

- 引っ越しの季節 届出や手続きをお忘れなく…1面
- 「杉並福祉事務所」に変わります…2面
- 特集号「地域で支える新しい子育て支援が始まっています」が折り込まれています。



●発行/杉並区 〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1  
 ●編集/広報課 区の代表電話は ☎ 3312-2111  
 FAX 3312-9911 (広報課直通)  
 http://www.city.suginami.tokyo.jp/

(発行日) 毎月1日・11日・21日

## 春は引っ越しの季節です



# 届出や手続きをお忘れなく

引っ越しをするときは、住民基本台帳の届出が必要です(表1)。届出期間内に忘れずに届け出ましょう。  
 問い合わせは、区民課住民記録係(区役所東棟一階)、区民事務所・分室、駅前事務所(表2)または区コールセンター ☎ #8800・☎ 33372-8800 へ。

### お近くの区民事務所・分室、駅前事務所が便利です

3月～4月は、就職や転勤などで引っ越しをする方が多く、区役所の窓口が大変混み合います。

区内に区民課外国人登録係(区役所東棟一階⑮番窓口)へ。転出の手続きは、必要ありません。

### 身分証明書の提示にご協力ください

最近、本人と偽って住民登録を異動する事件が発生しています。区では、区民の皆さんの個人情報を守るとともに、住民基本台帳の正確性を確保するため、各種届出の際は、身分証明書の提示をお願いしています。

### 外国人の方へ

杉並区への転入、区内での転居の手続きは、本人または同一世帯となる親族の方(16歳未満の場合は法定代理人)が外国人登録証明書を持って、一四日以内

### 軽自動車・バイクなどをお持ちの方へ

住所を変更した時は、手続きが必要です。

### ◇問い合わせ先

①軽自動車(四輪) 軽自動車検査協会東京主管事務所 ☎ 34

### 善福寺川沿いの桜

これまで区は、「自然環境と共生して学校を涼しくする工夫も、大事な教育の「環」と考え、学校教室への安易なエアコン設置を控え、校庭の芝生化や屋上緑化など様々な手段を駆使しての環境教育を重視してきましたが、このたび

「エコスクール(自然共生型学校)化検討懇談会」からの報告を受け、来年度からの改築校舎は基本的にすべて「まるごと超省エネ・自然共生型」に転換させていくことにしました。

具体的には、校庭や屋上、壁面の緑化を徹底するだけでなく、窓側にバルコニーを設けることで直射日光を遮断し、校舎の壁面もこれまでの内断熱工法から「夏涼しく冬暖かい」外断熱工法に変更



## まるごと自然共生型学校に

「チ」という方式や、校舎内にこもった熱を夜間に自然に流す「ナイトパージ」という新しい仕組みも取り入れていきます。また、太陽光発電パネルを設置し一定

程度の電力をまかなうとともに、雨水貯蔵も進めてその再利用を図ります。さらに、各教室の壁面にできるだけ多摩産のスギ材を使用することで、子どもたちの学習環境に良い効果をもたらす、多摩の山林や林業の保護に役立つことにもなります。この自然共生型学校(エコスクール)は、そこで学ぶ子どもたちだけでなく、地域での環境学習の拠点としても大きな役割を担うことになるでしょう。

今年の冬は、記録的な暖冬でした。地球全体の温度が少しずつ上がってきているのを感じます。「未来からの留学生」である子どもたちが、そんな時代を力強く生き抜く「生きる力」を養うために、私たちは一歩先んじた学び舎を用意してあげる時期に来ています。

〈表1 住民基本台帳の届出〉

こんなとき	種類	期間	必要なもの
区内に引っ越してきたとき	転入届	住み始めてから14日以内	転出証明書(前住所地で受け取ってください)
区内で引っ越したとき	転居届	新しい住所に住み始めてから14日以内	国民健康保険被保険者証、⑩医療証、老人保健法医療受給者証、⑨医療証、介護保険証(いずれも加入者のみ)
区外に引っ越すとき	転出届	引っ越しをする前	
国外に転出するとき	国外転出届	転出する前	
世帯主が変わったとき、世帯を分けたり、一緒にしたとき	世帯変更届	変更のあった日から14日以内	国民健康保険被保険者証(加入者のみ)

※すべての届出の際に、本人確認ができる身分証明書を持参してください。

〈表2 区民事務所・分室、駅前事務所〉

区民事務所・分室	
受付時間	＝月～金曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)
井草	下井草4-30-2 ☎3394-0461
阿佐谷	阿佐谷北2-18-17 ☎3338-3225
高円寺	梅里1-22-32(セシオン杉並1階) ☎3317-6560
宮前分室	宮前5-5-27 ☎3332-5732
永福和泉	和泉3-8-18(永福和泉地域区民センター1階) ☎5300-9310
桜上水北分室	下高井戸1-24-15 ☎3306-7220
駅前事務所	
受付時間	＝月～金曜日の午前8時30分～午後7時/土曜日、第1・3日曜日の午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)
西荻窪	西荻北2-2-1(松岡西荻ビル4階) ☎3301-0980
高井戸	高井戸西2-1-26(京王リトナード高井戸2階) ☎3333-5395
荻窪	荻窪5-28-13(荻窪駅前ビル3階) ☎3392-8846

問い合わせは区コールセンターをご利用ください  
 引っ越しに伴う各種手続きなどのお問い合わせと、粗大ごみの収集申し込みは、区コールセンター(区役所いつでも電話サービス)をご利用ください。  
 【電話・ファクス】☎#8800  
 0または☎33372-8800  
 FAX 3372-8810  
 【Eメール】☐call@8800.city.suginami.tokyo.jp  
 【受付時間】問い合わせは年中無休、午前7時～午後11時。粗大ごみの申し込みは、午前8時～午後7時(12月30日～1月3日を除く)  
 ※区ホームページでもご案内しています。

## 「広報すぎなみ」を区内のミニストップにも置きます

コンビニエンスストア「ミニストップ」のご協力で「広報すぎなみ」を区内全店舗に置くことになりました。ほかに、区内のサミットストア、コープとうきょう、ファミリーマート、サークルK、各駅、公衆浴場、郵便局、病院などにも置いてあります。どうぞご利用ください。

問 広報課 ☎5307-0614

暮らしのちょっとしたお問い合わせは ☎#8800 または ☎3372-8800  
 一 区役所いつでも電話サービス

歩きながら、元氣と文化が生まれる街。すぎなみ

4月から福祉事務所の名称と組織を変更

# 「杉並福祉事務所」に 変わります



①現在の三つの福祉事務所を「杉並福祉事務所」という一つの組織に統一し、これまでどお

す。  
近年、生活保護を必要とする方が増えており、杉並区でも、この一〇年間で二倍以上になっています。  
また、経済的な困窮だけでなく、DV(配偶者間暴力)、こころの病、路上生活者(ホームレス)対策など、複雑で困難な問題も増加しています。  
そこで、こうした課題への対応力を強化し、生活の立ち直りを援助する自立支援や給付の適正化の取り組みなどを一層充実させていくために、福祉事務所の組織のあり方、仕事の進め方について見直しを行い、4月から次のように組織を改正します。

組織を一つにまとめ  
計画調整機能を強化  
組織を一つにまとめ、計画調整機能を強化し、業務は現在と同じ三つの事務所(東Ⅱ ☎5306-2611、西 ☎3398-9104、南 ☎3332-7221)へ。

4月から、現在の三つの福祉事務所(東・西・南)を「杉並福祉事務所」という一つの組織にまとめ、名称を変更します(下表参照)。  
また、これにともない福祉事務所で行っている仕事の一部を変更しますが、業務は現在と同じ三つの事務所で行います。  
問い合わせは、保健福祉部管理課または福祉事務所(東Ⅱ ☎5306-2611、西 ☎3398-9104、南 ☎3332-7221)へ。

(福祉事務所の名称が変わります)※所在地、電話・ファクス番号は変わりません。

現在の名称	4月からの名称	場所	電話・ファクス
西福祉事務所	杉並福祉事務所 荻窪事務所	荻窪 5-15-13 あんさんぶる荻窪	☎3398-9104 FAX3398-9598
東福祉事務所	杉並福祉事務所 高円寺事務所	高円寺南 2-24-18	☎5306-2611 FAX5306-2620
南福祉事務所	杉並福祉事務所 高井戸事務所	高井戸東 4-10-26	☎3332-7221 FAX3335-5641

り三方所の拠点を維持しながら、一体的な業務の推進、事務の効率化を図ります。  
②三つの福祉事務所の名称を変更します(右表参照)。  
③新たに計画調整担当係を設置し、生活保護世帯の就労や生活の安定、路上生活者対策などを計画的・効率的に進めます。

