

広報 すぎなみ



●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/

平成16年 7 / 1 NO.1682

主な記事

エコシールが
地域に花を咲かせます..... 1面
情報公開・個人情報保護制度..... 2面
IT講習会..... 8面

特集号「用途地域等の変更」が別に折り込まれています。

〈発行日〉毎月1日・11日・21日

花咲く杉並 エコ・ボラ キャンペーン



エコシールの回収(イメージ図)

エコシールが 地域に花を咲かせます

エコシール事業を利用して子どもたちのボランティア活動を支援してみませんか。あなたが寄付したエコシールで地域を花いっぱいにしましょう。
問い合わせは、杉並区エコシール運営委員会事務局(生活経済課レジ袋削減担当)へ。

エコ・ボラ キャンペーンを 始めました

エコシール事業を活用して、6月21日から「花咲く杉並 エコ・ボラキャンペーン」を始めました。このキャンペーンでは、参加学校(若杉小、杉並第一小、大宮小、松ノ木小)単位でエコシールの団体収集を行います。また、参加校の児童・生徒はボランティア活動を行うと、アメリカン・エキスプレスから子どもたちに寄付金が送られる(財さわやか福祉財団の「ふれあいボランティアパスポート」にも取り組みます。ボランティア活動をとおして社会性や思いやりの心なども育みます。

参加団体を 募集しています

このキャンペーンに参加
エコ・ボラキャンペーン

エコシールの「寄付を する」ために、エコシールの 「寄付」をお願いします。

子どもたちの活動を支援するために、エコシールの「寄付」をお願いします。



エコシールとは...?

区内で約900店を超えるエコシール加盟店でおおむね200円以上の買い物をして、レジ袋を辞退すると1枚もらえます。これを25枚集めて台紙にはると、加盟店で100円の買い物券として利用できます。

毎年一回、この時期に行われている消防団の「消防操法大会」は見ごたえがあります。五人の選手が小さなポンプ車を操作して、いかに早く正確にそして整然と、目標となる「火」の的を倒すかを、杉並消防団は九分団、荻窪消防団は七分団の各チームで競うのです。先月行われた杉並消防団の大会では、初めて女性消防団員によるチームも出場しました。

都職員でプロの消防士である消防署とは異なり、消防団員はまちのボランティアです。普段はお店や会社で仕事をもちながら、あ



まちの 消防ボランティア

杉並区長
山田 宏



当などに当たるため、仕事の時間外に訓練を積んでいるのです。荻窪消防署には三三一人の消防士に対し、消防団員は二九八人女性四二人、杉並消防署には三五四

まな防災訓練への協力など、ま

るいは主婦として働きながら、自分たちのまちは自分たちで守ろう」という高い志をもって消防団へ入団し、消防署の指揮のもと火災時の消火活動やけが人の応急手

人の消防士に対し、消防団員は三五人(女性二人)で、ボランティアとはいえ消防団員の地域の防火防災への役割は大きいものがあります。実際、両消防団とも火

に地域防災の縁の下の力持ちであり、その崇高なボランティア精神は高く評価されるべきでしょう。最近では地域防犯のため、各地域で多くの防犯自主パトロール隊が

7月11日は投票に行こう

7月11日は参議院議員選挙の投票日です。投票の際は、ご本人の「選挙のお知らせ」をお持ちになって指定の投票所へお出かけください。「選挙のお知らせ」が届かなかったり、紛失した場合は、投票所の相談係までお越しください。なお、投票日当日に仕事や旅行などの予定がある方は、期日前投票(下表参照)ができます。

問い合わせは、選挙管理委員会事務局へ。

投票日時 = 7月11日(日)午前7時~午後8時

期日前投票

投票場所	投票期間
杉並区役所	6月25日(金)~7月10日(土)
その他の施設(一覧は「広報すぎなみ」6月21日号をご覧ください)	7月4日(日)~7月10日(土)

受付時間は、午前8時30分~午後8時。

金と合わせて、子どもたちが花の種や苗を購入し学校や地域で花壇の整備などをするために使われる予定です。あなたの環境にやさしい行動で、身近な地域を花いっぱいにしませんか。



古紙配合率100%再生紙を使用しています

区の情報を公開し、皆さんの個人情報を守ります

情報公開制度と個人情報保護制度の15年度の運用状況をお知らせします。

問い合わせは、総務課情報公開係へ



情報公開制度とは、区民の皆さんに情報の公開を求める権利を保障し、区には情報の公開を義務付ける制度です。どなたでも区が管理する情報の公開を請求することができます。(15年度の運用状況は表1・3のとおり)

表1 実施機関別請求数

実施機関名	請求件数
区長	132
教育委員会	14
選挙管理委員会	2
監査委員	2
農業委員会	0
合計	150

表2 請求情報内容別の請求状況

請求情報内容の区分	請求件数
職員に関するもの	13
食品営業許可申請処理簿	22
委託・契約に関するもの	25
環境衛生に関するもの	33
会議資料に関するもの	12
施設の図面	1
その他	44
合計	150

