

◆ 22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。

区民健診・がん検診の案内リーフレット(申し込みハガキ付き)を保健センター、区民事務所・分室、駅前事務所で配布しています。ご活用ください。

すべての健(検)診の対象年齢は、22年度(22年4月～23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。

◆◆ 受診期間にご注意ください ◆◆

区民健康診査は6月から始まっています。4月～9月生まれの方の受診期間は9月30日までです。また、10月～3月生まれの方の受診期間は10月1日～23年1月31日です(9月末に受診券を郵送します)。区民健康診査、各種がん検診とも受診期間終了間際は大変混み合います。お早めの受診をお勧めします。

◇ 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	ハガキ申込先/締切
①成人等健診	30～39歳で職場などの健診を受ける機会がない方	【4月～9月生まれ】 6月1日～9月30日 (受診券は5月末に発送)	★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) ★希望する方のみ有料で実施 ■胸部X線検査(300円) …30～64歳 ■大腸がん検診(200円) …40歳以上 ■前立腺がん検診(700円) …50・55・60・65・70歳の方(区内の指定医療機関でのみ実施) ※65歳以上の方は、胸部X線検査と生活機能評価を無料で実施します。	杉並保健所健康推進課 〒167-0051 荻窪5-20-1 最終締切=23年1月31日(月)
②特定健診	40～74歳で杉並区国民健康保険に加入している方	【10月～3月生まれ】 10月1日～23年1月31日 (受診券は9月末に発送)		
③後期高齢者健診(長寿健診)	後期高齢者医療制度に加入している方			

- ①成人等健診と③後期高齢者健診(長寿健診)の対象で19～21年度中に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特定健診の対象の方も申し込みの必要はありません。
- 22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。
- 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。

◇ 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	申込締切日(必着)	ハガキ申込先
④肺がん検診	35歳以上	9月30日まで	胸部X線検査 喀痰細胞診検査 ※1	1000円	第1回・2回締切=終了 最終締切=8月20日(金) ※各締切日の月末に受診票を郵送。	杉並保健所健康推進課 〒167-0051 荻窪5-20-1
⑤喉頭がん検診	55歳以上		喉頭鏡検査、ファイバースコープ検査	1000円		
⑥子宮頸がん検診	20歳以上	23年2月28日まで	視診・内診 頸部細胞診検査	1000円	締切=毎週金曜日 ※翌週水曜日に受診票を郵送。 最終締切=23年1月28日(金)	
⑦乳がん検診 ※2	40歳以上の女性		視診・触診、マンモグラフィ検査	1000円		
⑧大腸がん検診 ※3	40歳以上	23年1月31日まで	便潜血検査(2日法)	200円	締切=毎週金曜日 ※翌週水曜日に受診票を郵送。 最終締切=12月17日(金)	杉並区医師会胃がん検診担当 〒166-0004 阿佐谷南3-48-8 ☎3392-4114
前立腺がん検査 ※3	50・55・60・65・70歳		採血によるPSA検査	700円		
⑨胃がん検診 ※4	35歳以上	指定医療機関実施 23年1月31日まで 杉並保健所3階実施 23年3月19日までの木・金・土曜日 (祝日等を除く)	胃X線検査	1000円	指定医療機関実施分 最終締切=12月17日(金) 杉並保健所3階実施分 最終締切=23年2月18日(金) 申し込みハガキ受け付け後、受診票を郵送。	

- ※1. 肺がんのリスクが高いと医師が判断した方のみ実施。
- ※2. 次の方は申し込みをご遠慮ください…(1)乳腺科の疾病治療中・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)豊胸手術・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
- ※3. 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。予約の際、医療機関にお申し込みください。
- ※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のある(4)おおむね1年以内に胃がん検診を受けた

◆ 申し込みから受診まで ◆

ハガキ記載事項は(1)希望健(検)診名(2)住所(3)氏名(フリガナ)(4)生年月日(5)年齢(6)性別(子宮頸がん・乳がんは不要)(7)電話番号です。

健(検)診ごとに1人1枚、ハガキでお申し込みください(⑥子宮頸がん・⑦乳がん検診両方希望の場合は1枚で可)。

手順1.

申込先にハガキを出して申し込みをします。
※5

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。
※6

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。

- ※5. ハガキ申し込みが必要のない健(検)診があります。また、子宮頸がん・乳がん検診は、無料クーポン券対象年齢の方も必要ありません。
- ※6. 健(検)診の費用は、受診する窓口でお支払いください。なお、生活保護と中国残留邦人等の生活支援助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。申請受付窓口は、杉並保健所健康推進課、保健センター、福祉事務所です。

◇ 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すので、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	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)
成人歯科健診再評価調査	21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)			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、歯科保健指導を実施。受診医療機関から連絡します。
眼科検診	40・45・50・55・60歳	10月1日～23年1月31日	300円	問診、眼圧測定、眼底検査(細隙顕微鏡検査)

◆ 女性特有のがん(乳がん・子宮頸がん)検診推進事業のお知らせ ◆

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、区が実施する検診です。下表の対象年齢の方にがん検診無料クーポン券を7月13日に郵送しました。受診期間は23年2月28日までです。受診期間終了間際は大変混み合います。お早めの予約・受診をお勧めします。なお、7月以降に杉並区へ転入した方で、前住所地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。

検診名	対象年齢	生年月日	対象年齢	生年月日
子宮頸がん検診	20歳	平成元年4月2日～2年4月1日	25歳	昭和59年4月2日～60年4月1日
	30歳	昭和54年4月2日～55年4月1日	35歳	昭和49年4月2日～50年4月1日
乳がん・子宮頸がん検診	40歳	昭和44年4月2日～45年4月1日		
	45歳	昭和39年4月2日～40年4月1日	50歳	昭和34年4月2日～35年4月1日
乳がん検診	55歳	昭和29年4月2日～30年4月1日	60歳	昭和24年4月2日～25年4月1日

特定健診結果でメタボリックシンドロームの疑いがある方へ「特定保健指導利用券」をお送りします

専門スタッフ(医師・保健師・栄養士など)があなたと一緒に、今までの生活習慣を見直して、内臓脂肪を減らすための具体的な方法を考えます。
 ① 杉並区国民健康保険に加入の40～74歳
 ② 特定健診の結果がメタボリックシンドロームの疑いあり
 ③ 糖尿病、高脂血症、高血圧症のいずれの内服治療も受けていない
 ④ 無料 国保年金課保健事業担当

現況届の提出をお忘れなく!