## 4月からの高齢者福祉業務、 母子福祉業務の取り扱い

●高齢者福祉に関する相談や介護保険に関する相談・申請は、お近くのケア24と介護予防課(区役所東棟一階)が対応します。  
●生活保護などの相談をともなう高齢者の相談は、これまでどおり福祉事務所で行います。ケア24、介護予防課と連携して対応します。  
●母子福祉に関する相談・申

請は、福祉事務所だけでなく、新たに子ども家庭支援センター(阿佐谷南1-14-8 ☎5929-1902)でもできるようにになります。  
※生活保護、障害者福祉などの業務は、これまでどおり三つの事務所で行います。名称変更にもなっていない手続きについてはありません。

## (仮称)高井戸東自転車駐車場の 定期利用者を募集します

4月1日(日)の開設に向けて、現在、区議会に(仮称)高井戸東自転車駐車場を設置する議案を提出しています。定期利用者は、左記のとおり、あらかじめ募集します。

なお、高井戸駅登録制自転車置場は、3月31日をもって廃止します。

### ◇場所・収容台数など

◇利用できる方  
どなたでもご利用いただけます。距離などの制限はありません。

◇利用方法・料金  
定期利用または一日利用。料金は右下表のとおり。

◇利用料金の免除  
次の方は利用料金が免除になります。

①身体障害者手帳、愛の手帳、原爆被害者手帳、保健福祉手帳をお持ちの方

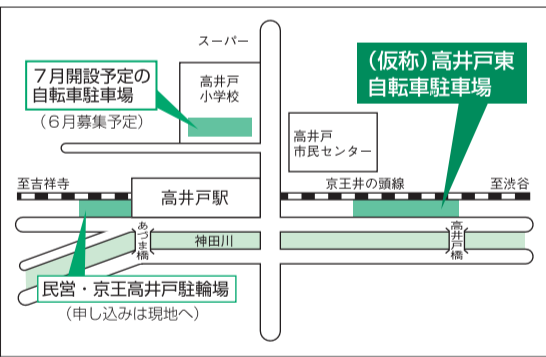
《(仮称)高井戸東自転車駐車場》

場所	高井戸東 2-30-25
収容台数	375台
利用時間	24時間
施設形態	平置き
定期利用の 予定料金	1カ月 1900円(1700円)
	3カ月 5400円(4800円)
	6カ月 9100円(7900円)
1日利用の予定料金	100円

※( )内は学生・65歳以上の方の料金

②都の難病指定を受けている方  
③生活保護を受けている方  
◇定期利用の申し込み方法  
往復ハガキ(5面記入例参照)。

往復ハガキの表面に必ず「杉並区役所交通対策課」と書き、返信ハガキの裏面には何も記入しないで、3月15日(消印有効)までに交通対策課へ(抽選)同課自転車対策係(抽選結果は3月下旬に返信用ハガキでお知らせします。当選者はハガキに記載された方法で手続きを行ってください)



## 医療情報案内と急病診療

☎3423-9909 杉並区急病医療情報センター  
FAX3423-9933

24時間無休で病院・診療所の案内、急病対応の説明、小児急病相談を行います。通話記録は録音します(3カ月保存)。

※まず、電話で確認! 保険証・医療証を忘れずに

☎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)

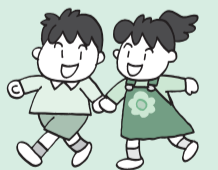
【小児科】平日:午後7時30分~10時30分  
【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】  
土曜日:午後1時~10時(午後1時~5時耳鼻科のみ当番医)  
日曜・祝日:午後5時~10時(午前9時~午後5時は当番医)

※当番医のご案内は上記急病医療情報センター ☎3423-9909へ

☎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)

## 杉並区教育ビジョン 推進計画(19年度分) を修正しました



### 主な新規・拡充事業

●いじめ・不登校など、学校の緊急課題に迅速に対応する「教育緊急対応チーム」を創設します。  
●中学生の部活動など、課外活動の充実を図ります。  
●地域の方々の参画を得て、「放課後子ども教室」を運営します。

●地域に開かれ、地域に支えられる学校づくりを進めるため、「地域運営学校」を拡充します。  
●食育推進ボランティアを育成し、活動を支援します。  
●幼児の知的好奇心をはぐくむ漢字教育を、区立幼稚園で試行します。

18年2月に策定した「杉並区教育ビジョン推進計画」について、事業の進捗状況を踏まえ、19年度計画の見直し・修正を行いました。

※「杉並区教育ビジョン推進計画」は「杉並区教育ビジョン」に掲げた基本的な考え方、教育改革の方針に基づいて、19年度までに重点的に取り組む事業を明らかにしたものです。

教育ビジョン推進計画の全文は、区政資料室(区役所西棟二階)、図書館、教育委員会事務局庶務課(区役所東棟六階)でご覧になれるほか、区ホームページにも掲載されます。  
☎教育委員会事務局庶務課

SUGINAMI INFORMATION 掲示板

介護保険料の特別徴収

65歳以上で、受給する年金(老齢福祉年金を除く)の年額が一八万円以上の方は、介護保険料が年金から特別徴収(天引き)されます。

天引きを開始するために、区は社会保険庁などの年金保険者へ年金受給者名簿を提出し、対象者の抽出と保険料の特別徴収を依頼します。

今までは、新規の特別徴収対象者の年金天引きが始まる時期は10月のみでしたが、介護保険法の改正に伴い、年に複数回、対象者を抽出して特別徴収を開始

春のポリオ予防接種

時・場 下表のとおり(個別に通知はしていません) 内受付時間=午後1時15分~2時30分(接種開始1時30分)。検温のための番号札は0時30分から会場入口付近に設置します。0時30分以前の入場はご遠慮ください

Table with columns: 月日, 会場, 住所. Lists vaccination dates and locations from April 4th to 25th.

※1. 各保健センター(★印)では、例年会場が非常に混雑します。2. 予備日(5月)の日程は、「広報すぎなみ」5月1日号でお知らせする予定です。

始めるようになりまし。今後、区では、特別徴収開始の機会を年四回(4月・6月・8月・10月)設ける予定です。

4月から新規に特別徴収の対象となる方

今回該当する方は、18年4月2日~10月1日の間に①年金が新規裁定された65歳以上の方②年金が既に裁定されていて65歳になった方③住所変更の届出をした65歳以上の方です。

3月15日(木)に通知を送ります。3月分までは納付書または口座振替で保険料をお支払いいただきますが、4月分からは、受給している年金から二カ月分ずつ天引きされます。

通知に記載されている保険料の金額は、18年度区民税などをもとに算定した仮徴収額です。7月下旬に、19年度区民税などを基に本算定した保険料額の通知を、改めて発送します。

6月以降に特別徴収が始まる。19年度に補助制度を利用し

方には、開始時期が決まり次第、順次、通知を発送します。

図書館の臨時休館

指定管理者制度の導入と業務委託開始に伴う準備のため、臨時休館します。

内休館日 成田、阿佐谷(指定管理者制度の導入) 3月30日(金)・31日(土) 南荻窪(業務委託) 3月31日(土) 中央図書館 3391-5754

地域密着型サービス施設整備の補助制度

区では、認知症の方や介護保険の要介護度が比較的重い方でも、住み慣れた自宅や地域でできる限り生活を続けられるよう、介護施設整備を進めており、施設を整備する際にかかる経費の一部を補助する制度があります。

19年度に補助制度を利用し

の施設整備をお考えの事業者の方は、4月末までにご相談ください。

※認知症高齢者グループホーム 五九名の共同生活を通じて家庭的な環境の中で認知症の進行を緩やかにし、明るい生活を送るための介護保険のサービス▽小規模多機能型居宅介護▽デイサービスを中心

に、利用者の様態や希望などに応じて、随時、訪問介護やショートステイを組み合わせて提供する介護保険のサービス▽認知症対応型デイサービスセンター 比較的自由に立している認知症の方に、デイサービスセンターなどで日常生活上の世話や機能訓練を提供するサービス

内補助対象施設・地域・補助数 認知症高齢者グループホーム 区内全域(二ユニット)▽小規模多機能型居宅介護 西荻・高井戸・方南和泉(各一カ所)▽認知症対応型デイサービスセンター 荻窪・阿佐谷・高円寺(各一カ所) 申・閩高齢者施策課計画推進担当へ

喫茶「てんと虫」が生まれ変わります

喫茶「てんと虫」は、障害のある方の職業訓練の場として、(財)杉並区障害者雇用支援事業団が運営してきましたが、永福和泉地域区民センター・井草地域区民センター内の二店は、4月から、障害者ための雇用の場として生まれ変わることになりました。

これは、障害者が地域の中で働きながら暮らしていけるように、区が障害者の雇用に配慮のある企業を誘致して、運営を委ねることにしたものです。

区民健診・がん検診のお知らせ

区内にお住まいで、職場などに健(検)診の機会がない方が対象です(入院、加療中の方は、受診できません)。対象年齢は3月31日現在です。

Table with columns: 健(検)診名, 対象年齢, 受診期間, 受診場所, 費用, 備考. Details for various health checkups including cancer and general health.

