効に活用させていただきます」とのお礼の言葉をいただいております。

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・11月の区立施設開設時間は通常どおりです

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、10・11月は通常どおりの開設時間となります。

区役所本庁舎および駅前事務所の開設時間は、下表のとおりです。

〈区役所本庁舎および駅前事務所の開設時間〉

窓 口	月～金曜日	土曜日
区役所本庁舎（区民係・外国人登録係・区政相談課を除く）	午前8時30分～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）
区役所本庁舎（区政相談課）	午前8時30分～午後5時	午前9時～午後5時（第1・第3土曜日） ▷第1＝一般相談、交通事故・防犯相談/第3＝一般相談、法律相談
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

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

太陽光発電機器等の助成制度をご利用ください

区は、家庭への再生可能エネルギーの導入を進めるため、太陽光発電機器等の設置助成を行っています。国や都の太陽光発電設置助成との併給も可能ですので、この機会をご活用ください。また、ソーラーシステム・太陽熱温水器も助成していますのでご利用ください。

——問い合わせは、環境都市推進課へ。

〈太陽光発電機器等の助成制度〉

	区の補助金	都の補助金	国の補助金
補助金	1kW当り4万円（上限12万円）	1kW当り10万円（上限100万円）	1kW当り4万8000円（上限47万9500円）
申し込み・問い合わせ	環境都市推進課	東京都環境整備公社 東京都地球温暖化防止活動推進センター （クール・ネット東京） ☎5388-3472	太陽光発電普及拡大センター（J-PEC） ☎043-239-6200
条件	自ら居住する住宅に、機器を設置予定の方で ①杉並区に自ら居住する方で、住居の用に、対象機器を自ら購入し、設置する方。 ②機器は設置前で、新品であること。またリースでないこと。 ③受付期間内に申請および機器の設置を完了し、かつ「設置完了報告書」の提出ができること。	公社が定める要件に適合する太陽光発電システムを都内に設置した方で、対象システムを所有している方が補助金交付の対象となります。	住宅に設置しようとする個人または法人 電灯契約を結んでいる個人または法人。ただし、太陽光発電システムを設置して住宅を第三者に賃貸を行う場合は、その貸借人が電灯契約を結ぶこと。個人の場合は、国内クレジット制度に基づく排出削減事業等について実施に関する意思を表明すること
受付期間	24年3月16日まで。予算を超えた場合には、受付を停止。	25年3月31日まで（電力受給開始予定日が23年4月1日以降のもの）。予算を超えた場合には、受付を停止。	23年12月22日まで。予算を超えた場合には、受付を停止。
申請時期	工事着工前に申請し、交付決定年月日以降に着工	設置後に申請	工事着工前に申請し、交付決定年月日以降に着工

9月21日~30日

「やさしさが 走るこの街 この道路」 秋の杉並区交通安全運動が はじまります



子供と高齢者の 交通事故防止

今年区内では、6月末までに交通事故により4人が死亡しており、このうち3人が高齢者(65歳以上)です。
また、小学生以下の子供は63人が交通事故により負傷しており、道路横断中や自転車乗車中に多く発生しています。

家庭のなかでも、まわりの交通に十分気をつけるよう、日常的に注意することが大切です。
運転者は、交差点では必ず一時停止をし、住宅街や狭い道路では、徐行するなど、子供の飛び出しに注意してください。
また、高齢者を見かけたら徐行や十分な間隔を保つなど「思いやりのある運転」を心掛けましょう。

四つの重点目標

①夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止(特に、反射材用品等の着用の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底)

交通事故は、午後4時~6時の間の夕暮れ時に多く発生しています。
薄暗くなつてから外出するときは目立つ服装を心がけ、自転車や車を運転するときには早めにライトを点灯し、周りに対し

て自分の存在を知らせるようにしてください。

②全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
シートベルトは、運転者自身だけでなく、同乗者の大切な命を守るものです。
後部座席の人にもシートベルト(6歳未満はチャイルドシート)

③飲酒運転の根絶
車を運転することを知りながら酒を飲めたり、飲酒している人に車を貸したり、飲酒運転の車に同乗することも犯罪です。絶対にやめましょう。

④二輪車の交通事故防止
二輪車を運転するときは、ヘルメットやプロテクターを正しく身に付けてください。
スピードの出し過ぎや無理な追い越しなどの危険な運転をせず、カーブの手前では十分に速度を落とすなど、安全に気を付けて運転してください。

子供用自転車ヘルメットを あっせん販売します

自転車の子供用ヘルメットで
転倒事故から我が子を守ろう



▶サイズは2種類あります

乳幼児を乗せた自転車が転倒すると、頭部などを強打しやすく、重大なケガにつながる危険があります。また、自分で自転車に乗ることのできるお子さんも、安全のため、ヘルメットを着用させてください。
自転車ヘルメットは、色やデザイン・種類なども豊富になり、安全基準に適合したSG(Safety Goods)安全な製品)マーク付きのものが、自転車販売店などでも購入できます。

◆あっせん販売期間
10月1日(土)~31日(月)

◆あっせん商品
SGマーク付き子供用自転車ヘルメット

◆あっせん価格
メーカー希望小売価格の7割程度

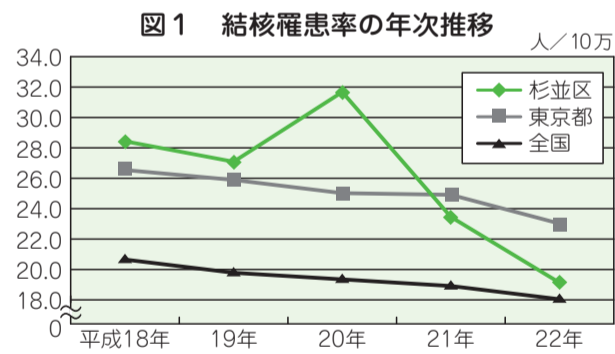
◆購入(予約)方法
右下表の各店舗のサービスカウンター

〈サミットストア販売店舗一覧〉

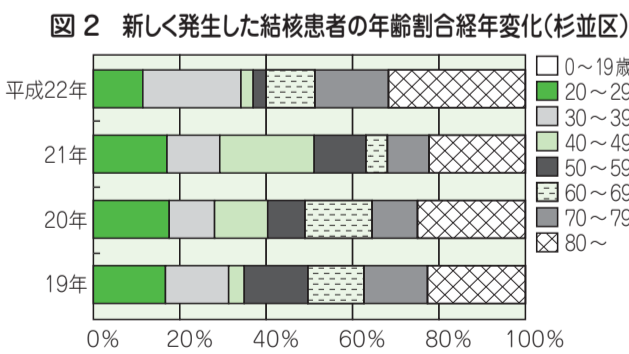
店舗名	所在地・電話番号
久我山	久我山3-25-1 ☎3334-6201
高井戸東	高井戸東4-1-13 ☎3334-3801
成田東	成田東1-35-12 ☎5377-7051
西永福	永福3-53-16 ☎3324-9811
妙法寺前	堀ノ内3-3-20 ☎3316-8261
善福寺	善福寺1-34-24 ☎5311-3311
和泉	和泉4-50-11 ☎3317-4851
井荻駅前	井草3-4-23 ☎5303-3310

そのせき 結核ではありませんか

問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。



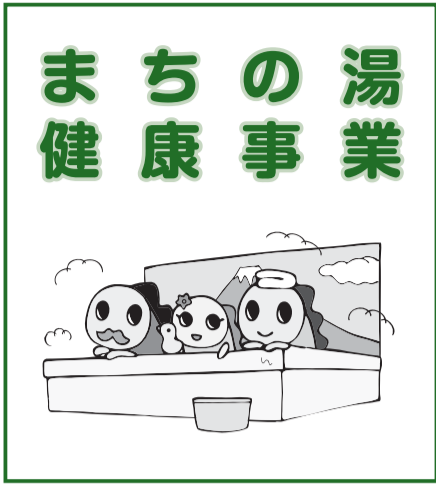
◆結核は「現代の病気」です
結核は、国内では毎年約2万5000人が発症し約20000人が死亡している重大な感染症です。特に都市部に患者が多く、杉並区では昨年の新規患者数は104人で結核罹患率(※)は19.2と、全国平均より高くなっています(図1)。
※罹患率=1年間に発生した患者数を人口10万人あたりの数であらわしたものです。



◆若い人と高齢の方は特に注意が必要
患者の割合を年代別に見ると、70代以上の方が約半数を占めています。一方で20代30代の患者も約3割を超えています(図2)。
高齢の方は若い頃感染した結核菌が、体力低下などに伴い再度活動し始めることが多いようです。
若い年代の方は結核に対する抵抗力が低く、密室や換気の不十分な場所で感染しやすいと言われ、最近ではライブハウス、マンガ喫茶、インターネットカフェなどで集団感染する例がでてきます。
結核菌が体に入ってから活動していかない状態を「感染」と言い、結核菌が体内で活動を始め病巣を作り、せきやたんなどの症状が現れ、菌検査やレントゲン検査で異常が見つかった場合を「発症・発病」と言います。感染した人が発症するのは10人に1、2人と言われていますが、感染してもすぐには発症せず、多くの場合感染してから半年から1年ぐらい経ってから発症します。