- 児童扶養手当
- ひとり親家庭等医療費助成
- 特別児童扶養手当

提出期限は8月31日(必着)

児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成を受けている方に、7月末に現況届用紙を郵送しました。特別児童扶養手当を受けている方には、8月上旬に現況届用紙を郵送します。

現況届は、引き続き支給要件があるかを確認するためのものです。8月1日現在の状況を記入して、いずれも8月31日(必着)までに提出してください。提出がないと手当や医療費助成が受けられなくなります。

各制度とも所得制限があります。詳細は、各係(左下参照)にお問い合わせください。また、区内に住所があり、制度に該当すると思われる方も、各係にお問い合わせください。

◇ 児童扶養手当

▽ 対象 II 児童が、18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障

害のある児童は20歳未満)まで、離婚などにより父と生計を異にする児童を養育し、公的年金などを受けていない方。

21年度に支給停止となっている方と、受給者または扶養義務者の21年分所得が制限額以上あると思われる方も、必ず提出してください。審査結果は9月上旬から順次発送予定です。

なお、児童扶養手当受給資格発生から5年を経過する方(一部を除く)は、「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書(緑色の用紙)をすでに送付しています。現況届とともに提出してください。

◇ ひとり親家庭等医療費助成

▽ 対象 II 児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日(一定の障害のある児童は20歳未満)まで、離婚などにより父または母と生計を異にする児童を養育しているひとり親家庭などで、国民健康保険または社会保険に加入している方。

引き続き受給資格がある方には、12月下旬に医療証を、所得超過などにより12月末で受給資格が消滅する方には、受給資格消滅通知を送付します。

◇ 特別児童扶養手当

▽ 対象 II 20歳未満で障害のある児童(愛の手帳おおむね1〜3程度、身体障害者手帳おおむね1〜3級程度、その他日常生活に著しい制限を受ける内部障害または精神の障害がある児童)を監護または養育している方。

◆ 問い合わせ先

- 児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成 II 子育て支援課 子ども医療・手当係
- 特別児童扶養手当 II 障害者施策課障害者福祉係

ご利用ください。障害者相談支援事業

区では、7月から新たな事業所(左表※印)に障害者相談支援事業を委託し、今までの自立生活支援センター3カ所などと合わせ、障害のある方、家族の方がより安心して暮らしていただけるように、相談支援体制を整備しました。

豊かな地域生活を送っていくために、ご自分で選択・決定することを尊重した上で、複数のサービスを活用していくための情報提供・サービス利用援助な

どの相談支援を行っていきませう。

いずれの事業所でも、身体的・知的・精神障害に対応した相談を行っています。

また、自立生活支援センターでは、障害に対する理解や自立生活を手助けする各種講座なども行います。

専門の相談員が対応しますので、お気軽にご利用ください。

☎ 障害者生活支援課相談・就業支援担当

〈障害者相談支援事業所〉

種類	事業所名・所在地・電話番号	受付時間
自立生活支援センター	杉並障害者自立生活支援センター「すだち」 今川2-14-12 ☎5310-3362 FAX5310-3561	午前9時30分～午後7時30分。時間外は、緊急時のみ電話で対応(第1・3土曜日、年末年始は休み)
	障害者地域自立生活支援センター「やなぎくぼ」 高井戸東4-10-5 杉並障害者福祉会館内 ☎3331-2510 FAX3335-3581	午前9時30分～午後6時(月曜日、年末年始は休み)
	地域生活支援センター「オブリガード」 荻窪5-20-1 杉並保健所5階 ☎3391-1976 FAX3391-1977	午前9時～午後7時、土・日曜日は午後5時まで(祝日、年末年始は休み)
相談支援事業所	すぎなみ障害者生活支援コーディネートセンター「すぎコ」 高円寺南4-27-4 高円寺ホワイトレジデンス202 ☎3315-2110 FAX3315-2119	午前10時～午後6時(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)
	いたる相談室 阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル101 ☎3868-2113 FAX3868-2114	午前10時～午後6時(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)
	相談支援事業所なでしこ 高円寺北1-28-1 ☎5345-6741 FAX3388-5279	午前10時30分～午後7時30分(土・日曜日、年末年始は休み)
	相談支援事業所リリーフ※ 阿佐谷南3-37-13 大同ビル4階 ☎5335-1233 FAX5335-1228	午前10時～午後6時(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)

国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者の方へ

入院時の食費等の減額

☎国保年金課国保給付係、高齢者医療係

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者で、住民税が非課税世帯の方は、入院時の食事代(一食260円)が減額になります。申請していただく「限度額適用・標準負担額減額認定証」を発行しますので、保険証と一緒に医療機関に提示してください。

減額するのは、認定証を申請した月の1日からです。過去1年間の入院が90日を超えた場合、再度申請をするとその申請日からさらに食事代を減額します(下表参照)。

申請方法の詳細は、お問い合わせください。

住民税の申告がお済みでない方は、事前に申告をしてください。

※療養病床に入院する場合、食費と住居費(入院時生活療養費)の負担額も減額します(国

入院時の食事代の減額後の金額

◇70歳未満の方	
住民税	過去1年間の入院が90日以内=210円
非課税世帯	過去1年間の入院が91日以降の申請日から=160円

◇70歳以上の方・後期高齢者医療制度に加入の方		
住民税 非課税世帯	低所得Ⅱ	過去1年間の入院が90日以内=210円 過去1年間の入院が91日以降の申請日から=160円
	低所得Ⅰ※	100円

※低所得Ⅰ=世帯員それぞれの所得が一定基準以下の方。

国民健康保険加入者は65歳以上の方が対象。詳細は、お問い合わせください。

都営住宅 入居者を募集します

◇ 募集戸数

① ポイント方式による募集(家族向のみ) 1290戸

② 単身者向 230戸

③ 単身者用車いす使用者向 2戸

シルバニア住宅(高齢者集合住宅・単身者または二人世帯向) 63戸

③ 事業再建者向定期使用住宅 10戸

※①③のうち、1カ所のみ選んでお申し込みください。申し込みのできる方などの詳細は、募集案内をご覧ください。

◇ 申込書・募集案内の配布期間

8月2日(月)〜11日(水)(各配布場所の休業日を除く)

◇ 申込書・募集案内の配布場所

住宅課(区役所西棟5階) ③

は、平日の開庁時間に住宅課のみで配布)、福祉事務所、区民事務所

● 問い合わせ先

JKK東京募集センター 都営募集課 ☎3498-8894、配布期間中は ☎0570-010810 (いずれも土・日曜日は除く)

● 区コールセンター ☎8800 または ☎3372-8800

● 住宅課

所・分室、駅前事務所(平日夜間と休日は区役所の休日・夜間受付でも配布)

また、申込書の配布期間中のみ、JKK東京(東京都住宅供給公社)ホームページ <http://www.w-to-kousya.or.jp/>からも取り出せます。

◇ 申し込み方法

申込書を郵送で、8月16日(必着)までに申込先に届いたもの限り受け付けます。

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

障害のある方

現在お使いの(●)医療証(以下「医療証」)の有効期限は8月31日です。新しい医療証は8月23日(月)に発送します。手続きの必要はありません。

ただし、22年度(21年中)所得が右下表の基準額を超えている場合、9月からの受給資格は喪失します。

現在お使いの医療証は、9月1日(30日)に障害者施策課(区役所東棟1階)、福祉事務所、区民事務所・分室、駅前事務所に返却してください(障害者施策課へ郵送可)。

以前医療証を受給していたが、現在受給資格が喪失している方へ
次の①または②に該当する方

原付バイク・自動二輪・軽自動車等をお持ちの方へ
軽自動車税の納め忘れはありませんか？

◇22年度軽自動車税(納期限5月31日)の納税はお済みですか
まだ納めていない方は、延滞金が加算される場合がありますので至急お納めください。

◇すでにお持ちでないバイク等の納税通知書が届いていませんか
他人に譲渡したり盗難に遭った場合でも、区役所への申告が済んでいないと軽自動車税が課税されます。

区課税課税務管理係 ☎5307-0629

(●)医療証22年度所得制限基準額

扶養親族数	本人(20歳未満の場合健康保険の世帯主・被保険者)の21年中の所得
0人	360万4000円
1人以上	上記額に1人につき38万円を加算

※昨年度と変更はありません。

はご相談ください。

①22年度(21年中)の所得が右表の基準額以内②後期高齢者医療被保険者証をお持ちで、22年度の住民税が非課税

◇保険変更などの届出を
健康保険証や住所・氏名などに変更があった場合は、必ず届出をしてください。

——(いずれも)——

障害者施策課障害者福祉係
または福祉事務所(荻窪 ☎3398-9104 / 高円寺 ☎5306-2611 / 高井戸 ☎332-7221)