※がん検診の費用は、受診する窓口でお支払いください。生活保護を受けている世帯の方は、費用が免除されますので、事前に杉並保健所健康推進課へお問い合わせください(要申請)。

Table with columns: 健(検)診名, 申込方法(ハガキは健(検)診ごとに1人1枚). Includes application details for health checkups.

平日夜間と休日の年金相談

杉並社会保険事務所では、通常業務時間外に年金相談を実施しています。

なお、本人確認のため、年金手帳や年金証書など、基礎年金番号のわかる書類をお持ちください。また、代理人の方は、本人の依頼状と代理人の身分を証明するものをお持ちください。

内 毎週月曜日 午前8時30分

建物の無料相談会

時・内建物の耐震診断や耐震改修の無料相談会 3月14日(水)午後1時~4時(毎月一回。次回は4月11日(水)を予定) 建築総合無料相談会 毎週火曜日の午後1時~4時(祝日を除く)

場 区役所一階ロビー(費用無料) 当日、直接会場へ(他) 図面などがある場合は持参してください

◇ご注意ください 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。訪問・電話・チラシなどが、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。

書類と手続き・社会保障・行政に関する相談会

相続や金銭に関する法的書類の作成や、年金・社会保障の相談、国の仕事への苦情などを、行政書士・社会保険労務士・行政相談員がお受けします。

時 3月9日(金)午後1時~4時 場 区役所一階ロビー(費用無料) 当日、直接会場へ(他) 東京都行政書士会杉並支部 012015671537 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

**募集します**

**NPO支援基金の助成事業**

◇対象団体Ⅱ区に登録しているNPO法人(主な登録要件①NPO法人である②主たる事務所が区内にある③事業費の総額のうち非営利活動にかかる事業費の占める割合が50%以上など) ※登録と助成の同時申請可

◇対象事業Ⅱ特定非営利活動促進法による特定非営利活動に係る事業▽助成額Ⅱ一団体につき原則三〇万円程度まで(助成総額三〇〇万円) 申直接、3月12日(月)〜26日(月)に地域課地域係(区役所西棟七階)へ

**説明会を開催します**

◇3月9日(金)午後7時すぎなみNPO支援センター(阿佐谷南1-47-17阿佐谷地域区民センター四階) 申当日、直接会場へ

**☆ 地域課地域係**

**杉並ボランティア活動推進センター**

◇古本の寄付にご協力ください  
杉並ボランティア活動推進センターでは、NPO法人チャイルド・ファンド・ジャパンと共催して、「杉並発!チャリティー古本市」を開催します。

この古本市は、フィリピンの子どもたちが学校へ通うことができるようにするための支援を目的としています。寄付していただける古本がありましたら、ぜひ、ご協力をお願いします。

なお、チャリティー古本市は、「活字文化フェスタ2007」の読書の森公園会場(8面参照)で開催します。

◇古本受付日 3月13日(火) 22日(木)午前10時〜午後3時 場受付場所 杉並ボランティア活動推進センター 内 収集する本 文庫・新書・絵本で状態のよい本

は持参園ケア24上井草・土屋 339610024  
●(備)サンフレンズ 常勤・非常勤職員

◇特技さん、大募集!  
医療・児童・高齢者・障害者施設などでは、季節ごとの催しでパフォーマンスをしてくださる方を探しています。

そこで、ジャンルを問わずオーディション形式で登録会を開催します。自己判断シートを作成し、カタログ化して活動の場をつなぎます。特技をお持ちの方、団塊世代の宴会部長さんなど、ぜひご参加ください。

◇3月24日(土)午後1時30分〜4時 場 あんさんぶる荻窪 対 手品・南京玉すだれ・腹話術・ラップ・ダンス・落語・書道・手芸などの特技をお持ちの方 定二〇名(グループでの参加も歓迎)

◇名(グループでの参加も歓迎) 無料電話で、杉並ボランティア活動推進センターへ

**☆**

◇園 杉並ボランティア活動推進センター(荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪内) 534713939 FAX 534712063

**● ケア24 善福寺 常勤職員**

◇園 地域包括支援センターでの相談業務や介護予防ケアプラン作成など 勤務場所 Ⅱ ケア24 善福寺(西荻北3-41-14) 勤務時間 Ⅱ 月〜土曜日の午前8時45分〜午後7時(二交代・応相談) 資格 Ⅱ 次の①②両方の資格を持つ方 ①保健師または在宅医療経験のある看護師 ②介護支援専門員 給与 Ⅱ 応相談 履歴書を、3月10日(必着)までにケア24上井草(〒167-0023 上井草3-33-10)へ郵送した

**確定申告はお済みですか**

18年分所得税の確定申告期限・納期限は3月15日(木)です。忘れず期限までに申告書を提出してください。郵送でも提出できます。

園 杉並税務署 ☎3313-1131  
荻窪税務署 ☎3392-1111

**「いきいき元気に生涯現役」 高齢者のための講演・講座**

**いきいきクラブ会員**

「いきいきクラブ」は地域の自主的な活動団体で、現在、区内に八七団体あり、会員は約七六〇〇名です。地域ボランティアや趣味、スポーツなどの活動を盛んに行っています。

定年を迎え地域での活動を考えている方、大歓迎です。

◇区内在住でおおむね60歳以上の方 申お近くのいきいきクラブ会長(高齢者のしおり)参照 へ 園 いきいきクラブ連合会 会長・井上 ☎339816971

または高齢者施策課いきいき活動支援係 園 いきいきクラブ連合会 ホームページ <http://www.w16.ocn.ne.jp/~sugiren/>

**● 杉いき連大学 受講者追加募集**

いきいきクラブ連合会が運営する、生涯学習のための大学です。どなたでも参加できます。興味のある方や見学を希望される方は、申し込みください。

学科	日時	場所
国文学	第1・3土曜日 午後1時〜3時	高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)
水墨画	第1・3火曜日 午後1時〜3時	
書道	第2・4土曜日 ①午前10時〜正午 ②午後1時〜3時	ゆうゆう高円寺北館(高円寺北3-20-8)
	俳句	

**● 杉の樹大学 19年度学生募集**

在住でおおむね60歳以上の方 各若干名〜一五名程度 年間一万二〇〇円を前期・後期で分納(いきいきクラブ会員は年間一万円) 申 園 電話で、杉いき連大学事務局・太田 ☎333212272 へ(先着順) 他都合により日程が変更になる場合があります

◇5月16日〜20年3月26日の水曜日午前10時〜正午(月二〜四回) 場 高齢者活動支援センター 内 左表のとおり 区内在住で60歳以上の方(既受講者は除く) 定五五名(抽選) 費 無料(教材費などは自己負担) 申 往復ハガキ(5面記入例参照) に応募理由も書いて、3月20日(必着)

〈杉の樹大学 19年度テーマ「学び、そして仲間」〉

科目	内容
杉並を知る	杉並の産業、身近な条例、杉並の鉄道歴史物語、善福寺川探訪、環七地下調節池見学、清掃工場見学、グループ自主研究、ボランティアへの一歩
文芸・教養	雅楽鑑賞、クラシック音楽の楽しみ方、外国を知る、杉並公会堂見学、相撲の講義と観戦、杉並の文人「有吉佐和子」
これらのライフスタイル	シニア世代の人生設計、変ぼうする高齢者と家族、少子高齢化と今後の財政、身近な法律、ストレッティング、ウォーキング、メンタルケア、異世代交流

までにNPO法人杉の樹カレッジ(〒168-0072高井戸東3-7-5 高齢者活動支援センター)内) へ 園 同法人 ☎333410928

**小柴教授の「やれば、できる!」**

いきいきクラブ連合会が、ノベル物理学賞を受賞した小柴教授を講師に招いて開催する講演会です。気軽にお越しください。

◇3月15日(木)午後1時30分(1時開場) 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 園 東京大学特別荣誉教授・小柴昌俊 区内在住でおおむね60歳以上の方 定五〇名(先着順) 費 無料 申 当日、直接会場へ 園 いきいきクラブ連合会会長・井上 ☎339816971

