



●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/
☎ 3312

広報 **すぎなみ**

平成13年 7 / 11 NO.1560

主な記事
第19回参議院議員選挙..... 1面

英語版広報「Hello! SUGINAMI」を8面に掲載。「区議会だより」を折り込んであります。引き抜いてお読みください。

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

~ 新世紀 必ず生きる この一票 ~



「選挙のお知らせ」をお送りします
今回の選挙で投票できる方には、あなたの投票所をご案内する「選挙のお知らせ」をお送りします。

「在外選挙人証」をお持ちの方へ
比例代表選出選挙のみ投票ができます。在外選挙人証をお持ちになり、区役所の不在者投票場所へお越しください。

「選挙公報」は新聞折り込みでお届けします
候補者の政見・経歴などを掲載した「選挙公報」を一般紙、スポーツ新聞などの計一五紙に折り込みます。

「非拘束名簿式」となりまして
これまでの参議院比例代表選挙は、あらかじめ政党が候補者の当選順位を決めておく方式（拘束名簿式）で、有権者は政党名を記載して投票しました。これに対し、新たに導入された「非拘束名簿式」は、名簿では当選順位は決められておらず、有権者が候補者名または政党名のいずれかを記載して投票する方式であるため、有権者は当選させたい候補者を選ぶことができます。なお、選挙区選挙は今までどおりです。

比例代表選挙が「非拘束名簿式」となりまして
これまでの参議院比例代表選挙は、あらかじめ政党が候補者の当選順位を決めておく方式（拘束名簿式）で、有権者は政党名を記載して投票しました。これに対し、新たに導入された「非拘束名簿式」は、名簿では当選順位は決められておらず、有権者が候補者名または政党名のいずれかを記載して投票する方式であるため、有権者は当選させたい候補者を選ぶことができます。なお、選挙区選挙は今までどおりです。

参議院議員選挙

新たに「非拘束名簿式」を導入

参議院議員選挙は選挙区選出と比例代表選出選挙の二つです。あなたの声を届ける大切な機会です。忘れずに投票しましょう。

「非拘束名簿式」となりまして
これまでの参議院比例代表選挙は、あらかじめ政党が候補者の当選順位を決めておく方式（拘束名簿式）で、有権者は政党名を記載して投票しました。これに対し、新たに導入された「非拘束名簿式」は、名簿では当選順位は決められておらず、有権者が候補者名または政党名のいずれかを記載して投票する方式であるため、有権者は当選させたい候補者を選ぶことができます。なお、選挙区選挙は今までどおりです。

「在外選挙人証」をお持ちの方へ
比例代表選出選挙のみ投票ができます。在外選挙人証をお持ちになり、区役所の不在者投票場所へお越しください。

「選挙公報」は新聞折り込みでお届けします
候補者の政見・経歴などを掲載した「選挙公報」を一般紙、スポーツ新聞などの計一五紙に折り込みます。

「選挙のお知らせ」をお送りします
今回の選挙で投票できる方には、あなたの投票所をご案内する「選挙のお知らせ」をお送りします。

表1 杉並区で投票できる方・できない方

対象者	投票の可否
投票日現在の住所が杉並区内 平成13年4月11日以前に転入届出をし、引き続き住んでいる方 (昭和56年7月30日以前に生まれた方)	できる
平成13年4月12日以降に転入届出をし、引き続き住んでいる方 (昭和56年7月30日以前に生まれた方)	×できない 前住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。
投票日現在の住所が杉並区外 平成13年4月11日以前に転入届出をし、13年7月11日以降に転出した方 (昭和56年7月30日以前に生まれた方)	できる
平成13年3月14日以前に転入届出をし、13年6月14日以降に転出した方 (昭和56年6月25日以前に生まれた方)	できる
平成13年3月1日以前に転入届出をし、13年6月1日以降に転出した方 (昭和56年6月2日以前に生まれた方)	できる
平成12年12月1日以前に転入届出をし、13年3月29日以降に転出した方 (昭和56年3月2日以前に生まれた方)	×できない ただし、新住所地で名簿に登録されていない場合に限り、 前住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。
平成13年3月28日以前に転出した方	×できない 新住所地の選挙管理委員会へお問い合わせください。

表2 不在者投票ができる場所

不在者投票場所	期間	時間
杉並区役所(中棟6階第4会議室)	7月12日(木) 7月28日(土)	午前8時30分 午後8時
区民事務所・分室(4カ所)		
井草区民事務所	下井草4 30 2	7月22日(日) 7月28日(土)
阿佐谷区民事務所	阿佐谷北2 18 17	
高井戸区民事務所	高井戸西2 5 10	
宮前分室	宮前5 5 27	
旧方南和泉出張所	和泉4 42 5	
旧下高永福出張所	下高井戸3 23 9	
旧和田出張所	和田1 41 10	
旧堀ノ内松ノ木出張所	松ノ木3 3 4	
旧高円寺中央出張所	高円寺南2 32 5	
旧高円寺北出張所	高円寺北3 25 9	
旧馬橋出張所	高円寺南3 31 3	
旧天沼出張所	天沼2 30 10	
旧成田出張所	成田西3 7 4	
旧荻窪出張所	南荻窪2 28 13	
旧上荻窪出張所	上荻3 16 6	
旧清査中通出張所	清水2 17 11	
旧上井草出張所	今川4 8 22	
浜田山会館	旧浜田山サービスコーナー 浜田山1 36 3	

(注)1. 区役所以外の場所へは車での来場をご遠慮ください。2. 投票の際には、宣誓書兼請求書を記入していただきます。3. 法令の定めにより、不在者投票用外封筒に本人が投票したことを確認するために署名をすることになっています。なお、この投票済みの外封筒は、投票日当日に、外封筒から内封筒を取り出して混合したのち、内封筒から投票用紙を取り出して投票箱に投函しますので、投票の秘密は守られます。

「在外選挙人証」をお持ちの方へ
比例代表選出選挙のみ投票ができます。在外選挙人証をお持ちになり、区役所の不在者投票場所へお越しください。

投票所に関するお知らせ
投票所となる一部の学校は、夏休み期間中、校舎などの工事が予定されています。足元が不安定な箇所もありますのでご注意ください。

折り込み日(予定) 7月19日(木)朝刊
新聞を定期購読していない方や、別に送付をご希望の方は、選挙管理委員会事務局へご連絡ください。選挙公報をお送りします。

投票所に関するお知らせ
投票所となる一部の学校は、夏休み期間中、校舎などの工事が予定されています。足元が不安定な箇所もありますのでご注意ください。

あなたの投票場所、投票時間、投・開票速報、その他の詳細については、ホームページでも確認することができます。

ホームページ <http://www.city.suginami.tokyo.jp/>
iモード <http://www.city.suginami.tokyo.jp/imode/>

投票所に行けない場合は?