通所生活リハビリ事業の利用者を募集します

オリガードでは、疾病・外傷などにより、心身・コミュニケーションに障害のある中途障害者を対象に通所サービスを行っています。通所が困難な方は送迎サービスが利用できます。

利用手続きは地域生活支援係「オリガード」で受付・面接・利用申請・利用承認(通所場所は、杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5)区内在住の疾病・外傷などにより心身に障害のある中途障害者で18歳以上64歳未満の方(10名無料)電話、ファクス(7面記入例参照)または直接、8月31日までに障害者生活支援課地域生活支援係「オリガード」(荻窪

採用情報

区立子供園 非常勤看護師(嘱託員)

区立子供園の健康管理・健康指導・応急処置など勤務期間10月1日(23年3月31日)年度単位で5回まで更新可。ただし、65歳に達した年度末で退職▽勤務日時11月16日勤務(原則、月曜日・祝日休み)午前8時30分(午後5時15分)実働7時間45分)▽募集人数1名▽資格

看護師免許があり採用時点で65歳未満の方▽報酬月額20万8200円以上(実務経験により報酬加算あり)▽その他交通費支給(月額5万5000円限度。支給要件あり)。社会保険・雇用保険加入。有給休暇・健康診断あり履歴書と看護師免許証の写しを、8月2日(24日午後5時(必着)までに保育課(区役所東棟3階)へ簡易書留で郵送または持参同課他①書類選考合格者には面接試験を実施します(9月3日(金)予定)②結果は9月中旬にお知らせします③応募書類は返却しません

募集します

杉並・わがまち クリーン大作戦参加団体

毎年多くの方の協力を得て実施しているクリーン大作戦の参加団体を、今年も募集します。

活動期間11月に10月の1カ月間(年間を通しての活動も可能です)▽集めるごみの種類原則、可燃ごみ・不燃ごみ▽区

からの支援活動状況にあわせて、ごみ袋のほり旗の啓発用物品を提供します(計画書を環境課(区役所西棟7階)へ請求の上(区ホームページからも取り出せます)、9月30日までに環境課へ郵送または持参同課

「わがまちの警察官」を推薦してください

区では、日ごろから地道に警察活動を推進し、犯罪の抑止に顕著な成果をあげた警察官を「わがまちの警察官」として、17年度から顕彰しています。区民の安全・安心のため熱心に活躍している警察官を推薦してください。

推薦は、高井戸・荻窪警察署に勤務する警察官(文書または電話で、所属する警察署・候補者氏名・推薦理由を、8月18日までに危機管理対策課へ同課

第10回杉並ふれあい農業推進フォトコンテスト

「杉並の農業」についてもっと理解を深めてもらえるようなイメージの写真を募集します。

賞金は、5000円分商品券(11月上旬に区役所で受賞作品展示予定)区内在住・在勤・在学の方(作品の裏面に住所・氏名・電話番号を書いて、8月2日(10月15日(必着)までに農業委員会(産業振興課産業係(区役所西棟10階)へ郵送または持参同委員会他①応募作品は返却しません②個人を特定できる場合は応募前に必ず写っている人の承諾を得てください③入賞作品はネガなどの提出をお願いしたり杉並の農業振興に関するイベントなどに利用するこ

平和のためのポスター 絵画コンクール作品

「戦争のない、平和な世界をつくるためにはどうしたらよいか」を表す作品(1人1点。自作のもの)▽色自由▽大きさA3判▽B3判▽賞小・中学生それぞれ金賞3点、銀賞5点、銅賞7点の計30点。賞状と記念品を贈ります(区内在住・在学の小学4年生(中学生)区内在住の各小学校へ提出。区外(フリガナ)・電話番号・学校名・学年を書いて、9月10日(必着)までに区民生活部管理課庶務係(区役所西棟7階)へ郵送または持参同係他①応募者全員に参加賞を贈ります②入賞作品は返却しません③作品の著作権は区に帰属し、氏名を公表の上、平和啓発事業に使用します

ユースプロジェクトすぎなみ企画「オーダーメイドスクール」実行委員

区内の中学生による委員会「ユースプロジェクトすぎなみ」では、いろいろな講座を自分たちで企画し参加する催し「オーダーメイドスクール」を12月ごろに実施する予定です。この催しを、ユースプロジェクト委員と一緒に手伝いたいだけの方を募集します。実行委員会は月1、2回程度、区会議室などで行います。

区内在住・在学中の中学生(18歳の方)無料(活動中の交通費などは自己負担)郵送、電話、ファクスまたはEメール(7面記入例参照)に在学中の方は学年も書いて、8月31日(必着)までに児童青少年課青

光明院南遺跡で出土した石棒を速報展示

新聞紙上でも報道された、光明院南遺跡で出土した石棒を、企画展「杉並の考古展2010」を開催中の郷土博物館で展示します。



この石棒(右下写真)は、上荻2丁目の光明院南遺跡の発掘現場で発見された「柄鏡形住居」と呼ばれる形態の縄文時代の住居跡(4500年前ごろ。左写真)から出土したものです。石棒とは、男性器をシンボルとした石器で、縄文時代の祭祀に関係する遺物と考えられています。

9月26日(日)まで郷土博物館(大宮1-20-8)観覧料100円(観覧料。中学生以下無料)郷土博物館 ☎3317-0841(毎週月曜日、第3木曜日休館(祝日の場合は開館し翌日休館))または社会教育スポーツ課文化財係

施設情報

会議室・区民集会所の工事
上荻窪会議室(上荻3-16-6)はトイレ改修工事を行うため、11月1日(12月末の間)利用できません。

西荻南区民集会所空調工事
西荻南区民集会所(西荻南3-5-23)は児童館部分の空調工事のため、11月1日(30日)の間、遊戯室・集会所兼音楽室の利用はできません。

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(8月11日(水)

8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。8月21日(土)午後1時(4時(事前予約制)区政相談課(区役所東棟1階)区内土地・建物・相続・その他法律上のこと(6名(一人30分。申込順)無料)8月16日(月)20日(金)午前8時30分(午後5時)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(同課他月(金曜日)の午後5時(事前予約制)を実施しています(事前

ありがとうございました

5月～6月のご寄付(敬称略・順不同)

【福祉】匿名=5万円▷(社)東京乗用旅客自動車協会新都心支部=6万円【みどりの基金】立正佼成会杉並教会=10万円▷みどりのイベント2010参加者有志=777円▷高岡和佐=4万円▷高岡和敏=30万円▷新日本婦人の会カンナ班=2000円▷杉並区内造園業者有志の会=8405円▷く～る・あ～す=5974円【NPO支援基金】匿名=10万円