**就労を希望するシニアのためのパソコン講座**

事務職に必要なパソコンの技能の習得を目指す講座です。

◇3月16日(金)・20日(火)・23日(金)・27日(火)・30日(金) 午後6時30分〜8時30分(計五回) 場 ゆうゆう四宮館(上井草2-28-3) 園 パソコン操作の基本と仕事で使うワード、エクセル 申 NPO法人さらプロジェクト 区内在住で事務職への就労を希望する55歳以上の方 定一〇名(抽選) 費 無料 申 往復ハガキ(5面記入例参照) 電話番号は昼間連絡のとれるもので、3月8日(必着)までにNPO法人さらプロジェクト(〒167-0051 荻窪5-28-16) ☎308 ☎FAX 32015422(電話は、月〜金曜日午前10時〜午後5時)へ 他 応募者にパソコンの利用状況などについて問い合わせをする

ことがあります  
シニアのための初めてのパソコン・デジタルカメラ講座

**● 若さを保つハツラツ講座**

午前9時30分〜午後0時30分 超初心者向けパソコン入門(基本操作・簡単な文章の作成など) ②午後1時30分〜4時30分 デジタルカメラ入門(基本操作・パソコンへの取り込みなど) いずれも計四回 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-15) 園 ITスクエア杉並 区内在住で55歳以上の方 定各一五名(抽選) 費 各六〇〇円(テキスト代含む) 申 往復ハガキ(5面記入例参照) に①②の希望も書いて、3月10日(必着)までにITスクエア杉並(〒168-0063和泉3-17-15) へ 園 同団体 ☎090-472212574

◇時 園 ①3月5日 高齢者のかかりやすい病気と予防について(保健センター医師) ②12日 元気な口元ではつらつ生活 ③19日 しっかり食べていきいき生活(救世軍ブース記念病院栄養科長・金子攻) ④26日 運動「若さを保つための筋力アップの体操」(エアロビクスインストラクター・新田千春) 〇 いずれも月曜日の午後1時30分〜3時30分(計四回) 場 上井草保健センター(上井草3-8-19) 区内在住・在勤で全回出席可能な65歳以上の方(介護保険を受けていない、医師から運動を止められていない方) 定三〇名 費 無料 申 電話で、上井草保健センター ☎339411212 へ(先着順) 他 ④は運動のできる服装で参加してください



催し

●天文のタペ特別会

プラネタリウム演劇  
「いつか、そらまで」

プラネタリウム独自の映像と音楽が融合した舞台で、兄弟の絆と宇宙への思いを中心に、宇宙を目指す人々の心を描く物語です。

●3月24日(土)午後2時②午後6時(いずれも三〇分前開場)  
●科学館(清水3-3-13) ④  
●出演Ⅱ雑貨団④区内在住・在勤・在学の方(中学生以下は保護者同伴) ①一〇名(先着順) ⑤  
●無料④当日、直接会場へ④科学館 ☎3396-4391

杉並区瑞草区友好平和のためのポスター・絵画展

世界平和を願って、友好都市の大韓民国ソウル特別市瑞草区と杉並区の両区で小・中学生を対象にしたコンクールの入賞作品を一室に展示します。

●3月5日(月)～23日(金)午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) ④場区役所一階ロビー



▶光塩女子学院初等科・川崎絃奈さんの入賞作品

ハガキ記入例 (1人1枚)

- ①行事名
②住所
③氏名(フリガナ)
④年齢
⑤電話番号

- 往復ハガキには返信用のあて先も記入を
●あて先は各記事の申込先(住所が記載されていないものは区役所)
●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

①内杉並区四四点、瑞草区八点点、清掃場所Ⅱ中杉通り、青梅街道沿い▽高円寺地区Ⅱ集合場所Ⅱ高円寺南2-24-18、清掃場所Ⅱ高円寺南四丁目信号から青梅街道④無料④電話で、環境課環境都市推進担当へ④①身軽な服装で、軍手をお持ちの方は持参してください②荷物置き場はありません

平和のつどい ロビーコンサート

●3月5日(月)午後0時10分～0時50分 ④区役所一階ロビー④  
●出演Ⅱ日本フィル弦楽四重奏▽  
●曲名Ⅱエルガー「愛の挨拶」ほか④無料④当日、直接会場へ④文化・交流課男女共同参画推進担当

すぎなみ環境カエルくらぶ

◇記念事業プロ・ナチュラリス ト佐々木洋講演会・あんなさんぶる荻窪のみどり観察教室  
●3月21日(祝)午後1時30分～4時30分 ④あんなさんぶる荻窪④区内在住・在勤・在学の方④五〇名(抽選) ⑤五〇円(カエルくらぶ会員は無料) ⑥往復ハガキ(記入例参照)に参加者全員の名前(カエルくらぶ会員は会員番号)も書いて、3月13日(必着)までに、環境課環境都市推進担当へ

◇きれいにカエル隊♪

毎月一回の路上清掃を続けています。  
●3月10日(土)午前9時～10時(雨天実施) ④阿佐谷地区Ⅱ集合場所Ⅱ区役所青梅街道側玄関

中高生 ネットワークフォーラム

中高生で構成された「ユースプロジェクトすぎなみ委員会」と共に、様々な課題について語りあいませんか。  
●3月21日(祝)午前10時～午後4時 ④阿佐ヶ谷中学校(阿佐谷南1-17-3) ⑤団体紹介と交流、基調講演、分科会(中高生の居場所・いのち・携帯電話などのコミュニケーション・杉並区子ども版教育再生会議) ⑥中竹竜二②中高生で構成する団体または個人②二〇〇名④無料④郵送、ファクスまたはEメール(記入例参照)で、3月12日(必着)までに児童青少年課青少年係(〒167-0005)1萩窪1-56-3 FAX 3393-471

杉並ユネスコ協会

①ユネスコ国際中学生交換会 インターナショナルスクールへ一日体験入学し、スクールの子どもたちと交流を深めます。(区共催)  
●時・場・内 4月3日(火)午後1時30分～3時 ②事前学習②セッション杉並(梅里1-22-32)▽  
●4日(水)午前8時30分～午後3時 ②学校訪問②セントメリーズインターナショナルスクール(世田谷区瀬田1-6-9) ②JR高円寺駅集合・JR渋谷駅解散 ②区内在住・在学の中学生・三年生②二〇名(抽選) ④無料(交通費などは自己負担)  
②ユネスコ中学生クラブ 外国人講師から英会話を楽しく学び、世界の生活・文化への理解を深めましょう。(区共催)  
●4月～20年3月の毎月第二土曜日(8月を除く)午後2時30分～4時30分 ④セッション杉並ほか④英語・日本語でのコミュニケーション技術の向上、外国人講師による英会話、日本・国際文化の理解、レクリエーションなどの交流(スポーツなどを通して)学校、学年の枠を越えた友だちづくり) ④区内在住・在学の中学生・三年生④六〇名(抽選) ④年間四〇〇〇円

3月の施設めぐり

私たちの生活に欠かせない東京の水の歴史と、水害対策について学びます。  
●3月27日(火)午前9時～午後3時30分 ④内行程Ⅱ区役所(集合) ↓東京都水道歴史館(文京区) ↓杉並会館 ↓環状七号線地下調査池 ↓区役所(解散) ④区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は付き添いが必要) ④四二名(抽選) ④一人一〇〇〇円 ④往復ハガキに「3月の施設めぐり」と明記し、参加希望者全員の氏名(フリガナ)・年齢・性別と代表者の住所・電話番号を書いて、3月12日(必着)までに区政相談課施設めぐり担当へ④同課他④①全行程貸切バスで移動し、昼食がつかます②狭い場所や段差のある所があります。動きやすい服装・履物でご参加ください

地域の輪をつなごう! いきいきふれあい広場

体験コーナー(絵手紙、手工芸など)、パソコンの数独やゲーム、体力・機能測定や演芸披露(舞踊、カラオケ、ギター演奏)などのほか、先着二〇名にマッサージ無料体験(おむね60歳以上の方)もあります。  
●3月12日(月)午前10時～午後3時 ④阿佐谷地区民センター(阿佐谷南1-47-17) ④費一〇〇円④当日、直接会場へ④ハート to Heart・菊地 ☎3393-1001 または高齢者施策課いきがい活動支援係

