

区からのお知らせ

SUGINAMI INFORMATION

保険・年金

年金受給者の8年分扶養親族等申告書の提出

老齢年金は、その年に支払いを受ける年金額が、64歳以下で155万円以上または65歳以上で205万円以上の場合、所得税の課税対象となり、各支払月に支払われる年金（障害年金・遺族年金を除く）から源泉徴収されます。

上記の場合に障害者控除・配偶者控除・扶養控除などの各種控除を受けるには、日本年金機構が9月から順次発送している「令和8年分 公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を提出する必要があります。なお、マイナポータルとねんきんネットを連携している方は、スマートフォン・パソコンから電子申請が可能です。

☎扶養親族等申告書お問い合わせ ☎0570-081-240 (050から始まる電話は ☎6837-9932)

施設情報

区立体育施設の高齢者減額利用者証利用時間の拡大

10月1日から区立温水プール・トレーニングルームで、高齢者減額利用者証を終日利用できるようになります。新規発行を希望の方は、本人確認書類を対象施設の窓口へ持参してください。詳細は、区[HP]をご覧ください。

☎スポーツ振興課施設管理係

区立ドッグラン広場利用時間の変更

広場内の十分な明るさを確保できないため、安全面を考慮して10月1日から日没時間を踏まえた閉場時間に変更します。

🕒午前7時～午後5時（4・5・8月は6時まで。6・7月は7時まで。11・12月は4時まで） ☎杉並保健所生活衛生課管理係 ☎3391-1991

図書館の臨時休館

特別整理（蔵書点検）・工事を行うため、下表のとおり臨時休館します。臨時休館中、当該図書館の本などは通常通り予約できますが、貸し出しまでに時間がかかる場合があります。

図書館	休館期間
南荻窪 ☎3335-7377	10月1日(水)～8年2月2日(月)
西荻 ☎3301-1670	10月6日(月)～9日(木)
今川 ☎3394-0431	10月20日(月)～23日(木)
阿佐谷 ☎5373-1811	10月27日(月)～31日(金)

☎各図書館

採用情報

※詳細は、区[HP]参照。

会計年度任用職員（短時間・障害者採用）

☑事務補助・軽作業 ▶ **勤務期間**=12月1日～8年3月31日 ▶ **勤務時間**=週5日。原則、月～金曜日の午前9時～午後4時のうち実働6時間 ▶ **勤務場所**=区役所・区内出先事業所 ▶ **募集人数**=若干名 ▶ **報酬**=時給1350円 ☎申込書類（人事課人事係〈区役所東棟5階〉・障害者施設支援課〈中棟2階〉で配布。区[HP]同案内からも入手可）を、同係へ郵送・持参。または申し込みフォーム（区[HP]同案内参照）から申し込み / **申込期限**=10月8日 ☎同係

特別区立幼稚園臨時的任用教員採用候補者

☑**勤務場所**=東京23区の区立幼稚園ほか（大田区・足立区を除く） ☎特別区人事・厚生事務組合[HP]から申し込み ☎同組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当 ☎5210-9751



区以外の求人

地域包括支援センター（ケア24堀ノ内） 常勤職員

☑高齢者に対する総合相談、介護予防プラン作成ほか ▶ **勤務日時**=月～金曜日午前8時30分～午後5時30分または午前10時～午後7時のうち実働8時間、土曜日午前9時～午後1時（交代制） / いずれも祝日を除

く ▶ **勤務場所**=ケア24堀ノ内（堀ノ内1-6-6） ▶ **募集人数**=1名 ☎☎電話で、松永会 ☎5305-7330

相談

住民税（特別区民税・都民税・森林環境税）夜間電話相談

🕒9月30日(火)午後5時～8時 ☎杉並区納付センター ☎3311-1316

不動産総合相談会

調査・売買・登記など、不動産に関する問題に区内の関係団体の専門家が答えます。

🕒10月3日(金)午前10時～午後4時 ☎区役所1階ロビー ☎東京土地家屋調査士会 ☎3392-5640、東京都宅建物取引業協会 ☎6407-9152、東京司法書士会 ☎3395-0311 ☎関係資料がある場合は持参