不在者投票制度をご利用下さい。

不在者投票制度とは?
投票日の当日に、右記のような予定があって投票できない方のために、事前に投票することができる制度です。受付場所、時間などは表2のとおりです。

本人または親族の冠婚葬祭に出席

病気・ケガ(入院・出産)を控えている

レジャー・ショッピングにてかける(投票区の区域以外)

転出(区外)

学業

仕事

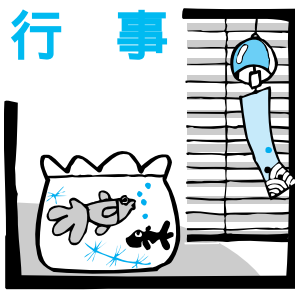
不在者投票

投票日=7月29日(日)
午前7時~午後8時

表3 一時帰国者(在外選挙人証をお持ちの方)が不在者投票できる場所

不在者投票場所	期間	時間	投票に必要なもの
杉並区役所(中棟6階第4会議室)	7月12日(木)~28日(土)	午前8時30分~午後8時	在外選挙人証

(注)在外選挙人の方には「選挙のお知らせ」はお送りしていません。



行事



出雲蓉&国本武春・舞夢の世界

区内在住の舞踊家・出雲蓉さんと異色の浪曲師・国本武春さんのジョイントで送る出雲ワールド。極められた芸と斬新な舞台をお楽しみください。



出雲蓉さんと国本武春さん

【日時】10月7日(日)午後2時開演(1時30分開場) 【会場】セシオン杉並(梅里1-22-32)【入場料】全席指定三〇〇〇円(会員割引有り) 【内容】地唄舞「雪」出雲蓉/浪曲「新忠臣蔵」国本武春/「雷の道行」芸術祭大賞受賞作品) 出雲蓉&国本武春前売開始) 7月13日(金)午後1時【チケット販売窓口】①文化・交流協会文化係(上荻3-29-5杉並会館内) ②近畿日本ツーリスト区役所内店 ①②とも月々金曜日(祝日を除く)午前9時〜午後5時 ③杉並公会堂

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性別
- ⑥電話番号

往復ハガキの場合は返信用のあて先も記入をあて先は各記事の申込先 託児(3歳~就学前)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

国際交流バスハイキング(第一回)

早秋の一日を自然の中で交流してみませんか。

【開催日】9月8日(土) 【場所】すぎなみ自然村群馬県吾妻町【対象】区内在住・在勤・在学の方および文化・交流協会会員【定員】三八名(日本人一九名、外国人一九名)【参加費】三〇〇〇円(観光バス使用)

申し込みは、往復ハガキ(ハガキ記入例参照)に年齢・国籍も書いて、7月25日(消印有効)までに文化・交流協会バスハイキング係(〒166-0004阿佐谷南1-14-2みなみ阿佐ヶ谷ビル)へ。申し込み多数の場合は、抽選。

問い合わせも、同協会交流係 ☎5378 8833 へ。

朝採り野菜と 草花の直売

【日時】7月21日(土)午前11時〜午後3時(売り切れ)

熱血!こすもす祭り

こすもす生活圏は、重度身体障害者の通所施設です。「元氣よくにぎやかな祭り」を大宮堀ノ内敬老会館と一緒に企画しました。

【日時】7月27日(金)午前10時30分〜午後3時(会場)こすもす生活圏・大宮堀ノ内敬老会館(堀ノ内1-27) 【内容】模擬店ゲーム、催し物、事業紹介ほか

希望者は、直接会場へ。問い合わせも、同生活圏 ☎3317 9312 FAX 317 9332 へ。

納涼フェスティバル

障害のある人もない人も一緒に楽しんでいただけるイベントです。

【日時】7月28日(土)午後2時45分〜6時20分(会場)障害者福祉会館(高井戸東4-10-5) 【内容】右下表のとおり 【参加費】無料 希望者は、直接会場へ。問い合わせは、同会館 ☎3332 6121 FAX 3332 へ。

納涼フェスティバル

時間	内容
午後2時45分〜6時	バザー
午後2時45分〜5時	模擬店
午後3時30分〜4時30分	ハワイアン演奏とフラダンス
午後5時〜6時20分	お楽しみ会

エンジンイウォーキング

【日時】7月27日(金)午前10時〜11時30分(9時45分集合) 【集合】高井戸保健センター(高井戸東3-20) 【内容】健康チェック、ストレッチをしてから、神田川沿い塚山公園までのコースを歩きます(雨天の場合は室内で三分体操) 【参加費】無料

ホスピスボランティア養成講座

【日時】9月6日〜10月11日の毎週木曜日午後6時〜7時45分(会場)東京衛生病院内(天沼3-17-3) 【対象】区内在住・在勤・在学の方 【内容】ホスピスについて、末期がん患者の身体的・心理的理解、家族のケア、悲嘆について、介護実習など 【講師】東京衛生病院ホスピス関係スタッフ 【定員】五〇名 【参加費】二〇〇〇円

申し込みは、ハガキ(ハガキ記入例参照)に案内の送付先も書いて、7月23日(必着)までに東京衛生病院ホスピスボランティア養成講座事務局(〒167-8507天沼3-17-3)へ。申し込み多数の場合は、抽選。

年金相談のお知らせ

7月31日(火)
午前10時〜午後4時
区役所1階ロビーまたは
2階国民年金課

7月31日(火)は、国民年金保険料6月分の支払い期限です。忘れずにお支払いください。



ホスピスボランティア養成講座

緩やかなア(ホスピス)病棟でのボランティア活動を希望する方のための講座です。(区後援)

【日時】9月6日〜10月11日の毎週木曜日午後6時〜7時45分(会場)東京衛生病院内(天沼3-17-3) 【対象】区内在住・在勤・在学の方 【内容】ホスピスについて、末期がん患者の身体的・心理的理解、家族のケア、悲嘆について、介護実習など 【講師】東京衛生病院ホスピス関係スタッフ 【定員】五〇名 【参加費】二〇〇〇円

さあ夏休み! 楽しい体験しませんか?

「夏休み遊びながらアート&サイエンス」ワークショップ

物を作りながら光や音や形の不思議と出会います。作ったものは持って帰れるよ!

親子で作ろう!

①発泡スチロールで飛行機を作ろう

【日時】7月29日(日)午後1時30分〜3時30分 【会場】リサイクルひろば高井戸【定員】親子一〇組(小学四年生以上一組二名まで) 【参加費】三〇〇〇円

申し込みは、往復ハガキ(ハガキ記入例参照)に学校名も記入(中学生は保護者が署名)して、7月28日(必着)までにNPO法人RBAセンター(〒167-0043上荻1-11-3)405へ。申し込み多数の場合は、抽選。

夏休み遊びながらアート&サイエンス

日時	会場	テーマ
8月1日(水) 午後3時30分〜5時	セシオン杉並(梅里1-22-32)	宇宙船「地球号」のドームを作ろう
4日(土) 午後1時30分〜3時		色の万華鏡「カレイドスペクトラ」
5日(日) 午後3時30分〜5時		五感で作る立体
11日(土) 午後3時30分〜5時		音のカーテンを作ろう!
12日(日) 午後1時30分〜3時		お絵描きパズル

申し込みは、往復ハガキ(ハガキ記入例参照)に学校名も記入(中学生は保護者が署名)して、7月28日(必着)までにNPO法人RBAセンター(〒167-0043上荻1-11-3)405へ。申し込み多数の場合は、抽選。

●郷土史講座
「久我山風土記」

【日時】7月21日(土)午後1時30分～4時(区後援)
【会場】セシオン杉並(梅里1 22 32)【講師】久我山風土記 著者・長山泰介さん【定員】七〇名【参加費】一般五〇〇円、会員三〇〇円
希望者は、直接会場へ。
問い合わせは、杉並郷土史会・原田弘 33126623へ。