◆規則正しい生活・バランスのとれた食事を心がけましょう
結核の発病には、体力(抵抗力・免疫力)が大きく関与しています。若い人でも過労や睡眠不足、不規則な生活習慣、無理なダイエット、ストレス、糖尿病などによる免疫低下などは発症の引き金になるので注意しましょう。
結核は早めに発見してきちんと治療すれば治る病気です。早期発見は本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や周囲の人への感染を防ぐために重要です。

◆予防接種や健診が大切です
乳幼児は結核に感染すると重症化しやすいため、生後6カ月までの法定期間内にBCG接種を受けましょう。
また、高齢者はせきやたんがでずに食欲低下や体重減少、誤嚥性肺炎などで結核が発見される例が多くあります。年1回の健診で胸部レントゲン検査を受けることが大切です。
◆規則正しい生活・バランスのとれた食事を心がけましょう
結核の発病には、体力(抵抗力・免疫力)が大きく関与しています。若い人でも過労や睡眠不足、不規則な生活習慣、無理なダイエット、ストレス、糖尿病などによる免疫低下などは発症の引き金になるので注意しましょう。



身近なまちのお風呂屋さんで 楽しく健康づくり

55歳以上の方を対象に、区が杉並浴場組合に委託して行う健康事業です。参加した方は、当日100円で入浴できます。
 時・場・内下表のとおり師杉並区シルバー人材センターほか定会場により異なります(先着順) 費無料(申込当日、直接各公衆浴場へ) 各公衆浴場(午後1時以降) 他①★印は予約制②てぬぐい体操はてぬぐいを持参してください③満員の場合には、安全上お断りすることもあります④各浴場によって定休日・営業時間が異なりますので、お問い合わせください

〈区内公衆浴場一覧〉

浴場名	所在地	電話番号	特徴	まちの湯健康事業(長寿②)
弁天湯	高円寺南3-25-1	3312-0449	毎週日曜日に薬湯を実施しています	てぬぐい体操=10月2日(日)、11月6日(日)、12月4日(日)午後2時
なみのゆ	高円寺北3-29-2	3337-1861	弱アルカリ水100%を使用しています	元気塾椅子に座って健康体操=10月2日(日)、11月6日(日)・20日(日)、12月18日(日)午後1時30分
小杉湯	高円寺北3-32-2	3337-6198	創業77年。ギャラリーのある銭湯で、ミルク風呂が名物です	整体体操=10月5日(水)、11月2日(水)、12月7日(水)午後2時30分
観音湯	阿佐谷南3-27-4	3398-5743	毎週日曜日に薬湯を実施しています	健康エアロビクス=10月23日(日)、11月27日(日)、12月25日(日)午後2時30分
玉の湯	阿佐谷北1-13-7	3338-7860	平日は入浴剤入りのお風呂が楽しめます	太極拳=10月20日(木)、11月17日(木)、12月15日(木)午後1時45分
平和湯	阿佐谷北4-17-11	3337-3232	天井の「ほうおうの絵」は必見です。季節により薬湯を実施します	気功太極拳★=10月27日(木)、11月24日(木)、12月15日(木)午後1時45分 健康体操(自主事業)★=11月17日(木)午後1時45分
杉並湯	梅里1-13-7	3312-1221	超音波寝風呂パイラバスで血行を促進します	健康エアロビクス=10月12日(水)、11月9日(水)、12月14日(水)午後2時30分
ゆ家とごころ吉の湯	成田東1-14-7	3315-1766	水・土曜日は露天コーナーのつぼ湯が黒美水温泉になります	健康エアロビクス★=10月1日(土)、11月5日(土)、12月3日(土)午後0時30分 てぬぐい体操★=10月16日(日)、11月20日(日)、12月18日(日)午後0時30分
大和湯	和田1-71-18	3381-3452	日曜日は午後3時から営業しています	健康エアロビクス=10月9日(日)・23日(日)、11月13日(日)・27日(日)、12月11日(日)・25日(日)午後1時45分
さくら湯	和田3-11-9	3381-8461	マイナスイオンたっぷりの電気風呂が評判です	健康エアロビクス=10月5日(水)、11月2日(水)、12月7日(水)午後2時15分
亀の湯	本天沼1-2-8	3399-6472	広くてゆったり、昔ながらの銭湯です	太極拳=10月23日(日)、11月27日(日)、12月25日(日)午後2時
第二宝湯	本天沼2-7-13	3390-8623	日曜日は天然薬湯。電気風呂・水風呂・男サウナがあります	気功太極拳=10月9日(日)、11月13日(日)・27日(日)、12月11日(日)午後2時
秀の湯	桃井4-2-9	3399-6112	サウナ・露天風呂・薬草風呂が好評です	てぬぐい体操=10月8日(土)、11月12日(土)、12月10日(土)午後1時30分
文化湯	西荻北4-3-10	3390-1051	西荻窪駅北口徒歩5分。ゆったり大きいお風呂です	自彊(じきょう)術=10月9日(日)、11月13日(日)、12月11日(日)午後2時30分
天徳湯	西荻北4-24-5	3390-1561	唐破風造りの玄関。日・木曜日は香り風呂を実施します	健康エアロビクス=10月9日(日)、11月27日(日)、12月11日(日)▷てぬぐい体操=10月23日(日)、12月18日(日)▷自彊術=11月13日(日)／いずれも午後0時30分
銭湯Gokurakuya	上荻2-40-14	3399-0276	デトックス効果が高いシルクバスが人気です	気功太極拳=10月16日(日)、11月20日(日)、12月18日(日)午後2時45分
浜の湯	浜田山3-24-4	3303-6665	高井戸地域で唯一残る公衆浴場です	コーラス=10月5日(水)、11月2日(水)、12月7日(水)▷シニアエアロビクス=10月19日(水)、12月21日(水)▷太極拳=11月16日(水)／いずれも午後2時30分
湯の楽代田橋	和泉1-1-4	3321-4938	日替わりで、塩サウナと露天風呂が楽しめます	てぬぐい体操=10月11日(火)・25日(火)、11月8日(火)・22日(火)、12月13日(火)・27日(火)午後1時30分
和泉湯	和泉1-18-1	3321-0929	レトロな雰囲気を楽しんでください	てぬぐい体操=10月9日(日)・23日(日)、11月13日(日)・27日(日)、12月11日(日)・25日(日)午後2時
大黒湯	和泉1-34-2	3328-2137	浴槽内に手すりがあり、高齢者にやさしい銭湯です	てぬぐい体操=10月2日(日)・16日(日)、11月6日(日)・20日(日)、12月4日(日)・18日(日)午後1時
香藤湯	高円寺南5-1-7	3316-4514	木おけの音が響きます	
天徳泉	阿佐谷北2-22-1	3338-6018	JR阿佐ヶ谷駅から徒歩4分です	
成宗湯	成田東5-3-19	3391-4957	天然石ラジウム浴。日替り薬湯があります	
藤乃湯	天沼2-17-20	3391-0504	備長炭ぬる湯とマッサージ湯を交互にどうぞ	
ゆたか湯	井草5-18-10	5382-1127	上井草駅から近く駐車場あり	
井草湯	下井草5-3-15	5930-6212	駐車場あり。広々とゆったり入浴できます	
亀の湯	桃井1-35-9	3394-1126	美容と健康にラドン泉はいかが。駐車場あります	
天狗湯	西荻南1-21-4	3333-9461	手ぶらセットが好評です。天然石半身浴・ミルク風呂もどうぞ	
第三宮下湯	高円寺南3-54-14	3315-0041	休業中	
林泉湯	天沼1-13-12	3392-2744	休業中	



★10月10日祝は「銭湯の日」～区内の銭湯で「ラベンダー湯」を開催します
 「銭湯の日」を記念して区内の全銭湯で「ラベンダー湯」を開催します。ご家族や仲間を誘って、お近くの銭湯・気になる銭湯で、ラベンダーの香りを楽しみ、リラックスしてみたいかがでしょうか。各銭湯で、「銭湯の日記念タオル」を差し上げます(数に限りがあります)。

★銭湯の魅力を紹介する「銭湯展」を開催します
 銭湯の歴史や秘密、魅力を紹介します。ぜひ、お越しください。
 10月5日(水)～7日(金)午前8時30分～午後5時 豊区役所1階ロビー 富士山背景画・番台・のれん・ケロリン桶・木桶等の展示、区内銭湯の紹介、区内銭湯の地図、銭湯での事業の紹介

—— 〈いずれも〉 ——
 (申込当日、直接会場へ) 師杉並浴場組合・平松 ☎3337-6198 (午後1時以降)



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。

残したい、わたしのまち の素敵な景観

お散歩の途中で、町にとけ込む素敵な建物を見かけたことはありませんか？ ここ杉並区では、いくつもの優れた建物が時代を超えて残っています。

例えば、荻窪4丁目の「旧荻窪電話用事務室」は、戦前(昭和7年)に当時の建築手法の最先端であったインターナショナルスタイルで建てられました。

この建物は、日本武道館の設計も手がけた山田守による設計です。丸みをおびた独特な建物の形は、古さを全く感じさせないデザインで、今も見る人を魅了します。

こうした貴重な建物と景観を残すため、平成11年に発足したのが、「杉並たても応援団」です。区民を交えた建物ウォッチングの開催や、区内にある建物の調査・記録などを行っています。



