



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

主な記事

杉並区中学校対抗駅伝..... 1面
お知らせします区職員の給与... 2・3面
民生委員・児童委員が一部交代... 9面

英語版広報「Hello! SUGINAMI」を12面に掲載

平成16年 12 / 1 NO.1700

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

杉並区 中学校対抗駅伝 5周年記念大会

【日時】12月12日(日) 小雨決行

開会式 = 午前9時
男子の部スタート = 午前10時
女子の部スタート = 午前10時10分
閉会式 = 午前11時30分



平成12年に始まった杉並区中学校対抗駅伝大会は、今年、5周年を迎えます。これを記念し、区内の2つの街道を中心に、コースを拡大して大会を実施します。皆さんのあたたかいご声援をお願いします。問い合わせは、杉並区中学校対抗駅伝5周年記念大会実行委員会事務局(社会教育スポーツ課内)へ。

【スタート場所】

済美山運動場(堀ノ内1 15・下図参照)

【コース】

青梅街道、五日市街道などを經由する一周約10.6km

【参加チーム】

区内の公立・私立中学校の生徒で構成。男子26チーム、女子25チームが参加予定。

【その他】

- 1 スタート/ゴール地点、中継所などには駐車場・駐輪場がありませんので、車などでの来場はご遠慮ください。
- 2 午前9時~正午は、コース周辺の交通規制を行いますのでご協力ください。



10月23日(土)の新潟県中越地方を襲った大地震は多くの被害をもたらした。いまだに多くの方々が不安と憔悴の中で不便な生活を余儀なくされておられますが、杉並区としても、5月に小千谷市と結んだ「災害時相互援助協定」に基づき、発災直後からさまざまな支援を行ってまいりました。

当初は食料(特ににぎりなどすぐ食べられるもの)、水、コンロ、毛布などでしたが、その後簡易トイレや携帯トイレ、生理用品や紙おむつ、トイレ消毒剤などになり、そして、ボランティア対応の職員や清掃職員の派遣と、時とともに変わる支援要請は、電気・ガス・水道などのライフラインが完全に断ち切られた時に備



小千谷救援記

杉並区長 山田 名



えて何を準備しておかなければならないかを教えてくれました。当然今回の経験をもとにこれから区としての備えを充実していきますが、区民の皆さんも、それぞれの地震への備えを区発行の

また、各家庭での長引く停電に備えた携帯電話の簡易式充電器の準備や、トイレ用などの生活用水の確保のため使用した風呂水のためにお心がけ、また、ほとんどの死傷の原因が家具などの転倒

送も適時実施したいと考えておりますので、どうかご理解ご協力をお願いいたします。また、N・T・Tの災害用伝言ダイヤル1717(イナイ)も、安否情報の確認に今回大きな役割を果たしたと聞いております。

11月20日(土)には皆さまからお預かりした義援金を、私から小千谷市長にお渡ししてまいりました。杉並区民の皆さまには様々な支援をしていただき、心から感謝しています」とのことでした。

小千谷市民をはじめ被災されましたすべての方が一日も早く希望の生活を送るため、今後とも区民の皆さまからの義援金へのご協力をお願いします。

●新潟県中越地震

小千谷市へ義援金を届けました

11月20日(土)に、区長と区議会副議長が新潟県中越地震で被災した小千谷市を訪問し、これまでに区民の皆さんからお預かりした義援金1500万円と、区議会議員の50万円、区職員の25万7430円を届けました。



また、杉並区と杉並区議会から見舞金として200万円も渡しました。今回の地震で被災された方々の生活の一日も早い復興を支援するため、今後とも区民の皆さまからの義援金へのご協力をお願いします。

問総務課総務係

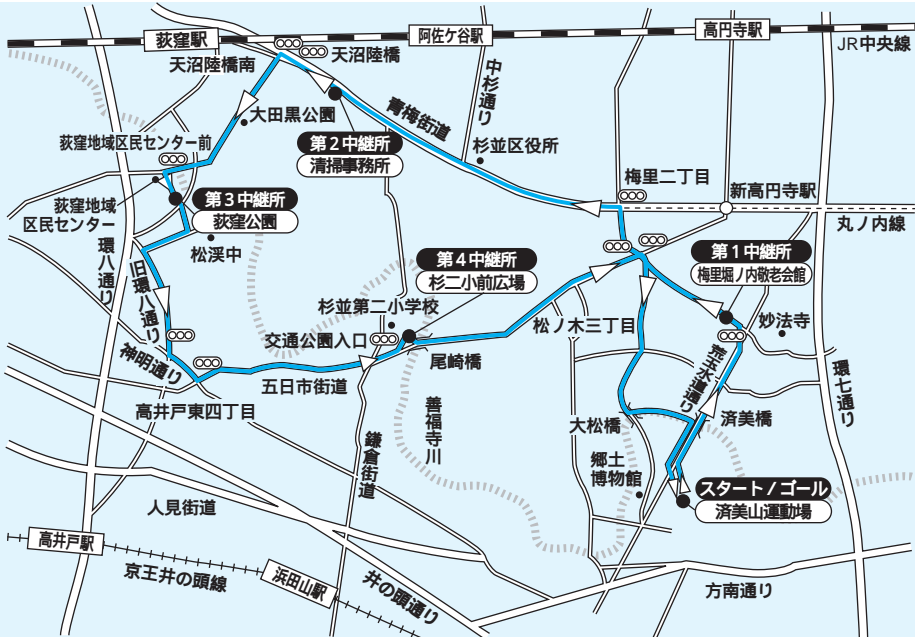
コース

選手の通過予想時刻

スタート	10:00 ~ 10:10
第1中継所	10:06 ~ 10:21
第2中継所	10:13 ~ 10:34
第3中継所	10:17 ~ 10:41
第4中継所	10:24 ~ 10:53
ゴール	10:33 ~ 11:09

凡例

- 駅伝コース
- 駅伝コース方向
- 中継所



古紙配合率100%再生紙を使用しています



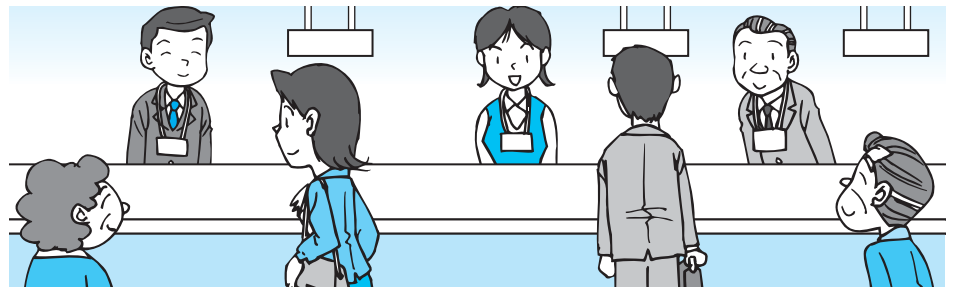
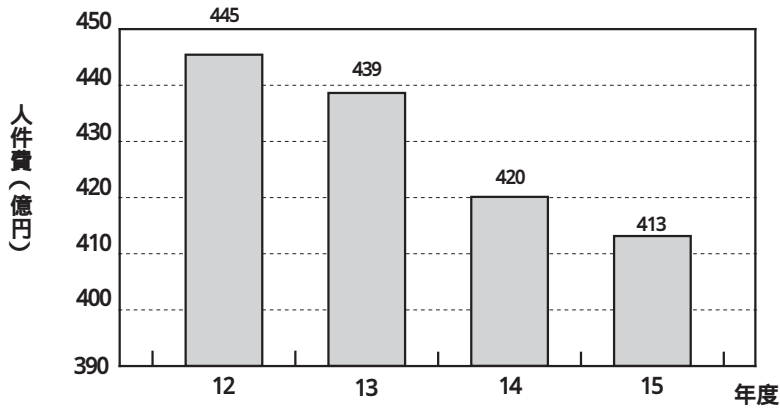
やめましょう 歩きたばこ・ポイ捨てを

給与

区では、現在約4300名の職員が区役所や保育園、保健所、図書館などで区民の皆さんの暮らしに密着した様々な仕事をしています。区の職員の給与は、区議会の議決によって定められる給与条例や、

これに基づく規則などによって明らかにされていますが、区民の皆さんに区政への一層のご理解をいただくため、そのあらましをお知らせします。問い合わせは、職員課給与係へ。

職員人件費の推移(普通会計決算)



職員の平均給料月額・平均給与月額・平均年齢の状況 (16年4月1日現在)

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
杉並区	362,089円	471,126円	43歳4月	333,994円	424,652円	47歳7月
都	361,177円	471,896円	43歳4月	335,407円	432,302円	47歳0月
国	327,555円		40歳2月	283,384円		47歳9月

「平均給与月額」とは、給料に諸手当(期末・勤勉手当を除く)を加えたものの平均月額です。国の平均給与月額は公表されていません。

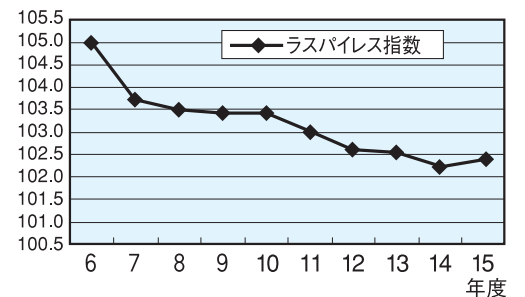
給与の種類とその内容(15年度実績)

毎月きまって支給されるもの	給料	給料表に定める額(行政職、技能労務職など職務の内容によって給料表は異なります)						
	調整手当	民間における賃金や物価が特に高い地域に勤務する職員に支給される手当						
	扶養手当	支給率	(給料+扶養手当+管理職手当)の12%					
		支給対象職員	全職員					
		国の制度(支給率)	地域区分により0~12%					
		1人当たり平均支給年額	519,843円					
	住居手当	区分	杉並区	都	国			
		配偶者	15,700円	15,500円	13,500円			
		配偶者以外の扶養親族2人まで	各5,500円	各6,000円	各6,500円			
	通勤手当	交通機関利用者(電車、バス等)	運賃相当額(限度額45,500円)	運賃相当額(限度額45,500円)	運賃相当額(限度額50,000円)			
交通用具使用者(自転車等)		通勤距離に応じて支給	通勤距離に応じて支給	通勤距離に応じて支給				
給与	その他	管理職手当、初任給調整手当など						
	特殊勤務手当	著しく危険、不快、不健康、困難その他特殊な勤務に従事したときに支給される手当						
	超過勤務手当	職員全体に占める手当支給職員の割合	45.0%					
		支給職員1人当たり平均支給年額	92,240円					
		手当の種類(手当数)	11種類					
		代表的な手当の名称	1 不規則勤務手当 2 清掃業務従事職員特殊勤務手当(ごみ・し尿収集) 3 障害者(児)施設等業務手当 4 福祉事務所等業務手当					
	その他	区分	15年度	14年度				
		支給総額	9億3250万2千円	8億8897万3千円				
	臨時に支給されるもの	期末・勤勉手当	区分	杉並区	都	国		
		退職手当	区分	自己都合	定年・勤奨	自己都合	定年・勤奨	自己都合
勤続20年			24.25月分	35.00月分	24.25月分	35.00月分	21.00月分	27.30月分
勤続25年			32.50月分	45.50月分	32.50月分	45.50月分	33.75月分	42.12月分
勤続35年			49.75月分	59.20月分	49.75月分	59.20月分	47.50月分	59.28月分
最高限度		50.00月分	59.20月分	50.00月分	59.20月分	59.28月分	59.28月分	
加算措置		定年前早期退職特例措置(2~20%加算)		定年前早期退職特例措置(2~20%加算)		定年前早期退職特例措置(2~20%加算)		
1人当たり平均支給額		418万9千円	268万8千円					