その他

住民基本台帳の閲覧状況の公表

4～6月の住民基本台帳法に基づく住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表しています。

◆住民基本台帳の一部の写しの閲覧とは

住民基本台帳に記録されている項目のうち、氏名・住所・生年月日・性別の4項目を閲覧するものです。閲覧申請が認められた場合、必要最小限の範囲で前述4項目の閲覧が可能となります。

◆閲覧が認められる理由

原則、以下の理由以外認められません。

- ・官公庁が職務として請求する場合
- ・公益性の高い調査研究に利用する場合
- ・公共的団体が公益性の高い活動に利用する場合

※閲覧の際は区職員が立ち会います。

☎区民課住民記録係

特別養護老人ホーム「エクレシア南伊豆」個別入居相談窓口

入居を希望する方を対象に、個別入居相談窓口を開設します。施設や入居者が参加したイベントの様子分かるパネル展示も行います。入居を検討中の方もお気軽にお立ち寄りください。

🕒10月9日(木)・10日(金)午前10時～正午・午後1時～4時 ☎区役所1階ロビー ☎高齢者施策課施設整備推進係

10月の各種健康相談 いずれも予約制。申し込み・問い合わせは、各保健センターへ。

保健センター名	赤ちゃん計測相談		平日母親学級		平日パパママ学級	離乳食講習会	0歳からの 歯みがき・歯科健診 (乳幼児歯科相談)			歯みがき デビュー教室	栄養・食生活 相談	ものわすれ相談	心の健康相談			
荻窪 (荻窪5-20-1) ☎3391-0015	16日(木)	計測は1歳の誕生日まで（荻窪保健センターは7カ月になる月まで）。 時間はお問い合わせください。 週数制限なし。初産の方優先。	1日(水) 8日(水)	時間はお問い合わせください。 母子健康手帳持参。	20日(月) 午後1時30分	22日(水)	午前 10日(金) 24日(金)	午前11時～午後1時20分 0～5歳の子ども 午後1時25分～午後2時35分	23日(木)	上の前歯が生えた生後8カ月～1歳3カ月の子ども 午後1時15分～2時25分	10日(金)	午前9時～正午	31日(金) 午後1時30分 7日(火) 午後1時45分 15日(水) 午後2時15分			
高井戸 (高井戸東3-20-3) ☎3334-4304	6日(月)		9日(木) 16日(木)		－	7日(火)	午前 6日(月) 20日(月)				午後 10日(金)		24日(金)	20日(月)	24日(金) 午前9時30分	2日(木) 17日(金) 午後1時30分
高円寺 (高円寺南3-24-15) ☎3311-0116	14日(火)		－		－	8日(水) 17日(金) (17日は生後9カ月ごろから)	午前 21日(火)				午後 2日(木)		16日(木)	21日(火)	9日(木) 午後2時	23日(木) 午後2時30分 29日(水) 午後2時00分
上井草 (上井草3-8-19) ☎3394-1212	22日(水)		－		－	23日(木)	午前 22日(水)				午後 8日(水)		－	－	21日(火) 午後1時30分	9日(木) 午前9時30分
和泉 (和泉4-50-6) ☎3313-9331	9日(木)		21日(火) 28日(火)		－	16日(木)	午前 9日(木)				午後 22日(水)		15日(水)	－	16日(木) 午後2時	7日(火) 午後1時30分

※杉並区に転入し、妊婦・乳幼児健診受診票、予防接種受診票が必要な方は、各保健センターまたは地域子育て支援課母子保健係（区役所東棟3階）へ。会場は狭いためベビーカーで回ることができません。ベビーカーにチェーン錠をつけるなど各自でご注意ください。間違い電話が多くなっています。掛け間違いのないようご注意ください。

令和7年度杉並区定額減税 補足給付金（不足額給付）の 申請はお済みですか？

6年度に実施した定額減税に伴う当初調整給付額に不足が生じた方などに対して、不足額を支給しています。詳細は、特設HP（右2次元コード）をご覧ください。



〒166-8570 阿佐谷南1-15-1 杉並区物価高騰対策支援給付金コールセンター ☎0120-378-233（午前8時30分～午後5時15分〈土・日曜日、祝日を除く〉）

対象者

- 7年1月1日現在、杉並区に住民登録があり、次に該当する方
- ・当初調整給付に不足が生じた方（不足額給付1）
 - ・事業専従者、合計所得が48万円超の非課税者などのうち、支給要件に該当する方（不足額給付2）