見晴らしがよい！

ウェブサイトもあそび！

すぎなみ学

検索

岡産業振興課地域産業観光係

また、平成15年には「街づくり活動助成制度」が施行されました。この制度により、景観的に価値がある建物に対して、外観を保存するための取り組みを、区と杉並たても応援団が協力しながら行っています。

さらに、杉並区には区民参加型の「杉並『まち』デザイン賞」という制度があります。この賞は区民からの公募推薦によって、魅力的な建物や景観、まちづくりの活動に対し、贈られるものです。賞ができてから20年以上が経過し、応募の件数が500件を超えていることから、杉並区民の関心の高さがうかがえます。

すぎなみ学倶楽部のウェブサイトでは、こうした活動や歴史的にも貴重な建物が写真付きで紹介されています。ぜひご覧ください。(樋)

区民の声から

区民の皆さんからいただいた声と、それに対する区からの回答の一部を掲載します(毎月21日号)。問い合わせは、区政相談課へ。

◇南相馬市支援について

杉並区は南相馬市と協定を結んでいて、さまざまな支援をしていると聞きましたが、区からの支援は大人向けのよう気がします。原発事故を受け、子供たちは外で遊ぶことを制限されています。資源ごみとして出される週刊マンガを南相馬市の子供たちに届けてく

◇回答

区は、さまざまな被災者支援を行っている中で、子供たちに対する対応も重要と考えており、子供向けに物資支援、イベントの開催などを行っています。数百冊の児童書を幼児向け・小学生向け・それ以上の年齢向けなどに分け、被災者に届けたほか、ランドセルや文房具等も届けています。また、教員の派遣を行ったり、サッカー教室や美術体験などさまざまな子供向けのプログラムやイベントも避難所や、または子供たちを杉並区に招いて行っています。

資源として出されたマンガ雑誌などは、屋外の集積所に出されるため汚れが多く、人に差し上げるものとしてふさわしくない物が多く、再利用は難しいと考えます。物資支援も含め、今被災者が何を必要としているかをしっかりと把握し、的確に対応したいと考えています。

今後区は、区民の皆さんとともに被災地、被災者支援に取り組ましますので、ご協力をお願いします。(担当課：文化・交流課、清掃管理課)

区政への主なご意見・ご要望と区からの回答の概要は、区ホームページ(「ご意見・ご要望」→「主な意見と回答」)でご覧になれます。

◆就労相談受付中◆

具体的な仕事のあっせんは行いません。

◇区内在住・在勤・在学の方へ就労相談

時毎週火曜日(祝日除く)午前10時から1人約50分、一日6回(正午～午後1時除く) 岡産業振興課相談室(区役所西棟10階) 無料(希望により職業適性検査実施) 申込・☎電話か直接、産業振興課産業支援・相談係(予約優先。空きがあれば当日可)へ

◇シニア向け就労・ミニ経営者・地域活動の個別相談

時10月1日(土)午前9時～午後5時(1人45分) 岡ゆうゆう高円寺南館(高円寺南4-44-11) 岡キャリアカウンセラー・中村康雄ほか 岡区内在住・在勤でおおむね55歳以上の方 無料(申込・☎電話で、NPO法人竹藪の会 ☎5378-8179へ)

◇シルバー人材センター個別就労相談

時10月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)午後1時～4時 岡永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 岡区内在住で60歳以上の方 無料(申込当日、直接会場へ 岡杉並区シルバー人材センター ☎3317-2217)

11月の 休日パパママ学級

時11月13日(日)午前・午後、26日(土)午前・午後(いずれも半日で、同内容) ※午前=9時30分～午後0時30分、午後=1時30分～4時30分 岡杉並保健所3階 岡もく浴実習、パパの妊婦体験、お産に向けての話など 岡助産師など 岡区内在住で、開催日現在妊娠22週以上37週未満の初産のカップル 岡各24組 岡無料 岡①結果は10月18日頃に通知します ②応募者多数の場合は出産予定日などで調整します

【申し込み・問い合わせ】

往復ハガキに2人の氏名(フリガナ)・住所・電話番号・出産予定日・希望日と午前または午後(第3希望まで)を書いて、10月15日(必着)までに杉並保健所健康推進課休日パパママ学級担当(〒167-0051荻窪5-20-1 ☎3391-1015)へ

※保健センターでは、平日に母親学級とパパママ学級を開催しています。日程は下表の「10月の各種健康相談」を参照してください。

医療情報案内と急病診療

病院・診療所の案内、急病対応の説明

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター
土・日曜日と祝日は24時間、平日は午後8時～翌午前9時

☎5272-0303 東京都保健医療情報センター
コンピューターによる自動応答サービス。毎日24時間対応。

まず、電話で確認！保険証・医療証を忘れずに

小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科・歯科

☎3391-1599 休日等夜間急病診療所
受付は終了30分前まで(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【小児科】 平日：午後7時30分～10時30分

【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】

土曜日：午後5時～10時 日曜・祝日：午前9時～午後10時

☎3398-5666 歯科休日急病診療所
(荻窪5-20-1杉並保健所内)

【歯科】 日曜・祝日：午前9時～午後5時(受付は4時まで)

◆10月の各種健康相談 ◆ 申し込みは、各保健センターへ。

★荻窪保健センターの離乳食講習会は、区コールセンター☎8800または☎3372-8800へ。

保健センター名	検査を伴う健康相談 (検査は有料)予約制	子育て相談・交流 …直接会場へ	母親学級…直接会場へ (母子健康手帳持参)	平日パパママ 学級(予約制)	離乳食講習会 …直接会場へ	乳幼児歯科 相談(予約制)	ものわすれ 相談(予約制)	心の健康相談 (予約制)
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	14日(金)・28日(金) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	20日(木) 午前9時15分～10時15分	5日(水)・12日(水) ・19日(水) 電話で申し込み	31日(月) 午後1時30分～4時	4日(火)午前10時30分～ 26日(水)午後1時30分～ ★9月23日から区コールセンターへ(30名)	午前 14日(金) 午後 28日(金) 13日(木) 27日(木)	24日(月)午後1時30分～	3日(月)・21日(金) 午後1時30分～
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	13日(木)・27日(木) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	7日(金) 午後1時15分～2時15分	10月は ありません	10月は ありません	19日(水) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 3日(月) 午後 17日(月) 7日(金) 21日(金)	4日(火)午後1時30分～	18日(火) 午後1時30分～ 24日(月) 午前9時30分～
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	4日(火)・18日(火) 午前9時～10時30分 電話で申し込み	27日(木) 午前9時30分～10時15分	7日(金)・14日(金) ・21日(金)	17日(月) 午後1時30分～4時	10月は ありません	午前 4日(火) 午後 18日(火) 6日(木) 20日(木)	28日(金) 午前9時～	7日(金)・13日(木) 午後1時30分～
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212		26日(水) 午前9時～10時	6日(木)・13日(木) ・20日(木)	10月は ありません	25日(火) 午前10時30分～ 午後0時30分	午前 13日(木) 午後 26日(木) 12日(水)	5日(水) 午後2時～、 19日(水)午前9 時30分～	12日(水) 午後2時～
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331		21日(金) 午前9時15分～10時15分	10月は ありません	10月は ありません	20日(木) 午後1時30分～ 3時30分	午前 5日(水) 午後 19日(水) 17日(月)	20日(木)午後1時30分～	5日(水) 午前9時30分～

※1. 杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは保健福祉部管理課保健福祉支援係(区役所東棟3階)へ。
2. ベビーカー等の盗難が発生しています。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。チェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。
3. 一般の健康相談・腸内細菌検査は区内在住・在学の方も対象とし、全センターで実施します。検査を伴う健康相談は区内在住の方が対象です。

歯の健康相談
8日(土)午後2時～4時30分
問い合わせは、杉並区歯科医師会
(阿佐谷南3-34-13 ☎3393-0391)へ

区からの お知らせ

子育て・教育

新しい(乳)・(子)医療証を送付します

現在、中学3年生までの年齢に該当している方に交付している(乳)・(子)医療証(若草色)の有効期限は9月30日です。

9月末に、10月1日から利用できる医療証(淡いオレンジ色)をお送りします(郵送先は、住民登録地または外国人登録地です。居住状況の確認のため、それ以外の住所に送付することはできません)。

新しい医療証の有効期限は24年9月30日です。ただし、24年3月に中学校を卒業する方の(子)医療証と、4月に小学校に入学

する方の(乳)医療証の有効期限は24年3月31日です。なお、小学校に入学する方の(子)医療証(有効期間が24年4月1日から9月30日まで)は、24年3月下旬にお送りする予定です。(乳)・(子)医療証をお持ちでない方は、お問い合わせください。