15年度については、定年前早期退職を一層促進するため、特例措置加算を実施しました。杉並区では、50歳~59歳の退職者について、特例措置の加算を3~30%で実施しました。退職手当の支給月数については、経過措置が終了する17年度以降のものです。

杉並区と国の給与水準の比較

ラスパイレス指数の推移



地方公共団体の給与水準の指標として、ラスパイレス指数があります。これは、国を100として比較したものです。15年度の区のラスパイレス指数は、102.4でした。

一般行政職の初任給の状況 (16年4月1日現在)

区分	職階	I類(大学卒)		III類(高校卒)	
		初任給	採用2年経過日給料額	初任給	採用2年経過日給料額
杉並区	初任給	179,800円	144,300円		
	採用2年経過日給料額	201,600円	153,500円		
都	初任給	179,800円	144,000円		
	採用2年経過日給料額	203,600円	153,300円		
国	初任給	I種	179,800円	III種	138,800円
		II種	170,700円		
	採用2年経過日給料額	I種	198,600円	III種	148,500円
		II種	184,400円		

職員の経験年数別・学歴別平均給料月額(16年4月1日現在)

職階	学歴	10年	15年	20年
		一般行政職	288,783円	341,644円
技能労務職	大学卒	288,783円	341,644円	386,792円
	高校卒	238,581円	289,156円	337,828円
技能労務職		274,327円	312,275円	362,644円

特別職の報酬等の状況 (16年4月1日現在)

区分	給料・報酬月額	期末手当
区長	1,134,000円	
助役	909,000円	6月期 1.65月分
収入役	779,000円	12月期 1.65月分
議長	909,000円	3月期 0.25月分
副議長	779,000円	計 3.55月分
議員	599,000円	

お知らせします

区職員の

給与決定のしくみ

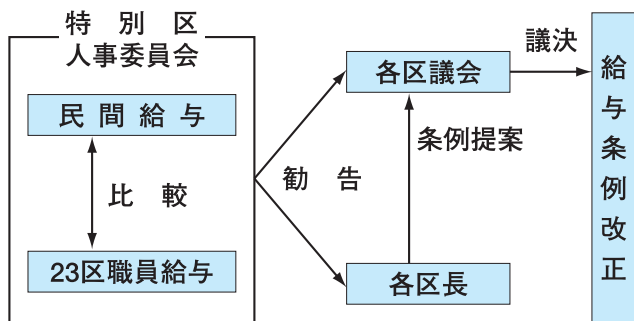
1 一般職

区一般職員の給与は、23区が共同で設置した特別区人事委員会が、毎年、民間従業員の給与の実態などを調査し、区職員と民間従業員との給与の較差をなくし、民間給与の実態と合うように給与の是正を勧告します。

この勧告を受けて、区は給与に関する条例案をつくり、区議会での審議を経て、一般職員の給与を決定しています。

2 特別職

区長や区議会議員などの給与または報酬の額は、杉並区特別職報酬等審議会の意見を聴くなどしたうえで条例案をつくり、区議会での審議を経て決定しています。

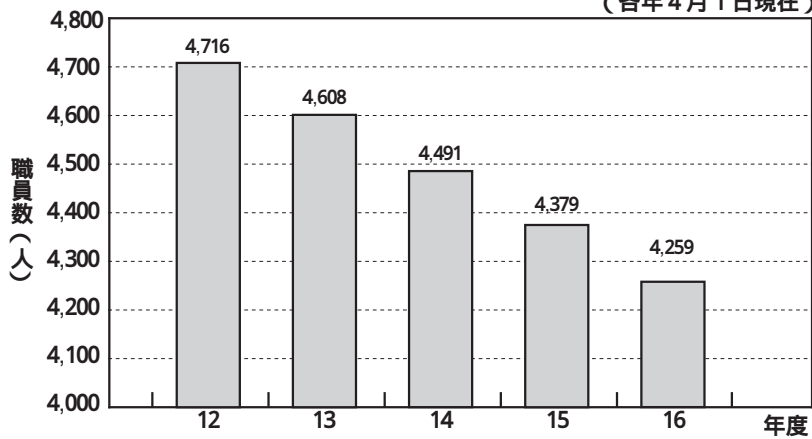


職員給与費の状況(平成16年度一般会計当初予算。退職手当を除く)

職員数 (A)	給与費				1人あたりの 給与費 (B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
4,139人	175億493万6千円	46億6066万3千円	76億7152万4千円	298億3712万3千円	720万9千円

職員数の増減

(各年4月1日現在)



地域区民センター、区民集会所や体育施設は、外部委託を行っているため、職員数には含まれません。

職員数の削減を進める一方、職員一人ひとりの能力を高め、事務の効率化を図ることにより、区民の方に満足していただくサービスを提供していきます。

職員数削減に向けた取り組み

区では現在、「スマートすぎなみ計画(平成13~22年度)」に基づき、1000人の職員数削減に取り組んでいます。すでに、13~16年度の4年間で320人の削減目標に対し、457人を削減しました。さらに、第3次行政財政改革実施プランでは、17~19年度の3年間で、290人の削減目標を掲げています。

職員数は、聖域のないあらゆる分野で、区民・NPOなどとの協働の推進、民営化・民間委託の推進、非常勤職員の活用などに取り組むことによって、削減を進めていきます。

人件費の比率

人件費の歳出額全体に占める割合を人件費比率といいます。平成15年度の普通会計決算では、33.3%となっており前年度より1.4ポイントの増となりました。これは、人件費が前年度より約7億円削減されましたが、区全体の歳出額が抑えられたために人件費の割合が高まったためです。

人件費の状況(15年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 (16年4月1日)	歳出額(A)	実質収支 (黒字額)	人件費(B)	人件費比率 (B/A)	(参考) 14年度 人件費比率
524,012人	1240億6751万4千円	56億7127万5千円	412億9420万9千円	33.3%	31.9%

(注)1. 普通会計とは、統計上の会計です。2. 人件費には、一般職員のほか、区長・議員・パートタイマーなどに支給される給料・報酬などを含みます。

職員数の状況

部門別職員数の状況と主な増減理由

(各年4月1日現在 単位:人)

部門	職員数 15年	職員数 16年	対前年 増減数	主な増減理由	
					15年
一般行政部門①	議会	18	17	1	区議会議務局の体制の見直し
	総務	533 (0)	534 (3)	1 (3)	職員の臨時配置
	税務	126	124	2	徴収体制の見直しなど
	民生	1,679 (0)	1,633 (3)	46 (3)	保育園の管理運営委託、障害者施設の民営化など
	衛生	592 (11)	570 (6)	22 (5)	清掃事務所の統合、ごみ収集作業の業務量減など
	労働	5	5	0	
	農林水産	4	4	0	
	商工	21	21	0	
	土木	383 (0)	368 (3)	15 (3)	土木関係事務の執行方法の見直しなど
	小計	3,361 (11)	3,276 (15)	85 (4)	
特別行政部門②	教育	817	781	36	学校給食の民間委託、学校警備職員の退職不補充など
	小計	817 (0)	781 (0)	36 (0)	
介護保険事業などの会計部門③	その他	175 (0)	165 (1)	10 (1)	介護保険関係事務の執行方法の見直しなど
	小計	175 (0)	165 (1)	10 (1)	
合計④=①+②+③	4,353 (11)	4,222 (16)	131 (5)		
その他⑤	26	37	11	派遣職員の増など	
総計④+⑤	4,379 (11)	4,259 (16)	120 (5)		

(注)1. 職員数は、一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、臨時または非常勤の職員を除いたものです。2.()内は、再任用短時間勤務職員で、外数です。

昇給期間短縮の状況

区分	合計	区一般行政職	区技能労務職	都一般行政職	都技能労務職
15年度	職員数(A)	4,170人	3,015人	650人	293人
	普通昇給期間(12月)を短縮して昇給した職員数(B)	1,658人	1,280人	204人	103人
	比率(B/A)	39.8%	42.5%	31.4%	35.2%
14年度	職員数(A)	4,289人	3,064人	699人	309人
	普通昇給期間(12月)を短縮して昇給した職員数(B)	1,657人	1,252人	193人	124人
	比率(B/A)	38.6%	40.9%	27.6%	40.1%

(注)1. 合計には、一般行政職、技能労務職のほかに医療職、教育職を含みます。2. 昇給期間の短縮には、特別昇給のほか、初任給調整による短縮なども含みます。3. 都一般行政職および都技能労務職は、清掃事業に係る都からの派遣職員です。

一般行政職の級別職員数の状況

(16年4月1日現在)

区分	10級	9級	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務の内容	特に重要な職務の部長	部長	統括課長	課長	総括係長	係長	主任主事	係員	係員	係員	
職員数	5人	22人	26人	39人	235人	1012人	887人	609人	92人	32人	2,959人
構成比	0.2%	0.7%	0.9%	1.3%	7.9%	34.2%	30.0%	20.6%	3.1%	1.1%	100%
1年前の構成比	0.2%	0.8%	0.8%	1.3%	7.7%	33.0%	30.2%	21.5%	3.1%	1.4%	100%
5年前の構成比	0.2%	0.8%	0.6%	1.8%	7.1%	26.9%	31.1%	26.1%	3.5%	1.9%	100%

(注)1. 杉並区職員の給与に関する条例に基づく行政職給表(一)の級区分による職員数。2. 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名をいいます。



行事

催し

ユニークダンスパーティー
車いすなどを利用する障害者と健常者がペアになっ...