山口県・広島県大雨災害義援金にご協力ください

◆日本赤十字社では義援金を受け付けています
受付期間=山口は8月20日(金)まで、広島は8月31日(火)まで
▷入金方法=郵便振替で、山口は「01270-4-80011日本赤十字社山口県支部」(通信欄に「山口県大雨災害」と明記)、広島は「01200-8-80014日本赤十字社広島県支部」(通信欄に「平成22年広島県大雨災害」と明記)へ振り込み。／いずれも、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
設置期間=山口は8月20日(金)まで、広島は8月31日(火)まで
▷設置場所=保健福祉部管理課地域福祉係(東棟3階。土・日曜日を除く)または区民課区民係(東棟1階)
関保健福祉部管理課地域福祉係

平和への祈りを込めて 黙とうをささげましょう

関区民生活部管理課庶務係

まもなく、広島と長崎の65回目の原爆の日を迎えます。

戦争や核兵器による惨禍を二度と繰り返さないために、原爆死没者・戦没者の冥福と世界の恒久平和の実現を祈念し、それぞれの時刻に合わせて1分間の黙とうをささげましょう。

家庭や地域、職場で平和の尊さを見つめなおし、平和への誓いを新たにしましょう。

◇広島=8月6日(金)午前8時15分

◇長崎=8月9日(月)午前11時2分

◇全国戦没者追悼式=8月15日(日)正午



SPORTS
スポーツのある暮らし
健康の第一歩

競技大会

●区民体育祭秋季大会

◇ソフトテニス(一般の部)

関9月12日(日)午前9時～午後7時(予備日は9月26日(日)) 関松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 関種目(ダブルス)=男子=一般、壮年(45歳以上)▷女子=一般、壮年(45歳以上)▷グラウンドシルバー(男子65歳以上、女子55歳以上。ミックスチームも可)▷初級者の部(本大会未経験者) 関区内在住・在勤・在学で16歳以上の方関1組1000円(当日)関ハガキ(7面記入例参照)に種目も書いて、9月2日(必着)までに区ソフトテニス連盟・田中達三(〒167-0021井草2-18-12)へ関同連盟・田中☎3397-6239(午後7時～9時)

●区民体育祭冬季大会

◇サッカー

関9月19日～12月の日曜日・祝日、午前9時～午後5時 関井草森公園運動場(井草4-12-1)・下高井戸運動場(下高井戸3-26-1)・上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 関種目=高校の部(区内高校の学校代表チーム)、一般の部(区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生は除く)、シニアの部(区内在住・在勤で40歳以上の男子で編成されたチーム) 関1チーム1万円関関連盟未加盟チームは電話で、8月19日までに区サッカー連盟・大槻☎090-9833-5041(午前9時～午後10時)へ関加盟チームは連盟から通知します

●区民体育祭

◇空手道

関10月24日(日)午前9時～午後5時 関日本大学鶴ヶ丘高等学校(和泉2-26-12) 関種目=組手・形個人戦(年齢別、男女別)、組手団体戦 関区内在住・在勤・在学または区空手道連盟に加盟している団体に所属している方関個人戦=1種目1000円、団体戦=1チーム3000円関申込書(区体育施設で配布)と参加費を、8月15日(必着)までに区空手道連盟・渡辺隆明(〒155-0031世田谷区北沢3-30-20)へ現金書留で郵送関同連盟・渡辺☎090-3473-4994

スポーツ教室

●個人フットサルナイトin高円寺体育館

当日集まった仲間と試合を楽しみます。
関8月5日(木)・7日(土)・19日(木)・21日(土)・26日(木)午後9時～11時 関高円寺体育館(高円寺南2-36-31) 関区内在住・在勤・在学の方関各30名(先着順)関各1000円関当日、直接会場へ関高円寺体育館☎3312-0313関①靴は室内用の運動靴で靴底がアメ色のものを使用してください②車・バイクでの来場はご遠慮ください

●妙正寺バスケットボールスクール

プロチーム東京アパッチ公認のスクールコーチに教えてもらおう。
関8月7日～9月18日の第1・3土曜日、

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8月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。

午後5時～7時 関妙正寺体育館(清水3-20-12) 関区内在住・在勤・在学で16歳以上の方関各30名程度(先着順)関1回500円関当日、直接会場へ関妙正寺体育館☎3399-4224

●弓道・アーチェリー認定講習会

弓道場を利用するには利用証(一定の技量を認定)が必要です。安全に利用するために、段位などをお持ちでない方は講習会に参加し、認定を受けてください。認定を受けた方には技量に応じた利用証を発行します。

関アーチェリー=8月21日(土)▷弓道=8月28日(土)／いずれも午前9時～午後1時 関上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) 関弓道またはアーチェリー経験がある16歳以上の方関各36名(申込順)関無料関関電話で、上井草スポーツセンター☎3390-5707へ関弓具一式と弓道は胴着、アーチェリーは運動着を持参してください

●ゴルフ入門講座

関①8月28日(土)～10月7日(木)②10月23日(土)～12月2日(木)／時間は土・日・水・木曜日の各日午前11時～午後0時30分、土曜日の午後2時～3時30分、水曜日の午後7時30分～9時(①②各計6コース(各週1回で計6回)。区後援) 関水・木曜日は西荻ゴルフセンター(西荻北2-37-8)、土・日曜日は三鷹台総合ゴルフ練習場(三鷹市牟礼2-6-7) 関区内在住・在勤で20歳以上の方関各12名(申込順)関各1万5000円関往復ハガキまたはファクス(7面記入例参照)に希望コースを第2希望まで書いて、各講座開講日の前日(必着)までに大友和男(〒166-0011梅里2-8-3 FAX042-463-5750)へ関畔蒜(あびる)☎090-5560-0424関筆記用具・クラブ(パター・9Iなど)を持参してください。無料貸し出しもあります

●障害者のためのわいわいスポーツ教室

障害の程度が重い方のための楽しいスポ

ーツ教室です。今回は「プールで遊ぼう」を行います。

関9月4日(土)午前9時30分～正午 関上井草スポーツセンター温水プール(上井草3-34-1) 関区内在住・在勤・在学の15歳以上で障害の程度が重い方関30名(抽選)関無料関申込書(社会教育スポーツ課(区役所東棟6階)、福祉事務所、区体育施設で配布)を、8月13日(必着)までに社会教育スポーツ課へ郵送または持参関同課関①一般の交通機関の利用が困難な方は、リフト付きバスの送迎が利用できます②当日参加者と一緒楽しんでいただけるボランティアの方を募集しています

●ザ・メンズボクシング ⑤教室番号「0814」

関9月3日～10月8日の毎週金曜日、午後7時～9時(計6回) 関永福体育館関元世界WB Aスーパーフライ級チャンピオン・飯田賢士 関区内在住・在勤・在学で16歳以上の男性関30名(抽選)関3600円関往復ハガキ(7面記入例参照)で、8月12日(必着)までに永福体育館(〒168-0064永福3-51-17)へ関同体育館☎3328-3146関託児あり(事前申込制)

●シグマスポーツ指導 秋の初級者硬式テニス(火曜コース) ⑤教室番号「0849」

関9月7日～10月26日の毎週火曜日、午前11時～午後1時(計8回) 関妙正寺体育館人工芝庭球場 関区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心・初級者関40名(抽選)関6500円関往復ハガキ(7面記入例参照)で、8月12日(必着)までに妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12)へ関同体育館☎3399-4224関3歳～就学前の託児あり(事前申込制)

●東京ヴェルディ バレーボール教室 ⑤教室番号「0826」

講師はプロの選手です。初心者でも気軽に参加してください。
関9月7日～10月12日の毎週火曜日、午

後7時～9時(計6回) 関大宮前体育館 関東京ヴェルディバレーボールチーム 関区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性関40名(抽選)関4200円関往復ハガキ(7面記入例参照)で、8月17日(必着)までに大宮前体育館(〒168-0081宮前2-11-11)へ関同体育館☎3334-4618関3歳～就学前の託児あり(事前申込制)

その他

●キンボール交流大会ボランティアスタッフ募集

23年1月23日(日)に高円寺体育館(高円寺南2-36-31)で実施する区民体育祭スポーツ・レクリエーション大会「杉並区キンボール交流大会」の運営をお手伝いしていただける方を募集します。



「キンボール」は直径122cm・重さ1kgの大きなボールを使って、大人も子供も一緒に楽しめるスポーツです。あなたも一緒に大会を盛り上げませんか!