なお、生活保護(医療扶助)を受給している方や児童福祉施設等に入所している方など、医療費助成の対象にならない場合があります。

子育て支援課子ども医療手当係

年金

国民年金の高齢任意加入制度のご利用を

老齢基礎年金の受給には、保険料納付や免除・猶予承認期間、厚生年金・共済組合の加入期間などが25年以上必要です(老齢基礎年金は、20〜60歳の40年間

保険料を納めることで、満額の年金を受け取ることができま

す)。

60歳になったときに、受給資格を満たしていない方や年金受給額を増やしたい方は、65歳になる前月まで通算で40年(480カ月)まで任意加入できます。

ただし、厚生年金・共済組合加入中の方や、老齢基礎年金を繰り上げ受給中の方は除きます。

また、昭和40年4月1日以前生まれで65歳の時に受給権のない方は、受給資格を満たすまで(70歳になる前月までが限度)特例で任意加入できます。

●申し込みは年金手帳、金融機関の通帳と届出印を持参して、

国民年金課国民年金係へ(保険料の納付は原則として口座振替になります)。

国民年金課国民年金係

募集します

特別養護老人ホームの建設・運営事業者

現在区では、自宅での生活が困難な高齢者が安心して暮らせるように、特別養護老人ホームの整備促進を図っています。

今回、和泉自転車集積所跡地(和泉4-16)の区有地を活用し、ユニット型定員60人以上(シヨットステイ1割以上)の特別養護老人ホームを建設・運営する社会福祉法人を募集します。詳細は、区ホームページをご覧ください。

公募説明会

時 9月28日(水)午後2時〜3時

場 区役所第4会議室(中棟6階)

対 9月1日現在、1年以上特別養護老人ホームの運営実績がある社会福祉法人(申込書(区ホームページから取り出せます))

をファクスで、9月26日(必着)までに高齢者施策課計画推進担当 FAX 5307-0773へ(同担当)

その他

住民実態調査にご協力ください

住民票の正確性を確保するため、住民基本台帳法に基づく調査(居住しているかどうかの調査)を実施します。

調査は、区からの通知などの返戻情報をもとに、調査員(区臨時職員)が対象となる方の自宅を戸別訪問して行います。

皆さんのご協力をお願いします。

▽調査期間 10月3日(月)〜11月30日(水)

▽その他 ①調査には、身分証明書を持参した調査員が伺います ②出入口、ポストに「お名前」を掲示されるようお願いいたします ③調査にあたり、住宅の管理者等の方にも居住関係等をお伺いすることがありますので、ご協力をお願いします。

◇住所変更届出を忘れずに 住民票は、区民の皆さんの居住関係を証明し、選挙権や福祉・教育などの各種行政事務の基礎となります。

そのため、居住の実態に即し、正確に記載されていないければなりません。

住所や世帯構成に変更があったときには、14日以内の届出が義務づけられていますので、遅れないようご注意ください(届出が遅れると、住民票が削除されたり、各種行政サービスが受けられなくなることがあります)。

区民課住民記録係

交通事故・防犯相談

毎月第1土曜日に交通事故・防犯相談員による相談を実施します。

時 10月1日(土)午前9時〜正午、午後1時〜4時

場 区役所東棟1階

内 示談の進め方や防犯に関すること

料 当日、直接会場へ

区政相談課(同相談は、月々金曜日の午前9時〜正午、午後1時〜4時も実施しています)

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関するあらゆる問題に、区内の関係団体の専門家がご答え

ます。

時 10月4日(火)午前10時〜午後4時

場 区役所1階ロビー

費 無料

当日、直接会場へ

各団体の杉並支部事務局(土地家屋調査士会 ☎3393-7977、宅地建物取引業協会 ☎3311-4937、司法書士会 ☎3393-3651)へ関係資料がある場合は、持参してください

東京都最低賃金改正のお知らせ

東京都最低賃金(地域別最低賃金)は10月1日から時間額837円となります。区内で労働者を使用する全ての事業場および同事業場で働く全ての労働者(都内の事業場に派遣中の労働者を含む)に適用されます。一部の業種については、別に定める特定(産業別)賃金が適用されます。詳細は、お問い合わせください。 東京労働局賃金課 ☎3512-1614

登録統計調査員を募集します

区民生活部管理課統計係 ☎5307-0621

国が行う各種統計調査に従事する調査員の登録を行います。登録された調査員の中から各統計調査ごとに調査員が任命され、任命期間中は非常勤の公務員として調査活動に従事し、報酬も支払われます。資格・経験は問いません。

今年度は24年2月1日を調査期日とした経済センサス-活動調査が予定されています。「調査員をやってみたい」とお考えの方はご連絡ください。

◇経済センサス-活動調査

我が国の全産業分野における事業所・企業の経済活動の実態を全国および地域別に明らかにするとともに、事業所・企業を調査対象とする各種統計調査の精度向上に資する名簿情報を得ることを目的としています。

【調査対象】 全国全ての事業所・企業

【調査方法】 担当する調査地域内の事業所(50〜100件)を訪問し、調査票を配布・回収し、名簿を作成します。

【従事期間】 24年1月中旬〜3月中旬



東京都シルバーパスを発行します

満70歳以上の都民の方に、申し込みにより都営交通(日暮里・舎人ライナーを含む)・都内民営バス等が利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。満70歳になる月の初日から申し込みます。必要書類をご用意の上、最寄りのバス営業所・都営地下鉄定期券発売所等のシルバーパス発行窓口にお申し込みください。

◇費用 ①23年度の住民税が非課税の方 11000円 ②23年度の住民税は課税であるが、22年の合計所得金額が125万円以下の方 11000円 ③23年度の住民税が「課税」の方 2万5100円

◇必要書類 ①全員の住所・氏名・生年月日が確認できる「本人確認書類」(保険証または運転免許証)

②①の方は次のうちいずれか1点 ア「平成23年度介護保険料納入通知書」 イ「平成23年度住民税非課税証明書」 ウ「生活保護受給者証明書(生活扶助)」 エ「平成23年度介護保険料納入通知書」 オ「平成23年度住民税課税証明書」

▽必要書類に関する注意事項 ア・エは、7月発行のもので、再発行はできません。 イ・オは、区の窓口で発行しています(有料)。 ウは、「生活扶助」の記載があるもの(本人確認書類との兼用が可能です)。 区内に住民登録している満70歳以上の方(寝たきりの方を除く) 東京バス協会 ☎5308-6950 (午前9時〜午後5時。土・日曜日、祝日を除く)

★不登校・ひきこもり無料相談会 10月10日祝午前10時～午後1時

★杉並青色申告会 10月3日(月)～7日(金) 午前9時～午後5時

◆不動産賃貸経営セミナー「どうなる震災後の賃貸市場？」 10月7日(金)午後2時～3時

◆税務相談会 10月20日(木)午後1時～5時

◆法律相談会 10月21日(金)午後1時30分～4時30分

◆毛糸のルームソックス作り 10月20日(木)午後1時～3時

★杉並区社会福祉協議会・非常勤職員募集 (産休代替) 10月1日～24日

●女性のためのボクシングフィットネス 教室番号「1107」

女性らしいボディラインを目指して、楽しくフィットネスをします。

11月1日～24日 1月24日の毎週火曜日、午前11時～午後1時

●楽しく健康タイム (10～12月) 定期的・日常的な運動の機会を提供し、皆様の健康の維持・増進を支援します。

Table with 4 columns: 会場, 日程, 時間, 講師, 種目. Includes locations like 荻窪体育館 and 大宮前体育館.

議会▷資格=社会福祉士有資格者▷給与=30歳の場合18万8700円▷募集人数=①②各1名▷その他=社会保険加入

★ホームヘルプサービス協力会員募集 日常生活を行うのが困難な高齢者や障害のある方のお宅で家事や外出の付き添いなど

★介護認定調査員募集 区が社会福祉協議会に委託している介護認定調査の調査員を募集します。

◆介護認定調査員募集 区が社会福祉協議会に委託している介護認定調査の調査員を募集します。

★サンデーマーケットin上井草出店者募集 10月30日(日)午前10時～午後2時

●親子スケート教室 今年の冬は家族でスケートを楽しみませんか。

10月23日(日)・30日(日)午前10時～11時45分

●9人制家庭婦人バレーボールレベルアップ教室 東京ヴェルディのバレーボール選手をコーチに迎え、中級・上級を目指します。

●障害者フライングディスク体験教室 フライングディスクとは、プラスチック

の円盤を投げて遊ぶスポーツです。 10月1日(日)午前10時30分～正午

杉並アニメーションミュージアム 人狼〔JIN-ROH〕セル画展 ～アナログアニメーションの魅力～

新春落語会 「初笑い落語花形ふたり会」 24年1月15日(日)午後2時

●朝日新聞ファミリーサッカースクール 元Jリーガーの岩本輝雄とアマラオがやってきます。

●弓道一般講習会 10月30日(日)午後1時30分～5時

年齢、ファクス番号と会場名・開催日も書いて、10月11日(必着)までに朝日新聞ファミリーサッカースクール運営事務局

●講演会「スポーツとわたし」 11月5日(土)午後2時～4時

●9人制家庭婦人バレーボールレベルアップ教室 東京ヴェルディのバレーボール選手をコーチに迎え、中級・上級を目指します。

●朝日新聞ファミリーサッカースクール 元Jリーガーの岩本輝雄とアマラオがやってきます。

●弓道一般講習会 10月30日(日)午後1時30分～5時

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

★都立西高OB吹奏楽団演奏会 10月10日(日)午後2時 杉並公会堂 内曲目=フィリップ・スパーク「ホーコン善王の伝説」ほか定員950名(先着順) 費無料(申込当日、直接会場へ) 同楽団・亀村 ☎090-9818-3628