●ゆう杉並
「男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画」の学習会

行動計画の内容や進捗状況を話し合い、その意義や役割などを一緒に学習しましょう。(区共催)
【日時・内容】右下表のとおり【会場】男女平等推進センター(荻窪1 56

男女共同参画社会をめざす杉並区行動計画の学習会

日時	テーマ	助言者など
7月18日(水) 午後2時30分～4時	区民から見た行動計画とその進捗状況	話し合い 明治大学短期大学 講師 堀口悦子
8月1日(水) 29日(水)		話し合い
9月5日(水) 19日(水)	条例をつかった自治体に学ぶ まとめ	話し合い 弁護士 吉岡睦子

●家族介護者教室

「寝たきりにならないために！」をテーマに開催します。
【日時】7月28日(土)午後1時30分～3時【会場】和田ふれあいの家(和田3 52 4)【対象】日ごろ高齢者の介護にたずさわる方、関心のある方【講師】理学療法士・松村秋さん【定員】二〇名【参加費】無料
申し込み・問い合わせは、同ふれあいの家 33129556へ。

●ワークショップ企画
海藻おしぼ

美しい海藻で、オリジナルカードやおしぼりを作りましょう。(区後援)
【日時】7月24日(火)午後1時30分～3時30分【会場】女子美術大学(和田1 49 8)【講師】筑波大学下田臨海実験センター・野田三

●糖尿病が気になる方

① 糖尿病予防講座

【日時】7月19日(木)午前9時30分～正午【会場】高円寺保健センター(高円寺南3 24 15)【対象】区内在住の方【内容】「糖尿病食のつくり方・糖質管理など夏の食事の注意点」【定員】三〇名(先着順)【参加費】無料
申し込み・問い合わせは同センター 33110116へ。

② 糖尿病講習会

【日時】7月26日(木)午前10時～正午【会場】和泉保健センター(和泉4 50 6)【対象】区内在住の方【内容】「糖尿病と運動療法について」【講師】(社)衛生文化協会城西病院院長・笠原督さん【定員】二五名(先着順)【参加費】無料
申し込み・問い合わせは、同センター 33139331へ。

訂正とおわび

7月1日付広報①「一部公開」の誤りでした。②「3面表A中」の誤りでした。③「敬老金の支給」は11年度で終了しました。また、「精神薄弱者施設入所者の本人負担金の計算と納付書等の発行」の「精神薄弱者」は、「知的障害者」の誤りでした。

世界の恒久平和を願って

●平和のつとめ・映画と講演
「火垂るの墓」と原作者からのメッセージ

【日時】8月18日(土)午後1時～(0時30分開場)【会場】セシオン杉並(梅里1 22 32)【講師】作家・野坂昭如さん【内容】①講演



火垂るの墓

「近頃思うこと」②映画「火垂るの墓」4歳と14歳で、生きようと思った【対象】区内在住・在勤・在学の方(小学生以下は18歳以上)

同伴者が必要【定員】五六八名(全席自由)【入場料】無料
申し込みは、往復八ガキ(2面八ガキ記入例参照)に希望人数と全員の年齢、小学生以下は同伴者の氏名も書いて、7月23日(必着)までに文化・交流課男女共同参画推進担当へ。申し込み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、同担当へ。会場ロビーでは、広島・長崎の原爆写真やポスター「コンクール入賞作品」展示も行います。

●平和ポスター

●コンクール

区は、世界の恒久平和を願う杉並区平和都市宣言「を行ってまいります。平和な世界をつくるため」のポスターを募集します。
【募集内容】「悲惨な戦争を無くし、真に平和な世界を実現するため」は、どうしたらよいか」を表す作品。スローガンは入れても入れなくてもよい【色】自由【大きさ】45cm×30cm～55cm×40cmまで【対象】国立・

●夏休み限定！

子どものための常設展はくぶつかんはタイムトンネル

郷土博物館常設展示室を子ども向けに「プクリニユール」博物館にあるスタンプ帳のクイズに答えながら、杉並の歴史を勉強しよう！(夏休みの宿題のヒントがあるかも？)
【日時】7月20日(祝)～9月19日(水)午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)【会場】郷土博物館(大宮1 20 8)【入館料】一〇〇円(中学生以下は無料)。ただし20名以上の団体は八〇円【休館日】毎週月曜日および8月16日

はくぶつかんはタイムトンネル

日時	行事名	定員
① 8月4日(土)午前9時～午後1時	うどんをつくらう	20名程度
② 5日(日)午前9時～正午	わらぼうしをつくらう	20名程度
③ 19日(日)午前9時～正午	むかしのあそび大会	なし
④ 25日(土)午前9時～正午	自然観察会	30名程度
⑤ 26日(日)午前9時～正午	火おこしをしよう	20名程度

●夏休み親子テスト教室

食品に使われている合成着色料などを調べます。
【日時】第一回「7月27日(金) 第二回「7月30日(月)時間ははずれも、午後2時～4時【会場】消費者センター(阿佐谷南1 36 4)【対象】区内在住の小学生とその保護者【定員】各回一五組【参加費】無料
申し込みは、往復八ガキ(2面八ガキ記入例参照)に希望回も書いて、7月19日(必着)までに消費生活課(〒166 0004 阿佐谷南1 36 4)へ。申し込み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、同課 33143643へ。



●関連行事

【日時・内容】右下表のとおり【対象】①②④⑤は区内在住・在学の小中学生(小学生は保護者同伴のこと)③はどなたでも
申し込みは、①②④⑤は往復八ガキ(2面八ガキ記入例参照)に学年も書いて、それぞれの行事の10日前まで(必着)に郷土博物館(〒168 000

●杉並少年少女キャンプ

【日時】8月17日(金)～19日(日)泊三日(区後援)【会場】秋山川キャンプ場(JR中央線藤野駅下車徒歩二〇分)。公共交通機関を利用します【対象】区内在住・在勤・在学の子ども(小学生以上)と親(子どものみの参加も可)【定員】八〇名【参加費】子ども「一万六〇〇円、大人「一万円(保険料・交通費を含む)



掲示板



募集のお知らせ

中堅所得者層を対象とした区民住宅「ベル・サラン下井草」の空き家入居者

【概要】表1の通り【募集する戸数】一戸(2LDK約五六㎡)【資格】①18歳未満の子を一人以上含む同居親族がいること(妊娠中を含みます)②区内に引き続き二年以上居住していること③所得が定められた基準内(表2のとおり)であること(区営住宅の所得基準とは異なります)④現在、自ら居住するための住居を必要としていること。詳しくは申込用紙をご覧ください。

表1 区民住宅の概要

名称	ベル・サラン下井草
所在地	下井草2 24 19
交通	西武新宿線下井草駅から徒歩7分
構造・規模	鉄筋コンクリート造3階建
間取り等	Aタイプ(2LDK約56㎡)
使用者負担額	平成13年10月分～14年1月まで月8万2000円～11万7000円(世帯の所得金額により異なります)
当初保証金	35万1000円
共益費	月額5000円
入居予定日	10月1日

表2 区民住宅の所得基準

家族数	世帯の所得金額
2人	278万～759万2000円
3人	316万～797万2000円
4人	354万～835万2000円
5人	392万～873万2000円
6人	430万～911万2000円