12月19日(日)午後1時15分
3時30分(場)杉並障害者福祉会館(高井戸東4-10)

フレッシュ名曲コンサート
美しい歌で贈る「クリスマスコンサート」

12月16日(木)午後0時5分
0時50分(場)区役所一階ロビー(内)出演:白木あい(ソプラノ)、山下浩司(バ)



白木 あい



山下 浩司

記入例

郵便八ガキ

- 1 行事名
2 住所
3 氏名(フリガナ)
4 年齢
5 電話番号

(原則1人1枚)

往復八ガキの場合は返信用のあて先も記入を... 託児のある行事は、託児希望の有無、お子さんの氏名・年齢・性別も記入

ス・パリトン) 曲目「歌劇「魔笛」より「パ、パ、パ、ババゲーナ」、「きよしこの夜」、「オー・ホーリーナイト」ほか(無料)当日、直接会場へ(区)文化・交流協会文化係 5311 7035

小学生区議会 みんなでつくる私たちのまち杉並

21世紀を担う小学生の意見を聴き、区政運営の参考にするとともに、小学生に地方自治や議会のしくみを理解してもらつため開催します。議会は傍聴できます。

12月14日(火)午後2時
4時15分(場)区議会(区役所中棟四階) (内)参加者:区立小学校(四四校)、私立小学校(三校)の児童(区)傍聴希望者は当日、区役所中棟五階(受付)へ(区)政相談課

トウインクルタウン

久我山ピカピカ祭り

時・内 イルミネーション点灯式・風力と太陽光発電の紹介 12月5日(日)午後4時
ピカピカ感謝デー(きりたんぼなべ、フリーマーケット、創作教室など) 17年1月16日(日)午前10時
まちのスケッチ&フォトコンテスト作品募集(応



海野 和男



荘村 清志

すぎなみ環境カエルくらぶ二周年記念イベント

12月18日(土)午後1時
4時(0時30分開場) (場)セシオン杉並(梅里1-22)

区内にかつてあった、戦前に建てられた建築の写真を展です。

12月13日(月)17日(金) 区役所西棟一階ロビー(申)当日、直接会場へ(まちづく

中学生こみ会議

杉並区の未来を担う区立中学校の代表の生徒が、区のごみ問題の現状を学

び、率直な意見交換を通じて、ごみの減量について話し合います。

傍聴者との意見交換も行う予定です。大人の皆さんの多数参加をお待ちしています。

12月11日(土)午前10時
正午(場)産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) (申)当日、直接会場へ(区)清掃管理課ごみ減量担当

海野和男昆虫写真展

信州・小諸の昆虫や植物などをデジタルカメラで撮影し、毎日更新しているホームページ「小諸日記」でおなじみの、昆虫写真家・海野和男さんの写真を展示します。昆虫の美しさや不思議さを感じてください。

12月1日(水)16日(木)午前8時30分
午後10時(場)あんなさんぶる荻窪・エントランスホール(荻窪5-15)

13(費)無料(申)当日、直接会場へ(区)環境課環境都市推進担当(他)展示写真は「すぎなみ環境カエルくらぶ二周年記念イベント」で抽選でさしあげます

杉並の幻の名建築展

区内にかつてあった、戦前に建てられた建築の写真を展です。

12月13日(月)17日(金) 区役所西棟一階ロビー(申)当日、直接会場へ(まちづく

講座・講演

杉並でくらす外国人のためのにほんご教室

基本的な日常会話と読み書きを学びます。

17年1月11日(土)3月22日の毎週火曜・金曜、午後6時30分
8時30分(2月11日を除く・計20回) (場)セシオン杉並(梅里1-22)

32(費)月二〇〇〇円(テキスト代別) (申)往復八ガキ(記入例参照)で、12月24日(必着)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32)へ(同)同センター 3317 662

すぎなみ自然案内人養成講座 植物実地調査と学習

12月12日(日)午前10時
午後4時(場)集合:都立善福寺公園善福寺池上池ポート乗り場、午後6時(あんなさんぶる荻窪5-15-13)

で学習(区)区内在住・在勤の方(定)二〇名(費)無料(申)・(同)電話またはファクス(記入例参照)で、すぎなみ環境情報館 3398 3191 FAX 3398 3193 (先着順)

12月11日(土)午前10時
正午(場)産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) (申)当日、直接会場へ(区)清掃管理課ごみ減量担当

12月12日(日)午前10時
午後4時(場)集合:都立善福寺公園善福寺池上池ポート乗り場、午後6時(あんなさんぶる荻窪5-15-13)

すぎなみしゃべり場

友達と遊びたい、みんなでしゃべりたい、ゲームを楽しみたい、などその日の気分で自由に過ごせる空間です。関心のある方はお問い合わせください。

12月1日~22日の毎週水曜日、午後6時~9時(場)産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) (対)16歳~35歳くらいの男女(申)・(同)社会教育センター・水谷・(祭)はた・上枚(うえだ) FAX 3317 6621 FAX 3317 6620 Eメール shakyo-c@city.suginami.lg.jp

12月19日(日)午後1時30分
5時(場)阿佐谷地域区民センター(阿佐谷南1-17) (対)小学生以上の方(ひらがなが読める幼児も可) (定)三六名(費)無料(申)・(同)電話またはファクス(記入例参照)で、伝承文化研究所 FAX 3950 3985 または小林 090 4965 1310 (先着順)

男女平等推進センターの講座

女性のための起業支援セミナー中級編

女性のための起業支援セミナー中級編 「起業に結びつく財務知識と事業計画作り」

時・内・師右下表のとおり(場)あんなさんぶる荻窪5-15-13 (区)区内在住・在勤・在学で起業意欲のある女性(定)三〇名(選考) (費)八〇〇円(申)ハガキ、ファクス(記入例参照) または電話で、12月15日(必着)までに男女平等推進センターへ(他)託児あり(1歳)未就学児五名・要事前申込) 女性のための就職・再就職セミナー

12月12日(日)午前10時
午後4時(場)集合:都立善福寺公園善福寺池上池ポート乗り場、午後6時(あんなさんぶる荻窪5-15-13)

で学習(区)区内在住・在勤の方(定)二〇名(費)無料(申)・(同)電話またはファクス(記入例参照)で、すぎなみ環境情報館 3398 3191 FAX 3398 3193 (先着順)

12月11日(土)午前10時
正午(場)産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) (申)当日、直接会場へ(区)清掃管理課ごみ減量担当

女性のための起業支援セミナー中級編

Table with 3 columns: 月日, 内容, 講師. Includes dates like 17年1月12日 and topics like 基調講演「時代は新しい主役を求めている」.

(注) 1. 時間はいつでも、水曜の午後7時~9時。 2. コーディネーター=作間由美子。 3. 講師は変更になる場合があります。

女性のための就職・再就職セミナー

Table with 4 columns: 月日, テーマ, 講師, 会場. Includes dates like 17年1月20日 and topics like アピールする応募書類を書くために.

時間はいつでも、午後2時~4時。

ワード・エクセル基礎コース(どちらかを選択・計10回)

Table with 4 columns: コース, 月日, 内容, 会場. Includes Aコース and Bコース with dates and topics like ワード基礎=文字入力、文字編集、クリップアート、ページ罫線、表作成(履歴書作成)印刷、保存。

時間はいつでも、午後4時30分~6時。

とおり(区)区内在住の就職・再就職を希望する女性で、パソコンの基本操作(起動・終了・マウスとキーボード操作)ができ、講演会およびワード・エクセル基礎コースに全回参加できる方(講演会のみ参加可) (定)各コース一〇名(抽選) (費)七〇〇〇円(別途教材費二一〇〇円) (申)往復ハガキ

子育て支援ボランティア講座

日時	内容	講師
17年 1月23日(日)	午後1時~2時 オリエンテーション・「ベビーサインとコーチングによる子育て支援」 午後2時~3時30分 講義「ボランティアのマナー」	遊きっず倶楽部代表・地域福祉コーディネーター 加藤 正樹 杉並区社会福祉協議会ボランティアコーディネーター 丹羽 史泰
30日(日)	午後1時~3時30分 ワークショップ・コーチング入門1「母親に対するコーチング技法」	(財)生涯学習開発財団認定コーチ 高野 まゆみ
2月6日(日)	ワークショップ・コーチング入門2「子どもに対するコーチング技法」	
13日(日)	午後1時~3時 ワークショップ・ベビーサイン入門1「ベビーサインの使い方」	ベビーサイン実践指導者・子育てアドバイザー 直江 千恵子
20日(日)	ワークショップ・ベビーサイン入門2「うた遊びとベビーサイン」	
26日(土)	午後1時~4時 説明会・子育て支援関係機関等との情報交換会	保育課・杉並区社会福祉協議会(予定)

科学ってなあ〜んだ? 疑問・不思議を発見しよう
身の回りの材料を使って、科学の不思議を解き明かします。
[時]12月4日(土)午後3時~4時15分
[場]科学館(清水3-13)
[師]サイエンスレジャー・河野晃(区内在住・在勤・在学の方定)二〇名(先着順)(費無料)当日、直接会場へ(問)科学館 ☎3396 4391

すぎなみコミュニティ カレッジ
子育て支援ボランティア講座 ベビーサインとコーチングで楽しく子育てしよう
[時]・内・師左表のとおり
[場]産業商工会館(阿佐谷南3-2-19)および阿佐谷
[時]12月7日(火)午後6時30分~8時30分(区後援)場
阿佐谷会議室(阿佐谷北2-18)
[内]第六回「障害のある子ども/思春期の子ども」師子どもの人権連代表委員・平野裕(定)三〇名(先着順)(費五〇〇円)(18歳未満無料)テキスト代一

成人祝賀のつどい	開催日と会場
杉並公会堂が改築中のため、平成17年の「成人祝賀のつどい」は、「成人の日の前日」1月9日(日)に開催します。会場は、サンプラザホール(中野サンプラザ・中野区中野4-1-1)です。	
	(問)児童課子ども青少年係

〇〇円追加回復ハガキまたはファクス(4面記入例参照)で、12月14日(必着)までにNPO法人エフピィ・プロフェッション(〒168-0082久我山5-3-14) FAX 020 466 7720)へ(問)同法人・高井戸西いきがい応援館を通じて、子どもへのお金教育を考えます。(区共催)
[時]・内 12月23日(祝)子どもに金銭教育をする前に「親が学ぶ経済のしくみ」17年1月23日(日)子どものおこづかい、どうしてですか? 2月20日(日)親子で楽しくワークショップ「おこづかいゲーム」/いずれも午前10時~正午場阿佐谷地域センター(阿佐谷南1-47-17)師フアイナンシャルプランナー・イナシヤルプランナー・式町みどり、フリーライター・中上直子(区内在住・在勤の方定) 二〇名 親子二〇組(全回参加できる方優先)(費一五〇〇円)(三分資料代含む)、で親子一人子ども二人の場合は三

成人祝賀のつどい
杉並公会堂が改築中のため、平成17年の「成人祝賀のつどい」は、「成人の日の前日」1月9日(日)に開催します。会場は、サンプラザホール(中野サンプラザ・中野区中野4-1-1)です。
(問)児童課子ども青少年係

クリスマスプレゼントやお年玉などの身近な話題を通じて、子どもへのお金教育を考えます。(区共催)
[時]・内 12月23日(祝)子どもに金銭教育をする前に「親が学ぶ経済のしくみ」17年1月23日(日)子どものおこづかい、どうしてですか? 2月20日(日)親子で楽しくワークショップ「おこづかいゲーム」/いずれも午前10時~正午場阿佐谷地域センター(阿佐谷南1-47-17)師フアイナンシャルプランナー・イナシヤルプランナー・式町みどり、フリーライター・中上直子(区内在住・在勤の方定) 二〇名 親子二〇組(全回参加できる方優先)(費一五〇〇円)(三分資料代含む)、で親子一人子ども二人の場合三

家族介護教室
体験してみませんか
自宅でできるマッサージ
[時]12月18日(土)午後2時~3時30分
[場]特別養護老人ホームさんじゅ阿佐谷(阿佐谷北1-2-1) 内高齢者の足のむくみ対策(対)高齢者の介護に関する方(定)二名(費無料)申・問電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338 8630へ(先着順)

ものわすれ予防講座
気になるものわすれ、痴呆のはじまり?
[時]12月10日(金)午後1時30分~3時30分(1時受付開始)
[場]方南会館(和泉4-42-5) 内講演、ものわすれ予防の生活習慣改善アドバイス・相談(浴風会病院精神科診療部長・須貝祐一) 区内在住で、ものわすれが気になる方(定)五〇名(費無料)申・問12月1日から電話予約 和泉保健センター ☎313 9331へ(先着順)


ものわすれが気になる...痴呆って防げるの?
[時]12月13日(月)午後2時~4時
[場]浜田山会館(浜田山1-36-3) 内「痴呆とものわすれの違い」・「ストレスをためない介護」などの講演、質疑応答(師)さくらクリニック医師・工藤吉尚(対)