★つぶてソングの集いin杉並 10月2日(日)午後7時 杉並公会堂 内新実徳英「つぶてソング」を参加者全員で合唱定員700名(申込順) 費2000円、学生1000円(当日) (申込) ファクス(11面記入例参照)に「広報すぎなみ」と書いて、9月30日までにつぶてソングプロジェクト FAX6697-5798へ 同団体・笈川 ☎090-8720-7344 (参加費の一部は、東日本大震災被災地への義援金になります)

★フィルモア合奏団フィルモアコンサート 11月13日(日)午後2時 豊セシオン杉並 内出演=成田徹(指揮・独奏)▷曲目=モーツァルト「交響曲第31番(パリ)」ほか定員568名 費1000円(全席自由・当日券あり) (申込)・☎電話で、フィルモア合奏団事務局 ☎3392-1077へ 同区民100名を抽選で無料招待=往復ハガキ(11面記入例参照)にチケットの枚数(2枚まで)も書いて、10月14日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32)へ(抽選)

★アメリカン・ジャズ・ポピュラーの「クラシックス」を聴く会 10月1日(土)午後6時 豊MANHATTAN(阿佐谷北2丁目) 内1925年~1945年の演奏者・歌手などをテーマにオリジナル音源で聴く定員25名(先着順) 費無料(申込当日、直接会場へ) 同会・七井 ☎3312-2410

★懐かしのジャズ・ポピュラーレコードコンサート 10月10日(日)午後1時30分~3時30分 豊高井戸小学校 内1950~60年代のジャズ・ポピュラー・映画音楽をディスクジョッキーで楽しむ 同区内在住・在勤の方

50名(先着順) 費300円(申込当日、直接会場へ) 同生きがいクラブ杉並・玉村 ☎080-1165-3877

★東日本大震災復興支援チャリティー「すぎなみパン祭り」 10月10日(日)午前11時~午後3時 豊産業商工会館 内イートインコーナー、チャリティー福袋じゃんけん大会ほか(申込当日、直接会場へ) 同すぎなみパン祭り実行委員会(産業商工会館運営協議会事務局内) ☎3393-1501 (当日のボランティアを募集しています。詳細は、お問い合わせください)



★東京土建まつり~住宅デースペシャル 10月2日(日)午前10時~午後3時(包丁研ぎ・まな板削りの受付は1時まで) 豊蚕糸の森公園、杉並第十小学校 内包丁研ぎ・まな板削り、住宅相談、工作教室、建て前、舞台イベント、スタンプラリー、模擬店ほか(申込当日、直接会場へ) 同東京土建杉並支部・熊切 ☎3313-1445

★東京都子供読書フォーラム2011 11月19日(土)午後1時~4時30分 豊東京都摩教育センター 内講演「ふしぎがいっぱい 大熊猫(ジャイアントパンダ)」とワークショップ(小学生とその保護者、ワークショップは小学生のみ)定員400名(抽選) 費無料(申込) 都立図書館ホームページから、10月31日までに申し込み 同都立多摩図書館 ☎042-524-6428 (詳細は、都立図書館ホームページをご覧ください)



★冒険遊び場「のびっばひろっぱ」に集合 10月12日(水)・15日(土)・23日(日)・11月9日(水)・19日(土)・27日(日)・12月14日(水)・17日(土)・25日(日) 井草森公園=10月2日(日)、11月6日(日)・12月4日(日) いずれも午前10時~午後4時(雨天時、柏の宮は屋内で実施、井草森は中止) 費無料(申込当日、直接会場へ) 同杉並冒険遊びの会 ①柏の宮=吉田 ☎090-4413-1235 ②井草森=佐内 ☎090-7248-5819 (汚れてもいい服装で、着替え・飲み物・お弁当・やりたい遊び・焼きたい物など自由に持参してください)

講演・講座

★ショバナ・ラダクリシュナ氏特別講演会 10月14日(金)午後6時~7時30分 豊中央図書館 内マハトマ・ガンジーの思想に基づく倫理的リーダーシップ、普遍的価値観、そして平和定員50名(申込順) 費無料(申込)・☎電話で、杉並区交流協会 ☎5378-8833へ

★文化講演会「ボランティアの私」 10月26日(水)午後8時 豊杉並区医師会館 内NPO法人勇気の翼インクルージョン2015理事長・細川佳代子定員100名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ 同杉並区医師会 ☎3392-4114

★日焼けとは?紫外線と皮膚の疑問にお答えします 10月1日(土)午後2時~3時 豊荻窪病院 内荻窪病院皮膚科部長・布袋祐子 同区内在住の方定員30名(先着順) 費無料(申込) 当日、直接会場へ 同荻窪病院 ☎3399-0257

★河北総合病院河北健康教室リウマチを知る会「関節リウマチの最新知見」 10月21日(金)午後3時~4時 豊高井戸地域区民センター 内河北総合病院整形外科科長・吉岡太郎定員30名(申込順) 費無料(申込)・☎電話で、河北総合病院広報室 ☎3339-5724 (月~土曜日午前9時~午後5時(祝日を除く))

★家庭学級「思春期に困らないための子育て」 10月14日(金)・21日(金)午前10時~午後0時30分(計2回) 豊あんさんぶる荻窪 内①将来、わが子が思春期を迎えた時、どんなことが起きるのかについて②思春期を迎える前の子供への対応 同臨床心理士・澤地都志子 同小学校低学年までのお子さんの保護者定員20名(申込順) 費無料(申込) Eメール(11面記入例参照)にお子さんの年齢も書いて、10月7日までにどきどきハート ☎dokidokihaato@gmail.comへ 同団体・稲田 ☎090-3810-3403 (2歳~就学前の託児あり(事前申込制))

★レクチャーと語りで学ぶ「子供・家族・近隣との豊かで私らしい関わり方~子育て編」 10月3日(月)・17日(月)・31日(月)午前10時~正午(計3回) 豊日本家族カウンセリング協会 同区内在住・在勤で小学校低学

★講演会「連載『医療ルネサンス』から見えてきたもの」

「上手な病院のかかり方」「延命治療受ける?受けない?」「放射能と、どう暮らす」などをテーマに、医療のスペシャリスト記者がお話します。 10月5日(日)午後2時~4時 豊浜田山会館 内読売新聞東京本社医療情報部次長・田村良彦 同区内在住・在勤の方定員150名(先着順) 費200円(申込当日、直接会場へ) 同高井戸保健センター健康づくり自主グループ交流会・今市寛 ☎5932-1662 または高井戸保健センター ☎3334-4304 (自転車での来場はご遠慮ください)

年くらいまでのお子さんを子育て中の方定員15名(申込順) 費1000円(申込)・☎電話で、日本家族カウンセリング協会 ☎3316-1955 (月~水・金曜日午前10時~午後5時)へ

その他

★10月1日(土)~7日(金)公証週間「重要な契約や遺言は公正証書で」

都内45カ所の公証役場では、無料で公正証書の作成に関する相談に応じています。 同杉並公証役場 ☎3391-7100、本部 ☎3502-8239 (臨時) 同杉並公証役場では、10月1日(土)に無料公証相談を実施します。詳細は、お問い合わせください

★税金なんでも相談会 9月28日(水)午後1時~4時(1人45分程度) 豊東京税理士会荻窪支部定員6名(申込順) (申込)・☎電話で、9月26日までに東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411へ 同詳細は、同支部ホームページをご覧ください

★中小企業支援機関

◇講演会「環境ビジネスの裏側」&セミナー 10月14日(金)午後6時~7時30分 豊東京工科大学教授・尾崎弘之定員42名(申込順)

◇事業化相談会 11月11日(金)・25日(金)午前10時~午後5時(予約制) 同坂野直人ほか

——(いずれも)—— 同阿佐谷地域区民センター 費無料(申込)・☎電話で、グロービス ☎5377-9951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 ◇ゴルフ 11月15日(火)午前8時 豊石坂ゴルフ倶楽部(埼玉県比企郡鳩山町) 内18ホールストロークプレー 同区内在住・在勤・在学の方とその同伴者定員100名(申込順) 費5000円(別途プレー費1万6000円(食事代含む)) (申込) 往復ハガキまたはファクス(11面記入例参照)に、性別・生年月日・HCと交通手段も書いて、10月20日(必着)までに区ゴルフ連盟事務局(〒166-0001阿佐谷北2-33-2 FAX3339-4545)へ 同連盟事務局 ☎3339-8226

◇バドミントン(混合の部) 11月13日(日)午前9時 豊上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=混合の部(A~Hランク) 同区内在住・在勤・在学の方、連盟登録者定員80組(申込順) 費1組2600円を郵便局「00130-8-724117杉並区バドミントン連盟」へ振り込み(申込) 申込書(区体育館で配布)と振替受領証の写しを、10月14日~26日(必着)に区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166-0015成田東4-38-20ミカドスポーツ内)へ郵送 同宇田川 ☎3313-8551 (午前10時30分~午後5時)