【申込用紙配付場所】7月17日～25日(休日を除く)の間に、区役所住宅課(西棟五階)、区民事務所、分

【勤務時間】午前9時30分～午後5時15分(週三日・時間帯は応相談)【内容】経理事務(応募条件)【経理・パソコン経験者(年齢は問いません)】【時給】九〇〇円

大宮ふれあいの家 非常勤事務職員

【活動日】月～土曜日までの都合の良い日(週一回でも可)【内容】夕食(お弁当)の配達と安否の確認【活動時間】午後4時ごろから30分程度【配達地域】阿佐谷北・阿佐谷南およびその近隣で二～三軒

阿佐谷北ふれあいの家 配食サービス ボランティア

【活動日】月～土曜日までの都合の良い日(週一回でも可)【内容】夕食(お弁当)の配達と安否の確認【活動時間】午後4時ごろから30分程度【配達地域】阿佐谷北・阿佐谷南およびその近隣で二～三軒

ファミリー・サポート・センター協力会員

【日時】7月30日(月)午前10時～正午【会場】社会福祉会館四階会議室(阿佐谷南1 16 7)【参加費】無料

杉並区区民意向調査

【日時】8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時【会場】リサイクルひろば高井戸(〒168 0072高井戸東3 7 4)【募集区画】両日共一四区画(業者出店はおことわりします)【参加費】一〇〇〇円

【日時】7月30日(月)午前10時～正午【会場】社会福祉会館四階会議室(阿佐谷南1 16 7)【参加費】無料

説明会を開催します

【日時】8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時【会場】リサイクルひろば高井戸(〒168 0072高井戸東3 7 4)【募集区画】両日共一四区画(業者出店はおことわりします)【参加費】一〇〇〇円

フリーマーケット in リサイクルひろば高井戸・出店者

【日時】8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時【会場】リサイクルひろば高井戸(〒168 0072高井戸東3 7 4)【募集区画】両日共一四区画(業者出店はおことわりします)【参加費】一〇〇〇円

【日時】8月4日(土)・5日(日)午前10時～午後3時【会場】リサイクルひろば高井戸(〒168 0072高井戸東3 7 4)【募集区画】両日共一四区画(業者出店はおことわりします)【参加費】一〇〇〇円

お知らせ

障害者・難病患者のみなさんへ

①福祉手当などの申請はお済みですか

区民の皆さんが、区政に對してどのような意見や意向をお持ちなのか知るために、調査員(区の委託業者)が皆さんの家庭を訪問しますので、ご協力をお願いします。なお、この調査は、毎年行っています。

②難病患者福祉手当 対象疾病の追加

5月1日から難病患者福祉手当の対象疾病に「ライソソーム病」が加わりました。受給を希望される方は申請が必要です。

表2 所得制限額 13年度

扶養人数(税法上)	収入額	所得額
0	5,112,000	3,549,000
1	5,588,000	3,929,000
2	6,064,000	4,309,000
3	6,540,000	4,689,000
4	6,966,000	5,069,000
5	7,388,000	5,449,000

この表の収入額は給与所得者を例として、給与所得控除をする前の金額です。なお、世帯の状況等に応じて各種控除が受けられる場合があります。

表1 心身障害者(児)手当等

手当等の種類	対象となる方	手当額(月額)
心身障害者福祉手当(○)	次のいずれかに該当する20歳以上の障害者①身体障害者手帳1、2級②愛の手帳1～3度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮	1万7000円
障害手当(○)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1、2級程度②愛の手帳1～3度程度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮症	1万1500円
介護手当(○)	心身障害者福祉手当受給者または障害手当の対象児童で、寝たきり状態などいつも介護を必要とする方を介護している方	1万500円
特別障害者手当(○)	在宅の20歳以上で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1、2級と愛の手帳1、2度程度の障害が重複している状態)などがあるため、常時特別な介護が必要な方	2万6860円
障害児福祉手当(○)	20歳未満で精神や身体に重度の障害(身体障害者手帳1級(2級の一部)程度または愛の手帳1度(2度の一部)程度)などがあるため常時介護が必要な方	1万4610円
特別児童扶養手当(○)	次のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している方①身体障害者手帳1～3級(4級の一部)程度②愛の手帳1～3度程度③日常生活に著しい制限を受ける精神または身体上の障害を持つ児童	1級=5万1550円 2級=3万4330円
福祉手当(○)	昭和61年3月31日で廃止され、経過措置に該当する方のみ	1万4610円
重度心身障害者手当(○)	次のいずれかに該当する方①重度の知的障害者で、日常生活において常時特別な配慮が必要である②重度の知的障害と重度の身体障害が重複している③重度の肢体不自由者で、両上肢、両下肢の機能が失われ、かつ、座っていることが困難である	6万円
難病患者福祉手当(○)	区が定めた難病疾病を有する方(73疾病)	1万6500円
心身障害者医療費助成(○)	次のいずれかに該当する方に、保険診療の自己負担分(老人保健法に準じた一部負担金を除く)を助成。①身体障害者手帳1、2級(内部障害は3級まで)②愛の手帳1～3度③脳性マヒまたは進行性筋萎縮症	
重度脳性マヒ者介護人派遣(○)	単独で屋外活動を行うことが困難な、20歳以上の重度の脳性マヒ者で身体障害者手帳1級の方に介護人(本人推薦による)を派遣<介護人に支払う手当=1回1日単位で月12回以内・1回6560円>	
全身性障害者介護人派遣サービス(○)	在宅で20歳以上の身体障害者手帳を所持する全身性障害者で、国の特別障害者手当受給資格を有し、真に他人の介護を受ける必要がある方に、自立生活と社会参加を支援するため介護人を派遣(本人推薦による)<介護人に支払う手当=1日8時間(上限)で月31日以内・1時間1420円>本人の前年の所得に応じて費用負担があります	
心身障害者扶養年金(○)	障害者の保護者が死亡または心身の機能を著しく喪失した状態になったとき、障害者に年金を給付。次のいずれかに該当する障害者の保護者で都内在住者①身体障害者手帳1～4級(平衡機能障害、体幹機能障害は5級まで)②愛の手帳1～4度③一定程度以上の症状を有する精神障害④脳性マヒ⑤進行性筋萎縮症⑥自閉症。年金額は3万円(特約付加入者は1万円加算)。掛け金は加入者の年齢に応じて異なる。掛け金払込期間は20年	

= 所得制限あり、○ = 併給制限あり、 = 65歳以上の制限あり、 = 入院状況・施設入所等による制限あり。

よみがえれ伊豆諸島!