ものわすれが気になる...痴呆のはじまり?
[時]12月10日(金)午後1時30分~3時30分(1時受付開始)
[場]方南会館(和泉4-42-5) 内講演、ものわすれ予防の生活習慣改善アドバイス・相談(浴風会病院精神科診療部長・須貝祐一) 区内在住で、ものわすれが気になる方(定)五〇名(費無料)申・問12月1日から電話予約 和泉保健センター ☎313 9331へ(先着順)

今なら間に合う生活習慣病予防
[時]17年1月6日・13日・20日または3月3日・10日・17日/いずれも木曜の午前9時~午後5時(区後援)場三育学院短期大学東

ものわすれが気になる...痴呆のはじまり?
[時]12月10日(金)午後1時30分~3時30分(1時受付開始)
[場]方南会館(和泉4-42-5) 内講演、ものわすれ予防の生活習慣改善アドバイス・相談(浴風会病院精神科診療部長・須貝祐一) 区内在住で、ものわすれが気になる方(定)五〇名(費無料)申・問12月1日から電話予約 和泉保健センター ☎313 9331へ(先着順)

募集します!
区民農園利用者



区内農園「一世帯につき一区画(約一〇m)利用期間」17年3月1日~19年2月15日(久我山のみ、区画改修工事のため3月15日から利用開始)区内在住かつ住民登録(外国人登録)している方で、耕作できる土地がなく、耕作意欲がある世帯。詳細は生活経済課都市農業係(区役所西棟一〇階)または区民事務所・分室、駅前事務所にある募集案内をご覧ください(費三〇〇円)募集案内に付いている専用

区民農園	
農園名(所在地)	区画数
井草(井草3-19)	228
井草第三(井草2-12)	165
上井草(上井草3-25)	272
今川(今川4-18)	87
成田西(成田西2-17)	51
宮前(宮前2-24)	94
浜田山第二(浜田山4-32)	131
下高井戸(下高井戸5-4)	141
高井戸東(高井戸東1-10)	109
久我山(久我山2-7)	435
久我山第二(久我山3-37)	41

区画数は予定です。

健康づくり三地区合同事業
キセイチュウ博士の笑って聞こうお腹の虫の話
[時]12月18日(土)午後2時~4時
[場]セシオン杉並(梅里1-22-32) 師東京医科大学大学院教授・藤田統一郎(区内在住の方定)五〇名(費無料)申・問電話で、高井戸保健センター ☎3331 0116へ(先着順)

ものわすれが気になる...痴呆のはじまり?
[時]12月10日(金)午後1時30分~3時30分(1時受付開始)
[場]方南会館(和泉4-42-5) 内講演、ものわすれ予防の生活習慣改善アドバイス・相談(浴風会病院精神科診療部長・須貝祐一) 区内在住で、ものわすれが気になる方(定)五〇名(費無料)申・問12月1日から電話予約 和泉保健センター ☎313 9331へ(先着順)



募集します

下井草ふれあいの家
非常勤介助職員

〔因〕デイサービス利用者の介護 勤務時間 午前8時50分～午後4時50分(実働6時間30分) 資格など 「ヘルパー3級以上で高齢者の介護に熱意のある50歳未満の方 時給 九五〇円

募集人数 若干名(写真)をばった履歴書を、12月8日までに郵送または直接、下井草ふれあいの家 〒167-0022 下井草4-22 4)へ 同ふれあいの家 ☎3390-8074

(編)杉樹会・特別養護老人ホームさんじゅ久我山 非常勤看護職員

〔因〕利用者の健康チェック、診療介助など 勤務日

ありがとうございました

9・10月のご寄付(敬称略・順不同)

【NPO支援基金】杉並区NPO支援基金普及活動委員会=3,500円【みどりの基金】みどりの基金友の会=39,449円▷匿名=15,000円▷立正佼成会杉並教会=100,000円

など「応相談 資格など」正または准看護師免許、55歳位まで(応相談) 時給 正看護師一四〇〇円、准看護師一〇〇〇円、募集人数 若干名(履歴書と資格証明書を郵送または直接さんじゅ久我山(〒168-0082 久我山3-47)へ)さんじゅ久我山 ☎5346-5351

学校の古い資料を探しています

郷土博物館では、17年3月12日から特別展「杉並に学校が誕生したころ」を開催します。

これに伴い、杉並にあつた寺子屋(家塾、私塾)、明治20年ころまでの学校関係資料を収集しています。

卒業証書、通信簿、石盤・石筆などの文具類、その他の資料を寄贈またはお貸しいただける方は、郷土博物館までご連絡ください。

郷土博物館 ☎3317-0841

地域福祉活動助成金 助成団体

杉並区社会福祉協議会では、地域福祉の振興のため、歳末たすけあい運動の募金をもとに、地域福祉を推進する活動および団体の立ち上げを助成します。

〔因〕福祉施設、当事者団体、地域福祉活動費として一団体一〇万円以内、ボランティアグループ、非営利住民団体、地域福祉活動費および団体立ち上げ費として一団体三〇万円以内

17年1月17日(土曜)～31日(土曜)

日曜を除く)に、杉並区社会福祉協議会に予約の上、申込用紙(同協議会配布)を直接、同協議会へ(同協議会) 荻窪5-15 13 あんさんぶる荻窪五階 ☎5347-1017

お知らせ

推奨ごみ袋の規格を追加しました

炭酸カルシウム混入の有無にかかわらず、ポリエチレン製や生分解性のプラスチック製、ペットボトルを再生利用したものなどを新たに規格に追加しました。

これは袋の成型技術が進歩し、リサイクルや環境に配慮したさまざまな素材の開発が行われているためです。

色は原則白色系ですが、青・緑色を基調とし、中身が識別できる透明度を確保している袋であれば、新たに認めています。

12月1日(水)から追加規格の袋も収集します。

〔因〕清掃管理課管理係(炭酸カルシウム入りの推奨袋は引き続き使用できます)

医療関係者の年末届 1月17日までに届出を

医師・歯科医師・薬剤師など医療関係の資格をお持ちの方は、12月31日現在の状況を隔年で届け出ることになっていきます。

今年はその年にあたりまですので、忘れずに届け出てください。

〔因〕対象と届出先 すべて

国民年金 65歳になられる方へ

老齢基礎年金の受給には、手続きが必要です。受付は誕生日の前日からです。必要書類などについては下記にお問い合わせください。

冬場でも食中毒に注意しましょう!

食中毒は暑い時期だけでなく、寒い冬の時期にも発生します。

ウイルスによる食中毒 冬場は、生力キを原因としたウイルスによる食中毒が多発します。加熱調理の力キは、中心まで十分に加熱して食べるようにしましょう。

最近はおちつき大会などの事例も増加しています。ウイルスが人から人へ感染した、あるいは食品がウイルスに汚染されたなどの原因が考えられます。

ウイルス性の食中毒は、ごく少量の汚染で感染します。また、症状が嘔吐や下痢、発熱で風邪と間違えやすく、気が付かないうちに汚染を広げてしまうことがあります。これらの症状がある人は、調理業務に携わることは避けたほうが良いでしょう。

0157は冬でも注意 ひき肉料理やサイコロステーキなどは、中心まで十分に加熱しましょう。焼肉を焼くときは、生肉用と焼いた肉用のほうを使い分けましょう。

フグの素人調理は危険 自分で釣ってきたフグを素人が調理して食中毒になる事例が毎年のように発生しています。フグの毒は、命を落とすこともあり大変危険です。フグを素人が調理して食べることは絶対にやめましょう。

おせち料理と食中毒 年末になると、多くの家庭でおせち料理を作ったり購入したりしますが、今のおせち料理は昔と異なり日持ちがしません。また、暖房により室温も高く、いたみが早くなります。おせち料理はなるべく早く食べきるように心がけましょう。

12月になると、保健所では不良食品が回らないように監視を強化します。家庭でも食品の調理や保存に十分注意して、楽しいお正月を迎えましょう。

〔因〕杉並保健所生活衛生課食品衛生担当 ☎3391-1991

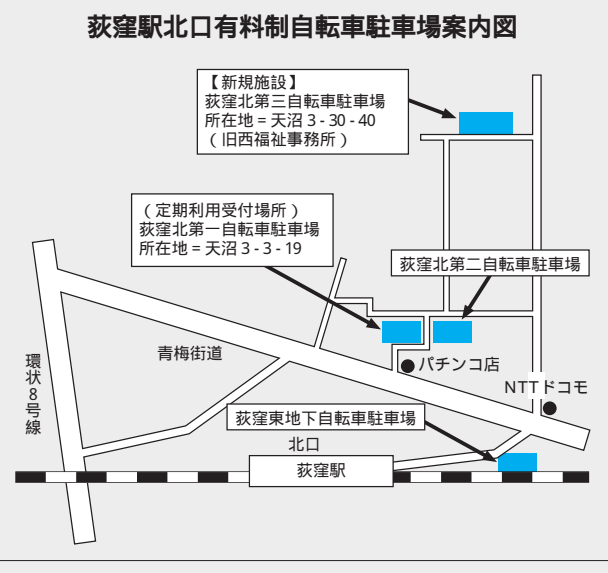
「荻窪駅北口」有料制自転車駐車場の定額利用者を募集します

問い合わせは、交通対策課へ。

新規施設・荻窪北第三自転車駐車場

所在地	天沼3-30-40
収容台数	700台
利用時間	24時間
施設の形態	平置き、屋根なし
定期利用の料金	1カ月 1500円(1300円) 3カ月 4300円(3700円) 6カ月 7200円(6000円)
1日利用の料金	100円

()内は学生・65歳以上の方の料金。



利用できる方
通勤・通学・買物などで自転車を利用する方。距離などの制限はありません。

利用料金の免除
次の方は利用料金が免除になります。
身体障害者手帳、愛の手帳、原爆被爆者手帳、保健福祉手帳をお持ちの方

開設予定日
17年1月4日(火)

利用方法・料金
定期利用または1日利用になります。

都の難病指定を受けている方
生活保護を受けている方

用料金は上表のとおり。定期利用の申込方法は、12月6日(月)～28日(火)に荻窪北第一自転車駐車場窓口で受付(施設開設以降は、荻窪北第三自転車駐車場定期利用の受付をします)

高齢者インフルエンザ予防接種

区では接種費用の一部を公費負担しています。希望する方は、かかりつけ医などと相談の上、12月中旬までの接種をお勧めします。

【接種期間】17年2月28日まで
【接種希望する区内在住の方で、接種当日で満65歳以上の方、満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・HIVによる免疫機能のいずれかに身体障害者手帳1級程度の障害があり、身体障害者手帳の提示または医師の証明が可能な方(費用2,000円)自己負担額・医療機関の窓口でお支払いください。なお、区外の医療機関で接種を希望する方は「予診票」や「接種依頼書」が必要ですのでお問い合わせください。

【申込】12月13日(月)～16日(水) 午前10時～午後5時
【申込先】杉並区保健所保健予防課 電話3391 1025 または各保健センター(他)インフルエンザの予防策