関関電話で、8月20日までに社会教育スポーツ課社会体育係へ関月1回程度実行委員会を開催します

●上井草スポーツセンター小運動場オープニングイベント

関8月29日(日)～31日(火) 関上井草スポーツセンターゲートボール場兼小運動場 関下表のとおり 関区内在住・在勤・在学の方関無料関電話または直接、8月1日(日)午前10時から上井草スポーツセンター(上井草3-34-1 ☎3390-5707)へ(申込順) 関同スポーツセンター関①定員に満たない場合は8月16日(月)午前9時から区内在住・在勤・在学以外の方の申し込みを受け付けます②詳細は、区体育施設・地域区民センターのチラシまたは同スポーツセンターホームページ <http://www.kamiigusa-spocen.net/> をご覧ください

〈上井草スポーツセンター小運動場オープニングイベント〉

日 時	イベント名	内容・講師・対象	定員
8月29日(日)	午後1時～1時20分	オープニングセレモニー(申し込み不要)	
	午後1時30分～2時45分	親子サッカー教室 関F C東京関年中・年長のお子さんとその保護者	20組 40名
	3時15分～4時30分	親子野球教室 関ジャイアンツアカデミー関小学1・2年生とその保護者	15組 30名
	5時～8時45分	身体づくり・動きづくり講習会① 小学6年生～中学2年生に必要な身体の基礎知識や動きを学びます。関F C東京関スポーツ指導者または指導者を目指している方	30名
30日(月)	午前9時～午後2時30分	ゲートボールONE DAYオープン大会 関区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム	8 チーム
	4時～6時	ニュースポーツ体験会(ユニホック&ペタンク) ホッケーに似たスポーツ「ユニホック」とフランスの伝統スポーツ「ペタンク」を体験してみよう。関小学3～5年生	40名
	6時30分～8時	身体づくり・動きづくり講習会② さまざまなスポーツに共通して必要なステップワークやバランスを、楽しみながら習得しよう。関F C東京関小学6年生～中学2年生	30名
31日(火)	午前9時30分～10時30分	青空ヨガ 青空のもとで、ポーズをやさしく丁寧に、動きや呼吸・内面に意識を向け、ゆっくり行います。関16歳以上の女性	40名
	11時～午後0時15分	元気モリ×2トレーニング ゲーム感覚で楽しめるコーディネーショントレーニングです。関運動嫌いやまたはこれから運動をはじめようとする小学生	30名
	5時～6時30分	夏休みエンジョイサッカー 関F C東京関小学4～6年生	30名
	7時～8時45分	はじめてのフットサル教室 関F C東京関40歳以上の方(女性は20歳以上の方)	20名

■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、急病時の適切な対処法、小児科のかかりつけ医をもつことの重要性をお話しします。

時 8月26日(木)午後2時～3時30分 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 師 石川小児科医院医師・小口美香 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 電話で、上井草保健センター ☎3394-1212 へ 他 託児は申し込み時にご相談ください

■お母さんの再就職応援セミナー～考えてみませんか? 「しごと」と「就職」

自分の興味や生活を考え、「自分にあった仕事は何か」など、就職支援アドバイザーや参加者と一緒にグループワーク形式で考えます。

時 8月24日(火)午前10時～正午 場 区役所第5会議室(西棟6階) 師 東京しごとセンター・内田ひとみ、滝澤理砂 区内在住でひとり親家庭の母親または再就職をお考えの母親 定 28名(抽選) 費 無料 申 郵送、電話またはファクス(7面記入例参照)で、8月16日午後7時(必着)までに子ども家庭支援センター(〒166-0004阿佐谷南1-14-8 ☎5929-1902 FAX 5929-1903) へ 同 支援センター 他 ①印鑑と筆記用具を持参してください②セミナー終了後、必要な方には「講座受講証明書」を交付します③東京しごと財団との共催事業です

■消費者講座「知ってなっとく! 上手な歯科のかかり方」

「かしこい患者」になって、上手に歯科にかかる方法を歯科医師が伝授します。また、歯科衛生士が上手なブラッシングの実技指導も行います。

時 8月24日(火)午後1時30分～3時30分 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 区内在住・在勤・在学の方 定 60名(申込順) 費 無料 申 電話で、区コールセンター ☎#8800 または ☎3372-8800 へ 同 消費者センター ☎3398-3141 他 2歳～就学前の託児あり(8月16日までに区コールセンターへ申し込み)

■図書館講演会「自転車で痩せた人～イキイキ楽しい自転車生活のススメ」

肥満、高脂血症、高血圧を改善するために手にした自転車。わずか2年で24kgの大減量をなしとげた講師が、自転車生活のすべてを語ります。

時 9月4日(土)午後2時～3時 場 下井草図書館(下井草3-26-5) 師 S F 作家・高千穂遙 17歳以上の方 定 35名(申込順) 費 無料 申 直接、下井草図書館

へ 同 図書館 ☎3396-7999

■杉並でくらす外国人のためのにほんご教室

日常生活を送るのに必要な基本的な日本語の会話や読み書きを学ぶ、レベル別クラスレッスンです。

時 9月17日(金)～11月30日(火)の毎週火・金曜日、午後6時30分～8時30分(11月23日(祝)・26日(金)を除く。計20回) 場 セシオン杉並 費 1ヵ月2000円×3回(テキスト代別) 申 往復ハガキ(7面記入例参照)で、9月7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 他 ①1歳～就学前の託児あり(事前申込制。申込順) ②クラス分けのための面接を9月14日(火)午後6時30分からセシオン杉並で行います

■歩く好奇心教室

「歩く」ことを仲間と続けることで、認知症予防を目指す教室です。歩く早さの計測をしたり、実際にウォーキングを楽しみます。

◇ケア24堀ノ内教室 時 9月7日～10月12日の毎週火曜日と11月16日(火)、午前9時30分～11時30分(計7回) 場 方南和泉会議室(和泉4-42-5)

◇ケア24松ノ木教室 時 9月7日～10月12日の毎週火曜日と11月16日(火)、午後2時～4時(計7回) 場 堀ノ内松ノ木会議室(松ノ木3-3-4)、10月12日は梅里区民集会所(梅里2-34-20)