助成の内容など

【事業期間】13年7月1日～14年3月31日

【助成額】旅館・ホテルに宿泊する場合.....1万円
民宿に2泊以上宿泊する場合.....1万円
民宿に1泊する場合.....6千円
子ども(就学前).....大人の半額

【個人申込】予約申込先 旅行する島の観光協会へ

【団体申込】予約申込先.....旅行する島の観光協会へ
宿泊証発行は区民生活部管理課(区役所西棟7階)

この事業は、都全体で10万人の申し込みをもって終了します。

観光協会など

名称	所在地	電話	FAX
大島観光協会	〒100 0101 大島町元町1-3-3	04992 2 2177	04992 2 1933
利島村役場	〒100 0301 利島村248	04992 9 0011	04992 9 0190
新島観光協会	〒100 0400 新島村字黒根	04992 5 0048	04992 5 0946
式根島観光協会	〒100 0511 新島村式根島255-1	04992 7 0170	04992 7 0448
神津島観光協会	〒100 0601 神津島村44	04992 8 0321	04992 8 0323
御蔵島村役場	〒100 1301 御蔵島村字入金ヶ沢	04994 8 2121	04994 8 2239
八丈島観光協会	〒100 1401 八丈島八丈町大賀郷2345-1	04996 2 1377	04996 2 2573
青ヶ島村役場	〒100 1701 青ヶ島村無番地	04996 9 0111	04996 9 0001
小笠原村観光協会	〒100 2101 小笠原村父島字東町	04998 2 2587	04998 2 3555
母島観光協会	〒100 2211 小笠原村母島字元地沖港	04998 3 2300	04998 3 2200

島への交通機関予約

名称	所在地(出発地)	電話	予約受付開始時期
東海汽船(株)	港区海岸(竹芝・熱海等)	03 5472 9009	2カ月前
エア・ニッポン(株)(ANK)	港区虎ノ門(羽田)	0120 029 222	2カ月前
新中央航空(株)	調布市西町1060(調布)	0422 31 4191	1カ月前
小笠原海運(株)	港区芝(竹芝)	03 3451 5171	3カ月前

予約受付開始の時期は季節によって変更する場合がありますので、お問い合わせください。

三宅島の噴火などにより、昨年来の伊豆諸島への観光旅行者は激減しました。伊豆諸島における観光事業は地域経済を支える大きな柱です。そこで特別区区長会、東京都市長会および東京都町村会、宝くじの基金などを使って「島への観光旅行に対する助成」を行うことにしました。

三宅島を除く各島では、受け入れ準備も整っています。島独特の美しい風景や新鮮な魚料理、豊富な温泉、海釣りポイントなど魅力がいっぱいです。ぜひ、この機会に島へ旅してみませんか。

【問い合わせ先】区民生活部管理課

伊豆諸島・小笠原諸島に宿泊する
都民に宿泊費を助成します

申し込みの手続き

陸路がないため交通機関(東海汽船・ANK・新中央航空等)を先に予約

個人申し込み

宿泊希望の各島観光協会に、ホテル・旅館または民宿を予約する。
※後日電話で「宿泊民宿等名」と「宿泊証の番号」の連絡があります。

各島に到着したら、観光協会に「宿泊証A(旅館等)」または「宿泊証B(民宿)」を受け取る。

民宿等に到着したら、「宿泊証」に乗船証明書等(航空券の半券・領収書など旅行を証明する書類)を貼り付け、民宿等に提出。精算時に、差額金額を民宿等に支払う。

団体申し込み

宿泊希望の各島観光協会にホテル・旅館または民宿を予約し、「団体申込書兼予約確認書(区民生活部管理課にあり)」を郵送する(ファクス可)。
※後日、各観光協会より、申込者に「団体申込書兼予約確認書」が郵送されます。

郵送された予約確認書を持ち、区民生活部管理課で「宿泊証A(旅館等)」または「宿泊証B(民宿)」を受け取る。

民宿等に到着したら、「宿泊証」を民宿等に提出。精算時に、差額金額を民宿等に支払う。

申し込みは、各島の観光協会へ。

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

区民体育祭秋季大会

バドミントン(高校生・中学生の部)

【日時】①高校生=9月15日(祝)②中学生=8月26日(日)・27日(月)時間は、いずれも午前9時～【会場】区立体育館【種目】①高校生=男女単・複②中学生=1部は男女単・複、2部は中学1年生の男女単【試合方式】トーナメント【対象】区内在住・在学の高校生・中学生【参加費】①高校生=単600円、複1200円②中学生=単300円、複600円(1人2種目まで)【申込み】参加費を郵便振替で「00130 8724117杉並区バドミントン連盟」あてに入金のうえ、受領書のコピーと申込書(区立体育館にあります)を①高校生=8月24日②中学生=7月19日(いずれも必着)までに、持参または郵送で杉並区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166 0015成田東4-38 20ミカド運動具店内)へ【問合せ】同連盟・宇田川☎3313 8551(午前10時～午後5時)

ビームライフル大会

【日時】8月12日(日)午前9時～【会場】荻窪体育館(荻窪3-47-2)【種目】BR F40、BR S40、BR T40(1人2種目まで)【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】80名(先着順)【参加費】無料【申込み】8月2日(必着)までにハガキまたはファクスに住所・氏名・年齢・電話番号・種目を明記し、杉並区ライフル射撃協会・全鎮洙(〒166 0003高円寺南4-22-1中村ビル3階FAX3318 0120)へ(先着順)【問合せ】同協会・全☎3318 0120(午前9時～午後5時)

第1回サマースマイルカップソフトバレーボール大会

【日時】8月18日(土)午前9時～午後7時(区後援)【会場】高円寺体育館(高円寺南2-36-31)【対象】区内在住・在勤・在学の中学生以上のチーム【参加費】1人500円(保険料含む)【申込み】所定の申込用紙(区立体育館にあります)に必要事項を記入し、参加費を添えて7月31日(必着)までに現金書留で区ソフトバレーボール連盟・粕谷泰右(〒166 0011梅里2-40-17 1102)へ郵送または同連盟理事へ持参【問合せ】亀山米子☎5938 8331(午前8時～10時)【備考】昼食と笛をお持ちください

スポーツ教室

フィットネスセミナー シェイプアップ

理想の体型づくりに必要な知識・方法を正しく理解し、無理なく実践します。

【日時】8月7日～28日の毎週火曜日午前9時～11時(計4回)【会場】上井草スポーツセンター・トレーニングルーム【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】20名【参加費】無料(入場料として400円必要)【申込み】往復ハガキ(2面ハガキ記入例参照)で7月24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。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同センター☎3390 5707【その他】セミナー開催中は一般利用できません

盲人卓球講習会

鈴の入ったピンポン玉を、音を頼りに打ち合う競技です。

【日時】7月22日(日)午前9時～午後1時【会場】荻窪体育館(荻窪3-47-2)【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】20名【参加費】無料【申込み】希望者は、直接会場へ【問合せ】同体育館☎3220 3381

綱引き公認審判員認定講習会

【日時】8月5日(日)午前9時30分～午後4時【会場】荻窪体育館会議室【対象】区内在住・在勤・在学で18歳以上の方【参加費】無料。ただし、テキスト代として1500円【申込み】所定の申込用紙(区体育施設にあります)に記入し、7月24日(必着)までに社会体育係へ【備考】①車での来館はご遠慮ください②認定試験に合格した方は、綱引き公認審判員A(シングルエー)の資格を取得することができます(別途登録料が必要)③11月25日に区民体育祭スポーツ・レクリエーション大会の「綱引き大会」を開催する予定です

その他

いきいき健康アドバイス

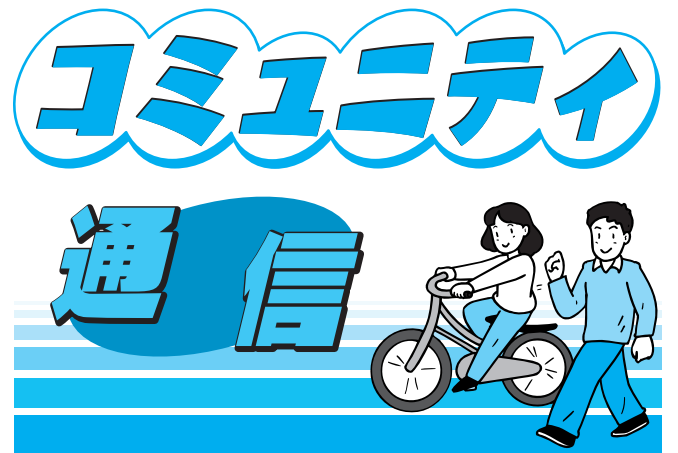
運動機能測定で体力年齢を算出し、専門スタッフがあなたに合った運動プログラム(①成人病予防②シェイプアップ③体力アップなど)を作成し、健康づくりのアドバイスをいたします。