【接種場所】各保健センター(他)インフルエンザの予防策

【接種料】接種料は無料です。

【接種期間】12月13日(月)～16日(水) 午前10時～午後5時

郷土博物館

【開館時間】12月13日(月)～16日(水) 午前10時～午後5時

堀ノ内児童館

【開館時間】12月6日(月)～20日(月) 午前9時～午後5時

【開館時間】12月6日(月)～20日(月) 午前9時～午後5時

区民等の意見提出手続きを予定しています

自治基本条例による
①案の名称 杉並区個人情報保護条例の改正(案)
②意見などの提出期間 12月11日(土)～25日(土)
概要は「広報すぎなみ」12月11日号、区ホームページに掲載。11日から図書館などで閲覧できます。
【問い合わせ先】総務課情報公開係

窓ガラス等の落下物調査

現在、区が委託した(社)東京都建築士事務所協会杉並支部の調査員が調査を行っています。調査用紙への記入などのご協力をお願いします。

【調査対象場所】JR阿佐ヶ谷駅周辺、中杉通りの一部、青梅街道の一部、環七通り、方南通りの一部、甲州街道の一部(建築課建築監理係)

杉並区社会福祉協議会 手話通訳者認定試験

【試験日時】17年1月30日(日)午前9時～正午
【試験会場】あんさんぶる荻窪 第二会議室(手話通訳者認定試験) 書き取り試験、口頭通訳(手話表現、面接対原)

【申込】12月10日(水)～12月13日(土) 午前10時～午後5時
【申込先】杉並区社会福祉協議会 電話5347 1017

【申込先】杉並区社会福祉協議会 電話5347 1017

住基ネット訴訟コーナー(第二回) 訴訟の経過について

11月2日(火)午前11時、東京地方裁判所において、住基ネット受信義務確認等の請求に関する訴訟についての第一回口頭弁論が行われ、区は、区弁論の訴えについての訴状を陳述しました。また、国および都は、それぞれ答弁書を陳述しました。

12月1日(水)～31日(金) 歳末たすけあい運動

皆さんの募金は地域福祉活動の推進に使われます。昨年は1503万2400円の募金があり、福祉施設・団体の助成などに活用させていただきました。今年も皆さんの「たすけあいの心」をお寄せください。
【問い合わせ先】杉並区社会福祉協議会 電話5347 1017

審議会名	日時	主な内容	問合せ
男女共同参画推進区民懇談会	12月9日(木) 午前10時～正午	「男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画」推進状況調査の検討	男女共同参画推進担当

日時に変更する場合があります。

審議会等のお知らせ

1月11日(必着)までに杉並区社会福祉協議会(〒167-0051荻窪5-15-13)へ同協議会へ電話5347 1017

訂正とおわび

11月21日付広報5面中、郷土史講座「江戸時代の京都・大阪・江戸の町人」は、長谷川平蔵と江戸の治安(講師)杉並郷土史学会会長(原田弘)に変更になりました。

各種がん検診・区民健診のお知らせ

健(検)診は、いずれも職場などで検診機会のない区民の方が対象。対象年齢はすべて平成17年3月31日現在。

子宮がん・乳がん検診

検診名	対象年齢	受診期間	受診場所・費用	備考
子宮がん検診	20歳以上の女性	17年1月31日まで	指定医療機関 1000円	【申込締切】最終締切=12月24日(必着)。締切後、受診券を郵送します
乳がん検診	第4回予備期間(40歳以上の偶数年齢の女性)	17年2月1日～28日		【申込締切】必着 12月15日。12月末に受診票を郵送します / 医療機関予約開始日=17年1月11日～

乳がん検診(60歳以上の偶数年齢の方)の受診期間は17年1月31日までです。受診券をお持ちの方は、期間内に受診してください。

1月の胃がん検診

対象年齢	実施日時	会場・定員・費用	備考
35歳以上	17年1月20日～29日(木・金・土) 午前9時～午前中	保健医療センター(荻窪5-20-1) 定員=40名 費用=1000円	X線検査の集団検診【申込締切】受診希望日の2週間前の火曜日(必着)【次の方はお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(血清ペプシノーゲン検査を含む)を受けた方

がん検診を受診する場合の費用は、当日、受診窓口でお支払いください。なお、生活保護世帯の方は、費用が免除されますので、事前に、健康推進課へお問い合わせください。(要申請)

区民健康診査

対象年齢	受診期間	受診場所・費用	備考
30歳以上	誕生月の1日～末日(誕生月に受診できなかった場合は誕生月の翌々月まで)	指定医療機関 費用=無料	【申込締切】郵送受付=誕生月前から受診期間内、窓口受付=受診期間内【申込みの必要がない方】1 65歳以上の方 2 64歳以下の方で15年度の区民健診を受診した方=1 2に該当する方は誕生月の前月末に受診票を送ります

区民健康診査は杉並区内の医療機関のほか中野区・練馬区・世田谷区・三鷹市の一部の医療機関でも受診できます。詳しくは健康推進課にお問い合わせください。

申し込みハガキの書き方

健(検)診名	申込方法(ハガキは健(検)診ごとに1人1枚)	問合せ
区民健診 子宮がん検診 乳がん検診	【記入内容】1 健(検)診希望 2 住所 3 氏名(フリガナ) 4 生年月日(年齢) 5 性別 6 電話番号【あて先】〒167-0051荻窪5-20-1 杉並保健所健康推進課	杉並保健所健康推進課 電話3391 1015
胃がん検診	【記入内容】1 胃がん検診希望 2 住所 3 氏名(フリガナ) 4 生年月日(年齢) 5 性別 6 電話番号 7 受診希望日(第3希望まで)【あて先】〒166-0004阿佐谷南3-48 8 杉並区医師会胃がん検診担当	

年始の1月2日・3日・4日

高井戸温水プール 荻窪体育館 下高井戸運動場

開場します!

～親子で遊びにきませんか!～

17年1月2日・3日・4日のお正月期間、プール、体育館、運動場の3施設が利用できます。

【時間】17年1月2日(日)・3日(月)・4日(火)いずれも午前10時～午後4時(場)・(内)1 高井戸温水プール(個人利用) 2 荻窪体育館(体育館=卓球、バドミントンなど種目指定あり/小体育室・武道場=グループ利用による合気道、太極拳など) 3 下高井戸運動場(キャッチボールなどで他人の迷惑にならないもの、チームでの利用や試合形式は不可)【費用】1 1時間大人250円、小人130円 2 1回大人200円、小人100円 3 無料【その他】1 3は当日、直接会場へ。2は、体育館は当日、直接会場へ。小体育室・武道場は往復ハガキ(4面記入例参照・利用日時、種目も記入)または直接、12月10日(必着)までに荻窪体育館へ(抽選)。利用種目については同体育館へお問い合わせください。また、区ホームページでも確認できます/すば一つ・ねっとは利用できません【問い合わせ先】高井戸温水プール(高井戸東3-7-5 電話3331 8652)、荻窪体育館(〒167-0051荻窪3-47-2 電話3220 3381)、下高井戸運動場(下高井戸3-26-1 電話5374 6191)



杉並区商店街共通ポイントカード

マルチすぎなみカードをご利用ください



マルチすぎなみカード © S I D O

「マルチすぎなみカード」は、JR中央線高円寺・阿佐ヶ谷・荻窪駅周辺の商店街、京王井の頭線浜田山駅周辺の商店街、また、和田・妙法寺・松ノ木の商店街の加盟店でも使えるポイントカードです。約4万人が会員となっている、全国でも最大規模の商店街カードです。



加盟店ステッカー
加盟店ポスター

入会は各加盟店で～ポスター・ステッカーが目印、入会金・年会費は無料です

区内在住の方だけでなく、区内に通勤・通学されている皆さんなど、加盟店で買い物や食事などをしていただける小学生以上の方なら、どなたでも入会できます。

買い物や食事のたびにポイントが加算

加盟店での買い物や食事100円ごとに1ポイント。たまったポイントは次回の買い物で1ポイントを1円分に充当できるほか、イベントの際などにポイント数に応じて商品交換などができます。

12月17日(金)～19日(日)は
ポイント5倍出し

歳末謝恩として、この3日間はポイント5倍出し！ぜひこの機会にカードをご利用ください。

この他にも、お中元期間など、年に数回ポイント倍出しを実施しています。

マルチすぎなみカードの
お問い合わせ

杉並カード連合会事務局 ☎5305 1850
月曜日～金曜日(祝日および12月29日～1月3日を除く)の午前10時～午後6時



第4回マイバッグコンテスト

入賞作品が決まりました

10月16日(土)・17日(日)に開催の「環境博覧会すぎなみ2004」で行われた「第4回マイバッグコンテスト」で、投票の結果、6名の方の作品が入賞しました。たくさんの応募と投票をいただきありがとうございました。入賞者には、区長から賞状と記念品をお渡ししました。問い合わせは、清掃管理課ごみ減量担当へ。

- | | |
|---------|---------|
| 小・中学生の部 | 入賞者 |
| 最優秀賞 | 和田 萌花さん |
| 優秀賞 | 渡辺 有理さん |
| 優秀賞 | 松本 沙也さん |
| 一般の部 | 入賞者 |
| 最優秀賞 | 政岡 尚子さん |
| 優秀賞 | 水谷 寧子さん |
| 優秀賞 | 中村 真弓さん |



すばらしい作品ありがとうございました

小・中学生の部
最優秀賞
和田 萌花さんの作品



一般の部
最優秀賞
政岡 尚子さんの作品



生活にお困りの方のために

病気や離別あるいは、働き手の死亡などの理由で、生活費や医療費などに困る場合があります。生活保護は、こうした時、その足りないところを補い、一日も早く自分の力や他の方法で生活できるよう手助けする制度です。最低生活の保証は、私たち国民に認められた権利で、国の責任として憲法にも規定されています。

この制度では、国が決めた保護基準(最低生活費)と世帯の収入をくらべて収入が最低生活費を下回る場合に、その不足分を支給されます。生活に困ったときはご相談ください。

病気などで働けない、働いていても収入が少ないとき
家族が入院し医療費の支払で生活費がないとき
年金受給権がない、年金が少なく生活ができないとき
家賃を滞納しておりアパートを追いだされそうするとき
失業後、就職活動を行つたが、どうしても職に就けないとき
保護を受けるには
まずその世帯が持つ能力に応じた最善の努力をする必要があります。

【相談・問い合わせ先】
各福祉事務所(東〓高円寺南2 24 ☎5306 2611 FAX 5306 2620 西〓荻窪5 15 13 あんさんぶる荻窪一階 ☎3339 8010 FAX 3339 8095 南〓高井戸東4 9 8 南〓高井戸西4 10 26 ☎3333 2226 FAX 3333 2225 5 6 4)

【受付時間】
午前8時30分～午後5時(土曜・日曜、祝日、12月29日～1月3日は休み)

気軽に相談を！

まずは電話またはファクスで気軽に相談ください。お近くの民生委員も相談をお受けしています。



急病診療のご案内

まず、電話で確認! 保険証を忘れずに

☎3391 1599

休日等夜間急病診療所(荻窪5 20 1 杉並保健所内)

【小児科】 平日:午後7時30分~午後10時30分
(受付は午後10時まで)

【内科・小児科・外科・耳鼻咽喉科】

土曜日:午後1時~午後10時 (受付は午後9時30分まで)
(耳鼻咽喉科のみ、午後1時~午後5時は輪番の医院にて)
日曜・祝日:午後5時~午後10時 (受付は午後9時30分まで)
(午前9時~午後5時は輪番の医院にて)

☎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)