すぎなみ環境情報館

◇子どものものづくり教室ーラップの芯でローラーカーを作ろう

ゆうゆう館の講座

館名	講座名	日時/内容	対象	費用	申し込み・問い合わせ
四宮(上井草2-28-3)	パソコンやデジタルカメラで楽しむ「ゆうゆう生活」	3月24日(土)午後3時30分～5時30分/パソコンやデジタルカメラの個別相談会 毎週水・土曜日(3月21日を除く)午前10時～正午/パソコン初心者向けITサロン(自習形式)		1時間1000円 1時間300円 2時間500円	NPO法人さらプロジェクト ☎ FAX3220-5422 (電話は月～金曜日午前10時～午後5時) info@sara-project.or.jp http://shinomiya-it.sakura.ne.jp/
西荻北(西荻北2-27-18)	シニアが楽しむ健康エアロビクス 簡単!楽しい!!彫金アート教室	3月7日(水)・20日(火)、4月11日(水)・25日(水)のいずれも午後1時～2時30分(計4回) 3月14日(水)午後1時～4時	区内在住・在勤の方	1回500円 1500円(材料費込み)	NPO法人アザーボイス ☎080-5474-1954 FAX3396-9231 ov-yuyu@ezweb.ne.jp http://ovyuyu.blog.80.fc2.com/
桃井(桃井1-35-2)	携帯電話を上手く使おう	3月20日(火)午後1時30分～3時30分/携帯電話の使い方のイロハから上手な活用術		300円	NPO法人おでかけサービス杉並 ☎3399-5025
高井戸西(高井戸西1-17-5)	初心者のための「パソコン・携帯電話」相談処 高齢者向け・はじめての携帯電話教室 自立生活体操公開レッスン	毎週水・土曜日午前10時～午後3時(1時間単位で予約制) 3月17日(土)・24日(土)・31日(土)のいずれも午前9時30分～正午 3月21日(祝)午前10時～11時30分	区内在住で55歳以上の方	1時間1500円 各1000円 500円	NPO法人竹箒の会 ☎ FAX3332-1076

●3月17日(土)午前10時～正午 ④あんなさんぶる荻窪④区内在住・在学で5歳以上の方(小学生以下は保護者同伴) ④二〇名④一〇〇円(材料実費) ⑥電話で、同館へ(先着順)  
◇フリーマーケット出店者募集  
●3月18日(日)午前10時～午後3時 ④あんなさんぶる荻窪④区内在住・在勤の方(業者不可) ④一五区画(抽選) ④無料④往復ハガキ(記入例参照)で、3月8日(必着)まで同館へ  
◇かんきょう講演会「わりばし」  
●3月9日(土)午前10時～11時30分 ④あんなさんぶる荻窪内 ☎3398-3191

**雛祭りコンサート**

弦楽合奏とシャンソンを聴き、みんなで楽しく春の歌を歌います。

●3月13日(火)午後1時30分開演(1時開場) 樹ホール(高井戸東3-7-5 高齢者活動支援センター内) 出演 北の杜アンサンブル 定一〇〇名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 樹の樹大学OB連合会・中島 3331-1849

**高円寺障害者交流館 交流館まつり**

開設五周年記念と「地元とのふれあいを大切に」をテーマにしたまつりです。

●3月11日(日)午前10時～午後3時 高円寺障害者交流館(高円寺南2-24-18) 阿波踊り、ユニークダンス、フラダンス、手話ゲーム、障害者施設・作業所などの手作り生製品の販売、模擬店など 申当日、直接会場へ 樹並区障害者団体連合会事務局 5306-2627 FAX 5306-2628 他車での来場はご遠慮ください

**講演・講座**

**親子健康講座**

親子で正しい食事の摂り方や、歯の健康について学び、お子さんと一緒に食事を作って、食育を深めましょう。

●3月23日(金)午前10時～午後1時 高井戸保健センター(高井戸東3-20-3) 対4・5歳の幼児とその保護者 定二〇組 費一組一〇〇円 申電話で、高井戸保健センター 3334-4304へ(先着順) 他筆記用具・エプロン・三角きん・歯ブラシを持参してください

**区民科学講座 講演会 恐竜時代の地球と生物**

地層と化石の専門家が、一億年前の地球温暖化と、恐竜やアンモナイトなど当時の生物について解説します。

●3月10日(土)午前10時30分～最新アンモナイト学(科学館指導員)、午後3時30分～最新恐竜学(国立科学博物館主任研究員・真鍋真) 24日(土)午前10時30分～温暖化で北海道が熱帯に恐竜時代の海水温(金沢大学研究員・守屋和佳)、午後3時30分～地球温暖化とまた起きるか大量絶滅(早稲田大学教授・平野弘道) 樹科学館(清水3-3-13) 区内在住・在勤・在学で小学五年生以上の方 定各四八名(先着順) 費無料 申当日、直接会場へ 樹科学館 3396-4391

**青木悦講演会 いじめ問題を考える**

●3月22日(木)午前10時～正午 樹児童青少年センター(荻窪1-56-3) 内講演「心の悲鳴が聞こえますか?今、私たちにできること」 質疑応答の懇親会 樹教育ジャーナリスト・青木悦 小学生・高校生の子を持つ方と関心のある方 定五〇名 費無料 申電話で、児童青少年課事業係 3393-4760 または直接、児童青少年センターへ(先着順)

**区民企画講座・高円寺若者雑学塾 楽しくバレエストレッチ**

自宅でも気軽に続けられる入門編です。美しいバレエ音楽にのって踊る体験もします。

●3月18日(日)午後2時～4時 樹セシオン杉並(梅里1-22-32) 樹(社)日本バレエ協会会員・駒和美 樹40歳代くらいまでの方 定二五名(抽選) 費無料 申ハガキ、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)で、3月12日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011 梅里1-22-32) FAX 3317-6620 申 akyo-city.suginami.lg.jp へ 樹同センター 3317-6621

**自転車の手入れ方法とパンクの直し方**

日ごろからの手入れ方法やパンクの直し方を覚えて、自転車を安全に大切に乗りましょう。

●3月18日(日)午後1時～3時 30分 樹サイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4) 定一四名 費一〇五円 申電話で、サイクルひろば高井戸 3331-4360(水・木曜日休館) へ(先着順)

**私の食が世界・地球をつくる**

現在の私たちの食の状況を、ワークショップ形式で楽しみながら学びます。

●3月12日(月)午前10時～正午 樹あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 樹NPO法人コミュニティスクールまちデザイン・近藤恵津子 区内在住・在勤の方 定七〇名 費無料 申電話で、消費者センター 3398-141へ(先着順)

**高井戸健康大学 健康づくり推進員高井戸西地区会が企画しました。簡単な体操で細胞を活発にしましょう。**

●3月14日(水)午前10時～正午 樹高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5) 樹阿波連妙子 定六〇名 費無料 申電話で、高井戸保健センター 3334-4304へ(先着順)

**ぜん息児水泳教室**

●4月14日～6月2日の毎週土曜日(4月21日、5月5日を除く) 午前10時～正午(計六回) 樹高井戸温水プール(高井戸東3-7-5) 区内在住で4歳～小学六年生のぜん息児 定四〇名(抽選。初参加の方を優先) 費無料(医師の診療情報提供書料は自己負担) 申ハガキ(5面記入例参照)に性別と小学生は学年も書いて、3月12日(必着)までに杉並保健所保健予防課(〒167-0051 荻窪5-20-1) へ 樹同課 3391-1025

**家族介護教室**

●3月12日(月)午後1時～3時 30分 樹排便障害とそのケア ②16日(金)午後1時30分～3時 樹認知症の方の排せつ課題とそのケア 樹上井草ふれあいの家(上井草3-33-10) 樹看護師・小暮久美子 区内在住の高齢者または介護をしている方 定各二〇名 費無料 申電話で、ケア24上井草 3396-0024 へ(先着順)

**ケア24 永福**

●3月16日(金)午後1時30分～3時 樹よくわかる有料老人ホームの選び方(日本有料老人ホーム紹介センター・あいけあ相談員) ②20日(火)午後2時30分～3時30分 樹楽になる腰痛予防教室(インストラクター・前田宣明) 樹永福和泉地区民

**松ノ木ふれあいの家「認知症高齢者の家族会」**

●3月21日(祝)午後2時～4時 樹松ノ木ふれあいの家(松ノ木2-14-3) 内家族会の役割、家族同士が支えあうこと、認知症高齢者の介護(師)呆け老人を抱える家族の会 千葉県支部世話人・安田陸男 樹認知症高齢者を介護する家族など 定二〇名 費無料 申電話で、松ノ木ふれあいの家 3318-2660 へ(先着順)