●スポーツ連盟スポーツ祭典ミックスバレーボール大会(6人制) 10月29日(土)午前9時~午後5時(区後

⑤の教室は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと(スポーツ施設)」から申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは9月21日午前8時30分からハガキ締切日まで。

援) 豊荻窪体育館(荻窪3-47-2) 同区内在住・在勤の方で構成されているクラブ定員8チーム(申込順) 費1チーム6000円(代表者会議に持参) (申込) 往復ハガキにチーム名、代表者の氏名(フリガナ)・住所・電話・性別を書いて、10月18日(必着)までに峰村光男(〒166-0002高円寺北3-1-10-314)へ 同峰村 ☎3337-8758 (午前10時~午後1時) 同男子はコートに2名まで出場可

スポーツ教室

●個人向けワンポイントレッスン(水泳) 9月25日~11月27日の毎週日曜日、午前11時~正午 豊杉十小温水プール(和田3-55-49) 同小学生以上の方(小学3年生以下は水着着用の保護者同伴) 定員各日10名(先着順) 費無料(入場料別) (申込) 当日、直接会場へ 同杉十小温水プール ☎3318-8763 (同駐車場はありません)

●大人のための水泳教室 ①泳力アップ初心・初級コース クロール・平泳ぎを学びます。 10月2日・9日・16日・30日、11月6日・13日・20日/いずれも日曜日の午前10時~11時 ②泳力アップ中・上級コース 全泳法(バタフライ・背泳ぎ含む)で泳力を伸ばし、4種目完泳を目指します。 10月23日(日)、11月27日(日)/いずれも午前10時~11時 ———(いずれも)——— 同杉十小温水プール(和田3-55-49)

同区内在住・在勤・在学で16歳以上の方定員各日10名(申込順) 費無料(入場料別) (申込) 各開催日の1週間前の日曜日から電話で、杉十小温水プール ☎3318-8763へ(申込方法が変更になりました) 同同プール(同)①定員に余裕がある場合は当日参加も可②駐車場はありません

●個人フットサルナイトI 当日集まった人たちをチーム分けし、試合を楽しみます。 10月11日(火)・25日(火)、11月8日(火)・22日(火)、12月6日(火)・20日(火)/いずれも午後7時~9時 豊下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 同区内在住の方定員各回50名(先着順) 費各回500円(申込) 当日、直接会場へ 同下高井戸運動場 ☎5374-6191

●ゴールキーパースクールI ゴールキーパー専門の講習会で正しい技術を身につけよう。 10月11日(火)・25日(火)、11月8日(火)・22日(火)午後7時~9時 豊下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 同中学生以上の方定員各回20名(申込順) 費各回400円(申込) 当日、直接会場へ 同下高井戸運動場 ☎5374-6191 (同中学生は保護者または所属チームに同意が必要)

●シグマスポーツクラブ指導!秋の初級者硬式テニス教室 ⑤教室番号「1132」 10月21日~12月9日の毎週金曜日、午前11時~午後1時(計8回。予備日12月16日) 豊妙正寺体育館人工芝庭球場 同区内在

住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者定員40名(抽選) 費6500円(申込) 往復ハガキ(11面記入例参照)で、9月30日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ 同同体育館 ☎3399-4224 (同3歳~就学前の託児あり(事前申込制))

●トータルスポーツ教室「苦手にチャレンジ」とび箱・マットコースII 苦手にチャレンジして体力をつけよう。マット運動や跳び箱で運動の基礎を作ろう。 10月30日(日)、11月5日(土)・13日(日)・19日(土)・27日(日)、12月3日(土)午前9時~11時(計6回) 豊高円寺体育館 同TiAmo・勝貴嘉豆ほか 同区内在住・在学の小学1~4年生定員55名(抽選) 費4200円(申込) 往復ハガキ(11面記入例参照)に生年月日も書いて、9月30日(必着)までに高円寺体育館(〒166-0003高円寺南2-36-31)へ 同同体育館 ☎3312-0313

●はじめてのバウンドテニス教室 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。 10月2日(日)、11月6日(日)、12月4日(日) 午後1時~3時 豊高円寺体育館(高円寺南2-36-31) 同バウンドテニス協会公認指導員 同区内在住・在勤・在学の方定員各回10名(先着順) 費①各回200円。中学生以下100円(申込) 当日、直接会場へ 同高円寺体育館 ☎3312-0313 (同)①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②教室終了後、そのまま個人利用で参加できます

【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 ㊄=ホームページアドレス

■都立公園で犬のしつけ方・ふれあい方教室

◇犬のしつけ方教室

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

時10月22日(土)①午前10時②午後1時(各回1時間程度) 飼主1人につき飼い犬1頭(小学生は保護者同伴、就学前のお子さんは不可) 定各回15名(申込順) 他(1)生後6カ月以上(2)狂犬病予防接種・混合ワクチン接種済(当日確認できる物を持参)(3)鑑札の交付を受けている(当日持参)(4)生理中のメス犬は除く

◇犬と友だち・はじめて教室

犬との正しい接し方を、同伴犬協会の犬たちと公園を散歩しながら学びます。

時10月22日(土)午前11時30分(30分程度) 飼犬を飼っていない児童(就学前のお子さんは保護者同伴) 定10名(申込順)



— (いずれも) —

場都立善福寺川緑地杉二小前広場(成田西3-1) 相生橋付近 師NPO法人日本同伴犬協会 費無料 申込 往復ハガキに①住所②氏名(フリガナ)③生年月日④昼間の連絡先⑤教室名、しつけ方教室希望の方は⑥参加時間⑦犬の名前⑧犬種⑨性別⑩年齢も書いて、10月7日(必着)までにみどり公園課公園利用係へ 同係 他(1)参加者はこちらで保険に加入します。見学のみも大歓迎です(2)東京都公園協会が協力しています

■精神保健福祉ボランティア講座

地域でボランティアをしてみたい方、心の病をもつ人々との交流を通して、日常の暖かい人間関係をつくり地域の絆を結んでいきませんか。

時①10月13日(木)②18日(火)③25日(火)④26日(水)~11月7日(月)⑤11月8日(火) / ①~③午後2時~4時⑤午後2時~4時30分 場①~③⑤杉並保健所地下1階④は各施設 内①「精神障害者を取り囲むバリアを切り開くボランティアの力」②「病気による障害がどのようなものか」ほか③「家族・当事者が抱えている問題」④各保健センター(デイケア)または作業所の一日体験(実習)⑤まとめ 師①聖学院大学教授・助川征雄②とおる医院院長・高橋亨③NPO法人エルプ理事長・島本禎子、当事者⑤杉並区社会福祉協議会・疋田恵子 区内在住の方 定30名(抽選) 費1000円(④の交通費は受講者負担) 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)に参加可能回も書いて、10月3日(消印有効)までにゆるやかな会杉並(〒167-0051荻窪5-15-13杉並ボランティア・地域福祉推進センター付)へ 同杉並ボランティア・地域福祉推進センター 費5347-3939

■糖尿病にならないために、今できること

自分が糖尿病にならないか、どんなことに気をつけて過ごせばいいのか、医療・栄養・運動、自己血糖測定の実技を交えながら、楽しく学習しましょう。

時①10月13日(木)②20日(木)③11月2日(水)④9日(水)⑤16日(水)⑥12月15日(木) / いずれも午後2時~4時(計6回)。⑤のみ午前10時~正午 場①②④⑥高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)③⑤セシオン杉並(梅里1-22-32) 内①糖尿病と生活習慣病についての説明、体組成計・自己血糖測定器による測定②糖尿病専門医の講義③健康運動指導士による講義、ウォーキングの実技④栄養士・歯科衛生士によ

る講義⑤調理実習⑥フォロー教室、ヨガ 師②駅前つのだクリニック医師・角田圭子③東京アスレチッククラブ健康運動指導士・藤田温史④救世軍ブース記念病院栄養士・金子攻⑥ヨガ講師・出口真知子 区内65歳以下で糖尿病が気になっている方とその家族 定20名(申込順) 費無料 申込 同電話で、高円寺保健センター健康づくり担当 費3311-0116へ

■杉並健康ネットワーク講演会「心臓疾患の予防と最新治療」

上手な心臓疾患の予防法と驚くほど進歩した最新治療を紹介します。

時10月14日(金)午後2時 場杉並保健所(荻窪5-20-1) 師武蔵野赤十字病院循環器科副部長・山内康照 区内在住の方 定80名(申込順) 費無料 申込 同電話で、杉並保健所健康推進課 費3391-1015へ

■見つけよう!あなたに合った家庭料理~今見直される家庭料理と健康講座

伝統の味や外国料理を作り、日頃の夕食や持ち帰り食を補い、バランスの良い食事にしましょう。

時①11月5日(土)②12日(土)③12月3日(土) / いずれも午後2時~5時(計3回) 場阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-47-17) 師①山本布子②長嶋啓子③吉田倭子 区内在住・在勤・在学の方 定24名(申込順) 費1回700円 申込 往復ハガキ(11面記入例参照)で、10月20日(消印有効)までに男女平等推進センター(〒167-0051荻窪1-56-3)へ 同男女平等推進センター 費3393-4410 他(1)1歳~就学前の託児あり(事前申込制)(2)筆記用具・エプロン・三角巾・布巾を持参してください