休日等夜間薬局 ☎3391 5539

東京都保健医療情報センターひまわり ☎5272 0303 24時間
東京消防庁災害救急情報センター ☎3212 2323 受付

場(社)杉並区シルバー人材センター方面分室(往復八ガキ(4面記入例参照)には希望コース・暮力(経

○円(教材費を含む) 佐賀錦教室 時17年1月12日~3月30日の水曜日、午後1時30分~4時30分(四條徳嘉区内在住・在勤の方)八名抽選(費二万九八〇〇円(教材費を含む))

シルバー銀の石同好会(抽選)費いずれも八二〇〇円(教材費を含む)

年1月11日~3月29日の毎週火曜日(一級~一〇級程度) 木曜日コース#1月13日~3月31日の毎週木曜日(一五級~二五級程度) /いずれも午後1時30分~4時30分(計二回) 師

シルバー人材センター 囲碁講座 時・対火曜日コース#17

「会社の車で通勤しない」キャンペーン実施中 通勤に会社の車を使うのはやめましょう
朝夕の通勤時間帯における交通渋滞に拍車をかけ、交通公害の要因にもなっています。各事業所の工夫と努力で、車に乗って帰らないようにしましょう。
各警察署(杉並☎333 0110/高井戸☎333 0110/荻窪☎339 0110)
リサイクル工作教室vol.4 クリスマス企画・緑の地球を子どもたちへ!
廃材などでクリスマスツリーを作ります。
時12月18日(土)午後1時~4時 場阿佐谷地区民センター(阿佐谷南1 47 17)
小学生定員二〇名程度(費五〇〇円) 申12月15日まで
に電話で、NPO法人和泉自由学校環境教育室☎53763272へ(先着順)

験者)も書いて、12月13日(必着)までに同センター方面分室(〒168 0062 方面1 3 4)へ同分室☎33323 1420

民生委員・児童委員が一部交代します

一斉改選に伴い、12月1日付で一部委員の交代がありました(交代委員新旧対照一覧は下表)。
民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されて地域の社会福祉の向上に努めています。区内の民生委員・児童委員の定数は四二八名です。うち主任児童委員二八名は、児童福祉の相談を専門に受けています。
子どもや子育て、家庭をめぐる問題をひとりで抱えていませんか。児童の引きこもりや不登校で悩んでいませんか。高齢者のひとり暮らしで不安はありませんか。このような悩みがあれば、地域の民生委員・児童委員がともに考えアドバイスをします。

民生委員・児童委員には守秘義務があり、相談内容などのプライバシーは守られますので、お気軽にご相談ください。
保健福祉部管理課地域福祉係

交代委員新旧対照一覧

現在、交代委員新旧対照一覧については表示しておりません。一覧については、保健福祉部管理課地域福祉係にお問合わせください。

勤労者福祉協会の講座

「なりたい自分探し」で一步上を目指そう 若年者求職者セミナー

40歳以下の方を対象として開催します。自分や仕事を理解し、一步上の自己実現を目指す、就職のための知識とトレーニングの場を提供します。

過去のセミナーを受講された方のうち半数近くの方が就職を勝ち取っています。

セミナー終了後も、個別カウンセリングなどを通じて、就職活動を応援します。ぜひ、受講してみてください。

時・内・定左表のとおり

oyful/
y.suginami.tokyo.jp/



若年者求職者セミナー	
1 グループセミナー(定員20名)	
月日	内容
17年1月13日(木)	「自己理解を進める」自分はどうな仕事に興味・関心があるのだろうか?(職業興味検査)
20日(木)	「多くの仕事を理解する」なぜ、その役割を選択したの?(学園祭ゲーム)
27日(木)	「コミュニケーションスキルを高める」聞き方を身につける(お地蔵さんゲーム)/相手に伝える力を身につける
2月3日(木)	「意思決定と求職活動のコツを学ぶ」求人側のニーズを把握する(マッチングゲーム)
時間はいずれも、午後6時~9時。	
2 個別キャリア・カウンセリング	
1月20日以降、セミナー開始前に個別にキャリア・カウンセリングを行います。	
1 午後2時~3時 2 3時~4時 3 4時~5時	
希望者はセミナー申し込みの際、日程と1~3の時間帯を選択してください。	
3 フォローアップセミナー	
月日	内容
2月17日(木)	午前 「応募書類の作成1」目標設定表/「だから私はこれをやりたい」を作成
	午後 「仕事をうまくこなすためのビジネスマナー」ビジネスマナーの基本/名刺交換/電話応対
24日(木)	午前 「応募書類の作成2」新・職務経歴書/アルバイトもキャリアになります/「私のできること」を作成
	午後 「面接の実際」採用側が考えるアルバイトと社員の違い/採用担当者から見た面接とはなにか/練習しよう「面接」
時間は、午前=10時~正午、午後=1時~3時。	

働く方のための ジョイフル教養講座

仕事をしている方が参加しやすい日時に開催します。

時・内・定・費下表のとおり勤労福祉会館ほ

か対区内在住・在勤の勤労者で全回出席できる方(申込ガキ(4面記入例参照)に職業・勤務先の電話番号も書いて、各講座締切日(必着)までに(財)杉並区勤労者福祉協会(〒167-0034 桃井4-3-2)へ(抽選・全項目を明記されている方を優先)問同協会 ☎333972521 (水曜・日曜・祝日は除く)他(他)応募人数が一定の人数に達しない場合は講座を中止することもありますが、託児を希望される方は、八ガキに子どもの名前と年齢も明記してください(会場が勤労福祉会館の場合のみ)

働く方のためのジョイフル教養講座

講座名(定員)	日時	会場	内容	講師	受講料	申込締切
すぐに使える接客英会話 (30)	1月20日~2月24日の毎週木曜日、午後6時30分~8時30分(計6回)	勤労福祉会館(桃井4-3-2)	「英語の電話がかかってくるからどうしよう」そんな方を対象に、すぐに役立つオフィス接客英会話を楽しみ身につけます	(株)パトス 岩瀬 達	4000円(教材費込)	12月24日
きき酒を通して知る日本酒の魅力 (20)	1月21日(金)・2月25日(金)・3月18日(金)、午後6時30分~8時30分(計3回)	三ツ矢酒店(西荻南2-28-15)	試飲しながら、日本酒最新事情・原料からの特長・産地別特性などの話に耳を傾け、心地よい時間をすごしましょう	日本酒ジャーナリスト 松崎 晴雄	4500円(教材費込)	
スポーツ吹矢 (20)	1月28日~2月25日の毎週金曜日、午後6時30分~8時30分(2月11日を除く・計4回)	勤労福祉会館	老若男女だれでも楽しめ、腹式呼吸で内臓を活性化することで健康増進に役立ち、ストレス解消・美肌・ダイエット効果あり!?	日本スポーツ吹矢協会	1700円(教材費込)	
人生の幕引きを考える~葬祭基礎講座~ (20)	1月29日(土)・2月5日(土)・19日(土)午後2時~4時(計3回)		多様化する現代葬祭事情や気になる費用の話など、専門の知識をもつ葬儀アドバイザーからお話を聞きます	(株)日本葬祭アカデミー 平本 百合子	2000円(教材費込)	
ケア音楽実践 (20)	2月1日~22日の毎週火曜日、午後6時30分~8時30分(計4回)		音楽を通してお年寄りや障害者にボランティアを行う「ケア音楽」を、手・指・体を使って体験しながら学んでみましょう	ケア音楽実践講師 今井 忠子	2500円(教材費込)	
苦手な人でも楽しく描ける水彩画 (20)	2月7日~28日の毎週月曜日、午後6時30分~8時30分(計4回)	杉並区シルバー人材センター(阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル7階)	三原色で色づくりから始めます。苦手意識から「自由になるために」描きましょう。一生絵を描かないと思っていた人、集まれ!	キミコ・ブランドウ 松本 一郎	1800円(教材費込)	
日本語力を磨こう! (25)	2月15日~3月8日の毎週火曜日、午後6時30分~8時30分(計4回)		新聞のコラム欄を利用して「書く力」「話す力」に重要な文章構成力を養い、日本語の基礎力アップを目指しましょう	シニアボランティア経験を活かす会 藤谷 芳孝	800円(教材費込)	
パソコン・ブログ入門 (10)	2月5日(土)・12日(土)午前10時~正午(計2回)	勤労福祉会館	ブログを閲覧し、特徴や仕組みを理解し、基本的操作を学び自分のオリジナルブログをつくっていきましょう。ブログ=日記形式のホームページの一種	杉並区シルバー人材センター講師	4000円(教材費込)	1月14日
パソコン・パワーポイントを使ってみよう (10)	2月8日~3月1日の毎週火曜日、午後7時~9時(計4回)		エクセルとワードで会社案内をつくり、効果的なプレゼンテーションの方法をパワーポイントを使って学びます		6500円(教材費込)	
パソコン・ビジネスシーンで使えるエクセル (10)	2月10日~3月3日の毎週木曜日、午後6時30分~8時30分(計4回)		見積書や住所録など関数の入った表を自分で作成し、エラー表示に対応できる力をつけ、具体例をもとに実践的に学びます	NPO法人さらプロジェクト	6000円(教材費込)	
バラ模様の細工寿司 (各15)	A=2月19日(土)午前10時~正午 / B=2月25日(金)午後7時~9時	A=勤労福祉会館 / B=ホームメイド協会吉祥寺(武蔵野市吉祥寺本町1-12-6 安藤ビル6階)	おひなさま、卒業・入学などのお祝いの席のおもてなしにバラ模様の太巻き寿司をつくり、華を添えてみませんか	ホームメイド協会講師	各1500円(材料費込)	2月1日
春色和菓子づくり (各15)	C=2月26日(土)午前10時~正午 / D=3月4日(金)午後7時~9時	C=勤労福祉会館 / D=ホームメイド協会吉祥寺	見て美しい、食べておいしい、菜の花・桜を彩った春を感じる生菓子を自分でつくってみませんか		各1500円(材料費込)	

S P O R T S

スポーツのある暮らし 健康の第一歩

競技大会

区民体育祭冬季大会

スキー

時開会式=17年1月29日(土)午後7時~(金井屋旅館)/大会=1月30日(日)場菅平高原パインピークススキー場ツバクロゲレンデ(内)回転・大回転(男・女・年齢別)対区内在住・在勤・在学の方(費)無料(申)申込書(区立体育施設にあります)を郵送、持参またはファクスで、1月19日(必着)までに(財)杉並区スポーツ振興財団(〒166 0004阿佐谷南1 14 2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階FAX5305 6162)へ(区)区スキー連盟・北島☎3381 6607(午後7時~11時30分)または同財団☎3312 2111(区代表)(他)回転競技の優勝者は都民体育大会の選手候補とします

都民体育大会選手選考会兼杉並リーグ

サッカー

時17年1月23日~4月10日の日曜・祝日、午前9時~午後5時(場)井草森公園運動場(井草4 12 1)上井草スポーツセンター(上井草3 34 1)下高井戸運動場(下高井戸3 26 1)対区内在住・在勤で18歳以上の男子(高校生以下は除く)で編成されたチーム(費)1チーム1万5000円(申)・(区)連盟未加盟チームは電話で、12月17日までに区サッカー連盟・大槻和広☎3311 2763(午後7時~11時)へ。既加盟チームは連盟から連絡します

杉並区民ロードレース大会(兼区都市対抗都民駅伝予選会)