表3 可否決定状況

可否決定の区分	件数
公開	91
一部公開	46
非公開	0
不存在	13
存否応答拒否	0
合計	150

請求できる区の組織

- 1 区長(保健・福祉・まちづくり・環境など)
- 2 教育委員会(学校など)
- 3 選挙管理委員会
- 4 監査委員
- 5 農業委員会

請求できる情報

区の職員が作成・取得したもので、文書、図画、写真、フィルム、磁気ディスクなどに記録され、区が管理しているもの。

公開方法

- 1 閲覧
- 2 写しの交付
- 3 視聴

公開できない情報

- 1 法律、条例などにより公開できないと定められているもの
- 2 個人情報
- 3 法人などの事業活動に著しい不利益を与えるもの
- 4 取り締まり、選考、入札など事務の執行を著しく困難にするおそれのあるもの
- 5 公正、適正な意思形成に著しい支障を生ずるおそれのあるもの

請求の受付窓口

総務課情報公開係

請求を受け付けた日の翌日から一四日以内(やむを得ない理由があるときは六〇日以内)に公開できるかどうかを決定し、お知らせします。

費用

手数料は無料です。ただし、写しの交付はコピー代がかかります。



区の保有する個人情報は原則として非公開ですが、より積極的にプライバシーを保護するため、個人情報保護制度を設けています。

請求できる区の組織

- 1 区長(保健・福祉・まちづくり・環境など)
- 2 教育委員会(学校など)
- 3 選挙管理委員会
- 4 監査委員
- 5 農業委員会

区の保有する個人情報は原則として非公開ですが、より積極的にプライバシーを保護するため、個人情報保護制度を設けています。

請求を受け付けた日の翌日から一四日以内(やむを得ない理由があるときは六〇日以内)に公開できるかどうかを決定し、お知らせします。

費用

手数料は無料です。ただし、写しの交付はコピー代がかかります。

表4 個人情報の登録業務などの件数

内容	件数
登録業務	1150
外部委託	438
目的外利用	1250
外部提供	682
外部結合	21

表5 15年度中に新たに登録した業務

業務名
地域活性化セミナー
商店街等活性化に係る補助金交付
連鎖倒産回避緊急対策
SOHO開設支援
知的障害者(児)位置探索システム事業
ユースプロジェクトすぎなみ
省エネルギー措置の届出
住宅用太陽光発電システム機器設置費補助事業
本人確認情報(住基ネット)非通知申出処理
土地画整理事業予定区域における市街地整備計画の策定
痴呆性高齢者家族安らぎ支援
公的個人認証サービス
商店街空き店舗活用補助事業
商店街空き店舗活用事業融資資金利子補助
地域密着型ビジネスプランコンテスト
就労相談
画像レセプト情報管理システム開発
障害者相談支援事業
ひとり暮らし高齢者等安心ネットワークシステム事業
母子家庭自立支援教育訓練給付金事業
環境情報館利用団体登録
環境情報館図書貸出
集団回収

表6 有料頒布資料(抜粋) (16年6月7日現在)

分野	資料名	価格(円)
区民生活	杉並区基本構想 杉並区21世紀ビジョン	100
	杉並区実施計画(平成15~17年度)	1100
	杉並区政史	4500
	杉並区例規集(平成15年度版)	6300
	第35回杉並区区民意向調査	1000
	杉並区統計書(平成15年版)	2000
福祉・環境	杉並区地域防災計画(平成15年修正)	3900
	杉並区保健・福祉計画(平成15~19年度)	1100
	緑化副読本 みどりとわたしたち	300
	自然観察ガイドブック1 すぎなみの植物	900
	自然観察ガイドブック2 すぎなみの鳥	900
	自然観察ガイドブック3 すぎなみの昆虫・クモ	900
文化財・博物館	文化財シリーズ27 杉並の絵馬	1400
	文化財シリーズ32 杉並区弥生土器集成	600
	文化財シリーズ34 民俗資料目録・寄贈編	1000
	特別展「杉並の地図をよむ」展示図録	900
地図	狂言装束と杉並能楽堂・山本東次郎家の伝統	400
	特別展「上井草球場の軌跡」展示図録	400
	住居表示新旧対照杉並区図	600
	東京都市計画図(杉並区)	400
	学校指定通学区域図(平成16年4月)	100

ご利用ください 区政資料室



1 閲覧 2 写しの交付 3 視聴
開示できない情報
1 法律、条例などにより開示できないと定められているもの
2 評価、診断、選考など本人に知らせないことが正当であるもの
3 取り締まり、調査、訴訟など事務の執行を著しく妨げるおそれのあるもの

請求の受付窓口

総務課情報公開係
本人であることを証明する運転免許証やパスポートなどの提示(顔写真付き)が必要です。

自己情報の閲覧・訂正などの請求

1 自分の情報が知りたいときは閲覧・写しの交付の請求ができます。
2 自分の情報に誤りがあるときは訂正の請求ができます。
3 適法な手段によらず情報が収集されたときは消去請求ができます。

保護制度を設けています。

区は個人情報の適正な収集・管理などの義務を負い、区民の皆さんは区の保有する自己情報の閲覧・訂正などを求めることができます。(15年度の運用状況は表4・5のとおり)