— (いずれも) —

師 IBCコミュニケーションズスタッフほか 区内在住で65歳以上の方 定 各20名(抽選) 費 無料 申 8

〈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
和泉館(和泉4-16-22 ☎・FAX3323-5663)	下手でいい下手がいい夏の思い出に親子絵手紙	8月22日(日)午前10時～11時30分 同 親子・祖父母と孫 費 1組800円(材料費込み) / 長寿③
永福館(永福2-4-9 ☎・FAX3321-6632)	明るく楽しい、夏休み健康体操教室 師 深谷節	8月17日(火)午後1時30分～2時30分 同 区内在住の方 費 300円 / 長寿③
浜田山館(浜田山4-18-31 ☎・FAX3315-7815)	童心に帰って「ぬり絵教室」	8月25日から毎月第4水曜日、午前10時～正午 費 1回300円 / 長寿③
和田館(和田1-41-10 ☎・FAX3384-3751)	老い支度の勉強会「葬儀・相続のあれこれ」	9月26日(日)、10月3日(日)・10日(日)午後1時～3時 費 1回500円 / 長寿③
馬橋館(高円寺南3-16-14 ☎・FAX3315-1249)	社交ダンスサロン	8月28日(土)、9月11日(土)・25日(土)午後1時30分～4時 同 地域にお住まいの方 費 1回500円 / 長寿③
高円寺南館(高円寺南4-44-11 ☎・FAX5378-8179)	ハワイアンフラ入門 師 レイウラレオ長沼知恵子	8月12日から毎月第2・4木曜日、午前10時～11時30分 同 区内在住・在勤で40歳以上の方 費 1回500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。「広報すぎなみ」7月21日号7面に掲載した井草館の催しの「費用1回200円(お茶・お菓子付き)」は、「費用無料(お茶・お菓子なし)」に変更となりました。

区内で働く皆さんへ

ジョイフル杉並 会員募集中

(財)杉並区勤労者福祉協会

お得な福利厚生事業をご利用ください

【対 象】
区内の300人以下の中小企業にお勤めの方と事業主、個人や家族で商売をしている方々

【会 費】
1人につき月会費500円 + 入会金200円

【申し込み・問い合わせ】
ジョイフル杉並 ☎3397-2521 FAX3397-6641
(午前8時30分～午後5時。土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
http://www.joyful-suginami.jp

【内 容】
①くらしや遊びに役立つ特典 ②年間8000円分のポイント利用可能

メニューの一例	
①	【安心】日々の暮らしをサポートする給付金(結婚・出産・入学等祝い金、入院、災害等見舞金5000円～10万円)
	【楽しむ】遊園地・観劇・コンサート・美術展・レストランなど(としまえんフリーパス400～1500円ほか)
	【癒す】入浴やエステなど(高井戸温泉 美しの湯600円(平日)、なごみの湯 湯～とびあ1700円ほか)
②	映画鑑賞(前売券を1000円引きで購入可)
	東京ディズニーランド、ディズニーシー(パスポートを1000円引きで購入可)

旅行＝区の保養施設(湯の里「杉菜」など)や全国の旅館・ホテル約1万施設以上と各種ツアーを会員料金で。さらにポイント分を引いた金額でも利用可能

●ボランティア募集!

～みんなで楽しく公園づくり～

公園は地域の財産です。利用マナー向上のためにもみんなで楽しく公園でボランティア活動に参加してみませんか。随時、参加申し込みを受け付けていますので、お問い合わせください。

— 問い合わせは、みどり公園課公園利用係へ。

◇すぎなみ公園育て組◇

◇地域に愛される公園を育てる

地域の方が、自分たちで選んだ公園の清掃や植栽の手入れなどの活動を自主的・主体的に行い、区がこれを支援する制度です。地域の方が公園とのかかわりを持つことで、地域の連帯感を高め、公園利用のモラルを向上させることや、地域に親しまれ愛される公園に育てていくことを目的としています。

◇参加できる方

自治会や町内会・学校・企業・区民などからなる団体で、継続的に活動できる5名以上の団体。22年4月1日現在、37団体、663名の方が活動しています。

◇活動内容

区立公園・児童遊園などで清掃活動、樹木のせん定、除草や水やりなどを行います。事前に区と協定を結び、活動場所・範囲などを定めます。

◇区の支援

清掃用具・園芸用具などの支給または貸与、ボランティア保険の加入費用の支援をします。また、専用のジャンパー・腕章を貸し出すとともに、活動場所となる公園に看板を設置し、活動グループを広くお知らせします。

◆花咲かせ隊◆

◆緑化の意識を高める

区立公園などで、花壇づくりなどの緑化活動を地域の方が行うことで、公園の利用拡大や地域活動の活性化を図り、区がこれを支援する制度です。また、地域の環境をよくすることで緑化意識を高めることを目的としています。

◆参加できる方

区内在住で5名以上の団体など。22年4月1日現在、120団体、990名の方が活動しています。

◆活動内容

地域の方が自主的・主体的に公園の花壇の土づくりやデザイン、草花の植え付けから始め、除草・水やりなどの日常の維持管理を行います(原則1団体4㎡程度)。

◆区の支援

花の苗と肥料・園芸用具を提供、ボランティア保険の加入費用の支援をします。腕章の貸与とともに、活動場所の公園の花壇に看板を設置し、活動グループを広くお知らせします。また、技術の向上を図るため、園芸講座などを開催しています。

申し込み記入例

あて先は各記事の申し込み先へ

①行事名	★往復ハガキには返信用のあて先も記入を
②郵便番号・住所	★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
③氏名(フリガナ)	★ 甲 に、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
④年齢	
⑤電話番号	

(1人1枚)

催し EVENT

科学館

◇天文の夕べ・特別会

プラネタリウム演劇「ハピタブル！」

宇宙で生き物が暮らせる場所「ハピタブルゾーン」を巡るコメディです。

時 9月4日(日)①午後2時～3時30分②午後6時～7時30分 内 出演=雑貨団定各回120名(先着順)

◇区民科学講座「日常生活と化学」①

サイエンスカフェ「水と油の仲を取り持つ界面活性剤」

界面活性剤の働きを解説し、環境にもやさしい洗剤を開発する新しい取り組みを紹介します。

時 9月11日(日)午後2時30分～4時30分 内 花王生活者コミュニケーションセンター生活情報技術担当部長・深澤純一 定40名(先着順) 他 飲み物を持参してください。館内には自動販売機もあります

◇サイエンス・ウイーク～夏的一般公開

大人も子供も「科学」を楽しみに来てください。

時・内・定 右表のとおり
—— (いずれも) ——

場 科学館(清水3-3-13) 対 区内在住・在勤・

在学の方**費無料**当日、直接会場へ**問**科学館**☎3396-4391**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

■モチベーションアップ講座～セルフイメージを再構築するアクティブ・パフォーマンスという心の資源!