時17年1月16日(日)午前9時~午後1時(区共催)場善福寺池周辺コース(内)10km(男子=18~29歳・30~39歳・40~49歳)午前10時スタート2.5km(男子=高校生・50~59歳・60~69歳・70歳以上/女子=高校生・18~29歳・30~39歳・40~49歳・50~59歳・60歳以上)午前11時スタート(対)区内在住・在勤・在学の方(費)1人1000円(高校生は1人500円、いずれも保険料含む)郵便局「00100 2 140811杉並陸上競技協会」へ振り込み(申)申込書(区立体育施設と地域区民センターにあります)に必要な事項を書いて、12月20日(必着)までに区陸上競技協会・古山正美(〒166 0015成田東4 24 9)へ郵送(同)協会・古山☎3312 5623

杉並スポーツ祭典

メリークリスマス卓球大会(シングルス)

時12月23日(祝)午前9時~午後7時(1部は午後0時30分受付・区後援)場荻窪体育館(荻窪3 47 2)対区内在住・在勤・在学の方(定)184名(費)1人1000円(高校生以下800円)(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に選手名・クラブ名(あれば)・性別・希望クラス(1部=上・中級/2部=初級/3部=初心者・小学生、中学生)も書いて、12月11日(必着)までに新日本スポーツ連盟・小林章子(〒166 0013堀ノ内3 45 1)へ(同)連盟・小林☎3313 3510(他)参加費は参加可の通知受領後に郵便局「00100 9 395680新日本スポーツ連盟杉並卓球協議会」へ振り込み

卓球大会(ダブルス)

時17年1月9日(日)午前9時~午後7時(場)高円寺体育館(高円寺南2 36 31)対区内在住・在勤・在学の方(定)100組(費)1組2000円(高校生以下同士1600円)(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に選手ペア名・クラブ名(あれば)・性別・希望クラス(1部=上・中級/2部=初級)も書いて、12月23日(必着)までに新日本スポーツ連盟・小林章子(〒166 0013堀ノ内3 45 1)へ(同)連盟・小林☎3313 3510(他)参加費は参加可の通知受領後に郵便局「00100 9 395680新日本スポーツ連盟杉並卓球協議会」へ振り込み

スポーツ教室 す...すば一つ・ねっと☎5305 6213で申し込みできます

『すば一つ・ねっと』は自動音声応答により杉並区の体育施設予約などのサービスが利用できる電話受付システムです。申し込みは、12月1日午前8時からハガキの締め切り日の午後11時までです。なお、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。

卓球 す教室番号1929

時17年1月21日~3月4日毎週金曜日、午後1時~3時(計6回)場永福体育館(対)区内在住・在勤・在学で16歳以上の中級者(定)40名(抽選)(費)1300円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに永福体育館(〒168 0064永福3 51 17)へ(同)同体育館☎3328 3146

インディアカ(大宮前体育館) す教室番号1938

時17年1月11日~2月15日の毎週火曜日、午後3時~5時(計6回)場大宮前体育館(対)区内在住・在勤・在学で16歳以上の経験2年以上の方(定)40名(抽選)(費)1300円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに大宮前体育館(〒168 0081宮前2 11 11)へ(同)同体育館☎3334 4618

バドミントン(大宮前体育館) す教室番号1939

時17年1月14日~3月11日の毎週金曜日(2月11日は除く)午前9時~11時(計8回)場大宮前体育館(対)区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者(定)40名(抽選)(費)2400円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに大宮前体育館(〒168 0081宮前2 11 11)へ(同)同体育館☎3334 4618

バドミントン(妙正寺体育館) す教室番号1964

時17年1月17日~3月7日の毎週月曜日、午後7時~9時(計8回)場妙正寺体育館(対)区内在住・在勤・在学で16歳以上の初心者・初級者の方(定)40名(抽選)(費)2400円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月11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

泳法別水泳(土曜日コース) す教室番号1999

時17年1月15日~2月19日の毎週土曜日、午後7時~9時(計6回)場高井戸温水プール(対)区内在住・在勤・在学の16歳以上でクロールが25m以上泳げる方(定)30名(抽選)(費)3000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に「土曜日コース」生年月日も書いて、12月13日(必着)までに高井戸温水プール(〒168 0072高井戸東3 7 5)へ(同)同プール☎3331 8652

泳法別水泳(月曜日コース) す教室番号2000

時17年1月24日~3月7日の毎週月曜日、午前10時~正午(計6回)場高井戸温水プール(対)区内在住・在勤・在学の16歳以上でクロール25m以上泳げる方(定)30名(抽選)(費)3000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に「月曜日コース」生年月日も書いて、12月13日(必着)までに高井戸温水プール(〒168 0072高井戸

東3 7 5)へ(同)同プール☎3331 8652

インディアカ(上井草スポーツセンター) す教室番号2007

時17年1月24日~2月28日の毎週月曜日、午後1時~3時(計6回)場上井草スポーツセンター(対)区内在住・在勤・在学の6歳以上の方(定)40名(抽選)(費)1300円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月13日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ(同)同センター☎3390 5707(他)託児(3歳~就学前)あり

ラージボール卓球 す教室番号2016

時17年1月21日~3月4日の毎週金曜日、午前11時~午後1時(計6回)場高円寺体育館(対)区内在住・在勤・在学の16歳以上の方(定)40名(抽選)(費)1300円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12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(他)1託児(3歳~就学前)あり2車、バイクでの来館はご遠慮ください

アクアエクササイズ す教室番号2041

時17年1月22日~2月26日の毎週土曜日、午後7時~9時(計6回)場杉並第十小学校温水プール(対)区内在住・在勤・在学の60歳未満の方(定)30名(抽選)(費)3000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに杉並第十小学校温水プール(〒166 0012和田3 55 49)へ(同)同プール☎3318 8763

初心者水泳 す教室番号2061

時17年1月25日~2月22日の毎週火曜日・金曜日、午前9時~11時(計8回)場上井草スポーツセンター(対)区内在住・在勤・在学の60歳以上の方(定)32名(抽選)(費)1800円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月12日(必着)までに上井草スポーツセンター(〒167 0023上井草3 34 1)へ(同)同センター☎3390 5707(他)託児(3歳~就学前)あり

エアロピクス す教室番号2079

時17年1月18日~2月22日の毎週火曜日、午後7時~9時(計6回)場荻窪体育館(対)区内在住・在勤・在学の16歳以上の方(定)60名(抽選)(費)1000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月11日(必着)までに荻窪体育館(〒167 0051荻窪3 47 2)へ(同)同体育館☎3320 3381(他)託児(3歳~就学前)あり

知的障害者水泳 す教室番号2136

知的障害がある方を対象に、泳ぎ方を習得し、健康の維持管理を図ります。水泳に親しめるよう指導します。

時17年1月22日~3月12日の毎週土曜日、午前9時~11時(計8回)場高井戸温水プール(対)区内在住・在勤・在学・通所で小学生以上の知的障害のある方(原則として保護者の付き添いが必要、小学生は保護者がいない場合は参加できません)(定)40名(抽選)(費)無料(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日と障害の程度も書いて、12月13日(必着)までに高井戸温水プール(〒168 0072高井戸東3 7 5)へ(同)同プール☎3331 8652

志賀高原スキー教室

時17年1月20日(木)午後8時(出発)~23日(日)午後10時(着)往復貸切バス(区後援)場志賀高原スキー場(対)区内在住・在勤・在学の方と区スキー連盟会員の方で全くの初心者から1級取得を目指す上級者までどなたでも可(定)40名(抽選)(費)杉並区スキー連盟会員4万円、一般4万2000円(申)ハガキに参加希望者全員の氏名、年齢、生年月日、性別、学年、電話番号を書いて、1月7日(必着)までに区スキー連盟・水沼稔(〒166 0001阿佐谷北1 18 18)へ(同)水沼☎・FAX3337 6994、Eメールmmizu@sepia.ocn.ne.jp(他)1クラス別講習会も行います2申込みを受理した方には必要書類を送付します

数値でわかる中高年パワーアップ(筋力改善)教室(早稲田大学協働事業)

生活習慣病の改善や健康体づくりを目的に筋力トレーニングを行います。効果を数値化し科学的に検証を行い、きめ細かい指導をします。

時17年1月7日~3月29日(毎週火曜日・金曜日)午前9時~11時(場)上井草スポーツセンター・トレーニングルーム(上井草3 34 1)対おおむね40歳以上の区内在住・在勤・在学の方で、全課程参加できる方(医師から運動を禁止されている方はご遠慮ください)(定)16名(抽選)(費)1万2000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に生年月日も書いて、12月13日(必着)までに(財)杉並区スポーツ振興財団(〒166 0004阿佐谷南1 14 2みなみ阿佐ヶ谷ビル8階)へ(同)同財団☎3312 2111(区代表)

いきいき健康アドバイス

運動機能測定で体力年齢を算出し、専門スタッフがあなたに合った運動プログラム(1成人病予防2シェイプアップ3体力アップ)を作成し、健康づくりのアドバイスを行います。

時12月19日(日)午前9時~午後6時(場)上井草スポーツセンター・トレーニングルーム(上井草3 34 1)対区内在住・在勤・在学の16歳以上の方(定)20組(個人、ペア可)(費)400円(入場料)(申)・(同)電話で、希望受付時間(受付時間は午前9時~20分毎に1組)を上井草スポーツセンター☎3390 5707へ(先着順)(他)受付からアドバイス終了まで約1時間かかります

指導員養成研修会

初心者から上級者まで、水中運動、ウォーキングなど楽しく泳いでレベルアップさせませんか。

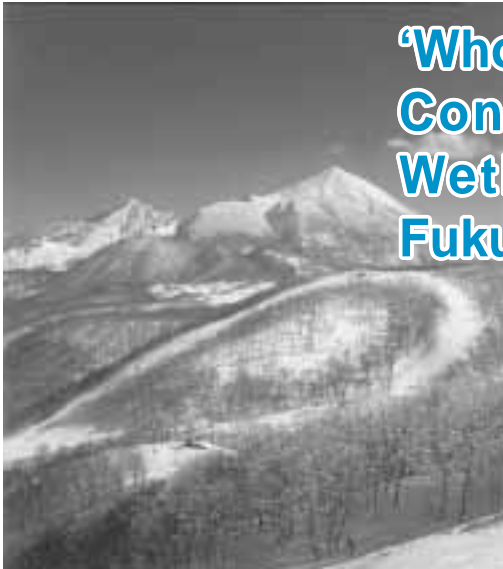
時17年1月25日~3月29日の毎週火曜日、午後7時~9時(計8回)(区後援)場杉並第十小学校温水プール(和田3 55 49)対区内在住・在勤・在学の18歳以上の方(定)30名(抽選)(費)4000円(申)往復ハガキ(4面記入例参照)に泳力(泳型・距離)、希望(泳法・水中運動)も書いて、12月10日(必着)までに杉並区水泳連盟・村林せつ子(〒168 0082久我山4 42 34)へ(同)同連盟・村林☎3333 4146

障害者のためのわいわいスポーツ教室(ミニ運動会)

時17年1月29日(土)午前10時~正午(場)上井草スポーツセンター(上井草3 34 1)対区内在住・在勤・在学で15歳以上の障害の程度の重い方(定)40名(抽選)(費)無料(申)申込書を郵送または持参で、12月17日(必着)までに社会教育スポーツ課(区役所東棟6階)へ。申込書は社会教育スポーツ課、各福祉事務所、区体育施設にあります(同)社会教育スポーツ課(他)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当日参加者と一緒に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3教室終了後に昼食をはさんで「ボランティア交流会」を行います(会場=同スポーツセンター)。交流会への申し込みは電話で、社会教育スポーツ課へ

Hello! SUGINAMI

This page provides information about the city in English for foreign residents living in Sugunami City and appears regularly on Page 12 of this bulletin, published on the 1st day of even-numbered months. The articles here were previously published in the Japanese newsletter *Koho Sugunami* and other publications.
このページでは、杉並区に住む外国人の方に、英語で区の情報をお知らせしています(偶数月の1日号最終ページに掲載)。なお、日本語版をご希望の方は広報課へ。



'Whole Health Resort' Agreement Concluded with Goshiki-numa Wetlands and Lake Hibara in Fukushima Pref.