手続き

確認書が届いた方（7月24日に発送済）＝必要書類の提出が必要 ▶ 6年中に区内に転入した方＝申請手続きが必要

申請期限

10月31日（消印有効）

あなたの回答が日本の未来をつくる

国勢調査にご協力をお願いします

国内の人口・世帯の実態を把握し、生活環境改善・防災計画などの施策の基礎資料を得るために、統計法に基づいて実施される国の最も重要な統計調査です。地域の特性に合った行政を運営する上で重要な役割を担っています。ご協力をお願いします。

対象 日本に住む全ての人と世帯

調査票の配布 9月20日～30日に調査員が各世帯へ^{とうかん}投函

内調査基準日＝10月1日 ▶ 調査事項＝世帯員の数・住居の種類・男女の別・出生の年月・就業状態ほか ▶ 回答方法＝配布書類に記載の回答フォームから回答。または専用封筒で郵送／回答期限＝10月8日 図調査全般＝総務省国勢調査コンタクトセンター ☎0570-02-5901（IP電話は ☎6628-2258 〈いずれも9月16日～11月7日午前9時～午後9時〉） ▶ その他＝杉並区国勢調査コールセンター ☎6631-4668（9月20日～10月19日午前9時～午後5時）、区民生活部管理課統計係

国勢調査 2025

調査を装った不審な訪問・電話などにご注意ください

国勢調査では、金銭の要求、銀行口座・クレジットカードの暗証番号の確認などは行いません。また、調査員は常に顔写真付きの調査員証を携帯しています。不審に思ったときは回答せず、コールセンターや杉並区振り込め詐欺被害ゼロダイヤル ☎5307-0800 などにご相談ください。



急病診療のご案内

必ず事前に電話で相談し、健康保険の資格情報が分かるもの（マイナ保険証など）・医療証を持参してください。未成年者の受診は、原則保護者などが付き添いをお願いします。

機関	診療科目	月～金曜日	土曜日	日曜日	祝日
休日等夜間急病診療所 (杉並保健所内) ☎3391-1599	小児科	午後7時30分～ 10時30分	午後5時～10時	午前9時～午後10時	
	内科・耳鼻咽喉科	－			
		外科	－		午前9時～午後5時
急病診療医療機関 (当番医)の案内は ☎#7399 (または☎5347-2252)	内科・小児科				
歯科保健医療センター (杉並保健所内) ☎3398-5666	歯科				
東京衛生 アドベンチスト病院 (天沼3-17-3) ☎3392-6151	小児科	午後1時～11時	午前9時～午後5時		－
杏林大学医学部付属 杉並病院 (和田2-25-1) ☎3383-1281		24時間受け付け			

医療機関案内・急病相談

医療情報ネット ナビイ（右2次元コード）からも検索ができます。



機関	月～金曜日	土・日曜日、祝日	対応
杉並区急病医療 情報センター ☎#7399 （または ☎5347-2252）	午後8時～翌午前9時	午前9時～翌午前9時	相談員
東京都医療機関 案内サービス （ひまわり） ☎5272-0303	案内＝24時間受け付け		コンピューターでの自動応答
	相談＝午前9時～午後8時	－	相談員
東京消防庁 救急相談センター ☎#7119 （または ☎3212-2323）	24時間受け付け		相談医療チーム
子供の健康相談室 （小児救急相談） ☎#8000 （または ☎5285-8898）	午後6時～翌午前8時	24時間受け付け	看護師・保健師・医師

※受け付けは終了30分前（歯科保健医療センターは1時間前）まで。受診前に各施設または医療機関へお問い合わせください。

杉並区特定不妊治療費（先進医療）の助成

東京都特定不妊治療費（先進医療）助成事業の承認決定を受けている夫婦（事実婚を含む）に対して、保険適用の特定不妊治療と共に実施された先進医療に係る医療費の一部を、都に上乗せして助成しています。詳細は、[区HP](#)（右2次元コード）をご覧ください。