「実践的行動(アクティブ・パフォーマンス)」に結び付く目標設定の仕方、事業などの推進力向上(モチベーションアップ)を図るための手法を学びます。

時 8月20日(金)午後7時～9時 場 すぎなみNPO支援センター**甲**パフォーマンスデザイン代表取締役・立石慎也 対 NPO法人の運営者や目標意識を持った方 定30名(申込順) **費**500円**甲**郵送、電話、ファクス

またはEメール(記入例参照)で、8月19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**fax**3314-7265**info@nposupport.jp)へ**問**同支援センター

■学校支援本部って何?～実りある環境学習のために

学校支援本部のねらいや仕組みの説明と支援本部コーディネーターからのお話を聞き、質疑応答・意見交換を行います。

時 8月31日(火)午前10時～正午 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 対 20歳以上で学校の環境学習支援に興味がある方 定20名(申込順) **費**無料**甲**・**問**電話で、すぎなみ環境情報館**☎3398-3191**へ

(サイエンス・ウイーク夏的一般公開)

内容・時間	8月20日(金)	21日(土)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)
科学ビデオ 午前10時～午後4時30分	アスリート 解体新書ほか	不思議の扉ほか	未来をひらく 昆虫テクノロジーほか	驚異!生物たちのスーパー センサーほか	アースビュー ほか	米ちゃんの what is "it"? ほか
定220名						
プラネタリウム 午前11時～正午 5歳以上の子供向	「七月七日の夜に～二つの七夕物語」と今夜の星空案内					
定140名						
大人講座 午後1時～3時 大人向		海藻をさぐる う!		キノコ学への 招待		化石の研磨と 観察
定25名						
科学体験教室 午後1時～2時30分 小学4年生以上の方	鉱物の研究④ 発光する鉱物	鉱物の研究⑤ 岩塩割り!	初歩の昆虫標本 づくり	地震を知らせる 「地震人形」を作 ろう	牛乳パックで ハガキ作り	ヒトの役に立つ 微生物たち
定30名						
ジュニア教室 午後1時～2時30分 5歳～小学校低学年向	やじろべえ	フィルムケース パロケット	マープリング	地震はどうして 起こるの?	大道仮説実験 ジョボジョボ ～	パタパタ (板返し)
定40名						
プラネタリウム 午後3時15分～4時30分 大人向	「HAYABUSA-BACK TO THE EARTH-」(はやぶさ・バックトゥース)と今夜の星空案内					
定140名						

※(1)定員を超えての入場はできません。(2)大人講座・科学体験教室・ジュニア教室は、当日の午後0時30分から整理券を配布します(1人1枚。参加者本人に配布)。(3)科学ビデオは変更になる事があります。

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

催し

★杉並公会堂主催の催し

①サマーフェスタ@杉並公会堂2010 時 8月14日(日)午前11時～午後6時 内 杉並公会堂利用者(24団体)による楽器演奏・合唱・ダンスなど 定190名(先着順) **費**無料**甲**当日、直接会場へ

②村治奏一ギターリサイタル 時 11月12日(金)午後7時 内 曲目=J.S.バッハ「G線上のアリア」ほか **費**3000円**甲**チケット販売窓口=杉並公会堂**☎5347-4450**

③千住真理子&スーク室内オーケストラ 時 12月10日(金)午後7時 内 曲目=ピバルディ「四季」ほか **費**4000円**甲**チケット販売窓口=杉並公会堂**☎5347-4450**
—— (いずれも) ——
場・**問**杉並公会堂**☎5347-4450**

★シベリア抑留帰還証言映画上映会 時 8月14日(日)午後1時15分～5時 場 産業商工会館 内 「帰還証言：ラーゲリから帰ったオールドボーイたち」の上映ほか 定160名 **費**無料**甲**当日、直接会場へ**問**日本海時代の祭典・稲垣**☎090-4713-1299**

★冒険遊び場のびっぴひろっぱ「森の映画会」 時 8月21日(日)午後6時45分～8時30分(雨天中止) 場 柏の宮公園 **費**無料**甲**当日、直接会場へ**問**杉並冒険遊びの会・吉田**☎090-4413-1235**他 上映内容はお問い合わせください

★夏休み杉並将棋祭り 時 8月22日(日)午前10時～午後4時 場 セシオン杉並**甲**原則、区内在住・在勤・在学の方**費**1500円、高校生以下・女性500円**甲**当日、直接会場へ**問**杉

並区将棋連盟・小田切**☎5377-9123**(棋友館) 他①実力別にクラス分けをします②プロ棋士の指導対局も予定しています

★すぎなみクイズラリー 時 8月23日(月)午前11時～午後5時、24日(火)午前10時～午後4時 内 阿佐谷パルセンター・南阿佐谷すずらん通り商店街でクイズラリー(用紙は産業商工会館と阿佐ヶ谷わがふるさと館で配布)をすると産業商工会館で福引きができます**甲**幼児・小学生とその保護者**費**無料**甲**当日、直接会場へ**問**みんなでKids陶芸・谷口**☎070-5451-7281**(午後8時～9時)

講演・講座

★音楽療法の体験をしてみませんか 時 8月11日(水)、9月22日(水)午前10時30分～11時30分 場 障害者支援施設マイルドハート高円寺 内 聖徳大学音楽学部准教授・郡司正樹ほか 対 区内在住の65歳未満で重度の身体障害または重度の重複障害がある方 定各5名 **費**無料**甲**・**問**電話で、障害者相談支援事業所などで**☎5345-6741**へ

★家庭学級

◇河合蘭さん講演会「これから産むひとに伝えたいこと～現代出産事情」 時 8月21日(日)午前10時～正午 場 高井戸地域区民センター 内 出産ジャーナリスト・河合蘭**甲**主に妊娠中の方とそのパートナー 定20名(申込順) **費**1人1000円**甲**Eメール(記入例参照)で、see mom, be mom(シーママピーママ) **☎**seemombemom@gmail.comへ **問**同団体・木野内**☎080-6552-4445**他 詳細は、同団体のホームページをご覧ください
◇男性のための実用料理教室(入門) 時 ①8月27日(金)(管理栄養士・宮川光男)②9月29日(水)(料理研究家・吉田千穂)③10月22日(金)(料理研究家・高多恵子) / いずれも午前11時～午後2時 場 セシオン杉並**甲**男性 定各15名(申込順) **費**各1000円**甲**ファクス(記入例参照)に希望日も書いて、①は8月16日②は9月21日③は10月12日ま

でにすぎなみGL・大岩**☎6765-0036**へ**問**同団体・大岩**☎080-2017-2700**

★入門囲碁講座「西荻囲碁こども教室～囲碁ふしぎ発見!」 時 ①8月23日(月)～26日(木)午前10時～正午(計4回)②9月1日(水)～12月31日(金)のうち計7回 場 西荻囲碁サロン周(西荻南3丁目) 対 区内在住の囲碁初心者で中学生以下の方 定20名(申込順) **費**無料**甲**・**問**電話またはファクス(記入例参照)で、西荻囲碁サロン周・田口**☎5336-6345**fax**5336-6325**へ

★夏休み狂言教室 杉並能楽堂で狂言体験

時 8月26日(木)午前10時 場 杉並能楽堂 内 狂言鑑賞、ワークショップほか 内 大蔵流山本家狂言師**甲**小中学生 定100名程度(抽選) **費**無料**甲**往復ハガキ(記入例参照)で、8月16日(消印有効)までにNPO法人杉並で能楽を楽しむ会(〒168-0072高井戸東4-13-15-404宮崎方)へ**問**同会**☎6795-7430**

★東京女子大学夏季特別講座～産業と仕事の最先端

時・内 8月26日(木)=①先端技術産業と東アジア②男女雇用平等構想の現状と課題、8月27日(金)=③総合商社のグローバル・ビジネス最前線④国際社会における産業と仕事/時間は①③午前10時～正午②④午後1時～3時 場 東京女子大学**甲**①④同大学教授・中村真人②同大学准教授・金野美奈子③丸紅経済研究所・猪本有紀 定各100名(申込順。複数参加可) **費**各1000円、学生500円**甲**・**問**電話で、同大学教育研究支援課**☎5382-6470**へ