請求できる個人情報

自己に関する情報で、文書、図画、写真、フィルム、磁気ディスクなどに記録され、区が管理しているもの。

開示方法

手数料は無料です。ただし、写しの交付はコピー代がかかります。

費用

手数料は無料です。ただし、写しの交付はコピー代がかかります。

訂正・消去

訂正・消去 中止は、請求を受け付けた日の翌日から二〇日以内(やむを得ない理由があるときは六〇日以内)に請求に応じられるかを決定し、お知らせします。

区政資料室(区役所西棟二階)では、区政を知るうえで必要な情報を区民の皆さんに幅広く提供しています。また、区ホームページなどを閲覧できる機器を設置しています。

提供している資料

区政への参加やご自身の暮らしに役立てていただけるように、次の分野に関する資料約一万六〇〇〇点をそろえています。

1 総合的計画や条例など

2 財政 3 消費・経済 4 福祉 5 保健衛生 6 都市計画 7 環境や災害対策 8 教育 9 歴史や文化 10 区議会や選挙 11 国勢調査などの各種統計

2 利用実績

15年度の利用者数は、七五一人、資料の貸出冊数は、延べ一〇九冊、有料コピーサービスは五万三千五百枚でした。

3 利用方法

区役所開庁時間内であれば、どなたでも自由に利用できます。

4 区が発行した資料について

二週間を限度に貸し出しています(氏名・住所などを確認できるものの提示が必要です)。



行事

文化・交流協会の催し

若手あとおし落語会

「桂 花丸」勉強会
今回は「桂歌丸」を師匠に持ち、平成12年に二ツ目に昇進した若手落語家「桂花丸」の登場です。



桂 花丸

7月17日(土)午後2時開演(1時30分開場)
会場(上荻3 29 5)
70名(費)500円(会員割引なし)
申込文化・交流協会
文化係 ☎5311 7035

郵便八ガキ

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
(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...



麻生八咫、子八咫

「血煙 高田馬場」血煙 荒神山(大河内博次郎主演)
「冒険」チャップリン主演(費)二五〇〇円(自由席・会員割引有)
申込開始7月2日(金)午後1時

7月12日(月)午後0時10分〜0時50分
区役所七タロピコーンサート
7月24日(土)・25日(日)
7月29日(木)午前8時30分〜午後4時30分

7月10日(土)午前8時〜9時(雨天実施)
赤城自然園バス見学会
7月12日(月)・16日(金)午前10時〜午後7時

ルくらぶ事務局へ
朝採り野菜と草花の直売
7月17日(土)午前11時〜午後2時

7月の施設めぐり
7月29日(木)午前8時30分〜午後4時30分
7月30日(金)午後3時〜4時

社会を明るくする運動
7月22日(木)午後1時〜(0時30分開場)
7月22日(木)午後1時〜(0時30分開場)

10代のための雑誌のつくり方講座
原稿の書き方やデザイン・レイアウトなど雑誌づくりの実際を紹介します。

健康づくり高円寺東地区会
中高年のための筋力トレーニング
7月21日(水)午後2時〜4時

夏の「とうきょう親子ふれあいキャンペーン」百人一首源平かるた親子教室

時7月24日(土)・25日(日)午後1時30分～4時30分(区後援) 阿佐谷地区民センター(阿佐谷南1-47)



募集します

区福祉職員 類 保育士・児童指導員・福祉士

区内第一次選考 8月22日(日) 受験資格 昭和50年4月2日～60年4月1日まで生まれ、保育士資格をもち、都道府県知事の保育士登録を受けている方(17年3月31日までに資格取得見込の方を含みます。その場合資格取得後速やかに登録が必要です。国籍は問いません) 申込書記布場所 7月1日から職員課人事係(区役所東棟五階)保育課(東棟三階)区役所一階ロビー、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、図書館、児童青少年センター 募集人数 二〇

にNPO法人日本児童文化教育研究所 ☎ FAX 3950 3985 または小林 ☎ 09 04965 1310へ

炎症性腸疾患の講習会

時・内 第一回 7月21日(水) 第二回 7月28日(水)

東京都防災ボランティア制度に基づく被災建築物応急危険度判定員養成講習会が開催されます。 時 8月31日(火) 10月22日(金) 午後1時30分 場 都庁大話室(〒168 0081宮前2-22-4) へ 同 園 ☎ 3335 0415

大宮ふれあいの家 非常勤職員 内職種 介護職 勤務内容 介護 デイサービス利用者の介護 勤務日 週一～三日 勤務時間 午前8時30分～午後5時15分 資格 ヘルパー2級以上 時給 九五〇円 募集人数 一～二名 申込 電話で問い合わせの上、履歴書を郵送で同封あいの家・天谷(〒166 0013 堀ノ内1-16-38 ☎ 5377 7025)へ

杉並区社会福祉協議会 ファミリー・サポート・センター 協力会員、利用会員

家庭用生ごみ処理機 購入費助成追加募集 助成要件 二〇件の二分の一(上限二万円) (抽選) 対区内の販売店で15年11月1日以降に購入した方または購入予定の方で、次の要件をすべて満たす方。1区内在住。2購入した生ごみ処理機を区内で継続して使用する。316年度中にコンポスト容器購入費の助成を受けない方(往復ハガキに購入(予定)機種、購入理由を書いて、7月31日(消印有効)までにリサイクル推進係へ(当選通知を受けた後に、領収書ほか必要書類を添えて申請してください) 同 係 生ごみ処理機は、生ごみを温風乾燥などで減量させる機器で、コンポスト容器やデイスポーターは対象となり

あなたのまわりの虫対策

これからの季節、様々な虫が発生し、日常生活の中で不快な思いや直接被害に遭う機会が多くなります。あなたの身近なところから虫対策を行いましょ。

1 チャドクガ ツバキやザンザンなどの葉の裏側に年二回(初夏と秋)集団で発生します。幼虫、成虫とも毒針毛を持っており、人の皮膚に刺さると痛がゆく感じがします。かきばかほど腫れあがり、全身じんましん症状になる場合もあります。