**ケア24堀ノ内「もしもの時にきつと役立つ応急救護の基礎知識」**

体調の急変や介護中の事故などに直面した時に、慌てず落ち着いて行動ができるように、応急救護の基礎知識を学びます。

●3月27日(火)午前10時30分～正午 樹方南和泉会議室(和泉4-42-5) 樹杉並消防署署員 区内在住の方 定三〇名 費無料 申電話で、ケア24堀ノ内 5305-7328 へ(先着順)

**SPORTS** スポーツのある暮らし 健康の第一歩

⑤の教室は、さざんかねっと「<http://www.yoyaku-sports.city.suginami.tokyo.jp/rasgiusr2>」で申し込みできます。個人利用者登録(区内在住・在勤・在学の方)が必要です。申し込みは3月1日午前8時30分からハガキ締切日まで。定員を超えた場合は初めて申し込んだ方を優先する場合があります。

**都民体育大会予選会**

◇ソフトボール ●3月18日(日)(予備日25日(日)) 午前9時～ 樹松ノ木運動場(松ノ木1-3-22)、予備日は上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 区内在住・在勤の方で編成されたチーム 申電話で、3月9日までに区ソフトボール連盟・永井 3335-1022 へ 他代表者会議を3月10日(土)午後6時30分から東京立正高校(堀ノ内2-41-15)で開催します

**ソフトテニス(兼春季選手権大会)**

●4月1日(日)(予備日8日(日)) 午前9時～午後7時 樹松ノ木運動場(松ノ木1-3-22) 内種目=一般男子・女子(年齢制限なし)、成年(35歳以上)男子・女子、壮年(45歳以上)男子・女子、グランドシルバー(男子65歳以上・女子55歳以上。ミックス可) いずれもダブルス 区内在住・在勤・在学の方と連盟加盟クラブの登録メンバー 費1組2000円、小・中学生と高校生1組1000円(当日、会場で集金) 申ハガキまたはファクス(5面記入例参照)に参加種目も書いて、3月22日(必着)までに区ソフトテニス連盟・小島晃(〒166-0016 成田西3-6-4) FAX 3312-0385 へ 樹同連盟・小島 3312-0385

**ピラティス 心も身体もリフレッシュ ⑤教室番号「0323」**

●4月11日～6月27日の第2・4水曜日 午前9時～11時(計6回) 樹永福体育館 区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 定50名(抽選) 費1400円 申往復ハガキ(5面記入例参照)に生年月日も書いて、3月12日(必着)までに永福体育館(〒168-0064 永福3-51-17) へ 樹同体育館 3328-3146 他託児があります

**ゲートボール教室**

●4月15日～5月27日の毎週日曜日 午前10時～正午(計7回) 樹上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対初心者 定20名(先着順) 費2000円 申直接、上井草スポーツセンター総合受付 へ 樹区ゲートボール連盟・柴田 3390-7350

**弓道講習会**

●4月4日～9月28日の毎週水・金曜日 午後6時～9時(計51回) 樹上井草スポーツセンター弓道場(上井草3-34-1) 区内在住・在勤・在学の方 定25名(抽選) 費1万円(別途教本代1220円) 申往復ハガキ

**体成分(筋肉量・体脂肪量)測定**

●体成分(筋肉量・体脂肪量)測定 身体の状態に合わせて、相談も受けられます。 樹平日=午前10時、午後3時、9時を除く毎時間 土・日曜日、祝日=午前10時を除く毎時間 樹上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 費1回500円(ジムを利用する場合は別途400円が必要です) 申電話または直接、上井草スポーツセンター 3390-5707 へ

**サッカースクール4月生募集**

●サッカースクール4月生募集 元Jリーガーが直接指導します。 樹内・費水曜日コース=4月4日～、木曜日コース=5日～、金曜日コース=6日～ いずれもU-6(幼稚園年少～年長)=午後3時～3時50分=月6300円 土-U-8(小学1・2年生)=午後3時55分～4時55分=月7250円 土-U-10(小学3・4年生)=午後5時～6時=月7250円 土-U-12(小学5・6年生)=午後6時5分～7時25分=月8400円 樹上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 定各20名 申電話で、上井草スポーツセンターサッカースクール事務局 5771-0048 へ

### 情報 ほけっと 区の共催・後援などの 催し・講座

#### ★中村絢子ピアノ・リサイタル

時 6月7日(木)午後7時開演 (6時30分開場) 場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) 内 曲目=ショパン「バラード第1番〜第4番」ほか 費 S席4000円、A席3000円、B席2000円(全席指定・会員割引あり) 申 チケット発売開始=3月9日(金)午後2時(会員先行予約あり)▷販売窓口=①杉並区文化協会 ☎5311-7035 (発売初日は電話予約のみ) ②区役所1階「コミュかるショップ」③地域区民センター④杉並公会堂 ☎5347-4450 (発売初日は窓口のみ) ⑤チケットぴあ ☎0570-02-9990 (3月10日(出)〜) ⑥杉並区文化協会ウェブ予約 <http://www.sugibun.com/> ⑦杉並区文化協会 ☎5311-7035 (他) 未就学児の入場はご遠慮ください



▲中村絢子 撮影:尾形正茂

②区役所1階「コミュかるショップ」③地域区民センター④杉並公会堂 ☎5347-4450 (発売初日は窓口のみ) ⑤チケットぴあ ☎0570-02-9990 (3月10日(出)〜) ⑥杉並区文化協会ウェブ予約 <http://www.sugibun.com/> ⑦杉並区文化協会 ☎5311-7035 (他) 未就学児の入場はご遠慮ください

#### ★杉並公会堂の催し

##### ◇森寿男 & ブルーコーツ スペシャルコンサート

時 5月26日(土)午後6時開演 (5時30分開場) 内 ゲスト=スリーグレイセス▷曲目=「A列車で行こう」ほか 費 S席4500円、A席3500円

##### ◇杉並公会堂開館1周年記念コンサート

時 6月1日(金)午後7時開演 (6時30分開場) 内 出演=沼尻竜典(指揮)、漆原朝子(バイオリン)、杉並児童合唱団、日本フィルハーモニー交響楽団▷曲目=湯山昭「子どもシンフォニー」、ブルッフ「バイオリン協奏曲第1番」、ブラームス「交響曲第2番」 費 S席5000円、A席4000円、B席3000円



▲漆原朝子

場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) 申 販売窓口=①杉並公会堂 ☎5347-4450 ②チケットぴあ ☎0570-02-9999/クラシック専用オペレーター対応 ☎0570-02-9990 ③杉並区文化協会 ☎5311-7035 ④区役所1階「コミュかるショップ」※各営業時間はお問い合わせください ⑦杉並公会堂 ☎5347-4450

#### ★スペシャルオリンピック記録映画の上映

時 3月11日(日)午後1時30分開演 (1時開場) 場 杉並公会堂大ホール(上荻1-23-15) 内・師 9人の知的障がい者が制作に参加したドキュメント映画「ピリッパ」の上映、講演「無限の可能性を信じて」(スペシャルオリンピック日本名誉会長・細川佳代子) 定 1050名 費 500円(申) 電話で、スペシャルオリンピック記録映画上映を進める会事務局・平野 ☎3390-5140へ(先着順)

#### ★エコ体験ワークショップ

ソニー(株)と(株)ソニー・コンピュータエンタテインメントの協賛で、ソニー製のウォークマンを分解してリサイクルについて学びます。

時 3月17日(土)午後2時〜4時 場 科学館(清水3-3-13) 師 東京造形大学工学博士・山際康之 対 小学3〜6年生 定 20名(抽選) 費 無料(申) 往復ハガキまたはEメール(5面記入例参照)に学年と学校名も書いて、3月9日(必着)までに西荻まちメディア「エコ体験ワークショップ」係(〒167-0041善福寺3-2-10 ☎entry@science-art-kids.com)へ ⑦NPO法人西荻まちメディア・徳山 ☎090-9234-9021 (火〜土曜日=午後3時〜7時、日・月曜日=午前10時〜午後7時)

#### ★入門! 親族成年後見人

成年後見制度を利用して、判断能力が十分でない高齢者や障害者の財産管理を支援する家族を対象に、親族後見人としての心構えと財産管理について学びます。

時 3月20日(火)午後1時30分〜3時30分 場 あんさんぶる荻窪4階(荻窪5-15-13) 師 杉並区成年後見センター運営委員長(弁護士)・高村浩 対 親族後見人になっている方、なろうとしている方 定 50名(先着順) 費 無料(申) 当日、直接会場へ ⑦杉並区成年後見センター ☎5397-1551

#### ★重度肢体不自由児(者)とのコミュニケーション

重度の障害がある方たちとコミュニケーションをとる方法を学びます。

時 3月3日(土)午後1時30分〜3時30分 場 杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 対 介護派遣事業者、障害者の家族、関心のある方 費 無料(申) 当日、直接会場へ ⑦NPOそよかせ ☎ FAX6908-7606