その他

★税理士による無料相談会 時 8月10日(火)午前10時～正午、午後1時～4時 場 東京税理士会杉並支部**甲**税金(事業・相続など)や帳簿の記入方法などに関する相談**甲**・**問**電話で、前日までに東京税理士会杉並支部**☎3391-1028**へ**問**相談は申込順で1人40分

まで

★相続・離婚・金銭問題等書類手続き無料相談会 時 8月7日(日)午後1時～4時 場 JR阿佐ヶ谷駅ビル「ダイヤ街」2階**甲**当日、直接会場へ**問**東京都行政書士会杉並支部**☎0120-567-537**

★シルバー人材センターリサイクル自転車の販売 時 8月16日(月)～18日(水)午前11時～午後4時 場 リサイクル自転車作業所**甲**販売価格=1台6500円～**甲**直接、同作業所へ(先着順) **問**同作業所**☎3327-2287**

★ケア24南荻窪非常勤職員募集

内 相談援助業務▷勤務期間=10月1日～▷勤務日時=月18日勤務。月～土曜日午前8時30分～午後5時15分(実働7時間45分。土曜日勤務(午後1時45分まで)・遅番勤務(午後7時まで)あり)▷募集人数=1名▷資格=社会福祉士有資格者▷給与=35歳の場合=月額20万1500円▷その他=社会保険加入**甲**履歴書・社会福祉士登録証の写し・小論文「地域における高齢者介護の課題と介護保険制度について」(1000字程度)を、8月27日(必着)までに杉並区社会福祉協議会総務課総務係(〒167-0051荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪5階)へ郵送または持参**甲**同係**☎5347-1010**他書類選考の上、9月8日(水)に面接を実施します

温かいご支援ありがとうございました

「広報すぎなみ」7月11日号で紹介した、難病の拘束型心筋症を患いカナダの病院での心臓移植を希望していた、中野区在住の古家菜沙(こがなずな)ちゃんは、募金が目標金額に達したため、7月13日にご両親とカナダへ渡航しました。皆さんの温かいご支援を心より感謝します。ありがとうございました。**問**なっちゃんを救う会**☎5327-5730**

第57回

阿佐谷七夕祭



【開催日】8月5日(木)～9日(月)

【場所】阿佐谷パールセンター

【問い合わせ】阿佐谷商店街振興組合 ☎3312-6181

マイバッグ in 七夕祭 キャンペーン

ご家庭で不要となったレジ袋がたまっていませんか？ 一人一人の意識と日々の積み重ねで、地球環境を守ることができます。マイバッグキャンペーンの催しの中から、私たちができるヒントを見つけてください。——問い合わせは、環境都市推進課計画調整係へ。

【日時】8月7日(出)午後1時～3時

【参加費】無料

【会場・内容】下表のとおり

【申し込み】当日、直接会場へ

〈マイバッグキャンペーンin七夕祭〉

会場	催しの内容・対象など	
区役所 1階ロビー	環境メッセージ募集	地球環境のために私たちができること…そんなメッセージをお寄せください。▷参加者には「なみすけグッズ」を差し上げます。
	キャッチコピー募集	レジ袋を削減するために、あなたの思いをキャッチコピーにしてみませんか？▷参加者には「なみすけグッズ」を差し上げます。
	ぬりえコーナー	「なみすけ」や「ナミー」の図柄が入ったぬりえで遊びましょう。▷出来上がったぬりえは差し上げます(小学生以下対象)。
	風呂敷の包み方講座	風呂敷は素敵なエコバッグ！ 結び方しだいで、いろいろなバッグに変身します。▷風呂敷をお持ちください。
	パネル展示	環境パネル、レジ袋有料化店舗パネルを展示します。
区役所 中杉通り側 入り口前	オリジナルマイバッグづくり	「なみすけ」や「ナミー」の手作りスタンプを押して、マイバッグを作りましょう。▷出来上がったマイバッグは差し上げます。
	ペットボトルのキャップ回収	ペットボトルのキャップを集めて、世界の子供にワクチンを寄付しましょう。▷ペットボトルのキャップをお持ちください。
区役所 青梅街道側 入り口前	レジ袋に関するクイズに挑戦	環境問題やレジ袋に関するクイズに挑戦してみませんか？▷参加者には「なみすけグッズ」を差し上げます。 杉並戦隊イレンジャー(左写真)が出題するクイズに挑戦してみませんか？▷参加者にはイレンジャー隊員バッジを差し上げます(小学生以下対象)。

※用意しているグッズは数に限りがあります。

**持て！
マイバッグ！**



杉並戦隊イレンジャー

秋のポリオ予防接種

ポリオ予防接種を下記の日程で実施します。混雑を緩和するため、一部の日程を予約制としています。

——問い合わせは、杉並保健所保健予防課 ☎3391-1025へ。



【共通事項】▷受付時間=午後1時～2時(受付時間が変わりました)▷持ち物=①母子手帳②ポリオ予診票▷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もあります。(2)午後1時前の入場、車での来場はご遠慮ください。(3)ベビーカーの盗難が発生しています。チェーン錠を付けるなどして気をつけてください。

■予約が必要な会場と日程

- ◇申し込み=8月6日(金)から電話で、区コールセンター ☎#8800 または ☎3372-8800へ
- ◇会場・日程・定員=右表のとおり
- ◇その他=時間の予約はできません

会場	日程	定員/各日
荻窪保健センター(荻窪5-20-1)	9月17日(金)・21日(火)・29日(水)	220名 (申込順)
高井戸保健センター(高井戸東3-20-3)	9月13日(月)	
高円寺保健センター(高円寺南3-24-15)	9月15日(水)	170名 (申込順)
上井草保健センター(上井草3-8-19)	9月21日(火)	
和泉保健センター(和泉4-50-6)	9月24日(金)	

■予約なしで接種できる会場と日程

- ◇申し込み=当日、直接会場へ
- ◇会場・日程=右表のとおり
- ◇その他=日程や天候によっては会場が非常に混雑し、接種終了までに時間がかかる場合があります

会場	日程
荻窪保健センター	10月4日(月)・12日(火)・19日(火)・25日(月)
高井戸保健センター	9月16日(木)、10月5日(火)・13日(水)・14日(木)・29日(金)
高円寺保健センター	9月29日(水)、10月4日(月)・20日(水)・25日(月)
上井草保健センター	9月30日(木)、10月12日(火)・22日(金)
和泉保健センター	10月8日(金)・19日(火)・26日(火)

区役所本庁舎1階の土日開庁業務のお知らせ

◆区民課区民係

土・日曜日の午前8時30分～午後5時(祝日と年末年始を除く)

▷主な取扱業務

- 住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄・抄本など各種証明書の発行
 - 証明書自動交付機用カード・住民基本台帳カードの発行●転入・転出などの届出
 - 国民健康保険・国民年金などの届出、住民税・国民健康保険料などのお支払い
- ☎区コールセンター ☎#8800、☎3372-8800または区民課区民係 ☎他区市町村などへ確認が必要なものは、取り扱いできない場合があります

◆区民課外国人登録係

毎月第3土曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く)

▷主な取扱業務

=外国人登録の届出・証明書の発行

☎区民課外国人登録係 ☎5307-0627

◆区政相談課

土・日曜日の午前8時30分～午後5時(祝日と年末年始を除く)

▷主な取扱業務

=日常生活の困りごとなどの相談

☎区政相談課