2 イラガ サクラやカキなどに年二回(夏から秋)発生します。幼虫はトゲを持ち、触れると激しい痛みがあります。3 タケノホソクロバ 竹や笹などの葉の裏側に年二回(初夏と秋)集団で発生します。幼虫に刺れると、激しい痛みがあり、湿疹ができます。4 サクラケムシ 秋ごろにサクラなどに大量に発生します。人を刺すことはありません。 駆除方法 群生している毛虫を発見

したら、発生している枝葉を枝ごと切り落とし、地中に埋める方法や棒の先に灯油をしみこませた布を付け、これに火をつけ焼き殺す方法もあります。毛虫を駆除する際には毛虫の毒針毛に十分注意してください。特にチャドクガは毒針毛が飛散しやすいので葉ごと焼き殺す方法が好ましいでしょう。

季節、どこでも巣を作ってしまう「アシナガバチ」の駆除方法をご紹介します。 駆除方法 夕方暗くなるとハチは巣に戻り、活動が抑えられます。暗くなった家庭にあるスプレー式殺虫剤を使い、ハチの巣に向けて10秒程度噴霧するとハチは下に落ちて死にます。翌日、巣にハチがいないことを確認し、巣を取り除きます。 スズメバチなど大型のハチが庭先などに巣を作った場合、駆除作業を個人で行うのは危険です。環境課生活環境担当までご相談ください。

お知らせ

原爆被害者の方に 見舞金を支給します

区内では、NPO法人日本ソフトインフラ研究センターと共同で区内各所に避難誘導街区案内板を設置して

7月1日現在、区内在住でかつ引き続き支給時期も区内に住所がある被爆者の方

に、調査員(区の委託業者)に、調査員(区の委託業者)

リフォームや増築に「住宅修築資金融資」あっせん

高齢者のためのバリアフリー工事や自宅のリフォームなどの相談に、区内建設業者が応じます。

区内の皆さんが、区政に

「区内融資あっせん限度額」

三〇〇万円(高齢者などが同居する世帯、耐震改修工事は五〇〇万円) 本人負担利率 1.39%(固定金利) 変更になる場合があります 返済期間 七年

「広報すぎなみ」は、新聞折り込みで配布しているほか、区の施設と、区内の各駅・公衆浴場・郵便局・病院などに置いてあります。「点字広報」「声の広報」のお

国民健康保険

確定申告などをしていない方は、「申告書」の提出を国民健康保険は、前年中の所得金額や16年度の住民税額をもとに、保険料額を決定しています。

確定申告や特別区民税・都民税の申告をしていない方がいる世帯には、正しい保険料額を算出するための資料として、国民健康保険料に関する申告書(国民健康保険の申告書)の提出をお願いします。

国民健康保険の申告書の送付と提出
該当世帯には、6月28日に申告書を送付しました。

7月15日(必着)までに同封の返信用封筒で返送するか、国民健康保険課(区役所東棟二階。番窓口)へ持参してください。提出がない場合は、均等割保険料額の軽減措置が受けられないこともあります。

課税課への申告

高額療養費などの給付は、特別区民税・都民税の申告により算出された金額をもとにしています。6月に課税課からの「平成16年

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、中野サンプラザホール(中野区中野4 1 1)です。
問 児童課子ども青少年係

度特別区民税・都民税申告書」が届いた方は、課税課に申告してください。課税課に申告された方は、国民健康保険へ申告書を提出する必要はありません。

国民健康保険課資格係
教育相談部報告会
日々の子どもとのかかわり方のヒントを持ち帰っていただけると思いますので、ぜひご参加ください。

時・内・8月3日(火)午前9時15分~正午(開場・受付は9時) / 9時20分~9時50分 報告「一人一人の成長を信じて 理解されにくい子どもとのかかわり」 / 午前10時~11時40分 講演「通常学級における軽度発達障害児への支援」

東京学芸大学教育実践総合センター教授・小林正幸 産業商工会館(阿佐谷南3 2 19) 対保育園、幼稚園、小・中学校、養護学校の教職員や保護者と地域・教育関係者 一五〇名(費無料) 当日、直接会場へ 問 済美教育研究所 ☎ 3311 0021

外環道周辺環境の現地調査(夏季)
動物・植物関係
内 観測期間 7月上旬(下旬(予定)) 観測内容 哺乳類・鳥類などの動物・生態系などの把握 観測場所 善福寺公園・井草八幡宮・善福寺川周辺・松庵公園・井草公園・切通公園・善福寺美樹園公園など 大気質関係

内 観測期間 7月中旬から開始予定 観測内容 二酸化窒素・浮遊粒子状物質など 観測場所 荻窪中学校・桃井第四小学校 地下水関係(夏季観測) 内 観測期間 8月中旬(下旬(予定)) 観測内容 湧水、池沼流量調査など 観測場所 原寺分橋、善福寺池

国土交通省東京外かく環状道路調査事務所 ☎ 0120 34 1491 (フリーダイヤル) ☎ 3707 3897 (直通) または区都市計画課(他) 観測結果などは、東京外かく環状道路ホームページ <http://www.ktr.mlit.go.jp/gaikanktr/> などお知らせします

すぎなみ環境情報館をご利用ください
環境・リサイクル関連の活動を行う団体募集
登録団体になると環境学習室などを優先的に利用できます。

備品の貸し出し
水質検査器・糖度計・双眼鏡などを貸し出していただけます。環境学習などにご利用ください。

情報資料コーナー
環境やリサイクルの相談(予約制) 図書貸し出しを実施しています。相談は、希望日の3日前までにご予約ください。電話・ファクスによる相談も受け付けています。