#### ★重度訪問介護従事者研修会

障害者自立支援法による訪問系サービスのうち重度訪問介護を担うヘルパー育成の基礎を学びます。

時 3月17日(土)午前9時〜午後4時50分、18日(日)午前

10時〜午後3時、25日(日)午前10時〜11時(計3回) 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13)ほか 対 介護福祉士、ホームヘルパー1級・2級資格取得予定者 定 10名 費 3800円(テキスト代含む) 申・問 電話、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)で、ケアサポートかすみ草 ☎ FAX3312-9191 ☎kasumiso@themis.ocn.ne.jpへ(先着順)

#### ★郷土史講座「江戸の素顔を探る」

時 3月18日(日)午後1時30分〜4時 場 セシオン杉並(梅里1-22-32) 師 近現代史研究家・福田嘉文 定 80名(先着順) 費 500円(杉並郷土史会会員は300円) 申 当日、直接会場へ ⑦杉並郷土史会・原田 ☎3312-6623

#### ★杉並福祉カレッジ

介護者の抱える問題の具体的な現状、それらの問題の受け止め方、相談援助のあり方などを学びます。

時 3月10日(土)午後2時〜4時 場 荻窪タウンセブン8階ホール(上荻1-9-1) 内 講演会「介護者が抱えるつらさを受けとめる」 師 浴風会国際長寿センター介護支援会電話相談室長・角田とよ子 対 区内在住の方または福祉関係者 定 100名(先着順) 費 無料(申) 当日、直接会場へ ⑦杉並社会福祉士会事務局 ☎5336-3664

#### ★(社)杉並区シルバー人材センターの教室

##### ◇小学生のための学習教室

学校の授業の補習に重点を置いて、元教師の会員が学力の充実をはかります。

時・費 下表のとおり 場 杉並区シルバー人材センター 荻窪分室または清水分室 内 期間=4月〜20年3月まで(夏・冬・春の休みは除く)▷科目=国語・算数(原則として区内公立小学校に通う児童) 定 各教室15名(抽選) 申 ハガキ(5面記入例参照)に学校名・学年・児童名・保護者名も書いて、3月15日(必着)までに各分室へ ⑦同センター各分室=荻窪(〒167-0051荻窪2-29-3 ☎3220-9804) / 清水(〒167-0033清水3-22-4 ☎3394-2253)

(杉並区シルバー人材センター 小学生のための学習教室)

授業日・時間帯	火・金曜日		土曜日	
	午後4時30分〜6時		午前9時30分〜11時30分	
会場・学年	荻窪	清水	荻窪	清水
	5・6年生	4年生	4年生	5・6年生
授業料	1学期	2万5050円	1万6800円	
	2学期	2万6700円	1万6800円	
	3学期	1万8450円	1万2400円	
	その他	テキストを購入していただきます		

##### ◇パソコン教室

時・場・内 下表のとおり 師 シルバー人材センター 会員(対)区内在住・在勤の方。Aコースは全く初めての方。FコースはデジタルカメラとUSBケーブルを持参できる方。入門=パソコン初心者の方(A・Bコース) 初級=文字入力のできる方(C・D・E・F・Hコース) 中級・応用=ふだんパソコンを使用している方(J・L・Nコース) 定 各10名(抽選。申込者5名以下の場合中止する場合もあります) 費 8900円(A・B連続コースは1万7500円、Hコースは6700円) ⑦ハガキに教室名・コース名(第2希望まで)・郵便番号・住

《(社)杉並区シルバー人材センター パソコン教室》

●清水教室(清水3-22-4・2階)	
コース名	コース番号/月日/時間
A. 初めてのパソコン(入門)	A 1 = 4月2日〜23日 毎週月曜日 午前 A 2 = 4月3日〜24日 毎週火曜日 午後 A 3 = 5月9日〜30日 毎週水曜日 午前
B. パソコンもっと上達(入門)	B 1 = 4月5日〜26日 毎週木曜日 午後 B 2 = 5月7日〜28日 毎週月曜日 午前 B 3 = 5月10日〜31日 毎週木曜日 午前
A・B(上記2コース)連続	A B 1 = 4月4日〜5月30日(5月2日を除く) 毎週水曜日 午後
C. インターネット・Eメール(初級)	C 1 = 4月3日〜24日 毎週火曜日 午前 C 2 = 5月7日〜28日 毎週月曜日 午後
D. 文書作成(ワード初級)	D 1 = 4月5日〜26日 毎週木曜日 午前 D 2 = 5月8日〜29日 毎週火曜日 午後
E. 表計算(エクセル初級)	E 1 = 4月4日〜25日 毎週水曜日 午前
F. デジタルカメラ(初級)	F 1 = 5月8日〜29日 毎週火曜日 午前
G. プレゼンテーション(初級)	G 1 = 4月6日〜27日 毎週金曜日 午後
H. プログを作ろう(初級)	H 1 = 5月11日〜25日 毎週金曜日 午前
J. ワード(中級)	J 1 = 5月10日〜31日 毎週木曜日 午後
N. エクセル(中級)	N 1 = 4月6日〜27日 毎週金曜日 午前
O. インターネット・Eメール(中級)	O 1 = 4月2日〜23日 毎週月曜日 午後
●阿佐谷教室(阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)	
A. 初めてのパソコン(入門)	A 10 = 5月6日〜27日 毎週日曜日 午前
A・B(上記2コース)連続	A B 10 = 4月1日〜5月27日(4月29日を除く) 毎週日曜日 午後
C. インターネット・Eメール(初級)	C 10 = 5月12日〜6月2日 毎週土曜日 午前
D. 文書作成(ワード初級)	D 10 = 5月12日〜6月2日 毎週土曜日 午後
E. 表計算(エクセル初級)	E 10 = 4月1日〜22日 毎週日曜日 午前
H. プログを作ろう(初級)	H 10 = 5月11日〜25日 毎週金曜日 夜間
J. ワード(中級)	J 10 = 4月7日〜28日 毎週土曜日 午後
L. Office総合(応用)	L 10 = 5月9日〜30日 毎週水曜日 夜間
M. ワード(応用)	M 10 = 4月7日〜28日 毎週土曜日 午前
N. エクセル(応用)	N 10 = 4月3日〜24日 毎週火曜日 夜間
P. デジタルカメラ画像を加工(応用)	P 10 = 4月4日〜25日 毎週水曜日 夜間
●方南教室(方南1-3-4・2階)	
B. パソコンもっと上達(入門)	B 20 = 4月6日〜27日 毎週金曜日 午前
C. インターネット・Eメール(初級)	C 20 = 4月2日〜23日 毎週月曜日 午前
D. 文書作成(ワード初級)	D 21 = 5月7日〜28日 毎週月曜日 午前
E. 表計算(エクセル初級)	E 20 = 5月11日〜6月1日 毎週金曜日 午後

(注) 1. 午前=10時〜正午、午後=1時〜3時、夜間=6時30分〜8時30分。  
2. WindowsXP、Office2003使用。3. 受講料は、テキスト代を含む。

### 3月は道路交通環境整備強化期間です 「つくろうよ クリーンで快適 みんなの道路」

道路は、私たちの大切な生活空間です。次のことに注意し、安全で快適な道路にしましょう。  
①道路に商品台を出したり販売したりしない  
②看板やのぼり旗などを道路に置かない  
③自転車やバイクを路上に放置しない  
④電柱や道路工作物(道路標識など)に、はり紙をしない

問 各警察署交通規制係(杉並 ☎3314-0110/高井戸 ☎3332-0110/荻窪 ☎3397-0110) または区土木管理課、区交通対策課

所・氏名・年齢・昼間の連絡先・キャンセル待ちの有無を書いて、4月講座は3月12日、5月講座は4月10日(いずれも消印有効)までに(社)杉並区シルバー人材センター清水分室(〒167-0033清水3-22-4-2階 ☎3394-2253)へ(他)個人指導や各種設定の出張サービスを、1時間あたり1980円で随時受け付けています

#### その他

##### ★荻窪音楽祭 ボランティア・維持会員募集

時 5月18日(金)〜20日(日) 対 ①会場などでお手伝いしていただける方 ②維持会員(①はボランティアで協力いただける方) 申・問 電話、ファクスまたはEメール(5面記入例参照)で、荻窪音楽祭事務局 ☎3392-7019 FAX3398-3650 ☎info@ongakusai.com へ(他) <http://ongakusai.com/>