Inquiries regarding usage:
Kitashiobara Village Tourism Policy Section
Tel: 0241-32-2511
Inquiries to the City Office:
General Affairs Subsection, Management Section, Residents Affairs Division

Whole Health Resort Agreement (Marugoto Hoyochi Kyotei)

On November 1st, the City concluded an agreement regarding a health resort (the "Whole Health Resort Agreement") with Kitashiobara Village in Yama-gun, Fukushima Prefecture. This region has some of Japan's most eminent sightseeing areas, including Goshiki-numa Wetlands and Lake Hibara.

This agreement aims at enriching the lives of city residents' and helping to vitalize Kitashiobara Village by making use of the rich nature and tourist attractions there.

If city residents use the specified accommodation, discounts will be available at various facilities and stores during their stay.

What is available and who can go

[Eligible people]

People who live, work or study in the city, and their companions

[Facilities included]

Approximately 100 facilities that have joined the agreement, out of about 200 facilities in the village.

[Start date]

December 1 (Wed.)

[Discounts available]

Accommodation: 20% off for continuous stays of two nights or longer (10% off or more for one-night stays)

Tourist facilities: 10% off or more

Restaurants, souvenir stores and agricultural product direct sales outlets: 5% off or more

Method of Use

1. Select an accommodation facility that you want to use from the "Accommodation List." The list and procedure guide are available at Residents Offices and Annexes, as well as station-front Offices.

They have also been included on the City's website.

2. Make your reservation directly with the facility of your choice and advise the facility that the reservation is being made under the "Whole Health Resort Agreement" (Marugoto Hoyochi Kyotei). Confirm your reservation details, including the charges. It is not possible to combine this scheme with other discount services.
3. When you arrive at your accommodation, show them documents that identify you as a city resident (driver's license, health insurance certificate, resident I.D., student I.D., etc.), and you will receive a "Whole Health Resort Villager Card" (Marugoto Hoyochi Sonminsho) and a "List of the Health Resort Agreement Facilities, Stores and Places."
4. You can take advantage of the specified discount services by showing the "Whole Health Resort Villager Card" at facilities and stores on the list during your stay in the village.

From the National Health Insurance Section

Invoices To Be Sent

Invoices for January-March health insurance premiums will be sent by mail in early January. A lump-sum payment form with which you can pay the entire amount for all months after January is also included. Invoices will not be sent to those who pay premiums by bank account debit or to those who have already paid the amount for the months after January.

Inquiries: Qualification Assessment Subsection

Invitation to the 'Coming-of-Age Celebration'

When you turn 20 years old in Japan, you are regarded as becoming an adult and events to celebrate reaching adulthood's threshold are held in every area.

Sugunami City will hold a "Coming-of-Age Celebration Gathering" on the day before Coming-of-Age Day. Since Sugunami Public Hall (Sugunami Kokaido) is undergoing reconstruction and cannot be used at the moment, the event will be held at Sun Plaza Hall (Nakano Sun Plaza). Please join in the celebrations for those turning 20, if you can.

Date and time: January 9 (Sun.), 2005, 1:30 to 2:45 p.m. (The hall will open at 1:00 p.m.)

Location: Sun Plaza Hall (Nakano Sun Plaza: 4-1-1 Nakano, Nakano-ku)

Events: Ceremony, commemorative attractions

Eligibility: People who were born between April 2, 1984, and April 1, 1985, and who have completed resident registration or foreign resident registration in Sugunami City. Letters of information will be sent to the applicable people early in December.

Inquiries: Child and Youth Subsection, Children Section

Japanese Classes for Foreign Residents Living in Sugunami City

Basic conversation as well as reading and writing will be taught.

Dates and time: Tuesdays and Fridays from January 11 to March 22, 2005, 6:30 to 8:30 p.m. (20 classes) No class on February 11 (Fri).

Place: Sesión Sugunami (1-22-32 Umezato)

Tuition: ¥2,000 per month (textbook fees are separate)

To apply: Send a two-way *ofuku* postcard to the Lifelong Education Center (1-22-32 Umezato 166-0011) by December 24 (must be received by this date).

Inquiries: Lifelong Education Center

Tel: 3317-6621

Other: 1. Free babysitting is available (write the name, age and sex of your child on the application)

2. Interviews to determine applicants' level of ability will be conducted from January 7 (Fri.), 6:30 p.m.

Events Calendar (December through January)

The Association for Culture and Exchange of Sugunami (ACES) organizes various fun events in which foreign residents are free to participate and people from around the world, including Japanese, enjoy friendly exchanges. Please join in!

ACES Counseling Services for Foreign Residents

ACES offers free counseling on difficulties encountered in everyday life.

Date and time: Fridays, 1:00 to 4:00 p.m.

Place: ACES

Languages: Japanese, English, Chinese and Korean

How to apply: In person, by telephone or by letter (mail or fax)

Fee: Free

"The Life Convenient Map for a Foreigner"

The main facilities are listed on the back of the map in four languages (Japanese, English, Chinese and Korean). The map is available at the Cultural and Exchange Activities Section, the Exchange Subsection of the Association for Culture and Exchange of Sugunami (ACES), libraries, Residents Offices and Sugunami City Office Station-front Office.

International Exchange Salon

The Salon is located on the International Exchange Floor (5F) of the ACES office. Please stop by and enjoy free and open communication with foreign and Japanese residents.

Hours: Mondays (except national holidays and year-end/New Year holidays), 1:30 to 4:30 p.m.

Location: ACES Exchange Floor (Minami-Asagaya Building 5F, 1-14-2 Asagayaminami)

Fee: Free

Other: Food and drinks are permitted at the International Exchange Salon. Please note that political, religious or for-profit activities are prohibited.

To apply, or for more information on the above, contact ACES, Minami-Asagaya Building 5F, 1-14-2 Asagayaminami 166-0004.

Tel: 5378-8833 Fax: 5378-8844



五色沼・桧原湖の裏磐梯が まるごと保養地に！

利用に関する問い合わせ先
北塩原村観光政策課
 ☎0241 - 32 - 2511
区の問い合わせ先
区民生活部管理課庶務係

◇まるごと保養地協定

区は、11月1日(火)に五色沼・桧原湖など日本有数の観光地を擁する福島県耶麻郡北塩原村と保養地に関する協定「まるごと保養地協定」を締結しました。

この協定は、北塩原村の豊かな自然や観光資源を活用することにより、区民の生活に潤いを与えるとともに、北塩原村の地域活性化にも役立てようとするものです。

対象となる宿泊施設を区民が利用すると、その滞在期間中に、各種施設・店舗などで割引が適用されます。

◇利用できるのは

【対象者】

区内在住・在勤・在学の方とその同行者

【対象施設】

村内約200施設のうち、協定に賛同する約100施設

【利用開始日】12月1日(木)

【割引内容】

- ・宿泊施設＝2泊以上の連泊で2割引（1泊でも1割引以上）
- ・観光施設＝一割引以上
- ・飲食店・土産物店・農産物直売所＝5%引以上

◇利用方法

①「宿泊施設一覧」から利用したい宿泊施設を選びます。一覧と利用案内は区民事務所・分室、駅前

事務所にあります。また、区ホームページにも掲載しています。

②直接、宿泊施設に予約してください。その際「まるごと保養地協定」による予約であることを伝え料金などを確認してください。他の割引サービスとの併用はできません。

③宿泊施設到着の際、区民であることが確認できる書類（運転免許証、保険証、区民証、学生証など）を提示し、「まるごと保養地村民証」と「まるごと保養地賛同施設・店舗等一覧」を受け取ってください。

④現地滞在期間中、一覧表に載っている施設・店舗等で「まるごと保養地村民証」を提示して、所定の割引サービスを受けてください。

国民健康保険料の納付書をお送りします

17年1月上旬に、1月～3月分の納付書と、1月分以降がすべて納付できる一括納付書をお送りします。

なお、口座振替ご利用の方と、1月分以降納付済みの方には、納付書はお送りしません。

【問い合わせ】国民健康保険課資格係

成人祝賀の集いにご招待

日本では、満20歳になると大人の仲間入りとされ、大人としての門出を祝う行事が各地で行われています。

杉並区では、杉並公会堂が改築により使用できないため、サンプラザホール（中野サンプラザ）で「成人の日の前日」に「成人祝賀のつどい」を開催します。

20歳の記念に、ぜひご参加ください。

【日時】平成17年1月9日(日)午後1時30分～2時45分（1時間開場）【場所】サンプラザホール（中野サンプラザ／中野区中野4-1-1）【内容】式典、記念アトラクション【対象】1984年4月2日～1985年4月1日に生まれ、杉並区に住民登録または外国人登録をしている方。対象者には12月上旬に案内状を発送します【問合せ】児童課子ども青少年係

杉並でくらす外国人のための にほんご教室

基本的な日常会話と読み書きを学びます。

【日時】17年1月11日～3月22日の毎週火曜・金曜日午後6時30分～8時30分（計20回）

【場所】セシオン杉並（梅里1-22-32）【費用】月2000円（テキスト代別）【申込み】往復ハガキに、行事名、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を書いて、12月24日（消印有効）までに社会教育センター（〒166-0011梅里1-22-32）へ【問い合わせ】同センター ☎3317-6621【その他】①無料託児あり（申込時にお子さんの氏名・年齢・性別も明記）②クラス分けのための面接を1月7日(金)午後6時30分から行います

12～1月のイベント情報

杉並区文化・交流協会では、外国人の方が気軽に参加でき、日本人をはじめ多くの外国人の方と楽しく交流できるイベントをたくさん企画しています。

◇外国人相談

文化・交流協会では外国人の皆さんが日ごろ抱えている問題や悩みにお応えするため、外国人相談窓口を開設しています。

【日時】毎週金曜日午後1時～4時【場所】杉並区文化・交流協会交流係【使用言語】日本語、英語、中国語、韓国語、朝鮮語【相談方法】来所・電話・文書（郵送・F a x）【費用】無料

◇外国人のための生活便利マップ

(The life convenient map for a foreigner)

外国人のための杉並区の地図を作りました。裏面には主要施設を4か国語（日本語・英語・中国語・韓国語）で掲載しています。文化・交流課（区役所中棟2階）、杉並区文化・交流協会交流係、区民事務所で配布します。

◇国際交流サロン

日本人と外国人の皆さんが自由に楽しく交流できる場所として、協会事務所の5階を国際交流サロンとして開放しています。

【日時】毎週月曜日午後1時30分～4時30分（祝

日、年末年始は除く）【参加費】無料【その他】国際交流サロンでの飲食はOKです。なお、政治活動、宗教活動および営利を目的とした使用は禁止ですのでご協力ください。

※申し込み、問い合わせは、杉並区文化・交流協会交流係（阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル5階 ☎5378-8833 FAX5378-8844）へ。