区役所地下駐車場の臨時休場
本庁舎改修工事ため、7月17日(土)は休場します(雨天の場合は18日(日)または19日(祝)に順延)。天候により休場日が変わりますので、ご利用の場合は当日ご確認ください(17日は天候に関係なく休場します)。
問 経理課庁舎管理係

時 7月7日(水)午後1時~4時 区役所一階ロビー(他) 当日、直接会場へ(他) 図面などがある場合はお持ちください

建物の耐震診断・耐震改修について
最近、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。区から依頼されているかのように勧誘しているケースもあるようですが、こうした業者は区とは一切関係ありません。不審に思ったら、早めに区へお問い合わせください。

「杉並区被爆者実態調査」報告会
杉並光友会(杉並区原爆被爆者の会)が、区内在住被爆者約四〇〇人を対象に行った調査の報告会を開きます。(区後援)
時 7月18日(日)午後1時30分~4時 高円寺障害者交流館 高円寺南2 24 (18)

住民税(特別区民税・都民税)夜間電話相談
納期内に納付ができない、納め忘れた税金がある、分割で納付したいなど、住民税の納付についての相談を受け付けます。
時 7月5日(月)・15日(木)・20日(火) (5日は区役所二階納税課で納付することができず) 午後5時~8時 問 杉並光友会・吉田 ☎ FAX 3395 6787

秋のポリオ予防接種
毎年、秋のポリオ予防接種は10月に行っていました。今年度から9月に行います。詳しい日程は、8月1日号の「広報すぎなみ」でお知らせします。
問 杉並保健所保健予防課 ☎ 3391 1025

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。
問 加入したことのある年金が国民年金だけで、1号被保険者期間のみの方 = 区役所国民年金課 年金給付係 / 国民年金の3号被保険者期間のある方、厚生年金や共済年金に加入したことのある方 = 杉並社会保険事務所(高円寺南2 54 9 ☎ 3312 1511)
1号被保険者 = 自営業、学生など / 3号被保険者 = 厚生年金・各種共済年金加入者に扶養されている配偶者

競技大会
区民体育祭秋季大会
硬式庭球
時 8月22日~11月14日の日曜・祝日、午前9時~午後7時(10日間・予備日を含む) 場 松ノ木運動場(松ノ木1 3 22) 上井草スポーツセンター(上井草3 34 1) 内 種目 = 男子 = シングルスA級・B級、ダブルスA級・B級(B級は各種大会の1回戦敗退者・初心者・壮年者などが対象。A級とB級の重複申し込みは不可) / 女子 = シングルス、ダブルス 対 区内在住・在勤・在学の方(高校生以下は不可) 定 700組(費) 1種目1000円。郵便局「00180 9 137392杉並区硬式庭球連盟」へ振込(申) 申込用紙(区立体育施設にありません)と振替受領書のコピーを、7月10日(必着)までに区硬式庭球連盟・吉永節子(〒166 8799成田東4 38 14杉並郵便局止)へ(先着順) 問 同連盟・斎藤 ☎ 090 9243 4690(午後7時~10時)
春季シングルス卓球大会
時 7月25日(日)午前9時~午後7時(区後援) 場 高円寺体育館(高円寺2 36 31) 内 種目 = 男子、女子ともに1部(上・中級/午後0時30分受付開始) 2部(初級) ジュニアの部(中学生以下) 参加人数が少ない場合は一般の2部との混成もあります 対 区内在住・在勤・在学の方(定) 168名(費) 1人1000円(高校生以下800円) (申) ハガキ(3面記入例参照)に選手名、クラブ名、クラスも書いて、7月15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(先着順)。参加費は、郵便振替で「00100 9 395680新日本スポーツ連盟杉並卓球協議会」へ振込(問) 同連盟・小林 ☎ 3313 3510
杉並区一般男子・女子9人制バレーボール大会
時 7月25日(日)午前9時~午後7時(区後援) 場 区立中学校(対) 区バレーボール協会登録チーム(ただし、過去に全国大会に出場している場合は、その後5年以上経過していること) (費) 1チーム4000円(試合当日集めます) (申)・(問) 所定の申込用紙(登録チームに配布済み)に必要事項を記入し、7月15日(必着)までに

SPRINGS スポーツ
スポーツのある暮らし 健康の第一歩

区バレーボール協会・小山美千代(〒167 0032天沼2 19 2)へ(問) 同協会・小山 ☎ 3392 2033(他) 組み合わせは締切後、代表者に連絡します

スポーツ教室
いきいき健康アドバイス
運動能力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いたします。
時 7月18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・在学で16歳以上の方(定) 20組(個人・ペア可) (費) 400円(入場料) (申)・(問) 電話で、希望受付時間(午前9時~20分)ごとに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
早起きソフトテニス教室
時 A = 8月3日(火)~6日(金) [予備日 8月10日(火)] / B = 8月17日(火)~20日(金) [予備日 8月24日(火)] いずれも、午前6時~8時 場 A = 松ノ木運動場テニスコート(松ノ木1 3 22) / B = 妙正寺体育館テニスコート(清水3 20 12) 対 区内在住・在勤の方(定) 30名(抽選) (費) 1500円(申) 往復ハガキ(3面記入例参照)にAまたはBの希望も書いて、Aは7月20日、Bは8月3日(いずれも必着)までに区ソフトテニス連盟・小島晃(〒166 0016成田西3 6 4)へ(問) 同連盟・小島 ☎ 3312 0385(午後7時~9時)
杉並少年少女キャンプ
時 8月14日(土)~16日(月) (泊3日・区後援) 場 山梨県丹波山村東キャンプ場(JR阿佐ヶ谷駅からバスで移動) 対 区内在住・在勤・在学の子(小学生以上)とその保護者(定) 80名(費) 子ども2万円、大人1万4000円(保険料・交通費などを含む) (申)・(問) 電話で、7月11日(必着)までに杉並子どもの組織を育てる会・伊藤昭二 ☎ 090 9810 1832へ(先着順) (他) 小学校低学年のお子さんは保護者の同伴が必要です