##### ★「ジョイフル杉並」会員の皆さんへ〜4月1日から新サービスを提供します

①充実したサービス(これまでの人気のメニューに加えて、福利厚生代行事業者ベネフィット・ワンとの提携による新たなサービスを提供します)②カフェテリア制度(好きなメニューに自分のポイントを使用して、更に安くご利用いただけます)③会員証が新しくなります(現在の会員証は、3月31日で使用できなくなりますのでご注意ください)



▲新しい会員証

##### ◇新規会員募集中

ジョイフル杉並は、区内の中小企業にお勤めの方の福利厚生事業を行っています。月500円の会費(別途入会金200円)で、お得な情報をお届けします。

時 ⑦(社)杉並区勤労者福祉協会(〒167-0034桃井4-3-2 ☎3397-2521 FAX3397-6641) (他) <http://www.joyful-suginami.jp/>

##### ★消防団員募集〜地域のためにあなたの力を

区内在住・在勤で18歳以上の方(男女不問)の入団を募集しています。

⑦杉並消防団本部(杉並消防署内) ☎3393-0119、荻窪消防団本部(荻窪消防署内) ☎3395-0119

19年度ボランティア募集

みんなで楽しく公園づくり

問い合わせは、みどり公園課公園利用係へ。

参加の申し込みは、随時、受け付けていますので、お問い合わせください。

すぎなみ公園育て組

◇制度の概要

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

◇参加できる方

町会・自治会、学校、企業、区民などからなる、継続的に活動できる五人以上の団体。2月1日現在、二〇団体、三三〇名の方が活動しています。

◇活動内容

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

◇区からの支援

清掃用具、園芸用具などを支給または貸与、ボランティア保険の加入費用を支援します。専用のジャンパー・腕章をお貸しするとともに、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。

◇区からの支援

花の苗と肥料、園芸用具を提供し、ボランティア保険の加入費用を支援します。腕章をお貸しするとともに、活動場所となる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するため、園芸講座などを開催しています。

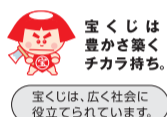
◇その他

宝くじ助成金で花壇づくりに取り組んでいます。

花咲かせ隊

区立公園などで、花壇づくり

宝くじは、広く社会に役立てられています。



宝くじは、広く社会に役立てられています。

杉並 ウェストサイズ物語

川柳入賞作品

脳卒中や心疾患の原因になるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を予防するには、お腹周りの内臓脂肪を減らすことが大切です。なかなかできない肥満解消を川柳にして笑い飛ばそうと募集したところ、多数の応募をいただきました。

この度、入賞作品が決まりましたので、発表します。

〒167-0033 杉並保健所健康推進課 ☎3391-1015



- 入賞者を表彰しました
- 【入賞作品】お題「お腹」
  - 優秀賞 西尾 淳
  - 「貫禄と云われしお腹に住む病魔」
  - 佳作 池田恒子
  - 「太っ腹 いえいえ脂肪の たまりすぎ」
  - 佳作 岡村吉治
  - 「はら周り 給料ほどに なせ減らぬ」
  - 佳作 菅野敏子
  - 「巻尺が お腹に嘔く もう一寸」
  - 佳作 松永征春
  - 「ほくそ笑む 一つ内側 ベルト穴」
  - 佳作 山内佳代子
  - 「ガードルで 締めれば上に 肉の帯」

3月24日(土)

活字文化フェスタ2007

「活字文化フェスタ2007」は、今こそ大切にしたい活字の楽しさ・奥深さにふれる、区民参加型の手づくりのおまつりです。

文化や教育活動にかかわる地域の団体・個人が「活字」を通して手をつなぎ、様々な企画を持ち寄り、地域の子どもや大人が一日中楽しめる、「活字の文化祭」を開催します。

【日時】3月24日(土)午前10時～午後7時(会場により開催時間が異なります)

【場所】中央図書館・読書の森公園(荻窪3-40-23) 荻窪体育館(荻窪3-47-2)、女子美術大学(和田1-49-8)

【内容】下表のとおり【費用】無料

【申し込み】当日、直接会場へ(一部事前申し込みあり)

【問い合わせ先】社会教育センター ☎3317-6621 または 中央図書館 ☎3391-5754



▲酒井順子



▲昨年の様子「明大ラヂオ」

シャトルバス 「も〜じ〜くん号」

当日、右記の区間を運行します(約30分)

中央図書館発	女子美術大学発
午前11時30分	午後0時5分
午後0時35分	1時10分
1時40分	2時15分
2時45分	3時20分
3時50分	4時25分

中央図書館  
徒歩2分の青梅街道沿い

↓

JR高円寺駅前  
南口ロータリー  
大東京信用組合前付近

↓

東京メトロ東高円寺駅前  
地下鉄出入り口付近  
(新宿方面は郵便ポスト前、荻窪方面は出入口前)

↓

女子美術大学

場所・テーマなど	内容・時間・講師など
中央図書館 視聴覚ホール 「見よう聞こう」 各50名(先着順)	おはなしくらべ「ゼロ弾きのゴーシュ」=午前10時30分～午後0時30分(小学生)、「負け犬の遠吠え」著者・酒井順子スペシャルトーク=午後1時30分～2時30分、再現ドラマの帝王:森きゆきと劇団みづくの迫力朗読劇=午後3時～3時20分、お笑いレムイロ=午後3時30分～3時40分・4時15分～4時25分、映画上映=直木賞作家、芦原すなお作品「青春デンデケデケケ」(大林宣彦監督作品)=午後4時45分～7時
中央図書館 児童書架 「こどものための読みかせ」	パネルシアター「へっこき嫁さ」ほか、俳優・森きゆきの「羊とおおかみ」、おはなしと本の紹介「チックタック」ほか、パパ・グランパによる絵本の読み聞かせ・点字で読み聞かせなど/午前11時～午後4時の毎正時から20分程度
中央図書館 会議室A・B 「楽しいワークショップ」	点字ワークショップ、じぶんのなまえて「えほん」をつくろう(要事前申し込み)=午前10時～正午(新小学1年生とその保護者・10組(抽選))・申し込みは右下記注2参照)、小学生のための魔法の図書館学=午後1時～3時(30名・先着順)、推薦入試で大学合格を目指す人のための小論文講座=午後4時～7時(高校生・30名(先着順))
中央図書館 テラス 「はらごしらえ」	すだちの西洋焼菓子販売、モジモジ亭の活字ポトフ、ちいきちいきのカフェ、どんまい福祉工房のカレーとメロンパン/いずれも午前11時～※売切れ次第終了
読書の森公園 「ちょっと息抜き」 午前10時～午後3時 ※雨天の場合は中央図書館・荻窪体育館	明大ラヂオ～未来のアナウンサーが語るオススメ本など=毎時15分・45分、ブックカフェ、大型紙芝居とすぎなみ昔話紙芝居=午前11時～午後2時の毎時30分、杉並発四字熟語～展示と投稿箱、ジャンボシャボン玉=正午～午後2時、本の世界でパチリ(カメラを持参)、チャリティ古本市とドライマンゴーの販売

場所・テーマなど	内容・時間・講師など
荻窪体育館 小体育室 「身体を動かすワークショップ」	漢字をつくろう=午前11時～午後1時(小学生)、スポーツ百人一首=午後1時～3時/いずれも随時参加可
荻窪体育館 会議室 「やってみよう聞こう(展示とワークショップ)」	絵本工房の手作り絵本展、Free Paper☆Cedre、ソシオノート、活字とお茶、20周年記念:知る区ロードとすぎなみマガジン、団塊「モノ」語り年表、乳がん早期発見啓蒙活動から「わたしが口紅をつけた理由」自費出版までなど、和とじメモ帳※針使用(50組・随時参加可)、クロさんのぬり絵、テアトルエコー=午後2時30分～3時※フリーペーパーなど持込歓迎
女子美術大学・ガレリアニケ 「ちょっとだけ専門的に」	企画展「活字書体の源流をたどる」=午前10時～午後5時、森教授の講演「文字の話」=午後1時・2時(各30分・15歳以上)、ワークショップ「書いて、押して、刷ってみよう」=午前10時～午後4時30分(随時参加可)、色紙で本をつくってみよう、紙版画、活字を押してみよう、アニメーション上映(学生作品)

注1. 天候などの都合により、内容が変更になる場合があります。2. 「じぶんのなまえて「えほん」をつくろう」の申し込みは、ハガキまたはEメールに参加者(お子さん1名と保護者2名まで)の氏名(フリガナ)・住所・電話番号を書いて、3月12日までにクロチャント出版・紙谷清子(〒167-0033 清水3-2-2 ☎info@crochant.com)へ。3. ごみは持ち帰りください。