■家族介護教室

◇なぜ、グループホームが認知症高齢者のためにあるのか!?~認知症への対応や地域で果たす役割

時10月4日(火)午後1時30分~3時 場永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師グループホーム永福・小松節子 区内在住・在勤の方 定30名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24永福 費5355-5124へ

◇もっと上手に使用しよう!携帯電話のイ・ロ・ハ

時10月14日(金)午後1時~3時30分 場河北総合病院西館(阿佐谷北1-7-3) 師NPO法人竹箒の会・橋詰信子 区内在住で60歳以上の方(既受講者は不可) 定20名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24阿佐谷 費3339-1588へ

◇成年後見制度入門

時10月20日(木)午後2時~3時30分 場久我山会館(久我山3-23-20) 師杉並区成年後見センター主任相談員・高橋利明 区内在住・在勤の方 定40名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24久我山 費5346-3348へ

◇50歳から考える~上手な医療サービスの使い方

時10月27日(木)午後3時~4時30分 場ゆうゆう堀ノ内松ノ木館(松ノ木2-38-6) 師医師・佐藤幹也 区内在住で50歳以上の方 定25名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24松ノ木 費3318-8530へ

◇きこえと補聴器の講座~難聴の知識と補聴器の選び方

時10月13日(木)午後1時30分~3時30分 場勤労福祉会館(桃井4-3-2) 師パナソニック補聴器・本村順宏 区内在住の方 定25名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24上荻 費5303-6851へ

◇「尊厳死とは」~生きることを考える

時10月3日(月)午前10時~正午 場産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師日本尊厳死協会関東甲信越支

部 支部理事・丹沢太良 区内在住・在勤の方、介護をしている方 定50名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24成田 費5307-3822へ

◇介護予防実践講座~若さの秘訣は「骨盤」にあり!?

時10月22日(土)午後1時30分~3時 場西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 師通所介護・介護予防コミュニティ保歩笑 理学療法士・江黒亮介 区内在住の方 定15名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24善福寺 費5311-1024へ

◇薬剤師さんに聞いてみよう!薬の正しい使い方~高齢期の薬との付き合い方

時10月13日(木)午後1時30分~3時30分 場ケア24堀ノ内(堀ノ内1-6-6) 師杉並区薬剤師会・高橋美子 区内在住の方 定12名(申込順) 費無料 申込 同電話で、ケア24堀ノ内 費5305-7328へ

◇認知症高齢者の理解と支援~認知症の人と家族の会の実践から

時10月3日(月)午後1時30分~3時 場永福ふれあいの家(永福2-14-20) 師認知症の人と家族の会東京支部副代表・関本紀美子 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 費無料 申込 同電話で、永福ふれあいの家 費3327-5811へ

すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック

こわれたおもちゃをなおしてもらおう。 時10月1日(土)午後1時~4時 師杉並おもちゃドクターズ 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費無料(部品代実費) 申込 同電話で、同情報館へ

◇自転車の手入れとパンクの直し方

日頃から自転車の手入れ方法を覚えて、安全に大切に乗りましょう。

時10月15日(土)午後1時~3時30分(雨天中止) 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費130円 申込 同電話で、同情報館へ

◇フリーマーケットの開催と出店者募集

時10月16日(日)午前10時~午後2時 区内在住・在勤の方(業者出店は不可) 定募集区画=15区画(抽選) 費無料 申込 往復ハガキ(11面記入例参照。グループ・家族は1枚)で、10月6日(必着)までに同情報館へ 他①群馬県東吾妻町の農産物の販売もあります(午前10時から。売り切れ次第終了)②福島県南相馬市支援チャリティーバザーも同時開催します

— (いずれも) —

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

リサイクルひろば高井戸

◇廃油(てんぷら油)から石けん作り体験コーナー

時10月7日(金)午前10時30分~正午 定10名(先着順) 費無料 申込 当日、直接会場へ(電話での申し込みも可)

◇アクリルたわし作り体験コーナー

時10月15日(土)午前10時30分~午後3時30分 定10名(先着順) 費1個100円 申込 当日、直接会場へ(電話での申し込みも可)

◇きものと洋服の簡単リメイク

時10月17日(月)午後1時30分~3時30分 定10名(申込順) 費600円 申込 同電話で、同ひろばへ 他長寿③対象事業

— (いずれも) —

区内在住・在勤・在学の方 場・同リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4 費3331-4360/水・木曜日休館)

台風12号災害に伴う義援金にご協力をお願いします

◇日本赤十字社では義援金を受け付けています

①奈良県・三重県

内受付期間=10月31日(月)まで▷入金方法=郵便振替で、奈良県は「00990-6-1106日本赤十字社奈良県支部義援金」(通信欄に「奈良県台風12号」と明記)へ、三重県は「00800-2-1840日赤三重県支部台風12号三重県義援金」(通信欄に「台風12号三重県」と明記)へ振り込んでください。

②和歌山県

内受付期間=12月8日(木)まで▷入金方法=郵便

振替で、「00960-5-1129日本赤十字社和歌山県支部台風12号義援金」へ振り込んでください。

— (いずれも) —

他期間中の手数料は無料です。受領証の発行を希望する場合はその旨を通信欄に記載してください。

◇区役所にも義援金箱を設置します

場設置場所=保健福祉部管理課地域福祉係(区役所東棟3階。土・日曜日、祝日を除く)または区民課区民係(東棟1階。日曜日、祝日を除く)

杉並区成年後見センター

成年後見制度は、高齢や障害のため判断能力が十分でない方の権利を守るしくみです

制度を知りたい方、ご相談のある方はご連絡を

☎5397-1551

月~金曜日午前8時30分~午後5時(祝日を除く) 荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階

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

■東京文化財ウィーク2011～東京9区古民家めぐりオープニングイベント

古民家を文化財として所有する9区の共催で、各区の古民家を紹介します。オープニングイベントとして、世田谷区の次大夫堀公園民家園で各区の古民家解説やクイズラリーなど、楽しく学べる催しを行います。

時10月10日(祝)午前10時～午後3時30分(雨天実施)
場世田谷区立次大夫堀公園民家園(世田谷区喜多見5-27-14) 費無料(申込)当日、直接会場へ 郷土博物館 ☎3317-0841

■科学創意工夫展

区内の小・中学生がまとめた研究記録や創意工夫して作った作品の展示と、催しを行います。

時10月8日(出)～10月10日(祝) 展示=午前9時～午後5時▷催し=下表のとおり 場科学館(清水3-3-13) 費無料(申込)当日、直接会場へ 科学館 ☎3396

(科学創意工夫展の催し)

科学ビデオ定220名(先着順)	午前10時～10時45分	午後1時30分～2時15分	
	10月8日(出)	「電気チェッカーを作ろう」「お魚温度計を作ろう」「空き缶分光器を作ろう」	「コイン選別機を作ろう」「声紋分析機を作ろう」「円の面積を測ろう」
	9日(日)	「電波を測ろう」「ストロー笛を作ろう」「1円玉やじろべえを作ろう」	「いっこく堂のエネルギー劇場」
プラネタリウム投映定140名(先着順)	午前10時55分～11時55分	午後2時45分～3時45分	
	8日(出)		「『宇宙の中の地球～(ロングバージョン)』+今夜の星空」 ※10月10日は、午後3時～4時
	9日(日)	「『HAYABUSA—BACK TO THE EARTH—(はやぶさ・バックトゥース)』+補足解説」	
	10日(祝)		

※1)プラネタリウム投映中に入退場はできません。また、5歳未満のお子さんの入場はご遠慮ください。2)10日の表彰式は午後2時～2時30分です。

-4391(他)①エレベーター・エスカレーターはありません②車での来館はご遠慮ください

講演・講座

■知の散歩道「標準語、共通語、公用語?コミュニケーションとは何か?」

日本語ではあまり気にしていない標準語、共通語、公用語。しかし、世界各国ではこの問題で戦争まで起きています。国内外でコミュニケーションをとるには何を知らなければならないかを考えます。



時10月8日(出)午後2時～4時 場中央図書館(荻窪3-40-23) 師白百合女子大学文学部英語英文学科准教授・田嶋宏子(右写真) 定60名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 中央図書館事業係 ☎3391-5754

■始めたいひとのウォーキング講座

認知症予防に効果のあるウォーキングを始めませんか。3日間の講座でウォーキングの習慣化を目指します。



時(1)10月13日(木)(2)20日(木)(3)27日(木) 午前10時～正午(計3回) 場高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 内(1)講義「ウォーキングと認知症予防」など(2)実技「ミニウォーキング(約2km)」など(3)まとめ 師NPO法人杉並さわやかウォーキング 区内在住で65歳以上の方 定20名(申込順) 費無料(申込)電話で、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 ☎歩きやすい靴・服装で、筆記用具(お持ちの方は歩数計・ウォーキングノート)を持参してください/長寿②対象事業