【日時】8月12日(日)午後1時30分～4時30分【会場】上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)【対象】区内在住・在勤・在学の方【定員】20名【参加費】500円【申込み】往復ハガキ(2面ハガキ記入例参照、1人1通、1プログラム2名まで連記可)に、生年月日・希望するプログラム番号(①～③)と以前受けた方はその日も書いて、7月21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。申し込み多数の場合は、抽選【問合せ】同センター☎3390-5707

7～9月の各種教室

教室・講座名・内容/講師(定員)	開催日・時間	材料費等	申込締切
●永福和泉地区区民センター			
トレーニング相談・機器使用方法、トレーニングメニューについて/小島敬子(金曜日)・山崎妙子(日曜日・祝日) (講習修了証保持者対象・参加自由)	8月10日、9月7日 午後6時～8時 7月20日、8月19日、 9月16日 午後2時～4時	無料	—
●高円寺地区区民センター			
夏休み手作り教室・ビーズアクセサリー～ビーズでプレスレット・ストラップを作ります/標智子 (小学生対象・20)	8月2日 午前	500円	7月20日
夏休み手作り教室・紙すき～牛乳パックや色画用紙で八ガキや名刺を作ります/大橋とも子 (小学生対象・20)	8月2日 午後	無料	7月20日
夏休み手作り教室・むかしのおもちゃ～わりばしからスリコギトンなどを作ろう/戸張嘉夫 (小学生対象・低学年は大人同伴・20)	8月3日 午前	20円 (保険料)	7月20日
HIP HOPダンス～たのしく元気よくおどろろ/阿部晴子 (40)	8月11・25日、9月1・8・ 15日 午後7時～9時	100円(保険料5回分)	7月28日
●阿佐谷地区区民センター			
土ようえほんとおはなしの会 (参加自由)	7月21日、8月4日 午後2時～3時	無料	—
●梅里区民集会所			
夏休み親子絵手紙～夏休みの思い出を貝がらに残そう/目次紀子 (小学生対象・30)	8月23日 午後	200円	7月31日
●荻窪地区区民センター			
おもちゃの病院～こわれたおもちゃを修理します/中村昭・石郷岡智之 (参加自由)	8月12日 午後2時～4時 (3時30分受付終了)	無料	—
旅行が10倍楽しくなるイタリア語会話～必ず役に立つイタリア語エピソードをまじえて/声楽家・須崎木の実 (40)	8月25日、9月1・8・15日 午後	50円 (資料代)	7月31日
●西荻地区区民センター			
面接のコツ、教えます(27日=受験・就職面接を成功させるには、28日=学校・職場での人間関係のコツ/笹倉ミチ子 (小学校高学年～一般成人対象・30)	8月27・28日 午前	無料	7月30日
はじめての方の粘土工芸/粘土を使ってストロベリー・キャンドルリースを作ります/渡辺道子 (20)	8月30日、9月6・13日 午後	4000円	7月30日
基礎からのハングル講座～韓国女性講師による楽しいハングル入門講座です/許鈴(ホウ・リョン) (30)	9月6・13・20・27日、10月4・18・25日、11月1・8・15日 午前	無料	7月30日
●井草地区区民センター			
初心者家族ボウリング教室～初めての方は基礎から学べます。経験のある方も友人や家族と参加しませんか/植山暁生(会場=荻窪ユアポウル) (40)	8月3・10・17・24日 午前	毎回300円 (貸靴)80円 (保険料)	7月22日
初心者ティーボール教室～だれにでも安全で楽しいベースボール型の生涯スポーツをしませんか/平井俊彦(会場=井荻中学校グラウンド) (25)	8月6・13・20・27日 午前	80円 (保険料)	7月22日
おもちゃの病院～こわれたおもちゃを修理します/松尾達也ほか (参加自由)	7月14日・28日 午後 (3時受付終了)	無料	—
●高井戸地区区民センター			
趣味の写真教室～趣味の写真にちょっとしたワンポイント・アドバイスを/坂口晃生 (25)	9月4・18日、10月2・16日 午前	500円	7月25日
海の塩は生命のメシア～塩とミネラルの不思議・生命のかかわり/中村陽子 (35)	9月11・25日 午後	無料	7月25日

(注)1.1回約2時間。時間はおおむね、午前は10時、午後は1時30分から。2. は、実費がかかる場合があります。



このコーナーでは、各地域の集会施設運営協議会が企画した講座や、委員の皆さんが取材したまちの話題を中心に、地域の情報をお届けします。

●7～9月の各種教室
各地域区民センターと各区民集会所では、7～9月の各種教室を左表のとおり開きます。参加費は無料(材料費や傷害保険料は自己負担)です。
申し込みは、往復八ガキ(2面八ガキ記入例参照)で、表中の各締切日(必着)までに該当の施設へ。申し込み多数の場合は、抽選。
問い合わせも、該当の施設へ。
託児があります。

永福和泉地区区民センター
夏だ！ワッショイ！
センターまつり
暑さ忘れて遊びにおいてよ！
【日時】7月21日(土)午後1時～5時、22日(日)午前10時～午後3時30分(雨天決行)【内容】登録団体展示発表、オープニングアトラクション・エイサー(沖縄太鼓)・明治大学マンドリンコンサート、和泉小学校五年生児童画展、おはなし会、包丁とぎ、まな板削り、郵便局・水道局コーナー、リサイクル本、模擬店など
希望者は、直接会場へ。
トレーニング室・図書コーナーは、21日は午後5時、22日は午後3時30分まで使えます。

かがく教室
①調べてみようオヤツのなかみ
甘さや塩分をはかってみよう。
【日時】7月24日(火)午後1時30分～3時30分【講師】消費者センター職員(定員)二四名【参加費】無料

下高井戸 区民集会所
土曜日の音楽会
ヴァイオリンとソプラノの饗宴
【日時】7月21日(土)午後6時開演【出演】ヴァイオリン=北門郁子/声楽=黒木あすか/ピアノ=前田勝則・谷合千文【定員】八〇名【参加費】無料
希望者は、直接会場へ。
12月以降の出演者募集中。

高井戸ちびっ子ほんおどり大会
【日時】8月1日(水)・2日(木)午後6時～8時30分(雨天の場合は3日(金)【参加費】無料
希望者は、直接会場へ。

科学あそび
ジュースの色って何のいろ？
食べ物の着色料を調べてみましょう。
【日時】8月22日(水)午後1時30分～3時30分【対象】小学生【定員】三〇名(先着順)
申し込みは、7月20日から図書室カウンターで受け付けます。

②きれいなほのお！
ふしぎなローソク
「わたしのローソク」を作ります。ほのおの色はヒミツ！
【日時】7月31日(火)午後1時30分～3時30分【講師】中村将行さん【定員】二四名【参加費】無料
①・②とも希望者は、直接会場へ。
カントリーダンス 入門教室
ウエスタン音楽にのって、いい汗流してみませんか。ジーンズでご参加ください。
【日時】8月25日、9月