助成内容 先進医療に係る医療費の自己負担額から東京都特定不妊治療費（先進医療）助成事業の助成額を差し引いた実費額の2分の1／上限3万5千円

助成回数 都に準じる

対象者 夫婦（事実婚を含む）またはその一方が次の要件に該当する方

- ・東京都特定不妊治療費（先進医療）助成事業の承認決定を1年以内に受けている
- ・区の助成申請時点で区に住民登録がある
- ・他の区市町村から同一の特定不妊治療に対し同種の助成を受けていない

申請方法 必要書類を、都の決定通知書の発行日から1年以内に保健センターへ持参・郵送。または申し込みフォーム（[区HP](#)参照）から申し込み



閼杉並保健所健康推進課 ☎3391-1355 ▶ **都の助成**=都福祉局子供・子育て支援部家庭支援課母子医療助成担当 ☎5320-4362

長引いた 咳に結核 疑って 早い受診につなげよう

9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

咳・たんなどの呼吸器症状が2週間以上続いたときは、早めに医療機関を受診しましょう。

結核ってどんな病気？

結核菌を肺に吸い込むことで起こる感染症です。感染しても全ての人が発病するわけではなく、通常は免疫により結核菌の増殖を抑え込みますが、高齢などの理由により、免疫力が低下すると発病します。

結核をはじめとする呼吸器感染症を防ぐために

結核は過去の病気だと思われがちですが、6年には国内で約1万人が発病し、約1500人が死亡した日本の重大な感染症です。6年の新規患者数は、都内で約1200人、区内では40人でした。結核の重症化を予防するために、生後5～8カ月に予防接種（BCG）を受けましょう。

結核に加え、新型コロナウイルス感染症をはじめとした呼吸器感染症の脅威が再認識されています。感染を防ぐためには、マスク着用などの咳エチケット・手洗い・換気などの基本的な感染対策が重要です。

こんなときはすぐに受診してください

初期症状は咳・たん・発熱など風邪に似ています。このような症状が2週間以上続いたときは、呼吸器科のある医療機関を受診しましょう。

早期発見のために

年1回は学校・職場の健診、特に65歳以上の方は区民健診などで胸部エックス線検査を受け、検査の結果が「要精密検査」だったときは、放置せず早めに受診しましょう。早期発見は、重症化を防ぐだけでなく、家族・周囲の人への感染を防ぐためにも重要です。

また、高齢になるほど咳・たんなどの症状が出にくくなり、受診・診断が遅れてしまうことがあるため、健診で早期発見することが重要です。

閼杉並保健所保健予防課感染症係 ☎3391-1025

あなたの力を地域の学校運営に生かしてみませんか

学校運営協議会委員の募集

学校運営協議会は、全区立学校に設置され、学校長・地域住民・保護者などが委員となって学校運営に参画しています。地域に開かれ、信頼される学校づくりの実現に向けて、公募委員を募集します。詳細は、[区HP](#)（右2次元コード）をご覧ください。



☎8年1月から学校運営協議会に出席（月1回程度）ほか ▶ **募集校・人数**=桃井第一小学校（桃井2-6-1）=3名／阿佐ヶ谷中学校（阿佐谷南1-17-3）=2名 ▶ **報酬**=協議会への出席1日につき4000円 ▶ **任期**=2年 ▶ **申込書類**（学校支援課〈区役所東棟6階〉・募集校で配布。[区HP](#)からも入手可）を、10月15日までに同課 ✉gakko-sien@city.suginami.lg.jpへ郵送・Eメール・持参 閼学校支援課学校支援係



「学校運営協議会委員」紹介動画をYouTube杉並区公式チャンネルで公開しています。



予防接種のお知らせ

以下の予防接種を実施します。
接種場所などの詳細は、区HPをご覧ください。



高齢者予防接種（高齢者インフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス感染症予防接種）

65歳以上の方などを対象に、高齢者インフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス感染症予防接種の予診票を9月末に発送します（新型コロナは期間中に65歳に達する方〈昭和36年1月2日～4月1日生まれの方〉へ、順次予診票を発送）。