■新米ママのボディメンテナンス講座

育児で忙しく自分のことにまで手が回りにくい新米ママの皆さん、こころとからだをメンテナンスしてみませんか。

時①10月11日(火)②18日(火)③25日(火) 午前10時～正午

(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、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)	手芸教室～かぎ針で季節感あるお洒落な作品を	10月23日から毎月第4日曜日、午前10時～11時30分 費1回1000円(教材費別)
高円寺東館(高円寺南1-7-22 ☎・FAX3315-1816)	中国人講師による、太極拳24式の講習	10月3日から毎月第1・3月曜日、午前10時～11時30分 費1回500円
西荻北館(西荻北2-27-18 ☎・FAX3396-8871)	健康吹き矢(安全・健康・楽しい)	10月18日から毎月第3火曜日、午前9時30分～11時 費1回200円
荻窪館(南荻窪2-25-17 ☎・FAX3335-1716)	初心者のための三味線教室(稽古用三味線あり)	10月13日から毎月第2・4木曜日、午前10時30分～正午 定各5名 費1回1000円
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎・FAX3332-1076)	楽しい卓球～夜間、体を動かし、リフレッシュ	毎週月・火・木曜日、午後6時～8時 費各回100円
西田館(荻窪1-57-4 ☎・FAX3391-8747)	デジカメ写真教室～デジカメを上手に使うコツ	10月8日～29日の毎週土曜日、午前9時30分～正午(計4回) 費5000円
井草館(井草2-15-15 ☎・FAX3390-9672)	糖尿病レシピ講座 師管理栄養士・上田昌子	9月30日(金)午後2時～4時、10月23日(日)・11月27日(日) 午前10時30分～午後0時30分 費1回1000円

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

杉並ユネスコ協会創立60周年記念の集い

水は地球の主演

【日時】12月17日(出)午後1時～3時
【場所】セシオン杉並(梅里1-22-32)



▲川辺久造



▲辻萬長

●第1部 祝う会と合唱
時午後1時 内出演=西高混声合唱団 費無料(申込)当日、直接会場へ

●第2部 朗読劇「水の手紙」
作者井上ひさしからの「水」を通したメッセージです。

時午後2時～3時 内出演=松垣陽子▷出演=川辺久造、辻萬長、渡辺稔、辻輝猛、山谷典子、松垣陽子▷群読=公募の

区民有志 費500円、中高生300円、小学生以下無料(申込)ハガキまたはファクス(記入例参照)にチケット希望枚数も書いて、11月30日(必着)までに杉並ユネスコ協会事務局チケット係(〒167-0031本天沼3-11-9 国嶋方 ☎3394-9482)へ

—(いずれも)—
場杉並ユネスコ協会事務局・国嶋 ☎3394-9482

献血&骨髄バンクドナー登録会

献血は200ml献血と400ml献血があります。200ml献血は16～64歳まで、400ml献血は18～64歳までの方ができます。60歳を過ぎて献血の経験がある方は、69歳までご協力いただけます。

あわせて骨髄バンクドナー登録会も実施します。18～54歳までの健康な方であれば登録できます。皆様のご協力をお願いします。

なお、条件により、お受けできない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【日にち】9月26日(月)
【受付時間】午前10時～正午、午後1時30分～4時

【場所】区役所1階ロビー

【問い合わせ】杉並保健所地域保健課 ☎3391-1355

皆様のご意見をお寄せください

地方自治法改正に伴う「自治基本条例」の改正を検討しています

—問い合わせは、企画課へ。

区では、これまで、杉並区における自治の理念や区政運営の基本原則などを定めた最高規範である「自治基本条例」(以下「条例」といいます)に基づき、区民の皆さんの区政への参画・協働を進め、これからの時代にふさわしい「自治のまち」杉並の実現に向けて取り組んでまいりました。

この度、地方自治法(以下「自治法」といいます)が改正されたことに伴い、関係する条文の改正を検討しています。そこで、条例改正案の概要をお知らせするとともに、「杉並区区民等の意見提出手続に関する条例」に基づき、皆さんのご意見を伺います。

条例改正の必要性

地方自治法の一部を改正する法律(平成23年法律第35号)により、自治法の規定から、区市町村に基本構想の策定を義務付ける条文(第2条第4項)が削除されるなどの改正が行われました(同法律は、平成23年8月1日に施行)。

区の基本構想については、現在の条例(第14条第1項)で、「区は、地方自治法で定めるところにより、区議会の議決を経て、区政運営の指針となる基本構想を定める」と規定されています。自治法の改正に伴い、今後基本構想の策定にあたっては区議会の議決を経て定める等の条例改正を行う必要があります。

条例改正案の概要

区は現在、基本構想審議会を設置して、10年後の杉並区のあるべき姿(将来像)を描く、新たな基本構想の策定に取り組んでいます。

自治法から、基本構想を定義し、区にその策定を義務付ける規定が削除されましたが、区では、区民と共有する目標であり、区政運営の指針となる基本構想については、今後も、区議会の議決を経て策定する必要がありますと考えています。

このため、あらためて区独自に、条例(第14条第1項)において、基本構想の定義とともに、区議会の議決を経て基本構想を策定することに関する規定を設けていきます。

ご意見を お寄せください

条例改正案の概要や自治法改正などの関係資料は、区ホームページのほか、閲覧場所(各閲覧場所の休業日を除く)でご覧になれます。

①ハガキ、封書、ファクス、Eメールまたは閲覧場所にある意見用紙に書いて、10月20日(必着)までに企画課 FAX 3312-6912 ☒kikaku-city.suginami.lg.jp。

②ご意見には、住所、氏名(在勤の方は勤務先の名称と所在地、在学の方は学校名と所在地、事業者は事業所の名称と所在地、代表者の氏名)を記入してください。
③区ホームページの電子掲示板に、ご意見を書き込むこともできます。

▼開設期間

9月21日(水)～10月20日(木)

▼閲覧場所

企画課(区役所東棟4階)、区政資料室(西棟2階)、区民事務所・分室、駅前事務所、図書館

街の「絆」づくり講演会 & 地域活動団体交流会

【日時】10月8日(土)午後3時～5時20分
【場所】西荻地域区民センター(桃井4-3-2)
【問い合わせ】すぎなみNPO支援センター ☎3314-7260

◇講演会～街の元気を引き出す「絆」づくり

人と人がつながるような場づくりをテーマに、地域社会の活性化について学びます。どなたでも参加できます。

☎午後3時～4時 ☎エンパブリック代表取締役・広石拓司 ☎300名 ☎無料 ☎申込当日、直接会場へ

◇地域活動団体交流会～地域活動の「絆」づくりワークショップ

広石拓司氏のもと、NPOや地縁団体などが、お互いに元気を引き出す絆づくりについて考えていきます。ワークショップ終了後、懇親会を実施します。

☎午後4時15分～5時20分(引き続き懇親会を1時間程度実施)
☎区内を中心に活動しているNPO、井草・西荻地域の地縁団体など ☎定60名 ☎無料(懇親会は500円) ☎申込郵送、電話、ファクスまたはEメールに、団体名・参加者数・懇親会参加者数・事務所所在地・代表者名・電話番号・Eメールアドレス・主な活動内容とその地域・今後の事業予定を書いて、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 FAX 3314-7265 ☒info@nposupport.jp)へ

便利帳とガイドマップを発行します

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 暮らしの便利帳平成23年度版」と「すぎなみガイドマップ」(地図)を全面改訂して発行します。

区内の各ご家庭に、10月3日(月)～31日(月)の間にお配りします。

☎広報課

ジャズでみんな元気に!

阿佐谷ジャズストリート2011

10月28日(金)・29日(土)

青春時代を阿佐谷ですごした山下洋輔が、ニューヨーク・トリオとして神明宮・能楽殿で演奏するほか、立石一海トリオ「ジブリ・ミーツ・ジャズ」、大橋美加「ジャズで旅するシネマの世界」などおしゃやかなジャズ企画が満載! マーサ三宅、森崎Bellaなど、中央線ゆかりのメンバーも大集合!

—問い合わせは、阿佐谷ジャズストリート実行委員会 ☎5305-5075 FAX 5305-5074へ。

阿佐谷ジャズストリートは今年で17回目。

ディキシーバンドが街を練り歩き、商店街には小学生のジャズアートが展示されるほか、阿佐ヶ谷一帯の約50カ所でさまざまなジャズの演奏が繰り広げられ、街がジャズ一色に染まります。

区役所前では、杉並区と災害時相互援助協定を結んでいる南相馬市を支援するため、交流自治体による「応援ストリート」も開催されます(10月29日)。

◇パブリック会場(有料) = 共通パスポート 2日券4500円(前売り3800円)、1日券3000円(前売り2800円) = 神明宮・能楽殿など計13カ所

◇ストリート会場(無料) = JR阿佐ヶ谷駅前、区役所など計8カ所

◇バラエティ会場(別料金) = 喫茶店など計27カ所

◇チケット販売所 = 杉並区文化協会、ローソンチケット、チケットぴあ、セブン-イレブン・ファミリーマート(いずれも阿佐谷周辺の店舗のみ)

■当日のボランティア募集

希望者は、実行委員会へお問い合わせください(1日でも可)。



▲山下洋輔 N.Y. トリオ



▲マーサ三宅



▲ニューディキシーモダンボーイズ

☎http://www.asagayajazzst.com/

(発行日) 毎月1日、11日、21日