梅里 区民集会所
夏まつり・盆おどり大会
みんなで輪になっておどります。やきそば、コーヒーなどおいしい模擬店もあります。
【日時】8月18日(土)午後6時30分～9時、19日(日)午後6時30分～8時30分【会場】梅里中央公園(梅里234 20)
希望者は、直接会場へ。
高井戸 地区区民センター
おはなしひろばスペース
こわーいおはなし！
【日時】8月25日(土)午後

おまわりさんと一緒に
おいも掘り

カメラでこんにちは
高井戸警察署宮前駐在所のおまわりさんの発案で宮前保育園の子どもたちが、ジャガイモ掘りに挑戦しました。あこがれのおまわりさんと一緒に子どもたちは大喜び。「大きいおいも見つけたよ」「ここにもあるよ」顔までどろんこになって、たくさんのジャガイモが掘れました。
6月28日、写す。

●情報をお寄せください/区内の楽しい催しや光景をお待ちしています。
●写っている方/希望者には写真を差し上げます。広報課まで連絡を

国内最古級の土器
銅鐸などが初公開され
ると、考古学ファンが大
勢押し掛ける様子がテレ
ビニュースで放送され
る。そんな様子を見ると
ファンならずとも興味を
そそられるものがある。

長年杉並区に住んでい
ながら、地域の歴史を知
らないのもどつかと思
い、区内にどんな遺跡・
遺物があるか調べてみ
た。区の文化財係で作成
した「杉並区史跡散歩地
図」で所在地を確認し、
『杉並区史』から拾い出
した。区内の遺跡を、時
代別に追ってみよう。

旧石器時代

善福寺川流域には川南
遺跡があり、神田川流域
には高井戸東遺跡があ
る。昭和51年、高井戸駅近
くの高井戸東3丁目の地
に清掃工場が建設される
ことになり、工事開始前
にその用地内所在の古代
遺跡の調査が行われた。

出土した局部磨製石斧
は、今のところ日本最古
(約二万七千年前)の石
器群の一つとして注目を
浴びている。従って、杉
並区内に縄文土器文化以
前の人類が住んでいたこ
とが明らかになった。

縄文時代

杉並区は、武蔵野台地
の中央部に位置し、区内
には妙正寺、桃園、善福
寺、神田の四小河川の水

源および湧泉を伴った小池
がある。飲料水を地表水
に依存した縄文文化人に
は、この小河川流域の陽
当たりの良い台の上は絶好
の居住地であったと考え
られる。

縄文文化前期末から中
期にかけての出土品は急
激に増加した。善福寺川
右岸熊野神社の境内、和
田堀公園、神田上水左岸
久我山4丁目立教女学院
図書館付近では土器片が
かなり出土している。下
高井戸5丁目塚山遺跡で



杉並の遺跡と遺物

は、日本でも数少ない大
環状集落があつて、一〇
〇以上の竪穴住居群が
埋没しているものと推定
されている。

昭和8年に渋谷と吉祥
寺を結ぶ井の頭線の開通
をみた。この新線工事に
伴い、宅地造成工事が行
われ、縄文文化後期の土
器片、石器などが出土し
た。

弥生時代

代表的な遺跡として、

23区内では初めて発見さ
れた方形周溝墓が和田堀
公園大宮遺跡にある。こ
の時代は、北部の妙正寺
川流域および善福寺池周
辺で遺物が散在的に採集
されているだけである。

古墳時代

遺跡数の少ない弥生時
代に比べ、この時代は大
規模集落として各地で発
見されている。区内北部
の妙正寺池周辺、善福寺
川流域では主に中流域、
神田川流域では中流域お
よび善福寺川と合流する
地域に散在している。

これらの遺跡は、比較
的ゆるやかな台地上に何
十基という住居跡が重な
り合つて発見されており、
このころから狩猟採
集の移動経済社会から脱
皮し、集落として定着し
たものと思われる。四世
紀から六世紀にかけて
は、丘陵先端部、台地上
に支配者層の象徴として
巨大な高塚(墓)が築造
された。

土器は、「土師器」と呼
ばれる土器が焼かれるよ
うになった。弥生式土器
と比べ用途・目的に応じ
様々な機種・器形の有用
的な土器が焼かれるよう
になり、甕、鉢、埴器
台などが作られている。
文様も無く画一化された
もので、はじめて個人個
人の器が出土した。

(高井戸地域区民センター
— 広報部)

「象鼻盃」

地域の人々とはじまった古代中国の遊び

甲州街道・井の頭
通りを南
北に結んだ荒玉水道道路
を約四〇〇メートル下る
と神田橋際に下高井戸区
民集会所があり、この脇
を折れると一〇〇メート
ル奥に、区立向陽中学校
(下高井戸3-24-1)
がある。この校庭の西、
遊歩道のフェンスに沿つ
て、四季折々の草花を楽
しめる万葉植物園がある
(日本五大万葉園のひとつ
と数えられている)。

元向陽中学校長・高橋
光安氏をはじめとする当
時の職員、PTA、地域
住民の方々とともに、
瓦礫の撤去、草むしりな
どの土壌を整備して作り
上げた。

植物園は、その
名のとおり、わ
が国最古のものとなる
万葉集に詠まれている植
物一六四種類のうち、一
六〇種余りをここで見る
ことができる。

園内、北隅の水槽で育
てられているハス(大賀
ハスときく)を使って、
古代中国の遊び(象鼻盃)
を楽しむという会を、万
葉植物同好会が毎年8月
に行っている。



ハスの茎を通して酒を飲む

この遊びとは、中
国古代
王侯貴族が行っていたと
いうもので、ハスの長い
茎を象の鼻に見立て、空
洞になっている茎を通し
て酒を飲むと、不老長寿
の効能があり、樹液に仙
薬効果や邪気払いをして
くれると信じられていた
ようだ。

でも、万葉の時
代に荷葉盃(か
がね)の撤去、草むしりな
どの土壌を整備して作り
上げた。

日本
よって、かもし
だす音(ね)の
なかに季節を感じさせて
くれる江戸の風情、水琴
窟(すいきんくつ)もこ
の植物園にはある。

これは地中に伏瓶(ふ
たびら)だろ

問合わせは、万葉の会・野辺 ☎3312-256
3へ。(方南・和泉地域集会所施設運営協議会広報部)