女性団体・グループ 一覽、女性団体活動 記録ができました

区民と区とが一体となつて男女共同参画社会の実現を進めていくために、二種類の冊子を作成しました。

【区内女性団体・グループ一覽】区内の様々な分野で活動している女性団体・グループの相互の情報交換やグループ活動をしたいと思つている方がかりと

して作成しました。杉並女性団体活動記録は区内で活動している女性団体の、昨年の活動をまとめたもので

す。配布場所：男女平等推進センター(荻窪1-56-3)男女共同参画推進担当課(区役所中棟二階)【無料】男女平等推進センター ☎3393 4410

司法書士会による無料法律相談

不動産・商業登記 成年後見、裁判所提出書類作成 自己破産などの手続について、相談に応じます。

【毎月第二水曜日(7月14日)の午前9時30分~正午(受付は8時30分から)】
【場】区政相談課(区役所西棟二階)【定】10名(先着順)

【申】当日、直接会場へ(〒東京司法書士会杉並支部 ☎3396 8638 または区政相談課(関係書類がある場合は、お持ちください)



区民のための「登記なんでも相談」

不動産・商業登記、境界のトラブルについて法務局の登記官などが相談に応じます。相談内容の秘密は厳守します。

【7月10日(土)午前9時30分~正午、午後1時~3時】
【場】東京法務局杉並出張所(飯庁舎(今川2-14-10))【無料】
【申】当日、直接会場へ(〒東京法務局杉並出張所 ☎3395 0255)

「東京都青少年の健全な育成に関する条例」が改正されました(一部抜粋)

【青少年(18歳未満の方)の深夜外出の制限】
保護者は、通勤・通学など正当な理由がある場合を除き、深夜(午後11時~翌日午前4時まで)に青少年を外出させないように努めなければなりません。

保護者の同意その他の正当な理由がある場合を除き、深夜に青少年連れ出し、同伴し、またはとどめてはなりません(16歳未満の青少年の連れ出しなどをした時は罰則の対象になります)。

【カラオケボックスやまんが喫茶・インターネット

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)

調剤薬局 ☎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)

カフェへの深夜立入制限 施設の追加

カラオケボックスなどの経営者は、深夜に青少年を当該施設に立ち入らせてはなりません(入場させた時は当該施設の経営者が罰則の対象となります)。

小学生のための夏季学習教室

場所	学年	時間
清水分室 (〒167 0033 清水3-22-4 ☎3394 2253)	4年	午前9時~11時
	5年	午後1時~3時
	6年	午後4時~6時
荻窪分室 (〒167 0051 荻窪2-29-3 ☎3220 9804)	3・4年	午前9時~11時
	5・6年	午後3時~5時

【7月10日(土)・24日(土)】
【時】午後1時30分~3時
【場】杉並清掃工場(高井戸東3-7-6)【定】50名(先着順)
【開】開催日の二日前までに、東京二十三区清掃一部事務組合総務課文書広報係 ☎5361 3616へ(先着順)

【シルバー人材センター】
【学生のための夏季学習教室】
【時】前期:7月22日(木)~30日(金)/後期:8月23日(月)~31日(火)
【場】(内)国語・算数(外)英語・音楽
【定】20名程度(費)500円
【申】電話で、7月24日まで
【環】環境教育室 ☎5376 3272へ(先着順)

【カラオケボックスやまんが喫茶・インターネット

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。

肺がん・喉頭がん検診が始まりました

検診名	対象年齢	受診期間	受診場所	費用	備考
肺がん検診	35歳以上	7月1日~9月30日	指定医療機関	1000円	【申込締切】(必着)7月9日(金)、最終締切=8月16日(月)各締切日の月末に受診票を郵送します
喉頭がん検診	55歳以上			1000円	

8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	5日~7日、26日~28日の木・金・土曜日午前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がある 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 7月からは三鷹市の一部の医療機関でも受診できるようになりました

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=誕生月前から翌月末まで(必着)、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(7月から)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。

申し込みはがきの書き方

健(検)診名	申込方法(ハガキは健(検)診ごとに1人1枚)	問い合わせ
区民健診 肺がん検診 喉頭がん検診	【記入内容】1 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 ☎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	

乳がん検診 Q & A

区では、7月15日(木)から新しい方法で乳がん検診を始めます。新しい乳がん検診について、皆さんの疑問にお答えします。

問い合わせは、杉並保健所健康推進課へ。

乳がんになる人は、どれくらいいるのでしょうか?

乳がん患者は、増加の一途をたどっており、全国で毎年新たに35000人が乳がんとして診断されています。特にがんになる年齢としては若い40歳代がピークです(45歳~49歳で年間1000人に1人)。

しかし、このがんは早期に発見されれば100%近くの人が治る病気です。

2年に1度のマンモグラフィ検査は、視触診単独法に比べて発見効果が高いのでしょうか?