接種期間=インフルエンザ=10月1日(水)～8年1月31日(土)▶新型コロナ=10月1日(水)～8年3月31日(火)▶**自己負担額**=各2500円（生活保護・中国残留邦人等の支援給付を受給中の方は費用免除あり）▶**対象者**=接種日時点で区内在住で①②のいずれかに該当する方①65歳以上（昭和36年1月1日〈インフルエンザ〉・4月1日〈新型コロナ〉以前生まれ）②60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害のある身体障害者手帳1級相当（新たに②に該当し接種を希望する方は、10月以降に障害者施策課障害福祉サービス係〈区役所東棟1階〉・保健センターへ身体障害者手帳・医師の証明などを持参し予診票を受け取ってください）**図**杉並保健所保健予防課保健予防係☎3391-1025、保健センター（荻窪☎3391-0015／高井戸☎3334-4304／高円寺☎3311-0116／上井草☎3394-1212／和泉☎3313-9331）**他**1人1回まで



▲高齢者インフルエンザ
予防接種



▲新型コロナ
予防接種

小児インフルエンザ予防接種

生後6カ月～12歳の子どもを対象に、インフルエンザ予防接種（①注射②経鼻）の一部費用を助成します。

接種期間=10月1日(水)～8年1月31日(土)▶**対象者**=区内在住で①生後6カ月～②2歳～12歳の子ども▶**助成額**=1回あたり上限①2000円（1人2回まで）②4000円（1人1回まで）▶**接種方法**=区内契約医療機関（区HP参照）へ予約の上、母子健康手帳・乳幼児医療証などを持参し予診票を受け取ってください **図**杉並保健所保健予防課保健予防係☎3391-1025 **他**①②のいずれか一方のみ



▲小児インフルエンザ
予防接種

9～11月は杉並区健康づくり推進期間

9月はがん征圧月間

日本対がん協会では、9月をがん征圧月間として、がん検診の重要性やがんに関する正しい知識などの普及啓発に努めています。

無症状のうちにがんを見つけて対処するために、がん検診を受けましょう

がんは、無症状のうちに早期発見・治療することが大切です。区では、下表のとおりがん検診を行っています。定期的に受診をしましょう。詳細は、区HP（右2次元コード）をご覧ください。



区で実施しているがん検診

		受診対象（※）	費用 （自己負担額）	受診間隔
胃がん	胃部エックス線 検査	50歳以上の方	500円	毎年
	胃内視鏡検査		1000円	2年に1度
肺がん		40歳以上の方	500円 (65歳以上無料)	毎年
大腸がん			200円	
子宮頸がん		20歳以上の女性	500円	2年に1度
乳がん		40歳以上の女性		

※8年3月31日時点の年齢。



図杉並保健所健康推進課健診係☎3391-1015

がん治療の“お金”と生活との向き合い方～がんと共にいきいき生きる！

がん治療にかかるお金に関する情報、治療・仕事の両立の考え方や取り入れ方を専門家とがんサバイバーがお伝えします。

図10月18日(土)午前10時30分～11時30分 **場**オンラインで実施 **師**ファイナンシャルプランナー・石渡聡子、LGブレイクスルー代表取締役・古田智子 **対**区内在住・在勤・在学の方 **定**200名（申込順）**申**申し込みフォーム（右2次元コード）から申し込み **図**杉並保健所健康推進課☎3391-1355 **他**オンラインでも配信



がん予防講演会「がんと食について」

がんと食事について治療・予防のそれぞれの観点で、科学的根拠に基づいたお話をします。

時10月31日(金)午後2時～4時 **場**杉並保健所（荻窪5-20-1）**師**国立がん研究センター東病院栄養管理室長・須永将広 **定**40名（申込順）**申**図電話で、杉並保健所健康推進課栄養指導担当☎3391-1355。または申し込みフォーム（右2次元コード）から申し込み／**申込期限**=10月24日



がん患者と家族のための2日間プログラム「がんを知って歩む」

がん治療による生活への影響などについてグループで話し合い、がんとのかき合い方やこれからの生活の在り方を考えます。

時11月9日(日)・16日(日)午後1時30分～4時30分（計2回）**場**ウェルファーム杉並（天沼3-19-16）**師**NPO法人ホスピスケア研究会「がんを知って歩む会」スタッフ **対**がん患者とその家族 **定**25名（申込順）**申**電話・ファクス（12面記入例）に患者または家族、病名も書いて、杉並区医師会訪問看護ステーション。または申し込みフォーム（右2次元コード）から申し込み／**申込期間**=9月25日～10月31日 **図**同ステーション☎3391-0009☎3391-0090、在宅医療・生活支援センター☎5335-7317