このハスを使って優雅な遊びを
ハスの葉へ
酒を注ぎ、
ゆっくりと
流れ出てく
る酒を吸う
ように飲
む。樹液を
含んだ酒は
やや苦味が

ひさかたの
雨も降らぬか蓬葉(はらすげ)に
たまれる水の
玉に似(に)たるを見む

地域区民センター・区民集会所一覧

永福和泉地域区民センター ☎5300-9411 〒168-0063 和泉3-8-18 ☎第2・第4水曜日、15日	下高井戸区民集会所 ☎5374-6192 〒168-0073 下高井戸3-26-1 ☎第3水曜日	梅里区民集会所 ☎3317-3310 〒166-0011 梅里2-34-20 ☎第1・第3火曜日	井草地域区民センター ☎3301-7720 〒167-0022 下井草5-7-22 ☎第1・第3木曜日、第3木曜日の前日
方南区民集会所 ☎3322-4225 〒168-0062 方南1-27-8 ☎第1・第3水曜日	高円寺地域区民センター(セシオン杉並) ☎3317-6611 〒166-0011 梅里1-22-32 ☎第2・第4木曜日、第2木曜日の前日	荻窪地域区民センター ☎3398-9125 〒167-0051 荻窪2-34-20 ☎第2・第4月曜日、20日	四宮区民集会所 ☎3395-5085 〒167-0023 上井草2-28-13 ☎第2・第4火曜日
	和田区民集会所 ☎5340-6272 〒166-0012 和田2-31-21 ☎第1・第3月曜日	本天沼区民集会所 ☎5310-4633 〒167-0031 本天沼2-12-10 ☎第1・第3月曜日	八成区民集会所 ☎3394-0989 〒167-0021 井草1-3-2 ☎第2水曜日
	阿佐谷地域区民センター ☎3314-7211 〒166-0004 阿佐谷南1-47-17 ☎第2・第4火曜日、第3水曜日	西荻地域区民センター ☎3301-0811 〒167-0034 桃井4-3-2 ☎第2・第4水曜日、10日	高井戸地域区民センター ☎3331-7841 〒168-0072 高井戸東3-7-5 ☎第1・第3月曜日、20日
		西荻南区民集会所 ☎3335-5444 〒167-0053 西荻南3-5-23 ☎第2月曜日	上高井戸区民集会所 ☎3329-0605 〒168-0074 上高井戸1-15-5 ☎第2・第4月曜日

Hello! SUGINAMI

Published by: Sugunami City Office, Editing: Public Relations Section, Address: 1-15-1 Asagayaminami, Sugunami-ku, Tokyo 166-8570.
Tel: 3312-2111 (main switchboard), Fax: 3312-9911 (direct line for Public Relations Section) (Please make inquiries in Japanese.) <http://www.city.sugunami.tokyo.jp/>

This page provides information about the city in English for foreign residents living in Sugunami City and appears regularly on page 8 of this bulletin, published on the 11th day of odd-numbered months. The articles here were previously published in the Japanese version 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(奇数月の11日号8ページに掲載)。なお、日本語版をご希望の方は、広報課へ。

Seeking Members for “Shiruku (to know Sugunami) Road” Explorers 2001

• What is the “Shiruku Road”?

The “Shiruku Road” — “Shiru” means know or learn and “ku” means ward — is a walking path that winds around the city in two circles, for a total of 36 kilometers. It was established so that residents could learn more about Sugunami City while enjoying a leisurely stroll. Hopefully, becoming more familiar with the city they live in will also prove to be useful in the case of an emergency as well as for urban planning.

• Shiruku Road Explorers

There are annual events held every summer. Anyone who applies can become a Shiruku Road Explorer. Simply walk whenever and wherever you like, and submit an “Expedition Report” with your thoughts and discoveries. Reports will be included in *Sugimaru Magazine 13*, which is scheduled for publication next spring.

The following events have been planned for this summer. Why not share in the fun of the Shiruku

Explore! Sugimaru World 4 — August 5 to 26

With the theme of “water,” this is a stamp rally that focuses on pools and public baths in the city.

Discover the Legend of the Time Capsule! — August 12 (Sun.)

The time capsule that was planted at the Shiruku Road resting area (Toki-no-Oasis) in 1991 will be unearthed.

Shiruku Road Day (An original Sugunami City outdoor card-exchanging game) — August 12 (Sun.)

Let’s play a game with fellow Explorers using the center circular route of Shiruku Road.

My Photo of My Town

Snap a photo of a spot on the Shiruku Road or your favorite route! Everyone’s photos will be put on exhibit.

Road Explorers?

To Apply: Write your postal code, address, name, age and telephone number on a postcard and send it to the Design and Development Section. Applications can also be done by telephone.

Those who apply will receive the 2001 edition of the *Shiruku Road Explorer Handbook*, an “Explorer Map” and *Explorer Newsletter*.

Membership Fee: Free of charge

Inquiries: The Headquarters of Shiruku Road Explorers (Design and Development Section)

Here’s the exploration route!



- ① Seibu-Shinjuku Line
- ② West circular route
- ③ JR Chuo Line
- ④ Center circular route
- ⑤ East circular route
- ⑥ Inokashira Line
- ⑦ Keio Line

National Health Insurance Premium Adjustment Notification/Statements Will Be Sent

Since the Resident’s Tax for FY2001, which is the basis for the final assessment of the year’s insurance premiums, was determined as of June, the City Office is sending out the insurance premium adjustment notification and premium statement on July 16. The premium statements being sent include those for monthly installments from July through September and premium statements for lump-sum payments for premiums from July for the rest of the fiscal year. (If you pay for insurance premiums by automatic bank transfer, you will only receive the notification form.)

If your Resident’s Tax has not been determined as of June 29, or if you have not filed a tax report for income earned during 2000, you will only receive a notification form of the per capita rate. For more details, please read the “National Health Insurance Bulletin” (in English) enclosed with the notification.

Don’t Forget to Enroll!

The National Health Insurance program is a mutual aid system to cover necessary expenses for illness or injury. Everyone who is a registered resident of Sugunami City and foreign residents who have a visa to live in Japan for one year or longer must enroll in the Sugunami City National Health Insurance program (unless they are members of another public health insurance program such as Employee’s Health Insurance or receive public assistance).

If you withdraw from the Employee’s Health Insurance of your place of employment or if you move into Sugunami City, you must enroll in the Sugunami City National Health Insurance program within 14 days of doing so. Please note that if you are late in applying for enrollment, you will be charged for premiums dating back to your date of eligibility.

For more information, please call the Qualification Assessment Subsection (in Japanese).

Events Calendar (August to September)

Association for Culture and Exchange of Sugunami (ACES)

ACES organizes various fun events in which foreign residents can participate and make friends with Japanese and other foreign residents. Everyone is invited to participate.

Home Visit

Date and Time: August 5 (Sun.)

Location: The homes of Japanese families

Program: Experience Japanese culture and family lifestyles by visiting Japanese families.

Fee: Free

International Exchange Bus Trip

Deepen friendly ties through an autumn day bus trip.

Dates: First Trip — September 8 (Sat.)

Second Trip — October 20 (Sat.)

Location: Sugunami Shizenmura (Sugunami Nature Village) in Agatsuma, Gunma Prefecture

Eligibility: Anyone who lives, works or studies in Sugunami City

Capacity: For each trip — 38 people (19 foreign residents and 19 Japanese)

Participation Fee: ¥3,000

International Exchange Salon

The International Exchange 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), 1:30 to 4:30 p.m.

Place: ACES 5F, International Exchange Floor (Minami-Asagaya Building 5F)

Fee: Free

Other: Food and drinks are permitted at the International Exchange Salon. Please note that political, religious or for-profit activities are prohibited. The Salon is also open to the public one evening a month, so please feel free to stop by. (Please call for more information as to the date and hours.)

ACES Counseling Services for Foreign Residents

The Association for Culture and Exchange of Sugunami offers free counseling on difficulties encountered in everyday life.

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

Place: ACES

Languages: Japanese and English — Fridays

Chinese — 2nd and 4th Friday

Korean — 3rd and 4th Friday

How to Apply: Stop by in person, telephone, or by letter (mail or fax)

Fee: Free

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