マンモグラフィ検査は乳房を挟んで撮るX線撮影で、触っただけではわかりにくい1cm以下のしこりや小さな石灰化などから早期がんを発見できます。また、2年に1度の検査でも毎年の検査と同じくらい効果があります。撮影のために乳房を圧迫している時間は数十秒くらいです。

放射線(X線)被ばくによる健康への影響はありますか?

マンモグラフィの撮影は、1回の放射線の量が一般の人が1年間に受ける自然放射線の50分の1程度と少なく、乳房だけに限られるため全身への影響はありません。そして早期がん発見による利益は放射線被ばくによる危険の約100倍といわれています(50歳女性の場合)。

30歳代はどうすればよいのでしょうか?

この年代の人は乳腺濃度が濃く、マンモグラフィによる検診に適さないなどの理由のため対象からはずされています。月に1回、自己触診を必ず行いましょう。また、しこりに触れるなどの自覚症状を認める時は、速やかに乳腺外科などで診療を受けてください。

パソコン初心者のための IT講習会

(8・9月開講分受講者募集)

パソコン初心者を対象に、NPO団体やボランティアグループと区が協働して開催します。

(内)下表のとおり(区)区内在住・在勤・在学で20歳以上の方(往復ハガキ(3面記入例参照)に昼間の連絡先、希望コース番号(第2希望まで、同じ団体のものに限る)、キャンセル待ち希望の有無、自宅パソコンの有無、各種講習受講経験の有無と、在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、7月15日(消印有効)までに各団体へ(抽選)各団体または社会教育スポーツ課IT講習担当(他)1区役所では受付をしていません2車での来場はご遠慮ください3会場への交通案内、団体の紹介については、開設施設などにある募集チラシまたは区ホームページをご覧ください

「シニアSOHO(ソーホー)杉並」(NPO法人「シニアSOHO普及サロン・三鷹」杉並支部) (申・問)〒166 0015成田東4 9 14 ☎・FAX5932 1895											
参加費と教材費は、講習会初日に会場です。											
【はじめよう電子メール・インターネット】 因パソコンの構造、マウスやキーボードの操作、Windowsの基礎知識、文字入力、メールの操作体験、インターネットの便利な使い方など(費)1万円+教材費1200円	会場名	コース番号	日 程						開催時間	定員	
			1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目			
【はじめよう電子メール・インターネット】 因住所録の利用方法、メールに添付する書類や写真の知識、ウイルス対策など(費)パソコン講習受講経験者で、マウス・キーボード操作ができる初心者(費)1万2000円+教材費1500円	阿佐谷図書館 (阿佐谷北3 36 14)	114	8/3(火)	8/6(金)	8/10(火)	8/13(金)	8/17(火)	8/20(金)	午前10:00~正午	10	
	永福図書館 (永福4 25 7)	115	8/2(月)	8/4(水)	8/5(木)	8/9(月)	8/11(水)	8/12(木)	午前10:00~正午	10	
	成田図書館 (成田東3 28 5)	116	9/1(水)	9/2(木)	9/8(水)	9/9(木)			午後4:30~7:30	10	
【楽しもう電子メール・インターネット(活用編I)】 因メール・インターネットの実践活用講座(中級) (対)マウス・キーボード操作ができる初心者講習修了者(費)1万2000円+教材費1500円	阿佐谷図書館	117	8/3(火)	8/6(金)	8/10(火)	8/13(金)	8/17(火)	8/20(金)	午後2:00~4:00	10	
	永福図書館	118	8/2(月)	8/4(水)	8/5(木)	8/9(月)	8/11(水)	8/12(木)	午後2:00~4:00	10	
【楽しもう電子メール・インターネット(活用編II)】 因メール・インターネットの実践活用講座(中級) (対)マウス・キーボード操作ができる初心者講習修了者(費)1万2000円+教材費1500円	成田図書館	119	9/5(日)	9/12(日)	9/19(日)	9/26(日)			午前9:30~午後0:30	10	
NPO法人「さらプロジェクト」(申・問)〒167 0022下井草5 18 15井萩書店ビル3F ☎5303 6540・FAX5303 6542											
参加費は、講習会開講前に指定口座に振り込み(振込手数料を含む)。教材費は、講習会初日に会場です。											
【はじめよう!パソコン】 因パソコンのしくみから、インターネット・メール・簡単な文書作成までをじっくり学べる入門コース(対)パソコンに初めて触れる方(費)9000円+テキスト代1500円	柿木図書館 (上井草1 6 13)	209	9/1(水)	9/2(木)	9/3(金)	9/8(水)	9/9(木)	9/10(金)	午後2:00~4:00	14	
	高円寺図書館 (高円寺南2 36 25)	210	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)	8/18(水)	8/20(金)	午前10:00~正午	10	
	下井草図書館 (下井草3 26 5)	211	9/8(水)	9/10(金)	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)	午前10:00~正午	10	
	高井戸図書館 (高井戸東1 28 1)	212	9/1(水)	9/6(月)	9/8(水)	9/13(月)			午前9:30~午後0:30	10	
	西荻図書館 (西荻北2 33 9)	213	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)	8/18(水)	8/20(金)	午前10:00~正午	10	
	西荻図書館 (西荻北2 33 9)	214	8/3(火)	8/4(水)	8/10(火)	8/11(水)			午前9:30~午後0:30	10	
	西荻地域区民センター (桃井4 3 2)	215	9/2(木)	9/6(月)	9/9(木)	9/13(月)			午前10:00~午後1:00	10	
【楽しもう!パソコン】 因パソコンの活用方法がわからないという方へのステップアップコース。インターネットでグループ旅行の計画など(対)入門講習を受けた方、パソコンの基本操作がわかり、文字の入力ができる方(費)9000円+テキスト代1500円	宮前図書館 (宮前5 5 27)	216	8/3(火)	8/4(水)	8/10(火)	8/11(水)			午前9:30~午後0:30	10	
	柿木図書館	217	9/1(水)	9/2(木)	9/3(金)	9/8(水)	9/9(木)	9/10(金)	午後5:30~7:30	14	
	高円寺図書館	218	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)	8/18(水)	8/20(金)	午後1:00~3:00	10	
	高井戸図書館	219	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)	8/18(水)	8/20(金)	午後2:00~4:00	10	
	西荻図書館	220	8/3(火)	8/4(水)	8/10(火)	8/11(水)			午後1:30~4:30	10	
	西荻地域区民センター	221	9/14(火)	9/17(金)	9/21(火)	9/24(金)			午後2:00~5:00	10	
	宮前図書館	222	8/3(火)	8/4(水)	8/10(火)	8/11(水)			午後1:30~4:30	10	
【活用しよう!インターネット・電子メール】 因インターネットやメールのひとつ上の使い方を指した中級向けコース。基本の復習から様々なメールやインターネットの活用法など(対)「楽しもう!パソコン」の講習を受けた方、インターネット・メールを利用しており、さらに活用したい方(費)9000円+テキスト代1500円	高円寺図書館	223	9/8(水)	9/10(金)	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)	午後1:00~3:00	10	
	下井草図書館	224	9/1(水)	9/6(月)	9/8(水)	9/13(月)			午後1:30~4:30	10	
	高井戸図書館	225	8/8(日)	8/15(日)	8/22(日)	8/29(日)			午前10:00~午後1:00	10	
	西荻地域区民センター	226	9/14(火)	9/17(金)	9/21(火)	9/24(金)			午後5:30~8:30	10	
	宮前図書館	227	8/3(火)	8/4(水)	8/5(木)	8/10(火)	8/11(水)	8/12(木)	午後5:30~7:30	10	
NPO法人「教育支援協会 杉並支部」(申・問)〒167 0054松庵3 24 11 201 ☎・FAX3331 1977											
参加費と教材費は、講習会初日に会場です。											
【基本コース】 因電源の入れ方から始め、パソコン画面をじっくりと確認していきます。丁寧な入門コースです(対)パソコンが初めての方、始めたばかりの方、復習したい方(費)5000円+テキスト代1000円	荻窪地域区民センター (荻窪2 34 20)	307	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)			午後2:00~5:00	10	
	高井戸地域区民センター (高井戸東3 7 5)	308	9/2(木)	9/7(火)	9/9(木)	9/14(火)			午後2:00~5:00	20	
	中央図書館 (荻窪3 40 23)	309	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)			午後2:00~5:00	20	
【活用コース】 因ファイルフォルダの整理整頓、メールのアドレス帳・署名・ルール・ファイルの添付、インターネットの情報活用法、ハガキのイラスト挿入法など。パソコンを生活に活用していく元気な楽しいコースです(対)基本操作のできる方、メール送受信のできる方(費)5000円+テキスト代1000円	中央図書館 (荻窪3 40 23)	310	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)			午後5:30~8:30	20	
	中央図書館 (荻窪3 40 23)	311	9/5(日)	9/12(日)	9/19(日)	9/26(日)			午前9:30~午後0:30	20	
	荻窪地域区民センター	312	8/4(水)	8/6(金)	8/11(水)	8/13(金)			午前10:00~午後1:00	10	
	荻窪地域区民センター	313	8/19(木)	8/24(火)	8/26(木)	8/31(火)			午後2:00~5:00	10	
	荻窪地域区民センター	314	8/19(木)	8/24(火)	8/26(木)	8/31(火)			午後5:30~8:30	10	
	高井戸地域区民センター	315	9/2(木)	9/7(火)	9/9(木)	9/14(火)			午前10:00~午後1:00	20	
	中央図書館	316	9/5(日)	9/12(日)	9/19(日)	9/26(日)			午後1:30~4:30	20	
南荻窪図書館 (南荻窪1 10 2)	317	9/8(水)	9/10(金)	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)	午前10:00~正午	12		
ボランティアグループ「ITスクエア杉並」(申・問)〒167 0023上井草4 16 14 ITスクエア杉並事務局 山中義昭 ☎090 4722 2574(午後10時まで)・FAX5932 6321	南荻窪図書館 (南荻窪1 10 2)	318	9/8(水)	9/10(金)	9/15(水)	9/17(金)	9/22(水)	9/24(金)	午後2:00~4:00	12	
	【初めてのパソコンコース】 因パソコンのしくみや操作、文字入力、メール、インターネットなど(対)全くの初心者、講習を受けたが操作に自信がない方(費)5000円(テキスト代を含む)	社会教育センター (梅里1 22 32)	405	8/3(火)	8/4(水)	8/5(木)	8/6(金)			午前9:30~午後0:30	20
		社会教育センター (梅里1 22 32)	406	8/3(火)	8/4(水)	8/5(木)	8/6(金)			午後1:30~4:30	20
社会教育センター (梅里1 22 32)		407	9/14(火)	9/15(水)	9/16(木)	9/17(金)			午前9:30~午後0:30	20	